

4. Satir V. Peoplemaking. Palo Alto: Science and Behaviour Books, 1972.

5. Satir V. Self-Esteem. Millbrae: Celestian Arts, 1975.

6. Satir V., Stachowiak J., Tashman H. Helping Families to Change. N. Y.: Jacob Aronson, 1977.

7. Satir V. Your Many Faces. Millbrae: Celestian Arts, 1978.

Bendra šeimos terapija

Viridžinija Satir

Žemas savęs vertinimas ir sutuoktinio pasirinkimas

1. Žemai save vertinantis asmuo patiria intensyvių nerimą ir nepasitiki savimi.

a) Šio asmens savęs vertinimas labai priklauso nuo to, ką, jo manymu, kiti mano apie jį.

b) Del to atsirandanti priklausomybė žaloja jo autonomiškumą ir individualumą.

c) Žemą savęs vertinimą jis slepia nuo aplinkinių, ypač kai nori padaryti įspūdį.

d) Asmens žemo savęs vertinimo pagrindai formuojasi iš vaikystės patyrimo. Jam nėra tekę pajusti, kad gera, esant vienos lyties asmeniu, bendrauti su kitos lyties asmeniu.

e) Jis nėra iš tikrųjų atsiskyręs nuo savo tėvų, kitaip tariant, nėra pasiekęs lygiaverčių santykių su jais.

2. Žemai save vertinantis asmuo daug tikisi iš kity, bet kartu jis patiria stiprią baimę; jis iš anksto nusiteikęs nusivilti ir nepasitikėti žmonėmis.

a) Terapeutas terapijos su Meri ir Džo pradžioje stengsis išsiaiškinti, ko jie tikėjosi vienas iš kito ir ko baiminosi asistavimo periodo pradžioje, nes:

- Tai, kad jie pasirinko vienas kitą, nėra atsitiktinumas. Kiekvienas iš jų matė kitame kažką, kas atitiko jų didelius lūkesčius.

- Antra vertus, kiekvienas iš jų matė kitame ir

tai (bet neleido sau to atvirai pripažinti), kas patvirtino jų baimę ar nepasitikėjimą. Terapeutas pamatys, kad sutuoktiniai indukuoja tokį partnerio elgesį, kurio bijo, bet tikisi. Jie elgiasi, tarytum norėdami atsikratyti neapibrėžtumo (tarsi norėdami įgyvendinti savo pačių pranašystes).

- Jų šeimyniniai santykiai bus daug kuo panašūs arba priešingi santykiams, kuriuos kiekvienas iš sutuoktinių matė savo tėvų šeimose.

3. Matyt, Meri ir Džo matė vienas kitame savo lūkesčių išsipildymą, nes abu savo elgesyje daugiau vadovavosi psichologine gynyba nei savo vidiniais jausmais.

a) Džo demonstravo pasitikėjimą, atrodė stiprus, tačiau viduje jautėsi pasimetęs, bejėgis, išsigandęs. Žvelgdama į Džo, Meri galėjo manyti: „Štai stiprus žmogus, kuris gali pasirūpinti manimi“.

b) Meri demonstravo pasitikėjimą savimi, išskirtinumą, šnekumą, tačiau viduje jautėsi pasimetusi, bejėgė, išsigandusi. Žiūredamas į Meri, Džo galėjo manyti: „Štai stiprus žmogus, kuris gali pasirūpinti manimi“.

c) Po vedybų kiekvienas jų pamatė, kad kitas nėra tas stiprus žmogus, kurio jie tikėjosi. Dėsnin-
gai kilo frustracija, nusivylimas, pyktis.

4. Galima stebėtis, kaipgi Meri ir Džo, taip žemai vertindami save ir taip menkai pasitikedami kitu, sugebejo rasti sau partnerį.

a) Kai paauglystė į pirmą vietą iškelė suaugusio seksualumą, jie, nepaisydami visų baimių, surizikavo užmegzti santykius.

b) Antra vertus, jie mylėjo vienas kitą, o tai kuriam laikui pakėlė jų savęs vertę, leido pasijausti pilnaverčiu. Kiekvienas iš jų tarė: „Atrodo, kad tu vertini mane... Aš laimingas, kad turiu tave... Tu reikalingas man tam, kad išgyvenčiau... Aš jaučiuosi pilnaverčiu, kai tu greta“.

c) Tai baigėsi tuo, kad abu emė gyventi vienas kitam, tarsi pasirašydami „išlikimo aktą“. Kiekvienas mintyse tarė sau: „Jei aš neteksiu jėgų, paimsiu jų iš tavęs. Esant reikalui, tu turėsi pakankamai jėgų mums abiem“.

5. Bėda ta, kad, pasirinkę vienas kitą sutuoktiniu, Meri ir Džo nepasipasakojo vienas kitam apie savo būgstavimus.

a) Džo bijojo, kad Meri nemylės jo, jei sužinos, kad jis nieko nevertas (ir priešingai).

- Džo tarsi būtų sakęs sau: „Aš turiu neparodyti, kad esu niekas. Aš turiu neatskleisti, jog iš moters slapčia tikiuosi tik nesąžiningumo, iracionalumo, sarkastiškumo, užsispyrimo, dominavimo. Aš turiu neparodyti, jog manau, kad vienintelis būdas gyventi su moterimi – tai pasitraukti iš scenos ir leisti valdyti jai“.

- Tarsi Meri būtų sakiusi sau: „Aš turiu neparodyti, kad esu niekas. Aš taip pat turiu neatskleisti, jog iš vyrų slapčia tikiuosi tik gobšumo, neatsakingumo, neryžtingumo, silpnumo ir to, kad jie užkrauna našta moteriai ant pečių. Aš turiu neparodyti, jog manau, kad vienintelis būdas gyventi su vyru – tai būti pasiruošus perimti našta ant savo pečių tą pačią minutę, kai tik vyras pradeda jausti“.

b) Nežiūrint į tai, ko kiekvienas iš sutuoktinių slapčia tikejosi vienas iš kito ir ką manė apie save, kiekvienas iš jų taip pat jautė, kad turi būti tokiu, koku, jo manymu, jį suvokia kitas, nes jis pats atsakomybę už savo vertę užkrovė kitam.

- Kai Meri pasakė Džo, kad mato jį stipriu, Džo iš pradžių pajautė, jog tai teikia jam jėgų; jis galėjo jaustis stipriu, nes Meri matė jį stipriu (ir priešingai).

- Tokie santykiai gali išlikti tol, kol aplinkos stresai ar būtinybė priimti sprendimą patikrina Džo ir Meri sugebėjimus. Būtent tada stiprybė pasirodo besanti tik silpnumo skraiste arba ima reikštis kaip dominavimas.

c) Nei Meri, nei Džo negali vienas kito paklausti, ko jis ar ji tikisi, laukia, bijo, nes abu jaučia, jog iš jų laukiama, kad patys sugebėtų atspėti, kas vyksta kito viduje (kitais tariant, tarsi abu gyventų krikščoliniam kamuolyje).

d) Kadangi abu elgiasi remdamiesi prielaida, kad turi įtikti kitam, nė vienas negali pasakyti, kai

yra nepatenkintas kitu, tiesiogiai suvokti nesutari-
mus, kritiką. Sutuoktiniai elgiasi taip, tarsi būtų
neatskiriami vienas nuo kito. Jie gyvena tarsi tu-
rėdami bendrą kraujotaką, tarsi būdami susieti
bendra gyvybės gija. Antai kartą teko dirbti su
sutuoktinių pora, kuri pirmuosius du susitikimus
prasėdėjo susikibusi rankomis, o jų vaikas, patir-
damas viso to tragiškumą, sėdėjo priešais juos
nugrimzdęs į halucinacijas.

6. Faktiškai Meri ir Džo susituokė tam, kad
„gautų“.

a) Kiekvienas norėjo, kad kitas pripažintų jo
vertę (abu taip pat norėjo jų vertės visuomeninio
pripažinimo: „Žmogus turi susituokti. Man pasiseke
tai padaryti“).

b) Kiekvienas norėjo tų kito savybių, kurių,
kaip jautė, trūko jam pačiam (šias kito savybes
jis siekė padaryti savastimi).

c) Kiekvienas norėjo išplėsti savąjį „aš“.

d) Kiekvienas norėjo kito asmenyje visagalio,
visažinio, „gero“ tevo ir siekė išvengti visažinio,
visagalio „blogo“ tevo.

Skirtingumas ir nesutarimas

1. Kai Meri ir Džo susituokė, jie nesuprato,
kad turės ne tik „gauti“, bet ir „duoti“.

a) Kiekvienas jautė, kad jis neturi ką duoti.

b) Kiekvienas jautė, kad neprasminga tikėtis,
kad jis galėtų ką nors duoti, kadangi partneris -
tai jo Aš tąsa.

c) Jei kuris pasiryžta duoti, jis tai daro nenor-
iai, arba nerimastingai, arba pasiaukojančiai, ka-
dangi iš tikrųjų nė vienas nesitiki, kad kitas tai
priims.

2. Kai po vedybų Meri ir Džo supranta, kad
sutuoktinis yra kitoks nei tikėjosi asistavimo metu,
jie praranda iliuzijas. Dabar jie realiai pastebi,
tas vienas kito dvidešimt-keturių-valandų-per-die-
nų ypatybes, kurios paprastai nepasireiškia asis-
tavimo metu, ir, suprantama, neatitinka partnerio
lūkesčių.

- a) Meri nakčiai susuka plaukus ant bigudi.
- b) Meri nuolat perverda pupeles.
- c) Džo palieka kambaryje išmėtytas savo nesvarias kojines.

d) Džo naktimis knarkia.

3. Kai Meri ir Džo po vedybų suvokia, kad jie yra skirtingi ir tas jų skirtingumas ne turtina, bet skurdina, jie pradeda kitaip žiūrėti vienas į kitą.

a) „Skirtingumas“ ima atrodyti blogu dalyku, kadangi sukelia nesutarimus.

b) Nesutarimai primena jiems abiem, kad kitas nėra jo Aš tąsa, bet yra atskira asmenybė.

4. Terminu „skirtingumas“ aš žymiu visas individualumo apraiškas, kurias iš prigimties skiria kiekvieną žmogų nuo visų kitų.

a) Žmonės gali būti skirtingi fiziškai (A yra aukštas, B – žemas; A yra vyras, B – moteris).

b) Žmonių skirtingos asmens savybės, temperamentas (A yra jautrus, išsiskiriantis iš kitų, B – ramus, rezervuotas).

c) Žmonės yra skirtingo išsilavinimo ir sugebėjimų (A išmano fiziką, B – muziką; A sugeba gerai naudotis irankiais, B gali dainuoti).

d) Kito skirtingumas gali būti panaudotas destruktiviai, o ne kaip galimybė praturtėti pačiam.

5. Pagrindiniai konkretūs skirtumai, kurie jaudina Meri ir Džo yra:

a) skirtingi pomėgiai, norai, įpročiai, skoniai (A mėgsta žvejoti, B to nepakenčia; A mėgsta atidaryti nakčiai langą, B patinka, kai jis uždarytas);

b) skirtingi lūkesčiai ir nuomonės (A mano, kad moteris turėtų būti stiprios, B mano, kad vyrai turėtų būti stipriais; A yra tikintis, B ne).

6. Skirtingumas, kuris veda prie interesų konflikto (nesutarimo) yra suvokiamas kaip įžeidimas ir įrodymas, kad kitas jo nemyli.

a) Atrodo, kad tai kelia grėsmę autonomijai ir savęs vertinimui.

b) Tam, kad vienas įgytų, kitam tenka duoti. Tačiau partneriai jaučia vidinių resursų stygių. Kas jį užpildys?

c) Prieš vedybas abu manė, kad kitas turi pa-

kankamai abiem. Dabar, kai ryškėja nesutarimai, atrodo, kad nė vienas neturi pakankamai net sau pačiam.

7. Jei Meri ir Džo geriau vertintų save, jie galėtų pasitikėti vienas kitu.

a) Kiekvienas labiau pasitikėtų savo sugebėjimu gauti iš kito.

b) Kol gaus, kiekvienas galėtų net palūškėti.

c) Kiekvienas galėtų duoti kitam, nesijausdamas apipleštu.

d) Kiekvienas galėtų pasinaudoti kito skirtingumu kaip augimo galimybe.

8. Meri ir Džo trūksta pasitikėjimo.

a) Kiekvienas jaučia, kad pasitikėjimo jam vos užtenka palaikyti savo gyvenimui, nekalbant jau apie kito gyvenimą.

b) Kiekvienas elgiasi tarsi sakytų: „Aš esu niekas. Aš gyvensiu dėl tavęs“. Bet kiekvienas elgiasi ir taip, tarsi sakytų: „Aš esu niekas, prašom, gyvenk dėl manęs“.

9. Kadangi jiems trūksta pasitikėjimo, jiems yra ypač gresmingos tos bendro gyvenimo sritys, kurios tarsi tikrina sutuoktinių sugebėjimą atsižvelgti į partnerio individualumą. Štai šios sritys: pinigai, maistas, seksas, poilsis, darbas, vaikų auklėjimas, santykiai su sutuoktinio giminaičiais.

10. Net jei jie sugebėtų pakankamai pasitikėti kitais, bendras gyvenimas verčia juos priimti sprendimus, kada duoti ir kada gauti pagal esantį realybės kontekstą. Jie turi nuspręsti.

a) kas tarp jų bendra arba ką jie darys kartu (kiek bus priklausomi vienas nuo kito);

b) kas tarp jų bus skirtinga arba ką jie darys atskirai (kiek jie bus nepriklausomi).

11. Jie turi rasti tam tikrą pusiausvyrą esamoje realybėje:

a) ko nori A ir ko nori B;

b) ką geriausiai daro A ir ką geriausiai daro B;

c) ką mano A ir ką mano B;

d) kokias pareigas turės A ir kokias pareigas turės B.

12. Jie turi išmokti, kaip panaudoti savo mintis, norus, jausmus ir žinias nesikėsinant, nežalojant, neužtemdant kito ir tuo pat metu surandant abiem priimtina išeią, sprendimą.

a) Jei jie sugebės suformuoti funkcionalius tarpusavio santykius, jie sakys: „Aš manau tai, ką aš manau, jaučiu, ką aš jaučiu, žinau, ką aš žinau. Aš esu aš, bet nekaltinu tavęs, kad esi savimi. Primu tai, ką tu gali duoti. Pabandykime kartu sukurti santykius, kurie būtų kiek įmanoma realistiškesni“.

b) Tačiau jei jie nesugebės sukurti funkcionalių tarpusavio santykių, jie sakys: „Būk kaip aš, būk vieningas su manimi. Tu esi blogas, jeigu nesutinki su manimi. Realybė ir tavo skirtingumas nėra svarbūs“.

13. Pasiremėime paprastu pavyzdžiu, kai nesutaria „funkcionalūs“ žmonės. Tarkime, sutuoktiniai suvokia ir priima tai, kad būtų gerai abiem kartu papietavus. Bet, tarkime, A nori pietums suvalgyti hamburgerį, o B nori pietums viščiuko. Kur patiekiami hamburgeriai, nėra viščiukų, kur patiekiami viščiukai, nėra hamburgerių.

a) Kiekvienas gali bandyti paveikti švelnumu: „Prašom, valgykime hamburgerius“.

b) Kiekvienas gali siūlyti įgyvendinti abu variantus eiles tvarka: „Šį kartą valgykime viščiukus, o kitą - hamburgerius“.

c) Jie gali ieškoti alternatyvos, kuri patenkina abu: „Mudu abu mėgstame bifšteką, tai suvalgykime po bifšteką“, arba „Suraskime tokį restoraną, kuriame patiekiami ir hamburgeriai, ir viščiukai“.

d) Jie gali atsižvelgti į realias aplinkybes, kurios nusveria jų norus: „Kadangi hamburgeriai patiekiami arčiau, o mes skubame, suvalgykime hamburgerį“.

e) Savo atskirus norus jie gali priešinti siekiami būti kartu: „Tu suvalgyk hamburgerį, kadangi jį taip mėgsti, o aš suvalgysiu viščiuką. Susitiksimė vėliau“. Jie sugeba laikinai išsiskirti ir rasti nepriklausomus sprendimus tada, kai nepriklausomybė yra galima.

f) Kraštutiniu atveju jie gali panaudoti trečią

asmenį, kad šis nuspręstų už juos: „Čarlis nori pavalgyti kartu su mumis. Paklauskime, kur Čarlis norėtų eiti“.

14. Remdamiesi tuo pačiu pavyzdžiu, pažiūrėkime, kaip nesutaria „nefunkcionalūs“ asmenys. Jie veikia remdamiesi principu, kad meilė ir visiškas sutarimas yra neatsiejami. Todėl:

a) mes matome juos svyruojančius ir atidėliojančius sprendimus: „Vėliau nuspręsime, ką valgyti“ (ir kartais jie išvis nepietauja);

b) mes matome juos siekiančius priversti partnerį: „Mes eisime valgyti hamburgerių!“;

c) mes regime, kaip jie bando apsukti kitą: „Ir tai, ir tai yra maistas, tad valgykime hamburgerius“;

d) mes matome juos siekiančius paniekinti kitą: „Tu gi iš tikrųjų nemėgsti viščiukų“. Arba: „Tu tur būt kvaištelejus, jei mėgsti viščiukus“;

e) mes visada girdime jų tarpusavio kaltinimus, moralinius įvertinimus: „Tu esi blogas ir savanau-dis, jei nenori hamburgerio. Tu niekad nedarai to, ko aš noriu. Aš tau visai nerūpiu“.

15. Meri ir Džo, tuo lygiu, kuriuo jie yra nefunkcionalūs, faktiškai nesutaria sakydami: „Jei tu mylėtum mane, tu darytum tai, ką aš noriu“. Jie niekada nenaudoja tokios priemonės, kaip kad atsiskyrimas ir nepriklausomų sprendimų radimas; nepriklausomi veiksmai, dėl kurių susitarta, yra neįgyvendinami.

16. Meri ir Džo kaltina vienas kitą, kadangi yra nusivylę ir įžeisti; jie tikejosi visiško sutarimo.

a) Jie laukė iš kito pagarbos, o vietoj to girdi tik kaltinimus.

b) Jie tikejosi gyventi vienoje su kitu, o vietoj to mato, kad yra atsiskyre ir skirtingi.

17. Tačiau jei Meri ir Džo kaltina pernelyg atvirai, galima tikėtis keleto sunkių padarinių. Džo elgiasi, tarsi būtų pasakęs sau: „Jei aš kaltinsiu Meri, Meri subyrės. Aš negaliu to leisti, nes ji reikalinga man, kad vertintų mane. O jei Meri nesubyrės, nes iš tikrųjų ji nevertina manęs? Įsivaizduokim, kad, priešingai, Meri kaltina mane, žeidžia mane, veda mane atgal į atskirtumą ir psichologinę mirtį, mane patį verčia subyreti?“

„Ne, tai neturi įvykti! Aš reikalingas Meri. Aš esu atsakingas už ją. Aš neturiu kaltinti Meri, nes ji neatlaikys. O jei kaltinsiu, turiu daryti tai labai subtiliai“.

18. Meri ir Džo nesutarimai turi „nueiti į pogrindį“. (Iš esmės didžioji jų komunikacijos dalis pradeda vykti pogrindyje, ji tampa paslepta, uždara, netiesiogine.)

a) Kai Džo ir Meri nori apkaltinti vienas kitą, kad partneris kažko neduoda, jie turi slepti savo kaltinimą ir komunikuoti uždaru būdu.

b) kai jie nori ko nors paprašyti, turi slepti savo prašymą ir komunikuoti uždaru būdu.

19. Štai pavyzdys, kaip skamba pasleptas prašymas. Tarkime, Meri nori nueiti į kiną.

a) Užuoat pareiškusi „Aš noriu nueiti į kiną. O tu?“, Meri gali pasakyti Džo „Tu norėtum nueiti į kiną, ar ne?“ arba „Tau būtų naudinga nueiti į kiną“.

b) Jei ji turi paslepti savo prašymą dar giliau (jei ji, pavyzdžiui, yra iš tų, kurias vadiname „šizofreniškėmis“), gali pasakyti „Gatvės pradžioje yra naujas kino teatras“ arba „Man patinka kondicionuotas oras“.

20. Štai pavyzdys, kaip skamba pasleptas kaltinimas. Sakykime, Džo neatsako į Meri prašymą.

a) Užuoat pasakiusi „Tu negirdi manęs, kai aš tavęs ko nors prašau. Tu esi paršas!“ Meri pareiškia: „Žmonės niekad nekreipia į mane dėmesio“.

b) Arba jei ji turi paslepti savo kaltinimą dar giliau (kaip kad būna šizofrenikams), ji gali pasakyti: „Pasaulis neturi ausų“.

21. Kai prašymai ir kaltinimai kiek paslepti, bet kuris trečias asmuo, stebintis šį bendravimą, jaučiasi pasimetęs ir klausia: „Ko jie nori vienas iš kito? Kuris ką padarė kitam?“

a) Vaikas tokioje šeimoje gali jaustis pasimetęs.

b) Terapeutas gali jaustis pasimetęs, jei jis nesugebės padaryti tai, kad norai ir kaltinimai taptų aiškūs, kad vienas asmuo adresuotų juos kitam.

22. Jei stebėtume žmonių kontinuumą, kurio viename gale yra labiausiai funkcionalūs asmenys, ki-

tame - mažiausiai funkcionalūs, tai pastarųjų norai ir kaltinimai turėtų vis mažiau adresatų.

a) Jie adresuojami greičiau artimiausiai planetai negu arčiausiai esančiam žmogui.

b) Į prašymus ir kaltinimus atsakoma išsisukinejimu.

- Informacija siunčiama tarsi niekam.

- Atsakoma taip pat tarsi niekam.

23. Meri ir Džo gali vengti prašyti ir kaltinti, pasitraukdami iš situacijos. Tuo pat metu atvirą pasitraukimą jie paverčia paslėptu kaltinimu.

a) Jie gali pasitraukti su šiais žodžiais: „Daryk, kas tau patinka... Daryk, kaip nori... Tu, mielasis, visad teisus“.

b) Jie gali tylomis pasitraukti iš situacijos tuo metu, kai reikia priimti svarbius sprendimus. Taip elgdamiesi poteksteje jie taria: „Daryk, ką nori. Tam, kad gyvenčiau su tavimi, aš turiu pasitraukti“.

c) Jie gali pasitraukti, panaudodami vaistus, miegą, alkoholį, nedėmesingumą, „kvailumą“. Tokiu atveju jie taria: „Daryk, ką nori. Tam, kad gyvenčiau su tavimi, aš turiu būti pusiau sąmoningas“.

d) Jie gali pasitraukti, pasinaudodami fizine liga. Tokiu atveju jie taria: „Daryk, ką nori. Kad gyvenčiau su tavimi, aš turiu sirgti“.

e) Galiausiai jie gali pasitraukti, pasinaudodami psichine liga. Tokiu atveju jie taria: „Daryk, ką nori. Kad gyvenčiau su tavimi, aš turiu būti pamišėlis“.

24. Po šia prieštaravimo, vengimo skraiste Meri ir Džo vis dar bando išspręsti savo jausminių konfliktą: mylimi jie ar ne.

a) Kiekvienas stengiasi paslėpti savo nusivylimą.

b) Kiekvienas stengiasi nuraminti, apsaugoti kitą, įtikinti jam, nes kitas jam reikalingas, kad išgyventų.

c) Ką jie bedarytų, jų veikimo būdas parodo, kiek jie jaučiasi nusivylę, nukankinti, apipiešti.

25. Kaip terapeutė aš suprantu, kad kuo labiau žmonių komunikacija yra paslėpta, netiesiogine, tuo didesnė tikimybė, kad jie nefunkcionalūs. Tačiau

aš dar nekalbėjau apie sutuoktinius, kurie tąso vienas kitą, arba apie tai, ką aš vadinu „sūpynių sindromu“.

a) Kiekvienas sako: „Aš teisingas!“, „Ne, aš teisingas!“, „Tu esi mulkis!“, „Ne, tu esi kvaiša!“

b) Šios poros bent jau „tamposi“ atvirai.

- Jie atvirai nesutaria, tačiau tuo pat metu jų nesutarimas egzistuoja paslepta forma.

- Vienas sutuoktinis nepainioja savo norų su kito. Kiekvienas gali gana lengvai suvokti kito norus, kadangi dažniausiai jie išreikiami.

- Bet kuris trečias asmuo gali lengvai pastebėti, kad tie du nesutaria, gali pakomentuoti šį faktą ir gaus savo nuomonės patvirtinimą.

- Vyras ir žmona iš „sūpuoklinės šeimos“ neapgaudinėja savęs, vienas kito, ar kitų žmonių, kad jaučiasi nusivylę. Tačiau kiekvieno individualus savo menkos vertės pajautimas sukuria abipusį vienas kito poreikį ir jie jaučiasi pagauti. Jie gali pripažinti skirtingumą, bet ne atskirumą.

26. Apibendrinant, jei Meri ir Džo yra dideliu laipsniu nefunkcionalūs (yra vaiko, turinčio rimtų problemų, tėvai), jie žemai vertina save, turi didelių lūkesčių ir mažai pasitikėjimo. Todėl jie gali lengvai užtvirtinti tokius santykius, kuriuose Aš ir kitas paviršiniu lygiu tampa neatskiriami. Pripažinti savo unikalumą jie tegali tik paslepta forma.

a) Tai vyksta taip, tarsi Džo sakyty sau: „Aš reikalingas Meri, aš atsakingas už ją. Aš turiu sutarti su ja, nes kitaip ji neišlaikys. Meri ir aš nesame skirtingi. Ir tarp mūsų neturi atsirasti nesutarimų, nebent dėl smulkmenų. Ji jaučia tai, ką aš jaučiu, jai patinka tai, kas man patinka, ji mano, ką aš manau. Mūsų kraujotaka ta pati, mes gyvename dėl vienas kito“.

b) Kiekvienas taip stipriai stengiasi įtikti kitam, apsaugoti kitą, kad galiausiai tegyvena taip, kaip mano, jog kitas to pageidautų.

- Kiekvienas perduoda savikontrolės funkciją kitam ir kartu tuo piktinasi.

- Kiekvienas prisiima atsakomybę už kito kontrolę ir kartu tuo piktinasi.

27. Galiausiai kiekvienas vieną minutę elgiasi kaip tėvas, o kitą - kaip vaikas.

a) Kiekvienas sako: „Tvarkyk mano gyvenimą vietoj manęs (tačiau aš noriu, kad taip nedarytum!)“.

b) Be to, kiekvienas sako: „Gerai, aš tvarkysiu tavo gyvenimą už tave (tačiau aš noriu, kad tu pats jį tvarkytum!)“.

c) Kiekvienas paeiliui yra tai stiprus, adekvatus asmuo, tai bejėgis, neadekvatus. Šiuose santykiuose tuo pat metu tik vienas gali būti stiprus ir adekvatus.

d) Kiekvienas veikia, tarsi tuo pat metu yra nesuderinama būti individu ir žmona ar vyru, tarsi individualumas ir vedybinis gyvenimas negalėtų egzistuoti kartu.

28. Prieš vedybas Meri ir Džo iš esmės niekada nebuvo pilnai atskleidę savęs kaip individualybių.

a) Dabar, po vedybų, norėdami atlikti sutuoktinio vaidmenį, jie bando neparodyti, kad lig šiol jie atskleidė tik menką dalelę savo individualumo.

b) Išoriškai jie stengiasi būti tik sutuoktiniais, gyvenančiais dėl vienas kito.

c) Išreikšti save kaip individus jie vis dar stengiasi pasleptais būdais.

29. Meri ir Džo tęsia tokius santykius, nes realiai ir nesitikejo kitokių.

a) Jie gali nuolat laukti, kad bus kitaip (gyvenimas kaip gyvenimas, - bet gal jis pasikeis!).

- Meri gali tikėtis, kad Džo pasirodys kitoks, nei ji manė esant vyrus.

- Džo gali tikėtis, kad Meri pasirodys kitokia, nei jis manė esant moteris.

b) Tuo tarpu Meri tenka gintis nuo savo bugštavimų pasinaudojant ta pačia taktika, kurią naudojo jos tėvai vienas prieš kitą, nes ji nežino kitokios. (Džo daro tą patį.)

30. Kokie bebūtų Meri ir Džo tarpusavio santykiai, abu yra nusivylę rezultatu.

a) Prie to, kas likę iš jų kaip individų vaidmens ir prie bandytų sukurti sutuoktinių vaidmenų netrukus prisidės tėvų vaidmuo.

b) Jei jiems buvo sunku integruoti individo ir
sutuoktinio būtį, taip pat jiems bus sunku integruoti
ir tėvystę.

Verte G. Chomentauskas ir R. Chomen-
tauskiene

Versta iš: Satir V. Coinjoint Family Therapy.
P. 13-23.