

Tyrė asocialaus elgesio paauglius: iš ko kyla mokyklos nelankymas, agresija ir polinkis nusikalsti

Povilas Juodelis

Vaiko teisių konvencijoje įtvirtinta, kad tėvams (globėjams) tenka didžiausia atsakomybė už vaiko gyvenimo sąlygų, būtinų jo raidai, sudarymą, tačiau su visuomenės normų neatitinkančiu paauglių elgesiu ugdymo įstaigos ir visuomenė susiduria nuolat. Ko negali tėvai, turėtų padaryti valstybė: imtis reikiamų priemonių ir užtikrinti sėkmingą vaiko socializaciją. Nors tokių priemonių esama, jos mažai veiksmingos, nes šie vaikai yra labai mažai pažinti. Uždavinio juos geriau pažinti ir jiems padėti ėmėsi mokslininkai. Apie Vilniaus universiteto psichologijos mokslininkų grupės 2017–2018 metais vykdytą projektą Lietuvos mokslo tarybos nacionalinės mokslo programos „Gerovės visuomenė“ rėmuose, skirtą suprasti šią socialinės atskirties grupę, ir atlikto mokslinio tyrimo rezultatus kalbamės su projekto vadove, Vilniaus universiteto Psichologijos instituto docente dr. Rasa Barkauskiene.

– *Gal galite plačiau apibūdinti savo tyrimo dalyvius?*

– Mūsų tyrime dalyvavo 88 paaugliai, kuriems skirtos minimalios priežiūros priemonės (MPP), iš jų 23 procentai buvo mergaitės. Šiems paaugliams MPP buvo skirtos dėl mokyklos nelankymo, agresyvaus ir konfliktiško elgesio su suaugusiais ir bendraamžiais, negrįžimo namo ar į globos namus sutartu laiku, vagysčių (kartais plėšimų), dėl kurių paaugliai atsiduria policijos akiratyje. SUSIJĘ STRAIPSNIAI Po tragiškai pasibaigusios transliacijos internete prabilo apie grėsmes soc. tinkluose: Lietuvoje tarp paauglių tai jau vyksta (161) Vietoje pamokų ketvirtokams – stingdantis siaubo filmas: mokiniai patys pasirinko (200) Galima manyti, kad pastarosios priežastys lengviau ir greičiau pastebimos aplinkinių kaip ir alkoholio, psichotropinių medžiagų vartojimas ar ir prekyba jomis, rūkymas, kuris būdingas didžiąjai daliai šios grupės paauglių. Rečiau minimos priežastys – fizinis smurtas namuose ir mokykloje, turto gadinimas, chuliganiškas elgesys, o su merginų sunkumais siejamos problemos yra seksualizuotas elgesys – įtarimai pasidavinėjant, santykių su daug vyresniais vyrais palaikymas, seksualizuotos patyčios. Apie trečdalį mūsų tirtų paauglių jau buvo nukreipti pas psichikos sveikatos specialistus, o dar dalis jų psichikos sveikatos specialistų paslaugų atsisako. Atliekant tyrimą atsiskleidė įvairi ir sudėtinga šios paauglių grupės traumų istorija - nepriežiūra, emocinis bei fizinis smurtas, seksualinė prievarta yra ypač dažnai įvardijamos šių paauglių vaikystės ir vėlesnės patirtys. Tai dažnai susiję su įvairiais veiksniais jų šeimose: motinos alkoholio vartojimu, kiek rečiau minimas tėvo alkoholio vartojimas galėjo būti susijęs su

tu, jog dažnai tėvo tokiose šeimose iš vis nėra, jis nedalyvauja vaiko auklėjime, yra miręs arba nežinomas, sėdi kalėjime. Net 78,6 proc. mūsų tyrime dalyvavusių paauglių, kuriems skirtos MPP, turėjo vienokią ar kitokią trauminę patirtį, kuri dažnai tebesitęsia. Taigi galima manyti, kad ši paauglių grupė yra itin pažeista ilgai trunkančio, kompleksinio traumuojančio patyrimo ir šis yra pagrindinis jų gyvenimo istorijų štrichas.

– Kas yra tos minimalios priežiūros priemonės? –

Įstatymais ir kitais reglamentuojančiais dokumentais nustatyta, kad MPP gali būti skiriamos vaikams, kuriems dėl amžiaus ar padarytos veikos pobūdžio dar negali būti taikoma administracinė ar baudžiamoji atsakomybė bei vaikams, kurių elgesys daro žalą, kelia pavojų aplinkiniams ar sau, kurie nuolat nesimoko, nelanko mokyklos. Vaiko minimali priežiūra apibrėžiama kaip vaikui teikiama socialinė pedagoginė, psichologinė, specialioji pedagoginė, informacinė ar kita pagalba, kuria siekiama teigiamų jo elgesio pokyčių. Taigi, šie paaugliai pirmiausia apibūdinami kaip elgesio problemų, kurias būtina koreguoti, turintys jaunuoliai.

– Ar valstybės teikiamos minimalios priežiūros priemonės efektyvios?

– Pastaruoju metu atliktose kitų Lietuvos mokslininkų analizėse pastebėta, kad neretai šių priemonių skyrimas nepasiekia pageidaujamo efekto. Paaugliai ir jaunuoliai dažnai pakartotinai patenka į teisėsaugos ir Vaiko gerovės komisijų dėmesį. Galime kelti klausimą, kodėl? Viena galimų prielaidų, kuriomis iš dalies galime aiškinti MPP neefektyvumą – kad dažnai jų skyrimas yra suvokiamas kaip bausmė. Probleminis, asocialus paauglių ir jaunuolių elgesys aplinkinių greitai pastebimas, į jį neįmanoma nereaguoti ir normalu, kad jis sunkiai toleruojamas, tačiau itin retai į šiuos sunkumus žvelgiama kaip į ilgalaikio ir kompleksinio traumavimo padarinius, o jų dabartinis elgesys retai suprantamas kaip jų nepalankios raidos simptominė raiška. Gilesnių mokslinių psichologinių tyrimų Lietuvoje su šia grupe kol kas apskritai nebuvo daryta, todėl vienas svarbių projekto tikslų buvo šių paauglių psichologinės būsenos bei elgesio supratimas jų raidos perspektyvoje, per jų trauminės patirties bei gyvenimo situacijos analizes.

– Sakote, kad trauminės patirtys itin stipriai susijusios su asocialiu elgesiu. Kodėl? Kaip tai įvyksta?

– Daugybėje tyrimų, atliktų pasaulyje, fiksuojamas stiprus tiesioginis ryšys tarp traumos ir asocialaus, smurtinio elgesio. Šią sąsają patvirtino ir mūsų atliktas tyrimas: tiek MPP gaunančių paauglių grupėje, tiek palyginamojoje grupėje, kurią sudarė jų bendraamžiai besimokantys didmiesčių, miestų ir kaimų mokyklose didesnė trauminė patirtis siejosi su stipresne agresija ir

dažnesniu taisykles laužančiu elgesiu. Tačiau šis ryšys randasi per daugybę kelių. Tai reiškia, kad trauma galutinį punktą – asocialų elgesį, kurį nagrinėjome mūsų tyrime, – gali pasiekti įvairiais maršrutais. Santykių traumas, kurias mūsų tirti paaugliai yra patyrę iš artimiausių prieraišumo asmenų, dažnai prasideda anksti, tęsiasi ilgą laiką ir yra įvairiapusės: tai ir emocinis, ir fizinis, ir seksualinis smurtas, ir nepriežiūra. Dar svarbiau tai, jog žalą vaikas patiria iš artimo žmogaus, dažniausiai iš prieraišumo asmens. Trauma yra pagrindinė kliūtis kurti svarbius santykius, kurie labai anksti suteikia vaikui paramą. Plačiausia prasme traumą galime suprasti kaip patyrimą, per kurį žmogus paverčiamas objektu (kieno nors įniršio auka, gamtos stichijos auka, kieno nors psichologinio ribotumo auka). Traumą patyrę vaikai negali kurti konstruktyvių santykių su aplinka, nes įgyja iškreiptą vaizdą, kad artimi santykiai yra nuolatinio pavojaus šaltinis, pažeidžiamas jų pasitikėjimas artimiausiais žmonėmis. Reikšminga ir skausminga tokios patirties pasekmė – sužaloto ar paniekinto savęs vaizdas. Tokiam patyrimui kartojantis vaikas (tiek mažas, tiek didesnis) negali suprasti, kas vyksta ir priimti savo emocinio patyrimo. Čia ir dabar jis nuolat jaučiasi bejėgis. Smurtauojantis prieraišumo asmuo (mama, tėvas) vaikui sukuria neišsprendžiamą dilemą: saugumą ir nusiraminimą turintis teikti žmogus kartu tampa ir grėsmės šaltiniu. Tai veda ne tik į elgesio dezorganizaciją, bet ir sutrikdo vaiko, paauglio gebėjimą atpažinti ir reguliuoti savo neigiamus jausmus. Traumuotas paauglys jaučia daug nerimo, nekontroliuojamo liūdesio ir pykčio. Šie simptomai yra tarsi tarpininkai, kurie reiškiasi kartu su paauglio pastangomis atsikratyti šių neigiamų būsenų. Vienas iš dažnų kelių, būdų tai padaryti – agresyvus elgesys nukreiptas į aplinkinius. Tai vienas maršrutas. Šalia to, traumą patyrę vaikai negali kurti konstruktyvių santykių su aplinka, nes įgyja iškreiptą vaizdą, kad artimi santykiai yra nuolatinio pavojaus šaltinis, pažeidžiamas jų pasitikėjimas artimiausiais žmonėmis. Vėliau, paauglystėje, tai išplečiama ir į kitus žmones. Kito žmogaus komunikacija iš anksto priimama kaip turinti kitokių intencijų nei viešai rodomos. Iš vienos pusės šie paaugliai priversti nuolat stebėti kitus, o netinkamai suprasdami kitų ketinimus (dažniausia kaip blogus, priešiškus) jų atžvilgiu elgiasi nepagarbiai. Savo tyrime mes ir nustatėme ne tik tiesioginį traumos ryšį su elgesio problemomis, bet ir kitus kelius link jų – per sutrikdytą asmenybės raidą, emocinius sunkumus, potrauminį stresą. Visa tai reiškia, kad MPP sistemoje yra daugybė vaikų, kurie patys yra aukos ir kurie taip elgiasi dėl itin neigiamų asmeninių patirčių praeityje. Todėl pirmiausia atsižvelgimas į šias patirtis ir pastangų jas įveikti sutelkimas, traumas gydymas gali padėti tvirtėti šių paauglių socialiniams santykiams, kurie ir padeda pasitraukti iš sunkumų. Tad būtina, kad jie gautų pagalbą ne tik dėl savo elgesio, bet ir dėl link jo vedančios būsenos. Ne tik Lietuvoje, bet ir kitose šalyse, šis klausimas yra itin opus, nes nepilnamečių justicijos sistemos per mažai atsižvelgia į traumą.

– *Išleistoje projekto mokslo studijoje nagrinėjama mentalizacija. Kas tai yra ir kuo ji svarbi asocialaus elgesio formavimuisi?*

– Traumą patiriantys vaikai auga nuolatinio trūkumo režimu. Kaip jau minėta, trauma pirmiausia yra kliūtis santykiams su kitais žmonėmis, kurie įprastoje raidoje vaikui sukuria saugų pagrindą tyrinėti, įgyti įgūdžių, suprasti savo ir kitų vidines būsenas, susieti jas elgesiu. Šie gebėjimai būtini įvardinti ir reflektuoti įvairias savo patirtis, taip pat ir traumines, nes jie užtikrina galimybes tas patirtis įveikti jas perdirbant. Taigi mentalizacija kaip gebėjimas suprasti ir reflektuoti savo ir kitų vidines būsenas bei susieti jas su elgesiu tampa nuo neigiamos patirties apsaugančiu resursu. Šis gebėjimas gali būti sutrikdomas raidos metu dėl įvairių priežasčių, bet viena svarbiausių – nepalanki ir trauminė vaikystės patirtis. Smurto akivaizdoje vaikas mažiausiai nori žinoti apie žiauriai su juo besielgiančio žmogaus intencijas, ypač jei tai artimas žmogus, kurį vaikas myli ir nuo kurio jis priklauso. Taip mentalizacija užslopinama ir nedalyvauja agresijos socializacijos procese. Normalioje raidoje vaikas išmoksta sutramdyti savo agresiją, nes per saugų prierašumo santykį mokosi pažinti savo ir kitų vidines psichines būsenas, atpažinti agresyvius impulsus, reguliuoti negatyvius jausmus socialiai priimtinais keliais. Dėl traumavimo prierašumo ryšyje mentalizacijos gebėjimo raida atsilieka arba slopinama. Taip trauminės patirtys atima galimybę iš vaiko įgyti gebėjimą, kuris tarnauja agresyvių impulsų slopinimui. Normalią raidą žymi tai, kad fizinė agresija nuo 2 iki 4 metų pamažu tampa vaiko geriau suvokiama ir kontroliuojama, pamažu dingsta iš vaiko elgesio repertuaro, o mentalizacija stiprėja ir išsitvirtina. Tuo tarpu smurtinėje aplinkoje vaiko agresyvus elgesys plėtojasi toliau per sutrikdytą ir nepakankamai išvystytą gebėjimą suprasti savo ir kitų vidines psichines būsenas. Mūsų tyrimas įtikinamai parodė, kad paauglystėje didesnė trauminė patirtis prognozuoja prastesnę mentalizaciją, o ši numato didesnius elgesio sunkumus. Tai leidžia teigti, kad mentalizacija yra tarpininkas tarp trauminės patirties ir elgesio sunkumų. Taigi, tai dar vienas maršrutas, kuriuo trauma nukeliauja link asocialaus elgesio. Daugiau apie tai galima rasti kartu su projektą vykdydžiusiomis kolegėmis dr. Asta Adler, dr. Danguole Čekuoliene ir dr. Lina Gervinskaite-Paulaitiene parengtoje mokslo studijoje „Minimalias priežiūros priemones gaunantys paaugliai: mentalizacija, psichosocialinis funkcionavimas ir trauminė patirtis“.

– *Kuo svarbus jūsų atliktas tyrimas siekiant mažinti nusikalstamą paauglių elgesį? Ir ar įmanoma užkirsti tam kelią?*

– Pirmiausia siekiant efektyvesnės MPP sistemos jau dabar labai svarbu su šiais paaugliais dirbančiųjų žinios apie paauglių elgesio problemų kilmę kaip sąlygojamą daugybės persipynusių veiksnių raidoje, tarp kurių trauminiam patyrimui tenka itin svarbus vaidmuo. Jau minėta, kad traumos prevencija ir gydymas dar iki vaikas pasiekia MPP sistemą yra neabejotinos svarbos, nes

šioms jaunuoliams sunku kurti prasmingus santykius tol, kol neatsižvelgiama į jų skausmingą patirtį. Atliekant tyrimą pastebėjome, daugeliu atvejų specialistai (mokytojai, psichologai, socialiniai darbuotojai), dirbantys su šiais vaikais, mato ir pripažįsta jų trauminę patirtį praeityje, tačiau sunkiau atpažįsta ir supranta, kaip ji atsiskleidžia dabartiniame paauglio elgesyje. Kita vertus, didelių žmogiškų pastangų reikalauja gebėjimas priimti šių jaunų žmonių nepasitikėjimą kitais žmonėmis kaip reakciją ateinančią iš jų praeities santykių. Todėl esančių šalia šių paauglių mentalizacijos gebėjimas yra esminis suprantant, ką reiškia smurto patyrimas. Smurto prevencijos, tėvystės įgūdžių programos kartu su asmeninėmis pastangomis puoselėti reflekyvias, mentalizuojančias tėvystės ir bendražmogiškas patirtis yra žingsniai užkertant kelią daugeliui problemų, tame tarpe ir asocialiam paauglių elgesiui.

Psichologas Evaldas Karmaza: „Kaip, kodėl ir kam mums meluoja vaikai?“

Autorius: Roberta Ivašauskaitė

Meluoti vienaip ar kitaip mokame visi, tad tikriausiai retas kuris išdrįstų pasakyti, kad nė karto nėra sumelavęs savo tėvams. Vis tik, net ir toks pripažinimas sau, nė vieniems tėvams nepalengvina situacijos, sužinojus, kad vaikas, kurį jie myli ir kuriuo pasitiki, jiems meluoja.

Ką tokiu atveju daryti? Kaip iš jo išgauti tiesą ir ar bus įmanoma dar juo pasitikėti? – šie ir daugiau klausimų kamuoja kiekvieną rūpestingą tėvą. Tik ar tikrai pagavus savo paauglį vaiką meluojant yra taip svarbu išsiaiškinti tiesą?

Psichologas Evaldas Karmaza, turintis 15 metų darbo patirtį su vaikais ir paaugliais, konsultuojantis tėvus, policiją bei prokuratūrą dėl paauglių elgesio problemų, tikina, kad dažniausiais atvejais svarbu ne pati tiesa, o priežastys, dėl kurių paauglys meluoja.

„Pastebėjau tris pagrindinius tėvų iššūkius su paaugliais. Pirmasis – agresyvus vaiko elgesys ir pyktis, nukreiptas į aplinkinius. Antrasis, visiškai priešingas agresijai, bet kartu ir tam tikra jos forma, – tai paauglio susistatyta tylos siena ir visiškas „atsijungimas“ nuo tėvų. Pastaroji problema yra itin dažna.

Galiu pasakyti, kad vaikai labai greitai atranda savo tėvų Achilo kulną. Ir vienas iš jų – mokėjimas įveikti savo tėvus tylėjimu.

Kažkada esu paklausęs paauglių, ar jie mokėtų suerzinti savo tėvus, o jei mokėtų, tai per kiek laiko. Apibendrinamas jų atsakymus galiu pasakyti, kad vaikai labai greitai atranda savo tėvų Achilo kulną. Ir vienas iš jų – mokėjimas įveikti savo tėvus tylėjimu. Tas tylėjimas pats sunkiausias tėvams būna tuomet, kai vaikai tampa vadinamaisiais „aktorais“ ir šalia tos tylėjimo kaukės dar atsiranda ir tam tikra pašaipa ar maivymasis. Štai tada tėvams ir trūksta kantrybės.

Na, o trečiasis paauglius auginančių tėvų iššūkis – melas. Galiu pasakyti, kad su šia yda tėvai dorotis pradeda jau per vėlai, kuomet tai tampa jau gerokai įsišaknijusia problema ir kai tėvai galiausiai pamato, kad jie tiesiog jau nebegali pasiekti savo vaiko arba – jau visiškai juo nepasitiki. Gerokai užleidus šią problemą, ją ir pašalinti darosi nepaprastai sunku“, – pasakojo **konferencijoje „Atsakinga tėvystė“** pranešimą „Melo kojos (ne)trumpos. Kaip, kodėl ir kam paauglys meluoja?“ skaitęs E. Karmaza.

Kaip atpažinti melą?

O ką darome, kai savo vaiku jau nepasitikime ir puikiai žinome, kad jis gali mums meluoti? Psichologas tikina, kad atpažinti melą įmanoma, tačiau tai padaryti yra nepaprastai sunku ir daugelis tėvų verčiau renkasi itin populiarią tiesos išgavimo techniką arba savo vaiką pradeda praktiškai sekti.

„Melą pažinti galima iš nevalingų kūno judesių: slepiamų delnų, akių kontakto vengimo, pakilusio balso tono, nevalingai rankomis pridengiamos burnos, akių krypimo į dešinę arba į kairę (jeigu kairiarankis), lūpų prikandimo ir pan.

Ties tuo galima lavėti, tačiau tai yra labai sunku. Kur kas lengvesnis kelias daugeliui tėvų yra – tiesos išgavimas. Turiu pripažinti, kad kai kurie tėvai tokiais atvejais tampa ne tėvais, o tarsi ikiteisminio tardymo pareigūnais“, – pasakojo E. Karmaza.

Anot jo, yra toks vienas būdas – vadinamoji kryžminė apklausa, kuri daugelyje šeimų yra taikoma ir namuose.

„Tikriausiai esate matę filmuose ar serialuose, kaip vykdomos nusikaltėlių apklausos – dažniausiai ten būna „gerasis“ ir „blogasis“ tardytojas. Būtent šiuos vaidmenis tėvai ir pasiskirsto. Tuomet tas „gerasis policininkas“, kuriuo dažniausiai tampa mama, atbėga pas vaiką ir sako: „Žinok, tuoj tėtis ateis, tai tu jau geriau man pasakyk“, na ir tokiu atveju to „blogojo policininko“ arba – tėčio, bijantis paauglys ir atskleidžia tiesą. Tai išties veiksminga manipuliacinė technika“, – tikina psichologas.

Specialistas tikina, kad įvairių tėvų naudojamų tiesos išgavimo technikų yra labai daug, kaip ir savo vaikų sekimo priemonių, tačiau šioje vietoje slypi slidi riba, kurią tėvai itin rizikuoja peržengti. Ir čia naudingiau būtų ne tą tiesą išgauti, o suprasti, kodėl paauglys meluoja.

„Tėvai gali paslapčia tikrinti savo paauglio telefoną, kišenes, „Facebook'ą“, įdiegti į jo telefoną sekimo programas, namuose įtaisyti vaizdo kameras ar nuolat tikrinti jo interneto naršymo istoriją. Taip jie tą tiesą sužinos. Tačiau čia kyla klausimas, ar tikrai norite tiesą sužinoti tokiu būdu?

Tam tikra prasme, meluojančius paauglius aš galėčiau šiek tiek pateisinti, nes jie tiesiog išmoko tai, ką mes jau mokam. Ironiška, tačiau mes patys juos nuo pat vaikystės ir išmokėme meluoti.

Tam tikra prasme, meluojančius paauglius aš galėčiau šiek tiek pateisinti, nes jie tiesiog išmoko tai, ką mes jau mokame. Ironiška, tačiau mes patys juos nuo pat vaikystės ir išmokėme meluoti. Juk

melas mūsų visuomenėje iš tiesų nėra jau taip blogai vertinamas dalykas, mes ir patys savo vaikams meluojame jau nuo pat jų mažų dienų. Prisiminkime kad ir pasaką apie Kalėdų senelį arba situaciją, kuomet mama, tarkime, susitaria su dukra *šito tėčiui geriau nesakyti*. Giliau pasinagrinėję tokių pavyzdžių atrastume ir daugiau.

Būtent dėl to nevertėtų namuose skubėti įsirengti tardymo izoliatoriaus, nes taip tik dar labiau pakenksime savo santykiams su vaiku. Galbūt būtų daug svarbiau sužinoti ne pačią tiesą, bet pastebėjus, kad paauglys meluoja, mums daug svarbiau būtų išsiaiškinti, kodėl jis tos tiesos nesako? Kartais galime pasiekti tokią ribą, kuomet tiesa galbūt ir bus atskleista, bet kokia bus viso to kaina? Visiškai sugadinti santykiai su savo vaiku“, – perspėja psichologas.

Melo priežastys

Daug dirbdamas su jaunuimu psichologas tikina pastebintis ir dar vieną jų melo formą – kuomet vaikai nesako tiesos nenorėdami suerzinti savo tėvų, bandydami juos apsaugoti ar jaudindamiesi, kad galėjo juos nuvilti.

„Daugelis suaugusiųjų turėtų suprasti tai atsakę į paprasčiausią klausimą: kiek jūsų pačių tėvai žino apie jūsų gyvenimą? Matyt tikrai ne viską. Juk kartais tiesos nesakome vien bandydami išvengti jų reakcijos ar bijodami nepateisinti jų lūkesčių.

Kartais galime pasiekti tokią ribą, kuomet tiesa galbūt ir bus atskleista, bet kokia bus viso to kaina? Visiškai sugadinti santykiai su savo vaiku.

Ta baimė nuvilti savo tėvus tarp vaikų yra nepaprastai dažna. Tai pastebi ir pedagogai, su kuriais bendrauju. Patikėkite, jie puikiai mato, kad kartais vaikas iš tiesų negali tiek, kiek jo tėvai norėtų, kad jis galėtų. Daugelis tėvų savo vaiką vertina akiai tik pagal savo poreikius, nematydami to, koks jis yra iš tiesų. O kai abu šie vaizdai pradeda radikaliai skirtis – tarp to, kokį vaiką mato tėvai ir to, koks jis yra iš tiesų – tuomet ir atsiranda melas iš paauglio lūpų. Čia jau tampa nelabai ir svarbu, ar išsiaiškinsite jūs tą tiesą, ar ne, nes bet kuriuo atveju faktas liks tas pats – jūsų vaikas jau gyvena dvigubą gyvenimą“, – tikina psichologas.

Anot jo, neišsiaiškinti tiesos dar nėra taip blogai, nes didžiausias iššūkis čia yra išsaugoti santykius su savo vaiku, o tai padaryti yra nepaprastai sunku, ypač tada, kai vaikas tampa paaugliu.

„Mums, tėvams, tikrai nebūtina viską žinoti apie savo vaikus tam, kad jie užaugtų. Gyventi jie turi išmokti patys. Yra dalis tiesos, kurios vaikai savo tėvams galbūt ir gali nesakyti, tačiau vaikai visada turi žinoti, kad jeigu nutiks kažkas blogo, jie galės kreiptis į savo tėvus. Galbūt jūs

nežinosite, kaip ar nemokėsite jam padėti, bet bent jau kartu pradėsite ieškoti išeičių“, – tikina psichologas.

Tėvams svarbu patiems išmokti paleisti savo paauglius vaikus ir leisti jiems gyventi savo gyvenimą. O būtent to ir nepadaro tie tėvai, kurie savo paauglius bando ištardyti.

Anot jo, tėvams svarbu patiems išmokti paleisti savo paauglius vaikus ir leisti jiems gyventi savo gyvenimą. O būtent to ir nepadaro tie tėvai, kurie savo paauglius bando ištardyti.

„Tėvams derėtų ugdyti savo paauglio privatumą ir sakyti jam: „Tu turi savo gyvenimą, tad kuo norėsi, tuo ir pasidalinsi. Aš tavimi pasitikiu“. Juk taip ir yra ugdomas pasitikėjimas santykiuose, tik užauga jis labai lėtai. Ir būtent dėl to mums labai svarbu žiūrėti ne į tai, ką darome, bet kaip tai darome. Taigi turėtume atkreipti dėmesį į savo bendravimo stilių“, – pasakojo E. Karmaza ir išskyrė keturis bendravimo ir auklėjimo stilius:

- **Autoritarinis** auklėjimo stilius. Su vaiku bendraujama labai griežtai, metant jam faktus ir jį nuolat tardant.
- **Nuolaidus** auklėjimo stilius. Tėvai pakankamai dažnai nusileidžia vaiko norams ir poreikiams.
- **Nusišalinęs** auklėjimo stilius. Tėvai pernelyg nesistengia kištis į vaiko gyvenimą ir jo problemas.
- **Autoritetinis** auklėjimo stilius. Tėvai su vaikais yra pasidalinę atsakomybe ir pasitikėjimas ugdomas jau nuo pat vaikystės.

„Manau, kad būtent paskutinis – autoritetinis auklėjimo stilius yra pats geriausias. Taip auklėjant vaikus jau nuo pat mažens jiems suteikiami pasirinkimai ir diegiama, kad tikslas yra ne tiesa, o pasitikėjimas, nes būtent tai yra gerų santykių pagrindas, taigi tėvai sako savo vaikams: *sakyk tai, ką nori sakyti, aš tavimi tikėsiu, bet jei sumeluosi, turėk omenyje, kad pasitikėjimas labai nukris*.

Kitas svarbus tokio auklėjimo aspektas – reakcija ne į klaidą, bet į jos netaisymą. Tėvus vilioja greitos bausmės, bet, patikėkite manimi, jas kartais geriau atidėti ir pritaikyti tik tada, jei problema yra nesprendžiama, nes tokiu atveju vaikas gauna teisę pasitaisyti“, – tikina psichologas ir pataria išbandyti ir įvesti dvi taisykles bendraujant su savo vaiku.

- „Nes“ taisyklė. Skatinkite vaiką nuo mažumės pagrįsti savo pasirinkimus, o tai padaryti padės „nes“ taisyklė, taigi sakykite savo vaikui: „Tu nori pabūti vienas, nes...“, „Tu man kažko nesakai, nes...“.
- Tiesa raštu. Paklauskite vaiko: jeigu tau bus sunku, ar tu man pasakysi ir leisi pabandyti tau padėti? Svarbu nenumoti į tai ranka ir duoti vaikui žinoti, kad jis bet kada gali jums pasakyti tai, kas jam kelia nerimą. Net jeigu jis to negali pasakyti žodžiais, pasiūlykite jam tai tiesiog užrašyti. Tikriausiai esate girdėję apie taip vadinamąją Z kartą? Tai vaikai, kuriems daug lengviau sekasi savo jausmus išreikšti ne žodžiais, o raštu. Taigi suteikite progą jam tiesiog užrašyti tai, ką galbūt jis bijo jums pasakyti.

Tėvai – geriausi draugai. Žalinga praktika?

Anot specialisto, auklėjant savo vaikus autoritetiniu stiliumi ar tiesiog draugiškai su paaugliais bendraujantiems tėvams yra bene vienas didesnių išbandymų – kaip netapti savo vaiko draugu.

„Nesakau, kad tai yra labai blogai, bet iš kitos pusės... Vaikai ir tėvai neturėtų būti draugai, paauglys turi išmokti draugus susirasti pats, o ne ieškoti jų namuose, nes tėvai yra tie, kuriuos paauglys kažkada turės paleisti.“

Apskritai draugystė tarp paauglių dažnai reiškia, kad *jei jau tu esi mano draugas, tai aš tau galiu pasakyti viską, bet jeigu tai sužinos kažkas kitas, tuomet viskas – tu man nebe draugas*. Taigi tokiu atveju tėvams iškyla slidi riba: ar aš tikrai netapau jo sąjungininku, o ne mokytoju?

Nė vienas nesame tobuli tėvai ir tokie niekad nebūsime, bet svarbu tai pripažinti ne tik sau, bet ir savo vaikui. Pasakyti tai reikėtų labai atvirai, nes būtent taip – per save – ir yra formuojamas atvirumas santykiuose“, – pranešimą užbaigė psichologas Evaldas Karmaza.