

ADELE FABER, ELAINE MAZLISH

Mano vaikai **NESIPYKSTA**

Kaip padėti savo vaikams
gyventi taikiai,
kad ramiai gyventumėte ir jūs



ADELE FABER, ELAINE MAZLISH

Mano vaikai **NESIPYKSTA**

**Kaip padėti savo vaikams gyventi taikiai,
kad ramiai gyventumėte ir jūs**

Iš anglų kalbos vertė Ieva Šimkuvienė



VILNIUS 2021

Versta iš
Adele Faber, Elaine Mazlish
„Siblings Without Rivalry:
helping your children live together
so you can live too“.
All rights reserved.

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

© Adele Faber, Elaine Mazlish, 1987, 1998
© Vertimas į lietuvių kalbą, Ieva Šimkuvienė, 2013
© Leidykla VAGA, 2021

ISBN 978-5-415-02610-4

Skiriame visiems suaugusiems vaikams,
kurių viduje vis dar gyvena nuskriaustas vaikas.

Turinys

Kaip atsirado ši knyga / 13

Autorių pastaba / 17

PIRMAS SKYRIUS

Broliai ir seserys – praeitis ir dabartis / 19

ANTRAS SKYRIUS

Kol negatyvūs jausmai užrakinti viduje... / 30

TREČIAS SKYRIUS

Lyginimo grėsmės / 58

KETVIRTAS SKYRIUS

Lygu – tai mažiau / 70

PENKTAS SKYRIUS

Vaikai skirstosi vaidmenis / 87

Jei jis „toks“, tai aš būsiu „kitoks“ / 87

Kaip išlaisvinti vaikus, kad jie galėtų keistis / 95

Kad neliktų probleminių vaikų... / 106

ŠEŠTAS SKYRIUS

Kai vaikai susipeša / 119

Kaip veiksmingai reaguoti / 119

Kaip įsiterpti į vaikų konfliktą, kad paskui galėtume pasitraukti / 134

Kaip padėti vaikams išspręsti didžiulį konfliktą / 135

SEPTINTAS SKYRIUS

Susitaikymas su praeitimi / 158

Pabaigos žodis naujo leidimo skaitytojams / 169

I. Kaip sutaikyti mažuosius priešininkus / 177

II. Vienas namuose / 190

III. Kiti būdai ugdyti pozityvius brolių ir seserų tarpusavio jausmus / 195

Papildoma literatūra, kurioje galite rasti naudingos informacijos / 203

*Žiūrėkite, kaip gera ir malonu,
kur broliai ir seserys gyvena vienybėje!*

Psalmynas

Norétume padékoti...

savo vyrams už jų nuolatinę pagalbą ir paramą šiam projektui. Iš jų kasdien semdavomės stiprybės, ypač kai darbas strigdavo;

visiems mūsų vaikams, kurie, kol buvo maži, teikė mums daug nepagražintos medžiagos šiai knygai, o paaugę davė vertingų patarimų, ką galėjome daryti kitaip;

mūsų grupių tėvams už jų pasiryžimą gilintis kartu su mumis ir išbandyti šį naują metodą su savo vaikais. Jų patirtis ir įžvalga buvo labai vertingos rašant šią knygą;

visiems žmonėms, kurių pasakojimus apie dabartinius ir ankstesnius jausmus savo broliams ir seserims mes įrašėme;

mūsų knygos dailininkei Kimberly Annai Coe, kuri kažkaip sugebėjo tiksliai suprasti, kokių animacinių iliustracijų mums reikia, ir sukūrė nuostabią piešinių apie tėvus ir vaikus seriją;

Lindai Healey, kuri yra geriausia redaktorė, kokios gali tikėtis rašytojas, aktyviai padėjusi perteikti autorių stilių ir mintis ir nepastebimai, bet užtikrintai siekusi kuo geresnio rezultato;

ankstesniajam mūsų redaktoriui Robertui Markeliui, kuris dabar yra mūsų literatūros agentas, už jo tvirtą paramą visiems mūsų kūrybiniais darbais ir už jo estetinį stilių ir vertinimus, kuriais pripratome besąlygiškai pasitikėti;

mūsų energingajai mašininkei Sophiai Chrissafis, kurios dažnai prašydavome neįmanomų dalykų ir kuri plačiai nusišypsojusi atsakydavo: „Bus padaryta!“;

brangiai draugei Patricijai King už jos išskirtinę ir subtilią nuomonę perskaičius šios knygos rankraštį;

taip pat velioniui daktarui Haimui Ginottui, kurio dėka pirmą kartą pamatėme, kaip vaikų konkurencijos liepsnas galima paversti menku nepavojingu kibirkščiavimu.

Kaip atsirado ši knyga

Mums rašant knygą „Kaip kalbėti su vaikais, kad jie klausytų ir kaip klausyti, kad vaikai kalbėtų“ iškilo sunkumų. Nesisekė parengti skyriaus apie vaikų konkurenciją. Buvome vos įpusėjusios jį rašyti, o skyrius jau buvo ilgesnis negu šimtas puslapių. Mes visais būdais bandėme jį sutrumpinti, susiaurinti, kai ką išbraukti – darėme viską, kad jis būtų maždaug tokios pat apimties kaip ir kiti knygos skyriai. Tačiau kuo daugiau braukėme, tuo mažiau pasitenkinimo tai teikė.

Pamažu supratome, kad, norint išsamiai aprašyti vaikų konkurenciją, prireiks atskiros knygos. Dėl to apsisprendus, viskas susidėliojo į vietas. Į minėtąją knygą nusprendėme įtraukti pakankamai medžiagos apie konfliktų valdymą, kad padėtume tėvams išbristi iš sunkiausių situacijų. Tuo tarpu knygoje apie vaikų konkurenciją bus galima išplėtoti šią temą, papasakoti apie mūsų pirmuosius nusivylimus auklėjant savo besipešančius vaikus, aprašyti netikėtus bendravimo būdus, apie kuriuos sužinojome iš dabar jau mirusio vaikų psichologo daktaro Haimo Ginotto, nes ilgus metus dalyvavome jo suburtos tėvų grupės užsiėmimuose; taip pat galėsime pasidalyti savo šeimose įgyta patirtimi ir tuo, ką sužinojome skaitydamos ir be galo be krašto diskutuodamos tarpusavyje, ir aprašyti, ką išgyveno tėvai, dalyvavę vėliau mūsų rengtuose ir vestuose užsiėmimuose apie vaikų konkurenciją šeimoje.

Mes taip pat suvokėme, kad bendraudamos su tėvais iš įvairių šalies vietų turime retą galimybę išsiaiškinti, ką apie vaikų tarpusavio santykių problemas mano visos šalies tėvai. Greitai pamatėme, kad prieš mus – labai aktuali tema. Visur, kur tik nuvykdavome, vos ištarus „vaikų konkurenciją“, reakcija būdavo žaibiška ir labai aštri.

- Prasidėjus muštynėms noriu lipti sienomis.
- Nežinau, ar pirma jie užmuš vienas kitą, ar aš užmušiu juos.
- Aš puikiai sutariu atskirai su kiekvienu vaiku, tačiau kai jie abu sueina krūvon, tampa nepakenčiami.

Akivaizdu, kad šis klausimas buvo aktualus ir skausmingas daugeliui. Kuo daugiau kalbėjome su tėvais apie jų vaikų santykius, tuo geriau prisiminėme, kokios priežastys sukelia tiek daug įtampų jų namuose. Įsivaizduokite du vaikus, konkuruojančius dėl tėvų meilės ir dėmesio. Prie to dar pridėkite pavydą, kurį vienas iš vaikų jaučia dėl antrojo pasiekimų, nuoskaudas, kurias kiekvienas vaikas jaučia dėl kito turimų privilegijų, asmeninius nusivylimus, kurių jie nepatiki niekam, išskyrus brolių arba seserį, ir tampa visai nesunku suprasti, kodėl daugelyje šalių šeimų vaikų santykiuose yra užtektingai emocinio užtaiso serijai sprogmų kasdien sukelti.

Paklausėme savęs, ar būtų galima pasakyti ką nors gera apie vaikų konkurenciją? Tėvams šio gėrio akivaizdžiai buvo nedaug. Bet gal būtų galima įžvelgti kokią nors naudą vaikams?

Visose mūsų perskaitytose knygose buvo įrodinėjama, kad nedideli brolių ir seserų nesutarimai yra naudingi. Rungtyniaudami, kuris įtvirtins savo viršenybę kito atžvilgiu, vaikai įgyja tvirtumo ir ištvermės. Nesibaigiančiose tarpusavio peštynėse jie tampa greiti ir vikrūs, apsižodžiuodami pradeda suprasti skirtumą tarp protingo ir skaudinančio elgesio. Įprasti konfliktai būnant kartu juos išmoko įrodyti savo tiesą, apsiginti ir ieškoti kompromisų. Kartais pavydėdami vienas kitam išskirtinių gebėjimų jie užsidega noru atkakliai dirbti, stengtis ir siekti.

Tai šviesioji vaikų konkurencijos pusė. Blogiausi dalykai, kuriuos iš karto pamini daugelis tėvų, gali kaip reikiant pakenkti vieno ar abiejų vaikų vidinei būsenai ar net turėti jiems neatitaisomų padarinių. Kadangi savo knygoje norėjome daugiausia rašyti apie tai, kaip išvengti bet kokių žalingų pasekmių ir jas atitaisyti, jautėme, kad svarbu dar kartą aptarti nesibaigiančios vaikų konkurencijos priežastis.

Kada visa tai prasideda? Šios srities specialistai, regis, sutinka, kad vaikų konkurencija šeimoje kyla iš gilaus kiekvieno vaiko troškimo jausti išskirtinę tėvų meilę. Iš kur randasi šis troškimas būti išskirtiniam ir vieninteliui? Todėl, kad Motina ir Tėvas yra tas įstabus šaltinis, teikiantis visus vaiko išgyvenimui ir klestėjimui būtinus dalykus: maistą, pastogę, šilumą, švelnumą, tapatybės pojūtį, savigarbos ir išskirtinumo suvokimą. Tik tėvų meilė ir padrašinimas

leidžia vaikui ugdyti savo gebėjimus ir pamažu išmokti elgtis savo aplinkoje.

Kodėl kitų vaikų buvimas šalia neturėtų pradėti temdyti jo paties gyvenimo? Jie kelia grėsmę viskam, kas turi didžiulę reikšmę jo gerovei. Jau vien kito vaiko ar kitų vaikų buvimo šeimoje faktas gali sietis su žodžiu MAŽIAU. Mažiau jam vienam skiriamo tėvų laiko, mažiau atjautos kai skauda ir nesiseka, mažiau pagyrų už pasiekimus. O labiausiai gąsdina mintis, kad jei mama ir tėtis visą savo rūpestį ir meilę taip entuziastingai skiria broliui ar sesei, galbūt jie yra geresni už mane. Jei jie geresni, vadinasi, aš blogesnis. O jei aš blogesnis, tai jau būsiu prisidirbęs kaip reikiant.

Nenuostabu, kad vaikai taip aršiai kovoja dėl to, kas bus *pirmas* arba *geriausias*. Nenuostabu, kad visą savo energiją jie nukreipia tam, kad gautų *daugiau* arba *daugiausiai*. Arba dar geriau – VISKĄ. Saugus jautiesi tuomet, kai gauni viską, ką gali duoti mama, viską, ką gali duoti tėtis, visus žaislus, visą maistą, visą erdvę.

Kokia neįtikėtina sunki užduotis tenka tėvams. Jie privalo rasti būdą įtikinti kiekvieną vaiką, kad jis yra saugus, ypatingas, mylimas. Jie turi padėti mažiesiems varžovams suprasti, kaip gera dalytis ir bendradarbiauti. Ir tą bendravimo pagrindą jie turi sukurti taip, kad besivaidijantys vaikai vieną dieną atrastų malonumą bendrauti ir padėti vienas kitam.

Kaip tėvams sekėsi susidoroti su šia sunkia užduotimi? Norėdamos tai išsiaiškinti, sudarėme trumpą anketą:

Ar imatės kokių nors priemonių, kad santykiai tarp jūsų vaikų pagerėtų?

Ar kai kurie jūsų daromi dalykai padėtų tik pablogina?

Ar atsimenate, ką darė jūsų tėvai, dėl ko didėjo priešiškus tarp jūsų ir jūsų brolių ar seserų?

Ar jie ką nors darė, kad šis priešiškus sumažėtų?

Taip pat paklausėme, kaip jiems patiems sekėsi sutarti su savo broliais ir seserimis, kai buvo maži, kaip jie dabar su jais sutaria ir kokias temas, jų nuomone, reikėtų nagrinėti knygoje apie vaikų konkurenciją šeimoje.

Tuo pat metu vyko ir asmeniniai pokalbiai su žmonėmis. Įrašėme šimtus pokalbių valandų su vyrais, moterimis ir vaikais iš pačios įvairiausios aplinkos, kurių amžius – nuo trejų iki aštuoniasdešimt aštuonerių metų.

Galų gale surinkome visą anksčiau ir naujai sukauptą medžiagą ir subūrėme kelias tėvų grupes. Kiekviena grupė susitiko aštuonis kartus ir svarstė vien vaikų konkurencijos šeimoje klausimus. Kai kurie šių grupių tėvai iš pat pradžių buvo nusiteikę labai entuziastingai, kai kurie – skeptiškai („na taip, bet jūs nepažįstate mano vaikų“), o kai kurie, nebežinodami, ką daryti, buvo pasiryžę griebtis bet ko. Visi tėvai buvo labai aktyvūs – žymėjosi pastabas, uždavinėjo klausimus, dalyvavo situacinėse užduotyse per užsiėmimus ir dalydavosi tarpusavyje namų „laboratorijose“ atliktų eksperimentų rezultatais.

Visuose šiuose užsiėmimuose įgytos žinios ir dar gerokai prieš nusprendžiant rašyti šią knygą atlikto darbo rezultatai tik patvirtina mūsų įsitikinimą, kad mes – tėvai – *galime* keisti padėtį.

Galime pakurstyti arba sumažinti konkurenciją, galime priversti vaikus užgniaužti priešiškus jausmus giliai savyje arba saugiai „nuleisti garą“. Galime skatinti muštynes arba sudaryti galimybes draugauti.

Mūsų požiūris ir žodžiai turi galią. Kai šeimoje užverda Vaikų mūšis, nesijauskime palūžę, įsiutę ar bejėgiai. Atradę savyje naujų jėgų ir kitaip žvelgdami į šį reiškinį galime vesti priešininkus taikos keliu.

Autorių pastaba

Kad mūsų pasakojimas taptų paprastesnis, mudvi susitapatiname į vieną asmenį, mūsų šešis vaikus prilyginome dviem berniukams, o daugelį grupių, kurių užsiėmimus mums teko vesti kartu ir atskirai, – vienai grupei. Tai ir visi realybės iškraipymai. Visa kita – mintys, jausmai, patirtis – šioje knygoje atkartota taip, kaip buvo iš tikrųjų.

Adele Faber
Elaine Mazlish

Broliai ir seserys – praeitis ir dabartis

Slapta tikėjau, kad vaikų konkurencija šeimoje yra kitų žmonių rūpestis.

Kažkur mano galvoje kirbėjo pasipūtėliška mintis, kad galiu išvengti akistatos su šiuo pavydumo kirminu, jei niekuomet nedarysiu nė vieno iš tų akivaizdžių dalykų, kuriuos darydavo kiti tėvai, sukeldami vaikų tarpusavio pavydą. Niekada jų nelyginsiu, niekada nepalaikysiu kurio nors pusės, niekada neskirstysiu į labiau ar mažiau mėgstamus. Jei abu berniukai žinotų, kad juos myli vienodai, kartais jie gali susikivirčyti, tačiau ar būtų priežasčių pyktis rimtai?

Šiaip ar taip, jie tas priežastis atrado.

Nuo pat tos akimirkos, kai jie pramerkdavo akis ryte, iki pat vėlyvo vakaro atrodė, kad juos valdo vienintelis tikslas – gadinti vienas kitam gyvenimą.

Mane tai glumino. Niekaip negalėjau paaiškinti tų nesibaigiančių įtemptų ir žiaurių jų tarpusavio rietenų.

Gal problema glūdėjo juose pačiuose?

O gal manyje?

Lengviau atsikvėpiau tik tuomet, kai savo nerimu pasidalijau su kitais tėvais iš daktaro Ginoto tėvų konsultacinės grupės. Apėmė nuoširdus džiaugsmas pamačius, kad mane apnikusi neviltis yra daugelio tėvų kasdienybė. Aš buvau ne vienintelė, kurios dieną

pajvairindavo pravardžiovimai, skundimas, muštynės, gnaibymai, klyksmai ir gaudžios ašaros. Ne vien aš slankiodavau aplink skaudančią širdimi, įtemptais nervais ir neatsikratydama išpūdžio, jog esu bloga mama.

Kadangi ir patys buvome maži ir turėjome brolių bei seserų, būtų natūralu manyti, jog visi turėtų žinoti, ko tikėtis. Vis dėlto daugelis grupės tėvų buvo tokie pat nepasiruošę priešpriešai tarp savo vaikų kaip ir aš pati. Net ir dabar po daugelio metų, sėdėdama ir vesdama savo pirmąją praktinę užsiėmimą apie vaikų konkurenciją, suvokiu, kad beveik niekas nepasikeitė. Žmonės pirma pasitaikiusia proga lieja savo apmaudą dėl to, kad jų rožinės svajonės taip toli nuo šiurkščios realybės.

– Susilaukiau dar vieno vaiko, nes norėjau, kad Kristė turėtų sesutę, su kuria galėtų žaisti ir kuri taptų jai drauge visam gyvenimui. Ką gi, sesutė atsirado, o Kristė jos nekenčia. Viskas, ko jai reikia, – „grąžinti ją atgal“.

– Visuomet maniau, kad mano berniukai palaikys vienas kitą. Nors jie namie ir pykdavosi, buvau įsitikinusi, kad kitur laikysis išvien. Maniau, numirsiu sužinojusi, kad autobuso stotelėje mano vyresnėlis prisidėjo prie vaikų grupės, užgauliojančios jo mažąjį brolių.

– Pats augęs su broliais, žinojau, kad berniukai mušasi, tačiau kažkodėl įsivaizdavau, jog mergaitės turėtų sutarti puikiai. Tik jau ne trys mano dukros. Blogiausia tai, kad jų atmintis – kaip dramblių. Jos niekada nepamiršta, ką „ji man padarė“ praeitą savaitę, praeitą mėnesį, praeitais metais. Ir niekada neatleidžia.

– Aš esu vienintelis vaikas, todėl maniau, kad gimęs Gregoris bus puiki dovana Darai. Taip naiviai tikėjau, kad jie savaime susidraugaus. Jie išties puikiai sutarė... tol, kol jis pradėjo vaikščioti ir kalbėti. Nuolat kartojau sau, kad viskas susitvarkys jiems paaugus. Ir ką gi, vėliau reikalai tik blogėjo. Šiuo metu Gregoriui – šešeri, Darai – devyneri. Visko, ką turi Gregoris, prisireikia Darai. Viskas, ką turi Dara, reikalinga Gregoriui. Vos tik jie atsiduria arčiau nei per pusmetrį vienas nuo kito, pradeda spardyti arba mušti. Be to, abu klausinėja manęs: „Kam tau jo reikėjo? Kam tau jos reikėjo? Kodėl negaliu būti vienintelis?“

– Galvojau, kad vaikų konkurencijos pavyks išvengti, jei vaikai gims tinkamais amžiaus tarpsniais. Mano mošos tvirtinimu, tarp vaikų neturėtų būti didelių amžiaus skirtumų, kad jie galėtų žaisti vienas su kitu it kokie kačiukai. Taip ir padariau, bet jie mušdavosi ištisai. Tuomet knygoje perskaičiau, kad geriausias amžiaus skirtumas – treji metai. Pasekiau ir šiuo patarimu, tačiau vyriausiasis susimokė su viduriniu, kad galėtų terorizuoti mažąjį. Palaukiau dar ketverius metus ir susilaukiau dar vieno vaiko, bet dabar pas mane jie *visi* ateina verkdami. Jaunesnieji skundžiasi, kad vyriausiasis yra „šlykštus ir komanduoja“, o vyriausiasis – kad mažiai niekada jo neklauso. Ir amžinai tas pats.

– Niekada nesupratau, kodėl vaikų konkurencija kelia tiek kalbų, nes mūsų namuose šios problemos nebuvo, kol sūnus ir dukra buvo maži. Dabar jie jau paaugliai ir stengiasi su kaupu atsigriebti už prarastą laiką. Jiems susitikus nepraeina ir minutė, o tarp jų jau žyra kibirkštys.

Klausydama šių kolektyviai liejamų nuoskaudų, paklausiau savęs: kas juos taip stebina? Ar jie pamiršo savo pačių vaikystę? Gal turėtų prisiminti, kaip klostėsi jų pačių santykiai su broliais arba seserimis? O kaipgi aš? Kodėl mano prisiminimai apie santykius su savo broliais ir seserimis nelabai tepadėjo auginti savus vaikus? Galbūt todėl, kad šeimoje buvau pagrandukė, o brolis ir sesuo buvo gerokai vyresni? Niekada neteko matyti dviejų kartu augančių berniukų.

Kai išsakiau savo mintis grupės tėvams, visi iš karto pritarė, kad ir jų šeimose vaikų skaičius, amžiaus tarpsniai, vaikų lytis ir charakteriai labai skiriasi nuo jų pačių brolių ir seserų, su kuriais užaugo. Jie taip pat teigė, kad pakito ir mūsų statusas, kaip ironiškai pastebėjo vienas tėvas:

– Viena, kai esi besimušantis vaikas, ir visai kas kita, kai esi tėvas, kuris turi su tuo susitvarkyti.

Ir štai, kai bandėme visai ramiai aptarti ankstesnio ir dabartinio gyvenimo savo šeimose skirtumus, į paviršių pradėjo kilti seni ryškūs prisiminimai. Kiekvienas turėjo ką papasakoti, ir pamažu aplinkui atgijo praeities istorijos apie brolius ir seseris, pradėjo lietus karštos emocijos, susijusios su šiais santykiais:

– Prisimenu, kaip baisiai pykdavau, kai vyriausias mano brolis pradėdavo tyčiotis iš manęs. Tėvai nepaliaudavo kartoti: „Jei nekreipsi dėmesio, jis prie tavęs nels“, tačiau aš niekada nenutylėdavau. Jis mane erzindavo be paliovos, kol viskas baigdavosi ašaromis. Jis sakydavo: „Pasiimk savo dantų šepetėlį ir nešdinkis. Vis tiek niekas čia tavęs nemyli.“ Po šių žodžių visuomet pravirkdavau.

– Mano brolis irgi mane erzindavo. Kartą – buvau gal aštuone rių – taip įsiutau už tai, kad jis bandė mane pargriauti važinėjantį dviračiu, jog tariau sau: „Gana. Tai turi baigtis.“ Tuomet įėjau vidun ir susisiekęs su operatoriumi (gyvenome mažame miestelyje valstijos šiaurėje, kur diskinių telefonų aparatų tuomet nebuvo) paprašiau iškviešti policiją. Operatorius vos spėjo ištarti: „Na, eh...“, kai pasirodė mama ir liepė padėti telefono ragelį. Ji visai nešaukė ant manęs, tačiau pasakė: „Apie tai teks papasakoti tėčiui.“ Tą vakarą, kai jis grįžo po darbo, apsimėčiau miegą, tačiau jis, pažadinęs mane, tepasakė: „Taip savo pykčio neatsikratysi.“ Pirmiausia pajutau palengvėjimą, kad manęs nebaus, tačiau prisimenu, kad po to gulint lovoje mane vėl užvaldė pyktis. Kaip ir bejėgiškumas.

– Savo broliui galėjau daryti ką tinkama, jam buvo uždrausta mane skriausti. Buvau „tėvelio dukrelė“. Galėjau pateisinti bet kokius savo poelgius, o kai kurie iš jų buvo išties siaubingi. Kartą tęškiau į jį karštą riebios mėsos gabalą, kitąkart pradūriau jam ranką šakute. Kartais jis mane sugriebdavo ir taip bandydavo nuo manęs apsiginti, tačiau kai jau paleisdavo, tada jam ir labiausiai kliūdavo. Kartą, kai tėvų nebuvo namie, jis smogė kumščiu man į veidą – paakyje vis dar yra randas. To pakako. Daugiau niekada nekeldavau prieš jį rankos.

– Mūsų šeimoje muštis buvo uždrausta. Griežtai. Mudu su broliu neturėjome teisės net susipykti. Dažnai tiesiog negalėdavome pakęsti vienas kito, tačiau pyktis nebuvo leidžiama. Kodėl? Šiaip sau. Tiesiog negalima. Tėvai sakydavo: „Jis – tavo brolis, turi jį mylėti.“ Atšaudavau: „Bet mama, jis mane nervina, be to, jis savanaudis.“ – „Na, ką padarysi, – sakydavo mama, – turi jį pamėgti.“ Taip man teko užgniaužti daug pikty jausmų, nes man buvo baisu, kas atsitiktų, jei kada nors būčiau pratrūkęs.

Savo prisiminimais apie brolius ir seseris dalijosi vis daugiau žmonių, o aš stebėjau, kad kiekviena iš naujo išgyventa praeities istorija, regis, nukelia pasakotoją į praeitį, o senos nuoskaudos ir pyktis prasiveržia naujai. Visgi ar šios istorijos kuo nors skyrėsi nuo tų, kurias tėvai anksčiau buvo pasakoję apie savo pačių vaikus? Pasakojimo aplinka ir veikėjai buvo skirtingi, tačiau jausmai, regis, iš esmės liko tokie patys.

– Gal skirtumai tarp kartų nėra tokie jau dideli, – apgailestaujamai pasakė kažkas iš grupės. – Galbūt mums tiesiog reikia išmolti susitaikyti su tuo, kad vaikai šeimoje natūraliai tampa varžovais.

– Nebūtinai, – paprieštaravo vienas tėvas. – Mudu su broliu nuo pat pradžių buvome labai artimi. Kai buvau mažas, mama pristatydavo jį prižiūrėti mane ir jis visada mielai tą darydavo, net ir tuomet, kai mama pareikšdavo, kad jis galės eiti žaisti tik tuomet, kai aš išgersiu savo buteliuką pieno. Neturėdavau jokie noro gerti to pieno, o jis neturėjo jokie noro gaišti su manimi, todėl pats išgerdavo mano pieną. Tuomet eidavome kartu ir leisdavome laiką su jo draugais.

Visi nusijuokė. Viena moteris pasakė:

– Man tai primena mane ir mano seserį. Mudvi visuomet turėdavome bendrų paslapčių, ypač paauglystėje. Bastydavomės drauge, ypač kai norėdavome „atkeršyti“ mamai. Jei ji mus bardavo ar mums priekaištaudavo, pradėdavome pakaitinį bado streiką. Mama eidavo iš proto, nes nuolat nerimaudavo, kad esame pernelyg liesos. Ji nuolat mus versdavo gerti kiaušininis ir pieno kokteilius, todėl kai nu stojome valgyti, tai buvo pati baisiausia „bausmė“ mamai. Tačiau jai nematant, mes, aišku, valgydavome. Ta, kuri nebūdavo paskelbusi bado streiko, atnešdavo maisto badaujančiajai. – Ji nustojo pasakoti ir susimąstė. – Tačiau visiškai priešingai elgiausi su savo jaunesniąja sesute. Niekada jos nemėgau. Jai gimus man jau buvo dešimt metų. Kiekvieną dieną saulė kildavo ir leisdavosi kūdikio ritmu. Man atrodė, kad ji yra tiesiog išpaikinta mergiotė. Taip pat atrodo ir dabar.

– Taip apie mane turbūt kalbėtų mano vyresniosios seserys, – tarė dar viena moteris. – Kai aš gimiau, jos buvo aštuonerių ir dvylikos. Manau, kad jos pavydėdavo, nes buvau tėčio numylėtinė. Man taip pat labiau pasisėkė negu joms visomis prasmėmis. Man gimus,

atsirado daugiau pinigų, ir aš vienintelė galėjau lankyti koledžą. Abi mano seserys išteikėjo būdamos devyniolikos. Dabar, po tėčio mirties, mudvi su mama labai suartėjome. Ji tapo labai artima ir mano vaikams. Neseniai pradėjome svarstyti, ar nepadarius jos namo mūsų abiejų būstu, ir nepatikėsite, kas pradėjo dėtis. Kai mama apie mūsų planus pranešė mano seserims, jų pykčiui nebuvo galo: „Mes turėjome imti paskolą, kad nusipirktume namą... Mes turėjome sunkiai dirbti visus šiuos metus, kad visa tai pasiektume... Ji lankė koledžą... Jos vyras lankė koledžą... Jis turi gerą darbą.“ Manau, didžiausią nerimą man kelia tai, kad mano dukterėčios ir sūnėnai nemėgsta mano vaikų. Jie sako: „Močiute, kaip čia yra, kad visą savo laiką praleidi su jais? Pas mus iš viso niekada nebeatvyksti.“ Atrodo, kad šiam pavydui niekada nebus galo, jis persidavė iš kartos į kartą.

Tarp susirinkusiųjų nuvilnijo atodūsiai. Kažkas tarstelėjo, kad čia „reikalas sunkus“. Jaučiau, jog prieš kalbant toliau reikia apibendrinti išsakytas mintis:

– Prisiminėme savo vaikystę ir savo vaikų vaikystę ir turbūt matome, kad mūsų santykiai su broliais ir seserimis gali turėti didžiulį poveikį vaikystės išgyvenimams ir išprovokuoti stiprius jausmus – teigiamus arba neigiamus – ir kad tie patys jausmai broliams ir seserims mus gali lydėti ir užaugus ir kad galų gale juos galima perduoti kitai kartai.

Buvo dar kažkas, ką reikėjo pasakyti, bet tiksliai nežinojau, ką. Ir vėl prisiminiau savo pačios brolių ir seserį, kurie laikė mane nevykėle, visada besipainiojančia jiems po kojomis, ir kad net dabar, kai mano – jau suaugusio žmogaus – gyvenimas susiklostė sąlygiškai sėkmingai, vis dar kartais atrodo, jog kažkam „painiojuosi po kojos“. Garsiai tariau:

– Norėčiau paklausti, ar ne per drąsu būtų teigti, kad šie santykiai su broliais ir seserimis vaikystėje gali lemti mūsų elgesį, mąstyseną ar savęs suvokimą užaugus?

Tyla truko vos akimirką. Iš karto pakilo keturios rankos. Aš linktelėjau vienam iš tėvų.

– Visiškai sutinku, – tarė jis. – Aš esu iš tų, kurie visuomet turi jaustis atsakingi. Esu tikras, kad taip yra dėl to, jog buvau vyriaus-

sias iš trijų brolių. Jaunėliams buvau rūpestingas diktatorius, jie visada žiūrėdavo į mane su pagarba ir darydavo viską, ką liepdavau. Kartais juos prilupdavau, bet taip pat ir gindavau nuo mūsų rajono chuliganų. Net ir šiandien turiu būti „viršuje“. Neseniai gavau viliojantį pasiūlymą parduoti savo verslą. Man buvo siūloma dirbti naujiesiems savininkams ir vadovauti verslui. Tačiau aš pažįstu save, niekada tokio darbo nesiimčiau, nes viršininkas turiu būti aš.

– Esu jauniausias iš penkių berniukų ir nė trupučio neabejoju, kad mano broliai tikrai turėjo įtakos tam, kaip šiandien save vertinu. Visi jie yra įtakingi ir labai daug pasiekę žmonės – akademinėje, sporto ir kitose srityse. Bet jiems tai pavyko savaime. Vaikystėje nuolat bandydavau jiems prilygti. Kai jie linksmindavosi, aš „kaldavau“ palinkęs prie knygų. Jie niekada taip ir nesuprato manęs, vadindavo mane „įvaikintuoju“ – tai, be abejo, sakydami švelniai. Dar ir šiandien aš atkakliai stengiuosi kilti aukštin. Mano žmona skundžiasi, kad tapau darboholiku. Bet ji nesupranta vieno dalyko – dalis manęs vis dar beprotiškai skuba, kad pasivytų brolius.

– Į savo vyresniąją seserį nustojau lygiuotis jau seniai, – pradėjo pasakoti moteris. – Ji buvo tokia graži ir talentinga, kad konkuruoti su ja buvo beviltiška. Ir ji tą žinojo. Pamenu, vieną kartą, kai buvau maždaug trylikos, mudvi puošėmės ir rengėmės vykti į giminaičių vestuves. Pagalvojau, kad atrodau tikrai dailiai. Stovėdama greta manęs prie veidrodžio ji tarė: „Aš esu NNN mergina – neprilygstama, nuostabi, nepakartojama.“ Tada žvilgterėjusi į mane pasakė: „O tu esi ŠŠŠ mergina – šilta, širdinga, švelni.“ Niekada nepamiršau šių žodžių. Dar ir šiandien išgirdusi pagyras galvoju: „Taip, taip, bet jei pamatytumėte mano seserį...“

– Man sesuo irgi turėjo didžiulę įtaką, – tyliai pasakė kita moteris. Keli žmonės palinko arčiau, kad girdėtų ją. – Aš jos visuomet... gėdijausi. – Ji stabtelėjo, įkvėpė ir tęsė toliau. – Kiek atmenu, ji visą laiką turėjo emocinių sutrikimų ir elgdavosi keistai, o aš turėdavau dėl to aiškintis draugams. Mano tėvai visuomet taip sielodavosi dėl jos, kad jčiau, jog aš turiu būti ta geroji dukra, kuri taptų jiems atrama. Nors buvau jaunesnė, visuomet jaučiausi tartum būčiau

vyresnioji sesuo. Metams einant pasikeitė vienintelis dalykas – mano sesers būklė dar pablogėjo. Kiekvieną kart išvydusi ją jaučiu priešišlumą ir nors žinau, kad ji dėl to nekalta, jaučiu tarsi ji būtų apgaule atėmusi mano paprastą vaikystę.

Klausiausi negalėdama tuo patikėti. Visuomet žinojau, kad tolesnį vaikų gyvenimą didžia dalimi formuoja tėvai, bet niekada nebūčiau pagalvojusi, kad broliai ir seserys galėtų taip smarkiai lemti vieni kitų likimus.

Bet juk čia buvo vienas suaugęs vyras, teigiantis, kad jis gimęs vadovauti, kitas vyras, darantis viską, kad prilygtų broliams, moteris, kuri jaučiasi visuomet būsianti prastesnė, ir dar viena moteris, kuri vis dar kankinasi būdama „gera mergaitė“. Tokie jie tapo daugiausia dėl to, kad turėjo tokius brolius arba seseris.

Kol bandžiau įsigilinti į naujai sužinotus dalykus, staiga suvokiau, kad jau kuris laikas kalba vienas iš grupės tėvų. Pamėginau įsigilinti į jo žodžius:

– ...taigi mūsų šeimoje neprognozuojamai elgdavosi tėtis. Mano mama buvo labai švelni, labai rami, o tėtis buvo nuotaikos žmogus, kurio poelgiai dažnai būdavo nenuspėjami. Jis išeidavo pasakęs, kad grįš po dviejų dienų, o užtrukdavo du mėnesius. Todėl mes visi daugmaž laikydavomės krūvoje ir saugodavome vienas kitą. Vyresnieji prižiūrėdavo mažuosius ir vos tik tapome pakankamai dideli, po pamokų visi susiradome darbus. Kiekvienas būdavo pasiruošęs dalytis savo sutaupytais pinigais. Jei mes nebūtume laikęsi drauge, niekam nebūtų pavykę išgyventi.

Pasigirdo murmesys:

– Hmm... puiku.... nuostabu.

Šis paskutinis pasakojimas palietė giliausius šios grupės tėvų troškimus – turėti vaikus, kurie vienas kitą remtų, mylėtų ir palaikytų. Viena moteris tarė:

– Įkvepiantis pasakojimas. Tai, ką jūs papasakojote, yra viskas, apie ką aš drįščiau svajoti. Bet tai ir liūdina. Girdėjau, yra šeimų, kur vaikai laikosi drauge todėl, kad sunkiai klostosi jų tėvų gyvenimas. Mane gąsdina mintis, jog mano vyras turėtų palikti šeimą, kad mano vaikai pradėtų padoriai tarpusavyje elgtis.

– Kaip suprantu, – pastebėjo vienas vyras, – visa tai – tarsi lošimas genais. Jei pasiseka laimėti, jūsų vaikų charakteriai tarpusavyje puikiai derės, jei ne – lauk bėdos. Bet kuriuo atveju, mielieji, nuo mūsų tai nepriklauso.

– Nesutinku, kad nuo mūsų tai nepriklauso, – atrėžė kita moteris. – Šiandien čia mes išgirdome daug pavyzdžių, kaip patys tėvai pablogino vaikų santykius ir iš tikrųjų juos atstūmė vieną nuo kito. Ir šioje grupėje dalyvauju todėl, kad noriu, jog vieną dieną mano vaikai susidraugautų.

Kur man buvo girdėti šie žodžiai?

Garsiai tariau:

– Jūsų pasakymas man priminė mane pačią prieš dešimt metų. Tik šiuo klausimu elgiausi it pamišėlė, norėjau pati viena pasiekti, kad abu mano sūnūs taptų draugais. Labai greitai įsisukau emocijų karuselėje: kaskart, kai jie gražiai žaisdavo, jaučiausi pakylėta galvodama: „Na štai! Vis dėlto jie mielai būna kartu. Aš – puiki mama.“ O kaskart jiems susipešus, puldavau į neviltį: „Jie nekenčia vienas kito – tai mano kaltė.“ Viena iš laimingiausių dienų mano gyvenime išaušo tada, kai atsisakiau svajonės paversti juos draugais ir pradėjau siekti realiesnio tikslo.

Moteris atrodė sutrikusi.

– Nelabai suprantu, ką norite pasakyti, – tarė ji.

– Užuot bandžiusi priversti savo berniukus susidraugauti, – paaiškinau, – pradėjau galvoti, kaip išugdyti jų požiūrį ir sugebėjimus, kurie jiems padėtų rūpestingai puoselėti visus santykius. Jiems dar reikėjo tiek daug išmokti. Nenorėjau, kad jie visą savo gyvenimą praleistų ginčydamiesi, kas teisus ir kas kaltas. Norėjau, kad jie galėtų palikti tokį mąstymą nuošaly ir išmoktų klausytis vienas kito, gerbti vienas kito skirtumus ir žinotų, kaip spręsti šių skirtumų sukeltas bėdas. Net jei dėl savo skirtingų charakterių jie ir negalėtų susidraugauti, bent jau mokėtų atrasti draugą ir būti draugu.

Moteris atrodė apstulbinta ir aš žinojau, kodėl. Man prireikė daug laiko priprasti prie tos minties, kurią aš ką tik taip paprastai jai išdėsciau.

– Supraskite, – tariau aš, – daugybę kartų buvau pernelyg pavargusi, pasibjaurėjusi vaikų elgesiu ar per daug ant jų supykusi, kad bent pabandyčiau ką nors daryti, tačiau kai man pavyko jų rėkimo varžybas paversti racionaliomis derybomis, pasijutau nuostabiai – tarsi būčiau tapusi labai gera mama.

– Nežinau, ar aš taip galėčiau, – baikščiai tarė ji.

– Mano veiksmuose nėra nieko paslaptinga. Jei aš savyje radau galimybių, kaip tą padaryti, rasite ir jūs, – užtikrinau ją. – Ir tai pradedsite daryti kitos savaitės pradžioje.

Ji neužtikrintai šyptelėjo:

– Jei pavyks išverti iki kitos savaitės... – tarė ji. – O kaip iki tol elgtis?

Dabar jau kreipiausi į visus tėvus:

– Šią savaitę pasistenkime stebėti, kas kelia sumaištį mūsų vaikų santykiuose. Kad jų ginčai nenuėitų veltui, pasižymėkite, kokie konfliktai ar pokalbiai jums kelia nerimą. Kitame susitikime pasidalytume stebėjimų rezultatais ir pabandytume eiti toliau.

Po užsiėmimų važiuodama namo, nejučia pradėjau galvoti apie savo sūnus, dabar jau suaugusius vyrus. Puikiai prisimenu jų pokalbį praeitą savaitę, po Padėkos dienos vakarienės. Staiga vėl pasijuntu stovinti savo valgomajame, kraustanti stalą ir klausanti jų pokalbio, jiems bepradedant tvarkyti virtuvę. Pirmiausia jie pokštauja dalydamiesi darbus, kiekvienas renkasi labiau patinkantį darbą ir bando derėtis, kam teks purvniausio darbai. Tuomet pokalbis pasisuka rimtesnėmis temomis ir jie pradeda lyginti savo koledžus ir specialybes – vienas studijavo menus, kitas – gamtos mokslus. Iš karto išiplieskia diskusija apie tai, kas svarbesnis visuomenei, – menininkas ar mokslininkas.

– Prisimink Pasterą.

– Taip, o tu – Pikasą.

Jų diskusija tęsiasi be galo, jie bando įtikinti vienas kitą. Pagaliau, pavargę ginčytis, jie nusprendžia, kad *abu* yra svarbūs.

Akimirką įsivyrauja tylą, po to pokalbis nukrypsta į praeitį. Išskyla senos nuoskaudos ir jie vėl ginčijasi, kas kam ką ir kodėl pada-

rė, kiekvienas vėl iš naujo bando pasiteisinti suaugusio žmogaus argumentais. Po valandėlės nuotaikos vėl keičiasi. Juos užvaldo mieli linksmi prisiminimai ir abudu leipsta juokais.

Išpūdis toks, kad juos veikia priešiškos jėgos: viena juos skiria, kai savo išskirtinumą ir tapatumą jie bando įtvirtinti per tarpusavio skirtumus, kita jėga juos traukia vieną prie kito ir taip jie gali pajusti savo išskirtinį brolišką ryšį.

Puse ausies klausydama jų iš gretimo kambario stebiuosi, kad jaučiuosi taip lengvai. Suvokiu, kiek mažai reiškia mano emocijos taip staiga kintant jų santykių „temperatūrai“. Žinau, kad pomėgių ir charakterių skirtumai, dėl kurių vaikystėje jie nebuvo artimi, niekur nedingo. Tačiau žinau ir tai, kad per daugelį metų aš padėjau jiems nutiesti tiltus, jungiančius skirtingus jų asmeninius pasaulius. Kada nors prireikus, jie ras įvairių kelių vienas pas kitą.

*„Kaip kalbėti,
kad vaikai klausytų
ir klausyti,
kad vaikai kalbėtų“
autorių knyga*

Turėti vaikų – nuostabu, tačiau jie gali kelti rimtą grėsmę jūsų sveikam protui. Visame pasaulyje garsios ir daugybę apdovanojimų pelniusios tėvų ir vaikų santykių ekspertės Adele Faber ir Elaine Mazlish pristato nuoseklų bei suprantamą gidą, siūlantį praktiškų pavyzdžių, kaip išsiaiškinti brolių ir seserų tarpusavio nesutarimų priežastis, kokiais būdais įveikti iškilusius konfliktus.

„Mano vaikai nesipyksta. Kaip padėti savo vaikams gyventi taikiai, kad ramiai gyventumėte ir jūs“ – humoro, sveikos nuovokos ir supratimo kupina knyga, iliustruota ekspresyviais piešiniais. Autorės nesutinka su mintimi, kad nuolatiniai nemalonūs konfliktai tarp vaikų yra natūrali ir neišvengiama šeimos gyvenimo dalis. Žongliruodamos realiai įvykusiomis situacijomis jos parodo, kiek daug egzistuoja būdų, padėsiančių išmokyti vaikus gyventi taikiai ir leisti jums atsikvėpti.

