

A baba nem ért semmit a mamája dühéből

Dr. Laetitia Smarius holland gyermekpszichiáter kutatásai szerint nagyon káros lehet, ha egy anya a három hónapos gyermekével kiabál. Vizsgálatából az is kiderül, hogy az egyik gyermek érzékenyebb rá, mint a másik.

Valóban olyan rossz, ha az anya a három hónapos kisbabájával kiabál? Hiszen nem üti meg, nem rázza össze, nem dobja le az ágyra a gyereket. Nem; ő csak dühös arccal üvölt: „Elég volt! Hagyd már abba a sírást! Megőrülök tőled!”

„Igen” – mondja *Laetitia Smarius*. – „Az ilyesmi igen káros lehet. Kutatásaink során bebizonyosodott, hogy az anyai verbális agresszióknak bizony negatív következményei lehetnek. „Az olyan gyermekeknél, akikkel – ha csecsemőkorukban sokat sírtak – anyjuk két vagy több alkalommal dühösen kiabált, öt-hat éves korban magasabb vérnyomást mértünk, mint azoknál a gyermekeknél, akikkel ez nem fordult elő” – állítja *Laetitia Smarius*.

Dr. Laetitia Smarius pszichiáter az Amszterdami Egyetemi Gyermekek- és serdülőkori Pszichiátriai Központ, a „De Bascule” (a mérleg) volt munkatársa. Az Amszterdami UMC Egyetemi Klinikán végzett kutatást és nemrég doktorált az anyák és a csecsemők közötti stresszről, a csecsemő túlzott sírására válaszként adott anyai verbális agresszióról.

A mért vérnyomásértékek csak kismértékben magasabbak az átlagnál. Ez miért jelent problémát?

"Még az enyhén megemelkedett vérnyomás is hatással van az egészségre. Különösen akkor, ha ilyen fiatal korban kezdődik, mert hosszú távon fontos kockázati tényezőt képez a szív- és érrendszeri betegségek kialakulásnak szempontjából."

Ez talán annak a jele, hogy egy ilyen esetben többről lehet szó? Hogy azzal a gyermekkel nem csak kiabálni szoktak...?

„Kutatásaink azt mutatják, hogy a verbálisan agresszív anyák fizikailag is agresszívak. Gyakran uralkodó, domináns nevelési stílussal rendelkeznek, és az anyaság során több stresszt élnek meg, mint azok az anyák, akik nem alkalmaznak verbális agresszivitást. Többször mutatnak depresszióra utaló jeleket is. Bár mindezek a tényezők vizsgálatunkban számszerűsítve nem jelentek meg, de arra utalnak, hogy ilyen esetekben a dolgok háttérben több probléma állhat."

Kutatótársai konzulense, *Theo Doreleijers* Professzor, a gyermek- és serdülőkori pszichiátria nyugalmazott egyetemi tanára, valamint témavezető társa, *Susanne de Rooij*, pszichológus és epidemiológus voltak. Dr. Smarius a gyermekkori stresszhatások területén végez kutatásokat és aktív résztvevője az ún. „ABCD” vizsgálatnak, az *Amsterdam Born Children and their Development* rövidítése. Ennek során mintegy 8000, Amszterdamban született gyermeket követnek nyomon a terhességtől a felnőtté válásig. Dr. Smarius feladata volt a gyermekek és édesanyjuk vizsgálata. Az apák csak a gyermekek 11-12. éves korától kapcsolódnak be ebbe a hosszú távú, átfogó, prospektív csoportos vizsgálatba.

Felmerül a kérdés: Miért akarja egy a pszichiáter az anyák verbális agresszióját vizsgálni?

„Mert a depresszió, a szorongásos rendellenességek, az ADHD, az ellenségesség és a pszichológiai problémák szomatizálása mind rossz gyermekkori élményekhez kapcsolódik. Számos kutatást végeztek erre, de többnyire visszamenőleg, visszatekintve. Én azt szerettem volna látni, hogy milyen hatással van egy három hónapos kisbaba fejlődésére, ha ilyen szörnyű dolgokat tapasztal.”

Miért olyan rossz a kiabálás?

„Úgy gondolom, hogy egy három hónapos kisbaba nem tudja megérteni a kiabálást és nem is tud mit kezdeni vele. Egy bölcsődés vagy óvodás korú kisgyermekkel már lehet értelme annak, hogy az ember felemelje a hangját. Ezzel megmutatja, hogy a mama szava a döntő. De egy csecsemő számára ez ijesztő és értelmezhetetlen.”

És ezt a félelmet az agy elraktározza?

„Ezt nem tudjuk pontosan, de nagyon valószínű. Hiszen az első hónapokban az érzelmi információk feldolgozására szolgáló agyi struktúrák igen gyorsan fejlődnek, ezáltal a picik ebben az életkorban a leginkább sebezhetőek és veszélyeztetettek a környezeti káros hatásai által. Ebben a korban tanulják meg az arckifejezéseket is felismerni, és mindazt megérteni, ami nagyon fontos a kötődéshez. Az anya és gyermeke közötti szoros kapcsolat elengedhetetlen az önszabályozás és az érzelmi szabályozás kialakulásához.”

Vizsgálataik azt mutatták, hogy az egyik gyermek genetikailag érzékenyebben reagál a verbális agresszióra, mint a másik.

„Igen, ez a mi megfigyelésünk; ezt korábban soha senki nem vizsgálta. Az olyan babáknak, akik genetikai hajlamuknál fogva jobban képesek az érzelmeket felismerni, jobban emelkedik a vérnyomása: 1 Hgmm helyett 3-5 Hgmm. Azt állíthatjuk, hogy a szociális érzékenységnek nagy ára van. És ezek a babák vannak nagy többségben. Egy gyakran előforduló genetikai változatról van szó.”

A kutatásából az is kiderült, hogy a sok sírás önmagában nem függ össze a magasabb vérnyomással.

„Az olyan csecsemők, akik túl sokat sírnak – napi három órát, vagy még többet – később több viselkedési és hangulati problémát és hiperaktivitást mutatnak. Ez attól is függ, hogy az anya nehéznek éli-e meg az anyaságot, vagy sem. Egy sokat síró gyerek mamájának lenni bizony rengeteg stresszel jár. Próbáljon csak meg valaki ilyen helyzetben nyugodt maradni! De a túlzott sírás még önmagában valóban nem köthető a vérnyomás megemelkedéséhez, sem egyéb szív- vagy érrendszeri problémákhoz.”

Hány anya kiabál a kisbabájával?

„Anonim kérdőívekáltal kérdeztük az anyákat. Azok eredménye megbízhatóbbnak bizonyult, mint a személyes beszélgetések. Hiszen nem könnyű bevallani, hogy az ember verbálisan agresszív a három hónapos kisbabájával szemben. Vizsgálatomból az derült ki, hogy az anyák 10 százaléka állítja, hogy legalább kétszer dühösen reagált a gyermekére. A valóságban azonban ez sokkal gyakrabban fordul elő.”

Theo Doreleijers Professor nyugdíjazása után Rotterdamban a *korai fejlődési körzeti tanácsadóknak*, ún. „*Consultatiebureau*”- kban végzett hosszas kutatásokat. [Ezek hasonlóak a magyar védőnői és gyermekorvosi rendelői hálózathoz.] Mindig is azt vallotta, hogy a megelőzés jobb, mint a gyógyítás. És hogy e feladat ellátása a korai fejlődési tanácsadók dolga. "A nővér [védőnő] itt egyszerű szűrőkérdések segítségével feltárhatja, hogy történnek-e erőszakra utaló dolgok. Egyszerűen a kérdést feltéve: kiabál-e az anya gyermekével a sírás megállítására, vagy ha már teljesen elege van mindenből?"

És ha igen, akkor hogyan tovább?

"Az ember elmagyarázza, hogy ez miért nem segít. És megbeszéli az alternatívákat, hogy a környezet hogyan segíthetne, hogy az anya el se jusson a kiabálásig. Léteznek olyan jó programok, mint pl. a Holland Ifjúsági Intézet „Szilárd szülők” programja.” Véleménye szerint az állam részéről hihetetlenül ’rövidlátó’ intézkedés, hogy évek óta a korai fejlődési tanácsadók és a gyermekorvosok anyagi támogatásán spórol. "Miközben a gyermek életének első ezer napja a legfontosabb!" – mondja Doreleijers Professor.

Laetitia Smarius szerint az anyák közvetlen környezete igen sokat tehet az édesanya tehermentesítésére. Pl. hogy a babát egy kis időre átveszi tőle. Lehetővé teszi neki, hogy egy kicsit kiszabaduljon, friss levegőt szippantson. Véleménye szerint „nagy kár, hogy az anyák sokszor olyan elszigeteltek, és mindent maguknak kell megoldaniuk. Nem lehet mindent egy csapásra megoldani, de óriási segítséget jelenthet, ha az anyák azt hallják, hogy léteznek megoldások. Vagy ha más anyákkal is beszélhetnek róla.”

Laetitia Smarius (Tilburgban, 1968-ben született). Orvostudományi tanulmányait az Amszterdami Egyetemen folytatta, pszichiátriai képzését Leidenben szerezte.

2010 óta Amszterdamban a „De Bascule” gyermekpszichiátereként dolgozott. Jelenleg a Rotterdami Erasmus Egyetemi Klinika gyermekpszichiátere. Disszertációja címe: „*Stress in the mother-infant dyad.*” [Az anya és csecsemő közötti stressz.]

*Jannetje Koelewijn, NRC.next (holland gazdasági napilap), 2018. november
Fordította Magdalena Zweegman.*