

JayHALEY

Neobičajna terapija Milтона H. Ericksona (prevod odlomka 6. poglavja iz knjige Jay Haleya (1973))

Uncommon Therapy: the Psychiatric Techniques of Milton H. Erickson

(prevod odlomka 6. poglavja iz knjige Jay Haleya (1973). UNCOMMON THERAPY: THE PSYCHIATRIC TECHNIQUES OF MILTON H. ERICKSON. New York: Norton, str. 213-218.)

Sedemindvajsetletna mati je imela vse več težav z osemletnim sinom Joejem, ki je postajal vedno bolj kljubovalen. Zdelo se ji je, da sin vsak dan odkriva nove in nove načine, kako ji lahko kljubuje. Mati se je dve leti pred tem ločila od svojega moža iz utemeljenih razlogov, ki so jih priznavali vsi vpleteni. Poleg sina je imela še dve hčerki, stari devet in šest let. Potem, ko se je nekaj mesecev tu in tam sestajala z moškimi v upanju, da bo našla novega moža, je odkrila, da njen sin postaja vse bolj uporniški in vse večji problem. Starejša hči se mu je za krajši čas pridružila v njegovem uporništvu. Mati je lahko hčerko prepričala z običajnimi disciplinskimi ukrepi, kot so jeza, vpitje, graja, grožnje, jezne klofute, katerim je sledil razumen, objektivni pogovor z otrokom. To je bilo v preteklosti z otroki vedno učinkovito. Vendar pa se Joe ni več odzival na običajne ukrepe, tudi če je dodala »batine«, kazni, solze in če je iskala pomoč pri sorodnikih. Joe je le precej zadovoljno in dobrovoljno dodal, da namerava storiti, karkoli se mu bo zahotelo in da ga nič, prav nič pri tem ne more zaustaviti.

Sinovo kljubovalno vedenje se je stopnjevalo tudi v šoli in v soseščini, tako da dejansko prav nič ni bilo varno pred njegovim pustošenjem. Uničeval je šolski inventar, izzival je učitelje, napadal sošolce; razbijal je okna sosedom in jim trgal rože. Sosedje in učitelji, ki so poskušali stvari urediti, so uspeli le v tem, da so otroka zastrašili in nič več. Končno je deček začel uničevati dragocene stvari doma, še posebej, ko je mati ponoči spala. Zjutraj jo je spravljal v obup, ko je hladnokrvno zanikal, da je on karkoli naredil.

Na tej točki se je mati odločila, da ga bo pripeljala na zdravljenje. Ko je mati pripovedovala to zgodbo, jo je Joe poslušal s širokim, zmagovalnim nasmeškom. Ko je končala, je napihnjeno oznanil, da mu ne morem nič, da ga ne bom ustavil in da bo nadaljeval s tem, da bo počel, kar se mu bo zahotelo. Resno in s posebnim poudarkom sem mu zagotovil (terapevt je Milton H. Erickson, opomba urednika), da je nepotrebno, da bi jaz karkoli naredil, da bi spremenil njegovo obnašanje, ker je on že velik, močan deček in zelo pameten in da bo moral sam spremeniti svoje vedenje. Zagotovil sem mu tudi, da bo njegova mati zmogla sama, da mu bo sama omogočila, da popolnoma "sam od sebe" spremeni svoje vedenje. Joe je to mojo izjavo sprejel z nezaupanjem in porogom. Rekel sem, da bom materi povedal nekaj majhnih stvari, ki bi jih lahko napravila, da bi lahko on sam spremenil svoje vedenje in ga poslal iz sobe. Prav tako sem ga izzval na kar najbolj prijazen način, naj poskuša sam ugotoviti, kaj bi lahko bile te majhne stvari. S tem sem

ga hotel zмести, da bi se obnašal mirno in da bi razmišljal, medtem ko bo čakal na mamo.

Sam z materjo sem se pogovarjal o otrokovem iskanju sveta, v katerem bi bil lahko prepričan, da obstaja nekdo, ki je močnejši od njega. Do danes je sin pokazal in z vedno večjim obupom dokazoval, da je svet tako negotov, da je edina močna oseba on sam, mali, osemletni deček. Nato sem ji skrbno razložil navodila, kako naj ravna naslednja dva dni.

Ko sta kasneje odšla iz moje ordinacije, je deček izzivalno vprašal, če sem priporočil »batine«. Zagotovil sem mu, da bodo sledili le ukrepi, ki mu bodo omogočili, da bo sam spremenil svoje obnašanje; nihče drug ga ne bo spreminjal. Ta odgovor ga je zmedel. Na poti domov ga je mati nekajkrat fizično kaznovala, da bi ga prisilila, da bi jo pustil varno voziti. Tako nagajanje sem predvidel. Materi sem svetoval, naj opravi na kratko, brez razlaganja in prepiranja. Večer je potekal kot običajno. Dečku je pustila, da je gledal televizijo, kot si je želel.

Naslednje jutro sta prišla stara starša in odpeljala hčerki. Joe, ki je načrtoval plavanje, je zahteval svoj zajtrk. Bil je zelo zmeden, ko je zagledal, da mati odnaša v dnevno sobo nekaj v papir zavitih sendvičev, sadje, termovki s sadnim sokom in kavo ter nekaj brisač. Vse te stvari je zložila na veliki kavč in zraven postavila telefon in nekaj knjig. Joe je zahteval, da nemudoma pripravi zajtrk in grozil, da bo razbil prvo stvar, ki mu bo prišla pod roke, če se ne bo podvzela. Mati se mu je samo nasmehnila, ga zgrabila, hitro vrgla na tla na trebuh in se z vso težo usedla nanj. Ko je začel vpiti, naj se umakne, je rekla, da je že pozajtrkovala in da nima kaj početi razen tega, da razmišlja o načinih, kako spremeniti njegovo obnašanje. Vendar je poudarila, da zaenkrat zagotovo ne ve, kako. Zato je vse odvisno od njega.

Deček se je na vso moč boril proti materini teži, moči in spretnosti. Vpil je, kričal, zmerjal, ihtel in končno usmiljenja vredno obljubljal, da bo vedno priden. Mati mu je odgovorila, da ta obljuba nič ne velja, ker še ni ugotovila, kako spremeniti njegovo obnašanje. To je pri dečku vzbudilo nov napad besa, ki se je končno pomiril, ko je začel prositi, da mora nujno na stranišče. Mati mu je prijazno odgovorila, da še ni končala z razmišljanjem. Ponudila mu je brisačo, da ne bi bil preveč moker. To je vzbudilo nov napad besa, ki pa je kmalu ponehal. Mati je izkoristila tihe trenutke in je po telefonu poklicala svojo mamo. Medtem, ko je Joe poslušal, je materi razlagala, kako se še ni odločila in da zares misli, da se bo morala sprememba vedenja zgoditi pri Joeju samemu. Joe je to pripombo pozdravil z najbolj glasnim krikom, kar ga je zmogetl. Mati je po telefonu komentirala, da je Joe preveč zaposlen z vpitjem in da zato ne more razmišljati, kako bi spremenil svoje obnašanje. V Joejeva usta je nato dala brisačo, da bi lahko vpil vanjo.

Joe se je pogreznil v odljuden molk, ki so ga prekinjali nenadni nasilni poskusi, da bi se osvobodil, kriki, zahteve in ihtenje z vložki usmiljenja vrednih prošenj. Na vse to se je mati odzivala z milimi, pripravnimi odgovori. Čas je tekel in mati si je nalila kavo, sadni sok, pojedla sendviče in brala knjigo. Malo pred poldnevom ji je deček vljudno rekel, da res mora na stranišče. Priznala je, da ima sama podobno potrebo. Razložila mu je, da bi bilo možno, da gre na stranišče, če se strinja, da se bo vrnil, znova zavzel isti položaj na tleh in ji dopustil, da se udobno usede nanj. Po nekaj solzah se je s tem strinjal. Izpolnil je tudi svojo obljubo, vendar se je nemudoma znova nasilno poskusil rešiti matere. Vsakokrat, ko mu je skoraj uspelo, se je znova silovito zagnal, vendar ga je to vse bolj utrujalo. Ko je počival, je mati jedla sadje in pila kavo, sem in tja poklicala po telefonu in brala knjigo.

Po več kot petih urah se je Joe predal in preprosto predlagal, da bo naredil, karkoli mu bo mati rekla. Mati pa mu je prav tako preprosto in odkrito odgovorila, da je bilo njeno razmišljanje zaman in da ne ve, kaj naj mu reče, da naredi. Fantek je znova zajokal, vendar za kratek čas. Med ihtenjem ji je rekel, da ve, kaj naj naredi. Prijazno mu je odgovorila, da je tega zelo vesela, vendar misli, da ni imel dovolj časa, da bi zares dobro razmislil. Morda bi mu pomagalo, če bi še kakšno uro razmišljal. Joe je nato tiho počakal, da je minila ura, medtem ko je njegova mati brala. Ko je minila ura, je to omenila, vendar je hkrati izrazila željo, da bi rada končala poglavje. Joe je drhte vzdihnil in tiho ihtel, medtem ko je mati dokončala poglavje.

Ko je mati končno nehala brati, je vstala in vstal je tudi Joe. Plaho jo je vprašal, če bi mu dala kaj za pod zob. Mati mu je zelo natančno razložila, da je za kosilo prepozno in da se pred kosilom vedno je zajtrk in da je prepozno, da bi mu ponudila zajtrk. Namesto tega je predlagala, naj popije kozarec hladne vode in ostanek popoldneva počiva v postelji. Joe je hitro zaspal, vendar so ga kmalu prebudile prijetne vonjave iz kuhinje. Sestri sta se vrnili in poskusil se je pridružiti k večerji.

Mati pa mu je spet razložila na preprost način, vendar v podrobnostih, da je navada, da se najprej je zajtrk, potem kosilo in nazadnje večerja. Na žalost mu je zajtrk ušel in zato je moral preskočiti tudi kosilo. Zdaj pa tudi ne bo mogel večerjati, vendar se bo na srečo jutri začel nov dan. Joe se je vrnil v svojo sobo in jokal, dokler ni zaspal. Mati je tisto noč bolj rahlo spala, vendar se Joe ni zbudil, dokler ni bila s pripravo zajtrka že pri koncu.

Joe je vstopil v kuhinjo skupaj s sestrama in se zadovoljen usedel, medtem ko je mati sestri postregla s palačinkami in klobasami. Na Joejevem mestu pa je bila velika skodelica. Mati mu je povedala, da je zanj pripravila poseben zajtrk, namreč ovseno kašo, ki je ni preveč maral. Solze so mu zalile oči, vendar se je zahvalil, ko mu je postregla, kot je bila to družinska navada. Potem je hlastno pojedel. Mati mu je nato razložila, da lahko dobi še eno porcijo, ker je skuhala večjo količino. Zadovoljno je tudi dodala, da upa, da bo dovolj kaše ostalo tudi za kosilo. Joe je pogumno jedel, da do tega ne bi prišlo, vendar je mati skuhala presenetljivo veliko količino kaše.

Po zajtrku je Joe začel pospravljati svojo sobo, ne da bi mu kdo kaj rekel. Ko je končal, je vprašal mamo, če lahko pokliče sosede. Mati ni vedela, kaj to pomeni, vendar mu je dovolila. Izza zavese ga je opazovala, kako je šel do sosednjih vrat in pozvonil. Ko so se vrata odprla, je kratko spregovoril s sosedom, nato pa jo je ubral po ulici navzgor. Kot je kasneje izvedela, je prav tako sistematično, kot je teroriziral sosede, obhodil sosesko in se vsem opravičil in obljubil, da bo povrnil škodo, čim hitreje bo mogel. Razložil je, da bo potreboval kar precej časa, da bo poravnal za vse, kar je uničil. Nato se je vrnil na kosilo, pojedel hladno kašo, prostovoljno pomagal pri pomivanju posode, popoldne in zvečer pa se je učil, medtem ko sta sestri gledali televizijo. Večerja je bila obilna, vendar je dobil le ostanke, ki jih je mirno pojedel, ne da bi karkoli komentiral. Ko je prišel čas počitka, je odšel v posteljo prostovoljno, medtem ko sta sestri čakali na običajno materino prigovarjanje.

Naslednji dan je Joe odšel v šolo, kjer se je opravičil in obljubil boljše vedenje. Le-te so učitelji sprejeli dokaj previdno. Zvečer se je zapletel v tipični otroški prepir s starejšo sestro, ki je vreščala in klicala mamo. Ko je mati vstopila v sobo, se je Joe začel tresti. Obema je rekla, naj se usedeta in nato jima je naročila, naj svojo zgodbo najprej pove sestra. Ko je prišel na vrsto

Joe, je rekel, da se strinja s svojo sestro. Mati je nato Joeju razložila, da od njega pričakuje, da je normalen osemleten dečko in da se lahko zaplete v prepir, kot se vsak normalen osemletnik. Nato je obema rekla, da za njun prepir ni pravega razloga in da bi bilo na mestu, da s tem prenehata. Oba otroka sta v to privolila.

Pripraviti Joejevo mati do tega, da bi sledila navodilom, kako ravnati s sinom, ni bilo lahko. Bila je fakultetno izobrazena, zelo inteligentna ženska. Bila je tudi zainteresirana in odgovorna za socialne in skupnostne zadeve. V intervjuju sem jo prosil, naj kolikor je le mogoče natančno pove, kakšno škodo je Joe že povzročil v šoli in v skupnosti. S tem opisom ji je postala škoda boleče jasna in je v njenih očeh postala celo večja. (Rastline znova zrastejo, razbita stekla in raztrgane obleke se da zamenjati, vendar si tega v svojem pregledu ni dovolila videti.)

Nato sem jo vprašal, naj opiše Joeja, "kakršen je običajno bil nekoč" - v bistvu srečen, ubogljiv in prav blesteč otrok. Večkrat sem jo pozval, naj primerja prejšnje in sedanje fantovo obnašanje, vsakič krajše, vendar z večjimi poudarki bistvenih točk. Potem sem jo prosil, naj ugiba o možni Joejevi prihodnosti glede na to, "kakršen je običajno bil nekoč" in kot "je precej možno" zdaj glede na njegovo trenutno obnašanje. Pomagal sem ji s sugestijami, da bi bile razlike med "možnimi slikami prihodnosti" čim bolj očitne.

Po tem pogovoru sem jo prosil, naj razmisli o vseh možnostih, kaj bi lahko naredila čez konec tedna in kakšno vlogo naj bi odigrala do Joeja. Ker ni vedela, se je s tem postavila v popolnoma pasiven položaj in tako sem ji lahko ponudil svoj načrt. Pri tem sem izkoristil njene potlačene občutke krivde in občutke sovražnosti do sina in njegovega slabega vedenja. Vse sem naredil, da bi te občutke preusmeril v zadovoljujočo, preračunano, namerno budnost, s katero bi lahko preprečevala sinove poskuse, s katerimi je poskušal potrditi svoj občutek negotovosti in ji dokazati, da je neučinkovita.

Mati je na videz upravičeno ugovarjala, da je njena teža 80 kilogramov prevelika, da bi lahko sedla na sina. Glede tega jo je bilo najtežje prepričati k popolnemu sodelovanju. Najprej sem se temu ugovoru pazljivo izmikal. Pomagal sem ji, da je sistematično razrešila vse pomisleke v zvezi z mojim načrtom razen tega, da je pretežka, da bi se lahko usedla na sina. Ko se je bolj vkopala v svoje odpore, sem s pazljivo vodenim pogovorom dosegel, da si je vse bolj želela narediti razne stvari, ki sem jih navedel kot možnosti za cel konec tedna.

Ko se mi je zdelo, da je mati dovolj čustveno pripravljena, sem se lotil vprašanja njene teže. Zagotovil sem ji, da ne potrebuje zdravnikovega mnenja, ampak da bo jutri od sina izvedela, da zanj njena teža ni pomembna. Pravzaprav bo rabila vso svojo moč, spretnost in budnost ob svoji teži, da bo kos situaciji. Lahko bo celo izgubila boj, ker je njena teža premajhna. (Mati ni mogla prepoznati dvojne vezi, ki se je skrivala v tej tako preprosto posredovani ji trditvi. Postavil sem jo v položaj, da bo morala dokazati, da je njena teža zares prevelika. Da bi to dokazala, bo rabila sinovo sodelovanje in bil sem prepričan, da bodo otrokovi agresivni vzorci obnašanja onemogočali, da bi se pasivno predal materini teži. Na ta način ji bo sin pokazal, kako neupravičeni so njeni odpori na moje predloge in lahko jih bo sprejela prav zaradi nasilnega sinovega obnašanja.)

Kot je mati kasneje razložila: "Ko se je ta konj pod mano začel premetavati, sem vedela, da

se bom morala hudičevo potruditi, da bom ostala v sedlu. Naenkrat je bilo vprašanje, kdo je bistrejši in vedela sem, da me čaka resna preizkušnja. Potem sem začela uživati v tem, da sem predvidevala njegove gibe in jih prestrezala. Bilo je skoraj kot partija šaha. Prav gotovo sem se naučila občudovati in spoštovati njegovo odločnost in neznansko sem začela uživati v tem, da sem ga frustrirala, kot je on prej s svojim nemogočim obnašanjem frustriral mene.”

“V nekem trenutku pa mi je bilo neznansko težko. Ko se je vrnil iz stranišča in ko se je spet ulegel na tla, me je tako preseče, usmiljenja vredno pogledal, da sem ga hotela že objeti. Toda v tistem trenutku sem se spomnila na vaše besede, da ne smem sprejeti njegove predaje iz usmiljenja, ampak šele, ko bo problem rešen. Šele takrat sem vedela, da sem zmagala, tako da sem zelo pazila, da ne bi pokazala prav nobenega usmiljenja. Vse ostalo je bilo potem lahko in res sem lahko razumela, kaj počnem in zakaj.”

Prevedel Miran Možina
