

Что происходит с младенцем в ситуации стресса?

Для младенца раздражителем-стрессором может стать очень многое: от грубого шва на одежде до громкого звука или колик в животике. Такое воздействие может быть чрезмерным и запустить стрессовую реакцию.

В такой момент повышается напряжение в симпатической ветви нервной системы и включается та самая реакция «бей или беги». Но младенец не может никуда убежать. Ради спасения у него активизируется система привязанности, он чувствует потребность быть в безопасности через контакт со значимым взрослым и включает систему оповещения об этом. Думаю, вы уже поняли какую. Он плачет. Плач ребенка происходит на особых частотах, ни один взрослый не может его игнорировать. Плач — это гарантия выживания для младенца и единственный сигнал тревоги, с помощью которого он может рассказать о своем неблагополучии. Если ребенок плачет, значит, он уже не справляется сам. И если вы сейчас прислушаетесь к себе и зададите внутренний вопрос: «А чего бы мне больше всего хотелось, когда я плачу?», то в большинстве случаев ответ будет таким: «Чтобы то, что меня расстроило, закончилось и чтобы кто-то большой пришел и помог мне».

Младенец не может сражаться или бежать, поэтому он призывает на помощь свою маму. Она приходит и, беря его на руки, помещает внутрь

«домика» их отношений привязанности, где безопасно и спокойно. Мама угадывает, что же стало причиной стресса, помогает с этим справиться. Во время такого контакта выделяется гормон окситоцин, а гормоны стресса со временем снижают свою концентрацию в крови, и малыш постепенно успокаивается.

Наверное, поэтому младенческий возраст характеризуют как симбиотический период в развитии детей, ведь мамина нервная система и ее действия продолжают выполнять функции регуляции нервной системы малыша.

Но что же происходит, когда напряжение высокое, малыш плачет, но к нему никто не спешит на помощь? Симпатическая ветвь нервной системы находится в состоянии возбуждения. В кровь выбрасываются дополнительные порции гормонов стресса, вся мускулатура еще больше напрягается. Эмоционально ребенок переживает состояние паники и ужаса. Он один, никого, способного ему помочь, в большом мире нет. Младенец не может выйти из этого состояния самостоятельно. И в момент пиковой нагрузки включается реакция замирания. Стоп-кран срабатывает. Ребенок отключается, плач замолкает. В такие моменты дети обычно засыпают от истощения, наступает диссоциация. Такой сон не приносит организму отдыха, восстановления, успокоения. В крови продолжают бушевать гормоны стресса, но сил, чтобы быть активным, уже нет. После такого сна ребенок часто просыпается вялым, раздраженным

или, наоборот, равнодушным, его ничего не интересует.

Частое попадание в диссоциацию приводит к задержкам в психофизиологическом развитии ребенка. В крови остается большая концентрация гормонов стресса, гормоны счастья и гормоны роста не выделяются в необходимом количестве, рост и развитие ребенка замедляются. Это один из ответов на вопрос, почему дети, попадающие в детские дома в младенческом и раннем возрасте, зачастую имеют признаки моторной и психоречевой задержки в развитии, а попадая в любящие семьи, показывают значительные скачки в развитии и могут впоследствии «догнать» своих сверстников.

Чем старше становится ребенок, тем с большим количеством стрессоров он учится справляться самостоятельно и тем реже будет активироваться система привязанности. При этом в момент возникновения пиковых нагрузок он по-прежнему будет обращаться к своему ведущему взрослому, чтобы тот помог ему справиться со стрессом, опасностью и восстановить чувство безопасности.

Надежность и познание мира

У младенца базово заложено безграничное доверие к тому взрослому, который становится его первичным ухаживающим лицом. Если у вас есть опыт



[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

