

5 MINTYS, SKIRTOS SUSTIPRINTI MAŽUS VAIKUS

Ar kada nors pagavote save šnabzdant mielas frazes į mažas, mielas savo mažylio ausytes, tikėdamasi, kad taip suteiksite jam šiek tiek papildomo pasitikėjimo ir meilės?

Kalbėti apie gyvenimą mūsų mažyliams yra svarbesnis dalykas, nei kartais įsivaizduojame. Jie, kaip mažos kempinė, sugeria viską, ką sakome, ir tie žodžiai tampa jų dalimi.

Taigi, apginkluosime jus penkiomis sustiprinimo mintimis, tokiomis pat šiltomis ir jaukiomis, kaip tas trumputis pasakų laikas prieš miegą. Jei kasdien jiems sakysime, kad jie yra stiprūs, pajėgūs ir labai mylimi, jie galbūt tuo patikės iki širdies gelmių.

1. Tu esi mylimas, kad ir kas benutiktų.

Žinote tas akimirkas, kai sausi pusryčių grūdėliai (vėl) nukrito ant grindų, o jūs jau šiandien tūkstantą kartą giliai įkvepiate? Štai tada ir prisireikia šio perlo. Tai tarsi vaikų sustiprinimo *šiaurinė žvaigždė* - leisti savo mažyliams žinoti, kad mūsų meilė yra besąlygiška. Ji visą dieną apgaubia jų tarsi didžiausias, šilčiausias apkabinimas.

2. Tu gali (padaryti didelius dalykus).

Kai vaikams sunkiai sekasi sudėlioti dėlionės detales arba sukurti „Play-Doh“ šedevrą, sušnabzdėkime jiems šį padrąšinimą. Tai tarsi mažas sūpynių stumtelėjimas, pakylėjantis aukštyn. Jis juos patikina, kad reikia dirbuotis toliau, siekti ir padaryti ką norėjo, nes jie sugeba daugiau nei galvoja.

3. Klysti galima.

O bičiule, ar tai ne *paguodos puodelis*? Kiekvienas per gyvenimą "iškepame" po vieną ar du nepavykusius pyragus. Taip mes mokomės, tiesa? Kai mūsų mažieji nusivylę, nes negali taip kaip reikia susitvarkyti pirmą ar penktą kartą, ši mintis yra tarsi išminties bučinys, sakantis "vaikeli, klaidos yra būtina mokymosi dalis".

4. Tavo jausmai yra svarbūs.

Nesvarbu, ar tai būtų kikenimo priepuoliai, ar niūrus veidas, šių didelių emocijų pripažinimas yra tarsi pamatas emocinio intelekto dangoraižiui. Įsivaizduokite sceną: pykčio priepuolis verda kaip mažas emocinis arbatinukas, o jūs ne kovoja su tomis emocijomis, o jas pripažindami, kad jos svarbios, padėsite jas suprasti, o tada ir suvaldyti.

5. Tu keiti pasaulį.

Ši mintis yra galinga, kaip liūto riaumojimas. Mes primename savo mažyliams, kad jų žodžiai, veiksmai - net kaip jie dalijasi žaislais, sukelia pokyčių bangas. Nesvarbu, ar jie dar tik mokosi dalytis, ar jau yra smėlio dėžės senbuviai, šis teiginys skatina mažuosius pasaulio keitėjus nesustoti.

Mamos, kol mes maitiname mažuosius pypliukus, juos prausiame, rūpinamės, kad nepieštų ant šuns, mes taip pat matome jų pirmąjį judesį link tikėjimo savimi. Kiekviena mintis yra sėkla, pasėta į derlingą jų valios ir dvasios dirvą. Mes stebėsime kaip tos sėklos juose išaugs į galingus savimi patikintus, atjaučiančius medžius. Apie tai svajoja kiekviena mama ir tėtis.

Kasdien sustiprinkime savo vaikus ir priminkime sau, kad nepaisant netvarkos ir chaoso, mūsų darbas

yra nepaprastas. Juk nėra mūsų vaikui nieko geresnio už mus. Gurkšnokime tuos tvirtybės (o gal ir kavos) puodelius, nes mes kartu kuriame mieliausią ir stipriausią bendruomenę.

Pagal MOMCo medžiagą parengė Lietuvos šeimos centras 2024 m. rugsėjo 9 d.

