

Dovanų vaikams paieškos užima reikšmingą dalį laiko prieš šventes ir ženkliai pasimato šeimos biudžete. Bet ar gautas daiktas neišdildomą įspūdį paliks, ar ilgai vaikas jį prisimins?

„Kalėdinis laikotarpis yra pats geriausias metas mokytis džiaugsmą patirti ne gaunant, o dalinantis, ne vartojant, o kuriant. Dauguma vaikų iš prigimties geraširdžiai, bet nuolat stiprindami juose dosnumą, empatiją ir kitas asmenines vertybes, jiems dovanosime laimingo žmogaus ateitį,“ – sako Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos vadovė Ilma Skuodienė.

Įvardijame, kokių dovanų vaikas tikrai neužmirš. Jos iš šeimos pareikalaus sąmoningu pastangų, o už tai atseikės nuoširdžiu džiaugsmu ir vaikui vertinga patirtimi.

Skatinkite džiaugtis dalinantis

Mokėjimas dalintis susijęs su empatija, gebėjimu save pastatyti į kito vietą. Teigiama, kad dėmesingi, atjaučiantys žmonės yra labiausiai patenkinti gyvenimu, lengviau bendrauja. Empatiškas vaikas bus mėgiamas bendraamžių, jausis reikalingu.

Tarnybos socialinės srities darbuotoja Dalia Dzimavičienė primena, kad vaiką ko nors išmokyti galima tik asmeniniu pavyzdžiu. Žodžiai mažai paveikūs. Specialistė sako, kad dalintis būdų labai daug ir įvairių, priklauso nuo situacijos. Galime dalintis geru žodžiu, atjauta, apkabinimu. Galime pasidalinti maistu arba daiktais.

„Pasiūlykite vaikui pasidalinti turimais žaislais ar gardumynais su tais, kurie jų stokoja. Vaiko akivaizdoje paaukokite sergančiam ar nelaimės ištiktam žmogui. Būtinai aptarkite šį poelgį, skatinkite atpažinti tuo metu patiriamus jausmus, įvardykite juos“, – pataria socialinė darbuotoja.

1. Dzimavičienė mano, kad svarbu atkreipti vaiko dėmesį į gaunant ir duodant patiriamų pojūčių skirtumą, padėti jam pastebėti, kada patyrė daugiau džiaugsmo, ir palaipsniui perkelti vaiko dėmesį nuo „noriu gauti“ į „noriu duoti“.

Mokykite nuoširdaus dėkingumo

„Dėkingumas laikomas viena sveikiausių žmogaus emocijų. O dėkingumą jaučiantis vaikas visada bus džiugus ir pozityviai nusiteikęs, nes moka savo dėmesį koncentruoti į teigiamus dalykus, juos pastebėti“, – kalba D. Dzimavičienė.

Specialistė siūlo vaiko dėkingumą ugdyti per atidumą detalėms, nematerialias dovanas.

Paimkite lapą popieriaus ir drauge užrašykite, kas teikė džiaugsmą šiandien: apkabinimas ryte, prisilietimas, šypsena, linksmas pokštas, murkiantis katinas ar lėtas snaigių plevėnimas už lango. Pašnekovė sako, kad yra tūkstančiai priežasčių būti dėkingu kasdien – su vaiku jas lengvai rasime.

Mūsų atidumą vienas kitam ugdys šeimoje kuriamos tradicijos ir aplinka dėkingumui išreikšti:

- **Surenkite šeimos padėkos vakarėlį.** Gal vaikas jus šiomet džiugino pusryčiais, o gal į veterinarijos kliniką nunešė sužeistą paukštį, tikrai rasite žodžio „ačiū“ vertų poelgių.
- **Užrašykite padėkos istorijas.** Tokio albumo kūrimas gali tapti ne tik gražia šeimos tradicija, bet ir puikia paskata.
- **Gaminkite padėkos atvirukus.** Jas vėliau įteiksite brangiems žmonėms. Ugdysite vaiko kūrybiškumą ir tuo pačiu išmokssite žmogui skirti specialaus dėmesio.

Padovanokite laiką kartu

Kokybiškai su šeima praleistas laikas, tik jūsų kuriamos tradicijos ir ritualai vaikui suteiks pastovumo ir saugumo jausmą, padės tvirtus pamatus tolimesniam jo gyvenimui. Tai pati vertingiausia jūsų dovana.

„Buvimas dabartyje, bendra veikla ir per ją patirtas nuoširdus džiaugsmas įsirašo į vaiko atmintį. Už šių patirčių emociškai laikomasi sunkioms situacijoms ištikus. Ir nemanykite, kad visa tai svarbu tik mažyliams. Poreikis priklausyti šeimai ir jaustis saugiu joje niekur nedingsta, o augant ir bręstant tik dar labiau stiprėja“, – kalba D. Dzimavičienė.

Svarbu atminti, kad kartu leidžiamas laikas turi būti geras ir jums. Tik tada jausitės atsipalaidavę ir galėsite sudominti. Tarnybos atstovė pataria, ką galite nuveikti jau šiandien:

- Sutvarkykite ir papuoškite savo namus iš popieriaus karpytomis snaigėmis, girliandomis ir kt.
- Kepkite meduolius, juos dekoruokite, o gal kartu pastatysite meduolinį namelį.
- Išėikite pasivaikščioti, grožėkitės snieguotais medžiais ir aptarkite, ką geriau puošti – eglę ar tik jos šaką.
- Įrenkite lesyklėlę ir padėkite maisto paukščiams, nuneškite jo žvėreliams į mišką.
- Pasimokykite šventinių giesmių.
- Pasakokite, kaip vaikystėje patys laukėte švenčių, kuo šis laikas jums buvo ypatingas.

Kokios dovanos jūsų vaikas niekada neužmirš?

