

[www.ytevai.lt](http://www.ytevai.lt)

Pasiūlymai kuriant  
drausmingumą  
namuose





KVIEČIU PASIŽIŪRĖTI IR  
GALBŪT KAŽKĄ PATINKANČIO  
PRISITAIKYTI NAMUOSE  
KURIANT BENDRĄ  
DRAUSMINGUMĄ. METODAIS  
DALINASI [WWW.YTEVAI.LT](http://WWW.YTEVAI.LT)  
TINKLALAPIO KŪRĖJAI

Atkreipkite dėmesį, kad šie kūrėjai yra parengę ir parduoda priemonių, skirtų vaiko įpročių, papročių, pareigų stiprinimui, emocijų lavinimui, socialinių įgūdžių palaikymui ir pan.





## ŠEIMOJE LABAI SVARBU TURĖTI BENDRĄ VIZIJĄ.

Kokios yra mūsų šeimos taisyklės?

Ko mes tikimės iš vaikų?

Kaip norime, kad jie elgtųsi?

Ar savo namuose leidžiame vaikams laisvai lakstyti po namus? Jei taip, tuomet tokia yra taisyklė. Jeigu neleidžiame, vadinasi, vaikai lakstyti turi eiti į lauką.



**Vaiko pasipriešinimas daugumai tėvų yra iššūkis taikyti taisykles, ko nors neleisti vaikui dėl protesto. Pavyzdžiui, vaikai gali rodyti pyktį ar pradėti reikalauti norimo dalyko. Dėl šios priežasties vaikams reikalingos ribos, todėl nepasiduokite spaudimui, kurį kartais vaikai naudoja norėdami Jus paveikti. Jei nusileisite vieną kartą, kitą kartą bus dar sunkiau susitarti. Bandykite rasti pusiausvyrą tarp buvimo griežtu ir nusileidžiančiu vaikui.**



MES NORIME, KAD VAIKAI  
LAIKYTŲSI TAISYKLIŲ

## PASKATINIMŲ SISTEMA NAMUOSE



Siekiant, kad namų **taisyklių** būtų laikomasi, reikia jas **susisteminti**, visiems šeimos nariams **aptarti, laikyti** visiems **matomoje vietoje**. Tik Jūs patys galite susikurti tobuliausią ir tinkamiausią taisyklių ir apdovanojimų sistemą, tačiau galite pasinaudoti jau sugalvotais būdais.





## MŪSŲ NAMŲ TAISYKLĖS:

Kaip jos veikia?

1. Visa šeima (tėvai+vaikai) pirmiausia identifikuoja problemas, kurios yra opiausios Jūsų šeimoje (mes išskyrėme “Nepagarbus elgesys”, “Netvarka”, “Muštynės”). Aptariame kas yra nepagarbus elgesys, tvarka/netvarka ir kokie veiksmai jau traktuojami kaip muštynės. Norime priminti, vaikams nėra savaime suprantama, kas tai yra nepagarbus elgesys, netvarka ir pan.
  2. Visi nutaria, kas laukia surinkus tris įspėjamuosius lipdukus.
  3. Užrašome **visų šeimos narių** vardus (punktyrine linija pažymėtose vietose).
  3. Kiekvienas pasirenka savo lipdukų spalvą. (Rekomenduojame naudoti lipdukus-skirtukus, kuriuos rasite visose kanceliariinių prekių parduotuvėse).
  4. Surinkus tris lipdukus ir atlikus numatytą pasekmę, lipdukai nuimami. Po to renkami iš naujo.
- 



Happy  
Family

**Nepagarbus elgesys.** Surinkus tris lipdukus, praleidžiama Saldumynų diena (čia gali atsirasti kiti Jūsų sumanymai, pvz. filmuko atsisakymas, nėjimas į svečius ar pan.)

Šiai taisyklei ypač rekomenduojame:

a) **Saldumynų dėžutė.**

Tai bet kokia dėžutė, kurią turi kiekvienas vaikas. Joje vaikas laiko savo savaitės eigoje gautus skanėstus (visi saldumynai valgomi tik šeštadieniais!).

b) **Saldumynų diena (šeštadienis).**

Šeštadienį, pavalgę pusryčius, vaikai gali visą dieną valgyti saldumynų dėžutėje esančius gėrius (paprastai per vieną dieną tiek nesuvalgo kiek suvalgytų visos savaitės eigoje).

Pavyzdys  
Atsispausdinti ir  
naudoti savo  
šeimoje



## MŪSŲ NAMŲ TAISYKLĖS

# NEPAGARBUS ELGESYS

SURINKUS 3 LIPDUKUS:



|                 |                      |                      |                      |
|-----------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| _____<br>VARDAS | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| _____<br>VARDAS | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| _____<br>VARDAS | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| _____<br>VARDAS | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| _____<br>VARDAS | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |



**Muštnės.** Lipdukai gali būti dedama ir iš karto abiems/visiems vaikams. Vaikas, surinkęs tris lipdukus, lieka be filmukų, planšetės ir pan. visa dieną (rekomenduojama savaitgalio diena).

**Netvarka.** Vaikas, surinkęs tris lipdukus, turi atlikti buities darbą (jei naudojate “Vaiko įpročių ir pareigų ugdymo korteles”, tuomet traukiama nauja pareigų kortelė).



Įpročių ir pareigų  
ugdymo kortelės

Daugiau apie jas:  
[www.ytevai.lt](http://www.ytevai.lt)



Pavyzdys  
Atsispausdinti ir  
naudoti savo  
šeimoje



MŪSŲ NAMŲ TAISYKLĖS

MUŠTYNĖS

SURINKUS 3 LIPDUKUS:



|        |  |  |  |
|--------|--|--|--|
| _____  |  |  |  |
| VARDAS |  |  |  |
| _____  |  |  |  |
| VARDAS |  |  |  |
| _____  |  |  |  |
| VARDAS |  |  |  |
| _____  |  |  |  |
| VARDAS |  |  |  |
| _____  |  |  |  |
| VARDAS |  |  |  |

Pavyzdys  
Atsispausdinti ir  
naudoti savo  
šeimoje

Y TĖVAI  
Zuikams

MŪSŲ NAMŲ TAISYKLĖS

NETVARKA

SURINKUS 3 LIPDUKUS:

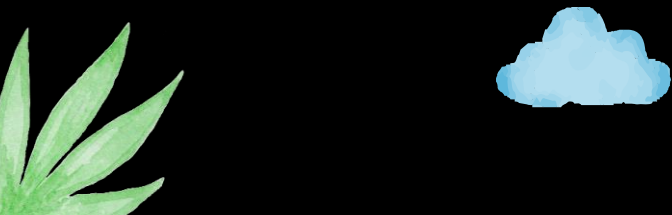


|       |  |  |  |
|-------|--|--|--|
| _____ |  |  |  |
| _____ |  |  |  |
| _____ |  |  |  |
| _____ |  |  |  |
| _____ |  |  |  |

WWW.YTEVAI.LT



Labai **svarbus dalykas**, kuris lemia šių taisyklių veiksmingumą – *lipdukus vieni kitiems turi teisę užklijuoti visi šeimos nariai: tėvai vaikams, vaikai tėvams, tėvai vienas kitam*. Nebijokite patys užklijuoti lipduko prie savo vardo, tegul vaikai mato, jog ir tėvai klysta (pavalgę palikote nešvarius indus ant stalo? Lipdukas sau už netvarką. Buvote blogos nuotaikos ir pakėlėte balsą be jokios priežasties? Lipdukas sau už nepagarbų elgesį.).





## SVARBU

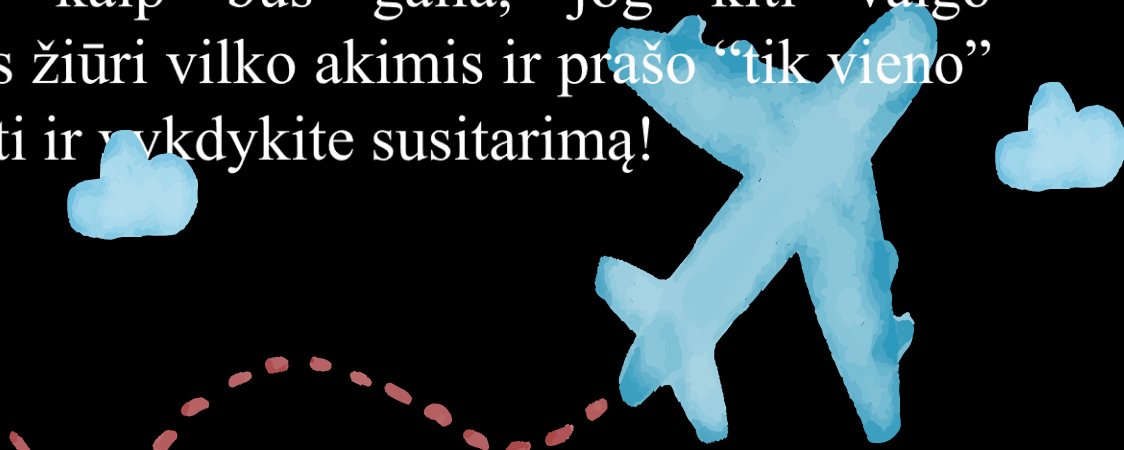
Nepulkite klijuoti lipdukų už mažiausius dalykus, bet ir negailėkite vaiko, kai lipduko jis tikrai nusipelno (visada galite įspėti prieš klijuojant). Kalbėkitės su vaikais kodėl užklijuojate lipduką, analizuokite situacijas kartu su jais (Pvz.: Supykai? Kaip elgiamės jei smarkiai supykstame? Ar mušti brolių yra geriausias sprendimas? Ką daryti kitą kartą supykus?).





## SVARBU

Ne ką mažiau svarbu – jei surinko tris lipdukus, susitarkite, kada atliks numatytą darbą ar pasekmę ir pasirūpinkite, kad šio susitarimo būtų laikomasi. **JOKIŲ IŠIMČIŲ.** Brolis/sesė gali žiūrėti filmuką, tuo tarpu vaikas, surinkęs tris lipdukus už muštynes, keliauja į savo kambarį žaisti su lego ar tiesiog nuobodžiauti (ši “bausmė” gali būti naudinga). Kad ir kaip bus gaila, jog kiti valgo saldumynus, o vienas žiūri vilko akimis ir prašo “tik vieno” saldainio, būkite tvirti ir vykdykite susitarimą!





## SVARBU

Ir **PATS SVARBIAUSIAS** dalykas - **tai nėra bausmės**. Nevartokime "gausi bausmę", sakykime "palepinimais teks pasidžiaugti vėliau". Planšetė, TV, saldumynai yra pridėtinės vertės dalykai, be kurių vaikai tikrai gali išgyventi.

Jei šeimoje du ir daugiau vaikų, atkreipkite dėmesį į surenkamų lipdukų kiekį. Jei vienas vaikas nuolat surenka lipdukus už muštynes ar nepagarbų elgesį, gal reikia ieškoti gilesnių problemų?





## APDOVANOJIMAI



Paaiškinkite vaikams, jog lipdukai ant apdovanojimų lapo atsiranda padarius gerą darbą. Kas yra geras darbas? Tai teigiami vaiko veiksmai/darbai, kuriuos jis inicijuoja pats, niekieno neprašomas. Pvz.: atliko papildomus buitines darbus, nei buvote sutarę; padėjo sėsei statyti pilį; pasisiūlė panešti pirkinius; suorganizavo žaidimų vakarą;

Užrašykite vaikų vardus. Lipdukų spalvas palikite tokias pat, kaip ir Taisyklėse.

Kartu sugalvokite prizas, kuriuos vaikai gali gauti nuklijavus nurodytą lipdukų kiekį.





# APDOVANOJIMAI

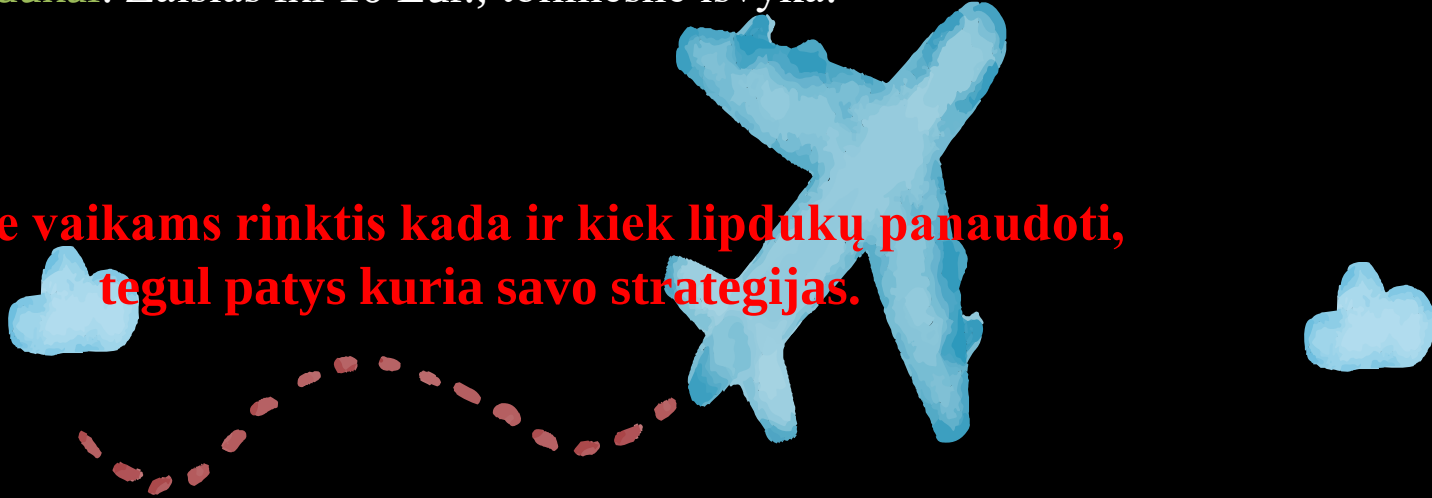
Prizai gali būti patys įvairiausi:

1 lipdukas: 10 min. prie planšetės, kompiuterio, TV;  
atsisakyti buities darbo;

5 lipdukai: galima nuimti 1 lipduką nuo taisyklių lapo;  
saldumynų dėžutės papildymas;

10 lipdukų: Kinas, boulingas, muziejus, McDonald's ar kita  
pramoga.

25 lipdukai: Žaislas iki 10 Eur.; tolimesnė išvyka.



**Leiskite vaikams rinktis kada ir kiek lipdukų panaudoti,  
tegul patys kuria savo strategijas.**

**YTĖVAI**  
Zvaikams

# APDOVANOJIMAI

VARDAS \_\_\_\_\_

VARDAS \_\_\_\_\_

VARDAS \_\_\_\_\_

**1 LIPDUKAS**

• \_\_\_\_\_

• \_\_\_\_\_

• \_\_\_\_\_

**5 LIPDUKAI**

• \_\_\_\_\_

• \_\_\_\_\_

• \_\_\_\_\_

**10 LIPDUKŲ**

• \_\_\_\_\_

• \_\_\_\_\_

• \_\_\_\_\_

**25 LIPDUKAI**

• \_\_\_\_\_

• \_\_\_\_\_

• \_\_\_\_\_

WWW.YTEVAI.LT

Pavyzdys  
Atsispausdinti ir  
naudoti savo  
šeimoje



# MANO SAVAITĖS PAREIGOS IR REZULTATAI

| MANO PAREIGOS                                                                                              | P | N | T | K | P | Š | S |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|
| Pasikloti lovą<br>        |   |   |   |   |   |   |   |
| Išsivalyti dantis<br>     |   |   |   |   |   |   |   |
| Pavalgyti pusryčius<br>   |   |   |   |   |   |   |   |
| Pasimokyti<br>            |   |   |   |   |   |   |   |
| Pavalgyti pietus<br>      |   |   |   |   |   |   |   |
| Susitvarkyti žaislus<br>  |   |   |   |   |   |   |   |
| Pavalgyti vakarienę<br> |   |   |   |   |   |   |   |
| Nusiprausti<br>         |   |   |   |   |   |   |   |
| Išsivalyti dantis<br>   |   |   |   |   |   |   |   |

Gauk širdelę už padarytus darbus



Pavyzdys  
Galima daryti ir 1 lentelę,  
kurioje fiksuotumėte visus  
svarbius  
poelgius/nusižengimus.  
Ir numatytumėte elgesio  
pasekmes surinkus numatytą  
skaičių ženkliukų





# Happy Family



*Linkiu atrasti labiausiai Jūsų šeimoms tinkamus paskatinimo būdus, tikiuosi pasinaudosite autorių siūlomomis alternatyvomis!!*

*Informacija parengta naudonatis [www.ytevai.lt](http://www.ytevai.lt) tinklalapyje talpinama medžiaga*





# Darželyje "Pakalnutė"

**galite konsultuotis vaiko auklėjimo klausimais**  
**socialine pedagoge Aukse Venckute-Ivanauske,**  
**psichologe Jūrate Baliutiene**