

# AR MOKATE VAIKŲ MEILĖS KALBAS?



Ar žinote, o gal pastebėjote, kad kiekvienas vaikas turi **savo** svarbiausią, jam reikšmingiausią meilės kalbą? Ta kalba - tai būdas, kuriuo jis geriausiai supranta, pajaučia tėvų meilę. O kiekvienam vaikui tiesiog būtina žinoti, kad jis yra mylimas, norint užauginti atsakingą, brandų suaugusį žmogų. Žinoma, vaikui naudinga pajusti jūsų meilę jam visais penkiais būdais. Tačiau bendraudami su vaiku jo meilės kalba, jūs pripildysite jo „emocinį rezervuarą“. Kuomet mažasis jaučiasi mylimas, kur kas paprasčiau jį sudrausti, lavinti nei tada, kai jo emocinio pajėgumo saugykla beveik ištuštėjusi. Vaiko emocinis rezervuaras, saugykla - tai jo stiprybės šaltinis, kurio tarytum kuro semiasi stiprybės kupinomis iššūkių vaikystės bei paauglystės dienomis. Kviečiu visus suaugusiuosius, mylinčius vaikus į „kalbų kursus“, kad geriau perteiktumėte savo meilę vaikams.

**Kūdikiui** vienodai svarbus ir mamos pienas, ir patiriamas švelnumas. Taip pat ir kietas maistas bei ne mažiau svarbi jaučiama meilė. Nejausdamas meilės jis badautų emociškai ir nepasiruoštų gyvenimui. Emocinis meilės pamatas padedamas per pirmuosius aštuoniolika mėnesių.

**Paauglystėje** patenkinti vaiko meilės poreikį nėra lengva. Dar sudėtingiau, jei į šį etapą vaikas įžengia su tuščiu emociniu rezervuaru, tad nėra apsaugotas nuo paauglystei būdingų sunkumų. Vaikai, kurie auga patirdami sąlygišką meilę, patys išmoksta taip mylėti. Paauglystėje manipuliuoja tėvais, juos kontroliuoja.

**Jei mažajam nėra penkerių metų, nesitikėkite rasti pagrindinę jo meilės kalbą, nebent užuomazgas. Su mažyliais reikia kalbėti visomis penkiomis meilės kalbomis.**

**1-oji meilės kalba – fizinis prisilietimas.** Tai lengviausia meilės kalba. Juk tam, kad prisiliestum prie savo vaiko, nereikia jokios ypatingos progos. Emocinei vaiko raidai itin svarbūs apkabinimai, bučiniai, galynėjimasis ant grindų ir kiti meilūs veiksmai. Kasdien vaikams reikia daug jam reikšmingų palytėjimų. Fizinis prisirišimas reikalingas tiek berniukams, tiek mergaitėms. Bet berniukai gauna jo kur kas mažiau nei mergaitės. Klaidinga nuomonė, jog fizinė meilės išraiška berniukus daro moteriškais. Svarbiausia-kuo pilnesnis vaiko emocinis rezervuaras, tada ir sveikesnė vaiko savigarba, jo seksualumas. Paaugliui labai svarbu rodyti meilę tinkamais būdais, tinkamu laiku ir tinkamoje vietoje.

**2-oji meilės kalba – palaikymo žodžiai. Su meile išsakyti žodžiai vaikui gali itin daug.** Meilūs, švelnūs žodžiai, padrąšinimas ir pagyrimas sakyte sako vaikui, jog „aš rūpinsiuosi tavimi“. Tai „maitina“ vaiko savivertę bei jo saugumo jausmą. Ir nebūtinai turime vaikui sakyti „aš tave myliu“. Puikiai palaikysite vaiką, įkvėpdami jam drąsos, kad siektų daugiau. Pvz.: „Jau panašiai, gerai, puikiai, tau pavyko!“ Ir visa tai skatina mažąjį nesustoti bet kurioje veikloje. Arba paskatinkite pozityvų vaiko elgesį, kad jis kartotųsi: „Pastebėjau, jog pasidalinai obuoliais su kaimynu Luku. Man patiko tai. Gyvenimas tampa daug paprastesnis ir gražesnis, kai dalijamės vieni su kitais“. Jeigu sudėtinga Jums kalbėti šia

meilės kalba su savo vaiku, siūlau užsivesti specialų sąsiuvinį. Išgirdę kitų tėvų palaikymo žodžius savo atžaloms, užsirašykite tai. Perskaitykite straipsnį apie vaikų auklėjimą, pasirašykite pozityvią mintį turinčius posakius. Pasirepetavę žodžius, sąmoningai ieškokite progos išsakyti juos savo vaikui. Tai jis turėtų išgirsti bent tris kartus per dieną.

**3-ioji meilės kalba – kartu praleistas laikas.** Leisti laiką drauge, vadinasi, atiduoti vaikui visą dėmesį. Skirdami laiką vaikui, turime atsisakyti kitų svarbių mums prioritetų. Tai investicija į vaiko ir visos šeimos ateitį!

Jeigu turite keletą vaikų, turite rasti laiko pabūti vieniems su kiekvienu iš jų. Laiką leisti galite ne vien aktyviai, bet ir tam, kad kuo geriau pažintumėte savo atžalą. Tuomet natūraliai išsirutulioja šaunus pokalbis apie viską, kas reikšminga ir gyvenimiška. Tai gali būti pokalbiai, kuomet tėtis atskleidžia kažką iš savo patirties vaikystėje ar paauglystėje, diskutuoja apie vertybes, moralės tema. Tai itin stipriai paveikia vaiką emociškai. **Šeimos laiką reikia planuoti, nes kitaip pamatysite, kad mažai skiriate vaikams laiko. Tačiau, žinoma, nereikia atmesti ir spontaniškumo!** Planuodami šeimos laiką, išmokysite ir vaikus planuoti savąjį. Pasiruošti susitikimui-tai ne vien pasižymėti laiką kalendoriuje, bet ir išmesti iš galvos mintis apie darbą, nukreipti dėmesį į namus. Suraskite, kas Jums padėtų atsipalaiduoti ir nurimti, kad nepristigtumėte energijos būdami su vaiku.

**4-ta meilės kalba – dovanos.** Jei vaikui siūloma dovana už sutvarkytą savo kambarį arba ramų buvimą prie televizoriaus bent pusvalandį, tai ne dovana, o atlygis už paslaugą. Paprastą dovaną galite paversti meilės išraiška, ją supakuodami ir įteikdami prie šventinio stalo. Dovanos išvyniojimas vaikams sukelia emocinį jaudulį ir tokiu būdu parodote, kad tiek mažas, tiek ir didelis daiktas yra Jūsų meilės išraiška. **Ir įsidėmėkite-ne visos dovanos perkamos praduotuvėje!** Lauko gėlės, išskirtinės išvaizdos akmenys, į krantą išmesta įdomi šaka gali prilygti dovanai, jei ją meniškai įvyniosite ir įteiksite.

Jeigu dovaną įteikęs tėvas supykęs iš vaiko ją atima ar sugadina, arba įniršęs dar jam pasako: „Gailiuosi, kad padovanojau tau...“, - tai gali vaiką emociškai sužaloti. **Atminkite,** vaikai tik tapę vyresniais gali suprasti ir įvertinti, kiek daug jiems duodate, ir, kad Jūsų meilė bei buvimas drauge yra pati geriausia dovana.

**5-oji meilės kalba – patarnavimas.** Jeigu jūsų vaiko pagrindinė meilės kalba yra patarnavimo veiksmai, tai nereiškia, kad privalote įvykdyti visus jo prašymus. Turite apgalvoti, ar jūsų atsakas papildys vaiko meilės rezervuarą, ar prakiurdys. Pvz., kai vaikas prašo jūsų sutaisyti dviratį, sutaisyti žaislą, jis siekia kartu ir meilės. Šie vaikai, tėvų pagalbą bei patarnavimą suvokia kaip meilę.

**Sėkmės atpažįstant savo atžalų meilės kalbas ir pildant jų meilės rezervuarus!**

Pagal įvairią literatūrą paruošė Pasvalio r. sav. Švietimo pagalbos tarnybos  
Pedagoginio psichologinio skyriaus psichologė metodininkė Simona Stapulionienė,  
2016 metai

