

Kwalita' tal-Ħajja għat-Tarbija li se Titwieled - Dr Natalie Kenely Ph.D.. Università ta' Malta - 13-10-2012

Details

Category: Articles (/index.php?option=com_content&view=category&id=9&Itemid=106)

Published: 10 May 2019

Konferenza Nazzjonali

Mill-Moviment Malti dwar it-Tarbija li se Titwieled –www.unbornchildmalta.org

bil-kooperazzjoni tal-Ministeru tal-Gustizzja, Djalogu Pubbliku u l-Familja

Kwalita' tal-Ħajja għat-Tarbija li se Titwieled

Dolmen Hotel, Bugibba, Malta– Is-Sibt 13 ta' Ottubru, 2012 - 9.00am -2.00pm

Keynote speech –

Dr Natalie Kenely Ph.D. (Lecturer fil-Fakulta' għat-Tisħiħ tas-Socjeta', Università ta' Malta

u Chairperson – Kummissjoni Nazzjonali Familja)

Noħolqu konnessjoni emozzjonali rikka mat-tarbija li se titwieled

Fl-aħħar ħmistax-il sena psikologi ewlenin ikkonfermaw permezz ta'riċerka medika u l-esperjenza klinika li t-tarbija fil-ġuf tisma ', ittiegħem, thoss, u titgħallem; u dak li tesperjenza jibda jifforma l-attitudnijiet u l-aspettattivi tagħha dwarha nnifisha. Huwa ta 'importanza kbira allura, li aħna nifhmu dan is-suġġett tajjeb biżżejjed, biex inkunu nistgħu nipprovdu l-aħjar ambjent u hajja ta' kwalita' għat-tarbija fil-ġuf.

Iżda ha niehdu pass wiehed wara l-iehor ... Nixtieq li naqsam dawn il-ftit ħsibijiet magħkom, liebsa l-kpiepel differenti tiegħi ta' social worker u akkademika fil-qasam, haddiema volontarja maż-żgħażaġh u adulti għal hafna snin, chairperson tal-kummissjoni nazzjonali familja - fejn aħna nikkonċernaw ruhna dwar il-benesseri tal-membri kollha tal-familja – u fl-aħħar u mhux l-inqas omm ta 'żewġ itfal u omm li esperjenzajt it-telfa u l-uġiħ ta' miscarriage. Dan ma kienx sempliċiment esperjenza medika, iżda esperjenza profondament emozzjonali!

Jiena hdimt u għadni naħdem ma' żgħażaġh u adulti li jkunu qed jesperjenzaw sens profond ta' rifjut, ansjetà, sens li qatt ma jistgħu joghġbu lil hadd, wisq inqas lilhom infushom. Permezz ta' hidma intensiva, spiss jirnexxielna nittraċċaw l-għeruq ta 'dawn il-kwistjonijiet, għall-ħajja tagħhom fil-ġuf. Tfal mhux mixtieqa, tfal mhux ipplanati; tfal li ommhom riedu jabortixxu; tfal li baqgħu hajjin wara attentat ta' abort ... it-taqbib psikoloġiku u emozzjonali li jkunu qed jesperjenzaw fil-ħajja tagħhom huwa ta' qsim il-qalb. Qrajt u qsamt hafna stejjer kliniċi ta' psikoterapewti u ta' counsellors li esperjenzaw sitwazzjonijiet simili. Ir-riċerka fil-qasam qed tindika b'mod ċar li t-tarbija fil-ġuf hija sensitiva, thoss, hija konxja u tista' tiftakar. Psikologi prenatali huma konvinti li l-qofol tal-personalità tal-bniedem tiffurma fil-ġuf. Studji juru li din il-formazzjoni tal-personalità isseħħ permezz ta' komunikazzjoni intensiva bejn il-ġenituri - speċjalment l-omm - u t-tarbija fil-ġuf.

Hija l-kombinazzjoni ta' dawn ir-realtajiet li wassluni biex naghzel li nitkellem dwar dan is-suġġett. Nemmen bis-shiħ li nistgħu niżguraw li t-tfal jikbru f'ambjent kemm jista' jkun pożittiv, mill-mument tal-konċepiment. Il-ġuf huwa d-dinja ewlenija tat-tfal – u dawn it-tfal jistgħu jesperjenzaw din id-dinja bħala faċli jew bħala ostili. Huwa inkontestabbli li l-kwalità tal-ambjent u l-kwalita' tal-ħajja fil-ġuf, hija determinata prinċipalment mill-ġenituri.

Allura, Meta Tibda t-Trobbija?

Fil-kultura taghna, l-opinjoni komuni hija li t-trobbija tibda wara t-twelid. Għandna t-tendenza li naħsbu li t-trobbija ma tistgħax verament tibda qabel mat-tarbija tiġi attwalment "mogħtija" lill-ġenituri.

Meta wieħed iqis dak kollu li nafu llum dwar ir-realtajiet tal-ħajja fil-ġuf, irridu ndawwru l-arloġġ lura dwar it-trobbija – irridu nagħmlu "reset". Il-ġuf m'għadux post oskur, sigriet. Illum nafu li mhuwiex xi tank ta' iżolament! Dak li qed jiġri fil-ġuf għal disa' xhur huwa l-iffurmar u t-tiswir bla heda tat-tarbija shiħa - kollaborazzjoni bejn it-tarbija u l-ġenituri. Il-fatti kollha ġodda tal-ħajja li x-xjenza u l-esperjenzi klinici qed juruna, jitolbu għal involviment tal-ġenituri, il-partecipazzjoni, u l-kooperazzjoni tagħhom fil-matrici qawwija ta' interazzjonijiet intimi li jseħhu fil-ġuf. It-tqala hija trobbija *de facto*. L-influenza tal-ġenituri fuq it-tfal hija fl-aqwa tagħha matul il-kostruzzjoni fil-ġuf.

It-trobbija hija dwar "ħolqien" – il-ħolqien ta' bniedem shiħ – fiżiku, mentali, emozzjonali u spiritwali. 2

Jiena u r-raġel tiegħi konna nitolbu għat-trabi taghna waqt li konna qed nistennewhom. Din hija esperjenza personali hafna, u mhux kulhadd jaqsamha miegħi, iżda għal dawk li tagħmel sens, jien hassejt li din tagħat dimensjoni sabiħa u importanti lit-tqala tiegħi Allura dan ifisser il-ħolqien ta' ġisem u moħħ fiżiku, il-ħolqien ta' pedamenti emozzjonali għall-ħajja, u l-ħolqien ta' konnessjoni emozzjonali b'saħħitha u rikka mat-tarbija li se titwieled. Iżda ha nħarsu lejn dawn waħda waħda.

1. Ħolqien ta' Ġisem Fiżiku

Il-ġenituri jipprovdu l-ambjent fiżiku li se jiddetermina jekk it-tagħmir tat-tarbija għall-ħajja hux se jkun fqir, tajjeb, jew mill-aqwa.

L-ambjent, il-medikazzjoni, id-dieta tal-omm jistgħu kollha jaffettwaw l-iżvilupp fiżiku tat-tarbija fil-ġuf. It-tniġġis għandu hafna sorsi, li jibdeu mill-ambjent fiżiku madwar l-omm u l-missier. Bosta kimiċi jilhqunom fl-ambjent fejn dawn jaħdmu jew issibhom fil-garaxx jew fil-provvisti tat-tindif fil-kċina. It-tniġġis kimiku wkoll jilhaqna fis-sistema medika permezz ta' mediċini preskritti li jistgħu jpoġġu l-benesseri tat-tarbija fil-ġuf f'riskju. Xi mediċini, huma perikolużi fit-twelid Il-ġenituri infushom ukoll jistgħu jkunu sors ta' kontaminazzjoni u ħsara lit-tarbija fil-ġuf - dan bħala konsegwenza ta' drawwiet personali tagħhom u l-għażliet ta' stil ta' ħajja li jgħixu. Drogi li ma jagħmlux ħsara lill-adulti jistgħu jkunu ta' ħsara lit-trabi minħabba li dawn mhumiex kapaċi li jimmaniġġjaw dawn il-kimiċi f'dozi adulti. Il-kaffeina, in-nikotina, u l-aspirina jistgħu jaffettwaw il-kors ta' żvilupp tat-trabi. L-effetti dannużi ta' l-alkoħol ilhom magħrufa għal sekli shaħ u r-riċerka l-aktar reċenti (2005) twissi li l-ebda livell ta' alkoħol fl-omm tqala ma huwa sikur – fil-fatt l-koll aħna konxji tal-kampanja siewja li għaddejja bħalissa f'Malta, kontra l-konsum tal-alkoħol fit-tqala. Mhemmx bżonn li nitkellmew dwar id-drogi illeċiti u l-effetti tagħhom - għaliex jiena ċerta li hadd minna ma jiddubita l-ħsara li jistgħu jġibu fuq l-tarbija fil-ġuf. Dawn l-iskoperti kollha jizvelaw l-importanza profonda ta' trobbija bikrija hafna, li tibda, mhux fil-ħin tat-twelid, iżda anki minn qabel il-konċepiment meta jkun għadu possibbli li jiġu evitati għadd ta' problemi serji. Pero' inhalli lill-esperti f'dawn l-oqsma jkellmukom u jiddsikutu dawn il-kwistjonijiet magħkom iktar tard fil-jum. Nixtieq illi issa nindirizza s-suġġett li huwa għal qalbi hafna. Dan huwa il-

2. Ħolqien ta' Pedamenti emozzjonali għall-ħajja

Waħda mis-sorpriżi kbar dwar il-ħajja fil-ġuf hija l-livell ta' involviment emozzjonali u l-espressjoni tat-tarbija, li ġeneralment ma kienux anticipati fil-psikoloġija jew mediċina. Movimenti spontani u grazzjużi li issa jistgħu jiġu osservati minn madwar 10 ġimghat wara l-konċepiment juru l-awto-espressjoni u l-aspetti bikrija ta' awto-kontroll, htigijiet u interessi tat-tarbija fil-ġuf. Xi imġieba jirriflettu protesta kontra esperjenzi skomdi. Madwar il-15-il ġimgha, ultrasound juri trabi li jiċċaqalqu b'reazzjoni għal xi haġa sempliċi bħal daħq jew sogħla tal-omm. Ma ninsa qatt il-film "The Silent Scream" li rajt bħala teenager l-iskola...l-għajta silenzjuża ta' tarbija li qed tiġi abortita. Minn dak iż-żmien jien ridt li nifhem hafna aktar din id-dinja tat-tarbija fil-ġuf.

Bl-iżvilupp sorprendenti tas-smiġħ u t-togħma qabel 16-il ġimgha tqala, it-triq hija miftuħa għat-trabi sabiex ikollhom interazzjonijiet aktar estensivi ma' ommhom u missierhom. Immaġini tal-ultrasound ta' tewmin juru l-ambitu mhux mistenni ta' relazzjonijiet soċjali bejniethom meta jidhru ripetutament jolqtu, jagħtu bis-sieq, ibusu lil xulxin, jew jilgħabu flimkien. Il-ħajja fil-ġuf - issa li nistgħu nosservawha - f'tit li xejn tixbah lid-dinja għażżiena li konna naħsbu li kienet qabel. Konna naħsbu li t-tarbija kienet passiġġier passiv prattikament truxa, muta, u għamja. Illum nafu li dan mhux minnu.

Bħalma fil-ġuf, ikunu qed jiġu stabbiliti s-sistemi fiżiċi tat-tarbija, bl-istess mod, is-sistema emozzjonali. Hija wkoll tkun qed torganizza ruhha bħala riżultat tal-firxa u l-varjeta' ta' esperjenzi li t-tarbija tkun qed tiltaqa' magħhom. Tarbija mdawra b' rabja, biża', u ansjetà se taġġusta ruhha għal dik id-dinja u tista' tibqa' għorr dawn is-'settings' l-quddiem sakemm ma jsirux bidliet f'xi punt f'ħajjitha. Mudelli ta' reazzjoni beżgħana diġà viżibbli permezz tal-ultrasound qabel it-twelid, jistgħu jidhru wara t-twelid. Din is-sensittività emozzjonali tal-fetu hija raġuni ewlenija għalfejn l-adozzjoni tat-trabi ma tistax tiqies biss bħala esperjenza sempliċi għall-ġenituri. Ċansijiet huma, li t-tarbija adottata ġejja minn ambjent ta' konfużjoni u kunflitti, mnikkta u mqallba bis-sitwazzjoni tal-ġenituri bijoloġiċi. It-tarbija tkun qed titgħallm mill-esperjenza u x'aktar li tasal fid-dinja tħossna incerta, possibbilment miċhuda, u għorr bagalja mimlija sens ta' ansjetà dwar l-identità tagħha. Hawnekk ma nistgħax ma nenfasizzax l-importanza ta' l-appoġġ kontinwu u persistenti li għandna nibqgħu nagħtu lill-ġenituri adottivi. U dan iwassalna għalhekk għat-tietlet punt li nixtieq naqsam magħkom.

3. Ħolqien ta' Konnessjoni Emozzjonali b'saħħitha u rikka mat-tarbija

Żmien mhux twil ilu konna naħsbu li kien impossibbli għat-trabi fil-ġuf li jkollhom xi esperjenzi verament personali jew sinifikanti. Ma konniex naħsbu li dawn setgħa jkollhom moħħ li jaħdem. Retrospektivament, it-twemmin falz tagħna dwar dak li huwa kapaċi jagħmel moħħhom oskura u tefa' l-fatt li t-trabi fil-ġuf kienu tassew qed ikollhom firxa ta' esperjenzi, li permezz tagħhom kienu qed jistabilixxu mudelli ta' interazzjoni, jisimghu l-mużika u konverżazzjonijiet, u bħalma testijiet finalment ippruvaw, kienu jikkommettu dan kollu fil-memorja tagħhom – jiġifieri jiftakruhom. Bosta esperimenti għamluha ċara li trabi li jkollhom l-opportunità li jisimghu stejjer u mużika ripetuti lilhom fil-ġuf juru li jagħrfu dan il-materjal aktar tard fil-ħajja.

It-trabi fil-ġuf jimmemorizzaw il-vučijiet tal-ġenituri tagħhom waqt li jitghallmu l-karatteristiċi bażiċi tal-lingwa nativa tagħhom, il-"lingwa materna" kif ngħidu. F'esperiment riċenti, l-ommijiet irrepetew nursery rhyme kuljum għal erba' ġimgħat mit-33 sas-37 ġimgħa fil-ġuf. Ittestjati fis-37 ġimgħa ta' tqala t-trabi irrejaġixxew għall din ir-rima b'bidla fil-heartbeat, iżda mhux għall-rima li ma kienetx familjari. F'riċerka oħra, trabi urew immedjatament wara t-twelid preferenza għall-vuċi ta' ommhom u l-lingwa nativa tagħhom.

Hawnhekk nagħmel appell lill-ġenituri li jaħdmu bis-sħiħ biex joħolqu konnessjoni kreattiva u ta' mħabba mat-tarbija fil-ġuf (aktar milli waħda insensittiva jew aggressiva), konnessjoni li tirrispetta l-htiġijiet u l-limitazzjonijiet tat-tarbija. It-trabi huma naturalment kurjużi u interattivi. Dawn l-istudji wrew dak li f'it kienu jemmnu għexieren ta' snin ilu: (1) li t-trabi fil-ġuf huma "alert", konxji, u attenti għall-attivitajiet li jinvolvu l-vuċi, l-mess (touch), u l-mużika; (2) li t-trabi jibbenefikaw minn dawn l-attivitajiet billi jiffurmaw relazzjonijiet aktar b'saħħithom mal-ġenituri u l-ġenituri tagħhom magħhom, li jirriżultaw f' "attachment" iktar b'saħħtu u saħansitra esperjenza tat-twelid aħjar, u (3) li dawn it-trabi għandhom tendenza li juru żvilupp prekoċi tal-kliem, il-prestazzjoni aħjar ta' hliet fiżiċi (gross motor development), awto-regolazzjoni emozzjonali aħjar, u ipproċessar konjittiv aħjar. Dawn huma l-rigali u premijiet ta' trobbija attiva sa minn ġol-ġuf.

L-opportunitajiet għall-ġenituri li jiffurmaw relazzjoni mat-tarbija fil-ġuf huma sinifikanti u notevoli. Għalhekk ejjew nagħtu daqqa t'għajn lejn dan.

L-Iżvilupp u t-Tishih emozzjonali tat-tarbija jibdeu fil-Ġuf

Kieku kelli nistaqsi lill-ġenituri li qed jistennew tarbija: X'inhil iktar haġa li tixtiequ għat-tarbija tagħkom? Jiena ċerta li kwazi kulhadd se jwieġeb, li jkun jridu li t-tarbija tagħhom tkun kemm jista' jkun ferhana u b'saħħitha. Allura, kif jistgħu l-ġenituri jippruvaw jilhqan dan il-għan? Hafna ommijiet tqal jagħmlu minn kollox sabiex jiżguraw li t-trabi tagħhom, ikunu fiżikament b'saħħithom – attenti għal x'jieklu, x'jixorbu, l-vitami ni li jieħdu, il-visti lill-midwife jew l-ostetrika.... Dak li nispera li qed nagħmel permezz ta' dawn il-ftit hsi bijiet tiegħi huwa li nfakkar lill-ġenituri li qed jistennew tarbija, li huma jistgħu wkoll jaffettwaw is-saħha emozzjonali u t-temperament tat-trabi tagħhom. Dan jistgħu jagħmlu l-ewwel nett billi jagħtu attenzjoni lis-saħha mentali tagħhom infushom – speċjalment tal-omm. Ma jistax jonqos li hawnhekk infakkar fir-rwol importantissimu li għandhom l-professionisti li jaħdmu man- nisa tqal. Jiena ma ninsa qatt il-mument meta l-ostetrika tiegħi semgħet irregolarita' fil-heartbeat tat-tifel tiegħi u għrejna lejn l-isptar biex nagħmlu foetal ECG. Tistgħu timmaġinaw il-biża u l-inkwiet li kont qed inħoss – iżda il-midwife u professjonisti li hađu hsiebi kienu tant attenti biex jgħinuni nikkalma u ma nibqax nibza daqshekk!

M'għandux għalfejn ikun inċident bħal dan biex nifhemu l-emozzjonijiet li omm tqala tkun għaddejha minnhom – ferħ, stennija u eċitament imħallta ma' biża', ansjeta', inkwiet, tibdil fiżiku u emozzjonali, tibdil f'relazzjonijiet, inkwiet dwar ix-xogħol jew dwar kif se tlahhaq bi tfal oħra...kulhadd żgur li jista' jzid mal-lista.

U allura ma nistax ma niqafx ftit fuq punt li nħoss li huwa mportanti hafna li kemm l-ommijiet li qed jistennew tarbija, kif ukoll il-professionisti li jaħdmu magħhom iżommu fuq quddiem nett ta' moħħhom jiġifieri li – L-emozzjonijiet tal- Omm jaffettwaw lit-tarbija fil-ġuf. Kif l-omm tesperjenza u timmaniġja l-istress waqt it-tqala se jaffettwa l-tarbija kemm psikoloġikament kif ukoll fiżikament.

Il-hsibijiet ta' mara tqala għandhom konnessjoni fiżika mat-tarbija fil-ġuf tagħha. Dr Thomas Verny, psikjatra, awtur ta' hafna publikazzjonijiet xjentifiċi, akkademiku fil-qasam u fundatur tal-Association for Prenatal and Perinatal Psychology and Health (APPAH), u awtorita' ewlenija dwar l-effetti tal-ambjent tal-ġuf fuq l-iżvilupp tal-personalita', isostni li "Dak kollu li l-omm tqala thoss u tahseb huwa trasmess lit-tarbija f'għufha permezz ta' newro-ormoni, daqs kemm huma trasmessi l-alkoħol u n-nikotina."

Meta omm tqala tkun anzjuża, stressata, jew beżgħana, l-ormoni tal-istress li jiġu rilaxxati fid-demem tagħha, jaqsmu minn ġol-plaċenta għal ġot-tarbija. Mijiet ta' studji kkonfermaw li aġenti kimiċi rilaxxati mill-ġisem tal-omm tqala huma trasportati fil-ġuf u jaffettwa lit-tarbija fil-ġuf.

Thomas Verny jgħid, "Studji juru li l-ommijiet taħt stress estrem u kostanti huma aktar probabbli li jkollhom trabi li huma prematuri, inqas mill-medja fil-piż , iperattivi, irritabbli, u jbagħtu mill-colic." In-newro-xjentist Bruce Lipton jikteb, "Meta jgħaddu mill-plaċenta, l-ormoni tal-omm li tkun qed tesperjenza stress kroniku, se jibdlu profondament id-distribuzzjoni tal-fluss tad-demem fil-fetu tagħha u jibdlu il-karattru tal-fiżjoloġija tat-tarbija li qed tiżviluppa."

Huwa importanti li ninnota hawnhekk li m'ahniex qegħdin nitkellmu dwar avveniment wiehed individwali ta' rabja jew biża fl-omm li ser ifixkel l-fiżjoloġija tat-tarbija li qed tiżviluppa. Huma speċifikament emozzjonijiet "kroniċi," jew dawk soppressi kontinwament li huma ta' detriment waqt it-tqala. Per eżempju, il-ġenituri li ma jixtiequx li jkollhom tfal, il-ġenituri li huma kontinwament mħassba dwar iċ-ċans ta' sopravivenza tagħhom stess u konsegwentement tat-tarbija tagħhom, nisa li jesperjenzaw l-abbuż fiżiku u emozzjonali waqt it-tqala tagħhom – dawn kollha jirrapreżentaw sitwazzjonijiet fejn messagġi ambjentali negattivi li jdawwru t-tqala jiġu mgħoddija lit-tarbija. Dawn huma kollha każijiet ta' abbużi ripetuti, li huma kompletament differenti mill-ġenituri li jesperjenzaw jew jesprimu emozzjoni negattiva qawwija okkażjonalment jew temporanjament. Irrid ukoll ninnota illi dawn il-konsegwenzi negattivi fl-imġieba tat-tfal esposti għal attitudnijiet negattivi jew distruttivi matul l-iżvilupp prenatali tagħhom jistgħu jiġu psikoloġikament mibdula, ladarba l-kwistjonijiet jintagħrfu u jingħataw l-għajnuna dwarhom. Min-naha l-oħra Verny jsostni li, "Gie muri li l-emozzjonijiet pożittivi tal-omm itejbu is-saħha tat-tarbija fil-ġuf." Huwa jkompli, "Hsibijiet li jimlew lit-tarbija li qed tiżviluppa b'sens ta' ferħ jew kalma jistgħu ihejju t-triq għal dispożizzjoni ibbilancjata, kuntenta u serena għal matul il-hajja." Meta nħossuna ferhanin, għisimna jipproduċi kimiċi naturali ta' pjaċir msejja endorphins u encephalins. 5 Mingħajr stress, is-sistema nervuża tat-tarbija taħdem mingħajr xkiel. Meta l-omm tkun kalma u ċentrata, it-tarbija iktar għandha ċans li tikber b'mod paċifiku.

Konkluzjoni

Xi jfisser dan kollu fil-prattika? U nagħmel domanda oħra. Kif tista' l-omm tiġi mghejjuna biex jinżamm dan l-ambjent emozzjonali sikur għat-tarbija li tkun qiegħda iġġorr? It-tweġiba għal din hija wiesgħa ... minn li l-omm tiegħi hsieb tagħha nni nfişa, għall-appoġġ u l-imħabba tal-missier tat-tarbija, tal-familja estiża, għan-netwerk ta' appoġġ tagħha.

Teknika li tissejjah "Vizwalizzazzjoni" regolari tista' tghin lill-ommijiet jirrilassaw, jahsbu dwar l-tarbija u jikkonnettjaw mat-tarbija. Il-ġenituri hemm bżonn illi isibu l-hin biex johlqu din il-konnessjoni ġentili u ta' mhabba bejnhom u t-tarbija fil-ġuf. Dan fl-aħħar mill-aħħar jippermetti lill-ġenituri li johlqu u jstabbilixxu rabta emozzjonali qawwija mal-ftal minn qabel it-twelid.

Professjonisti li jaħdmu ma' nisa tqal jistgħu indubjament wkoll jgħinu lin-nisa f'dan ir-rigward. Il-panels li ser ikollna aktar tard dalghodu se jkunu qed jiddiskutu kwistjonijiet oħra importanti ħafna bħall-protezzjoni tat-tarbija fil-ġuf u l-ġenituri tagħha – dawn il-kwistjonijiet indubjament jaffettwaw is-serħan tal-moħħ tal-omm u tal-missier u jippermettu li jagħmlu dan li konna qed nitkellmu dwaru. Sforz sostnut minn dawk kollha involuti mal-ġenituri li qed jistennew tarbija huwa meħtieġ biex ikun żgurat ambjent tajjeb u sikur għat-tarbija fil-ġuf. Dan jagħti lil kull tarbija kwalità aħjar tal-ħajja saħansitra minn qabel titwieled.

Il-perjodu mill-konċepiment sat-twelid huwa perijodu kritiku għall-iżvilupp fiżiku, emozzjonali, u mentali ta' kull tarbija. Huwa l-perjodu ta' meta r-relazzjoni intima bejn il-ġenituri u t-tarbija tingħata l-forma u l-kwalità, b'konsegwenzi li jtulu fiż-żmien. Nagħlaq billi nhegġeg dak li huwa msejjah "trobija konxja" (conscious parenting). Fit-trobija konxja, il-kuncett tal-"familja" jsir realtà mill-mument tal-konċepiment. Il-ġenituri għandhom ikunu konxjament attenti biex il-ħsibijiet tagħhom, l-attitudni u l-imġieba tagħhom ikunu tali li jinfluwenza b'mod pożittiv l-iżvilupp u s-saħħa tat-tfal tagħhom.

Grazzi.

Kitba msejjsa fuq xogħolijiet u publikazzjonijiet ta' awturi u riċerkaturi fil-qasam:

Chamberlain, D. (n.d.). Introduction to life before birth. (retrieved from birthpsychology.com).

Chamberlain, D. (1998). The mind of your newborn baby. USA: North Atlantic Books.

Lipton, B. (2001). The biology of belief. CA: Hay House Inc.

Marnie, E. (1988). LoveStart: Prebirth Bonding. Carlsbad, CA: Hay House.

Sallenbachm William (1994/1998). Clair: A case study in prenatal learning. Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health, 9(1), 33:56; reprinted in 12(3 and 4), 175-196.

Verny, T. & Kelly, J. (1982). The secret life of the unborn child. USA: Dell.

Verny, T. & Weintraub, P. (2000). Nurturing the unborn child: A nine-month program for soothing, stimulating and communicating with your baby. New York: Delacorte Press.

Verny, T. & Weintraub, P. (2003). Pre-Parenting: Nurturing your child from conception. USA: Simon & Schuster.

Wirth, F. (2001). Prenatal Parenting: The psychological and spiritual guide to loving your unborn child. New York: Harper Collins. □

=====