

Нероденото бебе „знае“ дали е желано. Чува, усеща, дори може да учи

Когато моята любима баба разбра, че чакам първата си рожба, побърза да се информира дали съм добре и тутакси смени темата. Колкото и да се опитвах да я заговоря за своята бременност в следващите месеци, тя упорито отказваше, все едно моето бебе изобщо не съществуваше и аз нищо не можех да направя, освен да се храня и да чакам то да се роди. Така е било, когато тя е чакала рожбите си навремето, така е било с всички „трудни“ жени поколения наред.

Днес ултразвуковият апарат не учудва никого, всички жени, които искат, научават пола на бебето си далеч преди да родят, дори вътреутробните операции на плода вече не са екзотика.

През последните десетилетия в научните среди започна да се говори и за нещо немислимо преди това – за живота преди раждането. Вече се приема за доказано, че

оформянето на човешката психика е дълъг процес, започващ още със зачеването,

а според някои теории и преди това – в съзнанието и намеренията на двамата родители. Много специалисти са убедени, че мъничето, което излиза на бял свят, има спомен от родовата травма. Една сравнително млада наука, наречена пренатална (предродова) психология, изследва тези вечни въпроси.

Дали това развитие и този интерес се дължи на науката и новите, по-усъвършенствани изследвания, или е преоткрито древно знание?

Още древните хора са знаели, че времето, прекарано в утробата, е изключително важен период не само за физическото, но и за психо-емоционалното развитие на детето. Бременността е била смятана за най-важния период за формиране на бъдещото същество, времето за неговото оформяне като личност, време, в което жената е духовният учител на своето дете, а утробата ѝ е неговият първи свят, входът към земния живот.

Деветте месеца в корема на майката са много по-важни от първите седем години,

са смятали древни мислители.

В различните култури съществуват многобройни митове за това как детето се пази от ангели и духовни пазачи. Еврейското учение мидрашим например разказва за сияйната светлина, която грее около главата на детето, преди то да се роди. Тя била толкова силна, че се виждала от единия край на вселената, та до другия. Ангелът Лайлах

нашепвал на бебето историята на неговата душа и го съветвал как да живее.

Съвременните изследвания само доказват онова, което всяка майка интуитивно винаги е знаела –

ембрионът има “съзнание”

за това дали бременността е желана или не. Докато е в утробата, бебето чува, усеща, вижда и даже се обучава на елементарно ниво. В този процес мислите и емоциите на бременната жена оказват непосредствено влияние върху развитието на плода.

В модерната психология разглеждането на този въпрос започва от първите психоаналитици. Всъщност по времето на бащата на психоанализата Зигмунд Фройд се е смятало, че личността започва да се формира чак към втората-третата година на детето. Неговият ученик Ото Ранк за първи път изследва връзката между родовата травма и тревожните разстройства.

И през 60-те години на ХХ век повечето психолози смятат, че нероденото бебе е „бял лист“, че му липсва истинско усещане и дори способността да чувства болка.

Благодарение на ултразвуковата техника

нещата се променят. С нея лекарите успяват да надникнат и да следят какво се случва в утробата на бъдещата майка и как се развива нероденото човече вътре. И правят удивителни открития!

В четвъртия месец на бременността бебчето вече има добре развити сетива за допир и вкус. То ще започне да суче, ако усети милване по устните. Щом горчиво вещество като йод се окаже в околоплодните води, ще направи гримаса. По същото време може да възприеме силна светлина, насочена към корема на майка му, и ако е много ярка, ще вдигне ръчички да закрие очи.

Това пише американският психолог Томас Верни, който през 1981 г. приковава вниманието с книгата си “Тайният живот на нероденото дете”.

В петия месец същото бебе ще реагира на силен шум,

като вдигне ръчички и закрие ушите си. В серия от проучвания друг психолог – Антъни Декаспър от Университета на Северна Каролина, показва, че нероденото бебе има капацитета да възприема и запомня звуци като говор, да разпознава приказка, която е чуло няколко пъти в утробата, и да различи гласа на майка си.

„Освен всичко това то наистина има нещо, което бихме определили като съзнание – недоразвито осъзнаване на самото себе си и света наоколо“, убеден е д-р Верни. Физиологичното развитие на мъничето потвърждава това: между 28. и 32. седмица от бременността вече са формирани мозъчните му структури, необходими за учене и осъзнаване.

„Нероденото дете не е пасивно безмозъчно същество. Сега знаем, че то е съзнаващо, реагиращо човече, което

от шестия вътреутробен месец има активен емоционален живот.

Открихме, че зародишът може да вижда, чува, преживява, усеща и – на едно примитивно ниво – да учи в утробата. Но най-важното: то може да чувства – не както възрастните, но чувства“, пише Верни.

Съвсем естествено майката със своите емоции и поведение е основният стимулатор на оформянето на бъдещото човече. Говорете му, пейте му, галете го, като галите корема си – то ще усети и ще запомни това!

Швейцарски педиатър провежда изследване на връзката майка–дете и установява, че бебетата

буквално са попили навиците за сън на мама

по време на бременността. Децата, чиито майки били ранобудни, се събуждали рано, тези на късно ставащите заспивали късно.

Един от основните начини за комуникация са хормоните, които бременната жена отделя в състояние на стрес. Те преминават през плацентата точно както храната, алкохола или никотина. И детето реагира.

В експеримент австрийският акушер Емил Райнолд помолил бременни жени да лежат 20-30 минути по корем и ги наблюдавал с ултразвуков апарат. Не им казал предварително, че в тази поза бебето също се отпуска и престава да се движи. Съобщавал им изведнъж, че детето не мърда. Стресът бил очакван, а докторът искал да види как ще реагира бебето на ужаса на мама.

Във всички случаи реакцията била светкавична:

секунди след като жените чували, че детето не се движи, на екрана на апарата се виждало как мъничетата им мощно ритали. (Нито едно от бебетата не е било в опасност.)

Част от реакцията е физиологична, защото адреналинът преминава от майката в детето, но бебетата в този експеримент реагирали и на поведението на майката, убеден е д-р Верни. Според него нероденото бебе е способно да учи, да чува и да отговаря на гласове и звуци, усеща чувствата на родителите си. Ако бащата му говори често, почти веднага след раждането то дава сигнали, че разпознава гласа му.

Можем ли в такъв случай да направим от детето си талантлив музикант, гениален учен или добър писател, докато девет месеца сме едно цяло с него? Ако вместо да му разказваме приказки и да му пускаме Моцарт, решаваме математически задачи на глас, ще стане ли то проспериращ бизнесмен?

Нека не искаме невъзможното. Все пак има живот и след раждането, нали?

Само за бременни

- Слушайте релаксираща музика по 1 час поне два пъти седмично.
- Пейте, говорете и четете на бебето в корема си, като започнете от петия месец на бременността. Казвайте му колко го обичате и какви интересни преживявания го очакват.
- След шестия месец танцувайте леко с още нероденото си бебе.
- Галете корема си, бебчето вътре ще усети този допир и ще отговори с бавно движение.
- От седмия месец бебето усеща емоционалното ви състояние. Общувайте с него чрез мисли и мечти.
- Дишайте дълбоко и ритмично, за да задълбочите психологическата връзка с вашето бебе.
- Съзнателно практикувайте положително мислене – колкото по-често, толкова по-лесно ще става. Например на място, където никой няма да ви прекъсва, затворете очи и се опитвайте да видите, усетите и чуete едно здраво бебе. Ако други мисли нахлуят в главата ви, прогонете ги и спокойно се върнете към щастливото си Аз и здравото си бебче.

Дишай, мисли позитивно

Росица Божкова е психолог, дула (помощница преди, по време и след раждането) и инструктор по пренатална йога. Започва да възпитава и трите си деца още преди да са се родили. Днес стотици майки се обръщат към нея, за да възстановят онова древно знание, което Росица казва, че е било забравено преди векове, но което съществува у всяка от нас – как да общуваме с детето си и да го подготвим за живота след раждането.

Предполага се, че с израстването на човечеството жената най-накрая ще стигне отново до древната идея, че може да направи много повече за възпитанието на своето дете, преди да го роди, отколкото след това. Това е

древно знание, което е било използвано някога от нашите предци, но впоследствие е загубено в тъмните векове, и този процес е станал напълно несъзнателен, без личното, целенасочено участие на майката. Разбира се, това може да продължи в същия дух, казва Росица, но ако искаме по-висока степен на осъзнаване, е добре да започнем още от утробата. Всяка жена решава сама, никой не може да ѝ го наложи. Ако тя стигне до извода, че като преживява положителни емоции и съзнателно работи върху изграждането на своя характер по време на бременността, ще даде най-добрия старт за бебчето си, тогава би избрала да участва в този процес.

Но какво носят хубавите емоции

на мама през бременността? Ами детето ѝ ще е по-спокойно и по-позитивно. Когато обаче през тези така важни 9 месеца преобладават негативните преживявания и бъдещата майка не се опитва да ги трансформира, естествено е да се очаква по-тревожно дете.

Пренаталното възпитание се случва, независимо дали жената го прави съзнателно или не. Но когато е решила да бъде активна, да премине през практики, които успокояват ума и емоциите, тогава и ефектът е по-голям.

Росица смята, че най-доброто нещо, което бъдещите майки могат да направят, са

дихателните практики,

тъй като дълбокото дишане успокоява, независимо какво се случва.

Всъщност проблемът идва не от това, което се случва, а от начина, по който го възприемаме. Така бременната жена постепенно се научава да възприема живота от позитивната му страна и да знае, че всичко, което се случва, е за нейно добро. Тренира се да израства в предизвикателствата, а не да страда от тях. Йога, психологически методи – начините са различни.

Дали така бихме могли да се „справим“ с трудните деца

на новото време? Децата, с които е работено още в утробата и които са получавали достатъчно любов и внимание, са доста по-спокойни. Те нямат нужда от агресивно поведение, каквото някои изработват, за да си вземат вниманието и любовта, които не получават по друг начин, обяснява Росица. Т.нар. трудни деца са всъщност продукт на една система без истински ценности. Малките не са виновни, че са попаднали в свят, който тотално ги обърква със своите послания.

Като психолог Росица често вижда връзката между проблемите на хора, които я посещават, родовата травма и онова, което им е било заложено по време на бременността на майката.

При нея веднъж дошъл мъж, който се оплакал,

че унищожава всичко, което обича, всички свои връзки. Оказало се, че майка му е имала големи колебания дали да не направи аборт, бащата ги е изоставил и така двамата родители са предали невербално послание на сина си, че той не заслужава да живее и да бъде щастлив.

Според специалистката получените на този ранен етап от развитието послания са довели впоследствие до провокативното поведение на човека, който не е могъл сам да овладее тези несъзнателни процеси.

Препоръчах му да се обърне към специалист по холотропно дишане, хипноза или други методи, в които спомените да се преживеят наново, казва тя. Тогава хората се разотъждествяват от проблема, за да може личността им отново да стане цялостна.

Разказвах му за света

От наученото в курсове Миглена Делчева е прилагала разговори с бебето и визуализации. Разказвала му е за света, за предстоящото му раждане, представяла си е как е разположено в корема ѝ и как излиза. Миглена нарича ефекта от това „чудесен“. Тя е успяла да обърне бебето в главично положение, когато вече са ѝ предлагали секцио! През цялото време е имала усещането за пълноценно общуване с детето си, знаела е какъв характер ще има. При следваща рожба не би променила нищо. „Ако успея да направя същото както за това дете, ще го смятам за голям успех“, казва Миглена.

Дарявах му качества

Милена Петрова е използвала релаксация и разговори с бебето – описвала му е света, в който то ще дойде, живота, който ще имат. „Дарявах/вменявах му качества и нагласи, които мисля, че ще са му полезни.“ Така според Милена се изгражда връзка с бебето и се намалява стресът по време на раждане.

Един концерт не стига

Нели ражда големия си син преди промените, когато у нас и дума не става за предродово възпитание. Тя обаче попада на информация за това, че майката може активно да въздейства върху бебето си още докато то е в утробата ѝ, и решава да опита. Казва, че е била наясно какво дете иска, с какви качества, как да се развива. Знаела, че ще има синове, още преди да забременее.

Щом забременява, си изготвя програма, съобразена с биологичния часовник, и стриктно я следва – ставане в определен час, физическа подготовка, четене на приказки на нероденото бебе, разговори с него, слушане на музика (класическа - заради фините ѝ вибрации), гледане на филми, разходки сред природата и общуване с нея. По същото време завършва едновременно две специалности в Софийския университет – икономика и психология.

Възпитава сина си така, както се възпитава родено дете, и е убедена, че му е въздействала. Иван става точно такъв – подреден, със своя собствена програма, свири на пиано, говори 5 езика, чете много, креативен е, има интерес към науките и, както казва Нели, е с прекрасно логическо и творческо мислене.

С малкия син е по-различно. Той идва непланирано, малко след батко си. Заради трудностите, през които преминават по това време, Нели започва да работи с него по-късно. Опитва се да компенсира напрежението и затова е много по-внимателна с детето, влага повече емоция в пренаталното му възпитание. Всяко отношение на майката към нероденото дете и средата, в която живее, както и всичко, през което

преминава, се отразяват върху развитието му, казва Нели. Според нея всяко дете е отделна личност и подходът трябва да е специфичен. Но не е достатъчно да си направиш програма. Не може да отидеш на един концерт, докато си бременна, и да очакваш детето ти да има трайни интереси към музиката. Трябват постоянство, осъзната отговорност, познаване на добри практики, търпение и много любов.

Автор: Таня Иванова