

# Kako bo mati ustvarila dober in zdrav odnos do svojega dojenčka

Dr. M. Mackenzie

Rada bi govorila o vlogi matere v obdobju, ko je otrok povsem odvisen od nje, in v obdobju, ko se postopoma razvija brez nje v smeri neodvisnega življenja! Tudi bi rada pretehtala nekatera dejstva, ki vplivajo na njeno sposobnost, da se znajde ob njegovih potrebah in da jih zadovolji.

Otrokova vez z materjo je njegov prvi odnos v življenju, medtem ko pri materi ni tako. Na njeno vez z otrokom bodo namreč že vplivale tudi njene izkušnje v preteklosti, ko je bila nerazdružno povezana s svojo materjo, pa tudi vsi njeni odnosi z očetom, z brati in sestrami in pozneje z možem.

Vse nove izkušnje prinašajo s seboj nova vznemirjenja in ta vznemirjenja, ki jih prebuja zdaj zavest materinstva, se prepletajo s temnimi slutnjami, ki so oživele iz njene preteklosti, in vse to bo vplivalo na njeno ravnanje z otrokom.

Temelji razmerja med materjo in otrokom se polagajo tako v prenatalnem obdobju kakor tudi v prvih mesecih otrokovega življenja. Že med nosečnostjo si mati ustvarja sliko o svojem otroku. Seveda je ta odvisna tudi od okoliščin, v katerih pričakuje otroka, ker do njega že tedaj zavzema določeno stališče. Čeprav se nosečnost tiče neposredno nje same, bo vsa prevzeta od skrbi za otroka, ki se razvija v njej, vplivala tudi na druge člane družine. Oče se mora zadovoljiti z manjšim zanimanjem, ki ga poslej žena kaže zanj, na drugi strani pa bo njej potrebna njegova opora, ko se pred njo pojavijo nove zahteve.

Oba roditelja se morata pripraviti ne le na prihod novega človeka v družino in na svojo skupno odgovornost zanj, temveč tudi na vpliv, ki ga bo novi član družine imel na njun medsebojni odnos. Če so v družini že drugi otroci, so s spremenjenimi odnosi prizadeti tudi oni. Vse od spočetja dalje se morata oba roditelja nagloma prilagoditi na celo vrsto novih momentov, kar nikoli ne gre brez nekih čustvenih pretresov.

Emocionalni napor, ki je vselej potreben, kadar se morajo ljudje prilagoditi spremenjenim odnosom, ni noben patološki poseg, temveč normalen pojav v psihološki adaptaciji. Občutljivo ravnotežje sil, ki ohranjajo družino zbrano v slogi, je začasno omajano. Če gre za družino z urejenimi odnosi, se te sile uravnovesijo brez tuje pomoči. Toda če odnosi niso stabilni, lahko nastanejo težave. Psihiatre pri njihovem delu stalno opozarja pogostnost, s katero se nosečnost in porod pojavljata kot važna etiološka faktorja pri duševnih obolenjih, dasi lahko manifestacije nevrotičnih vznemirjenj sčasoma preidejo tudi neopažene. Ne bom govorila o psihozah, pri katerih so res velike in kajkrat nenavadne spremembe v osebnosti matere vsem jasne. V mislih imam psihonevroze, ki so bolj vsakdanje, a so po svojem učinku dostikrat bolj potuhnjene in imajo na družino, zlasti pa na novorojenčka mnogo daljnosežnejši vpliv.

Rojstvo novega človeka je eden izmed dogodkov, ki najsilneje vpliva na vse člane družine in posega v najgloblja in najprvotnejša človeška čustva.

Nobeno presenečenje ni, da hkrati z najbolj prosvetljenimi idejami naše moderne dobe živijo v zvezi z nosečnostjo in porodom še prenekateri bajke in vraže. Če pred tem pojavom ne zapiramo oči, kaj lahko najdemo ozko zvezo

med tako imenovanimi »zgodbami starih žena« in staroveškimi strahovi, ki se prepletajo v miselnosti gravidnih žena. Tudi danes n. pr. je še mnogo ljudskih verovanj o vzrokih takih pojavov, kot so vrojena in prirojena (materina) znamenja kakor tudi usodne malformacije (nakaze), ki ne temeljijo na znanstvenem poznavanju, temveč so bliže magiji. In vendar opažamo pri velikem številu sicer pametnih žena, da so vse preveč dovzetne za takšne misli, ki jih ne moremo obrazložiti na razumski način.

Spremembe razpoloženja, tako značilne za nosečnost, so zunanje manifestacije teh bojazni in ne samo stvar značaja. Pričakujočo mater lahko zmedejo v njenem vedenju do moža in nerojenega otroka in utegnejo pri obeh biti vzrok za vznemirjenje. Velika večina žena zadržuje te bojazni v sebi. Preseščene so ob spoznanju, da imajo take misli, pa so zato pretrašene ali jih je sram te misli priznati. Nekatere žene so na skrivnem zaskrbljene, ker se jim zdi, da občutijo vse premalo materinstva ob otroku, ki ga pričakujejo. Ne vedo namreč, ker jim o tem pač nihče ne govori, da so vsi ti pojavi normalni ali da prav to doživljajo tudi mnoge druge žene, ki so v istem položaju, in končno, da je sposobnost za občutje materinstva dostikrat latentna in z otrokove strani samo čaka spodbude, da se razvije do kraja.

Lahko bi rekli, da je mnogo zakonskih parov, ki dokaj zadovoljivo rešujejo te pretrese sami. Gotovo je, da je to za mnoge resnica, vendar pa se sledovi, nastali med porodom, prav pogosto pokažejo tudi zelo pozno kot vidne posledice v zgodovini mater in otrok, ki smo jih videli v otroški posvetovalnici.

Ker je duševno zdravje otroka nemalo odvisno od matere in ker je tudi ona sama v dobrem stanju, ne smemo opustiti niti ene prilike, da opozorimo na najbolj zgodnje znake vznemirjenja pri njej.

Prenatalno obdobje je ono, v katerem si moramo prizadevati, da s prav takšno pozornostjo, kot merimo zdaj fiziološke funkcije, razpoznamo, kdaj psihološki aparat pokaže znake napora.

Tako je n. pr. važno, da presodimo osebnost matere. Nezrela in premalo samostojna žena je v večji nevarnosti, da jo v nosečnosti obiščejo psihične nadloge; kakor pa žena, ki je stabilna. Prva je bolj sprejemljiva za komplikacije med porodom. Prejšnje izkušnje, nosečnosti, ki so se končale nesrečno, ali abortusi povečujejo psihološki riziko. Še večjo nevarnost pomeni neuspeli poskus abortusa. Mladostni spomini na nosečnosti njene matere, na rojstva in smrti bratov in sestra, tudi to so podatki v psihološki anamnezi prenatalnega obdobja.

Toliko o prenatalnem obdobju! Zdaj se pa ozrimo na mater, ki je pravkar rodila. Brez dvoma je v sleherni materi močan nagon, da se posveti svojemu otroku. Ta nagon je med porodom pri mnogih ženah še latenten in potrebno jim je zanesljivo izkustvo, da znajo zadovoljiti svoje otroke in da le-ti prebudijo v njih vso skalo materinskih občutkov, ko središče vsega njihovega zanimanja postane otročiček.

Poudarila sem že, zakaj mislim, da je otroku v prid, da je od vsega začetka v bližini svoje matere. Zdaj bi rada poudarila, kako velike važnosti je za duševno zdravje matere kakor tudi otroka, da jima omogočimo čim popolnejši kontakt.

Mati je trudna in brez poguma po težkem porodu, otročiček utegne biti nemiren in mati potrebuje časa, da ga uredi. Včasih je za to fizična podlaga, če je otročiček pretresen ali nedonošen ali pa je kak drug vzrok, da ga materi ne moremo takoj dati. Ne glede na vse to pa je jasno, da mora mati tem dlje

čakati in biti v strahu, čim dalj časa sta bila ločena ali čim hitreje je minil čas oziroma čim manj ju je zadovoljil čas, ko sta bila skupaj. Zaradi napetosti, ki jo to povzroča v njej, ji je še težje, da bi ostala mirna in zbrana, kadar je z otrokom. Če so njeni prvi stiki z njim brez uspeha in nesrečni, ji to jemlje pogum in se drugič vsa trepetajoča pripravlja k dojenju.

To je čas, ko so tisti, ki ji pomagajo, lahko mladi materi v veliko oporo, če opazijo njeno bojazen, pa ostanejo mirni in ravnodušni. Če bi se z njo vred vdajali bojzani tudi sami, bi ona delila svojo pozornost na dve strani. Skušala bi zadovoljiti otroka in zaeno ustreči njim, ki jo negujejo. Tako seveda bi se ne mogla res do kraja posvetiti otroku.

Ob takšnih izkušnjah lahko oživijo stari spomini iz preteklosti. Dostikrat slišimo mater, ko pravi »moja mati ni mogla dojeti« ali »prvega otroka nisem mogla hraniti, kako naj pričakujem, da bom lahko tega«. V takih in podobnih pripombah vidimo, s kakšnimi slutnjami je pričakala materinstvo. Prva napaka jo lahko utrdi v njenih najhujših bojznih in že v začetku omaje njeno zvezo z otrokom. Če ima otroka zraven sebe, brž sprevidi, kaj vse lahko stori zanj. K njeni samozavesti pripomore otrokova navzočnost več kakor vsé zagotavljanje okolice, češ da se otročiček dobro počuti v otroški sobi, ko ga pa sama ne vidi in ne sliši.

To je eden izmed vzrokov, zakaj je v prvih tednih elastičen režim v korist obema, materi in otroku.

Kakor nosečnost je tudi dojenje psihobiološko izkustvo, polno čustvene razgibanosti, saj je edinstveni stik matere z otrokom v duševnem smislu intimnejši, kakor bo kdaj koli pozneje. Nekatere matere se ustrašijo, če se že takoj ne začne vse dobro, in kar ne morejo pričakati prave ure. Ugotovili smo, recimo, da izvirajo nekatere njihove bojzani iz preteklih izkušenj, bodisi lastnih ali koga drugega, ki se ž njim čustveno istovetijo, kot na primer s svojo materjo. Nekatere matere so prestrašene že pri najmilejših prebavnih motnjah in prepričane so, da je njihovo mleko slabo. V drugih zopet je globoko ukoreninjen odpor proti fizičnemu kontaktu, po navadi zaradi prestroge vzgoje, ali pa se bojijo, da jih bo otročiček poškodoval, jih izčrpal ali pa rnil s svojim vgrizom. Nič nenavadnega ni, da se take nespametne bojzani pojavljajo v trenutkih večje čustvene razgibanosti pri ženah, ki so sicer normalne.

Naj spregovorim besedo o materi, ki je bila prepričana, da nima dovolj mleka, čeprav so dejstva govorila nasprotno. Bila je potrta in vsa v strahu, da otrok ni morda lačen, tako da mu je dodajala po steklenički. Otrok je napredoval, pridobival je težo, toda izbruhal je odvečno hrano, ki je dejansko ni bil potreben. Toda mati se nikakor ni mogla zadovoljiti z ugodno otrokovo težo, temveč je iz bojzani zaradi bruhanja še naprej bila prepričana, da njeno mleko ni dobro. Medicinska sestra jo je redno kontrolirala, toda kljub vsemu dopovedovanju je ni bilo mogoče prepričati o nasprotnem. In čeprav se je zdelo, da je zelo hvaležna za pomoč, se v bistvu vendarle ni ravnala po dobrem nasvetu, ki ga je dobila. Med obiskom v posvetovalnici je bila mirna in rezervirana do naslednjega obiska, ko jo je premagalo in je začela jokati in govoriti bolj sproščeno kakor kdaj prej. Zdravnik je ni prekinjal, temveč jo je poslušal s simpatijami, vse dokler ni končala. Med drugim je mimogrede omenila dvoje zelo pomembnih dejstev, ki sta se nanašali na isto osebnost, na njeno mater, a sta govorili o njej povsem različno in nasprotno. Predvsem je rekla, da si tu želi svoje matere, češ da brez njene pomoči ne bo mogla zrediti otroka. Prav

tako pa je z bridkostjo dajala duška tudi sovraštvu do svoje matere, ker je mati, kot je rekla, ni nikoli pripravljala na to, da bo imela kdaj svojega otroka. Mati ji je umrla pred dvema letoma. Ko je v silni čustveni razgibanosti nadaljevala s pripovedovanjem, je slednjič rekla, da se zdaj počuti bolje, kakor se je počutila prej, in očitvidno je bila bolj vesela. (Opozarjam vas na dejstvo, da je vse to pripovedovala zdravniku v posvetovalnici za zdrave otroke, ne pa psihiatru.)

V tem primeru je materinstvo prebudilo v materi stare občutke strahu in krivde, ki izvirajo iz njene preteklosti, a so posledica močnih konfliktov. Te občutke strahu in krivde je ona prenesla v svoj odnos do otroka. Razgovor, pri katerem so ji odpovedali živci in je do kraja razkrila dejanski izvor svoje depresije, je imel važne posledice. Vse te reči je presojala odslej mnogo bolj življenjsko. Tako n. pr. otroku ni več odklanjala dojenja, kot je sprva namerala. Nasprotno, videti je bilo, kakor da je pozabila, da je sploh kdaj mislila kaj takega. Začelo jo je navdajati zadovoljstvo ob pozitivnih znamenjih napredka, ki jih prej ni uvaževala, samozaupanje, ki se ji je vrnilo, pa ji je pripomoglo do večje samostojnosti. Kadar je potrebovala pomoči, je bila tudi bolj zmožna uporabiti nasvet, ki so ji ga dali v posvetovalnici za zdrave otroke.

V navedenem primeru je jasno, da je mati imela svoj lastni problem. Toda ko bi se morala spoprijeti z običajnimi emocionalnimi pretresi, ki so nerazdružljivo povezani z materinstvom, s svojimi močmi tej nalogi ni bila kos. Če je sama sebi prepuščena hotela pri tem obstati, ji pač ni kazalo drugega, kakor da se emocionalno odtegne svojemu otroku, v tem primeru torej, da ga odstavi. Za marsikaterega otroka, ki napreduje ob steklenički, samo po sebi niti ni slabo, če mati ne opusti dojenja iz nevrotičnih razlogov. Pri tej materi pa je odklanjanje dojenja bilo znak njenega emocionalnega umika, prvi korak nazaj k nevarnemu krogu, v katerem siceršnje težave materi omejujejo sposobnost, da bi se navezala na otroka na način, ki bi zadovoljil oba.

Obdobje, ko se otrok začne plaziti, postavlja mater pred posebne probleme. Od teh sta morda še največkrat vzrok uporu in konfliktom z voljo navajanje na čistočo in razvijanje otrokove samostojnosti.

Mnogo je mater, ki imajo v dojni dobi le malo težav ali pa sploh nobenih. Mati je morda zelo potrpežljiva in spretna, ko otroka odstavlja. Lahko je pa obenem nesposobna, da bi razumela in sprejela konflikte, ki jih ima otrok ob svojih izločkih, in njegove težave, ko naj bi se, da zadovolji mater, odrekel nečemu, kar je zanj važno. Njo prevzema gnus ob njegovem zanimanju za lastne izločke in često je prestrašena zavoljo sovražnih občutkov, ki jih to zbuja v njej.

Da zavzema mati strogo moralno stališče do zanimanja, ki ga ima otrok za svoje telo in njegove funkcije, so vzroki različni. Najpogostnejši vzrok je v lastni domači vzgoji. Le-ta je izvajala nanjo tolikšen pritisk, da se je sama že predčasno, toda slabo kontrolirala v zanimanju za svoje telo in njegove funkcije, medtem ko je v otroških letih bilo to opravljeno le z najstrožjo samokontrolo. V zreli dobi se ta zgodnja samokontrola prelevi v resno oviro pri zanimanju za telo in postane tako rekoč del njenega karakterja. Ko vidi neugnano zadovoljstvo svojega otroka ob njegovih telesnih funkcijah, za kar je ona bila prikrajšana, tedaj stimulira svojo ljubosumnost in stopnjuje jezo, kar z druge strani izzove mešanico strahu in krivde. Z namenom, da to prepreči, si prizadeva, da čimprej povede svojega otroka skozi to razvojno obdobje in

tako se z njim ponovi ves proces, ki je pri njej sami privedel do nevrotičnega značaja.

Stvarjanje toaletnih navad je eden od mnogih spoprijemov med materjo in otrokom. Vsak korak v razvoju prinaša svoje zahteve, z njimi vred pa tudi nove bojzani, katerih sleherna lahko najde odmev v preteklosti. Navzkrižja, ki tako nastajajo, so pri mnogih roditeljih vzrok, da vse prezkodaj disciplinirajo svoje otroke. Otrok, ki čuti, da je razpoloženje njegovih staršev odvisno od njegovega dobrega vedenja — kakršno seveda ne more biti vedno — že trpi, ko se temu na svoj subtilni način upira.

Mnoge matere si niso v svesti občutkov, ki jih vodijo pri njihovem ravnanju, medtem ko se jih druge nejasno zavedajo, niso pa zmožne razumeti, kaj je temu vzrok. Te žene so pretresene in presenečene, ko odkrijejo svoja resnična čustva do otroka. Take matere potem na glas ugovarjajo, češ da so za svojega otroka storile vse, kar so le mogle, da pa je otrok pokvarjen in nehvaležen. V vseh izrazih ljubezni, materi sami kajkrat tujih, se skrivajo globoka čustva sovražnosti in odpora. To je pa ne ovira v prizadevanju, da bi bila dobra mati, in ne zmanjšuje njene dejanske ljubezni do otroka, ampak to je le ena stran slike. Prikrita sovražna stran njene osebnosti pravzaprav moti njen odnos do otroka.

Nezrela in premalo samostojna mati, ki ni zmožna rešiti konfliktov ljubezni in mržnje do matere v svoji rani mladosti, se z otrokom vred ogiblje situacij, ki ji vzbujajo bojazen, tako da ga pretirano varuje ter hkrati zmerja in razvaja.

Če pa mati občuti potrebo, da se k svojemu otroku privije ali da njegove nagon duši zaradi svojih lastnih emocionalnih težav v otroških letih, so vsi nasveti in opozorila zaman, ker zgrešijo svoj namen. Tako n. pr. na mater, ki se je bala, da ji otrok umrje od lakote, ni vplivalo nobeno prepričevanje, ki se je tikalo otroka, ko pa je tu stala iz oči v oči z mešanimi čustvi do svoje matere, je bilo možno pričakovati, da se bo spremenila.

Če problem otrok postane problem roditeljev, ki ga s svoje strani povečujejo, se situacija zaostri. Za kako malodušnost ni vzroka, saj jim tedaj, ko se urejajo njih odnosi, zlasti kadar so zaradi naporov preobčutljivi, nudijo pomoč in oporo v posvetovalnicah za matere in otroke. V času emocionalnih pretresov, takšnih, kot se pojavljajo med nosečnostjo in v prvih mesecih otrokovega življenja, je znano, da so mlade matere podvržene vplivu drugih, toda pomoč, ki jo ti lahko nudijo, mora biti pravočasna.

Materi je v veliko olajšanje, če lahko svoja čustva v trenutku težav razkrije nekomu, ki ne bo preveč radoveden, ampak jo bo poslušal s simpatijami in nekritično, razen tega pa tudi ne bo zavračal njenih skrbi, češ da so nepotrebne ali celo neumne, torej nekomu, ki jih bo sprejel obenem z bojznijo in krivdo, ki jo mati občuti. Lahko pa nepremagljiv strah mater močno ovira pri opravi z otrokom in sprostitve napetosti ji spočetka lahko pomaga, da najde rešitev za svoj problem, s to izkušnjo pa bo dobila nekoliko samozavesti. Rešena naporov bo tudi imela več zaupanja v zdravnikovo sposobnost, da jo bo razumel in ji pomagal. Tako je tedaj bolj pripravljena, da sprejme praktičnejše nasvete in pomoč glede prehrane in higijene.

Če materi ne pomagamo takrat, ko je pomoči potrebna, jo bo bojazen pripravila, da si bo poiskala rešitev sama. To utegne biti prvi korak nazaj. Morda se zdi, da je prav pri navajanju na novo situacijo tako rekoč brez posledic in da gre mimo neopažena. Res je, posledice se pokažejo pozneje samo retro-

spektivno, ko vrsta takih zaporednih pogrešk privede do odkrite psihonevroze. V primeru, ki sem ga navedla, pa je bil zdravnikov odnos do matere veliko večjega pomena kakor nasvet oziroma prepričevanje.

Če je materi treba pomagati, da postane tolerantnejša in da se laže sprizajni s težavami svojega otroka v razvoju spričo mešanih čustev, ki jo vznemirjajo, je jasno, da morajo tisti, ki pri njih išče pomoči, biti do nje uvidevni in popustljivi.

Torej morajo oni, ki želijo materi svetovati in ji pomagati, imeti razumevanje za njeno osebnost. Podatki, iz katerih bo izhajalo to razumevanje, so koristni, če zdravnik ali sestra dopustita, da je njiju pažnja usmerjena na tisto, kar jima mati želi povedati, kakor tudi na tisto, kar po svojem mnenju morata zvedeti. Če se osredotočimo na nekaj aktivno izbranih navedb, se lahko zgodi, da prezremo dejanski izvor bojazni. Na prvi pogled se morda zdi, da je tisto, o čemer bi se mati rada porazgovorila, docela brezpomembno, toda če stvar premotrimo objektivno in če vsemu temu dodamo tisto, kar o njej že vemo, se izkaže, da to ni samo važno, temveč tudi ključ do njene osebnosti.

Tak podaljšan razgovor se zdi morda potrata časa, kar včasih tudi je. Vendar pa kažejo izkušnje, da je to v veliki večini primerov dobro porabljen čas. V primeru, ki sem ga navedla in pri katerem je bila sprva vsa pozornost posvečena samo prehrani otroka, se ni pojavila sama od sebe nobena rešitev. Šele ko je mati dobila priliko, da spregovori in odkrije vzrok svoje depresije, to je svoja čustva do lastne matere, šele tedaj se je klobčič odmotal.

Nekoč je bilo kaj lahko obdolžiti starše, če z otrokom ni šlo, kot bi moralo iti. Toda ko spoznamo naravo, način, kako se ustvarjajo odnosi, tisto, kar se od njih zahteva, in pa bojazni, ki se jih lotevajo, tedaj laže uvidimo, da to ni enostavna naloga. Če jim samim kdaj pa kdaj primanjkuje moči, je naša naloga, da vidimo v njih ljudi, ki potrebujejo pomoči, ne pa, da jih obdolžujemo.

## O razvezal

Po statističnih dveh značilnih tendencah, število razvezanih zakonov, tudi število razvezanih zakonov, 1955 razvezanih zakonov do 36,5 % v Bosni nam kažejo, da so velja to za Sloveni

Kaj so pa vzroki razvezam zakonskih zvez?

Ti vzroki so subjektivni in objektivni. To se pravi, da so v nekaterih primerih razvezam zakonskih zvez vzrok pač okolnosti, ki nastanejo zavljo osebnega ravnanja zakoncev, v drugih primerih pa so razvezam vzrok zunanje okoliščine. Poudariti pa moramo, da je kajkrat prav težko subjektivne vzroke za razvezo zakona povsem ločiti od objektivnih vzrokov. Večkrat namreč so

## rok in posledicah

erne

zakonskih zvez v naši državi v leto večja število zakonskih niti pet let, obenem pa raste eniji je bilo v letih 1953 do republikah je odstotek razlje od 47,1 % na Hrvaškem o narašča tudi tu. Ti podatki razvezo zakona. Še posebno