

Wójtowicz, Magdalena

Rodzicielka

Obyczaje 14, 22-25

2003

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Magdalena
Wójtowicz

RODZICIELKA

Rodzi się człowiek. Kobieta ciężarna jedzie do szpitala i wraca z dzieckiem. Dobrze, że są zdrowi. Dobrze, że jest już po. Tak można widzieć narodziny. Ale można inaczej, bardziej wnikliwie przyjrzeć się temu wydarzeniu. Dojrzeć bogactwo przeżyć związanych z okresem poprzedzającym rozwiązanie i samym porodem. Pozwolić, aby było to wydarzenie piękne i satysfakcjonujące, a nie pośpieszne i przyćmione lekami znoszącymi ból. Przeżyć je świadomie i pięknie. Dostrzec jego znaczenie dla dziecka, dla rodziny, dla społeczeństwa.

DLA RODZICÓW i rodziny dziecko rodzi się dwa razy. Najpierw powstaje w ich świadomości. Ma to miejsce, kiedy kobieta dowiaduje się, że jest w ciąży oraz gdy dzieli się tym faktem z najbliższymi. Pierwszą osobą, którą informuje jest zazwyczaj ojciec dziecka. W układzie konfliktowym zdarza się jednak, że to kto inny zostaje obdarowany zaufaniem kobiety. Może to być lekarz, matka, przyjaciółka. Z czasem tajemnica znana tylko najbliższym zostaje ujawniona światu: zmieniona sylwetka zaczyna kobietę wyróżniać spośród innych i wzbudzać w ludziach różne, czasem skrajne emocje. Zmienia się również sytuacja ojca – zwiększa się zakres jego odpowiedzialności, ograniczone zostają też zwykle jego plany oraz sposób spędzania przez niego wolnego czasu. Cięża to czas dany rodzicom na przygotowanie się do nowej roli.

Drugie narodziny to przejście dziecka z jednego świata na drugi – z bezpiecznego i ciepłego świata wewnętrznej ciemności do „naszego” świata. Termin „narodziny” odnosi się zwykle do tego właśnie momentu, kiedy dziecko zaczyna żyć poza organizmem matki i staje się widoczne dla świata. Czasami uważa się, że dopiero w tym momencie dziecko zaczyna istnieć w wymiarze społecznym. A jednak nie ulega wątpliwości, że już od początku dziecko wpływa na społeczność, do której należy. Największy wpływ ma ono na rodziców, na ich życie małżeńskie, rodzinne, zawodowe, towarzyskie. Tak jednak, jak dziecko, które powstało w świadomości rodziców wpływa na nich i na ich otoczenie, tak i otoczenie wpływa na dziecko, kształtuje je począwszy od pierwszych chwil istnienia w łonie matki. Dzieje się to zwłaszcza w sposób pośredni, tzn. stosunek innych osób do poczętego dziecka decyduje o tym, jak odnosi się do niego matka i jak kształtuje się więź dziecka z rodzicami.

ZANIM UJRZY JE ŚWIAT

Świadomość, że w łonie matki rozwija się człowiek, może dać wiele fascynujących możliwości kontaktu z nim i sporo

autentycznej radości. Taki dialog z dzieckiem to nie tylko przygoda dla rodziców i rodzeństwa, ale także stymulacja rozwoju emocjonalnego i intelektualnego dziecka. Dzięki rozwijającym się zmysłom dziecko odbiera bodźce z otoczenia i reaguje na nie, potrafi je nawet zapamiętać, a więc uczy się. Najlepiej wykształconym przed urodzeniem zmysłem jest słuch. Maluch słyszy dźwięki i zapamiętuje te z nich, które najczęściej się powtarzają: bicie serca matki, głosy rodziców, a zwłaszcza matki oraz ich ulubioną muzykę. Już kilka miesięcy przed urodzeniem dziecko wzbogaca swoje doświadczenia smakowe i dotykowe, ćwiczy zmysł równowagi, reaguje na światło.

Stany emocjonalne matki w okresie ciąży mają wpływ na zachowanie i rozwój dziecka. Jej niepokój, irytacja, smutek, złość często znajdują odzwierciedlenie w aktywności ruchowej dziecka. Kiedy kobieta jest rozdrażniona, na obrazie USG można obserwować wzmożone, gwałtowne ruchy maleństwa i przyspieszenie akcji jego serca. Przypuszcza się, że przeżycia matki w czasie ciąży mają ogromny wpływ na kształtowanie się osobowości noszonego przez nią człowieka.

Nawiązanie kontaktu z dzieckiem przed urodzeniem jest ważne dla okresu okołoporodowego – matka, która komunikowała się wcześniej z dzieckiem, będzie podczas porodu w większym stopniu koncentrować się na dziecku niż na swoich odczuciach bólowych.

BÓL RODZENIA

Poród jest wyjątkowym przeżyciem dla matki, angażuje wszystkie sfery jej życia: cielesną, psychiczną i duchową. Żadne inne doznanie nie pozwala na tak silne odczucie biologiczności własnego organizmu, jego mocy i jego ograniczeń.

Współczesnej kobiecie trudno jest odczuwać satysfakcję w czasie porodu. Winę za to ponoszą m.in. różne psychiczne zahamowania i bariery. Bardzo często kobietom brakuje samoakceptacji i zaufania do własnego ciała. Czasami mogą traktować dziecko jako przeszkodę w realizacji innych celów życiowych, chociaż nie zawsze tego typu lęki są przez

matki uświadamiane. Bywa, że trudności w przeżywaniu porodu spowodowane są niesatysfakcjonującym związkiem z ojcem dziecka lub toksyczną relacją z własną matką. Radosne przeżywanie porodu przez kobietę jest też utrudnione poprzez wciąż aktualne w naszym społeczeństwie wyobrażenie, że jest to przeżycie trudne i bolesne.

Na pytanie „czy poród musi boleć?” współczesna medycyna i farmakologia odpowiadają: „nie musi”. Jest jednak jakiś głęboki sens w tym bolesnym przychodzeniu na świat. Świadome sterowanie akcją porodową przynosi kobiecie radość, a środki przeciwbólowe mogą tę radość odbierać. Kobieta może wsłuchać się w swoje ciało i podjąć współpracę z naturą i w ten sposób zmniejszyć napięcie i ból, ale żeby działał potężny mechanizm rodzenia ból musi mu towarzyszyć. Niekiedy poród tak bardzo kojarzy się kobietom z bólem, że zapominają, o co w tym wszystkim naprawdę chodzi. A przecież ból jest tylko niedogodnością na drodze do najwspanialszej nagrody – dziecka. Dzięki niemu pamięć tego bólu jest bardzo krótka.

POSTAWY KULTUROWE WOBEC PORODU

W niektórych kulturach poród jest traktowany jako zwykłe, codzienne zdarzenie. Na przykład wśród południowoamerykańskich Indian Jarara poród jest do tego stopnia uważany za codzienne zjawisko, że kobieta może rodzić w przejściu lub wspólnym mieszkaniu, na oczach wszystkich, nawet obcych osób.

Traktowanie ciąży i porodu jako pewnego rodzaju przypadłości chorobowej jest charakterystyczne nie tylko dla kultury Zachodu. Indianie Cuna z Panamy traktują ciążę jako chorobę – kobieta spodziewająca się dziecka codziennie odwiedza lekarza, który przypisuje jej lecznicze zioła; leki stosowane są tam również w trakcie porodu.

Różnego rodzaju interwencja w trakcie porodu jest praktykowana w wielu kulturach. Może to być masaż lub uciskanie brzucha kobiety w celu wypchnięcia dziecka, może to być stosowanie różnego rodzaju środków przeciwbólowych i przyspieszających akcję porodową. Kobiety z innych niż zachodnie kultur rodzą zwykle w pozycji pionowej: klęcząc, kucając, siedząc lub nawet stojąc. Tymczasem w cywilizacji zachodniej kobiety rodzą w pozycji leżącej, na plecach, co ułatwia pracę personelowi szpitalnemu, ale wymaga od rodzącej większego wysiłku.

„NATURALNY” PORÓD W SZPITALU

W naszej kulturze poród odbywa się zwykle w szpitalu. Szpital z kolei utoż-



Fot. Marta Kubiszyn

Monika w siódmym miesiącu ciąży.

samiany jest na ogół z zagrożeniem dla zdrowia i życia. Poród w szpitalu jest więc informacją, że nie jest on czymś naturalnym i fizjologicznym, ale że wymaga specjalnej opieki i zabiegów medycznych, co sugeruje, że jest niebezpieczny. Rodzi się więc w kobietach strach, który bywa pogłębiany zasłyszonymi opowieściami matek i nie-matek o potwornych bólach i upokarzającym traktowaniu przez nieczuły personel szpitalny.

W naszym wysoko wyspecjalizowanym, technologicznie zaawansowanym dwudziestym pierwszym wieku zapominamy czasem, że nasi przodkowie rodzili się bez pomocy skomplikowanych urządzeń i wykształconych specjalistów. Wydaje się, że nasze babcie miały więcej zaufania do natury. Chętniej powierzały przebieg porodu Panu Bogu. Współczesne kobiety chcą brać sprawy w swoje ręce. Najchętniej same zaplanowałyby czas i przebieg porodu. Wyrazem tego jest modna i praktykowana ostatnio, zwłaszcza w prywatnych klinikach „cesarka na

fot. Maria Kabiszyn



Dominik w trzecim tygodniu życia.

Literatura:

- Fijałkowski W. Założenia prokreacji ekologicznej, w: *Naturalne planowanie rodziny*, maj-sierpień 2000
- Kmita G. Smutek narodzin, w: *Charaktery*, luty 1999
- Kornas-Biela D. Wokół początku życia ludzkiego. IW PAX, Warszawa 2002
- Leboyer F. *Narodziny bez przemocy*. Niezależna Oficyna Wydawnicza, Warszawa 1986
- Odent M. *Odrodzone narodziny*. Niezależna Oficyna Wydawnicza, Warszawa 1997
- Półtawska W. *Dziecko owocem miłości* w: *Adamski Franciszek (red.) Miłość, małżeństwo, rodzina*, WAM, Kraków 1988
- Vasta R., Haith M., Miller S. *Psychologia dziecka* WSiP, Warszawa 1995

życzenie”. Bardzo często stosuje się też znieczulenia i środki przyspieszające poród. Indukcja porodu dla wygody własnej lub innych jest wyrazem egoizmu, a może być niebezpieczna dla dziecka. Znieczulenie zaś nie pozwala w pełni uczestniczyć w narodzinach własnego dziecka, brakuje pełnego kontaktu z własnym ciałem a także z własnymi doznaniem i emocjami. Kobiety, którym uśmierzano ból w trakcie porodu opisują to jako „ogłuszenie”, często nie pamiętają momentu wyjścia dziecka, mówią, że czegoś zabrakło w doświadczeniu rodzenia. Inna sprawa, że nie wszystkie kobiety się nad tym zastanawiają, ciesząc się, że mają to już za sobą.

Z MAMĄ I Z TATĄ

Ostatnio bardzo popularny stał się w Polsce poród rodzinny. Dla wielu osób decyzja „wspólnego rodzenia” wynika z chęci świadomego uczestnictwa w akcie narodzin dziecka oraz udzielania wsparcia i pomocy rodzącej. Dla niektórych jest on jednak pewnego rodzaju modą lub zaspokojeniem ciekawości. Oprócz uczestnictwa bliskich osób (zwykle męża) ta forma porodu zakłada także – zgodnie z wytycznymi Światowej Organizacji Zdrowia – możliwie niewielką ingerencję ze strony personelu medycznego i aparatury, zapewnienie kobiecie intymności, położenie dziecka na jej brzuchu bezpośrednio po urodzeniu, stałą obecność matki przy dziecku po porodzie oraz możliwość karmienia piersią według potrzeb dziecka.

Kolebką porodu rodzinnego jest poród w domu. Począwszy od lat pięćdziesiątych

dwudziestego wieku poród domowy został wyparty przez poród odbywany w szpitalu. W ostatnim dziesięcioleciu nastąpił w niewielkim zakresie nawrót do porodu w domu, jednak forma ta napotyka na szereg problemów, takich jak: luka w przygotowaniu położnych, małe mieszkania, utrwalone przekonanie, że poród w szpitalu jest bezpieczniejszy. W efekcie porodów domowych jest w Polsce niewiele (w porównaniu np. z Holandią, gdzie co trzeci poród odbywa się w domu), jednak coraz więcej szpitali stara się stworzyć rodzajem warunki najbliższe tym, jakie panują w domu (wystrój sali, przyćmione światło, ulubiona muzyka, obecność najbliższych).

Dziecko jest częścią obojga rodziców, dlatego dobrze jest, jeśli mogą powitać je razem, oczywiście pod warunkiem, że oboje tego chcą. Obecność ojca przy porodzie może pomóc matce w uniknięciu poczucia anonimowości i osamotnienia w szpitalnej instytucji, może też mieć wpływ na zacieśnienie więzów łączących rodziców z nowo narodzonym dzieckiem. Zgodnie z psychologiczną koncepcją „gotowości opiekuńczej” (ang. bonding) istnieje biologicznie zaprogramowany, pojawiający się wkrótce po porodzie i trwający około 12 godzin od jego zakończenia okres gotowości opiekuńczej, w trakcie którego matka i obecny przy porodzie ojciec oraz niemowlę budują fundament swojej więzi emocjonalnej.

Z PERSPEKTYWY DZIECKA

Nie wiemy dokładnie jak duży stres przeżywa dziecko podczas porodu. Na pewno jest

ściskane przez kurczące się mięśnie macicy, przepychane przez wąski kanał rodny, wyrzucane w zupełnie nowy świat powietrza, światła i zimna. Nie jest to doświadczenie łatwe. Psycholog Otto Rank sugerował, że szok narodzin jest źródłem wszystkich późniejszych niepokojów. Jego zdaniem oddzielenie dziecka od łona matki to przeżycie centralne i traumatyczne, które określa jego dalszy rozwój.

Rodzące się dziecko opuszcza środowisko ciekłe, o stałej temperaturze, gdzie bodźce dotykowe są filtrowane i gdzie ma zapewnione ciągle dokarmianie. Wszystko, z czym spotyka się ono po urodzeniu, jest nowe. Musi podjąć wysiłek związany z oddychaniem, jedzeniem, termoregulacją. Musi przyzwyczaić się do nowych dźwięków, obrazów, smaków i doznań dotykowych. Troskliwa opieka i miłość rodziców są niezbędnym warunkiem prawidłowego rozwoju noworodka. Przewijanie i karmienie są bardzo ważne, ale nie należy sprowadzać wszystkiego do potrzeb przewodu pokarmowego: obecność uczuciowa i bodźce zmysłowe są niezbędne dla utrzymania równowagi psychicznej. Kołysanie, pieszczoty, ciepłe słowa i wymiana spojrzeń są tak samo ważne jak zabiegi pielęgnacyjne i badania lekarskie.

SMUTEK NARODZIN

Zmęczenie, gwałtowne zmiany hormonalne, brak wsparcia w opiece nad dzieckiem i bezradność wobec szpitalnej rutyny – to obowiązkowy test wytrzymałości, jakiemu poddawane są rodzące kobiety. Dla niektórych z nich trudności te nie są przejściowe, obniżony nastrój może utrzymywać się przez dłuższy czas, zwłaszcza jeśli kobieta nie ma wsparcia wśród najbliższych. Poporodowe przygnębienie nie jest rozumiane i akceptowane ani przez otoczenie, ani przez samą matkę. Przecież urodziła dziecko, powinna się cieszyć, a nie może. Ukrywa jednak swoje przeżycia w obawie przed krytyką i brakiem zrozumienia.

Zakodowany mit wizerunku dobrej matki nie pozwala przyznać się do słabości i smutku.

Narodziny to burza, to huragan.
A dziecko jest rozbitkiem,
pochłonięte, ogarnięte
gwałtownym przypiływem doznań,
których nie potrafi sobie przyswoić
(...) natychmiast kładziemy je na brzuchu matki.
Jakież miejsce stosowniejsze byłoby dla przywitania dziecka?
Brzuch kobiety ma dokładnie kształt i wymiar niemowlęcia. Jeszcze przed chwilą wypukłony, teraz zapadł się, jakby gotowy na przyjęcie, niby gniazdo.

*
Nauczcie się szanować
chwilę narodzin.

Fragmety książki Friderica Leboyera
„Narodziny bez przemocy”

Oczywiście smutek nie zawsze towarzyszy narodzinom i nie powinniśmy wyolbrzymiać jego miejsca w tym wydarzeniu, ale praktykowane powszechnie gloryfikowanie macierzyństwa, podkreślanie wyłącznie jego blasków, pomijanie trudności wzmacnia stereotypy i presję na osiągnięcie sytuacji wzorcowej. Przypomina to świat reklamy, który kreuje pewien wyidealizowany obraz: pachnące i uśmiechnięte niemowlę, piękna i zadbana mama, opiekuńczy i czuły tata. Rzeczywistość nie jest tak kolorowa jak reklama, ale ponieważ kobiety wiedzą, jak być powinno, dążą do takiego wizerunku swojej rodziny. A że nie udaje się go osiągnąć, popadają w przygnębienie, a czasami w depresję.

WYSTARCZY ZAUFAĆ

Warto radośnie przeżyć ciążę. To czas kiedy kobieta kwitnie i kiedy może przekazać dziecku dużo pozytywnych emocji. Można urodzić bez lęku, bez pośpiechu, bez ogłuszaczy, jest to kwestia dobrego nastawienia i przygotowania. Warto zaprosić ojca do udziału w poroździe dziecka. Powinien mieć szansę uczestniczyć w przełomowym dla rodziny wydarzeniu. Pięknie jest poczuć nowo narodzone dziecko przy piersi, obserwować jego natychmiastowe uspokojenie po trudzie przychodzenia na świat. Dobrze jest zaufać sobie i rodzinie, wyrażać swoje prawdziwe emocje, nawet te trudne do zaakceptowania. To wszystko daje spokój, satysfakcję i przekonanie, że zapewniło się dziecku dobry start. Wiem, bo rodziłam. ■

Magdalena Wójtowicz
jest psychologiem i doradcą
rodzinnym, absolwentką
Studium Komunikowania
Społecznego i Dziennikar-
stwa. Jest mężatką i mamą
rocznej Natalii.



foto: Marita Kubiszyn

Monika z synem Dominikiem.