



Emocinis apleistumas. Pagalbos strategija

Ką įsivaizduojate, girdėdami žodžius „sunki vaikystė“? Dažniausiai pagalvojame apie fizinį ir / ar seksualinį smurtą, girtuokliaujančius tėvus, šaltus apgriuvusius namus ir alkanus vaikus, ant kurių kūnelių matosi mušimo ir išsekimo žymės.



Monika PRANAUSKIENĖ,
Klaipėdos pedagoginės
psichologinės tarnybos psichologė

Tokiomis šeimomis susirūpina tarnybos, įstaigos, net kaimynai stengiasi padėti. Jų skausmas toks akivaizdus, sukeliantis užuojautą, gailystę, norą padėti. Tačiau ne mažiau pavojingas ir pažeidžiantis yra emocinis apleistumas, kuris, deja, matomų randų nepalieka ir užuojautos nekelia. Juk pavalgęs, aprūpintas, saugus, prižiūrimas, ko gi dar?

Kai konsultuojamiems tė-

sakymas: jis / ji viską turi! Atvažiukite pas mus į namus, pamatysite, kiek jo / jos kambaryje visko yra! Mes jam / jai nuperkame viską, ko jis / ji nori!

Taip, vaikas viską turi, jo nemuša, nesityčioja, nežemina. Tačiau jam nesišypso, nesidžiaugia pamatę, nepalaiko pastangų ir svajonių, neaptaria jo darbėlių (aha, gražu... – nėra aptarimas), neatpažįsta liūdesio ar nerimo ženklų. Dažniausiai jam sakomi žodžiai – ar padarei, galėjai geriau, būk geras, tu man trukdai, eik žaisti. Žiūrint iš šono į tokius santykius atrodo, tarsi tėvai ir vaikai gyventų skirtingose galaktikose – tėvai sau, o vaikai sau – tylūs, patogūs, netrukduojantys, siekiantys gerų rezultatų, kaip tėvai reikalauja. Patogūs vaikai – tai gali sukelti apgaulingą įspūdį, kad namuose yra tinkamas auklėjimas, gerovė, supratimas, palaikymas. Vis dėlto šalia pilno šaldytuvo, atostogų šiltoose kraštuose, vardinių rūbėlių ir naujais technologiniuose įrenginiuose dažnai gyvena emociškai apleisti vaikai, kurių tėvai nebeturi laiko, jėgų ir galiausiai įgūdžių suteikti jiems tai, ko labiausiai reikia tam, kad jie užaugtų sveikomis asmenybėmis – stipraus emocinio tarpusavio ryšio.

ruoja vaiko emocijas ir išgyvenimus, nuvertina vaiko indėlį į šeimos gyvenimą, jo gebėjimus.



Vaikai dėl tokio tėvų elgesio savyje ima kaupti įniršį ir bejėgiškumą. Nesvarbu, ką darytų, niekad nesulaukia tinkamo, trokštamą dėmesio, įvertinimo, palaikymo.

Kertinis vaikystės psichologijos dėsnis sako – vaikas negali sau leisti tikėti, kad su jo tėvais kažkas negerai. Vaikas pradeda tikėti, kad jis pats yra defektyvus, netikęs, sugadintas ir ima jausti didžiulę gėdą, nes negali pateisinti tėvų lūkesčių. Juk negali tėvai būti abejingi geram vaikui! Laikui bėgant dingsta motyvacija ir drąsa išbandyti naujus dalykus, atlikti savo pareigas, megzti draugystes, sutrinka santykiai su aplinkiniais, nukentčia savivertė.

Negaudamas būtino dėmesio, vaikas gali imti netinkamu elgesiu siekti būti nubaustas, nes tada jis gauna dėmesio tik sau, nesvarbu, kokio. Vaikas iau-

prų bejėgiškumo ir pykčio išgyvenimą jo tėvams bei mokytojams.

Baziniai ir emociniai poreikiai

Kalbant apie žmogaus poreikius būtina atskirti, kas yra baziniai ir emociniai poreikiai. Pirmuosius svarbu patenkinti tam, kad išgyventume ir jaustumės gerai, galėtume dirbti, mokyti, būti aktyvūs. Kyla klausimas: ar XXI amžiuje vis dar turime kovoti už geresnį kąsnį, bėgti nuo bado, šalčio, stichijų? Sprendžiant iš automobilių kiekio gatvėse, eilių parduotuvėse bei pramogų centruose lyg ir akivaizdu, kad kova dėl išgyvenimo jau praeityje. Tikriausiai atėjo laikas patenkinti ir emocinius poreikius, suteikti vienas kitam palaikymo, šilumos, padaršinimo, kurti emociškai šiltes santykius, ypač su savo vaikais.

D. Newmark knygoje „Kaip užauginti emociškai sveikus vaikus“ aprašė pagrindinius penkis vaikų (tinka ir suaugusiems) emocinius poreikius: pagarba, reikšmingumas, priklausymas, priėmimas, saugumas.

Kiekvienas nori būti gerbiamas, vaikai taip pat. Jie nori jausti, kad į juos žiūrima rimtai ir pagarbiai klausomasi nuomo-

tenkinti kaprizus. Galima vaiką išklaustyti, įvertinti jo mintis kaip tinkamas jo amžiaus ir patirties žmogui, tačiau sprendimą turi priimti suaugęs asmuo.

Kai bendraujant su draugais, pažįstamais, jums suskamba telefonas, jūs tikriausiai atsiprašote ir pasitraukiate į šalį atsiliepti, jei skambutis svarbus. O jei šalia jūsų yra vaikas, elgiatės taip pat? Ar beldžiatės į penkiametio kambarį prieš įeidami? Ar atsiklausiate prieš apkabindami, bučiuodami? Kaip galime tikėtis pagarbos iš vaikų, jeigu patys jiems rodome priešingą elgesį? Tuo mes parodome, kad vaikas nieko vertas, o suaugęs asmuo su mažesniu, silpnesniu gali elgtis kaip panorėjęs. Augdamas, bręsdamas vaikas ima vadovautis šia taisykle, ir graži na tai, ką išmoko, savo senstantiems tėvams.

Mūsų kultūroje normalu galvoti, kad tarp artimųjų galima nežabotai reikšti visas negatyvias emocijas, nes tai tarsi įrodo ypač artimą ryšį tarp šeimos narių (tikras šeimos narys ar draugas priims mane visoki). Tačiau toks elgesys tik pažeidžia šalia esančius, gąsdina ir atstumia, nes yra ypač nepagarbus bei nuvertinantis. Tokiuose santykiuose sunku atsiverti ir paprašyti pagalbos, nes darosi sunku pa-