



Tėvų užtikrintas žingsnis savojo vaiko link

Parengė: Janina Kuncienė,
psichologė



Supratimas ir palaikymas

- Palaikantis bendravimas
- Atidus klausymas
- Akių kontaktas
- Pritiriamasis džiaugsmas



Besąlygiška Meilė

- Priėmimas savo vaiko tokio, koks jis yra
- Priminimas, jog savo vaiką myliu, kas beatsitiktų
- Dažni apsikabinimai



Pasitikėjimas

- Savarankiškumo skatinimas
- Savo vaikui galimybės sudarymas vis dažniau priimti sprendimus veikti savarankiškai
- Vaiko skatinimas mokytis iš savo patirties
- Priminti, kad kiekviena klaida – nauja galimybė
- Vaiko pasitikėjimą savimi stiprinti nebijoti bandyti, o nepasisekus – nenuleisti rankų



Leidimas būti savimi

- Suprantu savo vaiką ir priimu su juo vykstančius pokyčius
- Paaiškinu apie vykstančių pokyčių dėsningumą
- Primenu apie nepatogumą, sunkumą laikinumą
- Susilaikau nuo kritikos
- Vengiu vertinimo



Emocinė parama

- Vaikui primenu, kad aš visada pasiruošusi jį išklausti
- Įdėmiai klausausi, kai vaikas nori pasikalbėti
- Aiškiai reaguju į vaiko jausmus
- Rodau užuojautą ir supratimą
- Padedu vaikui įvardinti jausmus
- Primenu, kad visi jausmai svarbūs: malonūs ar nemalonūs
- Pripažįstu, kad kiekvienas turi teisę pykti
- Susitariame dėl bendrų susitarimų



Taisyklės - susitarimai

- Lanksčios
- Būtinai priimtos bendru visų šeimos narių sutarimu – išklausius ir priėmus visų pasiūlymus
- Aiškiai įvardinti susitarimai ir kas bus, kai nepavyks jų laikytis
- Pasekmių aptarimas



Tobulybės nėra

- Siekti būti pačiais geriausiais tėvais
- Mokėti atsiprašyti
- Mokėti padėkoti
- Pripažinti savo klaidas
- Mokyti savo vaiką ieškoti pagalbos
- Mokyti priimti pagalbą



Literatūros sąrašas:

- ❑ Alice Miller. Tikroji talentingo vaiko drama: neišpasakyta Alisos Miller biografijos istorija, 2018 m.
- ❑ Straipsniai: vaikų-tėvų santykiai/vaikų auklėjimas <https://www.supermama.lt/forumas/topic/771659-straipsniai-vaiku-tevu-santykiai-vaiku-auklejimas/page-4>
- ❑ Aštuoni svarbūs dalykai norint užauginti savimi pasitikintį vaiką. <https://techi.lt/8-svarbus-dalykai-norint-uzauginti-savimi-pasitikinti-vaika/>