



### **Ne visada lengva būti tėvais. Tėvystė – vienas iš gražiausių ir svarbiausių vaidmenų gyvenime.**

O tuo pačiu - tai vaidmuo, kuriam dauguma tėvų jaučiasi nepakankamai pasiruošę!

Kūdikių ir mažylių priežiūra gali pareikalauti iš tėvų labai daug kantrybės ir pasišventimo. Netgi labiausiai mylintys ir rūpestingi tėvai kartkartėmis išgyvena nusivylimą ir nebesuvaldo emocijų, taigi gali nenoromis nuskriausti savo vaiką. Mes žinome, kad daugelio šių nelaimių galima išvengti.

Ar žinai, kad:

- kūdikiai ir maži vaikai yra ypatingai gležni ir trapūs, todėl juos nuskriausti yra žymiai lengviau, negu kito amžiaus vaikus.
- pirmuosius kelerius metus vaikai neįtikėtinai greitai auga! Dalis tėvų nespėja suprasti besikeičiančių savo kūdikių ir mažylių poreikių.
- Verksmas, "maištas" ar dar kitoks elgesys yra natūralus tokio amžiaus vaikams.

Tinkama pagalba ir parama sunkumus patiriantiems mažylių tėvams gali padėti sukurti gerus santykius su vaiku bei teigiamai paveikti vaiko raidą ateityje.

### **Kodėl vaikas taip daug verkia ?**

Prisimink, kad kūdikiai bendrauja taip, kaip jie moka – ašarų ir juoko pagalba. Jie dar negali pasakyti apie savo poreikius žodžiais. Jeigu vaikas verkia, nenori užmigti, jis stengiasi parodyti, kad jam kažko reikia. Vaikai stengiasi pabėgti, nes vengia pervystymo ar išdrabsto maistą, kurio nenori valgyti. Vaikai taip elgiasi todėl, kad kol kas tik šitaip moka parodyti, ką jie mėgsta, o ko - ne. Jie neturi tikslo tave sunervinti ar nuliūdinti. Ypatingai svarbu, kad išmoktum atpažinti savo mažo vaiko poreikius.

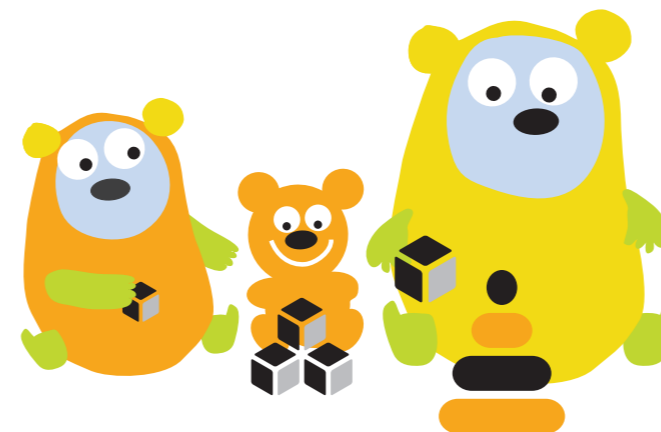
### **Kodėl vaikas toks nepaklusnus?**

Dauguma vaiko veiksmų, kuriuos esame pripratę vadinti nepaklusnumu, raidos požiūriu yra natūralūs dvimečio ar trimečio poelgiai. Visi šio amžiaus vaikai išbando, kas jiems bus leista daryti, o kas – ne. Jie stengiasi parodyti savo nepriklausomybę, išgyvena pykčio, susierzinimo ir ašarų priepuolius, išsitempioja valgant, prieštarauja tėvų nurodymams ir prašymams. Kartais mums, suaugusiems, sunku suprasti jų elgesį, todėl dažnai manome, kad jie – neklusnūs arba elgiasi piktybiškai.

Pasistenk suprasti, kodėl tavo mažylis taip elgiasi.

Vaikai tyrinėja pasaulį, mokosi nepriklausomybės, tikrina savo ir tavo ribas.

Natūralu, kad jie nepakankamai supranta kitų poreikius. Kartais vaikas junta, kad neigiamas elgesys yra vienintelis būdas susilaukti tavo dėmesio. Verta prisiminti, kad mažyliai turi skirtingus poreikius ir patys yra skirtingos asmenybės – ne visiems reikia tiek pat maisto arba miego, vieniems labiau reikia draugijos, negu kitiems ir panašiai.



### **Kodėl vaikas taip elgiasi?**

2-3 metų vaikų elgesys keičiasi ir kartais tampa nenuspėjamas. Tėvams suprasti ir priimti tokį mažylių elgesį būna nelengva. Mažyliai sąmoningai nesugalvoja tėvams kenkti ar nepaklusti, nes jie nenori padaryti nieko pikto...Vaikas susijaudina atradęs, kad nuo plojimo atsiranda aidas ir kad išsvaidžius maistą, ant grindų atsiranda spalvotos dėmės. Todėl labai tikėtina, kad jis kartos ir kartos tokius veiksmus, laukdamas tokių pačių garsų, spalvų ir formų atsiradimo. Jeigu tu susinervinsi, tai vaikas nustebės, nes nesupras ryšio tarp savo elgesio ir tau kilusio pykčio.

Normalu, kad vaikai iki trejų metų amžiaus:

- nėra suvokę skirtumo tarp sąvokų "mano" ir "tavo", taigi iš jų negalima tikėtis, kad jie dalinsis daiktais.
- jaučiasi lyg būtų pasaulio centras ir gali elgtis taip, lyg jų asmeniniai neatidėliotini poreikiai būtų patys svarbiausi.
- stipriau už suaugusius išgyvena savo emocijas ir jas reiškia su didesne jėga. Kartais jiems tiesiog kyla blogos nuotaikos "priepuoliai".
- mažyliai vieną akimirką siekia nepriklausomybės, o jau po minutės ieško saugumo ir globos, taigi tu turi lanksčiai prisitaikyti prie jų poreikių.

## Pažvelk vaiko akimis

Vaikas – didelis džiaugsmas. Tačiau kartais tavo vaiko elgesys gali tave supykdyti arba suerzinti.

Visuomet prisimink, kad tavo vaikas nesielgia “blogai”, sąmoningai siekdamas tave sunervinti arba specialiai nuliūdinti!

Tiesiog mažylis tėvams kasdien iškelia daug iššūkių.

Kai nesupranti vaiko elgesio, gali pasimesti ar supyksti ant savo mažylio.

Pabandyk pasižiūrėti į pasaulį mažylio akimis.

Tai padės tau suprasti vaiko elgesį ir išvengti klaidų.

Maži vaikai ypatingai trapūs. Niekada nesuduok ir nemušk vaiko, nepurtyk jo ir nenumesk.

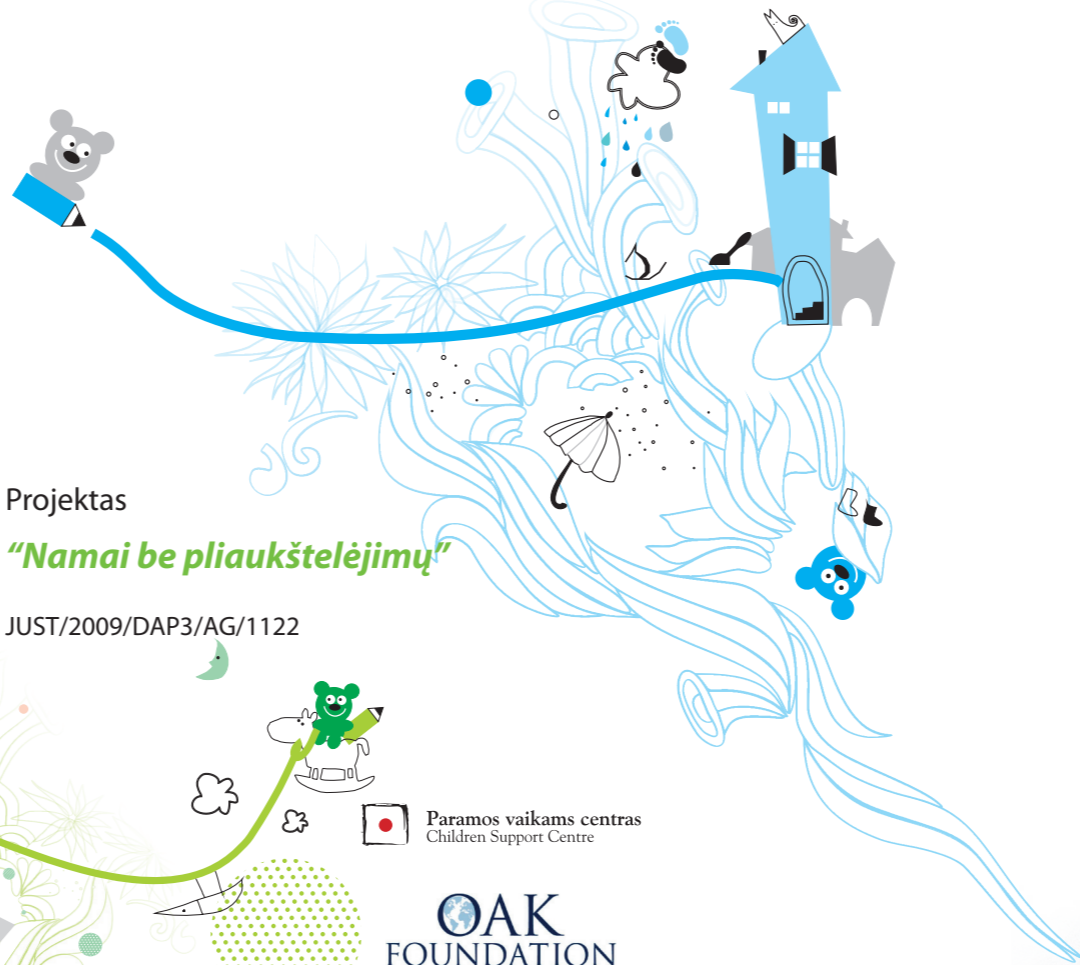
Pliaukštelėjimas, stumtelėjimas ir ypač purtymas pavojingi kūdikiui ir mažam vaikui. Tokie veiksmai gali rimtai pakenkti mažylių sveikatai.

Net jeigu visiškai nebetenki kantrybės – neperženki ribos.

Kuo skubiau kreipkis pagalbos.

**Daugiau apie teigiamą tėvystę:**


leškok knygelės “Aukime kartu”, [www.pozityvitevyste.lt](http://www.pozityvitevyste.lt), [www.pvc.lt](http://www.pvc.lt)



Projektas

**“Namai be pliaukštelėjimų”**

JUST/2009/DAP3/AG/1122

 Paramos vaikams centras  
Children Support Centre

 OAK  
FOUNDATION

 CHILDHOOD  
WORLD CHILDHOOD FOUNDATION



 eaphne

Už šio leidinio turinį atsako Paramos vaikams centras ir leidinio turinys nebūtinai atspindi Europos Komisijos pažiūras.

## Saugok mane – aš mažas

Atsibundu vidury nakties ir verkiu,  
o tu turi pasirūpinti manimi.

Būna akimirų, kai tave apima neviltis,  
tada supyksti ant manęs.

**Bet prašau, elkis su manim atsargiai.**

Paprastai tu esi labai kantrus.

Bet kartais tau dirbant, aš patrukdu,  
ir tada suirzti.

Suprask, aš nežinau, kada ateis laikas žaisti.

**Labai prašau, elkis su manim atsargiai.**

