

Co říkají děti, než se naučí mluvit

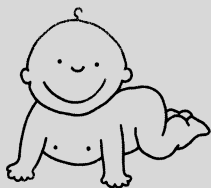
DEVĚT SIGNÁLŮ, JICHŽ NEMLUVŇATA UŽÍVAJÍ K VYJÁDŘENÍ SVÝCH POCITŮ

Paul C. Holinger, M.D., M.P.H.
Kalia Donerová



TRITON





Paul C. Holinger
a
Kalia Donerová

*Devět signálů,
jichž nemluvňata
užívají
k vyjádření
svých pocitů*



**Co říkají
děti,
než se
naučí
mluvit**



CO ŘÍKAJÍ DĚTI, NEŽ SE NAUČÍ MLUVIT

Tato kniha ani žádná její část nesmí být kopírována, rozmnožována, ani jinak šířena bez písemného souhlasu vydavatele.

Autoři:

Paul C. Holinger

profesor psychiatrie v Rush-Presbyterian Medical Center and Faculty, psychoanalytik pro výcvik a supervizi v Chicagském institutu pro psychoanalýzu

Kalia Donerová

© 2003 by Paul C. Holinger, M. D., M. P. H., with Kalia Doner

Originally published by Simon & Schuster, Inc.

Translation © Alena Hnídková

© TRITON, 2005

Photographs © 2003 by Paul C. Holinger, Retrofile.com, Jeremy Sherer Oberle

Cover © Renata Ryšlavá

Vydalo Nakladatelství TRITON, Vykáňská 5,

100 00 Praha 10, www.triton-books.cz

ISBN 80-7254-634-1

*Věnováno,
samozřejmě,
Joni
a
Campellovi*

Kdybychom napřed věděli,
kde jsme a kam směřujeme,
dokázali bychom lépe posoudit,
co dělat a jak to dělat.
- ABRAHAM LINCOLN,
ŘEČ „NEJEDNOTNÝ PARLAMENT“, 1858

... jsme vždycky pomalí, máme-li připustit velké změny,
jejichž postup nevidíme.
- CHARLES DARWIN,
O původu druhů, 1859

„Z maléru, do kterého se nedostanete,
se pak nemusíte vyhrabávat!“
- HELEN C. BOYDENOVÁ,
DEERFIELDSKÁ AKADEMIE

Poděkování

JSEM HLUBOCE VDĚČNÝ NÁSLEDUJÍCÍM LIDEM, KTEŘÍ BYLI TAK LASKAVÍ, ŽE přečetli tento rukopis nebo jeho části. Jejich ohleduplné poznámky a podněty byly nedocenitelné. A tak ještě jednou díky Kim Colemanové, Lise Considineové, Donně a Michaelu DeCaignyovým, Marshe Fentonové, Michaelu Ferkolovi, Marlene Goodfriendové, Richardu a Tie Holingerovým, Philipu Linkemu, Melovi a Mary Marksovým, Alanovi a Claire Martinovým, Barbaře Minerové, Jill Simmons Muellerové, Philu a Mariette Orthovým, Karen Pierceové, Gary Rosenmutterovi, Paulu Rubinovi, K. O. Rutherfordovi, Meg Schneiderové, Joan Gately Shapirové, Tracy Sherrodové, Abigail Sivanové, Dianě Steversonové, Donovi a Nancy Tubesingovým, Nancy Vertové, účastníkům semináře o afektech v Chicagském institutu pro psychoanalýzu v roce 2002 (včetně Jamese Andersona, Alice Bernsteinové, Diany Deanové, Christine Kiefferové, Jackie Martonové a Franka Summerse) a členům fakultního semináře na oddělení psychiatrie v Rush-Presbyterian St. Luke's Medical Center. Jsem zvláště zavázán Donaldu Nathansonovi za to, jak mi pomohl s obsahem i s fotografiemi; Cherise Grantové, redaktorce nakladatelství Simone & Schuster, která byla v tolika ohledech nepostradatelná pro uskutečnění tohoto projektu; a Michele Mabbsově a Williamu Funchionovi, jejichž podrobná pomoc a podpora měly nedocenitelný význam.

Měl jsem obrovské štěstí, že mám tolik kolegů a přátel, kteří mi poskytli radu, podporu a poučení během let, kdy tato kniha vznikala. Chovám upřímnou vděčnost k Michaelu Baschovi, Helen Beiserové, Barbaře a Marku Bergerovým, Pam Cantorové, Barry Childressovi, Bertu Cohlerovi, Virginii Demosové, Stuartu Edelmanovi, Hanku Evansovi, Gail Faheyové, Jan Fawcettové, Robertu

Galatzer-Levy, Benu Garberovi, Arnoldu a Connie Goldbergovým, Roy R. Grinkerovi, Jr., Michaelu Groverovi, Miriam Gutmannové, Irvingu Harrisovi, Herbu Hendinovi, Georgi Higinsovi, Ann Kaplanové, Jerryemu Kavkovi a Knihovně Chicagského institutu pro psychoanalýzu, Elaine Klemenové, Charlesi Kligermanovi, Sue a Craigovi Manskeovým, Michaelu McConnellovi, Betty Meltonové, Amy a Danu Meyerovým, Jacku a Kerry Kelly Novickovým, Rogeru Oberleovi, Danovi a Margie Offerovým, účastníkům Úterních setkání pro dětskou psychoanalýzu, Susan Petersenové, Cynthii Pfefferové, Barrie Richmonové, Jackie Rivet-Riverové, Fredu Robbinsovi, Barbaře Rocahové, Henrymu Seidenbergovi, Lou Shapirové, Howardu Sudakovi, Samu Weissovi, Cliffu Wilkersonovi, Andymu a Susan Williamsovým, Edwardu a Glorii Wolpertovým, Glorie Woodové a Judy Zitoové.

Mnoho lidí mi při vývoji této knihy jedinečným způsobem pomohlo svou péčí, podporou a výukou. Vám všem velice děkuji. Byli to: Rita Andersonová, Mike a Susan Brownovi, Matt Bryant, rodina Cadeových, Ann Carrová, Joanna Changová, Rosa Corderová, Patricie Crylanová, Wendy Darnelleová, Andrea DeCooková, Jennifer DeLongová, Rachel Dobsonová, Tiffany Eganeová, Linda Feeneyová, Leila Fongová, Amy Fumagalliová, Pam Hagermanová, Hindsdalská veřejná knihovna, Carrie Hooperová, Arlene Jarzabová, Brooke Kellyová, Stephanie Kesslová, Betsy Klaricová, Mary Lee Larsenová, Susie Lebensorgerová, Madisonská základní škola (Hinsdale, Illinois), Heather McBethová, Erin McKeanová, Melinda McMahanová, David Matera, Kathy Mullerová, Julie O'Brienová, Auggy Porrecová, Susan Purserová, Cira Sanchezová, Mandy Satkampová, Nancy Schifová, Courtney Scukanecová, Mary Sparksová, Melissa Spencerová, Kerry Tumblesonová a Barbara Wilsonová.

Říká se, že jeden obrázek má cenu tisíce slov - a to asi obzvláště platí, když studujete nemluvnata a hrajete si s nimi! Za možnost fotografovat a použít obrázky jejich dětí bych rád poděkoval rodinám Clarkových, DeCaignyových, DeCookových, Meyerových, Richardsonových a Zookových. Jsem velmi vděčný Jeremy Sherer Oberleové za její originální uměleckou práci. Děkuji také Cambellovi za fotografickou pomoc i za jeho příspěvek k názvu knihy.

Vůči svým pacientům, mladým i starým, pociťuji obrovský dluh. Jejich odvaha a ochota spolupracovat se mnou při tom, když se pustili do křížku se svými aspiracemi a obavami, mi dopřála nezměrné poučení a naplnění.

Regině Ryanové, své agentce, která od počátku věřila v tento projekt a byla jeho dovednou navigátorkou, jsem obzvláště zavázán. Její nadšení pro věc, a její povzbuzování a vytrvalost byly pro dokončení této knihy nepostradatelné.

Nejhlubší vděčnost cítím ke Kalii – pravému slovotepci, kolegyni a přítelkyni. Její trpělivost, energie, moudrost, dobrá nálada, její ochota učit se a učit druhé – všechny tyto vlastnosti a mnohé další se objevily na dráze tohoto podnikání a získaly jí mou nehynoucí přízeň.

Jsem také obzvláště vděčný Cindy Wiertelové, prezidentce ABS Services. Její neochvějná loajalita, ochota a schopnost pustit se do nových a rozmanitých úkolů, trpělivá povaha tváří v tvář těžké práci, a její logistické dovednosti byly pravým požehnáním.

Mé ženě Joni a synu Campbellovi náleží upřímná chvála a láska. Vy dva jste umožnili existenci této knihy. Nemohu Vám dost poděkovat.

Paul C. Holinger, M.D.
Chicago, Illinois

Obsah

ÚVOD

Mé putování: Na cestě k výchově šťastných,
schopných a zodpovědných dětí 13

1. ČÁST

Jak porozumět vašemu nemluvněti... i vám 19

1 Vítejte v miminkovském světě 21

2 Základ pocitů: Devět základních signálů 27

3 Jak reagovat na signály vašeho děťátka:
Pět klíčů 33

4 Reagování na signály, když děťátko roste:
Sledujeme, jak se slovník stává složitějším 47

5 Rozvíjení kompatibility (slučitelnosti, snášenlivosti):
Jak pochopení signálů pomáhá vám i vašemu dítěti,
abyste spolu dobře vycházeli 55

6 Jak povzbuzovat hravost 63

7 „Chci být jako ty, maminko a tatínku!“
Jak a proč se děti identifikují s rodiči 69

8 Jak budovat v dítěti sebeúctu 79

9 Vypnout automatického rodičovského pilota...:
Musíme identifikovat své představy o tom, jakou být
maminkou či tatínkem, a vypořádat se s nimi. 87

10 ...a stát se zasvěceným rodičem:
Jak poznávat naše dítě 101

2. ČÁST	Signály	109
	Signály radosti:	111
11	Zájem	113
12	Potěšení	127
13	Překvapení	135
	Signály volání o pomoc:	141
14	Tíseň	143
15	Hněv	153
16	Strach	163
17	Zahanbení	171
18	Znechucení a averze vůči nepříjemnému pachu	181
19	Nad rámec signálů: Když se objeví řeč a signály se převedou do slov	187
20	Úvahy o kázni a hranicích	199
Závěr	Jak vaše dítě roste...	207
Dodatky	Průvodce k získání hlubšího vhledu	209
	Grafy	216
	Prameny	217
Rejstřík		223

Úvod

Mé putování: Na cestě k výchově šťastných, schopných a zodpovědných dětí

Lidské bytosti se rodí vybaveny sadou signálů. Běžný výzkum svědčí o tom, že existuje devět vrozených signálů, které znamenají: zájem, potěšení, překvapení, nesnáze, hněv, strach, stud, znechucení (jako reakce na nedobrou chuť) a averzi vůči zápachu. To jsou naše nejranější pocity. Časem se tyto signály navzájem kombinují a navazují na zkušenost, aby utvářely náš komplexní citový život. Když porozumíme těmto signálům a tomu, jak fungují, může to pro nás a naše děti znamenat obrovský rozdíl. A o tom vlastně tato kniha je.

Rád bych se představil a popsal, jak se to stalo, že jsem se začal zajímat o oblast dětského vývoje. Jsem lékař a specializuji se na psychiatrii a psychoanalýzu. Mám rád sporty, rád se učím a – co je nejdůležitější – jsem otcem desetiletého chlapce. Myslím, že je velmi důležité pomoci rodičům, aby pochopili své děti a umožnili jim, aby mohly plně rozvinout svůj potenciál jako šťastné, schopné a zodpovědné lidské bytosti.

Už od raného věku se zajímám o psychologii – částečně proto, že jsem měl jako dítě dojem, že moji rodiče, i když to se mnou myslí dobře, nerozumějí tomu, co cítím. Když jsem zamířil na vysokou školu, věděl jsem, že chci studovat psychologii a pak pokračovat na medicínu a stát se psychiatrem. Psychoanalytický výcvik jsem získal v Chicagu a pak jsem šel studovat psychiatrickou epidemiologii – studium výskytu a rozložení duševních poruch – na Harvardskou univerzitu a na školu veřejného zdraví do Bostonu. Během pobytu v Bostonu

mne začala fascinovat spíš myšlenka prevence, než jen léčení emocionálních problémů. Námět prevence emocionálních zmatků ve mně ještě zesílil, když jsem začal zabývat léčbou adolescentů a provádět výzkum násilí a sebevražd u dospívajících. Ale byl tu ještě jeden dílek do skládky. Vrátil jsem se do Chicaga, abych si tam zařídil praxi a prodělal výcvik v psychoanalýze dětí a dospělých. Chtěl jsem skutečně do hloubky pochopit citový život dětí a dospělých a využít tohoto porozumění k tomu, abych lépe pomáhal pacientům.

Od té doby pracuji s dětskými i s dospělými pacienty. Někteří pacienti vyžadují dokonce až pět sezení týdně. Zjistil jsem, že tento typ intenzivní práce umožňuje pacientům, aby sami sebe pochopili a dělali pokroky, jaké žádný jiný druh léčby neposkytuje. Přesto jsem ale zůstal zaměřený na prevenci citového strádání. Ptal jsem se sám sebe: „Co by se asi stalo, kdybych tak viděl Erika (pěťadvacetiletého pacienta), když mu bylo pět, a pracoval s ním a jeho rodiči už tenkrát?“ „Co by tak asi bylo, kdyby mne byli navštívili Margiini rodiče (Margie byla má pětatřicetiletá pacientka, s níž jsem po sedm let čtyřikrát týdně pracoval s velmi dobrými výsledky) v době, kdy byla ještě nemluvně?“ Mohli být Erik a Margie ušetřeni té bolesti, s níž se potýkali v dospívání a dospělosti?

Kladl jsem si otázku, jak se utváří osobnost. Ptal jsem se, jak přispívají vrozené vlastnosti jedince k jeho emocionálnímu vývoji a jakou roli hraje prostředí – rodiče, pečovatelé a celý sociální kontext – při vzniku emocionálních problémů později v životě. Myslel jsem si, že nestačí pomáhat jen ztrápeným rodinám a dětem, ne proto, že by se jim nedalo pomoci (naopak, pokud jde o kvalitu života, mohou udělat obrovský pokrok), ale proto, že jsem v první řadě cítil nutnost najít způsob, jak vzniku problémů od samého počátku předcházet. Často se mi vybavovala slova Helen C. Boydenové, skvělé a moudré ženy, která mě na střední škole učila chemii. Říkávala nám: „Z maléru, do kterého se nedostanete, se pak nemusíte vyhrabávat!“

V oblasti psychiatrie a psychoanalýzy se dosáhlo pozoruhodných úspěchů. Podle mého názoru jsme však zcela neuspěli ve dvou oblastech. Za prvé jsme se dost nesoustředili na prevenci a za druhé jsme neodvedli moc dobrou práci v tom, že jsme nesdělili veřejnosti příliš mnoho z toho, co je o vývoji dítěte známo. Když mluvím o prevenci emocionálních problémů, míním tím konflikty, deprese a úzkosti, které mohou být důsledkem neporozumění a nedostatečného ovládnutí pocitů; nemám tu na mysli závažná psychotická onemocnění s biologickými komponentami, jako je schizofrenie nebo bipolární porucha, ačkoli pochopení těch nejranějších pocitů může v těchto případech rovněž pomoci. Doufám, že kolegové v mé profesi ocení, že se pokouším vyjádřit různé

charakteristické znaky preverbálního pocitového světa nemluvněte a toho, kdo o něj pečuje, a také otázky regulace napětí, které v něm je obsaženo.

Výzkum a rozmanité klinické postupy nám ve dvacátém století poskytly naději, že existuje nejen léčení některých aspektů emocionálních problémů, ale že je možná i jejich prevence. Ponořil jsem se do údajů a teorií o tom, jak se emoce u dětí vyvíjejí a jak děti sdělují své nejranější pocity. Mnoho výzkumných pracovníků, jako třeba Ainsworth, Bowlby, Demosová, Emde, Greenspan, Lichtenberg, Main, Panksepp, Plutchik, Schore, Spitz a Stern, učinilo výrazný průlom do chápání dětského vývoje a do neurobiologie lidských emocí. Kliničtí lékaři, jako Basch, Freud, Gedo, Goldberg, Kernberg, Kohut, Modell a Winnicott, udělali významný pokrok v léčbě emocionálních problémů u dětí a dospělých. Nakonec závěry této práce jsou založeny na pěti základních pramenech údajů: na klinické práci s dospělými a dětmi, na studování nemluvnat, na výzkumu evoluce, na zkoumání mozku a na nálezech a zjištěních o včasných intervenčních a preventivních programech.

Studium lidských emocí je mimořádně komplexní a existuje v něm mnoho úhlů pohledu, teorií a údajů (viz např. Plutchikovu *Psychologii a biologii emocí* a Pankseppovu *Afektivní neurovědu*, které jsou uvedené v seznamu literatury). Já se však v celé této knize soustředím na tři vědce a jejich dílo. Ti tři totiž obzvláště ovlivnili mou snahu pomoci rodičům vychovat šťastné, schopné a zodpovědné děti.

První vědec je Silvan Tomkins. Tomkins vytvořil čtyřsvazkové dílo s názvem *Affect Imagery Consciousness (Uvědomování afektivních představ)*, které představuje rozsáhlé zkoumání emocionálního života. Tomkins a jeho kolegové Emos, Ekman, Izard a Nathanson vycházeli z Darwinova díla (např. *O původu druhů, Výraz emocí u člověka a u zvířat*) a zkoumali zděděnou povahu a vývoj lidských emocí. Dospěli k závěru, že se všichni lidé už rodí s biologickými reakcemi na podněty (s pocity nebo signály), které pak zajišťují i komunikaci i motivaci, navzájem spolu reagují, kombinují se se zkušeností a předurčují, jak jednáme.

Daniel Stern, odborník na výzkum kojenců, představuje další podstatné ovlivnění mé práce. Jeho kniha *Interpersonální svět nemluvněte* z roku 1985 je dnes už klasika, která změnila celkový pohled na rané dětství. Stern kladl důraz na to, že kojenci mají už od těch nejranějších okamžiků života významné sociální interakce neboli vzájemné působení. Prokázal, že na pozitivní vývoj emocionálního života dětí má hluboký vliv to, jak rodiče své děti už v raných fázích života hodnotí, jak na ně reagují a jak jsou směrem k nim naladěni.

A konečně – to, co podstatně ovlivnilo mé myšlení, byla práce Alexandera Meltzoffa. Meltzoff a ostatní stavěli na dřívějším díle Darwina a Freuda a stu-

dovali sklony kojenců identifikovat se s důležitými lidmi v jejich životě a napodobovat je. Tyto komplexní výzkumné studie nám pomáhají pochopit vědomé i nevědomé cesty, jimiž se děti postupně začínají svým rodičům podobat, nebo se od nich lišit.

Během té doby, kdy jsem zkoumal emoce u kojenců a větších dětí, se mé ženě a mně narodil syn. Jak jsem tak trávil hodně času s jinými rodiči a jejich dětmi, zjistil jsem, že nápady a myšlenky těchto výzkumných a klinických pracovníků dávají v praxi smysl. Zdálo se, že všechny tyto informace potvrzují, že emocionální povaha dítěte – ať už je důvěřivá, zvědavá, optimistická, milující a plná sebedůvěry, nebo naopak podezíravá, pesimistická a obranná – se utváří prostřednictvím celé vzájemně provázané sítě vlivů, složených dohromady z vrozených vloh dítěte, z jeho raných kontaktů s rodiči a později z dalších prožitků a vývojových procesů. Nejpozoruhodnější z toho všeho však bylo to, že jsem si sám uvědomil, že pochopení oněch devíti signálů může případně znamenat pozitivní rozdíl v rozvoji emocionálního života dítěte.

V práci jsem viděl, že zaměření na signály kojence může přinést docela pozoruhodné výsledky. Vzpomínám si na manželský pár, který potlačoval vyjádření strachu, úzkosti a vzteku u své pětileté dcery. Vytvořili v ní pocit, že je hrozná dítě, když vůbec nějakou zlost pociťuje, a tím ji přiměli, aby se za tyto pocity styděla a utlumila je. Výsledkem bylo, že jejich dcerka začala mít zábrany a začala být dost obsedantní a nesmělá. Byl bych jim mohl předepsat nějakou medikaci, ale myslel jsem si, že nakonec nejvíc pomůže, když budu s jejími rodiči a s ní mluvit a pokusím se pochopit její myšlenky a pocity. A tak jsem se snažil rodičům pomoci, aby si uvědomili a dokázali ocenit, že známky úzkosti a zlosti u jejich dítěte jsou přirozené a vrozené reakce, pevně uložené v mozku, a že tyto signály jsou potřebné k tomu, aby jim sdělily jistou informaci. Po jisté době už rodiče dokázali lépe připustit a dokonce i podporovat vyjadřování těchto známek či signálů u své dcerky. To, že rodiče správně hodnotili a potvrzovali signály ze strany dítěte a že se učili, jak na ně přiměřeně reagovat, snížilo úzkost dítěte – a nakonec i úzkost rodičů. A holčička reagovala na tento způsob zacházení docela dobře.

Zdá se, že tyto úvahy o signálech a projevech pocitů také dobře fungují u takzvaných vysoce rizikových rodin, tedy rodin, jejichž děti jsou ve významném nebezpečí, že se u nich vyvine nějaká emoční porucha pod vlivem chudoby, špatné výchovy a toho, že jejich rodiče nedostatečně chápou, jak se mají vychovávat děti. David Olds a jeho kolegové v Coloradu vyvinuli brilantní a úspěšné strategie intervence a prevence v raném věku. Tyto strategie se soustřeďují na pochopení pocitů a na jejich regulování.

Podobně Deborah Grossová a její kolegyně v Chicagu zkoumali malé děti, ohrožené tím, že se u nich vyvinou poruchy chování a sociální problémy. Dospěli k závěru, že když se rodičům pomůže, aby porozuměli vývoji dítěte a jeho pocitům, významně to sníží počet dětí, u nichž se tyto problémy vyvinou, když je srovnáme s rodinami, jimž se takovéto pomoci nedostalo.

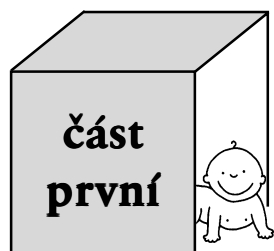
A pak jsem v průběhu času zjistil, že teorie o signálech a pocitech fungují nejen u rizikových pacientů a ohrožených dětí, ale i u dětí a rodičů v každodenním běžném životě. Když budete u svého dítěte na maximum stupňovat pozitivní pocity, jako jsou signály zájmu a radosti, a dovolíte mu, aby vyjádřilo navenek signály úzkosti, vzteku, strachu a studu, a pak se postaráte o to, co ty negativní pocity způsobuje, budete mít šťastnější a zdravější dítě – i rodiče.

V první části této knihy se podíváme, jak se děti rodí s vrozenou schopností vyjádřit své pocity za použití preverbálního komunikačního systému devíti různých projevů nebo signálů. Prozkoumáme zde také, jak okolní prostředí ovlivňuje pocity dítěte a vyjádření těchto signálů. Potom vás v naší knize požádáme, abyste si v klidu a vlastním tempem prozkoumali sami sebe – jakožto rodiče, nebo jiné osoby, které o dítě pečují. Budete mít příležitost zapřemýšlet nad tím, kdo vy sami vlastně jste po stránce emocionální a intelektuální, a také příležitost pochopit, jak můžete ovlivnit způsob, jímž se vyvíjí vaše dítě.

Druhá část knihy do detailů vysvětluje každý z devíti projevů pocitů a probírá způsoby, jimiž mohou rodiče a jiní, kdo o dítě pečují, moudře a přiměřeně na tyto signály reagovat.

Mám dojem, že každý z nás, každý rodič a pečovatel – ti, kdož jsme celkem klidní, i ti, kdo jsme poněkud zmatení, ti, kteří už mají tři děti, od nichž se mohli učit, i ti kteří vítají na svět své první miminko – každý může mít prospěch z toho, že porozumí těmto devíti citům čili afektům. A stejně to může prospět i dětem. Právě těch prvních čtyřiaadvacet měsíců života je tou dobou, kdy se základna vědomostí vašeho dítěte rozšiřuje milovými kroky, a je to i doba, kdy se stejně tak rozšiřuje i ta vaše.

Ale tato kniha je něco víc, než jen kniha o kojeneckém věku. Zaměřuje se na devět vrozených signálů, na vývoj citového života od zárodku, a na interakci s prostředím během let před rozvinutím slovního dorozumívání. Přesto má devět zde zkoumaných afektů a emocionálních vzorců svůj význam pro vás i vaše dítě i později – v batolecím věku, pozdním dětství, adolescenci a dospělosti. Je dokonce možné, že najednou zjistíte, že chápete víc ze svého vlastního vnitřního života a z psychologické dynamiky. Rodičovství je také vývojové stadium lidského života. Učíte se konáním, a toto konání navěky mění vás a vaše dítě.



***Jak porozumět
vašemu nemluvněti...
i vám***

Vítejte v miminkovském světě



Dědičnost (to, co je nám vrozené) i výchova, oba dva faktory hrají roli v celém lidském chování. Také emoce jsou zároveň produktem našeho vývoje – zejména jejich fyziologické projevy a jejich vyjádření navenek – i produktem toho, co jsme se naučili – zde se to týká hlavně pokusů o zvládnutí našich emocí, dále našich postojů k citům, a způsobů jejich verbálního vyjádření.

Paul Ekman, editor, v předmluvě
ke knize Charlese Darwina
Výraz emocí u člověka a u zvířat

NOVOROZENCI JINÝCH LIDÍ NÁM MOHOU PŘIPADAT JAKO PASIVNÍ, MALÉ BOCHNÍČKY CHLEBA – hezky vonící a příjemné na dotek, ale hlavně jako něco, co si ještě tak povozíme v kočárku. Když pak ale máte své vlastní miminko, zjistíte velice rychle, že jsou to velmi náruživí a složití človičci plní života. Už v tom nejtěplejším věku s ohromnou vervou přímo hltají smyslové podněty a informace ze světa kolem sebe.

Miminka jsou bytosti společenské – nejen, že druhé potřebují k tomu, aby je udržovali naživu, ale interakci s lidmi také chtějí a radují se z ní. Od nejranějších dnů a týdnů vnímají svými smysly a reagují na lidi kolem sebe. Uznávám, že se jejich vnější svět zpočátku jeví docela malý – dětská postýlka, pokoj, kojící nádrž, pár kolébajících paží – ale to jen zvyšuje vliv osob, které tento malý vesmír obývají – vliv mamky a taťky a jiných prvotních poskytovatelů péče.

Všechno ve vás, v rodičích kojence, může mít dopad na to, co z vašeho dítěte vyroste - vaše nálada, expresivita, tón hlasu, vaše vnímavost a ochota reagovat, váš zájem a hladina vaší úzkosti. Dítě si osvojuje komunikační dovednosti a učí se vyjadřovat své myšlenky a pocity, regulovat napětí a úzkost a cítit se jistě nebo nejistě z velké části právě prostřednictvím vašeho chování a vašeho pohledu na svět. Tolika různými způsoby působíte na vyvíjející se osobnost a citovou povahu svého dítěte.

Ale dítě neabsorbuje jednoduše cokoli, co mu nabízíte, jako obrovská, žíznivá houba. I ono „promlouvá“ a vypráví vám, co potřebuje, co si myslí a co cítí. Každé dítě přichází na svět se spoustou vrozených vlastností a má toho mnoho co říci, a to ještě dřív, než se naučí mluvit.

Jak to mimino dělá, aby se jeho naléhavá poselství dostala k vám? Děti a rodiče si zakládají komunikační systém hned po narození. Namísto slov se slovník miminka skládá z devíti signálů, které vyjadřují jeho nejranější pocity: *zájem, potěšení, překvapení, tíseň, hněv, strach, zahanbení, znechucení a averzi vůči zápachu*. Přerývaný pláč, nařikání, zkřivený obličej, klidné, sladké přitulení - to jsou nejranější dětské prostředky sebevyjádření.

Tyto první výrazy se modifikují a rostou stejně rychle, jako roste nemluvně. Během prvních týdnů a měsíců života vašeho dítěte, až si budete vytvářet vzájemný vztah, uvidíte, že se to vaše robátko vyvíjí v nezávislou osobnost se všemi těmi zvláštnostkami a vlastnostmi, které má každý z nás jako dospělý. Sledování tohoto procesu vývoje je jednou z radostí - a výzev - rodičovství. První úsměv děťátka vás naplní radostí, ale jeho vztek nebo nespokojenost vás může mást a dělat vám starosti. Často se možná budete sami sebe ptát, jak se to stalo, že zrovna z vašeho děťátka je ta bytost, kterou držíte v náručí.

I vědci a lékaři si lámou hlavu nad složitostí dětského vývoje. Někteří říkají, že *příroda, tedy to, co je dítěti vrozené*, nese primární odpovědnost za osobnost a chování, že genetické programování a biochemické procesy předurčují charakter. Jiní říkají, že největší vliv na utváření našeho charakteru má *výchova*, že jsme do vysokého stupně formováni prostředím, okolnostmi a interakcí s lidmi. Ukazuje se, že obojí je do určitého stupně správné: příroda (dědičnost, vrozené vlastnosti) i výchova (vnější působení) mají významný vliv, někdy víc působí jedna, jindy druhá. Nejnovější studie Daniela Sterna a dalších autorů v oblasti výzkumů nemluvnat jasně prokazují, co dobří pozorovatelé z řad maminek a tatínků vědí už po tisíciletí: to, jak se dítě vyvine, je výsledkem komplexní struktury vrozených vlastností, kvality rodičovské péče a životních okolností a zkušeností dítěte.

Jaký má tohle všechno význam pro rodiče? Věřím, že to znamená, že by se měli soustředit na interakci mezi vrozenými vlastnostmi a výchovou, tedy na to,