

Psichologė Kristina Grigalavičienė

### Kodėl jie kitokie?

Sunku patikėti, kad užsimezgusi mamos išsiose gyvybė pas mus atkeliauja jau su savo charakteriu. Ir būtent tokiu, o ne kitokiu. Neretai nutinka, jog ramaus būdo mamytei atitenka padauža, o aktyvūs tėveliai augina ramų, melancholišką vaiką. “Ir į ką jis toks...“, kraipo galvą tėvai. O panašus jis tik pats į save ir jam nė motais, kad mama su tėčiu tūkstantį kartų kartojo “nelipk, nugriūsi”, tūkstantį pirmą kartą jis vis tiek atsidurs ant stalo, nes labai knieti pačiam įsitikinti, kaip viskas atrodo iš aukštai, kai tuo tarpu brolis ramiai sau varto knygelę.

“Kokie tėvai – tokie vaikai”. Toks dažnas posakis, tačiau kiek jame iš tikrųjų tiesos? Žinoma, vaikai turi tėvų genų, tačiau nepaisant šito, jie niekada nebus tokie patys, nesielgs taip pat kaip jų gimdytojai. Iš savo patirties žinome, kad net toje pačioje šeimoje augantys vaikai gali būti visiškai skirtingi. Net kūdikiai jau labai skiriasi savo būdu. Vienais yra labai lengva rūpintis, kiti gi – reikalauja begalės savo tėvų pastangų ir kantrybės. Jie labai jautriai reaguoja į bet kokius pasikeitimus, dažnai ir ilgai verkia, sunkiai nusiramina, nuolat prašosi aplinkinių dėmesio. Vertinant mažylio emocijas, reakcijas galima bandyti nustatyti jo temperamentą, kuris labiau išryškės, vaikeliai pradėjus vaikščioti, tapus savarankiškesniam. Temperamentas – individo psichikos ypatybių, nuo kurių priklauso psichinės veiklos dinamika (intensyvumas, tempas, ritmas), visuma. Tai **įgimta** ir **santykiškai pastovi** asmens savybė. Temperamentas buvo tiriamas jau nuo žilos senovės, dar 4 a. pr.m.e. Hipokratas sukūrė temperamento sąvoką ir apibūdino žmonių tipus (sangvinikas, cholericas, flegmatikas ir melancholikas). Vaiko temperamento pažinimas jau kūdikystėje būtų puikus pagalbininkas tėvams, auklėtojams. Kol temperamentas dar nepaveiktas auklėjimo, socialinės aplinkos, gyvenimo stiliaus, stebint, analizuojant vaiko elgesį, reakcijas, turint žinių, galima bandyti nuspėti ir įvertinti vaiko temperamentą. Juk netgi kūdikiai skirtingai fiziologiškai reaguoja į įvairius potyrius, tokius kaip alkis, nuovargis, susierzinimas. Vieni emocijas reiškia aktyviai, netgi agresyviai, kiti tuo tarpu, gan kantriai reaguoja į nepatogumus. Jau netrukus po gimimo išryškėja individualūs aktyvumo, gebėjimo susikaupti ir prisitaikyti prie naujų situacijų, nuotaikos ir kitokie skirtumai. Tai, kaip kūdikiai reaguoja į žmones, taip pat įtakoja temperamentas. Suvokus, kokio pobūdžio yra vaiko būdas, tėvai gali atitinkamai elgtis, auklėdami mažylį, pvz.: jei vaikas flegmatiškas, neverta jo skubinti valgančio ir atvirkščiai, apsišarvuoti kantrybe, jei valgydamas jis skuba, nenustygsta vietoje, yra choleriškas, itin smarkus ir aktyvus. Net jei tėveliams tai ir labai nepatogu, tačiau reikia prisitaikyti prie kiekvieno vaiko tempo,

orientuotis į jo reikmes. Temperamentų pakeisti neįmanoma, tačiau ugdymo ir saviugdros tikslas turėtų būti siekimas, kaip įmanoma sumažinti būtent neigiamus kiekvieno temperamento pasireiškimus, pvz.: veiklose nevaržyti itin aktyvių vaikų, tačiau žinoti priemones ir būdus, kaip tokius vaikus nuraminti, neskatinėti lėto vaiko skubėti, tačiau išmokyti jį laiku užbaigti užduotį, tilpti į terminus ir pan. Nuo to, kaip tėvai reaguos ir elgsis su savo vaikais, didele dalimi priklausys ir tai, kaip ateityje patys vaikai susidoros su iššūkiais ir įvairiais aplinkos reikalavimais. Tėvai – tai pirmieji mokytojai, mokantys vaikus ir savireguliacijos įgūdžių. Savireguliacija - tai gebėjimai kontroliuoti ir valdyti savo elgesį. Būtent iš tėvų pirmiausia vaikas mokosi emocijų valdymo, gebėjimo susidoroti su savo jausmais.

Mokslininkai, siekdami tirti vaikų temperamentą, atliko daug tyrimų, tačiau pačiu pilniausiu tyrimu yra laikomas Thomas ir Chess tyrimas, kai mokslininkai, stebėdami vaikus, sugrupavo panašius bruožus ir išskyrė juos į tris plačias temperamentų grupes: lengvas, lėtas ir sunkus.

Lengvo temperamento vaikai nuolat geros nuotaikos, aktyvūs ir judrūs. Jie lengvai prisitaiko prie įvairių auklėjimo stiliaus ir yra draugiški, jų reakcijos vidutiniškai intensyvios arba neintensyvios. Lengvai adaptuojasi prie naujos aplinkos, pasikeitus sąlygoms.

Lėto temperamento vaikai naujose, nepažįstamose situacijose iš pradžių užsisklendžia, bet po kurio laiko prisitaiko. Jų aktyvumas paprastai nėra itin didelis, reakcijos neintensyvios. Tokio būdo vaikus raginant greičiau atlikinėti užduotis, reikia būti kantriems. Tėvai ir mokytojai turėtų tokiems vaikams leisti prisitaikyti prie pokyčių jiems tinkamu tempu. Šitas vaikas yra pasyvus, demonstruoja silpnas, neefektyvias reakcijas į išorinius dirgiklius, paprastai yra niūriai nusiteikęs ir lėtai prisitaiko prie naujų aplinkybių.

Sunkaus temperamento vaikai sunkiai prisitaiko beveik nuolat ir beveik visur, reaguoja staigiai, impulsyviai, dažnai būna blogos nuotaikos. Nepažįstamoje aplinkoje jie užsisklendę, neaktyvūs, nejudrūs. Augindami sunkaus temperamento vaikus tėvai turėtų elgtis nuosekliai, kantriai, būti objektyvūs, stengtis suvaldyti vaiko nepastovumą. Tokiems vaikams būdingas nereguliarus dienos režimas, jie lėtai adaptuojasi naujose sąlygose ir yra linkę į neigiamas ir intensyvias reakcijas.

Vaikų auklėjimas – jau esamo charakterio nuolatinis ir nuoseklus tobulinimas. Gimdami jie atsineša savo būdo savybių rinkinį, vieni ramūs, kiti užsispyrę, tretieji smalsūs, ketvirtieji visiškai abejingi, tačiau kokie jie bebūtų, tai jau asmenybės, mūsų tikslas – padėti jiems išmokti elgesio visuomenėje taisyklės, pripažįstant jų individualius skirtumus ir poreikius.