

Gerais socialiniais įgūdžiais pasižymi vienas iš trijų vaikų – kaip lavinti šį gebėjimą?

Vaiko poreikis bendrauti yra įgimtas. Mokydamasis bendrauti bei būti su kitais žmonėmis ir skirtingose aplinkose vaikas plečia savo socialinio bendravimo patirtis, per tai patiria tapatumo jausmą, susiformuoja jo asmenybė. Tad socializacija yra reikšminga vaiko visapusiško vystymosi dalis.

„Vis dar gajos patyčios tarp vaikų, susiduriame su vaikų smurtiniais tarpusavio santykiais – tai yra ženklai, kad mūsų atžaloms pritrūko socialinių gebėjimų: spręsti konfliktus, atjausti ir suprasti kitus, reikšti emocijas – bendrauti. Todėl svarbu žinoti, kad vaiko gebėjimas bendrauti gali būti lavinamas, o tėvų vaidmuo čia išlieka reikšmingu visais vaiko raidos etapais“, – sako Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos Kauno apskrities skyriaus vedėja Neringa Martišienė.

Skirtingi tyrimai rodo, kad pagal savo amžių tinkamus socialinius įgūdžius gali turėti kas trečias vaikas. Tad kaip galėtume padėti savo vaikams šį gebėjimą ugdyti ir lavinti?

Užtikrinkime galimybę bendrauti už šeimos ribų

Vaikas gimsta, auga ir formuojasi šeimos aplinkoje. Šioje unikaloje erdvėje susiformuoja ir vaiko įgūdžiai, vaikas perima šeimos vertybes, elgesio normas. Kai tėvai suteikia vaikui saugumą ir tvirtą emocinį pagrindą, tai skatina jį pasitikėti žmonėmis, jį supančia aplinka ir noriai pažinti platesnį pasaulį.

„Nors kūdikis save ir mamą iš pradžių suvokia kaip vienį ir iš šio laikotarpio turi patyrimą, kad yra pats svarbiausias, augant, jo socialiniai poreikiai didėja. Svarbu, kad tėvai suprastų šių poreikių reikšmę vaikui ir užtikrintų vaikui saugaus ir pilnaverčio bendravimo galimybes už šeimos ribų“, – akcentuoja N.Martišienė.

Pasak vaiko teisių gynėjos, puiki erdvė padėti vaikui susitikti su kitais žmonėmis ir išmokti su jais bendrauti yra ikimokyklinės įstaigos aplinka, o vėliau jau didesnė – mokyklos bendruomenė, įvairios vaikui artimos popamokinės veiklos ir, žinoma, vasaros stovyklos.

Į šias naujas aplinkas vaikas ateina su šeimos vertybėmis ir jas gali užtvirtinti. Dar daugiau – per santykius su bendraamžiais ir kitais žmonėmis, naujas patirtis ir žinias vaikas plečia šeimoje suformuotus socialinius įgūdžius ir juos papildo naujais.

N.Martišienė sako, kad kiekvienas santykis vaiką ugdo. Pavyzdžiui, bendraudamas su kitais, vaikas realiai patiria, koks elgesys stiprina tarpusavio ryšį ir padeda užmegzti draugystę, kokios taisyklės ir kokie būdai spręsti problemas gyvenime veikia. Per patyrimą, kad vaikas gali, žino, už ką buvo įvertintas, auga vaiko pasitikėjimo savimi jausmas, vaikas tampa

Gerais socialiniais įgūdžiais pasižymi vienas iš trijų vaikų – kaip lavinti šį gebėjimą?

emociškai atsparesniu.

Gerais socialiniais įgūdžiais pasižymintis mažesnis vaikas, žaisdamas kito vaiko nenuskriaus, o tapęs vyresniu – gerbs ir vertins bet kurio kito žmogaus asmenines ribas.

- *Bendraudamas vaikas įgyja pasitikėjimo savimi,*
- *Ugdo savo emocinį atsparumą,*
- *Perima socialinio gyvenimo taisykles ir normas,*
- *Mokosi komunikuoti ir priimti grįžtamąjį ryšį,*
- *Įgyja gebėjimą suprasti ir atjausti kitą,*
- *Identifikuoja ir suvokia save.*

Padėkime vaikui įveikti baugias situacijas

Vaiko teisių gynėja pataria suklusti, jeigu iš vaiko girdite „aš neturiu draugų“, „su manim niekas nenori bendrauti“ ir pan. Matote, kad vaikas nenori eiti į mokyklą, vengia bendraamžių susibūrimų, išgyvena sunkumus adaptuojantis naujoje aplinkoje – šiuos požymius taip pat reiktų vertinti rimtai.

„Kai vaikas pritrūksta patirties, kaip tam tikrose situacijose išbūti, tada jos atrodo baugios, jų gali vengti. Tam tikrais atvejais gali pasireikšti psichosomatiniai sutrikimai – pykins, skaudės pilvuką ar galvą“, – atkreipia dėmesį N. Martišienė.

Jos nuomone, ką tėvai geriausio gali padaryti šiuo atveju, tai sudaryti erdvę vaikui reflektuoti savo jauseną, suteikti emocinį palaikymą ir patvirtinimą. O kaip atsvarą nusivylimui, užsisklendimui, virtualiam gyvenimui – pasiūlyti kokybišką bendravimą. Pavyzdžiui, kartu žaisti stalo žaidimus, keliauti ar stovyklauti su vaikais, jų draugais ar draugų šeimomis – iš pradžių plėsti vaikui saugią aplinką.

Jau vėliau galima po truputį padėti vaikui išėiti iš komforto zonos, sukurti jam kuo daugiau situacijų, kurias turės įveikti, išmokti prisitaikyti, rasti sprendimus. Visa tai padės lavinti bendravimo gebėjimus.

Pripažinkime savo teisę klysti ir eikime pirmyn

Psichologė psichoterapeutė doc. dr. Asta Adler taip pat pabrėžia vaiko socialinių įgūdžių ugdymą, kaip svarbų aspektą pilnavertei asmenybei formuoti ir tuo pačiu drąsina tėvus kilus sunkumams ieškoti pagalbos. Psichoterapeutė sako, kad auginant vaiką, visi galime padaryti klaidų, bet jas galima taisyti patiems mokantis ir tobulėjant.

Gerai socialiniais įgūdžiais pasižymi vienas iš trijų vaikų – kaip lavinti šį gebėjimą?

Pasak A. Adler, moksliniai tyrimai atskleidžia, kad tik gimęs vaikas jau daug ilgiau savo dėmesį sutelkia į judančius daiktus ir veidus. Todėl, panašu, kad vaiko gebėjimas fiksuoti veidus ir atpažinti veido mimikas, o per tai artimiausio žmogaus reakcijas ir pagrindines emocijas – įgimtas. Taigi, tėvai ar kiti vaiku besirūpinantys žmonės vaikui suteikia pirmąją informaciją apie pasaulį. Jeigu vaikas šiame ryšyje jaučiasi saugus, jis gali savo artimiausią aplinką ramiai tyrinėti ir ją palaipsniui noriai plėsti. Jeigu dėmesio pritrūko ar kitaip buvo nuskriaustas, išmoksta, kad niekuo tikėti negali ir toks įsitikinimas tampa kliūtimi mezgant ryšį su bendraamžiais, draugais ir kuriant partnerystę suaugus.

„Ankstyvoji patirtis ir įsitikinimai nelengvai keičiasi, tačiau nauja pozityvi patirtis sukuria naujas galimybes. Žmonių smegenys yra plastiškos, todėl nauja patirtis mus gali paveikti bet kuriame gyvenimo etape. Mūsų tėvai mus augindami darė klaidas ir dėl to patys būdami tėvais nesąmoningai klystame, tačiau labai svarbu judėti toliau su jausmu, kad galiu rinktis, ką su savo patirtimi daryti, kaip tą patirtį įprasminti ir eiti pirmyn“, – tvirtina A. Adler.

Psichoterapeutė įsitikinusi, kad jeigu tėvai bando rasti atsakymus į savo abejones, pripažinti ne visada teisingus sprendimus ir apie juos kalbėti su vaiku, tai kartu moko vaiką, kaip elgtis su savo klaidomis. Tai irgi viena iš vaikui vertingų patirčių.

Pasak A. Adler, kartais mums gali atrodyti, kad vaikas jau pats savaime turi suprasti, kas gera, o kas ne, suvokti santykius ir savireguliacijos mechanizmą valdant emocijas, bet taip nėra. Šis procesas formuojasi ir lavėja tik tarpasmeniniame santykiyje ir visos patirtys tampa pagrindu draugystei, partnerystei ir galiausiai, santykiui jau su savo vaikais.

Kilus klausimams, kviečiame žmones pasikonsultuoti su vaiko teisių gynėjais skambinant nemokamu tel. 8 800 10 800, taip pat galima rašyti žinutę interneto svetainėje vaikoteises.lrv.lt esančiame pokalbių laukelyje. Pranešti apie vaiko teisių pažeidimą galima artimiausiame vaiko teisių apsaugos skyriuje, užpildant formą Tarnybos interneto svetainėje arba skambinant bendruoju pagalbos numeriu 112.

<https://familiaclinica.lt>

