

## **„SUNKŪS“ VAIKAI BAUSMĖMIS NEGYDOMI**

Nėra blogų vaikų – yra tik netinkamas elgesys. Vaikai, besielgiantys blogai, dažniausiai yra nelaimingi ir savo neleistinu elgesiu nori aplinkiniams parodyti, jog kenčia ir jiems reikalinga pagalba bei supratimas. O tėvai, užuot vaiką išklausę ir bandę suprasti, dažniausiai jį baudžia, bara, kaltina ir moralizuoja.

**Kokius vaikus mes linkę vadinti „sunkiais“?**

### **Melavimas**

**„Meluoju, nes bijau bausmės ir nemoku būti tobulas“**

Jeigu jūsų vaikas labai dažnai meluoja, tai galima įtarti, kad jam keliami per dideli reikalavimai, naudojamos per griežtos ir konservatyvios taisyklės, nepaisoma vaiko poreikių ir norų. Vaikai, kurie meluoja, bijo nepatenkinti tėvų lūkesčių, nesugeba būti tobuli, labai nori įtikti tėvams arba bijo bausmių ir moralizavimų. Visi suprantam, kad tobulų žmonių nėra ir negali būti, tačiau kažkodėl tėvai iš vaikų reikalauja tiek, keik vaikai negali „pavežti“. Labai svarbu ne bausti vaiką už tai, kad jis pamelavo, bet pasišnekėti, kodėl jis nesakė tiesos, ko jis bijojo.

### **Vagiliavimas**

**„Vagiu, nes kitaip manęs nepastebi ir esu niekam nereikalingas“**

Jeigu vaikas pradėjo vogti, reikėtų susimąstyti, ant ko ir dėl ko jis taip stipriai pyksta. Dažniausiai vagia tie vaikai, kurie yra emociškai apleisti, jaučiasi nereikalingi, neįdomūs, nieko nesugebantys ir nesvarbūs. Su tokiu vaiku reikėtų kuo daugiau laiko leisti kartu ir būtent taip, kaip jis nori, kas jam malonu ir įdomu. Taip pat svarbu pasišnekėti apie jo pyktį, nuoskaudas, nusivylimą ir pasiaiškinti, kodėl jis jaučiasi nesvarbus ir nereikalingas.

### **Agresyvumas**

**„Mušوسي, nes nepasitikiu savimi ir man nesaugu“**

Agresyvūs vaikai dažniausiai labai prastai save vertina, jaučiasi silpnesni ar ne tokie svarbūs, kaip aplinkiniai, dėl to jie bando jėga įrodyti, kad kažką sugeba, moka ir žino. Taip pat galima įtarti, kad agresyvūs vaikai yra auklėjami autokratiškais metodais: gąsdinimais, grasinimais, smurtinėmis bausmėmis, kaltinimais ir moralizavimu. Todėl tokie vaikai jaučiasi labai nesaugiai, ir kad patys netaptų aukomis, puola kitus. Tokie vaikai dažnai būna kerštingi, isteriški, būtent taip jie bando išsakyti savo nuomonę, apginti savo poreikius, nes kitų būdų būti savarankiškiems ir svarbiems tėvai jiems nesuteikia. Su tokiais vaikais reikia vietoje bausmių susėsti pasikalbėti ar imtis derybų, bandyti ieškoti kompromisų, o ne su jais kovoti ir bandyti juos „perlaužti“.

## **Depresiškumas**

### **„Liūdžiu, nes esu bejėgis ir niekas manęs nemyli“**

Depresiškumas būdingas nusivylusiems vaikams, kurie jaučiasi bejėgiai, nesavarankiškai, kenčiantys ir liūdni. Gali būti, kad šeimoje yra ir kitų žmonių, kuriems būdinga depresinė būseną, tada vaikas tiesiog yra paliekamas pats su savo mintimis ir jausmais, nes, patys būdami depresiški, suaugusieji negali juo tinkamai pasirūpinti. Šie vaikai labai nepasitiki savimi, jiems stinga vilties, tikėjimo ir drąsos gyventi. Todėl tėvai (ar kiti suaugusieji) turėtų pastebėti vaiko stipriausias savybes, kurių pats vaikas jau nepastebi, kuo dažniau jį girti, nereikalauti iš vaiko daugiau, negu jis sugeba atlikti. Jokiu būdu negalima palikti vaiko vieno su jo liūdesiu ir skausmu, reikėtų pasikalbėti, įsiklausyti į jo problemas, o kartais tiesiog pasėdėti apsikabinus ir patylėti.

## **Fantazavimas**

### **„Fantazuuju, nes esu labai kūrybiškas, meniškias ir smalsus“**

Fantazuotojai dažniausiai yra labai lakios vaizduotės, kūrybiški, pilni visokiausių netikėtų idėjų ir minčių. Jie smalsūs, viskuo domisi, todėl kartais gali atrodyti įkyrūs ir nejuočiantys ribų. Tėvai dažnai baiminasi, kad vaikas per daug svajoja, kad neskiria realybės nuo savo fantazijų. Kartais šie vaikai dėl savo fantazavimo pavadinami melagiais, laikomi nerimtais, paviršutiniškais. Todėl tėvams reikėtų suteikti vaikui galimybę kurti ir fantazuoti legaliai: lankyti meninės, kūrybinės pakraipos būrelius, kurti kartu su juo įvairias istorijas ir paaiškinti, kuo realybė skiriasi nuo fantazijos. Su tokiais vaikais reikėtų daug keliauti, pažinti įvairias naujas vietas ir apie visus patirtus įspūdžius pasikalbėti.

## **Užmaršumas, nedėmesingumas**

### **„Nesusikaupiu, nes esu svajotojas ir man dažnai nuobodu“**

Šie vaikai sunkiai sukaupia dėmesį, yra išsiblaškę, nepastabūs, užmaršūs. Jie dažnai pameta daiktus, yra netvarkingi, pokalbio metu dažnai nesiklauso pašnekovų, žioplinėja. Tačiau tėvai, užuot vaikus kritikavę, moralizavę ir gėdinę, geriau paieškotų jiems įdomių ir įtraukiančių veiklų, pastebėtų ne asmenybės trūkumus, o gerąsias savybes: kūrybiškumą, meniškumą, lakią vaizduotę.

Dažnai vaikai sunkiai koncentruoja dėmesį tada, kai turi per daug nuobodžios ir monotoniškos veiklos, kai iš jų per daug reikalaujama, kai jie ne iki galo supranta užduotį ir taisykles.

## **Tinginiavimas**

### **„Nenoriu nieko daryti, nes esu pavargęs ir man neįdomu arba per sunku“**

Dažniausios tinginystės priežastys – nuovargis, miego trūkumas, netinkami maitinimosi įpročiai, nuobodulys. Kai manote, kad vaikas tingi, reikėtų jo paklausti, kodėl jam ta veikla nepatinka, ką jis norėtų veikti vietoje to, ko nenori daryti? Taip

pat tingėti pradeda tie vaikai, iš kurių per daug reikalaujama, kurie priversti nuolat daryti tai, ką jiems liepia, ir visai neturi galimybės užsiimti tuo, kas jiems patiems įdomu ir malonu. Todėl svarbu pasikalbėti su vaiku apie jo norus, apie tai, kokia veikla jį džiugina, ką jis mėgsta daryti.

### **Per didelis aktyvumas**

**„Judu, nes esu labai energingas, man viskas įdomu ir aš visko noriu“**

Aktyvūs vaikai dažnai trukdo aplinkiniams, nes jų visur pilna, jie visko nori, jie turi daugybę idėjų ir veiklų, tarp kurių patys pasimeta. Jie apdovanoti didžiule energija, smalsumu ir noru viską žinoti. Jie daug kalba, todėl nelabai moka klausytis, nejaučia kitų žmonių ribų, gali nenorėdami kitus užgauti. Tačiau visa tai jiems davė gamta ir genai, tad jeigu tėvai norės tai pakeisti, tik kovos su vėjo malūnais. Geriausia aktyvius vaikus įtraukti į veiklą, kur reikia sportuoti, daug judėti, lakstyti, dūkti. Jiems reikia daug erdvės, todėl reikėtų su jais kuo daugiau būti lauke, žaisti judriuosius žaidimus. Svarbu jiems nesūlyti tokios veiklos, kur reikia ilgai sėdėti vienoje vietoje, geriau daryti trumputes pertraukėles, per kurias vaikai galėtų pašokinėti, pabėgioti ir pan.

### **Per didelis jautrumas**

**„Verkiu, nes man visų gaila (taip pat ir savęs) ir aš noriu visiems padėti“**

Šie vaikai yra labai emociingi, kartais turi įvairių baimių, mėgsta dramatinizuoti situacijas. Jie drąsiai reiškia savo jausmus, gali greitai apsiverkti, yra nuoširdūs ir jautrūs. Tačiau per didelis jautrumas gali trukdyti, kai vaikas iš musės padaro dramblį, kai liūdi dėl viso pasaulio problemų ir jaučiasi bejėgis, kad negali padėti visiems badaujantiems vaikams ir išgelbėti visų benamių gyvūnų. Svarbu nepamiršti, jog pirmiausia pagalbą reikia jiems patiems, šie vaikai labai mėgsta būti lepinami, ilgai nori išlikti mažiukais, mėgsta būti apkabinti ir pamyluoti. Todėl negalima jiems drausti į lovą prisidėti daugybės minkštų žaislų, reikia kuo dažniau prie tokių vaikų liestis, vadinti mažybiniais žodžiais, visokiais įmanomais būdais rodyti jiems dėmesį.

### **Uždarumas**

**„Nebendrauju, nes nepasitikiu kitais ir iš manęs per daug reikalauja“**

Uždari vaikai yra drovūs, nepasitiki savimi, atsiskyrėliai, dažnai būna vieniši. Taip pat jie nepasitiki kitais, bijo būti įskaudinti, labai jautriai reaguoja į kritiką. Šie vaikai yra turėję neigiamos emocinės patirties: buvo išduoti, pasmerkti, sukritikuoti, pažeminti, todėl dabar labai bijo bendrauti ir niekuo nepasitiki. Svarbu gerbti šių vaikų pasirinkimą būti vienišiams, nes jeigu juos spausime bendrauti, jie dar labiau užsidarys ir atsitrauks. Tačiau negalima palikti vaiko vieno su jo skausmu, reikia reaguoti į jo problemas, jausmus, netgi jeigu jis nenori visko atskleisti ir išpasakoti. Šiems vaikams labai patinka bendrauti netradicinėmis priemonėmis: piešiniais, žaidimais, judesiais, vaidyba, skaitant pasakas ir pan.

## **Kaip elgtis su „sunkiais“ vaikais?**

**Pastebėkite vaiko poreikius.** Nekibkite dėl netinkamo vaiko elgesio, blogas elgesys yra tik paviršius, o viduje – kenčianti vaiko širdelė. Išsiskiriantis ir nepriimtinas vaiko poelgis yra ne kas kita, o pagalbos šauksmas, todėl jūsų pareiga ne apkaltinti ar nubausti vaiką už blogą elgesį, o išsiaiškinti, kokie vaiko poreikiai yra slopinami, kodėl jis negali gyventi džiugiai ir laimingai. Gali būti, kad jam trūksta tikro ir nuoširdaus jūsų dėmesio, gal jį skriaudžia ir pravardžiuoja vaikai, gal jis nesusitvarko su per dideliais aplinkos reikalavimais, o gal yra patyręs emocinę traumą ir jam reikia jūsų pagalbos, palaikymo ir supratingumo. Kartais netinkamo vaiko elgesio priežastis būna elementarus miego trūkumas, pervargimas ar alkis, todėl užtenka pagarbiai ir rūpestingai patenkinti šiuos vaiko poreikius ir blogas elgesys liaujasi.

**Išklausykite vaiko motyvus.** Jeigu vaikas pasielgė netinkamai, būtinai pasikalbėkite su juo apie tai, išklauskite vaiko nuomonę, tegu jis papasakoja, kaip jam viskas atrodė, kaip jis supranta savo elgesį, jo priežastis, motyvus ir galimas pasekmes. Stenkitės kalbėti kuo mažiau, svarbiausia – kantriai ir supratingai išklausti viską, ką vaikas nori pasakyti. Labai dažnai vaikų motyvai būna kilnūs ir geranoriški, tačiau elgesys gali būti netinkamas. Pavyzdžiui, mergaitė prabangų vilnonį mamos megztinį išneša į lauką, kad apklotų mažus kačiukus – elgesio motyvas labai puikus: atjauta, gailestis, geraširdiškumas, tačiau elgesys netinkamas, megztinis turi būti mamos spintoje, o ne lauke. Todėl tokiu atveju nereikėtų bausti dukters už tai, kad išnešė megztinį, o surasti seną, nereikalingą drabužį ir jį panaudoti kačiukams sušildyti. Kitas pavyzdys: pradinukas parduotuvėje paėmė vieną saldainį ir norėjo jį išsinešti pro kasas – trumpiau tariant – bandė vogti. Pasikalbėjus paaiškėjo, kad jo klaseje mokosi vaikas iš labai neturtingos šeimos, ir jis saldainius gali valgyti tik sapnuose arba fantazijose. Todėl „vagišius“ iš geraširdiškumo ir gailesčio norėjo padovanoti saldainį bendraklasiui, tik neturėjo pinigų jam nupirkti. Todėl, užuot nubaudę vaiką už vagystę, kartu su juo nupirkite saldainių ir nuneškite neturtingam draugui.

**Paaiškindite apie netinkamą elgesį.** Kartais vaikai tiesiog nežino, kas galima, o kas – ne. Jeigu žadate vaiką vestis ten, kur reikės laikytis tylos (į teatrą, bažnyčią, kapines ir pan.), būtinai prieš eidami pasikalbėkite, kad ten reikės pabūti tyliai ir susikaupus, ir paaiškinkite, kodėl taip elgtis reikia. Jeigu pastebite, kad vaikas ima kitų daiktus nesiklauses, tai irgi būtinai paaiškinkite, kad taip daryti nereikia, papasakokite, kaip jaučiasi tie žmonės, kurių daiktus jis pasisavino. Labai svarbu tėvams patiems laikytis taisyklių, kurios nustatomos vaikui: jeigu tėvai patys keikiasi ir agresyviai elgiasi, o vaikui tai draudžia, jam nebeaišku, ar klausyti tėvų žodžių, ar mokyti iš tėvų elgesio. Jeigu mama knaisiojasi po vaiko stalčius ir skaito jo dienoraštį, tai ir vaikas išmoks nepaisyti kitų žmonių ribų ir gali net pradėti vogti.

**Nekritikuokite vaiko asmenybės.** Labai svarbu, kalbant apie vaiko netinkamą elgesį, nekliauti etikečių, nesmerkti, nekaltinti ir nekritikuoti jo asmenybės, o tiksliai pasakyti, ką ir kaip jis padarė negerai ir kokio elgesio jūs tikėtės. Jeigu vaikas pažadėjo ir nesusitvarkė žaislų, tai vietoje: „Tu užuomarša ir tinginys“ reikėtų pasakyti: „Aš nusiminiau, kad tu nesusitvarkei žaislų, dabar kambarys atrodo apgriautas.“ Jeigu vaikas įspyrė broliui, tai vietoje: „Tu tikras mušeika, nieko iš tavęs gero neišeis“, geriau pasakyti: „Atrodo, tu labai supykai ant brolio, bet mušti jo negalima, reikėtų dabar su juo pasikalbėti ir susitaikyti.“

**Suteikite laisvės ir erdvės.** Svarbiausia priimti vaiką tokį, koks yra. Tai nereiškia, kad galima jam viską leisti ir toleruoti bet kokį jo elgesį, tačiau kad ir kaip jis pasielgtų, reikėtų tikėti, jog širdyje vaikas yra geranoriškas. Taip pat svarbu tiesiog mylėti savo vaiką netgi tada, kai jis elgiasi nepriimtinais ir provokuojančiais. Jeigu vaikas yra labai aktyvus, suteikite jam galimybę išsidūkti, pasportuoti ir pasiausti ten, kur jis niekam netrukdytų ir nieko neužgautų. Jeigu vaikas yra užduras ir drovus, neverskite jo kalbėtis su pirmais sutiktais žmonėmis, nestumkite jo į kiemą, į būrelius, tegu pats pasirenka veiklą, kuri jam maloni, tegu pabūna atsiskyres tiek, kiek jam norisi. Jeigu vaikas linkęs fantazuoti, turi lakią vaizduotę, paskatinkite kurti pasakas, istorijas, gal net knygą, jeigu pats nemoka rašyti, užrašykite jūs. Jeigu vaikas labai jautrus, greitai apsisverčia, tai nedrauskite jam verkti, negėdinkite ir nekaltinkite jo dėl ašarų, geriau pasišnekėkite, kas būtent jam taip graudu ir jausminga.

Svarbu nepamiršti, kad kiekvienas vaikas turi platų ir nepakartojamą savo vidinį pasaulį, todėl geriau bandyti suprasti ir pažinti vaiką, o ne kritikuoti ir drausti viską, kas neatitinka mūsų susikurtų standartų.

*Psichologė, psichoterapeutė Rosita Pipirienė*

Informacijos šaltinis: [bernardinai.lt](http://bernardinai.lt)