

Kolebka bezpiecznej więzi

To, czy dziecko będzie uważało, że świat jest miejscem przychylnym, a inni ludzie godni zaufania, zależy od tego, czy jego opiekunom udało się zbudować bezpieczny styl przywiązania. Jedyny, który gwarantuje dobre relacje z ludźmi w przyszłości. Jak go zbudować?

TEKST Agata Wytykowska-Kaczorek / ILUSTRACJA Aleksandra Grzegorek / RYSUNEK Joanna Bartosik

John Bowlby i Mary Ainsworth, badając relacje pomiędzy dziećmi a ich opiekunami na wczesnym etapie rozwoju, a szczególnie wpływ separacji od opiekunów, stworzyli teorię stylów przywiązania. Pozwala ona rozumieć, jak ukształtowana w dzieciństwie relacja często modeluje to, jak my jako dorośli wchodzimy w relacje, jak je budujemy, ale i jak czują się z nami inni ludzie. Styl przywiązania jest rodzajem nieświadomie stosowanego filtra, poprzez który postrzegamy świat (czy jest bezpiecznym i przychylnym miejscem) oraz innych ludzi (czy są godni zaufania, przyjaźni, czy można na nich polegać).

On też może wpływać na to, jak budujemy i przeżywamy naszą bliskość z dzieckiem.

W latach 40. Amerykański psycholog Harry Harlow prowadził obserwację zachowań małych rebusów umieszczonych w klatce, w której towarzyszyły mu dwie matki

- kukły. Jedna obita miękkim białym futerkiem i druga drucziana, która karmiła (przytwierdzona była do niej dziecięca butelka ze smoczkiem). Rebusy eksplorowały pomieszczenie, jednak gdy tylko wydarzyło się coś niepokojącego, natychmiast przybiegały do futrzanej matki, wtulając się w nią i szukając ukojenia. Nawet jedząc pokarm od druczianej matki, łapką przytrzymywały się tej puchatej.

Badania te bezdyskusyjnie pokazały znaczenie bezpiecznej, wspierającej fizycznej bliskości dla rozwoju.

Punkt wyjścia: reakcja na dziecko

Dzieci przychodzą na świat w całkowitej zależności od nas - dorosłych. Rodzą się z gotowymi wzorcami zachowań, dzięki którym mogą zaspokoić swe potrzeby - mieć blisko opiekuna, poczuć się emocjonalnie i fizycznie bezpiecznie. Te wzorce zachowania to np. płacz, śmiech, łapanie kontaktu wzrokowego, odzwierciedlanie naszego kontaktu wzrokowego, gaworzenie. Nasza responsywność na wy-