

RUTH PETERS

NEBIJOKITE

drausminti
vaiku

TYTO ALBA



RUTH PETERS

NEBIJOKITE

drausminti
vaikų

Iš anglų kalbos vertė
Lina Kubertavičiūtė

VILNIUS 2017

Ruth PETERS
DON'T BE AFRAID TO DISCIPLINE
Golden Books, New York, 1997

2-oji pataisyta laida

Leidinio bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB).

Šį leidinį draudžiama atgaminti bet kokia forma ar būdu, viešai skelbti, taip pat padaryti viešai prieinamą kompiuterių tinklais (internete), išleisti ir versti, platinti jo originalą ar kopijas: parduoti, nuomotuoti, teikti panaudai ar kitaip perduoti nuosavybėn.

Draudžiama šį kūrinį, esantį bibliotekose, mokymo įstaigose, muziejuose arba archyvuose, mokslinių tyrimų ar asmeninių studijų tikslais atgaminti, viešai skelbti ar padaryti visiems prieinamą kompiuterių tinklais tam skirtuose terminaluose tų įstaigų patalpose.

© 1997 Dr. Ruth Peters

© Viršelio nuotrauka, Racorn / „Dreamstime“

© Lina Kubertavičiūtė, vertimas į lietuvių kalbą, 1999, 2017

© „Tyto alba“, 1999, 2017

ISBN 978-609-466-245-4

PADĖKA

Norėčiau padėkoti šeimoms, kurios daugiau kaip du dešimtmečius su manim dirbo, ir mes vieni iš kitų mokėmės, kaip auklėti vaikus. Ypač dėkoju tiems drąsiems tėvams ir vaikams, kurie pasidalijo patirtimi su mano skaitytojais, norėdami, kad kiti iš jų pasimokytų.

Nuoširdus ačiū knygą perrašinėjusioms darbuotojoms Harrietai Coren ir Jeanai Loveland, kurios visai nusivarė nuo kojų, kol mano darbas ėmė panašėti į knygą.

Ashley Carroll ir Janas Milleris, mano literatūros agentai, verti ypatingos padėkos už tai, kad tikėjo mano idėjomis ir parėmė įsitikinimą, jog tėvai nori kaip įmanoma geriau auklėti savo vaikus.

Nuoširdžiai dėkoju *Golden Books* redaktoriams: Laurai Jorke už puikų išvalgumą ir tiesiog neįtikimus organizacinius gebėjimus, o Cassie Jones – už kūrybišką redagavimą, paramą ir, svarbiausia, už kantrybę. Taip pat nuoširdžiai dėkoju Bobui Asahinai, kad suprato šio darbo naudą ir padėjo jį atlikti.

Galiausiai norėčiau apkabinti ir pabučiuoti savo vyrą ir vaikus, kad turėjo kantrybės ir padėjo man tada, kai nežinojau, apie ką rašyti, o paskui negalėjau sustoti rašiusi!

Turinys

Pastaba dėl konfidencialumo	6
Padėka.....	7
ĮVADAS	13
Pralenkite savo vaikus	13
I. SUNKŪS VAIKAI	20
Kai tėvai negali pasakyti „ne“	21
Nenuoseklus auklėjimo rezultatai	23
Kaip tėvai netenka galios	25
II. AUKLĖJIMO BŪDAS	27
Kodėl taip auklėjame	27
Svarbiausios auklėjimo taisyklės	29
Emociškai priklausomi tėvai	33
Laimės siekiantys tėvai	38
Mamos, kartojančios: „Palauk, grįš tėtis“	43
III. KAIP PERGUDRAUTI MANIPULIUOJANTĮ VAIKĄ.....	48
Reikia žinoti, kaip vaikai manipuliuoja	48
Vaikai, kuriems rūpi „Kas bus, jeigu...“	48
Vaikai, mokantys priversti tėvus jausti kaltę	52

Vaikai chameleonai	53
Klaidžiojančios sąžinės vaikai	57
Vaikai, nesantaikos tarp tėvų kurstytojai	64
IV. GERO LINKINTIS DIKTATORIUS	68
Veiksmingas auklėjimo būdas	68
V. SVARBIAUSIOS ELGESIO UGDYMO TAISYKLĖS	73
Pastovumas	73
Veiksmingi rezultatai	75
Tėvų ramumas	80
Taisyklių nustatymas	81
VI. ELGESIO UGDYMO SISTEMA	84
Elgesio ugdymo technika	87
Kasdienės pareigos	88
Blogi taškai už elgesį / požiūrį	95
Geros dienos kriterijai	99
Labai griežtos bausmės	110
Elgesio ugdymo atvejų apžvalga	113
VII. YPATINGOS APLINKYBĖS	125
Nelaimingas kankinys ir drovus vaikas	125
Nelaimingas kankinys	125
Drovas vaikas	129
VIII. BIHEIVIORISTINIS POŽIŪRIS Į DĖMESIO TRŪKUMO SINDROMĄ	136
Dėmesio trūkumo ir hiperaktyvumo sindromas.	
Hiperaktyvusis-impulsyvusis tipas	142

Dėmesio trūkumo ir hiperaktyvumo sindromas.	
Nedėmesingasis tipas	146
Elgesio ugdymo būdai mokykloje	152
Kokia vaikų, turinčių dėmesio trūkumo ir hiperaktyvumo sindromą, ateitis	157
IX. VIENIŠI TĒVAI IR ŠEIMA SU PATĒVIU / PAMOTE	160
Kai auklėja vienišas tėvas ar motina	161
Kai vaiką auklėja patėvis ar pamotė	168
X. KAI ELGESIO UGDYMAS NEPADEDA	177
Depresija	177
Vaikai ir piktnaudžiavimas narkotinėmis medžiagomis.....	187
Nesuvaldomi vaikai	199
XI. SUMANIAI AUKLĖJANTYS TĒVAI	212
Nuorodos ir literatūra.....	217

Įvadas

Pralenkite savo vaikus

„Ar kas mirdamas liepė tau vienai viskuo rūpintis?“ – dažniausiai klausia mano vyras, kai ką nors liepiu vienam iš mūsų dviejų vaikų. Kartais pagalvoju, kad jis buvo siųstas į žemę man nuolat priminti, kiek dar daug ko neišmanau apie vaikų auklėjimą, nors jau seniai esu mama ir vidutinio amžiaus psichologė. Iš tiesų, vaikai beveik kiekvieną dieną išmoko mane ko nors naujo!

Taigi pradėdau šią knygą teigdama, kad daug išmanau apie vaikus ir apie tai, kas juos jaudina, bet taip pat suprasdama, kaip nelengva būti tėvais. Perskaičiusi daugybę straipsnių apie raidos psichologiją ir beveik visas populiariausias knygas apie vaikų auginimą, susipažinau su šiuolaikinėmis auklėjimo teorijomis, bet daugiausia išmokau augindama savo vaikus ir dvidešimt metų padėdama šimtams šeimų auklėti savo atžalas. Tikrai ilgai domėjaisi mažųjų reikalais ir stengiausi išspręsti dažniausiai pasitaikančias šeimos problemas.

Kartais pagalvoju: „Tai jau žinoma ir girdėta!“, ir pradėdau per daug pasitikėti savimi. Bet vos tik ištariu, kad vaiko elgesys visai lengvai pataisomas („Mes įveiksime Džimio užsispyrimą per tris seansus“), – šis kaipmat apverčia viską aukštyn kojom, netikėtai pradėjęs dar kitaip elgtis. Taigi aš turiu skubiai parinkti kokią

nors naują taktiką, kad galėčiau padėti tėvams. Tada ir primenu sau, kaip sudėtinga auklėti vaikus ir kaip nelengva juos pralenkti.

Paprastai prieš gimstant kūdikiui tėvai nesuka galvos dėl galimų auklėjimo problemų. Kaip smagu laukti vaikelio – reikia išrinkti vardą, išpuošti kambarį, pagalvoti apie šventę! Ir pagaliau! Susijaudinimas, netikrumas ir – taip! – net gimdymo skausmai užklumpa visai netikėtai, kad ir kiek skaityta, planuota, kalbėta su draugais. Nors ir labai skaudėjo gimdymo metu, nors ir kaip sunku buvo matyti žmoną sąrėmių kančiose, nors ir karštai prisiekinėjote, kad daugiau niekada niekada tam nesiryšite, vos tik paėmę kūdikį ant rankų, akimirksniu suprasite, kad jis nuostabiausias ir brangiausias pasaulyje. Būtent čia ir prasideda protu nepaaiškinama auklėjimo dalis: naujagimis pažvelgė į jus vos pramerktomis akutėmis, ir jūs jau priklausote jam visiems laikams. Pabunda tėviški ir motiniški instinktai, ir nedvejodami pultumėte po traukinį, kad įrodytumėte begalinę meilę mažyliui.

Taip viskas ir prasideda: parsivežate kūdikį namo ir kaip įmanydami stengiatės duoti jam visa, kas geriausia, pasisemdami žinių iš mamos, anytos ar uošvės, vaikų gydytojos, naujausios knygos. Kai kurie tėvai aptaria būsimas situacijas iš anksto („Ar leisime savo mažyliui verkti, ar guldysime jį į savo lovą?“), bet dauguma šiuolaikinių tėvų sprendžia problemas tada, kai jos iškyla.

Šis auklėjimo būdas taikomas dažniausiai ir, deja, sudaro sąlygas atsirasti daugeliui rūpesčių ateityje. Jei jūsų kūdikis bus geras ir ramus (kai kurie tokie yra iš prigimties), per daug nesistengiant bus nesunku auklėti. Bet jei jums siūstas užsispyręs, kietakaktis, nesukalbamas vaikas, nepadės jokie rankų grąžymai, grasinimai ar maldos. Pastebėjau, kad užsispyrusių kūdikių daug, ir jie tampa dar atkaklesni ankstyvoje vaikystėje ir vėliau.

Bet vaikų elgesį galima keisti. Nuo to, kokios pozicijos laikysitės auklėdama mažylį, priklausys, koks jis bus užaugęs. Vaikai negimsta savaime drausmingi, paklusnūs, turėdami gerą vertybių sistemą. Juos to reikia išmokyti, o pirmieji mokytojai esate jūs – mama ir tėtis.

Deja, dauguma vaikų nėra uolūs mokiniai. Jie nelabai nori paisyti draudimų, linę iš mamos ir tėčio girdėti tik „taip“. Daugumai vaikų visai nerūpi susitvarkyti kambarį ar padėti tvarkyti skalbinius. Jiems reikia malonumų, žaislų, kad viską būtų galima daryti, kaip nori. Jei jų norai atsitiktinai sutampa su jūsų, viskas klostosi gerai. Jei įvyksta priešingai, o taip dažniausiai ir būna, tarp vaiko ir tėvų kyla konfliktas. Štai čia aš ir turiu įsiterpti.

Pediatrai, mokyklų socialiniai pedagogai, mokytojai, dvasininkai siunčia tėvus su vaikais pas mane, kad į šeimos betvarkį gyvenimą padėčiau sugrąžinti harmoniją, išmokyčiau tėvus „pri-griebti“ vaikus, kad šie geriau elgtųsi. Kartais į mane kreipiasi dėl vadinamojo susiderinimo – nežybaus kai kurių taisyklių pako-regavimo – ir vėl viskas gerai. Tačiau kitose šeimose būna tokia sumaištis, kad keista, kaip jie visi dar sveiki. Trečios šeimos kreipiasi peržengusios tą ribą, kai tėvai ir vaikai jau yra patyrę vieni kitų fizinį ar dvasinį smurtą.

Tiems, kurie kreipiasi ne dėl menko „susiderinimo“, gali prireikti išmokti kitaip bendrauti, o tai gali būti labai sunku. Kai daugelį metų gyventa be jokių taisyklių ar nuolat jas kaitaliojant arba keliant nepagrįstus reikalavimus, šeimos nariai gali būti įvairiai prie to prisitaikę: išmokę nusileisti, pulti arba gintis. Vaikai dažniausiai pradeda manipuliuoti, kad galėtų gauti, ko nori, o tėvai užmerkia akis ir leidžia jiems taip elgtis. Įkliūti į šiuos spąstus labai lengva, bet neišvengiamai ateina laikas, kai tėvų ir vaiko konfliktas pasiekia tokį lygį, kad daugiau kęsti neįmanoma. Bū-

dingas pavyzdys yra mano klientai Karena ir Patrikas, turintys aštuonerių, vienuolikos ir keturiolikos metų sūnus Deividą, Andrių ir Rajaną. Karena ir Patriką pas mane atsiuntė Deivido mokyklos socialinis pedagogas. Trečiokas pradėjo atsikalbinėti, neklausyti mokytojos, nesutarė su klasės draugais. Deividui patikdavo erzinti kitus, bet neištvėdavo, kai vaikai atsilygindavo jam tuo pačiu. Mokyklos socialinis pedagogas stengėsi padėti berniukui, bet per jų susitikimus šis svajodavo ir nesikalbėdavo. Po pokalbio mokykloje su mokytojais ir Deivido tėvais socialiniam pedagogui paaiškėjo, kad Deividas bei jo vyresnieji broliai nesukalbami ir namie. Ko tik Karena ir Patrikas nebandė – reikalavo, barė, net mušė, – sūnums vis dėlto kiekvieną kartą reikėdavo priminti, kad reikia atlikti net pačius paprasčiausius namų ruošos darbus. Tėvai jau buvo nuleidę rankas ir viską darė patys, o berniukai tuo metu žaidė futbolą ir žiūrėjo televizorių.

Patrikui ir Karenai tokia situacija labai nepatiko, bet jie nematė išeities ir buvo pasirengę dar keliolika metų šitaip tarnauti. Socialinis pedagogas žinojo apie mano psichoterapijos būdą, vadinamą elgesio ugdymu, ir jautė, kad galiu padėti.

Atėję į biurą, berniukai domėjosi, kaip jie bus „prispausti“ ir ką aš jiems pasiūlysiu. Karena ir Patrikas papasakojo, kaip auklėjo vaikus, – sprendė problemas, kai šių iškildavo, todėl pasiūliau visai šeimai imtis elgesio ugdymo. Tai toks auklėjimo būdas, kai aiškiai nurodomos elgesio taisyklės ir pasekmės už jų – ir gerą, ir blogą. Elgesio ugdymo sistema skirta ne tik vaikams, tėvai taip pat turėtų keisti savo elgesį, kad šeimos gyvenimas pasikeistų.

Mes užtrukome valandą, kol sukūrėme taisykles, padėsiančias kontroliuoti vaikų elgesį, ir numatėme, kas bus už jų nesilaikymą. Iš pradžių berniukai truputį nerimavo dėl mūsų sugal-

dotų naujų šeimos taisyklių, o tėvai abejojo, ar nuosekliai vykdys tai, kas suplanuota.

Susitikę po dešimties dienų aptarėme, kas buvo veiksminga ir kas ne, ką reikėjo, pataisėme ir pakeitėme. Dar po keleto savaičių berniukų elgesys neatpažįstamai pasikeitė: jie tapo atsakingesni ir supratingesni. Kai daugiau nereikėjo uiti, barti ir grasinti, Karena ir Patrikas pradėjo labiau pasitikėti savo, kaip tėvų, gebėjimais. Paprastas elgesio ugdymo būdas šiai šeimai labai padėjo. Kaip diena nuo nakties skyrėsi ir Deivido elgesys klasėje, nes kasdien namie jis būdavo įvertinamas.

Tokių tėvų kaip Karena ir Patrikas sutinku kasdien. Tai įprastų rūpesčių turintys geri žmonės, kuriuos kažkaip pradėjo valdyti jų vaikai. Šios knygos tikslas – mokyti tėvus, kaip taikant elgesio ugdymo metodą įveikti problemas. Iš pradžių šis metodas gali atrodyti šiek tiek manipuliuojantis ir net per daug paprastas – bet jis tikrai veiksmingas! Privačioje praktikoje elgesio ugdymo būdą patariau taikyti daugeliui tėvų, o dar daugiau žmonių apie jį sužinojo lankydami mano seminarus, skaitydami knygas ir per žinia-sklaidą. Jau įpratau gauti padėkos laiškų iš tėvų, kuriems atrode neįtikėtina, kad šeimoje viskas taip greitai pasikeitė, kai pradėjo taikyti šį metodą. Be galo džiaugiuosi galėdama padėti žmonėms tokioje svarbioje gyvenimo srityje kaip šeima. Ši knyga pagelbės ir jums, jei sutiksite, kad vaikams reikia pasakyti, kaip jie turi elgtis, ir kad jūs, tėvas ar motina, turite sukurti taisykles ir skatinti vaikus jų laikytis.

Knyga skirta visiems tėvams, kurie turi vaikų nuo septynerių iki šešiolikos metų. Ji padės toms darnioms šeimoms, kurių bėda ta, kad visi daro, ką nori, o vaikus vis reikia raginti atlikti paskirtus ruošos darbus. Knyga bus naudinga net ir tiems tėvams, kuriuos mažieji laiko suėmę į nagą, o suaugusieji jau beveik praradę viltį

sudrausminti neklaužadas. Ši knyga bus reikalinga ir tiems, kurių šeimose viskas gerai ir kurie tetrokšta, kad visada taip būtų. Šeštame skyriuje pamokysiu sukurti elgesio ugdymo sistemą atsižvelgiant į ypatingus konkrečios šeimos poreikius, bet pirmiausia apibūdinsiu veiksmingą ir neveiksmingą auklėjimo būdą, papasakosiu, kokių būna vaikų ir kaip jie moka paveikti tėvus, ir pasakysiu svarbiausias drausminimo taisykles.

Mano vaikams elgesio ugdymo sistema tapo gyvenimo daliimi. Jiems augant, auklėjimo būdai keitėsi ir tobulėjo, bet visada išliko svarbiausias principas: vaikų elgesys turėjo aiškų ir konkretų įvertinimą, kuris dažniausiai padėdavo jiems teisingai pasirinkti ir nuspręsti. Suprantama, kartais pasitaikydavo visko, tačiau mūsų vaikai užaugo nuostabūs, nes tvirtai laikėsi taisyklių.

O tai, mano tvirtu įsitikinimu, ir yra svarbiausia, jei norite užauginti gerus vaikus. Tie, kurie iš mažens suvokia, kad jų elgesys turi pasekmes (pavyzdžiui, už gerus pažymius galima turėti daugiau privilegijų), supranta, kas yra asmeninė atsakomybė. Suaugus tokiems žmonėms nėra reikalo neigti savo atsakomybę ar vengti jos. Jie priima visuomenės vertybes ir supranta, kad ne visada gali daryti, kaip nori. Toks supratimas yra vertybė, labai svarbi socialinėje ir darbo aplinkoje. Iš tiesų vaikai gali būti supratingi ir sąmoningi, bet šito juos turite išmokyti jūs, tėvai.

Taip auklėti savo atžalas ne visada lengva. Daug kartų yra prireikę visų mano kūrybinių gabumų ir atkaklumo, kad pergudračiau užsispyrusį, manipuliuojantį vaiką. Bet rezultatai tikrai verti pastangų.

Pradėjau prisipažinimu, kad visko apie vaikų auklėjimą neišmanau, o įžangą norėčiau baigti tvirtinimu, kad tikrai žinau vieną tiesą: vaikai užaugs tokie, kokius mes, tėvai, juos mokome būti. Jų vertybės ir elgesio normos yra perimtos iš mūsų. Jūsų mažieji

stebi, kaip gyvenate, kaip sprendžiate problemas ir kaip reaguojate į jų elgesį.

Viską nustelbia nuostabus žinojimas, jog esate atsakingi ne tik už save, bet ir už tinkamų vertybių įskiepijimą vaikams, kuriuos atvedate į šį pasaulį.

Atminkite, mažasis žmogutis, pirmąkart žvelgiantis į jus vos pramerktomis akutėmis, jau stebi ir mokosi iš jūsų – savo tėvų ir mokytojų.

I.

Sunkūs vaikai

Meluoja... atsisako daryti, kas liepta... atsisakbinėja... negirdi draudžiančio žodžio „ne“... negerbia vyresniųjų... ir taip toliau. Taip Semas ir Koni per pirmąjį mūsų susitikimą apibūdino vienuolikmetės dukters Dženi elgesį, dalyvaujant jai pačiai. Kai garisiai perskaičiau tą sąrašą, Dženi, vilkinti futbolo šortais ir sportiniais marškinėliais, abejingai šyptelėjo ir linktelėjo galvą. Ji sutiko, kad pastaruoju metu jos elgesys baisus, ir beveik tuo didžiavosi.

Koni neišmanė, ką daryti, o Semas prisipažino, kad jam norisi įkrestti dukrai, todėl jie ir nusprendė kreiptis pagalbos. Dženi pradėjo įžūliai ir nepagarbiai elgtis, tėvai turėdavo keliolika sykių raginti atlikti kokį nors ruošos darbą, kol ji nenoromis pakludavo. Pavyzdžiui, jie nuolat turėdavo priminti, kad ji turi išvesti šunį ar sudėti savo nešvarius drabužius į pintinę. Semas ir Koni jautėsi bejėgiai. Kad ir kaip jie į dukrą kreipdavosi, rodėsi, ji visada buvo pasirengusi priešintis. Kai jos norai nebūdavo tuojau pat patenkami, imdavo kelti triukšmą, o tėvai jautėsi, tarsi vaikščiotų aplink ją ant pirštų galų.

„Ne visada taip buvo, – pasakė Koni. – Taip, Dženi nuo mažens buvo užsispyrusi, viskas turėjo būti taip, kaip nori ji, bet mažesnė dažniausiai pakludavo.“ Iš klausiusi Dženi istoriją, Semui ir Koni pasakiau, kad mergaitė iš įnoringos, bet prisitaikančios tapo šiurkščiai besielgiančia paaugle. Jie su tuo sutiko

ir nusprendė lankyti terapijos seansus ir mokytis, kaip sugrąžinti dukrą į vėžes.

Kai tėvai negali pasakyti „ne“

Diena iš dienos susiduriu su tokiais kaip Semo ir Koni šeimomis, kurių įvairaus amžiaus vaikai nuo dvejų metų iki paauglystės pabaigos nepaklūsta tėvų reikalavimams. Paprastai tokie vaikai yra niurgzliai, verkšleniai ir mokantys skaudžiai įžeisti – jiems visai nesvarbu, kaip jų nejautrus ir savanaudiškas elgesys veikia tėvus. Jau daug metų dirbu su šeimomis, kurios visaipten stengiasi suderinti tarpusavio santykius, ir pastebėjau, kad sunkių vaikų daugėja.

Ne aš viena tai pastebėjau. Psichologai tvirtina, kad jau daugiau kaip keturis dešimtmečius vaikų elgesys kelia didelį nerimą. Vis daugėja tokių, kuriems trūksta savikontrolės, kurie yra egoistai ir nemoka įveikti sunkumų. Gyvenime nutinka liūdnų ir nemalonių dalykų, kartais su mumis kas nors neteisingai pasielgia, ir vaikai išmoks su tuo susitaikyti, jei bus įpratę atsisakyti ar palaukti malonumų.

Kodėl dabar tėvai išgyvena tiek daug vidinių prieštaravimų, kai reikia vaikams pasakyti, ko negalima, ir juos drausminti? Manau, taip yra dėl neveiksmingo tėvų mokymo. Pastaruosius keturiasdešimt metų daugelis psichologų, pediatrų ir vaikų rūpybos darbuotojų mokė tėvus žiūrėti į konfliktus su vaikais kaip į nuomonių skirtumus ir nesusipratimus. Auklėjimo specialistai teigė, kad vaikų drausminimas ir bausmės net gali būti žalingi dalykai, todėl drausmės imta siekti aiškinantis priežastis, išsivyravo supratimo siekimas ir diskusijos. Nesikišimo taktika reikalauja, kad

tėvai leistų „natūraliai atsirandantiems padariniams“ mokyti vaikus. Knygoje „Prikelti Ofeliją: kaip išgyventi paauglystę“ Mary Pipher smulkiai pasakoja apie motiną, kuri supainiojo motinystę su piktnaudžiavimu ja. Motina „taip stengėsi būti gera savo dukrai, kad neleido jai užaugti“. Pipher pasakė motinai, kad jai gresia pavojus „suprasti dukrą ir tada, kai lydės ją į paauglių teismą“. Iš tiesų tėvai buvo mokomi stengtis „paaiškinti nepaaiškinamus dalykus“. Maži vaikai dažniausiai būna egocentriškai ir paprastai dar nesugeba žvelgti į dalykus kito žmogaus akimis.

Klasika tapusioje knygoje *The New Dare to Discipline* („Nauja drąsa drausminti“) James’as Dobsonas teigia, kad tėvai buvo mokomi palaukti, kol vaikas „laikui bėgant ims reaguoti į paaiškinimus ir draudimus ir neliks poreikio drausminti“. Tėvams buvo sakoma: „Skatinkite vaiką maištauti, nes labai naudinga išsikrauti.“ Anot Dobsono, kai kurie ekspertai pataria tėvams įvardyti ar atspindėti vaiko jausmus. Pavyzdžiui, kai vaikas nusiminęs ir pila vandenį ant žemės, reikia sakyti: „Tu norėjai vandens, bet supykai, nes atnešiau per vėlai.“ Tačiau jausmų atspindėjimas per menkai moko vaiką geriau elgtis ir net gali skatinti nekantrumą, nemokėjimą valdytis.

Visai nekeista, kad taip skiriantis požiūriams į drausminimą tėvai yra sumišę. T. Berry Brazeltonas knygoje *Touchpoints: Your Child’s Emotional and Behavioral Development* („Sąlyčio taškai: jūsų vaiko emocijų ir elgesio vystymasis“) rašo, kad „kai abu tėvai visą dieną dirba, tą trumpą laiko tarpą, kai visi būna namie, jiems labai nemalonu būti drausmintojais. Bet vaikai laukia kiaušų dieną, kad galėtų išbandyti savo provokuojamą elgesį ne bet kur, o saugioje aplinkoje, kurioje jaučiasi mylimi.“ Nenorėdami vaikų drausminti dėl kaltės jausmo ar konflikto baimės, dauguma tėvų tada paprasčiausiai atsisako tėvo ar motinos vaidmens. Bet

anksčiau ar vėliau tokiems tėvams gali pasirodyti, kad jie yra savo vaikų įkaitai.

Įdomu, kad duonos skrudintuvai, kompaktinių diskų grotuvai ir LEGO rinkiniai visada būna su instrukcijomis bent dviem kalbom, o mūsų brangiausias turtas – kūdikis – be. Lankome paskaitas ir kursus, kaip iškentėti skausmą, konsultuojamės su interjero specialistais, kaip sutvarkyti kūdikio kambarį, bet kiek būsimųjų tėvų skiria bent vieną dešimtadalį laiko ir pinigų, kad prieš gimstant kūdikiui išmokyti juo rūpintis ir jį auginti? Valandų valandas praleidžiame prie vardų knygų svarstydami, koks bus psichologinis poveikis, jei sūnų pavadinsime Maiklu ar Džeisonu, bet dažniausiai visai neskiriame laiko auklėjimui aptarti. Tėvai svajoja, koks vaikas *turėtų būti*, – smalsus, gerbiantis suaugusiuosius, jautrus ir rūpestingas, – bet nekreipia dėmesio į kasdienį vaiko elgesį, kol vieną dieną suvokia, kad mažylis suėmęs į nagą visą šeimą.

Nenuoseklus auklėjimo rezultatai

Vaikystė – tai metas, kai įgyjami pagrindiniai elgesio įgūdžiai. Kad ir kokios būtų tėvų pamokos – nuoseklios ar atsitiktinės, – jos ilgai išlieka vaikų atmintyje, turi įtakos jų, jau suaugusių, veiksmams ir būdo savybėms. Mokyti vaiką – tėvų pareiga. Vaikai pakeis savo elgesį, kai tėvai pakeis savo lūkesčius. Jei tėvai tiki, kad baigdamas devynmetę mokyklą sūnus ar duktė bus išsiugdęs savikontrolę, taip ir bus, bet vaikas šitaip turi būti auklėjamas nuo ankstyvo amžiaus.

Gebantys save kontroliuoti vaikai užaugę bus valingi ir mokes dirbti. Retas gyvenęs be tvarkos, buvęs nedisciplinuotas pa-

auglys, kuriam tėvai mažai padėjo, gali praregėti, baigti vidurinę mokyklą, universitetą ir tikėtis sėkmės. Tokių yra. Tačiau daugelis užaugę negeba atsakyti už savo elgesį, nes niekas nuo mažens to nemokė.

Knygoje *The Road Less Traveled: A New Psychology of Love, Traditional Values, and Spiritual Growth* („Mažai išvaikščiotas kelias: nauja meilės psichologija. Tradicinės vertybės ir dvasinis augimas“) M. Scottas Peckas skelbia, kad „drausmė yra viskas, ko reikia gyvenime atsiradusioms problemoms spręsti. Be drausmės neįmanoma ko nors pasiekti. Su trupučiu drausmės išspręsimė dalį problemų. Tik viską aprėpianti disciplina padės išspręsti visas problemas“. Paaugliai, kurie nuo mažens buvo mokomi susivaldyti, augdami natūraliai susipažino su drausminimo būdais. Tad disciplina jiems, kaip ir jų tėvams, yra neatskiriama gyvenimo dalis. Greičiausiai užaugę šią dovaną jie perduos savo vaikams ir ilgam įtvirtins teigiamą požiūrį į vaikų drausminimą.

Bet nepareigingi tėvai bus prasti pavyzdžiai savo vaikams ir jokių savikontrolės būdų negalės jiems perduoti. Vaikai greičiausiai perims impulsyvų, neatsakingą požiūrį į gyvenimą, todėl sunku tikėtis, kad kita karta mokės išauklėti gebančius save kontroliuoti vaikus. Impulsyvumas ir lengvabūdiškumas lydės vaiką ir į suaugusiojo gyvenimą. Kad kita karta gyventų geriau, būtinais reikia įveikti nemokėjimą valdytis, neatsakingumą ir nuolaidžiamą savo silpnybėms.

Tėvai neturėtų žvalgytis į pedagogus, dvasininkus ar pediatrus, kad šie išmokytų jų vaikus atsakomybės ir drausmės. Šito vaikai turėtų mokytis namie. Tik nuoseklūs, valingi tėvai gali užauginti drausmingus ir laimingus vaikus. Niekam – nei tėvams, nei vaikams, nei giminaičiams ar draugams, netgi kaimynams ar visiškai pašaliniais, kurie įtraukiami į šeimos spektaklį, – nema-

lonu bendrauti su nedarniomis šeimomis, kuriose viskas priklauso nuo vaikų įgeidžių. Vaikai, kurie moka gyventi pagal taisykles, yra laimingesni ir labiau pasitikintys savimi.

Kaip tėvai netenka galios

Sunku suprasti, kaip vaikai pradeda valdyti tėvus. Dauguma tėvų turi pačius geriausius ketinimus. Jie myli savo vaikus ir duoda jiems viską, ką gali: negaili nei materialių daiktų, nei laiko ar dėmesio. Tačiau auklėjimas tampa iškreiptas, kai vaikui viskas duodama besąlygiškai. Tėvai dažniausiai patys neapdairiai apdovanoja paauglius už labai netinkamą elgesį.

Pavyzdžiui, įprasta situacija šeimoje: paauglys reikalauja tėvų leisti važinėti automobiliu, nors jo pažymiai labai prasti. Tėvas greičiausiai pasakys, kad sūnus negalės vairuoti, kol pažymių vidurkis nepasieks bent aštuonių. Bet dar nebaigus jam kalbėti vaikinąs tikriausiai manipuliuodamas išprašys tėvo „leisti pavažiuoti tik vieną sykį“. Besąlyginis tėvo sutikimas tik įtvirtino sūnaus supratimą, kad reikalaujant ir manipuliuojant galima pasiekti savo tikslą.

Rūpestingi tėvai dažniausiai nori duoti vaikui viską, ką gali, be jokių sąlygų. Maža to, jie dažnai dar ir nepelnytai apdovanoja bandydami išvengti konfliktų. Daugumai tėvų nepatinka veltis į ginčus su vaikais, todėl jie renkasi lengviausią būdą. O tai reiškia paklusti vaikui, kuris šitaip siekia savo tikslo. Šiaip ar taip, akivaizdu, kad nepelnytos dovanos nieko gera neduoda vaikams ateityje. Ir vargu ar daug gyvenime pasiektume vien trypdami kojomis ir reikalaudami.

Besąlygiškai tėvams nuolaidžiaujant, vaikas gali užaugti neiš-

mokęs įveikti sunkumų. Paaugliai, kurie nesupranta draudžiančio „ne“, dažniausiai tampa impulsyviais ir neatsakingais jaunuoliais. Užuoat sėdėję nuobodžioje pamokoje, impulsyvieji bando išvengti mokyklos ir ieško malonesnės veiklos. Labai dažnai jie atsiduria paauglių teisme, kur teisėjas turi aiškinti, kas yra atsakomybė. Tokie ir suaugę labai retai išveria viename darbe, nes paaukštavimo reikia laukti metų metus. Jiems labai sunku išmokti elgtis kitaip net ir tada, kai tai padėtų išsaugoti yrančią santuoką. Tokie žmonės nuolat keičia darbą ir turi problemų šeimoje.

Mes, tėvai, esame linkę vengti konfliktų, nes vaikai moka priversti mus jausti kaltę, kai reikalai krypsta ne jų naudai. Dažnai savęs klausiamo: „Kaip mano tėvai pasielgtų?“ arba „Kas atsitiks mano vaikui, jei aš neleisiu jam turėti, ko prašo, ar daryti, ką nori?“ Labai stengdamiesi būti geri, tėvai duoda vaikams per daug. Per daug – tai per daug daiktų, laisvės ir galimybių kontroliuoti kitus. Duodami vaikams per daug, mes neišmokome jų vieno labai svarbaus dalyko – gebėjimo tvardyti. Taigi veiksminga vaikų auklėjimo programa apima ir savikontrolės, ir atsakomybės, ir ištvėrmės ugdymą.

Knyga skirta visiems tėvams, kurie turi vaikų nuo septynerių iki šešiolikos metų. Ji padės toms šeimoms, kurių bėda ta, kad visi daro, ką nori, o vaikus vis reikia raginti atlikti jiems skirtus ruošos darbus. Knyga bus naudinga net ir tiems tėvams, kuriuos mažieji laiko suėmę į nagą, o suaugusieji jau beveik praradę viltį sudrausminti neklaužadas. Ši knyga reikalinga ir tiems, kurių šeimose viskas gerai ir kurie tetrokšta, kad visada taip būtų.



Dr. RUTH PETERS (Rut Peters) – JAV klinikinės ir vaikų psichologijos specialistė, daugelio straipsnių ir knygų apie vaikų auklėjimą autorė.

„Nebijokite drausminti vaikų“ – knyga, kuri padės kiekvienam tėčiui ar mamai atsikratyti kaltės jausmo, kai bando vaiką auklėti. Vaikai negimsta savaime drausmingi, paklusnūs, turėdami tinkamą vertybių sistemą. Juos to reikia išmokyti, teigia autorė, ir ji žino, kaip tą padaryti. Juk taip dažnai tėvų norai visiškai nesutampa su vaikų. Koks vaikas norės susitvarkyti kambarį, valgyti su peiliu ir šakute ar mokytis to, kas jam tuo metu atrodo visiškai neįdomu ir nereikalinga? Tai reikalinga tėvams. Todėl būtent tėvai yra pirmieji vertybių, taisyklių ir manierų mokytojai. Tačiau kaip auklėti vaikus, jei šie atsisako klausyti?

Ruth Peters pateikia sistemą, padedančią įveikti dažniausiai pasitaikančias vaikų elgesio problemas. Ji rašo apie tai, kaip svarbu auklėti nuosekliai, kaip svarbu laikytis taisyklių, ir apie tai, kad nereikia tenkinti visų vaikų užgaidų ir būtinai stengtis padaryti juos laimingus. Ji nebijo pasakyti, kad būna manipuliuoti linkusių ir konfliktus skatinančių vaikų, ir pataria, kaip reikėtų juos auklėti. Knygoje – daugybė praktinių patarimų pradinukų ir paauglių tėvams. Ir, svarbiausia – jie veikia!



Pirkite internetu
www.tytoalba.lt