



Psychologiczna Funkcja Skóry - Znaczenie Opieki Nad Niemowlęciem Dla Rozwoju Ego Skórnego

Joanna Górniak – psycholog, psychotraumatolog



Co to są Ego i Ego Skórne?

Ego to pojęcie wprowadzone przez Freuda, opisujące element psychiki człowieka, który odpowiada za ustosunkowanie się człowieka wobec ograniczeń i wymagań rzeczywistości. Ego sprawia, że wyrażamy nasze pragnienia i impulsy w sposób akceptowalny w realnym świecie.

Podwaliny Ego kształtują się w niemowlęctwie. Tak jak ciało potrzebuje skóry, aby być utrzymywane w całości i chronione przed tym co na zewnątrz, tym co zagrażające, tak też psychika potrzebuje warstwy, pewnego kontenera, który trzyma zawartość naszej psychiki w całości oraz ją chroni. Taką funkcję kontenera dla naszej psychiki pełni jedna ze struktur Ego, zwana: Ego Skórne. Można zatem powiedzieć, że Ego składa się z dwóch części: kontenera oraz jego zawartości. W dużym stopniu wydolność Ego zależy od wydolności kontenera, czyli od wydolności Ego Skórnego. Możliwość utworzenia zdrowego i wydolnego Ego Skórnego zależy z kolei bezpośrednio od jakości opieki macierzyńskiej we wczesnym dzieciństwie. W pewnym uproszczeniu można powiedzieć, iż na ile matka w sposób troskliwy i kojący opiekuje się skórą dziecka, na tyle dziecko może rozwinąć zdrowe Ego Skórne.

Ego Skórne jest początkową strukturą w rozwoju Ego, uformowaną przez dziecko już w pierwszych miesiącach życia. Aby człowiek mógł rozwinąć się zdrowo, musi powstać Ego przystosowane do wymagań rzeczywistości, ponieważ takie Ego pozwala na rozwój myśli. Rozwój procesu myślenia może nastąpić, gdy pierwotne Ego Skórne zostanie z czasem niejako zastąpione przez inną strukturę wytworzoną przez Ego w kolejnym etapie rozwoju dziecka, tzw. Ego Myślące. Ego Myślące wywodzi się, jest nieustannie wspierane oraz zasilane bodźcami przez Ego Skórne. Podczas gdy Ego Skórne jest elementem zewnętrznym Ego, tak Ego Myślące jest jedną z wewnętrznych zawartości Ego, obejmowane przez Ego Skórne. Można to przyrównać do torby (kontenera), którą jest Ego Skórne i jej zawartości, czyli elementów wewnętrznych Ego, w tym Ego Myślące.

Jednakże, zanim rozwinie się Ego Myślące i zdolność myślenia, niemowlę próbuje nadać znaczenie światu wokół w bardzo prymitywny sposób. Te prymitywne procesy niemowlęcej wymiany ze światem są możliwe dzięki wrażeniom cielesnym odczuwanym przez niemowlę, co z kolei umożliwia mu kierowanie uwagi w stronę opiekunów i innych obiektów, oraz integrowanie wielomodalnych wrażeń zmysłowych. Wiele funkcji cielesnych niemowlęcia opracowywanych jest poprzez skórę. Doznania i wrażenia skórne jako pochodzące z zewnętrznej warstwy ciała są następnie wykorzystywane przez rozwijające się Ego niemowlęcia do budowy psychicznego odpowiednika skóry ciała, czyli do budowy Ego Skórnego.

Główne funkcje Ego Skórnego oraz sposoby wspierania ich rozwoju

Aby proces rozwoju Ego przebiegał prawidłowo, potrzebne jest spełnienie pewnych warunków opieki nad niemowlęciem:

1. **Funkcja Podtrzymująca** – Ego Skórne podtrzymuje strukturę psychiczną w taki sam sposób, w jaki skóra podtrzymuje strukturę szkieletową i mięśniową ciała. Ta funkcja Ego Skórnego zostaje osiągnięta za pomocą uwewnętrzniania przez niemowlę doświadczenia sposobu w jaki

opiekun je trzyma na rękach, czyli tego jak opiekun fizycznie podtrzymuje i podpira ciało niemowlęcia. Szczególny nacisk kładziony jest na dłonie opiekuna, których wsparcie jest uwewnętrzniane przez dziecko po to, aby mogło się ono poczuć również poczuć wspierane psychicznie.

2. **Funkcja Obejmująca** – ta funkcja Ego skórnoego jest osiągnana poprzez uwewnętrznianie przez niemowlę sposobu w jaki jego ciało jest manipulowane fizycznie, czyli sposobu w jaki opiekun traktuje ciało niemowlęcia podczas karmienia, przebierania, kąpieli itd. Doświadczanie tych codziennych aktywności pozwala niemowlęciu odczuwać własną skórę jako kontener zawierający różne części ciała. Poczucie bycia fizycznie pomieszczonym i ogarniętym daje początek poczuciu bycia pomieszczonym i ogarniętym psychicznie.
3. **Funkcja Ochronna** – Ego Skórne chroni psychikę przed trauma psychiczną w taki sam sposób w jaki skóra chroni ciało przed traumą fizyczną. Rozwój tej funkcji jest możliwy, kiedy w pierwszych miesiącach życia niemowlę o niedojrzałym i niezdolnym do samo ochrony aparacie psychicznym, może polegać na ochronnej funkcji pełnionej przez skórę ciała opiekuna. Bliskość ciała opiekuna pełni dla niemowlęcia funkcję zastępczej tarczy ochronnej przed nadmierną stymulacją. Poczucie bezpieczeństwa poprzez kontakt ze skórą ciała opiekuna umożliwia niemowlęciu uwewnętrznianie tego doświadczenie i oraz odbieranie własnej skóry jako źródła bezpieczeństwa dla swojego ciała, i analogicznie Ego Skórnoego jako źródła bezpieczeństwa dla zawartości psychicznej.
4. **Funkcja Indywidualizacyjna** – Nie ma dwóch identycznych Ego Skórnych, podobnie jak nie ma dwóch identycznych skór cielesnych. Silne poczucie granic fizycznych, a co za tym idzie, także granic psychicznych pozwala na rozwój poczucia własnego indywidualizmu i odrębności.
5. **Funkcja wielozmysłowości** – Podczas gdy skóra służy jako warstwa wierzchnia, która odbiera wrażenia sensoryczne (dotykowe, słuchowe, węchowe, wzrokowe, smakowe), dostosowuje ich natężenie i organizuje je, tak Ego Skórne służy jako zewnętrzna powierzchnia, która odbiera i organizuje bodźce i wrażenia psychiczne. Ta funkcja umożliwia niemowlęciu rozwinięcie poczucia wewnętrznego porządku psychicznego i umiejętności zarządzania własnymi wrażeniami zmysłowymi, co w konsekwencji pozwala na poczucie wewnętrznej spójności.
6. **Funkcja Seksualizacji** – Wczesne przyjemne doznania płynące ze skóry są pobudzone w niemowlęciu, kiedy doświadcza ono bycia zaopiekowaniem fizycznie, przytulaniem, trzymanym na rękach przez opiekunów. Te wczesne przyjemności doświadczane przez skórę tworzą fundament dla rozwoju zdolności do przeżywania satysfakcji seksualnej w życiu dorosłym.
7. **Funkcja Doładowania (recharging)** – Ego Skórne reguluje i zarządza stymulacją psychiczną, której nieustannie poddawana jest nasza psychika, podobnie jak skóra reguluje i zarządza bodźcami fizycznymi, jakim poddawane jest ciało. Podczas gdy skóra oddziela oraz reguluje przenikanie tego to co wewnątrz ciała i tego co na zewnątrz, Ego Skórne stanowi granicę pomiędzy zawartością naszej psychiki a światem zewnętrznym, chroni psychikę przed ich nadmiernym przenikaniem się, nadmierną lub niewystarczającą stymulacją oraz równomiernie rozprowadza wewnątrz napięcie energetyczne.

8. **Funkcja Inskrypcji** – Ego Skórne stanowi zewnętrzną warstwę Ego, na której zapisują się pierwsze wrażenia świata wokół, podobnie jak na skórze ciała zapisują się ślady doświadczeń fizycznych.

Literatura:

The Oxford Dictionary: <https://www.lexico.com/en/definition/ego>

Centre for Sensory Studies: Lafrance, Marc: <http://centreforsensorystudies.org/occasional-papers/chapter-one-from-the-skin-ego-to-the-psychic-envelope-an-introduction-to-the-work-of-didier-anzieu/>

Anzieu, D., The Skin Ego (online). A New Translation by Segal, N. (2016). Karnac Books Ltd. London:

https://play.google.com/store/books/details?id=j75aDwAAQBAJ&rdid=book-j75aDwAAQBAJ&rdot=1&source=gbs_vpt_read&pcampaignid=books_booksearch_viewport