



można z ciekawością i ufnością udać się na wyprawę, bo zawsze znajdzie się miejsce i ktoś, kto nam pomoże i będzie świętować z nami nasze radości.

We wczesnym etapie przywiązania kształtuje się na bazie dwóch elementów: bycia dla dziecka bezpieczną bazą i dawania przestrzeni na eksplorację świata. Bycie bezpieczną bazą oznacza bycie responsywnym - reagowanie i odzwierciedlanie sygnałów, jakie dziecko wysyła. Zaczynając od „gugania”, po oddawanie uśmiechu i nawiązywanie kontaktu wzrokowego, reagowanie uwagą i ekspresją emocjonalną.

Dziecko uczy się, że sygnały, które wysyła, są rozumiane przez innych, że może skutecznie przywołać osobę, która da mu poczucie bezpieczeństwa i wsparcie.

Omiatanie dziecka wzrokiem, niezauważanie go, nie reagowanie na to, co mówi, jest jedną z dotkliwszych oznak odrzucenia emocjonalnego. Zauważaj, kiedy dziecku jest źle, kiedy się boi, kiedy czuje się niepewnie, gdy dzieje mu się krzywda. Stawaj zawsze po jego stronie, co nie znaczy, że mamy nagradzać zachowania, które łamią wartości czy normy. Kiedy okazując miłość dziecku, wyrażamy nieakceptację jego zachowania, ma ono szansę nauczyć się rozumienia swoich emocji i potrzeb i sposobów ich zaspokajania.

Bycie bezpieczną bazą oznacza, że rozumiemy sposób przeżywania świata przez nasze dziecko. Dzieci z temperamentem lękowym potrzebują często więcej wsparcia, uspokajania, przytulania, bycia z nimi, kiedy dzieje się coś dla nich trudnego. One też są bardziej wrażliwe na naszą ekspresję emocjonalną, gesty i mogą odbierać je silniej, bardziej negatywnie.

Dzieci z temperamentem „trudnym” często w sytuacjach dla nich stresujących reagują złością - co nie znaczy, że nie potrzebują wsparcia, towarzyszenia im, ukojenia. A to z kolei wymaga od nas dostrzegania potrzeb ukrytych pod temperamentalną ekspresją. Budowanie bezpiecznej bazy to nie tylko wsparcie w trudnych sytuacjach, ale też uczestniczenie i towarzyszenie dziecku z żywym zainteresowaniem w jego radościach i sukcesach. Kibicowanie mu.

REKLAMA

Nie da się odwrócić trudnych zdarzeń, ale można sprawić, by pozostawione przez nie blizny były mniej bolesne i miały mniejszy wpływ na dorosłe życie



www.gwp.pl

Zdrowienie dziecka z pozabezpiecznym stylem przywiązania może nastąpić tylko w relacji z opiekunem. Model Chrisa Taylora porządkuje przekonania opiekuna dotyczące dziecka, uczy rozumieć komunikaty płynące z trudnych zachowań i kierunkuje codzienne wysiłki rodzica, by miały wymiar terapeutyczny. Autor przekłada trudne teorie i wyniki badań dotyczących traumy i przywiązania na praktyczne narzędzia dla rodziców. Uważna lektura tej książki pozwoli opiekunom znaleźć odpowiedzi na wiele pytań, jakie sobie zadają, często we łzach bezradności i samotności.

Izabella Ratyńska
psycholog, Fundacja Rodzin Adopcyjnych

 www.facebook.com/gwppl

 www.instagram.com/wydawnictwogwp

