

Sæunn Kjartansdóttir:

Barnvænt samfélag: Sýn barnsins

Í þessu erindi ætla ég að beina sýn okkar að yngstu börnunum vegna þess að á fyrstu árum ævinnar eru lagðar undirstöður fyrir allt lífið. John Bowlby, sem er upphafsmaður tengslakenningarinnar skrifaði árið 1973: „Vanþekking á tengslapörf barna hefur leitt af sér rangar áherslur þar sem ungum börnum er ætlað mun meira sjálfstæði og þroski en þau hafa forsendur til. Þetta veldur bæði börnum og foreldrum þeirra vanlíðan og kvíða sem hægt væri að hlífa þeim við.“ Að mínu mati eiga orð Bowlbys ekki síður við í dag.

Þegar ég hef verið að kynna þær hugmyndir sem ég fjalla um í bókinni minni og geri að umtalsefni hér í dag hef ég stundum upplifað mig eins og boðbera slæmra tíðinda. Ég man að sjálf tók ég því ekki af sérstökum fögnuði þegar ég heyrði fyrst talað um að reynsla fyrstu ár ævinnar hefði áhrif á geðheilsu manns um alla framtíð. Mér fannst óþægilegt að hugsa til þess að örlög manns væru að einhverju leyti ráðin á því tímabili ævinnar sem maður er gjörsamlega vanhæfur um að hafa nokkur áhrif á gang mála. Þetta samræmdist ekki hugmyndinni um að hver væri sinnar gæfu smíður. Og enn óþægilegra fannst mér að hugsa til ábyrgðar minnar sem foreldris. Þess vegna var freistandi að afskrifa hugmyndir um mikilvægi frumberskunnar eins og hverjar aðrar heimspekilegar vangaveltur, áhugaverðar en ekki endilega tengdar við veruleikann.

Árið 2009 getur enginn haldið því fram að þetta séu bara hugmyndir, þökk sé m.a. rannsóknum í taugavísindum. Á síðustu árum hefur þekkingu á mótunaráhrifum barnæskunnar og mikilvægi fyrstu tengsla fleygt fram og niðurstöður rannsókna sýna með ótvíræðum hætti að tengslamyndun fyrstu áranna hefur afgerandi áhrif á sjálfsmynd barna, samskiptahæfni og tengslamyndun þeirra um ókomin ár.

Engin nýfædd vera er jafn fullkomlega hjálparvana og mannsbarnið. Við fæðingu er heili barns afar frumstæður og sér fyrst og fremst um að líffærakerfið virki. Það er samt ekki nóg að bíða eftir að heili barnsins þroskist því það gerist ekki af sjálfu sér. Hvernig hann þroskast er háð aðstæðum og reynslu barnsins og hann er aldrei jafn auðmótanlegur og fyrstu mánuði og ár ævinnar.

Í flestum tilvikum eru það foreldrnir sem annast barnið fyrst og mest og þess vegna vegur nærvera þeirra og viðmót svo þungt. Rannsóknir á munaðarlausum börnum á hælum í Rúmeníu sem lágu í rúmum sínum allan daginn fyrstu ár ævinnar, svipt nánnum tengslum við umönnunaraðila, sýndu að framheili þeirra hafði ekki þroskast. Það vantaði einfaldlega taugavef í þann hluta heilans sem sér um getu barnsins til sjálfsstjórnar og flókinna félagslegra samskipta þegar fram líða stundir. Það er vegna þess að þroski framheilans er háður ánægjulegum tengslum við aðra manneskju sem þessi börn höfðu farið á mis við.

Hvernig barni er sinnt hefur áhrif á mikilvæg líffræðileg ferli. Við það eitt að barn sé huggað eða dregið sé úr kvíða þess er streitu þess haldið innan viðráðanlegra marka og stutt er við viðkvæmt taugakerfið. Með því er lagður grunnur að streitustjórnun sem hefur aftur áhrif á ónæmiskerfið. Á sama tíma er vöxtur örvaður í þeim hluta heilans sem hugsar um tilfinningar, hefur taumhald á hvötum og ræður færni í félagslegum samskiptum.

En hvað ef aðstæður eru ekki góðar? Viðvarandi streita ungra barna, t.d. vegna ónærgætinnar umönnunar, aðskilnaðar frá foreldri eða heimilisófriðar getur haft alvarleg áhrif á streituvíðbrögð þeirra, m.a. með offramleiðslu streituhormónsins kortisóls sem getur skaðað mótun taugabrauta og svæði heilans sem hefur með nám og minni að gera.

Ef þörfum barns er ekki sinnt verður röskun á líffræðilegum og sálrænum viðbrögðum sem geta haft áhrif til lengri jafnt sem skemmri tíma. Ótímabært álag á ung börn getur vegið að getu þeirra til að tengjast, treysta, læra, skapa og elska. Fáir þau ekki áreiðanlega svörun verður sjálfsmynd þeirra neikvæð, þau þróa hvorki með sér hæfileika til að bera sig eftir björginni á heilbrigðan hátt né til að setja sig í spor annarra. Þar af leiðandi virða þau hvorki reglur né mörk samfélagsins. Það er aukin hætta á að börn í þessum hópi þrói með sér hegðunarvandkvæði og jafnvel geðraskanir. Þess vegna verða foreldrar eða aðrir fullorðnir sem þekkja barnið að grípa inn í til að tempra líðan þess.

Taugakerfi mannsins vex hraðast fyrstu fyrstu mánuðina og ár og á því tímabili er heilinn móttækilegastur fyrir ytri áhrifum. Þá er einnig lagður grunnur að tengslamyndun til framtíðar. Þess vegna er svo mikilvægt að alúð sé lögð við umönnun ungra barna. Þar með er ekki sagt að þeir sem ekki búa við kjöraðstæður fyrstu árin séu dæmdir úr leik. Heilinn er margslungið líffæri sem heldur áfram að

breytast á meðan maðurinn lifir. Hann er hins vegar undir sömu sök seldur og aðrir hlutar líkamans, með aldrinum verða breytingar hægari og það þarf að hafa meira fyrir þeim.

Að öllu jöfnu eru foreldrarnir best til þess fallnir að sinna börnum sínum fyrstu árin. Hvers vegna? Í fyrsta lagi þekkja foreldrar barnið sitt betur en nokkur annar. Af því að þeir hafa oftast sinnt því mest hafa þeir smátt og smátt lært að lesa í allar litlu vísbendingarnar og vita hvað kemur sér best og hvenær. Þeir kunna betur en aðrir að bregðast við barninu og þess vegna hafa þeir líðan þess nánast í hendi sér og veita því mesta öryggiskennd. Í öðru lagi er væntumþykja sterkasta aflið sem fær eina manneskju til að bregðast við annarri og setja þarfir hennar í fyrsta sæti. Eðli málsins samkvæmt geta t.d. starfsmenn á leikskólum ekki bundist öllum börnunum sem þeir sinna viðlíka tilfinningaböndum og foreldrarnir. Þeir þurfa að sinna mörgum börnum, yfirleitt allt of mörgum, starfsmenn koma og fara og þess vegna gefst oft lítið færi á nánum kynnum. Auðvitað þurfa fleiri að koma að umönnun barna en þeir sem beinlínis elska þau, en þarna skiptir tíminn máli. Því yngra sem barnið er því meiri þörf hefur það fyrir manneskju sem er tengd því tilfinningalega, sem bókstaflega finnur til með því og leggur sig fram um að tempra líðan þess jafnt og þétt. Þess vegna skiptir máli hvort ungt barn er skilið frá foreldrum sínum í fjórar klukkustundir á dag eða níu, þrjá daga vikunar eða fimm.

Þessi orð má ekki skilja sem áfellisdom yfir leikskólum því ég dreg ekki í efa að þar sé unnið eins faglega og aðstæður leyfa. En á sama hátt og efast yrði um hæfni bestu háskóla til að sinna grunnskólabörnum snýst spurningin um hversu raunsætt sé að ætla að leikskólar geti fullnægt þörfum yngstu barnanna. Mikilvægasta verkefni fyrstu áranna er að hlúa að tilfinningalegum tengslum þeirra við fáa og því þarf að leggja meiri rækt við nánd heldur en nám. Eftir um það bil þriggja ára aldur gegnir öðru máli því þá hafa börn í flestum tilvikum öðlast þroska til að takast á við aðskilnað frá sínum nánustu og núning við önnur börn. Þá gegnir leikskólinn mikilvægu hlutverki í að þjálf þau í samskiptum, skapandi leik og starfi og örva hugræna og málfarslega getu.

Foreldrar og samfélagið verða að horfast í augu við þá einföldu staðreynd að það þarf að sinna börnum og það tekur tíma. Að öllu jöfnu eru foreldrarnir best til þess fallnir fyrstu árin því að þá þurfa börn að geta reitt sig á fólk sem þekkir þau,

finnst þau sérstök, sýnir þeim áhuga og gleðst yfir þeim. Til að geta veitt barni þessa svörun þarf foreldrunum vissulega að líða nægilega vel. Því er brýnt að vera vakandi fyrir líðan foreldra og veita þeim stuðning sem standa höllum fæti. Oft duga stutt innngrip frá heilsugæslu eða félagsþjónustu en stundum er þörf á sérhæfðari úrræðum.

Þegar allt kemur til alls er um að ræða tvö til þrjú ár fyrir hvert barn af fjörutíu til fimmtíu ára starfsævi foreldris. Margir eiga þó ekkert val, svo sem einstæðir foreldrar og fólk í láglaukastörfum, en það hlýtur að teljast óverjandi að efnahagur foreldra ráði því hvort þeir geti tengst börnunum sínum. Þess vegna er brýnt að atvinnurekendur og ríkisvald komi í auknum mæli til móts við foreldra, feður jafnt sem mæður, með lengra fæðingarorlofi, sveigjanlegum vinnutíma og greiðslum til að vega gegn tekjutapi sem af því hlýst. Fjármunum skattborgaranna hlýtur að vera betur varið í að styrkja tengsl foreldra og barna fyrstu æviár þeirra heldur en að greiða sérfræðingum fyrir að vinna með afleiðingar tengslaleysis þeirra nokkrum árum síðar. Rannsóknir hafa til dæmis sýnt að börn sem búa að öruggum tengslum við foreldra sína leggja síður aðra í einelti. Það er vegna þess að þau eru líklegri til að hafa tileinkað sér hæfileika til íhugunar og þau geta fundið til með öðrum, en hvort tveggja eru öflugar forvarnir gegn kúgun og ofbeldi.

Á sama hátt og jafnrétti kynjanna er ekki sérhagsmunamál kvenna er stuðningur við fjölskyldur ekki greiði við foreldra heldur hagsmunamál fyrir allt samfélagið. Börn sem búa að öruggum tengslum við foreldra sína eða aðra nána eru líklegri til að þekkja tilfinningar sínar, hafa sterka sjálfsmynd og samkennd með öðru fólki. Þessir mikilvægu þættir gera þau hæfari í samskiptum og betur í stakk búin til að takast á við lífið og velja heilbrigðar leiðir þegar á þau reynir.