

# ...rodzi się kontakt

*Człowiek jest istotą społeczną od chwili narodzin – nie staje się nią dopiero w trzecim miesiącu życia ani wtedy, kiedy zacznie chodzić i mówić. Czy nie rozumie się to samo przez się?*

*Karolina Isio-Kurpińska*

EKSPERTKA SKALI OCENY ZACHOWANIA NOWORODKA WEDŁUG BRAZELTONA

Okazuje się, że wcale nie. Zapewne wiele z Was miało okazję obserwować „świeżych rodziców”, dla których noworodek jest obowiązkiem, odpowiedzialnością, odbiorcą zabiegów pielęgnacyjnych, przyczyną zmartwień i trosk... ale nie osobą. W pierwszych dniach i tygodniach po narodzinach zaafelowani rodzice tak bardzo skupiają się na „technicznych” aspektach obsługi noworodka – takich jak częstotliwość karmień i wypróżnień, ilość i jakość snu, temperatura wody w wanience i powietrza w sypialni, widmo kolek – że kwestia jego podmiotowości zupełnie im umyka. Również medialny obraz wczesnego macierzyństwa skupia się na zaspokajaniu fizjologicznych potrzeb noworodka i zapewnianiu mu fizycznego komfortu, natomiast kwestia psychologicznego dobrostanu małego człowieka jest traktowana po macoszemu. A przecież interakcje społeczne są noworodkowi niezbędne! To, co wiemy z praktyki i doświadczenia, zostało potwierdzone również przez badania naukowe: kontakt z kochającym opiekunem jest niezbędny dla prawidłowego rozwoju noworodka – poznawczego, emocjonalnego, ale również fizycznego. Ekstremalnym skutkiem braku regularnego kontaktu w rozwoju niemowlęcia jest choroba sieroca,

obejmująca zarówno zaburzenia lub zahamowanie rozwoju psychicznego, jak i objawy somatyczne. Choroba sieroca dotyczy nie tylko pensjonariuszy domów dziecka, ale również dzieci, których rodzice z różnych przyczyn nie są w stanie zapewnić im regularnego, pełnego i ciepła kontaktu z drugim człowiekiem.

## **POGADAJMY, PROSZĘ WAS!**

Noworodek jest ewolucyjnie wyposażony w cechy, które mają zachęcać dorosłych do kontaktu. Jego nieproporcjonalnie duże oczy przyciągają spojrzenie, nie sposób nie uśmiechnąć się na widok słodkich miniek, urocze guganie wydaje się zachętą do rozmowy... I faktycznie nią jest. Noworodki i niemowlęta potrafią inicjować kontakt, potrafią wchodzić w interakcje, szybko uczą się naprzemienności rozmowy, doskonale naśladują gesty i mimikę twarzy, umieją rozpoznawać emocje dorosłych: chętniej patrzą na twarze uśmiechnięte niż skrzywione, zaś najbardziej boją się twarzy bez wyrazu, płaskiej i niedostępnej (typ afektu obserwowany u osób z depresją). Wszystkie te czynniki wskazują na jedno: interakcje społeczne są noworodkowi niezbędne do życia i rozwoju, tak jak mleko mamy i spokojny sen. Kluczowe zadaniem staje się zatem przekaza-

nie tej informacji młodym rodzicom. Przekonanie ich, że rozmowa i zabawa z noworodkiem jest równie oczywistym i niezbędnym elementem opieki nad ich nowo narodzonym dzieckiem, jak zmiana pieluszki czy wieczorna kąpiel. Co więcej, jest to czynność, która – w przeciwieństwie do zmiany pieluszki – niesie wiele radości, przyjemności i wymiernych korzyści nie tylko dla maluszka, ale również dla jego opiekunów. Komu więc można to zadanie powierzyć? Kto ma kontakt z rodzicami jeszcze w okresie ciąży, a później po porodzie – w szpitalu i w domu? Kto służy radą, pomocą, wsparciem, wiedzą i doświadczeniem, praktycznymi poradami? Jasne, że położna!

## **PRZYGOTOWANIA DO POWITANIA**

Szkoła rodzenia to miejsce, gdzie poród i opieka nad noworodkiem stają się dla przyszłych rodziców nieco bardziej prawdziwe i realne, przechodząc ze sfery nieokreślonej przyszłości do sfery konkretnych przygotowań. Tutaj przyszli rodzice zaczynają mierzyć się z rzeczywistością, która odbiega od cukierkowego obrazu wczesnego rodzicielstwa prezentowanego w mediach. Szkoły rodzenia poświęcają wiele czasu na przygotowanie rodziców do pielęgnacji nowo-




*Nie ma lepszej zabawy niż naśladowanie mamy pokazującej język, szukanie taty, który gdzieś się schował, a przecież go słyszeć; zwykłe „a kuku!” może doprowadzić starszego niemowlaka do spazmów śmiechu.*

rodka, co jest ogromnie ważne, szczególnie w przypadku pierwszego dziecka. Jestem przekonana, że niezwykle istotne jest też, aby już na tym etapie rodzice otrzymali również informację o konieczności zadbania o rozwój intelektualny, poznawczy i społeczny swojego dziecka oraz o tym, co to oznacza w praktyce. Rynek produktów dla niemowląt jest bardzo rozbudowany, a przede wszystkim marketingu dokładają wszelkich starań, aby przekonać rodziców, że ich dziecko nie ma szans na szczęśliwe życie i satysfakcjonującą karierę zawodową, jeśli nie będzie od kołyski intensywnie stymulowane intelektualnie za pomocą czarno-białych książeczek, specjalnie skalibrowanych obrazków, płyt z muzyką wprowadzającą mózg w stan alfa i karuzelek nad łóżeczko wygrywających Mozarta. Niestety, w przekazie tym brak najważniejszej informacji: nawet najdroższe, najbardziej zaawansowane technologicznie zabawki nie zastąpią kochającej obecności rodzica, jego uwagi i troski. Rodzice muszą usłyszeć od osoby, której zdanie szanują (a taką osobą jest położna prowadząca zajęcia w szkole rodzenia), że najlepszą zabawką dla noworodka są twarze i głosy rodziców. Maluchowi niepotrzebne są zabawki, jeśli można patrzeć мамie w oczy. Żadna karuzela nie zastąpi taty śpiewającego kołysankę, nawet jeśli jego talent wokalny pozostawia wiele do życzenia. Nie ma lepszej zabawy niż naśladowanie mamy pokazującej język, szukanie taty, który gdzieś się schował, a przecież go słycać; zwykle „a kuku!” może doprowadzić starszego niemowlaka do szpanów śmiechu. To, co w okresie niemowlęcym ma znaczenie, to zaangażowanie, uwaga i obecność rodziców. To właśnie dzięki nim noworodek rozwija się intelektualnie i społecznie, czuje się kochany i ważny, buduje swoją podmiotowość i poczucie własnej wartości, uczy się relacji z ludźmi i otaczającym światem. To jest właśnie polisa na przyszłość, która nic nie kosztuje i nikt na niej nie zarabia, nie jest więc szeroko reklamowana. Wierzę, że rodzice, którzy już w ciąży uczą się myśleć o swoim dziecku jako o pełnoprawnym uczestniku relacji, ukształtowanej osobie, partnerze do interakcji, za-

pamiętają, jak istotne są chwile poświęcane na kontakty z nim.

### DO YOU SPEAK BABYISH?

Rodzice przygotowani teoretycznie w okresie ciąży do wchodzenia z noworodkiem w interakcje, po narodzinach dziecka mogą potrzebować jedynie niewielkiego wsparcia we wprowadzaniu teorii w życie. Niektórzy



*Rodzice czasem potrzebują zobaczyć kogoś, kto rozmawia z ich dzieckiem – i jaką frajdę sprawia to obu stronom. Kiedy zaobserwują, że ich dziecko, tak małe, drobne i pozornie nieporadne, z radością wchodzi w interakcje, reaguje na głos, skupia wzrok na twarzy, rozpoznaje głosy swoich rodziców i uspokaja się na ich dźwięk – nic już nie będzie w stanie powstrzymać ich od tego, czego przecież instynktownie pragną: zaangażowania się w tę relację całym sercem. Rolą położnej, cierpliwego przewodnika po świecie niemowlęcia i tłumaczki języka „babyish”, będzie jeszcze delikatne utemperowanie nadmiernego entuzjazmu.*

młodzi rodzice nie mają pomysłu na rozmowy z noworodkiem, czują się dziwnie, opowiadając o zmienianej pieluszcze czy wystawiając język (przecież mama uczyła, że to niegrzeczność!). Dlatego tak istotne jest spokojne, ciepłe

i przyjazne modelowanie pożądanego zachowań. Rodzice czasem potrzebują zobaczyć kogoś, kto rozmawia z ich dzieckiem – i jaką frajdę sprawia to obu stronom. Kiedy zaobserwują, że ich dziecko, tak małe, drobne i pozornie nieporadne, z radością wchodzi w interakcje, reaguje na głos, skupia wzrok na twarzy, rozpoznaje głosy swoich rodziców i uspokaja się na ich dźwięk – nic już nie będzie w stanie powstrzymać ich od tego, czego przecież instynktownie pragną: zaangażowania się w tę relację całym sercem. Rolą położnej, cierpliwego przewodnika po świecie niemowlęcia i tłumaczki języka „babyish”, będzie jeszcze delikatne utemperowanie nadmiernego entuzjazmu poprzez zwrócenie uwagi na komunikaty i sygnały wysyłane przez dziecko, szczególnie te, które oznaczają zmęczenie, przeciążenie i nadmierną stymulację – pisała o nich Bożena Cieślak-Osiek w poprzednim numerze „W Czepku Urodzonych”.

### DŁONIE TEŻ MÓWIĄ

Ostatnim, ale nie mniej ważnym aspektem interakcji społecznych, o którym chciałybyśmy dziś przypomnieć, jest dotyk. Dotyk to również kontakt i komunikacja, bliskość i poczucie bezpieczeństwa, budowanie więzi z najbliższymi. Uzupełnia on inne formy kontaktu, podkreśla je i wzmacnia. „Techniczne” aspekty opieki nad noworodkiem, takie jak przewijanie czy kąpiel, można „uczłowieczyć” i zmienić w zabawę właśnie dzięki dotykowi. Masaż po kąpielach, zabawa w „idzie rak nieborak” przy zmianie pieluszek – to proste sposoby na kontakt i komunikację, na budowanie rytuałów dających poczucie bezpieczeństwa. To sposoby znane od wieków i wykorzystywane z powodzeniem przez matki i babki współczesnych mam. W pogoni za nowoczesnością, w zachłyśnięciu zdobycami techniki i nauki, stare, dobre, wypróbowane sposoby giną w mrokach niepamięci lub są skazywane na banicję wraz z dawnymi stereotypami i zdezaktualizowaną wiedzą. Rolą położnych jest zapobieżenie wylewaniu dziecka z kąpielą i przekonanie mam, że nie wszystko, co robiły ich mamy i teściowe, jest bez sensu, że niektóre tradycje warto kontynuować. ■