

The page features several decorative circles. At the top, there are three circles: a white one with a light purple outline on the left, and two solid light purple ones on the right. Below the text, there are three more circles: two solid light purple ones on the left and one white one with a light purple outline on the right.

MAND VAIKAS PIRMOKAS

(KELETAS PATARIMŲ PIRMOKŲ TĖVELIAMS)

Ko nereikėtų daryti, kad nebūtų sutrukdyta sėkmingam vaiko mokymosi startui?

- Labai svarbu nekelti vaikui pernelyg didelių reikalavimų: vaikų gabumai, jų intelekto galios yra skirtingos ir net vienos šeimos vaikai gali skirtis savo mokymosi galimybėmis, o ką jau kalbėti apie prigimtinius skirtumus. Tikėkite savo vaiku ir mylėkite jį tokį, koks yra, o ne tokį, koks jums patiktų.
- Nederėtų lyginti vieno vaiko su kitais – gabesniais, veržlesniais, kūrybiškesniais. Tai gali duoti labai nepageidaujamų rezultatų: pradžioje pabandęs lygiuotis į draugus, kuriems labiau sekasi, bet vėliau pamatęs, kad nepasivys jų, vaikas gali labai nusivilti savimi, imti pykti ant viso pasaulio, išlieti nepasitenkinimą ir ant savo “konkurento”.

- **Nereikėtų pernelyg primygtinai rūpintis vaiko mokykliniais reikalais – kasdien patikrinti, ar paruoštos pamokos, ar visi mokykliniai reikmenys kuprinėje ir pan. Vaikas turi žinoti ir įsisąmoninti: mokymasis – jo reikalas, už savo veiklos sėkmę atsako tik jis pats. Tai padės vaikui ateityje tapti patikimu darbuotoju, partneriu, bičiuliu.**
- **Nereikėtų kurti nerealaus, iškreipto mokyklos paveikslo: kad ten bus tik labai linksma, nepaprastai įdomu, kad mokytoja bus visada maloni, o bendraamžiai – geri ir draugiški.**

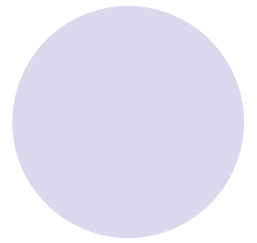
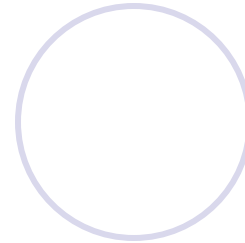
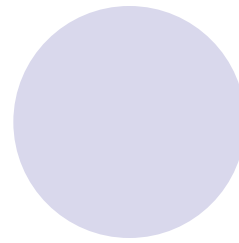
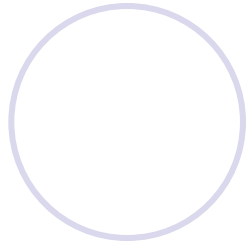
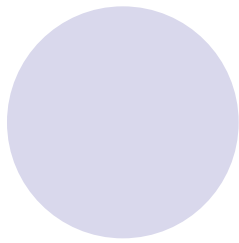
Ugdant teigiamą savęs vertinimą šeimoje derėtų:

- Kuo dažniau apkabinti, priglausti vaiką, pasakyti, kad jį mylite;
- Pripažinti vaiko jausmus ir išgyvenimus svarbiais; leisti vaikui išgyventi įvairiausius (taip pat ir neigiamus) jausmus ir juos išreikšti;
- Paskatinti, pagirti vaiką už tai, ką jis daro gerai; ištikus nesėkmei nuraminti, padrausinti;
- Mokyti vaiką priimti jo amžiui tinkamus sprendimus; leisti jam klysti, nes iš klaidų mokomasi;

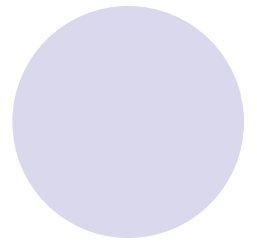
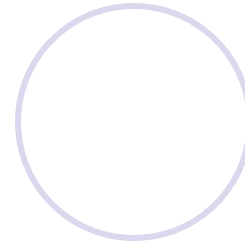
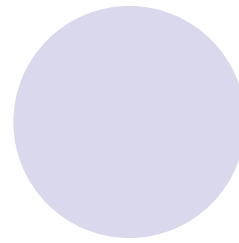
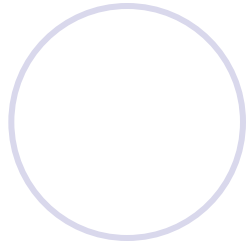
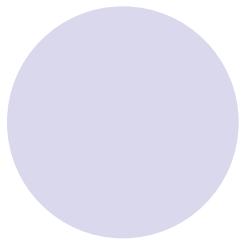
- **Atskirti vaiko asmenybę nuo jo elgesio, pavyzdžiui, užuot peikę: „tu blogas, negeras“, sakykite: „man nepatinka, kai tu...“;**
- **Kalbėtis su vaiku apie jo gyvenimą, klausti ir dėmesingai klausytis;**
- **Domėtis vaiko veikla, skatinti jį sportuoti, eksperimentuoti, tyrinėti, piešti, vaidinti...;**
- **Rodyti pageidaujamo elgesio su vaiku ir kitais žmonėmis pavyzdžius.**

Kokie gali būti teigiami stimulai, galintys padėti vaikui nusiteikti atsakingam ir rimtam darbui?

- **PIRMIAUSIA** žinoma, apeliavimas į naują – mokinio – statusą. Vaikas turi pajusti, kad mokymasis – rimta veikla, už kurios sėkmę bus atsakingas jis pats. Tai – rimtas įpareigojimas vaikui, jį turi lydėti jūsų palaikymas ir pasitikėjimas, kad „jis pajėgs, sugebės“.




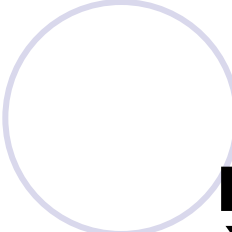
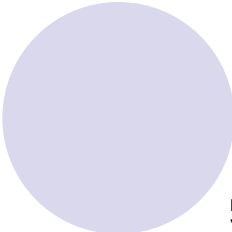

- **ANTRA, tikėjimas, kad pasiseks. Jeigu vaikas matys, kad juo tikite, kad pasitikite jo sugebėjimais, jis jausis tvirtesnis, pajėgesnis, turės daugiau valios, jėgų ir užsispyrimo siekti tikslo. Pajutęs jūsų abejonę dėl jo galimybių, vaikas išsigąs nei nepradėjęs darbo ir nesistengs pasiekti net to, ką tikrai pajėgtų.**



- **TREČIA, besąlygiškos paramos ir palaikymo demonstravimas: jūsų atžala turi tvirtai žinoti, kad susidūrusi su problemomis, nesėkmėmis, ji visados sulauks jūsų paramos ir palaikymo. Turite duoti aiškiai suprasti, kad bet kuriuo atveju, net jei vaikui kas nors nepavyktų ar nepasisektų, juo nenusivilsite, jo nepasmerksite ir neimsite mažiau mylėti.**

Kaip išmokyti vaiką sukoncentruoti dėmesį?

- **Planuokite vaiko dieną, nes jis nesugeba nieko numatyti į priekį ar įžvelgti pavojaus. Kiekvieną kartą, kai mažylis išeina iš namų į mokyklą, priminkite jam, kuriuo keliu jis privalo eiti, kas jam draudžiama daryti ir kt.**
- **Rekomenduojama griežta dienotvarkė.**
- **Svarbu parinkti tinkamą aplinką vaiko namų darbų ruošai – raskite tokią vietą, kur būtų mažiausiai blaškomas dėmesys.**

- Galima  naudoti  „maskuojamą triukšmą“. Švelnūs muzikos garsai turėtų padėti vaikui užmigti, ruošti namų darbus ir pan.
- Pasistenkit, kad vaikas galėtų „išlieti“ savo  energiją  sportuodamas, bėgiodamas ar žaisdamas.
- Prieš duodant vaikui užduotį, būtina įsitikinti, ar jis tikrai ją girdėjo.
- Stenkitės nesmerkti ir nebarti vaiko kitų akivaizdoje, nes jis susierins, nusimins.



Gimnazijos psihologė

Sandra Dulinskienė