

Savarankiški vaikai – kaip jie tokiais tampa?

Vaikams reikia artumo ir atstumo

Su kiekviena diena vaikams reikia vis daugiau laisvės savarankiškai tyrinėti aplinką, kad galėtų sukurti *autonomijos ir savarankiškumo jausmą*.

Dalis tėvų negali susitvarkyti su savo per dideliu artumo troškimu. Rezultatas – vaikai, kurie tiesiog skęsta perdėtoje globoje. Tėvai tai vadina meile. Tačiau tai nėra meilė, tai pasąmoninis suaugusiojo poreikių tenkinimas. Posakis „mano vaikas turės viską, ko aš neturėjau“ puikiai atspindi savo poreikius tenkinančių tėvų principą.

Per stipri globa – kontroliuojanti ir žalinga

Suaugę pernelyg globojančių tėvų vaikai dažniau patiria didelį nerimą, depresiją, vertina save kaip mažiau kompeteningus nei bendraamžiai, bei mažiau autonomiškus.

Per stipriai globojančių tėvų požymiai:

- Jūs neleidžiate savo vaikui klysti ir pasimokyti iš klaidų;
- Jūs neleidžiate savo vaikui daryti to, ką jis jau sugeba;
- Jūs stengiatės būti labiau draugais nei tėvais;
- Jūs neleidžiate savo vaikui pykti;
- Jūs negebate nustatyti ribų šeimoje ir jų laikytis;
- Jūs atliekate už vaiką namų ruošos darbus;
- Aptarnaujate savo vaiką ten, kur jis pajėgus tai padaryti: renkate jo skalbinius, tvarkote jo daiktus, ruošiate mokyklinius namų darbus, tvarkote jo santykius su draugais;
- Jūs esate labiau emociškai susiję su vaiku nei su sutuoktiniu ar kitais suaugusiais asmenimis savo aplinkoje;
- Savęs realizavimą jaučiate dėl vaiko pasiekimų, o ne dėl savo asmeninių pasiekimų.

Meilė be nugalimo

Vaikų auklėjimo tikslas yra skatinti savarankiškumą ir autonomiją. Jei esate per arti, jūsų vaikas turės išnaudoti vis daugiau energijos jus nustumti, todėl kasdien duokite jam vis daugiau erdvės augimui. Turite padėti vaikui išsiugdyti savarankiškumą, todėl pradėkite jau dabar.

Mokykite vaiką dirbti ir leiskite jam savarankiškai atlikti užduotis pagal jo amžių ir gebėjimus. Jeigu viską atliekate už savo vaiką ir neleidžiate jam kovoti, tai reiškia, kad nesukuriate jam gyvenimo pagrindo, nesuteikiate bazinių žinių - gyvenimo kompetencijos. Suaugusiojo gyvenimas nėra vien žaidimai. Užsidirbti pragyvenimui gali būti sunku ir nuobodu, bet tai suteikia pasididžiavimo ir pasitikėjimo savimi jausmą.

Pagirkite už pastangas. Ne kiekvienas gali būti –ausias, laimėti aukso medalius, pasiekti geriausių rezultatų. Norint padėti vaikui išsiugdyti savarankiškumą, asmenines galias bei gebėjimus, būtina atkreipti dėmesį į pastangas ir pagirti. Ne visada svarbiausias yra rezultatas.

Leiskite savo vaikui patirti skausmą, praradimą ir nesėkmes, siekiant sukurti didesnį atsparumą stresui. Jei sušvelninsite savo vaiko gyvenimą per daug ir spręsite visas problemas už jį, jūs atimsite iš jo galimybę mokytis iš natūralių pasekmių. Jei vaikas gali pasimokyti, kaip elgtis sudėtingose situacijose, kai yra jaunas, jis bus stipresnis, matys realesni pasaulio vaizdą ir bus išradingas spręsdamas kasdienes problemas. O būtent to ir reikia suaugusiojo gyvenime.

Nugalimą meile galima apibūdinti kaip ugnies gesinimą.

Jei jūs norite mylėti savo vaiką ir tuo pačiu skatinti jo aistrą, laisvės troškimą, smalsumą bei unikalumą, ženkite žingsnį atgal ir giliai įkvėpkite.

Meilė tai leidimas būti, leidimas augti, tai paleidimas.

Parengė Klaipėdos pedagoginės psichologinės tarnybos psichologė Monika Pranauskienė

Pagal Debra Manchester MacMannis, LCSW

<http://blogs.psychcentral.com/parenting-tips/2014/02/drowning-in-love-whats-too-much-of-a-good-thing/>