

IASWECE

(TARPTAUTINĖ STEINER/VALDORFO ANKSTYVOSIOS VAIKYSTĖS PEDAGOGIKOS ASOCIACIJA)

LVVPIA

(LIETUVOS VALDORFO VAIKYSTĖS PEDAGOGIKOS INICIATYVŲ ASOCIACIJA)

KAUNO KOLEGIJOS JUSTINO VIENOŽINSKIO MENŲ FAKULTETO IKIMOKYKLINIO
UGDYMO KATEDRA

Aušra Ragauskaitė

POJŪČIŲ UGDYMO SVARBA IKIMOKYKLINĖJE VALDORFO
PEDAGOGIKOJE

Baigiamasis darbas

Tęstinis seminaras Valdorfo darželio auklėtojo kompetencijai įgyti

Kaunas, 2018

TURINYS

ĮVADAS	3
ANTROPOSOFINĖ POJŪČIŲ TEORIJA	4
ŽEMESNIŲ POJŪČIŲ SVARBA UGDYME: LYTĖJIMO, GYVASTIES, NUOSAVO JUDĖJIMO IR PUSIAUSVYROS POJŪČIAI	7
Lytėjimo pojūtis	7
Gyvasties pojūtis	8
Judėjimo pojūtis	10
Pusiausvyros pojūtis	11
METODINIAI POJŪČIŲ UGDYMO PAVYZDŽIAI VALDORFO DARŽELYJE	12
Lytėjimo pojūtis	12
Gyvasties pojūtis	15
Judėjimo pojūtis	17
Pusiausvyros pojūtis	17
VEIKSNIAI, LEIDŽIANTYS SVEIKAI VYSTYTIS VAIKO POJŪČIAMS	18
IŠVADOS	19
REFLEKSIJA	19
LITERATŪRA IR ŠALTINIAI	20

IVADAS

Šiame darbe bus nagrinėjama keturių žemesniųjų, tai yra: lytėjimo, gyvasties, judėjimo, bei pusiausvyros pojūčių ugdymo (-si) svarba Valdorfo darželyje. Remiantis Albert Soesman knyga „Dvylika pojūčių“ [1.] bus apžvelgiama antroposofinė pojūčių teorija, labiau pasigilinta į keturis žemesniuosius pojūčius, kaip ir kur jie reiškiasi kasdieniame Valdorfo darželio gyvenime.

Ši tema pasirinkta, nes pojūčių lavinimas yra vienas svarbiausių aspektų Valdorfo darželyje. Jutiminė vaiko patirtis tiesiogiai veikia vaiko mentalinį bei fizinį kūną, o pastarojo vystymasis yra labai svarbus pirmajame septynmetyje nuo 0-7m. Skirti dėmesio žemesniems vaiko pojūčiams yra svarbu, nes jie glaudžiai susiję su fiziniu kūnu. Iš patirties žinau, kad tai padeda augti sveikai ir harmoningai asmenybei.

Lavinami pojūčiai padeda geriau orientuotis pasaulyje, pažinti save ir aplinkinius, priimti įvairiausius išorės siunčiamus signalus, bendrauti su žmonėmis, išreikšti save, taip pat skatina mąstymo, atminties, dėmesio vystymąsi, lavėja vaiko vaizduotę, kūrybiškumas.

Pernelyg ankstyvas vaiko intelektualizavimas pojūčius slopina, tačiau visame pasaulyje yra tendencija ankstinti ikimokyklinį amžių, ne išimtis ir Lietuva, jau šiemet yra svarstoma paankstinti vaikų rengimą mokyklai, norima penkiamečius leisti į priešmokyklines grupes privaloma tvarka. Pažangesnėse šalyse tai veikia jau ne vienerius metus ir dabar matosi tokio sprendimo pasekmės. Vaikai nebenori mokytis, yra pervargę, apatiški. Visa tai yra labai nebūdinga vaikams. Iš prigimties jie yra smalsūs, žingeidūs ir kūrybingi. Labai svarbu atsižvelgti į amžiaus tarpsnio poreikius, sukurti tinkamą aplinką lavėti vaiko pojūčiams. Pasak J. Piaget nereikia greitinti vaikų protinės raidos specialiais mokymo metodais ar sudarant specialias aplinkos sąlygas, vaikai patys eksperimentuoja su aplinka ir susikuria naują požiūrį į pasaulį [3. 192p.]

Diplominio darbo tikslas: Įrodyti pojūčių ugdymo svarbą remiantis R. Steiner dvylikos pojūčių teorija ir pateikti metodikas kaip ugdomi vaikų pojūčiai Valdorfo darželyje.

Uždaviniai:

1. Remiantis literatūros šaltiniais atskleisti pagrindines R. Steiner antroposofinės pojūčių teorijos gaires.
2. Remiantis literatūros šaltiniais atskleisti keturių žemesniųjų pojūčių svarbą pirmajame septynmetyje.
3. Pateikti metodinius pojūčių ugdymo pavyzdžius Valdorfo darželyje.
4. Nurodyti veiksnius leidžiančius sveikai vystyti vaiko pojūčiams.

ANTROPOSOFINĖ POJŪČIŲ TEORIJA

Įprasta yra manyti, kad mes turime penkis pojūčius, tai: rega, klausa, skonis, uoslė ir lytėjimas. Prie jutimų priskiriama taip pat pusiausvyros ir raumenų jutimai.

Antroposofijos įkūrėjas R. Steiner praplėtė ir pagilino šį žinojimą, papildydamas dvasinio mokslo žiniomis, pateikdamas dvylika pojūčių. Juos galima skirstyti į tris grupes:

- žemesnieji - fizinio kūno pojūčiai: lytėjimo, gyvasties, judėjimo ir pusiausvyros;
- vidurinieji - sielos pojūčiai: uoslės, skonio, šilumos ir regos;
- aukštesnieji - dvasiniai pojūčiai: aš, minties, žodžio ir klausos.

Svarbu paminėti, kad toks pojūčių skirstymas yra sąlyginis. Iš esmės visi dvylika pojūčių yra vienas su kitu susiję, tai pojūčių visuma, jie funkcionuoja visi vienu metu. „Tik priimant pojūčius kaip visumą, galima suprasti atskiras jos dalis“ [1. 10psl.]. Pavyzdžiui, liečiant kokį nors daiktą, galima jausti jo paviršiaus reljefą ir temperatūrą, tačiau tai dar nėra lytėjimo pojūtis, čia veikia nuosavo judėjimo ir šilumos pojūtis, lytėjimo pojūtis padeda pajusti ribą.

Kiekvienas pojūtis turi savo organą ir atlieka tam tikras funkcijas fiziniame ir mentaliniame lygmenyje. Remiantis A. Soesman knyga „Dvylika pojūčių“ [1.] ir Wolfgang Goebel, Michaela Gliockler „Padėkime augti“ [2. 261p.], bei lankytų paskaitų užrašais apžvelgsiu kiekvieną pojūtį atskirai.

Lytėjimo pojūtis

Šio pojūčio organas yra lytėjimo receptoriai ir laisvosios nervų galūnės, didžiausias šio pojūčio organas yra oda. Lytėdami mes išgyvename ribas: savo ir mus supančio pasaulio. Per ribas mes pirmiausiai išgyvename patys save. Savęs išgyvenimas mums yra gyvybiškai svarbus. Jausdami ribą, mes jaučiamės saugūs.

Gyvasties pojūtis

Šio pojūčio organas yra vegetacinė nervų sistema, jos dėka mes galime pajusti savo fizinę sveikatą. Kai sergame jaučiame nepatogumą, skausmą ar pan., kai esame sveiki, mes nejaučiame savo vidinių organų veiklos ir tai mes vadiname normalia savijauta. Šio pojūčio dėka mes galime išgyventi harmoniją.

Judėjimo pojūtis

Šio pojūčio organas yra raumenų skaidulos. Judėdami mes galime išgyventi laisvę ir džiaugsmą, kad galime judėti. Po didelio, prasmingo fizinio darbo (dirbant sode, tvarkantis ar žaidžiant judrų žaidimą) galima pajusti kaip kūną užplūsta džiaugsmas. Žmogus nuolatos juda, netgi kai miega.

Pusiausvyros pojūtis

Šio pojūčio organas yra pusratinis kanalas prie vidurinės ausies. Pusiausvyros dėka mes galime vaikščioti ant dviejų kojų, galime net pastovėti ant vienos kojos, sugebame nustatyti atstumus tarp daiktų, proporcijas. Taip pat vidinė pusiausvyra leidžia išgyventi ramybę ir pasitikėjimą savimi.

Uoslės pojūtis

Šio pojūčio organas yra uoslės gleivinė nosies šaknyje. Uoslės dėka mes galime patirti santykį su kvapiosiomis medžiagomis. Taip pat kvapas yra susijęs su jausmais, geras ar blogas kvapas pvz.: Kalėdų kvapas, tai yra individualu ir tai priklauso nuo mūsų santykio su Kalėdomis.

Skonio pojūtis

Šio pojūčio organas yra skonio receptoriai liežuvio gleivinėje. Skonis gali būti saldus, rūgštus, sūrus ar kartus. Skonis labai susijęs su uosle, kartu jie sudaro skonio kompozicijas. Skonis susijęs su simpatija ir antipatija, tai labai aiškiai matosi vaikuose, jie dažniausiai tiksliai žino, ką mėgsta valgyti, o ko - ne. Tačiau skonis keičiasi ir gali būti lavinamas. Tai pat jis susijęs ir su estetikos pajautimu, juk sakoma „pažiūrėk, kaip skanu“, dažnai mes, o ypač vaikai, „valgome akimis“.

Regos pojūtis

Šio pojūčio organas yra akys. Akys leidžia mums išgyventi šviesą ir spalvas. Šis pojūtis leidžia tyrinėti, „pabusti“ pasauliui, suteikia galimybę patirti išorinį pasaulį. Tačiau kai mes užsimerkiame, tai mums padeda „nugrimzti“ į save. Rega taip pat leidžia vystytis mūsų vidinei regai, tai yra skirti tamsius ir šviesius jausmus, kitaip tariant „regėti“ širdimi.

Šilumos pojūtis

Šio pojūčio organas yra šilumos ir šalčio receptoriai, kurie leidžia jausti šaltį ir šilumą. Norint gerai jaustis yra svarbu išlaikyti balansą tarp karščio ir šalčio, kad būtų nei per karšta, nei per šalta. Taip pat mes išgyvename dvasinį „šaltį“ arba dvasinę „šilumą“, t.y. abejingumą arba širdingumą.

Klausos pojūtis

Šio pojūčio organas yra ausys, jų dėka mes galime girdėti garsus, pažinti pasaulį. Lavinant klausą mes galime pažinti tai, ką nori mums „pasakyti“ garsas pvz.: kai žmogus kažką sako, mes galime išgirsti ne tik žodžių prasmę, bet ir tai kaip jis jaučiasi, kas slypi už jo žodžių.

Žodžio pojūtis

Žodžio pojūtis formuojasi suvokiant judesius ir kalbą. Kalbai suvokti reikia pažinti jos skambesį, toną, struktūrą, tačiau to neužtenka, kalbą turi persmelkti mintys. Kai mintys persmelkia kalbą, kalba tampa suprantama. Judėjimas padeda mokytis kalbėti, kuo vaikas įvairiau juda, tuo geriau vystosi jo kalba, mintys.

Minčių pojūtis

Minčių pojūtis formuojasi kai žmogus suvokia gyvybinius procesus bei harmoniją ar disharmoniją aplinkoje. Minties pojūtis leidžia suprasti kito žmogaus mintis, dažnai žmonės kalba viena kalba, bet vieni kitų nesupranta. Kad žmogus suprastų kitą žmogų svarbu atsisakyti vertinimo, ypač norint suprasti mintį, kuri yra priešinga tavo minčiai.

Aš pojūtis

Aš pojūtis formuojasi, kai žmogus suvokia išorinį pasaulį, realybę už savo fizinio kūno ribų. Žmogus gali suvokti esmę, išgyventi, pajusti kito žmogaus Aš.

Kaip jau minėjau anksčiau, visi pojūčiai vienas su kitu yra persipynę, tačiau tam tikri pojūčiai yra vienas su kitu susiję glaudžiau. Galima sakyti, įtakoja vienas kitą. Lytėjimo pojūtis yra glaudžiai susijęs su „aš“ pojūčiu, gyvasties - su minties, judėjimo - su žodžio, pusiausvyros - su klausos pojūčiu, uoslės - su šilumos, skonio - su regos pojūčiais.

Visi pojūčiai yra vienodai svarbūs, žmogus jau būdamas kūdikis turi visus pojūčius, tačiau jie dar nėra susiformavę ir ne taip gerai funkcionuoja, kaip ir fizinis kūnas. Kiekviena pojūčių grupė intensyviai vystosi tam tikru amžiaus tarpsniu. Pirmuosius septynerius metus intensyviai auga, vystosi bei formuojasi fizinis kūnas, vidiniai organai, neurosensorinė sistema, taigi ypatingą dėmesį reiktų kreipti į keturis žemesnius pojūčius, kadangi šie glaudžiai susiję su mūsų fiziniu kūnu.

ŽEMESNIŲ POJŪČIŲ SVARBA UGDYME: LYTĖJIMO, GYVASTIES, NUOSAVO JUDĖJIMO IR PUSIAUSVYROS POJŪČIAI

Žemesnieji arba kūno pojūčiai yra lytėjimo, gyvasties, nuosavo judėjimo ir pusiausvyros. Šie pojūčiai itin intensyviai vystosi iki septynerių metų, todėl yra labai svarbūs ikimokyklinėje pedagogikoje. Taip pat žemesnieji pojūčiai yra valios pojūčiai, juose yra nedaug sąmoningumo. Pirmajame septynmetyje vystosi vaiko valia, jis pirma daro, o tik paskui jaučia ir galvoja.

1970 m. Los Andžele buvo išaiškintas baisus nusikaltimas, kuomet akla mama pabėgo su savo trylikamete dukra Genie. Tėvas 13 metų ją laikė izoliavęs nuo viso pasaulio. 13 metų Genie naktis praleisdavo supančiota lovelėje, o dieną uždaryta 3 kvadratinių metrų patalpoje. Per tuos metus tėvas neleido niekam su ja bendrauti, maitinama ji buvo prastai, taip pat patyrė fizinį ir psichologinį smurtą, jos priežiūra buvo minimali. Genie nemokėjo kalbėti, valgė tik skystą kūdikių maistą, jos kūnas buvo prastai išsivystęs, o žvilgsnį galėjo sufokusuoti tik 3 m atstumu (toks atstumas buvo jos kambaryje). Smulkioji ir bendroji motorika buvo labai prastai išsivysčiusios, ji negalėjo tiesiai stovėti, vaikščiojo krypuodama. Jos amžius pagal išsivystymą siekė apie 1,5 m. vaiko amžių. Po daugelio tyrimų ir terapijų, Genie taip ir neišmoko kalbėti, liko neįgali visam gyvenimui [5.] Ši patirtis rodo, kokia svarbi yra aplinka kur vaikas auga ar pakankamai stimuliuojami vaiko pojūčiai, ar jis saugiai jaučiasi, kaip su juo bendraujama, kokiose sąlygose gyvena. Jau nuo pat kūdikystės yra svarbus tinkamas pojūčių vystymasis, kad vaikas augtų sveikas. Kuo žmogus yra mažesnis, tuo patirtis yra labiau sąmoninė, visi įspūdžiai gula į sąmonę, visa tai toliau tampa vystymosi pagrindu ir įtakoja gyvenimo kokybę, sveikatą. Taigi patenkinti gyvybiškai svarbūs poreikiai (tokie kaip maistas, poilsis, galimybė judėti), taip pat komunikacijos poreikis, ryšys su žmonėmis ir savimi yra sveiko vystymosi pagrindas.

Lytėjimo pojūtis

Tik gimęs kūdikis susiduria su visais pojūčiais iš karto, jį užplūsta lavina nepažįstamų jutiminių įspūdžių, tai sukelia stresą, tačiau prigludus prie mamos krūtinės, švelnus apkabinimas, šiltas

mamos kūnas bei ritmingų širdies dūžių klausymasis kūdikį ramina. Mama glaudžia vaiką šalia, myluoja, glosto, žindo, visą tai kūdikiui suteikia saugumo ir pasitikėjimo pasauliu jausmą, juk mama naujagimiui kol kas yra visas pasaulis.

Naujagimio jutimai yra labai sąmoniniai ir pirmieji du gyvenimo metai yra gyvybiškai svarbūs. Šiais laikais neišnešioti kūdikiai gali išgyventi jau nuo 22 savaičių ir pats efektyviausias priežiūros būdas, kad vėliau jie gyventų visavertį gyvenimą, yra naujagimio sąlytis su mamos oda [3. 163p.]. Neišnešiotiems kūdikiams dažnai taikomas Kengūros priežiūros metodas, kai naujagimis nešiojamas 24 val. per parą [3. 163p.].

Taigi, per prisilietimą vaikas pirmą kartą aiškiai susiduria su riba tarp savęs ir pasaulio. Vaikui, atėjusiam iš neriboto, dvasinio pasaulio, reikia išmokti gyventi ribų pasaulyje. Jei vaiko lytėjimui nesudaromos sąlygos, jis turi polinkį jaustis beribis. Vaikas provokuoja lytėjimo pojūtį per burną, pvz.: čiulpia, kandžioja plaukų sruogą, tokiu būdu jis grįžta į savo kūną, yra savyje. Vaikams svarbios ir elgesio ribos, jie jų mokosi mėgdžiodami saugusius. Kai vaikas elgiasi taip, kaip nori, jis nejaučia ribos ir tuomet atsiranda baimė išnykti. Idealas- švelnios ribos (kaip įsčiose), su meile užtikrinančios saugumą, jei riba per kieta, tai tarsi skaudus kirtis vaiko sielai. Nesveikos yra ir tokios ribos, kurios susijusios su suaugusiojo baimė (pvz.: baimė, kad vaikas nukris ir užsigaus). Lytėjimo pojūčiui lavinti svarbūs drabužiai ir visi daiktai prie kurių vaikas liečiasi.

Lytėjimo pojūtis yra susijęs su „aš“ pojūčiu. Jei gerai išvystytas lytėjimo pojūtis pirmajame septynmetyje, tai vėliau galės tinkamai vystytis empatija, „Aš“ pojūtis.

Knygoje „Padėkime augti“ nurodoma, kas padeda ir kas trukdo vystytis lytėjimo pojūčiui [2. 262 psl.] :

Teigiamai veikia:

- kaita tarp vienatvės ir globos, švelnus fizinis kontaktas ir ramus būvis savyje; savarankiška vaiko veikla, kurią keičia buvimas ant suaugusiojo rankų.

Žalingai veikia:

- išoriškas rūpinimasis be nuoširdaus vidinio rūpesčio vaiku;
- per didelė globa arba per dažna vienatvė;
- prisilietimas veikia siekiant malonumo sau, o ne iš meilės vaikui.

Gyvasties pojūtis

Pasak K. Konig [4.] gyvasties pojūtis yra tarsi ežero paviršius, kuris būna lygus ir ramus, tarsi veidrodis, kai mes jaučiamės gerai, esame laimingi ir išgyvename pilnatvę, tačiau ežero

paviršius kai kada susidrumsčia ar tampa audringas, kai mes jaučiamės blogai, sergame ar kai ką nors skauda, kai nesame vienovėje su pasauliu. „Audringą ežero paviršių“ mes išgyvename sąmoningiau, nei ramų. Gyvasties pojūtį galima stebėti kai mes tik pabundame: galima pajusti, kad man šilta, gera ir aš nenoriu lipti iš lovos, o gal aš taip gerai pailsėjęs, kad galiu daug nuveikti ir noriu kuo greičiau pradėti dieną arba kad aš šiandien labai blogai jaučiuosi, man skauda pilvą, galvą ir nieko nenoriu tik gulėti lovoje. Gyvasties pojūtis mums praneša kada reikia poilsio, kada mes sergame, esame alkani ar ištroškę, kada mes turime daug energijos kažką nuveikti. Galima išvystyti gebėjimą jausti savo kūną ir gyvybę jame.

Gyvasties pojūtis yra priešingas lytėjimo pojūčiui, jei lytėjimo pojūčiu mes išgyvename save kaip atskirą nuo pasaulio, tai gyvasties pojūtis leidžia pajusti bendrystę ir harmoniją su pasauliu, mes galime išgyventi, kad esame šio pasaulio dalis. Gyvasties pojūčiui vystytis padeda ritmas. Svarbiausia yra dienos ritmas, kai mes laiku valgome, miegame, būdraujame. Ritme svarbu, kad aktyvią veiklą keistų pasyvi ir atvirkščiai, kaip kvėpavimas, kad po įkvėpimo eitų iškvėpimas ir t.t. Gyvasties pojūčiui vystytis padeda, kai yra patenkinti visi gyvybiniai poreikiai, taip pat pasitikėjimas pasauliu, užbaigti iki galo procesai, teisingi poelgiai tinkamu metu. Šiuolaikiniame pasaulyje vyrauja nuomonė, kad vaikai neturi išgyventi neigiamų jausmų, skausmo. Tačiau šiuos jausmus išgyventi yra normalu ir sveika. Tuo metu gyvasties pojūtis patiria kažką panašaus į natūralų grūdinimąsi, kaip sezonų ar oro kaita.

Gyvasties pojūtis yra susijęs su minties pojūčiu. Gerai išvystytas gyvasties pojūtis padės pagrindą minties pojūčio vystymuisi, padės geriau suprasti kito mintis ir išreikšti savąias.

Knygoje „Padėkime augti“ nurodoma kas padeda ir kas trukdo vystytis gyvasties pojūčiui [2. 263 psl.] :

Teigiamai veikia:

- sveikas dienos ritmas;
- pasitikėjimas gyvenimu;
- teisingas poelgis tinkamu metu, darni tvarka;
- džiaugsmas, kurį teikia maistas.

Žalingai veikia:

- ginčai, prievarta, bauginimai;
- skuba, išgąstis;
- nepasitenkinimas;
- nesaikingumas;
- nervingumas;
- tarpusavyje nesusiję, nenuoseklūs veiksmai.

Judėjimo pojūtis

Žmogus iš esmės yra judanti būtybė, mes nuolat judame: aktyviai ar pasyviai. Aktyviai judame kai įdedame pastangas, kažkur einame, siekiame paimti kažką, valgome, sportuojame ir t.t. arba pasyviai, net kai atrodo, kad mes nejudame, galime pajusti, kad kvėpuojame, kaip daužosi širdis, net kai miegame mes judame: virškiname, cirkuliuoja kraujas, kvėpuojame, sapno ciklo metu juda užmerktos akys.

Judėjimo pagalba mes suvokiame savo judėjimą, formas ir atstumus, nes akimis mes „apeiname“ formą ir „išmatuojame“ atstumą. Judėjimas persmelkia visą žmogų, pasąmoningai jaučiame raumenis ir suvokiame savo kūno padėtį. Judėjimo pojūtis pradeda funkcionuoti tada, kai kūdikis pradeda koordinuoti savo judesius, pavyzdžiui, pradeda šypsotis.

Judėjimo pojūtis išlaisvina - tai laisvė, kuri leidžia pasijusti sielos žmogumi. Mes pajuntame džiaugsmą, kai patiriame laisvę. Mimika yra judėjimo pojūčio išraiška ir joje atsiskleidžia sielos gyvenimas. Siela taip pat yra judri, sielos judesį mes išreiškiame kalba, žodžiais. Taip nuosavo judėjimo pojūtis yra susijęs su kalbos pojūčiu.

Vaikui reikia sudaryti sąlygas laisvai judėti. Judėjimo pojūtį labai trikdo TV ir kitos medijos, nes tuo metu mes esame tarsi paralyžiuoti, nejuda net akys. Judėjimo pojūčio sutrikimas pasireiškia negebėjimu atlikti judesį, t.y. paralyžius.

Kad gerai vystytųsi judėjimo pojūtis, vaikams reikia suteikti judesio laisvę, patiems pasirinkti kada ir kaip judėti. Mankšta vaikams gali pakenkti, kadangi nežinome kada, kokios apkrovos reikia kokiai raumenų grupei, vaikai tai daro intuityviai. Taip pat laisvam judėjimui trukdo ir pamokėlės, kurių metu reikia nusėdėti vietoje, visi gerai žinome, kaip sunku nulaikyti vaikus vienoje vietoje juos verčiant ir puikiai žinome, kokie nepailstantys jie būna žaisdami.

Vaikams būtina lavinti smulkiąją motoriką, nes tuo metu vystosi žirnelinis kauliukas, kuris turi tiesioginį ryšį su kalbos ir mąstymo centrais smegenyse. Žirnelinis kauliukas vystosi tuomet kai vaikai siuva, minko, piešia, žaidžia pirštų žaidimus. Tačiau kai mažas vaikas verčiamas rašyti apkrova žirneliniam kauliukui būna per didelė ir gali sugrubti. Tai yra viena iš priežasčių kodėl nereikėtų vaiko per anksti mokyti rašyti.

Knygoje „Padėkime augti“ nurodoma kas padeda ir kas trukdo vystytis judėjimo pojūčiui [2. 263 psl.] :

Teigiamai veikia:

- leidimas vaikams veikti patiems;
- tinkamai įrengta erdvė, kur galima viską liesti ir laisvai žaisti;

- prasmingi judesiai.

Žalingai veikia:

- įvairūs draudimai kiekviename žingsnyje;
- pasyvūs aplinkiniai, kaip netinkami mėgdžioti pavyzdžiai;
- žaidimai su automatiniais žaislais, verčiantys vaiką būti tik žiūrovu.

Pusiausvyros pojūtis

Labiausiai pusiausvyros pojūtį išgyvename kai netenkame pusiausvyros, tuo metu mes išgyvename baimę. Pasak Albert Soesman atsidūrus ties bedugne mums gali pradėti svaigti galva, išrinka baimė, sutrinka kvėpavimas, mes prarandame pusiausvyrą ir taip yra todėl, kad mes neturime į ką atsiremti savo žvilgsniu, negalime užpildyti erdvės savimi, tačiau sukoncentravus žvilgsnį į kokį nors tašką, pusiausvyra sugrįžta. Pusiausvyrai sugrįžti taip pat gali padėti tolygus, ramus kvėpavimas.

Kai mes esame pusiausvyroje, tai suvokiame erdvę, žinome kur yra viršus ir apačia, dešinė ir kairė, kada judame pirmyn, o kada atgal. Esame užtikrinti ir ramūs. Per pusiausvyros pojūtį mes patiriame pasaulį. Pusiausvyra mums duoda dvasios ramybę. Pusiausvyros organas - pusratinis kanalas, kuris yra šalia klausos organo. Kai žmogus praranda vidinę pusiausvyrą, padeda įsiklausymas į situaciją. Kaip muzika atspindi pasaulio harmoniją, taip ir mes turime savo vietą pasaulyje. Pusiausvyros pojūtis yra susijęs su klausos pojūčiu. Pusiausvyra – tai jėga, kuri mums reikalinga visą gyvenimą, kuri persmelkia arba ne mūsų sprendimus, veiksmus, mintis ir jausmus.

Pusiausvyrą svarbu rasti patiems, tiek fizinę, tiek dvasinę, todėl svarbu, kad vaikai mokytūsi patys atrasti pusiausvyrą. Jiems nereikėtų padėti, kaip dažnai tėvai, norėdami, kad vaikas greičiau išmoktų vaikščioti perka vaikštukus ar vedžioja už pasaitėlio, bijodami, kad jis nukris. Kad vaikai išmoktų ieškoti vidinės pusiausvyros, suaugusiems svarbu rodyti tinkamą pavyzdį, kaip jie ieško savo vidinės pusiausvyros, kaip ją išlaiko iškilusiose situacijose.

Pasak K. Konig [6.] Ties 7-9 metais pusiausvyros pojūtis patiria metamorfozę. Iki to laiko geometriją, gestą vaikas išgyvena kūne judėdamas, jausdamas savo kūno padėties pokytį trimatėje erdvėje. Įvykus metamorfozei, visa tai jis jau išgyvena mąstyme, atsiranda geometrijos, aritmetikos, rašto ir pan. suvokimas. Disleksija, disgrafija, matematikos nesupratimas gali būti pusiausvyros pojūčio sutrikimas. O veidrodinis rašymas arba raidės rašomos sukeitus vietas rodo neįvykusią metamorfozę.

Knygoje „Padėkime augti“ nurodoma kas padeda ir kas trukdo vystytis pusiausvyros pojūčiui [2. 264 psl.] :

Teigiamai veikia:

- judrūs žaidimai, supimasis, vaikščiojimas su kojūkais ir pan.;
- ramybė ir saugumas bendraujant su vaiku;
- suaugusiųjų siekis rasti vidinę ramybę.

Žalingai veikia:

- judrumo stoka;
- vidinis nerimas;
- depresija, nusivylimas;
- nuobodulys;
- ramybės stoka;
- vidiniai prieštaravimai.

Gilinimasis į pojūčius padeda geriau suprasti vaikus su elgesio sutrikimais. Dažnai tokie vaikai turi per daug jautrius arba blogai išvystytus pojūčius. Supratęs kokie pojūčiai yra apleisti arba sutrikę, galima tinkamai juos veikiant padėti vaikui.

METODINIAI POJŪČIŲ UGDYMO PAVYZDŽIAI VALDORFO DARŽELYJE

Lytėjimo pojūtis

- Aplinka.

Valdorfo darželiuose kiekviena detalė yra apgalvojama. Iš kokių lėkščių vaikai valgys, kaip miegos, kur sėdės ar vaiką supantys daiktai yra kokybiški, natūralūs, saugūs, kadangi vaikai visus supančius ji daiktus ima, liečia, kiša į burną, glaudžiasi prie jų, svarbu net ir tai kaip apsirengęs suaugęs prie kurio glaudžiasi vaikas. Visi žaislai taip pat yra pagaminti iš natūralių medžiagų. Minkšti žaislai būna pasiūti, numegzti ar nunerti iš medvilnės, vilnos ar kitokių natūralių medžiagų. Vaikai labai mėgsta žaisti su įvairaus dydžio medžiagų skiautėmis, įsivynioti, apsigaubti jomis, su mažesnėmis pvz.: šilko skiautelėmis (šilkas yra itin švelni medžiaga) mėgsta miegoti, kartais čiulpia jos galiuką. Kaladėlės, kriauklelės, pagaliai, akmenėliai, kaštonai, įvairūs medinukai prie viso to vaikas liečiasi nuolatos, visa tai yra atėję iš gamtos, tokiu būdu liesdamas, žaisdamas, kažką konstruodamas, tyrinėdamas vaikas pažįsta pasaulį ir lavina savo lytėjimo pojūtį.

- Veiklos-darbeliai.

Taip pat svarbu apgalvoti medžiagas, iš kurių vaikai kažką gamins, pvz.: lipdymui yra naudojamas bičių vaškas, kuris yra šiltas ir malonus minkyti. Jei tai yra darbas su siūlais pvz.: audimas, siuvinėjimas ar pan. taip pat reikia atkreipti dėmesį ar siūlai yra iš natūralių medžiagų. Su moliu dirbti ne visi vaikai mėgsta, nes jis yra šaltas ir sudaro purvo įspūdį. Mažesni vaikai dažnai atsisako minkyti molį ir tai yra gerai, vadinasi jiems dar to nereikia.

- Apranga.

Ne mažiau svarbu yra vaiko apranga. Vaiką reikėtų rengti rūbais iš natūralių medžiagų, rūbai liečiasi prie vaiko kūno kaip antra oda, dažnai jautriems vaikams labai svarbu, kad medžiaga būtų švelni, niekur nespaustų, nevaržytų. Tačiau yra tokių vaikų, kuriems tinka tamprūs rūbai, liesdamiesi jie tarsi budina vaiką būti čia ir dabar, kviečia gyventi žemėje. Kai kurie vaikai išgyvena baimę, jei užstringa galva ar ranka rankovėje. Taigi rūbai yra labai individualus dalykas, tačiau vienareikšmiškai, tai turėtų būti kokybiški, iš natūralių medžiagų. Vaiką darželyje rekomenduojame rengti šiltai, patogiai ir atitinkamai pagal sezoną. Vilna turi ypatingas šildančias, sugeriančias drėgmę ir švelniai stimuliuojančias savybes. Taip pat šilkas ideali medžiaga net alerginių odos problemų turintiems vaikams. Medvilnė, linas tinkamiausia šiltuoju sezonu. Taip pat svarbu kaip mes liečiamės prie vaiko ar norime kad jis greičiau apsirengtų ir mums netrukdytų, ar norime, kad jis išmoktų savarankiškai apsirengti, ar pagarbiai, be skubos rengiamo vaiką. Kito prisilietimą vaikai labai gerai jaučia, o jautresni vaikai gali net reaguoti į suirzusio ar pikto suaugusiojo prisilietimą.

- Laikas lauke.

Vaikas daug patiria lauke ir svarbu, kad jis galėtų prisiliesti tiek prie sausos, tiek prie šlapios žemės, dėl to Valdorfo darželyje vaikai eina į lauką bet koku oru, kad galėtų patirti įvairų orą, tyrinėti gamtą ir jos virsmus. Dėl to svarbu sudaryti saugias sąlygas tyrinėjimams, pasirūpinti tinkama apranga ir suteikti pakankamai erdvės, apgalvoti kiekvieną erdvės kampelį. Lauke taip pat neturėtų būti plastmasinių žaislų, galima naudoti tikrus sodo kastuvėlius, senus puodus, ir kitus virtuvės rakandus ir visas gamtines medžiagas. Tai padeda vystyti ne tik lytėjimo pojūčiui, taip pat skatina vaizduotę.

- Organizuoti vaikų žaidimai.

Dienos bėgyje Valdorfo darželyje būna žaidžiami pirštukiniai žaidimai, pirštų pagalvėlės labai jautrios, dažnai mes viską liečiame pirštais. Pirštukinių žaidimų pagalba mes liečiame save, būna žaidimų, kai auklėtoja pasisodina vaiką ant kelių ir jį žaidina, liečia jo veidelį, rankelę ir pan., vaikams tai labai patinka. Liestis prie kito reikia labai pagarbiai, stebėti ar vaikui tai patinka, ar ne per jautru. Dažnai vaikai patys pasisiūlo, kurie nori būti žaidinami. Taip pat ir ryto rato žaidimuose yra elementų kai liečiamės prie kito ar savęs. Vaikai mėgdžioja auklėtoją ir taip kaip ji liečiasi ar liečia, vaikai pamėgdžioja. Pernai teko lankytis Prahos darželyje, iš ten su kolege parsivežėm idėją vienam žaidimui. Galima pavadinti jį „Švelnuku“. Visi vaikai sėdi ratu, o auklėtoja iš užanties išsitraukia sugniaužtą delną, sakydama kad čia yra švelnukas ir dabar jį leisime ratu, taigi, auklėtoja paglosto šalia sėdinčiam vaikui galvą tardama jo vardą, tuomet tas

vaikas paglosto savo kaimynui, o auklėtoja ištaria jo vardą ir taip švelukas leidžiasi ratu kol sugrįžta pas auklėtoją ir vėl slepiasi užantin.

- Miegas.

Eidami miegoti vaikai nusirengia, susilanksto savo drabužius, gulasi į savo patalėlius, auklėtojos jiems padeda, padėdama ji liečiasi prie vaiko, taigi svarbu kad prisilietimas būtų švelnus, rūpestinga ir pagarbus. Paskui vaikai klausosi pasakos ir migdosi, dažnai auklėtojos paglosto nugarytę, tai yra labai intymus procesas, todėl svarbu turėti ryšį su vaiku, pažinti jį, , glostymas vaiką nuramina ir leidžia nugrimzti į save, atsipalaiduoti ir užmigti.

- Suaugusiųjų globa.

Suaugusysis visada turėtų būti pasiekiamas, atliepti vaiko poreikius ,prisiglausti, pasisodinti ant kelių, paguosti, nuvalyti nosį ar nuvesti į tualetą, išaiškinti nesutarimus tarp vaikų ir pan., tačiau tai turi netrukdyti vaikui gyventi savo gyvenimą ir mokytis, patirti. Kartais suaugusieji taip nepasitiki vaiko jėgomis, kad jis gali įveikti savo baimę, pavyzdžiui, nueiti vienas į smėlynę, kad suaugusis nejučia jį „pririša“ prie savęs ir pernelyg smarkiai globoja, to pasekoje vaikas dar labiau nepasitiki savo jėgomis ir aplinkiniais. Kitas kraštutinumas: kai suaugęs nekreipia dėmesio į vaiką kai jam jo reikia, nes galvoja, kad tai nereikšminga. Taigi, auklėtojų darbas pastebėti, suprasti ir išsiaiškinti kada kokį sprendimą priimti atsižvelgiant į vaiką, ar tas sprendimas harmoningas.

- Ribos.

Ribos Valdorfo darželyje yra labai aiškios, kiemo tvora juosia žaidimų erdvę, grupės turi savo atskirus kambarius, valgoma yra prie stalo, yra laikas laisvam kūrybiniam žaidimui, ryto ratui, miegui, lauko laikas ir visur galioja aiškios taisyklės: ką, kur ir kada gali veikti, tarkime valgymo metu negali žaisti ir atvirksčiai negali lakstydamos bet kada ir bet kur valgyti. Aiškumas sukuria saugumą. Taisyklės yra aiškios, bet lanksčios, jei matai, kad vis dar vyksta vaikų žaidimas, o jau tvarkymosi metas, tai galima dešimt minučių uždelsti ir pradėti tvarkytis šiek tiek vėliau, galima švelniai paraginti, pvz.: pradėti dėlioti daiktus į vietas, kai kurie vaikai (dažniausiai didesni) prisijungia ir taip žaidimas pereina į tvarkymąsi. Vaikai dažnai bando ribas, norėdami atkreipti į save dėmesį ar išsiaiškinti kur jos, kai išsiaiškina tampa ramu ir saugu. Vaikams reikėtų aiškiai ir tvirtai pasakyti „ne“, taip atsiranda aiškumas ir vaikas atsipalaiduoja, svarbu neabejoti ir žinoti dėl ko taip pasakyta. Dėl to svarbu, kad suaugęs iškeltų sau klausimą kodėl jis vienaip ar kitaip elgiasi. Tarkim, vaikas sako, kad nenori eiti miegoti, nors visi išoriniai veiksniai rodo priešingai, tuomet auklėtojas aiškiai sako, kad dabar reikia eiti pailsėti, svarbu aiškiai žinoti savo poziciją, dėl ko taip atrodo, nes jei suaugęs nors truputi turi abejonių, tai vaikai labai aiškiai pajunta. Žinoma, kiekvienas vaikas ir situacija yra individuali ir visiems atvejams tos pačios klišės negali taikyti.

Gyvasties pojūtis

- Pastovus dienos ritmas.

Mūsų gyvasties pojūčiui tinkama terpė vystytis yra dienos ritmas, kad visi dalykai vyktų pagal tam tikras taisykles, kad aktyvi veikla keistų pasyvią, kad būtų perėjimai. Kaip kvėpavimas: po įkvėpimo, sektų iškvėpimas. Remiantis tokiu principu yra sudaryta Valdorfo darželio diena: visi vaikai susirenka, auklėtoja perima vaiką iš tėvų pasisveikindama ir paspausdama ranką ir vaikai eina žaisti, šis laikas vadinamas laisvo kūrybinio žaidimo laiku, kai vaikas iškvepia tai kas buvo prisikaupę, gal iš vakaro turėjo daug įspūdžių parduotuvėje ir dabar vaikas visa tai išžaidžia. Po to seka perėjimas, tai yra tvarkymasis, kur kiekvienas daiktas turi savo vietą. Tvarka taip pat sveikatinančiai veikia mūsų gyvasties pojūtį, kaip organai turi savo vietas, taip išorėje turėtų atsispindėti tvarka. Po tvarkymosi seka įkvėpimas, kai vaikai žaidžia auklėtojos parinktus žaidimus, pagal tam tikrą tvarką (pagal sezoniškumą, metų ritmą, dienos nuotaiką ar grupės aktualijas) ir perėjimas, kai plaunamos rankos ir susėdus prie stalo atliekamas ritualas, kurio dėka pereinama prie maisto valgymo, po to vėl iškvėpimas, kai vaikai eina į lauką, laisvai žaidžia, tuomet pietūs (įkvėpimas), miegas (iškvėpimas). Fizinę veiklą keičia poilsis ir pan.

- Maistas, ne tik kaip mums gyvybę palaikantis procesas.

Pagrindinė maisto funkcija yra palaikyti mums gyvybę, tačiau svarbu kaip ir ką mes valgome. Valdorfo darželyje valgymo metu puoselėjamas dėkingumas gamtai, pasauliui už maistą, kuris mums teikia gyvybę. Per tai kad gali pats prisidėti prie maisto gaminimo, pvz.: skusti, lupti, pjaustyti, skatini vaikui pagarbos darbui jausmą, kad maistą reikia paruošti, kad jis atsiranda ne iš niekur. Maistas teikia malonumą, dėl to ir išorinė maisto valgymo aplinka turėtų būti estetiška, mes dažnai sakome: „pažiūrėk, kaip skanu“. Ritualas, kaip padėka prieš valgant, žvakės uždegimas rodo pagarbą, nuramina ir leidžia mėgautis maistu visomis jauslėmis.

- Prasmingas darbas išgyvenamas kaip procesas.

Valdorfo darželyje vaikai turi galimybę dirbti prasmingus darbus, tai yra darbai, kurie turi savo paskirtį, prasmę ir kurių metu gali pamatyti procesą nuo pradžių iki galo. Pavyzdžiui: vaikai sėja daržoves, jas prižiūri, augina, tuomet ruošia, valgo. Per Mykolinių šventę vaikai kepa pyragą, tačiau tam, kad išsikeptų pyragą, jiems reikia iškulti kviečius, išvėtyti, sumalti ir tik tuomet galima kepti pyragą. Per žibintų šventę vaikai daro žibintus, kuriais paskui šviečia sau kelią ir išgyvena šviesos dalinimosi, sklidimo procesą. Kalėdiniu laikotarpiu vaikai kepa sausainius kaip dovaną namiškiams, gamina žaisliukus eglutei iš šiaudų, kurie lieka rudenį nuo kūlimo ir kitų gamtinių medžiagų, tokių kaip šermukšniai ir pan., paskui tokias girliandas galima palikti miške paukšteliams sulesti. Žiemą geriausia dirbti su siūlais, puiku, jei jie gali matyti kaip siūlai yra verpiami, paskui juos reikia susukti į kamuoliukus ir tuomet gali kažką iš jų gaminti, pavyzdžiui, austi kilimėlius savo išleistuvių nameliams, siuvinėti jais kamuoliukus ir panašiai. Pavasarį galima auginti ant palangės prieskonius pvz.: svogūnų laiškus, kuriuos paskui galima ragauti arba daiginti daigelius, kuriuos paskui persodinti į darželį ir užauginus skanauti. Vėlykų laikotarpiu darželyje galima lipdyti dubenėlius, į kuriuos paskui sėjama žolytė kaip pavasario ir

prisikėlimo pranašas, r kepti su vaikais duoną. Taigi, tiek kasdieniame gyvenime namų ruošia, tiek metų ritme, sezoniniai darbiai turi savo prasmę ir simboliką.

- Sveikas nuovargis.

Šiais laikais vaikus tėvai labai saugo, kad ne per toli eitų, paveža juos į mokyklą. Neleidžia toli važiuoti dviračiu, nes nesaugu. Retas vaikas padeda dirbti sode ar pan. ir patiria tikrą fizinį nuovargį. Vaikai labai dažnai pervargsta nuo neturėjimo ką veikti, sėdėjimo prie ekrano ar nuo pernelyg daug įspūdžių. Gyvasties pojūčiui svarbu sveikas fizinis nuovargis, dėl to darželyje vaikai eina į žygius, o lauke yra sudaromos sąlygos laisvai ir daug judėti, kasti smėlį. Kartais padeda auklėtojoms dirbti sode, ravėti, laistyti darželius ir pan.

- Emocijos, skausmas yra legalūs.

Dažnai mes išgyvename baimę ar gėdą kai vaikai verkia ar pyksta ir norėdami tai sustabdyti tildome ar visai kaip raminame, kišame saldainį ar pan. ir tai nėra teisinga, nes mes mokome vaiką slėpti savo emocijas, „užkišti“ jas maistu ar pan., tai gali vėliau atsilipti sveikatai. Emocijas reikia išgyventi, kad tai, kas mus spaudžia neužstrigtų ir netrikdytų mūsų. Dažnai vaikai reiškia savo emocijas neadekvačiai, pvz.: kai supyksta - juokiasi ir tai rodo ne sveikatą. Valdorfo darželyje emocijos yra galimos visokios, jei vaikui skauda, jis užsigavo, tai adekvati reakcija yra verksmas ir vaikas gali verkti. Per skausmą, vaikas išmoksta savisaugos, būti budriui, dažnai sakoma, kad dar nei vienas vaikas neužaugo be mėlynės. Jei vaikas supyksta, tai adekvatų pyktį išlieti, surikti ar treptelėti koja. Tačiau pagrindinė taisyklė yra ta, ka vaikas reikšdamas savo emocijas neužgautų savęs, kito ar nelaužytų daiktų. Jei vaikas kažko bijo, tai auklėtojos stengiasi išsiaiškinti kokia baimės priežastis, kokios sąlygos vaikui nesukelia baimės, gal vaikui reikia pabūti vienam pasislėpus kamputyje, o gal jis nori ant kelių bet nedrįsta pasiprašyti, tokių scenarijų yra daug ir įvairių.

- Savarankiškumas.

Vaikams pagal jų amžių ir galimybes sudaryti sąlygas būti savarankiškiems. Nusinešti savo indus, atlikti tualetu reikalaus, nusirengti, apsirengti, valgyti, tvarkytis. Vaikai labai individualūs, turi savo tempą ir skirtingus gebėjimus, kai kuriuose ryškiai matosi temperamento bruožai. Į visą tai auklėtoja kreipia dėmesį. Mažiems vaikams svarbu mokytis būti savarankiškiems, pavyzdžiui, išmokti apsimaui kojine, vaikai būna labai atkaklūs ir kartoti gali vieną judesį iki kol išmoksta nepriekaištingai, todėl suaugusiajam svarbu apsiginkluoti kantrybe ir supratimu, mažam vaikui nėra savaiame suprantama, kaip apsimaui kojine ir tai jam yra didelis iššūkis. Tam, kad vaikas įveiktų iššūkį, svarbu nesikišti ir leisti vaikui pačiam mokytis, galima šiek tiek padėti nurodant paprastus žingsnius, kad dabar taip reikia paimiti, čia patraukti, ten laikyti ir pan. Ir su amžiumi šie iššūkiai sudėtingėja tol, kol vaikas išmoksta pasirūpinti savimi, gal net gali jau padėti ir kitam.

Judėjimo pojūtis

- Aplinka.

Kieme vaikams reikia sudaryti sąlygas įvairiai judėti: lipti į medį, karstytis laipynėmis, čiuožti čiuožyne, suptis, balansuoti ant buomo, lakstyti, užlipti ir nulipti. Jei kieme yra pakankamai statybinės medžiagos: suoliukai, kulbės, patiesalai, pagaliai ir pan., tai vaikai patys prisigalvoja įvairių statinių, kurie leidžia karstytis ir balansuoti. Grupėse vaikai stato iš stalų, kėdžių, suolų ir visko, kas papuola į rankas.

- Smulkioji motorika.

Daug dėmesio skiriama lavinti smulkią motoriką: įvairūs rankdarbiai, pirštų žaidimai, piešimas kreidelėmis, liejimas akvarele, drožinėjimas peiliuku. Smulkioji motorika taip pat gerai vystosi kai vaikams leidžiama patiems valgyti su įrankiais, rengtis, segtis sagas, rištis batus ar užsitraukti užtrauktuką.

- Judesių harmonija ir grožis.

Ryto rato metu su vaikais žaidžiami įvairūs žaidimai, dažnai naudojant euritminius elementus, vaikai mėgdžiodami auklėtojas mokosi harmoningų, plastiškų judesių. Kai kuriuose darželiuose euritmijos užsiėmimai vyksta kartą per savaitę vietoj ryto rato žaidimų. Euritmija- tai judesio kalbos menas, terapija. Puoselėjama estetika, grožis, saviraiška, fizinė bei dvasinė sveikata, mąstymo, jausmų ir valios pusiausvyra, socialinė integracija.

Pusiausvyros pojūtis

- Aplinka.

Pusiausvyrą išgyventi galima balansavimo priemonėmis: suptis, eiti nelygiu paviršiumi, pvz.: akmenuotu takeliu, eiti buomu ar lynu, visa tai galima įsirengti kieme. Vaikai mokydami balansuoti dažnai nukrenta, stojasi ir vėl mėgina. Sveikai besivystantis vaikas po truputi vis sunkina sau užduotis ir vis drąsiau ir vis sudėtingiau mėgina balansuoti įvairiais būdais.

- Santykių harmonija.

Neretai darželyje susiduriame su problemomis, nesusipratimais, kurie kyla tarp vaikų. Su kai kuriomis problemomis vaikai susitvarko puikiai ir patys, pvz.: nepasidalina kreidelėmis, o didesnis vaikas pasiūlo paimti savo kreidelę, pats paimdamas kitą, o būna tokių konfliktų, kurių vaikai nemoka išspręsti savarankiškai, kai taip nutinka, auklėtoja imasi vesti, parodo, kaip iš tokios situacijos išeiti. Tarkim atbėga verkiantis vaikas ir skundžiasi, kad jį mušė, iš paskos dar keli vaikai. Auklėtoja pirmiausia nuramina vaiką, paguodžia ir paklausia kas nutiko. Pirmiausiai vienas papasakoja savo versiją, kol jis pasakoja, kitas klausosi, tuomet pasakoja kitas vaikas savo versiją. Dažnai būna ir įvykio liudininkų, kurie papasakoja kaip jie matė tą patį įvykį.

Dažniausiai tokie pasakojimai padeda pamatyti objektyvų vaizdą, tikrąjį situacijos vaizdą ir jo priežastis. Kai tai išaiškėja vaikai tarsi sugrįžta į save, vėl visi būna patenkinti, harmonija atstatyta ir jie toliau kartu gali žaisti. Dažnai didesni vaikai jau patys moka atpažinti problemą ir puikiai reflektuoja kas, kodėl ir kaip įvyko. Lygiai taip pat svarbu harmoningi ir aiškūs santykiai tarp suaugusiųjų žmonių, net jei jie vieni kitiems šypsosi, bet vaikai labai greitai pajunta netikrumą ir įkaitusią atmosferą, tai dažnai gali net įtakoti vaikų nedarnumą grupėje. Lygiai taip pat svarbu kaip mes kalbamės su vaiku, su koku vidiniu nusiteikimu, ar esame toje akimirkoje, ar esame panirę savo rūpesčiuose ir bendraujame atsainiai. Dėl to labai svarbu auklėtojų saviugda, kad galėtų būti tinkamais pavyzdžiais mėgdžiojimui.

- Laisvas piešimas.

Valdorfo pedagogikoje vaikai turi galimybę laisvai piešti, tada kai turi tam poreikį. Vaikai piešti gali niekieno neskatinami ir neverčiami, dėl šios priežasties per piešimą galima stebėti vaikų vidinį gyvenimą, , pavyzdžiui, piešiniuose pasireiškiančius pusiausvyros elementus. Tam tikrame amžiuje vaikai pradeda ieškoti pusiausvyros, bando atrasti lapo vidurį, savo ašį. Vėliau piešiniuose galima pastebėti pasikartojančias detales, spalvas, kurios dėliojamos į tam tikrą supaprastintą mandalą. Galima stebėti kokie vaiko piešiniai: harmoningi, simetriški ar chaotiški, padriki, visa tai byloja apie vaiko vidinės pusiausvyros ieškojimą.

VEIKSNIAI, LEIDŽIANTYS SVEIKAI VYSTYTIS VAIKO POJŪČIAMS

1. Kadangi vaikas mokosi per pamėgdžiojimą, tai suaugę žmonės, supantys vaiką turėtų būti verti pamėgdžiojimo. Tai yra suaugęs žmogus norintis parodyti kaip tinkamai puoselėti žemesnius pojūčius, turėtų sąmoningai puoselėti savo žemesnius pojūčius.
2. Sąmoningai apgalvota vaiką supanti fizinė aplinka.
3. Pozityvi, rami, švelniai budinanti emocinė aplinka.
4. Sąmoningai parinkta veikla pagal vaiko poreikius, galimybes ir gebėjimus.
5. Sveikai veikiantis dienos, savaitės, metų ritmas.
6. Vaiko amžių atitinkančios, saugančios ribos ir aiškios taisyklės.
7. Savarankiškumo puoselėjimas ir suaugusiojo globa.
8. Galimybė išgyventi sezonų kaitą.
9. Sveikas, malonumą teikiantis maistas.
10. Maistas ne tik kūnui, bet ir sielai, sąmoningai auklėtojų parinkti žaidimai, dainos, pasakos.

IŠVADOS

Išnagrinėjus R. Steiner dvylikos pojūčių teoriją, remiantis literatūra, informacijos šaltiniais, bei savo asmenine patirtimi darbe ir namuose, galiu drąsiai teigti, kad žemesniųjų pojūčių lavinimas (-sis) yra vienas svarbiausių Valdorfo pedagogikos uždavinių. Ikimokyklinėje Valdorfo pedagogikoje didžiausias dėmesys skiriamas žemesniesiems pojūčiams: lytėjimo, gyvasties, judėjimo ir pusiausvyros. Veikloje remiantis tuo kas palankiai įtakoja pojūčių vystymąsi ir vengiama to, kas trukdo jiems vystytis. Svarbiausi veiksniai, kurie leidžia sveikai vystytis vaiko pojūčiams yra suaugęs žmogus, puoselėjantis savo žemesniuosius pojūčius, taip pat tinkama fizinė, bei emocinė aplinka, tinkamai sudarytas dienos ritmas, sąmoningai parinkta veikla, saugančios ir aiškios ribos, bei taisyklės, taip pat atidi vaiko globa ir savarankiškumo puoselėjimas. Visa tai padeda vaikui augti sveikam ir laimingam.

REFLEKSIJA

Darbo temai pasirinkti įtakos turėjo mano kūdikis, kurio pojūčiai tik pradeda vystytis, yra daug jautresni ir gležnesni už mūsų - suaugusiųjų. Turėjau galimybę praktiškai stebėti kaip vaikas reaguoja į aplinką, kaip keičiasi ir sparčiai vystosi jo pojūčiai, refleksai, kaip sparčiai jis mėgdžioja aplinką. Buvo labai įdomu spręsti kasdienybės keliamus uždavinius ir praktiškai pritaikyti visas sukauptas, bei atrastas žinias. Įdomu buvo gilintis į taip pažįstamą darbo rutiną per pojūčių prizmę, atrasti kažką naujo, peržvelgti kur galima tobulėti. Nutikimas Los Angele su Genie mane sujaudino iki pat gelmių, taip pat ir daug perskaitytų nacių eksperimentų su žmonėmis. Darbe norėjau papasakoti vieną paskaitoje išgirstą nacių eksperimentą su 20 kūdikių, kurie buvo atskirti nuo žmonių, prie jų liedsdavosi tik būtiniausiu atveju, galiausiai nei vienas kūdikis neišgyveno iki 1 metų amžiaus. Įdomu yra tai, kad šis pasakojimas yra tapęs legenda, apie kurią visi kalba, akademinėje bendruomenėje pateikiamas kaip pavyzdys, tačiau neradau nei vieno šaltinio, kuris publikuotų šią istoriją kaip tikrą. Darbą rašyti buvo nelengva, kartais jaučiausi „vagianti“ laiką iš savo kūdikėlio ir šeimos. Esu labai dėkinga savo vyrui, paauglei dukrai ir sūnui už suteiktą galimybę, kantrybę ir palaikymą, taip pat esu dėkinga savo kolegėms- draugėms- bendražygėms ir savo sesei.

LITERATŪRA IR ŠALTINIAI

1. Алберт Соеман „Двенадцать чувств“ , Деметра , Санкт-Петербург, 2003
2. Wolfgang Goebel, Michaela Gliockler „Padėkime augti“, Tėvų paramos Valdorfo pedagogikai bendrija, Vilnius, 2006
3. Rita Žukauskienė „Raidos psichologija: integruotas požiūris“, Margi raštai, Vilnius, 2012
4. Карл Кениг „Развитие чувств и телесный опыт“, Духовное познание , Калуга, 2002
5. [https://en.wikipedia.org/wiki/Genie_\(feral_child\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Genie_(feral_child))
6. Ulrika fon Shulc paskaitų ciklas „Dvylika pojūčių“, Ugdymo meno mokykla (užrašai), Vilnius, 2011m. rugsėjo 9d.
7. Edita Kuliavaitė paskaitų ciklas „Žemesnieji pojūčiai“, Ugdymo meno mokykla (užrašai), Vilnius, 2012m. liepos 6d.