

Pirmojo prierašumo patyrimas vaikystėje nulemia, kaip vėlesniuose gyvenimo etapuose sugebėsime priimti sutiktus žmones, pasitikėti jais. Vaiko teisių gynėjai sako, kad vaikystėje pažintas saugumo jausmas yra viena svarbiausių pilnavertiško gyvenimo sąlygų. Vieni iš santykių tikisi teigiamų emocijų, bendrystės džiaugsmo, kiti gi bijo apatijos, atstūmimo, kritikos ir bendravimas su kitais jiems siejasi su emocinėmis kančiomis. Tad esamiems ir būsimiems tėveliams ne tik labai svarbu suvokti apie vaiko saugaus prierašumo formavimą, bet ir daryti viską, kad vaikas išaugtų pasitikintis ne tik savimi, bet ir kitais, nebijantis kurti santykių, o taip pat suklysti kasdienėse situacijose, nes žinos, kad šalia yra jį palaikantys žmonės.

„Tik gimusiam kūdikiui visą jo pasaulį atstoja tėveliai. Pagal santykį su artimiausiais žmonėmis, vaikas supranta, kiek jis saugus tame pasaulyje. Šį santykį svarbu puoselėti, gebėti suprasti vaiko jausmus, poreikius, laiku bei tinkamai juos atliepti, būti dėmesingais pačioms menkiausioms detalėms,“ - sako Kauno apskrities Vaiko teisių skyriaus vedėja Neringa Martišienė, akcentuodama, kad tarpusavio ryšį lengviau užauginti kartu su vaiku, nei atkurti jau pažeistą.

Į kūdikio sąmonę įsirašo tėvų elgesys ir jų emocijos

Gugavimas, riksmas, verksmas, mimikos, rankyčių ir kojųčių aktyvūs judesiai - atkreipti tėvų dėmesiui kūdikis neturi kitų įrankių. Taip elgdamasis mažylis fiksuoja, kaip tėvai reaguoja į jo kalba išsakytus poreikius: ar skuba atliepti, ar palieka su nauju ir nepažintu pasauliu vieną.

„Esu alkanas, ar mane pamaitins? Guliu nepatogiai, ar mane pataisys? Ar manimi pasirūpins ir pakeis sauskelnes? Man neramu, ar paims ant rankų ir priglaus? Kūdikio galvelėje sukasi begalė minčių, nes jis dar neturi jokios patirties, tad jam sunku suprasti, kaip veikia šis naujas pasaulis“, - sako N. Martišienė. Ji pastebi, kad jau pirmosiomis gyvenimo dienomis vaikas fiksuoja ne tik tėvų elgesį, bet ir jų jausmus: labai greitai perima nerimastingos mamos nerimą, baimę, o mamai jaučiantis saugiai - nurimsta.

Pasak vaiko teisių gynėjos, pirmųjų vaiko poreikių atliepimas ir per tai įgyta patirtis formuoja jo prierašumo stilių, kuris vėliau persikelia ir į tolimesnius santykius. Į šią sritį besigilinti specialistė teigia, kad svarbiausia, ar asmuo turi saugų prierašumo stilių. Visi kiti nesaugiojo prierašumo stiliai (neramus, vengiantis ir baimingas - vengiantis) nėra pozityvios patirties išraiška.

N. Martišienė pabrėžia, kad pervertinti prierašumo reikšmės negalima: „Mūsų psichika yra daugiasluoksnė ir sudėtinga, tad spręsti pagal vieną kriterijų, būtų neatsakinga. Tačiau

prieraišumo patirtis ir susiformavęs savęs ir kitų vertinimas santykyje lemia, ko mes tikėsime iš bendravimo ir kokias dažniausiai emocijas šie santykiai kels“.

Prieraišumo ryšys atsiskleidžia paauglystėje

Svarbu žinoti, kad ankstyvoje vaikystėje susiformavęs bazinis saugumas arba nesaugumas perkeltas į santykius su bendramoksliais, draugais ar vaikui svarbiais suaugusiais ir vėliau į jo paties šeimą. Specialistė tvirtina, kad skaudžiausiai pažeistas prieraišumas pasimato paauglystėje.

Kaip žinia, paauglystė yra vienas sudėtingiausių amžiaus tarpsnių su begale iššūkių. O bręstanti, besiformuojanti asmenybė ieško savo identiteto per santykį su kitais. Anot pašnekovės, jei paaiškėja, kad tokius santykius sunku užmegzti ir palaikyti dėl to, kad nesijauti juose saugus ir bendravimas reikalauja didelių emocinių resursų, vaikas sutrinka: kaip elgtis ir kaip gyventi šiame pasaulyje, jei bendravimas neteikia pasitenkinimo ir džiaugsmo?

„Turintis saugų prieraišumo stilių vaikas pasižymės aukštesniu savęs vertinimu ir pozityvesniu požiūriu į kitus, lengviau bendraus, jo santykiai su aplinkiniais bus harmoningesni. Tuo tarpu vaikas, kuriam būdingas vienas iš nesaugaus prieraišumo stilių, kokybišką santykį kurs sunkiau, jame jausis mažiau reikšmingu ir neužtikrintu, o kitais, galbūt, nepasitikės arba apskritai vengs bet kokio ryšio“, – pagrindines elgesio savybes ir jausmines išraiškas, išduodančias vaiko ankstyvąją patirtį, įvardija N. Martišienė.

Kuriant ryšį, tėvams tenka svarbiausias vaidmuo

Specialistė pabrėžia, kad šioje sudėtingoje tarpasmeninių santykių srityje daugiausiai atsakomybės tenka tėveliams. Tėvų raštingumas šioje srityje padės formuoti harmoningai augančią asmenybę.

„Kadangi pirmąją prieraišumo patirtį vaikas gauna iš tėvų, o jų elgesį, emocijas atspindi tarsi veidrodis, auginant vaiką, svarbu stebėti savo reakcijas įvairiose, ypač stresą keliančiose situacijose, – pataria N. Martišienė. – Tėvelių užduotis yra ne tik suprasti vaiko poreikius, bet ir savo jausmus, emocijas, elgesį ir jo pasekmes“.

Vaiko teisių gynėja sako, kad ne mažiau svarbios teorinės ir praktinės žinios socialiniams darbuotojams, pedagogams, kitiems su vaikais susijusiems specialistams.

N.Martišienė pateikia gan kasdienišką situaciją: kyla problemos su vaiku: jis gyvena tarsi paralelinėje virtualioje realybėje, tėvai širsta, pedagogai jaučiasi bejėgiai, net pamokų metu

jis laiką leidžia kitose platformose, o paprašius, spyriojasi įsijungti kamerą. Anot pašnekovės, galime nurašyti šį elgesį sunkiam charakteriui, atsakomybės trūkumui ar pan. „Profesionaliam savo srities specialistui iš karto kils mintis, kad galbūt vaikui šis pasaulis per daug, o ilgalaikis ryšys ir žmogiškas kontaktas yra gąsdinantis. Gal jaunas žmogus internetinėje erdvėje tik pasislepia, nes čia kontaktas neretai tik epizodinis, o mezgamas ryšys paviršutinis ir neįpareigojantis“, – sako N. Martišienė, pridurdama, kad toks spėjimas signalizuotų apie pagalbos poreikį.

Ir nors tiesiogiai prieraišumo stilius nesiejamas su šeimos socialiniu statusu, dažniau problemų turės dar kūdikystėje arba ankstyvoje vaikystėje tėvų globos netekę vaikai.

Padėti gali tik ilgalaikė teigiamų patirčių terapija

Dažnai keliamas klausimas, pasak Tarnybos atstovės, ar pažeistą vaiko prieraišumą įmanoma atstatyti. Pašnekovė teigia, kad jau pats žodis „atstatyti“ yra netinkamas. Gyvenimo eigoje prieraišumo tipas gali kisti arba jį galima keisti, kažkiek koreguoti. Kad prieraišumas keistųsi pats savaime, tai yra maža tikimybė. Nebet įmanoma su kažkokių labai teigiamų patirčių pagalba, kardinaliai pasikeitus aplinkai, įgijus naujos patirties. Labai priklauso ir nuo to, kokios pagalbos sulaukė, ar pats žmogus bandė ką nors keisti.

„Ryšį lengviau užauginti su vaiku, o ne jį atstatyti. Terapija yra bene vienintelis sprendimas, kai problema jau egzistuoja, – teigia vaiko teisių gynėja. – Prieraišumo stilių, esant ilgalaikiai terapijai ir sėkmingam bendradarbiavimui, galima koreguoti. Tai reiškia, kad kartu gali kisti ir vaiko požiūris į save bei kitus, sumažėja arba išnyksta nerimas ir jo įtaka tarpusavio santykiams“.

N.Martišienė sako, kad nors tokiems pokyčiams reikia ne tik daug darbo, bet ir laiko, pozityvios permainos vaiko elgsenoje atsiskleidžia itin ryškiai, o tai yra geriausia, kas gali įvykti.

Vienas iš prieraišumo teorijos pradininkų J. Bowlby (1973-980) prieraišumą apibrėžia kaip ilgalaikį, patvarų, emociškai reikšmingą ryšį, ilgainiui susiformuojantį tarp vaiko ir suaugusiojo.

Vaiko teisių gynėjai atkreipia tėvų dėmesį į prieraišumo ugdymą:
pasekmės labiausiai išryškėja paauglystėje

