

Mažyliai ir fizinis kontaktas



Atmintinė ikimokyklinio a. vaikų
tėvams ir pedagogams

Psichologė Ingrida Markūnė





**Liesti,
bučiuoti,
glostyti,
myluoti,
apkabinti...?**

**Kuo tai
svarbu
JŪSŲ
vaikui?**



1.....

FIZINIS KONTAKTAS SKATINA SMEGENŲ RAIDĄ.

Normaliam mažylio vystymuisi reikia **DAUG** skirtingų pojūčių.

Fizinis prisilietimas, pvz.: **APKABINIMAS**, yra viena svarbiausių stimuliacijų, reikalingų tolygiai smegenų raidai.





2



PRISILIETIMAI SKATINA FIZINĮ IŠSIVYSTYMĄ.

Apkabinimų metu
aktyvuojausi **AUGIMO**
hormonai.

Kai vaikams trūksta
švelnumo, jų kūnas
NUSTOJA augti,
nepaisant įprasto
maisto
medžiagų
kiekio.





3



PRISILIETIMAI STIPRINA VAIKŲ SVEIKATĄ.

Teigiamas prisilietimas
stimuliuoja slėgio
receptorius po oda,
mažina širdies ritmą,
lėtina kvėpavimą,
mažina streso
hormonų kiekį ir
stiprina imuninę
sistemą.

Kitaip tariant,
prisilietimas padeda
kūnams IŠLIKTI
sveikiems.



4 ● ● ● ● ●

PRISILIETIMAI PADEDA VALDYTI EMOCIJAS.



Apkabinimas padeda
mažyliui mokytis
savireguliacijos.



Apkabinimo metu
aktyvuojami nervų
sistemos centrai
atsakingi už
emocinės
įtampos
ir nerimo lygio
SUMAŽINIMĄ.

5



APKABINIMAI DARO VAIKUS LAIMINGAIS!



Apkabinimo metu
gaminamas laimės
hormonas
OKSITOCINAS.

Dažniau
APKABINAMI vaikai
pasižymi tokiomis
savybėmis, kaip
optimizmas,
savigarba ir
meistriškumo
jausmas.





6



APKABINIMAI STIPRINA VAIKŲ - TĖVŲ TARPUSAVIO RYŠĮ!

Tyrimais
nustatyta, jog
apkabinimai
mažina baimę ir
didina
pasitikėjimą.

Pasitikėjimas yra
būtinas kuriant
TVIRTUS
tarpusavio
santykius.



**Fizinis kontaktas
yra be galo
svarbus Jūsų
mažyliui.**



**Tačiau kūno
AUTONOMIJA
taip pat yra
svarbi.**



**MOKYKITE
vaikus, kaip
mandagiai
atsisakyti
apkabinimo, kai
jiems tai yra
nemalonu.**

