

Stimulacija emocionalnog razvoja djece

Marta Ljubešić prof.psihologije, dr.sci.

Odsjek za logopediju
Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Sažetak

U članku se prikazuju obilježja ranog emocionalnoga razvoja djece i uvjeti koji pogoduju zdravom razvoju. Emocije i njihove razvojne promjene u prvoj godini života nije moguće proučavati izvan dijade roditelj-dijete. Ovu dijadu odlikuje uspostavljanje snažnog emocionalnog odnosa između djeteta i roditelja i međusobna regulacija ponašanja koju opažamo u njihovim interakcijama. Rane su interakcije i emocionalne razmjene u velikoj mjeri u funkciji djetetova učenja odnosno psihičkoga razvoja i njihov skladni razvoj značajan je zaštitni čimbenik mentalnog razvoja djece s dugoročnim učincima na socijalnu i kognitivnu razvojnu domenu. Rane interakcije mogu biti narušene uslijed različitih čimbenika kako na strani roditelja tko i na strani djeteta. Najčešće spominjani rizični čimbenici su psihosocijalna nezrelost za roditeljstvo, duševne bolesti, osobito depresija ili dugotrajna izloženost stresu, te neurorazvojni čimbenici rizika ili djetetove zdravstvene odnosno razvojne teškoće. Suvremena istraživanja ukazuju na povezanost emocionalnoga razvoja s ostalim razvojnim domenama u djeteta. Svako dijete ima svoj jedinstven temperament i druga razvojna obilježja i pružanjem ranog iskustva koje odgovara djetetovoj prirodi potiče se zdravi socio-emocionalni razvoj, preveniraju teškoće učenja i ponašanja i osposobljava se dijete za puni razvoj vlastitih potencijala.

Ključne riječi: emocionalni razvoj, emocionalna komunikacija, rane interakcije, mentalno zdravlje dojenčadi

1. Uvod

Emocije su prvi jezik u svih ljudi i univerzalni kod u izgradnji odnosa s ljudima koji nas okružuju (1). Komunikacija novorođenčeta s vanjskim svijetom započinje prvim krikom i drugim oblicima (npr. dodirnim, mirisnim) afektivne razmjene odmah po rođenju. Taj je prvi jezik osobito važan stoga jer dovodi do razvoja snažnog i bliskog emocionalnog odnosa s roditeljima (tzv. privrženosti) i uvelike je određujući u izgradnji svih kasnijih odnosa s ljudima (2). Nije stoga neobično da se ranom emocionalnom razvoju i ranim interakcijama poklanja sve veća pažnja kako u istraživanjima tako i u programima skrbi za mentalno zdravlje dojenčadi (3,4).

Najvažnija odlika ranih interakcija je da svaki sudionik utječe na ponašanje onog drugog i prilagođava mu se te tako nastaje sustav međusobne regulacije (5). Emocije i njihove razvojne promjene u prvoj godini života stoga nije moguće proučavati izvan dijade roditelj-dijete, a također je i pretpostavka zdravog razvoja stvaranje uvjeta da se dijada od trenutka rođenja što skladnije razvija. U tom su smislu i brojne hrvatske bolnice – od rodilišta do dječjih bolničkih odjela - učinile kvalitativne pomake u organizaciji zbrinjavanja djece od njihovih prvih dana omogućivši prisustvo oca na porodu, zajednički boravak roditelja i novorođenčeta u istoj sobi, kao i prisustvo roditelja uz bolesno dijete na bolničkom liječenju.

Za puno razumijevanje emocionalnog razvoja valja imati na umu i činjenicu da nije moguće

izolirati emocionalni razvoj od drugih razvojnih domena u djeteta, npr. socijalnog i kognitivnog (6). Odnosi koje dijete gradi prvo prema bliskim osobama, a potom i prema drugim ljudima pripadaju emocionalnoj i socijalnoj domeni razvoja, ali ih nije moguće odvojiti od komunikacijskog i kognitivnog razvoja: nije moguće komunicirati ili misliti bez osjećaja, niti je moguće osjećati bez mišljenja. (7)Upravo ove razvojne međuovisnosti kao i utjecaj socijalnog konteksta na emocionalni razvoj postale su istaknuta tema u novijim istraživanjima (8, 9).

2. Emocije, emocionalna komunikacija i psihički razvoj

Temeljne spoznaje o emocionalnom razvoju, te osobito razumijevanje pitanja što pridonosi zdravom emocionalnom razvoju djeteta, a što su rizični čimbenici, neophodna su sastavnica obrazovanja svih stručnjaka koji dolaze u kontakt s djecom i njihovim roditeljima, pa tako i stručnjaka iz biomedicinskog područja. Oni su s jedne strane utjecajni činitelji u kreiranju javnozdravstvene politike, a s druge strane dolaze u izravni kontakt s malom djecom u situacijama koje su s emocionalnog aspekta osobito zahtjevne – u situacijama liječenja ili skrbi o zdravlju djeteta. Stoga je upravo za djelatnike u području biomedicine i zdravstva posebno važno razumijevanje rizičnih i zaštitnih čimbenika u emocionalnom razvoju djece, kao i samog razvoja. U narednom će se dijelu teksta navesti neke bitne informacije o dječjim emocijama.

Pod emocijama (osjećajima) podrazumijevamo unutrašnje reakcije, dok se njihovo vanjsko izražavanje putem izraza lica, gesti ili vokalizacije naziva afektima. Mnogi istraživači smatraju da u početku postoji blisko podudaranje između onoga što dojenčad osjeća i onoga što pokazuje, drugim riječima u samom početku ljudskog razvoja afekt točno pokazuje emociju (10). Odrasli koji brinu o sasvim malom djetetu usmjeravaju se na situacijski kontekst koji im omogućava razumijevanje uzroka djetetovog emocionalnog doživljaja, pa će tako razmišljati koliko je vremena prošlo od prošlog hranjenja, koje bi mogle biti trenutne potrebe djeteta ili što je iz okoline dovelo do emocionalne reakcije. Na pozitivne će emocije reagirati uključivanjem u emocionalnu razmjenu, a kod negativnih će nastojati ukloniti uzrok i smiriti dijete.

Rane su interakcije i emocionalne razmjene u velikoj mjeri u funkciji djetetova učenja odnosno psihičkoga razvoja. Bračni par Papoušek je u nizu radova pokazao kako razvoj integracijskih i komunikacijskih sposobnosti započinje rano u ontogenezi i to zahvaljujući genetskim pretpostavkama u djetetu i jednako važnim posebnim poticanjem koje dolazi od

roditelja i koje se odvija u emocionalno skladnoj atmosferi (11,12). Tako se u djeteta razvijaju integracijske i komunikacijske sposobnosti koje utječu na ukupnost njegova razvoja već od samog djetetovog rođenja. Obrasci ranog poticanja djeteta su u roditelja biološki utemeljeni ali mogu biti narušeni uslijed različitih čimbenika poput psihosocijalne nezrelosti za roditeljstvo, duševnih bolesti, osobito depresije ili uslijed dugotrajne izloženosti stresu, primjerice uslijed djetetove bolesti (13,14). Neurorazvojni čimbenici rizika imaju značenje dopunskih stresora koji nepovoljno utječu na obrasce interakcija roditelj - dijete. Roditelj perinatalno vitalno ugroženog djeteta dugoročno ostaje traumatiziran s posljedicama na obiteljsku dinamiku i djetetovo ponašanje (15). Roditelji zapadaju u krizu zbog neizvjesnosti i strepnji u pogledu djetetovog zdravlja i razvoja, te prestaju biti optimalni poticatelji djetetova emocionalnog razvoja. Stoga **brinući o emocionalnom zdravlju djeteta valja brinuti i o roditelju te njemu osigurati dobru informiranost o mjerama koje se poduzimaju jer to olakšava suočavanje sa stresom i psihološku podršku jer će to imati pozitivne posljedice i za dijete.** Od velike pomoći mogu biti i iskustva roditelja koji su uspješno prevladali takve situacije i spremni su svoje iskustvo podijeliti s drugima. Od izravne su pomoći širem krugu roditelja ako svoja iskustva napišu kao što je to učinila jedna zagrebačka majka nedonoščeta (16)

U dojenčetu razvoju roditeljima doista pripada posebna uloga. Njezina je važnost tolika da ju je nemoguće podcijeniti. Zato briga o emocionalnom razvoju djece uvijek treba uključivati brigu o okruženju u kojemu djeca odrastaju, a to je obitelj. Naime, upravo će način na koji roditelji odgovaraju djetetovim signalima i potrebama imati odlučni utjecaj na razvoj različitih procesa i vještina koje se usvajaju kasnije. Brazelton i Greenspan (17) su temeljem bogatog kliničkog iskustva interpretirali taj fenomen tvrdnjom da temeljne potrebe djeteta kojima roditelji odgovaraju tijekom ranog razvoja čine kamene temeljce za više razine emocionalnih, socijalnih i intelektualnih sposobnosti. Njihov je pristup utoliko zanimljiviji jer je proizišao iz opažanja podizanja djece u visokorazvijenim društvima gdje se puno ulaže u javno zdravstvo, obrazovanje i pedijatrijsku skrb, a da se pritom nedostavno razmišlja što su zapravo temeljni uvjeti zdravog djetinjstva i bez čega djeca doista ne mogu odrastati na zdrav način. Brazelton i Greenspan su u jednoj od svojih knjiga opisali kakve spoznaje i oblike skrbi djeca neminovno trebaju (18). Na prvom mjestu ovi autori spominju potrebu za toplim i podržavajućim odnosom, te navode da je njezino zadovoljavanje bitnije za emocionalni i intelektualni razvoj od ranog kognitivnog treninga ili edukativnih igara. Djeca koja se osjećaju voljeno i primaju obilje pozitivnih emocija od svojih najbližih, uspješnije uspostavljaju pozitivne odnose i pružaju ljubav prema drugima i prema sebi.

Neuroznanstvenici nazivaju prve godine života periodom u kojem djeca razvijaju razumijevanje osobnosti (19). Rana deprivacija uslijed duže institucionalizacije ili zbog neodgovarajuće ili nepostojeće roditeljske skrbi i ponajprije nedostatne emocionalne komunikacije može ostaviti rezidualne deficite kasnije vidljive kao hiperaktivnost, teško uspostavljanje privrženosti, kvazi-autistična obilježja i stanoviti stupanj kognitivnih oštećenja. **Zdravi razvoj privrženosti u dojenčadi i male djece i učenje o osjećajima drugih podupiru socijalno učenje i socijalni razvoj.** Primjerice, ljubav je osjećaj u vlastitom iskustvu i istovremeno socijalni odnos s drugom osobom. Voljeti nekoga znači brinuti o njegovim osjećajima, a pretpostavka toga je moći prepoznati i razumjeti osjećaje drugoga. Stoga kako djeca postaju svjesnija sebe i vlastitih osjećaja, trebaju pomoć odraslih u otkrivanju kako se osjećaju drugi ljudi. **Razvojne studije pokazuju da djeca brzo napreduju u razumijevanju različitih aspekata emocija tijekom predškolskog i ranog školskog razdoblja (20,21) a osim empatične i podržavajuće obiteljske okoline i različiti programi, primjerice u školskom okruženju, mogu unaprijediti dječje razumijevanje tuđih emocija, te ih učiniti socijalno kompetentnijima (22).**

3.Poticanje emocionalnog razvoja

Dojenčad je fascinirana ljudskim licem i pažljivo će promatrati izraze lica svojih roditelja i drugih bliskih osoba dok ih hrane i njeguju. Zato je za emocionalni razvoj male djece važno prilaziti im u dobrom raspoloženju, te ih opušteno i s uživanjem njegovati i igrati se s njima (23). Mala djeca trebaju puno tjelesnog dodira i nježnosti, te izloženost dobno primjerenim iskustvima. Dobno primjereno iskustvo im odrasli daju najviše tako da oponašaju ono što dojenčad radi: odgovaraju im glasanjem koje je imitacija njihovog glasanja, govore im nježno i puno pjevaju, te im daju priliku za odgovor, tj. iščekuju i potvrđuju svaki njihov odgovor. Emocionalni je razvoj moguće poticati samo ako razumijemo djetetove razvojne potrebe i međuovisnost svih razvojnih domena, te ako razumijemo i prihvaćamo djetetovu aktivnu ulogu u vlastitom razvoju, kao i kulturalne različitosti u emocionalnoj komunikaciji. U tom kontekstu posebno mjesto pripada igri. Igra je intrinzično motivirana aktivnost djeteta koja mu pomaže u otkrivanju svijeta (materijalnog i socijalnog) kojim je okruženo i kroz koju se socijalizira i gradi odnose s osobama koje skrbe o njemu, a to su ponajprije roditelji. Od svog prvog dana dojenče najbolje uči istražujući okolinu putem osjeta: dodira, vida, sluha, okusa i mirisa i pri tom mu je izuzetno važno da osjeti kako je pažnja roditelja usmjerena na njegove doživljaje i kako oni sudjeluju u onome što dijete zaokuplja. Skupe didaktičke igračke

potpuno su nevažne u usporedbi s kontaktom licem u lice i s emocionalnom razmjenom o trenutnom iskustvu dojenčeta ili malog djeteta. Za cjeloviti psihički razvoj djeteta poticajno je da roditelji i svi koji ga okružuju jednostavnim jezikom, ali s bogatom prozodijom, imenuju ono što dijete i odrasli tog časa vide i doživljavaju. Odrasli se svojom nepodijeljenom pažnjom treba pridružiti dojenčetrovom fokusu interesa i pri tom u punoj mjeri slijediti svoju intuiciju te spontano reagirati.

Svakako se moramo zapitati u kojoj mjeri u ovom našem ubrzanom načinu života i pojačanoj izloženosti stresu mala djeca dobivaju njima tako potrebnu nepodijeljenu pažnju bliskih osoba. Brazelton i Greenspen (18) tvrde na temelju svog kliničkog iskustva da češće negoli se misli izostaje razvoj bliskog odnosa s dojenčecom i malim djetetom. Bliski se odnos razvija kroz zajedničko druženje djece i njihovih roditelja koje je utemeljeno na emocionalnoj komunikaciji i zajedničkoj igri. To nužno ne znači da svo vrijeme djetetove budnosti majka mora biti s djetetom u izravnom kontaktu, primjerice licem u lice. Međutim važno je da dijete kroz vizualne i akustičke signale osjeti da je ona blizu i da mu je emocionalno dostupna.

Prema procjeni Brazeltona i Greenspana, **dijete do godine dana, dok je u budnom stanju, ne bi smjelo biti više od jedne trećine vremena prepušteno sebi dok bi oko dvije trećine vremena trebalo biti u interakciji s bliskom osobom.**

Stjecanje iskustva koje je prilagođeno individualnim potrebama djeteta također utječe na emocionalni razvoj. Djeca kod koje ova potreba često nije zadovoljena na pravi način doživljavaju negativne emocije uslijed izloženosti prevelikim zahtjevima okoline ili suprotno tomu zbog zapuštanja djeteta. Za zadovoljavanje ove potrebe presudno je priznati svakom djetetu njegovu jedinstvenost i pravo na usvajanje znanja vlastitim tempom. Sustav rane intervencije po definiciji treba pridonijeti zadovoljavanju ove temeljne djetetove potrebe kad kod je ona ugrožena zbog postojanja socijalnih ili bioloških čimbenika rizika. Brazelton i Greenspan, koji su i sami po svojoj temeljnoj izobrazbi liječnici, upozoravaju da je u medicinskim krugovima koji rade s malom djecom nedostatno prisutna izobrazba koja bi im ukazala na potrebu i dosege rane intervencije. Oni navode da **gotovo 99% liječnika koji uoče rano razvojno odstupanje smatra da treba pričekati kako bi se vidjelo hoće li se to samo od sebe normalizirati (18, str. 182). Problem proizlazi iz cijele orijentacije medicinskog obrazovanja prema bolestima, te se čeka dok slika smetnje ne postane dovoljno jasna, ili drugim riječima dok problem ne naraste.** Takvo je stanovište u suprotnosti s potrebom stjecanja ranog iskustva na individualno primjeren način i to bez odgode i čekanja da se pokaže ozbiljnije zakazivanje. Drugim riječima svako dijete ima svoj jedinstven temperament

i druga razvojna obilježja i pružanjem ranog iskustva koje odgovara djetetovoj prirodi potiče se zdravi socio-emocionalni razvoj, preveniraju teškoće učenja i ponašanja i osposobljava se dijete za puni razvoj vlastitih potencijala.

Također **djeca trebaju strukturu i granice jer im one okolinu čine predvidivom i jasnijom.**

Usvajanje pravila i poštivanje granica koje se odvija u toplim i bliskim obiteljskim odnosima omogućava djetetu internalizaciju granica, kanaliziranje agresije i smireno rješavanje problema. **Da bi se ostvarili ti ciljevi djeca trebaju okolinu koja je istovremeno i empatična i sposobna postaviti granice, te koja djeluje ponajprije svojim očekivanjima, a ne etiketiranjem ili grdnom. Za zadovoljavanje ove potrebe važno je da odrasli imaju povjerenja u djetetove potencijalne i da dobro razumiju njegove slabosti.**

Za svakog je pojedinca važno da tijekom ranog razvoja razvije osjećaj o vlastitom identitetu kao i pozitivan odnos prema sebi i samopoštovanje. Razvoj samopoštovanja je pod utjecajem reakcija osoba koje okružuju dijete i koje utječu na to kako se ono osjeća. Izuzetno je važno da roditelji i ostali koji brinu o malom djetetu razumiju kako je za razvoj samopoštovanja važno da dijete ima ljubav, sigurnost i utjehu, te da je okruženo pozitivnim modelima ponašanja i ljudima s razvijenim samopoštovanjem. Ako mu nešto ne uspijeva ne smije ga se posramljivati i treba biti hvaljeno ponajprije za aktivnost i uloženi trud, dok su rezultati manje važni. Oni će ionako doći ako je dijete aktivno, a ne će doći (ili će doći znatno kasnije) ako dijete odrasta pod pritiskom očekivanja da uvijek bude uspješno i besprijekorno. **Domišljati i decentni oblici pomoći koji podupiru djetetovo rješavanje problema u situacijama igre ili učenja daju djetetu priliku da doživi uspjeh i stekne novu vještinu. Emocije prate sve djetetove aktivnosti, pa tako i igru i učenje, prisutne su u zdravlju i u bolesti. Valja znati da mala djeca imaju snažne i duboke osjećaje i da bi naučila izlaziti na kraj s njima trebaju tijekom cijelog djetinjstva suosjećajnu i brižnu podršku odraslih (24).**

I što reći na kraju?

Obilježja ranog razvoja su tema koja u posljednjim decenijama intenzivno zaokuplja interes u području neuroznanosti, biomedicine i bihevioralnih znanosti. Ovo obilje novih podataka o urednom kao i o narušenom razvoju, upozoravaju znanstvenici, zahtijeva još promišljeniju interpretaciju genetičkih, psihosocijalnih i razvojnih strategija i teorijskih koncepata (25).

U Hrvatskoj nemamo puno istraživanja o ranom dječjem razvoju, pa tako niti o emocijama. Iako univerzalne, emocije su u načinu izražavanja i odgojnim postupcima socio-kulturno određene i svako bi društvo o tome trebalo željeti znati više, ponajprije stoga da oblikuje

preventivu, a ne da iskazuje interes samo u odnosu na incidenciju poremećaja, pojavu nasilja ili zlostavljanja. Savjetodavni rad s obiteljima male djece uvjerio nas je kako je i u našim uvjetima potrebno učiniti daljnje pomake u senzibiliziranju opće i stručne javnosti o zaštitnim čimbenicima djetetova razvoja, a to su ponajprije dobra emocionalna komunikacija u ranom razvoju i razvoj sigurne privrženosti. Uspostava sustava rane intervencije jedna je od društvenih mjera koja tome može pridonijeti (26).

Roditelj je ključni čimbenik djetetovog ranog razvoja, no da li će tu ulogu obaviti na najbolji način ne ovisi samo o njemu, nego i o brojnim mjerama zdravstvene, socijalne i obrazovne politike. Valja imati na umu da omiljena krilatica svih političara o djeci kao našoj budućnosti postaje isprazna, ako zanemarimo da su djeca upravo sada ovdje pokraj nas i da su svaki roditelj i svako dijete neizmjerljivo društveno važni i u našoj zemlji.

Literatura

1. Lewis M, Haviland J, editors. Handbook of emotions. New York: Guilford; 2000.
2. Pauli-Pott U, Mertesacker B, Bechmann D. Predicting the development of infant emotionality from maternal characteristics. *Development and Psychopathology*. 2004; 16: 19-42.
3. Bradley SJ. Affect regulation and the development of psychopathology. New York: Guilford Press; 2000.
4. Emde R. Early emotional development: New models of thinking for research and intervention. *Pediatrics*. 1998; 102: 1236-1243.
5. Vasta R, Haith MH, Miller SA. Dječja psihologija. Jastrebarsko: Naklada Slap; 1998