



Ryšio su vaiku stiprinimui

Vaikai išmoksta interpretuoti supantį pasaulį, remdamiesi ankstyvaisiais santykiais su tėvais ir globėjais. Raidos psichologas Becky Bailey pastebi, kad mūsų prisirišimas arba ryšys su šiomis figūromis per pirmuosius gyvenimo metus sukuria "žemėlapi", kuriuo remdamiesi keliaujame per savo gyvenimą. Ši veikla - "Nematomi skauduliukai", paremta žaidimų terapijos technika Theraplay, skirta padėti vaikams geriau jaustis ryšyje su tėvais, todėl vaikai tampa labiau pasitikintys savimi, ramesni.

Veiklai reikalingos priemonės: tvarstis.

"NEMATOMI SKAUDULIUKAI"

Daugelis vaikų patiria sunkių akimirų bendraujant su broliais, seserimis, bendraamžiais bei suaugusiais, kurių metu kyla daug įvairių nemalonių jausmų, kurie gali likti nepastebėti, nes vaikai dažnai nemoka tinkamai jų išreikšti.

Tėvai, atjausdami stiprias emocijas išgyvenantį vaiką, gali padėti vaikui išreikšti jų kūnelyje pasislėpusius "skauduliukus" atlikdami sekančius tris žingsnelius:

1. Paklauskite vaiko, kaip jis šiandien jaučiasi.

2. Paklauskite jo, ar jis turi kokių nors nuoskaudų, kurių akelės nemato ir glūdi giliai kūnelyje.

Pasakykite maždaug taip: "Daugelis mūsų, turime nuoskaudų, kurių mes nematome ir glūdi giliai mummyse. Pavyzdžiui, kai jaučiamės liūdni ar nusivylę. Mes galime būti stipriai įskaudinti ir niekas gali to nepastebėti.

3. Pasiūlykite uždėti tvarstį bet kurioje kūno vietoje, kur atrodo vaikui skauda, kad tvarstis galėtų išgydyti jo nematomus skaudulius.

PATARIMAS: kai vaikas nurodo vietą kur uždėti tvarstį, padėkite savo vaikui geriau išreikšti nuoskaudą, klausdami: „Jei tavo skauduliukas galėtų kalbėti, ką jis man norėtų pasakyti?

Paruošė Klaipėdos PPT psichologė Ugnė Kundrotienė

pagal LaVigne LCSW RPT, Melissa. Play Therapy Activities: 101 Play-Based Exercises to Improve Behavior and Strengthen the Parent-Child Connection (p. 40). Rockridge Press. Kindle Edition.