ALTERNATOR
Misliti znanost.

Kako zgodnje pomanjkanje navezanosti vpliva na razvoj otroka

18. 3. 2021

Številka: 14/2021

Avtorica:

- Sara Fabjan



Foto: Arne Hodalič

V drugi polovici 20. stoletja se je v Romuniji dogajal svojevrsten fenomen (https://www.apa.org/monitor/2014/06/neglect) , ki je na boleč način pokazal bistvenost zgodnje navezanosti otroka na pomembne osebe in prikazal škodo, ki jo pomanjkanje le-te lahko povzroči pri otroku. Po usmrtitvi diktatorja Nicolaeja Ceausescuja leta 1989 so odkrili skoraj 170.000 zapuščenih otrok, ki so živeli v romunskih državnih institucijah. Tolikšno število sirot je bilo posledica politike diktatorja, ki je par desetletij pred tem želel povečati prebivalstvo z željo izboljšati ekonomsko produkcijo. Prepovedal je kontracepcijo, splav in obdavčil družine z manj kot petimi otroki. Mnoge družine niso mogle preskrbeti toliko otrok, zato so oblikovali sistem institucij, kjer je država vzgajala in skrbela za zapuščene otroke. Razmere v teh institucijah so bile slabe: mali otroci so večino časa ležali v zibkah, imeli so malo ali nič dodatnih dražljajev iz okolice, zanje je skrbelo premalo vzgojiteljev (ti pa so bili tudi neizučeni glede skrbi za otroke in vzgoje), zanje so skrbeli v zelo mehaniziranem smislu (iste pričeske, obleke, način hranjenja), dogajale so se tudi zlorabe. Mnogi od otrok so prišli v te institucije že zelo kmalu po svojem rojstvu.

Kako pomanjkanje navezanosti na drugo osebo vpliva na dojenčka in otroka, ne moremo eksperimentalno preverjati, saj bi s tem kršili etična načela. Žal pa najdemo v zgodovini določene situacije, kot je primer romunskih sirot, ki nam dajejo vpogled, kakšne so posledice pomanjkanja navezanosti na razvoj otrok. Ko so raziskovalci (https://www.researchgate.net/publication/240968816_The_Deprived_Human_Brain) pregledali romunske otroke iz sirotišnic, so ugotovili zaostanke v razvoju na številnih področjih. Bili so zelo majhni za svojo starost, imeli so težave na

področju jezika in drugih področjih kognicije, težave z vedenjem (predvsem hiperaktivnost) in probleme pri vzpostavljanju ter ohranjanju odnosov s *pomembnimi drugimi*. Čeprav so mnoge izmed težav kasneje izginile, so težave v medosebnih odnosih in izvršilnih funkcijah (med njimi tudi uravnavanje pozornosti in čustev) še vedno ostale. Skozi 20. stoletje so mnogi raziskovalci ugotavljali, da obstajajo posledice pri otrocih, ki so vzgojeni v institucijah. Pri njih so se kazali zaostanki na večini razvojnih področij (fizično, kognitivno, čustveno itd.). Prav tako so težko uravnavali pozornost in čustva. Dlje kot so ostali v institucijah, večja je bila verjetnost, da bo prišlo do tovrstnih zaostankov. Primer romunskih sirot nam daje vpogled v pomembnost odnosov že od samega začetka našega življenja in v posledice njihovega pomanjkanja. Zgodnji raziskovalci navezanosti so odnos med otrokom in mamo raziskovali tudi s pomočjo živalskih modelov. Znani so eksperimenti (https://www.jstor.org/stable/26309508?seq=1#metadata_info_tab_contents) z opičjimi mladiči, ki so bili v enem izmed eksperimentov ob rojstvu ločeni od svoje matere. Na voljo so dobili dve vrsti nadomestnih mater: prva je bila žičnata, druga pa je imela mehak kožuh. Mladiči so več časa preživeli v bližini mehke matere, ne glede na to, katera izmed njiju je zagotavljala hrano. Sklepali so, da je pri razvoju navezanosti očitno pomembnejše ugodje, ki ga prinese fizični stik.

Navezanost je tista, ki vodi dojenčka v vzpostavitev stika s starši oziroma primarnimi skrbniki, kar ima več funkcij (https://www.ipsa.si/sl/izdelek/razvojne-teorije-v-psihoterapiji/) . Ena izmed njih je preprosto zagotovitev preživetja dojenčka, ki je še popolnoma odvisen od odraslih. Poleg tega se dojenček s pomočjo odraslih skrbnikov tudi čustveno uravnava, saj mu odrasla oseba lahko pomaga zagotoviti varnost in pomiritev v težkih trenutkih. Prav tako odnos oblikuje strukturo dojenčkovih možganov, ki se v tem času pospešeno razvijajo. Možgani se torej oblikujejo v odnosu z drugo osebo, nekateri predeli možganov (npr. sprednji del čelnega režnja, ki je povezan s samouravnavanjem) se pospešeno razvijajo šele po rojstvu in se zato lahko preoblikujejo na podlagi dojenčkovih stikov z drugimi ljudmi. Razvijajoči se možgani majhnih otrok so še posebej dovzetni na dražljaje in izkušnje iz okolja. V primeru pomanjkanja se zato ne morejo razviti v vsem svojem potencialu. Poleg tega obstajajo v razvoju mnogih področij (senzorika, kognicija, jezik, socialni in čustveni razvoj) t. i. *občutljiva obdobja*. Če otrok v tem času ne dobi dovolj dražljajev, je lahko razvoj upočasnjen ali onemogočen. Občutljiva obdobja imajo tudi nevrobiološko osnovo, saj je število sinaps (stikov med živčnimi celicami) pri novorojenčku zelo veliko (imajo jih več kot odrasli), postopoma pa se sinapse izgubijo ali pa so obrezane, kar je močno povezano z izkušnjami, ki jih dojenček pridobiva. Senzorično in socialno pomanjkanje delujeta po podobnem principu. Predstavljajmo si novorojenčka, ki ves čas leži na hrbtu v svoji zibelki, zato okrog sebe nima veliko dražljajev, še posebej če je v takem stanju eno leto ali več. Poleg tega v mnogih institucijah otroci ne dobijo veliko telesnega stika, saj mora en zaposleni skrbeti tudi za petnajst ali več otrok, kar pomeni, da ne dobijo toliko jezikovne in kognitivne stimulacije kot drugi otroci. Izjemnega pomena je tudi pomanjkanje možnosti za globlji in dolgoročen odnos s primarnim skrbnikom, kar vpliva tudi na otrokov socialni in čustveni razvoj. Posledice se pri otroku lahko kažejo kot zmanjšana aktivnost v čelnem režnju, ki ga povezujemo z izvršilnimi funkcijami (uravnavanje čustev in načrtovanje) in senčnem režnju, ki je povezan s spominom, jezikom in čustvi. Prav tako se kažejo zmanjšane povezave med različnimi možganskimi regijami.

Malo več kot desetletje po odkritju romunskih sirotišnic je ekipa raziskovalcev (https://www.researchgate.net/publication/240968816_The_Deprived_Human_Brain) pričela s ponovno študijo otrok v romunskih institucijah, kjer so se razmere do takrat že bistveno izboljšale. V letu 2000 so pričeli s študijo rejništva v Romuniji (*Bucharest Early Intervention Project*). V projekt so vključili udeležence iz vseh šestih institucij za majhne otroke v Bukarešti. Otroke, stare v povprečju 22 mesecev, so naključno razdelili v dve skupini: prva skupina je dobila visokokvalitetno oskrbo, ki je bila ustvarjena izključno za to študijo (prišli so v rejniške družine, ki so bile izobražene o vzgoji), druga pa oskrbo v instituciji, kot so je bili deležni dotlej. Vsakih nekaj mesecev so merili otrokovo fizično rast, kognitivno funkcioniranje, socialni in čustveni razvoj, problematična vedenja, jezikovni razvoj, njihovo okolje, psihiatrične simptome in delovanje možganov. Na vseh področjih razvoja, ki so jih preučevali, so institucionalizirani otroci zaostajali.

Zmožnost vzpostavljanja zdravih odnosov skozi življenje je v veliki meri odvisna od novorojenčkove navezanosti na vsaj enega odraslega. V rejniških družinah so imeli razvito navezanost vsi otroci, v institucijah pa je bilo takšnih samo 3 %. Preden so jih razdelili v dve skupini, je 65 % institucializiranih otrok kazalo dezorganizirano navezanost (v primerjavi z 22 % otrok, ki niso bili nikoli institucionalizirani), 13 % pa tako malo vedenja navezanosti, da stila navezanosti sploh ni bilo mogoče opredeliti. Dezorganizirana navezanost je kategorija, ki opisuje kontradiktorna ali zmedena vedenja navezanosti ali strah do skrbnika. Je tudi močan kazalnik povišane možnosti za širok spekter psihopatologije (https://acamh.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/1469-7610.00102) (npr. disociativne motnje (https://psycnet.apa.org/record/1999-04187-011?fbclid=IwAR21bREQJ6LU66pITIeofZD_N9w2SgO0oPrFiRmnSWiR-zxgn5U8tjtYM3M) , agresivnost (https://psycnet.apa.org/buy/1996-02770-006) , nasilje (https://psycnet.apa.org/record/1999-02469-023)). Pri institucionaliziranih otrocih je bilo opaženih pomembno več pokazateljev reaktivne motnje navezanosti, ki se kaže kot čustveno odmaknjena ali inhibirana vedenja, pomanjkanje iskanja in odzivanja na skrbnika ter težave z uravnavanjem čustev.

Institucializirani otroci so imeli tudi slabše intelektualne sposobnosti, v povprečju je bila ocena njihovega splošnega intelektualnega delovanja 74 točk, kar močno odstopa od povprečja v populaciji (ki se giblje okoli 100) in nakazuje na nezanemarljive zaostanke v intelektualnem delovanju. Merili so tudi njihovo možgansko aktivnost, kjer so institucializirani otroci med testiranjem kazali nižjo alfa aktivnost (povezano z zavestnim stanjem, kognitivnim procesiranjem) in beta aktivnost (aktivno odzivanje na okolico) v primerjavi z drugimi vrstniki. Merili pa so tudi možganski odziv (angl. *event-related potential* oziroma ERP) na obrazne izraze različnih čustev. Otroci iz institucij so imeli manjše amplitude odziva, odzivi pa so bili tudi zakasnjeni, kar kaže na počasnejše procesiranje čustev, ki se odražajo na obrazih. Njihovi vrstniki so kazali specializacijo desne hemisfere za odziv na obraze, česar pa niso našli pri institucializiranih otrocih. Pri tisti skupini otrok, ki je bila poslana v rejniške družine, pa so se skoraj na vseh področjih kazala izboljšanja. Rejništvo je bilo zasnovano

tako, da je spodbujalo stik z otroki, saj so bili rejniki še dodatno izobraženi glede vzgoje. Imeli so tudi podporo socialnih delavcev in dostop do skupin za pomoč. Rezultati so se pokazali kot spodbudni, saj je skoraj polovici otrok v rejništvu uspelo razviti varno navezanost na skrbnike v primerjavi z 18 % tistih, ki so ostali v institucijah. Največje izboljšanje se je pokazalo pri otrocih, ki so prešli v rejništvo pred svojim drugim letom, kar kaže, kako pomembno vlogo igra čas pri vključitvi otrok v rejniške družine.

Izsledki raziskav so toliko bolj zaskrbljujoči, če pomislimo na to, koliko otrok živi v sirotišnicah po svetu. Točnega števila ne ve nihče, ocene (https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30022-5) se gibljejo vse od 3,18 do 9,42 milijonov. Čeprav si mnoge države prizadevajo za odpravljanje oziroma zmanjšanje števila (https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.11.026) sirotišnic, njihovo število na svetovni ravni še vedno narašča (https://resourcecentre.savethechildren.net/library/children-orphanages-and-families-summary-research-help-guide-faith-based-action) . Soočeni smo torej z zaskrbljujočim nasprotjem. Na eni strani beležimo povečevanje števila sirotišnic, ki še vedno sprejmejo več deset ali sto otrok v oskrbo, pri čemer je toliko težje zagotoviti kakovostne odnose med sirotami in skrbniki. Na drugi strani pa se že več desetletij kopičijo raziskave, ki kažejo na razsežnost posledic zgodnjega pomanjkanja navezanosti, ki vztrajajo tudi kasneje (https://doi.org/10.1097/00004583-200006000-00008) v otrokovem življenju.

Če vas zanima več o možganih in odnosih, lepo vabljeni na Teden možganov, ki se odvija še danes in jutri. Teden možganov je mednarodna akcija, ki vsako leto poteka tretji teden v marcu in je namenjena ozaveščanju strokovne ter laične javnosti o različnih temah, povezanih z nevroznanostjo. V Sloveniji ga prireja organizacijska skupina pod okriljem SiNAPSE (https://www.sinapsa.org/Osnova/o-drustvu.php) , slovenskega društva za nevroznanost. Letos Teden možganov nosi naslov Človek ni otok, osrednja tema pa so odnosi. Udeležite se lahko brezplačnih predavanj in okrogle mize, komentarjev filmov ter delavnic za otroke in odrasle. Celoten letošnji dogodek poteka preko spleta. Za več informacij obiščite https://tedenmozganov.si (https://tedenmozganov.si/) in https://www.facebook.com/teden.mozganov (https://www.facebook.com/teden.mozganov) .

https://www.alternator.science/sl/daljse/kako-zgodnje-pomanjkanje-navezanosti-vpliva-na-razvoj-otroka/