



NEW YORK TIMES bestseleris

Dr. Dan Kindlon,
Dr. Michael Thompson

AUGANT KAINUI

kaip apsaugoti berniukų jausmų pasaulį



DR. DAN KINDLON
DR. MICHAEL THOMPSON
IR TERESA BARKER

Augant Kainui

KAIP APSAUGOTI BERNIUKŲ JAUSMŲ PASAULĮ

Iš anglų kalbos vertė Ieva Šimkuvienė



VILNIUS 2021

Versta iš
Dan Kindlon, Ph. D.,
Michael Thompson, Ph. D.
Raising Cain.

Leidinio bibliografinė informacija pateikiama
Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos
Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB).

This translation published by arrangement with
Ballantine Books, an imprint of Random House,
a division of Penguin Random House LLC.

Septinta laida

© 1999, 2000 by Dan Kindlon, Ph. D.
and Michael Thompson, Ph. D. All rights reserved.
© Vertimas į lietuvių kalbą, Ieva Šimkuvienė, 2016
© Viršelis, Živilė Adomaitytė, 2016
© Leidykla VAGA, 2016
ISBN 978-5-415-02450-6

Turinys

PRATARMĖ / 9

IŽANGA / 13

1 SKYRIUS

Neišbandytas kelias

KAIP BERNIAUKAI ATSIRIBOJA NUO VIDINIO PASAULIO / 25

2 SKYRIUS

Dagiai tarp rožių

BERNIAUKŲ KANČIOS ANKSTYVOJO UGDYMO ĮSTAIGOSE / 51

3 SKYRIUS

Griežta drausmė turi savo kainą / 89

4 SKYRIUS

Žiaurumo kultūra / 115

5 SKYRIUS

Tėčiai ir sūnūs

ARTUMO TROŠKIMO IR ATSTUMO PAVELDAS / 143

6 SKYRIUS

Mamos ir sūnūs

PASAKOJIMAS APIE TARPUSAVIO RYŠĮ IR POKYČIUS / 169

7 SKYRIUS

Uždaryti vienatvės tvirtovėje / 202

8 SKYRIUS

Berniukų depresija ir savižudybės / 222

9 SKYRIUS

Gėrimas ir narkotikai

KAIP UŽPILDYTI EMOCINĘ BEDUGNĘ / 244

10 SKYRIUS

Meilė be atsako

NUO ŠIRDINGO IKI BEŠIRDŽIO ELGESIO SU MERGINOMIS / 265

11 SKYRIUS

Pyktis ir smurtas / 298

12 SKYRIUS

Ko reikia berniukams / 323

PADĖKA / 349

PASTABOS / 353

LITERATŪROS SĄRAŠAS / 366

Visi šios knygos pasakojimuose ir istorijose paminėti vardai, išskyrus Casey'į Johnson'ą, Alex'ą Sehn'ą ir Ethan'ą, Tyler'į ir Susan'ą, pakeisti. Norint dar geriau apsaugoti minimų asmenų privatumą, pakeisti ir kai kurie kiti juos atpažinti leidžiantys faktai. Be to, kai kuriuose knygoje aprašytuose pasakojimuose ir istorijose pateikiama faktinė informacija yra iš kelių skirtingų berniukų gyvenimo.

PRATARMĖ

Knyga „Augant Kainui“ pirmą kartą buvo išleista 1999 metų balandžio 8 dieną – likus vos dvylikai dienų iki žudynių Kolumbaino vidurinėje mokykloje, todėl mūsų pasirinktas knygos pavadinimas tapo daug pranašingesnis, negu tikėjomės. Po šių tragiškų įvykių, kai du vidurinės mokyklos mokiniai surengė kruvinas žudynes ir nusižudė patys (panašios tragedijos buvo ką tik įvykusios kituose miestuose), visoje šalyje kilo nerimo kupinos diskusijos apie piktus ir smurtaujančius berniukus. Kaip tai galėjo nutikti? Kodėl jie taip pasielgė? Iš kur sklinda šis smurto mokyklose užkratas? Ir, kaip praėjus dviem dienoms po žudynių mokyklos susirinkime paklausė vienas berniukas, „Kaip jų tėvai nematė, kas dedasi su tais dviem vaikiniais?“

Tie įvykiai sukrėtė mus visus, ir kartais žiniasklaidos naujienų laidose šia tema vyko kone isteriškos diskusijos. Valstybiniai statistiniai duomenys akivaizdžiai rodo, kad iš tikrųjų smurto mokyklose atvejų visoje šalyje mažėja, o daugelis vargingų miestų rajonų mokyklų valdytojų piktinosi tokiu dideliu dėmesiu šiems smurto protrūkiams priemiesčiuose, teigdami, kad jų mokyklose kruvini konfliktai vyksta jau kelis dešimtmečius. Vis dėlto, nors diskusijos apie smurtinį berniukų elgesį neretai įgaudavo ir politinį atspalvį, pagaliau buvo iškelta ir svarbių klausimų, kurie anksčiau nesusilaukdavo deramo dėmesio.

Tragedija Kolumbaino mokykloje apnuogino kai kurias nematomas probleminio berniukų elgesio priežastis, kurias ir nagrinėjame šioje knygoje, pavyzdžiui, žiauri paauglių aplinka, kurios aukomis tampa atstumti arba prie daugumos nepritampantys berniukai, ir visiems mums brangiai kainuojantis dažnas berniukų ir vyrų emocinis neraštingumas. Kai šalyje verdančios diskusijos nuo Dylan'o Klebold'o ir Eric'o Harris'o psichikos būklės nukrypo prie klausimų, aktualių daugeliui berniukų, – didėjantis savižudybių skaičius, besaikis girtavimas, steroidų vartojimas, užslėpta depresija, prastas mokymasis ir neproporcingai didelis avarijose nukentėjusių vaikinių skaičius, – pokalbiai tapo nuodugnesni, neapsiribojant vien skambiomis frazėmis.

Kaip vaikų psichologai, turintys didžiulę darbo su berniukais patirtį, tikimės, kad galėsime paaiškinti berniukų elgesį ir jausmus, kurių nepavyksta įžvelgti ar suprasti aplinkiniams. Pabendravę su tėvais ir žurnalistais įvairiuose šalies kampeliuose ir pamatę, kaip jie supranta berniukų jausminį pasaulį, ir nudžiugome, ir nusivylėme. Liūdina, kad žiniasklaida ir toliau pasitenkina lengviausiais atsakymais, pavyzdžiui, nepaisant sudėtingos berniukų psichologijos, agresyvų elgesį vis dar mėginama aiškinti testosterono poveikiu. Nusivylėme, išgirdę, kaip kartu su mumis pokalbių laidoje dalyvavęs gubernatorius Jesse'is Ventura Minesotos valstijos mokyklose pasiūlė grąžinti fizinės bausmės, pareiškęs: „Vaikystėje ir man tekdavo paragauti rykštės, ir nieko. Tik būdavo gėda.“ Nei mušdami ar žemindami berniukus, nei juos uždarydami nepilnamečių kolonijose šių problemų neišspręsimė.

Viltingai nuteikė ir nudžiugino gausus tėčių dalyvavimas pokalbiuose apie berniukų auginimą – paprastai paskaitose apie vaikų auklėjimą dalyvauja vien mamos. Likome sujaudinti, kai daugybė vyrų priėję prie mūsų pasakojo savo gyvenimo istorijas arba padėkodavo už tai, kad jiems „leidome“ savo sūnums rodyti švelnumą. „Augau

vyriškumą skiepijusioje šeimoje, kur vienas prie kito paprastai nesiliesdavome, – pasakojo vienas tėtis. – Dabar auginu du sūnus – vienuolikmetį ir aštuonmetį – ir mes dažnai glėbesčiuojamės. Jūs leidote man patikėti, kad elgiuosi teisingai.“ Pamaloninti nusijuokėme išgirdę vienos moters žodžius: „Perskaičiau visas knygas apie berniukų auginimą, bet tik šioji išmokė suprasti ir sūnų, ir vyrą!“

Tiesą sakant, rašant šią knygą ir mums abiem teko leistis į didžiulę psichologinę kelionę. Reikėjo prisiminti vaikystę, santykius su broliais, tėčiais ir draugais. Tai leido mums geriau suprasti, kokią įtaką praeities įvykiai daro šiandieniniam mūsų gyvenimui. Teko pripažinti, kad kai kuriose srityse ir mes patys esame emociškai neraštingi, – šie trūkumai skausmingai išryškėjo, kai rašydami knygą tarpusavyje mėginome suderinti kūrybinio požiūrio skirtumus. Šis bendras darbas leido mums geriau pažinti save kaip vaikus, suaugusius žmones, vedusius vyrus ir tėčius. Tikimės, kad ši knyga mūsų skaitytojams – ir vyrams, ir moterims – taps panašia kelione, padėsiančia pažinti berniukų sielas, suprasti, kaip jie kenčia, myli, ir svarbiausia – kad labai dažnai jie lieka emociškai neraštingi, vaikydami karikatūriško stipraus ir santūraus vyriškumo įvaizdžio.

dr. Dan Kindlon
dr. Michael Thompson

ĮŽANGA

Esame du psichologai, kurių bendra darbo su berniukais praktika trunka jau daugiau kaip trisdešimt penkerius metus. Nuo pirmųjų darbo dienų mums vedė piktus berniukus, daiktus spandančius berniukus ir ypač dažnai nekalbančius berniukus. Terapiniais sumetimais su pacientais yra tekę žaisti biliardą ir krepšinį. Su jais kalbėdavomės iš lego kubelių konstruodami statinius. Sunkumus šeimoje aptardavome dideliu mūšiu rikiuodami plastikinius kareivėlius. Mėgindami juos prašnekinti kartais turėdavome eiti į kitoje gatvės pusėje esančią parduotuvę, nupirkti greitų užkandžių ir grįžę juos valgyti kabinete, šnekučiuodamiesi apie tai, kad gazuoti gėrimai „Mountain Dew“ ir „Surge“ yra santykinai sveikesni. Kartais terapiniai užsiėmimai vykdavo vaikštinėjant Kembridžo gatvėmis arba sėdint picerijose, užkandinėse ar automobiliuose. Yra buvę, kad berniukai imdavo šokinėti ant mūsų kabinete stovinčių sofų arba bildėdami nuo jų liuksėdavo ant grindų. Esame sulaukę nepatenkintų skambučių iš žemiau dirbančių kolegų, kurie priekaištaudavo dėl triukšmingų terapinių užsiėmimų. Nelikdavo nieko daugiau kaip atsiprašyti: labai apgailestaujame... Žinoma, terapiniai užsiėmimai turėtų būti tylūs, juose derėtų kalbėtis, o ne šokinėti. Bet juk tenka dirbti su berniukais!

Turbūt neišvengiamai turėjome pakliūti dirbti į berniukų mokyklas. Abu su Danu dirbame puikiose mokyklose, kur berniukai

gerbiami ir tinkamai auklėjami. Vis dėlto yra buvę atvejų, kai vaikai į mūsų kabinetus įsiliūkino piktai, nenoriai, dažnai tik todėl, kad būdavo atsiųsti mokinių drausmės prižiūrėtojo. Kelis berniukus mums yra atvedę fizinio lavinimo mokytojai ir palikę prie durų laukti vienus, patys nedrįsdami likti pasikalbėti. Kiti mokytojai mums irgi atvedavo nelaimingus berniukus ir būtent jų tekdavo klausinėti apie vaiko liūdesio priežastis, nes šis, nemokėdamas išreikšti skausmo, taip ir išeidavo netaręs nė žodžio. Teko matyti ir tokių berniukų, kurie įtūžę sėdėdavo kartu su tėvais nepraverdami lūpų, arba tokių, su kuriais tekdavo kalbėtis automobilių stovėjimo aikštelėje, nes nenorėdami dalyvauti šeimos terapiniuose užsiėmimuose jie apskritai nelipdavo iš automobilio.

Trumpai tariant, daugybę metų visokiais būdais – kartais sėkmingai, kartais ne – stengdavomės padėti prislėgtiems, nervingiems ir piktiems berniukams papasakoti apie vidinę savijautą. Per visą penkiasdešimtį minučių užsiėmimą kantriai laukdavome tų penkių minučių, kai berniukas prabilęs tardavo: „Tėtis mane ištisai bara. Iš dviejų dalykų pradėjau gauti geresnius pažymius, tik iš vieno prastesnius, bet jis nuolat kalba tik apie tą dalyką, kuris man einasi sunkiau. Kodėl tėvas taip elgiasi su savo vaiku?“ Kartais tenka ištisas savaites ar mėnesius laukti tų trumpų emocinio atlydžio akimirkų, kai berniukas netikėtai prabyla parodydamas, koks jis nusiminęs ir sutrikęs, nes lig tol visus jausmus maskuodavo pykčiu arba tylėjimu.

Šią knygą nusprendėme parašyti norėdami pasidalyti darbo su berniukais patirtimi ir parodyti susirūpinimą jais. Norime padėti berniukus mylintiems žmonėms – jų tėvams, mokytojams ir auklėtojams – matyti ne vien paviršinį neperregimą berniukų gyvenimą, bet ir suprasti jų vidinę būseną, žinoti, kas juos džiugina ir dėl ko jie kenčia. Norime, kad jūs, mūsų knygos skaitytojai, žinotumėte, kaip berniukai parodo, kad jiems sunku ir kas juos emociškai skaudina. Labai svarbu, kad tėvai ir mokytojai nepasiduotų pirmam įspūdžiui,

nors kartais berniukai įnirtingai to reikalauja. Dažnai jų poreikiai iš pažiūros atrodo labai paprasti: vėžliukai nindžės, „Nike“ sportbačiai, įtraukiantys smurtiniai kompiuteriniai žaidimai ir parama jų sportiniams siekiams. Gali susidaryti įspūdis, kad kiekvienas berniukas trokšta būti „kaip Maikas“*. Bet taip nėra. Berniukų troškimai būna įvairūs, sudėtingi ir prieštaringi. Vieni nori būti „kaip Vilas“ (William’as Shakespeare’as), kiti – kaip Bilas (Gates’as) arba Alas (Einstein’as); bet yra ir norinčių tapti Voltu (Walt’as Whitman’as)**. Kaip galime patenkinti tokių skirtingų berniukų norus, kai apie jų vidinę savijautą dažniausiai nelabai ką žinome?

Poetiškai sakoma, kad „vaikystė – žmogaus auklėtojas“, todėl itin svarbu pažinti tikrąją berniukų asmenybę – sugebėti pažvelgti į juos atsiribojus nuo kultūrinių stereotipų ir klausytis jų tyru protu ir atvira širdimi. Nes aišku tik viena – jei neišmoksime elgtis kitaip, šiandieninis piktas jaunuolis rytoj taps vienišu, kartėlio kupinu vidutinio amžiaus vyru.

Šią knygą rašome drauge, nes abu nerimaujame dėl berniukų ateities ir manome, kad dabartinę padėtį reikia taisyti neatidėliojant. Nors mūsų studijų sritys ir specializacija kiek skiriasi, paaikškėjo, kad dirbdami atskirai padarėme tokias pačias išvadas, pamatę, kaip mūsų kultūrinė aplinka stumia berniukus į vienatvės, gėdos ir pykčio kupiną gyvenimą. Knygoje nagrinėjami du esminiai klausimai: ko reikia berniukams, kad jie užaugtų emociškai stabiliais vyrais; ir kaip berniukus veikia kultūra, žalojanti jų emocinį gyvenimą per brukamus sustabarėjusius vyriškumo idealus.

Šioje knygoje, kaip ir iki šiol, daugiausia vartosime įvardį „mes“. Tačiau analizuodami atskiras pacientų istorijas iš individualios praktikos, nurodysime, kuriam iš mūsų teko su jomis susidurti, ir jas kiekvienas pasakosime savo vardu.

* Legendinis krepšininkas Michael’as Jordan’as. (Vert. past.)

** Walt’as Whitman’as – amerikiečių poetas.

Kad geriau susipažintumėte su tais, kurie ir ves šią pažintinę ekskursiją vidinio berniukų gyvenimo vingiais, norėtume šiek tiek papasakoti apie save – kokie berniukai buvome vaikystėje ir kokiais vyrais tapome užaugę.

Michael'as Thompson'as

Dabartines žinias apie berniukus sukaupiau dirbdamas su jais mokyklose ir užsiimdamas privačia praktika. Nuo to laiko, kai prieš trisdešimt metų baigiau koledžą, teko dirbti valstybinės vidurinės mokyklos jaunesniųjų klasių mokytoju, privačios vidurinės mokyklos vyresniųjų klasių mokytoju, mokyklos psichologu ir galų gale klinikinio psichologu Čikagos Sautsaido rajone ir Masačusetso valstijos Kembriđžo mieste. Tokia įvairi profesinė patirtis padėjo susidaryti nuomonę apie svarbiausius berniukų asmenybės ypatumus, tačiau bendrą požiūrį į berniukus taip pat lėmė ir asmeninės vaikystės patirtys.

Vaikystėje augau kitokiomis sąlygomis ir turėjau didesnių galimybių nei dauguma vaikų, todėl gali atrodyti, kad neturiu teisės kalbėti apie tai, kas įprasta berniukams. Mano šeima gyveno Niujorko Aukštutinio Ist Saido rajone: tėvas buvo kilęs iš pasiturinčios šeimos, augdamas turėjo du polo ponius. Lankiau elitines privačias mokyklas kartu su garsių ir turtingų tėvų sūnumis. Dažnai važiuodavome žiūrėti Brodvėjaus miuziklų, operos spektaklių ir klausytis Leonard'o Bernstein'o jaunimui skirtų koncertų *Carnegie* arenoje. Bet vis tiek buvau tik paprastas berniukas.

Šeštoje klasėje nuėjau pasisvečiuoti pas savo draugą Tonį į jo butą Parko aveniu stovinčio pastato dvyliktame aukšte. Sėdėjome apsupti jo tėvų sukaptos Picasso paveikslų – didžiausios pasaulyje privačios šio dailininko drobių – kolekcijos. Sugalvoję pasilinksminti, nutarėme pravažiuojančių taksi automobilių priekinius stiklus pro langą apmėtyti šlapio tualetinio popieriaus gniužulėliais, todėl, susiradę kelis

tualetinio popieriaus ritinėlius ir dubenį vandens, visai taikliai svaidėme į taikinius. Mums net į galvą neatėjo, kokių pavojų ir išgastų tokie tykštantys popieriaus gumulai kelia taksi vairuotojams ir keleiviams. Tačiau apie tai pagalvojo vienas iš Niujorko policininkų – pamatęs mus pro langą, nesunkiai suprato, kuriame aukšte esame, ir pareikalavo, kad šio pastato sargas leistų jam užlipti į Tonio butą. Būtent tokioje muziejinėje aplinkoje jis mus ir pričiupo – negirdomis įėjęs į butą, paplekšnojo mums per petį. Puikiai atsimenu, kaip susigėdome ir išsigandome šitaip užklupti.

Mano tėvas buvo iniciatyvus, ambicingas žmogus, daug pasiekęs architektas ir inžinierius, visą gyvenimą nugyvenęs *en charette* – išvertus iš prancūzų kalbos tai reikštų „įnirtingai plušėdamas, kad darbus spėtų atlikti iki nustatytų terminų, ir maitindamasis tuo, ką pasidarydavo biuro virtuvėje“. Buvo talentingas savo srities specialistas, tačiau jo asmeninis gyvenimas buvo sunkus ir nelaimingas. Devynerių metų neteko tėvo ir artimiausio brolio, tad viduje nuolat buvo draskomas neišreikšto sielvarto. Visą gyvenimą akivaizdžiai vengė stiprių jausmų. Jis šalinosi artumo, ir mums su broliu augant atrodė, kad jį vis labiau trikdo sudėtingos vaikų asmenybės. Sulaukęs trylikos emociškai jaučiausi labiau subrendęs už tėvą.

Nors tėvas buvo sudėtingo charakterio, nors *niekada* su juo nežaidžiau beisbolo (manau, kad jis apskritai niekada nežaidė nei beisbolo, nei futbolo) ir dažnai pykdamomės bei niršdavome vienas ant kito, jis visgi sugebėjo man įskiepyti dalykus, padėjusius užaugti mylėti mokančiu žmogumi. Gal padėjo tai, kad jis buvo žaismingas žmogus? Gal tai, kad mėgdavo kepti neįprastų formų blynus, mielai žaisdavo stalo žaidimus ir dėliodavo dėliones? O gal tai, kad galėdavo šokti į baseiną ir žaisti kartu su vaikais net ir tada, kai kiti tėčiai sėdėdavo šalia gurkšnodami gėrimus ir skaitydami laikraštį?

Mama – labai jautrus ir liūdnas žmogus, kuriam esu dėkingas už tai, kad išmokė mane atjausti kitus. Ji sakydavo: „Turėdavau

nuolat žiūrėti, kad Michael'as ir tėvas nesusieitų draugėn, nes ištisai kivirčydavosi.“ Jau geriau ji nebūtų bandžiusi šitaip taisyti padėties ir rūpintis mūsų santykiais. Ji nesuprato, kodėl ištisai tarpusavyje konkuruojame, ko pykstamės ir negalime iškęsti neužsipuolę vienas kito. Visuomet – iki pat tėvo mirties – bandėme suartėti. Dabar jo jau nebėra. Jis mirė man rašant šią knygą, tačiau dažnai prisimenu Geoffrey Wolff'o posakį knygoje *Apgavysčių kunigaikštis* (*Duke of Deception*): „Tėvas niekuomet galutinai nedings iš mano minčių.“

Taip pat turėjau vyresnį brolių Peterį, nuolat temdžiusį man gyvenimo džiaugsmą. Kol augome, jis visuomet buvo aukštesnis, ir mudu aršiai stengdavomės pranokti vienas kitą. Kiek atsimenu, jis kone kasdien mane daužydavo, kol dar buvau mažas, o tąsyk, kai jam buvo šešiolika, o man – keturiolika, taip įniršome, kad iš tikrųjų bandėme vienas kitą užmušti: aš rankoje laikiau masyvią stiklinę peleninę, jis – pilną škotiško viskio butelį. Niekada nepamiršiu to jausmo, kai, sulaukęs septyniolikos, pagaliau suvokiau, kad jį praaugau. Šiandien jis – vienas artimiausių mano draugų. Kainiškas aistras išliejame teniso aikštyne, ir to visiškai pakanka.

Dabar, kai ir pats esu tėvas – turiu trylikametę dukterį ir aštuonmetį sūnų, gyvenime nuolat tenka ieškoti kompromisų. Nuolat jau dinuosi dėl sūnaus Vilo – jis puikus atletas, domisi lego dėlionėmis ir meno projektais. Jis ne iš tų, kurie bastosi su vaikėzų gaujomis. O aš nuolat rizikuojau panirti į veidmainystės liūną, nes labai daug laiko praleidžiu darbe, skraidau po visą šalį, aiškindamas tėvams, kaip svarbu su vaikais praleisti daugiau laiko. Nuolankiai prisipažįstu kaltas ir nė kiek nesibaiminu kartais suvokęs, koks panašus mano ir ištisai darbuose skendėjusio mano tėvo gyvenimas.

Ši knyga pasiektų tikslą tuomet, jei pasinaudodamas savo, kaip vyro patirtimi, vaikystės prisiminimais ir berniukų bei vyrų psichoterapeuto praktika sugebėčiau tėvams padėti geriau suprasti savo sūnus. Norėčiau atverti savo kabineto duris, kad pamatytumėte, kaip

smarkiai paaugliai vaikinai kenčia nuo liūdesio ir kaip dažnai tas liūdesys virsta panieka aplinkiniams ir neapykanta sau pačiam. Dar svarbiau parodyti tėvams vidinę berniukų būseną, kad, įskaudinti ir supykdyti nesuprantamai pasikeitusio sūnų elgesio, nuo jų nenusigręžtų. Noriu išmokyti tėvus su sūnumis rasti bendrą emocinę kalbą – prasmingą, patvarią ir atitinkančią berniukų poreikius, kad ji taptų bendravimo priemone, palengvinančia žiaurias berniukų paauglystės kovas dėl išlikimo.

Dan'as Kindlon'as

Didžiąją gyvenimo dalį dirbau profesoriumi ir mokslo darbuotoju Harvardo medicinos mokykloje ir Harvardo visuomenės sveikatos mokykloje tyrinėdamas vaikų ir paauglių elgesio problemas, ypač muštynes ir smurtinį elgesį. Esu tarsi finansų biržos makleris, įdėmiai stebintis skaičius ir sekantis liūdnas bulių rinkos tendencijas tarpasmeninio smurto, savižudybių ir svaiginimosi įvairiomis medžiagomis srityse. Už šių skaičių slepiasi tikri vaikai, daugiausia – berniukai.

Vis dėlto statistika mums nepasako, kas vyksta šių vaikinių širdyse. Ilgą laiką su berniukais ir vaikinais dirbęs mokyklose žinau, kad daugelis jų trokšta susikurti žiniasklaidoje išpopuliarintą tvirtą vyro įvaizdį, kuris tarp bendraamžių yra tapęs nepajudinamu standartu. Šie berniukai siekia psichologiškai apsisaugoti ir norėdami užsitaruoti pagarbą iš paskutiniųjų stengiasi elgtis vyriškai, manydami, kad tik taip galės pasiekti trokštamą tikslą. Todėl daugybė jėgų išeikvojama apsauginėms pozicijoms įtvirtinti, įžvelgiant grėsmes ten, kur jų nėra, ir imant iš anksto maištauti iš baimės, kad į jų vienatvės tvirtovę įsiverš kiti. Šiuos liūdinančius faktus gerai suvokia tie, kuriems tenka dirbti su berniukais, tačiau žmonės, kuriems derėtų geriausiai juos suprasti, – tėvai ir mokytojai, – apie tai nieko nenutuokia. Jie mato tik

berniukų pykčio protrūkius nesuprasdami priežasčių ir nežinodami, kaip jie bijo atverti vidinį pasaulį ir tapti pažeidžiami.

Savo klinikinėje praktikoje užsimiršęs vis patikiu, kad laikai pasikeitė. Išties, pasikeitė, bet ne tiek. Panašu, kad atsirado daugiau vyrų, nebijančių prisipažinti, kad yra pažeidžiami, nesidrovinčių būti rūpestingais tėčiais, demonstruoti tokį vyriškumą, kai dera jėga ir dėmesingumas kitiems. Tačiau mokyklose ir darbo kabinete sutinku ir tokių vaikų, kurie baimę dangsto beatodairiškos drąsos kauke, be saiko lėbaudami ar nerdami į nežabotą seksą. Matydamas jų bendraamžius, suprantu, kad tokių vaikų – dauguma. Yra per daug berniukų, kurie tiesiog mėgina susikurti kietuolio įvaizdį, nesistengdami užmegzti prasmingų santykių su aplinkiniais, nes visuomet manė ir tebmano, kad norėdami būti stiprūs turi atsiriboti nuo jausmų. Vis dar matau per daug vyrų, kurie nesugeba būti tokiais tėčiais, kokiais trokšta būti. Su sūnumis jie dažnai elgiasi atšiauriai ir griežtai, nors mielai bendrautų kitaip, ir keldami nepagrįstus lūkesčius ir slopindami jausmus berniukus vis labiau spraudžia į tamsų kampą.

Mėgindamas įvardyti svarbiausią elementą, kurio trūksta daugelio berniukų emociniame pasaulyje, paprastai suprantu, kad tai – mokėjimas prisitaikyti. Paauglystė – sparčių pokyčių metas ir gebėjimas prisitaikyti yra pats svarbiausias augantiems vaikams. Daugelį mano sutinkamų berniukų taip užvaldo troškimas būti „tikrais“ vyrais, kad jiems nebemiela būti berniukais. Prisimindamas savo paties vaikystę, matau, kaip nepaprastai man padėjo tai, kad galėjau nevaržomai tapatintis ir su tėčiu, ir su mama.

Užaugau šeimoje su dar dviem broliais ir vaikystėje mielai užsiimdavau įprastomis berniukams pramogomis – dažniausiai laiką leisdavome lauke savaip žaisdami karą arba beisbolą. Tačiau mane traukė ir intelektualiniai užsiėmimai, daug skaičiau – dažnai knygas apie karą arba beisbolą, taip pat apie mokslininkus, gydytojus ir tyrinėtojus. Dabar, objektyviai pažvelgęs į save iš šalies, suprantu, kad mane

ir toliau žavi vaikystėje dominę dalykai. Iš maždaug dvidešimties knygų, kuriomis mano miegamajame nukrautas naktinis staliukas, maždaug trijų pavadinimuose yra žodis „Getisburgas“, o dar šešiose knygose aprašinėjami įvairūs kiti mūšiai ar karai.

Iš dalies karybos istorija susidomėjau todėl, kad tėvas buvo Antrojo pasaulinio karo mūsų veteranas. Vaikystėje mane ypač traukė kariuomenė, tad tėčio be paliovos klausinėdavau, kiek vokiečių jis nukovė arba koks jausmas važiuoti tanke. Taip žavėjausi tuo, ką jam teko patirti, kad dažnai įslinkdavau į jo miegamąjį, norėdamas pasigrožėti medaliais, sudėliotais aksomu išklotose dėžutėse stalčiuose su kojinėmis. Kažkaip savaime žinojau, kad tie apdovanojimai labai svarbūs, kad tai – asmeninis jo vyriškumo įrodymas.

Jei anuomet manęs, šešiametio vaiko, būtumėte paklausę, kuo norėčiau būti užaugęs, tarp kitų profesijų tikrai būčiau pasakęs „karėiviu“. Tačiau kai atėjo laikas eiti į karą – vykti į Vietnamą, mano požiūris į pasaulį jau buvo visai kitoks. Svarsčiau ne apie tai, ar įsirašyti į kariuomenę, ar į jūrų pėstininkus, bet apie tai, ar sąžiningai atsakęs į šaukimo komisijos klausimus, vis dar būčiau laikomas negalinčiu kariauti dėl įsitikinimų. Nebegalėdavau ramiai klausytis tėvo šnekų apie tai, kad kovoti su komunizmu – Amerikos pareiga, todėl mūsų pokalbiai vykdavo labai audringai.

Būdamas psichologu nuolat svarstau, kaip mano skaitomų knygų temos susijusios su vis dar neatsakytais klausimais, kuriuos man iškėlė Vietnamo karas ir tėvo kalbos. Skaitydamas kovų aprašymus, svarstau, ar taip mėginu pajusti mįslingą kovos žavesį, kad atrasčiau mus su tėvu vienijančius bendrus potyrius.

Tėvas mane supažindino su dar vienu aistringumu vaikystės užsiėmimu – beisbolu. *Comiskey* parkas ir *Wrigley* laukas – svarbiausios beisbolo lygos rungtynių vietos Čikagos berniukams – man atrodė daug šventesnės nei kas sekmadienį lankoma bažnyčia. Kaip ir Michael'as, turėjau vyresnį brolių Timą, kurį kaip įmanydamas mėgdžiojau.

Vaikystėje jis buvo pamišęs dėl beisbolo ir, nors buvau jaunesnis, mažesnis ir ne toks gabus, iš paskutiniųjų stengdavausi neatsilikti. Net ir sulaukęs brandaus keturiasdešimt penkerių metų amžiaus vis dar rungtyniauju gana pajėgioje mažojo beisbolo lygoje ir vienintelis dalykas, kurį išties troškau nusipirkti gavęs avansą už šią knygą, – tai kamuoliukų padavimo mašina, kurią galėčiau pasistatyti namo sode.

Karas ir beisbolas – tai kone klasikiniai berniukų pomėgiai. Tačiau kadangi buvau labai artimas su mama, turėjau galimybę išbandyti ir daugybę kitų sričių, kurios nelaikomos tradiciniais vyriškais užsiėmimais. Su malonumu prisimenu, kaip kartu su mama gamindavome valgyti, kaip ji mokydavo mane siūti (man ir dabar patinka ruošti valgi, o siuvimas taip ir „neužkabino“). Tačiau turbūt vertingiausia, ką gavau, – žinojimas, kad atsidūręs tarp moterų niekada nesisijusi neįaukliai ar ne vietoje; juk su mama daug laiko praleisdavome darydami paprastus buitines darbus. Tiek daug laiko praleidęs virtuvėje, išmokau su moterimis kalbėtis ir jų klausytis.

Tad galėdamas mokytis iš abiejų tėvų išmokau prisitaikyti, todėl užaugęs galėjau lengvai suprasti ir vyrų, ir moterų pasaulį. Tai man nepaprastai padėjo dirbant paauglių psichologu, nes man nebuvo itin sunku iš suaugusio žmogaus persikūnyti į pačias įvairiausias paauglių asmenybes – populiarius arba atstumtus, gabius arba nepažangius, pavyzdinius vaikus arba nenuoramas. Kadangi žinau, kaip praverčia gebėjimas emociškai prisitaikyti, stengiuosi paskatinti berniukus plačiau atverti vidinį jausmų pasaulį, sąžiningai sau prisipažinti, ką jaučia ir kodėl.

Dabar ir pats esu tėtis, auginu dvi nuostabias dukreles. Pagalvojęs apie tai, su kokiais berniukais ir vyrais jos bendraus, berniukų emocinė sveikata man pradeda rūpėti ne vien profesiniu požiūriu. Nenoriu, kad mano mergaitės aukotųsi dėl tokio žmogaus, kuris stengiasi apsisaugoti pykdamas ir užsisklęsdamas savyje. Nenoriu, kad mylėtų vaikus, kurie, niekuo nepasitikėdami, negalės jaustis artimi. Neno-

riu, kad širdį atiduotų tam, kuriam vidinį skausmą geriausiai sekasi malšinti atsidarius šešių alaus butelių pakuotę. Trokštu, kad dukterų gyvenime vaikinai – ir vyrai – būtų lygiaverčiai sielos draugai: atjaučiantys, mokantys reikšti jausmus ir atsakingi. Noriu, kad dukterys susipažintų su tokiais vyrais, kurie būtų išsaugoję berniukišką veržlumą, nepaaukodami jausmų pasaulio.

Mums atrodo, kad berniukai jau nuo mažų dienų nuosekliai mokomi atsiriboti nuo jausmų pasaulio ir užsisklęsti tyloje ir vienetvėje, nepasitikint aplinkiniais. Išsiaiškinti, kaip tai nutinka, ir yra pagrindinis šios knygos tikslas. Būtina pabrėžti, kad ši knyga *nėra* nukreipta prieš mergaites ir ja tikrai nesiekama parodyti, kad berniukai už jas pranašesni. Norėdami padėti jiems pažinti savo jausmus tikrai nenorime „berniukus paversti mergaitėmis“. Laikomės nuostatos, kad geriau suprantant berniukus – ir mokant juos emocinio raštingumo – bus geriau ir vieniems, ir kitiems.

Knyga „Augant Kainui“ – tai knyga apie berniukus. Tikimės, kad ji bus vertinga. Jei norite rasti lengvą atsakymą į klausimą „Kodėl berniukai yra būtent tokie?“, teks ieškoti kitur. Šioje knygoje apie berniukus sužinosite dalykų, kurių anksčiau galbūt ir negirdėjote. Kaip psichologai, galime suteikti jums išskirtinę progą pažvelgti į berniukų vidų, jiems siekiant „didingo ir tauraus“ vyriškumo idealo. Apie tai ir norime jums papasakoti. Esame vyrai, todėl ir patysėjome (ir vis dar tebeiname) tuo duobėtu keliu.

Pradėjome rašyti mokomąją knygą, kurioje turėjo būti daug sunumeruotų punktų, kaip tapti geresniais tėvais. Galų gale supratome, kad geriausia, ką galime patarti, – tai suprasti, kokie berniukai yra iš tikrųjų, o ne kokie jie nori atrodyti arba kokius mes patys norime juos matyti. Didžiausias mūsų troškimas – praverti kiautą, kuriame taip rūpestingai užsidaro berniukai, ir leisti pažvelgti į tai, kas vyksta jų širdyse ir galvose. Jei mums pavyks, tikimės, kad geriau suvoksime,

kaip mūsų kultūrinė aplinka stengiasi apriboti ir sugniuždyti jų emocinį gyvenimą. Tikimės, kad išmoksime geriau suprasti ir, visų svarbiausia, labiau pamėgti berniukus. Savo profesinėje praktikoje mums buvo gera dirbti su pačiais įvairiausiais berniukais. Kartais būdavome priblokšti jų energijos, stebėdavomės jų nemokėjimu reikšti minčių, gailėdavomės matydami juos tokius sutrikusius, o kartais tiesiog negalėdavome atsipeikėti, pamatę, kaip puikiai jie sugeba laužyti visus įsigalėjusius lyčių stereotipus ir papasakoti, ką reiškia būti žmogumi... ir berniuku.

1 SKYRIUS

Neišbandytas kelias

KAIP BERNIUKAI ATSIRIBOJA NUO VIDINIO PASAULIO

Vaikinai tokie stiprūs, pasiutę, pasitikintys savimi ir tokie sutrikę.
Jie turi viską, bet niekuo negali pasinaudoti.

THOMAS WOLFE *APIE LAIKĄ IR UPĘ*

Trylikametis Lukas stabteli ties kabineto durimis, neapsispręsdamas, ar nusiimti beisbolo kepuraitę, ar ne. Ją nusitraukęs žengia vidun – į mokyklos psichologo kabinetą.

– Eikš, Lukai. Sėskis į tą didžiulį krėslą.

Senovinis odos rusvumo dermatinu aptrauktas krėslas toks didelis, kad jame pranyksta visi šios berniukų mokyklos mokiniai, išskyrus kelis stambiausius atletiškus moksleivius. Vieni berniukai nugrimzta į jį giliai, tarsi taip tikėtusi apsisaugoti nuo nepatogių klausimų, kiti įsitempę sėdi ant paties kraštelio ir akivaizdžiai nerimaudami laukia tos baisios akimirkos, kai teks pažvelgti į savo vidų. Dirbdami su berniukais mokyklose ir privačioje praktikoje tokią jų laikyseną matome nuolat. Beveik visiems berniukams vienodai

sunku analizuoti jausmus – jie arba giliai nugrimzta į savo vidinį pasaulį, arba įsitempę stengiasi laikytis atokiai nuo jausmų, jų baimindamiesi.

Lukas – geras vaikas. Jis muša būgnus mokyklos ansamblyje ir neblogai mokosi, nors pastaruoju metu pažymiai suprastėjo. Mokykloje jis nėra iš pačių populiariausių vaikų, bet draugų turi. Nesišlais-to su raumeningais vyrukais ir nuo tokių stengiasi laikytis atokiai. Tai kodėl gi jis čia? Per kelis pastaruosius mėnesius Lukas tapo itin atžarus, užsisklendęs ir ėmė ypač pyktis su tėčiu. Prieš keletą dienų vakare, nerimaudami dėl jo pažymių, tėvai pasakė, kad po pamokų jis negalės lankyti būrelių. Lukas įniršo. Įsiutęs nulėkė į savo kambarį. Trankė durimis, o savo kambario sieną spardė tol, kol joje atsirado skylė. Mama buvo priblokšta tokio pykčio protrūkio, tėvas supyko, tačiau abu nusprendė, kad, kol nusiramins, jam geriau pabūti vienam. Kitą rytą tėtis anksti išvyko į darbą, o Lukas skųsdamasis skaudančia galva į mokyklą nenuėjo, pasakęs, kad serga. Mama paskambino į mokyklą, norėdama išsiaiškinti, kas atsitiko sūnui. Luko klasės auklėtojas pasiūlė pasikonsultuoti su psichologu.

Ir štai mudu abu čia – Lukas, žinodamas, kad turės pasakoti apie visa tai, o ypač apie savo savijautą, sėdi nervingas ir piktas. Jis kiek įmanydamas giliau pasislinko į krėslo gilumą ir prisišliejo prie krašto. Aplinkiniams akivaizdžiai leidžiama suprasti: „Prie manęs – nesiar-tinti.“

Prastėjantys pažymiai ir auganti įtampa namie – ypač tas au-dringas pykčio protrūkis – kelia didžiulį susirūpinimą visiems, tik ne Lukui.

– Man viskas gerai, – iš aukšto taria jis, o jo akys spinduliuoja pykčiu dėl to, kad apskritai turėjo čia ateiti.

Mums kalbantis jo klausinėju įvairių dalykų: apie mokslus, muziką, draugus, šeimą. Jis atsakinėja trumpai, nenoromis, atsargiai rinkdamas žodžius, kai kada tik gūžteli pečiais, nutaisęs akmeninę

veido išraišką, aiškiai parodydamas, kad pokalbis turėtų apsiriboti tomis bendromis temomis. Jis sako nežinąs, kaip paaiškinti pastarųjų dienų elgseną, ir nors nenoromis sutinka, kad pasikalbėjus apie jausmus gali palengvėti, nuo tokių klausimų stengiasi išsisukti.

– Turėčiau daugiau mokytis, – sako jis, nukreipdamas pokalbį apie pažymius. – Jokios pagalbos man nereikia. Nesu kažkoks kuoktelėjęs. Tai mano tėvams kažkas negerai.

Tačiau čia esame tam, kad kalbėtume apie Luko jausmus. Jis tiesiai šviesiai išsako viską, ką mano apie šeimą ir mokyklą: aštuonmetės sesuo esanti kvaila, vyresnysis brolis – nevykėlis, tėvas – verslininkas ir jo amžinai nebūna namie: į darbą išeina anksti, o grįžta dažniausiai vėlai. Motina su Luku elgiasi tarsi su penkiamečiu, o jos nuolatinis klausinėjimas įgrysta iki gyvo kaulo. Ir nors jis turįs draugų ir keletą mėgstamų mokytojų, iš esmės mokykla „užknisa“. Štai tiek iš jo ir išgirdau.

– O kas nutiko aną vakarą? Tas tavo įniršis ir kambario sienoje atsiradusi skylė, turbūt buvai kaip reikiant įsiutęs?

Luko žvilgsnis pasidaro atsargus, gal net kiek baikštus. Jis gūžteli pečiais.

– Atrodai nusiminęs. Tau liūdna?

Lukas skubiai nudelbia žvilgsnį, o akyse pradeda tvenktis ašaros. Jam akivaizdžiai sunku, tačiau jis bando tai nusišluoti tvirtu balsu sakydamas:

– Nežinau. Ko gero, taip.

– Ką gi, pasistenkime išsiaiškinti, kas tave slegia.

Kiekvieno elgesio sunkumų turinčio berniuko istorija yra skirtinga, tačiau nerimą kelia tai, kad jie visi jaučiasi vieniši ir nesupranta savo jausmų. Kasdien stengiamės rasti bendrą kalbą su tokiais berniukais kaip Lukas, neišmanančiais emocinės kalbos subtilybių ir raiškos priemonių. Sudėtingas jausmų pasaulis juos gąsdina.

Garsūs JAV vaikų psichologai Danas Kindlonas ir Michaelas Thompsonas knygoje *Augant Kainui: kaip apsaugoti berniukų jausmų pasaulį* susitelkia į berniukų elgesį bei jausmus, kurių dažnai nepavyksta įžiūrėti ir perprasti aplinkiniams. Remdamiesi patirtimi, sukaupia per keturis darbo dešimtmečius, autoriai nagrinėja, kaip kultūra, brūdama sustabarėjusius, kartais net karikatūriškus, vyriškumo idealus, skurdina berniukų jausmų pasaulį, ir pataria, ko reikia, kad šie užaugtų emociškai stabiliais, empatiškais, gebančiais mylėti, rūpintis ir bendrauti vyrais.

Didžiausias mūsų troškimas – praversti kiautą, kuriame taip rūpestingai užsidaro berniukai, ir leisti pažvelgti į tai, kas vyksta jų širdyse ir galvose. Jei mums pavyks, tikimės, kad geriau suvoksime, kaip mūsų kultūrinė aplinka stengiasi apriboti ir sugniuždyti jų emocinį gyvenimą. <...> Savo profesinėje praktikoje mums buvo gera dirbti su pačiais įvairiausiais berniukais. Kartais būdavome priblokšti jų energijos, stebėdavomės jų nemokėjimu reikšti minčių, gailėdavomės matydami juos tokius sutrikusius, o kartais tiesiog negalėdavome atsipeikėti, pamatę, kaip puikiai jie sugeba laužyti visus įsigalėjusius lyčių stereotipus ir papasakoti, ką reiškia būti žmogumi... ir berniuku.

D. Kindlonas, M. Thompsonas



Dr. Dan Kindlon,
Dr. Michael Thompson

AUGANT KAINUI
kaip apsaugoti berniukų jausmų pasaulį



NEW YORK TIMES bestselleris

Dr. Dan Kindlon,
Dr. Michael Thompson

AUGANT KAINUI

kaip apsaugoti berniukų jausmų pa

