

Jei kūdikio verksmas lieka be atsako (2)

2007 m. balandžio 3 d.

Kūdikystėje nepatenkinti prigimtiniai poreikiai niekur nedingsta, ir žmogus visą gyvenimą ieškos, kuo užpildyti šią spragą, kaip kompensuoti motiniškos meilės ir švelnumo stygių.

Apie tai, koks svarbus motiną ir naujagimį siejantis emocinis ir kūniškas ryšys, idant vystytusi sveika asmenybė ir vėliau klostytusi sėkmingi santykiai su žmonėmis, kalbamės su vaikų psichiatre Banga Nastopkaite.

Gatvėje stebėlydamiesi į vaikiukų vežimėliuose parada, pastebime, kad labai skirtinga tų mažų žmogučių, dar tik pradėjusių guguoti, veido išraiška. Vieni vaikiukai yra irzlūs, sielvartingi lyg miniatiūriniai senukai, o kiti - jukūs, tiesiantys rankutes sutiktiems suaugusiesiems ir net mėginantys šiuos prakalbinti sava kalba. Galime paspėlioti, kuris vaikelis užmiega, jausdamas motinos širdies dūžius, o kuris - glausdamasis prie pliušinio meškučio, neatstojančio žmogiškos šilumos.

Vėliau, vaikui pradėjus šliaužioti, svarbu, kad mama būtų lengvai pasiekiamas, tačiau kuo mažiau varžytų tyrinėti aplinką. Ir be reikalo tėvai susilaiko nuo savo jausmų reiškimo - silpni, nesavarankiški vaikai išauga ne tie, kuriuos "lepiname", nepaleidžiame iš rankų, o kaipsyk tie, kurių norus tėvai ignoruoja ar užgniaužia iniciatyvą.

Kaip naujagimiui sukurti laimės pilnatvę? Kai kurios motinos remiasi daktaru Spoku, siūlančiu "šaltus kalakutus": jei kūdikis sotus ir pervystytas, leisti jam rėkti, kol pats nusiramins.

Amerikiečiai vaikus augina vienaip, europiečiai - kitaip, yra visokių nuomonių ir nėra vienos teorijos, kaip tą vaikutį auginti. Iš tikrųjų dabar visi psichiatrai akcentuoja, kad kiekviena mama, pagimdžiusi kūdikį, įgauna savotišką intuiciją ir pradeda jausti, kas jai ir vaikui yra geriau. Ir vėliau paklausyt savo širdies balso, o ne remtis literatūra ar klausyti močiucių bei kaimynių patarimų - kaip ir kada kūdikį maitinti, nešioti, guldyti. Kai vaikutis ramus, mama atsipalaidavusi - viskas vyksta sklandžiai. Jeigu gimdytoja sudirgusi puldinėja čia prie puodų, čia prie klykiančio vaiko - nukenčia ir jo savijauta, ir nepavyksta namų ruošai. Reikėtų susidėlioti tokį dienos ritmą, kad svarbiausia būtų kūdikis. Kai jis ramiai užmiega, mama gali pagalvoti ir apie kita. Bet jeigu neramus, tai kartais gali verkti visą dieną ir reikia sūpuoti jį ant rankų. Nes mama jaučia, kuo galėtų jam padėti, kaip nuraminti. O jeigu kūdikis šaukiasi pagalbos, o mama neateina, ir tai dažnai kartojasi, pasąmonę pasiekia informacija: galiu prašyti pagalbos, kiek leidžia jėgos, niekas nepadės. Ir tada vystosi atitinkama asmenybė. "Šaltų" mamų vaikai užauga baimingi, irzlūs, nemoka užmegzti kontakto, nepasitiki savim ir nesitiki iš pasaulio nieko gero. Pirmaisiais gyvenimo mėnesiais kūdikiui ypač svarbus mamos prisilietimas. Jeigu jis nebučiuojamas, neapkabinamas, nemyluojamas, tokiam žmogui vėliau sunku šeimoje, jis irgi bijo priglausti partnerį, nes nėra to išmokęs. Jam kito žmogaus kūnas yra svetimas, nepasiekiamas objektas, galima sakyti, jis bijo kito kūno.

Kada vaiko sąmonėje užsifiksuoja pirmieji įspūdžiai, turėsiantys reikšmės tolesniame jo gyvenime?

Dar mamos įsčiose. Jeigu laukiamasi vaikelio, bet jo nenorima, jis gimsta iškart baimingas, rėkia, nemiega, sutrinka virškinimas. Toks tarsi nenori gyventi nuo pirmų dienų. Jeigu mama, augindama jį, pradeda mylėti, sūpuoti, dainuoti, tada ir vaikas nusiramina, o jeigu lieka šalta - jis nenori nei tos mamos, nei pasaulio.

Ar tėvams leistina guldytis kūdikius į savo lovą?



"Jeigu vaikui trūksta besąlygiškos meilės, jeigu jis emociškai slopinamas, vėliau negautą šilumą jis gali "atsiimti" nesaikingai valgydamas ar svaigindamasis", - sakė vaikų psichiatrė B. Nastopkaitė

Vaikutis gali miegoti su mama iki dvejų metų, žįsti kada nori. Pediatrai ir rekomenduoja žindyti tą laiką, kol susiformuoja imuninė sistema, būna mažiau alergiškas, mažiau serga infekcinėmis ligomis. O ir čiulpimas ramina. Amžius iki dvejų metų yra pavojingas, nes gali atsirasti naktinės baimės. Prabunda tamsoje, kas sukrebžda už sienos ar lango, vaikas nesuvokia, kas vyksta, ir jam atrodo, kad į jo pasaulį įsiveržė kažkas baisaus. Kaipsyk dėl tų tėvams nesuprantamų išgąsčių vaikai gali pradėti naktimis klykti, verkti, šlapintis, mikčioti, atsiranda tikai. Yra tėvų, kurie jau pusės metų kūdikį guldo atskirame kambaryje. Tai gerai, jeigu mama jautriai miega ir atbėga raminti, net jeigu kūdikis tik knirkia susigūžęs, o ne garsiai rėkia. Jeigu ne, yra rizika, kad ta baimė užsifiksuos, plėsis, ir baimės objektų tik daugės: vaikas bijos pelių, vorų, vandens, svetimų ir net bendraamžių.

Tačiau kartais mes patys gąsdinam vaikus, kad jiems ko nenutiktų. Tarkime, kad neįkristų į tvenkinį, sakom: "Tave pagaus didelė varlė"...

Jokiais dalykais nereikia gąsdinti. Tiesiog reikia visą laiką būti šalia ir laikyti už rankos. Tas gąsdinimas vilkais, šunimis, varlėmis priveda prie to, jog prireikia specialisto pagalbos: vaikas pabaisas mato visur - spintoj, po lova, bijo tamsoje nueit į tualetą, nusileisti į rūšį. Baisios pasakos yra kas kita, ugdo vaizduotę, ir vaikas turi žinoti, kad jam nieko baisaus neatsitiks. Jeigu močiutė sako: "Neik į tą kambarį, nes išlįs ragana ir tave suės", - tai yra nedovanotina, vaiko reakcijos nenuspėjamos.

Dažnai ropoti pradėjusįjį auklėjimą draudimais: "Neik, pargriūsi, užsigausi..."

Reikia sukurti tokią aplinką kambaryje, kad visi pavojingi daiktai būtų nepasiekiami, o vaikas galėtų keliauti po visą butą ir nagrinėti savo erdvę, ardyti nedūžtančius daiktus, uosti, ragauti, girdėti: tada vystosi visi pojūčiai. Jeigu vaikui sakome: "Tu nedaryk šito, bet gali daryti tai". Pasiūlydami mainais kitokią veiklą, išvengsim konflikto, ir vaikas nesijaus, kad iš jo atimta viskas. Kitaip į aplinką pradės žiūrėti kaip į priešą: aš nieko negaliu paimt, tyrinėt, nes tai uždrausta. Jei taip blokuosim vaiko smalsumą ir atradimų džiaugsmą, atėjusiam į mokyklą niekas nebus įdomu: užsiims kuo paprastesniu, tarkim, tik žais daikčiukais ant savo suolo.

Ir kieme mažyliui nereikia vadovauti: tegu smėldėžėje eina apžiūrėt kito vaiko mašinytės. Nereikia drausti tempti žaislo į save, pasikumščiuoti, nes taip mokosi bendrauti, dalintis. Įsikišti turime tik tada, kai iškyla grėsmė vaiko sveikatai. Iki trejų metų vaikui turime paaiškinti, kad mums ar gyvūnėliui skauda, jeigu jis sudavė. Paprastai mušasi vaikai, kurie patys gauna lupti.

Kada pratinti prie darbėlių?

Jeigu dukrai sukako dvylika metų ir mama nusprendė, kad jau laikas susitvarkyt savo kambarį, ji gali atšaut: "Tu iki šiol puikiai tvarkeisi, o aš turiu kitų reikalų". Kai tik vaikas atsistoja ant kojų, turi gaut į rankas šluotelę ir eiti mamai iš paskos. Nesvarbu, kad nieko nenuveiks, nereikia kritikuoti. Labai svarbu yra ne tik sakyti (žodžiai ausin įeina ir išleikia), bet tėvams savo elgesiu rodyti pavyzdį. Jeigu mama nerėkia, netranko durų, kai nori ko vaiką paprašyti, pasilenkia, kad juodviejų akys būtų viename aukštyje, jis išties be problemų apsisuka, eina ir padaro, ko prašomas. Gal nereikėtų iš vaiko reikalauti atlikti užduotį, kai jis "rimtai" įnikęs į kokią jam labai nuostabią veiklą ar žaidimą.

Beje, ikimokyklinukai nesupranta, kas yra tvarka. Jeigu ant kilimo trupiniai - jam gražu, nemano, kad blogai yra drėbtelt ant grindų kelis šaukštus košės kačiukui. Nereikia už tai bausti - tai yra vaiko pasaulis, ir jei mes jo veiksmus slopinsim, nieko neleisim, jis taps nemielas, ir vaikas išvis nieko nebenorės.

Kodėl vieni vaikai anksčiau pradeda vaikščioti, kiti - kalbėti?

Reikia žinoti, kad motorika ir kalba vystosi ne abi iš karto: normalu, kad jei vaikutis anksti išmoko vaikščioti,

kalbėt pradės vėliau. Su vaiku reikia kalbėti lėtai, aiškiai tarti kiekvieną žodį, nenukašti galūnių, trumpais sakiniais. Mažieji gali suprasti ir vaizdingą, turtingą metaforų mūsų kalbą, tačiau jei norime, kad išmokyti kalbėti anksti ir aiškiai, tai pirma išmokykime tarti tuos žodžius.



Ivona ŽIEMYTĖ