

Jarosław JAGIEŁA
*Akademia Ignatianum
w Krakowie*

Dziecko zbuntowane Problem dziecięcego nieposłuszeństwa w świetle behawioryzmu i analizy transakcyjnej

Abstract: A Rebellious Child. The problem of child's disobedience from the perspective of behaviorism and transactional analysis

For behaviorists parental training are the best way of solving the problem of younger children's disobedience. During workshops parents learn a series of habits connected with consistent and attentive behaviors directed at the child. Transactional analysis emphasizes the importance of relations in developing rapport and strokes as one of the ways of influencing the child. A synergic combination of both approaches to child's rebellious behaviors may prove more effective than activities undertaken within only one theoretical and practical framework.

Key words: younger children's rebellious behaviors, behaviorism, transactional analysis, synergic approach

Słowa kluczowe: zachowania buntownicze młodszych dzieci, behawioryzm, analiza transakcyjna, podejście synergiczne

Własna wieloletnia praktyka terapeutyczna pozwala mi zauważyć, że wśród różnych problemów i kłopotów, z jakimi rodzice zwracają się o pomoc do specjalistów, kwestia nieposłuszeństwa czy buntowniczych zachowań ich dzieci zajmuje jedno z czołowych miejsc. Ten fakt wydaje się zatem wystarczającym powodem i uzasadnieniem poszukiwania strategii lub konkretnych sposobów pomocy w pojawiających się trudnościach z budowaniem konstruktywnych relacji między rodzicami i dziećmi. W tym miejscu warto zauważyć, że choć będziemy skoncentrowani na interakcjach rodzinnych, wszystko, co zostanie tu powiedziane, w równym stopniu odnosić się może do sytuacji szkolnych czy przedszkolnych i dotyczyć nauczycieli klas młodszych oraz przedszkoli.

Mówiąc o dzieciach zbuntowanych, będziemy mieli na myśli te, które przez budzące sprzeciw otoczenia zachowania eksternalizują swoje emocjonalne stany wewnętrzne, np.: agresję, zazdrość, gniew, wściekłość. Skupimy się na grupie dzieci w przedziale 2–12 lat, które zazwyczaj określamy jako nieposłuszne, trudne, agresywne czy — mówiąc bardziej ogólnie — niewspółpracujące z otoczeniem (rodzicami, opiekunami, nauczycielami lub wychowawcami). Są to dzieci niepoddające się naturalnym rygorom życia społecznego, demonstrujące swój sprzeciw buntem i nieposłuszeństwem. Nie sposób tego rodzaju zachowań nie dostrzec nie tylko w domu czy szkole, ale także w różnych przestrzeniach czy sytuacjach życia zbiorowego (supermarkety, kościoły, spotkania towarzyskie itd.), gdzie rozgrywają się swoiście rozumiane dramatyczne i trudne do opamiętania „spektakle” dziecięcego buntu i sprzeciwu. W tych zachowaniach pojawiają się powtarzające się demonstracje słownej i fizycznej agresji, złości i krzyku, negacji, rzucania przedmiotami, kłótni, ignorancji, wymuszania, przeklinania, przeszkadzania innym, dokuczania i wiele innych form oporu. Spektrum takich destrukcyjnych zachowań jest dość obszerne.

W naszych rozważaniach pominiemy natomiast dzieci starsze, będące w okresie dorastania, których upór i nieposłuszeństwo ma z reguły inny charakter, inne przyczyny oraz z reguły w nieco odmienny sposób się przejawia. Bez wątplenia i w jednym, i w drugim przypadku pojawiają się jednak elementy wspólne. Nie zapominajmy też, że pewna doza dziecięcego oporu i negacji ma znaczenie rozwojowe, dobrze służy kształtowaniu się osobowości oraz tożsamości dziecka.

R. A. Barkley stwierdza:

Do pewnego stopnia brak posłuszeństwa lub występowanie zachowań buntowniczych są u dzieci normalne, szczególnie w wieku przedszkolnym. Jeśli pojawiają się spontanicznie, to nie należy postrzegać ich wtedy w kategoriach patologii czy odstępstw od normy (2015, s. 37).

Autor ten dodaje również, że tego rodzaju sporadyczne przypadki nie uzasadniają podejmowania pomocy specjalistycznej.

Dzieci zbuntowane, o których będzie tu mowa, swoim ciągle demonstrowanym sprzeciwem i nieposłuszeństwem dostarczają otoczeniu (głównie rodzicom) frustracji, poczucia bezsilności, wstydu i zakłopotania. Niektóre z przejawów tych zachowań mogą wskazywać na kwalifikacje psychopatologiczne w postaci: zespołu nadpobudliwości psychoruchowej z deficytami uwagi (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder* — ADHD), zaburzeń zachowania (*Conduct Disorder* — CD), okresowych zaburzeń eksplozywnych (*Intermittent Explosive Disorder* — IED) czy zachowań buntowniczo-opozycyjnych (*Oppositional Defiant Disorder* — ODD), które mieszczą się we wspólnej grupie zaburzeń niszczycielskich, kontroli impulsów i zachowania (*Kryteria diagnostyczne z DSM-5*, 2015, s. 211–218). Prześledźmy zatem na przykładzie dwóch kierunków i szkół postę-

powania psychoterapeutycznego, jakiej oferty pomocy w tego rodzaju zaburzeniach można oczekiwać od specjalistów reprezentujących nieco odmienne, choć mogące się w dużym stopniu uzupełniać — jak stwierdzimy w konkluzji — nurty pomocy psychologicznej.

Behawioryzm jako koncepcja terapeutyczna

Behawioryzm od czasów Iwana Pawłowa, Johna B. Watsona, Edwarda Thorndike'a, Burrhusa Skinnera, Clarka Hulla czy pionierki terapii behawioralnej Mary Cover Jones wciąż pozostaje znaczącym kierunkiem w psychologii i praktyce terapeutycznej. Koncentruje się raczej na zachowaniach poddanych obserwacji niż na wewnętrznych stanach psychicznych. Zachowania te ujmowane są w kategoriach bodźca oraz reakcji i wynikają z uczenia się, motywacji, uwarunkowań biologicznych czy różnic indywidualnych. Stała czasowa sekwencja między bodźcem a reakcją nazywana jest nawykiem. I choć można w dużym uproszczeniu powiedzieć, że ważną część intencjonalnego wychowania stanowią procesy nabywania pożądanых zachowań w postaci nawyków, to jednocześnie wraz z nimi mogą pojawić się nawyki niepożądane, które nabierają cech patologicznych, jeśli stanowią sztywną, niezmienną odpowiedź na pewne bodźce; mają one wówczas charakter autodestrukcyjny i — co niezwykle ważne dla naszych rozważań — są niedostosowane do społecznych wymagań.

Wszelkie zachowania — zgodnie z koncepcją behawioralną — a także owe dezadaptacyjne nawyki powstają w procesach uczenia się. Decyduje o tym zarówno warunkowanie klasyczne, będące skojarzeniem bodźca bezwarunkowego z bodźcem warunkowym, wskutek czego powstaje reakcja warunkowa, jak i warunkowanie sprawcze, stanowiące konsekwencję mechanizmów wzmacniania przez system kar i nagród określonych — celowych lub przypadkowych zachowań. Modelowanie natomiast — jako trzecia droga uczenia się — jest nabywaniem zachowań przez obserwowanie ich u innych ważnych dla jednostki osób i przejmowaniem ich do własnego repertuaru.

Behawioryzm zasadniczo nie wypowiada się lub wypowiada się bardzo niechętnie na temat zjawisk intrapsychicznych. Przykładowo: osobowość to nic innego jak zespół odruchów tworzących struktury nawyków, a te z kolei tworzą poszczególne wymiary osobowości. Terapia behawioralna przebiega z reguły według stałego schematu następstw. Rozpoczyna ją wnikliwa diagnoza (analiza behawioralna), która zmierza głównie do ustalenia sposobu, w jaki ukształtowały się dezadaptacyjne nawyki, oraz określenia motywacji do zmiany zachowań. Uważa się bowiem słusznie, że poziom motywacji ma kolosalne znaczenie dla efektów terapii. Jeśli zatem motywacja nie jest dostateczna, podejmuje się liczne działania, które mają na celu jej zwiększenie, np. przez wzmocnienie pozy-

tywnych oczekiwań, samodzielne wyznaczenie przez pacjenta celów terapii, wyjaśnienie przez terapeutę przyszłych procedur i stosowanych metod. Ważne miejsce na tym etapie zajmuje zawarcie kontraktu terapeutycznego, którego rola i znaczenie są podobnie istotne jak w przypadku omawianej dalej koncepcji analizy transakcyjnej. Kontraktowi musi towarzyszyć wzajemna zgoda, rozważa, kompetencje osób zawierających tego rodzaju umowę oraz legalność w sensie prawnym. Pacjent lub para czy grupa pacjentów (w przypadku terapii małżeńskiej, rodzinnej lub grupowej) muszą wziąć odpowiedzialność za zmianę, a w przypadku nierealistycznych oczekiwań wobec terapii te spodziewane, choć iluzoryczne, oczekiwania muszą zostać skorygowane z poszanowaniem godności i wyboru pacjenta. Dalsze miejsce zajmuje zastosowanie konkretnych procedur terapeutycznych. Terapia behawioralna wypracowała wiele strategii, metod i technik pomocy psychologicznej. Ich spektrum jest tak szerokie, że trudno omówić je w sposób wyczerpujący. Wspomnijmy zatem tylko o niektórych. Często wymienia się w takich przypadkach technikę systematycznej desensytyzacji, jako postępowanie służące wygaszaniu lęku na skutek połączenia poprzez warunkowanie klasyczne bodźców zagrażających z bodźcami odprężającymi. Wykorzystuje się tu tzw. prawo wzajemnego hamowania, mówiące o tym, iż nie można być jednocześnie w dwóch przeciwstawnych stanach psychicznych. Podobną technikę stanowi terapia implozyjna, w której następuje masywna ekspozycja na bodźce lękotwórcze, czy technika wzmocnień awersyjnych (awersyjnego przewarunkowywania), polegająca na kojarzeniu nieprzystosowawczych zachowań z bodźcami o awersyjnym charakterze. W przypadku wykorzystywania warunkowania sprawczego (nazywanego też niekiedy instrumentalnym) stosuje się technikę określaną mianem „polityki żetonów”, sprowadzającą się do posługiwania się zestawem odpowiednich środków („żetonów”), służących wzmocnianiu zachowań oczekiwanych lub wygaszaniu nawyków niepożądanych.

Jedną z technik stosowanych w przypadkach nieposłusznych zachowań dzieci jest tzw. technika *time-out*, polegająca na chwilowym odizolowaniu dziecka od reszty rodziny lub otoczenia. Dziecko pozbawia się w ten sposób uwagi, którą otrzymało w momencie prezentacji destrukcyjnego zachowania. Przerwana zostaje sytuacja wzajemnej eskalacji złości między dzieckiem a rodzicami. Dziecko, po to, aby się uspokoiło i odetchnęło, zostaje najczęściej odesłane do swojego pokoju lub określonego stałego miejsca. Swego czasu technikę tę można było oglądać w jednym z programów telewizyjnych, gdzie wspomniane miejsce odosobnienia nosiło umowną nazwę „karnego języka”. Wspomnijmy jeszcze o technice modelowania, starającej się ukazywać zachowania, które pacjent ma opanować, np. asertywność, będącą wyrazem stanowczości, łagodności i braku lęku w sytuacjach konfrontacji, czy umiejętność rozwiązywania konfliktów. Psychodrama behawioralna służy z kolei opanowaniu owych zachowań przez

trening w odgrywaniu odpowiednio przygotowanych scenek dramatycznych. Postępowanie terapeutyczne wieńczy utrwalanie i uogólnianie zmian przez ćwiczenia i konsultacje z terapeutą, czytanie zalecanej literatury (biblioterapia). Wszystko to odbywa się z poszanowaniem zakresu zmian, które nastąpiły i które pacjent uważa za korzystne.

Nie sposób wymienić tu wszystkich możliwych strategii i działań terapeutycznych w obszarze terapii behawioralnej. Nadmienmy jedynie, że w ostatnich latach jedno z popularnych podejść w terapii zaburzeń rozwojowych, w szczególności autyzmu dziecięcego, określane bywa jako analiza behawioralna (ang. ABA — *Applied Behavior Analysis*). Wykorzystuje się tu prawa uczenia się przez warunkowanie klasyczne i sprawcze. Metoda ta polega na wyborze zachowań, które mogą być łatwo i efektywnie zmieniane za pomocą treningu ustalonych i rozbitych na najprostsze etapy umiejętności, a te następnie są wzmacniane. Określone zachowanie, które ma być skorygowane, nie jest tu traktowane jako rezultat patologii, ale jako deficyt pewnych umiejętności, które można nabyć przez uczenie właściwego zachowania.

Zalety podejścia behawioralnego sprowadzają się głównie do względnej krótkotrwałości postępowania terapeutycznego, które dokumentuje się przez sprawdzalne dane empiryczne. W ostatnim czasie używa się zamiennie określenia, iż jest to „terapia oparta na dowodach”, w przeciwieństwie do innych kierunków i nurtów, którym w mniejszym lub większym stopniu zarzuca się spekulatywność i brak potwierdzonych danych o ich skuteczności. Dobre efekty uzyskuje się w przypadkach zaburzeń i deficytów samych zachowań; w sytuacjach bardziej złożonych i nieświadomych uwarunkowań pojawiających się problemów bywa niestety gorzej. Krytyka behawioryzmu zarzuca tej koncepcji, że nie chce dostrzegać, iż ludzkie problemy to coś więcej niż tylko nieprzystosowawcze zachowania. Leczenie objawów bywa powierzchowne i niejednokrotnie następuje substytucja symptomów. Gdy mamy do czynienia z głębszymi problemami psychologicznymi (np. charakterologicznymi, egzystencjalnymi, związanymi z deficytami tożsamości, czy kryzysami życiowymi), terapia behawioralna okazuje się mniej przydatna i zachęcająca.

Problem dziecięcego nieposłuszeństwa w koncepcjach behawioralnych

Na gruncie behawioryzmu powstały liczne rozwiązania, a nawet teorie wyjaśniające przyczyny nieposłuszeństwa dzieci w wieku przedszkolnym i młodszym szkolnym.

Jedną z takich teorii jest propozycja G. Pattersona, określana jako tzw. teoria przynusu (*coercion theory*). W największym skrócie można powiedzieć, że koncentruje się ona na znaczeniu dominujących negatywnych wzmocnień w re-

lacjach rodzic–dziecko, które podtrzymują konflikty i wrogość między nimi. Negatywne wzmocnienie następuje wtedy, gdy konkretne działanie jednostki pozwala ograniczyć lub zakończyć niepożądane zachowanie, awersyjną sytuację lub interakcję przez wymuszenie uległości drugiej strony. Obie strony konfliktu uczą się, że nawet jeśli początkowo odpowiedzią jest opór, to eskalując negatywne zachowanie (krzyk, wymuszenie, agresja), skutecznie doprowadzi się do kapitulacji i wycofania drugiej strony. Wzmocnienia negatywne zwiększają prawdopodobieństwo podejmowania podobnych lub takich samych aktów nieposłuszeństwa, a z czasem muszą osiągać coraz większą intensywność u obu stron konfliktu (Patterson, 1982). Dokładnie prześledzić można to zjawisko jako sekwencję zdarzeń, gdy rodzice oczekują od dziecka określonych zachowań, na które nie chce się ono zgodzić. Na przymus rodziców dziecko reaguje nieposłuszeństwem, a ich bezradność i brak konsekwencji tylko wzmacniają prawdopodobieństwo podobnych zachowań w przyszłości.

Cóż zatem oferują terapeuci behawioralni rodzicom zmagającym się z tego rodzaju dysfunkcjonalnością zachowań swoich dzieci? Istnieją specjalne programy adresowane wyłącznie do rodziców lub opiekunów o charakterze terapeutyczno-szkoleniowym, oparte w dużym stopniu na wspomnianej teorii przymusu. Przykład takiego programu można odnaleźć w książce R. A. Barkleya *Zbuntowane dzieci. Ocena terapeutyczna oraz program pracy z rodzicami. Podręcznik kliniczny* (2015). Autor proponuje rodzicom projekt 10 kroków postępowania z dziećmi, o jakich mówimy. Są to rozwiązania bardzo konkretne, odnoszące się z dużym pietyzmem do każdego szczegółu, niuansu czy kontekstu¹. Można rzec: dokładna instrukcja obsługi; terapeuta działa tutaj jak dobrze zaprogramowane urządzenie, o czym świadczyć może choćby to, iż autor rozpisuje sekwencję działań w sytuacjach nieposłuszeństwa dziecka, posługując się dosłownie schematami cybernetycznymi. Terapeuci przywiązani do takiego stylu pracy odnajdą tu zapewne wiele satysfakcjonujących ich rozwiązań. Wątpliwości pojawiają się jednak w momencie, gdy zadamy sobie pytanie o efektywność proponowanych procedur.

Jak wiadomo, w praktyce terapeutycznej podejmowane interwencje nie zawsze przynoszą spodziewany skutek. R. A. Barkley, mając tego świadomość, pisze tak:

Liczba prac potwierdzających utrzymywanie się rezultatów leczenia napawa optymizmem, choć nie wszystkie publikacje na temat szkoleń dla rodziców podają taki sam wniosek. Niektóre

¹ Tematyka owych 10 kroków to: 1. Dlaczego dzieci nieodpowiednio się zachowują? 2. Zwracanie uwagi. 3. Rozwijanie posłuszeństwa i umiejętności samodzielnej zabawy dziecka. 4. Gdy pochwała nie wystarcza. 5. Time-out i inne metody dyscyplinowania dziecka. 6. Rozszerzenie procedury time-out na inne niewłaściwe zachowania. 7. Przewidywanie problemów w radzeniu sobie z dzieckiem w miejscach publicznych. 8. Poprawa zachowania w szkole dzięki monitorowaniu w domu: stosowanie karty obserwacji zachowania. 9. Radzenie sobie z innymi problemami z zachowaniem w przyszłości. 10. Sesja przypominająca i dalsze spotkania kontrolne.

z nich nie potwierdzają długotrwałych rezultatów behawioralnego szkolenia rodziców (2015, s. 21).

Potwierdza się zatem wcześniej wspomniana reguła, która mówi, że dzięki podejściu behawioralnemu można dość szybko i skutecznie usunąć wiele kłopotliwych objawów, lecz rezultaty tego rodzaju zabiegów nie utrzymują się zbyt długo. Przynoszą ulgę i poprawę, po pewnym czasie jednak wszystko może powrócić do stanu początkowego. Rzecz jasna, nie zawsze tak się dzieje, a czasem usunięcie samych objawów przynosi samo w sobie odprężenie i wytchnienie na dłużej. Może to stwarzać szanse na bardziej pogłębioną eksplorację problemu, którego uwarunkowania jakże często sytuują się w głębszych niż tylko samo zachowanie czynnikach psychicznych uczestników konfliktowych i trudnych zachowań.

Rodzicom, którzy nie decydują się na poddanie się procedurom terapeutycznym, behawioryzm oferuje serię poradników poświęconych nieposłusznym dzieciom, prezentujących możliwe i podobne rozwiązania w sposób bardziej przystępny, choć jednocześnie bardzo upraszczający często złożony i daleki od jednoznaczności problem psychologiczny. Jeden z autorów komunikatywnego i mającego swoje niezaprzeczalne walory poradnika zachęca rodziców do zmiany postępowania także przez kilkusetapowe działanie. Pisze:

Każdy krok zawiera wskazówki, jak zachowywać się w typowych sytuacjach, które często są problematyczne dla rodziców, uczy np., jak dawać polecenia i nakazy, jak reagować, gdy dziecko nie chce słuchać, jak prawidłowo i konsekwentnie używać systemu nagród oraz kar i skutecznie wdrażać dziecko do wykonywania codziennych obowiązków (Kapalka, 2012, s. 75).

Można jedynie powątpiewać, czy ograniczenie się do lektury nawet najbardziej przydatnego poradnika dla rodziców, szczególnie w pogłębionych przez psychopatologię sytuacjach, przyniesie spodziewane efekty. W takich momentach nie pozostaje nic innego, jak zwrócić się o profesjonalną pomoc do specjalistów mających udokumentowane kwalifikacje oraz znaczące doświadczenie zawodowe, a także — co nie jest bez znaczenia — życiowe.

Zaprezentowane podejście behawioralne, choć zwraca uwagę na charakter interakcji między rodzicem i dzieckiem, to jednak nie odnosi się do nich w sposób pogłębiony, ograniczając się głównie do obserwowanych manifestacji zachowań i chęci ich korekty. Odnotowuje się wprawdzie dostrzegalne przejawy słabych więzi między dzieckiem i rodzicami, trudności komunikacyjnych, braku konsekwencji wychowawczych czy nawet niezamierzone wzmocnienie zachowań buntowniczych dziecka przez rodziców, ale jednak widzi się tego rodzaju aspekty interakcji w kontekście typowym dla owej orientacji. Problemom i znaczeniu relacji, w jakie wchodzi podmioty tego typu zdarzeń, znacznie więcej miejsca poświęca natomiast inna szkoła terapeutyczna — analiza transakcyjna.

Analiza transakcyjna jako koncepcja terapeutyczna

Analiza transakcyjna — AT (ang. *transactional analysis* — TA) powstała jako jedna z koncepcji psychologicznych i psychoterapeutycznych w Stanach Zjednoczonych w połowie lat pięćdziesiątych ubiegłego wieku za sprawą Erica Berne'a. W roku 1962 ukazała się jego książka w całości poświęcona nowym, choć nawiązującym w mniejszym lub większym stopniu do psychoanalizy, rozwiązaniom w psychoterapii — *Transactional Analysis in Psychotherapy* (Analiza transakcyjna w psychoterapii) (tamże, s. 285). Dość szybko dostrzeżono użyteczność analizy transakcyjnej w badaniu i rozumieniu nie tylko praktyki terapeutycznej, ale także w przypadkach innego typu relacji międzyludzkich, w tym kształcenia i wychowania (Amundson, Sawatzky, 1976, s. 217–220). Przykładem mogą być prace S. Solesa, który analizował odmienności i podobieństwa pomiędzy nauczycielem a psychoterapeutą oraz stworzył ramy dla roli nauczyciela w nurcie analizy transakcyjnej, a także zajął się analizą gier transakcyjnych w klasie szkolnej (1963, s. 97). Można go zatem śmiało uznać za prekursora nurtu AT określanego jako edukacyjna analiza transakcyjna — EAT (ang. *educational transactional analysis* — ETA).

Założenia AT sprowadzają się do przeświadczenia, że każda osoba w dowolnym wieku i na każdym etapie rozwoju może nauczyć się odpowiedzialności za swoje zachowanie. Twierdzi się, że „ludzie są OK” („People are OK”), co zakłada tolerancję zarówno dla siebie, jak i dla innych. Możliwe jest nieakceptowanie zachowania danego człowieka, nigdy jednak osoby jako takiej. Każdy człowiek, nawet będąc dzieckiem, ma zdolność do myślenia na swoim etapie rozwoju („Everyone has the capacity to think”). Wyjątek stanowią tu tylko osoby głęboko zaburzone psychicznie lub wykazujące uszkodzenie centralnego układu nerwowego. Wypływa stąd wniosek, że ludzie zdolni są decydować o swoim własnym losie, a ich decyzje mogą, i mają prawo się zmieniać („People decide their own destiny, and these decisions can be changed”). Zdrowa osoba w sposób autonomiczny, spontaniczny i świadomy jest zdolna do budowania relacji z innymi opartych na bliskości i otwartości. Celem analizy transakcyjnej jest zarówno rozwój podmiotowości jednostki jako takiej, jak i podnoszenie ogólnych kompetencji społecznych w relacjach międzyludzkich. Wśród niewątpliwych zalet analizy transakcyjnej należy wymienić przejrzystość założeń, których zastosowanie może ułatwiać kontakty międzyludzkie przez usprawnienie procesu komunikacji. Ma to kolosalne znaczenie w prowadzonych szkoleniach, które w sposób jasny i jednoznaczny przekazują istotne informacje dotyczące prawidłowości relacji (nazywanych tu transakcjami) między poszczególnymi osobami. Krytyka AT sprowadza się do przeświadczenia, że choć sięga ona głębiej do uwarunkowań zachowania człowieka, niż się to dzieje np. w behawioryzmie, to jednak też nie jest wolna od wielu uproszczeń.

Analiza transakcyjna składa się z czterech obszarów obejmujących: analizę struktury osobowości (transakcyjnych stanów Ja), analizę struktury czasu (w szczególności gier interpersonalnych), analizę transakcji (nazwaną też analizą właściwą) oraz analizę skryptu (ukrytego scenariusza życia jednostek i zbiorowości). Fundamentem omawianej tutaj teorii i konkretnej praktyki psychologicznej jest określona struktura osobowości. Składa się ona z trzech komplementarnych, ale też niejednokrotnie kontradycyjnych stanów Ja, będących spójnym zbiorem myśli, uczuć oraz doświadczeń manifestujących się w konkretnych zachowaniach danej osoby. Jest to stan Ja-Rodzic (R), będący wynikiem utrwalonych dyspozycji pochodzących z kontaktów z rodzicami lub osobami ich zastępującymi zarówno w aspekcie normatywnym i kontrolującym, jak i przez troskę, opiekę i wychowanie. Stan ten określa się też niekiedy jako „wyczoną koncepcję życia”.

Strukturą w jakimś sensie przeciwstawną jest stan Ja-Dziecko (Dz), stanowiący zbiór uczuć i stanów afektywnych sięgających dzieciństwa. Ma on swoje funkcjonalne przejawy w postaci przeżywanych naturalnych emocji, stanów podporządkowania i przystosowania się do oczekiwań oraz wymogów otoczenia, a także buntu w stosunku do tych nacisków lub przymusu.

Nieprzypadkowo ów stan wewnętrznego psychologicznego dziecka nazywany bywa niekiedy „odczuwaną koncepcją życia”. Instancję medacyjną stanowi obszar osobowości określanej jako Ja-Dorosły (D), który zapewnia dobry kontakt z rzeczywistością przez badanie i analizę siebie oraz otoczenia czy podejmowanie decyzji i znajdowanie odpowiedzi na ujawnienie się poprzednio wymienionych stanów Ja w danej sekwencji zachowania. Bywa opatrywany terminem „wymyślona koncepcja życia”.

Na podstawie wyodrębnionej struktury osobowości AT poddaje analizie również interakcje zachodzące w procesie komunikacji. Jednostkę komunikacji, jako bodziec i reakcję interakcyjną, określa się mianem transakcji. Różne ich typy pozwoliły na ustalenie zasad prawidłowych i konfliktowych odniesień między osobami. Reguły te odnoszą się także do relacji zachodzących między rodzicami i dziećmi (Harris, 1987, s. 87, 98–99). Transakcje decydują też o sposobie oraz intensywności spędzania wolnego czasu. Poczynając od sytuacji, gdy transakcje są zrywane (wycofanie), stanowią przykład powierzchownych i konwencjonalnych zachowań (rytuały), są działaniami zmierzającymi do osiągnięcia pewnego założonego z góry celu (procedury), czynnościami służącymi osiągnięciu przyjemności psychologicznej, po interakcje najbardziej bliskie, bezpośrednie, nacechowane otwartością i szczerością (intymność). Osobne miejsce w typologii form strukturalizacji czasu zajmują gry interpersonalne (nazywane też psychologicznymi lub intrygami transakcyjnymi). Klasyczna już definicja gry sformułowana przez E. Berne’a mówi, że jest to seria następujących po sobie ukrytych transakcji, zawierających jed-

nak psychologiczną pułapkę, w jaką inicjator takiej sytuacji (nazywany w tej koncepcji Agensem) pragnie schwytać swojego adwersarza (Berne, 1987, s. 43–61).

Z czasem pojawiły się jeszcze inne próby określenia tego fenomenu interpersonalnych odniesień, który z całą pewnością bliższy jest poruszanej przez nas problematyce nieposłuszeństwa wychowawczego. Jedna z nich, zaproponowana przez V. Joinesa, sprowadza grę do podejmowania poza świadomością określonej aktywności zmierzającej do osiągnięcia ukrytego celu. W szczególnie sposób nieaktywny jest tu stan Ja-Dorosły. Tak rozumianej gry nie da się rozpoznać, dopóki uczestnicy nie zmieniają swojego zachowania. I jeszcze jedno ważne uzupełnienie — każda ze stron tej interakcji kończy tę sekwencję poczuciem zakłopotania i konsternacji oraz jest skłonna do obwiniania drugiej strony z powodu zaistniałej sytuacji (Joines, 1982, s. 280–283).

Inny przedmiotowy obszar AT sprowadza się do analizy interakcji, które mają miejsce w sytuacji presji lub przemocy. Najbardziej znany jest tu model zaproponowany przez S. Karpmana, noszący miano Trójkąta Dramatycznego, w którym uczestnicy tego rodzaju zdarzeń przyjmują naprzemiennie psychologiczne role: Prześladowcy, Ofiary i Ratownika (S. Karpman, 1968, s. 39–43). Prześladowca (ang. *The Persecutor*) to ktoś, kto w sposób rygorystyczny wyznacza surowe reguły i narzuca ograniczenia, oczekując od innych niezwykle drobniawego ich przestrzegania. Z kolei Ofiara (ang. *Victim*) podporządkowuje się tym wymaganiom i presji, choć wewnętrznie może się im przeciwstawiać, i — co jest też charakterystyczne — może sama prowokować takie sytuacje. W powyższą relację wpisuje się rola Ratownika (ang. *The Rescuer*), który pod pretekstem pomocy nierzadko odbiera możliwość autonomicznego rozstrzygnięcia relacji Prześladowca–Ofiara, uzależniając uczestników interakcji od siebie. Konstruktywną odpowiedzią na Trójkąt Dramatyczny jest opracowany przez A. Choy Trójkąt Zwycięzcy, ukazujący dynamikę pożądaných zachowań w interpersonalnych sytuacjach konfliktowych. Role, które się tu ujawniają, to bycie asertywnym (ang. *assertive*), troskliwym (ang. *caring*) oraz wrażliwym/potrzebującym (ang. *vulnerable*).

Należy jeszcze wspomnieć o występującej w koncepcji analizy transakcyjnej klasyfikacji pozycji życiowych. Są one zgeneralizowanymi postawami wobec siebie oraz innych, służą do usprawiedliwiania własnych decyzji i zachowań jako fundamentalny punkt widzenia na zasadnicze wartości, jakie dana osoba dostrzega w sobie oraz w otoczeniu (Berne, 1998, s. 115–127, 529). Wyróżniamy tu takie pozycje, jak:

1. JA jestem nie OK — TY jesteś OK (pozycja neurotyczna).
2. JA nie jestem OK — TY nie jesteś OK (pozycja depresyjna).
3. JA jestem OK — TY nie jesteś OK (pozycja psychopatyczna).
4. JA jestem OK — TY jesteś OK (pozycja optymalna).

Pierwszą pozycję oznaczamy umownie jako (-, +), drugą (-, -), trzecią (+, -), czwartą (+, +). Tylko czwarta pozycja umożliwia w sposób najbardziej konstruktywny rozwiązywanie problemów, które nieuchronnie pojawiają się w codziennych sytuacjach. Należy też z dużym przekonaniem przyjąć, że stwarza ona najlepsze warunki dla poradzenia sobie przez rodziców z brakiem posłuszeństwa ich dzieci.

Kwestia dziecięcego posłuszeństwa i nieposłuszeństwa w analizie transakcyjnej

Zarysowana powyżej bardzo skrótowo problematyka analizy transakcyjnej pozwala spojrzeć na zagadnienie dziecięcego nieposłuszeństwa w sposób bardziej pogłębiony. Umożliwia znalezienie nowych kontekstów i odniesienie się w sposób bardziej wszechstronny oraz efektywny do pojawiających się traumatyzujących sytuacji, gdy dziecko buntuje się wobec wymogów otoczenia czy permanentnie odmawia wykonywania poleceń, reaguje złością lub nieuzasadnioną negacją w stosunku do rodziców.

Analiza transakcyjna podpowiada, że zachowanie dziecka, o jakim tu mówimy, wskazuje na to, iż nie tylko pozostaje ono dzieckiem *de facto*, ale znajduje się w stanie wewnętrznego dziecka określanego w klasyfikacji funkcjonalnej stanów ego jako Dziecko Zbuntowane (ang. *The Rebellious Child*). Z reguły definiuje się go jako: „[...] negatywny sposób przejawiania się Dziecka Przystosowanego, w którym dana osoba buntuje się przeciw obowiązującym regułom, nie chcąc się nim podporządkować” (Jagiela, 2012, s. 63–64).

Szerzej omawia stan Dziecka Zbuntowanego R. C. Drye w swoim odległym czasowo artykule (1974, s. 23–26). Określa ten stan Ja jako „zachowanie zorganizowane wokół pozycji, iż cokolwiek to jest i ktoś chce, abym to zrobił (lub nie zrobił), to dołożę wszelkich starań, aby tego nie zrobić (albo dla odmiany zrobię, bo on chce, abym tak nie robił)”². Zewnętrzna, sloganowa manifestacja tego zachowania brzmi: „Spróbuj mnie zmusić, ha-ha” (tamże, s. 23). Badacz słusznie zauważa, że buntowniczność jest wpisana w proces rozwojowy dziecka jako doświadczanie sytuacji, gdy „czegoś chcę, ale nie mogę” lub „nie chcę, ale muszę”, co pozwala zbudować obraz rodziców jako odrębnych osób. Są to procesy adaptacji, które obejmują zgodność, ale też bunt. Stąd trafnie uznaje się Dziecko Zbuntowane za odwrotny przejaw innego stanu funkcjonalnego osobowości, określanego jako Dziecko Przystosowane (ang. *The Adapted Child*), który charakteryzuje się posłuszeństwem wobec wewnętrznych lub zewnętrznych

² Tłumaczenia cytatów obcojęzycznych — jeśli nie oznaczono inaczej — pochodzą od autora artykułu.

poleceń rodzicielskich, aby zademonstrować, jak dana osoba chce czy może dostosować się do reguł lub oczekiwań społecznych (Jagięła, 2012, s. 61). Można by zatem uznać Dziecko Przystosowane (nazywane też niekiedy Zaadaptowanym) za Dziecko Zbuntowane *à rebours*.

R. C. Drye w swoim artykule koncentruje się głównie na aspektach terapeutycznych buntu, a nie pedagogicznych. Nie wszystkie zamieszczone tam wskazówki i sugestie da się przenieść na relacje wychowawcze, które w istocie mają inny charakter. Autor dostrzega np. dużą wartość w postawach buntu pacjentów, którzy w ten sposób mogą choćby przeciwstawić się surowym zakazom i nakazom, postrzeganym jako korespondujące z ich wewnętrznym stanem tzw. Rodzica Krytycznego (nazywanego też czasem Karzącym lub Normatywnym). Może to dotyczyć także obciążających zapisów skryptowych. Terapeuta musi jednak umieć prawidłowo zdiagnozować przejawy tego jawnego lub ukrytego buntu, mając świadomość, że niektóre z nich mają charakter destrukcyjny. Mogą przejawiać się w przyjmowaniu trudnego do zaakceptowania stylu życia, prowadzeniu tragicznych w skutkach gier (np. alkoholowych, narkotykowych), popełnianiu wykroczeń, w perwersji, zwlekaniu czy pasywności oraz wielu innych. Terapeuta, świadomy ujawniającej się struktury Zbuntowanego Dziecka u pacjenta, może sobie z nim poradzić — i jest to też cenna wskazówka mogąca być przydatna w aspekcie wychowawczym — gdy przestrzega znanego w terapii AT tzw. modelu 3 P (ang. *The Three P's Model*). W klasycznej postaci, zaproponowanej przez E. Berne'a, terapeuta winien przestrzegać następujących reguł: być chroniącym (*Protection*), co oznacza, że tworzy atmosferę asekuracji w sytuacji, gdy pacjent podejmuje próby łamania destrukcyjnych zakazów lub nakazów rodzicielskich; dostarczać pozwoleń (*Permission*) na eliminację przez pacjenta zachowań destrukcyjnych, wykorzystując swój stan Ja-Dorośli, a także — co wydaje się ważne z punktu widzenia wychowawczego — demonstrować swoją moc (*Power, Puissance, Potency*), którą pacjent dostrzega w relacji terapeutycznej (1998, s. 433–434, 452–453). Inni autorzy uzupełnili tę listę o kolejne elementy, np. J. Clarke o praktykę (*Practice*), czyli ćwiczenie nowych wzorów zachowań, oraz percepcję (*Perception*) — kontrolowanie tego, co dzieje się w relacji terapeutycznej (1996, s. 214–219). W. Lammers zaproponował jeszcze jedną regułę, którą można określić jako kroczenie naprzód (*Pacing*). Oznacza ona — mówiąc językiem AT — wychodzenie bez lęku poza ramy odniesienia (Lammers, 1997, s. 55–56). Inaczej rzecz ujmując, trzeba powiedzieć, że chodzi tu o pewien rodzaj odwagi, pozwalający wyjść poza dotychczasowe stereotypowe sposoby rozumienia i działania. Przedstawione założenia stanowią wciąż inspirowany obszar aktualnych analiz i dywagacji (Tudor, 2016, s. 50–62).

Wydaje się, że niektóre z tych zaleceń, formułowanych wprawdzie głównie dla terapeutów, mogą się okazać również przydatne rodzicom i wychowawcom w sytuacjach demonstrowanego nieposłuszeństwa dziecka. Chodziłoby tu

przede wszystkim o odczuwanie przez dziecko siły, konsekwencji i zdecydowania ze strony opiekuna, który powinien umieć wykroczyć poza typową sekwencję napiętej emocjonalnie sytuacji i mieć odwagę rozwiązać ją w inny sposób. Wszystko jednak powinno odbywać się w atmosferze chroniącej dziecko i pozwalającej mu odkrywać oraz ćwiczyć inne, korzystniejsze zachowania. Rodzic, mimo uczestnictwa w całym zdarzeniu i konieczności podejmowania reaktywnych działań, musi mieć świadomość tego, co tak naprawdę dzieje się w tej relacji, czyli kontrolować relację z metapoziomu.

Rodzice często stają przed dylematem, w jaki sposób mają posługiwać się systemem kar i nagród wobec nieposłusznego zachowania dziecka. Analiza transakcyjna operuje pojęciem strouków, które niejednokrotnie tłumaczone bywają na język polski jako „głaski” (Jagięła, 2012, s. 210–215). Są one wyrazem zauważenia kogoś, uznania, wsparcia, czasem aprobaty i akceptacji. Nie oznacza to jednak, że zawsze mają sens pozytywny, czasem mają charakter karzący, a mogą też nabierać znaczenia warunkowego, bezwarunkowego lub być fałszywe. W wymiarze behawioralnym demonstrowane są werbalnie (np. pochwała), niewerbalnie (np. przytulenie) lub w sposób czynnościowy (np. uważne słuchanie). Sama odmowa głasków, jak to się dzieje w przypadku wspomnianej procedury behawioralnej *time-out*, ma w sobie obok innego znaczenia także charakter karzący. W przytoczonym artykule R. C. Drye’a odnajdujemy zalecenie, aby pozytywne strouki (głaski) dostarczać pacjentowi głównie za przejawy współpracy z terapeutą (1974, s. 26). To ważne przesłanie. Można przetransponować ową dyrektywę na relacje rodzic–dziecko. Oznaczałoby to nagradzanie dziecka za wszelkie przejawy współpracy, porozumienia czy współdziałania z rodzicem, gdy pragnie ono wyjść z samowzmacniającego się kręgu nagromadzonych negatywnych emocji towarzyszących buntowi.

Koncepcja, o której mówimy, jest analizą transakcji, czyli jednostek komunikacji międzyludzkiej (bodźców i reakcji transakcyjnych) przez ujawniające się poszczególne stany Ja. Jeżeli zatem przyjmujemy, że dziecko w swoim braku posłuszeństwa prezentuje stan Ja-Dziecko Zbuntowane, to pojawia się pytanie, jaką odpowiedź (reakcję transakcyjną) otrzyma ze strony rodziców. W przypadku odzewu pochodzącego ze stanu Rodzica, szczególnie surowego i stawiającego wymagania funkcjonalnej odmiany tego obszaru osobowości określanej jako Rodzic Krytyczny (nazywany też niekiedy Karzącym), odpowiedzią dziecka może być tylko na zasadzie komplementarności Dziecko Przystosowane lub właśnie Dziecko Zbuntowane. W pierwszym przypadku mamy do czynienia z uległością, a nie posłuszeństwem, co, jak wiadomo, nie jest tym samym. Rodzice, zmuszając dziecko do uległości, a nie do odpowiedzialnego posłuszeństwa, czynią w ten sposób wiele szkód z wychowawczego punktu widzenia. R. Saciuk w swoim eseju *O nieposłuszeństwie* pisze, że dziecko, wdrażane w ten sposób do ślepego podporządkowywania się formalnym, narzuconym lub cza-

sem sztucznie wykreowanym autorytetem, staje się bezwolne (2004, s. 71). Dziecko, a później dorosły, uczy się tym samym bezrefleksyjności, braku asertywności i konstruktywnego wyrażania mądrego oraz świadomego sprzeciwu. W takim układzie „[...] bezmyślne posłuszeństwo jest prawie zawsze nagradzane, a sprzeciw karany” (tamże). Odpowiedź dziecka w strategii typowej dla Dziecka Zbuntowanego uruchamia natomiast mechanizm, który został już wcześniej opisany jako behawioralna teoria przymusu G. Pattersona.

Matka lub ojciec, którzy na brak posłuszeństwa ze strony dziecka odpowiadają swoim własnym stanem Ja-Dziecko (bezzadność, silna emocjonalność, brak zdecydowania, zagubienie itd.), pozostawiają małego buntownika w stanie dezorientacji, przy jednoczesnym braku poczucia bezpieczeństwa, co w konsekwencji pozwala mu przejąć kontrolę nad całą tą sytuacją. Z niepokojem dostrzegam jako terapeuta coraz więcej tego rodzaju przypadków, gdy rodzice tracą dobrze rozumianą władzę wychowawczą, stając się bezradni, bezsilni i zagubieni w pełnieniu swojej rodzicielskiej funkcji. Wydaje się zatem, iż konstruktywna odpowiedź rodziców powinna pochodzić ze stanu Ja-Dorosły — tej struktury osobowości, która w najwyższym stopniu zapewnia najbardziej racjonalną, autonomiczną i obiektywną odpowiedź na rzeczywistość oraz pojawiające się problemy. Daje optymalną możliwość dobrego kontaktu z dzieckiem w momencie pełnej napięcia emocjonalnego konfrontacji, oceny prawdopodobieństwa zdarzeń, umiejętności korzystania ze swoich doświadczeń oraz podjęcia optymalnych decyzji.

Jednym z najbardziej rozpoznawalnych terminów związanych z koncepcją analizy transakcyjnej jest, jak już wspomniano, od czasu słynnej książki E. Berne'a *W co grają ludzie?* (1987), pojęcie gry psychologicznej. Trudno nie oprzeć się wrażeniu, że sekwencja typowych zdarzeń wiążących się z demonstracją nieposłuszeństwa dziecka i bezzadności rodziców odpowiada modelowemu przebiegowi owej serii następujących po sobie transakcji, które stanowią dla rodziców pułapkę. Również i tu całe zdarzenie odbywa się z reguły bez świadomego udziału Dorosłego i zarówno rodzice, jak i samo dziecko mają po zakończeniu całej sytuacji poczucie zakłopotania i obwiniają o jej spowodowanie drugą stronę (Joines, 1982, s. 280–283). Ujawnia się tu też istotny aspekt każdej gry psychologicznej zgodny z Trójkątem Dramatycznym S. Karpmana (1968, s. 39–43), w której Prześladowca (w tym wypadku rodzic wymuszający posłuszeństwo) staje się w konsekwencji Ofiarą (własnej bezzadności, braku skuteczności wychowawczej i świadomości mających miejsce zjawisk). Rozwiązanie — o czym była mowa wcześniej — pojawia się wraz z przyjęciem przez rodzica wobec dziecka konstruktywnych ról typowych dla modelu Trójkąta Zwycięzcy (ang. *The Winner's Triangle*), w którym występuje asertywna stanowczość, rodzicielska troska i wrażliwość na potrzeby dziecka (Choy, 1990, s. 40–46). Są one generowane właśnie przez strukturę Ja-Dorosły. Wydaje się, że taka właśnie droga po-

stępowania zapewnia rodzicom możliwość konstruktywnego i efektywnego wybrnięcia z niełatwych dla nich sytuacji braku dyscypliny u dziecka. To nieuchronnie wiąże się z przyjęciem optymalnej pozycji życiowej (+, +), która zakłada, że rodzic ma poczucie, że „jest OK”, to znaczy, że jego postawa i zachowanie są właściwe oraz odpowiadają przypisanej mu roli. Również dziecko jest przez niego uznawane za będące „OK”, co nie oznacza, że bez zastrzeżeń akceptuje jego nieposłuszne zachowanie, lecz stara się go zrozumieć i swoim własnym postępowaniem nie poniża godności dziecka, a ono pomimo sytuacji pełnej napięcia emocjonalnego nie traci przekonania, że jest kochane.

Wnioski

Zarysowany tutaj problem dziecięcego nieposłuszeństwa, który wyłania się zarówno z nurtu behawioralnej pomocy psychologicznej, jak i z koncepcji analizy transakcyjnej, pozwolił na zestawienie i porównanie obu tych kierunków. Łatwo zauważyć, że wiele elementów jednego i drugiego ujęcia jest ze sobą zbieżnych, dając możliwość podjęcia prób integracyjnych. Jest to pogląd zyskujący coraz większe uznanie i wśród badaczy zajmujących się problematyką psychoterapeutyczną, i wśród praktykujących terapeutów. H. Suszek w jednym ze swoich opracowań wskazuje wprawdzie na korzyści płynące z przywiązania terapeuty do jednego tylko podejścia (zaspokajanie potrzeby bezpieczeństwa i spójności u terapeuty, jego większa biegłość przekładająca się na osiąganą satysfakcję, możliwość przynależności do organizacji i towarzystw naukowych związanych z wybraną szkołą terapeutyczną i wiele innych), ale podkreśla także zalety ujęć eklektycznych i integracyjnych (2010, s. 31–33). Są nimi m.in.: większa elastyczność terapeuty, lepsza możliwość dostosowania wybieranych metod do problemów klientów i ich potrzeb, większa kreatywność i wielostronność, możliwość wypróbowania wielu metod jednocześnie i — w konsekwencji — często skuteczność pracy.

Wydaje się jednak, że — na co wspomniany autor nie zwraca uwagi — łączenie ze sobą różnych podejść może stwarzać korzystny efekt synergii. Jak wiadomo, synergia (grec. *συνεργία* ‘współpraca’) oznacza współdziałanie różnych czynników, których suma daje efekt większy niż ich oddzielne istnienie, po to, aby wzmocnić i pogłębić rozumienie podejmowanych działań. Analiza transakcyjna, korzystając z dorobku behawioryzmu w podejmowanych formach pomocy psychologicznej (mam tu na myśli zarówno psychoterapię, jak i psychoedukację), zyskuje czytelną, opartą na empirycznych dowodach drogę skutecznego postępowania. Behawioryzm, któremu często zarzuca się powierzchowność i chęć usuwania samych objawów, bez gotowości sięgnięcia do przyczyn zaburzeń, może z kolei w analizie transakcyjnej znaleźć cennego sojusznika, pozwa-

lającego rozpoznać przyczyny dysfunkcjonalnego zachowania dziecka, a nie wyłącznie podejmować próby usuwania skutków. Zawarty w tym tekście postulat integratywnego i synergicznego działania należy zatem potraktować jako rekomendację dla terapeutów, ale także wychowawców i opiekunów oraz nauczycieli przedszkoli i nauczania początkowego.

Bibliografia

- Amundson, N. E., Sawatzky, D. D. (1976). *An Educational Program and AT*. „Transactional Analysis Journal”, 2, nr 6, s. 217–220.
- Barkley, R. A. (2015). *Zbuntowane dzieci. Ocena terapeutyczna oraz program pracy z rodzicami. Podręcznik kliniczny*. Przeł. M. Kapera. Kraków: Wyd. UJ.
- Berne, E. (1987). *W co grają ludzie? Psychologia stosunków międzyludzkich*. [Przeł. P. Izdebski]. Warszawa: PWN.
- Berne, E. (1998). *Dzień dobry... i co dalej? Psychologia ludzkiego przeznaczenia*. Przeł. M. Karpiński. Poznań: Rebis.
- Choy, A. (1990). *The Winner's Triangle*. „Transactional Analysis Journal”, 20, nr 1, s. 40–46.
- Clarke, J. I. (1996). *The Synergetic Use of Five Transactional Analysis Concepts by Educators*. „Transactional Analysis Journal”, 26, nr 3, s. 214–219.
- Drye, R. C. (1974). *Stroking the Rebellious Child: An aspect of managing resistance*. „Transactional Analysis Journal”, 4, nr 3, s. 23–26.
- Harris, T. A. (1987). *W zgodzie z sobą i z tobą. Praktyczny przewodnik po analizie transakcyjnej*. Przeł. E. Knoll. Warszawa: Pax.
- Jagięła, J. (2012). *Słownik analizy transakcyjnej*. Częstochowa: Wyd. AJD.
- Jagięła, J. (2015). *Stan wewnętrzznego dziecka w analizie transakcyjnej*. „Prace Naukowe AJD. Pedagogika”, XXIV, s. 321–330.
- Joines, V. (1982). *Similarities and Differences in Rackets and Games*. „Transactional Analysis Journal”, 12, nr 4, s. 280–283.
- Kapalka, G. M. (2012). *Niegrzeczne dzieci. 9 kroków do posłuszeństwa. Praktyczny przewodnik*. Przeł. J. Trojnar. Sopot: GWP.
- Karpman, S. (1968). *Drama Triangle Script, Drama Analysis*. „Transactional Analysis Bulletin”, 7, nr 26, s. 39–43.
- Kryteria diagnostyczne z DSM-5*. (2015). Desk Reference. American Psychiatric Association. EDRA. Wrocław: Urban & Partner.
- Lammers, W. (1997). *P for Pacing*. „Transactional Analysis Journal”, 27, nr 1, s. 55–56.
- Patterson, G. R., (1982), *Coercive Family Process* („A Social Learning Approach”, vol. 3). Eugene, Oregon: Castalia Publishing.
- Saciuk, R. (2004). *O nieposłuszeństwie*. W: I. Błocian, R. Saciuk (red.), *Gabinet luster. Psychoanalityczne krytyki poznania*. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.
- Soles, S. (1963). *Social Dynamics. A study of classroom games — progress report*. „Transactional Analysis Bulletin”, 8, nr 2, s. 97 tak?
- Stewart, I., Joines, V. (1987). *TA Today. A new introduction to transactional analysis*. Nottingham–Chapel Hill: Lifespace Pub.
- Suszek, H. (2010). *Tradycje integracyjne w psychoterapii na świecie*. W: L. Grzesiuk, H. Suszek (red.), *Psychoterapia. Integracja. Podręcznik akademicki*. Warszawa: Wyd. Psychologii i Kultury Eneteia, s. 27–39.

Szymanowska, E., Sękowska, M. (2000). *Analiza transakcyjna w zarządzaniu*. Kraków: Wyd. Profesjonalnej Szkoły Biznesu.

Tudor, K. (2016). *Permission, Protection, and Potency. The Three Ps Reconsidered*. „Transactional Analysis Journal”, 46, nr 1, s. 50–62.

<http://www.behavenet.com/capsules/treatments/ta/rebelliouschild.htm>

<http://www.eatanews.org/TATranslated/Polish.pdf>