

„NIE” w języku noworodka

Językiem noworodka jest jego zachowanie, poprzez które komunikuje swoje potrzeby: „mówi nie”, sygnalizuje przemęczenie, osłabienie i oczekuje pomocy ze strony otoczenia.

Bożena Cieslak-Osiek
POŁOŻNA, PSYCHOLOG

Wyraźnym sygnałem sprzeciwu, „słowem nie” w języku noworodka jest jego płacz. Jest to komunikat skuteczny, wywołujący u rodziców silne emocje. Cieszą się, gdy słyszą go po raz pierwszy, bezpośrednio po porodzie, bo utożsamiany jest ze zdrowiem i siłą dziecka. Każdy następny wywołuje już jednak niepokój, pytania co robić, jak pomóc. Jest to zupełnie naturalne, rodzice podobnie jak ich dzieci potrzebują „matkowania”, pomocy w odnalezieniu się w nowej roli.

PŁACZ NIEJEDNO MA IMIĘ

Płacz noworodka jest sygnałem alarmowym, ostatecznym wołaniem o pomoc. Nakarm mnie, przytul, spraw, by nie bolało lub po prostu pobaw się ze mną. Z czasem rodzice uczą się rozpoznawać rodzaje płaczu. Ten gwałtowny, przesywający oznacza zwykle ból, natomiast ten zaczynający się postępowaniem i przechodzący w głośne, modulowane nawoływanie to komunikat „jestem głodny”.

Marudzenie, pojękiwanie może oznaczać nudę, zaś rytmiczne nawoływanie i zawodzenie bywa sygnałem przemęczenia i nadmiaru bodźców. Zwykle potrzeba kilku tygodni, by rodzice oswoili się z płaczem swojego dziecka. Podejmując próby uspokojenia go, zaczynają zauważać drobne sygnały, pozwalające odkryć niezaspokojoną potrzebę.

W BARWACH NARODOWYCH

Subtelniejszy sposób „powiedzenia nie” w języku noworodka przejawia się zmianą zabarwienia skóry. Zwykle różowe niemowlę może nagle zblednąć, stać się mocno czerwone lub na jego skórze pojawi się widoczna siateczka naczyń krwionośnych. Dzieje się tak na ogół w czasie zabiegów pielęgnacyjnych. Nadmiar bodźców: dotyk, zmiana pozycji ciała, zmiana temperatury, zbyt intensywne światło i dźwięk powodują niezadowolenie dziecka. Zmiana zabarwienia skóry powinna skłonić opiekunów do zmiany działania, dostosowania ilości bodźców do możliwości dziecka.

Uważny obserwator potrafi zauważyć protest noworodka wyrażony w zmianie rytmu oddychania. Zmęczony maluch, przeciążony nadmiarem bodźców, zanim zacznie płakać, przyspiesza swój oddech. Na jego twarzy może pojawić się grymas niezadowolenia, zmarszczki na czole, przymrużone oczy – to wszystko będzie nieśmiałą prośbą: „potrzebuję czegoś innego, rób to wolniej, pozwól mi chwilę odpocząć”. Każde zachowanie noworodka niesie dla rodziców ważną informację, a odpowiednio przygotowana położna może pomóc im rozkodować nadawany przez malca komunikat.

SNEM SPRAWIEDLIWEGO

Niepokój wywołuje nie tylko trudny do ukojenia płacz dziecka, ale i jego nadmierna senność. Niewielu rodziców zdaje sobie sprawę, że to także sposób mówienia „nie”. Płacz i sen to dwa skrajne stany, w których może znajdować się noworodek. W jednym i drugim bodźce z zewnątrz docierają do niego

Szczególnym wyzwaniem jest komunikacja z noworodkami chorymi i przedwcześnie urodzonymi, które zwykle nie reagują na rodziców w sposób przez nich oczekiwany. Dzieci te są nadwrażliwe na bodźce: hałas, światło, pielęgnacja, a nawet rodzicielski dotyk wywołują ich niepokój.

Położna może pomóc rodzicom w dotarciu do ich chorego dziecka, ucząc ich, jak zredukować nadmiar bodźców. Nauczy ich, jak dotykać, jak modulować głos, by dopasować stymulację do wrażliwości dziecka. Zwróci uwagę na objawy przeciążenia: przyspieszony oddech, zmianę zabarwienia skóry, odwrócenie wzroku, uniesienie brwi, by rodzice szybko wiedzieli, kiedy dziecko mówi „nie”, „mam dość”.



Narodziny dziecka są zawsze okresem przełomowym, ale bywają sytuacje, takie jak poród przedwczesny czy narodziny chorego dziecka, gdy rodzina potrzebuje specjalnego traktowania, by zaadaptować się do nowej sytuacji.



Poprzez swoje działania pielęgnacyjne skierowane do chorego dziecka, położna może modelować zachowania rodziców. Dzięki opiece dostosowanej do indywidualnych potrzeb noworodka, maluch szybciej wróci do zdrowia, a rodzice będą nabierali pewności w zajmowaniu się nim. Powoli przezwyciężając swój lęk, nauczą się dostrzegać jego kompetencje i potencjał rozwojowy.



Widok twarzy rodziców, ich głos, u donoszonego zdrowego noworodka wywołują zainteresowanie, ożywienie, u dziecka chorego prowadzą do przeciążenia, odciążenia od nadmiaru bodźców. Dziecko zwykle zapada w sen, bo płacz jest dla niego zbyt dużym wydatkiem energetycznym. To trudne doświadczenie dla młodych, niepewnych swych kompetencji rodziców.

» w bardzo ograniczonym stopniu. Bez pomocy dorosłego maluch nie potrafi zmienić stanu i podjąć jakiegokolwiek współpracy. Zasnienie służy malcowi do ochrony dojrzewającego układu nerwowego przed nadmiarem drażniących bodźców. Rodzice powinni dowiedzieć się od położnej, że dziecka zagrożonego w głębokim śnie nie da się nakarmić, nie zachęci się go również do żadnej innej aktywności wymagającej współpracy.

POD ZNAKIEM CZKAWKI, KICHANIA I ULEWANIA

U niektórych noworodków częstym zjawiskiem jest czkawka wynikająca z niedojrzałości układu nerwowego, a wywołana nagłym skurczem przepony i mięśni oddechowych znajdujących się w klatce piersiowej. Czkawka może pojawiać się kilka razy w ciągu doby i trwać nawet godzinę. Występuje zwykle po jedzeniu, szczególnie gdy niemowlak dużo płakał przed posiłkiem lub jadł zbyt gwałtownie. Przyczyną czkawki może być też chłód, którego dziecko doświadcza choćby przy zmianie pieluchy, a także duże pobudzenie emocjonalne, np. w wyniku zabawy. Wszystkie te doświadczenia mogą być zbyt trudne, szczególnie dla najmłodszych dzieci, dlatego uważa się, że czkawka w języku noworodka także oznacza „nie”. Od położnej rodzice powinni dowiedzieć się, jak radzić sobie w takich sytuacjach. W zależności od bodźca, który wywołał czkawkę, pomoc może przytulenie w pozycji pionowej; czasem podanie piersi. Gdy malec jest wychłodzony, pomoże zmiana mokrej pieluchy, a gdy przeciążony zbyt długą zabawą – przerwanie jej. Jeśli czkawkę spowodował nadmiar pokarmu, wystarczy po prostu odczekanie, aż część pokarmu zostanie strawiona.

Gdy niemowlę chce powiedzieć: „jestem zmęczony”, „potrzebuję przerwy”, „czas na drzemkę” – ziewa. Podobne potrzeby wywołują kichanie. Pojawia się ono zwykle, gdy malec chce oczyścić drogi oddechowe z zalegających tam resztek pokarmu czy kurzu, ale też gdy narażony jest na nieprzyjemny, intensywny zapach. Położna, wyjaśniając młodym rodzicom zachowanie

noworodka, redukuje ich stres, sprawia, że lepiej odnajdują się w nowej roli.

O niezadowoleniu, przeciążeniu dziecka może świadczyć ulewianie pokarmu. Wynika ono z niedojrzałości układu nerwowego i przewodu pokarmowego. Ulewianie pojawia się, gdy malec je w niewłaściwej pozycji, gdy po karmieniu lub w jego trakcie jest w sposób gwałtowny poruszany, gdy proponuje mu się aktywności niedostosowane do jego możliwości odbioru. Położna powinna wiedzieć, że jeśli ziewanie, kichanie, czkawka i ulewianie następują po sobie, świadczy to o znacznym zmęczeniu dziecka. Warto uwrażliwić rodziców na przyczyny tych stanów oraz podpowiedzieć im, jak ich unikać.



Każde zachowanie noworodka niesie dla rodziców ważną informację, a odpowiednio przygotowana położna może pomóc im rozkodować nadawany przez malca komunikat.

MOWA CIAŁA

Swoje „nie” noworodek komunikuje również poprzez zachowania motoryczne. Gwałtowne zdezorganizowane ruchy, zmienne napięcie mięśniowe czy też nienaturalne ułożenie ciała dziecka w łuk świadczą o jego dyskomforcie. Zdrowy, spokojny noworodek potrafi ograniczyć swoją aktywność ruchową, szczególnie w chwili, gdy jest czymś bardzo zainteresowany. Gdy skupia uwagę, słucha czegoś lub coś ogląda, jego ciało jest rozluźnione i pozostaje niemal w bezruchu. Jeśli wzrasta jego aktywność, to widzimy płynne, eleganckie, różnorodne sekwencje ruchu. Kiedy dziecko zaczyna się denerwować, traci kontrolę nad swym zachowaniem, ruchy stają się gwałtowne, często urywane, a napięcie mięśniowe zmienia się. Dziecko potrzebuje pomocy, by powrócić do

równowagi. Położna może zaproponować rodzicom różne sposoby przywrócenia komfortu maleństwu. Przede wszystkim wykluczyć lub ograniczyć czynnik stresujący. Przytulić i pokołysać, zawinąć w koc w taki sposób, by malec mógł ssać swoją dłoń lub palec. Dzięki spowiciu lepiej poczuje swoje ciało, a dodatkowo możliwość ssania przyniesie mu ukojenie. Można również podać smoczek, jeśli dziecko go używa.

W ROLI TŁUMACZA

Praca z rodzicami nad odczytywaniem komunikatów wysyłanych przez noworodka pozwala położnej wspierać ich w poznawaniu dziecka. Dzięki wspólnej obserwacji uczą się dostrzegać najdrobniejsze przejawy komunikacji podejmowanej przez dziecko, poznają cały wachlarz jego zachowań. Zadanie to jest niezwykle delikatne, wymagające od położnej nie tylko wiedzy o potrzebach dziecka i sposobach ich komunikowania, ale także otwartości na potrzeby rodziców. Szczególnie w okresie okołoporodowym potrzebują oni potwierdzenia swych kompetencji. Dawniej, kiedy rodziny wielopokoleniowe były codziennością, świeżo upieczona matka i ojciec mogli liczyć na pomoc najbliższych. Dziś, kiedy młodzi ludzie mieszkają z dala od swych domów rodzinnych, mogą liczyć tylko na opiekę profesjonalistów.

Zrozumieć język dziecka to pierwsze i podstawowe zadanie rodziców. Tak jak natura wyposaża noworodki w umiejętność komunikowania się, tak dała i dorosłym zdolność rozumienia tego języka. Dorośli szybko zauważają pewną rytmiczność w zachowaniu noworodków i dostosowują swoje działania do aktualnego stanu dziecka. Nawet jeśli początkowo popełniają błędy w odczytywaniu jego komunikatów, nie umniejsza to ich roli jako rodziców. Rozumienie i akceptowanie „nie” wyrażanego przez dziecko, jest wyrazem szacunku dla jego potrzeb i uznawaniem jego odrębności. ■