

## Δεσμοί και σωματική-βλεμματική επαφή

Οι γονείς και κυρίως η μητέρα, έρχονται σε επαφή με το μωρό σε όλες τις καθημερινές δραστηριότητες φροντίδας. Οι ευκαιρίες της τρυφερής επαφής με τα χέρια και το σώμα της μητέρας είναι πολλές, πλύσιμο, σκούπισμα, άλλαγμα, τρυφερό άγγιγμα, μασάζ, χάρδια, παιχνίδια κ.λπ.

Όλες μαζί δημιουργούν το συναισθηματικό του κόσμο, το αίσθημα της ασφάλειας, που είναι πρωταρχικό για την καλή και σταθερή σχέση με το περιβάλλον.

Η τρυφερή αγκαλιά αποτελεί για το βρέφος σημαντική ανάγκη, που για κανένα λόγο δεν θα πρέπει να του τη στερούμε.

Το βρέφος δεν «κακομαθαίνει» αν το κρατάτε αγκαλιά, αν του μιλάτε και του σιγοτραγουδάτε. Εφαρμόζοντας καθημερινά όλες τις τεχνικές, ενδυναμώνουμε τη σχέση γονέα-παιδιού, που αποτελεί τη βάση για υγιή συναισθηματική ανάπτυξη του βρέφους.

### Τι είναι σημαντικό να κάνετε με το παιδί σας στην ηλικία 3-7 μηνών;

Κοιτάξτε το βρέφος στο πρόσωπο, μιλήστε του, τραγουδήστε του, παινέψτε το και δώστε του χρόνο να ανταποκριθεί.

Ενεργοποιήστε το συναισθηματικό εγκέφαλο του μωρού σας ξυπνώντας τις αισθήσεις του. Είναι ο καλύτερος τρόπος να διασκεδάσουμε το βρέφος, αλλά και να ενισχύσουμε την αίσθηση του αγγίγματος. Συγκεκριμένα, κάντε «τσιμπήματα», «πετάγματα ψηλά», «γαργαλητά», «στριφογυρίσματα».

Το μωρό μπορεί να ξεκινήσει να παρακολουθεί το πρόσωπό σας. Χαμογελάστε του πλατιά και μιλήστε του με ενθουσιώδη φωνή.

Κατά τη διάρκεια που ταΐζετε το βρέφος, διατηρήστε τη βλεμματική επαφή μαζί του, ενώ ταυτόχρονα χαμογελάστε και εκφράστε του τα συναισθήματά σας.



Δείτε το ενημερωτικό video στο YouTube

Βλεμματική Επαφή Και Επικοινωνία Μητέρας Με Βρέφος 2 Μηνών  
[www.youtube.com/watch?v=g66k\\_gDZu6I](http://www.youtube.com/watch?v=g66k_gDZu6I)

Συμπληρώστε το ερωτηματολόγιο αφού έχει συμπληρώσει τον 7ο μήνα  
Ημερομηνία εξέτασης από την \_\_\_\_\_

**Ερωτήσεις**

**Απαντήσεις**

- |  |         |
|--|---------|
| 1. Το παιδί σας συνηθίζει να ανταποδίδει με χαμόγελο όταν του χαμογελάτε;  | ΝΑΙ/ΟΧΙ |
| 2. Το παιδί σας όταν γουργουρίζει ή μπαμπαλίζει, επικοινωνεί μαζί σας σαν να κάνει διάλογο μαζί σας;             | ΝΑΙ/ΟΧΙ |
| 3. Το παιδί σας παρατηρεί-εστιάζει το βλέμμα του στα πρόσωπα γύρω του;   | ΝΑΙ/ΟΧΙ |
| 4. Το παιδί σας αντιλαμβάνεται και αντιδρά στους δυνατούς ήχους;   | ΝΑΙ/ΟΧΙ |
| 5. Το παιδί σας προσπαθεί να κάνει επαναλαμβανόμενους ήχους, όπως «βα ββαβα»;                                    | ΝΑΙ/ΟΧΙ |
| 6. Το παιδί σας γυρίζει τις περισσότερες φορές προς τη μεριά που ακούγεται ένας ήχος, ψάχνοντας να δει τι είναι; | ΝΑΙ/ΟΧΙ |
| 7. Το παιδί σας κοιτάζει με νόημα με το βλέμμα του ή κάνει κίνηση με τα χέρια για να το πάρετε αγκαλιά;          | ΝΑΙ/ΟΧΙ |

**Αποτελέσματα:**

Αν έχετε πάρει τουλάχιστον 5 απαντήσεις “ναι”, τότε το παιδί σας έχει την αναμενόμενη εξέλιξη.

Αν έχετε πάρει λιγότερες από 5 απαντήσεις “ναι”, τότε συζητήστε τα αποτελέσματα με τον παιδίατρό σας και εστιάστε στα σημεία που χρειάζονται επιπλέον παρακολούθηση.

**Παρατηρήσεις παιδίατρου**

---

---

---

**Υπογραφή / σφραγίδα**