

## SAVARANKIŠKUMAS IR VAIKO RAIDA (dėmesys, socialiniai įgūdžiai ir kt.) 2021 02 22

Straipsnio autorė Lina Liutvinienė, logoterapeutė, specialioji pedagogė

Nuoroda 2020 m. gruodžio 5 d.: [\(20+\) Lina Liutvinienė - jrašai | Facebook](#)

...Vaiko savarankiškumas susijęs ir su dėmesio kokybe. Vaikas, kuris valgo, rengiasi pats –jis kasdien keletą kartų susikaupia konkrečioje veikloje. Mėgina, stengiasi ir tobulina šias kasdienes veiklas. O tai puikios dėmesio sukaupimo ir išlaikymo pratybos. Ir atvirkiščiai: kai vaiko rankos pilnos žaislų, o dėmesį kausto televizorius, telefonas ar linksmina močiutė, kol mama pavalgydina ar aprenkia, greitai ir „neskausmingai“, vaikas tiesiog susikaupia tikslingoje veikloje neturi progos. Vaikui kartojami žodžiai: „moki pats“, „dabar tu“, jau nuo metų skatina pačiam siekti tikslo, mėginti ir tobulėti. Svarbu džiaugtis ir skatinti, kai mėgina, o ne tik tada, kai pavyksta. Savarankiškumas sąlygoja ir vaiko bendravimą, socialinius įgūdžius, pasitikėjimą savimi.

Ar dažnai sutinkate nedrąsių vaikų? O gal Jūsų vaikas nedrąsus? Pažįstamos situacijos, kai vaikas nedrįsta prieiti pakalbinti kitą vaiką, pasakyti savo vardą ar kiek jam metų, kai nedrąsu paklausti ar paprašyti. Kartais tokios situacijos visai adekvačios ir vaikui tiesiog reikia daugiau laiko išdrįsti. O kartais tai jau sunkumas, kuris kelia įtampą ir vaikui, ir tėvams. O ką jau kalbėti apie konfliktus tarp vaikų. Dažnai nesavarankiški vaikai renkasi jaunesnius už save draugus, arba atvirkiščiai – labiau mėgsta vyresnius, o bendraamžiais nesidomi. Nes vyresni mėgina spėti vaiko poreikius ir juos patenkinti, o su mažesniu gali pats vadovauti. Tikrieji iššūkiai prasideda susidūrus su bendraamžiais. Kai reikia pasakyti, ko nori, suprasti, pakovoti už save, susidraugauti ir susitarti. Todėl bendraamžių darželių grupės puiki socialinių įgūdžių mokykla. Ir tėvai dažnai pastebi, kad vaiko raida paspartėja lankant darželį ir pergyvenus adaptacijos laiką.

Nepasitikintys savimi vaikai – tai ir tie vaikai, kurie mėgina tik vieną kartą, suklydę labai jautriai reaguoja, nebenori daryti veiklos ar užduoties. Kiti net nemėgina, o prašo mamos, tėčio. Pasiūlius užduotį, naują žaidimą iš karto sako „nenoriu“, „nemoku“, „nežinau“. Ir tik pamėginus pasidaro smagu. Nepasitikintiems savimi vaikams ne tik sunku pradėti ką nors nauja, nežinoma, jie jautrūs nesėkmei, jiems sunku bendrose veiklose su kitais vaikais, sunku žaisti vieniems patiems ir jie nuolat reikalauja suaugusiojo šalia.

Kartais nepasitikėjimą savimi jie slepia po netinkamu elgesiu: garsiai šūkauja, juokiasi ne vietoje ir ne laiku, netinkamai reiškia emocijas, mušasi. Nepasitikintis vaikas jaučia daug įtampos situacijose, kurios yra naujos, neįprastos, sudėtingesnės. Ir tėvai tikrai gali vaikui padėti neskubindami, o būdami atidūs tam, kas vyksta. Įvardindami jausmus, drąsindami, tačiau palikdami erdvės pačiam vaikui išdrįsti, sudarydami sąlygas dažniau išmėginti nepažįstamas erdves ir situacijas.

Vienas iš geriausių būdų skatinti vaiko pasitikėjimą savimi – tai skatinti vaiko savarankiškumą. Ir vėl pabrėžiu svarbą jau labai anksti mokyti vaiką rengtis, pavalgyti, leiskite pačiam susigalvoti veiklos, pačiam atsikelti nugriuvus, pačiam pasiimti daiktą, kurio nori, pačiam sugalvoti, kaip žaislas veikia ir pan. Ir netaisyti to, ką vaikas padaro, o parodyti kaip. Jei per stipriai „glosto“ šunį, parodykite, kaip reikėtų. Jei valgo ir išsiterlioja, neskubėkite valyti ir šluostyti, o parodykite, kaip patogiau laikyti šaukštą, susitvarkysite po valgio. Kiek didesniai vaikui jau duokite ir dar vieną pašluostę – pavalgę nuvalykite stalą kartu. Jei rengiasi, jau mažyliui galite sakyti „nusiimk kepurę“, leiskite nusiauti batus, nusitraukti kojine su minimalia pagalba. Mokykite apsirengti. Turėkite kantrybės ir atlaidumo. Neskubėkite taisyti.

Mano dukra važiuojant iš treniruotės žirgyne sako: „Aš vis dar bijau šokinėti per kliūtis, man reikia daugiau tai daryti.“ Tai tiesa, nes visi įgūdžiai atsiranda tik veikiant, kartojant, klystant ir vėl veikiant. Palaukti išmokstame tik tada, kai laukiame. Rengtis, valgyti, įveikti įvairias situacijas gebame lengviau tik tada, kai tai darome. Ir kuo dažniau, tuo geriau.

Ir dar vienas patarimas tėvams. Stabdykite save, kai vartojate žodžius: „nedaryk“, „nelipk“, „nebėk“, „neimk“, ar įspėjimus: „nugriūsi“, „nukrisi“, „sulaužysi“. Vietoj to pastebėkite ir paskatinkite: tu matai, kur gali įsikibti? Ar pastebėjai, kad šitas labai plonas ir trapus? Pamėgink padėti atsargiai. Matei, šitas karštas? Žiūrėk, kur čia gali pralįsti? Jei imsi nuo viršaus, tai nenuvirs kiti ir pan. Leiskime vaikams patiems daryti tai, ką jie geba pagal amžių, net ir tai, ko negeba, tegu mėgina – ir neskubėkite su pagalba. Savarankiškumui reikia meilės, kantrybės ir erdvės. Ir tėvų uždavinys šią erdvę suteikti.

Konsultacijose pastebiu, kad vaiko nesavarankiškumas, nepasitikėjimas savimi ir aplinka kyla iš tėvų nepatenkintų, nesuvoktų emocinių poreikių, traumų, baimių, reikalavimų sau ir kitų jausmų bei situacijų. Todėl jautriai ir supratingai klausiu, kaip Jūs jaučiatės, kai vaikui nepasiseka, kai jam sunku, kai jis nemoka? O kas, jei mokėtų? O kas, jei Jūs leisite pamėginti? O kam to reikia – jam ar Jums? Todėl visada labai sveika atsigręžti į save ir paklausti, o ką man tai reiškia? Kaip aš dėl to jaučiuosi? Ar aš esu pakankamai savarankiška ir savimi pasitikinti asmenybė, ar man vis tik labai svarbu, ką mano kiti, kokia aš mama ar tėtis pasirodysiu, koks požiūris apie mane iš aplinkos? Kaip tinkamai pasielgs mano vaikas? Ir kam aš būsiu svarbi(-us) ir reikalinga(-as), kai mano vaikui manęs nebereikės? Taigi, pradėkime nuo savęs ir duokime erdvės savo jausmams, klausimams ir atsakymams. Tada tikrai bus lengviau suteikti erdvės savarankiškai augti savo vaikui.

Ir pabaigai, tėvai dažnai klausia, kada jau vaikas turi rengtis pats, valgyti pats, užmigti pats, sėstis ant puodo, pažaisti vienas ir pan. Kūdikiui iki vienerių metų svarbu suprasti ir patenkinti jo poreikius, nes tai jo sėkmingo vystymosi pagrindas, o vaikučiui augant savarankiškai veikti yra vienas iš svarbiausių jo poreikių, kurį taip pat turime suprasti ir tenkinti. Vaikus reikia myluoti, nešioti, duoti jiems kontaktą ir dėmesio ir kartu vis daugiau erdvės pačiam. Vaikai labai skirtingi, vienam dar keturių metų neina paimti žirklių ir nesupranta, kaip jos veikia, o kitas jau dviejų kerpa drąsiai popierių į smulkius skutelius. Pateiksiu tam tikras raidos specialistų rekomenduojamas gaires, tačiau vaikai ir šeimos skirtingi, todėl įvertinkite, kur esate dabar ir kiekvieną dieną leiskite savo vaikui veikti savarankiškai, vis po vieną naują žingsnelį įvairiose srityse. Ir pastebėsite, kiek daug jis gali. ...[\(bus daugiau...\)](#)

Daugiau informacijos rasite, pasinaudoję nuoroda: [\(20+\) Lina Liutvinienė | Facebook](#)

