

MARIA WOJACZEK

Kształtowanie się zmian i percepcja poczętego dziecka w poszczególnych etapach ciąży

Formation of Changes and Perceptions of a Conceived Child During Certain Stages of Pregnancy

Zakład Medycznych Nauk Społecznych, Akademia Medyczna im. Piastów Śląskich we Wrocławiu

Streszczenie

Tworzenie relacji z dzieckiem od chwili jego poczęcia jest ważnym zadaniem rozwojowym dla rodziców. W czasie trwania ciąży znaczącą rolę odgrywa zdobyta wcześniej przez rodziców wiedza oraz wyobrażenia na temat rozwoju dziecka w prenatalnym okresie życia. Podczas ciąży powstaje więź emocjonalna, która składa się z trzech komponentów: traktowania dziecka jako odrębnej istoty, przypisywania właściwości oraz nawiązywania interakcji. Ciąża jako okres oczekiwania na narodziny charakteryzuje się przeobrażeniami wszystkich sfer zarówno w wymiarze fizycznym, jak i psychicznym, stanowi punkt zwrotny. Psychologiczne determinanty towarzyszące kobiecie i mężczyźnie w czasie oczekiwania na narodziny dziecka odwołują się do postaw wobec rodzicielstwa, szuka się ich również w stanach emocjonalnych towarzyszących w danej chwili matce i ojcu, cechach osobistych związanych z charakterystykami psychologicznymi (Piel. Zdr. Publ. 2012, 2, 1, 73–77).

Słowa kluczowe: ciąża, poczęte dziecko, komunikacja prenatalna, relacja rodzice–dziecko.

Abstract

Creating a relationship with a child from the moment of conception is an important developmental task for parents. During pregnancy a significant role is played by prior knowledge of parents and ideas about child development in the prenatal period of life. During pregnancy, the emotional bond is formed, which consists of three components: treating the child as a separate being, attributing the properties of interaction and networking. Pregnancy as a waiting period for the birth is characterized by the transformations in all spheres, both physically and mentally, is a turning point. Psychological determinants of supporting a woman and a man while waiting for the birth of a child refer to attitudes towards parenthood, they also involve current emotional states in the mother and father, the personal characteristics associated with psychological characteristics (Piel. Zdr. Publ. 2012, 2, 1, 73–77).

Key words: pregnancy, a conceived child, prenatal communication, parent-child relationship.

Poczęcie dziecka jest związane z niezwykle bogatym doświadczeniem dla kobiety i mężczyzny. Nie można tak wielkiej zmiany rozwojowej porównać tylko do przejścia z jednego etapu życia w drugi [1]. Ciąża – psychofizyczny stan kobiety oczekującej na narodziny dziecka, niezależnie od tego czy jest źródłem radości czy lęku, zawsze stanowi ważny okres w życiu [2]. Każda zmiana może być czynnikiem stresogennym, dlatego towarzyszą jej różnorakie emocje: lęki, obawy lub niepewność. Ciąża jest również okresem radości z możliwości bycia w stanie odmiennym. Charakteryzuje się przeobrażeniami wszystkich sfer zarówno w wy-

miarze fizycznym, jak i psychicznym, stanowi punkt zwrotny w dotychczasowym życiu kobiety i mężczyzny.

Zmiany biopsychiczne

Ciąża często przyciąga uwagę wieloma zmianami fizycznymi i psychicznymi. Kobieta powinna jednak odczytywać te reakcje jako język biochemiczny, którym dziecko informuje o swojej obecności [3]. Matczyne łono staje się wtedy miejscem spotkania, płaszczyzną, w której przebywa dziecko

i do której mają przystępność jego rodzice. Umiejętność rozróżnienia stanu fizjologicznego, jakim jest ciąża matki, od rzeczywistości poczęcia i realności istnienia dziecka przyspiesza proces nawiązania osobowej relacji. Badania w dziedzinie psychologii prenatalnej ukazują, jakie znaczenie ma nawiązywanie relacji z dzieckiem od chwili poczęcia. Często rodzice nie zastanawiają się nad znaczeniem wczesnych sygnałów wysyłanych przez dziecko, chociaż są zauważalne. Pomijanie ich lub nadawanie im innego znaczenia sprawia, że nawiązywanie kontaktu z poczętym dzieckiem przesuwa się w czasie.

Kształtowanie się zmian w postrzeganiu i komunikacji

W powszechnym wyobrażeniu dialog kojarzy się z jakąś formą komunikacji, w której obydwie strony porozumiewają się za pomocą słów. Rodzi się wątpliwość czy w sytuacji, kiedy jedna strona jest „niema” porozumienie ma sens. Takie myślenie jest jednak błędnym mniemaniem dorosłych i wynika z utrwalonego, zawężonego wyobrażenia. W rzeczywistości bowiem dziecko już w pierwszych tygodniach życia zgłasza swoją obecność. Rozwój zarodka powoduje w organizmie kobiety wiele różnorodnych zmian określanych jako dolegliwości związane z początkową ciążą. Tymczasem takie objawy, jak: senność, zmiany smaku i powonienia, poranne mdłości, wymioty oraz inne, charakterystyczne dla danej kobiety, są wyrazem przeobrażeń ciała matki na skutek bodźców ze strony dziecka. Wysyłając sygnały dziecko oczekuje odpowiedzi, ponieważ ono nigdy nie jest „nieme”, „głusi” natomiast często bywają rodzice [4]. Chociaż mała istota nie rozumie umyślowo wypowiedzianych do niej słów, rozumie ich sens, który oznacza akceptację i pobudza jej pragnienie życia.

Pierwszy okres po poczęciu dziecka to czas bardzo intensywnych emocji. Kobieta doświadcza wielu zmian dotyczących zarówno własnego ciała, jak i psychiki. W czasie ciąży kobiety stają się bardziej samokrytyczne, mają mniejszą potrzebę kontaktów towarzyskich, zawierania nowych znajomości, prowadzenia aktywnego życia [5]. Można zauważyć wzmożoną koncentrację na sobie, najważniejszą potrzebą pojawiającą się w tym czasie jest akceptacja ze strony najbliższych i wsparcie emocjonalne. Z badań Doroty Kornas-Bieli wynika, że kobiety w okresie ciąży cechują się wzmożoną aktywnością psychiczną, refleksyjnością, nastawieniem introspekcyjnym.

Cieleśne i psychiczne przeobrażenia zachodzące w organizmie kobiecym mają charakter zmian przystosowawczych i dzielą się na trzy trymestry. Propozycję takiej klasyfikacji wysunęła J. Raphael-Leff nazywając je fazami dojrzewania prowadzącymi do przekonania, że: doszło do ciąży, dziecko istnieje, rozwija się i staje się odrębną istotą funkcjonującą w organizmie matki [6].

C. D. Kroelinger i K. S. Oths w prowadzonych badaniach wykazali, że pozytywna reakcja współmałżonka na informację o poczęciu dziecka buduje wzajemną akceptację do siebie i do mającego narodzić się dziecka [7]. Ma to istotne znaczenie szczególnie w przypadku ciąży nieplanowanej. Obecny wiek niewątpliwie sprawił, że współczesnej kobiecie trudniej odnaleźć się w roli matki, ponieważ często się zdarza, że tak jak mężczyzna utrzymuje ona rodzinę, angażuje się w karierę zawodową i uczestniczy w życiu społecznym [8]. Ogromne zróżnicowanie pierwszych rodzicielskich doznań zależy od wielu czynników natury zewnętrznej oraz wewnętrznej. Kobieta-matka przeżywa niejednokrotnie konflikt swoich ról, kiedy stara się pogodzić obowiązki, które pełni wobec męża, dzieci, rodziny, pracodawcy, dlatego emocje i uczucia, które jej towarzyszą na samym początku bywają ambiwalentne. Negatywne stany emocjonalne występują jednak rzadziej u kobiet o prawidłowo ukształtowanej, dojrzałej osobowości i adekwatnej samoocenie, zadowolonych z relacji małżeńskich.

U mężczyzny natomiast doświadczenie ojcostwa jest bardziej psychologiczne, wiąże się z uznaniem dziecka za własne. Emocjonalny świat ojca jest często uzależniony od sytuacji, jaka towarzyszyła poczęciu. Dorota Kornas-Biela wskazuje na istotne warunki, które muszą zaistnieć, aby można było mówić o istniejącej relacji między rodzicami a ich poczętym dzieckiem. Mowa tutaj o postrzeganiu dziecka jako istoty odrębnej od matki oraz przekonaniu do realności i możliwości wzajemnej komunikacji [5]. Matka jako najbliższa dziecku osoba powinna pozwolić ojcu na kontakt z nim, aby mógł posłuchać uderzeń jego serca, przemówić do niego, obdarzyć uczuciem [9]. Przez cały okres 9 miesięcy oczekiwania na narodziny trwa nieprzerwany i twórczy dialog między dzieckiem i matką oraz psychospołecznym środowiskiem – szczególnie ojcem.

Pierwszy trymestr ciąży

Dotyczy przede wszystkim dużych zmian fizjologicznych. Psychologia ewolucyjna podkreśla, że wszelkie symptomy ciążowe pełnią tu rolę adaptacyjną. Pokarmy, które najczęściej wywołują nudności zawierają najwięcej substancji szkodli-

wych, tj.: kawa (kofeina), produkty z surowego mięsa, grzyby czy niektóre warzywa. Wszelkie nudności występują najczęściej w okresie organogenezy, czyli w czasie najintensywniejszego rozwoju narządów dziecka, ponieważ właśnie wtedy obecność teratogennych czynników najmocniej daje o sobie znać. Nieświadomość matki o byciu w ciąży może sprawić, że pierwsze jej symptomy nie są powiązane z myślą o dziecku, dotyczą raczej koncentracji na własnym organizmie, dlatego że istnienie dziecka nie jest odczuwane w sposób namacalny [5]. Można powiedzieć, że początkowy stan ciążowy jest związany z postawą dualistyczną. Kobieta potrzebuje czasu i wsparcia dla zaakceptowania nowego życia. Wiele kobiet niezależnie od naturalnie pojawiających się lęków odczuwa radość będąc w ciąży, ponieważ dziecko zaspakaja wiele osobistych potrzeb, tj.: bezpieczeństwa, afiliacji, uznania i szacunku, pozytywnej samooceny, dominowania i opiekowania się, sensu życia, nieśmiertelności. Jednak wraz z upływem czasu i rozwojem dziecka zmienia się treść i intensywność przeżyć – następuje zintensyfikowanie myśli i wyobrażeń na dziecku. Bardzo często pierwsze emocje dotyczą troski o zdrowie i prawidłowy rozwój dziecka, dlatego tak ważną rolę spełnia tutaj badanie ultrasonograficzne, które dostarcza rodzicom informacji na temat rozwoju dziecka i niejednokrotnie eliminuje dotychczasowe lęki i obawy, jakie im towarzyszyły.

Drugi trymestr

Kobieta czuje obecność dziecka jako odrębną istotę, a przez odczuwanie ruchów integracja nabiera charakteru nie tylko biologicznego, ale i psychologicznego. Jest to czas stabilizacji hormonalnej i uczuciowej określany mianem „miesiąca miodowego” [5]. W tym czasie kobieta zaakceptowała już fakt poczęcia dziecka. Zwykle czuje się już lepiej fizycznie i psychicznie. Drugi trymestr jest czasem pojawiania się fantazji, marzeń i wyobrażeń odnośnie do wyglądu dziecka, przypisywania przez rodziców pewnych cech psychicznych najczęściej na podstawie zaobserwowanych ruchów [5]. Najważniejsze zadanie drugiego trymestru to stworzenie relacji z dzieckiem i wzajemne poznanie. Matka uczy się dziecka na podstawie obserwacji ruchów i aktywności. Można zaobserwować różne formy poszukiwania i nawiązywania kontaktu z dzieckiem. Najczęstszą formą kontaktu są rozmowy w myślach i na głos, głaskanie oraz dotykanie dziecka przez powłoki brzuszne [10]. Matka powinna również nauczyć ojca, jak kontaktować się z poczętym dzieckiem [9]. Kontakt fizyczny z nienarodzonym jeszcze dzieckiem jest dobry dla

wszystkich biorących w nim udział, tj. matki, ojca i ich dziecka, ponieważ wzmacnia więź i rodzi poczucie stawania się rodziną [11].

Trzeci trymestr

Intensyfikuje u kobiet zwiększenie koncentracji na dziecku oraz zbliżającym się porodzie. Dziecko jest na tyle duże, że zwiększa się liczba podejmowanych interakcji. Stosowanie prenatalnej stymulacji w tym czasie jest wyrazem przywiązania rodziców do dziecka [12]. Kobieta żyje w świadomości, że rozwijające się w jej wnętrzu dziecko przypomina już noworodka, dlatego w tym okresie można zaobserwować zachowania, które przypominają „zakładanie gniazda” w celu przygotowania dla dziecka specjalnego miejsca. W tym czasie nasilają się myśli o porodzie związane z jego przebiegiem lub ewentualnymi komplikacjami [6]. Pomocne w tym okresie są informacje uzyskiwane od personelu medycznego na temat fizjologii porodu i opieki nad noworodkiem. Końcowy okres tego trymestru to przede wszystkim oczekiwanie na spotkanie z dzieckiem i wspólne życie rodzinne. Cała ciąża jest jednak dla kobiety czasem refleksji nad sensem i celem istnienia. Okres dziewięciu miesięcy staje się niewymowną okazją do rozwoju matczynego potencjału.

Okres ciąży z perspektywy mężczyzny

Mężczyzna w swoisty sposób uczestniczy w doświadczeniach żony, obserwuje jej reakcje i przeżycia. K. A. May wyróżnia trzy fazy zaangażowania ojca w proces prenatalnego rozwoju dziecka [13].

Pierwsza – ogłoszenia (*announcement*) obejmuje kilka tygodni od chwili pierwszych przypuszczeń, że doszło do poczęcia, aż do potwierdzenia tej wiadomości. Stan niepewności wywołuje huśtawkę emocjonalną, ojcowie angażują w tym czasie dużo energii uczuciowej, aby rozwiązać obawy, które im towarzyszą, dlatego reakcje w tej fazie mogą przybierać bardzo zróżnicowany charakter – od całkowitego zaskoczenia i braku akceptacji do ogromnej radości i satysfakcji. Niektórzy mężczyźni (niezależnie od tego czy dziecko było planowane, czy nie) przeżywają chwilową niechęć oraz lęk przed zmianami, które wynikają z poczęcia [12]. Takie zachowanie nie jest objawem braku miłości do dziecka, lecz wynika z przystosowywania się do nowej roli.

Druga faza – spokoju (*moratorium*) trwa zwykle od 12. do 25. tygodnia ciąży. Jak wskazuje nazwa jest to czas pierwszych kilku miesięcy, kiedy

ojciec wykazuje małe zainteresowanie poczętym dzieckiem, które wynika z braku przekonania, że już na tym etapie mężczyzna może brać czynny udział w jego rozwoju. E. Bielawska-Batorowicz twierdzi, że poziom zaangażowania i zainteresowania zależy od: stabilności relacji z żoną, jakości relacji małżeńskiej, sytuacji finansowej, stosunku do posiadania dzieci, preferowanej liczby potomstwa [6]. Wraz z biegiem czasu mężczyzna przekształcając swoje wyobrażenia na temat dziecka może wejść w różne formy relacji. Odczuwalne ruchy lub wrażenia z badania USG potwierdzają realną obecność dziecka, dzięki czemu pogłębia się wzajemna więź i uczuciowy stosunek do niego.

Trzecia faza – zogniskowania (*focusing*) to czas, kiedy rodzice z większą uwagą skupiają się na dziecku. W wyobrażeniach mężczyzny dziecko jest bardziej konkretne. Myśli on częściej i więcej o sobie jako ojcu i oczekujących go zadaniach. W tym czasie dojrzały mężczyzna będzie wzmacniał u swojej żony orientację pozytywną, wskazując na piękno najwcześniejszego rodzicielstwa. Głównym elementem tej fazy jest jednak przygotowanie się do porodu i spotkania z dzieckiem. W tym okresie rodzice z większym zaangażowaniem planują wspólną przyszłość i codzienność, w której narodzone dziecko zajmuje centralne miejsce [14].

Scharakteryzowane fazy z perspektywy mężczyzny wskazują na obecność intensywnych emocji, a także na możliwą obojętność i wycofanie. Badania Y. Teichman i Y. Lahava wykazały, że intensywne zaangażowanie mężczyzny w przebieg ciąży występuje zwykle z mniejszym natężeniem niepokoju [6]. Realistyczne i pozytywne oczekiwania są związane z niższym poziomem stresu i niepokoju. W tej sytuacji duże zainteresowanie mężczyzny rozwijającym się dzieckiem przynosi wiele korzyści ojcu, matce i dziecku.

Wnioski

Dziecko prenatalne od samego początku charakteryzuje się niezwykle plastycznością i dynamizmem zmian. W swoim rozwoju kształtuje tożsamość osobową i własną indywidualność. Jako istota społeczna komunikuje z otoczeniem, wchodzi w kontakt inicjowany przez rodziców oraz

aktywnie buduje relacje [15]. Profesor Fijałkowski podkreślał, że jest ono „małe, ale całe” [16]. Oznacza to, że w następstwie zmian w świadomości rodziców odnośnie do „umiejętności” dziecka prenatalnego, zwiększa się w nich potrzeba cieszenia się dzieckiem już od chwili poczęcia. Rodzice pragną także, aby okres ciąży był pełen osobowych relacji, gdyż jest to czas nieporównywalnych z niczym doświadczeń rodzicielskich.

Cały proces tworzenia się więzi oraz nawiązywania relacji z mającym narodzić się dzieckiem jest zjawiskiem wieloaspektowym. Można jednak wymienić i przybliżyć trzy najważniejsze elementy, które w tym czasie występują:

- traktowanie dziecka jako odrębnej istoty,
- przypisywanie cech i właściwości,
- podejmowanie interakcji z dzieckiem [6].

Oczywistość prezentowanych tez potwierdzają wyniki badań empirycznych przeprowadzane w związku z najwcześniejszym etapem życia istoty ludzkiej oraz osiągnięcia embriologii i genetyki. Istotny wkład w badanie pierwszych dziewięciu miesięcy życia ma również psychologia prenatalna, która zajmuje się poznawaniem prawidłowości i mechanizmów rozwoju oraz funkcjonowania psychiki człowieka w wewnątrzmacicznej fazie życia.

Zdobyta przez kobietę i mężczyznę wiedza o zmianach w sferze biologicznej, psychologicznej i społecznej podczas ciąży pozwala bez wątpienia na lepsze wzajemne zrozumienie, a przede wszystkim wpływa na zdrowsze, bardziej świadome i radosne przeżycie czasu oczekiwania na narodziny [12]. Nazywanie poczętej istoty dzieckiem uświadamia im, że od chwili poczęcia mogą, a nawet powinni pełnić swoje funkcje rodzicielskie.

Należy zachęcać rodziców, aby poszerzali wiedzę nie tylko o przebiegu ciąży, a więc o zmianach zachodzących w organizmie kobiety, ale przede wszystkim koncentrowali się na dziecku jako istocie, z którą kontakt uczuciowy może dostarczyć im wielu niepowtarzalnych przeżyć [5]. Kobieta i mężczyzna, kiedy zostają rodzicami doświadczają jak wszystko wokół się zmienia. Przede wszystkim sami się zmieniają. W chwili poczęcia stają się rodzicami dziecka, któremu będą towarzyszyli w rozwoju. Moment ten jest doniosły i stanowi duże wyzwanie.

Piśmiennictwo

- [1] Fijałkowski W.: Ku afirmacji życia. Gaudium, Lublin 2003.
- [2] Wasilewska-Pordes M.: Depresja poporodowa u kobiet. Radamsa, Kraków 2000, 21.
- [3] Kornas-Biela D.: Zagrożenia rozwoju dziecka w pierwszej fazie jego życia. [W:] Sytuacja dzieci w Polsce w okresie przemian. Red.: Balcerzak-Paradowska B. IPSS, Warszawa 1999, 165–166.
- [4] Fijałkowski W.: Ojcostwo na nowo odkryte. Wyd. Diecezjalne, Pelplin 1996, 61.
- [5] Kornas-Biela D.: Wokół początku życia ludzkiego. PAX, Warszawa 2004, 42–54.
- [6] Bielawska-Batorowicz E.: Psychologiczne aspekty prokreacji. Śląsk, Katowice 2006, 112–114.

- [7] **Kroelinger C.D., Oths K.S.:** Partner support and pregnancy wantedness. [W:] *Birth* 2000, 27, 112–119.
- [8] **Fijałkowski W.:** Ekologia rodziny. Rubikon, Kraków 2001, 44.
- [9] **Kornas-Biela D.:** Najmłodsze dziecko w rodzinie. [W:] *Rodzina. Myśli i działanie*. Red.: Soszyńska G. Polihymnia, Lublin 2004, 52.
- [10] **Golańska Ż.:** Interakcja matki z dzieckiem w okresie prenatalnym. „*Annales Academiae Medicae Silesiensis*”, ŚAM, Katowice 1989, 65.
- [11] **Bradford N.:** Niezwykły świat w łonie matki. Elipsa, Warszawa 1998, 95.
- [12] **Lichtenberg-Kokoszka E.:** Ciąża zagadnieniem biomedycznym i psychopedagogicznym. Impuls, Kraków 2008, 48–53.
- [13] **May K.M.:** Three phases of father involvement in pregnancy. In: *Coping with life crises*. Ed.: Moss R.H. Plenum Press, New York 1986, 115–128.
- [14] **Karolczuk-Kędzierska M., Maj K., Miklaszewska D.:** Matka i dziecko. Kluszczyński, Kraków 2006.
- [15] **Chamberlain D.B.:** Babies are what we thought: call for a new paradigm. „*International Journal of Prenatal Studies*” 4 (1992).
- [16] **Fijałkowski W.:** Rodzicielstwo w zgodzie z naturą. Fundacja „Głos dla Życia”, Poznań 1999.

Adres do korespondencji:

Maria Wojacek
Zakład Medycznych Nauk Społecznych
Katedra Zdrowia Publicznego
Akademia Medyczna im. Piastów Śląskich
ul. K. Bartla 5
51-618 Wrocław
e-mail: mariawojacek@wp.pl

Konflikt interesów: nie występuje

Praca wpłynęła do Redakcji: 7.11.2011 r.

Po recenzji: 10.02.2012 r.

Zaakceptowano do druku: 13.02.2012 r.

Received: 7.11.2011

Revised: 10.02.2012

Accepted: 13.02.2012