**Kodėl vaikas gali neturėti draugų?**

Priežasčių – daugybė, ir kiekvienas atvejis unikalus. Štai dažniausios:

**1. Natūrali asmenybė**

Kai kurie vaikai yra **intraversiški**, mėgsta stebėti, o ne dalyvauti, jiems užtenka vieno artimo draugo arba **savęs paties kompanijos**. Jie nėra vieniši – jie **pasirenka būti vieni**.

**2. Nauja aplinka**

Jeigu vaikas neseniai pradėjo lankyti darželį ar mokyklą, jam gali reikėti **laiko apsiprasti**. Ne visi vaikai iš karto įsilieja į kolektyvą.

**3. Bendravimo įgūdžių trūkumas**

Kai kuriems vaikams sudėtinga pradėti pokalbį, išreikšti norą žaisti ar spręsti konfliktus. Jie gali būti **atidžiai stebintys, bet nedrįstantys įsitraukti**.

**4. Atstūmimo patirtys**

Jeigu vaikas **jau buvo atstumtas**, išjuoktas ar ignoruotas, jis gali vengti bendrauti iš baimės vėl patirti skausmą.

**5. Skirtumai nuo kitų**

Vaikas gali būti „kitoks“: turėti kitokius pomėgius, išvaizdą, kalbą ar elgesio ypatybes. Tai kartais sukelia **barjerų bendraamžių akyse**.

**Ką gali padaryti tėvai?**

Svarbiausia – **nepanikuoti**, bet stebėti, kalbėtis ir, jei reikia, reaguoti jautriai.

**✅ 1. Klauskite be spaudimo**

Užduokite atvirus klausimus:  
„Kaip praėjo diena?“  
„Su kuo šiandien žaidei?“  
„Ar yra kas nors, su kuo norėtum bendrauti, bet nedrįsti?“

Svarbu **nekaltinti ir nespausti**: „Kodėl neturi draugų?“ – tokie klausimai gali dar labiau sumažinti pasitikėjimą savimi.

**✅ 2. Stebėkite socialinę raidą pagal amžių**

– 3–4 metų vaikams svarbiau būti šalia kitų, bet dar nebūtinai žaisti kartu.  
– 5–7 metų vaikai pradeda ieškoti „geriausio draugo“.  
– Nuo 8 metų – formuojasi **tvirtesni emociniai ryšiai**, atsiranda poreikis priklausyti grupei.

Jei 7–8 metų vaikas **nuolat vienišas, liūdnas, nesijaučia priimtas** – verta pasikalbėti su mokytoja ar psichologu.

**✅ 3. Modeliuokite draugystę per žaidimą**

Namie galite kartu su vaiku vaidinti situacijas:  
– Kaip pasakyti „gal nori žaisti?“  
– Ką daryti, jei kitas sako „ne“?  
– Kaip pakviesti į gimtadienį?

Tokie „žaidybiniai scenarijai“ padeda vaikui pasiruošti realioms situacijoms.

**✅ 4. Suteikite progų socializuotis mažais žingsniais**

Pakvieskite vieną vaiką į svečius ar žaidimų aikštelę – **nedidelės grupės padeda vaikui atsiskleisti**.

**✅ 5. Nesilyginkite su kitais vaikais**

Kiekvienas vaikas turi savo tempą. Vienas turi penkis draugus, kitas – vieną, bet labai artimą. **Kokybė svarbiau už kiekybę.**

**Kada verta kreiptis į specialistą?**

Jeigu pastebite, kad vaikas:

* dažnai sako, kad **jaučiasi vienišas, liūdnas, „niekas su manimi nežaidžia“**,
* rodo **agresiją arba užsisklendimą**,
* **atsisako eiti į ugdymo įstaigą**,
* patiria **patyčias ar atstūmimą**,