Rola regresu w wychowaniu dziecka adoptowanego

Słowo „regres" kojarzone jest zwykle negatywnie: z cofnięciem, z utratą posiadanych umiejętności, z czymś niepożądanym. To zjawisko, z którym zwykle staramy się walczyć, specjaliści rozważają, jak je omijać, a jeżeli to zawiedzie, proponują sposoby szybkiego wyjścia z niego. Regres kojarzy się z jakąś niedojrzałą formą. W naukach, które swoje zainteresowania kierują ku człowiekowi, to progres (czyli rozwój, postęp i przeciwieństwo regresu) jest w centrum. Jednak, jak się okazuje, nie zawsze regres ma pejoratywne znaczenie.

W tekście opisane zostaną dwa przypadki, w których regres okazał się mieć pozytywny wpływ na rozwój dzieci. Artykuł jest przedstawieniem wyników codziennych obserwacji, które można nazwać badaniem w działaniu (action research). Jako matka adopcyjna miałam możliwość obserwować sytuacje, niektóre inicjować oraz spisywać obserwowane rezultaty. Przedmiotem niniejszego opracowania jest zatem zjawisko regresu doświadczanego przez dwójkę adopcyjnych dzieci, wynikiem zaś jest analiza efektów przyzwolenia na regres oraz podążania za dzieckiem, które miało miejsce na przestrzeni prawie 4 lat.

Córka

Moja córka niemal od pierwszego dnia domagała się karmienia piersią (miała wówczas 2 i pół roku). Było to dla mnie dziwne i zaskakujące zachowanie. Początkowo próbowałam jej wytłumaczyć, że to przecież jest niemożliwe, ale siła z jaką domagała się tego karmienia sprawiła, że jej uległam. Okazało się, że jest to niezwykłe przeżycie, które nas bardzo zbliżyło. Naturalność z jaką córce przychodziło korzystanie z tej formy bliskości oraz jej niemowlęce zachowania w chwili „karmienia" sprawiały, że dosyć łatwo było mi zaakceptować 3-latkę (później też 4-latkę) przy piersi. Kłopotliwe stawało się wówczas, gdy inni się o tym dowiadywali i reagowali zdziwieniem czy zniesmaczeniem. Ta forma regresu córki wywołała u mnie specyficzne uczucia.

Z jednej strony było to poczucie zjednoczenia, bliskości i rodzącej się miłości, z drugiej też uczucia żalu, utraty, bólu, że nie mogę jej naprawdę karmić piersią. Wbrew pozorom nie chodziło tu o fakt, że nie mogę karmić jakiegokolwiek dziecka (np. biologicznego), tylko że JEJ nie mogę karmić, że pozostaje nam tylko taki substytut. Żal oczywiście był irracjonalny, bo zdaję sobie sprawę, że to fizycznie jest / było niemożliwe. Poza tym karmienie jakiegokolwiek innego dziecka nie zmniejszyłoby mojego poczucia straty, które dotyczyło ściśle tej relacji z córką. Karmienie piersią trwało miesiącami. Kilkukrotne „odstawienie" na stałe okazywało się być przejściowe i powracało w trudnych momentach, np. po przykrych zdarzeniach, dłuższych rozstaniach.

Oprócz karmienia piersią u córeczki pojawiły się też inne formy regresu. Upomniała się o smoczek, butelkę, wózek głęboki. Regres trwał od kilku minut do kilku godzin dziennie. Początkowo potrafiła leżeć w wózku nawet 3 godziny. W tym czasie zachowywała się zupełnie jak małe dziecko: nie mówiła, machała rękami, bawiła się grzechotką, rozglądała się wywracając oczami, jak niemowlę. W czasie karmienia piersią, przytulania jak dzidziusia czy wożenia w wózku miałyśmy taką zabawę, którą ona uwielbiała. Udawałam, że kogoś spotykam i zaczynam z tym kimś rozmawiać o mojej córeczce, opowiadać jaka jest słodka, śliczna i malutka, o tym, że jeszcze nic nie umie, ale przepięknie się uśmiecha i lubi się przytulać. Córka chłonęła te moje zachwyty, zupełnie jak niemowlę, które syci się nie tyle słowami, co samym ich zabarwieniem emocjonalnym. Po takim leżeniu w wózku, spaniu w łóżeczku, zabawach paluszkowych itp. córeczka była wyciszona i bardziej pogodna.

Były też dni, które stawiały przede mną trudne wyzwanie. To dni, w czasie których córka była krnąbrna i buntownicza. Miałam wrażenie, że prowokuje mnie do złego potraktowania jej. Po kilku godzinach negowania niemal wszystkiego, co jej zaproponowałam mówiła, że chce być dzidzią. Miałam wrażenie, że wypróbowuje mnie: czy jak będzie niegrzeczna, to też będzie mogła być dzidzią i nie zostanie odrzucona. Oczywiście najchętniej bym jej powiedziała: „nie, nie będziesz dzidziusiem, bo byłaś nieznośna". Na szczęście tego nigdy nie powiedziałam, chroniły mnie uczucia, które JA przeżywałam, kiedy ONA „była niemowlakiem". Ulubionymi zabawami córeczki ze mną były też zabawy w kangurka i kangurzycę. Potem przerodziły się one w moje „bycie w ciąży" i rodzenie ukochanej córeczki.

Syn

Z synem było zupełnie inaczej. Początkowo próbowaliśmy funkcjonować jak z dzieckiem, które było u nas od początku. Było to spowodowane różnymi czynnikami:

1. Pierwotnym naiwnym przekonaniem, że był zbyt mały, żeby pamiętać, co się wydarzyło (miał ok. roku, kiedy do nas trafił).

2. Bieżącym korzystaniem przez niego z atrybutów małego dziecka (łóżeczko, butelka ze smoczkiem, wózek).

3. Moim dużym zaangażowaniem w kontakt z córką.

4. Niechęcią syna do wchodzenia w kontakty z kobietami (dosyć szybko nawiązał pozytywny kontakt z ojcem odrzucając moje propozycje nawiązania bliższej relacji).

Od samego początku synek był płaczliwy, nastawiony na „nie", buntujący się w najbłahszych codziennych sytuacjach. Po dwóch latach takiego funkcjonowania problemy w zachowaniu może nie tyle nasiliły się, co nie mijały. W związku z tym podejmowaliśmy poszukiwania coraz to nowych metod oddziaływania. Staraliśmy się wprowadzać takie zwyczajne metody wychowawcze, np. ponoszenie konsekwencji niewłaściwego zachowania. One miały pokazać, co „się opłaca", a co nie. Jednak miałam wrażenie, że jest to błędne koło, bo – mimo objawów ewidentnej normy intelektualnej – synek wydawał się nie uczyć na własnych błędach. Niemal za każdym razem zachowywał się podobnie, ponosił konsekwencje (w czasie których bywał nieszczęśliwy), a potem jeszcze tego samego dnia lub następnego sytuacja się powtarzała. Szczególnie dużym problemem były poranki przed pójściem do przedszkola (czyli po 2 latach pobytu w naszej rodzinie). Udowadnianie mu z żelazną konsekwencją, że nie warto się w ten sposób zachowywać, nie przynosiło żadnego rezultatu (lub efekt niezwykle krótkotrwały). Ostatecznie dobry efekt przyniósł tytułowy regres.

W przypadku syna nie było to tak proste jak u córki. U niego pojawiały się sygnały świadczące o chęci cofnięcia się do przeszłości, jednak nie tak wyraźne jak w przypadku jego siostry. Synek chciał być małym dzidziusiem, ale jako syn znajomych (Krzyś, Wituś). Jednak dopiero kiedy stał się „naszym dzidziusiem", nasze relacje syn – matka uległy poprawie. Wcześniej miał potrzebę regresu, okazywał ją wyraźnie, ale bycie w tym regresie nie – jakimś dzieckiem, ale naszym małym dzieckiem, było dla niego początkowo dosyć trudne i wymagające zbyt dużej ufności. Nawet w czasie regresu, w początkowych fazach w jego postawie widać było przerażający

brak zaufania objawiający się chociażby marszczeniem brwi i badawczym, obserwującym spojrzeniem w trakcie przytulania czy karmienia butelką.

Ostatecznie po przełamaniu się synek upomniał się o butelkę ze smoczkiem, smoczek, śliniak, wózek, pampersa. Staraliśmy się odpowiadać na wszystkie zgłoszone przez niego potrzeby, bez względu na skojarzenia (np. pampersa z możliwością powrotu do moczenia się).

Sytuacja ta spowodowała, że syn zaczął zupełnie inaczej się przytulać, można powiedzieć, że bardziej przywierać i mniej odchylać się w kontakcie fizycznym. Ten aspekt trudno opisać słowami, bo jest to bardzo subiektywne odczucie. W czasie regresu zaproponował też zabawę w rodzącego się dzidziusia. Polega ona na chowaniu się pod koszulą, swetrem itp., a następnie rodzeniu się i zachowywaniu się jak malutkie dziecko. Początkowo zabawa była kilkusekundowa, ale wraz z upływem czasu, czyli też z pojawiającą się głębszą więzią, stawała się coraz dłuższa. Wydłużał się czas „przed porodem" i „po porodzie", jak również jakość zabawy. Początkowo było to wchodzenie jedynie pod pierwszą warstwę ubrań, później najchętniej pod wszystkie warstwy, co łączyło się z przywieraniem bezpośrednio do ciała. Po każdej kąpieli obowiązkowym rytuałem stały się „narodziny". Wówczas mogliśmy przywierać nagimi ciałami do siebie, co dawniej było niemożliwe. Chwile te obrazują ogromny przełom, który nastąpił w kontakcie fizycznym: od krótkotrwałego oddzielonego warstwami ubrania, do długotrwałego bezpośredniego, przypominającego kontakt noworodka z matką tuż po narodzinach.

Zmiany można było zaobserwować też w innych sytuacjach. Zabawy typu „sroczka kaszkę warzyła" stały się niemal codziennym elementem. Wcześniej oferowaliśmy je synowi, ale – bez regresu – nie był on w stanie z nich w pełni korzystać. W wyżej wymienioną zabawę mógł się bawić, o ile sam pokazywał ją swoimi rączkami i przebiegała ona bez dotykania jego rąk przeze mnie. To regres wyzwolił w nim możliwość swobodnego korzystania z tego, co oferuje dzieciństwo.

Synek, podobnie jak córeczka, potrafił przesiedzieć w wózku 2-3 godziny bez przerwy, pijąc mleko z butelki, gaworząc, bawiąc się jedynie grzechotką. W początkowej fazie regresu sama wychodziłam z inicjatywą, że będę go traktować jak młodszego. Zaczęłam go ubierać, pomagać w różnych czynnościach, które już wykonywał bez problemów. Początkowo bardzo mu to odpowiadało, ale w końcu zaczął „dorastać" i sam upominać się o „poważniejsze" traktowanie.

Regres umożliwił mu zapoczątkowanie zaufania nam – dorosłym, a szczególnie mi jako matce. Jego bunt przestał być wszechobecny. Początkowo dlatego, że jak wchodził w rolę niemowlęcia, to stawał się ufającym synkiem, a potem dlatego, że przetrenowana ufająca, spokojna

reakcja na poczynania rodziców stawała się dla niego czymś znajomym i oczywistym. Nie oznacza to, że synek stał się zupełnie uległym, potulnym dzieckiem, jednak zmiana jest dostrzegalna. Poza tym znalazłam klucz do jego trudnych zachowań: zwykle potraktowanie go jak młodszego, zaproponowanie wyciszającego przytulenia, skutkuje jego uspokojeniem się i dojściem do porozumienia.

Pisząc o regresie skupiałam się do tej pory na zmianach, jakie zaobserwowałam w dziecku. Jednak te nie są jedynymi. Równie ważne i wielkie zmiany zaszły w moim myśleniu, emocjach, a co za tym idzie w postawie. Trzy miesiące regresu syna były w moim odczuciu najpiękniejszymi wspólnymi chwilami. Zaczęłam zupełnie inaczej postrzegać go jako dziecko. Z jednej strony jest to zauważanie tego, że przeszedł w swoim krótkim życiu wiele, zbyt wiele. Z drugiej strony zaczęłam go postrzegać jako malutkie dziecko, które potrzebuje mojej pomocy szczególnie w chwilach, kiedy jest zdenerwowany. Dostrzegłam swoją rolę w doprowadzaniu go do spokoju, w odzyskiwaniu równowagi. Przyjęłam, jak się przyjmuje w przypadku niemowlęcia, że do końca nie wiem, co się dzieje w chwili, kiedy się złości (skojarzeń z traumatycznymi wydarzeniami może być wiele), ale najważniejsze jest to, żeby mu pomóc odzyskać równowagę. Przestałam od niego oczekiwać, że sam sobie poradzi z sytuacjami, które są dla niego trudne. Udało mi się uznać, że on funkcjonuje emocjonalnie jak młodsze dziecko, a przecież „niemowlę nie jest istotą, od której można czegokolwiek wymagać, trzeba natomiast jak najszybciej zaspokajać jego wszystkie jego potrzeby. Wtedy powstanie człowiek wyposażony w zdrowy rdzeń, zdolny do rozwoju, z silnym poczuciem bezpieczeństwa, własnej wartości i autonomii" (W. Eichelberger 2002, s. 161).

Kiedy adoptuje się starsze dziecko, pierwszy rok życia wydaje się być stracony. Regres daje jednak powtórną szansę. Daje szansę właściwie nie tylko dziecku, ale całej rodzinie. Wystarczy zgoda na taki stan rzeczy.

Wyżej opisane postępowanie spowodowało nawiązanie głębszej relacji między mną i synem. Dowodem na to jest fakt, że synek zaczął rozpaczać przy rozstaniu ze mną, co mu się nie zdarzyło nigdy wcześniej. Nasze pierwotne typowe rodzicielskie postępowanie przez 2 lata nie związało mnie z synem tak bardzo, jak 3-miesięczny regres i moje przyzwolenie na niego.

Analizując opisane sytuacje zauważam 3 podstawowe **zyski płynące z regresu**:

Nadrobienie tego, co stracone. Cofając się w swoich zachowaniach dziecko może doświadczyć tego, co je ominęło. W rozwoju ruchowym mamy podobne zależności: jeżeli dziecko nie raczkowało, a zaczęło chodzić, to może mieć problemy w późniejszym rozwoju

psychoruchowym, może mieć problemy i nie sprostać kolejnym wymogom rozwoju (np. związanym z czytaniem i pisaniem), dlatego różne terapie (m.in. Glenna Domana) zalecają powrót do wcześniejszych faz rozwoju.

Mimo że dziecko chodzi, zaleca się nauczenie go wykonywania prawidłowych ruchów wykorzystywanych przy czworakowaniu, choć postronnemu i niezorientowanemu obserwatorowi takie postępowanie może się wydawać pozbawione sensu. Podobnie jest z regresem w opisywanych przypadkach.

Mimo że dziecko potrafi jeść stałe pokarmy, zgadzam się na karmienie butelką.

Mimo, że dziecko potrafi samo się ubrać, proponuję mu wykonanie za nie tych czynności. Wcześniej również było ubierane przez kogoś, ale było to ubieranie przez osobę w najlepszym razie mu obojętną, a czasem wręcz przez kogoś niechętnie lub wrogo do niego nastawionego. Doświadczenie matki ubierającej dziecko z miłością, delikatnie, przemawiającej pieszczotliwie, jak do niemowlęcia, może być zupełnie nowym i niezwykłym przeżyciem dla dziecka i – powtórzę po raz kolejny – dla opiekuna również.

Ofiarowanie sobie spokojnych, przyjemnych chwil wspólnych z dzieckiem.

W pierwszej chwili regres może wywołać irytację: rodzice nastawieni są na postęp, a dziecko cofa się w rozwoju. Jednak zgoda na regres może dodać do – często nazbyt burzliwego – życia z dzieckiem adoptowanym trochę chwil wyciszenia i wytchnienia. W momencie kiedy ruchliwy kilkulatek, który wymaga uwagi na każdym kroku zamienia się w niemowlę, następuje chwila wytchnienia. Kiedy dziecko leży i „guga", albo raczkuje po pokoju lub też wchodzi pod bluzkę, żeby się urodzić, oboje z matką dostają szansę na przeżycie zupełnie innych uczuć. Dziecko staje się zależne od dorosłego, matka może w tym czasie powiedzieć mu wiele miłych rzeczy.

Obie strony dostarczają sobie mnóstwa pozytywnych emocji. Ta „bomba emocjonalna" nie pozostaje bez wpływu na dalsze rodzinne funkcjonowania. **W chwilach najtrudniejszych, kiedy zachowanie dziecka staje się trudne do zaakceptowania, wspomnienie bliskości i towarzyszących jej odczuć, pozwala przetrwać.** Te przeżycia pozostają w tle jako pożądana alternatywa, jako nadzieja na poprawę.

Trenowanie nowych ról przez matkę i dziecko.

Dla obu stron, czyli i dla dziecka, i dla matki funkcjonowanie w tej diadzie jest czymś zupełnie nowym. Używam terminu „diada" w tym miejscu zupełnie świadomie, bowiem diada oznacza, że osoby (tutaj matka i dziecko) mimo że pozostają odrębne, zaczynają funkcjonować jako pewna nierozdzielna całość psychologiczna. Regres umożliwia trening „od zera", stanie się

„prawdziwie” matką i dzieckiem, mimo początkowej „adopcyjnej sztuczności” tej relacji. Jeżeli dziecko pozostawałoby 2-, 6-, 10-latkiem, relacja z rodzicem mogłaby bardziej przypominać tę, która tworzy się między nauczycielem i uczeniem. Jest ona ważna, ale płytsza niż właściwa relacja z rodzicem.

Z analizy tych dwóch znanych mi z autopsji procesów regresu wyłania się jego pewna **struktura** wraz z charakterystycznymi elementami:

1. Inicjatywa po stronie dziecka.
2. Przyzwalająca /zachęcająca postawa rodzica.
3. Zachowania regresyjne dziecka.
4. Odpowiedź rodzica (zachowania podtrzymujące, akceptujące, dostarczanie pożądanych atrybutów: wózek, butelka, smoczek, pieluszka, śliniaczek, gumowych kaczuszek do kąpieli.)
5. Zmiana zachowania dziecka i zmiana zachowania rodzica, które wydają się być wynikiem nie tyle samego regresu, co pojawiającej się głębszej więzi oraz poczucia przynależności.

Podstawowym warunkiem pojawienia się regresu są dwa pierwsze elementy. Inicjatywa dziecka i wiara rodzica w to, że ono samo wie, czego potrzebuje. Te dwa elementy były propagowane już dawno chociażby przez Janusza Korczaka czy Alexandra Sutherlanda Neilla (autora „Nowej Summerhill”), którzy podkreślali naturalny pęd dziecka do „zdrowych” zachowań. Takie podążanie za dzieckiem i uznanie go za człowieka kompetentnego w określaniu swoich potrzeb oraz dążeniu do zaspokojenia ich opisuje również Olechnowicz i Bettelheim, także w kontekście regresu terapeutycznego. „Jeśli dziecko może niejako przeżyć od nowa swoje zakłócone patologią niemowlęctwo, oznacza to dla niego niekiedy nowy start życiowy wraz z możnością kontynuowania prawidłowego już rozwoju w więzi z osobami znaczącymi” (Olechnowicz 2006, s. 80). Olechnowicz pokazuje regres jako mechanizm samonaprawczy w przypadku dzieci niepełnosprawnych, jednak mimo niepełnosprawności na pierwszy plan w opisywanych przypadkach wysuwają się problemy związane z poczuciem odrzucenia, a przez to problemy w prawidłowym wiązaniu się z dorosłymi (por. Olechnowicz 1997, 2000, 2006, Bettelheim 2004). Trudności w tworzeniu więzi wykazują również dzieci po zerwaniu więzi z rodziną biologiczną (dzieci adopcyjne czy przebywające w rodzinach zastępczych lub placówkach opiekuńczych). Może to więc być metoda wspomagająca także ich zdrowienie. Przykłady moich dzieci pokazują, że one również posiadają zdrowe mechanizmy autoterapeutyczne.

Należy też pamiętać, że zjawisko regresu zwykle nie jest jednorazowe. W naszym przypadku wraca po trudnych (w subiektywnym odczuciu dzieci) doświadczeniach. Zwykle najpierw pojawiają się subtelne sygnały, np. spieszczanie wymawianych słów. Zdaję sobie sprawę, że w tym momencie mamy możliwość zablokowania tego procesu lub dania przyzwolenia. **To drugie zwykle bardziej się „opłaca".** W domu zaczyna się „cyrk" z gotowaniem papek i karmieniem, wożeniem w wózku, „guganiem", zabawami paluszkowymi itp., ale za to dzieci poza domem, przy obcych ludziach funkcjonują świetnie: **są spokojne, kontaktowe, radosne.**

Tekst ten jest subiektywnym obrazem zjawiska regresu, nie może więc stanowić podstawy do czynienia uogólnień. Jednak może dać pewne wyobrażenie na temat procesów, które mogą się pojawiać w relacji adopcyjnych rodziców z ich adoptowanymi dziećmi. Na zakończenie cytat, który koresponduje z poruszanymi treściami:

„Rodzice są jak ogrodnicy, którzy kupują nasiona. Tyle że w przypadku dzieci nie ma takich ładnych torebek, gdzie widać, co z każdego nasionka wyrośnie, i instrukcji, jak się o to nasionko troszczyć. Wszystko jest wymieszane, wsadza się rękę do worka i bierze, co popadnie. Gdy rodzice zaczynają hodować swoje nasionko, to mogą mieć marzenie, by wyrósł z niego dąb. Ale może się okazać, że zasadzili bratek. I wtedy rodzic, który się uprze przy dębie, będzie próbował z bratka zrobić dąb. A w rezultacie nie będzie ani dębu, ani bratka. Wyhoduje jakąś hybrydę, coś bardzo nieszczęśliwego. I skrzywdzi to nasienie. Mądry rodzic w takiej sytuacji dowie się, jak hodować bratki, i zrobi wszystko, by jego bratek był jak najbardziej udany" (W. Eichelberger, ca 2002, s. 137-138).

Anka Kowalska - NSLT 2012

Bibliografia:

Bettelheim B. (2004) Uciekinierzy z życia. Leczenie dzieci zaburzonych emocjonalnie, Warszawa.

Eichelberger W., Samson A., Sosnowska A. (ca 2002) Dobra miłość. Co robić, by nasze dzieci miały udane życie, Warszawa.

Olechnowicz H. (1997) Tożsamość mechanizmów samonaprawczych dwóch chłopców mutystycznych. Darek i Dibs [w:] Opowieści terapeutyczne, red. H. Olechnowicz, Warszawa, s. 84-105.

Olechnowicz H. (1998) Wspólne gniazdo, królowanie i szybowanie [w:] Rewalidacja, czasopismo dla nauczycieli i terapeutów, nr 1(3), s. 3-11.

Olechnowicz H. (2000) „Żywe wiązanie" [w:] Drugie opowieści terapeutów, red. H. Olechnowicz, Warszawa, s. 202-208.

Olechnowicz H. (2006) Dziecko własnym terapeutą, Warszawa.

Winnicott D.W. (1993) Dziecko, jego rodzina i świat, Warszawa.