

## **Podstawy budowania więzi między rodzicami i dziećmi**

Pierwsze osiemnaście miesięcy życia dziecka jest kluczowe dla jego dalszego rozwoju emocjonalno-społecznego. Wtedy to bowiem rozwija ono w sobie poczucie bezpieczeństwa, lub jego brak wobec ludzi i świata. W tym właśnie czasie rodzice i dziecko poznają się wzajemnie i uczą pierwszych wzajemnych relacji. Związek, jaki powstanie wówczas między niemowlęciem, a jego bezpośrednim opiekunem będzie miał decydujące znaczenie dla jego rozwoju, umiejętności nawiązywania i podtrzymywania relacji społecznych oraz więzi emocjonalnych.

Właściwe zaspokajanie potrzeb małego dziecka i reagowanie na jego sygnały (np. płacz, uśmiech, wyciąganie rączek, próby chwytania przedmiotów itp.) daje mu pełne poczucie bezpieczeństwa, co w przyszłości zaprocentuje umiejętnością tworzenia zdrowych emocjonalnie związków. Wytworzy również w dziecku umiejętność śmiałego, świadomego proszenia o wsparcie oraz przyjmowania go, udzielania pomocy innym, empatii. Jeśli więc rodzice od pierwszych dni życia dziecka zatroszczą się o rozwój bezpiecznej więzi między nimi, kolejne fazy rozwoju ich pociechy będą przebiegały spokojniej, z większą szansą na łagodne przejście okresu dorastania.

Najistotniejsza dla niemowlęcia jest bliska obecność rodzica, przeważnie matki oraz właściwe zaspokajanie jego potrzeb manifestowanych między innymi poprzez płacz, odruch ssania, przywieranie, uśmiech oraz wzrok. Opiekun tworzy więź poprzez karmienie, przytulanie, głaskanie i branie dziecka na ręce, a odpowiadanie uśmiechem na uśmiech powoduje, że jest ono spokojniejsze, bardziej pogodne, mniej płaczliwe. Nabywa ono z czasem zaufania do rodzica tak, iż odważniej oddala się od niego i ufniej czeka na jego powrót.

Należy zawsze pamiętać, że zachowania rodzica powinny być dla małego dziecka przede wszystkim przewidywalne. Oznacza to, że dzięki powtarzalności i uporządkowaniu ciągu zdarzeń dziecko rozpoznaje je, zaczyna się do nich przyzwyczajać i czuje się w związku z tym bezpieczniej. Matka, która wykonuje wielokrotnie te same czynności przygotowując dziecku jedzenie, układając je do snu, czy wybierając się z nim na spacer zapewnia dziecku tę potrzebną przewidywalność, a więc i bezpieczeństwa.

Z czasem rodzic, pamiętając o zasadzie przewidywalności zachowań wobec dziecka, musi wykazywać się pewną elastycznością w zachowaniu poszukując skutecznego sposobu nawiązywania z nim kontaktu. Jeśli więc np. pociecha nie reaguje na wołanie opiekuna, powinien on podejść do niego z ponowną próbą zwrócenia na siebie uwagi. Trzeba bowiem pamiętać, że rodzice są nie tylko rodzicami, ale także wzorami dla swych dzieci. Będą one przez niemal całe swoje życie, również dorosłe, powielały wzorce zachowań wyniesione z domu, obserwowane przez szereg lat u rodziców. Między innymi właśnie z tego

względu dla prawidłowego rozwoju osobowości dziecka potrzebni są oboje rodzice: ojciec i matka.

Związek opiekunów z dzieckiem jest wielostronny i bogaty w treść oraz znamieny w swych skutkach. Rodzice są najważniejszymi osobami nie tylko w życiu małego dziecka, ale także w życiu dzieci dorosłych. Warto pamiętać, że niektórzy z nas potrzebują poczucia bliskości z rodzicami przez całe życie.