



Psichologiniai principai, padedantys auginti laimingus vaikus

Vaikų problemos kyla dėl tėvų savanaudiškumo ir elgesio. Pakeitę save pakeisime ir savo vaikų gyvenimą.

Ar kada nors bandėte paklausti, kam jums reikalingas vaikas? Paprastai žmonės sąmoningai neįvertina savo noro tapti tėvais.

Vieni nori susilaukti vaikų, nes kiti turi. Kiti – dėl ramesnės senatvės, tretį mano, kad taip galės po savęs ką nors palikti. Dar yra besitikinčių, kad vaikai perims jų sukauptus turtus, verslą ar profesinę patirtį. „O kam gi dar viską paliksiu?“ – nustebęs klausia pasiturintis būsimas tėvelis... Pasitaiko atvejų, kai vaikai gimdomi tam, kad apsaugotų šeimą nuo skyrybų, priverstų vyrą nupirkti didesnę butą, taptų donoru savo vyresniam broliui ar kompensuotų mirusio vaiko netektį. Dar yra nuomonių, kad vaikai praskaidrina poros gyvenimą, suteikia daug džiaugsmo ir malonumo. Leidžia dar kartą išgyventi vaikystėje džiugesį teikusius dalykus: dovanos po eglute, vakaro pasakos, gimtadienio žvakutės. Be to, yra manančiųjų, kad jei turi vaikų, tuomet turi ir kuo rūpintis, ką mylėti, nesijauti vienišas ir nereikalingas. Vienas vyras, paklaustas, kam jam reikalingas vaikas, taip ir atsakė: „Jei turėčiau vaiką, turėčiau kam skirti savo meilę.“

Problemos kyla iš mūsų savanaudiškų norų vaiko atžvilgiu. O jeigu mes jų atsisakytume? Filosofas ir poetas Kahlilis Gibranas taikliai pastebėjo:

Jūsų vaikai nėra jūsų nuosavybė.

Jie – savęs išsiilgusio Gyvenimo sūnūs ir dukros.

Jie atėjo per jus, bet ne iš jūsų,

Ir nors jie su jumis, jie jums nepriklauso.

Jūs galite atiduoti jiems savo meilę, bet ne mintis,

Nes jie turi savąsias.

Jūs galite priglausti jų kūnus, bet ne jų sielas,

Nes jų sielos gyvena rytojaus namuose, kurių jūs net svajonėse negalit aplankyti.

Jei galit, siekit būti į juos panašūs, bet nesistenkit jų padaryti panašių į save,

Nes gyvenimas neina atgal ir negaišta vakarykštėjų dienų.

Jūs – lankai, iš kurių lyg gyvos strėlės paleisti jūsų vaikai.



Kaip „duoti vaikui sparnus“ jo neauklėjant? Atsakymas ir labai paprastas, ir labai sudėtingas: tėvai turi leisti vaikui augti. Tam nebūtinai reikia specialios žinios ar metodai ir iš esmės nereikia jokių ypatingų pastangų. Tačiau tai sudėtinga, nes reikia atsisakyti savo norų ir lūkesčių vaiko atžvilgiu.

Kas yra tie „sparnai“, kuriuos reikia duoti? Pasak psichologo A. Adlerio, sparnai reiškia patenkintus esminius vaiko poreikius:

- jausti ryšį su kitais, jaustis šeimos ir bendruomenės dalimi;
- galėti ir gebėti ką nors padaryti, pačiam pasirinkti;
- jausti savo vertę ir svarbą;
- būti drąsiam.



Keturios esminės tėvų taisyklės

1. Vaikai nėra mūsų nuosavybė.
2. Vaikų turėjimas nėra mūsų nuopelnas, o tik dovana mums.
3. Vaikui turime padėti augti, sudarydami tinkamas sąlygas.
4. Iš vaikų galime mokytis, nes „gyvenimas eina pirmyn“.

Praktiški patarimai

Kalbant apie ryšio su vaiku kūrimą, man labai patiko pasiūlymas skirti 15 minučių ypatingo laiko kasdien. Tai laikas, kurį susitariate leisti kartu su vaiku, kuomet jis gauna visišką nedalomą jūsų dėmesį.

Kantrybės ir ramybės Jums! Tai tikrai pasiekama!



Rekomenduoju visiems tėvams:



A. ir E. Lasiai: tik laimingi tėvai gali užauginti laimingus vaikus

Skaityti daugiau: <https://kauno.diena.lt/naujienos/sveikata/psichologija/ir-elasiai-tik-laimingi-tevai-gali-uzauginti-laimingus-vaikus-909244>

Knyga *Dr. Laura Markham „Ramūs tėvai, laimingi vaikai“*



Kodėl skaityti? Jei nežadate skaityti daug literatūros šia tema – regis šioje yra viskas kas svarbiausia. Skaitykite, jei norite sužinoti daugiau apie prierašiąją tėvystę, geresnių santykių su vauku. Rinkitės, jei svarstote ar tikrai įmanoma užauginti vaiką be bausmių ir šaukimo.
