

Τα βρέφη βιώνουν έντονα συναισθήματα πείνας, δίψας, πόνου και είναι τελείως ανήμπορα να βρουν ανακούφιση από μόνα τους. Έχουν πλήρη εξάρτηση από το γονιό ή το πρόσωπο φροντίδας. Αυτή η εξάρτηση δημιουργεί ένα δεσμό που 'αποτελεί θεμέλιο λίθο της προσωπικότητας του ανθρώπου' (Βοσνιάδου κ.ά., 2011).

Προκειμένου αυτός ο δεσμός να είναι ασφαλής υπάρχουν δύο προϋποθέσεις. Πρώτον, ο γονιός ή το πρόσωπο φροντίδας να μπορεί να κατανοεί τα μηνύματα που στέλνει το βρέφος. Να μπορεί να αποκωδικοποιεί το βλέμμα του, τις εκφράσεις του προσώπου του, τη στάση του σώματός του αναπτύσσοντας έτσι έναν εξωλεκτικό κώδικα επικοινωνίας. Δεύτερον και σημαντικότερο, μόλις λάβει το μήνυμα ο γονιός / φροντιστής πρέπει να ανταποκρίνεται άμεσα στην ανάγκη του βρέφους χωρίς – εάν είναι δυνατό – το νήπιο να καταφεύγει σε γοερό κλάμα. (Schacter et al., 2020)

Με αυτόν τον τρόπο τα νήπια μαθαίνουν ότι βρίσκονται σε ένα κόσμο φιλικό και όχι απειλητικό, ένα κόσμο τον οποίο μπορούν να εμπιστεύονται. Αυτή η εμπιστοσύνη γίνεται το πρώτο τους 'κοινωνικό κατόρθωμα'. Ένδειξη αυτού του επιτεύγματος είναι ότι αφήνουν το γονιό ή το φροντιστή να χάνεται από το οπτικό τους πεδίο χωρίς να εκφράζουν υπερβολικό άγχος αποχωρισμού ή οργή (Erikson, 1975).

#### Βιβλιογραφικές Αναφορές

Βοσνιάδου, Σ., & άλλοι. (2011). *Εισαγωγή στην ψυχολογία*. Gutenberg.

Erikson, E. (1975). *Η παιδική ηλικία και η κοινωνία*. Εκδόσεις Καστανιώτη.

Schacter, D., Gilbert, D., & Wegner, D. (2020). *Εισαγωγή στην ψυχολογία* (2η έκδ.). Gutenberg.

Η ανάπτυξη ασφαλούς προσκόλλησης μεταξύ του βρέφους και των γονιών ή του βασικού προσώπου φροντίδας έχει σημαντικές επιπτώσεις στην μετέπειτα συναισθηματική, γνωστική και σωματική υγεία του παιδιού, καθώς και στην ικανότητά του να δημιουργεί ουσιαστικές σχέσεις με άλλους ανθρώπους (OpenStax, 2020).

### **Άμεση Ανταπόκριση στο Κλάμα του Μωρού**

Μία πρόταση για τη δημιουργία ασφαλούς προσκόλλησης είναι οι φροντιστές να ανταποκρίνονται άμεσα και τρυφερά στο κλάμα του μωρού. Η έρευνα δείχνει ότι η ικανότητα του γονιού να παρατηρεί και να ανταποκρίνεται άμεσα στα σήματα του παιδιού είναι βασικός παράγοντας για την ασφάλεια του δεσμού, καθώς δημιουργεί στο μωρό την αίσθηση ότι το ίδιο και τα συναισθήματά του είναι σημαντικά, ότι οι ανάγκες του αναγνωρίζονται και ικανοποιούνται, θέτοντας έτσι τις βάσεις της ενσυναίσθησης (Madigan et al., 2024).

### **Διαθεσιμότητα**

Μια δεύτερη πρόταση αφορά τη διαθεσιμότητα των φροντιστών. Η διαθεσιμότητα δε σημαίνει απλώς παρουσία, αλλά ουσιαστική παρουσία, δηλαδή χρόνο χωρίς βιασύνη και με συναισθηματική επαφή. Το τάισμα, για παράδειγμα, δεν θα πρέπει να γίνεται βιαστικά και μηχανικά, αλλά να είναι μια ευκαιρία για επαφή με τα μάτια, τρυφερά λογάκια, αγκαλιά και χάδι. Τέτοιες αμοιβαία ευχάριστες αλληλεπιδράσεις ενισχύουν το αίσθημα ασφάλειας και εμπιστοσύνης στο βρέφος (Crockenberg, 1981).

## Βιβλιογραφικές αναφορές

Crockenberg, S. B. (1981). Infant irritability, mother responsiveness, and social support influences on the security of infant–mother attachment. *Child Development*, 52(3), 857–865. <https://doi.org/10.2307/1129087>

Madigan, S., Deneault, A.-A., Duschinsky, R., Bakermans-Kranenburg, M. J., Schuengel, C., van IJzendoorn, M. H., Ly, A., Fearon, R. M. P., Eirich, R., & Verhage, M. L. (2024).

Maternal and paternal sensitivity: Key determinants of child attachment security examined through meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 150(7), 839–872.

<https://doi.org/10.1037/bul0000433>

OpenStax. (2020). *Psychology 2e* (2nd ed.). OpenStax, Rice University.

<https://openstax.org/books/psychology-2e/pages/9-3-stages-of-development>