

→ **TURINYS**

**IŽANGA 6**

**ISTORIJA „Morka, kiaušinis ir kava“ 8**

pirmas skyrius

**VAIDMENYS 10**

Tampame tėvais 12

Seneliai: nuo malonumo link atsakomybės 19

Naujas vaidmuo – sesė / brolis 22

antras skyrius

**IKIMOKYKLINIS AMŽIUS 26**

Vaiko vieta šeimoje 28

Darželis: būtinybė ar galimybė? 38

Tiltai link tinkamo vaiko elgesio 47

Informacinės technologijos: lavina ar kenkia? 73

trečias skyrius

**PRADINIS MOKYKLINIS AMŽIUS 80**

Ruošiamės pirmai klasei 82

Vaiko gebėjimai ir tėvų lūkesčiai 91

Iššūkiai mokykloje 98

Šeimos ir mokyklos partnerystė 106

ketvirtas skyrius

**PAAUGLYSTĖS LINK 112**

Apie paauglystę ir paauglius 114

Paauglystės iššūkiai 115

Suaugusiųjų klaidos 117

**NAUDOTOS LITERATŪROS SĄRAŠAS 120**

**REKOMENDACIJOS TĖVAMS 123**

Gyvenimas – tarsi supimasis svertinėmis  
sūpuoklėmis... Kad pajustume padėties  
pokyčius, kažkas turi būti kitoje sūpynių  
pusėje. Tai jų dėka pakylame į orą, jų dėka  
vėl nusileidžiame ant žemės. Jei jų nebūtų –  
sėdėtume sau ant rąsto nė nesuvokdami,  
ką reiškia sūptis, nesuvokdami, kaip gera  
atsiplėšti nuo žemės ir kaip malonu vėl ant  
jos nusileisti. Tas kažkas – tai mus supantys  
žmonės: kolegos, kaimynai, tėvai, broliai,  
seserys, vaikai. Visi jie nuolat keičiasi...  
Supdamiesi keičiamės ir mes...

Ši knyga – tai būdas pasitikrinti, kaip balansuoja jūsų šeimos sūpuoklės, ir sužinoti, ką ir kaip daryti, kad vykstant įvairiems pokyčiams supimosi malonumas neblėstų. Taip pat tai galimybė augti – augti kartu su vaiku ir auginti save kaip mamą ar tėtį, turtėjant atrastomis ugdymo ir auklėjimo tiesomis.

„Vaikas pokyčių kelyje“ – pirmoji naujos serijos „Tėvystės žemėlapis“ knyga tėvams, todėl ir pasitiksime jus pačioje tėvystės temos užuomazgoje. Pradėdamos nuo to, ką reiškia tapti tėvais ir kaip sėkmingai šiam įvykiui pasirengti, keliausime su jumis po svarbiausią vaikui ikimokyklinio amžiaus etapą ir aptarsime su tuo susijusius klausimus. Tuomet kelionę tęsime nagrinėdamos visai šeimai reikšmingus pradinio mokyklinio amžiaus niuansus bei iššūkius. Na, o išsiskirsime palydėdamos jus paauglystės link.

Be to, šioje knygoje su jumis pasidalysime

- › savo praktinio darbo įžvalgomis ir rekomendacijomis, kurios pravers jums, kai tiesite tiltus link savo vaiko arba kai, pasukę ne tuo keliu, atsidursite aklavietėje;

- › įvairių mokslinių tyrimų išvadamis, kurios padės išsklaidyti kai kurias asmenines dvejones arba atsakys į dviprasmiškus klausimus;

- › nuoširdžiu noru įgalinti jus veikti, kad jūsų šeimos gyvenime būtų kuo daugiau šviesos, darnos ir harmonijos, kad jūsų namuose augant vaikams kuo dažniau kvėpėtų kava...

Mergina nuėjo pas savo motiną pasiskųsti sunkiu gyvenimu. Ji nebežinojo, kaip toliau verstis, ir norėjo viską mesti, pavargo kautis su kasdieniais sunkumais. Atrodė, kad vos išsprendžia vieną problemą, tuoj atsiranda kita ir vėl viską sujaukia. Motina nusivedė dukterį į virtuvę. Ji pripylė tris nedidelius puodus vandens ir pastatė juos ant viryklės. Vanduo greitai užvirė. Į pirmą puodą mama įmetė morką, į antrą – kiaušinį, o į trečią – saują maltos kavos. Nieko nesakydama paliko viską kurį laiką virti. Po dvidešimties minučių mama užgesino ugnį. Ji ištraukė morką ir kiaušinį ir padėjo juos ant lėkštutės, o perkoštą kavą supylė į puodelį.

Motina paragino dukterį prieiti ir paliesti morką. Kai mergina taip ir padarė, ji pamatė, kad morka tapo minkšta. Paskui motina liepė paimti kiaušinį ir sudaužyti jį. Nulupusi lukštą duktė pamatė, kad išviręs kiaušinis tapo kietas. Tada motina pakvietė dukterį paragauti kavos. Užuodusi stiprų kavos aromatą mergina nusišypsojo.

– Ką tai reiškia? – paklausė ji.

Motina jai paaiškino, kad kiekvienas iš šių produktų susidūrė su tuo pačiu priešininku – verdančiu vandeniu. Ir visi reagavo skirtingai.

Morka buvo stipri ir kietą, bet po kovos su verdančiu vandeniu ji suminkštėjo.

Kiaušinis pateko į vandenį būdamas trupus. Plonas lukštas saugojo jo vidų, kuris po kovos su verdančiu vandeniu sukietėjo.

O malta kava elgėsi visai kitaip. Suberta į verdantį vandenį ji jį pakeitė!

– Su kuriuo iš šių pavyzdžių gali susitaptinti? – paklausė motina dukters. – Kaip reaguoji, kai sunkumai beldžiasi į duris? Esi kaip morka ir pasiduodi? Ar kaip kiaušinis pasidariai kietos ir surambėjusios širdies? Ar elgiesi kaip kava, kuri pakeičia vandenį, perduodama jam geriausias savo savybes?

Kančia yra lyg skulptoriaus kaltas – ji atskleidžia tai, kas tavo viduje.

- › Lankydami anūkus **būkite tolerantiški ir linkę prisiderinti** prie šeimos aplinkybių bei poreikių.
- › **Būkite atidūs klausytojai ir stebėtojai** – jūsų įsivaizdavimas, ko nori anūkai, gali skirtis nuo to, ko iš tiesų jie nori.
- › **Atsisakykite nuolatinio dovanų teikėjo vaidmens** – būdami šalia ir bendraudami galite daug labiau praturtinti šeimos gyvenimą.
- › **Priimkite anūkų tėvų nustatytas taisykles**, nekritikuokite jų anūkų akyse – taip griauunate ne tik jų, bet ir savo autoritetą.
- › **Laiką** su anūkais **leiskite prasmingai**.
- › **Dalyvaukite anūkų šventėse** ir kituose įsimintinuose įvykiuose, į kuriuos esate kviečiami. Tai padeda stiprinti emocinį ryšį.
- › Atsiminkite, kad **anūkai jau turi tėvus**, o jūsų labiau reikia kaip senelių.



## Kaip parengti vaiką darželiui

- › **Būkite tvirtai apsisprendę** leisti vaiką į darželį.
- › Pasitaikius progai **pasidžiaukite, kaip vaikui pasisekė**, kad jis jau galės lankyti darželį.
- › Trumpai **papasakokite vaikui apie dienos ritmą darželyje**: kas, kada ir kaip ten daroma.
- › Po truputį **artinkite** vaiko **dienotvarę prie darželio gyvenimo ritmo**.
- › **Lavinkite** savarankiškumo **įgūdžius**.
- › **Pakalbėkite su vaiku apie situacijas**, kurios gali iškilti **darželyje**. Aptarkite, ką tada daryti, į ką ir kaip kreiptis pagalbos.
- › **Skatinkite** vaiko **norą bendrauti su kitais** vaikais, sudarykite sąlygas pačiam **spręsti problemas**.
- › **Mokykite prašyti** (o ne atiminėti žaisliukus) ir **pasiūlyti** savo žaislų kitiems.
- › **Negąsdinkite** vaiko **darželiu**.

