

Straipnis spausdinamas psichologinės konsultacijos klientams sutikus. Vardai pakeisti.

Rusnei penkeri metai. Ji turi dviejų metukų sesytę Emiliją. Sesei gimus, Rusnė ėmė netinkamai elgtis, neklausyti mamos ir tėčio, o taip pat ir auklės, kuri ateidavo pabūti su Emilija, mamai pradėjus dirbti. Pirmą kartą pas psichologę atėjo visa šeima. Emilija tuomet buvo maždaug aštuonių mėnesių amžiaus, mama maitino ją krūtimi ir skundėsi, kad Rusnė labai trukdo jai maitinti kūdikį: vis laksto aplinkui, šūkauja, vartosi ant lovos, nors mama draudžia jai net būti šalia, kadangi Emilijos dėmesys nukrypsta ir ji nustoja valgyti.

Kalbėjomės apie tai, kaip gi atsitiko, kad iki sesės gimimo buvęs mielas ir sukalbamas vaikas Rusnė tapo tokia nesuvaldoma? Tai galima būtų paaiškinti labai paprastai: kai Rusnė buvo vienas vaikas šeimoje, tėvai jai skyrė visą savo dėmesį, o gimus sesei didelė dalis jų dėmesio atiteko mažylei ir, nors Rusnė labai laukė sesytės ir ją mylėjo, jai buvo sunku susitaikyti su tuo, kad jos mama vis glaudžia prie krūtinės tą mažą žmogutį, o Rusnei dažnai liepia netrukdyti, eiti sau žaisti arba būti tyliai, kadangi sesei reikia valgyti arba miegoti. Tada Rusnė pamažu atrado būdą, kaip gauti trokštamą tėvų dėmesį: kai ji neklauso, būna pastebėta. Nesvarbu, kad ją vis bara, tai geriau, negu tūnoti sau kur nors kampelyje, kur jautiesi tokia vieniša... Konsultacijoje su mama kalbėjomės apie tai, kad jai reikėtų pabandyti kartu su Rusne rūpintis mažąja Emilija, leisti Rusnei pabūti šalia, kai jos sesė yra maitinama, kalbėtis su ja, nes svarbiausia, kad Rusnė nesijaustų atstumta. Tėvai pamažu pradėjo su savo vyresnele bendrauti kitaip ir reikalai pradėjo taisytis.

Tačiau, praėjus kiek laiko, šeimoje atsitiko baisus įvykis: Emilija apsiplikė karštu vandeniu iš arbatos puodelio, stovinčio ant staliuko. Mama nemanė, kad mažoji jos dukrytė jau gali pasiekti tą puodelį ir ramiai pastatė jį staliuko viduryje. Deja, kaip dažnai suaugę nepastebi, kaip greitai auga jų vaikai ir keičiasi jų galimybės... To įvykio metu visi buvo namie, tėvai iškvietė greitąją pagalbą. Emilija buvo gydoma reanimacijos palatoje, sėkmingai sveiko ir viskas baigėsi gerai, tik grįžusi iš ligoninės dar kurį laiką blogai miegodavo: prabusdavo naktimis smarkiai verkdamas ir būdavo sunku ją nuraminti. O ką gi tuomet, kai atsitiko ta nelaimė, veikė Rusnė? Jai buvo pasakyta būti savo kambarielyje užsidarius duris ir netrukdyti. O sesei grįžus iš ligoninės Rusnė ir toliau elgėsi taip pat: parėjusi iš darželio užsidarydavo duris į savo kambarį ir žaisdavo sau viena. Su tėvais ji vėl ėmė elgtis atžagariai. Tėvai suprato, kad čia kažkas ne taip, kad Rusnė nebenori bendrauti su Emilija, tarytum nejaučia jai jokios užuojautos, švelnumo. Tuomet vieną vakarą tėvai pabandė surengti “Šeimos susirinkimą”: visi susėdo prie stalo gerti arbatos su sausainiais. Prieš tai buvo išjungtas televizorius, mama paprašė Rusnės padėti jai padengti stalą, ką ši padarė labai mielai. Šeima kalbėjosi apie tai, kaip galėtų praleisti ateinantį savaitgalį. Kiekvieno kalbančiojo nuomonė buvo išklaudyta nekritikuojant (o tai yra labai svarbu!). Tą patį vakarą tarsi įvyko stebuklas: Rusnė plačiai atidarė duris į savo kambarį ir pasakė: “Dabar, kai mes vėl visi bendraujame, durys gali būti atidarytos”...

Iš šio pasakojimo matyti, kokie svarbūs mūsų gyvenime yra jausmai. Pagal tai, kaip tėvai dažniausiai bendrauja su vaiku, jis išmoksta pagrindines emocijas pamokas, rodančias, kiek vaikas jaučiasi saugus pasaulyje, kiek jis gali pasitikėti savo jėgomis ir kiek patikimi yra kiti. Taip vaikas įgyja “pamatinį pasitikėjimą” arba “pamatinį nepasitikėjimą”, kaip teigia žymus psichologijos mokslo teoretikas ir psichoterapeutas E.H.Eriksonas. Emocijų mokymasis prasideda nuo kūdikystės

ir trunka visą vaikystę. Kiekvienas tėvų ir vaikų bendravimo momentas turi emocinę potekstę ir, jai vis kartojantis, susiformuoja vaiko emocinis požiūris ir gebėjimai. Žmogiški ryšiai – rūpinimosi vienas kitu pagrindas – būtų neįmanomi be emocinės dermės ir gebėjimo įsijausti į kito žmogaus būseną. Gebėjimas suprasti, ką jaučia kitas žmogus, vadinamas empatija. Tai labai svarbus žmogaus bruožas, kurį būtina ugdyti nuo ankstyvos vaikystės, kad užaugtų nuoširdus ir geras žmogus, gebantis susigaudyti savo jausmuose, supratingas ir mylintis savo artimus žmones, atviras savo bendruomenei ir pasauliui.