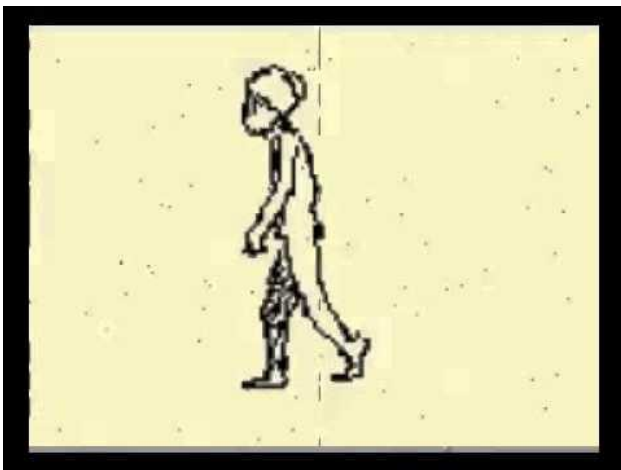




"Atsakingos ir
pareigingos
asmenybės ugdymas:
tėvų vaidmuo ir
efektyvios strategijos"

su jumis bendrauja
Evaldas Karmaza



Augimas –
užprogramuotas ratas



Kad vaikas užaugęs būtų...

- Būtų laimingas
- Mylėtų savo šalį
- Pabaigtų universitetą
- Būtų finansiškai nepriklausomas
- Turėtų tvirtą moralinį kompasą
- Būtų empatiškas ir užjaučiantis kitus
- Sektų savo aistra ir pašaukimu
- Sugebėtų kurti ir palaikyti sveikus santykius
- Būtų fiziškai ir psichiškai sveikas
- Turėtų kritinio mąstymo įgūdžius
- Būtų atsparus gyvenimo iššūkiams
- Mokėtų efektyviai komunikuoti
- Būtų kūrybingas ir inovatyvus
- Turėtų stiprų savivertės jausmą
- Gebėtų prisiimti atsakomybę už savo veiksmus
- Būtų pilietiškai aktyvus ir atsakingas
- Turėtų gerą humoro jausmą
- Mokėtų valdyti savo finansus
- Būtų atviras naujoms patirtims ir kultūroms
- Gebėtų spręsti konfliktus taikiai
- Turėtų stiprų šeimos jausmą
- Būtų sąžiningas ir patikimas
- Mokėtų užsienio kalbų
- Turėtų aiškų gyvenimo tikslą
- Būtų ekologiškai sąmoningas

Brandos/nebrandos ženklai ir jų atpažinimas



Štai du daugiau sekami asmenys - vienas iš jų yra labiau subrendęs. Kuris?



simonacym.

23,5 tūkst. prenumeratorių

https://www.youtube.com/channel/UCq1BpAz8N_rPmatdo5OJWkQ



Laurynas Maybach

32,2 tūkst. prenumeratorių

https://www.youtube.com/channel/UCG60xnzq6el_vFmUUe-pBiw

Branda ir nebranda

1. Austėja (16 metų) - BRANDI, nes:

- Savarankiškai planuoja savo mokslus ir laisvalaikį
- Prisiima atsakomybę už jaunesnę sesę, kai tėvai darbe
- Pripažįsta savo klaidas ir mokosi iš jų
- Moka atsiprašyti ir taisyti situaciją
- Supranta, kad jos sprendimai turi pasekmes kitiems

Tuo tarpu

Robertas (42 metai) - NEBRANDUS, nes:

- Nuolat vėluoja į darbą ir kaltina kamščius
- Skolinasi pinigų ir negrąžina, pyksta kai primena
- Meluoja partnerei apie savo išlaidas
- Vengia bet kokios kritikos, visada kalta aplinka
- Negeba prisiimti atsakomybės už savo klaidas



2. Matas (14 metų) - BRANDUS, nes:

- Savarankiškai rūpinasi savo diabetu, laiku matuoja cukrų
- Moka paprašyti pagalbos, kai jos reikia
- Sugeba derinti sportą ir mokslus
- Padeda kitiems komandos nariams adaptuotis
- Geba atsisakyti draugų kvietimo, kai turi įsipareigojimų

Tuo tarpu

Kristina (35 metai) - NEBRANDI, nes:

- Tikisi, kad mama vis dar spręs jos finansines problemas
- Manipuliuoja kitais, kad gautų ko nori
- Negali išlaikyti darbo ilgiau nei 3 mėnesius
- Kaltina kitus dėl savo nesėkmių santykiuose
- Nuolat reikalauja išskirtinio dėmesio

Branda ir nebranda

3. Lukas (17 metų) - BRANDUS, nes:

- Prisiėmė dalį namų ūkio darbų, kai mama susirgo
- Moka pripažinti, kai ko nors nežino ar nesupranta
- Geba išklaustyti kitokią nuomonę nepuldamas į konfliktą
- Taupo pinigų konkrečiam tikslui
- Randa balansą tarp mokslų ir savanorystės

Tuo tarpu

Aušra (45 metai) - NEBRANDI, nes:

- Reikalauja, kad vyras kas vakarą skambintų raportuoti kur yra
- Negali priimti sprendimų be draugų pritarimo
- Išleidžia visą atlyginimą per kelias dienas
- Nuolat skleidžia apkalbas apie kolegas darbe
- Isteriškai reaguoja į bet kokią kritiką



Šie pavyzdžiai rodo, kad:

- Branda nėra tiesiogiai susijusi su amžiumi
- Branda pasireiškia per kasdienes veiksmus ir sprendimus
- Brandą rodo gebėjimas prisiimti atsakomybę
- Svarbu ne tai, ką žmogus SAKO, o tai, ką jis DARO

Atvejai iš praktikos: kai branda vėluoja

Tomas, 14 metų

- Akademiškai gabus, puikūs pažymiai
- Negeba savarankiškai susiruošti kuprinės į mokyklą
- Mama kasdien tikrina ir primena apie reikiamas priemones
- Jaučiasi sutrikęs ir nervingas, kai reikia pačiam planuoti

Gabija, 12 metų

- Meniška, kūrybinga mergaitė
- Negali užmigti viena savo kambaryje
- Reikalauja, kad mama gulėtų šalia, kol užmigs
- Labai nerimastinga dėl bet kokių pokyčių rutinoje

Matas, 16 metų

- Puikus sportininkas, žaidžia krepšinį
- Nesugeba savarankiškai susitvarkyti sportinės aprangos
- Nuolat pameta ar pamiršta daiktus
- Vengia bet kokios atsakomybės namuose



Emilija, 13 metų

- Populiari tarp bendraamžių, aktyvi socialiniuose tinkluose
- Negali savarankiškai priimti paprasčiausių sprendimų (ką apsirengti, ką valgyti)
- Nuolat skambina mamai mokykloje prašydama patarimų
- Labai jautri bet kokiai kritikai

Lukas, 15 metų

- Technologijų guru, puikiai išmano kompiuterius
- Negali susitvarkyti su elementaria higiena
- Reikia priminti apie dušą ir dantų valymą
- Praranda savitvardą, kai negauna ko nori

Austėja, 11 metų

- Labai gera mokinė, mokytojų numylėtinė
- Isteriškai reaguoja į bet kokias nesėkmes
- Negali susitaikyti su pralaimėjimu žaidimuose
- Reikalauja nuolatinio tėvų dėmesio ir pagyrimo

Atvejai iš praktikos: kai branda vėluoja

Dominykas, 17 metų

- Talentingas muzikantas
- Nesugeba savarankiškai nuvykti į muzikos mokyklą
- Vengia bet kokio bendravimo su nepažįstamais žmonėmis
- Negali pats paskambinti ir užsiregistruoti pas gydytoją

Ugnė, 10 metų

- Aktyvi, sportiška mergaitė
- Negali susitvarkyti su nesėkmėmis
- Verkia ir pyksta dėl mažiausių nesklaidumų
- Reikalauja, kad tėvai išspręstų visas jos problemas su draugėmis

Justas, 13 metų

- Puikus matematikos žinias demonstruojantis berniukas
- Nesugeba kontroliuoti savo emocijų konfliktuose
- Greitai supyksta ir pradeda verkti
- Negali savarankiškai spręsti konfliktų su bendraamžiais



Visais šiais atvejais matome:

- Ryškų kontrastą tarp kai kurių puikiai išvystytų gebėjimų ir atsiliekančių brandos sričių
- Perdėtą priklausomybę nuo tėvų pagalbos kasdienėse situacijose
- Sunkumus valdant emocijas ir sprendžiant problemas
- Vengimą prisiimti amžiui įprastą atsakomybę

Brandos sritys

Branda - tai gebėjimas prisiimti atsakomybę už save (Vaikas pradeda suprasti savo veiksmų pasekmes ir geba priimti sprendimus, atsižvelgdamas į ilgalaikę perspektyvą)

Branda pasireiškia per savarankiškumą (Gebėjimas atlikti amžiui tinkamas užduotis be nuolatinės suaugusiųjų pagalbos, pvz., susitvarkyti daiktus, pasiruošti pamokas)

Branda apima gebėjimą valdyti emocijas (Vaikas ne tik jaučia emocijas, bet ir geba jas atpažinti, įvardinti ir rasti tinkamus būdus joms išreikšti)

Branda reiškia gebėjimą įvertinti situaciją iš skirtingų perspektyvų (Vaikas pradeda matyti ne tik savo, bet ir kitų žmonių požiūrį, suprasti kitų jausmus ir poreikius)



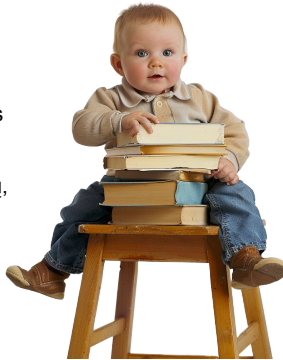
Amžiaus tarpsnių atsakomybių atmintinė

3-4 metai:

- **Asmeninė higiena** (Rankų plovimas su priminimu, veido nusišluostymas, bandymas valyti dantis su priežiūra, tualetu naudojimas su minimalia pagalba)
- **Apsirengimas** (Paprastų drabužių užsidėjimas, batų užsimovimas, sagų atsegimas)
- **Tvarka** (Žaislų sudėjimas į dėžes, knygų padėjimas į lentyną, nešvarių drabužių įdėjimas į skalbinių dėžę)
- **Pagalba virtuvėje** (Servetėlių išdalinimas, plastikinių įrankių padėjimas ant stalo, nešvarių indų nunešimas prie kriauklės)

5-6 metai:

- **Asmeninė higiena** (Savarankiškas rankų plovimas, dantų valymas su priežiūra, veido ir rankų nusišluostymas po praustuvės)
- **Apranga** (Visiškas apsirengimas, išskyrus sudėtingus užtrauktukus, batų raištelių rišimas su pagalba)
- **Tvarkymasis** (Žaislų rūšiavimas į kategorijas, lovos pasiklojimas su pagalba, asmeninių daiktų susidėjimas)
- **Namų ruošą** (Dulkių šluostymas nuo žemų paviršių, augalų laistymas, paprastas stalo padengimas)
- **Socialinė atsakomybė** (Pasisveikinimas, atsisveikinimas, "ačiū" ir "prašau" vartojimas, žaislo pasidalinimas)



7-8 metai:

- **Asmeninė higiena** (Visiškai savarankiškas prausimasis, dantų valymas, plaukų šukavimas)
- **Mokyklos reikalai** (Kuprinės susidėjimas pagal tvarkaraštį, namų darbų užsirašymas, būtinų priemonių pasiruošimas)
- **Namų priežiūra** (Savo kambario tvarkymas, lovos klojimas, drabužių susidėjimas į spintą)
- **Finansinis raštingumas** (Paprastas kišenpinigių taupymas, sąsiuvinio išlaidų vedimas)
- **Laiko planavimas** (Žadintuvo nusistatymas, pasiruošimas mokyklai vakare)

9-11 metai:

- **Mokymosi organizavimas** (Namų darbų planavimas savaitei, reikiamų priemonių pasiruošimas, papildomų užsiėmimų tvarkaraščio sekimas)
- **Finansai** (Kišenpinigių planavimas mėnesiui, taupymas konkrečiam tikslui, paprastų pirkinių atlikimas)
- **Namų ruošą** (Dulkių siurbimas, indų plovimas, paprastų užkandžių gaminimas, skalbinių rūšiavimas)
- **Socialiniai įgūdžiai** (Telefonu paskambinimas ir informacijos perdavimas, susitikimų su draugais planavimas)
- **Asmeninė atsakomybė** (Telefono/įrenginių naudojimo laiko sekimas, asmeninių daiktų priežiūra)

Amžiaus tarpsnių atsakomybių atmintinė

12-14 metai:

- **Mokymasis** (Savarankiškas pamokų planavimas, papildomos medžiagos paieška, projektų valdymas)
- **Finansinis planavimas** (Mėnesio biudžeto sudarymas, taupymas ilgalaikiams tikslams, pirkinių sąrašų sudarymas)
- **Namų ūkis** (Paprastų patiekalų gaminimas, skalbimas skalbimo mašina, kambarių tvarkymas)
- **Socialinė atsakomybė** (Įsipareigojimų kalendoriaus vedimas, susitikimų planavimas, ribų nustatymas)

15+ metai:

- **Akademinei/profesinei sritis** (Karjeros planavimas, CV rašymas, savanorystės veiklos)
- **Finansai** (Banko sąskaitos valdymas, taupymo strategijos, biudžeto planavimas)
- **Savarankiškumas** (Gydytojo vizitų planavimas, dokumentų tvarkymas, viešojo transporto maršrutų planavimas)
- **Socialinė kompetencija** (Konfliktų sprendimas, komandinis darbas, asmeninių ribų nustatymas)
- **Ateities planavimas** (Studijų/karjeros tikslų nustatymas, gyvenimo įgūdžių tobulinimas, ilgalaikių tikslų planavimas)



Svarbios pastabos tėvams:

- Kiekvienas vaikas vystosi savu tempu
- Nauji įgūdžiai įgyjami palaipsniui, su praktika
- Svarbu leisti klysti ir mokytis iš klaidų
- Būtina pritaikyti atsakomybes prie vaiko gebėjimų
- Reguliariai peržiūrėti ir atnaujinti atsakomybių sąrašą

Specifiniai raidos uždaviniai

Savarankiškumo įgijimas (Nuo elementarių savipriežiūros įgūdžių iki gebėjimo priimti savarankiškus sprendimus, planuoti laiką ir veiklas)

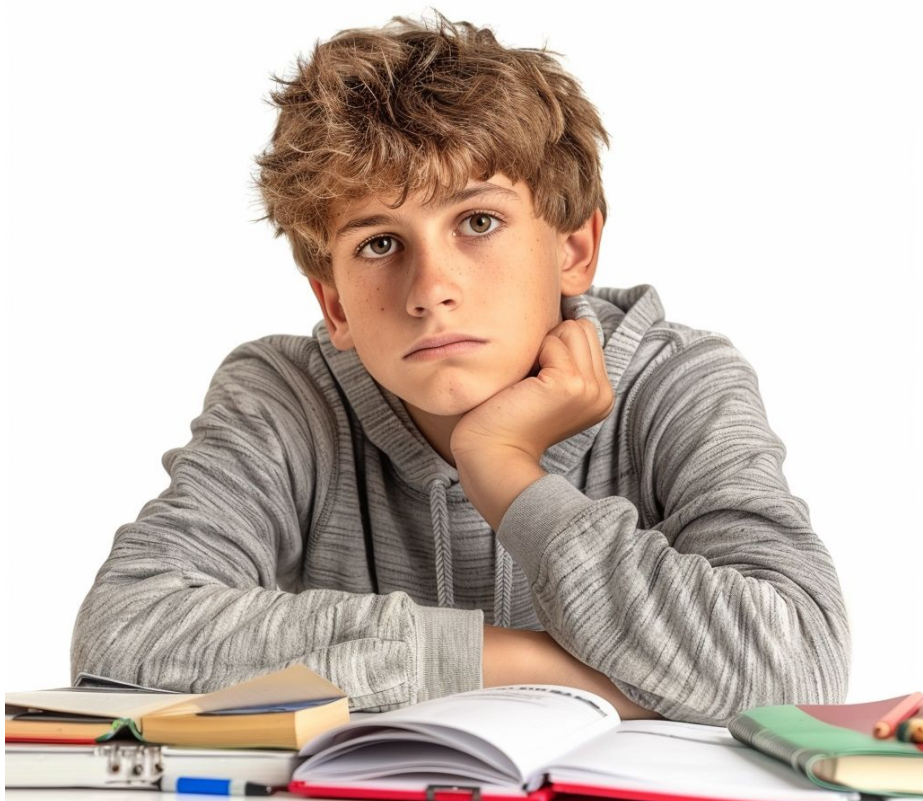
Socialinių ryšių formavimas (Mokymasis bendradarbiauti, dalintis, spręsti konfliktus, kurti ir palaikyti draugystes, suprasti kitų perspektyvą)

Akademinių kompetencijų vystymas (Mokymosi įgūdžių formavimas, atsakomybės už mokymąsi prisiėmimas, kritinio mąstymo ugdymas)

Emocinės kompetencijos (Jausmų atpažinimas ir valdymas, empatijos vystymas, streso įveikos strategijų mokymasis)



Kognityvinė branda



Kritinio mąstymo vystymasis

Klausimų kultūra (Skatinti vaiką kelti klausimus "kodėl?" ir "kaip?", mokyti analizuoti informaciją iš skirtingų perspektyvų, vertinti šaltinių patikimumą)

Priežasties-pasekmės ryšių supratimas (Padėti vaikui matyti įvykių grandinę, suprasti, kaip vienas veiksmas veda prie kito, analizuoti savo sprendimų pasekmes)

Argumentavimo įgūdžiai (Mokyti pagrįsti savo nuomonę faktais, išklaudyti kitų argumentus, diskutuoti pagarbiai ir konstruktyviai)

Stereotipų atpažinimas (Ugdyti gebėjimą atpažinti išankstines nuostatas, kritiškai vertinti populiarias nuomones, nepasiduoti grupės spaudimui)



Sprendimų priėmimas ir mokymasis

Sprendimų priėmimo žingsniai (Problemų apibrėžimas, alternatyvų generavimas, pasekmių įvertinimas, geriausio sprendimo pasirinkimas, rezultatų įvertinimas)

Mokymosi strategijų įvairovė (Skirtingų mokymosi būdų išbandymas, savo mokymosi stiliaus atradimas, efektyvių mokymosi technikų taikymas)

Vidinės motyvacijos ugdymas (Smalsumo skatinimas, asmeninių tikslų kėlimas, džiaugsmo mokantis patyrimas, sėkmės šventimas)

Klaidų kaip mokymosi galimybių suvokimas (Formuoti požiūrį į klaidas kaip į natūralią mokymosi dalį, skatinti eksperimentuoti ir nebijoti rizikuoti)



Planavimas ir organizavimas

Laiko valdymo pagrindai (Prioritetų nustatymas, užduočių skirstymas į svarbias ir skubias, realistiško laiko planavimas)

Organizaciniai įgūdžiai (Daiktų, erdvės ir informacijos tvarkymas, sistemų kūrimas, tvarkos palaikymo įpročiai)

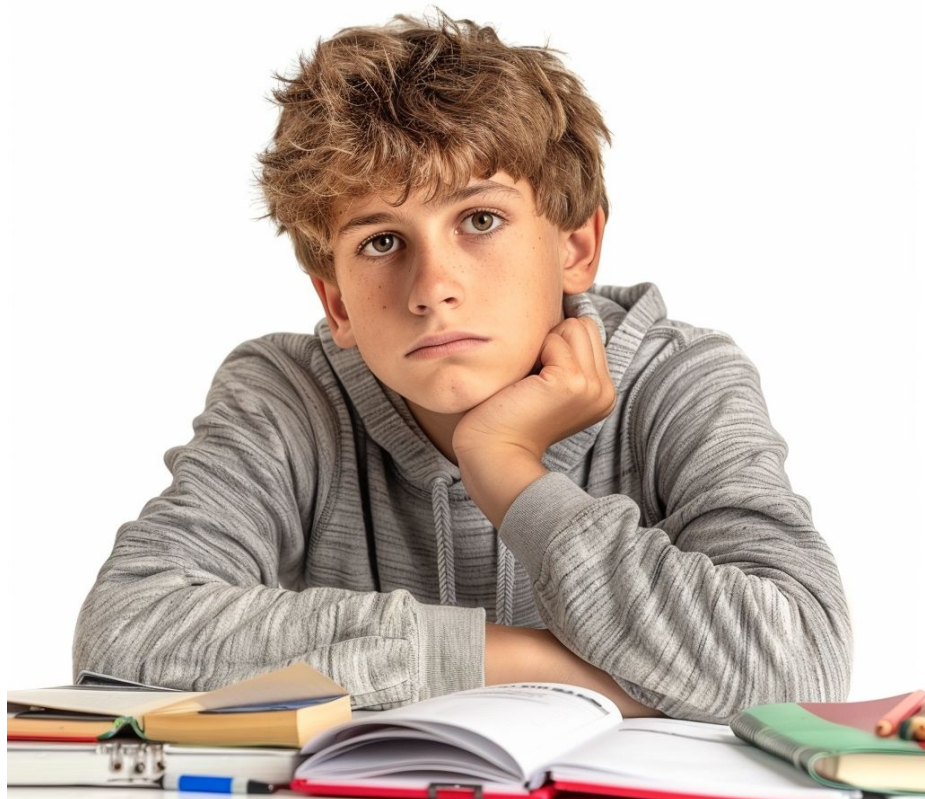
Tikslų išsikėlimas ir jų siekimas (SMART tikslų formulavimas, didesnių užduočių skaidymas į mažesnius žingsnius, progreso stebėjimas)

Savistaba ir refleksija (Gebėjimas stebėti savo mokymosi procesą, įvertinti savo stiprybes ir tobulintinas sritis, planuoti tobulinimosi žingsnius)

Meta-mokymosi įgūdžiai (Suprasti, kaip mes mokomės, kokios strategijos veikia geriausiai, kaip pritaikyti mokymosi būdus skirtingoms situacijoms)



Emocinė branda



Jausmų atpažinimas ir valdymas

Baziniai jausmai ir jų atpažinimas (Džiaugsmas, liūdesys, pyktis, baimė - mokymasis atpažinti kūno signalus, susijusius su skirtingais jausmais)

Jausmų žodyno plėtimas (Padėti vaikui išmokti įvardinti niuansuotus jausmus: nusivylimas, susierzinimas, nerimas, pasididžiavimas, dėkingumas)

Jausmų termometras (Mokymasis įvertinti jausmų intensyvumą skalėje nuo 1 iki 10, padeda suprasti, kada reikia nusiraminti)

Asmeninė jausmų valdymo strategijų dėžutė (Kiekvienas vaikas atranda jam tinkančius nusiramavimo būdus: gilus kvėpavimas, fizinė veikla, piešimas, muzikos klausymas)



Empatijos ir atsparumo ugdymas

Empatijos pagrindai (Gebėjimas atpažinti kitų žmonių jausmus, suprasti jų perspektyvą, reaguoti į kitų emocijas tinkamu būdu)

Praktinė užuojauta (Mokymas ne tik užjausti, bet ir ieškoti būdų, kaip galima padėti kitiems: paguosti, pasiūlyti pagalbą, pasidalinti)

Atsparumo komponentai (Gebėjimas atsigauti po nesėkmių, pozityvus požiūris į iššūkius, problemų sprendimo įgūdžiai)

Sunkumų kaip galimybių matymas (Padėti vaikui suprasti, kad klaidos ir nesėkmės yra natūrali mokymosi dalis, skatinti "dar nebemoku" mąstyseną vietoj "nemoku")



Savivertės formavimasis

Besąlyginė meilė kaip pagrindas (Vaikas turi jausti, kad yra mylimas ne už pasiekimus ar gerą elgesį, bet tiesiog už tai, kad yra)

Realių pasiekimų svarba (Savivertė auga įveikiant iššūkius ir matant savo progresą - svarbu kurti situacijas, kur vaikas gali patirti sėkmę)

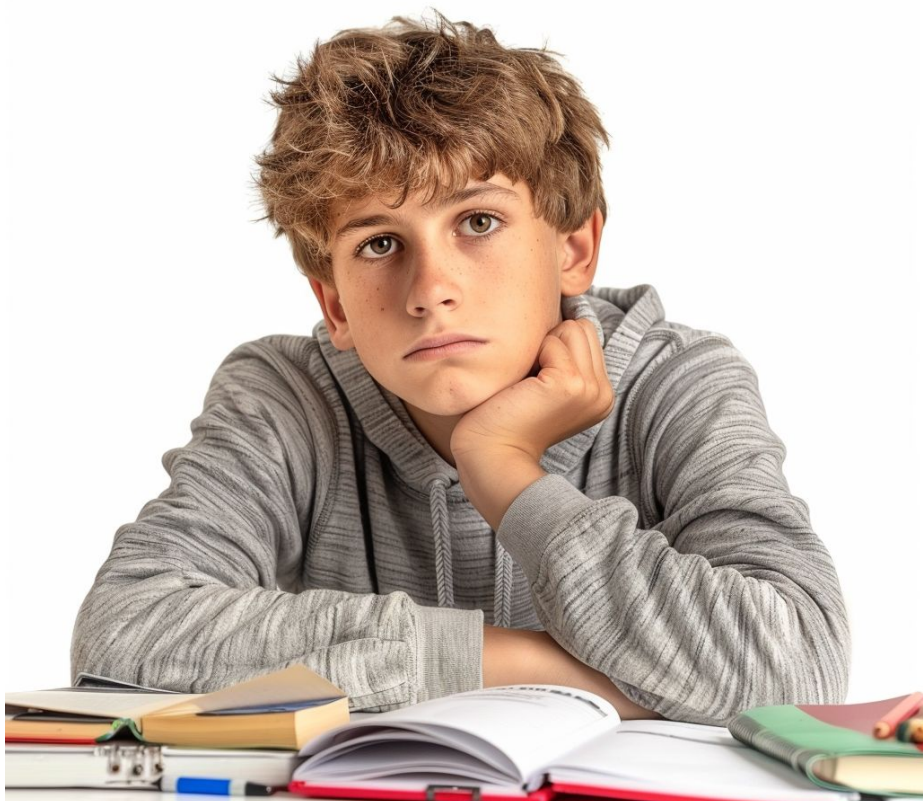
Adekvatus grįžtamasis ryšys (Girti už pastangas ir procesą, ne tik už rezultatą; konkrečiai įvardinti, kas pavyko: "Matau, kad labai stengeis ir radai kūrybišką sprendimą")

Vidinių standartų formavimas (Padėti vaikui išsikelti realius tikslus ir vertinti save pagal savo, o ne kitų standartus)

"Augimo" mąstysenos ugdymas (Mokyti, kad gebėjimai nėra fiksuoti, o gali būti vystomi per praktiką ir pastangas: "Dar nesigauna, bet treniruojuosi ir tobulėju")



Socialinė branda



Santykiai su bendraamžiais

Draugystės vystymosi etapai (Nuo lygiagrečio žaidimo ankstyvoje vaikystėje iki gilių emocinių ryšių paauglystėje, svarbu suprasti kiekvienam amžiui būdingus santykių ypatumus)

Socialinių įgūdžių ABC (Akių kontaktas, mandagumas, gebėjimas įsijungti į grupę, dalijimasis, kitų jausmų atpažinimas ir tinkamas reagavimas)

Bendradarbiavimo įgūdžiai (Mokymasis dirbti grupėje, derinti savo ir kitų norus, priimti bendrus sprendimus, dalintis užduotimis ir atsakomybe)

Sveika konkurencija (Gebėjimas ir laimėti, ir pralaimėti oriai, suprasti, kad konkurencija gali būti motyvuojanti, bet ne svarbiausia santykiuose)



Ribos ir atsakomybė

Asmeninių ribų supratimas (Mokymasis pasakyti "ne", gerbti savo ir kitų fizinę erdvę, suprasti tinkamo ir netinkamo elgesio ribas)

Taisyklių prasmės suvokimas (Suprasti, kad taisyklės padeda kurti saugią ir malonią aplinką visiems, o ne tik riboja laisvę)

Pasekmių suvokimas (Gebėjimas numatyti savo veiksmų pasekmes, suprasti, kaip mūsų elgesys veikia kitus, prisiimti atsakomybę už savo sprendimus)

Įsipareigojimai ir jų laikymasis (Nuo paprastų kasdienių pareigų iki ilgalaikių projektų užbaigimo, mokymasis planuoti laiką ir tesėti pažadus)



Konfliktų sprendimas

Konflikto atpažinimas ir reakcijos valdymas (Mokymasis atpažinti artėjantį konfliktą, stabtelėti prieš reaguojant impulsyviai, nusiraminti prieš sprendžiant situaciją)

Konstruktyvaus dialogo įgūdžiai (Aktyvaus klausymosi praktika, "aš" teiginių naudojimas, gebėjimas išreikšti savo poziciją neįžeidžiant kitų)

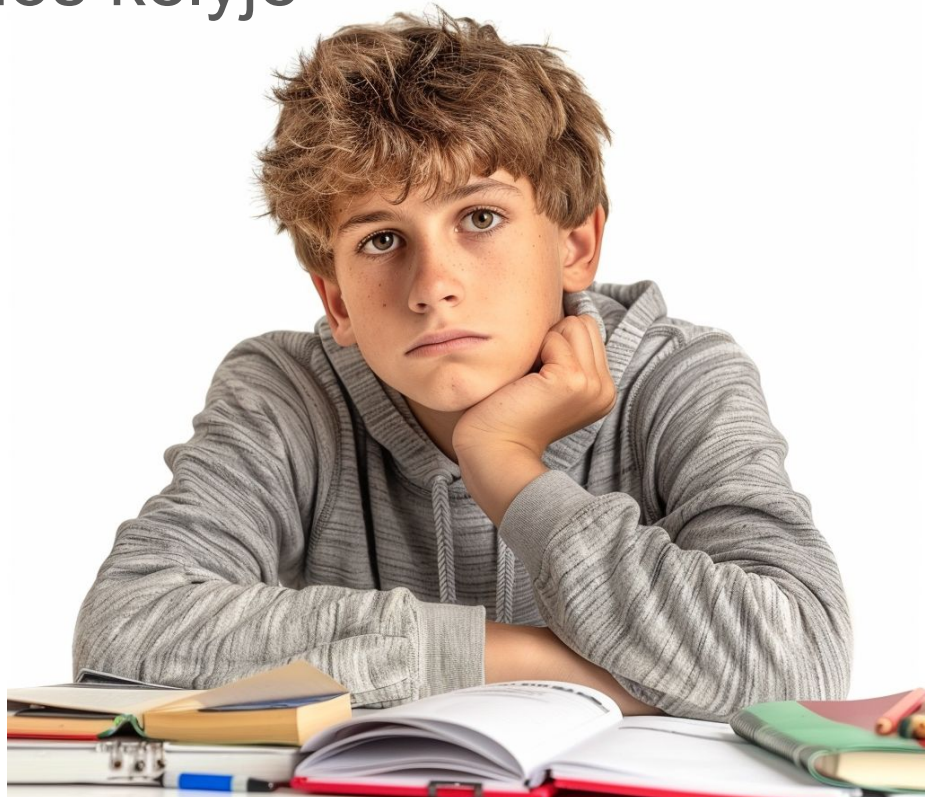
Kompromiso paieška (Skirtingų sprendimo variantų generavimas, gebėjimas nusileisti, kai reikia, win-win sprendimų paieška)

Pagalbos prašymas (Suprasti, kada reikia suaugusiųjų pagalbos sprendžiant konfliktą, nebijoti kreiptis į mokytojus ar tėvus sudėtingose situacijose)

Atsiprašymo ir atleidimo svarba (Mokymasis prisiimti atsakomybę už savo klaidas, nuoširdžiai atsiprašyti ir atleisti kitiems, kai jie atsiprašo)



Tėvų vaidmuo brandos kelyje



FRAZĖS, KURIŲ REIKĖTŲ VENGTI:

1. Perėmimas kontrolės:

- "Leisk, aš geriau/greičiau padarysiu..."
- "Duok man, tu nesusitvarkai..."
- "Žinau, kad tau sunku, aš už tave padarysiu..."
- "Kam gaišti laiką, aš tau padėsiu..."
- "Matau, kad tu pavargai, aš užbaigsiu..."
- (Mažina savarankiškumą ir pasitikėjimą savimi)

2. Amžiaus menkinimas:

- "Tu dar per mažas..."
- "Kai užaugsi, tada galėsi..."
- "Šito tai tikrai nesuprasi..."
- "Tau dar anksti apie tai galvoti..."
- "Palauk, kol būsi vyresnis..."
- (Riboja augimo galimybes ir motyvaciją)



3. Apibendrinimas ir kaltinimas:

- "Kodėl tu niekada..."
- "Tu visada taip darai..."
- "Vėl tas pats..."
- "Kaip visada, tu..."
- "Iš tavęs galima tikėtis tik..."
- (Kuria neigiamą savivertę ir beviltiškumo jausmą)

4. Lyginimas su kitais:

- "Visi kiti vaikai gali..."
- "Pažiūrėk į savo seserį, ji tai moka..."
- "Tavo amžiaus vaikai jau seniai..."
- "Net mažesni vaikai sugeba..."
- "Kodėl tu negali būti kaip..."
- (Mažina savivertę ir kuria konkurencijos jausmą)

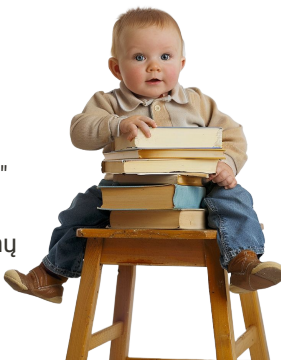
Konstruktivus palaikymas

1. Pastangų pripažinimas:

- "Matau, kaip atkakliai dirbi ties šiuo uždaviniu..."
- "Pastebėjau, kad šiandien pats prisiminei apie..."
- "Įdėjai daug darbo ruošdamasis..."
- "Net kai buvo sunku, tu nepasidevei..."
- "Malonu matyti, kaip tu tobulėjai..."
- (Šios frazės pabrėžia procesą ir pastangas, ne tik rezultata)

2. Sprendimų priėmimo skatinimas:

- "Kaip manai, koks būtų geriausias sprendimas?"
- "Kokie galimi variantai tau ateina į galvą?"
- "Ką pirmiausiai norėtum išbandyti?"
- "Kas, tavo manymu, čia suveiktų geriausiai?"
- "Įdomu išgirsti tavo planą..."
- (Skatina savarankišką mąstymą ir sprendimų priėmimą)



3. Emocinis palaikymas:

- "Suprantu, kad dabar sunku. Kaip galiu padėti?"
- "Normalu jausti nusivylimą, kai..."
- "Matau, kad ši situacija tave neramina..."
- "Kartais visiems būna dienų, kai nesiseka..."
- "Tu tikrai gali tai įveikti, nors dabar ir atrodo sudėtinga..."
- (Validuoja jausmus ir siūlo paramą)

4. Refleksijos skatinimas:

- "Kas, tavo manymu, padėjo tau pasiekti šį rezultatą?"
- "Ką kitą kartą darytum kitaip?"
- "Kuo labiausiai didžiuojiesi šioje situacijoje?"
- "Ką naujo sužinojai apie save?"
- "Kas buvo sunkiausia/lengviausia?"
- (Skatina savirefleksiją ir mokymąsi iš patirties)

Ribos ir jų palaikymas

Aiškių ribų nustatymo principai (Ribos turi būti logiškos ir suprantamos vaikui, susijusios su saugumu ir pagarba, pritaikytos amžiui)

Nuoseklus ribų palaikymas (Taisyklių laikymasis be išimčių, vienodas tėvų požiūris į ribas, natūralių pasekmių taikymas)

Lankstumas keičiantis situacijai (Ribų peržiūrėjimas augant vaikui, gebėjimas derėtis dėl taisyklių, atsižvelgiant į didėjančią brandą)

Tėvų vieningumo svarba (Suderintas tėvų požiūris į ribas ir taisykles, vieninga reakcija į ribų peržengimą, tarpusavio palaikymas)

Pozityvios disciplinos metodai (Dėmesys geram elgesiui, aiškos pasekmės, ne bausmės, problemų sprendimas kartu su vaiku)



*Apie atsakomybę ir
pareigingumą:
terminai iš mokyklos*

49 straipsnis. Mokytojo teisės

1. Mokytojas turi teisę:

- 1) siūlyti savo individualias programas; **pasirinkti pedagoginės veiklos būdus ir formas;**
- 2) ne mažiau kaip **5 dienas** per metus **dalyvauti kvalifikacijos tobulinimo programose** ir renginiuose;
- 3) būti atestuotas ir įgyti kvalifikacinę kategoriją švietimo, mokslo ir sporto ministro nustatyta tvarka;
- 4) **dirbti savitarpio pagarba grįstoje, psichologiškai, dvasiškai ir fiziškai saugioje aplinkoje, būti apsaugotam nuo bet kokio smurto**, turėti higienos reikalavimus atitinkančią ir tinkamai aprūpintą darbo vietą, gauti informacinę, ekspertinę, konsultacinę ir psichologinę pagalbą pedagoginėje psichologinėje tarnyboje arba iš psichologinės pagalbos teikėjo, su kuriuo savivaldybės vykdomoji institucija yra sudariusi sutartį dėl psichologinės pagalbos teikimo;
- 4¹) į nešališką mokytojo darbo vertinimą, teisingą apmokėjimą už darbą;
- 5) dalyvauti mokyklos savivaldoje ir profesinės sąjungos veikloje;
- 6) **siūlyti mokyklos vadovui** Vaiko minimalios ir vidutinės priežiūros įstatymo nustatyta tvarka kreiptis dėl minimalios ar vidutinės priežiūros priemonės vaikui skyrimo, taip pat siūlyti mokyklos vadovui skirti vaikui už švietimo įstaigos vidaus tvarkos taisyklių ir mokinio elgesio normų pažeidimus **drausmines auklėjamojo poveikio priemones, nurodytas švietimo įstaigos vidaus tvarką nustatančiuose dokumentuose;**
- 6¹) įstatymų nustatyta tvarka ginti savo teises;
- 7) naudotis kitomis Profesinio mokymo įstatymo, Neformaliojo suaugusiųjų švietimo ir tęstinio mokymosi įstatymo ir kitų įstatymų nustatytomis teisėmis.



49 straipsnis. ... ir pareigos

2. Mokytojas privalo:

- 1) **užtikrinti ugdomų mokinių saugumą, geros kokybės ugdymą;**
- 2) ugdyti tvirtas mokinių dorovės, pilietines, tautines ir patriotines nuostatas, pagarbą Lietuvos valstybei, Lietuvos Respublikos Konstitucijai, Lietuvos istorijai, lietuvių kalbai, valstybės simboliams, visuomenei, tėvams, savo kultūriniam identitetui, laiduoti mokinių asmenybės galių plėtotę, suprantamai ir aiškiai, taisyklinga lietuvių kalba perteikti ugdymo turinį, kai teisės aktais nustatyta, kad atitinkamas ugdymo turinys perteikiamas lietuvių kalba;
- 3) **laikytis švietimo įstaigų nusistatytų etikos normų** ir švietimo įstaigos vidaus tvarką nustatančių dokumentų reikalavimų, savo veiksmais ir elgesiu nediskredituoti mokyklos, gerbti Lietuvos valstybę, Lietuvos Respublikos Konstituciją, Lietuvos istoriją, lietuvių kalbą, visuomenę ir valstybės simbolius, žmogaus teises ir pagrindines laisves;
- 4) tobulinti savo kvalifikaciją **prioritetinėse kvalifikacijos tobulinimo srityse**, kurias tvirtina švietimo, mokslo ir sporto ministras;
- 5) ugdyti remdamasis mokinių gebėjimais ir polinkiais, **stiprinti mokymosi motyvaciją ir pasitikėjimą savo gebėjimais**, suteikti pagalbą mokiniams, turintiems ugdymosi, mokymosi sunkumų ir specialiųjų ugdymosi poreikių, pritaikyti jiems dalyko programą, turinį, metodus;
- 6) **nešališkai vertinti** mokinių mokymosi pasiekimus ir nuolat juos informuoti apie mokymosi pažangą;
- 7) **mokyklos nustatyta tvarka informuoti tėvus** (globėjus, rūpintojus) **apie jų vaiko būklę, ugdymo ir ugdymosi poreikius, pažangą, mokyklos lankymą ir elgesį**, taip pat **informuoti švietimo įstaigos vadovą apie pastebėtą smurto atvejį;**
- 8) **bendradarbiauti su kitais mokytojais**, kad būtų pasiekti mokymo tikslai;
- 9) **gerbti mokinį kaip asmenį**, nepažeisti jo teisių ir teisėtų interesų;
- 10) vykdyti kitas Profesinio mokymo įstatymo, Neformaliojo suaugusiųjų švietimo ir tęstinio mokymosi įstatymo nustatytas pareigas.





46 straipsnis. Mokinio teisės ir pareigos

1. Mokinys turi teisę:

- 1) nemokamai gauti informaciją apie veikiančias mokyklas, švietimo programas, mokymosi formas;
- 1¹) ikimokyklinį, priešmokyklinį, pradinį, pagrindinį ir vidurinį ugdymą;
- 2) pagal savo gebėjimus ir poreikius mokytis mokykloje, savarankiškai mokytis ir įgyti išsilavinimą, kvalifikaciją;
- 3) sulaukęs 14 metų, savarankiškai pasirinkti dorinio ugdymo (tikybos arba etikos) programą;
- 4) **gauti geros kokybės švietimą;**
- 5) pasirinkti formaliojo švietimo programas papildančius ir jo saviraiškos poreikius tenkinančius šių programų modulius, pasirenkamųjų dalykų programas, kursus;
- 6) į apsaugą nuo smurto, psichologinę, specialiąją pedagoginę, specialiąją, socialinę pedagoginę pagalbą, profesinį orientavimą ir švietimo informacinę pagalbą, sveikatos priežiūrą mokykloje, **informaciją apie savo pasiekimų vertinimą ir kitą su mokymusi susijusią informaciją;**
- 7) **mokytis** savitarpio pagarba grįstoje, psichologiškai, dvasiškai ir fiziškai **saugioje aplinkoje**, turėti higienos reikalavimus atitinkančius mokymosi krūvį ir aplinką;
- 8) į **nešališką mokymosi pasiekimų įvertinimą;**
- 9) dalyvauti mokyklos savivaldoje;
- 10) įstatymų nustatyta tvarka ginti savo teises;
- 11) naudotis kitomis Profesinio mokymo įstatymo ar Neformaliojo suaugusiųjų švietimo ir tęstinio mokymosi įstatymo ir kitų įstatymų nustatytais teisėmis;
- 12) į nuoseklų ir ilgalaikį socialinių ir emocinių kompetencijų ugdymą mokykloje;
- 13) į akademines atostogas dėl ligos, gydytojų konsultacinei komisijai rekomendavus, arba nėštumo ir gimdymo ar atostogų vaikui prižiūrėti metu, neprarandant mokinio statuso ir teisės po akademinių atostogų tęsti mokymąsi toje mokykloje, kurioje mokėsi prieš akademines atostogas.

46 straipsnis. Mokinio teisės ir pareigos

2. Mokinys privalo:

- 1) **sudarius mokymo sutartį, laikytis visų jos sąlygų, mokyklos vidaus tvarką nustatančių dokumentų reikalavimų**, savo veiksmais ir elgesiu nediskredituoti mokyklos;
- 2) **reguliariai lankyti mokyklą**, be pateisinamos priežasties nepraleisti pamokų ir kitų privalomų ugdymo proceso užsiėmimų;
- 3) nuosekliai ir **stropiai mokytis, atlikti mokytojo pateiktas mokymosi užduotis;**
- 4) gerbti Lietuvos valstybę, Lietuvos Respublikos Konstituciją, Lietuvos istoriją, lietuvių kalbą, visuomenę ir valstybės simbolius, žmogaus teises ir pagrindines laisves;
- 5) **laikytis mokinio elgesio normų, gerbti mokytojus ir kitus mokyklos bendruomenės narius**, nepažeisti jų teisių ir teisėtų interesų;
- 6) mokytis pagal priešmokyklinio, pradinio ir pagrindinio ugdymo programas iki 16 metų;
- 7) dalyvauti nuoseklioje ir ilgalaikėje prevencinėse programose, pranešti apie emocinio ir fizinio smurto atvejus suaugusiems, **nekelti pavojaus savo ir kitų asmenų sveikatai, saugumui ir gyvybei.**



47 straipsnis. Tėvų (globėjų, rūpintojų) teisės ir pareigos

1. Tėvai (globėjai, rūpintojai) turi teisę:

- 1) nemokamai gauti informaciją apie veikiančias mokyklas, švietimo programas, mokymo formas, mokykloje vykdomas su vertybinių nuostatų ugdymu susijusias programas ir veiklas;
- 2) dalyvauti parenkant (prireikus parinkti) vaikui ugdymo programą, formą, mokyklą ar kitą švietimo teikėją;
- 3) **gauti informaciją apie vaiko būklę, ugdymo ir ugdymosi poreikius, pažangą, mokyklos lankymą ir elgesį, po mokymosi pasiekimų patikrinimų gauti rekomendacijas dėl vaiko mokymosi pasiekimų gerinimo;**
- 4) dalyvauti **mokyklos savivaldoje ir mokyklos bendruomenės susirinkimuose** aptariant svarbius mokyklos klausimus ir **mokyklos vadovo metų veiklos ataskaitą;**
- 5) dalyvauti įvertinant vaiko specialiuosius ugdymosi poreikius ir gauti **išsamią informaciją apie įvertinimo rezultatus;**
- 6) leisti vaiką mokytis pagal priešmokyklinio ugdymo programą ne vėliau, negu vaikui tais kalendoriniais metais sueina 6 metai, o pagal pradinio ugdymo programą – ne vėliau, negu vaikui tais kalendoriniais metais sueina 7 metai;
- 7) tėvai (globėjai) turi teisę kreiptis į pedagoginę psichologinę tarnybą arba švietimo pagalbos tarnybą, kurios aptarnavimo teritorijoje yra švietimo teikėjas, dėl 5 metų vaiko brandumo ugdytis pagal priešmokyklinio ugdymo programą vertinimo ir ne vėliau kaip per 20 darbo dienų nuo kreipimosi dienos gauti iš šių tarnybų rekomendacijas dėl vaiko pasirengimo mokytis;
- 8) **reikalauti, kad vaikui būtų teikiamas geros kokybės ugdymas;**
- 9) naudotis kitų įstatymų nustatytais teisėmis ir įstatymų nustatyta tvarka ginti savo teises.



47 straipsnis. Tėvų (globėjų, rūpintojų) teisės ir pareigos

2. Tėvai (globėjai, rūpintojai) privalo:

- 1) vaiką, kuriam tais kalendoriniais metais iki balandžio 30 dienos yra suėję 5 metai, leisti mokytis pagal priešmokyklinio ugdymo programą, išskyrus šio įstatymo 8 straipsnio 3 dalyje numatytus atvejus, vaiką, kuriam tais kalendoriniais metais iki balandžio 30 dienos yra suėję 6 metai, leisti mokytis pagal pradinio ugdymo programą, išskyrus šio įstatymo 9 straipsnio 3 dalyje numatytus atvejus;
- 2) sudaryti vaikui sveikas ir saugias gyvenimo sąlygas, gerbti vaiko asmenybę, apsaugoti jį nuo smurto, prievartos ir išnaudojimo, užtikrinti, kad vaiko sveikata būtų patikrinta laiku;
- 3) **bendradarbiauti su mokyklos vadovu, kitu švietimo teikėju, mokytojais, kitais specialistais, teikiančiais specialiąją, psichologinę, socialinę pedagoginę, specialiąją pedagoginę pagalbą, sveikatos priežiūrą, sprendžiant vaiko ugdymosi klausimus ir vykdyti jų rekomendacijas. Vaikui smurtaujant ar patiriant smurtą, kartu su vaiku psichologo nurodytu laiku atvykti į konsultaciją;**
- 4) parinkti savo vaikams iki 14 metų dorinio ugdymo (tikiybės arba etikos) programą;
- 5) ugdyti vaiko vertybines orientacijas, **kontroliuoti ir koreguoti jo elgesį**, ugdyti pagarbą Lietuvos valstybei, Lietuvos Respublikos Konstitucijai, Lietuvos istorijai, lietuvių kalbai, visuomenei ir valstybės simboliams;
- 6) **užtikrinti** vaiko parengimą mokyklai, jo **nuoseklų ir stropų mokymąsi, mokymosi užduočių atlikimą** pagal priešmokyklinio, pradinio ir pagrindinio ugdymo programas iki 16 metų;
- 7) **užtikrinti vaiko punctualų ir reguliarų mokyklos lankymą, pamokų ir kitų privalomų ugdymo proceso užsiėmimų nepraleidimą** be pateisinamos priežasties; jeigu vaikas negali atvykti į mokyklą, nedelsdami informuoti mokyklos administraciją ar jos įgaliotus asmenis;
- 8) dalyvauti parenkant vaikui, turinčiam specialiųjų ugdymosi poreikių, ugdymo programą ir mokyklą;
- 9) **pranešti mokyklos vadovui apie žinomą smurto švietimo įstaigoje atvejį;**
- 10) **gerbti mokytojus ir kitus mokyklos bendruomenės narius, nepažeisti jų teisių ir teisėtų interesų.**



Kodėl ribos būtinos?

Saugumo jausmo formavimas (Aiškios ribos vaikui yra tarsi "emocinės sienos", kurios padeda jaustis saugiai ir suprasti pasaulį. Pavyzdys: kai vaikas žino, kad negalima bėgti į gatvę, jam nereikia nuolat nerimauti apie galimus pavojus)

Savireguliacijos vystymasis (Per išorines ribas vaikas mokosi vidinės kontrolės. Pvz., kai tėvai nuosekliai laikosi vakarienės laiko, vaikas pamažu išmoksta reguliuoti savo alkį ir rutinas)

Socialinių įgūdžių formavimas (Ribos namuose moko, kaip elgtis visuomenėje. Pavyzdys: kai vaikas mokomas paprašyti, o ne griebti žaislą, jis perima socialiai priimtino elgesio modelį)

Psichologinės brandos vystymas (Ribos padeda vaikui suprasti, kad ne viskas sukasi aplink jį, ir išmokti atsižvelgti į kitų poreikius)



Namų ir viešų vietų ribos

- **Namų aplinkoje**
 - Aiški kasdienė rutina
 - Žinoma erdvė ir taisyklės
 - Galimybė sukurti saugią aplinką
 - Lengviau valdyti situaciją
- **Viešose vietose**
 - Iš anksto aptartos elgesio taisyklės
 - Saugumo susitarimai (pvz., laikytis už rankos gatvėje)
 - "Išėjimo planas" sudėtingoms situacijoms
 - Aiškūs lūkesčiai prieš einant į viešą vietą
- **Skirtingų aplinkų derinimas**
 - Pagrindinės ribos išlieka visur
 - Pritaikymas pagal situaciją
 - Aiškus paaiškinimas vaikui, kodėl kai kurios taisyklės keičiasi
 - Nuoseklumas pagrindiniuose dalykuose



Santykiai su seneliais ir giminaičiais

- **Bendradarbiavimas su seneliais**
 - Pagrindinių ribų aptarimas
 - Pagarba senelių namų taisyklėms
 - "Senelių privilegijų" aptarimas
 - Konstruktyvus nesutarimų sprendimas
- **Taisyklių derinimas**
 - Aiškus bendravimas apie svarbiausias ribas
 - Lankstumas neesminiuose dalykuose
 - Vieninga pozicija svarbiais klausimais
 - Reguliarūs šeimos aptarimai
- **Vaikų supratimo formavimas**
 - Skirtingų kartų vertybių aiškinimas
 - Pagarbos mokymas
 - Lankstumo ugdymas
 - Tradicijų perdavimo svarba
-



Mokykla, būreliai ir šventės

- **Mokyklos aplinka**
 - Mokyklos taisyklių palaikymas namuose
 - Bendradarbiavimas su mokytojais
 - Akademinės disciplinos skatinimas
 - Socialinių įgūdžių ugdymas
- **Būrelių kontekstas**
 - Specifinių taisyklių laikymasis
 - Trenerių/mokytojų autoriteto palaikymas
 - Komandinio darbo įgūdžiai
 - Disciplinos ir kūrybiškumo balansas
- **Šventės ir ypatingos progos**
 - Iš anksto aptartos "švenčių taisyklės"
 - Lankstumas išskirtinėmis progomis
 - Aiškios ribos net švenčių metu
 - Grįžimas prie įprastos rutinos



Taisyklės
veda prie
svarbių tikslų



1. Pasitikėti – nuolat būti atsargiam
2. Padaryti pačiam – laukti aptarnaujančio
3. Pabandyti savo iniciatyva – gėdytis
4. Padaryti geriau – pasiduoti
5. Padaryti pagal save – kopijuoti
6. Intymumas – Izoliacija (20+)
7. Bendrumas – stagnacija (26+)
8. Integralumas – neviltis... (65+)

• KAS PERLIPA/NEPERLIPA, TAMPA MATOMA



Taisyklių įvedimas - sluoksniuotas pyragas

1. Prižiūrėjimas ir reagavimas (supažindinimas su ribomis)
2. Istorijos ir jų pabaiga (modeliavimas, partneriavimas atliekant kartu)
3. Taisyklės ir jų simboliai (aptarimai asmeniškai ar šeimoje, kai taisyklės yra laužomos)
4. Sutarimai
 - a. Tikslai ir sutarimai dėl jų
 - b. Suderinimai, kokios taisyklės padės siekti tikslų
 - c. Sutarimai dėl reakcijos. Jei negalioja (o taip bus dažnai), tada pereiname prie priežiūros iki sutarimo.

1. **Rami reakcija**
2. **Atviras ir rūpestingas pokalbis**
3. **Empatijos ugdymas**
4. **Pasekmių aiškinimas**
5. **Taisyklių nustatymas**
6. **Atsakomybės mokymas**
7. **Įtraukimas į sprendimų priėmimą**
8. **Palaikymas ir pagalba**
9. **Profesionalios pagalbos ieškojimas**
10. **Stebėjimas ir vertinimas**
11. **Bendradarbiavimas su mokykla**
12. **Tinkamo elgesio modeliavimas**

O jeigu tyčiojasi jūsų vaikas



Papildomam skaitymui:

- Jan-Uwe Rogge (2004). Vaikams reikia ribų. Alma Littera
- Izabelle Filliozat (2019). Mano vaikas mane varo iš proto. Baltos lankos
- Jessica J. Alexander, Iben D. Sandahl (2016). Vaikų auklėjimas pagal danus. Egmont
- A. Faber, E. Mazlish (2019). Kaip kalbėti su vaikais, kad jie klausytų. Vaga
- Izabelle Filliozat (2018). Viską išbandžiau. Baltos lankos
- Thomas Gordon (2009). Kaip tapti gerais tėvais. Presvika
- Michael Winterhoff (2012). Tironų nereikia. Tyto alba
- Jirina Prekop (2009). Mažasis Tironas. Vaga
- Carl Honore (2012). Duokite vaikams ramybę. Metodika
- Sabine Herme (2004). Sunkūs vaikai. Alma Littera
- Aušra Kurienė (2016). Kaip užauginti žmogų. Alma Littera
- Any Morin (2020). Ko nedaro stiprūs tėvai. Alma Littera
- Rudolf Dreikurs (2004). Laimingi vaikai. Iššūkis tėvams. Vaga
- Armen Tougu, Kerttu Soans (2009). Naujosios kartos vaikai. Tėvų paramos Valdorfo pedagogikai bendrija
- David Eberhard (2019). Vaikų įkaitai. "Liūtai ne avys"
- Josh Shipp. (2018). Suaugusiųjų gidas po paauglių pasaulį. Vaga
- John Townsend (2020). Ribos paaugliams. Tapati knyga

