

## APIE TĖVŲ SANTYKIUS SU VAIKAIS

Lina Vėželiienė

psichologė, individualiosios psichologijos konsultantė, egzistencinės krypties psichoterapeutė. Psichoterapijos studijos „Aš-Tu“ steigėja (www.as-tu.lt)

### **Kam man reikalingas vaikas?**

Ar bandėte kada nors savęs to paklausti?

Paprastai žmonės specialiai nesusėda ir neapmąsto savo motyvacijos tapti tėvais. Bet jeigu paklausinėtume (ką aš ir padariau), gautume keletą standartinių atsakymų. Vieni nori turėti vaikų, nes visi turi. Kiti jų nori dėl ramesnės senatvės, tretį, mano, kad taip galės po savęs kažką palikti. Dar yra besitikinčių, kad vaikai perims jų sukauptus turtus, verslą ar profesinį patyrimą. „*O kam gi dar viską paliksiu?*“, - nustebęs klausia daug gėrio prikaupęs būsimas tėvelis... Pasitaiko atvejų, kai vaikai gimdomi atlikti kokiai tai specialiai misijai, pavyzdžiui: apsaugoti šeimą nuo skyrybų, priversti vyrą nupirkti didesnę butą, tapti donoru savo vyresniam broliui ar kompensuoti mirusią vaiko netektį.

Dar yra nuomonių, kad vaikai praskaidrina poros gyvenimą, suteikia daug džiaugsmo ir malonumo. Laidžia dar kartą išgyventi vaikystėje džiugesį teikusius dalykus: dovanos po eglute, vakaro pasakos, gimtadienio žvakės. Taip pat yra nuomonių, kad jei turi vaikų, tada turi ir kuo rūpintis, ką mylėti, nesijauti vienišas ir nereikalingas. Vienas vyras, paklaustas, kam jam vaikas, taip ir atsakė: „*Jei turėčiau vaiką, turėčiau kam duoti savo meilę*“. Dabar gi meilės jis turi daug, o kam ją atiduoti neturi...

Peržvelgus čia išvardintus atsakymus, tampa labai suprantama, kad vaikų turėti verta, visi motyvai logiški ir patvirtinti praktikoje. Bet... Visi šie tėvystės motyvai neišvengiamai nuveda į didesnes ar mažesnes problemas. Ir tik dėl vienos vienintelės priežasties – visi jie išimtinai egoistiniai. Paklauskite kodėl? O gi todėl, kad dar vaikui negimus tėvai jau turi susikūrę tam tikrus lūkesčius jo atžvilgiu. Ir jei tie lūkesčiai, gimus vaikui neišsipildo, prasideda nusivylimai. Vaiku!

Kad ir pats paprasčiausias lūkesčių neišsipildymo variantas: gimė taip ilgai lauktas vaikelis, o vietoj to, kad atneštų džiaugsmą ir laimę, (kaip rodoma filmuose ir piešiama žydrai rausvose knygelėse būsimums mamos) atneša tik rūpesčius, nuovargį ir bemieges naktis: laisvalaikio nelieta, tarpusavio santykiai pakrinka, vyrui trūksta dėmesio, moteriai trūksta laisvės ir laiko sau.

Kitas dažnas nusivylimo šaltinis – tikėjimas, kad vaikas bus pagalba ir paguoda senatvėje. O vaikutis užauga ir išeina iš namų, išvažiuoja geresnio gyvenimo ieškoti, o su juo išvažiuoja ir viltis, kad senatvėje „*bus kam vandens paduoti*“, - kaip sakydavo mūsų močiutės. Tokį vilčių žlugimą galime stebėti gan dažnai. Psichologai net specialų terminą jam išrado - „Tuščio lizdo sindromas“. Jis randasi iš įsivaizdavimo, kad vaikas turi užpildyti mamos/tėvo vidinę tuštumą, įprasminti tėvų būtį; kad jis turi paguosti, palinksminti savo tėvus. Ir staiga, šis atsakingas asmuo, skirtas tokioms svarbioms funkcijoms atlikti, - ima ir pasitraukia iš savo pareigų. Tėvai lieka labai dideliame nusivylime. Sako: „nedėkingas mano vaikas“, „blogai išauklėjau“.

Dar keli lūkesčių neišsipildymo pavyzdžiai, kuriuos tėvai išgyvena kaip didelę neteisybę savo atžvilgiu:

- vaikas pasirenka ne tą profesiją, kuri jam buvo numatyta ir neišsipildo tėvų svajonės;
- vaikas neatneša šeimai garbės savo mokslo (sporto, muzikos) pasiekimais;
- vaikas pasirenka „neteisingus“ draugus ar „neteisingą“ gyvenimo būdą;
- vaikas negerbia savo tėvų ir jiems nepadeda

ir t.t... sąrašą galėtumėme tęsti ir tęsti...

Visų tokių ir panašių lūkesčių neišsipildymai dažnai įvardijami, kaip problemos su vaikais. Ir tėvai su tomis „problemomis“ kovoja. Kovoja kaip kas gali: skundžiasi, pyksta, baudžia, gėdina,

grąšina, moralizuoja... Arba veda vaiką pas psichologą ir prašo „pagydyti“ taip, kad jis atitiktų jų lūkesčius ir imtų vykdyti tas funkcijas, kurios jam buvo numatytos.

Kaip matome, daugybė problemų kyla vie tik iš mūsų savanaudiškų paskatų vaiko atžvilgiu. O jeigu mes jų atsisakytume? O jeigu mes augintumėme vaikus su visai kitokiu vidiniu nusiteikimu?

Apie tokius kitokius nusiteikimus kalba ne vienas šaltinis... Paskaitykime, ką sako Libanų kilmės filosofas ir poetas Kahilis Džibranas:

Jūsų vaikai nėra jūsų.

Jie – Savęs išsiilgusio Gyvenimo sūnūs ir dukros.

Jie atėjo per jus, bet ne iš jūsų,

Ir nors jie su jumis, jie jums nepriklauso.

Jūs galite atiduoti jiems savo meilę, bet ne mintis,

Nes jie turi savąsias.

Jūs galite priglausti jų kūnus, bet ne jų sielas,

Nes jų sielos gyvena rytojaus namuose, kurių jūs net svajonėse negalit aplankyti.

Jei galite, siekit būti į juos panašūs, bet nesistenkit jų padaryti panašių į save.

Nes gyvenimas neina atgal ir negaišta vakarykštėj dienoj.

Jūs – lankai, iš kurių lyg gyvos strėlės paleisti jūsų vaikai.

„*Jūsų vaikai nėra jūsų... Ir nors jie su jumis, jums jie nepriklauso...*“ Tokią nuostatą savo vaikų atžvilgiu siūlo autorius. Jei įsiklausytume į šiuos teiginius, galime pajusti kylančius viduje susierzinimą ir nepritimą. Kaip tai, ne mano vaikas? Aš gimdžiau, aš maitinau, auginau, rūpinausi... Tiek dėl jo aukojausi, ir kaip ne mano? Sunku tą priimti, bet toks susierzinimas kyla tik iš mūsų egoizmo, taip piktintis gali tik mūsų savininkiškumas, noras turėti naudos iš savo investicijų į vaiką.

Mūsų vaikai, tiksliau, per mus į šį pasaulį atėję žmonės, visgi mums nepriklauso, nes tai - „Savęs išsiilgusio Gyvenimo sūnūs ir dukros“, - kaip sako poetas ir filosofas. Kuo anksčiau mes tam nusiteiksime, tuo mažiau patirsime nusivylimo ir sunkumų vaikų auginime.

Žinoma, galime teigti, kad filosofai ir poetai nieko nenusimano apie vaikų auklėjimą ir laikmetis dabar visai ne tas ir vaikai dabar visai kitokie.

Galbūt... Bet paskaitykime, ką apie požiūrį į vaikų auginimą sako mūsų amžininkas - pedagogas ir pedagogų mokytojas **Kjaergaard Eigil** iš Danijos. Jis tėvų ir mokytojų pareigą vaikams supranta taip pat keistai, kaip ir anksčiau minėtas autorius. Jis sako, kad auginant vaikus reikia tiesiog duoti „*vaikui sparnus, kad jis galėtų jausti, kurti, džiaugtis ir stebėtis..., kad jis galėtų skristi tik jam vienam aiškia kryptimi, ir taip aukštai, kaip jis pats norės...*“

Kaip matote, ir mūsų laikų vaikų auklėjimo profesionalas nieko nekalba apie tai, ką vaikai mums turi duoti, jis kalba tik apie tai, ką mes jiems turime duoti. Jis taip pat nekalba apie vaikų pareigas ir prievoles tėvams, nekalba apie auklėjimo būdus ir metodus, jis sako: „*Duokite vaikui sparnus*“, ir nesako, kad už tai vaikas jums turės būti dėkingas, bus jums paklusnus ir pagarbus. Ne, jis sako: jei jūs duosite savo vaikui sparnus, tai jūsų vaikas galės skristi, ten kur jis norės ir taip aukštai, kaip jis pats to panorės...

Abi, šių skirtingų šaltinių idėjos kalba mums apie tą patį - apie tai, kokios turi būti pamatinės tėvų pozicijos vaiko auginime. Nes tik tinkamas nusiteikimas gali apsaugoti mus nuo sunkumų santykiuose su vaiku. To nepadarys nei bausmės, nei efektyvūs metodai. Ir viena, ir kita veikia, kaip skausmą ar nosies paburkimą mažinantys vaistai, tai yra, padeda pašalinti ligos simptomus, bet nepadeda, jei norime pašalinti priežastis.

Dar kartą išvardinsiu esminius dalykus santykiyje su vaikais, kurių būtų gerai nepamiršti, jei norite geresnių santykių ir mažiau problemų:

- 1) vaikai nėra mūsų nuosavybė;

- 2) vaikų turėjimas nėra mūsų pačių nuopelnas, o tik dovana mums;
- 3) vaikui mes turime tiesiog sudaryti sąlygas augti. Netrukdyti augti, kaip pataria kai kurie kolegos;

Ir jei leidžia mūsų tėviškas egocentiškumas: 4) iš vaikų mes galime mokytis, nes „gyvenimas nėra atgal“.

Jeigu tik pavyktų į savo būsimą ar esamą vaiką pažvelgti per šių nuostatų prizmę, daugelis auklėjimo klausimų atkristų savaime. Pavyzdžiui, kad ir toks:

### **Kaip teisingai auklėti vaikus?**

Kaip teisingai auklėti vaikus, - dažnas ir tėvams labai aktualus klausimas. Ir dažniausiai jis kyla, kai vaikas ima nebetenkinti tėvų lūkesčių: neklauso, pyksta, nesimoko, neprideramai elgiasi ir panašiai.

Paprastai, tokias problemas rūpestingi tėvai sprendžia šiai dienai pačiu populiariausiu būdu: mokosi naujų, efektyvesnių auklėjimo būdų, skaito specialią literatūrą, vaikšto į kursus, seminarus tėvams. Šiai dienai labai daug kur galime gauti patarimų, ką daryti, kai vaikas nebeatlieka savo pagrindinės funkcijos – nebeteikia tėvams malonumo. Arba ima kelti rūpesčius. Deja, pritaikius teisingą metodą, galima pakeisti vaiko elgesį, bet tai nepagerins jūsų su vaiku tarpusavio santykio, greičiau jau atvirkščiai.

Savo santykį su vaiku paramstę intelektualiai sprendimais, jūs pakliūnate į didelius spąstus, kurie vadinasi santykis „TAI – TAI“. Tokiame santykyje jūs vaikui tampate „TAI“, t.y. objektu, iš kurio nepaliojama srautu srūva nurodymų ir reikalavimų transliacijos arba objektu, kuris gali teikti materialinę naudą. Taip pat ir vaikas jums tampa „TAI“ - „teisingai“, be klaidų veikiančiu organizmu, nekeliančiu didelių reikalavimų ir rūpesčių. Šeimoje įsivyrąja taika ir ramybė. Tokia taika ir ramybė, su kurios vėlesniais rezultatais nuolatos susiduriu savo kabinete: vienišumas, tuštumos jausmas, depresija, artimų santykių baimė...

Kitas santykių tarp dviejų žmonių variantas – santykis AŠ – TU. Šiame santykyje jau yra įmanoma pagarba, o jei pavyks, tai ir meilė. Kaip pasiekti AŠ – TU santykio su savo vaiku? Pirmiausia, reikėtų žinoti vieną gan svarbų faktą. Ypač jis svarbus tiems, kurie itin žavisi įvairiais vaikų auklėjimo būdais ir elgesio keitimo metodais: ne mes auklėjame vaikus, o vaikai auklėjasi patys tėvų tarpusavio santykių erdvėje. Vaikai auklėjasi stebėdami tėvų elgesį, mokydamasis iš jo ir reaguodamas į tai, ką mato ar jaučia. Vaikai labai jautrūs ir intuityvūs. Jie intuityviai perima tas tėvų vidines nuostatas ir jausenas, apie kurias mes patys dažnai net neįtariame, arba nenorime sau pripažinti.

Yra geras testas: jei norite sužinoti, kokie jūsų tarpusavio santykiai, pažiūrėkite kaip jaučiasi ir elgiasi jūsų vaikas. Būna, kad kreipiasi kultūringi, inteligentiški situotiniai su tokiais nusiskundimais: „*Mūsų vaikas nevaldo savo neigiamų emocijų, mes nežinome, kaip kovoti su jo įniršio priepuoliais*“. Vaikui, tarkim 4-5 m. Tėvų užsakymas psichologui skamba maždaug taip: „*Pataisykite mūsų vaiką. Jis sugedo ir neveikia taip, kad nekeltų mums rūpesčių*“. Bet „taisyti“ juk reikia tėvų santykį, kuris tiesiog pritvinkęs gerai užmaskuotos įtampos ir tarpusavio nepasitenkinimo! Vaikas tokiame santykyje tik „dirba“ tėvų labui: išreiškia tai, kas tarp jų vyksta. Gaila, kad labai dažnai tėvai to nenori suprasti: „*Pas mus viskas gerai, blogai elgiasi vaikas, gal mokykloje jis prisižiūri blogų pavyzdžių?*“.

Kitas pavyzdys iš praktikos. Skundžiasi, mama, kad dukra jos negerbia, grubiai su ja kalba, neklauso. Betgi čia vėl pasekmės. Problemą spręsti reikėtų ne reikalaujant iš dukros gražaus ir pagarbaus elgesio, o savęs klausiant: ko aš išmokinau savo dukrą savo pačios elgesio? Kokiais žodžiais ir koku tonu aš pati kalbu su ja, kaip kalbu su savo mama, ar su savo vyru. Ar aš pati gerbiu savo mamą, ar gerbiu savo dukros tėvą, ar klausau jų patarimų, atsižvelgiu į jų nuomonę. Nesinori taip žvelgti į vaikų problemas? Aišku, kad nesinori, nes tada reikia keistis pačiam. O tai jau reikalauja pastangų. Daug lengviau yra pareikalauti iš kito: kad gražiai su manimi elgtųsi, kad

mandagiai kalbėtų, būtų paklusnus ir rodytų pagarbą. Dar lengviau to reikalauti iš vaiko. Ir todėl griežiamės auklėti...

### **Ką daryti, jei ne auklėti?**

Iš viso to, kas jau buvo pasakyta, vertėtų dabar paieškoti atsakymo ir į šį natūraliai kylantį klausimą. Ką tada veikti būnant tėvais, jei vaikų auklėti nereikia? Kaip jau minėjau anksčiau – tėvų misija „Duoti vaikui sparnus“. Ką tai reikštų realiai? Atsakymas būtų ir labai paprastas, ir labai sudėtingas vienu metu: **tėvai turi leisti vaikui augti**. Tai būtų visai paprasta, nes tam nereikia jokių specialių žinių ar metodų ir, iš esmės, nereikia jokių specialių pastangų. O sudėtinga, nes tada reikia atsisakyti visų savo norų ir lūkesčių savo vaiko atžvilgiu.

Įsivaizduokite, kad auginate namuose gėlę. Jūs leidžiate jai augti, sudarydami tam tinkamas sąlygas, palaistote, jei reikia patręšiate, perstatote į tinkamesnę vietą. Bet juk negalite turėti gėlei jokių lūkesčių? Pavyzdžiui, negalite pagreitinti augimo, tampydami už lapų, ar pakeisti žiedo formos. Negalite riboti gėlės aukščio pavoždami ją po kibiru, negalite nelaistyti, negalite už per mažą žiedą kaip nors nubausti. Panašiai ir su vaikais. Vaikai mums duodami, padovanojami, pasitikint mumis, kad mes sudarysime jiems tinkamas sąlygas augti. Leisti vaikui augti, tai pakankamai didelė atsakomybė. Žymiai lengviau būtų juos auklėti. Kame gi ta atsakomybė?

Jau išsiaiškinom, kad vaikai auklėjasi tame, ką mes jiems sukuriame savo tarpusavio santykiyje. Reiškia, kad mes, mamos esame stipriai atsakingos už savo santykį su vaiko tėvu, o vaiko tėvas yra stipriai atsakingas už savo santykį su vaiko mama. Ir mama, ir tėvas yra atsakingi už santykius su savo tėvais, su broliais ir seserimis. Visa tai yra vaiko auginimo erdvė ir tik nuo mūsų priklausys, kokios kokybės ji bus. Kokios bus mūsų vertybės? Kaip mes bendrausime tarpusavyje? Ką mes veiksime laisvalaikiu? Kaip mes rūpinamės vienas kitu? Kiek mes vienas kitą gerbsime, - visa tai bus „šviesa ir vanduo“ vaiko augimui. Ką mes sau leidžiame ir ko neleidžiame? Koks mūsų požiūris į tvarką, drausmę ir mandagų elgesį su kitais, toks bus ir vaiko supratimas apie tai, kas galima ir ko negalima, kaip yra teisinga elgtis, o kaip neteisinga.

Labai gaila, kad paprasti moralizavimai ir pamokslavimai vaiko neveikia. Net jei jūs prie vaiko pasistengsite kažkaip ypatingai teisingai elgtis ir kalbėti, bet realiai viduje to nebus, tai vėlgi, turiu jus nuliūdinti, - vaikas mokysis iš to, kas jūsų viduje. Šią tiesą dažnai patvirtina mūsų draugai ir pažįstami, kai ima stebėtis koku blogu vaiku: „*Iš tokios geros šeimos, o taip baisiai elgiasi*“. Kartais ir patys tėvai gyvena saviapgaulėje: „*Mes prie vaiko nesibarame*“. Betgi koks skirtumas, ar jūs baratės prie vaiko, ar ne. Vaikas vis tiek auklėjasi savitarpio nepasitenkinimo atmosferoje, papildomai dar išmokdamas, kad reikia nuo kitų slėpti savo jausmus ir apsimesti, kad nėra to, kas iš tiesų yra. Labai dažnai tėvai klysta, manydami, kad vaikai nežino apie jų neištikimybės faktą, skyrybų planus ar finansines problemas. Vaikai gal ir nežino (nors dažniausiai žino), bet jie to fakto sukeltą emocinį foną tiesiog nuskaito iš oro, tvyrančio namuose ir ima atitinkamai reaguoti: pykčiu, neklausymu, nepagarba ar kitokiu destruktviu elgesiu. Ir tėvai tada stebisi, kas čia su tuo vaiku pasidarė.

Taigi, net jei atkrenta auklėjimo misija, visgi lieka dar be galo daug: augindami vaikus mes turime būti atviri, sąžiningi, reiklūs sau ir gebantys adekvačiai reaguoti į vaiko augimo poreikius. Kuo tai skiriasi nuo tiesiog auklėjimo? Tuo, kad auklėdami mes turime įsivaizdavimą, koks vaikas turi būti. Kaip jis turi elgtis, kaip rengtis, su kuo draugauti, kaip mokytis, kur studijuoti ir panašiai. Pagal savo susikurtą „norimo vaiko“ paveikslą, įvairiomis priemonėmis tuomet siekiame tą, kuris pas mus auga „perdaryti“ į tą, kuris privalo užaugti.

Leidimas vaikui augti, reikalauja iš tėvų, pirmiausia, visai kitų nuostatų (apie tai jau buvo kalbėta) ir visai kito elgesio. Netrukdamas vaikui augti tėvai turi matyti realų savo vaiką, pažinti jo realius poreikius ir gebėjimus. Turi girdėti, ką vaikas sako, jausti, kaip jis jaučiasi, ir labai savikritiškai vertinti neigiamus vaiko elgesio pasireiškimus. Kad tai pavyktų tėvai turi būti laisvi nuo savo savanaudiškų lūkesčių vaikui. Realybėje, tas beveik neįmanoma, bet sumažinti savo lūkesčius vaikui tikrai galime kiekvienas, nes tik tokiame auginime vaikas netampa objektu, kurį

reikia išlavinti ir išauklėti. Ir kas taip pat svarbu, tokiaame auginime, mes išsaugojame artimą santykį su vaiku.

Dabar norėčiau grįžti prie metaforos „**Duokite vaikui sparnus**“. Išsiaiškinome, kad „**duoti**“ reiškia sukurti tinkamą erdvę ir leisti vaikui augti. Dabar gi liko išsiaiškinti, ką reiškia „**sparnai**“. Čia remsiuosi Alfredu Adleriu, kurio indėlis į vaikų supratimą ir auginimą vis dar neišsemiamas, nors savo mintis jis išdėstė daugiau nei prieš 100 metų. Remiantis A. Adlerio idėjomis, „sparnai“ reikštų patenkintus esminius vaiko poreikius:

- vaikas nori būti **susijęs** su kitais (jaustis šeimos ir bendruomenės dalis);
- vaikas nori būti **galintis** ir sugebantis (kažką pats padaryti, pats pasirinkti);
- vaikas nori būti **vertingas** ir svarbus.
- vaikas nori būti **drąsus**.

Ir visa tai nebūtų sudėtinga vaikui duoti, jei ne mūsų, kaip tėvų jau minėti savanaudiški motyvai susiję su vaiku, besireiškiantys kaip perdėtas prisirišimas prie vaiko, lepinimas ar didelis noras vaiką kontroliuoti.

Truputį apie kontrolės poreikio progresą. Per TV teko stebėti džiaugsmingą reportažą apie patobulėjusią vaikų sekimo sistemą mokyklose. Dabar tėvai galės ne tik žinoti, kokius pažymius jų vaikas gauna, bet taip pat galės gauti informaciją, kada jis atėjo į mokyklą, o kada išėjo, kuriose pamokose buvo, o kuriose ne.

Įdomu, kaip jaustųsi pati mama ar tėvas, jei jo artimieji ar vaikas galėtų žinoti, kada jis ateina į darbą, o kada išeina, kokia jo viršininko nuomonė apie jo darbo pasiekimus, kokius darbo pažeidimus padarė šiandien ir už ką buvo nubaustas? Kaip matome, tėvų norui kontroliuoti vaikus nėra ribų. Ir tai labai liūdina, nes taip elgdamiesi tėvai niekaip negalės patenkinti vaiko poreikio būti galinčiu, atsakingu ir laisvu.

Einant auklėjimo keliu mūsų santykius su vaiku nuolatos lydi prievarta. Kontrolė – tik viena iš prievartos formų. Kita populiari prievartos forma - manipuliacijos, kai iš vaiko reikalaujama gerų rezultatų ar drausmės, kaitaliojant apdovanojimus su nuobaudomis. Lazdos ir saldainio metodas gal ir buvo tinkamas Pavlovo šunims dresuoti, bet ar mes norime iš savo vaiko padaryti dresuotą gyvūną? „*Už dešimtuką gauni 10 litų, už aštuntuką – aštuonis litus, už neigiamą pažymį – minus 5 litai*“, - atrodytų puiki buhalterinė sistema? Bet, ar susimąstė kada tokie tėvai – buhalteriai, ką jie realiai perka? Už ką moka savo vaikui? Už tai, kad jis ką nors naujo išmoktų ar už tai, kad pamalonintų tėvų savimeilę?..

Be abejo, prievartai priskiriamos ir bausmės (mušimas, rėkimas, laisvės apribojimas, nesikalbėjimas ir pan.). Psichologinei prievartai galima priskirti taip pat vertinimą ir lyginimą su kitais, lepinimą, apleistumą, net ir maksimalų vaiko užimtumą, kuomet vaikas nebeturi laisvalaikio, nes visas jo laikas skiriamas būreliams ir kokių tai socialiai populiarių gebėjimų lavinimui. O prievarta gimdo prievartą, pasipriešinimą, kovą. Ir nereikėtų tuomet stebėtis, kodėl vaikas elgiasi su tėvais nepagarbiai ir agresyviai.

Apibendrinant, dar kartą išvardinsiu prielaidas leidžiančias vakui augti neauklėjant. Tam reikėtų:

- 1) Keisti savo nuostatas vaiko atžvilgiu, į mažiau savanaudiškas.
- 2) Nereikalauti ir nesitikėti, kad vaikas turi patenkinti kokius tai jūsų poreikius.
- 3) Bendrauti su realiu savo vaiku, o ne su savo lūkesčių kūrinium.
- 4) Būti vaikui pavyzdžiu, o ne auklėtoju.
- 5) Atsisakyti bausmių ir leisti vaikui tiesiog patirti savo elgesio pasekmes.
- 6) O svarbiausia yra vaiką mylėti, bet apie tai jau kita tema...

Specialiai apie tai nekalbėjau, nes norėjau didesnę dėmesį atkreipti į patį pirmą žingsnį link meilės – savanaudiškumo atsisakymą.

O taip pat būtų svarbu atsisakyti idėjos, kad tobuli tėvai turi perskaityti labai daug knygų apie vaikų auklėjimą, pabaigti specialius mokymus ir įvaldyti efektyvius poveikio vaikams metodus. Tėvai tiesiog turi būti sąžiningi, kantrūs ir drąsūs keisti savo įsitikinimus.