

Заштито своје дете од негативног стреса

Док позитивна искуства доприносе да се развије отпорност мозга, негативна могу да доведу до његових оштећења. Неки облици стреса, који су резултат искустава попут злостављања и занемаривања могу да оштете мозак у развоју.

Није сваки стрес штетан.

Неки догађаји изазивају позитиван, користан стрес – као што је упознавање нових људи или полазак у вртић – и здрави су јер се мали мозгови и мала тела припремају за будућа искушења.

Трауматичнији догађаји, као што су природне непогоде или губитак вољене особе, нису корисни за децу. Али, ако је дете окружено родитељима који му, кроз љубав и брижну негу, ублажавају стрес, ове ситуације неће имати трајни негативни утицај на развој мозга.
То је подношљиви стрес.

Трећа врста стреса је лоша за развој мозга. Токсични стрес настаје као одговор на понављана негативна искуства као што су злостављање и занемаривање. Јавља се нарочито онда када у окружењу нема подржавајућих родитеља који ублажавају активацију механизма одбране од стреса. Мала деца чији су мозгови били изложени оваквим негативним утицајима су у већем ризику да касније оболевају у физичком и менталном здрављу.

позитивно

подношљиво

токсични