

4 Νοεμβρίου 2016

Ένστικτο: Ο πιο αποτελεσματικός σύμμαχος των γονιών!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





Θέλουμε να κάνουμε πάντα το σωστό για τα παιδιά μας. Πολύτιμος «οδηγός» μας από την πρώτη στιγμή και καθώς το παιδί μας μεγαλώνει είναι το ένστικτό μας. Γι' αυτό και πρέπει να το «ακούμε».

Η επιστροφή στο σπίτι με ένα μωρό στην αγκαλιά είναι μία από τις πιο συναρπαστικές, αλλά και αγχωτικές στιγμές στην ζωή των γονιών. Δυστυχώς, τα παιδιά δεν έρχονται στον κόσμο με οδηγίες χρήσης. Γι' αυτό είναι απολύτως λογικό και κατανοητό ως νέοι γονείς να τρομοκρατείστε στην αρχή από το άγνωστο και να κατακλύζεστε από ερωτήματα και αμφιβολίες. Φυσικά και θα κάνετε λάθη. Αλλά δεν πρέπει να ξεχνάτε ότι οι αποτυχίες σας «ακονίζουν» τη διαίθησή σας, σας δίνουν την ευκαιρία να γνωρίσετε καλύτερα το παιδί σας και τον εαυτό σας κι αναπτύσσουν την αίσθησή σας του τι είναι καλό για το παιδί σας

και τι όχι. Αργά αλλά σταθερά, θα βρείτε τον δρόμο σας και θα ενεργείτε σωστά. Θα μάθετε να εμπιστεύεστε το ένστικτό σας. Ωστόσο, οι φόβοι και οι αμφιβολίες δεν μας εγκαταλείπουν όταν το παιδί μας πάψει να είναι μωρό. Ακόμη κι όταν γίνει 4, 8, 12 ή 16 ετών, κάθε φάση της ανάπτυξής του συνοδεύεται από μια σειρά προβλημάτων. Να θυμάστε όμως, ότι κανείς δε ξέρει καλύτερα το παιδί σας από εσάς και ότι η διαίσθηση που σας βοήθησε να τα βγάλετε πέρα όταν ήταν μωρό θα σας βοηθήσει αργότερα ακόμα και στην εφηβεία του.

Η διαίσθηση έρχεται με τον χρόνο

Συχνά αναρωτιόμαστε τι θα συμβεί αν κάνουμε λάθος. Κι όμως είναι τόσο φυσιολογικό να κάνουμε λάθος και αυτό γιατί τα περισσότερα πράγματα στην ζωή τα μαθαίνουμε από τα λάθη μας. Χωρίς λάθη, οι διαισθητικές μας ικανότητες δεν παίρνουν σχήμα και μορφή. Καμιά φορά χρειάζεται να ακολουθήσουμε λάθος δρόμους για να βρούμε τελικά τον σωστό. Ίσως να φοβάστε γιατί πολλές φορές το ένστικτό σας μπορεί να σας έβαλε σε μπελάδες αλλά, αν το καλοσκεφτείτε, θα δείτε, ότι πολλές φορές σας οδήγησε και σε σωστές αποφάσεις και λύσεις. Τα ένστικτά μας δεν ξεφυτρώνουν από την μια μέρα στην άλλη. Αναπτύσσονται μέσα από τις αποτυχίες και τις επιτυχίες μας. Γι' αυτό, όσο περισσότερα πράγματα ανακαλύψετε για το παιδί σας και για τον εαυτό σας (ως γονιός) τόσο περισσότερες ιδέες θα αντλείτε.

Γνωρίστε το παιδί σας

Παρακολουθώντας στενά την ανάπτυξη του παιδιού σας θα είστε σε θέση να πάρετε αργότερα τις σωστές αποφάσεις. Καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν, η κάθε φάση της ανάπτυξής τους μας προσφέρει μια εξαιρετική ευκαιρία να τα μελετήσουμε και να τα γνωρίσουμε. Κάθε φορά που το παιδί σας «παλινδρομεί» σε σχέση με όλα όσα του έχετε μάθει, θα δείτε ότι περνάει μια περίοδο αποδιοργάνωσης...κάποια «σημεία καμπής». Αυτά λοιπόν τα «σημεία καμπής» είναι αναπόφευκτα και λειτουργούν σαν χάρτης της πορείας ανάπτυξης του παιδιού. Όταν συμβαίνουν αυτά τα περιστατικά, οι περισσότεροι γονείς κυριεύονται από ένα αίσθημα αποτυχίας. «Γιατί άρχισε πάλι να θέλει να κοιμάται μαζί μας;», «Γιατί μας λέει ψέματα;», «Γιατί άρχισε πάλι να βρέχει το κρεβάτι του;». Εκείνο που πρέπει να θυμάστε είναι ότι κάθε τέτοιο «σημείο καμπής» προσφέρει σε σας και στο παιδί σας μια ευκαιρία να γνωρίσετε ο ένας τον άλλο.

Τα λάθη διδάσκουν

Εάν κάνετε λάθος στην κρίση σας σε μια περίοδο γεμάτη ένταση και στρες, σταθείτε και σκεφτείτε, αναδιοργανωθείτε και επανεκτιμήστε την κατάσταση. Όταν κάνετε ένα λάθος, μαθαίνετε από αυτό βελτιώνοντας έτσι την ικανότητά σας να αναθρέψετε σωστά το παιδί σας. Την επόμενη φορά θα ξέρετε τι πρέπει να

κάνετε και τι όχι. Έτσι αναπτύσσεται μέσα μας η αίσθηση του τι είναι καλό για το παιδί μας και τι δεν είναι. Το κλειδί είναι να έχετε εμπιστοσύνη στις ικανότητές σας...και να εμπιστευέστε το ένστικτο και το παιδί σας.

Από επιστημονικής πλευράς...

Οι επιστήμονες, όπως πάντα επιφορτισμένοι με τον καθορισμό των πραγματικών διαστάσεων κάθε... έννοιας, απογυμνωμένων από φιλοσοφικές ερμηνείες και ρομαντικές εξάψεις, υποστηρίζουν ότι η μητρική αγάπη και η προστατευτικότητα που πάντα δείχνει η μητέρα για τα παιδιά απορρέει απλώς από την ύπαρξη μίας ορμόνης στον εγκέφαλο. Όπως έδειξαν έρευνες σε ποντίκια, όσες μητέρες διαθέτουν χαμηλά επίπεδα της ορμόνης CRH (κορτικοτροπίνης) προστατεύουν περισσότερο τα μικρά τους συγκριτικά με αυτές που διαθέτουν υψηλότερες συγκεντρώσεις της ίδιας ορμόνης. Οι αυξημένες συγκεντρώσεις της, εξάλλου, συνδέονται με την εκδήλωση επιλόχειας κατάθλιψης και πιθανώς να εξηγούν το φαινόμενο εγκατάλειψης των νεογνών, αναφέρουν οι ερευνητές του πανεπιστημίου του Ουϊνσκόνσιν που δημοσιεύουν τη σχετική έρευνα στην επιστημονική επιθεώρηση Behavioral Neuroscience.

Αξίζει να αναφερθεί ότι πέρα από το ότι είναι έμφυτος ο ρόλος των γονέων είναι και επίκτητος, αφού στηρίζεται και στη μάθηση μέσα από τα βιώματα των γονέων από τη δική τους σχέση με τους γονείς τους αλλά και γενικότερα από την επίδραση και την μάθηση μέσω των διαπροσωπικών τους σχέσεων , από την τηλεόραση, από τα βιβλία κτλ.

Από: Νινέττα Φαφούτη

Με την συνεργασία της κας Αγγελικής Παρίου (ψυχολόγος - ειδική παιδαγωγός - ομαδική αναλύτρια)

Πηγή:imommy.gr