

O znaczeniu przytulania

autor: mgr Ewelina Pakosz-Szydłowska

Wielu młodych rodziców stoi przed dylematem – co robić, gdy niemowlę płacze. Czy iść za głosem serca i utulić w ramionach, czy słuchać otoczenia, które przestrzega, że branie na ręce prowadzi do rozpieszczenia, że jak się wypłacze, to mu dobrze zrobi, że nie wolno dziecku pozwolić sobą manipulować itp.

Spójrzmy na ten problem z punktu widzenia potrzeb dziecka. Narodziny są dla noworodka nie lada wyzwaniem. Opuszcza on przytulne i ciepłe miejsce, w którym przebywał przez 9 miesięcy i wkracza w świat, pełen obcych dźwięków, zapachów i rażącego światła. Jest dotykany przez wiele osób, poddawany różnym (nie zawsze przyjemnym) zabiegom, ważony, mierzony itp. Cóż może być lepszym sposobem na uspokojenie, niż przytulenie się do ciepłego ciała matki i wsłuchanie się w znajomy rytm jej serca.

Dziecko przychodzi na świat całkowicie zależne od matki, bez jej opieki nie mogłoby przeżyć. I nie chodzi tylko o to, żeby nie było głodne, było mu ciepło i miało suche pieluszki. Istnieje wiele badań wskazujących na to, że dotyk i fizyczna bliskość matki jest dziecku tak samo potrzebna jak pokarm.

Badania nad znaczeniem kontaktu fizycznego matki z dzieckiem zapoczątkował amerykański psycholog Harry Harlow. Przeprowadził on następujący eksperyment: małe małpy zaraz po urodzeniu oddzielono od matek i umieszczono w laboratorium wraz z atrapami „matek” wykonanymi z drewna i drutu. Jedna z atrap pokryta była miękką włochatą tkaniną, druga pozostała drucziana. Obie „matki” wyposażono w butelki, którymi mogły karmić małe małpki. Wyniki eksperymentu były jednoznaczne - niezależnie od tego, która „matka” dostarczała mleko (miękką czy druczianą), wszystkie małpki spędzały praktycznie cały czas, przywierając do tej miękkiej. Badania Harlowa pokazały, że u reżusów nie samo karmienie, ale możliwość przytulania się do matki odgrywała kluczową rolę w rozwoju przywiązania. To odkrycie zapoczątkowało zainteresowanie naukowców rolą fizycznego kontaktu matki z dzieckiem od pierwszych chwil po narodzeniu, jak również znaczeniem dotyku w rozwoju emocjonalnym człowieka. Oczywiście powtórzenie takiego eksperymentu z udziałem dzieci nie było możliwe, zaczęto natomiast uważnie śledzić zależność rozwoju dziecka od jakości opieki, jaką było otaczane.

Węgierski psychiatra Rene Spitz porównywał wychowywanie dzieci w dwóch instytucjach. Pierwszą z nich był sierociniec, który charakteryzował się wręcz sterylną schludnością oraz porządkiem, a dziećmi opiekowały się wykwalifikowane pielęgniarki, które stosowały surowe metody wychowawcze. Drugą był żłobek więzienny, gdzie dzieci nie przebywały w tak sterylnych warunkach, ale miały zapewniony swobodny kontakt fizyczny z matkami. W ciągu dwu pierwszych lat życia zmarła jedna trzecia wychowanków domu dziecka, natomiast nie zmarło ani jedno dziecko z więziennego żłobka. Na trzydzieścioro dzieci z przytułku tylko jedno rozwijało się prawidłowo - to, które w oczach pielęgniarek było dzieckiem ładnym i było przez nie wyróżniane spośród innych, przytulane i głaskane.

Badania, które przytoczyłam, były przeprowadzone w połowie ubiegłego wieku, ale wszystkie współczesne eksperymenty i badania potwierdzają niezwykle znaczenie kontaktu fizycznego i bliskości opiekuna dla prawidłowego rozwoju fizycznego i emocjonalnego dziecka.

To dzięki popularyzacji tej idei wróciły do łask wszelkie metody noszenia dzieci w chustach i nosidełkach oraz trendy wychowawcze, zachęcające do wsłuchiwania się w potrzeby dziecka i zaspakajania tych potrzeb w zgodzie z intuicją matki. Bo niemowlęctwo to właśnie czas na fizyczną, nieograniczoną bliskość, który mija nadszpiewanie szybko. Mały człowiek pojawia się na świecie jako bezbronna, kompletnie niesamodzielna istota. Związany przez dziewięć miesięcy z mamą, liczy na jej obecność po opuszczeniu bezpiecznej przystani,

jaką było wewnątrz jej brzucha. Mama zaś instynktownie czuje potrzebę otoczenia swojego noworodka czułością i troską.

A więc przytulajmy nasze dzieci, bo bliskość jest tym, czego najbardziej w tym okresie życia od nas potrzebują.