

KAIP VAIKUI PARODYTI SAVO MEILĘ, JEIGU NELIEKA LAIKO IR JĖGŲ?

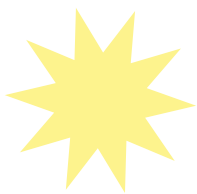
Visų pirma, derėtų suvokti, kad kalbama ne apie vaikui skirtą laiko kiekį, o apie mūsų bendravimo kokybę. E. Frommo knygoje “Menas mylėti” pasakojama apie svarbiausius meilės elementus: rūpestį, atsakomybę, pagarbą ir žinias. Būtų naudinga juos pritaikyti šiuolaikinių tėvų ir vaikų santykiuose.

Kaip pasirūpinti vaiku, jeigu tam turime tik valandą ar pusvalandį per dieną?

Tėvų rūpestis, visų pirma, pasireiškia jautrumu ir atidumu vaiko poreikiams. Galima įvesti taisyklę grįžus iš darbo pirmąsias penkias minutes skirti vaikui: pasisveikinti, apkabinti jį, paglostyti. Jeigu jis lanko mokyklą, galima susikurti tradiciją ruošti jam pusryčius ir rytais palydėti į mokyklą. Galima paskambinti jam po pamokų, kad sužinotumėme, kaip praėjo diena, o vakare kartu pažiūrėti filmą. Mes rūpinamės vaiku, kai nepaisydami užimtumo, ateiname į vaikui svarbų renginį arba organizuojame šventinę šeimos vakarienę jam grįžus iš vasaros stovyklos... Svarbu leisti vaikui pajusti, kad tas laikas priklauso tik jam.

Be abejo, derėtų suvokti, kuriais dalykais vaiko gyvenime rūpintis yra tikslinga, o kuriais ne. Ar tikrai verta nuolat sukti galvą ar vaikas susidėjo visas priemones mokyklai, ar atliko namų darbus... Juk tėvų užduotis išmokyti vaiką pasirūpinti savimi: pačiam susidėti reikalingas priemones į mokyklą, pasiruošti drabužius, mokėti pagaminti paprastą patiekalą. Tokiu būdu mes pajėgsime užauginti ne infantilų, o savimi pasitikintį, savarankišką ir ryžtingą žmogų.





Atsakomybė

Be abejo, atsakomybė - tai nepernelyg didelė globa ir kontrolė. Rasti gerą darželį, mokyklą, užsiėmus ir motyvuoti vaiką juos lankyti bei padėti jam žengti tinkamu keliu - tai jau milžiniškas darbas. Tačiau kartais mamos visur kartu vaikšto su savo vaikais, už juos daug ką daro ir verčia juos jaustis nelabai jaukiai. Derėtų rasti aukso vidurį, kad būtume artimi, o jeigu situacija palanki, reikia vaiką trumpam paleisti ir leisti vaikui veikti savarankiškai. Svarbu būti šalia būtent tada, kai vaikui to reikia: aiškiai matyti situacijas, kai būtina įsikišti: pakeisti mokyklą, išsiaiškinti santykius su mokytojais, patikrinti sveikatos būklę. Arba, atvirkščiai, nesikišti, tačiau būti pasirengus laiku skubėti į pagalbą.

Pagarba



Ar vaikas jaučia, kad yra gerbiamas?

O kaip mes patys jaučiame pagarbą? Mums svarbu, ar atsižvelgiama į mūsų nuomonę, ar įdėmiai mūsų klausosi, pertraukia ar ne, ar dalijasi informacija, ar bando su mumis tartis? Mus gerbia, jeigu bendrauja su mumis kaip su lygiais, mandagiai ir geranoriškai, nebando įpiršti savo nuomonės ir neverčia paklusti, bendradarbiauja, o ne manipuliuoja.

Bendraudami atkreipiame dėmesį į neverbalinius bendravimo ženklus. Didelę reikšmę turi balso tonas, laikysena. Dar vienas pagarbos ženklas - pasitikėjimas (pvz. atsakingo darbo paskyrimas). Ketverių metų vaiko galima paprašyti sudėti ant stalo indus, kai laukiame svečių, palaistyti gėles. Pradinių klasių mokinio - prižiūrėti naminių gyvūnėlių, padėti paruošti vakarienę. Paaugliui - leisti likti namuose vienumą keletą dienų arba vieną išleisti į kelionę.



Žinios

Jeigu norime geriau pažinti savo vaiką, reikia pastebėti net smulkmenas ir kalbėtis su juo, stengtis būti šalia, domėtis jo gyvenimu, skoniu, pageidavimais - pvz. muzika, maistas, draugai. Svarbu ne tik klausinėti, bet ir kurti abipusį pokalbį: klausytis atsakymų, tikslintis, konkretinti. Dažnai mažyliai nepasakoja svarbių dalykų iškart, tačiau pvz. vakare prieš miegą, vaikas staiga ima dalintis paslaptimis.

Minėti keturi veiksmingos meilės elementai susiję tarpusavyje: atsakomybė reiškia rūpestį ir pagarbą, o pagarba - žinias ir t.t. Mūsų meilė vaikams transformavosi į nuolatinį ugdymą ir kontroliavimą. Mums nebelieka jėgų "tiesiog mylėti": apkabinti, paglostyti, paniurkyti, drauge pažiūrėti filmuką, pasišnekučiuoti prieš miegą. Mes nuolat skundžiamės užimtumu, tačiau tuo pačiu nepasinaudojame paprastomis galimybėmis dovanoti vaikams teigiamas emocijas. Pvz. pasiimti vaiką iš darželio puikios nuotaikos, pagirti jį už tai, kad jis pavyzdingai elgėsi, atnešti mažą siurprizą: saldainį, mėgstamą žaisliuką. Arba šeštadienio popietę surengti pagalvių mūšį, kalbėti juokingu balsu. Keletas minučių juoko per dieną - taip pat svarbi rūpesčio bei jūsų santykių dalis. Būtent tokia - kasdieniška, nesudėtinga, tačiau nuoširdi meilė reikalinga vaikui kaip oras.