

Kad brendimo laikotarpis neapkarstų

Lytinio brendimo laikotarpį galima palyginti su amerikietiškais kalneliais, tik ne visada būna taip linksma. Ar norėtum sulaukti pagalbos? Perskaityk pasisakymus ir atsakyk į pateiktus klausimus.

1

Ar mintis, kad pradėjai bręsti ir netrukus tapsi suaugusiu žmogumi, tave

DŽIUGINA, BAUGINA ar VIENA IR KITA?

Kas įžengus į brendimo laikotarpį tau kėlė daugiausia rūpesčių?

„Brendimo laikotarpis merginoms ne pats maloniausias. [...] Nesmagu. Ir apskritai, rodos, viskas blogai!“ (Oksana)

2

Ar tau teko patirti nuotaikų svyravimų? Jei taip, kokių?

Ko gali imtis, kad labiau valdytum savo jausmus?

„Mano nuotaika keisdavosi vos ne kas minutę. Nežinau, kaip kitiems vaikinams, bet man taip būdavo“ (Brajanas).

3

Kaip prasidėjus brendimui reagavai į savo išvaizdos pasikeitimus?

Kaip apibūdintum nuosaikų požiūrį į išvaizdą?

„Pradėjusi bręsti aš tyčia kūprindavusi ir dėvėjau platesnius marškinius. Nors ir suvokiau, kodėl mano kūne vyksta tokie pokyčiai, labai drovėjausi, jaučiausi nepatogiai. Buvo išties nejauku!“ (Dženisė)

4

Kaip brendimo laikotarpiu pasikeitė tavo požiūris į priešingą lytį?

„Lioviausi galvoti, kad visi berniukai bjaurūs. Dabar kai kurie iš jų buvo visai patrauklūs, ir mintys apie meilę nebeatrodė tokios kvailos. Mes tik ir kalbėdavomės apie tai, kas kam patinka“ (Aleksi).

Biblijoje nurodoma: „Bėkite nuo ištvirkavimo!“ (1 Korintiečiams 6:18) Kodėl išmintinga paisyti šio įsakymo ir kas tau padėtų dar ryžtingiau jo laikytis?

5

Kodėl, nors būtų ir labai nedrąsu, apie brendimo sunkumus verta kalbėtis su tėvais ar kitu suaugusiu žmogumi, kuriuo pasitiki? **(Perskaityk Patarlių 17:17, Brb.)**

Kuriam iš suaugusiųjų tau būtų lengviausia išsipasakoti?


6

Kaip tėvai tau padeda susidoroti su brendimo sunkumais?

Kokios dar pagalbos norėtum sulaukti iš tėvų?

*„Brendimo laikotarpis man nebuvo itin smagus, bet galėjo būti daug blogiau, jei ne tėvai. Mama pasakė, kad visada mane išklausys, ir aš galėjau bet kada j ją kreiptis“
(Karina).*

*„Buvau uždaras. Gailiuosi, kad neatsiverdavau tėvams. Tikriausiai paauglystė man būtų buvusi daug lengvesnė“
(Džeremis).*



„Pasakysiu štai ką: tik pradėjus bręsti atrodo, kad tai kažkas baisaus. Tačiau, palyginus su visu gyvenimu, brendimo laikotarpis labai trumpas. Tuo metu tiesiog tampa suaugusiu“ (Deividas).

7

Ką patartum tam, kas dar tik pradeda bręsti?



Paklausk tėvų

Nori tikėk, nori ne, bet tavo tėvai irgi yra patyrę tai, ką tu dabar išgyveni. Kokius du klausimus užduotum jiems apie jų brendimo laikotarpį? Užrašyk klausimus, iškirpk ir parodyk tėvams.

1

2

