

STARTUOJAME su rubrika „IŠDRĮSK PAKLAUSTI SPECIALISTO!“

Gavome klausimą ir atsakome mamai.

Jei ir Jūs turite klausimų, Tarnybos specialistams - logopedui, socialiniam ar specialiajam pedagogui, psichologui, - rašykite mums el. paštu spt.pasvalys@gmail.com

Išdrįsk paklausti specialisto!

Sveiki, auginu keturis vaikus: dvi mergaites (9 m. ir 5 m.) ir du berniukus (14 m., 11 m.). Mūsų šeima draugiška, vaikai sutaria tarpusavyje. Tačiau kartais mažoji dukrelė (5 m.) neklauso, erzina vyresnius, pradeda visiškai nesivaldyti, šaukti, rėkti, kartais pradeda mane trankyti. Kiekvieną rytą, kai ruošiamės eiti į darželį, pradeda verkti, isterikuoti. Ką galėtumėt patarti? Kaip man reiktų pasielgti, kai mūsų mažoji „pašėlsta“? (mama L.)

Atsako Tarnybos psichologė Daiva Čeponienė.

Miela mama, ačiū Jums už klausimą. Auginti tokį būrį mažylių – rimtas išbandymas. Visi vaikai skirtingo amžiaus, kiekvienas turi savo rūpesčių, džiaugsmų, o mama – viena. Kaip supratau iš Jūsų laiško, daugiausiai problemų šiuo metu turite su jauniausiąja savo atžala. Jūs rašot, kad mažylė neklauso, erzina vyresnius, kartais klykia, šaukia ir pan. Kiekvienas tiek suaugusio, tiek vaiko elgesys turi priežastį. Jūsų vaikas ne išimtis, jeigu jis taip elgiasi, reiškia tam yra priežastis, tik reikia ją suprasti. Kas lemia vienokius ar kitokius mažylio veiksmus? Pagalvokim drauge, jeigu vyresnieji vaikai nereaguotų į sesės erzinimus, kažin ar būtų įdomu juos tėti? Greičiausiai ne. Betgi dabar puikus rezultatas, vyresnieji su ja užsiima, mama su ja užsiima. Gal barasi, gal kažką aiškina, bet tai visai nesvarbu. Svarbiausia, kad mažylė pasiekė savo tikslą, ja susidomėjo visa šeima. Greičiausiai sąmoningai penkerių metų vaikas net nesupranta, kodėl taip elgiasi, bet jis tą daro šimtus kartų per dieną. Ir kiekvieną kartą tiek mama, tiek kiti šeimos nariai reaguoja taip pat. Tada kyla klausimas, kodėl turi pasikeisti vaiko elgesys, jeigu mūsų reakcija nesikeičia?

Ką daryti?

Tikriausia ne kartą esat girdėjusi, skaičiusi apie ribas, taisykles, susitarimus ir kitus dalykus, kurie labai palengvina bendravimą su vaikais ir tuo pačiu vaikams įneša aiškumo, „ko čia iš manęs nori ir tikisi tėveliai“.

Pirmiausia pasistenkit savo mažylei skirti dėmesio, ne tada kai ji elgiasi netinkamai, bet pakviesti ją bendradarbiauti kartu žaidžiant, gaminant maistą ar atliekant, bet kokias veiklas, kurios parodytų vaikui, kad jis yra šeimos narys. Taip vaikas gaus pelnyto dėmesio ir patenkins priklausymo šeimai poreikį.

Savo laiške rašot, kad mergaitė į darželį išeina su ašaromis. Jeigu vaikas tik pradeda lankyti darželį arba tai pirmieji išėjimai į darželį po atostogų, tai tokia vaiko reakcija yra visiškai normali. Vaikas jaučia stresą atsiskirdamas nuo mamos, nuo namų aplinkos. Šioje situacijoje labai svarbu tėvams išlikti ramiems, pasakyti savo vaikui, kad ir jums taip pat liūdna skirtis, bet šiuo metu kiekvienas turite užsiimti savo darbais. Ir atsisveikinus su vaiku, palikti mažylę darželyje. Atsisveikinimas tikrai neturėtų užtrukti, nes taip galite suteikti vaikui viltį, kad galbūt šią dieną pavyks išvengti išsiskyrimo.

Maždaug penktaisiais vaiko gyvenimo metai atsiranda sąžinės užuomazgos. Kokia sąžinė yra „gera“? Pasak S.H.Fraiberg (2017), gera sąžinė yra tada, kai vaikas sugeba kontroliuoti pirminius

impulsus pagal visuomenės keliamus reikalavimus. Sutikit su manim, kad jeigu vaikas sako mamai „Trenksiu tau..“, tai nieko bendro neturi su sugebėjimu kontroliuoti savo impulsus. Kaip tuomet elgtis? Kas gali motyvuoti vaiką taip nesielgti? O gi tėvų reakcija. Jeigu vaikui tariant įžeidžius žodžius, mes elgsimės taip lyg nieko nenutiko, kokia prasmė vaikui keisti savo elgesį. Vaikas turi suprasti, kad tėvų jausmai jam nėra vienodi įvairiomis aplinkybėmis. Tėvų malonės praradimas ir paaiškinimas vaikui, kaip tuo metu jaučiatės, bus pagrindas kontroliuoti impulsus ir keisti savo elgesį. Tokioj situacijoje, sakykite „aš suprantu, kad tu pyksti, tačiau man skaudu girdėti tokius žodžius“. Vaikai atidžiai stebi tėvų intonacijas, kūno kalbą, nuotaikas. Nebijokite būti liūdna ar pikta, būti su tuo jausmu, kuris yra apėmęs, nebijok pasakyti apie tai vaikui. Sureguliuoti emocijas penkiametei padės būtent pokalbis apie jausmus. Kaip ji jaučiasi, kaip jaučiatės jūs.

Pabaigai jums noriu pasakyti, kad būtinai turite surasti ir skirti laiko sau. Gal nuvykti į kiną, gal į baseiną ar parką, o gal atsigerti kavos su draugėmis. Ir...nebijokite būti netobula. Sėkmės.