

## Psichologo rekomendacijos

Psichologė Kristina Jievaitienė

Konsultacijos tėvams/globėjams:

tel. nr. +37062106806

### *Tęsiame užsiėmimus su vaiku.*

Vaikai tikėtina jaučiasi išsiilgę draugų, pavargę nuo trinties, rutinos namuose, jiems norisi išbandyti naujas veiklas. Leiskime jiems patirti žiemos pramogas pasirūpindami jų saugumu, tačiau neperspausdami ir neatlikdami visko už vaiką ar kurdami situaciją taip, kad vaikas jaustųsi nejaukiai, baugiai. Vaikams norisi daugiau aktyvios veiklos lauke, tad įdomiai naujai patirčiai ir atradimams kūrybiškai galima planuoti veiklas šiuo metų laiku pasitelkiant į pagalbą sniegą.

Apie perdėtą raginimą ar skatinimą užsiimti ta veikla, kuri vaikui nemaloni ar kol kas dar gąsdinanti ar atvirškščiai – per daug bandoma išsaugoti „sveiką“ vaiką pamirštant jo poreikius, individualumą, savarankiškumą. Ieškokite aukso viduriuko, kuomet nauja patirtis, veikla su vaiku aptariama, leidžiama jam pačiam susipažinti, pasidomėti, pastebėti kitus vaikus ar net suaugusiuosius ir sudaromos sąlygos vaikui priimti sprendimą, ko jis norėtų iš pramogos, užsiėmimo. Gal dar per anksti vaikui leisti lenktynių rogėmis nuo kalniuko, jei vaikui baisoka. Pastebėkime, kokie vaiko poreikiai ir emocijos kylančios toje situacijoje nepaisant to, kad tėvams patiems labai linksma. Vaikui sukurkite sąlygas išlaukiant, kada bus pasiruošęs ir norės išbandyti pats, jį palaikant, bet neverčiant primygtinai išbandyti.

- **Pėdsakai sniege.** Vaikams žiemą labai patinka apžiūrinėti savo pėdsakus. Iš kartono ir stiprios virvės galima pasidaryti sniego žmogaus letenas. Apmaukite jas ant vaiko žieminių batų ir keliaukite į lauką daryti stebuklingų sniego žmogaus pėdsakų. Prigaminę įvairių pėdų galite leisti į pažintinį nuotykį į parką ar netoliese esantį miškelį ir pabandyti surasti bei iššifruoti gyvūnų pėdsakus. Juos galima ir nufotografuoti ir paskui surengti namuose parodą.
- Pagaminkite ir pakabinkite **lesalo laukiniams paukščiams** – bus puikus metas pabendrauti ir eigoje stebėti paukčius, kai jie atskris palesti.

- Visi drauge **nulipdykite gigantišką sniego rutulį** ir prie jo nusifotografuokite.
- **Sniego angelai.** Šis žaidimas žinomas turbūt visiems. Vaikui tereikia parodyti, kaip atbulom kristi ant sniego ir judinti rankas bei kojas lyg skristum: nesijaudinkite, kad vaiko drabužiai aplips sniegu. Ką tik iškritęs sniegas – nuostabi minkšta ložė, ir vaikai mėgsta joje pagulėti. Jei sniego angelai jūsų šeimoje ne naujiena, galite pabandyti ant sniego panašiu būdu sukurti kažką kito: tarkim, kokį gyvūną.
- **Sniego rūmai.** Iš sniego galima pastatyti ir įspūdingų namų. Idėja paprasta: į didelį puodą ar kibirą prigrūskite sniego, jį gerai suspauskite ir puodą apverskite – štai jums ir „plyta“. Prisigaminus tokių daug, galima pastatyti ne tik paprastą sniego namelį su langu ir durimis, bet net ir įspūdingą sniego pilį – viskas priklauso nuo jūsų kantrybės ir „statybininkų“ skaičiaus.