

„Išmokau savo paauglę apkabinti, jau galim viena kitai ir myliu, ir atsiprašau pasakyti. Mes kalbamės, girdim viena kitą. Galiu sakyti, kad mes jau pradedam iš tikrųjų gyventi“, - neslepia palengvėjimo kartu su dukra šešių mėnesių emocinio sveikimo kelią įveikusi Lilija.

Šiandien Lilija žino, kad darniam santykiui su paaugliu tampančiu vaiku išlaikyti, svarbus tvirtas ir dar iki vaikui jautraus gyvenimo etapo susiformavęs ryšys šeimoje. O paauglystės problemos neretai tėra pasekmės ankstesnių vaiko patirčių.

Dukros paauglystės iššūkiai ugdė mamą

Lilijos santykis su dukra tolydžio komplikavosi mergaitei sulaukus dvylikos metų. Keturiolikmetė jau negrįždavo į namus, metė mokyklą, suartėjo su netinkama kompanija.

Moteris ieškojo atsakymų, kaip galėtų padėti dukrai. Daug skaitė apie paauglystę, klausėsi psichologinių laidų internete ir uoliai sekė įvairiais patarimais. Rūpinosi psichologo pagalba savo mergaitei, stengėsi įveikti dukros priešišumą ir nukreipti ją teisingu keliu, bet vis nesėkmingai.

Per terapinius susitikimus sunkiausia paauglės mamai sekėsi įveikti savo ambicijas. Moteris atvirauja, jog nelengva buvo nusiimti generolo kaukę ir išeiti iš įprasto viską geriausiai žinančio žmogaus vaidmens santykiuose su dukra.

„Palaipsniui specialistė mane užvedė ant kelio, atradau tą mudvi su dukra jungiantį siūlą. Pati žengiau nelengvus pirmuosius žingsnius link mūsų ryšio atkūrimo“, - pokių pradžia prisimena paauglės mama.

Lilija su dukra, lydimos profesionalios šeimos terapijos specialistės, mokėsi kalbėtis, girdėti viena kitą, įsiklausyti. Abi turėjo išmokti pagarbos ir kompromisų, be ko neįmanomas joks sveikas, ugdantis ryšys.

Šeimos istorija: <https://youtu.be/FKlq34I12HU>

Sudomino išskirtinė pagalbos forma

Lilijos šeimos istorija nėra išskirtinė. Paauglių auginantiems tėvams ar nuolatiniams globėjams neretai prireikia pagalbos. Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnyba šiems sunkumams įveikti siūlo Multidimenės šeimos terapijos programą - terapinius šeimos

pokalbius.

Lilijai su dukra ilgalaikiai terapiniai pokalbiai padėjo grįžti į harmoningus santykius. Ši programa mamą sudomino savo forma, o pagalba per terapinius pokalbius pasirodė patraukli ir sudėtingą etapą išgyvenusiai paauglei.

Sveikimo kelyje jas lydėjusi šeimos terapijos specialistė Brigita Mineikienė pritaria, kad šios programos išskirtinumas ir yra gyvi susitikimai šeimos ar kitoje neformalioje aplinkoje, betarpiškas santykis su vienu ir tuo pačiu specialistu.

Brigita sako, jog ne mažiau svarbu ir tai, kad terapiniai susitikimai neturi labai griežtos formos, todėl specialistas gali lanksčiai prisitaikyti prie suaugusiųjų ir paauglio poreikių, būdo. Programa atvira kūrybiškiems problemų sprendimams rasti.

„Pagalba per terapinius pokalbius unikali tuo, kad nepriimtino jaunuolio elgesio priežasčių ieškome ir sprendimus kuriame kartu su visa šeima. Jaunuolio elgesys keičiamas keičiant jo paties ir tėvų bei artimųjų santykius tarpusavyje“, – vardija Brigita.

Su šeima dirbantis specialistas susitikimų metu padeda tėvams ir vaikams bendrauti kitaip, atidžiai vieniems kitus išklausančiam, atvirai kalbant, kartu apmąstant vaiko elgesio priežastis ir pasekmes.

Pozityvūs pokyčiai per pirmuosius programos įgyvendinimo metus įvyko beveik 30 šalies šeimų. Liepą sueina metai, kai paauglius auginančios šeimos jautrias tarpusavio santykių ir jaunuolio sudėtingo elgesio problemas gali spręsti nauju būdu, padedant šeimos terapijos specialistams.

Terapija teikiama įgyvendinant Europos ekonominės erdvės finansinio mechanizmo programos „Sveikata“ lėšomis finansuojamą projektą „Multidimensinis požiūris į vaikų ir jaunimo elgesio problemas per MDFT programos įgyvendinimą“.

Daugiau informacijos apie Multidimensinės šeimos terapijos projektą ir specialistų kontaktai: <https://vaikoteises.lt/projektai/multidimensine-seimos-terapija/>

Sudėtinga paauglystė: ieškojo pagalbos dukrai, suprato, kad keistis
reikia abiem

