

## *Rekomendacijos tėvams „Elgesio ribų nustatymas vaikams, turintiems elgesio sunkumų“*

*Vaiko elgesio sunkumai trukdo jo asmenybės plėtotei ir saviraiškai, tačiau gali būti sėkmingai išspręsti laiku suteikiant būtiną pagalbą.*

*Ekspertų teigimu, ugdant elgesio sunkumų turinčius vaikus, labai svarbu - ribų nustatymas.*

*Elgesio ribų nustatymas padeda suprasti save ir pažinti žmones. Tinkamai nubrėžtos ribos kontroliuoja ne tik vaiko elgesį, bet ugdo jo vidinę drausmę ir savikontrolę. Be ribų neįmanoma išugdyti savarankiškumo, asmens vientisumo, asmeninės vertės suvokimo, emocinio ir socialinio bendrumo pojūčio.*

*Ribos ir taisyklės mažina konfliktų su aplinkiniais tikimybę. Jos labai svarbios socialinių elgesio normų suvokimui, supratimui, kad kiekvienas veiksmas turi pasekmių. Žinodami veiklos ribas ir elgesio taisykles, vaikai jaučia palaikymą ir aiškias gaires.*

*Ribų nustatymas neturi nieko bendra su draudimais ir bausmėmis. Svarbu pusiausvyra tarp būtinų ribų ir laisvės smalsauti, judėti ir potraukiui tobulėti.*

Prieš nustatydami vaikui ribas, nuspręskite, kokių taisyklių tikrai reikia. Nenustatykite taisyklių dėl kiekvienos smulkmenos, nes, bandydami viską kontroliuoti, greitai pavargsite ir Jūs, ir vaikas. Geriau nustatykite penkias taisykles ir jų laikykitės, nei dvidešimt, bet su abejotinomis taikymo galimybėmis.

### **Suskirstykite taisykles į tris grupes:**

**labai griežtos taisyklės** - kokio vaiko elgesio apskritai negalite toleruoti (pvz., elgesys, kuris kelia pavojų vaikui ar aplinkiniams – mušimasis, žaidimas su pavojingais daiktais ir pan.);

**taisyklės, dėl kurių vaikui galima derėtis** (pvz., vaikas visada atlieka namų darbus ir Jūs galite kartais leisti jam valandą ilgiau pabūti pas draugą);

**taisyklės ar ribos, kurios Jums nėra svarbios** ir į ką nekreipiate dėmesio (pvz., Jums nelabai svarbi ideali tvarka namuose ir nelabai erzina vaiko išmėtyti žaislai).

**Ribos ir taisyklės turi atitikti vaiko amžių.** Atsižvelkite į individualias vaiko stiprias ir silpnas savybes bei į vaiko brandumo lygį. Nuolatinės ribos garantuoja saugumą, nuoseklumą, nuspėjamumą. Vaikui augant, kai kurios taisyklės liks galioti, o kai kurias reikės atšaukti arba keisti.

**Svarbu.** Vaikai iki penkerių metų taisyklių nesuvokia tiesiogiai ir savo elgesį reguliuoja pagal suaugusiųjų reakcijas. Nuo penkerių metų jau geba tiesiogiai suprasti, kokios elgesio taisyklės ir ribos kokioje vietoje galioja ir kad jų reikia laikytis. Jeigu vaikas pratinamas laikytis ribų ir taisyklių jau ikimokykliniame amžiuje, tai ir vėliau priima jas kaip natūralų dalyką ir jų laikosi lengviau.

**Leiskite vaikui dalyvauti kuriant taisykles.** Tokiu būdu skatinate jų laikytis ir vaikas nejaučia, jog taisyklės „primestos“ suaugusiųjų. Ribos ir taisyklės turi reikšti, kad Jūs ne prieš vaiką, o kartu su juo.

**Kurkite draugišką aplinką.** Vaikai, turintys elgesio sunkumų, norėdami paneigti tėvų argumentus, prieštaraus, ginčysis ir teigs, kad taisyklės neteisingos. Nesileiskite į ginčus su vaiku, nepulkite įrodinėti taisyklių teisingumo. Kuriant šiltus, tarpusavio pasitikėjimu grindžiamus santykius, vaikui svarbu leisti suvokti, kad jis išgirstas, suprastas ir priimtas.

**Taisykles paaiškinkite paprasta ir suprantama kalba.** Būtinai paaiškinkite savo motyvaciją. Neverbalinė informacija turi sutapti su verbaline. Aiškindami taisykles būkite ramūs, nesuirzę, nepavargę, kalbėdamiesi išlaikykite akių kontaktą. Atsistokite taip, kad Jūsų akys būtų vaiko akių lygyje; jei reikia, pasilenkite arba atsisėskite. Įsitikinkite, kad vaikas Jus išgirdo ir suprato (o ne tik linktelėjo) -paprašykite grįžtamojo ryšio. Taisykles nustatykite švelniai, aiškiai ir užtikrintai – tai suteikia vaikui galimybę į Jus remtis, pasijausti apsaugotam.

**Būkite nuoseklūs dėl pasekmių.** Nuoseklumas padeda vaikui keisti elgesį. Daugeliu atvejų vaiko padarytos klaidos beveik automatiškai sukelia logiškų pasekmių. Nusakydami netinkamo elgesio pasekmes, parodote pagarbą sau ir vaikui. Pasekmių rimtumas turi atitikti netinkamo elgesio pobūdį. Pasekmės patiriamos dėl netinkamo elgesio dabar, o ne už tai, kas buvo praeityje. Pasekmė turėtų būti tik už taisyklės, kurią jis visiškai suvokia, pažeidimą. Negrasinkite neįgyvendinamomis pasekmėmis (pvz., „Savaitę neišeisi iš kambario!“). Jei vaiko elgesys negerėja, keiskite strategiją, išbandykite kitas pasekmes.

**Pastebėkite gerą vaiko elgesį ir už jį padėkokite, pagirkite.** Pagyrimai ir paskatinimai turi būti išsakomi iškart tinkamai pasielgus, tokiu būdu sustiprinsite vaiko norą tinkamai elgtis. Kiekvienam vaikui reikia individualios skatinimo sistemos.

**Bendraukite ir bendradarbiaukite** su žmonėmis, su kuriais bendrauja Jūsų vaikas – seneliais, ugdymo įstaigos ir neformaliojo ugdymo pedagogais ir kt. Jei visi bendrai laikysitės nustatytų ribų ir taisyklių, vaikas Jus išgirs.

**Rodykite tinkamą pavyzdį savo elgesiu.** Vaikai labiau kreipia dėmesį į suaugusiųjų elgesį nei į žodinę informaciją. Jei reikalaujate, kad vaikas elgtųsi tinkamai, pirmiausia patys turite sugebėti taip elgtis.

**Kurkite ir išlaikykite artimą ryšį su vaiku.** Vaikai, kurie gali visiškai pasitikėti tėvais, pasitiki ir tėvų taisyklėmis.



Parengė socialinė pedagogė Jolanta Filipionok  
Projektas Nr. 09.2.2-ESFA-V-707-03-0001 „Įtraukiojo ugdymo  
galimybių plėtra, I etapas“.

Projektą finansuoja Europos socialinis fondas.