

7 Μαρτίου 2014

5 λόγοι που δεν πρέπει ν' αφήνουμε το μωρό μας να κλαίει!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Από: Ελένη Χαδιαράκου

Υπάρχει η άποψη που λέει ότι όταν ανταποκρινόμαστε στο κλάμα του μωρού μας το κακομαθαίνουμε και το εμποδίζουμε να «μάθει» να λειτουργεί ανεξάρτητα. Ωστόσο, η τακτική της «μη-ανταπόκρισης στο κλάμα του μωρού», εκτός από τις

ενδεχόμενες βλαβερές επιπτώσεις πάνω στο μωρό, κάνει κακό και στη μητέρα.

1. Το κλάμα μπορεί να προκαλέσει ανεπιθύμητες παρενέργειες στον εγκέφαλο του βρέφους

Τα μωρά συνήθως κλαίνει γιατί είναι ο μόνος τρόπος να επικοινωνήσουν μαζί μας και να μας πουν ότι χρειάζονται κάτι. Όταν εμείς δεν ανταποκρινόμαστε στο κλάμα τους αυτό τους δημιουργεί στρες, το οποίο με τη σειρά του (και σύμφωνα με τους επιστήμονες) μπορεί να οδηγήσει σε αρνητικές παρενέργειες στον εγκέφαλο. Οι παρατεταμένες φωνές και το διαρκές κλάμα στα βρέφη προκαλεί αυξημένη πίεση του αίματος στον εγκέφαλο, ανεβάζει τις ορμόνες του στρες και μειώνει την οξυγόνωση του εγκεφάλου. Πρόσφατη έρευνα του Πανεπιστημίου του Χάρβαρντ διαπίστωσε ότι το στρες που δημιουργείται στην βρεφική ηλικία «μεγαλώνει» ενήλικες επιρρεπείς στο άγχος. Επίσης το χρόνιο στρες στην παιδική ηλικία μπορεί να οδηγήσει σε μια υπερ-ενεργοποίηση της αδρεναλίνης, με αποτέλεσμα το παιδί στο μέλλον να αποκτήσει αυξημένη επιθετικότητα, να είναι επιρρεπές στη βία, να έχει κακές σχολικές επιδόσεις και να εμφανίσει αντικοινωνική συμπεριφορά.

2. Το συνεχές και χωρίς ανταπόκριση κλάμα επιδρά αρνητικά στην πνευματική, συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη του παιδιού

Σύμφωνα με έρευνα της Αμερικανικής Ακαδημίας Παιδιατρικής, η ανταπόκριση της μητέρας στο κλάμα του παιδιού της αποτελεί το καλύτερο όπλο για την πνευματική τους υγεία.

3. Η μη ανταπόκριση στο κλάμα είναι επιβλαβής για τη σχέση μητέρας-παιδιού

Όταν οι γονείς δεν ανταποκρίνονται στο κλάμα του μωρού τους, υπονομεύουν την εμπιστοσύνη του προς αυτούς και η εμπιστοσύνη αυτή είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την ανατροφή του. Όταν ανταποκρινόμαστε στο κλάμα του, τού δίνουμε να καταλάβει ότι μπορεί να βασίζεται στην παρουσία και τη βοήθεια μας. Το παιδί που του δείχνουν εμπιστοσύνη, μαθαίνει και το ίδιο να εμπιστεύεται. Ακόμα κι αν δεν έχετε καταλάβει ποιο είναι το πρόβλημα του και το μωρό σας συνεχίζει να κλαίει στην αγκαλιά σας, τουλάχιστον ξέρει ότι δεν το εγκαταλείπετε στις δύσκολες στιγμές.

4. Η μη ανταπόκριση στο κλάμα ευθύνεται για την ανασφάλεια του παιδιού

Σύμφωνα με την Θεωρία των Στενών Δεσμών (Attachment Parenting) που

διατύπωσε για πρώτη φορά στα τέλη της δεκαετίας 60, ο ψυχολόγος John Bowlby, πολλά μωρά γεννιούνται χωρίς την ικανότητα αυτορύθμισης συναισθημάτων. Δηλαδή, βρίσκουν τον κόσμο στον οποίο γεννήθηκαν γεμάτο μπερδεμένες καταστάσεις και αποδιοργανωμένο, δεν διαθέτουν όμως τις ικανότητες που είναι απαραίτητες να αντιμετωπίσουν τα νέα δεδομένα και να βρουν ανακούφιση. Γι' αυτό, όταν τα βρίσκουν δύσκολα, καταφεύγουν στα άτομα που τα φροντίζουν μια που αυτά βρίσκονται σωματικά κοντά τους και τα βοηθούν να ανακουφιστούν και να ξαναβρούν τη χαμένη ισορροπία. Όταν το πρόσωπο που τα φροντίζει δείχνει ανταπόκριση και ευαισθησία, το παιδί προοδευτικά μαθαίνει και πιστεύει πως αξίζει την αγάπη των άλλων. Η εμπιστοσύνη αυτή στο πρόσωπο που το φροντίζει οδηγεί σ' αυτό που ονομάζουμε ασφαλές άτομο. Η στενή και τακτική λοιπόν σωματική επαφή, και η έγκαιρη επέμβαση στις αγωνίες των βρεφών και των παιδιών δημιουργεί ασφαλείς και με αυτοπεποίθηση ενήλικες που είναι σε θέση να δημιουργήσουν λειτουργικές σχέσεις.

5. Η μη ανταπόκριση στο κλάμα αποτελεί ασέβεια στις ανάγκες του

Πολλοί ειδικοί κατά καιρούς μας λένε ότι μετά από μια ορισμένη ηλικία, τα μωρά δεν μας έχουν πια ανάγκη. Ορισμένοι ισχυρίζονται ότι αυτό είναι μετά από λίγες εβδομάδες, άλλοι μετά από λίγους μήνες, άλλοι μετά από ένα χρόνο. Κι όμως, πάρτε για παράδειγμα τον εαυτό σας ως ενήλικας. Ας πούμε ότι είχατε μια πολύ αγχωτική εβδομάδα, τσακωθήκατε με κάποιο αγαπημένο πρόσωπο, ή ζήσατε κάτι άσχημο. Πως θα σας φαινόταν αν ο σύντροφός σας , σας έκλεινε την πόρτα, έβγαινε από το δωμάτιο και σας άφηνε να κλάψετε μόνη σας; Ο κόσμος μας χρειάζεται περισσότερη αγάπη. Και τα παιδιά το ίδιο. Και αν νιώθετε ότι όπως ανταποκρίνεστε στις ανάγκες τους την ημέρα, έτσι θα πρέπει να κάνετε και τη νύχτα, απλώς κάντε το.

Από το blog PhD in Parenting

Πηγή: imommy.gr