

POZITYVUS AUKLĖJIMAS KIEKVIENAI DIENAI

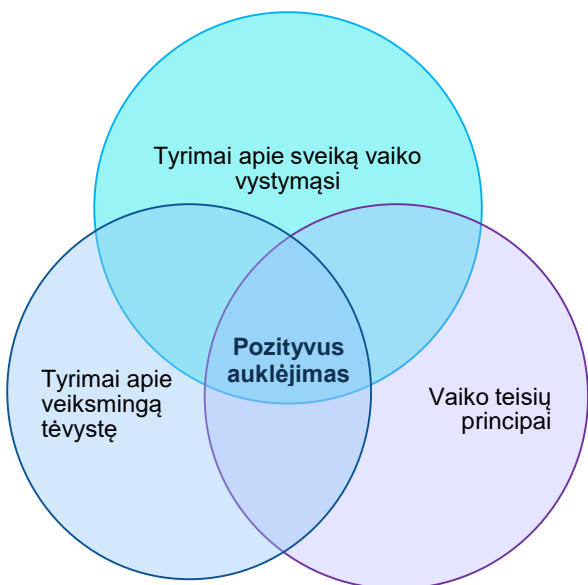


Joan E. Durrant, Ph.D.

Kas yra pozityvus auklėjimas?

Pozityvus auklėjimas – tai požiūris į vaikų auklėjimą kaip į mokymą bei elgesio gairių nustatymą geriant vaiko teises į sveiką vystymąsi, apsaugą nuo smurto ir dalyvavimą sprendžiant su juo susijusius dalykus. Pozityvus auklėjimas pagrįstas moksliniais tyrimais apie sveiką vaiko raidą ir efektyvią tėvystę bei remiasi vaiko teisių principais.

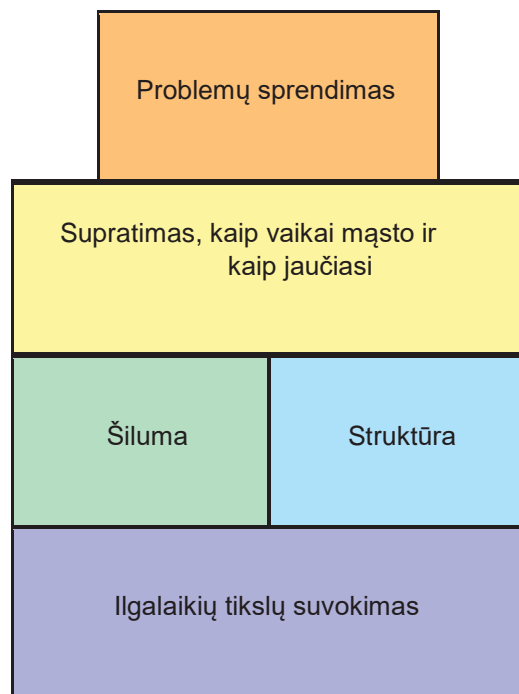
Pozityvus auklėjimas nėra nuolaidžiavimas, bet taip pat nėra ir baudimas. Tai dabarties sprendimai, nukreipti į ilgalaikę perspektyvą, lavinantys vaiko saviugdos gebėjimus bei įgūdžius, reikalingus per visą gyvenimą. Pozityvus auklėjimas – tai empatijos, savigarbos, žmogaus teisių ir pagarbos kitam ugdymas, mokymas apsieiti be smurto.



Kaip taikyti pozityvaus auklėjimo principus?

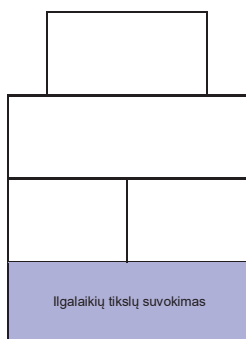
Pozityvus auklėjimas praktikoje susideda iš keturių dalių:

- 1) ilgalaikių auklėjimo tikslų įsisąmoninimo;
- 2) šilumos ir struktūros suteikimo;
- 3) supratimo, kaip vaikai mąsto tam tikrame amžiaus tarpsnyje ir kaip jaučiasi;
- 4) konkrečių problemų sprendimo.





1. Ilgalaikių auklėjimo tikslų suvokimas

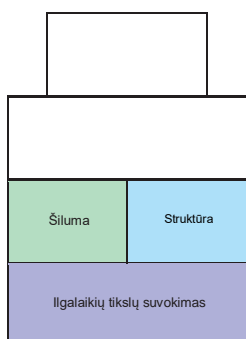


Tėvų kasdienybė pilna trumpalaikių problemų sprendimo – kad vaikas greitai apsirengtų, kad pasitrauktų nuo važiuojamosios kelio dalies, kad brolis nustotų skriausti seserį ir t.t. Trumpalaikės situacijos sukuria nemažą iššūkį ir daug streso, o kartais reikia itin greitai sureaguoti, todėl tėvai neretai suduoda vaikui, užrėkia ant jo.

Tokios trumpalaikės tėvų reakcijos neišmoko vaikų, ko norėtusi, kad jie išmoktų. Daugelis tėvų norėtų, kad jų vaikai gebėtų patys spręsti išylančias problemas, kad mokėtų bendrauti. Tėvai siekia stiprių ryšių su savo vaikais. Jie tikisi, kad vaikai užaugs pasitikinčiais, maloniais, atsakingais, empatiškais, motyvuotais, nenaudojančiais smurto žmonėmis. Mušimas, rėkimas užkerta kelią šiems tikslams pasiekti.

Suvokdami, kokiais žmonėmis norėtume matyti užaugusius savo vaikus, įsisažmoniname auklėjimo ilgalaikius tikslus. Trumpalaikius iššūkius bei kasdienes situacijas galime paversti galimybėmis mokant vaikus, kaip valdyti stresą, pagarbiai bendrauti, spręsti nesutarimus be smurto, atsižvelgti į kitų žmonių jausmus, siekti savo tikslų nežeisdami aplinkinių nei fiziškai, nei emociškai.

2. Šilumos ir struktūros suteikimas



Kai jau žinome kurlink judame, galime rinktis galingas priemones ten nusigauti. Pirmoji yra šiluma. Suaugusieji geriausiai mokosi iš savo klaidų, kuomet turi aplinkinių žmonių palaikymą. Vaikai lygiai taip pat išmoksta svarbių dalykų, kai jaučiasi gerbiami, suprasti, saugūs, mylimi, kai jais pasitiki.

Jei vaikai bijo tų, nuo kurių priklauso, nebenori bandyti dar kartą, tampa mažiau pasitikinčiais, mažiau sąžiningais. Kai kurie būna pagiežingi ir agresyvūs. Kiti – nerimastingi ir prislėgti. Emociškai šiltoje atmosferoje vaikai jaučiasi saugūs, net jei pridaro klaidų. Jie imasi noriai spręsti problemą, pasitiki savimi bei tėvais. Jie išmoksta empatijos svarbos, pagarbos kitų jausmams. Šilta šeimos atmosfera yra pagrindas ilgalaikiams auklėjimo tikslams pasiekti.

Tėvai gali išreikšti šilumą savo vaikams užtikrindami, kad juos myli, net jei padarė kažką ne taip; paguosdami, kai jiems skauda ar bausi; klausydami jų; pažiūrėdami į situaciją iš vaiko pozicijos; žaisdami kartu; juokdamiesi drauge; palaikydami juos jų sunkumuose; padrąsindami, kai jiems tenka nelengva užduotis; parodydami, kad pasitiki ir tiki jais; pripažindami pastangas ir vertindami sėkmes.

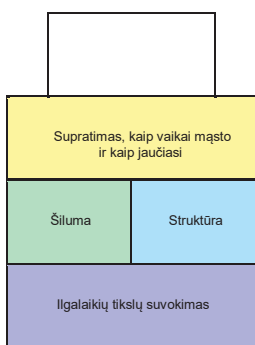
Antroji priemonė yra struktūra. Suaugusieji geriau išmoksta, kai turi visą reikiamą tam informaciją, kai su jais ramiu tonu kalbama apie klaidas ir kaip jas ištaisyti. Vaikai taip pat geriau išmoksta, kai turi tinkamą informaciją, kai suaugęs jiems padeda rasti tinkamus būdus tikslams pasiekti, kai jie supranta, kodėl būtent tokios taisyklės yra.

Jei taisykles taikysime tik vaikams, o patys jomis nesivadovausime, jei tikėsime, jog vaikai patys susipras, kas čia yra ir kaip, jei bausime, kai pridarys klaidų, vaikai jausis sumišę ir taps nerimastingi. Jei versime elgtis tam tikru būdu, jie priešinsis. Jei skaudinsime juos pridarius klaidų, jie bijos bandyti iš naujo. Bet jei patys būsime pavyzdžiu vaikams, jei suteiksime aiškią, suprantamą ir reikalingą informaciją sprendimams priimti, vaikai taps labiau užtikrinti savimi, pajėgūs ir savarankiški.

Struktūrą tėvai suteikia, kai patys tampa tinkamu pavyzdžiu savo vaikams; kai vadovauja nenurodinėdami; kai paaiškina taisyklių būtinumą; įtraukia vaikus į taisyklių kūrimą; įsiklauso į jų požiūrį; padeda rasti būdus, kaip ištaisyti klaidas ir iš jų pasimokyti; kai moko, kaip vaiko elgesys paveikia kitus žmones; dažnai kalbėdamiesi; būdami teisingi ir lankstūs; valdydami savo pyktį ir negrasindami.



3. Supratimas, kaip vaikai mąsto ir kaip jaučiasi



Kartais tikimės, kad vaikai pasielgs viršydami savo amžiaus tarpsnio gebėjimus. Pavyzdžiui, tikimės, kad kūdikis išmiegos visą naktį neprabudęs, kad trimetis vaikas išsėdės ramiai ilgą laiką. Kartais galvojame, kad vaikai iš „užsispyrimo“ ar „išlepimo“ nenori eiti miegoti ar „užsiožiuoja“. Kai mūsų lūkesčiai nesiderina su vaiko galimybėmis, mes linkę manyti, kad vaikai tyčia elgiasi blogai. O tai išprovokuoja konfliktą, kurį sunku suvaldyti, nes jis yra mūsų klaidingų įsitikinimų padarinys.

Kai pasistengiame pasaulį pamatyti 1-erių metų vaiko akimis, 5-čio ar 13-čio akimis, mes pradedame suprasti tikrąsias vaikų elgesio priežastis. Taip mes galime tapti daug geresniais jų mokytojais.

Mūsų ryšys su vaiku prasideda nuo pat gimimo. Pirmaisiais mėnesiais mes kuriame vaikų pasitikėjimą mumis ir prierašumą, kuris taps mūsų santykių su vaiku pagrindu ateityje. Mūsų užduotis – sukurti saugią aplinką kūdikiui, tokią, kurioje jo poreikiai bus patenkinti, kurioje jam niekas nesuduos, nepakratys, kurioje jis be jokio pavojaus susižaloti galės tyrinėti pasaulį, kurioje sulauks pagalbos ir nuraminimo, jei išsigąstų. Mes turime atsižvelgti į jo bendravimo su mumis būdą bei parodyti, kad mumis galima pasikliauti.

Kai vaikai jau daugiau sužino apie pasaulį, galime pradėti formuoti struktūrą tokioje emociškai saugioje atmosferoje. Bet turime nepamiršti pažvelgti vaiko akimis tam, kad atreaguotume tinkamai. Turime suprasti, ką jie nori mums pranešti, kai pravirksta, kai išrėkia „Ne!“ ar trypia kojomis. Mūsų užduotis tampa rodyti, kaip išreikšti savo jausmus ir kaip spręsti nesutarimus be jėgos panaudojimo.

Kai vaikai paauga, jie noriai ir vis daugiau pažįsta pasaulį. Tuomet mes mokome vaikus savigarbos, kai pagarbiai atsakom į jų klausimus. Mes skatiname pažinimą, kai padrąsiname vaikų tyrinėjimus. Mes pripažįstame jų gebėjimus, kai suteikiame galimybę juos išbandyti ir atrasti sprendimus savo problemoms. Kai augdami vaikai tiki, jog yra pajėgūs, jie tampa daug labiau pasiruošę susidurti su iššūkiais vyresniame amžiuje.

Kai vaikai pradeda eiti į mokyklą, jų pasaulis staigiai prasiplečia. Vaikai, matę, kaip tėvai be smurto ar jėgos sprendė konfliktus, tvarkėsi su pykčiu ir stresu, tikėtina, ir patys gebės taikiai spręsti savuosius. Tie vaikai, kurie mano esantys geri, pajėgūs, rūpestingi, dažniausiai geba priimti tinkamus sprendimus. Išmokę klausytis, bendrauti ir gerbti kitus, panašiai elgsis su savo bendraamžiais ir mokytojais. Tie, kurie jaučiasi tėvų priimti, ištikus problemoms nebijos kreiptis į juos pagalbos.

Su paauglystės pradžia ateina didžiuliai fiziniai ir emociniai pokyčiai, galingas siekis būti nepriklausomu, stiprus poreikis būti draugų pripažintam. Tėvų užduotis šiuo laikotarpiu yra drąsinti savarankiškus sprendimus ir tuo pačiu metu užtikrinti saugumą. Tėvai turi padėti savo vaikams patiems atrasti, kas yra teisinga ir kas yra klaidinga, ir tuo patirti savo pajėgumą ir atsakomybę. Tėvai turėtų suskubti į pagalbą, jei to prireiks, kai vaikai pridarys klaidų. Vaikai, patyrę, kad tėvais galima pasitikėti, daug labiau įsiklauso į jų nuomonę. Gavę paramos ir palaikymo, dabar tokie vaikai daug atviriau klaus savo tėvų apie rūpinimus dalykus.

Paaugliai ieško savosios tapatybės. Jie gali mums netikėtai keisti savo aprangos stilių, muzikinį skonį, domėjimosi sritis ar ateities planus. Dažnai tapatybės paieškos nuklysta į labai skirtingus nuo tėvų požiūrius. Klausosi muzikos, kuri tėvams nepatinka, dėvi drabužius, kuriems tėvai nepritaria, turi nuomonę, kuri skiriasi nuo tėvų. Skirdamiesi nuo tėvų paaugliai pamažu atranda, kas jie yra.

Šioje paskutinėje vaiko raidos stadijoje pasitikėjimas tampa ypatingai svarbus. Vaikams būtina žinoti, kad tėvai yra jų pusėje, kad klausiami jie sąžiningai suteiks informaciją, turės aiškius lūkesčius ir taisykles šiltoje ir saugioje atmosferoje. Vaikai darys klaidų. Kaip kad anksčiau vaikystėje tėvai teikė saugumo, informacijos ir paramos, taip ir dabar paaugliams iš tėvų reikia tų pačių dalykų – per tarpusavio ryšio su vaiku stiprinimą, jo veiklų stebėseną, nepriklausomybės skatinimą.

4. Problemų sprendimas



Suvokę ilgalaikius auklėjimo tikslus, supratę šilumos bei struktūros svarbą tiems tikslams pasiekti, atsižvelgę į vaikų mąstymo bei jausenos ypatumus skirtingais amžiaus tarpsniais, galime visa tai sudėti į vieną ir taikyti pozityvios tėvystės principus.

Pozityvus auklėjimas – tai šilumos ir struktūros suteikimas, atitinkantis vaiko vystymosi poreikius, mokymas tų dalykų, kurių vaikams prireiks gyvenime. Auklėjimas nėra baudimas. Tai – problemų sprendimas. Tenka pagalvoti bei išbandyti, kas labiausiai veikia.

Kai susiduriate su iššūkiais, prieš atreaguodami atlikite keletą žingsnių:

1. Pagalvokite apie ilgalaikius tikslus.
2. Prisiminkite, ko vaikui reikia, kad jaustųsi suprastas, gerbiamas, saugus ir mylimas.
3. Paklauskite savęs: „Ko vaikui reikia, kad suprastų situaciją ir ją išspręstų? Ką galiu padaryti šioje situacijoje, kas padėtų siekti savo ilgalaikių tikslų?“
4. Apsvarstykite, kaip vaikas šiame amžiaus tarpsnyje mąsto ir kaip jaučiasi. Pasistenkite pamatyti situaciją vaiko akimis. Paklauskite savęs: „Kaip vaikas apibūdintų kas čia vyksta?“
5. Atreaguokite taip, kad parodytumėte pagarbą vaikui, suteiktumėte jam reikiamos informacijos/žinių, kad visa tai vestų į ilgalaikių tikslų įgyvendinimą.

Nėra lengva kaskart tinkamai sureaguoti sudėtingose situacijose su vaikais. Daug paprasčiau tampa, kai tam pasiruošiate iš anksto, apmąstote galimus variantus. Tik su patirtimi ateina išmintis bei įgūdžiai. Bandykite!

Kodėl pozityvus auklėjimas?

2006 metais pasirodžiusi Pasaulinė ataskaita apie prievartą prieš vaikus atskleidė, kad fizinę privartą patiria daugybė vaikų visame pasaulyje. Fizinė prievarta prieš vaikus dažniausiai būna bausmės, tikint, kad tik per kančią vaikas gali ko nors išmokti. Ataskaitoje rekomenduojama atsisakyti bausmių, vietoj to – stiprinti neprievartinius, pozityvius auklėjimo būdus.

Bukleto turinys paimtas iš programos *Pozityvus auklėjimas kiekvienai dienai*, autorė Joan E. Durrant, Ph.D.

Daugiau informacijos:

VO „Gelbėkit vaikus“
Vilniaus g. 39/Klaipėdos g. 6
Vilnius, LT-01119
Tel. +370 5 261 0815
informacija@savethechildren.org
www.gelbokitvaikus.lt

Positive Discipline in Everyday Life
110 Radcliffe Road R3T 3X3
Winnipeg, MB, Canada
posdiseveryday@gmail.com
www.positivedisciplineeveryday.com

Save the Children Sweden
107 88 Stockholm, Sweden
Tel + 46 8 698 90 00
info@rb.se
www.savethechildren.se