

Tworzenie pierwszych relacji – od wczesnych interakcji do przywiązania

10 sierpnia 2026

Rozwój społeczny dziecka rozpoczyna się od pierwszych kontaktów z osobami sprawującymi opiekę. Początkowo niemowlę dysponuje ograniczonymi możliwościami koordynowania własnego zachowania z zachowaniem partnera, dlatego organizacja kontaktu w znacznej mierze zależy od dorosłego. Opiekun interpretuje płacz, ruchy, spojrzenia i wokalizacje dziecka, nadaje im znaczenie oraz odpowiada w sposób, który z czasem staje się dla niemowlęcia coraz bardziej przewidywalny.

Wczesne kontakty nie ograniczają się do zaspokajania potrzeb biologicznych. Tworzą podstawę późniejszej komunikacji, regulacji emocjonalnej i przywiązania. Dziecko stopniowo odkrywa, że jego zachowanie wpływa na innych ludzi, uczy się naprzemienności, dzielenia uwagi i wyrażania intencji. Jednocześnie na podstawie powtarzających się doświadczeń buduje oczekiwania dotyczące dostępności opiekunów oraz własnego znaczenia w relacjach.

Interakcja a relacja

Robert Hinde zwracał uwagę na konieczność odróżnienia interakcji od relacji. Interakcja jest obserwowalnym zdarzeniem zachodzącym między ludźmi w określonym miejscu i czasie. Może nią być karmienie, uspokajanie, wspólna zabawa, wymiana uśmiechów albo reakcja opiekuna na płacz niemowlęcia.

Relacja jest natomiast trwałym związkiem między osobami, o którego istnieniu i właściwościach wnioskuje się na podstawie wielu interakcji. Obejmuje historię wspólnych doświadczeń, emocjonalne nastawienie partnerów oraz ich oczekiwania wobec

siebie. Cechy takie jak zaangażowanie, wierność, zaufanie i gotowość do udzielania pomocy odnoszą się do relacji jako całości, a nie do każdego pojedynczego spotkania.

Relacja nie jest więc prostą sumą interakcji. Ta sama chwilowa reakcja może mieć różne znaczenie w zależności od wcześniejszych doświadczeń partnerów. Pojedynczy brak synchronii nie świadczy jeszcze o złej jakości więzi, podobnie jak jedna harmonijna wymiana nie dowodzi istnienia trwałego poczucia bezpieczeństwa. Interakcje i relacje są jednak wzajemnie powiązane: powtarzające się doświadczenia kształtują relację, a istniejąca relacja wpływa na sposób interpretowania kolejnych interakcji.

Hinde opisywał również kolejne poziomy złożoności życia społecznego – od procesów fizjologicznych i zachowania jednostki, przez interakcje i relacje, aż po grupy oraz społeczeństwo. Każdy poziom ma właściwości, których nie można w pełni wyjaśnić przez analizę niższego poziomu. Przykładem jest synchronia, która nie jest cechą jednego uczestnika, lecz opisuje czasowe dopasowanie zachowań partnerów.

Pierwsze zadanie: regulacja procesów biologicznych

W pierwszych tygodniach życia najważniejsze interakcje dotyczą regulacji podstawowych procesów biologicznych, zwłaszcza snu, czuwania i karmienia. Noworodek nie potrafi jeszcze samodzielnie organizować poziomu pobudzenia, dlatego potrzebuje pomocy dorosłego. Opiekun interpretuje płacz, napięcie ciała, ruchy i zmiany aktywności, a następnie podejmuje próbę nakarmienia, uspokojenia lub podtrzymania kontaktu.

Regulacja ma charakter dwukierunkowy. Zachowanie opiekuna wpływa na stan dziecka, ale również reakcje niemowlęcia dostarczają informacji o skuteczności działań dorosłego.

Uspokojenie, dalszy płacz, odwrócenie głowy lub wzrost napięcia pomagają opiekunowi poznać indywidualne sygnały dziecka.

Historyczne badania Marquisa wskazywały, że rytm odczuwania głodu może stosunkowo szybko dostosowywać się do regularności karmienia. Nie oznacza to jednak, że niemowlęciu należy jednostronnie narzucać sztywny rozkład. Współregulacja polega na stopniowym uzgadnianiu rytmu, z uwzględnieniem biologicznych potrzeb dziecka i możliwości rodziny.

Podobnie zmienia się organizacja snu. Początkowo składa się on z licznych krótkich okresów rozproszonych w ciągu całej doby. Z czasem epizody snu wydłużają się i coraz wyraźniej skupiają w godzinach nocnych. Dojrzewanie biologiczne współdziała tutaj z regularnością światła, hałasu, aktywności rodziny i sposobów uspokajania dziecka.

Badania Sandera i współpracowników pokazywały, że po ustaleniu się określonego rytmu zmiana opiekuna lub organizacji dnia może prowadzić do częstszego płaczu i trudności podczas karmienia. Wyniki te podkreślają znaczenie przewidywalności, ale nie oznaczają, że każda zmiana musi mieć negatywne następstwa. Dziecko potrzebuje czasu i odpowiedniego wsparcia, aby przystosować się do nowych warunków.

Karmienie jest nie tylko czynnością biologiczną, lecz także wczesną formą interakcji. Kaye zauważył, że ssanie ma rytmiczną strukturę składającą się z okresów aktywności i przerw. Opiekunowie często zachowują się komplementarnie: podczas ssania pozostają spokojniejsi, a w czasie przerw mówią do dziecka, dotykają je lub zmieniają sposób trzymania. Powstaje w ten sposób wczesny wzorzec naprzemienności.

Rozwój interakcji twarzą w twarz

Około drugiego miesiąca życia kontakty twarzą w twarz stają się wyraźniejszą formą aktywności społecznej. Sprzyjają temu

dłuższe okresy spokojnego czuwania, lepsza kontrola wzroku i pojawienie się uśmiechu społecznego. Dziecko potrafi dłużej zatrzymywać spojrzenie i coraz bardziej interesuje się ekspresją partnera.

Wczesne badania nad percepcją twarzy, między innymi prowadzone przez Fantza z zastosowaniem techniki preferencji patrzenia, koncentrowały się na tym, które elementy przyciągają uwagę niemowlęcia. Początkowo dziecko reaguje szczególnie na kontrastowe i zewnętrzne cechy bodźca, takie jak kontur twarzy, linia włosów i okolice oczu. W kolejnych miesiącach coraz lepiej analizuje wewnętrzny układ twarzy, kierunek spojrzenia i zmiany ekspresji.

Nie oznacza to, że noworodki nie wykazują żadnej wrażliwości na twarz. Już bardzo małe dzieci orientują się na bodźce przypominające twarz i na ludzki głos. Stopniowo rośnie jednak zdolność rozpoznawania konkretnych osób oraz odczytywania znaczenia ich ekspresji.

Uśmiech początkowo pojawia się również podczas snu i nie jest jednoznacznym dowodem przeżywania radości. Około szóstego–ósmego tygodnia staje się coraz częściej reakcją społeczną na twarz i głos opiekuna. W następnych miesiącach dziecko reaguje na większą liczbę elementów twarzy i na konkretne ekspresje emocjonalne. W drugiej połowie pierwszego roku wyraźniej różnicuje twarze znajome i nieznajome, a uśmiech staje się bardziej selektywny.

Uśmiech pełni ważną funkcję komunikacyjną. Przyciąga uwagę dorosłego, wywołuje jego pozytywną reakcję i podtrzymuje kontakt. W ten sposób ekspresja dziecka organizuje zachowanie opiekuna, a odpowiedź opiekuna wzmacnia społeczną funkcję uśmiechu.

Synchronia i naprzemiennność

W typowej interakcji rodzic–dziecko można zaobserwować synchronię rytmów zachowania. Nie oznacza ona idealnego dopasowania w każdej chwili, lecz czasową koordynację uwagi, ruchów, wokalizacji i poziomu pobudzenia.

Niemowlę wnosi do interakcji biologicznie uwarunkowane cykle zwracania i odwracania uwagi. Może przez kilka sekund patrzeć na dorosłego, następnie odwrócić wzrok, a po chwili ponownie nawiązać kontakt. Odwracanie głowy nie musi oznaczać odrzucenia. Często jest sposobem zmniejszenia pobudzenia.

Opiekun tworzy ramy kontaktu, pozostając dostępny i dostosowując intensywność stymulacji do stanu dziecka. Gdy niemowlę odwraca wzrok, dorosły może ściszyć głos lub przerwać pobudzającą zabawę. Kiedy dziecko ponownie kieruje uwagę na partnera, kontakt może zostać wznowiony.

Wymiany wokalne również uzyskują naprzemienną strukturę. Dorosły mówi, robi przerwę i traktuje dźwięk niemowlęcia jako odpowiedź, po czym sam ponownie zabiera głos. Początkowo to opiekun odpowiada za organizację tej sekwencji, umieszczając spontaniczne wokalizacje dziecka w strukturze przypominającej dialog.

Naturalna interakcja obejmuje okresy dopasowania, zakłócenia i ponownego nawiązania kontaktu. Dla rozwoju znaczenie ma nie brak wszystkich nieporozumień, lecz możliwość ich naprawienia. Dziecko doświadcza wówczas, że utracona synchronia może zostać przywrócona.

Procedura nieruchomej twarzy

Znaczenie responsywności opiekuna pokazuje procedura nieruchomej twarzy zastosowana przez Cohna i Tronicka. Po okresie zwykłej interakcji opiekun zachowywał neutralny wyraz twarzy i przestawał reagować na sygnały dziecka, pozostając

fizycznie obecny.

Niemowlęta początkowo próbowały ponownie zaangażować partnera. Uśmiechały się, wokalizowały i zwiększały wyrazistość gestów. Gdy próby pozostawały nieskuteczne, ograniczały pozytywną ekspresję, poważniały, odwracały wzrok, protestowały lub podejmowały zachowania samouspokajające.

Reakcje te pokazują, że już małe niemowlęta są wrażliwe na wzajemność kontaktu i oczekują określonej zależności między własnymi sygnałami a odpowiedzią partnera. Pojedyncza procedura nie może jednak służyć do oceny całej relacji ani do przypisywania dziecku rozwiniętej wiedzy o intencjach dorosłego.

Badania nad nieruchomą twarzą mają znaczenie dla rozumienia kontaktów dzieci z opiekunami doświadczającymi depresji. Obniżona ekspresyjność i responsywność mogą utrudniać synchronizację. Nie oznacza to automatycznie, że każda depresja prowadzi do trwałych problemów w relacji. Znaczenie mają nasilenie objawów, ich czas trwania, dostępność innych opiekunów i otrzymywane wsparcie.

Czynniki kształtujące styl interakcji

Styl kontaktu opiekuna z dzieckiem zależy od kultury, właściwości dorosłego oraz cech niemowlęcia. Wpływy te wzajemnie na siebie oddziałują.

Badania społeczności Gusii w Kenii pokazywały, że matki rzadziej niż opiekunowie w badanych rodzinach zachodnich angażowały dzieci w długie interakcje twarzą w twarz. Większe znaczenie miały bliskość fizyczna, noszenie i szybkie uspokajanie. Styl ten odpowiadał organizacji życia społeczności, w której matki stosunkowo szybko wracały do pracy, a opieka nad dzieckiem była współdzielona.

Różnic kulturowych nie należy ujmować na skali od lepszego do gorszego wychowania. Praktyki opiekuńcze przygotowują dzieci do funkcjonowania w określonym środowisku i odzwierciedlają lokalne wartości oraz warunki życia.

Na interakcje wpływają także ekspresyjność, cierpliwość, tempo działania i wrażliwość dorosłego. W starszych badaniach opisywano przeciętne różnice między zabawami matek i ojców: matki częściej angażowały się w aktywność werbalną i przedmiotową, a ojcowie w bardziej intensywne zabawy ruchowe. Wyniki te odzwierciedlały jednak również historyczny podział obowiązków i oczekiwania związane z płcią. Nie należy ich traktować jako biologicznie stałych różnic.

Znaczenie ma również temperament dziecka. Niemowlęta różnią się aktywnością, reaktywnością, łatwością uspokajania i tolerancją stymulacji. Wrażliwy opiekun modyfikuje swoje zachowanie zgodnie z potrzebami konkretnego dziecka. Ta sama intensywna zabawa może być atrakcyjna dla jednego niemowlęcia, a dla innego stanowić źródło przeciążenia.

Wcześnieństwo a interakcje społeczne

Dzieci urodzone przedwcześnie mogą doświadczać odmiennych warunków wczesnego rozwoju społecznego. Kontakt z rodzicami rozpoczyna się w czasie, gdy układ nerwowy dziecka nie jest jeszcze gotowy do przetwarzania intensywnych dźwięków, obrazów i dotyku. Sygnały wcześniaka mogą być słabsze, mniej przewidywalne albo trudniejsze do interpretacji.

Dodatkowe obciążenie stanowi środowisko oddziały intensywnej opieki medycznej. Aparatura, procedury i obecność personelu mogą ograniczać spontaniczny kontakt. Rodzice często odczuwają lęk i bezradność oraz mają poczucie, że odgrywają mniejszą rolę niż lekarze i pielęgniarki.

Wcześnieństwo nie przesądza jednak o późniejszej jakości relacji. Znaczenie mają stan zdrowia dziecka, wsparcie

personelu, możliwość kontaktu skóra do skóry oraz pomoc rodzicom w rozpoznawaniu sygnałów niemowlęcia. Odpowiednie warunki pozwalają stopniowo budować poczucie kompetencji opiekuńczej i wzajemną synchronię.

Od protokomunikacji do intencjonalnego dialogu

Jeżeli komunikację definiuje się jako celowe przekazywanie informacji, pierwszych wymian nie można jeszcze uznać za w pełni intencjonalne. Płacz, uśmiech i wokalizacje mają jednak dla opiekuna znaczenie, dlatego traktuje on je jak komunikaty i odpowiednio reaguje.

Wczesne niewerbalne wymiany określa się jako protokomunikację. Zawierają one elementy późniejszego dialogu, takie jak naprzemienność, wspólne pobudzenie i oczekiwanie na reakcję partnera. Dorosły interpretuje zachowanie dziecka, a niemowlę stopniowo odkrywa, że jego sygnały wywołują przewidywalne skutki.

Sullivan opisywał zjawisko zarażenia, w którym napięcie dorosłego udziela się dziecku poprzez ton głosu, dotyk, napięcie ciała i sposób trzymania. Nie jest to jeszcze świadome rozumienie cudzych uczuć, ale wczesna forma emocjonalnego dostrajania.

Wraz z rozwojem uwagi, pamięci i kontroli działania dziecko staje się bardziej równorzędnym partnerem. Dialog uzyskuje większą symetrię, a zachowanie niemowlęcia nabiera intencjonalności.

Wspólna uwaga i podzielenie tematu

Warunkiem rozwiniętej komunikacji jest podzielenie tematu. W pierwszych miesiącach dorosły i dziecko koncentrują się głównie na sobie: twarzach, gestach i wokalizacjach. Wraz ze

wzrostem zdolności manipulacyjnych niemowlę coraz bardziej interesuje się przedmiotami.

Powstaje wówczas potrzeba przejścia od relacji diadycznej, obejmującej dziecko i dorosłego, do relacji triadycznej: dziecko–przedmiot–dorosły. Początkowo uwaga niemowlęcia jest ograniczona i może ono kolejno skupiać się na osobie oraz obiekcie, nie potrafiąc jeszcze w pełni połączyć obu elementów.

Koorientacja wzrokowa oznacza jednoczesne skierowanie uwagi partnerów na ten sam element otoczenia. Collis i Schaffer zauważyli, że opiekun często śledzi kierunek spojrzenia dziecka i podąża za jego zainteresowaniem. Wybór tematu może pochodzić od niemowlęcia, natomiast dorosły sprawia, że temat zostaje podzielony.

Epizody wspólnego zaangażowania powstają wtedy, gdy opiekun i dziecko razem zajmują się przedmiotem lub wydarzeniem. Dorosły może nazywać zabawkę, demonstrować sposób jej użycia i komentować zachowanie dziecka. Wspólna uwaga ułatwia odkrycie, do czego odnosi się wypowiedziane słowo.

Wzajemność i intencjonalność

Około ósmego–dziewiątego miesiąca zachowanie dziecka staje się bardziej elastyczne, skoordynowane i celowe. Szczególne znaczenie mają powtarzalne zabawy, takie jak „a ku-ku”, „kosi-kosi”, „sroczka” czy „masz–daj”.

Zabawy te mają przewidywalny przebieg, wymagają udziału obu partnerów i zawierają miejsca przeznaczone na ich kolejne działania. Początkowo dorosły organizuje niemal całą sekwencję, a dziecko reaguje. Z czasem niemowlę przewiduje następny ruch, domaga się powtórzenia, przejmuje rolę opiekuna i wprowadza własne warianty.

Wzajemność oznacza rozumienie, że interakcja jest

podtrzymywana przez obie strony, ich role muszą być skoordynowane i mogą być wymieniane. Intencjonalność wiąże się ze zdolnością planowania zachowania oraz przewidywania jego skutków.

Bates i współpracownicy wskazywali trzy oznaki intencjonalnej komunikacji. Pierwszą jest naprzemienne spoglądanie na pożądany przedmiot i na osobę mogącą pomóc w jego uzyskaniu. Drugą stanowi poprawianie nieskutecznego komunikatu, na przykład powtarzanie gestu, nasilanie wokalizacji albo stosowanie nowego sygnału. Trzecią jest rytualizacja, w której pełne działanie zostaje skrócone do gestu o funkcji komunikacyjnej.

Gesty jako poprzednik języka

Zanim dziecko zacznie sprawnie mówić, posługuje się gestami. Wskazywanie może służyć uzyskaniu przedmiotu albo podzieleniu się zainteresowaniem. Początkowo wyciągnięcie ręki jest przede wszystkim przejawem uwagi. Z czasem dziecko sprawdza, czy partner podąża za jego gestem, i zaczyna używać wskazywania celowo.

Dawanie przedmiotu może oznaczać prośbę o pomoc, zaproszenie do zabawy lub rzeczywiste przekazanie obiektu. Pokazywanie kieruje uwagę dorosłego na coś interesującego. Znaczenie gestu wynika z jego połączenia ze spojrzeniem, wokalizacją i kontekstem.

W drugim roku życia pojawiają się gesty symboliczne, na przykład rozłożenie rąk jako przedstawienie samolotu albo przyłożenie dłoni do ucha jako znak telefonu. Acredolo i Goodwyn wykazali, że repertuar takich gestów może być bardzo rozbudowany. Gest i język rozwijają się w podobnym czasie i wzajemnie się wspierają.

Dzieci niesłyszące, które nie otrzymały dostępu do naturalnego języka migowego, mogą spontanicznie tworzyć domowe systemy

gestów. Badania Goldin-Meadow i Morford pokazywały, że systemy te mają powtarzalne formy i zasady łączenia znaczeń. Nie zastępują jednak pełnego języka migowego, który jest naturalnym językiem posiadającym rozwiniętą gramatykę i społeczność użytkowników.

Odniesienie społeczne

Po ukończeniu około dziewiątego lub dziesiątego miesiąca dziecko napotykające nieznany przedmiot lub osobę coraz częściej spogląda na opiekuna. Wykorzystuje jego ekspresję, ton głosu i zachowanie jako wskazówkę potrzebną do oceny sytuacji. Zjawisko to nazywa się odniesieniem społecznym.

Badania Klinnert pokazywały, że pozytywna ekspresja opiekuna sprzyjała zbliżaniu się dziecka do nieznannej zabawki, natomiast wyraz strachu prowadził częściej do wycofania. Neutralna reakcja wiązała się z większą ostrożnością.

Feinman podkreślał, że odniesienie społeczne nie jest prostym naśladowaniem. Dziecko włącza wskazówkę opiekuna do własnej interpretacji zdarzenia. Reakcja nie musi być identyczna z zachowaniem dorosłego. Szczególne znaczenie mają sygnały osób, które na co dzień stanowią dla dziecka źródło bezpieczeństwa.

Odniesienie społeczne wymaga rozumienia, że ekspresja partnera dotyczy określonego elementu świata. Bretherton uznawała tę zdolność za przejaw rozwijającej się wspólnoty umysłowej i jeden z poprzedników dziecięcej teorii umysłu.

Początki języka i wsparcie dorosłych

W drugim roku życia rozwijają się reprezentacje symboliczne, a zasób słownictwa zaczyna szybko wzrastać. Dziecko odkrywa, że nazwa jest odrębna od przedmiotu i może go zastępować w komunikacji.

Istotną rolę odgrywają epizody wspólnego zaangażowania. Tomasello i Todd stwierdzili związek między czasem spędzanym przez dziecko i opiekuna na wspólnej aktywności a późniejszym zasobem słownictwa. Nie chodzi wyłącznie o liczbę wypowiedzi dorosłego, lecz o ich osadzenie we wspólnym kontekście.

Rozwojowi języka sprzyja podążanie za aktualnym kierunkiem uwagi dziecka. Gdy niemowlę interesuje się piłką, nazwanie właśnie tego przedmiotu ułatwia połączenie słowa z jego odniesieniem. Nadmiernie dyrektywny styl, polegający na ciągłym narzucaniu nowych tematów i poprawianiu wypowiedzi, może osłabiać motywację do uczestniczenia w komunikacji.

Pomocne jest wzbudzanie wspólnej uwagi, ale nazwa powinna zostać wypowiedziana dopiero wtedy, gdy dziecko zainteresuje się danym obiektem. Badania Dunhama wskazywały, że czasowe dopasowanie słowa do uwagi dziecka ułatwia jego zapamiętanie.

Bruner określał powtarzalne, społecznie zorganizowane sytuacje mianem formatów. Karmienie, kąpiel, oglądanie książeczki i zabawa „a ku-ku” mają przewidywalną strukturę, dzięki której dziecko może uczyć się kolejności działań i stopniowo przejmować część odpowiedzialności.

W wielu kulturach dorośli używają mowy kierowanej do dziecka, charakteryzującej się wyraźną intonacją, krótszymi wypowiedziami i powtórzeniami. Jej szczególna forma nie jest jednak uniwersalna ani niezbędna do opanowania języka. Dzieci Kaluli rozwijają mowę mimo mniejszej liczby typowych zachodnich interakcji sam na sam. Uczą się przez uczestnictwo w praktykach komunikacyjnych całej wspólnoty.

Także ewentualnych różnic w rozwoju języka bliźniąt nie należy traktować jako wewnętrznego deficytu. Mogą one wynikać z dzielenia uwagi dorosłych między dwoje dzieci i mniejszej liczby indywidualnych rozmów. Kluczowe znaczenie ma jakość oraz różnorodność okazji do komunikacji.

Istota przywiązania

Przywiązanie jest długotrwałą, emocjonalnie znaczącą więzią z konkretną osobą. Należy odróżnić je od zachowań przywiązaniowych, czyli obserwowalnych sposobów poszukiwania i odzyskiwania bliskości. Do zachowań takich należą płacz, uśmiech, wyciąganie rąk, przywieranie, podążanie za opiekunem i poszukiwanie kontaktu po rozłące.

Przywiązanie jest selektywne, prowadzi do poszukiwania bliskości, zapewnia ukojenie oraz może wywoływać protest separacyjny. Opiekun pełni funkcję bezpiecznej przystani w sytuacji zagrożenia oraz bezpiecznej bazy umożliwiającej eksplorowanie otoczenia.

Brak płaczu podczas rozstania nie dowodzi braku więzi, podobnie jak intensywny protest nie musi świadczyć o szczególnie bezpiecznym przywiązaniu. Zachowanie zależy również od temperamentu, wieku i kontekstu.

Teoria przywiązania Bowlby'ego

John Bowlby ujmował przywiązanie jako biologicznie przygotowany system zachowania, ukształtowany w toku ewolucji ze względu na funkcję ochronną. Niemowlę jest wyposażone w zachowania sygnalizacyjne, takie jak płacz, uśmiech i gaworzenie, oraz zachowania służące aktywnemu zbliżaniu się, między innymi przywieranie i podążanie.

Wrodzone dyspozycje nie tworzą gotowej więzi z konkretną osobą. Sелеktywne przywiązanie rozwija się w powtarzających się interakcjach, w których dziecko poznaje dostępność i sposób reagowania opiekuna.

System przywiązania jest korygowany przez cel. Dziecko zmienia strategię zależnie od warunków, aby osiągnąć wystarczające poczucie bezpieczeństwa. Nie zawsze potrzebuje stałego kontaktu fizycznego. Kiedy opiekun jest dostępny, może

spokojnie się bawić. W sytuacji zagrożenia zaczyna intensywniej poszukiwać bliskości.

Około drugiego roku życia rozwój reprezentacji symbolicznych umożliwia tworzenie wewnętrznych modeli operacyjnych. Są to oczekiwania dotyczące siebie, opiekunów i relacji: czy moje sygnały zostaną zauważone, czy druga osoba będzie dostępna i czy zasługuję na pomoc. Modele organizują zachowanie, lecz nie są niezmiennie. Mogą podlegać modyfikacji pod wpływem późniejszych doświadczeń.

Powstawanie pierwszych więzi

Około siódmego–ósmego miesiąca u wielu dzieci pojawiają się wyraźne oznaki selektywnego przywiązania. Niemowlę aktywnie szuka konkretnego opiekuna, protestuje po jego odejściu i szczególnie skutecznie uspokaja się po jego powrocie.

Powstanie trwałej więzi wiąże się z rozwojem pamięci i stałości osoby. Dziecko coraz lepiej odróżnia ludzi znanych od nieznanych i potrafi zachować reprezentację opiekuna, którego aktualnie nie widzi. Rozpoznawanie twarzy rozwija się stopniowo, ale głos i zapach bliskiej osoby mogą być rozpoznawane wcześniej.

W tym samym okresie często nasila się ostrożność wobec obcych. Reakcja zależy od zachowania nieznanej osoby, szybkości zbliżania się, obecności opiekuna, miejsca spotkania oraz temperamentu dziecka. Lęku wobec obcych nie należy więc traktować jako jednolitego i nieuniknionego zachowania.

Wielokrotne więzi

Wczesna koncepcja monotropizmu zakładała szczególną rolę jednej głównej figury przywiązania, zwykle matki. Dane nie potwierdzają jednak poglądu, że dziecko może stworzyć pełnowartościową więź wyłącznie z jedną osobą.

Niemowlęta mogą być przywiązane do kilku opiekunów. Więzy te nie muszą być identyczne. Dziecko może szczególnie chętnie szukać u jednej osoby ukojenia, a z inną preferować zabawę i eksplorację.

Obserwacje społeczności Efe pokazały, że niemowlęta mogą otrzymywać opiekę od wielu osób i tworzyć kilka znaczących relacji. W takim systemie wielość opiekunów zwiększa dostępność pomocy i liczbę doświadczeń społecznych.

O wyborze figury przywiązania nie decyduje biologiczne rodzicielstwo, płeć ani samo karmienie. Najważniejsze są jakość interakcji, dostępność, przewidywalność, responsywność i zdolność przywracania dziecku poczucia bezpieczeństwa. Bezpieczne relacje mogą tworzyć matki, ojcowie, rodzice adopcyjni, dziadkowie oraz inni stali opiekunowie.

Różnice indywidualne w przywiązaniu

Mary Ainsworth opracowała procedurę Obcej Sytuacji, przeznaczoną do badania organizacji przywiązania u dzieci mniej więcej między dwunastym a osiemnastym miesiącem życia. Obejmuje ona serię krótkich epizodów w nieznanym pomieszczeniu, obecność osoby obcej, rozstania z opiekunem i ponowne spotkania.

Najważniejszy jest sposób, w jaki dziecko korzysta z opiekuna po jego powrocie, a nie sam poziom płaczu podczas rozstania.

Dzieci o bezpiecznym wzorcu przywiązania wykorzystują opiekuna jako bazę eksploracji. Po rozstaniu poszukują kontaktu, przyjmują ukojenie i po pewnym czasie wracają do zabawy.

We wzorcu unikającym dziecko ogranicza kontakt po powrocie opiekuna, odwraca wzrok albo koncentruje się na przedmiotach. Niewielka ekspresja nie musi oznaczać braku pobudzenia ani braku więzi.

Wzorzec oporny lub ambiwalentny charakteryzuje jednocześnie

poszukiwanie kontaktu i stawianie oporu. Dziecko może przywierać do opiekuna, a zarazem odpychać go, złościć się i mieć trudność z powrotem do eksploracji.

Wzorzec zdezorganizowany obejmuje zachowania niespójne, dezorientację, nagłe zastyganie lub sprzeczne ruchy. Klasyfikacja ta nie jest diagnozą kliniczną ani nie opisuje całej osobowości dziecka.

Ograniczenia Obcej Sytuacji

Procedura została opracowana w określonym środowisku kulturowym. Zakłada, że krótkie rozstanie w nieznanym miejscu stanowi umiarkowany stres. W kulturach, w których niemowlęta rzadko oddzielają się od opiekuna, ta sama sytuacja może być znacznie bardziej obciążająca.

Przykładowo dzieci japońskie rzadziej klasyfikowano jako unikające, a częściej jako odporne. Wynik może odzwierciedlać nie gorszą jakość więzi, lecz mniejszą codzienną znajomość rozstań. Klasyfikacje należy zatem interpretować w kontekście kultury.

Na wynik wpływa również temperament, zwłaszcza intensywność reakcji na nowość i szybkość uspokajania. Ponadto dziecko może tworzyć więzi o odmiennej jakości z różnymi osobami. Przywiązanie jest właściwością konkretnej relacji, a nie wyłącznie cechą dziecka.

Podobnej ostrożności wymaga ocena opieki żłobkowej. Sama obecność w żłobku nie prowadzi automatycznie do niebezpiecznego przywiązania. Najważniejsze są jakość i stabilność opieki, liczba dzieci przypadających na opiekuna, responsywność personelu oraz możliwość tworzenia trwałych relacji.

Uwarunkowania i następstwa przywiązania

Ainsworth podkreślała znaczenie wrażliwości opiekuna, czyli zdolności dostrzegania sygnałów dziecka, właściwego ich interpretowania oraz reagowania w odpowiednim czasie. Wrażliwość nie oznacza natychmiastowego spełniania każdego pragnienia ani całkowitego braku błędów. Ważna jest możliwość naprawiania nieuniknionych niedopasowań.

Badania Isabelli, Belsky'ego i von Eye wskazywały, że diady charakteryzowane jako bezpieczne częściej przejawiały synchroniczne interakcje. Jakość przywiązania zależy jednak od wielu czynników, w tym temperamentu dziecka, zdrowia, stresu rodziców, sytuacji materialnej i dostępności wsparcia. Crockenberg zwracała uwagę, że szczególnie niekorzystne może być połączenie trudności w opiece z izolacją społeczną.

Bezpieczne przywiązanie może sprzyjać regulacji emocji, zaufaniu, eksploracji i korzystaniu z pomocy. Związki z późniejszym funkcjonowaniem mają jednak charakter probabilistyczny. Wczesna klasyfikacja nie jest wyrokiem ani pewną prognozą przyszłości. Na rozwój wpływają kolejne relacje, doświadczenia szkolne, zdarzenia rodzinne i warunki społeczne.

Ciągłość międzypokoleniowa

Bowlby uważał, że doświadczenia przywiązaniowe wpływają na relacje przez całe życie. Dorośli mogą nieświadomie powtarzać wzorce znane z dzieciństwa, jednak przekaz międzypokoleniowy nie ma charakteru mechanicznego.

Wywiad Przywiązania Dorosłych, opracowany przez Main, Kaplan i Cassidy, służy analizie sposobu opowiadania o doświadczeniach z dzieciństwa. Znaczenie ma przede wszystkim spójność i organizacja narracji, a nie to, czy wspomnienia są wyłącznie

pozytywne.

Osoby autonomiczne potrafią w spójny sposób mówić zarówno o pozytywnych, jak i trudnych doświadczeniach. Osoby oddalające umniejszają znaczenie więzi lub odcinają się od emocjonalnej treści wspomnień. Osoby zaabsorbowane pozostają silnie uwikłane w dawne przeżycia, a ich narracje mogą być niespójne. Wyróżnia się również kategorię nierozwiązaną, odnoszącą się do sposobu opowiadania o traumie lub stracie.

Wyniki rodziców pozostają statystycznie związane z przywiązaniem ich dzieci, ale ciągłość nie jest nieunikniona. Dorosły może stworzyć bezpieczną relację mimo trudnego dzieciństwa, zwłaszcza gdy potrafi przemyśleć swoje doświadczenia i korzysta z odpowiedniego wsparcia.

Przywiązanie a autyzm

Autyzm jest zaburzeniem neurorozwojowym o złożonych, w znacznej mierze biologicznych uwarunkowaniach. Nie jest skutkiem chłodu emocjonalnego rodziców, błędów wychowawczych ani braku przywiązania. Historyczne koncepcje obarczające rodzinę odpowiedzialnością były błędne i krzywdzące.

Dzieci autystyczne mogą tworzyć silne, selektywne więzi. Sposób ich okazywania bywa jednak odmienny. Dziecko może rzadziej inicjować kontakt wzrokowy, inaczej reagować na dotyk, potrzebować większej przewidywalności albo komunikować przeciążenie przez wycofanie.

Zadaniem opiekuna jest poznawanie indywidualnych sygnałów dziecka, a nie wymuszanie konwencjonalnych oznak bliskości. Autyzm i jakość przywiązania są odrębnymi wymiarami. Neuroróżnorodność może zmieniać formę komunikowania więzi, lecz nie odbiera zdolności do jej tworzenia.

Podsumowanie

Pierwsze relacje powstają z powtarzających się interakcji dotyczących snu, karmienia, uspokajania, zabawy i wspólnego kierowania uwagą. Początkowo to dorosły organizuje kontakt, interpretuje zachowanie niemowlęcia i nadaje mu strukturę dialogu. Z czasem dziecko staje się bardziej intencjonalnym partnerem, posługuje się gestami, dzieli uwagę i przechodzi do komunikacji werbalnej.

Przywiązanie zapewnia dziecku poczucie bezpieczeństwa i stanowi podstawę eksploracji, ale nie jest niezmiennym szablonem przesądzającym o wszystkich późniejszych relacjach. Jego jakość powstaje w dynamicznym układzie obejmującym dziecko, opiekunów i szersze środowisko społeczne.

Podstawa opracowania: H.R. Schaffer, „Rozwój społeczny. Dzieciństwo i młodość”, rozdział 3: „Tworzenie pierwszych związków”.

Jeśli potrzebujesz pomocy w pisaniu nowej pracy z pedagogiki, to polecamy serwis [pisanie prac z pedagogiki](#) - fachowa pomoc w pisaniu prac.