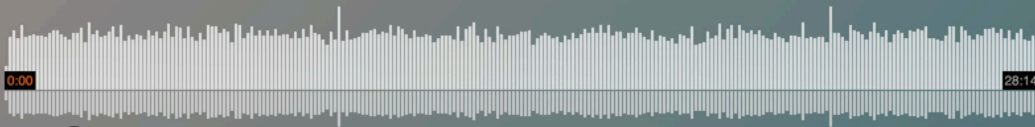


6 Vaikų raidos KRIZĖS



Norėdami išklausti audio įrašą SPAUSKITE ČIA



Vaida Ivaniukaitė

1

1–2 metų krizė („Aš pats“)

Bruožai:

- Vaikas suvokia save kaip atskirą individą.
- Atsiranda autonomiškumo poreikis, tačiau emocijos dar labai primityvios, o nervų sistema nesubrendusi savireguliacijai.
- Frustraciją kelia fizinių galimybių trūkumas ir ribotas žodynas.

SPRENDIMO BŪDAI:

- Siūlyti **du pasirinkimus** (pvz., raudona ar žalia stiklinė), kad supaprastintumėte komunikaciją.
- Leisti **veikti patiems** saugiose ribose (pvz., lipti ant kėdės, bėgti parke), skatinti protingą riziką.
- Perspėti apie **veiklos pasikeitimą** prieš jam įvykstant.

2

2–3 metų krizė

Bruožai:

- Vaikas jaučia giliau, bet emocijų kontrolės mechanizmas dar nesusiformavęs.
- Būdingi galingi sprogoimai, isterijos, prieštaravimas viskam („aš nenoriu“), jautrumas aplinkai (garsams, drabužiams) ir ribų testavimas.
- Pradedama formuotis savivoka ir vidiniai konfliktai.

SPRENDIMO BŪDAI:

- Orientuotis į **emociją, o ne elgesį** (pvz., „matau, kad tu pyksti“).
- Nustatyti **trumpas, aiškas ribas** ir jas dažnai kartoti.
- Naudoti **vizualus ir praktiką** (pvz., pasipraktikuoti sustoti prie gatvės ramiu metu).
- Laikytis **aiškos struktūros ir rutinos**, kurti nuspėjamus ritualus.

3

4 metų šuolis

Bruožai:

- Emocijos susitinka su logika.
- Atsiranda fantazijos, baimės (tamsos, tylos), socialinis spaudimas, pavydas broliams/sesėms ir stiprus teisingumo poreikis.
- Būdingi greiti nuotaikų pokyčiai ir lyginimasis su kitais.

SPRENDIMO BŪDAI:

- Patvirtinti vaiko **jausmus** (pvz., „matau, kad tau svarbu teisybė“).
- Suteikti **rimtų atsakomybių** (stalo dengimas, užkandžių ruošimas), kad augtų pasitikėjimas savimi.

4

6–7 metų krizė (keliaujame į mokyklą)

Bruožai:

- Didžiulis kognityvinis šuolis, vaikas pradeda samprotauti ir analizuoti pasaulį.
- Atsiranda pareigos jausmas, bet kartu ir didelis jautrumas, baimė suklysti bei nerimas dėl nesėkmių.

SPRENDIMO BŪDAI:

- Girti už **pastangas**, o ne tik už rezultatą.
- Sunkias užduotis skaidyti į **mažus žingsnius** (kaip valgyti dramblių gabaliukais).
- **Normalizuoti nerimą**, dalinantis savo asmeniniais pavyzdžiais.

5

9 metų krizė (Savasties krizė)

Bruožai:

- Atsiranda globalus mąstymas (klimato kaita, mirtis), emocijos tampa intensyvos.
- Vaikas kritikuoja save ir kitus, tampa jautrus santykiams su draugais, tačiau tai dažnai slepia nuo tėvų. Auga privatumo poreikis.

SPRENDIMO BŪDAI:

- Mažinti kontrolę, bet **didinti pokalbius** ir sąmoningumą.
- Skatinti vaiką atsiverti per bendrą veiklą (pvz., arbatos gėrimą).
- Leisti priimti daugiau **savarankiškų sprendimų**.

6

12–14 metų krizė (Ankstyvoji paauglystė)

Bruožai:

- Tapatybės ieškojimas („kas aš esu?“), hormonų audros ir smegenų persitvarkymas.
- Būdingas užsidarymas, prieštaraavimas tėvams, nuotaikų kaita („emocijų ežiukas“).

SPRENDIMO BŪDAI:

- Mažiau kritikos, daugiau **erdvės** savieigai.
- Ribas nustatyti per **diskusiją ir susitarimą** (pvz., ekranų laikas pagrįstas faktais).
- Taisykles taikyti visiems šeimos nariams (pvz., telefonų atidėjimas vakare).
- Taikyti **aktyvų klausymąsi** (klausyti tam, kad išgirstum, o ne kad patartum).

ESMINĖ ĮŽVALGA TĖVAMS: pagrindinis įrankis krizėms įveikti yra **tėvų ramybė**. Vietoj bandymo „sutvarkyti“ vaiką, svarbu atsisukti į save ir rodyti emocinės savireguliacijos pavyzdį, prisimenant, kad krizės yra laikinos ir po jų vaikas įgyja naujų įgūdžių bei brandos.