

VILNIAUS UNIVERSITETAS

Roma JUSIENĖ, Rima BREIDOKIENĖ, Dovilė BUTKIENĖ

# VAIKAMS JAU KETVERI

Lietuvoje atliekamo tęstinio tyrimo rezultatai  
ir rekomendacijos tėvams bei specialistams



VILNIAUS UNIVERSITETO LEIDYKLA

VILNIUS  
2014

UDK 613.95(474.5)

Ju248

Leidinyje parengtas pagal 2009 metais vykdyto mokslininkų grupės tyrimo „Kūdikių savireguliaciją prognozuojantys prenataliniai, neonataliniai ir postnataliniai veiksniai“ (projekto vadovė R. Jusienė), finansuoto Lietuvos valstybinio mokslo ir studijų fondo (sutarties Nr. T-10/09), 2010 metais vykdyto mokslininkų grupės tyrimo „Kūdikių ir mažų vaikų fizinės ir psichikos sveikatos tyrimas“ (projekto vadovė R. Jusienė), finansuoto Lietuvos mokslo tarybos (sutarties Nr. MIP-147/2010) ir 2012–2014 metais vykdomo mokslininkų grupės tyrimo „Ankstyvoji vaikų savireguliacijos įgūdžių raida“ (projekto vadovė R. Jusienė), finansuojamo Lietuvos mokslo tarybos (sutarties Nr. MIP-014/2012) rezultatus.

Leidinio rengimą ir leidybą remia  
Lietuvos mokslo taryba (sutarties nr. MIP-014/2012).

Leidinyje panaudotos  
R. Breidokienės, D. Butkienės ir R. Jusienės  
asmeninio archyvo nuotraukos.

© Roma Jusienė, 2014

© Rima Breidokienė, 2014

© Dovilė Butkienė, 2014

© Vilniaus universitetas, 2014

ISBN 978-609-459-291-1

## TURINYS

<i>Ižanginis žodis</i> .....	5
<i>I. Adaptyvus elgesys</i> .....	8
<i>II. Savireguliacija</i> .....	33
<i>III. Samprotavimo gebėjimai</i> .....	48
<i>IV. Emociniai ir elgesio sunkumai</i> .....	55
<i>V. Temperamentas</i> .....	74
<i>VI. Kasdieniai įpročiai</i> .....	89



## *Ižanginis žodis*

Ikimokyklinis vaiko amžius (maždaug nuo dvejų iki šešerių metų) apima perėjimą nuo kūdikystei būdingos priklausomybės prie augančio autonomiškumo, didėjančių socialinių ir pažintinių kompetencijų, kurios svarbiausiomis tampa mokykliniame amžiuje. Todėl viena iš svarbiausių užduočių yra suprasti ikimokyklinio amžiaus vaikų įprastą raidą ir jų individualius skirtumus. Šiuo amžiaus tarpsniu sparčiai vystosi ir įsitvirtina vaiko adaptyvus elgesys bei savireguliacijos gebėjimai. Vaikai mokosi savarankiškai planuoti, pradėti ir tęsti veiklą, rūpintis savimi ir kitais. Jie įvaldo savo kūno, veiksmų, emocijų ir dėmesio kontrolę. Drauge su sparčia kalbos ir pažintine raida skleidžiasi jų samprotavimo gebėjimai.

Per pirmuosius keturis šiame tęstiniame psichologiniame tyrime dalyvaujančių vaikų gyvenimo metus rinkome išsamią informaciją apie jų raidą ir elgesį, socialinę aplinką. Dažniausiai informaciją apie vaikų ankstyvąją raidą mums teikė jų mamos, kurios mato vaiką kasdien, daugelyje situacijų, geriausiai žino vaikų gyvenimo įvykius, artimiausios aplinkos ypatumus. Tačiau keturmečiai jau labai aktyviai ima dalyvauti platesnėje socialinėje aplinkoje, jie lanko įvairius užsiėmimus, eina į ikimokyklinio ugdymo įstaigas, bendrauja su kitais vaikais ir suaugusiais. Todėl svarbu tai, kaip vaiką vertina bei mato ir kiti suaugę žmonės. Būtent tuo tikslu atlikdamos tyrimą rinkome informaciją ir iš auklėtojų apie tuos vaikus, kurie lanko ikimokyklinio ugdymo įstaigas. Visus tyrime dalyvavusius vaikus drauge su tėvais kvietėme atvykti ir į susitikimą su tyrėjomis. Psichologinio testavimo būdu vertinome vaikų savireguliacijos ir samprotavimo gebėjimus.

Šiame leidinyje aprašėme tik dalį tyrimo rezultatų. Kadangi duomenų apie vaiko raidą nuo pirmųjų gyvenimo metų iki šiol surinkome išties nemažai, ateityje ir toliau juos analizuosime bei pateiksime gautus rezultatus kituose leidiniuose apie ikimokyklinio amžiaus vaikų raidą.

Nuoširdžiai dėkojame visoms šeimoms, nuolat pildžiusiems klausimynus apie vaikų raidą ir aplinką, o ypač atvykusioms į susitikimą su tyrėjomis. Tik jūsų dalyvavimo dėka galime pažinti ir aprašyti vaikų savireguliacijos bei pažintinių gebėjimų, elgesio bei emocijų raidą.

Ankstyvosios vaikų savireguliacijos įgūdžių raidos tyrimą atliekančių mokslininkų grupė



**Roma Jusienė** – Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto Bendrosios psichologijos katedros docentė, Psichologinių inovacijų ir eksperimentinių tyrimų mokymo centro (PTMC) vedėja ir vyr. mokslo darbuotoja, psichologė psichoterapeutė. Domėjimosi sritys – ankstyvoji raida, raidos psichologija ir psichopatologija, sveikatos psichologija, psichodinaminė psichoterapija. Edvardo, Ramūno ir Andrėjos mama.



**Rima Breidokienė** – Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto Bendrosios psichologijos katedros doktorantė, Psichologinių inovacijų ir eksperimentinių tyrimų mokymo centro (PTMC) jaunesnioji mokslo darbuotoja. Vilniaus universitetinės vaikų ligoninės filialo Vaiko raidos centro medicinos psichologė. Domėjimosi sritys – vaikų savireguliacijos gebėjimų raida, ankstyvieji santykiai ir raidos psichopatologija. Aušros ir Aisčio mama.



**Dovilė Butkienė** – Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto Bendrosios psichologijos katedros lektorė, Psichologinių inovacijų ir eksperimentinių tyrimų mokymo centro (PTMC) jaunesnioji mokslo darbuotoja. Domėjimosi sritys – psichologinių instrumentų kūrimas, adaptavimas ir standartizavimas, emocijų psichologija, pažintinių gebėjimų raida, normalios ir sutrikusios raidos vaikų adaptyvus elgesys. Rūtos mama.

Šį tyrimą atlikti mums padėjo Vilniaus universiteto psichologijos studentės Arnita Gineikaitė, Monika Griciūtė, Irina Ruzienė. Ypač dėkojame daug talkinusioms viso tyrimo metu jaunosioms tyrėjoms Vytauto Didžiojo universiteto psichologijos studentei **Vikai Bingelytei**, Vilniaus universiteto psichologijos doktorantei **Jurgitai Smiltei Jasiulionei**, psichologijos magistrantei **Mildai Vickutei** ir psichologijos absolventei **Darjai Voitenko**.

Taip pat dėkojame kolegėms **Danguolei Čekuolienei**, **Eglei Markūnienei**, **Giedrei Širvinskienei**, **Olgai Zamalijevai**, **Nidai Žemaitienei**, bendradarbiavusioms vykdant tyrimą 2009-2010 metais.

*Dar kartą nuoširdžiai dėkojame visoms šeimoms, dalyvaujantioms šiame tęstiname tyrime!*

# I. *Adaptyvus elgesys*

Adaptyvus elgesio sąvoka psichologų naudojama įvairiomis prasmėmis. Kai kurie psichologai adaptyvų elgesį apibūdina kaip asmens gebėjimą tinkamai elgtis naujose situacijose, gebėjimą prisitaikyti prie pakitusių aplinkybių, gebėjimą įveikti kritines situacijas (pvz., kalbama apie trimečio adaptaciją ikimokyklinio ugdymo įstaigoje). Kiti psichologai adaptyvų elgesį linkę prilyginti probleminio elgesio nebuvimui. Pasak jų, adaptyviai besielgiantis yra tas keturmetis, kuriam nėra būdinga pernelyg nerimauti, kuris nėra pernelyg užsisklendęs savyje ar agresyviai besielgiantis. Normalią ir sutrikusią raidą tiriantys psichologai adaptyvų elgesį apibrėžia kaip vaiko kasdienio funkcionavimo efektyvumą – adaptyvus elgesys atspindi, kaip sėkmingai vaikas atlieka kasdienes veiklas, kurių atlikimo tikimasi jo aplinkoje iš savarankiško ir socialiai kompetentingo jo bendraamžio. Pastaruoju apibrėžimu vadovavomės ir šiame tyrime.

Šiame tyrime keturmečių adaptyvus elgesys buvo vertinamas *Adaptyvus elgesio skalėmis*, kurios apima devynias ikimokyklinio amžiaus vaiko adaptyvus elgesio sritis: *Savitvarkos, Buities, Sveikatos ir saugumo, Bendruomenės, Komunikacijos, Akademinių žinių taikymo, Savireguliacijos ir veiklos organizavimo, Socialinių įgūdžių bei Laisvalaikio leidimo*. Siekiant nustatyti, kaip sėkmingai vaikas funkcionuoja kasdieniame gyvenime, ką jis pats tipiškai daro rūpinantis savimi ir bendraudamas su kitais, tėvų buvo prašoma atsakyti, kaip dažnai vaikas savarankiškai (be kitų pagalbos) ir niekieno neraginamas (be priminimo) atlieka nurodytas veiklas. Tėvams buvo pabrėžiama, kad svarbu įvertinti ne tai, vaikas gali ar negali atlikti nurodytą veiklą, bet tai, kiek vaikas realiai ją pats



neraginamas atlieka. Iš viso 118 tėvų užpildė Adaptyvaus elgesio skales apie mūsų tyrime dalyvaujančius keturių metų amžiaus vaikus. Beveik visų tirtų keturmečių adaptyvų elgesį vertino mamos (95 proc.).

**Savitvarka.** Vaikystės pradžioje sparčiai gerėja vaiko smulkioji motorika (gebėjimas atlikti tikslus, koordinuotus rankų judesius), leidžianti vaikui atlikti daugelį veiklų, kurioms jis pirmais – antrais savo gyvenimo metais paprasčiausiai buvo nepajėgus. Gerėjantys motorikos įgūdžiai, vykstanti pažinimo raida skatina vaiką išbandyti savo galimybių ribas. Atradęs, jog gali vienas pats atlikti tai, ką anksčiau už jį padarydavo suaugęs, vaikas pradeda aktyviai įrodinėti sau ir kitiems gebėjimą būti savarankišku. Šis savarankiškumo teigimas ir demonstravimas visų pirma turėtų atspindėti keturmečių gebėjime rūpintis savimi.

Vertindami *prausimosi ir maudymosi veiklas* tėvai nurodė, kad didžioji dauguma keturmečių jau savarankiškai plaunasi rankas su muilu ir jas nusišluosto (tai daro 81 proc. mūsų tirtų keturmečių vaikų), du trečdaliai keturmečių savarankiškai prausiasi ir šluostosi veidą (68 proc.) bei reguliuoja reikiamą vandens temperatūrą (65 proc.). Tačiau sudėtingesnes prausimosi ir maudymosi veiklas keturmečiai atlieka su tėvų pagalba: tėvai vaikams padeda išmuiluoti, o išsimaudžius ir nušluostyti kūną (73 proc.), plauna jų galvas (92 proc.), padeda valytis dantis (63 proc.).

Apibūdindami *tualetų veiklų* atlikimą tėvai nurodė, kad kiek daugiau nei pusė keturmečių (56 proc.) kartais dar yra reikalinga suaugusiojo pagalba tualete (pvz., tinkamai nusišluostant, susitvarkant drabužius ar nuleidžiant vandenį).

Tėvų pagalba keturmečiams vis dar reikalinga atliekant ir kai kurias *rengimosi veiklas*: savarankiškai tinkama seka ir reikiama puse apsirengia pusė vertintų keturmečių (50 proc.), patys tvarkingai užsisega drabužių sagas ar užtrauktukus tik penktadalis keturmečių (20 proc.), tinkamai apsiauna ir užsisega batus kiek mažiau nei trečdalis tirtų keturmečių (31 proc.).

Tėvų teigimu beveik visi keturmečiai *valgydami* naudojami šaukštu ir šakute (96 proc.), pusė jų naudodamiesi šaukštu ar šakute patys su-

sismulkina maistą (45 proc.), išpila gėrimo į puodelį iš didesnio indo (48 proc.). Pastovus naudojimas peiliu valgymo metu keturmečių tarpe yra labiau išimtis nei norma. Vertindami peilio naudojimo valgymo metu veiklas kai kurie tėvai komentuodavo, kad savo keturmečiams peilio dar neduoda.

***Buities įgūdžiai.*** Trečiais – penktais gyvenimo metais vaikas pradeda jausti poreikį būti už ką nors atsakingu, jis nori kopijuoti suaugusius, kartu su jais atlikti įvairias suaugusiųjų (tame tarpe ir namų ruošos) veiklas. Psichologai teigia, kad dalyvavimas namų ruošos darbuose, tam tikrų pareigų namuose turėjimas yra būtinas kiekvienam vaikui, nes vaikas tokiu būdu įgyja galimybę jaustis reikalingu šeimoje, prisidedančiu, svarbiu.



Nors ketvirtadalis tirtų keturmečių (24 proc.) kartas nuo karto savo iniciatyva atlieka jiems pavestus nuolatinius darbus (pvz., laisto gėles ar kiekvieną dieną pakeičia vandenį katino dubenėlyje), vis tik dauguma keturmečių (72 proc.), tėvų teigimu, namuose dar neturi jokių pareigų.

Vertindami vaiko *dalyvavimą tvarkymosi veiklose* tėvai nurodė, kad keturmečiai nėra linkę savo iniciatyva, be tėvų paraginimo tvarkytis. Tačiau paraginus, o kartais ir savo noru, daugiau nei du trečdaliai tirtų keturmečių padeda savo daiktus į vietą (72 proc.), susitvarko savo žaidimų vietą (68 proc.). Kiek daugiau nei pusė keturmečių kartais savo

iniciatyva padeda tėvams namų ruošoje (57 proc.), nuvalo savo stalo vietą pavalgę (56 proc.), padeda maistą į jų saugojimo vietas (49 proc.), grįžę iš lauko valosi batus (53 proc.), tvarkingai susideda savo drabužius (54 proc.), saugo juos, kad nebūtų suplėšyti ar supurvinti (52 proc.). Pasikloti savo lovą keturmečiams dar per sunku – tėvų teigimu, didesnė dalis keturmečių (63 proc.) niekada nekloja savo lovos patys.

Apibūdindami vaiko *dalyvavimą maisto gaminimo veiklose* tėvai nurodė, kad beveik pusė tyrime dalyvavusių keturmečių noriai padeda tėvams gaminti maistą, pavyzdžiui, maišo blynų tešlą (47 proc.), patys pasiruošia maistą, kurį tik reikia nulupti (46 proc.) ar pasidaro sumuštinį naudodamiesi suaugusiųjų iš anksto atpjautais produktais (49 proc.).

***Bendruomenės įgūdžiai.*** Šios srities veiklų savarankiškas atlikimas keturmečiams nėra ypač aktualus, didžioji dalis tirtų keturmečių (77 proc.), tėvų teigimu, dar niekur nekeliauja vieni be suaugusiųjų priežiūros, tad jiems ir netenka savarankiškai naudotis bendruomenės resursais. Tačiau pasak tėvų, tirti keturmečiai jau demonstruoja tam tikrą *elgesio viešose vietose taisyklių žinojimą*: kiek daugiau nei du trečdaliai keturmečių (69 proc.) savo iniciatyva nešiukslina viešų vietų, negadina bendro naudojimo žaidimo įrenginių, daugiau nei pusė keturmečių (58 proc.) be priminimo tinkamai elgiasi kine ar teatre. Kiek sunkiau keturmečiams sekasi tinkamai elgtis parduotuvėje – pusei tirtų keturmečių (50 proc.) kartas nuo karto tenka priminti, kad nebėgiotų po parduotuvę, neimtų prekių nuo lentynų be tėvų leidimo.

Nors tirtiems keturmečiams ir netenka savarankiškai keliauti, tėvų teigimu, kiek daugiau nei pusė vaikų (55 proc.) paklausus įvardija šviesoforo spalvų reikšmes, ketvirtadalis vaikų (25 proc.) pasako, ką reiškia kai kurie kelio ženklai (pvz., „Pėsčiųjų perėja“, „Dviračių“ takas). Su *draudžiamaisiais ar informuojančiais ženklais* keturmečiai dar nėra susipažinę – 56 procentai keturmečių nežino tokių draudžiamųjų ženklų, kaip „draudžiama eiti“, draudžiama šiukslinti“, 68 procentai keturmečių nežino tokių informuojančių ženklų, kaip „tualetas“, „moterų tualetas“, „vieta mamoms su mažais vaikais“.

Nors tėvų teigimu beveik du trečdaliai tyrime dalyvavusių keturmečių (65 proc.) paklausti pasako, kam reikalingi *pinigai*, vis tik didžioji dalis vaikų dar nežino šalyje naudojamų banknotų ir monetų (74 proc.), juo labiau jie savarankiškai neperka parduotuvėje, net jei jiems ir būtų duota tiksli pinigų suma (71 proc.).

Vertindami *naudojimosi telefonu* veiklas tėvai nurodė, kad pusė tirtų keturmečių (52 proc.) tinkamai kalba telefonu. Vis tik tėvų teigimu, kiek mažiau nei trečdalis keturmečių (29 proc.) tinkamai atsiliepia į telefono skambutį, pakviečia prašomą asmenį ar pasako, kad prašomo asmens nėra. Dauguma keturmečių (89 proc.) taip pat dar nežino, koku telefonu reikėtų skambinti atsitikus nelaimėi.

***Sveikata ir saugumas.*** Ikimokykliniame amžiuje aktyviai tyrinėjama aplinka, joje esantys daiktai. Mažam vaikui viskas įdomu, viską norisi išbandyti, suprasti. Šioje tyrinėjimo veikloje vaikas neretai susiduria ir su įvairiomis pavojingomis situacijomis. Tad svarbu, kad vaikas turėtų supratimą, kas yra saugu, o kas pavojinga, ir šį supratimą demonstruotų savo elgesiu.

Vertindami vaiko *atsargumo ir pavojų saugojimosi veiklas* tėvai nurodė, kad beveik du trečdaliai tirtų keturmečių savo iniciatyva laikosi atokiai nuo karštų, nudeginti galinčių daiktų (65 proc.), neragauja neišskios kilmės produktų (62 proc.), viešoje vietoje stengiasi būti netoli savo artimųjų (62 proc.). Apie pusė tirtų keturmečių be perspėjimo atsargiai elgiasi su aštriais daiktais (52 proc.), savo iniciatyva segasi saugos diržus, netrukdo vairuotojo vežami automobiliu (49 proc.). Tačiau, tėvų teigimu, tik kiek daugiau nei trečdalis (37 proc.) tirtų keturmečių savo iniciatyva laikosi atokiai nuo nepažįstamų gyvūnų, vengia lipti į aukštus, vaikų žaidimui nepritaikytus įrenginius.

Savęs saugojimas reikalauja ne vien akivaizdžiai pavojingų situacijų vengimo, bet ir tam tikros elgsenos, leidžiančios užkirsti kelią įvairių ligų atsiradimui ir plitimui. Tokia elgsena tirtų keturmečių tarpe dar nėra nuolat demonstruojama. Didžiajai daliai keturmečių (77 proc.) tenka priminti, kad čiaudint ar kosint užsidengtų ranka – savo inici-

atyva jie užsidengia tik kartais. 41 proc. keturmečių kartais tenka paraginti išsišnypšti nosį (nors tokia pat dalis keturmečių nosį šnypščia jau neberaginami ir be pagalbos). Taip pat keturmečius tenka paraginti plauti rankas, vaisius ir daržoves prieš valgį – pusė keturmečių tik kartais savo iniciatyva prieš valgį plaunasi rankas (56 proc.), plauna vaisius (45 proc.).

Kadangi dauguma keturmečių dar vieni, be suaugusiųjų priežiūros, niekur nekeliauja, jiems turbūt netenka ir vieniems pereiti kad ir šalia namų esančios nejudrios gatvės. Todėl tėvų teigimu tik kiek daugiau nei ketvirtadalis keturmečių (27 proc.) prieš pereidami gatvę kartais be suaugusiųjų raginimo pasižiūri į abi puses, kad įsitikintų, jog nėra važiuojančių mašinų. Turbūt dėl tos pačios priežasties, kad keturmečiai dar nėra paliekami vieni viešose vietose be tėvų ar kitų artimų suaugusiųjų priežiūros, šio amžiaus vaikams retai tenka susidurti su situacija, kuomet vieniems esant juos kalbintų nepažįstami suaugę. Tačiau tik penktadalis keturmečių (19 proc.), pasak jų tėvų, tokiose situacijose atsisako eiti su nepažįstamuoju, neima iš jo skanėstų ir kitų gėrybių.

***Komunikacija.*** Daugumos keturmečių kalba jau yra pakankamai išsivysčiusi, jie kalba gana sudėtingais sakiniais, susikalba ir su bendramučiais, ir su jų nepažįstančiais suaugusiais. Vertinant vaiko adaptyvų elgesį šioje srityje norima išsiaiškinti, kiek sėkmingai vaikas naudojami kalba savo kasdieniame bendravime su kitais žmonėmis.

Vertindami *kalbos supratimo* veiklas tėvai nurodė, kad dauguma tirtų keturmečių supranta žodžių, kuriais įvardijami pagrindiniai jo aplinkoje esantys daiktai, reikšmes (90 proc.), taip pat supranta daiktų savybes apibūdinančius žodžius (76 proc.). Pusė tirtų keturmečių supranta nurodymus atlikti kelis susijusius veiksmus (49 proc.), likę (51 proc.) supranta ir sudėtingesnius nurodymus atlikti būtent tam tikra seka kelis nesusijusius veiksmus. Taip pat pusės tirtų keturmečių (48 proc.) tėvai nurodė, jog jų vaikai visada supranta sąlygos nurodymus („jei – tai“, „kai – tada“). Normalu, kad keturmečiams kiek sunkiau sekasi suprasti perkeltinę prasmę turinčias žodžių frazes ar sakinius (pvz., „nesuk

man galvos“). Tėvų teigimu, daugeliu atvejų tokias perkeltines prasmes turinčias frazes supranta ketvirtadalis tyrime dalyvavusių keturmečių (26 proc.), o kiek daugiau nei pusė keturmečių (52 proc.) tokių frazių reikšmę supranta tik kartais.

Bendravimas su kitais žmonėmis gali vykti ne tik kalbos, bet *gestų ir (arba) garsinių užuominų pagalba*. Vertindami šias veiklas keturmečių tėvai nurodė, kad didžioji dalis tirtų vaikų (75 proc.) supranta dažniausiai jų aplinkoje naudojamus gestus (pvz., mirktelėjimą akimi juokaujant). Tačiau beveik pusė tirtų vaikų (47 proc.) tik kartais supranta garsines užuominas (pvz., supranta kostelėjimą, kaip norą atkreipti į save dėmesį).

Vertindami vaiko *kalbėjimo veiklas* tėvai nurodė, kad dauguma tirtų keturmečių (82 proc.) visiems suprantamai vadina pagrindinius jo aplinkos objektus, kiek daugiau nei pusė (52 proc.) keturmečių pasako, kaip tam tikras daiktas atrodo, iš ko jis padarytas. Tačiau tėvų teigimu keturmečiams dar sunku paaiškinti dažniausiai jo vartojamų žodžių reikšmes – 60 procentų keturmečių paaiškina jas tik kartais.

Keturmečiai kalbą naudoja ne tik bendravimui, bet taip pat ir siekdami keistis turima informacija. Tėvų teigimu, du trečdaliai tirtų keturmečių (66 proc.) jau nuosekliai pasakoja neseniai patirtus savo išpūdžius, kiek mažiau nei pusė keturmečių (45 proc.) smulkiai ir tiksliai atpasakoja girdėtos pasakos ar matyto filmuko turinį. 61 procentas keturmečių paprašius tiksliai perduoda kito žmogaus sakytą informaciją.

Sėkmingam informacijos perdavimui vien kalbos gebėjimo nepakanka, reikalingi ir tam tikri pažinimo gebėjimai, pvz., *gebėjimas suprasti kito žmogaus situacijos matymą, suvokimą*. Šis gebėjimas, kaip taisyklė, visiškai susiformuoja 8–10 metais. Neturėdami šio gebėjimo, didesnė dalis tirtų keturmečių, tėvų teigimu, tik kartais suprantamai paaiškina žaidimo ar kitos veiklos taisykles (60 proc.), taip pat tik kartais pašnekovui nesupratęs pakartoja tą pačią mintį kitais žodžiais (57 proc.).

Apibūdinami keturmečių *dalyvavimą pokalbyje* tėvai nurodė, kad pusė vaikų (53 proc.) bent 10 minučių dalyvauja pokalbyje, kurį pradeda ir palaiko suaugęs. Vis tik tėvai taip pat nurodė, kad panaši dalis vaikų (59 proc.) tik kartais tinkamai užbaigia pokalbį, pasitaiko, kad vaikai sakinio vidury ima ir nubėga į kitą kambarį.



*Akademinių žinių taikymo* srityje vertinamos skaitymo, rašymo, skaičiavimo, laiko sąvokų naudojimo, kairės – dešinės skyrimo ir kitos pažinimo veiklos. Nors keturmečiai dar nėra sistemingai mokomi šių veiklų, tam tikras žinias vaikai įgyja paprasčiausio bendravimo su suaugusiais metu.

M. Montesori ketvirtuosius – šeštuosius vaiko gyvenimo metus apibūdina kaip imlų laikotarpį rašymo ir skaitymo įgūdžių įgijimui. Pasak jos, šio amžiaus vaikai pradeda aktyviai domėtis knygomis, raidėmis, rašymo veikla. Vertindami pateiktas *skaitymo ir rašymo veiklas* tėvai nurodė, kad ketvirtadalis tirtų keturmečių (27 proc.) jau pažįsta dešimt ir daugiau (bet ne visas) spausdintinių didžiųjų abėcėlės raidžių, beveik tiek pat vaikų (26 proc.) atpažįsta vieną ar kelis paprastus informacinius užrašus (pvz., „EITI“). Didžioji dauguma keturmečių (85 proc.), tėvų teigimu, kol kas dar neparašo savo vardo.

Tyrimė dalyvavę keturmečiai *skaičiavimo veiklas* yra geriau įvaldę nei skaitymą ar rašymą. Tik kiek mažiau nei trečdalis tirtų keturmečių (31 proc.) paprašius neparodo pirmo ir paskutinio eilės objekto, kiek daugiau nei ketvirtadalis (27 proc.) nepasako, ar kiekis didesnis, mažesnis, ar lygus. Pusė tirtų keturmečių (52 proc.), tėvų teigimu, iš eilės suskaičiuoja mažiausiai dešimt daiktų, 40 procentų keturmečių suskaičiuoja penkis ir daugiau (bet ne dešimt) daiktus. Taip pat beveik pusė keturmečių atpažįsta visus skaitmenis iki dešimties.

Tėvai nurodo, kad beveik ketvirtadalis tirtų keturmečių (24 proc.) parodo ir pavadina visas pagrindines geometrines figūras, daugiau nei pusė keturmečių (53 proc.) skiria ir pavadina spalvas (net ir tokias, kaip žydra, violetinė), beveik du trečdaliai keturmečių (65 proc.) paprašius grupuoja daiktus pagal kategorijas (pvz., paprašius parodo tik gyvūnus).

Vertindami *laiko sąvokų pažinimą* tėvai nurodė, kad daugiau nei pusė tirtų keturmečių (57 proc.) pavadina paros metą ir paklausus pasako tipinę tam metui būdingą veiklą, beveik ketvirtadalis keturmečių (24 proc.) visada ir pusė keturmečių (52 proc.) kartais tinkamai naudoja sąvokas „vakar“, „rytoj“. Tačiau dauguma keturmečių (79 proc.) dar negali išvardyti savaitės dienų pavadinimų iš eilės, taip pat net 93 proc. keturių metų amžiaus vaikų dar nepasako kiek valandų rodo laikrodį.

Keturmečiai, tėvų teigimu, jau turi tam tikras *savo kūno žinias*: trečdalis tirtų keturmečių (34 proc.) paklausus parodo pagrindines kūno dalis (akis, galvą, koją, ranką ir pan.), kiti du trečdaliai keturmečių (65 proc.) parodo net ir tokias kūno dalis, kaip alkūnė, kaklas, delnai, keliai. Kiek mažiau nei pusė keturmečių (44 proc.) skiria tik savo kūno kairę ir dešinę puses, tačiau beveik ketvirtadalis (24 proc.), tėvų teigimu, paklausus parodo ir kito žmogaus kairę ar dešinę puses.

Vertindami *savęs įvardijimo* veiklas tėvai nurodė, kad dauguma keturmečių paklausus pasako savo vardą ir pavardę (80 proc.), pasako ar parodo, kiek jam / jai yra metų (87 proc.). Ketvirtadalis tirtų keturmečių pasako tikslų savo namų adresą (23 proc.) ir pasako savo gimimo mėnesį ir dieną (23 proc.)

***Savireguliacija ir veiklos organizavimas.*** Plačiąja prasme, savireguliacija apibrėžiama kaip gebėjimas pačiam kontroliuoti savo elgesį, būseną, pasirinkti ir pradėti veiklą bei laiku sustoti. Savireguliacija apima ir gebėjimą planuoti kasdienes veiklas bei jas atlikti.

Vertindami vaiko *domėjimąsi aplinka*, tėvai nurodė, kad dauguma tirtų keturmečių (85 proc.) aktyviai domisi kitų veikla (klausia, įdėmiai stebi), kiek mažiau nei pusė keturmečių (45 proc.) visada aktyviai tyrinėja naują aplinką, nevengia nepažįstamų situacijų, tokia pat dalis keturmečių (45 proc.) aktyviai tyrinėja tik kartais.



Tėvų teigimu, dauguma tirtų keturmečių (84 proc.) *pasirenka*, kuriais drabužiais rengtis ar kurią laidą žiūrėti, kiek daugiau nei pusė keturmečių (54 proc.) patys susiranda sau užsiėmimą, neklausinėja tėvų, ką veikti.

Apibūdindami keturmečių *veiklos planavimą* tėvai nurodė, kad beveik du trečdaliai tirtų vaikų (63 proc.) tik kartais pradeda veiklą, atitinkančią aplinką, aplinkybes ir dienotvarkę. Pusė keturmečių (47 proc.) kartais patys iš anksto pasiruošia priemones, reikalingas norimai veiklai atlikti. Panaši dalis keturmečių (48 proc.) paklausus kartais papasakoja, kokia seka ruošiasi atlikti veiklą. Beveik trečdalis keturmečių (31 proc.) visada ir kiek daugiau nei pusė keturmečių (55 proc.) kartais trumpai nupasakoja savo dienotvarkę (ką veikia pirmiau, ką veikia vėliau).

Psichologų teigimu, ikimokyklinukams dar sunku *valingai kontroliuoti savo dėmesį*. Tai reiškia, kad mažiems vaikams dar sudėtinga save priversti susikaupti ties tuo, kas jiems nėra įdomu. Manoma, kad tokį gebėjimą – susikaupti ir išlaikyti dėmesį net ties neįdomiomis veiklomis – turi turėti jau visi septynmečiai. Tačiau pastebima ir tai, kad kuomet ikimokyklinukai užsiima mėgstama ir jiems įdomia veikla, jie gali išbūti ties ja susitelkę net iki 30 minučių. Vertindami keturmečių veiklos atlikimo patvarumą tėvai nurodė, kad daugiau nei pusė keturmečių (59 proc.) bent 30 minučių užsiima mėgstama veikla, mažiau nei pusė keturmečių (42 proc.) bent 30 minučių atidžiai klausosi dominančios



pasakos. Pusė keturmečių (53 proc.), tėvų teigimu, kartais 10-15 minučių išbūna užsiėmę ir rutinine, nelabai mėgstama veikla. Tik ketvirtadalis tirtų keturmečių (25 proc.) visada užbaigia pradėtą veiklą, daugiau nei pusė keturmečių (57 proc.) kartais meta veiklą jos nepabaigę.

Daugiau nei pusė tirtų keturmečių (59 proc.) atlikdami veiklą kartais *atsižvelgia į gaunamas pastabas* apie veiklos atlikimo kokybę. Panaši dalis keturmečių (57 proc.) susidūrę su kliūtimi atliekant sunkesnę veiklą tik kartais atkakliai bando ją įveikti.

Akivaizdu, kad mažiems vaikams gerokai sunkiau nei suaugusiems *kontroliuoti savo emocijas*, ypač stiprius impulsus, susierzinimą, pykčio raišką. Tačiau trečiais – septintais gyvenimo metais vyksta pastebimi gebėjimo kontroliuoti impulsus pokyčiai. Tėvų teigimu, kiek mažiau nei pusė mūsų tyrime dalyvavusių keturmečių (45 proc.) jau kartais ramiai išlaukia bent 15 minučių, kol bus patenkinti jų norai, tačiau daugiau nei trečdaliui keturmečių (37 proc.) 15 minučių laukti, kol bus patenkinti jų norai, yra pernelyg sunku. Daugiau nei pusė keturmečių (59 proc.) kartais nerodo pykčio ar susierzinimo, kai tėvai nutraukia jų žaidimą ar kitą veiklą, tačiau daugiau nei trečdalis keturmečių (36 proc.) į veiklos nutraukimą reaguoja susierzinimu ar pykčiu. Susierzinimu ar pykčiu 70 procentų keturmečių kartais reaguoja ir į bendraamžio nesutikimą, atsisakymą paskolinti ar dalyvauti pasiūlytoje veikloje. Supykę ant bendraamžio pusė tirtų keturmečių (49 proc.) kartais pradeda muštis, rėkti ar prasivardžiuoti. Ne visada keturmečiams pavyksta sutramdyti savo nuoskaudą ar pyktį ir patyrus nesėkmę žaidimo, varžybų metu – du trečdaliai tirtų vaikų (68 proc.) patyrę nesėkmę kartais supyksta.

Gebėjimas *paklusti tėvų reikalavimams, laikytis taisyklių* yra viena pirmųjų savireguliacijos apraiškų, nes reikalauja vaiko gebėjimo pradėti, stabdyti ir keisti savo elgesį atsižvelgiant į tėvų nusakomus elgesio standartus. Vertindami keturmečių taisyklių laikymąsi tėvai nurodė, kad du trečdaliai tirtų vaikų (67 proc.) kartais laikosi tėvų nustatytų taisyklių (ketvirtadalis keturmečių tą daro visada), daugiau nei du trečdaliai vaikų (71 proc.) kartais paklūsta tėvų reikalavimui nustoti netinkamai elgtis, imtis tam tikros veiklos. Tėvų teigimu, kiek daugiau nei pusė keturmečių (56 proc.) prasižengę kartais pripažįsta ir savo kaltę.

Keturmečiams sunku laikytis ne tik tėvų nustatytų taisyklių – daugiau nei pusė tirtų keturmečių (62 proc.) tik kartais išlaukia savo eilės žaidžiant ar bendroje grupės veikloje.

***Socialiniai įgūdžiai.*** Ši sritis nusako vaiko gebėjimus bendrauti ir elgtis socialinėje aplinkoje. Savo ir kitų *emocijų atpažinimas* yra svarbi socialinių įgūdžių sudedamoji dalis. Vaikai, kurie geriau pažįsta emocijas (sugeba įvardyti savas, atpažįsta kitų žmonių emocijas, supranta emocijų priežastis), yra labiau mėgstami savo bendraamžių. Literatūroje nurodoma, kad ketverių metų vaikai paprastai jau būna pajėgūs atpažinti savo ir kitų žmonių rodomas emocijas.

Mūsų tyrime dalyvaujančių tėvų vertinimu, didžioji dalis tirtų keturmečių įvardija, kaip jie jaučiasi (72 proc.), supranta ir įvardija, kaip jaučiasi kitas asmuo (73 proc.), tinkamai reaguoja į kito žmogaus jausmus (71 proc.).

Keturmečio bendravimas nebeapsiriboja vien šeimos nariais, keturmečiui tenka vis dažniau ir daugiau bendrauti ir su kitais suaugusiais, ir su savo bendraamžiais. Kad šis bendravimas būtų sėkmingas, vaikas turėtų žinoti tam tikras *bendravimo normas* ir taikyti jas savo elgesyje.

Vertindami sveikinimosi veiklas tėvai nurodė, kad pusė keturmečių (49 proc.) susitikę draugus ar pažįstamus suaugusius savo iniciatyva visada pasisveikina (tokia pat dalis keturmečių tai daro tik kartais), daugiau nei trečdalis keturmečių (38 proc.) palikdami patalpą, kurioje yra žmonių, savo iniciatyva visada atsisveikina (57 procentai keturmečių tai daro tik kartais). Daugiau nei pusė tirtų keturmečių savo iniciatyva kartais padėkoja už dovanas (58 proc.), atsiprašo už netyčines klaidas (60 proc.), dalijasi su bendraamžiais žaislais, saldumynais (59 proc.), atsiklausia, ar gali paimti kitam priklausantį daiktą (57 proc.). Pusė tirtų keturmečių (50 proc.) savo iniciatyva kartais pasisiūlo pagelbėti kitiems. Tėvų teigimu visas šias veiklas trečdalis keturmečių savo iniciatyva atlieka visada.

Keturmečiams dar sunku susilaikyti ir nepertraukti kalbančiojo, kai norisi ką nors papasakoti ar parodyti – daugiau nei pusė tirtų

keturmečių (62 proc.) nuolatos pertraukia, kiek daugiau nei trečdalis (37 proc.) retkarčiais susilaiko. Įeinant į patalpą sutikę tarpduryje išeinantį kitą žmogų pusė keturmečių (48 proc.) jo nepraleidžia, nors panaši dalis keturmečių (45 proc.) taip elgiasi tik kartais.

Tėvų teigimu, pusė tirtų keturmečių savo iniciatyva tik kartais neklausinėja ir nepasako to, kas galėtų sutrikdyti ir įžeisti kitus (54 proc.), nekomentuoja nepažįstamųjų išvaizdos ar elgesio jiems girdint (49 proc.). Pusė tirtų keturmečių (52 proc.) savo iniciatyva kartais sako komplimentus kitiems. Vertindami atidumo artimiems veiklas tėvai nurodo, kad trečdalis tirtų keturmečių (35 proc.) pasako savo šeimos narių, draugų pomėgius, kiek mažiau nei pusė keturmečių (43 proc.) kartais savo iniciatyva be jokios priežasties siekia pamaloninti juos. 47 procentai keturmečių savo iniciatyva kartais net patys padaro šeimos nariams ar draugams dovanėlę gimimo dienos proga.

Ikimokykliniame amžiuje tampa svarbus *bendravimas su bendraamžiais*, mezgasi pirmosios draugystės (nors jos dar nėra pastovios). Bendraudamas su bendraamžiais vaikas įgyja galimybę pamatyti pasaulį kitaip, ne tik tėvų akimis, galimybę geriau pažinti save (ką gali atlikti taip pat, geriau ar blogiau nei kiti vaikai), mokosi bendravimo su lygia-verčiais. Mokslinėje literatūroje nurodoma, kad ikimokyklinukas galė-



damas rinktis žaidimo partneriu bendraamžį ar suaugusį, neabejotinai rinksis bendraamžį.

Vertindami bendravimo su bendraamžiais veiklas tėvai nurodė, kad dauguma keturmečių (85 proc.) siekia bendrauti su bendraamžiais, kiek daugiau nei pusė keturmečių (55 proc.) patys susiranda vaikų bendram žaidimui ar veiklai. Tokia pat dalis keturmečių (55 proc.) visada bendradarbiauja veikdami ką nors kartu su bendraamžiu. Daugiau nei trečdalis keturmečių (39 proc.), tėvų teigimu, visada teikia pirmenybę kai kuriems iš draugų (panaši dalis keturmečių taip elgiasi tik kartais). Taip pat daugiau nei trečdalis keturmečių (38 proc.), tėvų teigimu, turi labai gerą draugą.

Vis tik bendravimas su bendraamžiais ne visada vyksta sklandžiai. Mažiau nei pusė tirtų keturmečių (40 proc.) visada supranta bendraamžių juokavimus, krečiamus pokštus (50 proc. keturmečių bendraamžių juokus supranta tik kartais). Kilus nesutarimams, tik penktadalis keturmečių (19 proc.) ieško būdų juos išspręsti, pusė keturmečių (53 proc.) tai daro tik kartais. Taip pat pusė keturmečių (54 proc.) kartais netinkamai reaguoja į bendraamžių erzinimus, o 33 proc. visada netinkamai reaguoja. Taigi mažiems vaikams labai svarbus yra bendravimas su bendraamžiais, tačiau jiems dar trūksta kai kurių įgūdžių tą bendravimą išlaikyti.

***Laisvalaikio leidimas.*** Ikimokykliniame amžiuje žaidimas yra viena pagrindinių veiklų, užimanti praktiškai visą vaiko turimą laisvą laiką. Žaisdami vaikai lavina savo pažinimo gebėjimus, mokosi socialinių vaidmenų, bendravimo taisyklių. Psichologai nelinkę nuvertinti žaidimų reikšmės vaiko raidai, priešingai, jie neretai pabrėžia, kad vaikui žaisti yra tiek pat svarbu, kaip mokiniui mokyti, o suaugusiam – dirbti.

Vertindami žaidimo veiklas keturmečių tėvai nurodė, kad dauguma jų vaikų žaidžia ir paprastus vaizduotės žaidimus (74 proc.), ir sudėtingesnius vaidmeninius žaidimus (71 proc.). Stalo žaidimus kol kas žaidžia tik trečdalis tirtų keturmečių (33 proc.), o numatymo, strategijos pasirinkimo reikalingus žaidimus dauguma keturmečių (76 proc.) dar

nežaidžia. Bendrą žaidimą, turintį taisykles, kartu su kitais vaikais žaidžia beveik du trečdaliai tirtų keturmečių (64 proc.), nors likęs trečdalis keturmečių bendrą žaidimą žaidžia tik vadovaujant suaugusiam.

Ikimokykliniame amžiuje išryškėja tam tikri vaiko *veiklos pomėgiai*. Tėvų teigimu, du trečdaliai tirtų keturmečių (66 proc.) turi gana pastovią (ilgiau nei tris mėnesius trunkančią) mėgstamą veiklą. Trečdalis keturmečių (31 proc.) jau kolekcionuoja dominančius daiktus (panašiai dalis keturmečių kolekcionuoja nepastoviai).

***Funkcionavimo atskirose adaptyvaus elgesio srityse sąsajos.*** Kaip jau minėjome, kiekvieno vaiko adaptyvus elgesys gali būti aprašytas devyniais atskirų sričių įverčiais ir vienu bendru adaptyvaus elgesio įverčiu. Tiriant keturmečių adaptyvų elgesį paaiškėjo, kad keturmečių kasdienis funkcionavimas *Komunikacijos, Akademinų žinių taikymo ir Bendruomenės srityse* yra stipriausiai tarpusavyje susijęs: kuo sėkmingiau, tėvų matymu, jų keturmetis naudojami kalba bendraudamas su kitas žmonėmis, tuo sėkmingiau jis atlieka ir skaičiavimo veiklas, tuo daugiau turi figūrų, spalvų, kūno, laiko sąvokų žinių, tuo labiau jis demonstruoja bendruomenės taisyklių žinojimą, tuo geriau žino bendruomenėje naudojamus sutartinius ženklus, simbolius. Stiprus funkcionavimo šiose trijose srityse ryšys yra teoriškai visiškai tikėtinas, nes būtent šios trys sritys geriausiai matuoja tą adaptyvaus elgesio aspektą, kuris atspindi aplinkos sąvokų žinių turėjimą bei taikymą kasdieniame funkcionavime.

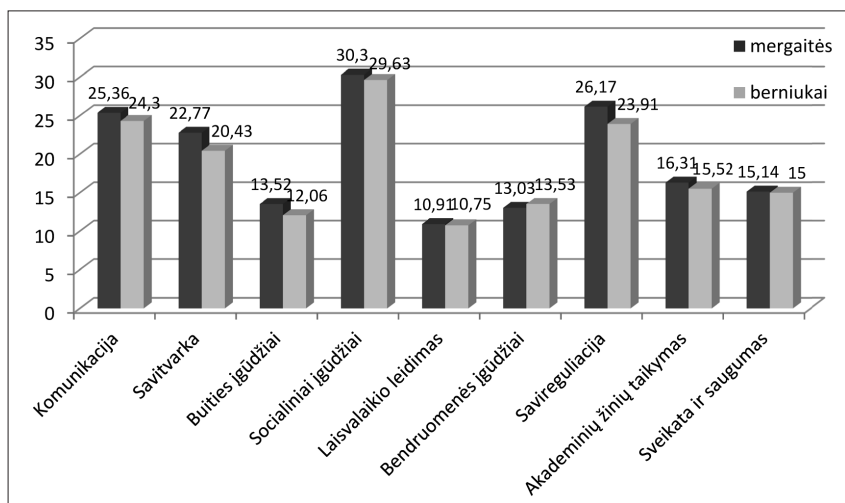
Keturmečių kasdienio funkcionavimo vertinimas *Savitvarkos srityje* stipriausiai susijęs su jų funkcionavimo vertinimu *Buities įgūdžių srityje*. Tėvų teigimu, sėkmingiau atliekantys prausimosi, rengimosi, valgymo veiklas keturmečiai yra labiau linkę visaverčiai dalyvauti ir namų tvarkymo, maisto ruošimo veiklose. Vėlgi, stiprus funkcionavimo šiose dvejose srityse ryšys yra teoriškai tikėtinas, nes jos geriausiai matuoja praktinius šio amžiaus vaikų adaptyvaus elgesio įgūdžius, jos geriausiai atspindi šio amžiaus vaiko savarankiškumą rūpinantis savimi ir savo aplinka.

Keturmečių *socialiniai igūdžiai* tėvų matymu stipriausiai susiję su jų *savireguliacijos ir veiklos organizavimo igūdžiais*. Tėvų teigimu, kuo keturmetis sėkmingiau planuoja savo veiklą, kuo geriau kontroliuoja savo impulsus ir kuo sėkmingiau laikosi tėvų nustatytų taisyklių, tuo labiau jis demonstruoja tinkamą elgesį įvairiose socialinėse situacijose, tuo labiau jis yra atidus artimajam, tuo sėkmingiau jis bendrauja su bendraamžiais. Ir šis *Socialinių igūdžių ir Savireguliacijos bei veiklos organizavimo sričių* įverčių stiprus ryšys yra teoriškai paaiškinamas – abi sritys iš esmės matuoja socialinius adaptyvaus elgesio igūdžius, atspindinčius vaiko kasdienio bendravimo su aplinkiniais sėkmingumą, vaiko socialinės atsakomybės laipsnį.

Keturmečių *Savireguliacijos ir veiklos organizavimo srities* įverčiai stipriai susiję ir su *Sveikatos ir saugumo srities* įverčiais. Tėvų teigimu, kuo keturmečiai sėkmingiau kontroliuoja savo impulsus ir kuo labiau paklūsta tėvų reikalavimams ir taisyklėms, tuo labiau jie saugosi, tuo didesnę atsargumą jie demonstruoja pavojingų situacijų atžvilgiu.

***Adaptyvaus elgesio sąsajos su kitais kintamaisiais.*** Literatūroje neretai nurodoma, kad tėvai, vertindami vaikų adaptyvų elgesį, mergaites mato kaip esančias labiau savarankiškas nei berniukus. Mes taip pat palyginome vaikų adaptyvaus elgesio skirtingų sričių įverčius *pagal jų lytį* (žr. 1 paveikslėli). Šio tyrimo rezultatai iš dalies patvirtina ir kitų mokslininkų pastebėjimus: keturmečių mergaičių savarankiško *prausimosi, rengimosi, mandagaus valgyimo igūdžiai* buvo vertinami reikšmingai didesniu balu nei keturmečių berniukų. Taip pat matyti tendencija kiek didesniais balais vertinti ir keturmečių mergaičių *savarankiško aplinkos tvarkymo, maisto ruošimo veiklas*.

Skirtingai nei kituose vaikų adaptyvaus elgesio tyrimuose, šiame tyrime išryškėjo tėvų tendencija palankiau vertinti ir keturmečių mergaičių *Savireguliacijos bei veiklos organizavimo srityje* aprašomų veiklų atlikimą. Tėvai rodo tendenciją keturmetes mergaites vertinti kaip sėkmingiau organizuojančias savo veiklą, labiau susirandančias ką veikti, labiau vengiančias nemandagaus elgesio kitų akivaizdoje.



**1 pav.** Mergaičių ir berniukų adaptyvaus elgesio įverčių palyginimas

Palyginome keturmečių adaptyvaus elgesio įverčius pagal jų gyvenamąją vietą. Šiame tyrime dalyvavusių kaime augančių keturmečių at-sargumo ir pavojų vengimo elgsena tėvų vertinama didesniais balais nei mieste augančių keturmečių. Taip pat matyti ir tendencija kiek didesniais balais vertinti kaime augančių keturmečių savarankiško prausimosi, rengimosi ir valgyimo veiklas. Be šių tendencijų, kaime ir mieste augantys vaikai kitais adaptyvaus elgesio aspektais reikšmingai nesiskyrė.

Analizuojant keturmečių adaptyvaus elgesio sąsajas su vaiko šei-mos kintamaisiais išryškėjo tėvų tendencija vertinti pirmagimius kaip sėkmingiau atliekančius skaičiavimo veiklas, turinčius daugiau figūrų, spalvų, kūno, laiko sąvokų žinių (beje, pirmagimių ir nepirmagimių samprotavimo gebėjimai, matuoti Raveno Spalvotų progresuojančių matricų testu, – apie juos daugiau skaitykite trečiame skyriuje, – šiame tyrime nesiskyrė). Iš dalies toks pirmagimių pranašumas gali būti sieti-nas su didesniu tėvų dėmesiu, gausesniu bendravimu su pirmagimiais nei su vėliau gimusiais vaikais. Kita vertus, galimas ir paaiškinimas, kad vertindami pirmagimio raidžių pažinimą, skaičiavimą, aplinkos objektų ir reiškinių sąvokų žinojimą tėvai neretai stokoja aiškaus ver-



tinimo kriterijaus (pvz., ką išties reiškia vaikui teisingai vartoti sąvokas „vakar“, „rytoj“) ir vertindami lygina pirmagimio žinias su jaunesnio brolio ar sesers žiniomis. Toks lyginimas paskatina pirmagimį įvardyti, kaip jau kažką žinantį, darantį, nekreipiant dėmesio į tai, kiek daug išties jis žino, kaip gerai jis kažką daro.

*Tėvų (mamos ir tėčio) išsilavinimas* nebuvo susijęs su keturmečių bendro kasdienio funkcionavimo sėkmingumu. Tačiau tyrimo rezultatai parodė, kad keturmečiai, kurių tėčiai turėjo aukštesnį nei vidurinį išsilavinimą, sėkmingiau funkcionavo akademinų žinių taikymo srityje nei tie keturmečiai, kurių tėčiai turėjo vidurinį ir mažesnį išsilavinimą. Įdomu ir tai, kad nepriklausomai nuo to, koks tėčio išsilavinimas, laikas, kurį tėčiai praleisdavo užsiimdami (žaisdami, sekdami pasakas, būdami lauke ir pan.) su vienerių metų vaiku, yra susijęs su keturmečio funkcionavimo sėkme *Komunikacijos*, *Bendruomenės įgūdžių* bei *Akademinų žinių taikymo* srityse. Vadinasi, kuo tėčiai praleisdavo daugiau laiko bendraudami ir užsiimdami su vienerių metų vaiku (nepaisant šio amžiaus vaiko riboto gebėjimo visaverčiai bendrauti, būti visaverčiu žaidimo partneriu), tuo geresnį įvairiausių aplinkos objektų ir reiškinių sąvokų, bendruomenės taisyklių, naudojamų sutartinių ženklų ir simbolių žinojimą kasdieniame gyvenime demonstravo keturių sulaukę vaikai. Tai dera su mokslinėje literatūroje pateikiama mintimi, kad būtent tėčiai įkvepia vaikus drąsiai tyrinėti pasaulį, jie suteikia vaikams žinių apie juos supančią aplinką, mylėdami sąlygine meile supažindina vaikus su taisyklėmis, normomis, reikalavimais.

Literatūroje neretai išsakoma nuomonė, kad *ikimokyklinio ugdymo įstaigos lankymas* skatina vaikų savarankiškumą (pvz., darželyje nėra mamos, kurį padėtų apsirengti ar susitvarkyti tualete), padeda ugdyti bendravimo įgūdžius (juk darželyje vaikas visą dieną praleidžia bendraudamas su bendraamžiais). Mūsų tyrimo rezultatai neleidžia patvirtinti šios nuomonės: lankantys ir nelankantys ikimokyklinio ugdymo įstaigas keturmečiai, tėvų teigimu, nesiskiria savo kasdieniu funkcionavimu; taip pat nesiskiria ir anksčiau bei vėliau pradėjusių lankyti ugdymo įstaigas keturmečių kasdienis funkcionavimas.

## REKOMENDACIJOS TĖVAMS IR UGDYTOJAMS

Apibendrinant mūsų tyrimo rezultatus apie vaikų adaptyvų elgesį, pirmaisiai reikėtų pastebėti, kad tyrime dalyvavusių keturmečių kasdienio funkcionavimo įgūdžiai atitinka mokslinėje ir populiarioje literatūroje pristatomas keturmečių amžiaus normas. Kaip nurodoma literatūroje, šio amžiaus vaikai vis labiau savarankiškai atlieka daugelį savitvarkos veiklų (rengiasi, valgo, prausiasi), po truputį pradeda dalyvauti ir namų ruošos veiklose. Keturmečiai turi pakankamai išvystytą kalbos supratimą ir raišką, leidžiančią susikalbėti ne tik su juos gerai pažįstančiais suaugusiais, bet ir su mažiau pažįstamais žmonėmis, gali suprasti kelių veiksmų nurodymus, gali be suaugusiojo pagalbos suprantamai papasakoti savo įspūdžius. Jie gali rūšiuoti daiktus, juos skaičiuoti (5-10 ribose), pažįsta pagrindines figūras ir spalvas, pamokyti žino ne tik savo vardą, bet ir pavardę, namų adresą, pradeda domėtis raidėmis, pradeda pažinti sutartinius jų aplinkoje naudojamus ženklus ar simbolius.

Gerėja ir savikontrolė, dėl kurios keturmetis jau gali išbūti susikaukęs ties viena veikla iki 10-15 minučių, pradeda planuoti savo veiklą ir demonstruoja gerėjantį gebėjimą užbaigti pradėtą veiklą, gerėjantį gebėjimą laikytis tam tikrų taisyklių, kontroliuoti savo impulsus. Keturmečiams būdingas ir geresnis bendravimas su bendraamžiais: jie patys susiranda vaikų bendrai veiklai, bendradarbiauja žaisdami, pradeda ieškoti kompromisų kilus nesutarimams. Visas šias veiklas daugiau mažiau atlieka ir tyrime dalyvavę keturmečiai.

Antra, tėvams nereikėtų nerimauti dėl to, kad dalies Adaptyvaus elgesio skalėse aprašytų veiklų tirti keturmečiai kol kas dar neatlieka (pvz., neužsikaičia vandens ir nepasidaro arbatos, nežaidžia strateginių, loginių žaidimų, neperka parduotuvėje ar neparašo savo vardo) arba atlieka tik kartais (pvz., kitam suprantamai paaiškina žaidimo taisykles, patyręs nesėkmę nerodo savo pykčio ar nuoskaudos, čiaudėdamas užsidengia ranka burną ar neklausinėja ir nepasako to, kas galėtų sutrikdyti ar įžeis-

ti kitus). Tyrime naudotos Adaptyvaus elgesio skalės aprašo ir veiklas, daugumos vaikų įvaldomas iki septynerių – aštuonerių metų, todėl visiškai natūralu, kad dalies pateiktų veiklų keturmečiai tiesiog dar nėra pajėgūs atlikti.

Trečia, visada reikia turėti omenyje tai, kad nors ir yra įmanoma kalbėti apie tam tikras normas, nusakančias, kaip vidutinis trimetis, keturmetis ar penkimetis turėtų funkcionuoti kasdieniame gyvenime, kokias veiklas turėtų atlikti savarankiškai, be priminimo, vis tik kiekvieno atskiro vaiko raida yra individuali, vykstanti savo greičiu, jai būdingi tam tikri augimo šuoliai. Todėl vaikas, kuris prasčiau funkcionuoja, tarkim, savitvarkos srityje, gali pranokti bendraamžius socialinių įgūdžių ar komunikacijos srityje. Arba vaikas, kuris savo kasdienio funkcionavimo įgūdžiais bendrai atsilieka nuo bendraamžių, praėjus pusmečiui gali juos pasivyti ar net pralenkti.

Adaptyvaus elgesio ugdymui, o ir bendrai vaikų raidai, nereikia ypatingų priemonių ar užsiėmimų. Užtenka kasdien bent truputį laiko skirti bendravimui su vaikais ir būti jiems modeliais, iš kurių jie gali mokytis stebėdami ir mėgdžiodami. Daugybės dalykų vaikus galime išmokyti tiesiog drauge grįždami iš vaikų darželio, eidami gatve, važiuodami, net drauge žiūrėdami televizorių, jeigu tik nepamirštame, kad esame kartu su vaiku, jeigu tik nepasineriame į savo rūpesčius ar to laiko neleidžiame plepėdami su kitais suaugusiais, ne savo vaiku. Štai keletas pasiūlymų adaptyvaus elgesio įgūdžiams lavinti.

- ✓ Pats geriausias būdas skatinti vaiko *komunikacijos gebėjimus* – tai kuo daugiau bendrauti su juo. Tokio amžiaus vaikai yra smalsūs ir juos labai domina aplinkinis pasaulis. Vienas dažniausių jų klausimų – „Kodėl?“. Paprastai ir nuoširdžiai atsakykim vaikui į jam rūpimus klausimus. Jeigu nežinome atsakymo, drauge su vaiku jo paieškime, klausime, kaip jam ar jai atrodo, ką galvoja. Skaitykime su vaikais knygas, plėskime jo aktyvų žodyną (pvz., naudokime kuo daugiau daiktų savybes apibūdinančių žodžių – „nuostabus“, „įdo-

mus“, „įspūdingas“), skatinkime vaiką papasakoti patirtus įspūdžius, matytą filmuką (aptarti su vaiku matytus animacinius filmus ar laidas, matytas per televizorių ypač svarbu – apie tai daugiau skaitykite paskutiniame šio leidinio skyriuje).

- ✓ Daugeliui tėvų neretai atrodo, kad vaikus labai sunku išmokyti *tvarkos ir savitvarkos*. Tačiau keturmečiai – penkiamečiai vaikai labai nori būti savarankiški ir daugelį dalykų daryti patys, todėl tiesiog nevaržykime šio noro, net jei tam tikrų dalykų jie dar ir nemoka padaryti tobulai (nesijuokim ir nekritikuokim). Tokio amžiaus vaikai jau gali savarankiškai naudotis šakute ir peiliu, patys nusiplauti rankas, apsirengti, apsiauti, ypač jeigu mes, suaugusieji, nedarom to už juos. Savitvarkos įgūdžius lengviau įdiegti, kai jie tampa rutinos dalimi, pvz., vaikas kiekvieną vakarą įpranta susirinkti išmėtytus žaislus ir nusi-prausti. Jeigu vaikui sunkiai tai sekasi, užuot moralizavę ir kasvakar pykęsi, drauge paskaitykim pasakojimus apie panašius vaikus (pvz., nuostabią Linos Žutautės knygelę „Kakė Makė ir Netvarkos Nykštukas“) arba papasakokim apie save – kaip mums sekėsi kasvakar valytis dantis ar tvarkytis, kai buvome maži.
- ✓ Vaikas *buities įgūdžius* įgyja stebėdamas suaugusiųjų elgesį ir dalyvaudamas kartu su jais kasdienėse veiklose, specialiai to mokyti tikrai nereikia. Ikimokyklinukai noriai dalyvauja įvairioje namų ruošos veikloje, pvz., jiems patinka padėti gaminti maistą (nėra tikriausiai nė vieno mažylio, kuriam nepatiktų maišyti mamos užmaišytą tešlą pyragui arba blynams), laistyti gėles, šluoti, valyti dulkes. Gali būti sunkiau su savo kambario, žaislų tvarkymu. Ketverių metų vaikas jau gali pats sutvarkyti savo kambarį, tačiau jam reikalingi labai aiškūs nurodymai, pvz., ne „sutvarkyk kambarį“, o „šias kaladėles sudėk į dėžes“. Geriausia vienu metu duoti tik vieną nurodymą, po kurio laiko sugrįžti, pagirti vaiką už tinkamai atliktą darbą ir duoti kitą nurodymą: „Šaunuolis! Kaip gražiai sudėjai kaladėles! O dabar sudėk knygas į lentyną“.



- ✓ *Socialiniai įgūdžiai* formuojasi vaikui bendraujant su kitais suaugusiais ir vaikais. Beje, geriausiais šaltinis vaikui jų išmokti – tai mūsų elgesys ir bendravimas su kitais žmonėmis. Rodykime savo pavyzdžiu, kaip pradėti ir pabaigti pokalbį, elgtis atėjus į svečius, pasakyti kam nors komplimentą, bendradarbiauti ir pan. Mokykime vaiką naudoti žodžius savo jausmams apibūdinti („aš pykstu“, „man liūdna“, „kaip aš džiaugiuosi!“). Jeigu bendraujant vaikui kyla konfliktinė situacija, parodykime jam, kaip jis joje galėtų pasielgti: „Matau, esi labai nusiminęs, kad Tomas neleidžia tau pažaisti su savo mašinėle. Tačiau prieš tai jis labai norėjo pažaisti su tavo kastuvėliu. Kaip manai, o gal jūs galėtumėte apsikeisti: kurį laiką Tomas pažaistų su kastuvu, o tu su jo mašina?“. Jei vaikas norėtų, tačiau nedrįsta prisijungti prie kitų žaidžiančių vaikų, parodykime jam, kaip jis galėtų tą padaryti (jei vaikas nedrąsus, galima net kartu suvaidinti šią situaciją namie). Tik atminkime, kad kai kuriems vaikams, kaip ir mums, suaugusiems, reikia laiko apsiprasti su nauja aplinka, patyrinti kitus vaikus, iš pradžių juos stebėti, o tik paskui prie jų prisijungti. Kartais mes gerokai perlenkiame lazda, norėdami, kad vaikai drąsiai atsaki-

nėtų mažai pažįstamiems žmonėms ar iškart puikiai jaustūsi naujoje vaikų grupėje.

- ✓ Penktaisiais gyvenimo metais vaikai labai aktyviai žaidžia. Dažnai jau galima atskirti, kokia veikla vaikui patinka labiausiai (konstruoti, piešti, žaisti su lėlėmis ir pan.). Vis lavėja ir sudėtingėja vaikų simbolinio žaidimo gebėjimai, vaikai taip pat jau gali žaisti paprastus stalo žaidimus. Taigi tiesiog leiskime vaikui kuo daugiau žaisti ir užsiimti jam patinkančia veikla. Tačiau jeigu vaikas diena iš dienos atsisako žaisti, nei kiek negali pažaisti vienas, nuolat prilipęs prie suaugusiųjų ar renkasi tiktai spoksoti animacinius filmukus, tai gana rimtas signalas, kad vaikas patiria nerimą. Nerimaujantys vaikai tampa nepajėgūs žaisti. Atidžiai pasidomėkime ir pasvarstykime, dėl ko vaikas gali nerimauti. Prisijunkime prie jo ir mėginkime žaisti drauge – paprastai vaikai atskleidžia savo sunkumus ir neramias mintis žaisdami ar piešdami.
- ✓ Vaiko žaidimo įgūdžiams lavinti nebūtina pirkti vaikui kuo daugiau žaislų. Atvirkščiai, vaiko kūrybiškumą ugdo ne žaislų gausybė, o skatinimas išbandyti vis naujus žaidimo su tais pačiais žaislais būdus. Be to, tokio amžiaus vaikai, jeigu neperkrauti žaislais, puikiausiai susikuria įdomiausius žaidimus iš paprastų namų apyvokos daiktų – stato namus iš kėdžių ir antklodžių, kartoninę dėžutę „paverčia“ kompiuteriu, verda košę iš plastikinių kamuoliukų ir pan.
- ✓ Paaiškinkime vaikui (ir, kas ne mažiau svarbu, rodykime savo pavyzdžiu), kaip reikėtų tinkamai elgtis viešosiose vietose, pvz., parduotuvėse, teatro salėse ar gatvėje. Aiškinkite, ką reiškia įvairios šviesoforo spalvos, kelio ženklai. Neretai tokio amžiaus vaikai ir patys paklausia, ką reiškia vienas ar kitas ženklas, arba šviesoforo spalva, tad, belieka tiesiog pateikti pagal vaiko amžių tinkamus paaiškinimus. Tačiau naivu yra tikėtis ir reikalauti iš vaiko tinkamo elgesio gatvėje, jeigu patys, žiūrėk, skubomis griebiamo vaiką už rankos ir lekiam įstrižai per gatvę dešimt metrų nuo pėsčiųjų perėjos...
- ✓ Skatinkime vaiką užbaigti pradėtą veiklą iki pabaigos. Pvz., jei vaikas pradėjo tvarkyti žaislus, tačiau nebaigęs nubėgo pažaisti su broliu, tie-

siog priminkime, jog jis nebaigė tvarkytis. Mokykime vaiką palaukti, atidėti malonumą („Galėsi pasižiūrėti filmuką, bet pradžioje pabaikime tvarkytis“). Principas „pirma darbelis, po to – malonumas“ ypač tinka aktyviems, sunkiau susitelkiantiems ir sunkiau save sukontroliuojantiems vaikams. Bet būtinai turim ir laikytis to principo ir ištesėti pažadą, o „apdovanoti“ vaiką tinka aktyvia ar mėgiama veikla, o ne tiktai daiktais ar skanėstais.

- ✓ Padėkim vaikams tinkamais žodžiais išreikšti savo susierzinimą ar pyktį (pvz., susipykus su broliu arba sese nepradėti muštis, o pasakyti – „man tai nepatinka, aš pykstu“). Vaikui taip pat svarbu išmokti išlaukti savo eilės žaidžiant arba dalyvaujant kitoje veikloje. Savo pavyzdžiu rodykite tinkamą nuostatą nesėkmės atveju, pvz., žaidžiant kartu kokį nors stalo žaidimą.
- ✓ *Akademinių žinių srityje* svarbiausia nespauti vaiką kuo greičiau išmokti skaityti, rašyti arba kuo geriau skaičiuoti, bet prisitaikant prie vaiko atsiliepti į jo žingeidumą ir norą išmokti tam tikrų dalykų. Jei vaikas nori išmokti skaityti ir klausia, kaip dėliojasi raidės ar kaip skaitosi vienas ar kitas žodis, paaiškinkite jam. Dažnai jau keturių metų amžiaus vaikai susidomi raidėmis ir skaičiais, jiems įdomu būna atpažinti savo vardo raidę, tėčio ar mamos raidę. Užrašuose gatvėje ar knygutėse vaikai patys ieškos tų raidžių, reiks tik pagelbėti. Mokant vaikus abėcėlės ar skaičiavimo įgūdžių persistengti tikrai nereikia. Tai, kad vaikas anksčiau išmoks skaityti, dar tikrai nenulems jo vėlesnių mokymosi pasiekimų. Penktaisiais gyvenimo metais vaikas įgyja geresnį laiko suvokimą, gali įvardyti paros laiką, gali žinoti kai kurias savaitės dienas, jau gali išvardyti ne tik pagrindines spalvas, bet ir jų atspalvius (pvz., rožinė, žydra). Paprastai visus šiuos įgūdžius vaikai įgyja savo kasdienio patyrimo metu, bendraudami namų, darželio ar kitoje socialinėje aplinkoje.
- ✓ *Sveikata ir saugumas* – tai dvi sritys, kuriose vaikams yra reikalingos labai aiškios taisyklės ir ribos. Pradžioje šias ribas nustato suaugę. Kai vaikas auga, palaiapsniui jos tampa jau „vidinėmis“ vaiko ribo-



mis, vaikas jų laikosi net be suaugusiųjų priminimų. Nustatydami ribas paaiškinkite vaikams, kodėl svarbu jų laikytis. Pavyzdžiui, prisisepti saugos diržais automobilyje reikia, kad nesusizeistume avarijos metu, o ne todėl, kad policija gali nubausti. Degtukų be suaugusiųjų pagalbos ir priežiūros degti negalima todėl, kad galima skaudžiai nusideginti ar sukelti gaisrą, o ne todėl, kad mama taip liepė ar ji labai bąrsis. Nieko stebėtino, jog vaikai skiriasi, todėl vieniems vaikams užteks tai pasakyti vieną ar du sykį, o kitiems teks pakartoti – kantriai ir ramiai – dešimt

kartų. Vaikams visuomet sunkiau išmokti tinkamo elgesio tuomet, kai juos mokome vienaip, o savo aplinkoje stebėdamas suaugusius ar per televizorių vaikas mato priešingai besielgiant.

- ✓ Nepersistenkime gąsdindami vaikus apie ligas ir tai, kas jas sukelia. Galime – ir turime – aiškinti, kodėl žmonės serga, kad svarbu neperšalti ar negerti sušilus šalto vandens, nusiplauti rankas, tačiau būtinai turime aiškinti ir tai, kad ne visos ligos yra užkrečiamos, kad ne nuo visko galima apsirgti. Tyrinėdami mažų vaikų supratimą ir žinias apie ligas bei sveikatą, mokslininkai pastebėjo, jog tėvai vaikams suteikia daug informacijos apie rizikos veiksnį, apie tai, kas pavojinga, bet nesuteikia informacijos apie tai, kas nepavojinga ar saugu, todėl dažnai vaikai turi neteisingų įsitikinimų.



## II. Savireguliacija

*Savireguliaciją* galime apibrėžti kaip tarpusavyje susijusius vaiko gebėjimus reguliuoti emocijas, dėmesį ir elgesį siekiant veiksmingai prisitaikyti prie vidinių ir išorinės aplinkos reikalavimų. Kitaip savireguliaciją dar galima apibūdinti kaip vaiko savikontrolę (savo elgesio ir emocijų kontrolę), kuri apima ir vaiko gebėjimą pradėti, sustoti, paklusti, palaukti, planuoti ir tikslingai veikti.

Vaikui augant ir bręstant jo gebėjimai pačiam reguliuoti savo elgesį ir emocijas lavėja ir sudėtingėja. Ką tik gimęs kūdikis yra bejėgis ir priklausomas nuo kitų, todėl jo savireguliacijos gebėjimai skleidžiasi santykiuose su besirūpinančiuoju suaugusiuoju. Ankstyvoji savireguliacija – tai abipusė kūdikio ir jo mamos (arba kito kūdikiu besirūpinančio asmens) reguliacija. Kad vaikas veiksmingai išmoktų reguliuoti savo elgesį ir emocijas, pradžioje jam reikia daug išorinės paramos iš aplinkos.

Ką tik gimę kūdikiai susiduria su fiziologinės reguliacijos (pvz., miego ir budrumo ciklą sureguliuavimas) ir ankstyvojo emocijų moduliavimo (pvz., nusiramavimo) uždaviniais. Beje, kūdikiai reguliuoja savo susijaudinimą ir sensomotorinius atsakus dar iki gimimo, pvz., reaguodami į kokį nors garsą pradeda čiulpti nykštį. Pradedantys vaikščioti mažyliai turi išmokti kontroliuoti savo elgesį, ne tik jį suvaldyti ir sukoordinuoti, bet ir paklusti „nuotoliniam valdymui“ („negalima“, „sustok“, „neimk“), o ikimokyklinio amžiaus vaikai jau mokosi atidėti malonumą (pvz., palaukti norimo saldainio arba atlikti tam tikras užduotis, tikėdamiesi apdovanojimo). Antraisiais ir trečiaisiais gyvenimo metais vaikų savireguliacijos įgūdžiai dar labiau lavėja. Paprastai dvimečiai jau gali slopinti savo impulsyvius atsakus ir demonstruoti tam tikrą valingą elge-

sio kontrolę (pavyzdžiui, priėjęs prie televizoriaus tiesti ranką prie įjungimo mygtuko, bet tuoj pat ją atitraukti palydint žodžiais „ne, ne, negalima“). Vaikas netrukus išmoksta keisti savo elgesį esant skirtingoms aplinkybėms, pavyzdžiui, jis žino, kad gali bėgioti kieme, tačiau negali taip elgtis gatvėje. O penkių – šešių metų vaikas jau pasižymi tikrąja vidine savireguliacija – jis jau gali savarankiškai, be suaugusiųjų pagalbos, reguliuoti savo elgesį, emocijas ir dėmesį tam tikrose situacijose. Tyrimai taip pat rodo, kad ketvirtaisiais gyvenimo metais savireguliacijos gebėjimai įsitvirtina. Kai kurie tyrimai net rodo, kad sulaukus ketverių metų individualūs savireguliacijos skirtumai tampa vis pastovesni. Taigi, tai yra pats laikas tirti *vaikų savireguliaciją ir ją aiškinančius veiksnius* – ir paties vaiko, ir jo šeimos bei platesnės aplinkos charakteristikas.

Keturmečių savireguliacijos gebėjimus įvertinome testavimo būdu. Visus tyrime dalyvavusius mažylius drauge su tėvais kvietėme atvykti į susitikimą su tyrėjomis. Susitikimo metu prašėme vaikų atlikti įvairias užduotis, kurios, manoma, geriausiai atskleidžia mažų vaikų savireguliacijos įgūdžius. Testavime, kuris vyko 2013 metų rugpjūčio – lapkričio mėnesiais, dalyvavo 144 vaikai (72 berniukai ir 72 mergaitės). Keturi į testavimą atvykę vaikai atsisakė atlikti užduotis, todėl turime duomenis apie 140 vaikų. Per paskutiniuosius šio tęstinio, nuo vaikų gimimo vykstančio, tyrimo etapus (kai vaikams buvo 2 ir 3 metukai) sulaukėm grįžusių atsakytų klausimynų vidutiniškai apie 200 vaikų, tad galime teigti, kad daugiau nei 70 proc. tęstiniame tyrime dalyvavusių vaikų atvyko į testavimą. Tuo labai džiaugiamės ir esame labai dėkingos visoms šeimoms, atvykusioms į tyrimą!

Testavimo metu vaikų prašėme atlikti septynias skirtingas užduotis, kurių pagalba matavome penkis savireguliacijos gebėjimus (arba įgūdžius): 1) *apdovanojimo atidėjimas* (literatūroje jis dar vadinamas impulsų kontrole); 2) *atsako slopinimas* (dar vadinamas kognityvine kontrole); 3) *motorinė kontrolė*; 4) *dėmesio išlaikymas*; 5) *planavimas*. Šiame leidinyje aprašysime tik 4 užduotis: „Sunkvežimio pakrovimas“ (*planavimui* įvertinti), „Dovanos įvyniojimas“ (*apdovanojimo atidėjimui* įvertinti), „Takelis“ ir „Apskritimai“ (*motorinei kontrolei* įvertinti). Likusias

užduotis – „Skanėsto atidėjimas“ (apdovanojimo atidėjimui įvertinti), „Galva-kojos“ (atsako slopinimui arba kognityvinei kontrolei įvertinti) ir „Kortelių dėliojimas“ (dėmesio išlaikymui įvertinti) tikimės pristatyti jums kartu su kito tyrimo etapo rezultatais. Šių užduočių atlikimą tinkamai įvertinti galima tik atlikus sudėtingą testavimo medžiagos analizę.

**Planavimas** – tai į ateitį nukreiptas elgesys, kuris apima būsimo tikslo įsivaizdavimą ir pasiruošimą jam. Planavimo gebėjimai yra labai svarbūs įvairiems vaiko raidos aspektams. Juk dažnai net kasdienėse situacijose vaikas turi gebėti įsivaizduoti ir tam tikra prasme numatyti, koks jo elgesys padės sulaukti norimo tikslo, be to, jis nuolat mokosi tikslingai planuoti – pasiruošti – ir atlikti veiklas.

Planavimo gebėjimams įvertinti taikėme užduotį „*Sunkvežimio pakrovimas*“. Šioje užduotyje vaikas vaidina paštininką, kuriam reikia išnešioti pakvietimus į gimtadienį, ir kuris vairuoja sunkvežimį. Sunkvežimį vaikas vežioja U formos keliu, nupieštu ant didelio plakato. 5 namelių spalvos atitinka 5 pakvietimų į gimtadienį spalvas. Pakvietimus paštininkas turi sukrauti į sunkvežimio priekabą ir juos išvežioti į namelius laikydamasis šių taisyklių: a) gatvė yra vienos krypties, todėl vaikas gali vežioti sunkvežimį tik viena kryptimi (taip, kaip ant plakato nupieštos strėlytės); b) paštininkas turi pervaziuoti gatvę tik vieną kartą, kadangi nori pakvietimus pristatyti taip greitai, kaip tik gali; c) pakvietimo spalva turi atitikti namelio spalvą, d) pakvietimą iš sunkvežimio priekabos galima paimti tik nuo viršaus. Šios taisyklės yra pristatomos palaipsniui, taisyklių pristatymą seka praktikavimosi bandymai. Pavyzdžiui, kai vaikui yra pristatoma pirma taisyklė, jo prašoma tiesiog pervežti sunkvežimį per kelią nuo vieno kelio galo iki kito. Kiekvieną kartą, kai vaikas pažeidžia taisyklę per pirmą kiekvieno lygio bandymą, jam pakartojama taisyklė, kurią jis pažeidė. Užduotis pradedama nuo apšilimo pratimo – tyrėjas parodo vaikui, kaip teisingai sukrauti ir išvežioti pakvietimus į 2 namelius (raudoną ir geltoną). Toliau vaikui leidžiama du kartus pabandyti. Iš viso užduotis susideda iš 4 lygių (1 lygis – 2 nameliai, 2 lygis – 3 namelis, 3 lygis – 4 nameliai, 4 lygis – 5 nameliai), kiekvieną

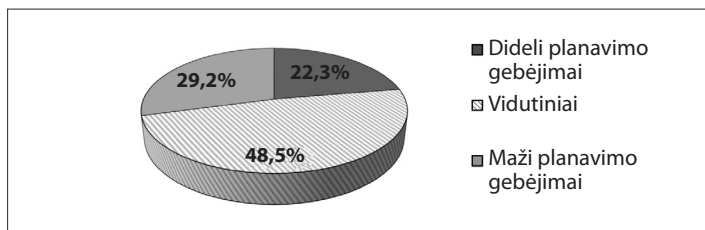
lygį sudaro du bandymai. Jei vaikas teisingai atlieka užduotį bent per 1 bandymą (t.y. sudeda pakvietimus eilės tvarka taip, kaip stovi nameiliai), jis pereina į kitą lygį (t.y. tyrėjas ant gatvės pastato dar vieną nameilį, į kurį reikia pristatyti pakvietimą). Taškų, kuriuos vaikas gauna už šią užduotį, skaičius priklauso nuo jo pereito lygio: nuo 0 iki 4.

Mūsų tyrime dalyvavę keturmečiai vidutiniškai perėjo 2 lygius, t.y. suplanavo pakvietimų nuvežimą į tris namelius. Bendras planavimo užduoties įverčių vidurkis yra 2,34. Šie duomenys yra labai panašūs į užsienio tyrimų duomenis. Pavyzdžiui, Kanadoje 2009 metais atlikto tyrimo duomenimis, trimečių vaikų šios užduoties atlikimo vidurkis yra 1,5, keturmečių – 2,38, o penkiamėčių – jau 3,38 balų. Jungtinėse Valstijose 2004 metais atlikto tyrimo duomenimis, trimečių šios užduoties atlikimo vidurkis yra 1,38, o keturmečių – 2,24. Logiška, kad su amžiumi gerėja ir planavimo įgūdžiai.

Berniukai ir mergaitės mūsų tyrime (kaip, beje, ir kitose šalyse) pagal planavimo užduoties atlikimo įverčius nesiskyrė.

Norėdamos aiškiau pristatyti jums planavimo užduoties rezultatus, vaikus pagal jų pasiektus rezultatus šioje užduotyje suskirstėme į 3 grupes (žr. 2-ą paveikslėlį):

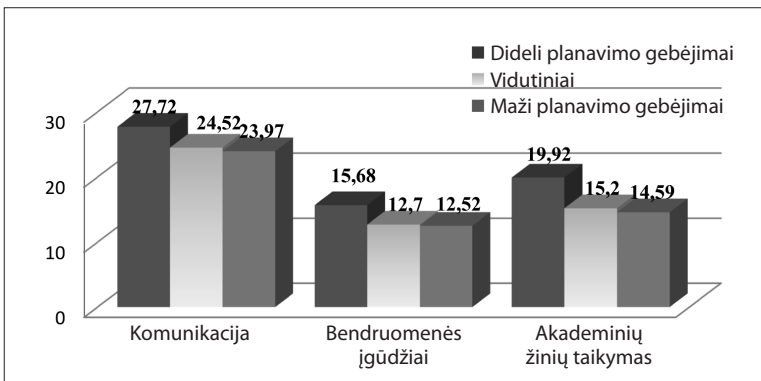
- 1) Maži planavimo gebėjimai (nepereitas nė vienas lygis arba pereitas tik 1 lygis);
- 2) Vidutiniai planavimo gebėjimai (pereiti 2 arba 3 lygiai);
- 3) Dideli planavimo gebėjimai (pereiti visi 4 lygiai).



**2 pav.** Tyrimo dalyvių pasiskirstymas (procentais) pagal planavimo gebėjimų lygį

Kaip matome, beveik pusė tyrime dalyvavusių vaikų pasižymi vidutiniais planavimo gebėjimais, beveik trečdalis vaikų – mažais planavimo gebėjimais ir šiek tiek daugiau nei penktadalis vaikų – dideliais planavimo gebėjimais.

Pasižiūrėjome, kaip vaiko planavimas testavimo metu siejasi su jo *adaptyviu elgesiu*, kurį vertino vaiko tėvai Adaptyvaus elgesio skalės pagalba (apie adaptyvų elgesį rašėme pirmame skyriuje). Pasirodo, vaikų planavimo gebėjimai, matuoti testavimo metu, labiausiai siejasi su trimis adaptyvaus elgesio sritimis: komunikacija, bendruomenės įgūdžiais ir akademinį žinių taikymu (žr. 3-ą paveikslėlį). Tai yra, dideliais planavimo gebėjimais pasižymintys vaikai tėvų vertinami kaip turintys geresnius komunikacijos, bendruomenės ir akademinį žinių taikymo įgūdžius, negu vidutinių ar mažų planavimo gebėjimų vaikai. Taip pat stebime tendenciją, kad didelių planavimo gebėjimų vaikai pasižymi didesniu bendro adaptyvaus elgesio įverčiu. Kaip matome, mamos šiuos vaikus įvertino aukštesniais balais, lyginant su kitomis 2 planavimo grupėmis, pagal komunikaciją, bendruomenės įgūdžius ir akademinį žinių taikymą. Šios sritys, kaip, beje, ir planavimo gebėjimai, yra labai susijusios su vaiko samprotavimo gebėjimais (apie juos daugiau rasite kitame skyriuje).



**3 pav.** *Vaikų komunikacijos, bendruomenės žinių ir akademinį žinių taikymo įverčių vidurkiai priklausomai nuo planavimo gebėjimų lygio*

Pasidomėjome, pagal kokias šeimos charakteristikas skiriasi geriau ir sunkiau planuojantys vaikai. Vaiko planavimo gebėjimai yra susiję su tėvų *išsilavinimu*: kuo aukštesnį išsilavinimą turi mama ir tėtis, tuo geresnius planavimo gebėjimus parodė jų vaikas.

Planavimo gebėjimai skyrėsi ir pagal vaikų *gyvenamąją vietą*. Miesto vaikai geriau atliko planavimo užduotį, nei kaimo vaikai. Tai gali būti susiję su platesnėmis miesto vaikų ugdymo galimybėmis bei aukštesniu šeimos socioekonominiu statusu (mieste gyvenančių tėvų išsilavinimas aukštesnis).

*Pirmagimiai vaikai* nuo vaikų, kurie jau turėjo brolių ar sesių, kai gimė, pagal planavimo užduoties atlikimo rezultatus nesiskyrė. Su *mamos amžiumi* vaiko planavimo gebėjimai taip pat nėra reikšmingai susiję.

Įdomu tai, kad motinų, kurios *planavo nėštumą ir lankė kursus nėštumui ir gimdymui pasiruošti*, vaikai geriau atliko planavimo užduotį. Gali būti, kad nėštumą planavusios šeimos bendrai yra labiau orientuotos į vaiko ugdymą, be to, kursus nėštumo metu lankė aukštesnio išsilavinimo mamos.

Su vaiko planavimu yra susijęs *ir tėčio įsitraukimas į vaiko priežiūrą ir bendravimą su juo*. Kuo daugiau tėtis praleido laiko su vaiku vienerių metų amžiuje ir kuo labiau įsitraukė į įvairias veiklas su juo (skaitė, žaidė, sekė pasakas ir pan.), tuo geriau sekėsi vaikams atlikti planavimo užduotį 4 metų amžiuje. Šis, nors ir nestiprus, ryšys gali rodyti tėvo bendravimo su vaiku reikšmę tolimesnei vaiko raidai. Beje, nėštumą planavusiosiose šeimose tėčiai buvo labiau įsitraukę į vaiko priežiūrą: jie daugiau užsiimdavo su kūdikiu ir dvimečiu įvairiomis veiklomis.

***Apdovanojimo atidėjimas.*** Iki mokyklinio amžiaus vaikų savireguliacijos tyrimų pradžia yra siejama su W. Mischelio ir jo kolegų darbais, kurie ir sukūrė taip vadinamą malonumo (apdovanojimo) atidėjimo testą (populiariai jis dar vadinamas „zefyro testas“). Šie mokslininkai siekė atskleisti savikontrolės ar valios procesus ir tuo tikslu inicijavo ikimokyklinukų, susiduriančių su pagunda ir būtinybe priimti tam tikrą sprendimą, tyrimus. Tai yra klasikinė laboratorinė situacija, kurios metu

vertinama, kiek ilgai vaikas gali atsispirti mažam, tačiau tuojau pat prienamam apdovanojimui (pvz., vienam zefyru) siekdamas gauti didesnę apdovanojimą vėliau (pvz., du zefyrus). Daugybė vėlesnių tyrimų su tais pačiais tyrimo dalyviais, atliktų net po 40 metų, patvirtino, kad šio „zefyro testo“ rezultatai reikšmingai prognozuoja pasiekimus mokykloje, psichoaktyvių medžiagų vartojimą, streso įveikos gebėjimus, savivertę ir kt.

Mūsų tyrime atidėjimą (kuris atspindi ir labai svarbų gebėjimą nuslopinti impulsyvų elgesį) mes vertinome 2 užduotimis: „Skanėsto atidėjimas“ ir „Dovanos įvyniojimas“. Pristatysime preliminarius „Dovanos įvyniojimo“ užduoties rezultatus.

Šios užduoties instrukcija yra labai paprasta. Tyrėjas pasako vaikui, kad nori jam įteikti dovaną, bet prieš tai ji turi būti įvyniota. Kadangi dovana turi būti staigmena, tyrėjas prašo vaiko nežiūrėti, kol jis vynios dovaną vaikui už nugaros. Po 1 minutės vaikas gauna įvyniotą dovaną. Štai Simona (vardas yra išgalvotas ir nesietinas su kuriuo nors tyrime dalyvavusiu vaiku), išgirdusi šią tyrėjo instrukciją, net užmerkė akyles ir kantriai pralaukė, kol tyrėja vyniojo dovaną, nė kartą nežvilgtelėjusi per petį į tyrėją ir jos vyniojamą dovaną. O štai Simas truputį palaukė ir tada labai atsargiai apsidairė per petį. Prisiminęs instrukciją jis nusiuko nuo tyrėjos, tačiau po kurio laiko vėl atsuko pasižiūrėti į tyrėją. Jam taip smalsu, kokią dovaną jis tuoj gaus, kad net negali susilaikyti! Aprašėme du vaikus ir du skirtingus jų elgesio būdus, kai pateikiama ta pati užduoties instrukcija. Mus domino ne tik tai, kiek vaikų sugeba susivaldyti ir palaukti šioje situacijoje, bet ir kokie veiksniai gali paaiškinti individualius vaikų elgesio skirtumus aprašytos situacijos metu.

Užduoties atlikimo metu vertinome kelis dalykus. Kiekvienam vaikui, priklausomai nuo jo elgesio per minutę, kol tyrėjas už jo nugaros vyniojo dovaną, buvo skiriamas balas nuo 1 iki 5, kur 1 reiškia, kad vaikas iš karto atsuko pasižiūrėti, ką daro tyrėjas ir nenusisuko nuo jo, o 5 – kad vaikas nė karto nežvilgtelėjo ir neatsuko pasižiūrėti, ką daro tyrėjas. Taip pat vertinome atsikusimo ir dairymosi latentinį laiką (kiek laiko praėjo, kol vaikas apsidairė ar atsuko), kiek kartų jis nusiuko ar žvilgtelėjo, vaiko elgesį laukimo metu (ar jis pakilo nuo stalo, kalbėjo

su tyrėju, nenustygo vietoje laukdamas ir pan.). Ne visus šiuos aspektus spėjome išanalizuoti, todėl pateiksime kai kuriuos preliminarius rezultatus apie vaikų elgesį per dovanos įvyniojimo užduotį, jų atsisukimo ir dairymosi latentinį laiką.

Pirmiausia, gerokai daugiau nei pusė mūsų tyrime dalyvavusių vaikų (62 proc.) sėkmingai išlaukė dovanos nė kartą neatsisukę ir nežvilgtelėję per petį. Maždaug 15 proc. vaikų atsisuko pasižiūrėti, ką vynioja tyrėjas. Likę vaikai žvilgčiojo per petį, kad pamatytų tyrėją ir jo vyniojamą dovaną.

Vidutinis atsisukimo arba dairymosi per petį latentinis laikas yra 46 sekundės (svyruoja intervale nuo 1 iki 60 s). Panašūs rezultatai gauti ir kituose užsienio tyrimuose. Štai Jungtinėse Amerikos Valstijose 2007 metais atliktame tyrime, kuriame dalyvavo 4–5 metų vaikai, vidutinis latentinis žvilgčiojimo laikas irgi buvo 46 sekundės. Maždaug 17 proc. mūsų tyrime dalyvavusių vaikų dairėsi per petį arba atsisuko per pirmąsias 5 sekundes.

Stebima artėjanti link reikšmingos tendencija, kad berniukams sunkiau sekėsi išlaukti tyrėjos ir jos įvyniojamos dovanos, nei mergaitėms. Jeigu mergaitės vidutiniškai atsisukdavo praėjus 49 sekundėms, tai berniukai – praėjus 42 sekundėms.

Įdomu tai, kad geriau išlaukti sekėsi tiems keturmečiams, kurie būdami vienerių metų mažiau verkė ar rėkė. Galima sakyti, kad ir prieš 3 metus šiems vaikams geriau sekėsi tvarkytis su savo neigiamomis emocijomis tose situacijose, kuriose reikėjo palaukti, kol mama duos jiems tai, ko jie nori.

Pasižiūrėjome su kokiais vaiko *adaptyvaus elgesio* aspektais yra susiję vaiko atidėjimo gebėjimai. Gauti rezultatai rodo, kad labiausiai atidėjimas yra susijęs su komunikacija: kuo geriau vaikas atliko dovanos įvyniojimo užduotį (pagal tyrėjo pateiktas instrukcijas), tuo geresni jo *komunikacijos gebėjimai*. Taip pat stebima tendencija, jog su atidėjimu yra susijusios tokios adaptyvaus elgesio sritys kaip *socialiniai įgūdžiai* bei *savireguliacija ir veiklos organizavimas*. Su atidėjimu yra reikšmingai susijęs ir *bendras vaiko adaptyvaus elgesio įvertis*: kuo geriau buvo įvertinti



vaiko atidėjimo gebėjimai testavimo metu, tuo geresniais balais ir mama ar tėtis vertino vaiko adaptyvų elgesį. Taigi gali būti, kad malonumo ar apdovanojimo atidėjimas, kitaip tariant, gebėjimas palaukti, susivaldyti, iš tiesų yra svarbus, atspindintis ir vaiko gebėjimą sėkmingiau veikti kasdienėje veikloje. Vaikas, kuris geba atidėti malonumą, geba geriau komunikuoti ir bendradarbiauti su kitais žmonėmis (pvz., dalintis, palaukti savo eilės), taip pat tinkamai organizuoja savo veiklą, reguliuoja savo elgesį (pvz., paklūsta suaugusiųjų reikalavimams, laikosi nustatytų taisyklių ir pan.).

***Motorinė kontrolė.*** Vaikų motorinę kontrolę šiame tyrime mes apibrėžiame kaip gebėjimą kontroliuoti – sulėtinti savo motorinį aktyvumą (judesius), kai to yra prašoma. Ji susideda iš vadinamosios stambiosios motorikos (stambių judesių, reikalingų vaikščiojimui, bėgiojimui, laipiojimui ir pan.) ir smulkiosios motorikos (smulkių judesių, reikalingų rašymui, piešimui, lipdymui ir pan.) kontrolės. Vaikų motorinei kontrolei įvertinti taikėme dvi užduotis: „Takelis“ ir „Apskritimai“.

Užduotis „Takelis“ yra skirta *stambiosios motorikos kontrolei* įvertinti. Tyrėjas pasiūlo vaikui pasivaikščioti siauru takeliu (takelio ilgis – 2 m, plotis – 15 cm). Vaikas prašomas iš pradžių pereiti takelį įprastu greičiu, o paskui du kartus taip lėtai, kaip tik jis gali. Kuo didesnis skirtumas tarp įprasto ir lėto ėjimo, tuo geriau vaikai kontroliuoja savo judesius, tuo geresnė jų stambiosios motorikos kontrolė.

Užduotis „Apskritimai“ skirta vertinti *smulkiosios motorikos kontrolę*. Vaiko prašoma nupiešti apskritimą tarp dviejų apskritimų (vienas iš jų didesnis, kitas mažesnis) tris kartus: pirmą kartą – įprastu greičiu, antrą kartą – taip greitai, kaip tik jis gali, trečią kartą – taip lėtai, kaip tik jis gali. Skaičiuojamas laikas, kiek vaikas užtrunka nupiešti apskritimą kiekvienu iš trijų bandymų. Vaiko smulkiosios motorikos kontrolei įvertinti skaičiuojamas skirtumas tarp laiko, kurį vaikas užtruko piešdamas apskritimą lėtai, ir laiko, kurį vaikas užtruko piešdamas apskritimą greitai.

Vidutinis mūsų tirtų keturmečių stambiosios motorikos kontrolės įvertis yra 2 sekundės. Užsienio tyrimuose gaunami tokie pat rezultatai, pavyzdžiui, jau minėtame Jungtinių Amerikos Valstijų tyrime vidutinis keturių – penkių metų amžiaus vaikų šios užduoties rezultatas irgi yra 2 sekundės. Maždaug 8 proc. mūsų tyrime dalyvavusių vaikų nesulėtino ėjimo užduoties „Takelis“ metu.

Vidutinis mūsų tyrime dalyvavusių vaikų užduoties „Apskritimai“ atlikimo laikas yra 6 sekundės. Maždaug 13 proc. vaikų nesulėtino savo smulkiųjų judesių šios užduoties atlikimo metu. Berniukai ir mergaitės pagal šių dviejų užduočių atlikimo rezultatus nesiskyrė.

Įdomu tai, kad su motorine kontrole, panašiai kaip ir su gebėjimu palaukti, atidėti malonumą, siejasi vaiko *dažnesnis verkimas vienerių metų amžiuje*. Tai yra, kuo kūdikystėje vaikai buvo verksmingesni, tuo prasčiau jiems sekėsi sulėtinti savo stambiuosius ir smulkiuosius judesius testavimo metu. Be to, prastesnė motorinė kontrolė siejosi ir su trumpesne, lyginant su kitais vaikais, *miegojimo trukme vienerių metų amžiuje* (daugiau apie miego trukmę ir jos sąsajas su vaiko raida skaitykite šeštame skyriuje).

Tik smulkioji motorika, bet ne stambioji, yra susijusi ir su vaiko *adaptyviu elgesiu*. Smulkiosios motorikos kontrolė ypač susijusi su *akademinių žinių taikymu*, bet tik mergaičių grupėje. Kitaip tariant, tėvų teigimu geriau skaičiuojančios, geresnes geometrinių figūrų, spalvų, laiko ir kitų sąvokų žinias turinčios mergaitės testavimo metu parodė ir geresnius smulkiųjų judesių valdymo gebėjimus.

Vaikai, kurie jau *lankė vaikų darželį* būdami trijų metų, pasižymėjo geresne savo stambiosios motorikos kontrole. Gali būti, kad darželio aplinkoje jų motorinis aktyvumas yra labiau struktūruojamas (t.y. vaikų prašoma elgtis ramiau, taip greitai nebėgioti ir pan.), be to, daugiau dėmesio skiriama judesių kontrolei (fizinio ugdymo metu atliekami tam tikri pratimai), todėl tyrėjo prašymas sulėtinti savo ėjimą darželį lankantiems vaikams yra labiau pažįstamas ir galbūt daugiau praktikuotas.

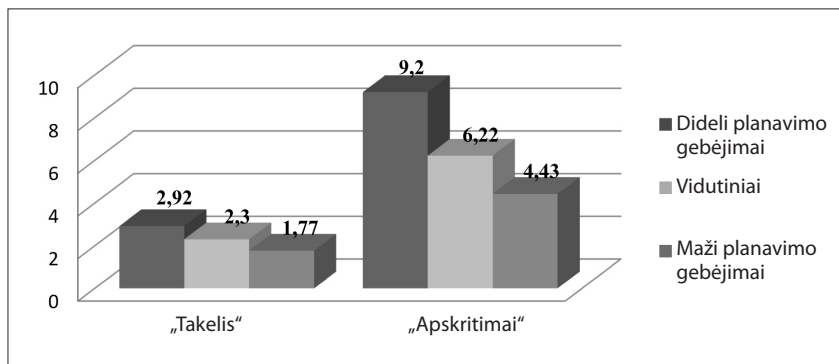
Stambiosios motorikos kontrolė buvo susijusi ir su vaiko *gyvenamąja vieta*: geresne stambiosios motorikos kontrole pasižymėjo mieste gyvenantys vaikai. Galime kelti prielaidą apie tai, kad mieste gyvenantys vaikai taip pat dažniau patiria suaugusiųjų prašymų suvaldyti savo judesius, pavyzdžiui, nebėgti per gatvę, eiti šalia lėčiau ar greičiau, ir pan. Be to, gyvenamoji vieta ir darželio lankymas mūsų tyrime yra susiję: mieste gyvenantys vaikai dažniau lanko ikimokyklinio ugdymo įstaigas, nei kaime gyvenantys vaikai. Su vaiko tėvų išsilavinimu ar mamos amžiumi motorinė kontrolė nėra susijusi.

Įdomu tai, kad motinų, kurios *nėštumo metu vartojo alkoholį*, vaikams sunkiau sekėsi sulėtinti ėjimą per „Takelio“ užduotį. Negalime teigti, kad alkoholio vartojimas nėštumo metu vienareikšmiškai paaiškina prastesnius vaiko rezultatus. Gali būti, kad tai siejasi ir su kitais rizikos veiksniais. Be to, alkoholį vartojusios mamos mažiau ruošėsi nėštumui ir gimdymui.

Motinų, kurios *lankė kursus nėštumui ir gimdymui pasiruošti*, vaikai beveik dvigubai geriau sulėtino savo smulkiąją motoriką. Gali būti, kad šios mamos labiau ugdo vaikus, užsiima su jais įvairia veikla, reikalaujančia smulkiosios motorikos įgūdžių, pavyzdžiui, piešia, lipdo. Kita vertus, su šeimos ruošimuisi gimdymui bei kursų lankymu susiję, kaip matėme, ir kiti vaiko savireguliacijos gebėjimai – ypač planavimo gebėjimai. O geresnius planavimo gebėjimus turintys vaikai turi ir geresnius motorinės kontrolės gebėjimus.

Geriau *planavimo* užduotį įveikusiems vaikams taip pat lengviau sekėsi atlikti motorinės kontrolės užduotis – sulėtinti savo stambiąją ir smulkiąją motoriką (žr. 4-ą paveikslėlį). Norint sėkmingai atlikti planavimo užduotį, vaikai turi gerai kontroliuoti ir savo judesius, suvaldyti veiksmus, laikytis žaidimo instrukcijų.

Stebimas ir ryšys tarp vaiko *malonumo atidėjimo gebėjimų* ir smulkiosios motorikos kontrolės įverčių: kuo labiau vaikas geba atidėti malonumą, tuo geriau geba kontroliuoti ir savo smulkiąją motoriką. Tikėtina, kad ir planavimo, ir motorinės kontrolės, ir gebėjimo palaukti užduočių atlikties rezultatus ir paaiškina individualūs vaiko savireguliacijos skir-



*4 pav. Skirtingų planavimo gebėjimų grupių vaikų užduočių „Takelis“ ir „Apskritimai“ atlikimo įverčių (sekundėmis) vidurkiai*

tumai. Kuo geresnė bendra vaiko savireguliacija, tuo geriau jam sekasi atlikti šias užduotis.

## REKOMENDACIJOS TĖVAMS IR UGDYTOJAMS

Pirmiausia norime pabrėžti, kad vaikų savireguliacijos gebėjimai ankstyvoje vaikystėje nuolat lavėja ir sudėtingėja (panašiai, kaip ir protiniai gebėjimai). Net jei konkretus vaikas testavimo metu prasčiau atliko koją nors užduotį, tai dar nebūtinai prognozuoja jo vėlesnius sunkumus. Gali būti, kad vaiko užduočių atlikimą veikė įvairūs veiksniai, kad ir pati testavimo aplinka – nepažįstama situacija ir nepažįstama tyrėja. Be to, ikimokyklinis laikotarpis – tai laikas, kai su vaiku bendraujantys suaugę gali labai ženkliai prisidėti prie jo savireguliacijos įgūdžių ugdymo.

Ketvirtaisiais – penktaisiais gyvenimo metais vaikai jau pradeda suprasti ryšį tarp elgesio ir emocijų. Jie taip pat jau pajėgia geriau kontroliuoti savo impulsus ir pradeda galvoti prieš veikdami. Šis laikas yra pats tinkamiausias mokyti vaikus įvairių savireguliacijos ir savikontrolės strategijų.

Reguliuodami savo elgesį ir veikdami kitus, vaikai vis labiau naudoja kalbą. Jie taip pat labiau domisi bendraamžiais ir siekia bendraamžių pritarimo, todėl gali sėkmingai bendradarbiauti ir bendrauti su savo draugais. Tokio amžiaus vaikai taip pat geriau supranta, ką jaučia kiti, ir demonstruoja labiau empatišką ir prosocialų elgesį, pvz., paguodžia verkiantį žmogų, padeda, pasidalina. Lavėja ir vaikų kognityvinė savireguliacija: penktaisiais gyvenimo metais vaikai geba geriau kontroliuoti savo dėmesį, jį išlaikyti, nesiblaškyti. Jie gali atlikti kelių žingsnių užduotis (pvz., nusprendę piešti dažais, gali patys susirasti piešimo priemonės, susirasti popierių, uždengti stalą, išpilti vandens). Jie taip pat mokosi efektyviau spręsti problemas. Štai keletas pasiūlymų, kaip galime paskatinti savireguliacijos raidą penktaisiais gyvenimo metais.

- ✓ Užtikrinkime vaikams aplinkos ir rutinos struktūrą ir nuspėjamumą. Vaikai, kurių rutina yra nuosekli, o globa – prognozuojama ir jautri, pasaulį priima kaip saugią aplinką. Vaikams labai sunku mokytis savireguliacijos, kai jie jaučiasi nesaugūs, kai aplinka yra sunkiai nuspėjama. Pirmiausia dėl to, kad vaikas išgyvena stiprią įtampą, nerimą, kitokias emocijas. O kuo stipresnės emocijos, tuo sunkiau jas suvaldyti, tuo sunkiau reguliuoti savo būseną. Antra, kai aplinkoje per daug pavojų, vaikai – kaip ir mes, suaugusieji, – visas pastangas nukreipiame į gynybą ar puolimą, o ne į augimą ar praktikavimąsi, mokymąsi. Nuosekliai kurdami struktūrą vaiko išorinėje aplinkoje (kai yra stabili rutina ir aplinka, kai vaikui yra pagal amžių tinkamai ir aiškiai nubrėžiamos ribos, duodamos pasirinkimo galimybės, išsakomi lūkesčiai ir elgesio pasekmės, kai suaugę yra patikimi ir nuoseklūs) jūs padedate vaikui išvystyti vidinį „struktūros“ jausmą, kitais žodžiais tariant, įgyti savireguliacijos įgūdžius.
- ✓ Tinkamai nustatytos išorinės ribos didina vaikų saugumo jausmą, moko valdyti savo elgesį. Nustatydami vaikams ribas geriau akcentuokime, ką jie gali daryti, o ne ko negali. Pvz., vietoj „Nebėgiok“ arba „Nepiešk ant sienų“ sakykime „Eik lėčiau“ arba „Piešk ant popieriaus“.

- ✓ Savo žodžiais ir veiksmais rodykime savikontrolės ir savireguliacijos pavyzdį, kai esam susijaudinę, supykę arba dėl kažko nusiminę. Jei, netekę kantrybės kai vaikas dešimt minučių mėgina užsisėgti užtrauktuką, apšaukiame jį, sunku tikėtis, kad kitąsyk jis neims šaukti, kai užsižiūrėję į televizoriaus ekraną neišgirsime, ką jis mums bando pasakyti... Panašiai padėkime vaikams atpažinti ir įvardyti įvairias emocijas. Dažniau įvardykime, kaip jaučiamės patys



- („Aš labai bijau pavėluoti į darbą ir pykstu, kai tu nenori rytais rengtis...“) ar kaip, mūsų manymu, jaučiasi vaikas („Tu supykai, kad neleidžiu žiūrėti filmukų. Bet aš tau sakiau, jog galėsi juos žiūrėti tik tada, kai...“). Aptarinėdami įvairias kasdienes situacijas arba kartu žiūrėdami kokį nors filmuką kuo daugiau kalbėkime apie personažų išgyvenamas emocijas, padėkime vaikams jas tinkamas įvardyti, kalbėkime, kaip tinkamu būdu jas išreikšti. Padedami vaikams atskleisti savo poreikius ir emocijas žodžiais padėsime jiems išvystyti savikontrolės jausmą. Taip jie išmoks efektyviau valdyti savo emocijas, suprasti ir atpažinti kitų žmonių jausmus, vystysis empatijos jausmas.
- ✓ Įtraukime vaikus į veiklą, kuri leidžia savarankiškai priimti tinkamą sprendimą, mokyti spręsti problemas, sukaupti ir kontroliuoti dėmesį, atlikti kelių žingsnių užduotis. Žaiskime su vaikais žaidimus, kurie skatina savireguliaciją, moko palaukti savo eilės, planuoti savo veiksmus, kontroliuoti savo judesius (pvz., žaidimas „Sustink!“ arba įvairūs žaidimai, kuriuose vaikas yra prašomas atlikti žaidimo vedančiojo instrukcijas: suploti, atsitūpti, apsisukti ir pan.).

- ✓ Suteikime vaikams galimybę rinktis. Darydami pagal amžių tinkamus pasirinkimus vaikai įgyja savikontrolės jausmą ir jaučia, kad mes jais pasitikime. Kai tik įmanoma, leiskime vaikams nuspręsti, kuo jie nori apsirengti (pavyzdžiui, jie gali patys pasirinkti drabužėlius darželiui, bet negali „pasirinkti“ eiti su vasarine kepure žiemą), kokia veikla nori užsiimti, kokiais žaislais nori žaisti ir pan.
- ✓ Vaikas nuolat juda ir veikia, nes šitaip ne tik treniruoja savo įgūdžius. Jis ar ji per veiksmus ir judesius pažįsta ir pasaulį. Juk kaip kitaip sužinosi, ar galima pagauti saulės zuikutį, jeigu ne mėgindamas jį pagauti? Kaip kitaip įgysi suvokimą, kad pasaulis lieka stabilus, kai tu sukiesi, jeigu ne mėgindamas suktis iki begalybės? Taigi judrus ir aktyvus vaikas – nors ir gali kelti suaugusiems rūpesčių – tiesiog siekia įvaldyti save, savo kūną ir aplinką. Tiesiog prisiminkime, kad kiekvienam ikimokyklinukui būtina sudaryti sąlygas kasdien bent kiek laiko aktyviai judėti. Jei tam nėra daug erdvės ir galimybių – mažų mažiausia, ką galime daryti, tai drauge su vaiku mankštintis ar mokytis įmantresnių (šokių ar kovos meno) judesių.
- ✓ Maži vaikai „per smalsūs“, tai yra juos lengvai patraukia visa, kas ryškiau, skambiau, kinta. O jų dėmesio reguliacija – valingas susikaupimas ir dėmesio išlaikymas – dar nėra pakankamai išvystyti. Taigi būtini tam tikri apribojimai ir „dozavimas“. Dozuoti reiktų ir veiklos trukmę (pvz., 3–4 metų vaikai klausytis pasakos ar istorijos gali ne daugiau kaip 10 min., 5–6 metų vaikai – iki 15 min.; tam tikra vienoda veikla užsiimti ikimokyklinukai irgi gali maždaug 10–15 min.), ir stimuliaciją (pvz., nereiktų vienu metu rodyti daug skirtingų dalykų arba kol netampa iki galo ištyrinėtas vienas, nepateikti kito).
- ✓ Pagaliau, bet kokius vaiko gebėjimus, o ypač jo savarankiškumą ir atkaklumą, geriausia yra skatinti padrąsinant („žinau, kad tau pavyks“, „jei reikės mano pagalbos, pasakyk“) ir pagiriant už pastangas („šaukuolė, puikiai padirbėjai“), bet jokia būdu ne menkinant („nieko tau neišeis...“) ar padarant už vaiką („duok man, bus greičiau“).
- ✓ Savireguliacijos įgūdžių ugdymui tinka ir anksčiau, pirmajame skyriuje, pateikti pasiūlymai bei rekomendacijos adaptyvaus elgesio ugdymui.

### III. *S*amprotavimo gebėjimai

Keturmečių samprotavimo gebėjimus šiame tyrime vertinome *Raveno Spalvotų progresuojančių matricių testu*. Testą sudaro trisdešimt šešios užduotys, skirtos įvertinti tokius samprotavimo procesus, kaip tapačių ir skirtingų figūrų, panašių ir nepanašių figūrų skyrimas, suvokimas figūros orientacijos užduotį atliekančiojo ir suvokimo lauke esančių kitų objektų atžvilgiu, visumos skaidymas į jos sudedamąsias arba kelių figūrų suvokimas kaip sudarančių tam tikru būdu organizuotą visumą, viena ar dviem kryptimis vykstančių figūros pokyčių modelio suvokimas ir taikymas, konkretus ir abstraktus samprotavimas pagal analogiją. Šiuos samprotavimo procesus vaikai palaiptu įvaldo iki vienuolikos metų.

Raveno Spalvotų progresuojančių matricių testas samprotavimo gebėjimus matuoja pateikiant vaizdinę medžiagą – vaiko prašoma surasti trūkstamą spalvoto paveikslėlio detalę. Tad šiuo testu išties matuojami nekalbinio samprotavimo gebėjimai, kurie, manoma, gana gerai atspindi vaiko protinius gebėjimus. Tačiau svarbu žinoti, kad šie nekalbinio samprotavimo gebėjimai nėra tapatinami su bendraisiais protiniais gebėjimais ar intelektu (kurie apimtų ir kalbinius protinius gebėjimus, ir atminties gebėjimus, ir informacijos apdorojimo greitį, ir dar daugelį kitų protinių gebėjimų).

Daugiau nei penktadaliui (beveik 23 proc.) mūsų tyrime dalyvavusių keturmečių šis testas buvo pernelyg sunkus – jie klaidingai sprendė vieną ar kelias pirmąsias penkias testo užduotis, kas galimai rodytų, jog šie vaikai tyrimo metu dar neturėjo pakankamai išvystytų testo sprendimui reikalingų samprotavimo gebėjimų (t. y., gebėjimo skirti tapacias nuo skirtingų ar panašias nuo nepanašių vientisų figūrų). Šis skirtumas jokiū būdu nerodytų menkesnių berniukų samprotavimo gebėjimų. Tai



labiau susiję su bendrai keturmečių tyrime pastebėta berniukams būdinga tendencija mažiau bendradarbiauti su tyrėju, neišitraukti į atliekamą užduotį.

Likę keturi penktadaliai tirtų keturmečių teisingai išsprendė vidutiniškai trečdalį viso testo užduočių (apie 13 užduočių; berniukų ir mergaičių rezultatas nesiskyrė). Panašus rezultatas nustatytas ir kitose šalyse (pvz., Prancūzijoje, Ispanijoje, Olandijoje) tiriant tokio amžiaus vaikus. Šie keturmečiai pasižymėjo ne tik gebėjimu skirti tapačias–panašias–skirtingas vientisas figūras, bet ir gebėjimu suvokti visumos dalies tapatumą–panašumą–skirtingumą, kai užduotis reikalauja rasti trūkstamą visumos dalį. Jie taip pat demonstravo gebėjimą suvokti figūrų orientaciją jų pačių ar kitų suvokimo lauke esančių objektų atžvilgiu. Nepajėgdami teisingai išspręsti užduoties mūsų keturmečiai darė tipines mažiems vaikams būdingas klaidas – arba tendencingai nurodydavo tam tikru skaičiumi pažymėtus atsakymus (pvz., nuolatos rinkdavosi tik atsakymą pažymėtą skaičiumi 2), arba tiesiog pasirinkdavo tą atsakymą, kuris tiksliai atkartoja vieną iš užduotyje pateiktos nebaigtos figūros dalių.

*Samprotavimo gebėjimų sąsajos su kitais kintamaisiais.* Mieste gyvenančių tirtų keturmečių samprotavimo gebėjimai buvo geresni nei kaime gyvenančių, jie teisingai sprendė vidutiniškai trimis užduotimis daugiau nei kaime gyvenantys vaikai. Panašus miesto – kaimo skirtumas, kaip taisyklė, nustatomas tiriant ir kito amžiaus vaikų samprotavimo gebėjimus. Neretai šis miesto – kaimo skirtumas psichologų aiškinamas nevienodomis tėvų galimybėmis ugdyti savo vaikų gebėjimus. Šio tyrimo rezultatai rodo, kad didžioji dalis (85 proc.) tirtų miesto keturmečių būdami trejų metų lankė darželį, kai tuo tarpu beveik pusė (45 proc.) kaime gyvenančių keturmečių būdami trejų metų darželio dar nelankė. Taip pat, maždaug ketvirtadalis (24 proc.) mieste gyvenančių keturmečių būdami trejų metų lankė ankstyvojo ugdymo užsiėmimus, kai tuo tarpu lankančių panašius užsiėmimus kaime gyvenančių keturmečių dalis (13 proc.) buvo beveik dvigubai mažesnė.

Nemaža dalis tyrimų leidžia kalbėti apie vaikų protinių gebėjimų priklausomybę *nuo tėvų išsilavinimo*. 2004 metais Lietuvoje atlikto tyrimo rezultatai parodė, kad 6–11 metų vaikų samprotavimo gebėjimai (įvertinti tomis pačiomis Raveno Spalvotomis progresuojančiomis matricomis) buvo susiję su tėvų išsilavinimu: kuo mažesnę išsilavinimą suteikiančią mokyklą buvo baigę tėvai, tuo prasčiau jų vaikai atliko samprotavimo užduotis. Tačiau šiame keturmečių tyrime toks ryšys nenustatytas, keturmečių samprotavimo gebėjimai nėra susiję nei su motinos, nei su tėvo išsilavinimu.

Įdomu pastebėti, kad mamų, *planavusių kūdikio gimimą, ir mamų, nėštumo metu lankusių specialius pasiruošimo gimdymui ir motinystei kursus*, vaikų samprotavimo gebėjimai buvo geresni: jie sprendė vidutiniškai dviem užduotimis daugiau nei tie keturmečiai, kurie gimė neplanuoti ar kurių mamos minėtų kursų nėštumo metu nelankė. Kaip jau aptarėme ankstesniame skyriuje (apie savireguliaciją, kur nėštumo planavimas bei kursų lankymas siejosi ir su geresniais vaikų *planavimo gebėjimais*), šios mamos tikriausiai daugiau linkę ugdyti savo vaikus, be to, bendrai pažintinių gebėjimų ugdymui, tikėtina, teikia daugiau reikšmės. Galbūt kūdikio planavimas bei ruošimasis motinystei nusako ir bendrai palankesnę vaiko pažintinei raidai šeimos aplinką.

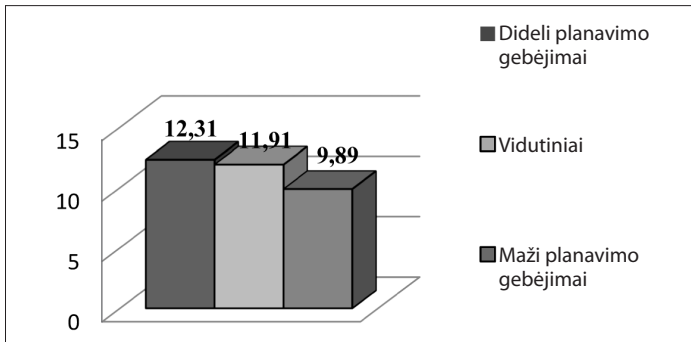
Pravartu atkreipti dėmesį į tai, kad vaiko protinių gebėjimų (tarp jų ir samprotavimo) įverčiai yra gana nepastovūs iki pat septynerių metų, ypač žymūs įverčių svyravimai stebimi pirmoje ikimokyklinio amžiaus pusėje. Dažnai tiesiog neįmanoma pasakyti, koks vaikas bus po metų ar kelių. Šio tyrimo rezultatai tai patvirtina – tirtų keturmečių samprotavimo gebėjimai nesusiję su motoriniais, kalbos ir pažinimo pasiekimais, vertintais pirmais bei antrais jų gyvenimo metais. Vadinasi, anksčiau pradėję vaikščioti, bėgioti, pažinti spalvas vaikai nebūtinai geriau nei jų bendraamžiai atliko samprotavimo užduotis sulaukę ketverių. Lygiai taip pat, vėliau pradėję kalbėti, skirti savo kūno dalis, rūšiuoti daiktus pagal spalvą ar formą vaikai nebūtinai blogiau nei jų bendraamžiai atliko samprotavimo užduotis sulaukę ketverių metų.

Protinių gebėjimų įverčių nepastovumas ikimokykliniame amžiuje rodo ir tai, kad vaikas, kurio protiniai gebėjimai ketvirtais metais yra įvertinti kaip vidutiniai, sulaukęs šešerių–septynerių metų gali pasižymėti tiek mažesniais nei vidutiniai, tiek ir didesniais nei vidutiniai protiniais gebėjimais. Žinant, kad ikimokyklinis amžius yra palankiausias vaiko gebėjimų ugdymui ir plėtojimui, ypač svarbu, kad šio amžiaus vaikas augtų tinkamoje, ugdymosi galimybių gausą užtikrinančioje aplinkoje (keletą rekomendacijų apie tai rasite šio skyriaus pabaigoje).

***Samprotavimo gebėjimų sąsajos su adaptyviu elgesiu ir savireguliacija.*** Dauguma tyrimų rodo, kad adaptyvus elgesys ir protiniai gebėjimai būna stipriai susiję tik specifinėse, intelekto negalią turinčių vaikų grupėse. Tiriant normalios raidos vaikus, kaip taisyklė, nustatoma, kad vienodus protinius gebėjimus turintys vaikai gali ženkliai tarpusavyje skirtis savo savarankiškumu ir socialine kompetencija. Šio tyrimo rezultatai būtent tai ir patvirtina: keturmečių samprotavimo gebėjimai nėra susiję su bendru jų adaptyvaus elgesio vertinimu.

Kita vertus, tyrimai rodo, kad tokių adaptyvaus elgesio sričių, kaip Komunikacijos, Bendruomenės ir Akademiųjų žinių taikymo, įverčiai gali sietis su vaiko protinių gebėjimų įverčiais. Šio tyrimo rezultatai patvirtina, kad keturmečių samprotavimo gebėjimai siejasi su jų *skaičiavimo veiklų* atlikimu, figūrų, spalvų, kūno, laiko ir kitų sąvokų žiniomis bei jų taikymu kasdieniame gyvenime: geresnius samprotavimo gebėjimus turinčius keturmečius tėvai mato ir kaip sėkmingiau taikančius turimas akademinės žinias savo kasdieniame gyvenime. Suprantama, kad vaikai, pasižymintys geresniais protavimo gebėjimais, lengviau įvaldys tokias veiklas kaip skaitymas, rašymas ir skaičiavimas, greičiau perpras pagrindines kasdienėje aplinkoje sutinkamų objektų, reiškinių sąvokas.

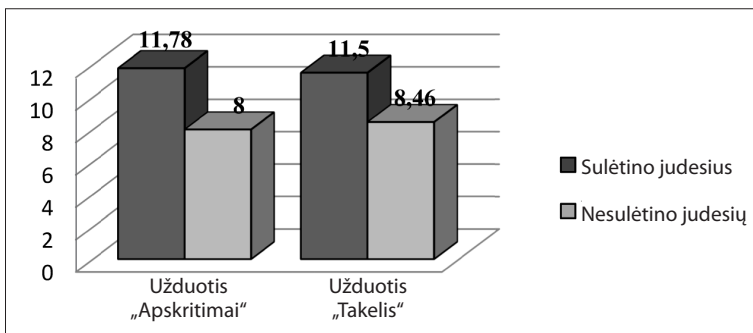
Mūsų tyrimo duomenys taip pat rodo, kad *motorinė kontrolė (savireguliacijos gebėjimas)* yra teigiamai susijusi su vaiko samprotavimo gebėjimų įvertinimu (žr. 5-ą paveikslėlį). Vaikai, kurie sulėtino savo stambiuosius (ėjimą) ir smulkiuosius (piešimą) judesius, atliko vidutiniškai trimis – keturiomis Raveno spalvotų progresuojančių matricų



**5 pav.** Smulkiąją (užduotis „Apskritimai“) ir stambiają (užduotis „Takelis“) motoriką sulėtinusių ir nesulėtinusių vaikų samprotavimo gebėjimų vidurkiai

testo užduotimis daugiau, nei tie vaikai, kurie nesulėtino savo motorikos (judesių). Užsienio tyrimai taip pat rodo, kad motorinė kontrolė yra teigiamai susijusi su vaiko protiniais gebėjimais.

Vaikų samprotavimo gebėjimai reikšmingai susiję ir su *planavimo gebėjimais*. 6-ame paveikslėlyje pavaizduota, kad dideliais planavimo gebėjimais pasižymintiems vaikams yra būdingas didesnis samprotavimo gebėjimų įvertis. Šioje vietoje svarbu pabrėžti, kad savireguliacija – tai ne vaiko protiniai gebėjimai, tačiau ji gali būti svarbi tam, kad vaikas efektyviai susitvarkytų su įvairiomis pažintinių gebėjimų reikalaujančiomis užduotimis.



**6 pav.** Skirtingo planavimo lygio vaikų samprotavimo gebėjimų vidurkiai

## REKOMENDACIJOS TĖVAMS IR UGDYTOJAMS

Kaip jau supratote skaitydami rekomendacijas ankstesniuose skyriuose, bet kokiam mažo vaiko ugdymui tereikia sukurti palankią aplinką – pakankamai saugią, skatinančią domėtis ir tyrinėti. Tokią aplinką gali sukurti bet kuris suaugęs žmogus. Tik reikia prisiminti, kaip pasaulį mato vaikas – viskas nauja, nepažinta ir viską norisi atrasti ir suprasti aktyviai tyrinėjant.

- ✓ Kiekvienas iš mūsų galime suteikti galimybę vaikui natūraliai mokytis, pažinti jį supančią aplinką (pvz., išėję pasivaikščioti mišku kartu su vaiku skaičiuokime, kiek skirtingų medžių rūšių pastebėsime, lyginkime medžių lapus, ieškokime tokių pačių arba panašių, lyginkime medžių aukščius ar kamienų apimtis, grįžę namo pieškime labiausiai patikusį medį, suraskime knygoje jo nuotrauką ir aprašymą; arba pakabinkime prie lango lesyklėlę ir skaičiuokime, kiek paukščių lesyklėlę aplanko ryte, sužinokime, kokių rūšių paukščiai lankosi, išsiaiškinkime, kokį maistą paukščiai labiausiai mėgsta ir pan.).
- ✓ Suraskime laiko bendriems žaidimams (pvz., dėliokime dėliones, ieškokime skirtumų paveikslėliuose, konstruokime iš lego kaladėlių), skaitykite vaikams knygas, užduodami klausimus spėliokime, kokio daikto paveikslėlį vaikas turi rankose, kurkime pasakas, galvokime kuo daugiau žodžių, prasidedančių tam tikru garsu ir t.t.
- ✓ Ikimokyklinukams patinka kolekcionuoti. Ypač penkiamėčiams ar šešiamėčiams. Todėl jie visai mielai pasinaudos pasiūlymu patys rinkti vieną ar kitą kolekciją (lipdukų, sagų, mašinėlių ir pan.) ir nesunkiai supras jiems rodomas kolekcijas. Tokio amžiaus vaikus jau labai naudinga nusiųsti į muziejus ar parodas.
- ✓ Keturių-šešių metų amžiaus vaikai mėgsta lyginti, ieškoti skirtumų. Prisiminkime, kad šiuo amžiaus tarpsniu jie ypač viską lygina su savimi. Todėl juos pačius ir galime pasiūlyti būti „atskaitos tašku“

daugeliui tyrinėjamų dalykų. Pavyzdžiui, „ar šie daiktai yra tokie patys, kaip ir tavo (indai, pieštukai)?“, „ką tu darytum su vienu ar kitu daiktu, kaip manai, kam tai yra reikalinga?“, ir panašiai. Tokio amžiaus vaikus ima labai dominti dydžio palyginimai. Todėl pravar-tūs visokie sudominimai: nuo „didelis – mažas“, „aukštas – žemas“ (trimečiams-keturmečiams) iki „kuris didžiausias – mažiausias“, „kur daugiau – mažiau“ (penkiamečiams-šešiamečiams).

- ✓ Maždaug keturių-penkių metų amžiaus vaikai labai susidomi daiktų formomis. Todėl jiems rodomus daiktus galima susieti su tam tikromis formomis. Pavyzdžiui, į ką labiau panašu – apskritimą ar trikampį? Galima „rūšiuoti“ daiktus pagal formas, be to, spalvas, dydį ir pan.
- ✓ Atminkime, kad vaikus labiausiai mokyti skatina jų pačių įgimtas smalsumas (jeigu tik vaikas per daug nerimauja ar yra susikrimtęs, žinoma, jo smalsumas dingsta), pačios veiklos įdomumas (naivu tikėtis, kad vaikams bus įdomu tai, kas monotoniška ar visiškai nesuprantama) ir didelis noras veikti kartu, bendrauti (su kitais vaikais ir su suaugusiais, kuriuos vaikai vienareikšmiškai laiko autoritetais). Taigi mums, suaugusiems, norintiems sudominti vaikus, reikia suderinti vienu metu du dalykus: būti vaikų bendraamžiais, draugais, ir tuo pačiu metu – jų vedliais, savotiškais ekspertais, kuriuos vaikai akylai stebi, stengiasi mėgdžioti ir iš kurių mokosi.



## IV. *Emociniai ir elgesio sunkumai*

Jau kūdikystėje ir ankstyvojoje vaikystėje gali pasireikšti emociniai ar elgesio sunkumai, arba probleminis elgesys, kurie gali prognozuoti vėlesnius sunkumus. Todėl ir tėvams, ir specialistams labai svarbu kuo anksčiau įvertinti, atpažinti, ar sunkumai, būdingi konkrečiam vaikui, yra tik su situacija arba raidos iššūkiais susijusios, praeinančios problemos, ar jos signalizuoja rimtus elgesio sutrikimus, kuomet reikalinga profesionali pagalba vaikui ir jo tėvams ar visai šeimai.

Paprastai vaikų probleminis elgesys skiriamas į dvi plačiausias grupes – vadinamąsias internalias ir eksternalias problemas. *Internalios problemos* (kitaip dar vadinamos tiesiog *emociniais sunkumais*) – tai vidiniais išgyvenimais, arba pernelyg didele vidine kontrole pasireiškiantis elgesys. Internalioms problemoms priskiriamas nerimas, depresija, somatiniai skundai ir uždarumas. Mažų vaikų klausimynuose prie internalių problemų priskiriamas ir emociingumas, kuris labiau atspindi vaiko polinkį į neigiamas emocijas ir sunkumus jas kontroliuoti, pvz. dažną ožiavimąsi arba staigią nuotaikų kaitą. *Eksternalios problemos* (kitaip – *elgesio sunkumai*) – tai į išorinę aplinką nukreiptas, pasireiškiantis prasta vidine kontrole elgesys. Eksternalios problemos dar apibūdinamos kaip vaiko elgesys, nuolat pažeidžiantis taisykles, susitarimus, trukdantis vaikui tinkamai elgtis socialinėje aplinkoje. Elgesio sunkumams priskiriamas agresyvus elgesys ir dėmesio problemos. Neretai internalios ir eksternalios problemos dar vadinamos slopinimu ir agresija, ypatingu kontroliavimu ir kontrolės trūkumu.

Šiame tyrime mes siekėme aiškintis, kaip mamų ir auklėtojų nurodytos vaikų emocinės ir elgesio problemos siejasi su vaikų adaptyviu elgesiu, o ypač – savireguliacija. Tačiau prieš tai bendrai patyrinėjome, kokie emociniai ir elgesio sunkumai būdingi mūsų tyrimo mergaitėms ir berniukams, kaip skiriasi mamų ir auklėtojų vertinimai, kokie ankstyvosios raidos veiksniai prognozuoja tai, kad vaikas, tikėtina, turės daugiau elgesio ir emocinių problemų.

Keturmečių elgesio ir emocinių sunkumų vertinimui naudojome *Vaiko elgesio aprašą*, kurį pildė tėvai (klausimyno pavadinimo trumpinys – CBCL/1½-5, angl. *Child Behavior Checklist*) ir Vaiko elgesio aprašą, kurį pildė auklėtojai (pavadinimo trumpinys – C-TRF, angl. *Caregiver-Teacher Report Form*). Šių klausimynų, skirtų pusantrų-penkių metų amžiaus vaikų vertinimui, autoriai – Jungtinių Amerikos Valstijų vaikų psichiatras T. Achenbach ir vaikų psichologė L. Rescorla. Klausimynai plačiai taikomi vaikų elgesio ir emociniams sunkumams vertinti visame pasaulyje, atlikta nemažai tarpkultūrinių tyrimų, kuriuose dalyvavo ir Lietuva. Prieš septynerius metus klausimynai ne tik išversti į lietuvių kalbą, bet ir standartizuoti, tai yra, juo įvertinus daugiau nei tūkstančio ikimokyklinio amžiaus vaikų elgesio ir emocinius sunkumus, sudarytos normos (tam tikri atskaitos taškai, kada konkretaus vaiko problemas reikėtų laikyti itin rimtomis, patenkančiomis į sutrikimo rizikos zoną).

Analizuojant tėvų ir auklėtojų atsakymus apie vaiko elgesį, teiginiai skirstomi į šias skales: *emocingumo, nerimastingumo/depresiško, somatinių skundų, užsisiklindimo, dėmesio problemų, agresyvaus elgesio, streso simptomų, miego problemų* (ši skalė yra tik CBCL/1½-5, tai yra, miego sunkumus vertina tik tėvai). Keturios pirmosios skalės aprašo internalias problemas (emocinius sunkumus), o dėmesio problemos ir agresyvus elgesys – eksternalias problemas (elgesio sunkumus). Taip pat, sumuojant visų teiginių atsakymus skaičiuojamas bendras visų skalių įvertis (bendri sunkumai).

Priminsime, kad Vaiko elgesio aprašą prašėme pildyti tyrime dalyvavusias šeimas ir tuomet, kai vaikai buvo pusantrų ir dviejų metų amžiaus. Tokiu būdu galėjome palyginti, kaip kito vaikų probleminis



elgesys, vertintas tėvų (daugiausia – mamų) nuo pusantrų iki keturių metų amžiaus.

Ką atskleidė mūsų tyrimo duomenys? Pirmiausia, radome, kad mamų vertinimu 9 proc. keturių metų amžiaus vaikų priskirtini emocinių sutrikimų rizikos grupei ir beveik 9 proc. elgesio sutrikimų rizikos grupei. Iš viso 10,6 proc. vaikų patenka į elgesio ir emocinių sutrikimų rizikos grupę pagal bendrą visų sunkumų įvertį. Vadinasi, maždaug kas dešimto vaiko elgesio problemiškas, jų mamų vertinimu, yra gerokai didesnis, nei kitų bendraamžių. Tačiau ar tai tikrai yra emocinis arba elgesio sutrikimas, galima nustatyti tiktai individualaus vertinimo, kurį atlieka specialistai – vaikų psichologai ar psichiatrai – būdu. Klausimynai apie vaiko probleminį elgesį, kuriuos pildė tėvai ar auklėtojai, padeda tik susidaryti vaizdą apie bendrą vaiko emocinių ir elgesio sunkumų pobūdį ir išreikštumą, bet nėra tinkami individualiam klinikiniam įvertinimui. Randama, kad apie 15 proc. vaikų, klausimynais įvertintų kaip patenkančių į sutrikimo rizikos grupę, diagnozė nepasitvirtina, tačiau maždaug tiek pat vaikų, kurie pagal tėvų vertinimus nepateko į rizikos grupę, gali vis dėlto turėti rimtų elgesio ar emocinių sutrikimų.

Labai panašus procentas vaikų pateko į emocinių ar elgesio sutrikimų rizikos grupes ir tuomet, kai jiems buvo pusantrų metų. Emocinių sutrikimų rizikos grupę sudarė 7 proc. pusantrų metų vaikų, elgesio sutrikimų grupę – 10,5 proc. Pagal bendrą sunkumų įvertį į rizikos grupę pateko iš viso 10 proc. vaikų. 60 proc. šių vaikų jų mamų vertinti kaip turintys labai išreikštus emocinius sunkumus, ir pusantrų, ir keturių metų amžiaus. Tai patvirtina, kad dalies vaikų emociniai sunkumai, pasireiškę anksti, išlieka ir vėliau, ypač jeigu vaikai negauna psichologinės pagalbos. Tuo tarpu elgesio sunkumai labiau keičiasi vaikui augant. Tik kiek daugiau nei trečdalis vaikų (38,5 proc.), kurie pusantrų metų pagal mamos vertinimus pateko į rizikos grupę, keturių metų irgi buvo elgesio sutrikimų rizikos grupėje.

O kaip yra tada, kai vaikus vertina auklėtojos? Pagal auklėtojų vertinimus, 15,6 proc. keturmečių patenka į emocinių sutrikimų rizikos grupę, beveik 7 proc. – į elgesio sutrikimų rizikos grupę. Pagal bendrą

sunkumų įvertį į rizikos grupę pateko 8,5 proc. mūsų tyrime dalyvavusių vaikų. Taigi, beveik kas vienuolikto vaiko, pagal auklėtojas, emocinė būseną arba elgesys (arba ir tai, ir tai) atrodo keliantys rimtą susirūpinimą. Be to, auklėtojoms atrodo, kad vaikams labiau būdingi galimai emociniai, o ne elgesio sutrikimai. Tačiau įdomiausia ir gana keista pasirodė tai, kad mamos ir auklėtojos ne tuos pačius vaikus įvardija kaip turinčius daugiausia problemų! 28,6 proc. vaikų, kurie pagal mamų vertinimus patenka į emocinių sutrikimų rizikos grupę, patenka į šią grupę ir pagal auklėtojus. Ir nei vienas vaikas, pagal mamų vertinimus patenkantis į elgesio sutrikimų rizikos grupę, nepateko į šią grupę pagal auklėtojų vertinimus. Tai reikštų, kad dalies vaikų emociniai sunkumai yra gana pastebimi (išreikšti) ir atpažįstami namų ir darželio aplinkoje. Dalies vaikų emocinius sunkumus pastebi (ar labai rimtais laiko) tik mama arba tiktai auklėtoja. Tuo tarpu vaikų probleminis elgesys namų ir darželio aplinkoje (arba santykiuose su mama ir auklėtoja) keičiasi labiau. O gal tiesiog mamos ir auklėtojos skirtingiau jį vertina? Toliau analizuodamos vaikų elgesio ir emocinius sunkumus, jų išreikštumą ir neatitikimus tarp auklėtojų ir mamų vertinimų, mes tiesiog lyginome bendrus vidurkius, neskirstydami vaikų į rizikos ar nerizikos grupes.

***Mamų ir auklėtojų vertinimų (ne)atitikimas.*** Mažų (ikimokyklinio amžiaus) vaikų psichologinis įvertinimas visuomet buvo sudėtingas ir nemažai sunkumų keliantis uždavinys. Pirmiausia, ankstyvame amžiuje vaikų elgesys labiau, nei vėlesniame amžiuje, priklauso nuo konteksto (aplinkos, santykių su artimiausiais vaiko globėjais) bei nuo greičiau kintančios vaiko vidinės būsenos. Vaikų elgesio vertinimui nemažai įtakos gali turėti ir vertintojo santykiai su vaiku. Kitaip tariant, tėvų ar kitų vaikų vertinančių asmenų pateikiama informacija gali labiau atspindėti *suaugusiųjų sunkumus su vaiku*, o ne paties vaiko elgesio problemas ar emocinę būseną. Pagaliau, maži vaikai, skirtingai nuo vyresnio amžiaus vaikų ar suaugusiųjų, dar negali patys patikimai ir aiškiai įvardyti savijautos, taigi negali vertinti savęs.

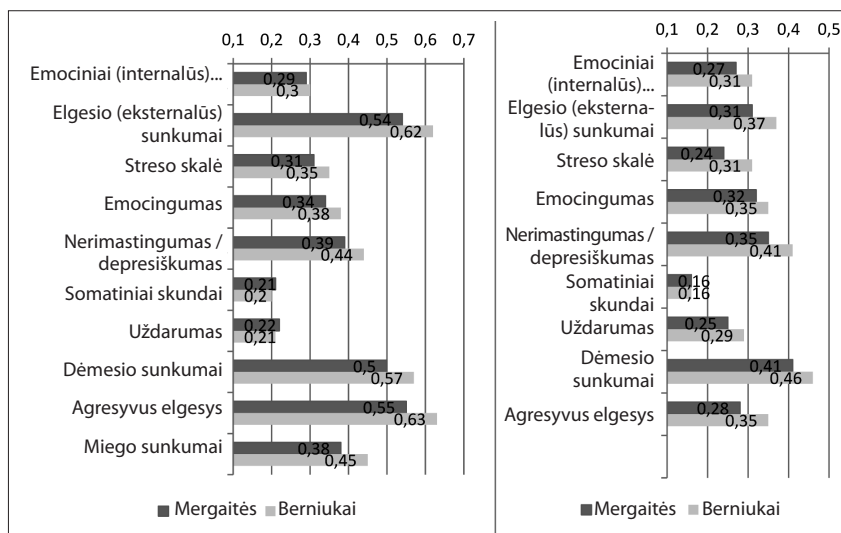
Palyginome, kiek bei kaip mamų ir auklėtojų nuomonė sutampa ar nesutampa, vertinant mūsų tyrime dalyvavusių keturmečių elgesį. Iš karto norime pabrėžti, kad ne visi tyrime dalyvavę vaikai lankė darželį. Maždaug dešimtadalis šių vaikų darželio nelankė. Taip pat neturime duomenų iš auklėtojų apie visus tyrime dalyvavusius ir darželį lankančius keturmečius. Taigi, auklėtojų ir tėvų vertinimų atitikimą aiškinti galime tik apie tuos keturmečius, kurie lanko darželius ir kurių darželių auklėtojos užpildė klausimynus. Štai ką atskleidė mūsų tyrimo rezultatai.

Vertindamos vaikus, bendrai auklėtojos ir mamos labiausiai sutaria dėl jų dėmesio problemų, agresyvaus elgesio ir nerimastingumo ar depresiškumo. Mamų ir auklėtojų šių skalių vertinimai reikšmingai susiję, tiktai mamos linkusios vertinti šias elgesio ir emocines problemas kaip labiau išreikštas. Ypač vertindamos vaikų agresyvų elgesį, mamos nurodo beveik dvigubai didesnius įverčius, nei auklėtojos. Tai yra, jeigu mama teigia, kad vaikas agresyviai elgiasi, tai ir auklėtoja tą patį vaiką panašiai vertina, tik mamos vertinimu vaikas elgiasi gerokai agresyviau, nei auklėtojos vertinimu. Jeigu mama mano, kad vaikas yra nerimastingas ar prislėgtas, tai ir auklėtoja apie tą patį vaiką mano panašiai. Tačiau mamų ir auklėtojų nuomonė, vertinant vaiko *uždarumą ir emociingumą* visiškai nesutampa. Kitaip tariant, vertindamos tą patį vaiką jos nelabai sutaria, ar tas vaikas yra užsisklendęs ir ar jam būdingas stipriai išreikštas emocinis reagavimas.

Gal auklėtojos ir mamos geriau sutaria, *vertindamos mergaites*? Pasirodo, ne! Vertinant mergaičių uždarumą, jų nuomonės itin skiriasi: jeigu mama mano, kad dukra yra linkusi užsisklęsti, tai auklėtoja visiškai taip nemano, ir atvirkščiai, jeigu auklėtoja sako, kad mergaitė užsisklendusi, jos mama mano priešingai! Vertindamos mergaites, auklėtojos ir mamos sutaria tik dėl dėmesio problemų: jeigu mergaitės turi sunkumų sukaupti ir išlaikyti dėmesį namuose, mamos matymu, tai ji tokių sunkumų turi ir ikimokyklinio ugdymo įstaigoje, auklėtojos vertinimu. Tuo tarpu *vertindamos berniukus* auklėtojos ir mamos sutaria labiau, ypač vertinda-

mos berniukų uždarumą. Jos labai panašiai vertina ir berniukų nerimastingumą ir (arba) depresiškumą bei elgesio problemas (ypač agresyvių elgesį). Vertindamos berniukų dėmesio sunkumus, auklėtojos ir mamos sutaria prasčiau, nei vertindamos mergaičių dėmesio sunkumus.

Bendrai, mergaičių ir berniukų elgesio ir emocinių sunkumų palyginimas atskleidė, kad mamos vertina berniukus kaip turinčius reikšmingai daugiau dėmesio problemų ir agresyviau besielgiančius (taigi ir bendras elgesio problemų įvertis yra reikšmingai didesnis), negu mergaites. Panaši tendencija matoma ir tuomet, kai vertina auklėtojos, tačiau šie skirtumai nėra reikšmingi. 7-ame paveikslėlyje pateikiame mamų ir auklėtojų vertinimų vidurkius pagal vaiko lytį. Šiame paveikslėlyje matosi ir tai, kokių sunkumų daugiausiai nurodo mamos ar auklėtojos ir kad mamos bendrai linkusios vaikus vertinti kaip turinčius daugiau elgesio problemų.



*7 pav. Mergaičių ir berniukų emocinių ir elgesio sunkumų įvertių vidurkių palyginimas pagal mamų vertinimus (kairėje) ir pagal auklėtojų vertinimus (dešinėje)*

Galima apibendrinti, kad mūsų tyrimo rezultatai tik patvirtino anks-tesnių Lietuvoje ir kitose šalyse atliktų tyrimų rezultatus: mamų ir auklėtojų nuomonė apie mažų vaikų elgesio ir emocinius sunkumus mažai sutampa. Šiuos skirtumus gali lemti mažiausiai trys priežastys.

Pirmoji – vaiko elgesys bei savijauta vaikų darželyje ir namuose iš tikrųjų gali skirtis. Pavyzdžiui, vaikas yra aktyvus, gyvas, atvirai reiškian-tis emocijas namuose, tačiau vaikų grupėje tampa ramesnis, tylesnis, uždaresnis. Arba vaikas namuose su mama ar kitais namiškiais elgiasi labai agresyviai, o vaikų ikimokyklinio ugdymo įstaigoje, kur griežtesnės taisyklės ir kitokia aplinka, vaikas yra mažiau agresyvus. Taigi vertinimų skirtumus gali lemti realūs vaiko elgesio skirtumai skirtingoje aplinkoje.

Antra galima priežastis – auklėtojos ir mamos kreipia dėmesį į skir-tingus dalykus, vertindamos vaiką. Kitaip tariant, jų nuomonės gali skirtis. Pavyzdžiui, ir vienu, ir kitų vertinimus gali „iškreipti“ pačių ver-tintojų emocinė būseną. Gali skirtis supratimas, ar tam tikras elgesys arba reagavimo būdas yra probleminis, ar ne. Gali skirtis to paties el-gesio įvardinimas. Pavyzdžiui, vaiką, kuris ima verksti, negavęs norimo žaislo, mama apibūdins kaip „jautriai reaguojantį“, o auklėtoja – kaip „verkšlenantį ar zirziantį“.

Pagaliau, tam tikras vaikų probleminis elgesys gali labiau pasireikšti santykiuose su mamomis, o ne su auklėtojomis. Ne veltui mažų vaikų problemiško vertinimas visuomet yra labai stipriai susijęs ir su jo aplinkos, jį prižiūrinčių asmenų, vertinimu. Be to, manoma, kad mažų vaikų problemos visuomet yra daugiau ar mažiau ir vaiko santykių su jo tėvais ar globėjais problemų atspindys.

Šie rezultatai rodo, kad tyrinėdami vaikų emocinių bei elgesio proble-mų priežastis ir norėdami atpažinti vaikus, kuriems reikalinga psi-chologinė pagalba, negalime pasikliauti tikrai vienu informacijos šal-tiniu (pavyzdžiui, tikrai mamos, tik tėčio ar tik auklėtojos vertinimu). Labai svarbu būtų kaskart klausti ir tėvų, ir auklėtojų nuomonės apie vaiką (arba tėvų ir auklės, tėvų ir kitų šeimos narių arba draugų). Kai priimami vaiko ugdymui ar gydymui reikšmingi sprendimai, dar pati-

kimiau ir svarbiau, kad vaiko elgesį stebėtų bei vertintų nepriklausomas ekspertas – vaikų raidos specialistas.

Kaip matysime vėliau, dėl skirtingo auklėtojų ir motinų vertinimo (arba skirtingo vaikų elgesio, kurį stebi bei įvardija mamos ir auklėtojos), gavome ir skirtingus rezultatus, mėgindamos išsiaiškinti vaikų psichologinei raidai palankius ir nepalankius veiksnius.

*Elgesio ir emocinių sunkumų sąsajos su* šeimos veiksniais. Mūsų tyrimo duomenimis, keturmečių vaikų elgesio ir *emociniai sunkumai* vertinti mamų faktiškai nesiskyrė priklausomai nuo *mamų* išsilavinimo. Tai yra, skirtingo išsilavinimo mamos nevertino savo vaikų kaip turinčių reikšmingai daugiau ar mažiau elgesio ar emocinių sunkumų. Tačiau auklėtojų vertinimu, skirtingo išsilavinimo tėvų vaikai skyrėsi. Pagal jų vertinimus, daugiau emocinių ir elgesio problemų turėjo vaikai, kurių mamos buvo įgijusios tik pagrindinį išsilavinimą arba aukštąjį neuniversitetinį (kolegija arba technikumą) išsilavinimą.

Mus taip pat domino, ar ankstyvoji šeimos emocinė aplinka (vertinta tik vaikui gimus ar jam sulaukus vienerių metų, ypač santykiai šeimoje, motinos emocinė būseną, distresas nėštumo metu ar po gimdymo, požiūris į kūdikio priežiūrą) tebėra reikšmingas veiksnys vaiko psichosocialiniam funkcionavimui praėjus keturiems metams po gimimo. Tad, vienas iš mūsų tyrimo uždavinių buvo nustatyti šeimos *emocinės aplinkos prenataliniu laikotarpiu ir po gimimo* sąsajas su keturmečių elgesio ir emociniais sunkumais.

Įdomu tai, kad mamų vertinimu daugiau elgesio ir emocinių sunkumų turi tie keturmečiai, kurių motinos pasižymėjo *neigiamą arba prieštaringą emocinę reakciją į nėštumą*. Tačiau auklėtojų vertinimu, šie vaikai neturėjo reikšmingai daugiau emocinių ar elgesio sunkumų. Tyrimo rezultatai taip pat parodė, kad mamų vertinimu daugiau elgesio ir emocinių sunkumų turi tie keturmečiai, kurių mamos savo santykius su vyru arba partneriu nėštumo metu ir iki nėštumo įvertino kaip prastesnius, kurios patyrė daugiau neigiamų emocijų nėštumo metu, mažiau pasiti-

kėjo savo motinystės kompetencijomis, kai jų vaikui buvo 18 mėnesių, ir labiau nerimavo dėl savo kūdikio, kai šiam buvo keli mėnesiai. Tačiau su auklėtojų pateiktais vaikų elgesio ir emocinių sunkumų vertinimais tai nebuvo susiję.

Galima apibendrinti, kad mamos, kurios prieštaringai reagavo į vaiko gimimą, kurios nėštumo metu daugiau patyrė neigiamų emocijų ir prasčiau sutarė su sutuoktiniu ar partneriu, kurios buvo nerimastingos, augindamos kūdikį ir mažiau pasitikėjo savo motinystės įgūdžiais, savo vaikus vertina kaip problemiškesnio elgesio ar prastesnės emocinės savi-jautos. Tačiau auklėtojų matymu (jos vaiką mato darželio aplinkoje tarp kitų vaikų), šie vaikai nebūtinai turi daugiau problemų. Kol kas galime tik manyti, kad vis dėlto dalis mamų tiesiog labiau dėl visko nerimauja ir linkusios nuvertinti (nepakankamai gerai vertinti) ir save, ir santykius, ir savo vaiką, nors šis ir nebūtinai turi sunkumų kitoje aplinkoje. Be to, visai galimas dalykas ir tai, kad vaikas iš tiesų labiau užsisklendęs, nerimastingas arba netinkamiau elgiasi, yra perdėm aktyvus, prilipęs prie suaugusių, pavyduliuojantis, būtent namų aplinkoje, kai būna su mama, o ne darželio aplinkoje su auklėtoja, su kitais vaikais.

Motinų *pogimdyminė depresija* – viena daugiausia klinicistų ir tyrėjų dėmesio sulaukusių nepalankios kūdikių raidos aplinkybių, iš tiesų daug tyrinėta įvairiose šalyse. Įvairių tyrimų duomenys rodo neabejotiną motinos emocinių sutrikimų ryšį su neigiamomis pasekmėmis kūdikių psichosocialinei raidai. Mes irgi norėjome patikrinti, ar panašios tendencijos būdingos ir šiame tyrime dalyvaujančioms šeimoms.

Pačių mamų vertinimu, pogimdyminis depresiškumas labai siejosi su probleminiu elgesiu kūdikystėje, o šis – su vėlesniais elgesio ir ypač emociniais sunkumais (ir pusantrų, ir dviejų, ir keturių metų amžiuje). Be to, depresiškesnės po gimdymo mamos mažiau pasitikėjo savo motinystės kompetencijomis, jautėsi mažiau veiksmingos kaip motinos. O mažesnis saviveiksmingumas siejosi su didesniu vaikų problemų skaičiumi. Tačiau norime atkreipti dėmesį, kad ir depresiškumą, ir kūdikių probleminį elgesį, ir vėlesnius elgesio bei emocinius sunkumus

čia vertino pačios mamos. Todėl teisinga būtų sakyti, kad mamos, kurios pusmetį po gimdymo jautėsi prislėgtos ar nerimastingos, vertino savo kūdikius kaip turinčius daugiau įvairių problemų. Vėliau tos pačios mamos prasčiau vertino ir savo motinystės kompetencijas (šioms mamoms atrodė, kad joms prasčiau, nei kitoms mamoms, sekasi susitvarkyti su savo vaiku ar jį nuraminti), ir jos savo vaikus vertino kaip turinčius daugiau elgesio ir ypač emocinių problemų, kai vaikams buvo dveji ar keturi metai.

Visai kitokią vaizdą matome, kai analizuojame vaikų elgesio ir emocinius sunkumus, remdamiesi auklėtojų vertinimais. Pasirodo, auklėtojų vertinti keturmečių elgesio ir emociniai sunkumai su motinų vertintu *probleminiu elgesiu kūdikystėje* nėra susiję. Tai yra, nors mamoms atrodė, kad probleminis kūdikis ir vėliau turi daugiau problemų, auklėtojos probleminių kūdikių nevertino kaip probleminių vaikų. Auklėtojų nurodyti vaikų sunkumai nesusiję ir su *motinų saviveiksmingumu* (su tuo, kiek motinos jautėsi pasitikinčios savo motinystės gebėjimais, kai vaikams buvo pusantrų metų).

Priešingai, *nėštumo neplanavusių* ir jam nesiruošusių mamų vaikus auklėtojos, bet ne pačios mamos, vertino kaip turinčius daugiau elgesio ir emocinių problemų, negu jų bendraamžiai.

Vaikų *gimimo būdas* (ar jie gimė natūraliais gimdymo takais, ar Cezario pjūvio pagalba) irgi siejasi tikrai su mamų vertintais elgesio ir emociniais sunkumais, o ne su auklėtojų. Mamų teigimu, vaikai, kurie gimė skubaus (neplanuoto) Cezario pjūvio pagalba, yra emocingesni, turi daugiau dėmesio ir miego problemų, negu planinio Cezario būdu ar natūraliais gimdymo takais gimusieji vaikai. Ar galima manyti, kad mamos, kurios netikėtai turėjo gimdyti atliekant Cezario pjūvį (dėl grėsmės mamos ar kūdikio sveikatai), tiesiog neigiamiau linkę vertinti vaikus, mažiau toleruoja jų elgesį? Gal jos tikisi, kad vaikas turėtų turėti daugiau problemų (nes „probleminis“ jau buvo jo atėjimas į pasaulį?). O gal joms pačioms (bet ne kitiems suaugusiems) iš tiesų kyla daugiau problemų dėl vaiko elgesio?



Pagal *epidūrinės nejautros* taikymą natūralaus gimdymo metu keturių metų amžiaus vaikai nesiskiria elgesio ir emociniais sunkumais, vertintais jų mamų. Tik auklėtojų vertinimu vaikai, gimę su epidūrine nejautra gali turėti daugiau *somatinių skundų* be aiškios medicininės priežasties.

Taigi bendrai šeimos veiksnių bei motinų emocinės būsenos reikšmę vaikų elgesio bei emociniams sunkumams reiktų vertinti labai atsargiai ir nevienareikšmiškai. Gali būti ir taip, kad randamos stiprios sąsajos tarp motinų vertinimų rodo tam tikrą jų šališkumą, bet gali būti ir taip, kad vaikai iš tiesų turi daugiau sunkumų būtent namų aplinkoje ir ypač santykiuose su mama. Kitaip tariant, vaikai, kurių mamos nerimastingesnės bei mažiau savimi pasitikinčios, yra nerimastingesni, kai būna su jomis. Arba su mažiau savimi pasitikinčiomis mamomis vaikai elgiasi nepaklusniau, nei ikimokyklinio ugdymo įstaigoje.

Tyrinédamos vaiko aplinkos ryšius su keturmečių elgesio ir emociniais sunkumais, radome mamų ir auklėtojų tam tikrą sutarimą dėl auklėjimo ryšio su vaikų probleminiu elgesiu. Keturmečių elgesio ir emociniai sunkumai – ir mamų, ir auklėtojų vertinimu – siejasi su *mamų elgesio strategijomis reaguojant į vaiko neigiamas emocijas*, kai vaikams buvo trys metai. Kuo mamos labiau naudojo paremiančias, palaikančias strategijas, kai vaikams buvo treji, tuo mažiau keturmečiai auklėtojų vertinimu turėjo elgesio problemų. Ir kuo mamos labiau naudojo neparemiančias strategijas (baudimą, nuvertinimą ir pan.), tuo vaikai, pačių mamų vertinimu, po metų turėjo daugiau emocinių sunkumų.

***Adaptyvaus elgesio sąsajos su keturmečių elgesio ir emociniais sunkumais.*** Tyrinédamos vaikų elgesio ir emocinių sunkumų sąsajas su adaptyvaus elgesio įvairiais aspektais, radome kur kas didesnę sutarimą tarp tėvų (ar, tiksliau, mamų, nes jų buvo dauguma) ir auklėtojų. Ir vienu, ir kitu teigimu keturmečio *agresyvus elgesys* susijęs su apskritai prastesniu kasdieniu funkcionavimu. Tiksliau sakant, kuo labiau agresyviai besielgiančiu keturmetį vertina jo tėvai ir auklėtojai, tuo prasčiau buvo vertinamos jo žodžių žinios, instrukcijų supratimas ir vykdymas,

dalyvavimas pokalbyje, savo įspūdžių pasakojimas. Taip pat, kuo labiau tėvai ir auklėtojai matė keturmetį agresyviai besielgiančiu, tuo prasčiau, tėvų teigimu, šiam vaikui sekėsi organizuoti savo veiklas (pasirinkti, planuoti, demonstruoti atkaklumą susidūrus su kliūtimi, už-



baigti), tuo silpniau jis kontroliavo savo impulsus ir elgesį, tuo sunkiau jis pakludavo reikalavimams. Auklėtojų įvardyti agresyviai besielgiantys keturmečiai tėvų buvo vertinami kaip blogiau taikantys akademinės žinias: jie turėjo prastesnes figūrų, spalvų, laiko, kūno sąvokų žinias, jiems sunkiau sekėsi skaičiuoti. Taip pat auklėtojų įvardyti agresyvūs keturmečiai tėvų teigimu rečiau kolekcionavo, rečiau žaisdavo bendrus žaidimus su bendraamžiais. Tėvų matymu labiau agresyviai besielgiantys keturmečiai, šalia prastesnio funkcionavimo komunikacijos ir savireguliacijos srityse, pasižymi ir menkesniu atsargumu ir pavojų vengimu, retesniu dalyvavimu namų ruošos veiklose bei prastesniais socialiniais įgūdžiais (rečiau demonstruoja tinkamą socialinėms situacijoms elgesį, yra mažiau atidūs kitiems, mažiau sėkmingai bendrauja su bendraamžiais).

Tėvų ir auklėtojų vertinimu keturmečio *dėmesio sunkumai* taip pat susiję su apskritai prastesniu kasdieniu vaiko funkcionavimu. Tiksliau įvardijant, kuo sunkiau tėvų ir auklėtojų akimis keturmečiui sekasi sukaupti ir išlaikyti dėmesį, tuo labiau nukenčia ir jo veiklų organizavimas, elgesio ir impulsų kontrolė, tuo mažiau šie vaikai demonstruoja atsargumą ir pavojų vengimą. Be prastesnio funkcionavimo savireguliacijos ir sveikatos bei saugumo srityse tėvų teigimu daugiau dėmesio sunkumų turintys keturmečiai taip pat mažiau sėkmingai naudojami kalba bendraujant ir dalijantis informacija.

Visa tai atspindi ir bendrame *eksternalių (elgesio) sunkumų* vertinime. Eksternalių sunkumų buvimas tėvų ir auklėtojų teigimu susijęs su keturmečio prastesniu bendru funkcionavimu kasdieną, tiksliau įvardijant, prastesniu kalbos naudojimu bendraujant, dalijantis turima informacija, prastesniu veiklos organizavimu ir silpnesne elgesio, impulsų, dėmesio kontrole, didesniu neatsargumu ir mažesniu pavojų vengimu. Taigi vaikams, turintiems sunkumų išreikšti save kalba (tinkamai komunuoti), stokojantiems atsargumo ir mokėjimo susivaldyti, ir namų, ir darželio aplinkoje kyla daugiau elgesio problemų. Ir tėvai, ir auklėtojos juos vertina kaip agresyvesnius, sunkiau susikaupiančius ir per daug aktyvius.

Kalbant apie *internalius (emocinius) sunkumus*, tėvų ir auklėtojų vertinimu didesnis keturmečio *emocionalumas* susijęs su mažiau sėkmingu veiklos organizavimu, savo elgesio ir impulsų kontrole. Tėvų matymu didesnę emocionalumą demonstruojantys keturmečiai taip pat pasižymi ir mažesniu atsargumu bei pavojų vengimu. Auklėtojų įvardyti labiau emocionalūs keturmečiai tėvų vertinami ir kaip turintys mažiau skaičiaus, formos, spalvų, laiko ir kitų sąvokų žinių, mažiau žinantys sutartinius ženklus.

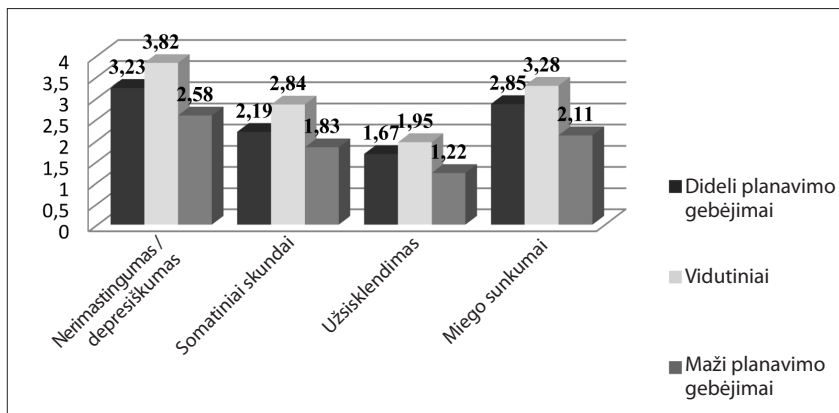
*Streso simptomų* buvimas tėvų ir auklėtojų teigimu vėlgi siejasi su prastesniu keturmečio savo veiklos organizavimu, mažiau sėkminga savo elgesio ir impulsų kontrole, nepaklusimu taisyklėms ir reikalavimams. Tėvų teigimu streso simptomus labiau demonstruojantys keturmečiai mažiau paiso pavojų, yra labiau neatsargūs. Auklėtojų įvardyti kaip labiau streso simptomus demonstruojantys keturmečiai tėvų teigimu pasižymi prastesniu akademinį žinių taikymu.

***Savireguliacijos gebėjimai ir elgesio bei emociniai sunkumai.*** Kadangi vaikų emocinius ir elgesio sunkumus vertino mamos ar tėčiai ir auklėtojos, o savireguliacijos gebėjimus – tyrėjos testavimo metu, buvo labai įdomu pažiūrėti, kaip šie siejasi. Priminsime, kad kol kas įvertinome tik tris vaikų savireguliacijos gebėjimus – planavimą, malonumo atidėjimą ir motorinę kontrolę.

Su *malonumo atidėjimu* (negalėjimu išlaukti, kol bus vyniojama dovana) nėra reikšmingai susiję vaikų emociniai ir elgesio sunkumai, vertinti mamų ar auklėtojų. Kitaip tariant, vaiko elgesys šios užduoties metu neatskleidžia, ar vaikas turi, ar neturi emocinių arba elgesio problemų namų ar kitoje aplinkoje.

Ar skiriasi geriau ir prasčiau *planuojantys* vaikai pagal elgesio ir emocinius sunkumų raišką? Remiantis mamos vertinimais (žr. 8-ą paveikslėlį), mažiausiai *nerimastingumo, bendrai emocinių, ir miego sunkumų* turi tie vaikai, kuriems sunkiausiai sekėsi atlikti planavimo užduotį. Taip pat stebima tendencija, kad jie turi mažiausiai *somatinių skundų ir nėra užsisklendę*. Nors didelių planavimo gebėjimų vaikai turi daugiau emocinių sunkumų, nei mažų, tačiau, remiantis statistinio reikšmingumo kriterijais, jie nesiskiria nuo likusių kitų grupių. Tarpusavyje skiriasi tik vidutinių ir mažų planavimo gebėjimų vaikai.

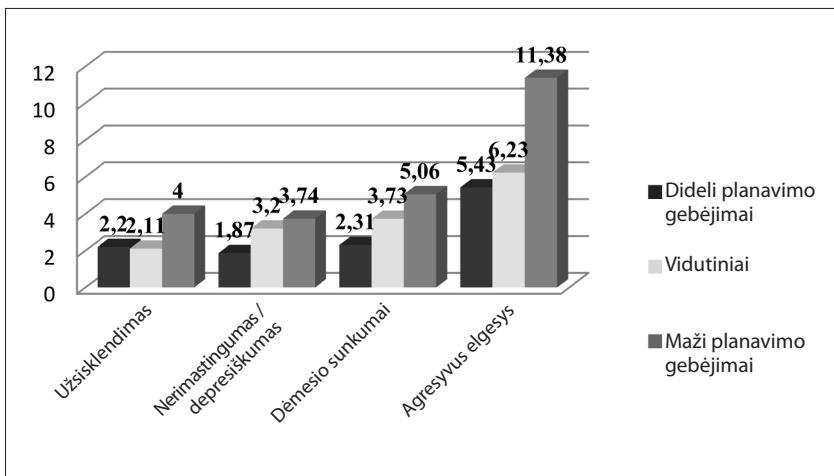
Jau minėjome, kad emociniai sunkumai (internalios problemos, pvz. nerimastingumas, užsisklendimas) paprastai siejami su emocijų slopinimu ir jų perdėta kontrole. Taigi, galima sakyti, kad emocinių sunkumų turintys vaikai yra ir geriau save kontroliuojantys (savireguliuojantys) –



**8 pav.** Skirtingų planavimo gebėjimų vaikų nerimastingumo, somatinių skundų, užsisklendimo ir miego sunkumų įverčių vidurkiai (pagal mamų vertinimus)

galbūt pernelyg susivaldantys namų situacijoje, ar bent jau tokiais juos mato mamos (tėvai). Tačiau tai, kad prasčiau planuojantys vaikai turi mažiausiai emocinių sunkumų, gali tiesiog rodyti, kad jiems nėra būdingas emocijų slopinimas, savo emocijas artimoje aplinkoje (t.y. santykiuose su savo tėvais) jie linkę reikšti kitais būdais.

O ką rodo auklėtojų pateikiami elgesio ir emocinių sunkumų vertinimai? Matome kiek kitokį vaizdą. Daugiausiai *užsisklendimo, nerimastingumo* (tik tendencija), *dėmesio, agresyvaus elgesio sunkumų ir bendrai elgesio ir emocinių sunkumų*, remiantis auklėtojų vertinimais, turi tie vaikai, kurių planavimo gebėjimai testavimo metu buvo įvertinti kaip mažiausi (žr. 9-ą paveikslėlį). Mažiausiai užsisklendimo sunkumų turi vidutinių planavimo gebėjimų vaikai, o mažiausiai nerimastingumo, dėmesio, agresyvaus elgesio ir bendrai elgesio ir emocinių sunkumų turi didelių planavimo gebėjimų vaikai. Atrodo, kad sunkiau planuojantiems vaikams sunkiau sekasi reguliuoti ir savo elgesį bei dėmesį, kas yra labai svarbu atliekant planavimo užduotis, kuomet reikia susikaupti, suplanuoti savo veiksmų seką ir ją tikslingai įgyvendinti.



**9 pav.** Skirtingų planavimo gebėjimų vaikų užsisklendimo, nerimastingumo, dėmesio ir agresyvaus elgesio sunkumų įverčių vidurkiai (pagal auklėtojų vertinimus)

Jau minėjome, kad tėvų ir auklėtojų vertinimai gali skirtis, nes vaikus jie mato skirtingoje aplinkoje. Galbūt planavimo gebėjimai labiausiai atskleidžia struktūruotoje ugdymo aplinkoje, todėl ir auklėtojai labiau planingus (gebančius galvoti apie savo elgesį ir jo pasekmes, labiau paklūstančius nustatytoms taisyklėms) vaikus vertino kaip turinčius mažiau elgesio ir emocijų turinčius vaikus. Planavimas gali būti svarbus ir vaiko socialiniam elgesiui, pvz., vaikas susipykęs su kitu vaiku, turi pagalvoti apie galimas savo veiksmų pasekmes (pvz., kas atsitiks, jei jis suduos kitam vaikui) bei suplanuoti alternatyvų veiksmą. Kadangi darželyje vyksta labai intensyvios socialinės sąveikos tarp vaikų, gali būti, kad geriau planuojantys vaikai lengviau susivaldo ir elgiasi tinkamiau. Auklėtojos juos vertina kaip mažiau probleminius vaikus.

Panašiai skirtingi rezultatai gauti siejant kitą vaikų savireguliacijos gebėjimą – *motorinę kontrolę* – su elgesio ir emociniais sunkumais, vertintais tėvų ir auklėtojų. Remiantis mamos vertinimais, randamas reikšmingas, bet gana silpnas ryšys tarp vaiko motorinės kontrolės, vertintos testavimo metu, ir keturmečių *miego sunkumų* bei *somatinių skundų*. Vaikai, pasižymėję geresne motorine (judesių) kontrole testavimo metu, mamų buvo įvertinti kaip turintys daugiau miego ir somatinių skundų. Iš dalies tai gali rodyti šių vaikų būdą tvarkytis su savo emocijomis, kuris atsiskleidžia santykiyje su mama – daugiau minėtų sunkumų turintys vaikai linkę slopinti ir perdėtai kontroliuoti savo emocijas ir elgesį. Ateityje svarbu patyrinti, kaip savireguliacija (taip pat ir motorinė kontrolė) susijusi su konkrečiais miego sunkumais: galbūt perdėtai save reguliuojantiems vaikams yra sunkiau užmigti (nes jie gali būti linkę daugiau nerimauti, galvoti apie savo elgesį ir pasekmes), o nepakankamai save reguliuojantys vaikai priešinasi guldomi nakčiai, galbūt šios sąsajos skiriasi ir priklausomai nuo vaiko lyties.

O štai remiantis auklėtojų vertinimais, vaikai, kuriems prasčiau sekėsi valdyti savo *smulkiąją motoriką* atliekant „Apskritimų“ užduotį, turi daugiau *dėmesio ir agresyvaus elgesio sunkumų*, taip pat bendrai *elgesio sunkumų*. Smulkiosios motorikos kontrolė gali būti susijusi su elgesio

sunkumų raiška struktūruotoje ugdymo aplinkoje. Darželyje vaikai neretai susiduria su auklėtojų prašymais elgtis ramiau, sulėtinti savo aktyvumą atliekant įvairias užduotėles (pvz., piešti lėčiau, neskubėti). Tie vaikai, kuriems tai pavyksta sunkiau, gali būti įvertinti kaip turintys daugiau dėmesio sunkumų ir nepaklusnesni.

Atrodo, kad kai kurie vaiko savireguliacijos įgūdžiai, įvertinti testavimo metu, labiau dera su auklėtojų pateikta informacija apie vaiką, o ne su mamų pateikta informacija, pvz., mažiau planuojantys vaikai testavimo situacijos metu, remiantis auklėtojų vertinimais, turi daugiau elgesio ir emocinių sunkumų, prasčiau kontroliuojantys savo motorinį aktyvumą vaikai taip pat auklėtojų buvo įvertinti kaip turintys daugiau elgesio sunkumų. Tai galima nesunkiai paaiškinti tuo, kad testavimo situacija yra gana struktūruota aplinka, kurioje iš vaiko prašoma laikytis tam tikrų taisyklių. Tam tikra prasme ši situacija yra panaši į vaikų ugdymo įstaigos aplinką, todėl tyrėjas gali matyti vaiką – su jo galiomis ir sunkumais panašiai, kaip mato vaikų darželio auklėtojai. Tuo tarpu mamos mato vaiką kitoje aplinkoje – labiau betarpiškame ir emociškai artimame ryšyje, kuriame vaikas atsiskleidžia kitu kampu. Vieniems vaikams darželio aplinkoje, kurioje yra aiškiai nustatytos ribos, nuosekliai jų laikomasi, gali būti lengviau valdyti savo elgesį ir emocijas. Tačiau kitiems vaikams darželio aplinka, kurioje yra struktūruojama veikla, prašoma vykdyti suaugusiųjų nurodymus ir kurioje vyksta intensyvios sąveikos su kitais vaikais (o juk tai sąlygoja ir daugiau stresinių ir konfliktinių situacijų, kai reikia užleisti vietą kitam vaikui, pasidalinti su juo žaislais ir pan.), gali kelti iššūkį ir būtent joje jie gali patirti savireguliacijos sunkumų. Taigi, vienas iš tolimesnių mūsų tyrinėjamų klausimų galėtų būti pasiaiškinti, kurie vaikai turi daugiau savireguliacijos sunkumų, remiantis mamų vertinimais, ir kurie jų turi daugiau remiantis auklėtojų vertinimais. Aiškinantis šiuos rezultatus, svarbu bus atsižvelgti ir į tai, kiek auklėtojos pažįsta vaiką, kokia yra vaiko lytis ir pan.

## REKOMENDACIJOS TĒVAMS IR UGDYTOJAMS

Jeigu vaiko elgesys (pvz., jo nepaklusnumas, agresyvus elgesys, dažni pykčio protrūkiai) arba emocinio reagavimo ypatumai (pvz., vaikas atrodo prislėgtas, nelaimingas, perdėtai nerimauja, dažnai turi somatinių nusiskundimų be aiškios medicininės priežasties) jums kelia susirūpinimą, nebijokite kreiptis į vaiko raidos specialistą (pvz., vaikų psichologą). Neretai tėvai vengia kreiptis į psichologus dėl vaikų (arba savo asmeninių) psichologinių sunkumų nenorėdami atrodyti nekompetentingi, nesusitvarkantys su savo vaikais. Tačiau iš tiesų kreipimasis pas profesionalus nėra silpnumo arba nekompetencijos išraiška. Atvirkščiai, tai rodo rūpinimąsi ir atsakomybę už savo vaiko ir bendrai visos šeimos sveikatą ir gerovę. Tai, kad jūs matote tam tikrus vaiko sunkumus, nebūtinai rodo, kad vaikas turi sutrikimų. Toks vaiko elgesys gali būti būdingas tik tam tikram raidos tarpsniui arba gali rodyti pačių tėvų sunkumus (pvz., tėvai turi didelius ar vaiko galimybių neatitinkančius lūkesčius vaiko elgesio atžvilgiu arba taiko neveiksmingus reagavimo į vaiko elgesį būdus). Kartu su specialistu ir aptarsite vaiko individualias savybes ir pagalbos būdus, geriausiai atitinkančius jūsų šeimos galimybes.

Jeigu vaikas lanko ikimokyklinio ugdymo įstaigą, pasiteiraukite, kokių darželio aplinkoje jį ar ją mato auklėtojai, ar jie turi nusiskundimų vaiko elgesiu, kokias mato galias ir sunkumus. Ši informacija padės susidaryti įvairiapusį vaizdą apie vaiko funkcionavimą skirtinguose socialiniuose kontekstuose, be to, bus labai naudinga ir specialistui, jei nuspręsite kreiptis pas jį. Kartais vaiko sunkumus pirmieji pastebi ikimokyklinio ugdymo įstaigos darbuotojai ar kiti žmonės. Neišsigąskite ir nenusiminkite, jeigu jums mėgina pasakyti apie vaiko problemas. Tiesiog išklausykite ir pamėginkite suprasti, kodėl kiti žmonės taip mato ar vertina jūsų vaiką. Gal vaiko savijauta ir elgesys kitoje aplinkoje iš tiesų kitoks? Gal auklėtojai ar kiti žmonės klysta, vertindami vaiką? Tuomet



labai praverstų pasikalbėti su kitais namiškiais, palyginti, kaip jie mato ir apibūdina vaiką. O gal vaikas daugiau sunkumų patiria ne namų aplinkoje? Drauge pasvarstykite, kaip galima būtų padėti jūsų vaikui, jums arba kitiems žmonėms, kurie patiria sunkumų bendraudami su vaiku.

Įvairūs elgesio klausimynai (taip pat ir šiame tyrime taikytas) nėra šimtu procentų tikslūs, padėdami atpažinti vaiką, kuriam iš tiesų gali būti reikalinga pagalba. Dar daugiau, kartais vaiko elgesys ir emocinė būseną išoriškai gali atrodyti labai pastovi ir gera, nors tikėtumėmės, kad vaikas turėtų turėti problemų. Pavyzdžiui, kai žinome, kad vaiko aplinkoje yra stresinių įvykių ar šeimą ištiko krizė (skyrbybos, artimųjų netektis, tėvų finansiniai sunkumai ir pan.), o vaikas, atrodytų, tampa tik dar geresniu, ramesniu, paklusnesniu, nereikėtų tuo labai džiaugtis. Gali būti, kad vaikas labai stipriai slopina savo vidinius išgyvenimus, stengiasi „neskaudinti“ tėvų, o tai vėliau atsilieps jo paties emocinei ar net fizinei sveikatai. Taigi tokiais atvejais irgi reiktų pasikalbėti su vaiku, stebėti jo žaidimą, piešinius. Vaiko vidinė būseną, savyje slopinami išgyvenimai neretai atsiskleidžia vaiko veikloje. Šiuos reikšminius ženklus jums padės pamatyti vaikų psichologas. Todėl jeigu vaikas ar jo šeima, patys artimiausi vaikui žmonės, išgyvena traumuojančius arba didelę įtampą keliančius įvykius, pasirūpinkite, kad vaikas turėtų galimybę atskleisti, pasisakyti, kaip jis ar ji jaučiasi, kas neramina.



## V. Temperamentas

Šiame skyriuje ne tik aptarsime temperamentą, jo sąsajas su elgesio ir emociniais sunkumais, adaptyviu elgesiu, bet ir vėl grįšime prie savireguliacijos (pagrindinio dalyko, kurį aiškinamės šiame tyrime). Nes savireguliacija – gebėjimas kontroliuoti dėmesį, elgesį, valdyti emocijas, – šiuolaikinių temperamento tyrėjų labai siejamas su temperamentu. Kitaip tariant, manoma, kad kaip tik emocionalumas (polinkis į neigiamas ar teigiamas emocijas ir jų reiškimo intensyvumą) bei savo būsenų kontroliavimas, reguliavimas yra dvi svarbiausios temperamentą nusakančios dimensijos. Manoma, kad šie temperamento bruožai, priklausomai ir nuo aplinkos (pvz., tam tikro elgesio su vaiku, jo ugdymo, patirtų stresinių išgyvenimų ir kt.), padeda pagrindą savireguliacijos gebėjimams. Todėl tikėtina, kad temperamento bruožai (juos šiame tyrime prašėme tėvų įvertinti tada, kai vaikams buvo trys metai) ir savireguliacijos gebėjimai turėtų būti labai susiję. O stipriai išreikšti tam tikri temperamento bruožai (pvz., aktyvumas, emociingumas) turėtų vaikams sudaryti sunkumų reguliuojant elgesį, emocijas, dėmesį.

Iš pradžių trumpai apibūdinsime, kokius temperamento bruožus vertinome. *Ekstraversija* atspindi, kiek bendrai vaikas yra aktyvus ir energingas, siekia stimuliacijos, kiek intensyviai ir dažnai reiškia savo teigiamas emocijas. *Neigiamas emocionalumas* parodo vaiko neigiamų emocinių reakcijų (pykčio, liūdesio, nepasitenkinimo, baimės) intensyvumą, taip pat vaiko gebėjimą nusiraminti. *Valinga kontrolė* labiausiai atspindi individualius savireguliacijos skirtumus. Ji parodo, kaip vaikas sukaupia dėmesį, kiek lengvai jis yra išblaškomas, kaip jis gali suplanuoti savo veiklą, nuslopinti savo impulsus, taigi kontroliuoti save.

Priminsime, jog temperamento bruožai laikomi iš esmės įgimtais arba įgytais labai anksti, dar prenatalinėje, raidoje. Jie labiau nusako, *kaip* vaikas reaguoja, elgiasi, jo būdą, o ne konkrečias savybes ar gebėjimus. Anksčiau buvo įprasta mažus vaikus skirstyti į vadinamojo lengvo temperamento (jiems būdingos teigiamos emocijos, dažnas šypsojimas, nusiramimas, noras bendrauti), sunkiai sušildomo temperamento (tokie mažyliai sunkiai suerzinami, bet ir sunkiai nuraminami, gana inertiški) ir sunkaus temperamento (rėksmingi, stipriai reaguojantys į bet kokius pasikeitimus, sunkiai nuraminami). Tačiau vėliau atsisakyta tokio skirstymo – tiesiog pagal tris pagrindinius bruožus (emocingumas arba neigiamas emocionalumas, socialumas arba ekstravertiškumas, ir reaktyvumas arba valinga kontrolė) ir net keliolika smulkesnių bruožų (šypsojimas, baimingumas, gebėjimas nusiraminti ir pan.) galima sudaryti tiek skirtingų kombinacijų, kad tikrai sunku būtų suskirstyti vaikus į keletą aiškių tipų.

Toliau pristatysime mūsų tyrimo rezultatus apie temperamento bruožų išreikštumą (kiek vaikai yra ekstravertiški, emociingi ir pan.) bei jų sąsajas su kitais vaikų elgesio aspektais (adaptyviu elgesiu, probleminiu elgesiu, testavimo metu matuotais savireguliacijos gebėjimais, pagaliau, savireguliacijos sunkumais, kuriuos vertino mamos).

Pirmiausia siekėme išsiaiškinti, ar *berniukai ir mergaitės* skiriasi mamų vertintais temperamento bruožais. Skirtingos lyties vaikai nesiskiria pagal neigiamo emocionalumo įverčių vidurkius, tačiau skiriasi pagal kitą temperamento bruožą – *valingą kontrolę*. Mamos įvertino mergaites kaip turinčias geresnę valingą kontrolę. Kaip matysime vėliau, jos vertino mergaites ir kaip turinčias mažiau dėmesio sunkumų ir agresyvaus elgesio, be to, būtent mergaitės nuolat mamų vertinamos kaip turinčios mažiau savireguliacijos sunkumų. Priminsime (apie tai rašėme antrame skyriuje), kad testuojant savireguliacijos įgūdžius kol kas stebėjome tik nedidelius mergaičių ir berniukų skirtumus – mergaitės geriau išlaukdavo dovanos vyniojimo metu, nei berniukai.

### *Temperamento bruožų ir elgesio bei emocinių sunkumų sąsajos.*

Tyrimai rodo, kad vaiko elgesio ir emocinius sunkumus paaiškina ir vaiko individualūs skirtumai, pavyzdžiui, temperamento bruožai, ir tėvų elgesys, pavyzdžiui, jų taikomos auklėjimo strategijos, reagavimas į vaiko emocinę būseną. Mokslininkai domisi, ar gali būti, kad vaikai, kurie iš prigimties pasižymi tam tikromis savybėmis, pavyzdžiui, yra labai aktyvūs arba emociingi, turi didesnę elgesio ir emocinių sunkumų riziką?

Pirmiausia, pasidomėjome, kaip vaikų temperamento bruožai (vertinti trečiaisiais gyvenimo metais) siejasi su keturmečių elgesio ir emociniais sunkumais, kai juos vertina tėvai (mamos). Vaikų *emociniai sunkumai* labiausiai susiję tik su jų *neigiamu emocionalumu*. Kuo labiau išreikštas trimečio neigiamo emocionalumo bruožas, tuo daugiau emocinių sunkumų, remiantis mama, jis turi sulaukęs ketverių. Šis ryšys yra labai suprantamas, nes vaikams sunkiau tvarkytis su labiau intensyviomis neigiamomis emocijomis (pvz., intensyviu pykčiu ar baime), o tai gali sąlygoti tam tikrų emocinių sunkumų atsiradimą.

Tuo tarpu *elgesio sunkumai*, mamų vertinimu, yra susiję su visais trimis temperamento bruožais. Kuo emocingesnis, impulsyvesnis ir aktyvesnis, taip pat prasčiau valdantis dėmesį, yra trimetis, tuo daugiau jis turi į išorę nukreiptų problemų, sulaukus ketverių. Taigi, matome, kad pagal mamos pateiktą informaciją įgimti vaiko bruožai tikrai susiję su vaiko elgesio ir emocinių sunkumų raiška.

O kaip temperamento bruožai siejasi su elgesio ir emociniais sunkumais, vertintais vaikų darželio auklėtojų? Rezultatai rodo, kad neigiamas emocionalumas nėra susijęs nei su elgesio, nei su emociniais sunkumais, pagal auklėtojų vertinimus. Tačiau panašiai kaip ir mamų vertinimu, yra ryšys tarp vaiko *ekstraversijos ir elgesio sunkumų* bei ryšys tarp mažesnės *valingos kontrolės ir elgesio sunkumų*. Panašu, kad ir auklėtojos, ir mamos impulsyvesnius ir aktyvesnius vaikus, taip pat prasčiau gebančius kontroliuoti save vaikus vertina kaip turinčius daugiau elgesio sunkumų.

Priminsime, kad vaiko temperamentą vertino jo tėvai, todėl stipresni temperamento ir probleminio elgesio ryšiai tiesiog rodo jų nuoseklumą

vertinant savo vaiką. Auklėtojos mato vaikus skirtingame socialiniame kontekste, nei mamos ar tėčiai. Gali būti, kad mamų vertinami emocingesniais vaikai vis dėlto demonstruoja mažiau neigiamų emocijų struktūruotoje darželio aplinkoje, todėl ir neigiamo emocionalumo reikšmė vaiko elgesio ir emociniams sunkumams, kuriuos stebi auklėtojos, yra mažesnė. Gali būti ir taip, kad mamos yra jautresnės fiksuodamos vaikų emocijas, tuo tarpu auklėtojos labiau fiksuoja stebimą vaiko elgesį, ypačiai susijusį su socialine veikla ir paklusimu nustatytoms taisyklėms. Ir vis dėlto, jeigu vaiką mamos apibūdino kaip aktyvaus, impulsyvaus, gyvo būdo, kaip siekiantį veiklos ir sunkiau suvaldantį savo dėmesį bei elgesį, ir mamos, ir auklėtojos vertino, kad toks vaikas turi daugiau elgesio problemų bet kokioje aplinkoje.

Kaip minėta pradžioje, vaiko elgesio ir emocinius sunkumus lemia ne tik įgimtos vaiko charakteristikos, bet ir tėvų elgesys – jų taikomi *auklėjimo būdai, elgesys su vaiku*. Šiame tyrime vertinome ir motinų taikomas strategijas vaiko neigiamų emocijų atžvilgiu. *Paremiančios strategijos* atspindi, kiek motinos paremia vaikus, kai pastarieji susiduria su neigiamomis emocijomis, pvz., skatina emocijų raišką arba padeda spręsti problemą. Tuo tarpu *neparemiančios strategijos* – tai vaiką baudžiančios arba jo emocijas nuvertinančios reakcijos. Mus domino, ar gali būti, kad motinos taikomos strategijos keičia vaiko temperamento bruožų ir jų elgesio ar emocinių sunkumų ryšį (jį sustiprina arba susilpnina). Pavyzdžiui, jei vaikas iš prigimties yra emocingesnis ar impulsyvesnis, galbūt jis patirs mažiau elgesio ar emocinių sunkumų, jei sulauks palaikančio ir šilto mamos elgesio, o ne baudymo?

Kai kurie rezultatai leidžia galvoti apie tai, kad tokios sąveikos tarp vaiko temperamento ir jo mamos elgesio tikrai gali būti reikšmingos. Mūsų tyrimo duomenimis (tiesa, dar labai preliminariais), sąveika tarp ekstraversijos ir paremiančių motinos strategijų yra reikšminga prognozuojant keturmečių elgesio sunkumus pagal auklėtojų vertinimus. Tie vaikai, kuriuos mamos įvertino kaip aukšto ekstraversijos lygio (aktyvesni, impulsyvesni), o savo taikomas strategijas – kaip paremiančias

(didelis paremiančių strategijų įvertis), turi mažiau elgesio sunkumų, nei tie vaikai, kuriuos mamos vertino kaip aukšto ekstraversijos lygio, bet pačios dažniau taiko neparemiančias strategijas.

Taigi mūsų tyrimo rezultatai patvirtina gerai žinomą tiesą – net ir nepalankiomis įgimtomis savybėmis pasižymintis vaikas gali sėkmingai vystytis ir nesusidurti su prisitaikymo ar emocinės sveikatos problemomis, jei patirs jautrią, nuoseklią ir į jo poreikius orientuotą globą.

***Temperamento bruožai ir adaptyvus elgesys.*** Šio tyrimo rezultatai rodo ir tai, kad keturmečių adaptyvus elgesys siejasi su kai kuriais jų temperamento bruožais vertintais trečiaisiais gyvenimo metais. Visų pirma, nustatytas vidutinio stiprumo ryšys tarp *valingos kontrolės* bruožo išreikštumo trečiaisiais metais ir *bendro adaptyvaus elgesio* ketvirtaisiais metais: kuo stipriau tėvų vertinimu buvo išreikštas trimečio valingos kontrolės bruožas, tuo sėkmingiau apskritai funkcionuojančiu, geriau bendraujančiu, pasižyminčiu didesniu savarankiškumu tėvai linkę matyti šį vaiką jam sulaukus ketverių metų. Kuo geriau tėvų akimis trimetis galėjo sukaupti dėmesį, suplanuoti savo veiklą ir nuslopinti impulsus, kai iš jo to prašoma, tuo geriau ir sulaukęs ketverių jis planuoja savo veiklą, ilgiau išlieka susikaupusiu ties veikla, sėkmingiau kontroliuoja savo impulsus, laikosi nustatytų taisyklių (*Savireguliacijos ir veiklos organizavimo sritis*), tuo labiau sulaukęs ketverių jis savo elgesiu demonstruoja atsargumą ir pavojų vengimą (*Sveikatos ir saugumo sritis*). Sėkmingesnis trimečio impulsų slopinimas siejasi ir su geresniais keturmečio *socialiniais įgūdžiais* (labiau tinkamu elgesiu socialinėse situacijose, didesniu atidumu bei dėmesiu kitiems, sėkmingesniu bendravimu su bendraamžiais).

Taip pat tyrimo rezultatai rodo ryšį tarp *ekstraversijos bruožo* išreikštumo trečiaisiais metais ir *savireguliacijos ir veiklos organizavimo* bei *sveikatos ir saugumo veiklų* atlikimo ketvirtaisiais metais. Tiksliau įvardijant, kuo labiau tėvų akimis trimetis buvo aktyvus ir energingas, kuo labiau jį traukė intensyvios veiklos, tuo sunkiau sulaukęs ketverių jis planuoja

savo veiklą, trumpiau išlieka susikaupusiu ties veikla, blogiau kontroliuoja savo impulsus, mažiau laikosi nustatytų taisyklių (*Savireguliacijos ir veiklos organizavimo sritis*), tuo rečiau sulaukęs ketverių jis savo elgesiu demonstruoja atsargumą ir pavojų vengimą (*Sveikatos ir saugumo sritis*). Be to, didesnis trimečio aktyvumas siejosi ir su mažiau sėkmingais keturmečio santykiais su kitais žmonėmis (*Socialinių įgūdžių sritis*), bei su apskritai mažesniu keturmečio savarankiškumu (*Savitvarkos ir Buities įgūdžių sritis*).

Skirtingai nei Ekstraversijos ir Valingos kontrolės bruožai, trimečio *neigiamas emocionalumas* nėra susijęs su keturmečio adaptyviu elgesiu. Vis tik vienas neigiamo emocionalumo aspektų – pykčio išgyvenimo ir raiškos intensyvumas, – siejasi ir su keturmečio bendru adaptyviu funkcionavimu, ir su atskirais adaptyvaus elgesio aspektais. Kuo tėvų vertinimu trimečio *pykčio reakcijos* buvo dažnesnės ir stipresnės, tuo pasak tėvų sulaukęs ketverių jis pasižymėjo *prastesniais savireguliacijos ir veiklos organizavimo įgūdžiais*, didesniu neatsargumu ir pavojų ignoravimu, retesniu dalyvavimu namų ruošos veiklose.

***Temperamento sąsajos su savireguliacijos gebėjimais.*** Įdomu tai, kad būtent neigiamo emocionalumo aspektas – *pykčio intensyvumas* – siejosi ir su testavimo metu vertintais vaikų savireguliacijos gebėjimais. Mūsų tyrimo duomenimis, skirtingo *planavimo* lygio vaikai skiriasi tik pagal trimečių pykčio išreikštumą (žr. 10-ą paveikslėlį).

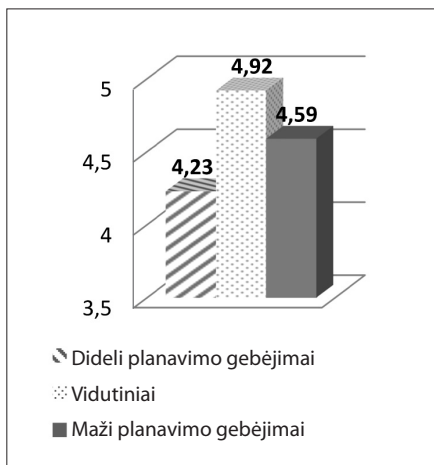
Keturmečiams, kurie geriausiai atliko planavimo užduotį, būdingos mažiausiai intensyvios pykčio reakcijos, kai jie buvo trejų. Įdomu tai, kad didžiausi pykčio įverčiai būdingi vidutinių planavimo gebėjimų vaikams (tiesa, papildoma statistinė duomenų analizė parodė, kad vidutinių ir mažų planavimo gebėjimų vaikai pagal pykčio įverčius statistiškai reikšmingai nesiskiria). Pyktis yra labai stipri emocija. Kuo jis stipresnis, tuo gali būti sunkiau jį suvaldyti. Geriau reguliuojantiems savo emocijas vaikams gali būti lengviau atlikti planavimo užduotį: būdami emociškai pozityvūs jie gali lengviau įsitraukti į veiklą, ilgiau išlaikyti dėmesį, pa-

rodyti mažiau neigiamų emocijų susidūrę su iššūkiais ar nesėkmėmis.

*Malonumo atidėjimo* užduoties atlikimas taip pat siejosi su vienu temperamento aspektu - *dėmesingumu*. Vaikai, kurie neatsisuko ir nesidairė, pasižymi didžiausiais dėmesingumo įverčiais. Malonumo atidėjimo užduoties pradininkas W. Mischelis dar prieš kelis dešimtmečius pastebėjo, kad geriau malonumo atidėjimo užduotį sekasi atlikti tiems vaikams, kurie geriau valdo savo dėmesį. Kai reikia išlaukti apdovanojimo, geriau dėmesį valdantys vaikai jį nukreipia ne į saldainį ar kitą apdovanojimą, kurio tikisi sulaukti, bet į kokius nors kitus daiktus aplinkoje.

O štai tokie temperamento aspektai kaip *baimingumas ir linksnumas* siejosi su kitu savireguliacijos gebėjimu – *motorine kontrole*. Geriau stambiosios motorikos aktyvumą sekasi suvaldyti vaikams, kuriuos trečiaisiais metais motinos įvertino kaip baimingus ir mažiau linksmus. Baimingi ir drovūs vaikai (mūsų tyrimo duomenimis, drovumas yra susijęs su baimingumu) pasižymi perdėta savo impulsų kontrole. Šie vaikai, tikėtina, bendrai yra paklusnesni, labiau linkę slopinti ir savo judesius.

Nors itin gera savikontrolė leidžia atkakliau siekti tam tikrų tikslų, o tėvams tokie vaikai atrodo keliantys mažai rūpesčių dėl elgesio, nes jie paklusnūs, atsargūs, labiau visko baiminasi ir galbūt daugiau nerimauja dėl savo elgesio pasekmių, vis dėlto neretai pernelyg save kontroliuojantys vaikai ir vėliau gali turėti daugiau emocinio pobūdžio sunkumų,



**10 pav.** Skirtingo planavimo lygio vaikų temperamento bruožo – pykčio įverčių vidurkiai 3 m. amžiuje



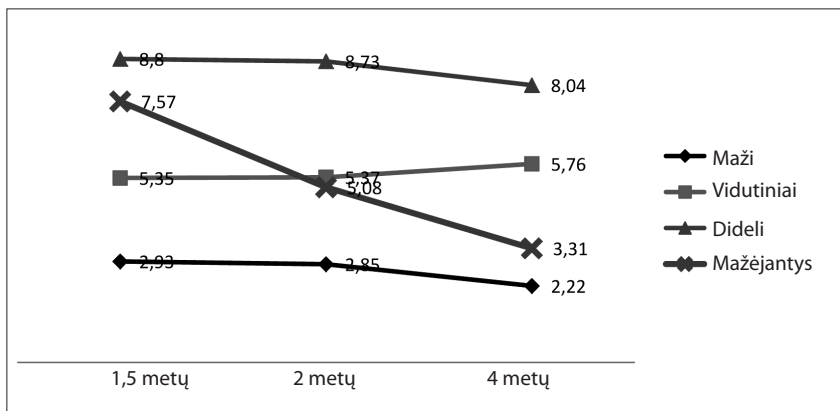
ypač namų aplinkoje, su artimais žmonėmis. Jie gali būti atsakingi ir besilaikantys taisyklių, bet viduje labai linkę kaltinti save dėl visokių nesėkmių. Taigi nei pernelyg menka savireguliacija, savikontrolė, nei pernelyg stipri nėra, mūsų manymu, geras dalykas vaiko funkcionavimui ir tolesnei raidai. Menka savireguliacija pasižymintiems vaikams (turintiems daugiau savireguliacijos sunkumų) iš tiesų sunkiau atlikti kokią nors veiklą, ypač reikalaujančią pastangų ir susikaupimo, jiems gali būti sunkiau valdyti dėmesį, emocijas, būti paklusnesniais.

Šiame tyrime mes daugiau tyrinėjome būtent savireguliacijos sunkumų turinčius vaikus, tačiau ateityje atidžiau patyrinėsime ir pernelyg gerai save reguliuojančius vaikus.

***Savireguliacijos sunkumai, vertinti mamų (tėvų), ir jų kaita nuo pusantrų iki keturių metų amžiaus.*** Šiame tyrime vaikų savireguliacijos sunkumams, patiriamiems kasdieniniame gyvenime, vertinti naudojome jau minėtą Vaiko elgesio aprašą, kurį pildė tėvai. Remiantis teoriniu savireguliacijos pagrindimu ir sudėtinga statistine analize sudarėme dvi savireguliacijos sunkumų skales: *Dėmesio ir elgesio reguliavimo sunkumai* bei *Emocijų reguliavimo sunkumai*. Kadangi Vaiko elgesio aprašą tėvai (dažniausiai – mamos) pildė tuomet, kai vaikams buvo pusantrų, dveji ir keturi metai, galėjome patyrinėti ir reguliavimo sunkumų keitimąsi (didėjimą ar mažėjimą) arba pastovumą per šį laikotarpį.

Mūsų tyrimo rezultatai parodė, kad per pirmuosius keturis metus dėmesio ir elgesio reguliacijos sunkumų įvertis mažėja, o tai reiškia, kad augdami vaikai vis geriau reguliuoja savo dėmesį ir elgesį. Tuo tarpu emocijų reguliacijos sunkumų lygis nesikeičia, kitaip tariant, ši trajektorija išlieka stabili.

Pamėginome patyrinėti, ar visų vaikų savireguliacijos sunkumai per pirmuosius keturis metus keičiasi vienodai. Radome, kad kiek daugiau nei trečdalis vaikų (35 proc.) nuo pusantrų iki keturių metų amžiaus, mamų vertinimu, nuolat turėjo labai mažai *dėmesio ir elgesio reguliacijos sunkumų*, 27,6 proc. vaikų nuolat turėjo vidutinio lygio sunkumų, o

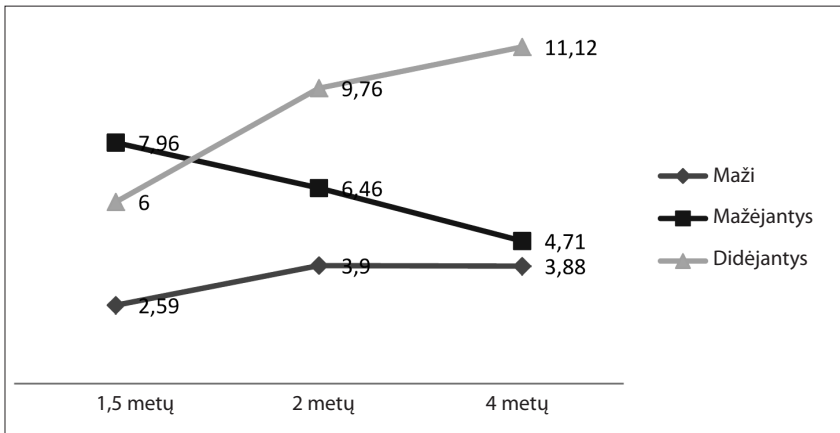


**11 pav.** Skirtingos vaikų dėmesio ir elgesio reguliavimo sunkumų kitimo grupės

14 proc. vaikų sunkumai nuolat buvo labai išreikšti. Pagaliau, dalis vaikų – 22,6 proc. – turėjo, motinų vertinimu, didelių savireguliacijos sunkumų būdami pusantrų metų, tačiau jiems augant, šie sunkumai labai mažėjo (žr. 11-ą paveikslėlį).

Nuolat mažai savireguliacijos sunkumų turintys vaikai labiausiai skyrėsi nuo daug sunkumų turinčių vaikų savo temperamento bruožais: jie buvo mažiau *ekstravertiški*, pasižymėjo geresne *valinga kontrole* ir mažesniu *neigiamu emocionalumu*. Šie vaikai jau kūdikystėje, jų mamų matymu, turėjo mažiau *probleminio elgesio* (mažiau verksmingi, geriau miegantys, mažiau atpylinėjantys ir pan.). Be to, jų mamos vertino save kaip turinčias geresnius *motinystės gebėjimus*, buvo linkusios labiau pasitikėti savimi, kaip mamomis. Jos buvo ir *vyresnio amžiaus mamos*. Vis dėlto tai, ar vaikų dėmesio ir elgesio reguliavimo sunkumai mažės, ar išliks pastoviai dideli, labiausiai prognozavo tikrai temperamento bruožas vaiko *neigiamas emocionalumas*. Vidutinio ir didelio lygio sunkumus labiausiai skyrė *vaiko lytis* – kaip matysime toliau, berniukai, mamų vertinimu, pasižymi reikšmingai didesniais dėmesio ir elgesio reguliavimo sunkumais, nei mergaitės.

Tyrinėjant *emocijų reguliacijos sunkumų* individualius skirtumus rade, kad du trečdaliai vaikų (65 proc.) turėjo nuolat mažai emocijų reguliacijos sunkumų; lygiai ketvirtadalis vaikų (25 proc.) emocijų reguliacijos sunkumai, vaikui augant, mažėjo; pagaliau beveik 10 proc. vaikų emocijų reguliacijos sunkumai didėjo. Taigi, nors vaikui augant reiktų tikėtis vis geresnės emocijų reguliacijos, dalis vaikų, jų mamų vertinimu, turėjo vis daugiau problemų su emocijų reiškimu ir valdymu (žr. 12-ą paveikslėlį).

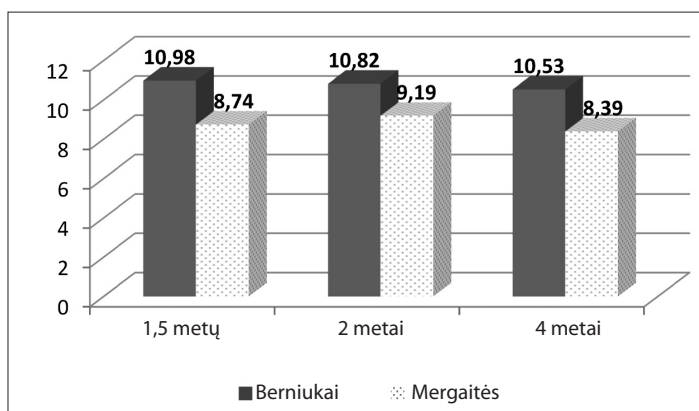


**12 pav.** Skirtingos vaikų emocijų reguliavimo sunkumų kitimo grupės

Mažai emocijų reguliavimo sunkumų turintys vaikai nuo kitų reikšmingai skyrėsi tik vienu temperamento bruožu – mažesniu *neigiamu emocionalumu*. Be to, emocijų reguliavimo sunkumų didėjimas būdingas ikimokyklinukams, kurie jau tik gimę buvo vertinti mažesniais naujagimių funkcionavimą rodančiais *Apgar balais*, o kūdikystėje mamos juos vertino kaip turinčius daugiau įvairių problemų. Mažiausiai emocijų reguliacijos sunkumų turinčių vaikų mamos buvo *vyresnės* už kitų vaikų mamas, ir vėlgi vertino save kaip turinčias geresnius *motinystės gebėjimus*. Pagaliau, jeigu šalia kitų rizikos veiksnių (jaunas amžius, mažes-

nės motinystės kompetencijos, vaiko prastesnė sveikata naujagimystėje, neigiamas emocionalumas) mamos buvo dar ir mažesnio išsilavinimo bei buvo depresiškesnės pirmąjį pusmetį po gimdymo, tai prognozavo, kad jų vaikų emocijų reguliacijos sunkumai ne mažės, o didės.

Vaikų savireguliacijos sunkumus atidžiau patyrinėjome pagal *vaikų lytį*. Visuose trijuose tyrimo etapuose (pusantrų, dviejų ir keturių metų) berniukai turėjo daugiau savireguliacijos sunkumų (žr. 13-ą paveikslėlį), o tai reiškia, kad mergaitėms ankstyvoje vaikystėje, mamų vertinimu, geriau pavyksta reguliuoti savo dėmesį, elgesį ir emocijas.



**13 pav.** Pusantrų, dviejų ir keturių metų berniukų ir mergaičių savireguliacijos sunkumų, vertintų tėvų, palyginimas

Tyrimo rezultatai taip pat parodė, kad motinos *pogimdyminis depresiškumas* (vertintas praėjus trimis ir šešiams mėnesiams po gimdymo) yra susijęs su vaikų savireguliacijos sunkumais tik berniukų imtyje. Šie rezultatai rodo, kad kuo daugiau depresijos simptomų pogimdyminiu laikotarpiu turėjo mama, tuo daugiau savireguliacijos sunkumų, jos matymu, vėliau turi berniukas. Kitaip tariant, tiksliau formuluoti galėtume taip: kuo mamos jautėsi labiau prislėgtos ir nerimastingos pirmąjį pusmetį po gimdymo, tuo vėliau joms atrodė, kad jų sūnūs turi daugiau problemų kontroliuojant dėmesį, elgesį, emocijas. Priminsime, kad tai

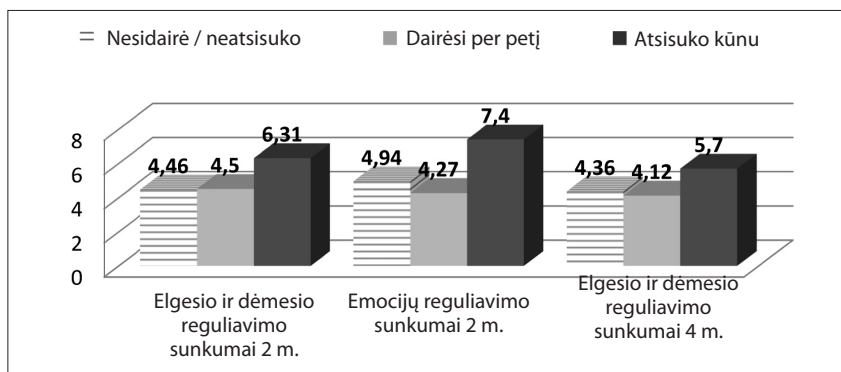
gali rodyti ne tik vaikų, bet ir pačių mamų, sunkumus, kurie atsispindi ir vertinimuose.

Mergaičių grupėje ryšys tarp motinos pogimdyvinio depresiškumo ir dukros savireguliacijos sunkumų yra statistiškai nereikšmingas. Tačiau stebima tendencija, kad ryšys tarp ankstyvojo motinos depresiškumo (vertinto šeštą-septintą mėnesį po gimdymo) ir dukros savireguliacijos sunkumų yra atvirkštinis: kuo daugiau depresijos simptomų turėjo mama, tuo mažiau savireguliacijos sunkumų, jos vertinimu, vėliau turėjo mergaitė. Tai gali rodyti, kad depresiškų mamų mergaitės – gal dėl to, kad labiau linkę perimti mamos reagavimą ir elgesį, gal dėl to, kad labiau linkusios prisitaikyti prie mamos, – pasižymi kaip tik didesne emocijų ir elgesio kontrole, kitais žodžiais tariant, jos labai kontroliuoja savo elgesį, emocijų raišką, galbūt slopina ir kaupia savyje neigiamas emocijas, perdėtai paklusniai vykdo suaugusiųjų nurodymus. Tai taip pat gali neigiamai atsiliepti mergaitės raidai, jos savęs vertinimui. Kai kurie tyrėjai randa, kad tokios mergaitės iš tiesų vėliau pasižymi didesne savigraūža, perdėta atsakomybe, kaltės jausmu.

Taigi mūsų tyrimo duomenys galėtų rodyti, kad mamos pogimdyminis depresiškumas turi skirtingą poveikį mergaitės ir berniuko elgesiui, bent jau santykiuose su pačia mama: berniukai linkę atviriau ir akivaizdžiau reikšti savo nepasitenkinimą, o mergaitės, atvirkščiai, perdėtai save slopinti. Ir vienas, ir kitas variantas nėra palankus vaiko raidai, todėl šio tyrimo duomenys patvirtina, kaip svarbu mamai, kuri po gimdymo prastai jaučiasi (labai nerimauja, prastai miega ar jaučia nuolatinį nuovargį), kuo anksčiau prašyti artimųjų paramos ar kreiptis profesionalios pagalbos, nelaukiant, kol tai „savaimė praeis“.

O ar mamų nurodyti savireguliacijos sunkumai, patiriami vaikų kasdienėje veikloje, siejasi su savireguliacijos įgūdžiais, kuriuos vertinome testavimo metu? Su planavimo gebėjimais ir motorine kontrole mamų vertinti savireguliacijos sunkumai nebuvo susiję. Jie siejosi tikrai su *matulonumo atidėjimo* užduotimi, rodančia vaikų gebėjimą kontroliuoti savo impulsus. Vaikai, kurie atsisuko pasižiūrėti vyniojamos dovanos testavimo metu, turėjo daugiausiai *elgesio ir dėmesio reguliavimo sunkumų*

bei *emocijų reguliavimo sunkumų* būdami dviejų metų, taip pat elgesio ir dėmesio reguliavimo sunkumų keturių metų amžiuje (žr. 14-ą paveikslėlį). Taikyti statistiniai kriterijai rodo, kad vaikai, kurie nesidairė ir neatsisuko bei tie, kurie truputį dairėsi per petį (bet neatsisuko), nesiskiria elgesio, dėmesio ir emocijų reguliavimo sunkumų įverčiais. Ateityje vaikų, kurie dairėsi per petį, grupę taip pat ketiname suskirstyti pagal tai, kiek kartų jie dairėsi per petį, ar dairėsi pakankamai tam, kad pamatytų dovaną, ir pan. Tai leis užfiksuoti subtilesnius gebėjimo palaukti, vertinto testavimo metu, skirtumus.



**14 pav.** *Vaikų elgesys per dovanos įvyniojimo užduotį (4 m.) bei elgesio, dėmesio ir emocijų reguliavimo sunkumų įverčių vidurkiai*

Priminsime, kad malonumo atidėjimo užduotys (mūsų tyrime naudojome ir kitą, čia kol kas neanalizuotą, užduotį) yra klasikinės užduotys vaikų savireguliacijai matuoti. Taigi panašu, kad vaikų elgesys šių užduočių metu labiausiai ir atskleidžia, kaip vaikams sekasi kontroliuoti save, susilaikyti, palaukti. Kaip tik šie gebėjimai, manoma, ateityje svarbūs sėkmingai vaikų akademinėi veiklai ir prisitaikymui kasdieniame gyvenime.

## REKOMENDACIJOS TĖVAMS IR UGDYTOJAMS

Vaikai skiriasi pagal savo temperamento bruožus, o tai reiškia, kad jie turi ne tik skirtingą būdą, bet ir skirtingus resursus savo elgesio, dėmesio, emocijų valdymui. Vaikai, kurie pasižymi dideliu impulsyvumu ir neigiamu emocionalumu, gali patirti daugiau savireguliacijos sunkumų, nei tie vaikai, kurių impulsyvumas ir neigiamas emocionalumas yra mažiau išreikšti. Kita vertus, kokio bus temperamento savybių raiška (pavyzdžiui, kokiomis asmenybės savybėmis taps ir ar didins tam tikrų sutrikimų riziką) labai priklauso nuo tėvų ir kitų artimų žmonių elgesio, kiek jie sugeba prisitaikyti prie konkrečių vaiko savybių.

Jei vaikas yra impulsyvesnis, labai emociškai reaguoja, sunkiai nusiramina, pirmiausia tėvams svarbu įsisąmoninti, kad dėl to jie nėra „blogi tėvai“. Šiems vaikams patiems sunkiau valdyti savo elgesį ir emocijas, jiems gali reikėti šiek tiek daugiau paramos ir pagalbos iš aplinkinių. Tokiems vaikams labai svarbi struktūra, aiškios taisyklės, kurių vaikas turi laikytis, ir nuoseklus jų laikymasis, aiškios pasekmės už elgesį (pvz., už tinkamą elgesį vaikas gali sulaukti tam tikro apdovanojimo, už netinkamą gali būti ribojamas tam tikros privilegijos kaip antai filmukų žiūrėjimas). Pagal galimybes labai svarbu laikytis to paties dienos režimo, iš anksto paruošti vaikus pokyčiams, suplanuoti išvykas. Šie vaikai gali patirti daugiau pykčio protrūkių ir jiems gali būti sunkiau nusiraminti jų metu. Pykčio priepuolių metu tokie suaugusiųjų prašymai kaip „nusiramink“ arba „pasakyk žodžiais“ gali neveikti, nes vaikai tiesiog jų negirdi. Vaikas turi teisę pyktį, tik reikia parodyti socialiai priimtinus būdus pykčiui išreikšti (sakyti „aš pykstu“, „man nepatinka“, nupiešti savo pyktį, kad jį geriau pamatytume, suprastume). Nereiktų neklusnaus ar pykstančio vaiko uždaryti (ypač – tamsiame) kambaryje. Galime tiesiog kurį laiką palikti jį ramybėje, bet būti netoliese.

Aktyvumu ir impulsyvumu pasižymintiems vaikams gali būti sunkiau susikaupti, todėl reikia daryti dažnesnes pertraukas veiklos metu,

leisti dažniau pajudėti. Teigiami pastiprinimai (padrąšinimas, pagyrimas) visuomet veikia geriau nei bausmės auklėjant vaikus. Todėl reiktų atkreipti dėmesį į tinkamą vaiko elgesį, o ne netinkamą, kurį tam tikrais atvejais rekomenduojama tiesiog ignoruoti. Auginti ir auklėti „sunkesnio temperamento“ vaikus gali būti rimtas išbandymas tėvams, reikalaujantis iš jų daug fizinių ir psichologinių jėgų. Todėl svarbu pasirūpinti ir savo savijauta. Normalu ir tai, kad šie vaikai gali lengviau išvesti iš pusiausvyros, o tuomet gali kilti noras aprėkti vaiką arba net jį pliaukštelėti. Tokiais atvejais svarbu prisiminti keletą būdų, kaip greitai atgauti pusiausvyrą, pvz., išeiti į kitą kambarį, atsigerti vandens arba tiesiog suskaičiuoti iki dešimties.





## VI. *Kasdieniai įpročiai*

Mūsų tyrime dalyvaujančios šeimos puikiai žino, kad visus ketverius tyrimo metus rinkome daugybę įvairios informacijos apie vaiko aplinką, kurioje jis ar ji auga, apie kasdienes įpročius ir veiklas (pvz., miegojimą ir filmukų žiūrėjimą), net apie mitybą ir vaiko sergamumą, apie šeimoje vykstančius pokyčius ir pan. Informacijos iš tiesų labai daug, deja, ne visą ją spėjome išanalizuoti. Norint pagrįstai atsakyti į kai kuriuos klausimus, reikia gerokai įsigilinti į daugybės veiksnių tarpusavio sąveikas, kartais – į pavienių atvejų skirtingumus ar panašumus. Paskutiniame šio leidinio skyriuje pateiksime kai kuriuos daugiau patyrinėtus vaikų kasdienio gyvenimo aspektus.

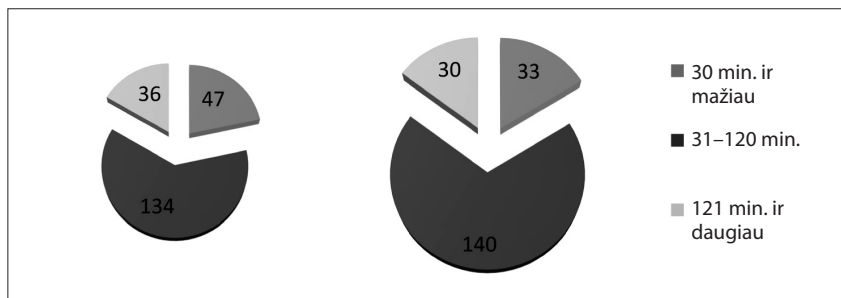
### *Animacinių filmukų per televizorių ar kompiuterį žiūrėjimas.*

Lietuvoje reta šeima gyvena be televizoriaus ir (arba) kompiuterio, taigi vaikai su jais susipažįsta labai anksti, o animacinių filmukų žiūrėjimas jiems tampa įprasta kasdienybe. Keletą dešimtmečių vykusiose rimtais moksliniais tyrimais grįstose diskusijose sutariama dėl keleto aiškių pavojų, kuriuos vaikams kelia buvimas prie ekranų. Pirma, labiausiai vaikams kenkia besaikis buvimas prie ekranų. Kuo vaikai daugiau laiko leidžia prie TV ar kompiuterio ekrano, tuo mažiau jo skiria kitiems užsiėmimams, bendravimui, tuo labiau nukenčia jų vaizduotė, gebėjimas sklandžiai reikšti mintis, sukaupti ir išlaikyti dėmesį. Antra, neigiamą įtaką vaikų sveikam gyvenimo būdui, ypač sveikai mitybai, turi per TV rodomos reklamos. TV žiūrėjimas vienareikšmiškai siejamas su viršsvoriu, kai kuriomis sveikatos problemomis ir miego sutrikimais. Trečia, ir kitose šalyse, ir Lietuvoje atlikti tyrimai patvirtina, kad TV programose, net skirtose vaikams, daug smurto scenų, o smurto scenų stebėjimas ar

smurtiniai kompiuteriniai žaidimai siejasi su agresyviu elgesiu, smurto naudojimu ar jo pateisinimu sprendžiant konfliktus kasdieniniame gyvenime.

Dauguma šalių stengiasi ne tik cenzūruoti, ką galima rodyti mažiems vaikams, bet ir griežtai rekomenduoja buvimo prie ekrano trukmę. Vaikams iki dviejų metų išvis nerekomenduojama žiūrėti TV ar būti prie kompiuterio, ikimokykliniame amžiuje ir net vėliau, jau mokykliniame amžiuje, bendra buvimo prie ekranų trukmė neturėtų viršyti 2 val. per dieną. Kaip sekasi laikytis šių rekomendacijų mūsų tyrime dalyvavusių mažų vaikų tėvams?

Kai tyrimo dalyviams buvo du ir trys metai, mamų klausėme, kiek vidutiniškai laiko per dieną vaikas praleidžia prie TV ar kompiuterio žiūrėdamas animacinius filmukus, reklaminius klipus ar ką kitą. Pasirodo, per metus pokyčio beveik nėra – ir dviejų, ir trijų metų amžiaus vaikai prie įjungto ekrano praleidžia vidutiniškai 86 minutes, tai yra beveik pusantros valandos per dieną. Du trečdaliai mažylių prie ekranų praleidžia nuo pusės valandos iki dviejų valandų per dieną (žr. 15 pav.). 16 proc. dvimečių ir 15 proc. tų pačių vaikų, kai jiems buvo trys metai, prie ekrano praleidžia daugiau nei dvi valandas per dieną! Tik maždaug penktadaliui mažylių tėvai prie ekranų leidžia būti mažiau nei pusvalandį. Berniukai ir mergaitės nesiskiria pagal laiko, praleidžiamo prie TV ar kompiuterių ekrano, trukmę.



**15 pav.** Dviejų metų (kairėje) ir trijų metų amžiaus vaikų (dešinėje) pasiskirstymas pagal buvimo prie TV ar kompiuterių trukmę

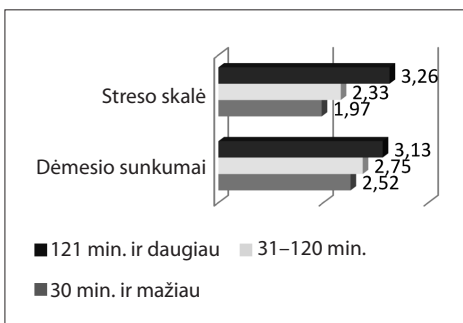
Nuo kitų – didžiųjų – šalių šiuo požiūriu stipriai „neatsiliegame“: Australijos dvimečiai-trimečiai prie ekranų maždaug prieš aštuonerius metus vidutiniškai praleisdavo 84 minutes, o Jungtinių Valstijų mažyliai – vidutiniškai 95 minutes. Lyg ir nėra ko nerimauti – vidutiniškai rekomenduojamų dviejų valandų neviršijame? Tiesa ta, kad mūsų, kaip ir daugelio kitų mokslininkų, tyrimuose vaikų buvimo prie ekranų trukmę vertino patys tėvai (kaip taisyklė – mamos). Nedrįstume teigti, kad ji iš tiesų tokia ir yra. Labiau tikėtina, kad mamos bent kiek sutrumpino, tikrai ne pailgino, nurodydamos vaikų laiką, leidžiamą prie ekranų. Tikriausiai matuojant šį laiką neįskaičiuotas ir „pasyvus“ buvimas prie ekranų, kai vaikas būna kambaryje tuo metu, kai kažkas kitas žiūri TV. Paprastai tokiais atvejais maži vaikai nejučia atkreipia dėmesį ir žiūri TV, kai rodo reklamas arba įtempto siužeto (didelio garso ir raiškumo) scenas. Antra vertus, mes, kaip ir kitos šalys, gerokai viršijame specialistų rekomendacijas ir mažyliams (net dvimečiams) leidžiame žiūrėti filmukus vidutiniškai pusantros valandos, nors jie dar išvis neturėtų leisti laiko prie ekrano.

Dvimečių tėvai, turintys aukštąjį universitetinį išsilavinimą, prie TV ar kompiuterių savo mažyliams leidžia (o gal tik deklaruoja, kad leidžia?) būti trumpiau, nei kiti tėvai. Daugiausiai laiko prie ekranų būna vidurinę ir mažesnę išsilavinimą turinčių tėvų dvimečiai. Įdomu tai, kad trimečių buvimo prie TV ar kompiuterio trukmė priklausomai nuo tėvų išsilavinimo jau susilygino, reikšmingai nesiskyrė. Ikimokyklinio ugdymo įstaigos lankymas mažyliams savotiškai apsaugo nuo ilgo buvimo prie TV ar kompiuterio: *darželį lankantys* dviejų metų amžiaus vaikai prie TV ar kompiuterių ekranų praleidžia mažiau laiko, nei jo nelankantys. Tačiau trijų metų amžiaus vaikai tuo jau nesiskiria. Pastebėtina ir tai, kad vaikų darželio nelankė tik penktadalis trimečių, dalyvaujančių mūsų tyrime.

Jau tokia ankstyvame amžiuje radome, kad animacinių filmukų ar reklamų žiūrėjimas siejasi su *didesniu vaikų svoriu*. Kuo daugiau laiko dviejų metų vaikai praleido žiūrėdami filmukus, tuo didesnę kūno masės indeksą jie turėjo būdami trejų. Buvimas prie ekrano siejosi ir su *tem-*

*peramento bruožais*. Pasirodo, vaikai, kuriems būdingas neigiamas emocionalumas (t.y. jie stipriau, dažniau, intensyviau reiškia pyktį, liūdesį, nusivylimą ir jautriau reaguoja į aplinkos stimulus), ir dviejų, ir trijų metų amžiuje daugiau laiko praleido prie TV ar kompiuterių ekranų. Visai tikėtina, kad labai emocionalių vaikų tėvai yra linkę raminti, užleisdami jiems filmukus per TV ar kompiuterį. Tačiau galima numanyti ir tai, kad buvimas prie ekrano ilgai nepadidina jų emocionalumo. Panašiai yra ir su *savireguliacijos sunkumų* turinčiais vaikais: dvimetinukai, kuriems sunkiau sekasi reguliuoti savo elgesį, dėmesį ir emocijas, prie ekranų praleidžia daugiau laiko.

Dvi ir daugiau valandas prie ekranų per dieną sėdintys dvimečiai ir po metų, ir po dviejų, jų mamų vertinimu, turėjo didžiausius *streso skalės* įverčius (rodančius, kad mažyliams dėl kažkokių priežasčių būdinga nuolatinė įtampa). Būdami trijų metų amžiaus jie taip pat turėjo ir daugiau *dėmesio problemų*, ką patvirtina ir kitų šalių tyrimai.



Tačiau auklėtojos ilgiau filmukus žiūrinčius vaikus nevertino kaip turinčius daugiau kokių nors elgesio ar emocijų sunkumų keturių metų amžiuje. Gal tai reiškia, kad mamos, kurioms atrodo, kad vaikas patiria daugiau streso, įtampos, linkusios labiau leisti vaikams žiūrėti filmukus? O gal vaikai, žiūrintys filmukus, iš tiesų daugiau streso patiria namų aplinkoje, bet neatrodo įsitemę darželyje?

Buvimo prie TV ir kompiuterio trukmė siejosi ir su testavimo metu matuotais vaikų *savireguliacijos gebėjimais*: kuo būdami trijų vaikų ilgiau praleido prie TV ar kompiuterio, tuo prasčiau jie atliko planavimo ir skanėsto atidėjimo užduotis testavimo metu, kai jiems buvo keturi metai. Taigi panašu, kad buvimas prie ekranų vis dėlto gali padidinti riziką, kad vaikai turės prastesnius savireguliacijos (ypač dėmesio reguliacijos) įgūdžius.

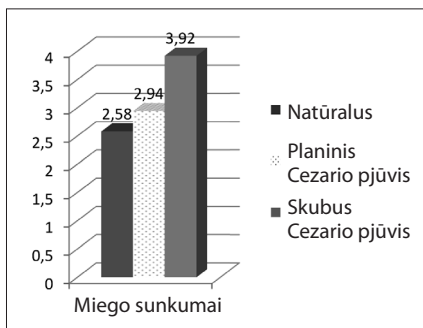
Su keturmečių pažintiniais gebėjimais ir adaptyviu elgesiu buvimas prie TV ar kompiuterio trijų ir dviejų metų amžiuje nesusijęs. Taigi, filmukų žiūrėjimo trukmė po metų ar dviejų metų nebeturi akivaizdžios neigiamos ar teigiamos reikšmės nei vaiko pažintinei raidai, nei jo geresniam ar prastesniam prisitaikymui kasdieniame gyvenime. Tačiau didesnė buvimas prie ekranų trukmė siejasi su prastesniais vaikų savireguliacijos gebėjimais. Svarbu pastebėti tai, kad mes vertinome tik žiūrėjimo trukmę, o ne tai, ką būtent žiūri vaikai. Be to, nevertinome dabartinės buvimas prie ekranų trukmės. Tęsiant tyrimą, penkių metų amžiuje, būtų svarbu įvairiapusiškiau paanalizuoti TV ir kompiuterio naudojimą bei jo sąsajas su vaikų raida.

***Miego sunkumai ir galimos jų priežastys.*** Jau ankstesniuose leidiniuose, kuriuos siuntėme šiame tyrime dalyvaujančioms šeimoms („Pirmieji vaiko gyvenimo metai“ ir „Treji pirmieji gyvenimo metai“), rašėme apie mažų vaikų miego sunkumus, miegojimo drauge su tėvais privalumus ir trūkumus, ir pan. Dauguma keturmečių vaikų jau geba užmigti savarankiškai, be suaugusių pagalbos. Žinoma, jiems vis dar svarbu (ir to tikrai labai reikia!), kad tėvai prieš miegą su jais pasikalbėtų ar pasektų, paskaitytų knygelę. Tačiau dalis vaikų vis dar turi miego sunkumų – jiems sunku užmigti, dažnai prabudinėja, sapnuoja košmarus. Kokių ir kodėl miego sunkumų turi keturmečiai, kaip šie sunkumai keitėsi lyginant su dviejų metų amžiumi?

Išsamiai paanalizavę dvimečių miego sunkumus radome, kad labiausiai juos prognozuoja *miego trukmė kūdikystėje*. Kuo trumpiau dieną (ir iš dalies – naktį) miegodavo, mamų vertinimu, jų kūdikiai, tuo daugiau būdami pusantrų ir dviejų metų jie turėdavo miego sunkumų. Prie jų netiesiogiai prisidėjo ir kitoks *kūdikių probleminis elgesys* bei pačios *mamos depresiskumas*. Mamos, vertinusios savo kūdikius kaip turinčius daugiau problemų, o save – kaip labiau prislėgtas ir nerimastingas – vėliau nurodė, kad jų vaikai turi daugiau miego sunkumų. Šie vaikai, pačių mamų vertinimu, turėjo ir daugiau emocinių bei elgesio sunkumų. Įdomu tai, kad miego sunkumai siejosi ir su gimimo

būdu: *skubaus neplanuoto Cezario pjūvio būdu* gimę dvimečiai turėjo gerokai daugiau miego sunkumų, ypač sunkumų užmigti. Šiuo būdu gimdžiusios mamos, priminsime, bendrai vertino savo vaikus kaip turinčius daugiau emociinių ir elgesio sunkumų, nors auklėtojos tam nepritaria.

Ar šie veiksniai vis dar paaiškina ir keturmečių miego sunkumus? Su miego trukme kūdikystėje keturmečių miego problemas, mamų vertinimu, nebesusiję. Tačiau skubaus (neplanuoto) Cezario pjūvio būdu gimę keturmečiai vis dar, mamų vertinimu (žr. paveikslėlį), turi daugiau miego sunkumų.



Labiausiai gimdymo būdas siejasi su vaikų sunkumais užmigti, ne su prabudinėjimais ar nenoru miegoti vienam. Šiuo būdu gimdę mamos bendrai vertino savo keturmečius kaip turinčius daugiau emociinių ir elgesio sunkumų, nors auklėtojos tam nepritaria.

Mamoms atrodo, kad bendrai keturmečiai, kurie turi daugiau įvairių miego problemų, turi ir gerokai daugiau, nei kiti vaikai, *elgesio ir emociinių sunkumų*. Tačiau miego problemų turintys vaikai ugdymo įstaigoje auklėtojų nevertinami kaip turintys daugiau elgesio ar emociinių sunkumų. Mamų vertinimu miego sunkumai (ir dvimečių, ir keturmečių) siejasi ir su *temperamentu*. Neigiamu emocionalumu pasižyminčius vaikus jos vertina kaip turinčius daugiau miego problemų.

*Vaikų miegojimo vieta* – ar jie miega vaikų kambaryje, ar tėvų lovoje, – kai jiems buvo treji metai, nesusijusi su keturmečių miego sunkumais. Tačiau įdomu tai, kad jeigu kūdikystėje mažyliai neturėdavo pastovios miegojimo vietos – kartais miegodavo su mama (ar abiem tėvais), kartais – vieni, – tai net būdami keturių metų jie turėjo daugiau miego problemų ir elgesio problemų. Daugiau miego, be to, emociinių problemų, turi ir tie keturmečiai, kurių mamoms būdavo labai sunku suprasti, ko verkia jų kūdikiai pirmaisiais metais. Pagaliau, miego (be to, emociinių

ir elgesio) sunkumų daugiau turi keturmečiai, kurie, mamų teigimu, turėjo daugiau elgesio problemų kūdikystėje (ir trijų, ir šešių mėnesių).

Panašu, kad mamų matymu prastai miegantys (atsibudinėjantys, sunkiai užmiegantys, sapnuojantys košmarus) ar tiesiog nenorintys vakare eiti miegoti vaikai jau kūdikystėje atrodė daugiau verkiantys, atpylinėjantys, turintys kitokių kūdikiams būdingų problemų, o ir pačioms mamoms buvo sunku suprasti, ko jie verkia ar ko jiems reikia. Tikriausiai mėgindamos spręsti šiuos sunkumus, jos migdė kūdikius ir savo lovoje, ir kitame kambaryje. Tačiau jų pačių vertinimu, „probleminiai“ kūdikiai po kelių metų vis tiek turi daugiau emocinių ir elgesio problemų. Nors kitiems (pavyzdžiui, auklėtojoms) taip nebūtinai atrodo.

Svarbu pastebėti, kad miego sunkumų – ir tada, kai vaikams buvo pusantrų metų, ir kai dveji metai, ir kai jiems buvo keturi metai – daugiau turi tie vaikai, kurie neturi *pastovaus miegojimo režimo* (tai yra, eina miegoti ne tuo pačiu laiku). Todėl, atrodo, visai verta pasinaudoti rekomendacija, kurią labai dažnai girdime iš gydytojų ir mes, suaugusieji, kai ima kankinti nemiga: sureguliuokite miego režimą, eikite miegoti ir kelkitės panašiu laiku. Turbūt nė neverta priminti ir visų kitų rekomendacijų: mažiau TV, daugiau gryno oro, judėjimo ir pan. Tikrai nebūtina tėvams guldytis vaiko į savo lovą, jei vaikas neramiai miega. Tokiu atveju miegas nebūtinai tampa ramesnis, o tėvai (kaip rodo ir mūsų tyrimo rezultatai) išsimiega prasčiau. Žymiai svarbiau yra saugiai palydėti vaiką į miegą, padėti jam užmigti. Ir mums, suaugusiems, ir vaikams (bet kokio amžiaus!) didelė vertybė, jeigu prieš miegą bent 15–20 minučių galime su artimaisiais pasikalbėti apie dienos įspūdžius, drauge paieškoti atsakymų į rūpimus klausimus, pasidalyti mintimis ir išgyvenimais.



## **Jusienė Roma**

Ju248 Vaikams jau ketveri : Lietuvoje atliekamo tęstinio tyrimo rezultatai ir rekomendacijos tėvams bei specialistams / Roma Jusienė, Rima Breidokienė, Dovilė Butkienė ; Vilniaus universitetas. – Vilnius : Vilniaus universitetas : Vilniaus universiteto leidykla, 2014. – 96 p. : iliustr., portr.

ISBN 978-609-459-291-1

Šiame leidinyje pristatomi kai kurie keturmečių adaptyvaus elgesio, elgesio bei emocinių sunkumų, samprotavimo ir savireguliacijos gebėjimų raidos aspektai remiantis Lietuvoje atliekamo tęstinio mokslinio tyrimo rezultatais. Rezultatai yra aprašomojo pobūdžio, trumpai aptariami raidos psichologijos kontekste. Leidinyje taip pat pateikiami pasiūlymai ir pastebėjimai ikimokyklinio amžiaus vaikus auginantiems tėvams bei specialistams, dirbantiems su mažais vaikais bei jų tėvais ar globėjais.

UDK 613.95(474.5)

Roma JUSIENĖ, Rima BREIDOKIENĖ, Dovilė BUTKIENĖ

### **VAIKAMS JAU KETVERI**

Lietuvoje atliekamo tęstinio tyrimo rezultatai  
ir rekomendacijos tėvams bei specialistams

Viršelio dailininkė *Audronė Uzielaitė*  
Maketavo *Ilona Švedovaitė*

5,00 aut. l. 6,00 sp. l.

Tiražas 500 egz.

Išleido Vilniaus universitetas,  
Vilniaus universiteto leidykla  
Universiteto g. 3, LT-01513 Vilnius

Spausdino UAB „Baltijos kopija“  
Kareivių g. 13B, LT-09109 Vilnius