

— Starševske skrbi — Ali otrok razvija zametke motnje hranjenja?

Motnja hranjenja je duševna motnja, ki jo lahko zaznamo in preprečimo že v zgodnjem nastajanju - že takrat, ko je otrok še malček. Motnja zahteva vsakodnevno omamljanje z načinom hranjenja. Omamo pri motnjah hranjenja navadno povzročajo lakota, pretirana sitost ali izčrpanost, ki je posledica intenzivnega telesnega napora.

Piše: **Aleksandra Rožman**, univ. dipl. socialna delavka iz Svetovalnice za motnje hranjenja Introspekta

Pojav razvite motnje hranjenja v najstništvu je posledica nerazrešenega in nakopičenega emocionalnega trpljenja v otrokovem telesu. Priča, da se je moralo otrokovo telo že zelo zgodaj navaditi na stanje omamljenosti. Ravno zato lahko odraščajoč otrok čuti omamo tako domače in - paradoksalno - kot prijetno. Otrokovo razkrito trpljenje zunanemu svetu sporoča, da je bil že tekom odraščanja v duševni stiski, ki je ni zmožgal razrešiti.

Negovanje otroka

Pri iskanju zametkov motnje hranjenja pomislimo na težave na področju otrokovega hranjenja. Zametki motnje hranjenja vsekakor nastajajo na tem področju. A predvsem zato, ker je hranjenje bazična otrokova potreba in fiziološki proces, skozi katerega otrok prvotno sporoča drugemu svoje doživljanje. Otroku proces hranjenja omogoči razpon možnosti, kako bo drugi zaznaval njegovo počutje in ga posledično negoval. Tako se na podlagi tega procesa začne graditi sporazumevanje med staršem in otrokom.

“Otrok svoje duševne stiske ne more samodejno razrešiti, staršu pa tudi ne more jasno povedati, kaj se z njim dogaja.”

Način hranjenja otroka temelji na starševskem trenutnem počutju. Zato mora starš v zadovoljivi meri čutiti v skladu z otrokovimi potrebami - kot je to potrebno glede česar koli, kar počne v najzgodnejšem obdobju z otrokom. Tudi zato je smiselno na procese zgodnjega hranjenja gledati kot le na enega izmed vidikov negovanja otroka, ki staršu omogoča, da v najzgodnejši dobi prepozna otrokove težave.

Emocionalno prezrtje otroka

Razvoj zametkov motnje hranjenja pri otroku je pogojen s starševsko čustveno nedosegljivostjo. Kadarkoli starš ne zaznava otrokovega počutja v zadovoljivi meri, ga lahko potencialno rani. Ko starš ne zaznava otrokovih čutenj, ki jih kot dojenček primarno sporoča preko potreb po hranjenju, tolaženju, počivanju in druženju, bo otroku avtomatsko vsiljeval lastno doživljanje. Velikokrat se to lahko zgodi, ker je starš preobremenjen s svojimi občutki. Zaradi tega si lahko tudi domišlja, da čuti otroka. To je lahko čisto prava zaljubljenost.

“Ponavljajoče se težave s spanjem, hranjenjem, trmo, bolehnostjo, ki so otrokovi kriki na pomoč, si lahko narobe razlagamo kot del odraščanja.”

Problematicnost je v tem, da se starš na podlagi svojih čutenj zaljubi v svojo podobo otroka. A resnično otrokovo doživljanje mu ostaja neprepoznano. Nevarno je, ker se to lahko začne že zelo zgodaj. Če ob začetnih stikih z otrokom se lahko zgodi zaljubljenost na prvi pogled. To blokira razvoj pristinega odnosa med staršem in otrokom. A otrok ravno skozi odnos staršu sporoča, kakšno nego potrebuje. Ko starš ne zmora na podlagi svojega počutja v zadovoljivi meri prepoznati, kaj mu otrok sporoča, ga s svojim delovanjem rani. Posledično dojenček v pristnem doživljanju ostaja prepuščen samemu sebi. Drugi zanj ni dosegljiv. Zaradi tega zapade v duševno stisko. Ker ni osebno opremljen, da bi lahko intenzivna duševna stanja samostojno preživel, postane v njej ujet.

Otrokova ujetost v duševno stisko

Otrokova čutenjska razbolelost, ki tvori duševno stisko, se ne more samodejno razrešiti. Otrok staršu tudi ne more jasno povedati, kaj se z njim dogaja. Zato začne svojo ujetost v duševno stisko izražati z vedenjem. Razpon otrokovih simptomov je izjemno širok. Ravno zaradi tega se velikokrat ne jemlje resno otrokovih zgodnjih klicev na pomoč. Najzgodnejše ponavljajoče težave s spanjem, hranjenjem in bolehnostjo se lahko razlagajo kot pričakovani del tega odraščanja. Tako lahko otrokove krike na pomoč vidimo kot pričakovane eksplozivne izbruhe trme, ki otroka vsake toliko časa popadejo. Otrokovo občasno prenašanje kot prehodno obdobje, ki bo minilo. Njegovo odklanjanje hrane kot izbirčnost, namesto kot izraz duševne stiske. Otrokovo mirnost, ki prikriva čustveno mrtvost, kot karakterno lastnost. Otrokovo hiperaktivnost in evforičnost kot samoumevno razigranost, namesto kot iskanje pozornosti, ker drugače ne zmora povedati, da rabi pomoč.

Zgodnjo otroško psihopatologijo se da z lahkoto tolmačiti kot del otrokovega pričakovanega težavnega zorenja. To je povezano tako s širšim družbenim okoljem, ki ni naklonjeno priznavanju razširjenosti otroškega trpljenja, kot tudi s posledičnimi spoznanji, ki jih to prinese za razreševanje otrokove situacije v družini. Če želimo preprečiti, da bi se otrokove težave tekom odraščanja kopicile in le spreminjale obliko, moramo nagovoriti starša. Starševski občutki razkrivajo otrokove težave in preprečujejo njihovo razvijanje. Kdo pa bo najbolje zaslučil stisko otroka, če ne starš?



Zaskrbljenost za otroka

Pri prepoznavanju otrokovih težav lahko starševsko samoopazovanje zanesljivo odkrije otrokovo ujetost v duševno stisko. V poštev lahko pride kakršno koli otrokovo doživljanje in vedenje, ki v staršu vzbuja ponavljajočo zaskrbljenost. Pri delu s starši opazimo, da so starševske slutnje, ki mu ne dajo miru, izjemno pomemben pokazatelj otrokovih težav. Problematicno je takrat, ko se starši temu izogibajo. To je lahko povezano tudi z njihovimi osebnimi zgodovinami in z lastno nepredelano emocionalno bolečino. To lahko požene racionalizacije "saj še ni tako hudo", ko se kažejo zaskrbljujoči znaki, in "saj je spet v redu", ko se otrokovo stanje začasno izboljša.

Pomembno je, da si starš priznava negativne vidike starševstva in jih ne poskuša odmisli. Starševsko priznanje, da nečemu ni kos, da se čudno in nenavadno počuti ob otroku, da ga otrok včasih obvladuje, da se ob otroku prebujajo neprijetne stvari, da ga je strah, da bi lahko kakorkoli škodil otroku, je bistveno. To lahko obvaruje otroka. Tisti ponavljajoči momenti, ki starša zmedejo, ga frustrirajo, so pomembni. Ko si starš prizna, da morda ne more priti blizu otroku, tako kot bi želel. Kajti če bo od takšnega nelagodja vztrajno odmišljal pozornost, se bo starš lahko začel bolje počutiti. A na otrokovo škodo, saj sta starš in otrok izjemno emocionalno povezana. Zato otrok z lahkoto postane preobremenjen s starševskim počutjem. Če se starš svojim sumom izogiba, večino časa živi z lastno podobo otroka, ne z otrokom. Streznitev po zaljubljenosti pa je lahko toliko bolj boleča, dlje časa kot bežimo od zaznave momentov, ki kalijo romantično idilo. Zaradi posledičnih iluzij tudi čar starševske funkcije, da lahko otroka resnično spoznamo, usahne. Zamujamo, kdo je pravzaprav to majhno bitje, ki hrepeni po naši ljubezni, kako se počuti v našem svetu in na kakšne načine ga doživlja. Kako je ob tem šele otroku?

Upajoč otrok

Živimo v časih, ki nam omogočajo spoznanje, da lahko v zgodnjem nastajanju preprečujemo duševne težave, kot je problematika motenj hranjenja. Že takrat, ko je otrok še malček. Zato je vredno osvestiti: otroci, mlajši kot so, močneje upajo na starševsko pomoč, in še bolj potrpežljivo čakajo nanjo.

SVETOVALNICA ZA MOTNJE HRANJENJA

V Svetovalnici Introspekta izvajamo programe posvetovanj, ki staršem pomagajo prepoznati otrokove težave.

Procesi strokovne pomoči za starše so namenjeni trajnemu razreševanju otrokovih duševnih stisk. Tako preprečimo, da bi se po končani obravnavi otrokove težave ponovile ali prenesle na druga področja doživljanja. Za vpogled v našo svetovalno in predavateljsko ponudbo vabljeni na spletno stran: www.introspekta.si.

info@introspekta.si | INTROSPEKTA | M: 040/202-695