

## SAKYKITE TAI, KĄ IR NORITE PASAKYTI

Dažnai tenka stebėti situacijas, kai tėvai, vaikui ėmusis draudžiamų veiksmų, klausia jo, „ką darai?“, nors iš tiesų patys puikiai mato, ką vaikas daro. Toks klausimas sutrikdo vaiką, ypač tada, kai tų draudžiamų veiklų yra keletas. Pvz., vaikas bando pagriebti už uodegos katiną ir tuo pačiu stumia jaunesnįjį, kuriam irgi rūpi tas pats katinas. Taip pat neverta klausti „kodėl“, nes netgi suaugę žmonės ne visada gali paaiškinti savo elgesio priežastis, ką jau kalbėti apie vaikus. Tokie klausimai yra beprasmiški. Be to, ar jums išties taip svarbu priežastis, dėl kurios kenčia vargšas katinas? Ir ar jūs leisite tampyti jo uodegą, jei sužinosite, kad ji tempiama dėl to, kad yra švelni, minkšta ir labai viliojančiai juda? Jei ne, – neklausinėkite tuščiai.

Tiesiog sakykite tai, ką norite pasakyti: „paleisk katino uodegą“, „padėk kirvi“ ir t.t.. Vienu metu vaikas pajėgus priimti ir apdoroti tik nedidelį informacijos kiekį, todėl nurodymą formuluokite kuo trumpiau, geriausia vienu sakiniu, vienu žodžiu ar tik gestu. Bus geriau, jei savo nurodymą suformuluosite teigiamai, nukreipiančiai, nevartodami priešdėlio „ne“. Neigimas yra loginė operacija, kuriai įsisąmoninti pirmiausia pasitelkiamas pozityvas. Juk žinote, kaip sunku išpildyti prašymą „negalvok apie žalią skraidantį šunį“?.. Pirmiausia ir neišvengiamai tenka apie jį pagalvoti. Vaikai iki septynerių metų (o kai kurie žmonės, visą gyvenimą) mąsto vaizdiniais, todėl ištarus „neik per balas“, vaikas pirmiausia pamato save žygiuojantį būtent per jas. Esu mačiusi, kaip tokią komandą išgirdęs vaikas tiesiog sustojo viduryje balos, nes buvo liepta neiti. Taigi, miela mama ir mielas tėtis, tiesiai sakykite, ko jūs iš tikrųjų norite.

Bus geriau, jei draudimai bus pateikti ne įsakmiai nurodant, bet informuojant. Pav., „su degtukais nežaidžiama“ ar „prie šuns, kai jis ėda, lįst negalima“. Netgi vos dviejų sulaukęs žirinis ar pupa įstengia suprasti šių apribojimų prasmę ir jų laikytis. Tėvams belieka nuolat apie tai priminti, nes kuo mažesnis vaikas, tuo greičiau jis pamiršta. Tačiau po kiek laiko nustebsite išgirdę, kaip jūsų vaikas jūsų žodžiais moko gyvenimo išminties savo žaislus ar jaunesniuosius.

Visiems linkiu, kad vaiko lūpomis perteikiamos gyvenimo pamokos jums sukeltų šypsena, o ne apmaudą.

Psichologė Jurga Dapkevičienė

(„Mamos žurnalas“, 2009)