



Roberta Valikonė

Dienos redaktorė



Prenumeratoriams

Elfas išdaigininkas – vaikų psichologės rekomenduoja, kaip tinkamai jį pristatyti vaikui

Ar esate girdėję apie elfą – tikrą Kalėdų senelio pagalbininką? Jis kasmet atvyksta pas vaikus šventiniu laikotarpiu ir kone visą gruodį – iki pat Kalėdų svečiuojasi jų namuose. O žinote, kas įdomiausia? Šis elfas vaikams nuolat krečia pokštus, ruošia išdaigas, kartais juos pamoko ar netgi pateikia naudingų užduotėlių.



Elfas išdaigininkas / Shutterstock nuotr.

Per pastaruosius kelerius metus Elfas išdaigininkas (angl. Elf on the shelf) žaibiškai išpopuliarėjo Lietuvoje, nors pasaulyje ši tradicija skaičiuoja jau ne vieną dešimtmetį.

Pirmą kartą Kalėdų senelio pagalbininkas elfas buvo pristatytas dar 2005 metais rašytojos Carol Aebersold kartu su dukra išleistoje knygoje „The Elf on the Shelf“. Pirminė knygoje pateikiama idėja – kad elfas prieškalėdiniu laikotarpiu stebi vaiko elgesį ir kiekvieną naktį, kai visi jau miega, skrenda į Šiaurės ašigalį ir praneša Kalėdų Seneliui apie dienos įvykius, kartu padėdamas šiam nuspręsti, ar vaikas buvo „geras ar blogas“. Prieš vaikams pabundant, elfas grįžta ir užima naują vietą namuose, įtraukdamas šeimą į slėpynių žaidimą. Kūčių vakarą elfo misija baigiasi ir jau iki kitų metų jis grįžta atgal pas Kalėdų senelį.

Bėgant metams elfo tradicija keitėsi, galiausiai jis tapo ne „stebėtoju“, o pokštininku, padrašinančiu vaiko draugu, magišku kalėdiniu personažu, kuris į kiekvienos šeimos namus atneša stebuklą kupiną švenčių laukimą.

Aš pati esu (beveik) penkerių metų mergaitės mama, tad ši tradicija man tikrai nėra svetima. Šiemet bus jau antri metai, kuomet į svečius pasikviesime elfą. Galiu tik patvirtinti – elfo pokštai džiugina ne tik mūsų dukrą, bet ir mus su vyru – juk taip smagu kiekvieną rytą dukrą pradžiuginti vis nauja, netikėta elfo išdaiga, užduotėle ar atnešta dovanėle.

Daugelį metų pasaulyje gyvuojanti elfų tradicija sulaukė ir kritikos, ypač neigiamai vertinama pirminė elfo, kaip „stebėtojo“, idėja. Pasak vaikų psichologų, ji prasilenkia su šiuolaikiniais vaikų auklėjimo principais, tam tikrais atvejais netgi gali pridaryti daugiau žalos nei naudos.

Tad kaip pristatyti elfą, kad jis džiugintų vaiką ir keltų tik geras emocijas? Kaip žinoti, ar vaikas jau emociškai pasiruošęs elfo išdaigoms? Ir kokių klaidų nedaryti ruošiant elfų pokštus, pasakoja **vaikų psichologės Natalja Kulakovskaja ir Raminta Gudelytė-Bagdonė**.

Svarbiausia – emocinis vaiko pasiruošimas

Jei kyla klausimas, ar vaikas jau yra pasiruošęs susipažinti su elfu, ar tinkamas jo amžius, psichologė, tinklaraščio **Vaikų psichologija tėvams** autorė Natalja Kulakovskaja skatina įvertinti emocinį vaiko pasiruošimą bei individualius jo poreikius.

„Pasirengimą įsitraukti į šią tradiciją daugiausiai vis dėl to lemia ne vaiko amžius, o emociniai vaiko ypatumai, individualios reakcijos. Tarkim, jeigu vienam trejų, ketverių metų vaikui elfo pasirodymas kels džiaugsmą – jis

aktyviai įsitrauks į šį žaidimą ir puikiai tame jausis. Tai kitas tokio paties amžiaus mažylis, gali visiškai kitaip interpretuoti. Jis gali to bijoti, gali pradėti blogai miegoti. Ir visa ši praktika jam gali būti iš esmės pernelyg intensyvi, gąsdinanti. Tai manau, kad visą laiką pirmiausia turėtume žvelgti ne į amžių, o į individualius vaiko emocinius poreikius, individualias reakcijas“, – tikina psichologė.



Vaikų ir paauglių psichologė Natalja Kulakovskaja / Asmeninio archyvo nuotr.

Natalja pastebi, kad tėvai vis tik elfo tradiciją dažniausiai įsiveda maždaug nuo ketverių metų.

„Jaunesniems vaikams elfas gali būti kaip tikras personažas, kuris juda po namus, keičia savo pozicijas. Vaikams tai gali sukelti tikrai labai įvairių reakcijų. Bet vėlgi, vaikas vaikui nelygu. Žiūrėkime, kaip vaikas kitose situacijose reaguoja, kai mes kažkokias pasakas skaitom, kaip jis miega, kaip jis reaguoja į filmukuose matomą turinį, kaip jis skirtingose socialinėse situacijose jaučiasi, kai reikia kažkur nuvykti į nepažįstamą vietą, kur nepažįstami žmonės, ir tik tada spręsti, ar verta pabandyti, ar visgi geriau palaukti, kol paaugs“.

Jai antrina ir vaikų psichologė, tinklaraščio „Vaikams tėvams“ kūrėja Raminta Gudelytė-Bagdonė:

„Vaikui augant keičiasi ir jo pažintinė raida, t.y. tai, kaip vaikas suvokia jį supantį pasaulį. Ikimokyklinio amžiaus vaikų mąstysenoje galima pastebėti animizmo bruožų, t.y. vaikai tiki, kad aplink juos esantys daiktai, gamtos reiškiniai turi žmogaus sąmonę ir jausmus. Jiems dar sunku atskirti realybę nuo fantazijų, todėl išgalvotus dalykus jie gali priimti kaip tikrovę.



Vaikų ir paauglių psichologė Raminta Gudelytė-Bagdonė / Asmeninio archyvo nuotr.

Tokio amžiaus vaikus elfas gali prajuokinti arba išgąsdinti, priklauso nuo vaiko temperamento, jo asmeninių patirčių ir, žinoma, juoko, kurį elfas iškrėtė. Vyresnio amžiaus vaikai (nuo 7 metų) pasižymi brandesniu mąstymu, kai kuriuos dalykus jau gali patikrinti, kad įsitikintų, ar tikrai elfas gali padaryti tokias išdaigas. Pvz.: gali kelti klausimą, kaip jis būdamas toks mažas galėjo atnešti čia sunkų daiktą arba taip aukštai užlipti. Todėl mokyklinio amžiaus vaikų emocinės reakcijos jau nebe tokios stiprios ir pati idėja ne tokia paveiki, tačiau, reikėtų atsižvelgti ir į individualius vaikų skirtumus“.

Natalja Kulakovskaja skatina atsižvelgti ir į vaiko jautrumą. Pasak jos, jei vaikas yra itin jautrus, nerimastingas, kuris šiaip su baime reaguoja į išgalvotus fantazijų veikėjus, tai ir elfas jam gali sukelti daugiau streso, nerimo, nei džiaugsmingų akimirkų.

„Vaikams, kuriems svarbi rutina, svarbi aiški struktūra ir kurie jautriai reaguoja į pasikeitimus, tos paslaptingos ir netikėtos išdaigos naktį, gali dar labiau išbalansuoti jų nervinę sistemą, stiprinti jaučiamą nerimą, gali net laikinai sutrikdyti miegą. Tai manau, kad tėvams, bet kuriuo atveju, ypatingai svarbu suprasti, kokie yra vaiko emociniai poreikiai, atsakingai rinktis, kaip šis paslaptingas veikėjas atsiranda jų namuose ir kaip yra pristatomas vaikams. Ir tik nuo to priklausys, ar tradicija taps smagiu Advento žaidimu, ar vis dėlto kels emocinį diskomfortą. Ir vaikams, ir visai šeimai“.

Taip pat, pasak jos, tėvams vertėtų įsivertinti, kiek jie laiko, resursų patys turės šias kasdienes užduotis ruošti: „Pačios tradicijos įgyvendinimas reikalauja nemažų kasdienių pastangų. Reikia pasiruošimo ir jau kelis metus į priekį galvoti, kad kasmet reikės ieškoti vis naujų idėjų. Manau, labai svarbu tai įsivertinti, kad tradicija džiugintų ir nevirstų papildoma našta“.

Elfo kaip „stebėtojo“ figūros skatina atsisakyti

Vaikų psichologės vieningai tvirtina, kad pirminės elfo kaip „stebėtojo“ figūros jį pristatant vaikui vertėtų atsisakyti. Mat toks metodas gali ne tik kelti papildomą stresą vaikui, bet ir, pasak R.Gudelytės-Bagdonės, tam tikra prasme sumenkinti tėvų autoritetą:

„Vieniems vaikams elfo „stebėtojo“ figūra gali kelti įtampą, nerimastingumą, kitiems – pyktį (kad jie turi būti nuolat geri, jog gautų dovanų). Juk niekas nemėgsta būti stebimas. Tam, kad vaikai gautų dovanų, neprivalo būti geri. Juk tai mūsų, kaip tėvų, besąlyginės meilės išraiška.



Elfas išdaigininkas / Shutterstock nuotr.

Tačiau, jeigu elfą naudojame kaip vaikų elgesio stebėtoją, tai labiau tėvų noras pasinaudoti proga kartą per metus lengvai sukontroliuoti neklausančius vaikus ir niekaip nesusiję su dovanomis. Taip pat, tie neklausantys vaikai, greičiausiai vis tiek gauna dovanų, todėl tokiu būdu tėvai ne tik perdėtai kontroliuoja vaikus, bet ir galiausiai nesilaiko duoto žodžio, kas ateityje gali lemti dar daugiau prieštaravimo tėvų atžvilgiu“.

Psichologė Natalja Kulakovskaja priduria, kad elfo kaip „stebėtojo“ figūra taip pat gali neigiamai atsiliepti emociniam vaiko saugumui.

„Jeigu elfo paskirtis bus siejama su stebėjimu ar elgesio vertinimu, tai ši patirtis, psichologiniu požiūriu, vaikui gali būti labiau žalojanti nei atnešanti džiaugsmą. Vaikas gali jaustis ir įsitempęs, jis gali bijoti klysti. Nes neva kiekvienas jo veiksmas bus pastebėtas elfo, bus įvertintas ir raportuotas Kalėdų Seneliui. Tai manau, kad šis spaudimas nuolatos elgtis teisingai ir gražiai, gali neigiamai atsiliepti emociniam vaiko saugumui. Taip pat norėtusi pažymėti, kad toks priėjimas gali apskritai slopinti kažkokias spontaniškas reakcijas, natūralų vaiko elgesį, kuris yra būtinas sveikam vaiko emociniam ir socialiniam vystymuisi.



Elfas išdaigininkas / Unsplash/Sally Brand nuotr.

Bet aš pastebėjau, kas šis modelis iš esmės jau atgyveno savo laikotarpį ir tikrai stebiu, kai ir pati dalinausi socialiniuose tinkluose apie elfą išdaigininką, daugelis tėvų labai kritikuoja būtent tokį požiūrį ir priėjimą prie šios tradicijos įgyvendinimo. Tėvai verčiau renkasi tą žaislingą pusę, jie nori praskaidrinti vaikams nuotaiką, kur nėra kažkokių elgesio vertinimo elementų“.

Kaip pozityviai vaikui pristatyti elfą?

Paklausta, kaip ji rekomenduočiau elfą pristatyti vaikui, psichologė Natalja Kulakovskaja skatina tėvus apie jį kalbėti žaislingai, pristatyti jį kaip

gerietį, vaiko draugą ar netgi padrąsintoją.

„Jeigu elfas bus pristatytas kaip žaismingas personažas, kurio tikslas kurti kažkokią pozityvią emocinę atmosferą, prajuokinti, praskaidrinti šeimos rytą – vaikams tai patiks, teiks teigiamas emocijas, žadins vaizduotę, kūrybiškumą ir, aš sakyčiau, kurs artumo akimirkas šventiniu laikotarpiu.

Yra aspektų, kurie mane labai žavi. Yra jau ir tokių naujesnių tendencijų, kuomet elfas – nėra vien apie išdaigas. Man labai patinka, kai elfas būna geras, draugiškas personažas. Kai tėvai pabrėžia, kad jis atvyksta žaisti, džiuginti, o ne vertinti ar kažkaip kontroliuoti vaikų elgesio. Tėvai patys su manimi dalijosi, kuomet Kalėdų elfai neša vaikams jų šeimoje šviesią žinutę. Pavyzdžiui, įkvepia geriems darbams, skatina empatiją, kartais net išreiškia palaikymą, jeigu žino, kad vaikas pereina kažkokį sudėtingesnį laikotarpį.



Yra jau ir tokių naujesnių tendencijų, kuomet elfas – nėra vien apie išdaigas.

Kuomet elfas tampa tuo geriečiu, kuris, tarkim, palieka gražias žinutes, raštelius, pastiprina vaiką, žinant, kad jam, pavyzdžiui, kažkas sunkiai mokykloje sekasi arba laukia kažkoks pasirodymas ir tėvai žino, kad vaikelis dėl to nerimauja, tai elfas taip pastiprina jį. Manau, tai yra labai gražūs ir motyvuojantys pavyzdžiai“.

Pasak psichologės, elfas gali pasirodyti su padrąsinančiais žodžiais, laiškeliiais – priminti vaikui apie jo stiprybes arba, pavyzdžiui, įkvėpti, kviesti padaryti ką nors gero šeimos nariams. Elfų išdaigos taip pat gali būti naudojamos kaip lengvas žaismingas priminimas vaikams apie nederamą elgesį.

„Pavyzdžiui, yra švelniai parodoma, kokio elgesio reikėtų vengti. Vaikas atranda tą išdaigą ir tada pamoko elfą, sako „niu, niu, niu“ tam elfui, aptarinėja, ką elfas neteisingai padarė, bet čia nėra kažkokios bausmės motyvo pačiam vaikui. Tai gali veikti vaiką visai pozityviai, gali paskatinti jį jaustis įvertintam, nes šiuo atveju pats vaikas tampa tuo kontrolieriumi, kuris ieško išdaigos, kuris parodo ją tėvams ir tada reflektuoja, kaip elfui reikėtų elgtis kitą kartą. Esu girdėjusi, kad kartais vaikai tada ir patys susitvarko po elfo.



Elfų išdaigininkų pokštai / Asmeninio arch.

Tokie šios tradicijos įgyvendinimai tikrai nekenkia vaikui ir kelia labai daug gražių, teigiamų emocijų visai šeimai. Jeigu tradicija pateikiama kaip bendras žaidimas, į kurį įsitraukia visi šeimos nariai, tai, be abejo, tokios kasdienės staigmenos kuria ne tik pozityvią emocinę atmosferą, bet ir stiprina artumo jausmą, skatina bendrystę, nes visi bendrai ateina pažiūrėti, aptarti, pasijuokti, galbūt kartu susitvarkyti paskui elfą. Manau, kad tai tikrai teigiamai gali atsiliepti tėvų ir vaikų tarpusavio ryšiui. Juk yra kuriami labai gražūs atsiminimai, kurie tikrai gali išlikti visam gyvenimui“.

Kokių elfo išdaigų reikėtų vengti?

Psichologė Raminta Gudelytė-Bagdonė atkreipia dėmesį, kad jei vaikas yra jautrus, tėvams reikėtų vengti elfo išdaigų, kurios būtų susijusios su asmeniniais vaiko daiktais ar jų miego vieta.

„Jeigu vaikai mažamečiai arba itin jautrūs, būtų gerai, kad elfo išdaigos nebūtų susijusios su jų asmeniniais žaislais, daiktais, miego vieta, kambariu, drabužiais. Taip pat reikėtų vengti temų, kurios susijusios su sveikata: krauju, skiepais ar kažkokiomis invazinėmis „procedūromis“. Iš esmės, tėvai turėtų pasikliauti intuicija ir jeigu jaučia, kad pokštas gali suveikti dviprasmiškai, geriau tokių išdaigų vengti. Taip pat, tam tikras elfo išdaigas vaikai gali interpretuoti kaip netinkamo elgesio „legalizavimą“ ir tai jiems gali suteikti idėjų savarankiškomis išdaigoms namuose“.

Psichologė Natalja Kulovskaja priduria, kad derėtų vengti ir veiklų, kurios galėtų žeminti vaiką, menkinti jo savivertę.

„Manau, kad svarbiausia būtų vengti veiklų, kuriose vaikas yra žeminamas. Kuriose yra siunčiamos vaiko elgesį ar gebėjimus

menkinančios žinutės. Pavyzdžiui, akcentuojamas arba pašiepiamas kažkoks negeras vaiko elgesys, jo įprotis arba vaiko padaryta klaida, arba paliekamos kažkokios žinutės apie vaiką, tarsi norint pabrėžti, kur jis turėtų pasistengti. Tai, be abejo, veikia vaiko savivertę, gali stiprinti nerimo jausmą, kaltės jausmą, nes vaikas juk tiki tuo personažu, tiki, kad jis viską mato.

Bet, kaip jau minėjau prieš tai, augant tėvų sąmoningumui ir keičiantis šių dienų tėvystės tendencijoms, aš manau, kad didžioji dauguma tėvų visgi renkasi šią tradiciją įgyvendinti švelniai, žaismingai ir jau atsisako tų kontroliuojančių, baimę keliančių motyvų“.

Kaip vaikui atskleisti tiesą apie elfą?

Kuomet vaikai paauga, jų mąstymas tampa kritiškesnis, tad neretas mokyklinukas jau gali pradėti įtariai žiūrėti į tą kasnakt pradingstantį ir pokštus krečiantį elfą. Kaip tuomet tėvams paaiškinti, kokia buvo toji elfo paskirtis?

„Mokyklinio amžiaus vaikų mąstymas būna kritiškesnis. Jie jau gali pradėti užduoti klausimus arba net pastebėti, tarkim, neatitikimus, kažkokių pėdsakus, kuriuos gali palikti tėvai. Tačiau, iš esmės tokio amžiaus vaikai – jie vis tiek dar mėgsta visą tą šventinę atmosferą. Jie vis dar tiki pasakomis, gal ne tiek stipriai, kiek priešmokyklinukai, bet jie visai noriai dar įsitraukia į tuos kalėdinius ritualus.

Bet jeigu vis dėlto vaikui jau kyla kažkokių rimtų įtarimų, arba gal klasėje ar iš kiemo draugų kažką nugirdo, tai aš manau, kad svarbu būti atviriems su vaiku ir labiau akcentuoti ne tai, kad buvo kuriamas kažkoks melas, o kad tai buvo pasiruošimo, tokios šventinės nuotaikos dalis, procesas. Jis juk visai šeimai nešė džiugesį, praskaidrindavo tą Kalėdų laukimą, akcentuoti, kad vaikams labai patikdavo, kai jie buvo mažesni.

Ir aš manau, kad vaikams tai neturėtų sukelti kažkokio pernelyg stipraus nusivylimo ar traumos, nes atsiminimai juk gražūs. Ir visas šventinis laikotarpis juk tikrai suteikdavo labai daug gražių emocijų vaikams. Manau, kad natūraliai vaikai turėtų priimti tą žinią, informaciją iš tėvų. Galima būtų pasiūlyti vaikams, ar jie norėtų tęsti šią tradiciją, galbūt irgi prisidedant prie tų išdaigų kūrimo. Ir jeigu jiems tai tinka, galima ją tęsti ir toliau“.

Temos: 9

„15min prenumerata“

Kalėdos

Kalėdų tradicijos ir papročiai

Vaikai

Šeima

Vaikų auklėjimas

Eliai

Kalėdiniai žaislai

Elfas išdaigininkas