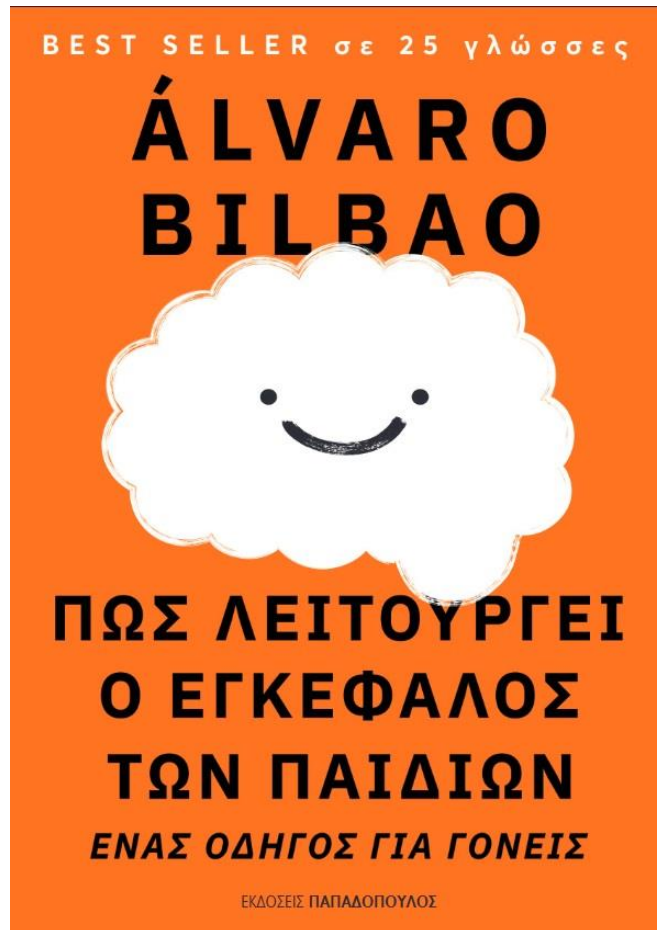




Πώς λειτουργεί ο εγκέφαλος των παιδιών; Ένας οδηγός για γονείς, του Αλβάρο Μπιλμπάο

Από **Απόστολος Πάππος** | 22/11/2022



Η σημαντικότερη περίοδος στη ζωή ενός ανθρώπου δεν είναι η φοιτητική, αλλά η πρώτη, από τη γέννησή του ως τα έξι.

Μαρία Μοντεσσόρι

Ο διάσημος Ισπανός ψυχοθεραπευτής και νευροψυχολόγος (και πατέρας τριών παιδιών) Άλβαρο Μπιλμπάο εξηγεί απλά, κατανοητά και με επιστημονικά δεδομένα όλα όσα μπορούν να κάνουν οι γονείς για να ενισχύσουν τη νοητική και συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού τους, προσφέροντάς τους τον εγκέφαλο του παιδιού τους στο πιάτο.

Περί τίνος πρόκειται

«Οφείλω να εκφράσω τις ειλικρινείς μου ευχαριστίες και την αναγνώρισή μου σε όλους τους δασκάλους που στηρίζουν αδιάκοπα την ανάπτυξη των παιδιών σε ολόκληρο τον κόσμο. Δεν μπορώ να σκεφτώ πιο σημαντική δουλειά στην κοινωνία από το να φροντίζει κανείς τους πολυτιμότερους θησαυρούς του παρόντος, ενώ ταυτόχρονα προάγει τα σπουδαιότερα οράματα για το μέλλον. Η εμπειρία τους βοηθά τα παιδιά να βγάλουν τον καλύτερο εαυτό τους όταν οι γονείς χάνουν τον δρόμο τους, ο ενθουσιασμός τους ξυπνά στα παιδιά μια λαχτάρα για γνώση που οι γονείς δεν μπορούν να μεταδώσουν, και η υπομονή και η τρυφερότητά τους αγκαλιάζουν τα παιδιά μας όταν οι γονείς είναι μακριά».

Αν αυτό δεν είναι ήδη από την εισαγωγή μια ωδή στη σπουδαιότητα του λειτουργήματος του δασκάλου, τότε ποιο είναι; Και το αστείο είναι ότι το βιβλίο δεν αφορά τόσο σε εκπαιδευτικούς, όσο σε γονείς, όπως μαρτυράται άλλωστε ήδη από τον ελληνικό τίτλο του ο οποίος είναι κοντά στον ισπανικό τίτλο (El cerebro del niño explicado a los padres=/Εξηγώντας τον εγκέφαλο του παιδιού στους γονείς).

Όμως η στόχευση του Μπιλμπάο είναι οι γονείς, αυτοί που ζουν από την πρώτη μέρα στην κοιλιά της μάνας το παιδί. Και σε αυτούς προσπαθεί να ξεκλειδώσει όλα τα μυστικά, όλες τις πτυχές του μεγάλου αγνώστου Χ, του εγκεφάλου που μέχρι πρόσφατα παρέμενε

χαμένος στο συγκεχυμένο και το ασαφές. Δεν το κάνει εκλαϊκευμένα, δεν το κάνει απλοϊκά. Αν θέλετε άρθρο σε εβδομαδιαίο περιοδικό που σε δυο σελίδες νομίζετε ότι τα ξέρετε όλα, κλείστε το βιβλίο αυτό, δεν κάνει για εσάς. Αν όμως θέλετε έναν σοβαρό επιστήμονα ο οποίος απλά και κατανοητά, με επιστημονικά δεδομένα και χωρίς να γίνεται κλόουν για να τον συμπαθήσετε, σας εξηγεί βήμα βήμα την εξίσωση που ακούει στο όνομα «παιδικός εγκέφαλος και πώς λειτουργεί» αυτό είναι το βιβλίο σας.

Ο εγκέφαλος που αναπτύσσεται ήδη από το πρώτο τρίμηνο της κύησης, φτάνει το βάρος ενός ενηλίκου ήδη από τα 10 έτη της ζωής και ολοκληρώνει την ανάπτυξή του περίπου στα 25 μας χρόνια. Κάπου εκεί μας παρατάει να τα βγάλουμε πέρα μόνοι μας. Εκπληκτικό είναι το γεγονός ότι κατά τα πρώτα πέντε χρόνια της ζωής του παιδιού σχηματίζονται όλα τα κυκλώματα που προσδίδουν στον άνθρωπο την «ανθρωπινότητά» του, δηλαδή ιδιότητες που τον ξεχωρίζουν από τα άλλα όντα όπως η γνωστική και συναισθηματική ενσυναίσθηση, η προθετικότητα (ικανότητα συνεργασίας για έναν κοινό σκοπό), η κινητοποιημένη αποτελεσματικότητα κ.α. Όλα αυτά εξηγούνται με σαφήνεια στο βιβλίο, δεν απευθύνεται σε επιστήμονες, αλλά σε καθημερινούς γονείς.

Θα δείτε πόσο συγκινητικά προγραμματισμένη είναι η φύση μιας μητέρας και ενός παιδιού για να χτίζουν την επαφή τους, πώς ο εγκέφαλος της μητέρας διεγείρει το λεγόμενο νευρωνικό δίκτυο και πρόγραμμα φροντίδας του μικρού παιδιού· θα δείτε γιατί ο άνθρωπος είναι το θηλαστικό που έχει ανάγκη τη μεγαλύτερη προστασία από τους γονείς του· θα δείτε στρεβλώσεις με τις οποίες έχουμε γαλουχηθεί και αυτοενοχοποιούμαστε όταν δεν πρέπει ή αυτοαθωνόμαστε όταν πάλι δεν πρέπει.

«Δεν θέλω να σας παραπλανήσω ή να σας δώσω μια στεβλή εικόνα για την επίδραση που μπορείτε να ασκήσετε ως γονείς στη διανοητική και συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών σας. Τα παιδιά διαθέτουν εκ γενετής έναν χαρακτήρα που θα σημαδέψει την ύπαρξή τους και την υπόλοιπη ζωή τους. Άλλα παιδιά είναι πιο εσωστρεφή και άλλα πιο εξωστρεφή. Υπάρχουν παιδιά ήρεμα και παιδιά ευέξαπτα. Ομοίως, γνωρίζουμε ότι τουλάχιστον το 50% της ευφυΐας του παιδιού σας καθορίζεται από τα γονίδια του. Ορισμένες μελέτες υποστηρίζουν ότι ενδεχομένως ένα επιπλέον 25% εξαρτάται από τους συμμαθητές και τους φίλους με τους οποίους κάνουν παρέα. Από έχει οδηγήσει ορισμένους ειδικούς στο να υποθέσουν ότι οι γονείς έχουν ελάχιστη επίδραση στην ανάπτυξη των παιδιών τους. Ωστόσο, κάτι τέτοιο δεν ισχύει.»

Χαρείτε τη γονεϊκότητα, μας λέει ο Μπιλμπάο, εστιάστε στο θετικό και όχι στο φορτίο της ανατροφής του παιδιού, απολαύστε τις στιγμές μαζί του, δώστε του χώρο να παίξει καθώς μέσα από το παιχνίδι αναπτύσσει την ευφυΐα και την ωριμότητά του, να διαπαιδαγωγούμε τα παιδιά με ισορροπία και κοινή λογική ως μέγιστους πυλώνες της ανατροφής τους, την ίδια ώρα που μας συστήνει τα τρία μέρη του εγκεφάλου, τον ερπετοειδή, τον συναισθηματικό, τον έλλογο που είναι και ο ανώτερος. Μάθετε να χρησιμοποιείτε σωστά τα πέντε άριστα και αλάνθαστα εργαλεία που διαθέτουμε ή μπορούμε να διαθέτουμε οι άνθρωποι. Να σας αποκαλύψω ένα; Λέγεται «ενίσχυση των κανόνων και της θετικής συμπεριφοράς» και θεωρώ ότι είναι το πλέον θεμελιώδες από τα πέντε, καθώς αυτό είναι που θα καθορίσει μεγάλο μέρος της σχέσης σας με το παιδί σας.

Λέει πολλά θαυμάσια ο Μπιλμπάο στο βιβλίο. Και τα εξηγεί ωραιότατα, αξιοποιώντας τα πιο πρόσφατα ευρήματα της βιολογίας,

της νευροεπιστήμης μη αποκόποντάς τες από την παιδαγωγική επιστήμη.

Ο παιδικός εγκέφαλος ως πύλη κατανόησης και ενίσχυσης του παιδιού σας στα χέρια σας.

Μπεστ σέλερ σε 30 χώρες (25 γλώσσες) από το 2015 που πρωτοκυκλοφόρησε στα Ισπανικά.

Μετάφραση Γιάννη Μπελέγρη.

Ο ενδιαφέρων πρόλογος του βιβλίου είναι του **Γεώργιου Π. Χρούσου** (MD, MACP, MACE, FRCP, Ομότιμου Καθηγητή, Παιδιατρικής και Ενδοκρινολογίας, Διευθυντή του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Υγείας Μητέρας, Παιδιού, και Ιατρικής Ακριβείας, Επικεφαλής στην Έδρα UNESCO Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών).

Εκδόσεις Παπαδόπουλος.

Είπαν:

Με κοινή λογική, εύκολα εφαρμόσιμα εργαλεία και στρατηγικές που βασίζονται στην επιστήμη, το βιβλίο του Δρ. Μπιλμπάο θα βοηθήσει γονείς και εκπαιδευτικούς να διαχειριστούν τις καθημερινές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν στην ανατροφή και τη διαπαιδαγώγηση των παιδιών.

**Δρ. Beth Slomine, (Διευθύντρια Υπηρεσιών
Νευροψυχολογικής Αποκατάστασης Ινστιτούτο Kennedy
Krieger, Βαλτιμόρη)**

Ένα καλογραμμένο βιβλίο για γονείς, στο οποίο ο Δρ. Άλβαρο Μπιλμπάο, νευροψυχολόγος και πατέρας τριών παιδιών, μας παρέχει πρακτικές συμβουλές για τη σωστή πνευματική και συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών. Συνιστώ ανεπιφύλακτα αυτό το βιβλίο σε όσους μεγαλώνουν μικρά παιδιά.

Δρ. Margaret B. Pulsifer(Γενικό Νοσοκομείο Μασαχουσέτης, Ιατρική Σχολή του Χάρβαρντ.)