

Millisel väärkohtlemisel on pöördumatu tagajärg? Lapse arenguetapid sünnist koolini



Helen Tartes–Babkina

laste ja täiskasvanute psühhoanalüütik, psühhoterapeut, kunstiterapeut

www.helentartesbabkina.ee

Enne sündi

- Mitmed kaasaegsed uuringud on toonud välja, et inimese emotsionaalne areng saab alguse juba ema üsas.
- Teadlaste hinnangul on loode juba sünni eelselt sensoorselt kõigi oma tajudega kontaktis välismaailmaga ja võimeline nendest kogemustest ka õppima, kuigi päris alguses mitteteadvustatult.





- Uuringute kohaselt on raseda ema emotsionaalsel seisundil erakordne mõju loote arengule. (Field 2007; MvPherson 2006).
- Teadlased toovad välja, et last kandva naise ärevad südamelöögid mõjutavad loote südamelööke, liigutusi ning hingamist. (DiPietro 2004)
- See omakorda mõjutab lapse arengut laiemalt ja afekti reguleerimise süsteeme, mis on aluseks rahunemisele ja pinge taluvusele.
- Lisaks selle on välja toodud, et raskes depressioonis inimese keha toodab suures mahus kortisooli, mis aga mõjutab loote arengut ning seeläbi võib tekkida kõrgendatud risk lapseea käitumishäiretele, ATH-le, motoorika arengule.

(Field ,2004; Coe 2003; Seckl 2001; Canlon 2003 jt.)

Rottman (1974) toob longitud uuringus välja katastroofilised emad ja nende mõju lootele

- Katastroofilistel emadel on rasedust tõrjuv suhtumine koos vaimse tervise probleemidega.
- Tihti esineb nende emade elus väärkohtlemist, alatoitumist, suitsetamist, alkoholi ja narkootiliste ainete tarvitamist.
- Nendel emadel on risk, et sünnib enneaegne, emotsionaalse ning arengulise häirega laps.



Arenguetapp 0- 1.5 aastane: oraalne faas (S. Freud)

- Oraalselt rinda imedes on imik kontaktis oma emaga. Imik tunneb toitmisega seoses nii naudingut kui ka pingeid.
- Selles arenguetapis on oluline, et tekiks turvaline kiindumussuhe, sümbioos imiku ja ema/hoolda vahel.
- Kui see ei õnnestu mingil põhjusel, siis on lapsel keeruline oma vaimne, emotsionaalne ja füüsiline energia suunata kasvamisele ning arenemisele. Selle asemel ta suunab selle ellujäämisele.
- Nii lapsel kui emal tekivad pikaajalise stressi tagajärjel une, toitumise ning nii füüsilise kui vaimse tervise probleemid.



Mis saab olla abiks?



- Aidata emale leida tugisüsteem, et ta saaks puhata ja taastuda.
- Juhendada ja toeta ema imiku eest hoolitsemisel.
- Kuula ema ära. Empaatiat kasvatab empaatiat. „Kui ema vajadusi märgatakse, märkab ta ka oma lapse vajadusi.“
- Paku vajadusel emale vaimset tervist toetavaid teenuseid. Hoolitsedes ema eest, hoolitseme ka imiku eest.

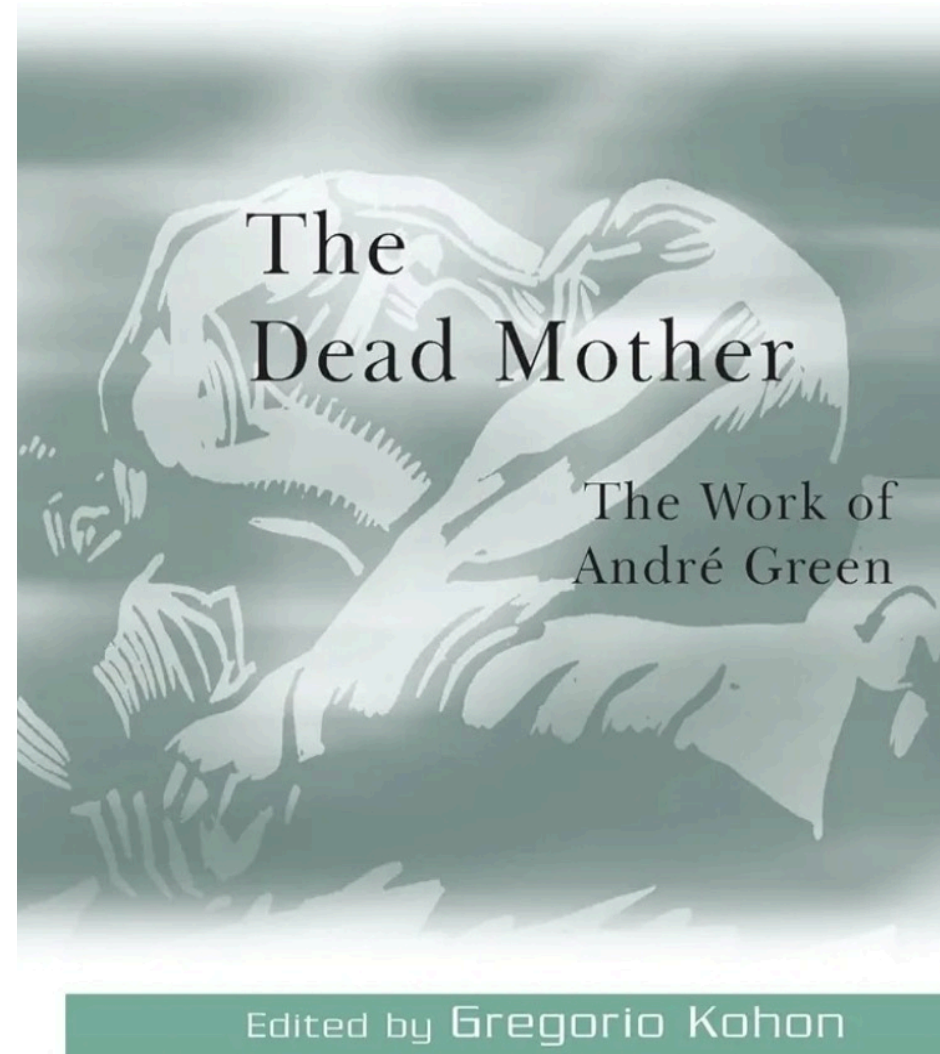
- Kui aga ühel hetkel hakkab laps blokeerima seda pinget, mis hooldaja häirunud reaktsioonid temas tekitavad, siis võivad lapsel välja kujuneda käitumise- ja isiksusehäired.
- Kui hooldaja on ohtlik, siis laps lülitab hooldaja oma meeltes välja. (Rosenfeld 1987).
- Seda eesmärgil, et hoida enda meeled koos ning vältimaks annhilatsioni ärevust e. täielikku psüühika kokku kukkumist (Ogden, 1989).
- Selle tulemusel võivad käivituda erinevad psüühika kaitsemehhanismid sh. autistlik kapseldumine ja dissotsatsioon.



Kui laps ei leia ema pilgust ega
ema meeltest ennast, siis võib
kujuneda välja
„surnud ema kompleks“,
mis on lapse vaimset tervist ja
üldist arengut erakordselt
kahjustav.

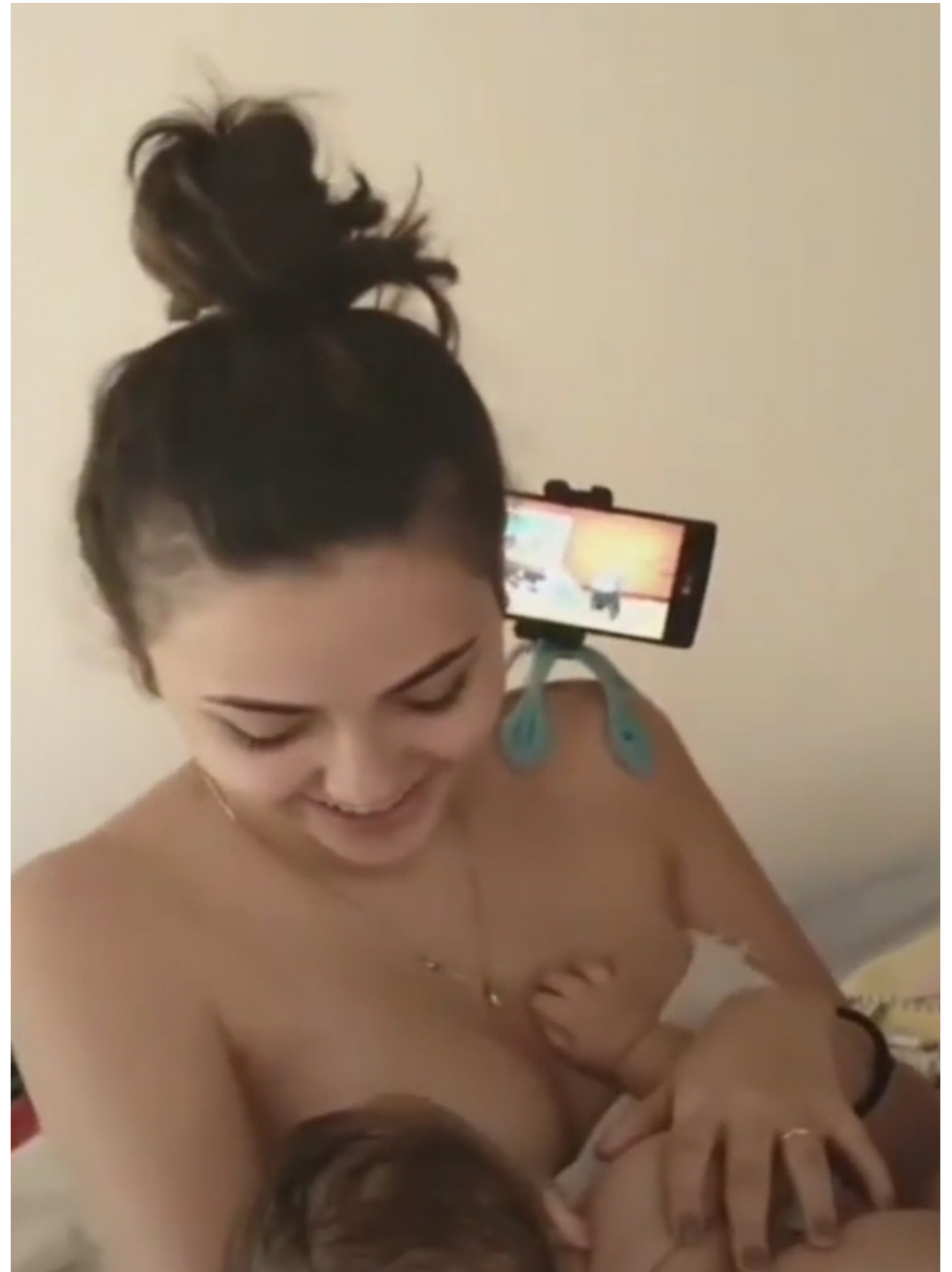
Andre Green „Dead Mother“ (1999)

THE NEW LIBRARY OF PSYCHOANALYSIS
General Editor: Elizabeth Bott Spillius



With a preface by
R. Horacio Etchegoyen

Sarnased uuringud
kinnitavad, et isegi 2-3
nädalased beebid märkavad
kui ema ei ole
emotsionaalselt
kättesaadav.





- Paraku on nii füüsilise väärkohtlemise kui ka emotsionaalse hüljatuse ohvriks sattunud laste aju piltidel näha normaalsest õhemat mõhnkeha (ladina k. corpus callosum) e. ühendussilda kahe ajupoolkera vahel.
- Selle tulemusel on aju poolkerade integreeritus väiksem ning teeb lapse vastuvõtlikumaks erinevatele arengulistele ja vaimse tervise häiretele.
- Paksemat mõhnkeha on seostatud intelligentsusega, kogemuste läbi töötamise kiirusega ning probleemi lahenduse oskusega.

Arenguetapp 1.5 – 3.5 aastane

anaalne faas

- Lapsel käivitub arenguliselt enesega seotud otsuste ja teiste kontrollimise vajadus.
- Lapse soov on saada ise hakkama sh. potil käimisega ja eneseteenindusega. Soov on suureks arenguhüppeks aga kõik ei tule kohe välja.
- Tormiline arengufaas: Tugevad jonnihood, kuna maailm tundub must-valge.
- Kontrollin kõike, olen võimas. „Emme paneb jope ja issi kummikud!“



- Oluline on mõista, et laps pole paha laps, vaid seda jõudu on tal vaja selleks, et oma hooldajaga sümbioosist välja murda ning iseseisvuda.
- See „sõda“, mida laps enda meeltes läbi töötab, käivitab sõja ka lapsevanema meeltes, ning väga oluline on hoiduda lapse ründamisest!
- Sõda sinu sees ei tohi hävitada sinu last!





Väga oluline on see, et meie tunde ja käitumise vahele tekiks mõtlemine.

Kui on tunne, et laps on kannatamatult jonnakas, siis on oluline säilitada võime mõelda, miks ta on jonnakas. Neid põhjuseid võib olla äärmiselt palju.

Selleks, et tekiks mõtlemine peab vanemaid harima.

Kuidas rahustada last tugevate tundepehangute korral:

- Proovi luua turvaline füüsiline kontakt!
Keha õrn silitamine aitab ajus stresshormooni (kortisool) vähendada. Armastav puudutus vallandab verre annuse oksütotsiini ehk õnnehormooni.
- Loo lapsega samal kõrgusele minnes silmside!
Empaatiline silmside, näoilme ja pehme hääletoon on midagi, mida lapsed on õppinud kasutama juba sünnist alates, ning see aitab neil ka rahuneda pingelises olukorras.



- Lapse positsioonilt on oluline tagasi peegeldada, mis võis teda ärritada, samas mitte andes hinnanguid tema käitumisele (löömine, karjumine, asjade loopimine, aelemine).
- Aitame lastel oma emotsioone reguleerida emotsioone nimetades, mis võisid teda vallata.
- Emotsioonide ja tunnete nimetamine aitab saada lapsel kontakti temaga toimuvale ning hiljem neid ise nimetades ning mitte välja käitudes.



Juhtum elust enesest

- Mina: „Emme mängib peitust?“
Pakun käest kinni võtta ja nimetan tunde: „sa ehmatasid, sul on tunne et me ei leia emmet, ikka leiame. Emme tuleb peidust kohe välja, ootame koos.“
- Poes infotöötaja: „näed, mis juhtub kui sa emme juurest ära jooksed. Issand küll, sa oled sokkides, kus su jalanõud on? Mul on siin inimesed järjekorras, nüüd pean sinuga tegelema.“



- Selleks, et inimene saaks areneda, vajab ta turvatunnet.
- Kui laps tunneb, et täiskasvanud tulevad talle alati turvaliselt ja kui ta hätta jääb, et maailma saab usaldad – tahab seda uurida.
- Huvitumine ja uurimine on kaasasündinud mehhanismis, mis aitavad meil õppida ja areneda.
- Lastel, kes on väga ärevad on uurimistahe häiritud ning nad on ka emotsionaalselt sotsiaalsetes suhetes eemale hoidvad.



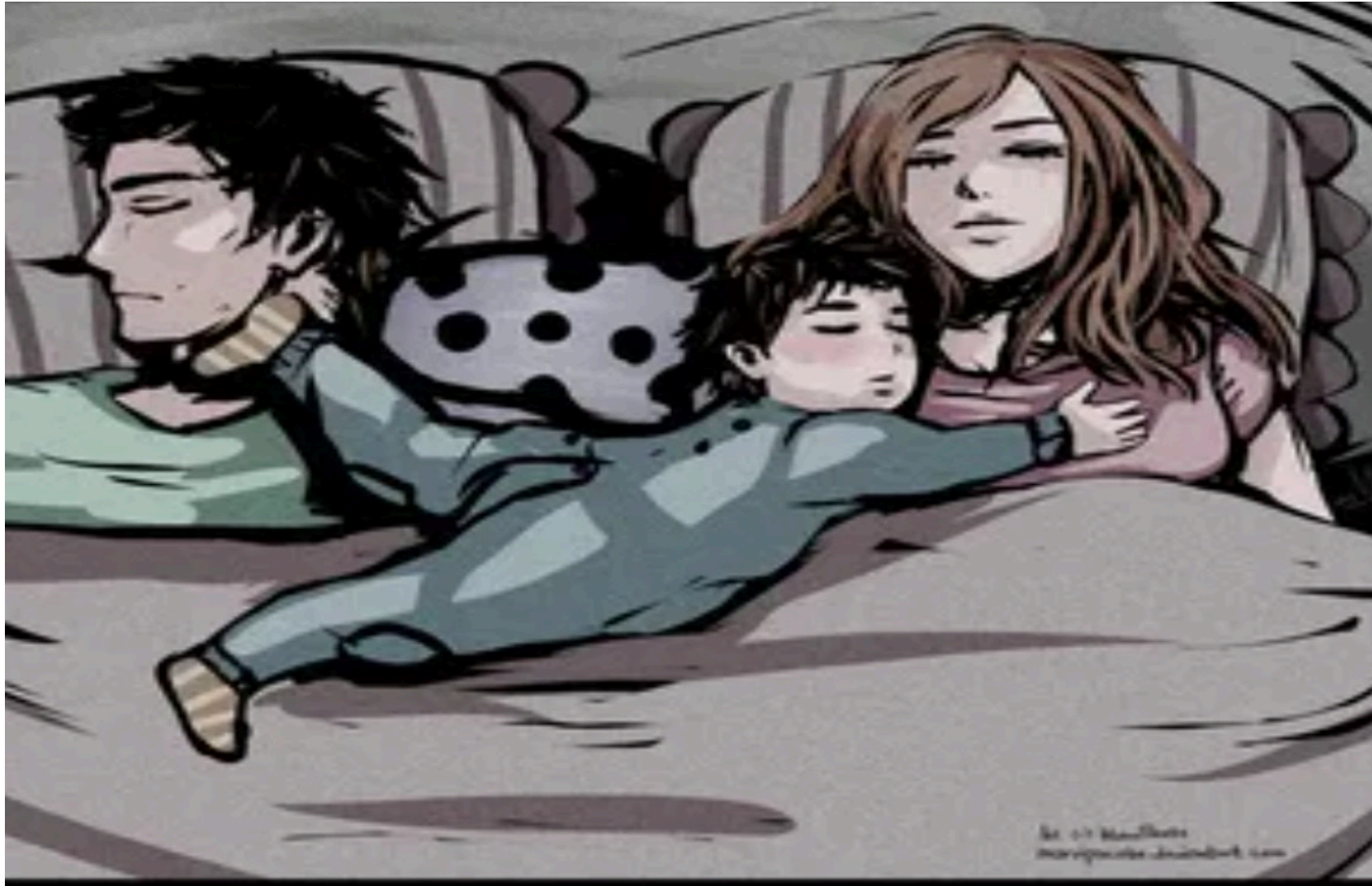
Arenguetapp 3 - 6 aastane: falliline faas, Oidipuse kompleks

- 3 eluaastaks saab laps teadlikuks seksuaalsetest erinevustest.
- Lisaks hakkab laps mõistma, et emmel on issiga mingi teema ehk tunnetab oma vanemate vahelist „seksuaal-intiimset suhet“.
- Laps ei soovi jääda sellest ema ja isa suhtest välja ning tekib armukadedus.
- Oidipuse kompleks on saanud oma nime Kreeka müüdist, kus lihtsustatult öeldes, Oidipus tapab oma isa ja abiellub oma emaga.

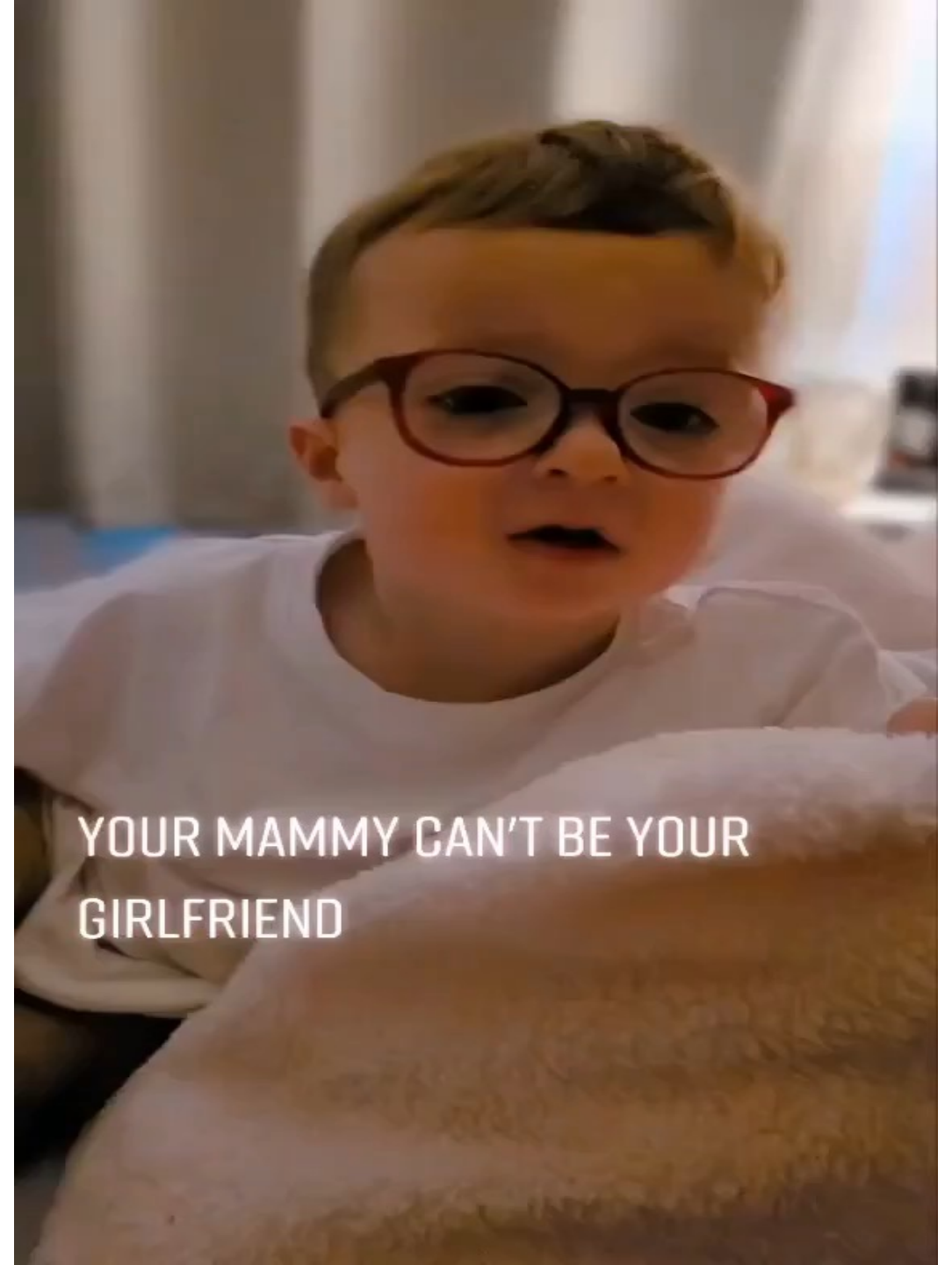


Rootsi printsess Victoria ja tema poeg prints Oscar

Selles vanuses identifitseerutakse samasoolise vanemaga ja minnakse „kosja“ vastassoost vanemale.



Video poisist:
*„emme palun
abiellu minuga
kui ma suur olen“.*



YOUR MAMMY CAN'T BE YOUR
GIRLFRIEND



Kui laps saab turvaliselt oma ema/isaga oidipaalse konflikti lahendatud, siis ta leiab endale lasteaia viimasest rühmas toreda poisi/tüdruku, kellega üks mängu-pulmapidu maha pidada või vähemalt unistada temaga abiellumisest.

Sel perioodil tütar väga jälgib, mida ema mõtleb isast ja kuidas mehed emaga käituvad.

Pojad jälgivad isasid ja mehi.



- 3-6 aastastel lastel toimub suur arenguhüpe, mis on seotud samastumisega, sh. samasoolise vanemaga identifitseerumisega ning selles vanuses käivituvad kõiksugu rollimängud.

Video tüdrukust, kes samastub oma imetava emmega.



Ohud!

Lapse püüdlus meeldida vastassoost vanemale käivitab täiskasvanus seksuaalset iha ning toimub seksuaalne väärkohtlemine, kus süüdistatakse last: „laps ise tahtis“, „laps on seksuaalselt varaküps“



Ohud!

- Samast soost vanem ei pea tõrjumisele ja tühistamisele vastu ning hakkab last alandama, tühistama, karistama.
- Hiljem võivad just selliselt traumeeritud lapsed murdeeas valida endast oluliselt vanema partneri või omavad probleeme lähisuhetes.
- Ka soolise identiteedi otsingute varjus on mitmed just selles vanuses lahenduseta jäänud kriisid.



Väärkoheldud lapsed, kes ei ole saanud vaimse tervise teenuseid omavad rahvusvaheliste metanalüüside kohaselt, suurt riski järgnevatele lapse ja noorukiea probleemidele:

- emotsionaalsed ja vaimsetervise probleemid
- sotsiaalsed probleemid
- akadeemilised probleemid (mälu-, keskendumise ja õpitu omandamise probleemid)
- käitumisprobleemid
- suur risk uuesti ohvriks langemisele või ise põhjustada erinevat liiki väärkohtlemist traumast tingitud pingete välja elamiseks.



Paranemist soodustavad traumateraapia põhitõed:

- Seansside regulaarsus tekitab etteaimatavuse
- Etteaimatavus aitab luua usaldusliku suhte
- Usalduslik suhe soodustab sügavamalt teraapia protsessi, mis toetab traumast taastumist
- Teraapias käimine võimaldab endast välja rääkida/joonistada/mängida kõike, mis on lapse sisemaailmas ning saada teadlikuks - see kõik on raviv ja pingeid vabastav.
- Paranedes tekib soov uuteks headeks tunneteks, kogemusteks, suheteks.



4-aastane klient terapeutile, „Sa oled minu plaaster!“



Teraapiakogemus õpetab
uuesti usaldama ning
annab kogemuse, et
traumast saab taastuda ja
head, püsivad suhted on
võimalikud ning
elu on elamist väärt.

Suur tänu tähelepanu eest!