

Predgovor

Rad na ovoj knjizi je započeo u zimu 1975. godine, tokom vikenda koji sam proveo sa svojim prijateljima u njihovoj kolibi na selu. Helen, domaćica kuće, bila je u sedmom mesecu trudnoće i blistala je. Često bih je uveče zatekao kako sama sedi ispred kamina i nežno peva predivnu uspavanku svom detetu u stomaku.

Ova dirljiva scena je ostavila dubok utisak na mene i bio sam zaintrigiran kad mi je Helen, nakon što se porodila, ispričala kako ta uspavanka ima magičan uticaj na njenog sina. Činilo se da bez obzira na to koliko je snažno beba plakala, kad god bi Helen počela da peva tu pesmu, odmah bi se smirila. Zapitao sam se da li je njeno iskustvo jedinstveno, ili ono što žena čini u trudnoći, možda čak i njene misli i osećanja, utiču na dete u njenom stomaku?

Naravno, već sam znao da u nekom trenutku svaka buduća majka oseti da ona i njeno dete međusobno reaguju na osećanja onog drugog. Kao većina psihijatarata, i ja sam od svojih pacijenata slušao priče o snovima i doživljajima koje su imale smisla samo ako o njima govorimo u kontekstu prenatalnih iskustava i iskustava prilikom rođenja. Sada sam počeo da obraćam naročitu pažnju na ta sećanja.

Takođe, počeo sam da u naučnoj literaturi tražim informacije koje bi mi pomogle da shvatim um još nerođenog deteta i um novorođenčeta, jer sam tada već bio ubeđen da ono zaista poseduje um. Bio sam ohrabren studijama dr Lestera Sontaga koji je demonstrirao da stavovi i osećanja majke mogu da ostave trajan pečat na ličnost budućeg deteta, s tim što je ovaj rad izveden tridesetih i ranih četrdesetih godina dvadesetog veka. Većina novih i zaista uzbudljivih istraživanja koja sam otkrio bila su u domenu tako bliskih polja kao što su neurologija i fiziologija. Koristeći

novu generaciju medicinske tehnologije, koja je postala dostupna kasnih šezdesetih i ranih sedamdesetih godina dvadesetog veka, istraživači ovih i drugih specijalizacija su konačno mogli da bez uznemiravanja posmatraju dete u njegovom prirodnom okruženju. Ono što su otkrili pružilo nam je dramatično drugačiju sliku fetalnog života. Delimično zahvaljujući svima njima bio sam u mogućnosti da ovde predstavim suštinski nov portret još nerođenog deteta, koje nije ni nalik pasivnom biću bez uma, kako ga predstavljaju tradicionalni pedijatrijski tekstovi.

Sada znamo da je i pre nego što se rodi, dete svesno ljudsko biće koje reaguje i koje od šestog meseca trudnoće (a možda i ranije) pa nadalje vodi aktivan emotivni život. Pored ovih zapanjujućih otkrića saznali smo i druge važne podatke:

- Fetus može da vidi, čuje, iskusi, okusi i da, na primitivnom nivou čak *intrauterino* (odn. u materici – pre rođenja) uči. Najvažnije, može da *oseća* – ne sofisticirano kao odrasli, ali svakako oseća.
- A sve ono što dete oseća i doživljava počinje da oblikuje njegova očekivanja i stavove o sebi samom. Kako će dete doživljavati sebe i u skladu s tim se ponašati: srećno ili tužno, agresivno ili pokorno, samopouzđano ili anksiozno, delimično zavisi i od poruka koje je dobijalo o sebi tokom trudnoće.
- Glavni izvor ovih poruka koje oblikuju dete je njegova majka. *Ovo ne znači da se na dete reflektuje svaka prolazna briga, sumnja ili nervoza koju žena oseti.* Ono što je bitno su duboki dugotrajni *šabloni* osećanja. Hronična anksioznost ili iscrpljujuća ambivalentnost u vezi sa majčinstvom mogu ostaviti dubok ožiljak na ličnost deteta tokom trudnoće. S druge strane, inspirativne emocije kao što su radost, ushićenje i iščekivanje – mogu značajno da doprinesu emotivnom razvoju zdravog deteta.
- Novo istraživanje takođe počinje više da se fokusira i na očeva osećanja. Donedavno su njegove emocije bile zanemarene. Naše poslednje studije ukazuju da je ovo gledište izuzetno pogrešno

i da je ono što muškarac oseća prema svojoj supruzi i budućem detetu ključni faktor koji će da odluči o uspehu trudnoće.

Ova knjiga je proizvod šest godina intenzivnog učenja, razmišljanja, istraživanja i putovanja. U procesu prikupljanja materijala iznetog u knjizi posetio sam London, Pariz, Berlin, Nicu, Rim, Bazel, Salzburg, Beč, Njujork, Boston, San Francisko, Nju Orleans i Honolulu, kako bih pričao i razmenio ideje sa vodećim psihijatrijama, psiholozima, fiziolozima, fetolozima, akušerima i pedijatrijama. Sproveo sam i nekoliko samostalnih istraživačkih projekata, od kojih su dva našla mesto u ovoj knjizi, i lečio sam na stotine pacijentkinja koje su bile pogođene traumama tokom trudnoće i porođaja.

Budući da se dete koje ćete upoznati na stranicama ove knjige radikalno razlikuje od opisa koji je dat kako u popularnoj, tako i u medicinskoj štampi, smatrao sam da je za verodostojnost ideja koje promovšem neophodno da budu podržane strogim naučnim izveštajima i studijama. Mislim da će vam ovo štivo biti živopisno i fascinantno samo po sebi. Naravno, neke studije se bave uticajem negativnih emocija majke. Došli smo do važnih saznanja proučavajući uticaj ovih emocija. Kao što je što je često slučaj u medicini, učimo kako i zašto stvari idu dobrim tokom tako što prvo shvatimo kako i zašto idu pogrešnim.

Klinički istraživači koji su došli do ovih otkrića su uglavnom bili više zainteresovani za teorijsku stranu svog rada nego za praktičnu primenu istog. A to nije neuobičajeno. Ali očigledno je da ova otkrića imaju značajne implikacije na roditeljstvo. Sa ovim novim znanjem koje im je na raspolaganju, majke i očevi imaju izvanrednu priliku da pomognu u oblikovanju ličnosti svog još nerođenog deteta. Oni aktivno mogu da doprinesu sreći i dobrobiti svog deteta, i to ne samo tokom trudnoće i neposredno nakon detetovog rođenja, već tokom celog njegovog života. Ta spoznaja je direktno dovela do stvaranja knjige koju držite u rukama.

Poglavlje

1

Tajni život nerođenog deteta

Ova knjiga govori o mnogim stvarima, o poreklu ljudske svesti, o rastu i razvoju deteta tokom trudnoće i o novorođenčetu, ali pre svega govori o oblikovanju ljudskog uma, o tome kako postajemo to što jesmo. Zasniva se na otkriću da je dete u materici *biće koje oseća, pamti i koje je svesno* i ono što mu se dešava – tokom devet meseci između začeća i rođenja, oblikuje i formira ličnost, želje i ambicije na vrlo važan način.

Ova spoznaja i izvanredno istraživanje koje je proisteklo iz nje, vodi nas daleko od onog što znamo ili mislimo da znamo o emocionalnom razvoju deteta u materici. I dok je to sa naučne strane izuzetno uzbudljivo (između ostalog zauvek istiskuje staru frojdovsku ideju da ličnost ne počinje da se formira sve do druge ili treće godine života), još uzbudljiviji je način na koji produbljuje i obogaćuje značenje i važnost roditeljstva, naročito majčinstva. Zapravo, aspekt koji nas najviše zaokuplja je naše novo saznanje o trudnici i njenoj ulozi u oblikovanju i usmeravanju ličnosti njenog budućeg deteta. Njen alat su njene misli i osećanja, pomoću kojih ima mogućnost da kreira ljudsko biće obdareno sa mnogo više prednosti nego što se ranije verovalo da je moguće.

Ne tvrdim da sve što se majci dogodi u toku ovih meseci trajno oblikuje budućnost njenog deteta. Mnoge stvari su uključene u oblikovanje novog života. Majčine misli i osećanja su samo jedan element u toj mešavini, ali ono što ih čini jedinstvenim je to što ih je, za razliku od nasleđenog materijala, moguće kontrolisati. Žena može da ih upotrebi kao pozitivnu silu ako to želi. Naravno, ne znači da budućnost deteta zavisi od sposobnosti majke da dvadeset četiri časa ima samo vesele misli. Povremene sumnje, ambivalencije i nervoze su normalan deo trudnoće i mogu, kao što ćemo videti kasnije, da zapravo pomognu razvoju deteta. To znači da buduća

majka sada ima na raspolaganju drugačiji način da aktivno i pozitivno utiče na emocionalni razvoj svog deteta.

Iako bi sad neko mogao da upotrebi reč *otkriće* kako bi opisao ovu spoznaju, ona je proizašla iz drugih zaključaka. Krajem šezdesetih godina dvadesetog veka, na primer, otkrili smo postporodajni način komunikacije majke i deteta koji je nazvan *vezivanje*. Na mnoge načine, naše novo istraživanje je logičan nastavak ovog prethodnog zaključka, s obzirom da pomera sistem komunikacije korak unazad i postavlja ga u matericu. S medicinske tačke gledišta skoro isto je tačno, jer uzimajući u obzir dosadašnja saznanja o tome kako na dete utiče ono što majka jede, pije ili uzima od lekova, a takođe i saznanje da emocije imaju ulogu u bolesti ili zdravlju, iz svega toga proizilazi da bi misli i osećanja majke mogli potencijalno da imaju blagotvoran efekat na njeno buduće dete.

Takođe ima smisla da naše novo znanje može da unapredi i očevu ulogu u trudnoći. Veza sa ljubaznim i osećajnim muškarcem pruža ženi neprekidnu emotivnu podršku tokom trudnoće. I ako smo, iz neznanja, poremetili ovaj delikatni sistem grubo isključujući muškarca, sada kada smo otkrili, odnosno ponovo otkrili, koliko ženi i budućem detetu znače emotivna sigurnost i nega, muškarac konačno može biti vraćen na svoje pravo mesto tokom trudnoće.

Ove nove ideje stižu pravo iz naših laboratorija u Americi, Kanadi, Engleskoj, Francuskoj, Švedskoj, Nemačkoj, Austriji, Novom Zelandu i Švajcarskoj, gde istraživači već dve decenije tiho i vredno sastavljaju dramatično novi pogled na fetus, na rođenje i na početne faze života.

Ovo što čitate je prvi pokušaj da se vest o njihovom revolucionarnom radu približi široj publici. Budući da je to prvi pokušaj, nešto od onoga što sledi će nužno biti spekulativno, iako ću se truditi da odvojim ono što zaista znamo od onog što samo mislimo da znamo. Neminovno, nešto od toga će takođe biti kontroverzno. Ne očekujem da se svi slože sa mnom u pogledu svake pojedinačne teze.

Međutim, uveren sam da ova knjiga, a i šire, cela ova oblast istraživanja, predstavljaju svetlu neograničenu nadu za lekare jer će im omogućiti da spreče mnoge propuštene prilike za trudnoću i rođenje, nadu za majke i očeve jer produbljuju i obogaćuju prirodu roditeljstva, i najviše od svega, nadu za dete.

Dete ima najviše koristi od našeg znanja. Ono je mnogo drugačije, mnogo svesnije, senzitivnije i nežnije nego što bi to iko mogao da zamisli i tokom trudnoće i pri rođenju zaslužuje, zapravo zah-teva, senzibilniju, brižniju i *humaniju* vrstu nege nego što to dobija sada. Francuski akušer Frederik Leboaje, autor knjige *Rođenje bez nasilja*, ovo je intuitivno osetio i zato je tako argumentovano zastupao nežnije metode porođaja. Ono što smo naučili potvrđuje njegove stavove sa kliničkog aspekta.

Zaista je važno obezbediti novorođenčetu toplo, sigurno i humano okruženje, zato što je dete veoma svesno kako se rodilo. Ono oseća nežnost, mekoću i brižan dodir, i na sve to reaguje, kao što oseća i reaguje na snažna svetla, električne zvučne signale i hladnu bezličnu atmosferu koja se često dovodi u vezu sa rađanjem u bolnici.

Ali ovo znanje, kao i revolucija koja ga prati, takođe prevazilazi Leboajea i pojam samog porođaja, jer nam prvi put otkriva um deteta koje je u materici. I što je najfascinantnije, otkriva nam da je dete svesno i budno iako njegova svest nije duboka i kompleksna kao kod odraslih. Ono je nesposobno da razume nijanse značenja koje odrasli mogu da izraze jednostavnom rečju ili pokretom, ali kao što neke nove studije pokazuju (o njima ćemo detaljnije govoriti u sledećem poglavlju), dete je osetljivo na izuzetno suptilne emotivne nijanse. Ono može da oseti i reaguje ne samo na snažne složene emocije kao što su ljubav i mržnja, već i na suptilnija kompleksna osećanja poput ambivalencije i dvosmislenosti.

Još uvek je nepoznato u kojem momentu ćelije mozga stiču ovu sposobnost. Jedna grupa istraživača veruje da nešto poput svesnosti postoji već od momenta začeća. U prilog tome oni ukazuju na

hiljade savršeno zdravih žena koje su imale više spontanih pobačaja. Postoji pretpostavka da u prvih nekoliko sedmica, možda čak i sati nakon začeća, oplodena jajna ćelija ima dovoljno samosvesti da oseti odbacivanje i dovoljno volje da deluje u skladu s tim. Ovu ideju i dokaze koji je potvrđuju ćemo malo kasnije ispitati. Za sada, bez obzira koliko je interesantna, ova ideja je i dalje samo ideja, a ne proverena činjenica.

Veći deo onoga što se zna sa sigurnošću, jer su to potvrdile fiziološke, neurološke, biohemijske i psihološke studije, odnosi se na dete od šestog meseca trudnoće pa nadalje. U svakom smislu ono je u ovoj fazi fascinantno ljudsko biće. Ono već može da pamti, čuje, pa čak i uči. U stvari, dete u materici vrlo brzo uči, kao što je grupa istraživača demonstrirala u ispitivanju čiji se rezultati već smatraju opšteprihvaćenim.

Oni su naučili šesnaest beba da udarcima nogu odgovore na vibrirajuću senzaciju. Inače, dete ne bi reagovalo na ovakav način na blagu senzaciju. Zapravo, ignorisalo bi je. Međutim, u ovom slučaju ispitivači su izazvali ono što bihejvioralni psiholozi nazivaju uslovljenim ili naučenim odgovorom svojih mladih subjekata, tako što su ih prvo nekoliko puta izložili glasnoj buci, što bi ih navelo da prirodno udare nogama (buka je izazvana nekoliko koraka dalje od svake majke, a reakcija njenog deteta je praćena pomoću senzora koji su joj bili obmotani oko stomaka). Zatim su ispitivači uvodili vibraciju kojoj je svako dete bilo izloženo odmah nakon buke koja je izazvana u blizini majke. Pretpostavka istraživača je bila da će nakon dovoljne izloženosti veza između vibracije i udaraca u umovima beba postati toliko automatska, da će one udariti čak i kad vibracija bude upotrebljena bez buke. I to se pokazalo tačnim. Vibracija je za njih postala znak i njihov odgovor udarcima je naučeno ponašanje.

Osim toga, ova studija, koja pruža dobar pogled na sposobnosti deteta u materici, doprinela je i više od toga. Ona pokazuje jedan način kako se karakteristike i osobine ličnosti počinju formirati tokom trudnoće. Naša sviđanja i nesviđanja, strahovi i fobije,

drugim rečima sva razna ponašanja koja nas čine jedinstvenima, delimično su proizvod uslovljenog ponašanja. I kao što smo upravo videli, materica je mesto gde počinje posebna vrsta učenja. Da bismo ilustrovali kako se oblikuju buduće osobine, razmotrimo osećaj anksioznosti. Šta bi moglo da proizvede korene duboko usađene, dugoročne anksioznosti u još nerođenom detetu? Jedan od mogućih odgovora je majčina zavisnost od pušenja. U izvanrednoj studiji koju je pre nekoliko godina sproveo dr Majkl Liberman, pokazano je da dete u materici postaje emocionalno uznemireno (mereno ubrzavanjem otkucaja detetovog srca) svaki put kada bi majka pomislila na cigaretu. Ona čak ne mora ni da prinese cigaretu usnama niti da zapali šibicu, sama pomisao na to je dovoljna da se dete uznemiri. Naravno, fetus nema načina da zna da njegova majka puši ili da razmišlja o pušenju cigarete, ali je njegova inteligencija dovoljno sofisticirana da poveže iskustvo kada majka puši sa neprijatnom senzacijom koju to pušenje proizvodi u njemu. Ovo je izazvano padom nivoa kiseonika (pušenje smanjuje količinu kiseonika u majčinoj krvi koja prolazi kroz placentu), što je fiziološki loše po dete, ali ono što je potencijalno još lošije su psihološki efekti – kada majka puši gura dete u hronično stanje nesigurnosti i straha. Ono nikad ne zna kada će se ta neprijatna fizička senzacija ponovo desiti ili koliko će bolno biti kada se desi, samo zna da će se desiti ponovo. I ta situacija stvara predispoziciju za duboko usađenu uslovljenu anksioznost.

Druga, lepša vrsta učenja koja se dešava tokom trudnoće je govor. Svako od nas ima osobeni ritam govora. Često je ovo toliko prigušeno da ljudi oko nas ni ne primećuju, ali se razlika uvek uoči na testovima za analizu zvuka. Naši govorni šabloni su različiti poput otisaka prstiju. Poreklo ovih razlika nije velika misterija. One potiču od naših majki. Učimo naš govor kopirajući majčin. Logično, naučnici su pretpostavljali da se ovo kopiranje ne dešava pre rođenja, ali sada se mnogi od njih slažu sa dr Henrijem Trubijem, profesorom pedijatrije, lingvistike i antropologije na Univerzitetu u Majamiju, da ovaj proces učenja počinje ranije, u materici tokom

trudnoće. Kao dokaz dr Trubi upućuje na skorašnja istraživanja koja pokazuju da fetus jasno čuje od šestog meseca trudnoće, i što je još interesantnije, da pokreće telo u ritmu majčinog govora.

Uzimajući u obzir da dete odlično čuje, ne bi trebalo da nas začudi da je dete u materici takođe sposobno da nauči nešto i o muzici. Četvoromesečni ili petomesečni fetus definitivno odgovara na zvuke i melodije i to čini na nedvosmislen način. Pustite Vivaldija, i čak i najnervoznija beba će se opustiti. Pustite Betovena, i najmirnija beba će početi da udara nogama i da se pomera.

Naravno, ličnost predstavlja mnogo više od onoga što naučimo, kako unutar, tako i izvan materice. S obzirom da smo konačno identifikovali neke od ranih iskustava koja oblikuju buduće osobine i karakteristike, smatram da žena sada može početi da aktivno utiče na život svog deteta mnogo pre njegovog rođenja. Jedan od načina je da prestane da puši tokom trudnoće. Drugi način je da priča sa detetom. Ono je zaista čuje i što je još važnije, ono odgovara na to što čuje. Ne zato što razume reči, jer očito da su one izvan njegove sposobnosti razumevanja, ali zato razume ton onoga što je rečeno. Dovoljno je intelektualno zrelo da oseti emocionalni ton majčinog glasa.

Čak je moguće i početi sa podučavanjem još nerođene bebe. Trudnica koja svakog dana provede barem malo vremena slušajući smirujuću muziku, može učiniti da se njeno dete oseća opuštenije i smirenije. Štaviše, rano izlaganje muzici može u detetu da probudi doživotni interes za muziku. Takav slučaj je bio sa Borisom Brotom, dirigentom simfonijskog orkestra iz Hamiltona (Ontario).

Jedne večeri slušao sam na radiju intervju sa Brotom. On je živopisan čovek sa darom za pripovedanje. Te noći je imao intervju na temu opere, a pred kraj razgovora voditelj ga je pitao kako se zainteresovao za muziku. To je bilo jednostavno pitanje koje je voditelj postavio, pretpostavio sam, samo da popuni vreme do kraja intervjua. Ali Brot se zamislio nad tim pitanjem. Malo je oklevao, i onda je rekao: „Znate, ovo će možda zvučati čudno, ali muzika je

bila deo mene i pre rođenja.” Začuden, voditelj ga je zamolio da to objasni.

„Pa”, rekao je Brot, „kao mladić sam bio zbunjen neobičnom sposobnošću koju sam imao, a to je da određene komade mogu da odsviram napamet. Dirigovao bih partiture prvi put i odjednom bi mi se istakao deo za violončelo. Znao bih tok tog muzičkog dela čak i pre nego što bih okrenuo stranicu partiture. Jednog dana sam ovo spomenuo mojoj majci koja je profesionalna violončelistkinja. Mislio sam da bi je to zanimalo zato što je uvek deo za violončelo bio taj koji se jasno isticao u mojoj glavi. I bila je zaintrigirana, a kada je čula o kojim se delima radi, misterija je brzo rešena. Sve partiture koje sam znao napamet su bile one koje je ona svirala dok je bila trudna sa mnom.”

Pre nekoliko godina na jednoj konferenciji sam se susreo sa drugim primerom prenatalnog učenja koje ne samo da je interesantno kao Brotov slučaj, već takođe podupire saznanje dr Trubija o govoru koji se formira tokom trudnoće. Radi se o jednoj mladoj Amerikanki koja je živela u Torontu tokom trudnoće. Jednog popodneva je zatekla svoju dvogodišnju ćerku kako sedi na podu dnevne sobe i ponavlja sama sebi: „Udahni, izdahni, udahni, izdahni”. Žena je rekla da je odmah prepoznala reči, bile su deo vežbi za trudnice. Ali gde ih je dete moglo čuti? Njena prva pomisao je bila da ih je njena ćerka čula na televiziji, ali je ubrzo shvatila da je to nemoguće. Živeli su u Oklahoma Sitiju i jedina verzija tih vežbi koju je njena ćerka mogla da čuje bi bila američka, a te fraze su upotrebljene samo u kanadskoj verziji. S obzirom da je žena prošla kroz te vežbe, postojalo je samo jedno moguće objašnjenje: njena ćerka je te reči čula i upamtila* još dok je bila u materici.

.....

* Jedan od problema u vezi sa pisanjem knjige o detetu u materici je taj da je pisac prinuđen da koristi rečnik koji odgovara mentalnom stanju odraslih. Očigledno, fetus ne *pamti* aktivno kao mi. Ali, kao što ćemo videti kasnije, tragovi pamćenja počinju da se formiraju u mozgu fetusa do šestog ili sedmog meseca trudnoće, a moguće i ranije.

Ne tako davno, priče poput ove ili Brotove bi u najboljem slučaju mogle da zasluže fusnotu u medicinskom časopisu. Ali ova-
kvi događaji se sada konačno uzimaju u naučno razmatranje, što
i zaslužuju, zahvaljujući pojavi uzbudljive nove discipline koja se
zove *prenatalna psihologija*. Ova disciplina, koja je ustanovljena
primarno u Evropi i koja privlači većinu praktičara iz akušerstva,
psihijatrije i kliničke psihologije, nije jedinstvena samo po neobič-
noj prirodi svog predmeta izučavanja, već i po tome što ima prak-
tičan pristup u istraživanju. Zaista, u kratkom periodu od jedne
decenije otkako je ustanovljena, već smo naučili dovoljno o umu i
emocijama deteta tokom perioda trudnoće da možemo da spasemo
na hiljade mladih ljudi od života ispunjenog iscrpljujućim emoci-
onalnim poremećajima.

Kažem *mi*, zato što me je obećanje da sprečavam takve trage-
dije i uvelo u prenatalnu psihologiju. Tokom godina rada u bol-
nici, tokom predavanja i u mojoj praksi video sam na stotine ljudi
koji su bili duboko oštećeni destruktivnim prenatalnim uticajima,
pacijente čije se nevolje mogu objasniti samo time što im se desilo
tokom majčine trudnoće i prilikom rođenja. A moje iskustvo nije
usamljeno. Mnoge moje kolege psihijatri su tretirali slične slučajev-
ve. Čini mi se da prenatalna psihologija konačno nudi način kako
da se spreče brojne tragedije. Pored ovoga, imamo način kako da
zaista unapredimo šanse čitavih generacija da započnu život slo-
bodni od podrivajućih mentalnih i emocionalnih poremećaja koji
su pogađali mlade u prošlosti.

Ne sugerišem da imam univerzalni lek koji će magično da isko-
reni sve naše bolesti. Niti sugerišem da svaka površna emocionalna
uznemirenost koja nas pogodi vodi poreklo iz materice. Život nije
statičan. Ono što nam se dešava u dvadesetim, četrdesetim, pa čak
i u šezdesetim godinama sigurno utiče na nas i menja nas. *Ali je
važno da istaknemo da događaji utiču na nas veoma različito u
prvim fazama života*. Odrastao čovek, pa i dete u nekom manjem
obimu, ima vremena da razvije odbrambeni sistem i da odgovori.
On može da smekša ili izbegne uticaj iskustva. Dete u materici to

ne može. Sve što mu se dešava utiče na njega direktno. To je razlog što se majčine emocije urezuju tako duboko u psihu deteta i što njihov uticaj ostaje tako snažan kasnije u životu. Glavne karakteristike ličnosti se retko menjaju. Ako je optimizam urezan u um budućeg deteta, biće potrebno mnogo nesreće kasnije da ga izbriše. Da li će ovo dete biti umetnik ili mehaničar, da li će mu se sviđati Rembrant više od Sezana, da li će biti levoruk ili dešnjak? Svi ovi fini detalji ostaju izvan domašaja trenutnog znanja i iskreno govoreći mislim da je dobro što je tako. Život bi umnogome izgubio na tajanstvenosti ako bismo mogli da uz apsolutnu preciznost predvidimo svaku specifičnu osobinu ličnosti.

Ono gde naše znanje zaista može da utiče je u tome da identifikuje i spreči koren ozbiljnih problema ličnosti. Mnoge žene znaju da kada se pobrinu emotivno za sebe, to automatski znači da se brinu i za svoje buduće dete. Mi naučnici smo potvrdili tu mudrost pomoću svojih tabela i istraživanja, ali smo otišli i dalje od toga. Verujem da naša rastuća sposobnost da tokom trudnoće uočimo potencijalno problematično i uznemirujuće ponašanje može da bude od neopisive koristi hiljadama dece koja tek treba da se rode, njihovim roditeljima, a posledično i društvu. Do nekog manjeg stepena smo već počeli da koristimo ovu sposobnost, često sa iznenađujućim rezultatima, što će naredna studija pokazati.

Istraživači su pošli od pretpostavke da je fetalna aktivnost često siguran znak nerveze. Razmišljali su da ako dečje ponašanje tokom trudnoće ima ikakvo predvidljivo značenje, onda bi najaktivniji fetusi mogli jednog dana da izrastu u anksiozne mlade ljude. I to se potvrdilo. Bebe koje su se najviše kretale tokom trudnoće postale su najanksioznija deca. Oni nisu bili samo malo nervoznija deca od uobičajenog, već prepuni anksioznosti. Ova dvogodišnja i trogodišnja deca su osećala skoro srceparajuću neprijatnost čak i u najuobičajenijim društvenim situacijama. Skrivali su se od svojih učitelja, od drugara u školi, od sklapanja prijateljstava i svakog ljudskog kontakta. Najopuštenije, najprijatnije i najmanje anksiozno su se osećali kad su bili sami.

Naravno, ne može se sa apsolutnom sigurnošću predvideti kako će se oni ponašati kasnije. Možda će dobar brak, naročito uspešna karijera ili roditeljstvo, terapija ili nešto drugo, da bude protivteža ovoj anksioznosti. Ipak, čini se da možemo da tvrdimo da će većina te uplašene dece i dalje bežati u čoškove kako bi izbegli susrete i kad budu imali trideset godina. Jedina razlika je ta što će tada, umesto učitelja i drugara, pokušavati da izbegnu suprugu, žene i sopstvenu decu. Ciklus će se stalno ponavljati.

A ne mora biti tako. Ako bi više trudnica počelo da komunicira sa svojom decom, to bi bio spektakularan početak. Samo zamislite kako biste se osećali sami u prostoriji tokom šest, sedam ili osam meseci bez ikakve emocionalne ili intelektualne stimulacije. To je, manje-više, posledica ignorisanja budućeg deteta. Očigledno je da su njegove emocionalne i intelektualne potrebe daleko primitivnije od naših. Važna stvar je da ih dete ima. Dete mora da se oseti snažno željeno i voljeno, isto, a možda i više nego što je to potrebno odraslima. Detetu je potrebno da mu se priča i da se brine o njemu. U suprotnom, njegov duh, a često i telo, počinje da vene.

Istraživanja o trudnicama koje imaju šizofreniju i psihozu detaljno svedoče o razarajućim efektima emocionalnog zanemarijanja deteta tokom trudnoće. U ovim slučajevima žene jednostavno ne mogu drugačije. Efekti mentalne bolesti onemogućavaju im smislenu komunikaciju sa njihovom decom. Ali ta tišina ili haos često ostave duboke ožiljke na deci. Oni po rođenju obično imaju više fizičkih i emocionalnih problema nego bebe mentalno zdravih žena.*

U sledećim poglavljima ćemo istražiti pitanje kako se sva ova komunikacija odigrava. Ovde je poenta u tome da ta komunikacija postoji i *da možemo da učinimo nešto povodom toga*. Do određenog

.....

* Uvek će biti ljudi koji će tražiti fizičke uzroke emocionalnih poremećaja. Međutim, nakon hiljade obavljenih studija na bolesnicima od šizofrenije i manično-depresivnog poremećaja, nije pronađena nijedna hemikalija u njihovom krvnom sistemu čiji bi transfer reprodukovao njihove simptome.

nivoa možemo čak i da merimo njen kvalitet i neposrednost. Uglavnom, ličnost nerođenog deteta koje žena nosi posledica je kvaliteta komunikacije između majke i deteta, a takođe i specifičnosti te komunikacije. Ako je komunikacija bila obilna, bogata i najvažnije, nežna, velike su šanse da će beba biti krupna, zdrava i srećna.

Ova komunikacija je značajan deo povezivanja. I s obzirom da se svaki istraživač koji je proučavao povezivanje nakon porođaja slaže da je to neizmerno korisno i za majku i za dete, logično je da se pomisli da je povezivanje i pre rođenja takođe bitno. Život, pa čak i život u prvih nekoliko minuta i sati, nudi razne distrakcije: prizore, zvukove, mirise i glasove. Život u materici, s druge strane, mnogo je postojaniji, ograničen u potpunosti na majku i na sve što je ona rekla, osetila, pomislila i sve čemu se nadala. Čak su i spoljašnji zvukovi dopirali kroz nju.

I kako da ta komunikacija ne ostavi dubok uticaj na dete kad na njega utiče čak i majčin otkucaj srca koji se čini tako običnim i neutralnim? Bez sumnje, to je suštinski deo njegovog sistema za preživljavanje. Dete to naravno ne zna. Ono samo zna da je umirujući ritam otkucaja tog srca jedno od glavnih sazvežđa u njegovom univerzumu. Uz njega se uspavljuje, budi, pokreće i odmara. I fetus mu postepeno pridodaje metafizičko značenje jer je ljudski um, pa čak i još nerođeni ljudski um u materici, entitet koji kreira simbole. Postojano bum-bum počinje da simbolizuje smirenost, sigurnost i ljubav prema njemu. U njegovom prisustvu, dete najčešće napreduje.

Ovo je demonstrirano pre nekoliko godina u jednoj jedinstvenoj i genijalnoj studiji. U jaslicama prepunim tek rođenih beba pušten je zvuk ljudskog srca. Istraživači su pretpostavili da ako ritam majčinog srca ima ikakav emocionalni značaj, novorođenčad u jaslicama će se onih dana kada je pušten zvuk ponašati drugačije nego kad nema tog zvuka. I upravo se to dogodilo.

Samo što su reakcije bile mnogo očiglednije nego što su očekivali. Naučnici, koji su u vreme kad su dizajnirali studiju bili

prilično sigurni u to da će razlike biti vidljive, bili su zapanjeni brojem i razmerama razlika koje su se desile. Bebe koje su slušale otkucaje srca su doslovno na svaki način bolje napredovale, u mnogim slučajevima i značajno bolje. Jele su više, imale veću težinu, bolje su spavale, disale su bolje, plakale su manje i manje se razboljevale. Ne zato što su primale specijalni tretman ili imale superiornije roditelje ili bolje doktore, već samo zato što su bile izložene običnom snimku otkucaja ljudskog srca.

Naravno, to je nešto nad čime žena nema kontrolu, njeno srce radi automatski. Ali ona može da nauči da razume svoje emocije i da se efikasnije nosi sa njima. A to je ključno za dobrobit njenog deteta jer njene misli i osećanja oblikuju detetov um na fundamentalan način. Da li će detetov um evolvirati u nešto suštinski teško, kruto i preteće, ili nežno, opušteno i otvoreno, zavisi u velikoj meri od toga da li su njene misli i osećanja pozitivna i podsticajna, ili su negativna i ispunjena neodlučnošću.

Ovo apsolutno ne znači da će povremene sumnje i nesigurnost naškoditi vašem detetu. Takva osećanja su prirodna i bezopasna. Ono o čemu govorim je jasan, kontinuiran obrazac ponašanja. Samo je takva vrsta intenzivnih trajnih emocija u stanju da stvori ovaj tip uslovljenog učenja koje će negativno uticati na dete. Fizički težak porođaj sa propratnim emocionalnim naporima ne menja stvari. Vaše želje i osećanja i stvari koje pričate svojoj bebi su ono što je zaista važno.

Zato je od neprocenjivog značaja ono što žena misli o svom detetu. Njene misli, ljubav, odbijanje ili neodlučnost, počinju da definišu i oblikuju emocionalni život deteta. Ono što se time stvara nisu pojedinačne osobine poput ekstrovertnosti, optimizma ili agresivnosti. Ovo su uglavnom reči za odrasle sa značenjem koje je namenjeno odraslama i koje je suviše određeno i precizno formulisano da bi se primenilo na um još nerođenog deteta nakon šest meseci trudnoće.

Ono što ga formira su šire i dublje ukorenjene tendencije kao što je osećaj sigurnosti i samopoštovanja. Iz ovoga se dalje u detinjstvu razvijaju odlike karaktera, kao kod dece koju sam ranije spomenuo. Oni nisu rođeni stidljivi. Oni su rođeni uznemireni. Bolna stidljivost može da izraste iz te teskobe.

Lepši primer je sigurnost. Sigurna osoba je potpuno samopouzdana. Kako i ne bi bila kad su joj od samog početka njene svesti upućivane reči da je željena i voljena? I odatle prirodno teku osobine kao što su optimizam, samopouzdanje, ljubaznost i ekstrovertnost.

Pružiti sve ovo detetu je dragoceno. A njima je tako lako davati. Stvaranjem toplog, emotivnog okruženja tokom trudnoće, žena može presudno da utiče na sve što njeno dete oseća, sve čemu se nada, o čemu mašta, misli i postiže tokom života.

Tokom ovih meseci žena je posrednik između deteta i sveta. Sve što utiče na nju, utiče i na dete. A na nju ne utiče ništa tako duboko niti tako razorno kao briga u vezi sa njenim suprugom (ili partnerom). Zbog toga, malo šta je opasnije po dete, emotivno i fizički, od oca koji zlostavlja ili zanemaruje svoju trudnu suprugu. Skoro svi koji su proučavali ulogu budućeg oca, a nažalost do sada je to izučavala samo šačica istraživača, otkrili su da je njegova podrška apsolutno suštinski bitna za dobrobit žene, stoga i za dobrobit njihovog deteta.

Samo ta činjenica govori da je muškarac važan deo prenatalne jednačine. Jednako bitan faktor za emotivnu dobrobit deteta je posvećenost njegovog oca bračnoj zajednici. Bilo šta može da utiče na sposobnost muškarca da se poveže sa svojom partnerkom, od toga šta oseća prema svojoj ženi ili prema sopstvenom ocu, do pritiska na poslu ili njegovih sopstvenih nesigurnosti. (Idealno je, naravno, da se ovi problemi reše pre začeca, a ne tokom trudnoće.) Ali skorašnja istraživanja sugerišu da ono što najdublje utiče na njegov osećaj posvećenosti, u dobru i zlu, jeste kada počne da se povezuje sa svojim detetom.

Iz očiglednih fizioloških razloga muškarac je na neki način uskraćen. Dete nije organski deo njega. Ali nisu sve fizičke prepreke nepremostive. Uzmimo za primer nešto tako jednostavno kao što je pričanje. Dete tokom trudnoće sluša očev glas i postoje jaki dokazi da slušanje tog glasa bitno utiče na dete. U slučajevima kada je muškarac pričao svom budućem detetu koristeći kratke umirujuće reči, novorođenče je moglo da prepozna očev glas već tokom prvih časova svog života. I ne samo da ga prepozna, već je na njega reagovalo i emotivno. Ako je dete pre toga plakalo, prestalo bi. Taj poznati umirujući zvuk bi mu sugerisao da je bezbedno.

Vezivanje takođe direktno utiče na budućeg oca, ali na uopšteniji način. Stereotip ga uglavnom opisuje kao dobronamernog, ali smotanog. Ovo stvara potajnu krizu samopouzdanja kod mnogih muškaraca. Da bi se odbranili od toga, obično se povlače od svojih supruga tokom trudnoće u sigurno okruženje među svoje prijatelje i kolege koji im pružaju poštovanje i podržavaju ih. Povezivanje je vrlo važan način da se ovaj štetan ciklus prekine i da se muškarac dublje i značajnije uključi u život svog deteta od samog početka. I što se pre uključi, njegov sin ili ćerka će pre imati koristi od toga.

Ovaj pogled na očinstvo je radikalno nov. Zapravo, većina toga na ovim stranicama je nešto novo, a delom i zaista radikalno. Radikalno u originalnom smislu te reči, oštar zaokret od prošle prakse. Ali baš to i ništa manje od toga potrebno je ukoliko želimo da stvorimo buduće generacije zdravije, emocionalno sigurnije dece.