

| TURINYS |

<i>Padėka</i>	7
<i>Įvadas</i>	9
1 Kaip suprasti neklausnų vaiką	11
2 Struktūros svarba	37
3 Esminės idėjos	55
4 Kalbėjimas su neklausniu vaiku ar paaugliu	77
5 Kai pokalbis nepavyksta	95
6 Kai viską kontroliuojate: nusimanančio vaiko ugdymas	129
7 Priešgynos elgesio sutrikimas ir kitos aplinkybės	185
8 Nepaklausnaus vaiko ateities perspektyva	197

| PADĖKA |

DAUG ŽMONIŲ nusipelno mano padėkos, nes jie padėjo suprasti vaikus ir paauglius. Iš tikrųjų jie yra šios knygos partneriai, ir aš esu laimingas galėdamas jiems viešai padėkoti.

Vakarų Mičigano universiteto Organizacinės ir konsultacinės psichologijos fakultetas, kuriame aš gavau išsilavinimą, daug metų mane dosniai rėmė įvairiomis stipendijomis. Viliuosi, kad ši knyga pozityviai atspindi fakultetą.

Mano vadovas, Vakarų Mičigano universiteto daktaras Robertas Betzas, išmokė mane suprasti, kas tai yra mąstymas. Nors knygoje pasitaikančios klaidos yra vien tik mano kaltė, jis darė įtaką visiems skyriams, kuriuose kalbama apie tai, kad elgesio negalima pakeisti neišsiaiškintus, kokios mintys privertė taip elgtis.

Dera paminėti keletą kolegų. Dr. Charlesas Lowe, dr. Tomas Lanningas ir Johnas Vesey, socialinio darbo magistras, daug metų dalinosi su manimi savo įžvalgomis, kaip vaikai ir paaugliai, ypač neklausnūs, elgiasi ir galvoja. Esu ypač skolingas buvusiems verslo partneriams dr. Carolynai Wilson-Garrison ir Davidui Linnui, atestuotam sociali-

niam darbuotojui iš Kalamazu Klinikinės asociacijos, už jų analitinės psichologijos išvalgas ir šeimos sistemų teoriją. Taip pat privalau pasinaudoti galimybe padėkoti dr. Johnui Hoggui ir Virginijos valstijos Niuporto New Vaikų klinikos gydytojams, slaugėms ir personalui už jų paramą.

Noriu padėkoti leidyklai Taylor Publishing. Mano redaktorius Jasonas Rathas psichologinę medžiagą redagavo labai atidžiai. Jo klausimai ir patarimai daugeliu atžvilgių pagerino mano rankraštį.

Taip pat noriu padėkoti vaikų ir paauglių, su kuriais dirbau, tėvams. Didelė privilegija būti įleistam į vaiko pasaulį, todėl jaučiuosi pagerbtas tėvų, kurių pasitikėjimas manimi per daugelį metų išaugo.

Knyga nebūtų buvusi užbaigta be mano žmonos Debros Lintz-Riley bei mano sūnų Collino ir Samo, dviejų geriausių berniukų pasaulyje, pakantumo ir paramos.

| ĮVADAS |

PRAŠOM LEISTI peršokti techninius ir mokslinius priešgynos elgesio sutrikimo apibūdinimus (mes tai aptarsime pirmame skyriuje). Manau žinote, kas yra priešgynos elgesio sutrikimas, nes jūs (1) pats buvote vaikas ir paauglys arba (2) jūsų namuose gyvena vaikas ar paauglys. Priešgynos elgesio sutrikimas (PES) yra perdėtas vaiko ar paauglio mėginimas įrodyti, kad jūs jam neturite jokios galios. Dauguma mūsų iš tikrųjų tokios galios ir neturi.

Kai psichinės sveikatos specialistai pamini „priešgynos elgesio sutrikimo“ terminą, tėvams didžiausią susirūpinimą kelia žodis „sutrikimas“. Tai žodis, turįs konotacijų, leidžiančių suprasti, kad vaikas serga tam tikra liga, dėl kurios tėvai yra kažkaip atsakingi. Jeigu turėčiau galią pakeisti diagnostines psichologijos etiketes, aš taikyčiau terminą „neklusnumo spektras“.

Kodėl spektras? Priežastis gana paprasta, nes kiekvienas vaikas ir paauglys tam tikru momentu prieštarauja ir neklauso. Kai kuriems tai pasireiškia atsitiktiniu irzlumu, bet tai nėra sutrikimas. Tačiau kiti vaikai taip dažnai ir piktybiškai

neklauso, kad tėvai, mokytojai ir teisinės institucijos dėl jų turi nuolatinių rūpesčių.

Priešgyniavimą vadinant spektru į prieštaraujantį elgesį nereikia žiūrėti kaip į proto ligą, kaip yra su šizofrenija, maniakine depresija ar daugybiniu asmenybės sutrikimu. Dauguma šizofrenikų yra proto ligoniai, kurie, nepatyrę medicinos stebuklų, tokie liks visam gyvenimui. Keletas vaikų ir paauglių, turinčių priešgynos elgesio sutrikimą, yra protiškai sergantys tradicine žodžio prasme. Iš tikrųjų, esant tinkamoms sąlygoms ir aplinkybėms, jų elgesys greitai keičiasi.

Šioje knygoje stengiuosi paaiškinti, kaip tėvai gali sudaryti tinkamas sąlygas, aplinkybes ir padėti neklusniems vaikams ir paaugliams pakeisti savo elgesį. Nesitikėkite, kad jie norės pasikeisti ar duosis protingai ir logiškai įtikinami. Jie mano – jeigu jus ignoruos, tai ir toliau galės elgtis kaip visada. Ši knyga yra apie tai, kaip kalbėtis su prieštaraujančiu vaiku ir ko galite imtis, jei pokalbis nepadėjo.

Aš optimistiškai žiūriu į prieštaraujančius vaikus ir paauglius auginančių tėvų pastangas, jei tik jie laikosi metodų, aprašytų šioje knygoje. Daug kartų mačiau, kaip atšiaurūs karingi sutvėrimai tapo bendraujantys ir stropūs jaunuoliai. Iš dalies mano optimizmo priežastis yra ta, kad neklusnūs vaikai ir paaugliai dažnai yra gana protingi, kūrybingi ir energingi. Tokios charakteristikos pranašauja ilgalaikę sėkmę, todėl, sulaukęs pagalbos, neklusnus jūsų vaikas gali sėkmingai pasikeisti.

| PIRMAS SKYRIUS |

Kaip suprasti neklusnų vaiką

MAN NEKLUSNAUS vaiko pavyzdys yra Tomas. Kai pirmą kartą sutikau Tomą, jis buvo šešiolikmetis antro kurso studentas, praleidęs beveik visą pirmą semestrą. Jo tėvas, mokslininkas, telefonu man pranešė, kad Tomas savo liežuviumi ir laikysena daugumą savo mokytojų užgauliojo. Nors vaikiną buvo gabus, jam grėšė išmetimas iš aukštosios mokyklos. Tomą, viešintį draugo namuose, areštavo kartu su kitais jo amžiaus berniukais.

O buvo taip. Vos draugo tėvai išėjo papietauti ir pažiūrėti kino, vakarėlis įsiūžė. Tomas su draugais pasigėrė ir visu garsu paleido stereo muziką. Kaimynas pranešė policijai. Kai atvažiavo policininkai, Tomas vieną griebė už rankos. Jis buvo apkaltintas užpuolimu ir priešinimusi; o mano požiūriu jam pasisekė, kad policininkas nepavartojo jėgos.

Kai išėjau į savo laukiamąjį susitikti su Tomu, pamačiau aukštą, raumeningą spuoguotą jaunuolį, sėdintį ant kėdės ir skaitantį nuo kavos staliuko paimtą žurnalą. Aš jam prisistačiau ir pakviečiau į priimamąjį. Jis į mane nepažvelgė, nekalbėjo ir toliau skaitė.

Seniai buvau išmokęs su įžūliais vaikais nekonfrontuoti, todėl pasakiau, kad jis gali užėiti į kabinetą, kai tik panorės. Taip pat pridūriau, kad tėvui turbūt bus įdomu sužinoti, jog jo sūnus Tomas, už kurio konsultacijas man moka gerus pinigus, sėdi laukiamajame ir skaitinėja žurnalus.

Maždaug po dešimties minučių Tomas teikėsi ateiti į priimamąjį. Jo pirmi žodžiai buvo – jis neketinąs klausytis, ką aš jam sakysiu. Tomas pareiškė, kad psichologija nėra tikras mokslas, toks kaip fizika ar chemija, taigi aš jam nieko vertinga negalėsiąs pasakyti. Tuomet vaikiną atsisėdo ir vėl pradėjo skaityti žurnalą.

Diagnostinis terminas, kurį naudoja psichologai, apibūdinami tokių jaunuolių kaip Tomas elgesį, yra priešgynos elgesio sutrikimas. Jis pasireiškia įvairaus amžiaus visų socialinių sluoksnių ir rasių berniukams ir mergaitėms. Amerikos psichiatrų asociacijos „Psichikos ligų diagnostikos ir statistikos vadovas“, 4-toji redakcija, aprašydamas jų elgesį, pateikia šiuos kriterijus:

Neigiamo, priešiško ir neklusnaus elgesio periodas tęsiasi mažiausiai šešis mėnesius ir pastebimi keturi (ar daugiau) tokie reiškiniai:

- dažnai nesusivaldo
- dažnai ginčijasi su suaugusiais

- dažnai aktyviai nepaklūsta ar nenusileidžia suaugusiųjų prašymams ar taisyklėms
- dažnai sąmoningai erzina žmones
- dažnai kaltina kitus dėl jų klaidų ar blogo elgesio
- greitai įsižeidžia ar lengvai kitų suerzinamas
- dažnai piktas ar nesukalbamas
- dažnai kerštingas ar pagiežingas

Svarbu pastebėti, kad ir normalūs vaikai bando suniekinti autoritetus, bet jų priešškumas nėra labai agresyvus. Aptartas prieštaraujančių vaikų elgesys – dažnas ir intensyvus ir labai skiriasi nuo bendraamžių elgesio, kenkia socialinei, mokymosi ir profesinei vaikų ir paauglių veiklai.

Kol vaikai subręsta, jie išgyvena kelias stadijas, kurių metu meta iššūkį tėvų valdžiai, abejoja jų puoselėjamaisiais įsitikinimais. Natūralu, kad vaikas tyrinėja ir stumdo tėvų nustatytas ribas; jei jų nepastums, vaikas nežinos savo vietos. Nereikėtų stebėtis, kad pamokslininko vaikas kartais išgyvena bedievišką laikotarpį, policininko atžala – vandalizmo protrūkį, o mokytojo vaikui nesiseka mokslai. Tokių epizodų nederėtų priskirti tėvų nesėkmėms. Tai tik jaunų žmonių pasaulio ribų tikrinimo rezultatas.

Svarbu suprasti, kada prieštaraujantis elgesys yra „normalus“ ir kur baigiasi „normalumo“ ribos. Apskritai užsispyrę vaikai visomis jėgomis stengiasi nugalėti suaugusiuosius ir jų veiklos mastai tampa absurdiški. Tokie vaikai, siekdami įrodyti suaugusių klaidas, kvailumą ar abi blogybes kartu, yra nenumaldomi kaip gravitacija.

Norint visiškai suprasti prieštaraujančių vaikų elgesį, pirmiausia reikia suvokti, kaip jie mąsto ir suvokia juos supantį

pasaulį. Kad perprastumėte užsispyrusių vaikų elgesio ir minčių šablonus, pateiksiu keletą „taisyklių“. Jūs sužinosite, jog asmuo, kurio mąstymo sistema yra nelogiška ar pažeista, nesuvokia, kad jo išvados yra nelogiškos ar elgesys neprotingas. Prieštaraujantis vaikas nesiliauna mąstęs, kaip jam atsikratyti kitų primetamos valdžios. Jeigu prieštaraujančio vaiko paklaustumėte, ar jis apie tai galvoja, greičiausiai tai paneigtų. O pasidomėjus tėvų nuomonės, ar taip galima apibūdinti jų vaiko elgesį, dauguma atrėžtų: „Tai mano vaikas“. Ši įžvalga bus raktas, padedantis suprasti užsispyrusį vaiką ir elgesį su juo.

1 TAISYKLĖ: NEKLUSNŪS VAIKAI GYVENA FANTAZIJOS ŠALYJE, KURIOJE JIE NUGALI VISUS AUTORITETUS

Kai kuriems vaikams ir paaugliams fantazijos šalis, kurioje jie visada nugali suaugusius, yra daug įdomesnė už tikrovę. Motina pasakojo apie dukrą: „Jai nesvarbu, kaip su ja elgiuosi. Galiu jai trenkti, pargriauti ant žemės, ant jos rėkti ar atimti jos daiktus. Nors ir viską atimčiau, ji nesijaudintų. Nors kalbu iki pamėlynavimo, ji mane nekreipia dėmesio.“

Kai vaikas ar paauglys gyvena tokioje fantazijos šalyje, tai tas pats, it jis gyventų kitoje planetoje. Atrodo, kad jūsų pamokymai, prašymai ir reikalavimai jį pasieks tik po kelių šviesmečių.

Pavyzdžiui, dirbau su viena jauna moterimi, kurios stilius buvo: juodas nagų lakas, juodai dažyti plaukai, visa apsikarsčiusi daugybe kryžių, trumpas sijonėlis ir darbiniai

batai. Tarkime, aš jai sakau: „Šiandien, atrodo, graži diena“, o ji atsiliepia: „Nebent esi kvailas ir galvoji, jog saulė tau nekenkia“. Palinkėjus: „Tikiuosi, turėsi gerą savaitgalį“, ji atšauna: „Juokas ima iš žmonių, kurie nemąsto“. Mažai ką tinkamo rasdavau pasakyti, kad ji neprieštarautų, nes moteris visai patinka galimos mano įtakos. Spėju, kad suniekinusi kitą žmogų, sau mintyse pergalingai užsidėdavo pliusą.

Negalėjau jos elgesio priimti asmeniškai, nes ji taip elgėsi su visais. Per televizorių matyto komiko žodžiais sakant – tiesiog nepataisoma kritikuotoja. Ji galėdavo įsivelti į žodžiamąsį su bet kuo – manimi, tėvais, mokytojais. Tai nereiškia, kad aš toleravau jos elgesį. Toliau knygoje paskaitysite, kad aš tvirtai tikiu ribų nustatymu ir skiriu bausmes už grubų elgesį. Bet esu įsitikinęs, kad prieštaraujantį elgesį, prieš mėginant jį suvaldyti, pirmiausia dera suprasti.

2 TAISYKLĖ: NEKLUSNŪS VAIKAI YRA OPTIMISTAI

Raselas tikėjo, kad manęs išvengs tik tuo atveju, jeigu mane primuš. Berniokas buvo devynerių ir svėrė beveik 34 kilogramus. Aš – šiek tiek vyresnis ir truputį sunkesnis. Raselas pabandė užsukti man riešą, griebė už kaklaraiščio ir ketino užrišti mazgą. „Gera, – pareiškė jis. – Tik tu ir aš, laukan!“ Raselas netilpo į standartus ir buvo optimistas.

Antra taisyklė išplaukia iš pirmos, kurioje neklusnūs vaikai ir paaugliai kiekvieną sąveiką su suaugusiais vertina kaip laimėti-pralaimėti uždavinio sprendimą, todėl, jei turi bent mažiausią viltį laimėti, jie to energingai siekia; jie nenori