

Πόση δύναμη κρύβει το δικό σας χάδι...

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Συναισθηματικός Δεσμός

Πρόσφατη έρευνα απεκάλυψε την ουσιαστική αξία της αγκαλιάς αλλά και των χαδιών ανάμεσα στους γονείς και τα μικρά παιδιά. Πιο συγκεκριμένα, οι ειδικοί προειδοποίησαν πως είναι πολύ βασικό όταν το παιδί κλαίει να παρηγορηθεί και να νιώσει το άγγιγμα των γονιών του ώστε αυτό να ηρεμήσει. Διαβάστε πιο κάτω για ποιους λόγους είναι βασικό να δίνετε στο παιδί σας χάρδια και αγκαλιές.

Το άγγιγμα της μαμάς (και του μπαμπά) είναι το πιο σημαντικό. Αγγίξτε το παιδί σας και αγκαλιάστε το τρυφερά μιας και αυτή σας η κίνηση είναι ζωτικής σημασίας για την υπόλοιπή του ζωή αφού προωθείται η εμπιστοσύνη και η συνεργασία μεταξύ σας.

Όταν κλαίει κρατήστε το στην αγκαλιά σας. Κατά τη διάρκεια του κλάματος τα επίπεδα κορτιζόλης στο σώμα του μωρού αυξάνονται και αυτό ενδέχεται να επηρεάσει την υγεία του. Πάρτε το στην αγκαλιά σας, μιλήστε του ήρεμα και κοιτάξτε το στα μάτια. Με αυτόν τον τρόπο σύντομα θα ηρεμήσει. Εάν δεν έχετε εσείς την υπομονή να το κάνετε τότε ζητήστε τη βοήθεια από τον σύντροφό σας.

Με την αγκαλιά δεν καλομαθαίνετε το παιδί σας. Αρκετοί θεωρούν πως με το να αφήσουν το παιδί τους να κλάψει μοναχό του θα του κάνουν περισσότερο καλό παρά κακό γιατί έτσι δεν θα το καλομάθουν. Αυτή η τακτική όμως φέρει τα αντίθετα αποτελέσματα. Το μωρό όταν κλαίει χρειάζεται εσάς να το πάρετε μια αγκαλιά ώστε αμέσως να αισθανθεί ασφάλεια και εμπιστοσύνη. Συγχρόνως, ερευνητές ανέφεραν πως μωρά που έμεναν μόνα τους κατά διάρκεια του κλάματος ήταν περισσότερο προσκολλημένα με τους γονείς τους και πιο απαιτητικά συμπληρώνοντας τον πρώτο χρόνο ζωής.

Το μωρό σας μεγαλώνοντας έχει υψηλότερη αυτοεκτίμηση. Ο συναισθηματικός δεσμός, το άγγιγμα, η αγκαλιά έχουν τον μεγαλύτερο αντίκτυπο στη συμπεριφορά του παιδιού σας, το οποίο μεγαλώνοντας θα έχει περισσότερο αγάπη και σεβασμό προς τον εαυτό του.

Πηγή: offsite.com.cy