

מנות עיקריות



האכלה ואכילה - התפתחות תקינה

פרק 4: גורמים המשפיעים על רכישת מיומנויות האכילה

תרגיל

קחו ביסקוויט או קרקר ואיכלו אותו.

עכשיו קחו ביסקוויט או קרקר נוסף, ואיכלו אותו תוך שימת לב לפעולות השונות: מה גודל הנגיסה? כיצד אתם לועסים, מהר? לאט? האם אתם לועסים בצד מסוים? באיזה שלב אתם בולעים? האם אתם מודעים לנשימתכם בזמן הלעיסה והבליעה? האם חשתם בטעם מיד או לאחר הלעיסה? האם ההרגשה עתה שונה מזו שחשתם באכילת הביסקוויט הראשון?

יש להניח, שהביסקוויט השני היה לכם טעים יותר, כי הייתם מודעים לכל תהליך האכילה. מודעות והתמקדות באכילה מאפשרת להבחין במירקמים, בטעמים ובריחות התורמים להנאה מהאוכל. זה מה שעושה הפעוט כשהוא אוכל את ה'ביסקוויטים' הראשונים שלו.

כמבוגרים, רבים מאיתנו איבדו את תשומת הלב לתהליך האכילה. אנשים רבים אוכלים מהר ובהיסח הדעת, ו/או תוך כדי עיסוק נוסף, כמו צפייה בטלוויזיה או קריאה בעיתון. יחד עם זאת, כל אדם בוגר מכיר את טכניקת האכילה, כיצד להביא את האוכל אל פיו, ללעוס, לבלוע, ותוך כדי כך גם לנשום. כיצד לומד התינוק לעבור מיניקה בחודשים הראשונים לאכילה עצמאית, שהיא כה טריוויאלית לאדם הבוגר?

מכלול גורמים המשפיעים על רכישת מיומנויות אכילה

התפתחות מיומנויות האכילה העצמאית הינה תהליך מורכב מאוד. המעבר משלב רפלקסיבי של יניקה לפעולות רצוניות של אכילה ובליעה, ולרכישת כישורי אכילה בוגרת, הינו תהליך מתמשך, הכרוך בלמידה מתמדת ומתקדמת, המתרחשת תוך כדי גדילה של הילד, בעקבות התנסויות שהוא חווה עם המזון ועם ההורים/המטפלים. האירוע של הארוחה, החל מן הסעודה הראשונה, מהווה מוקד להתנסויות וללמידה של כישורי האכילה. התפתחות האכילה העצמאית הינה פועל יוצא של אינטראקציות ההאכלה, ואלה מושפעות ממכלול של גורמים.

סטיבנסון ואליר (Stevenson & Allaire), רופאי ילדים מאוניברסיטת וירג'יניה בארצות הברית, חילקו את הגורמים השונים לשלוש קטגוריות:

1. מרכיבים של הילד: מבנה גנטי, פעילות פיזיולוגית, התפתחות פסיכו-מוטורית, מזג, מצב בריאותי ותזונתי.
2. מרכיבים הוריים-משפחתיים: מצב כלכלי, תמיכה משפחתית, מצב רגשי, אישיות, חינוך, בריאות.
3. אחרים: תרבות, סוגי המאכלים המוגשים לילד, התערבות מקצועית.

בפרק זה אתייחס למרכיבים הקיימים אצל התינוק עם לידתו, כמו: רפלקסים התנהגותיים, יכולת למידה, תבנית גנטית, מזג ויכולת התבטאות. כמו כן, אדגיש מרכיבים הוריים, כמו: הבנה, רגישות והתאמת הטיפול לצורכי התינוק-הפעוט-הילד. אלה תורמים להתפתחות אכילה תקינה. מרכיבים נוספים, כמו: תרבות, מצב רגשי, דפוסי הורות ועוד, יפורטו בפרקים האחרים.

מערכת רפלקסים התנהגותיים

רפלקסים אלה, שהתינוק מצויד בהם, נועדו להבטיח שיקבל את המזון הדרוש לו לקיומו:

בכי - משמש את התינוק כדי להודיע שהוא רעב, ולהזעיק עזרה להקלת מצוקתו ;

גישוש (Rooting) - רפלקס המוביל את פיו אל מקור האוכל ;

מציצה ובליעה - רפלקסים המאפשרים לו להכניס את המזון לגופו.

התינוק מגיע מוכן עם מערכת של חושים המגיבים לגירויים, ועל ההורים והמטפלים ליצור את הגירויים במידה המתאימה ליכולת הקליטה וההתמודדות שלו.

תינוק שנולד בלידה טבעית, מסוגל לאתר את הפיטמה של אימו ולינוק ממנה מיד עם היוולדו. כאשר מניחים אותו, מיד לאחר הלידה, על בטן אימו, הוא נח ומסתכל מידי פעם בפני אימו במשך כעשרים הדקות הראשונות. לאחר מכן הוא עושה כל מיני תנועות שפתיים ומרייר, ואז מתחיל לזחול בעזרת הרגליים לכיוון החזה של האם תוך כדי סיבובי ראש מצד לצד. כשהוא מגיע לשד הוא פותח את הפה לרווחה, ואחרי כמה ניסיונות נצמד לפיטמה ומתחיל לינוק. התהליך כולו נמשך כשבעים דקות. תינוקות שנולדו בלידה מואצת, או קיסרית, הם ישנוניים, ולרוב אינם עושים מאמצים להגיע לפיטמת השד.

יכולת למידה

המוחות הצעירים נועדו ללמוד מהמוחות המבוגרים (Trevarthen).

כל תינוק נולד עם יכולת מדהימה ללמוד. ההתנסויות והחווייות המשמעותיות ביותר שהתינוק עובר, מתרחשות במהלך ההאכלה, שבחודשים הראשונים לחייו חלה בממוצע שש פעמים ביום לפחות. התנסויות וחווייות אלו קשורות באופן הדוק ביחסי-הגומלין הרגשיים והחברתיים עם המאכיל. זו מעין מעבדה לימודית, שבה התינוק עובר התנסויות וחווייות חוזרות ונשנות בתחומים שונים, כמו: תהליכי ויסות עצמי, קשר בין-אישי, גילוי וביסוס העצמאות שלו, רכישת מיומנויות מוטוריות עדינות וגסות (כמו להחזיק בביסקויט או בכוס ובאותו הזמן לשבת יציב) ורכישת מיומנויות במוטוריקה אורלית (נגיסה, לעיסה, שתייה מכוס, אכילה מכפית).

להתנסויות ולחוויית שהתינוק עובר במהלך ההאכלה ובתהליך של רכישת מיומנויות האכילה העצמית, בעיקר בשנתיים הראשונות, יש השפעה מרבית על התפתחות יכולת הוויסות של המערכות העצביות, התחושתיות והתנועתיות. כמו כן מתפתחות רכישת יכולות הבקרה והשליטה בהקשרים הרגשיים-חברתיים, שבהם התינוק מביע כוונות, רצונות, העדפות והיענות לציפיות ממנו. תפקיד מכריע בהתנסויות אלה יש ליחסי-הגומלין בין הילד ובין הדמות המטפלת.

הלמידה מאפשרת תהליך התפתחותי - מתגובות רפלקסיביות-לא-רצוניות ועד לתגובות רצוניות. תהליך זה מלווה בהתעבות המערכת העצבית (המיילין) ובגדילת המוח.

בזכות הטכנולוגיה המתקדמת, יכולים כיום חוקרים בתחום הפסיכו-נוירו-ביולוגיה, להביא ממצאים מאלפים על ההשפעה של התנסויות, בעיקר בהתרחשויות שבין האם לתינוק, על התפתחות המוח. ההתנסות הרגשית של התינוק מתפתחת באמצעות קולות, דמויות ותמונות, שהם המרכיבים העיקריים של החוויה הלימודית של התינוק. הם מאוחסנים ומעובדים באונה הימנית של המוח במשך השלבים המעצבים של התפתחות המוח, הנמשכת עד גיל שלוש שנים. על-פי ממצאי המחקרים נמצא, שהמערכות המוחיות הקשורות לרגשות ולהתקשרות (הלימבית וגזע המוח) עוברות התחברות עם אזורי הקורטקס, הקשורים לחשיבה ולשכל. מה שקורה באזור אחד משפיע על האחר. ההתחברויות וההתעבויות תלויות בהתנסויות שעובר התינוק ומתעצמות בעקבותיהן.

בהרצאה מרתקת שהזדמן לי לשמוע מפי פרופ' אלן שור (Schore), אחד החוקרים המובילים בתחום ההתפתחות הרגשית, הוא הדגיש ש'הסביבה החברתית המוקדמת, המתווכת על-ידי המטפל העיקרי, משפיעה ישירות על התחברויות סופיות של מעגלים במוח, האחראים להתפתחות החברתית-רגשית העתידיה של הפרט... אירועים נעימים, בתיווכם של הורים/מטפלים, המתרחשים בשלבים המוקדמים של הבשלת המוח הרגשי, הינם קריטיים להתפתחות מערכות המעבדות מידע חברתי-רגשי ברמות התת-מודע למשך כל החיים'.

שור התייחס לאירועים באופן כללי, ואני חוזרת ומדגישה, שליחסי-גומלין באירועי ההאכלה יש תרומה מרכזית להתפתחות המוח הרגשי. אחת מצורות הלמידה היא התניה, שהתינוק מסוגל לעשות מיד עם לידתו. במחקר שערכו בלאס ושטיינר (Blass & Steiner) באוניברסיטה העברית בירושלים, הם הראו שתינוקות מסוגלים ללמוד את הקשר בין ליטוף, שהוא גירוי חיצוני, לבין הציפייה לאוכל שעומד להגיע. החוקרים זיהו תגובות להתניה אצל תינוקות בגיל שעתיים עד ארבעים-ושמונה שעות. כל שתי דקות תופפו על מצחו של התינוק, ומיד נתנו לו למצוץ תמיסת סוכר. התינוקות עשו תנועות מציצה ונמשכו בשקיקה למקור המים המתוקים. בהמשך הניסוי הם המשיכו לעשות תנועות מציצה וחיפוש במשך התיפוף בלבד. בקרב תינוקות בקבוצת הביקורת חלה הפסקה של עשר-שלושים שניות בין התיפוף לבין מתן מי הסוכר, ולא נצפתה עלייה בתגובות שלהם בעקבות התיפוף. הממצאים הראו לפיכך את היכולת של הילוד ללמוד בדרך ההתניה לקשר גירוי חיצוני עם ציפייה לאוכל וחיפוש אחריו.

מניע חשוב ללמידה של פעוטות הוא ההנאה. תינוקות הם יצורים נהנתנים (הדוניסטים) ונוטים לכן לקבל התנהגויות שגורמות להנאה ולחזור עליהן, או לדחות התנהגות שאין בה הנאה. תינוקות בני שעות אחדות יכולים להבחין בין תמיסה מתוקה לחמוצה, כפי שהראה שטיינר. הם מוצצים יותר מהתמיסה המתוקה, שגורמת להם הנאה, וזה ניכר באופן ברור בהבעת פניהם, ונמנעים ממציצה של תמיסה חמוצה. מעקב אחר תגובות המציצה מפיטמה ללא נוזל, לעומת מציצה של מים ומציצה של תמיסת סוכר, הראתה הבדלים ברורים ביניהן. ההנאה מן המתוק הייתה מניע לשינוי מוטורי, מספר המציצות עלה וההפסקות בין היניקות התקצרו. שינוי זה היה מלווה גם בשינוי אוטונומי - עלייה בקצב הלב.

למידת מיומנויות האכילה ולמידה דרך האכילה

המיומנויות הראשוניות של יניקה, כמו המיומנויות המתקדמות יותר, של לעיסה ושל בליעה של מוצקים, נרכשות לחלוטין בדרך של למידה. כבר בהאכלה הראשונה מתחילה הלמידה הדו-סיטרית וההיכרות בין האם לתינוק. כאן מתחיל הדו-שיח בין התינוק לאימו, והצורך שלה להבין מה

התינוק יכול לעשות ומה הוא לומד. אם הרוצה להביא את פי התינוק אל הפיטמה על-ידי דחיפת ראשו כלפיה, תשיג תוצאה הפוכה - התינוק ידחוף את ראשו אחורה. האם תהיה מתוסכלת, ותיכנס ללחץ, שמא החלב שלה לא טוב, ובמקום אווירה רגועה ייווצרו תיסכול ומתח סביב ההנקה. לעומת זאת, אם היודעת (או שמנחים אותה), שהרפלקס של המציצה בא כתגובה לרפלקס האיתור, וזה מונע על-ידי גירוי של מגע, הצריך לבוא מכיוון הפיטמה, תיצור את התנאים המעודדים את ההיצמדות של התינוק לפיטמה. רצוי מאוד שהאם תדע, שרכישת מיומנות של ניקה חלקה ורגועה נמשכת ימים אחדים, ולפעמים עוברים אף שבועות, עד שהתינוק לומד לינוק, לבלוע ובאותו זמן גם לנשום.

חוקרים שונים מתארים את המפגש של התינוק והאם כריקוד ולס, שכל שותף מגיע אליו עם הכישורים והמטען שיש לו. המפגש הראשוני דומה למה שמתרחש בין שני אנשים זרים היוצאים בריקוד של ולס. בתחילה הם דורכים זה על זה או מושכים לכיוונים שונים, אבל בהדרגה כל אחד לומד את מהלך התנועות והרמזים של בן-זוגו, ובהמשך הם נעים בהרמוניה מרבית, להנאת שניהם ולהנאת הצופים בהם.

כדי שהדיאלוג בין האם לתינוק יזרום חלק, דרושות מספר תכונות: לכל שותף יהיה מאגר ומגוון של התנהגויות תקשורתיות, כמו דיבור, חיך ותנועות גוף. תגובותיו של כל שותף תהיינה מיידיות ומתואמות לרמזים ולפעולות של הצד השני. דפוסי ההתאמה של הצדדים ישתנו עם הזמן, בהתאם להתפתחות המיומנויות של התינוק.

המיומנויות של לעיסת ובליעת המוצקים נלמדות אף הן על-ידי התנסויות חוזרות ונשנות באכילת מזונות המתאימים להתפתחות המוטורית של התינוק. התינוק צריך להיות מוכן מבחינה מוטורית למעבר מתנועות ניקה לתנועות דחיפה של האוכל לאחורי הלשון לצורך בליעה. הסימנים המקדימים למוכנותו להתנסויות עם אוכל מוצק הם, יכולתו של התינוק לשבת ישר, אפילו עם תמיכה, פתיחתו את הפה כשהוא רואה את האוכל מתקרב, והיכולת לאסוף את האוכל מהכפית ולהביא אותו לבליעה.

יש תקופה קריטית של פיתוח מיומנויות הלעיסה. אם מאכילים את התינוק במאכלים מוצקים לפני התפתחותן של התנועות הדרושות

ללעיסה, הוא לא יוכל לבצע את פעולת האכילה, כי תנועות היניקה ידחפו את האוכל החוצה. הזמן המתאים להצעת מאכלים מוצקים הוא בגיל שבין ארבעה-חמישה חודשים לבין תשעה חודשים. אם מתחילים להאכיל את התינוק במוצקים בגיל מאוחר יותר, התהליך עשוי להיות קשה ומתסכל, כי עוברים את השלב הטבעי של הלמידה.

יכולת ויסות כמות המזון

האם לתינוקות יש יכולת ללמוד לווסת את צריכת המזון שלהם, בהתאם למה שהם זקוקים לו כדי לגדול?

פומון (Fomon) ועמיתיו ערכו מחקר ובו בדקו, האם תינוקות ישנו את צריכת המזון שלהם בהתאם לריכוז הפורמולה, או במילים אחרות, האם לתינוקות יש יכולת לווסת את צריכת מזונם. אימהותיהם של תינוקות בני שבוע, שהשתתפו במחקר, קיבלו מנות מדודות של אוכל מוכן בריכוזים שונים, ללא ידיעתן. נאמר לאימהות להאכיל את תינוקן עד שהוא מרוצה. מדי יום אספו את הבקבוקים ומדדו את הצריכה ועקבו אחרי הגדילה של התינוק. כמות המזון היומית שצרכו התינוקות שהואכלו בפורמולות הדלילות יותר, במשך ששת השבועות הראשונים לחייהם, הייתה גבוהה יותר באופן משמעותי מן הכמות שצרכו התינוקות שקיבלו מזון מרוכז. התינוקות שצרכו את הפורמולות המרוכזות, צרכו יותר קלוריות ליום במידה משמעותית, ועלו מהר יותר במשקל במשך ששת השבועות הראשונים. אבל בתקופה שבין שישה עד שישה-עשר שבועות, תינוקות אלה כבר ידעו לווסת את הכמויות שהם זקוקים להן, מבלי לעלות במשקל. המחקר מצביע אפוא על יכולת הלמידה של התינוק לקשר בין טיב המזון, מידת ריכוזו או דלילותו, ובין התוצאות של אכילתו, ולווסת את צריכת המזון שלו בהתאם. (אם כי יכולת הוויסות של תינוקות אינה כה טובה עד מלאת להם ארבעים יום).

במחקר אחר, עקבו במשך שלושה שבועות אחרי צריכת המזון היומית של תינוקות מגיל שישה עד תשעה שבועות, ומצאו שונות רבה מיום ליום, אבל העלייה במשקל הייתה סדירה. כלומר, על אף השונות היומית הם צרכו את כמות המזון הנדרשת לגידולם התקין.

ב-1928 פרסמה קלרה דייוויס (Davis), רופאת ילדים בבייח הר-סיני בניו יורק, מחקר מעניין שערכה עם קבוצה של פעוטים. מטרת המחקר הייתה בדיקת בחירה עצמאית של מזון על-ידי פעוטים. איפשרו לחמישה-עשר פעוטים בני שישה עד אחד-עשר חודשים, שלא התנסו קודם לכן במזונות של מבוגרים, לבחור באופן חופשי ממגוון של 34 מזונות בסיסיים, פשוטים, לא מתועשים. הם לא קיבלו ממתקים או צ'יפס או שימורים. הכנת המאכלים הייתה פשוטה ביותר. כל המאכלים הוגשו כל יום בחלוקה לארבע או שלוש ארוחות. המטפלות תודרכו לא להציע לילדים שום מזון, אבל לשבת בשקט וכפית בידן, ורק כאשר הילד הצביע לעבר מאכל מסוים, וגם פתח את פיו, הגישה לו המטפלת בכפית את המאכל שהצביע עליו. הילדים אכלו באצבעותיהם או בכל דרך שיכלו להאכיל את עצמם. המטפלת לא העירה דבר לגבי הבחירה של הילד או לגבי אופן האכילה שלו. הרחיקו את האוכל מהילד רק לאחר שעשה סימנים ברורים שסיים לאכול, וזה היה בדרך כלל כעבור 20-25 דקות. עורכי המחקר עקבו אחרי צריכת המזון, הגדילה ומצב הבריאות של הפעוטים לאורך שש שנים. נערכו להם בדיקות רפואיות כל חצי שנה. התוצאות היו מדהימות: כל אחד מהם הצליח לנהל נכון את צריכת המזון המתאימה לו, לכולם היה תיאבון בריא, וכולם גדלו בסדר. הם לא לקו בעצירויות, בשלשולים או בהקאות. הם לקו בהצטננויות קלות בלבד, ללא סיבוכים. חלק מהילדים היו במצב ירוד בתחילת הניסוי, עם רמות חומרה שונות של רככת. לאחד הפעוטים, שהיה במצב חמור, שמו על מגש האוכל כוסית עם שמן דגים. הוא שתה מדי פעם ובכמויות שונות, לפי רצונו. כעבור זמן מה הפסיק מעצמו לקחת את השמן, ואכן בבדיקות דם ורנטגן התגלה שהבריא. צריכת המאכלים של הילדים לא הייתה תמיד מסודרת מבחינת הגיוון והכמויות, ולעתים אף הייתה מוזרה מאוד, כמו ביצים אחדות, בננות וחלב לארוחת ערב. אך ניתוח כמותי של צריכת המזון הראה, שכל אחד מהילדים קיבל בתקופת המחקר את רכיבי התזונה הנחוצים והמומלצים לגילו. דייוויס טענה, שהיכולת להפיק צריכה מאוזנת מהמזון, מצביעה על מנגנון פנימי, אוטומטי, שמפקח על האיזון הזה, וחלק ממנו הוא התיאבון, שהוא אישי ושונה מילד לילד. התיאבון למאכלים שונים התפתח עם ההתנסויות החוזרות וההיחשפות לטעמים שונים.

התבנית הגנטית והסביבה התרבותית

*The baby comes to this world enveloped with the potential
to develop into a potent human being.*

התינוק מגיח לעולם עם מאגר גנומי מוגדר, תבנית גנטית ייחודית לו, שהיא הפוטנציאל הבסיסי להתפתחותו לאישיות בוגרת. כיווני ההתפתחות, בתחומים שונים, מושפעים מיחסי-גומלין בין התבנית הגנטית שלו לבין הסביבה הפיזית והאנושית שלו. חוקרים מדגישים, שיחסי ההתקשרות המתווכים בידי המטפלים משפיעים ביותר על ההתפתחות.

באירוע ההאכלה מתקיים המפגש בין הגנטיקה של התינוק ובין ההתנסויות והחוויות שהוא עובר ביחסי-הגומלין שלו עם המאכיל ובמגעו עם האוכל. על תרומתם של יחסי ההאכלה להתפתחותו הרגשית והחברתית של התינוק ארחיב בפרקים הבאים.

**מה חלקה של התבנית הגנטית ומה תרומתה של הסביבה האנושית
ברכישת דפוסי האכילה?**

כאמור, מחקרים הראו, שילוד בן שעות ספורות מגיב לטעמים שונים. הוא מראה העדפה ברורה לטעם המתוק, ולעומתה, דחייה של הטעם החמוץ או המר. לתכונה המולדת, להעדפת המתוק ודחיית המר, יש יתרון אדפטיבי: הטעם המתוק מאותת על מקור עשיר בפחמימות כמקור לאנרגיה, והטעם המר מאותת על רעלים, שמהם יש להתרחק.

**האם זו רק התבנית הגנטית שמכתיבה את דפוסי האכילה, או שהם
בעיקר תוצאה של למידה?**

כאמור, התינוק לומד מהתנסויות שהוא עובר עם האוכל. העדפת טעמים שונים היא בחלקה מולדת, אולם מושפעת גם, במידה רבה, מגורמים סביבתיים וחברתיים. המשיכה המולדת למתוק יכולה כמעט להיעלם, אם תינוקות אינם נחשפים למאכלים מתוקים ואינם מתנסים בהם. ידוע שתינוקות שמגישים להם מאכל חריף דוחים אותו בדרך כלל. באחד המחקרים הראו החוקרים, שהנטייה הטבעית למתוק והדחייה מפני

חריף התהפכה אצל ילדים מקסיקנים, אשר בגיל שש-שבע שנים העדיפו לבחור חטיף חריף על פני מתוק. זו דוגמה להשפעת התרבות על העדפת מזון זה או אחר.

ידוע, שטעמים וריחות של מזונות, שהאם אוכלת מועברים אל העובר דרך נוזל השיליה ואל התינוק עם החלב שהוא יונק. לדוגמה: ריח השום. נמצא, שתינוקות ינקו יותר (בזמן ובכמות) כשהחלב היה עם ניחוח של שום. לעומת זאת, כאשר הבשומת של חלב האם השתנתה לאחר שהיא שתתה בירה או יין, התינוק ינק פחות, במידה משמעותית.

בדומה לכך, שיטצה (Schuetze) ועמיתיו הישוו יחסי-גומלין בין אימהות לתינוקות בני ארבעה עד אחד-עשר שבועות, שינקו לאחר שהאם שתתה אלכוהול, ולעומת זאת כאשר האם לא שתתה אלכוהול. לאחר מכן, הם המשיכו לצפות בתינוקות במשך שעה לאחר ההאכלה. נמצא, שיחסי-גומלין בהנקה 'האלכוהולית' התאפיינו בעימותים ובתגובות פחות מתואמות, מאשר בהאכלה נטולת האלכוהול. התינוקות שינקו חלב עם אלכוהול היו מבוהלים, פחות שקטים בשנתם ובכייניים יותר. לפיכך, ההמלצה הרווחת לשתות בירה להגברת תפוקת החלב, יכולה לגרום לכך שהתינוק יאכל פחות ויהיה פחות רגוע.

זאת ועוד, תינוקות הניזונים מחלב אם לומדים את מגוון הטעמים והריחות של התרבות שבה נולדו, עוד בטרם נחשפו והתנסו במזונות מוצקים. לכן הם מוכנים יותר לקבל מזונות חדשים מאשר התינוקות הניזונים מתחליפי חלב, שהם בעלי טעם חד-גוני.

מזג (טמפרמנט) ויכולת ביטוי

כל תינוק מגיח לעולם עם מזג משלו ועם יכולת לביטוי עצמו וצרכיו בדרך משלו, ולכך יש השפעה על יחסי-גומלין שלו עם סביבתו. אך למרות שמזג הוא תכונה מולדת, הוא אינו מקובע לכל החיים. כמו לגבי התבנית הגנטית, כך גם ביטוי של המזג וכיוון התפתחותו מושפעים מן היחסים עם ההורה/המטפל. תינוק פעיל, רעשן ומתבטא יותר, אינו בהכרח רעב יותר, או אגרסיבי יותר, אך יכול להתפרש ככזה על-ידי המטפל בו.

מאידיך גיסא, תינוק שקט, אפאטי, אולי לא יבטא בבירור את תחושותיו ורמזיו לצרכים שלו. במקרה זה תידרש מהמטפלת/ת רגישות יתר להבנת הרמזים העדינים, אך הוא/היא יכולה לעודד ביטוי ברור יותר שלהם עם הזמן.

האם מזג הוא תכונה אנושית בלבד? נראה שבזה אין האדם מותר מן הבהמה.

דוגמה להשפעת מזגו של התינוק על תגובתה של האם, קיבלתי באירוע מרתק שהתרחש על הדשא ליד חלוני בין שני גוזלים ואימם. ציוצים 'תינוקיים' משכו את תשומת ליבי באחר-צהריים שליו של שבת. היבטתי מבעד לחלון לפשר הקולות, והתגלו לפני שני גוזלים ואימם הציפור, שהגיחה מדי פעם והאכילה אותם. זינקתי מיד למצלמת הווידאו והנצחתי את האירוע. אחד משני הגוזלים היה קולני יותר, צייץ בתוקף והתקדם לקבל את מזונו מהאם, שאספה את המזון מבין השיחים. הגוזל השני, שציוצו היה חלש יותר והוא היה פחות תוקפני, נשאר מרוחק יותר מהאם וקיבל פחות מזון. בשלב מסוים האם חיפשה אותו, ומשלא היה בקירבתה, המשיכה להאכיל את הגוזל הפעיל יותר. מדהים היה לראות איך הבדלי מזג בין הגוזלים, בדומה לבני אדם, משפיעים על ההתייחסות של הזולת אליהם. לגבי זה היה אירוע מרגש, שכן הטבע זימן לי את האירוע הראשון בסידרת תצפיות בהאכלה שערכת לימים בקרב משפחות שהיגרו לאוסטרליה מארצות שונות, בשהותי שם בשבתון.

סיכום

אירוע הארוחה הוא בשביל התינוק מעין מעבדה חווייתית-לימודית, מאחר שחוזרות ונשנות בו התנסויות המחזקות את הלמידה של מיומנויות אכילה, ויתרה מזאת, תורמות להתפתחותו הרגשית-חברתית. המעבר מרפלקס מציצה מאורגן היטב בתינוק להתנהגות אכילה מיומנת של המבוגר, הינו תהליך למידה התלוי בגורמים חברתיים-אינטראקטיביים. בהתפתחות נורמלית, במערכת יציבה ותומכת, נוצרות במוח תבניות המקשרות בין אכילה לבין הנאה פיזיולוגית ותענוג של מגע.

תינוק יונק לומד לקשר אוכל עם אימו, עם הרגשה של מגע קרוב, של חמימות ושל נינוחות בזמן האכילה. להתנסויות ולתחושות קדומות אלו יש כנראה תפקיד חשוב בהיווצרות הנפש, הפסיכה, של התינוק ובהתפתחות של אמון בסיסי של התינוק במאכיליו בפרט ובסביבתו האנושית בכלל. במערכת פתולוגית, הגירוי הפיזיולוגי של האכילה בשלביה הראשונים, האמור להיות מהנה, יכול להתקשר אצל התינוק עם דפוסי הורות לא תקינים, ולגרום לו לחפש את הקשר הלקוי הזה.