

Dziecko: ósmy miesiąc

Jeśli jakiś malec nie ruszył jeszcze na podbój świata, to pewnie ruszy w ósmym miesiącu. To miesiąc upływający pod znakiem pełzania i raczkowania. Ale uwaga! Umiejętność raczkowania nie jest brana pod uwagę w ocenie zaawansowania rozwoju dziecka. Nie znajdziecie jej w tabelach. Prawidłowo rozwijające się dziecko może w ogóle nie raczkować, tylko od razu stawać i chodzić. Z kolei inne może raczkować tak sprawnie, że zacznie chodzić dużo później. Wariantów raczkowania jest bardzo dużo. Ale wszystko zaczyna się od przewrotów z brzucha na plecy i z pleców na brzuch czyli obracania wokół własnej osi, co na pewno opanuje już teraz każdy niemowlak.

Następny etap to pełzanie. Wielu malców będzie usiłowało teraz to osiągnąć. Początkowo ruchem okrężnym, potem do tyłu, a dopiero potem uda się pełzanie do przodu. Pełzanie jest sztuką opartą na sprawności ramion i bioder. To dobrze pracujące mięśnie rąk grają kluczową rolę. To na rękach podparte jest całe pełzające ciało. Do tego konieczne jest usprawnienie mięśni brzucha, grzbietu i miednicy. Dziecko musi poruszyć biodrami, aby się przesunąć. Albo je nieco unieść, albo skrócić, albo jedno z drugim. W zasadzie to pierwsze pełzanie do tyłu bardziej przypomina chód raka, niż to późniejsze chodzenie na czworakach, zwane zwyczajowo raczkowaniem. W tym kolejnym etapie biorą udział nóżki. Stanowią drugi punkt podarcia, co pozwala na uniesienie ciała do góry. Poza zwykłym chodem na czworaka, czyli wykonywaniem skomplikowanego ruchu naprzemiennego lewa ręka do przodu, prawa noga do przodu, prawa ręka do przodu, lewa noga do przodu, wszelkie inne warianty są bardzo śmieszne. Maluch może raczkować na rękach i całych stopach podpierając się czasem głową o podłogę, albo na jednym kolanie i stopie, robiąc przy tym fikuśny ruch ciała do góry i na dół. Są takie miłe grubaski, które bezpiecznie czują się tylko na pupie i w tej pozycji przemieszczają się. Wszelkie odmiany coraz sprawniejszego przemieszczania się będziemy obserwować w najbliższych miesiącach. Ale sami widzicie, że raczkowanie nie może być rozwojową normą, bo przebiega zbyt różnorodnie.

Ruszanie się wymaga miejsca. Maluch musi mieć jakiś rewir dla siebie na podłodze. Najlepiej na wykładzinie, po podłoga jest twarda, zimna i zdarzają się drzazgi. A przecież w lecie raczkuje się na gołych kolanach. Można pomyśleć, czy na czas zabawy na podłodze nie wkładać dziecku dłuższych, cienkich spodenek.

Wspaniałą umiejętnością jest klęknięcie. Dziecko może podpełznąć do kosza z zabawkami, chwycić się go i klęknąć. Pozwoli mu to powyciągać z kosza zabawki i dłuższy czas zachwycać się jak wylatują w powietrze. Gdy kosz będzie pusty, pójdzie szukać innego kosza tym razem z bielizną, kasetami lub gazetami. Po to, aby samemu nie oszaleć od wiecznego uważania, gdzie aktualnie nasz brzdąc jest i co dotyka lub rozwała, warto niektóre rejony mieszkania wyłączyć z eksploracji. Mam na myśli pracownię komputerową, bibliotekę dziadka, schowek z środkami czystości, spiżarkę ze słoiczkami, śmietnik, itp. Izolacji można dokonać zamykając drzwi lub zamykając szafki np. na gumki lub kluczykiem. Przyjdzie oczywiście i taki moment, że zapomnicie zamknąć pracowni lub szafki z przyborami do szycia i waszym oczom ukaże się zbójcecka, szczęśliwa mina malca pośród zniszczeń i bałaganu. Ale to się nazywa rodzicielstwo, które najskuteczniej uczy tolerancji wobec siebie i innych. Nie denerwujcie się.

Wszystkie etapy rozwojowe trwają jakiś czas i mijają. Za kilka miesięcy stwierdzicie, że raczkujący niemowlak to nic w porównaniu z chodzącym i sięgającym coraz wyżej młodym kombinatorem. Z rozrzewnieniem wspomnicie czas leżenia w łóżeczku. Nie ma większego sensu na siłę wpajać licznych zakazów. To jeszcze nie pora. Nawet jeśli dziecko rozumie słowo "nie" i tak nie jest w stanie samo siebie kontrolować. Można na początek założyć, że są w domu dwie lub trzy rzeczy naprawdę nietykalne. Np. doniczka z palmą, kabel od lampy i magnetowid. Ale ważna jest konsekwencja i pozytywne wzmacnianie. Za każdym razem gdy maluch zbliża się do tych przedmiotów trzeba mówić "nie dotykaj", zabierać go w inny rejon i dawać do zabawy coś równie ciekawego i pochwalić, że się tym zajął. Natomiast, gdy przejdzie obok magnetowidu obojętnie i sięgnie po misia, trzeba wyrazić swój zachwyt nad geniuszem malca. Tylko konsekwencja, powtarzanie zakazu i chwalenie za oczekiwane zachowanie daje efekt. A jest to wykonalne, gdy nie narzucimy sobie zbyt wielu takich zadań. Pamiętajcie od dziś, że wychowywanie dziecka to przede wszystkim wymaganie od siebie. Narzucając jakąś zasadę np. niedotykanie komputera, narzucacie sobie pilnowanie komputera i dziecka na raz. Trzeba wybrać to co jest naprawdę cenne lub niebezpieczne. W tym okresie zaczynają się różne przykre przypadki np. zrzucenie na siebie lampy przez pociągnięcie za kabel, przewrócenie donicy, wkładanie rączek do kontaktów, zjedanie śmieci, wypijanie niebezpiecznych płynów itp.

Od momentu "wyruszenia dziecka w świat" trzeba dbać o czystość podłogi. Ale bez nadmiernego reżimu. Dziecka organizm zna bakterie domowe i one go znają. Przewód pokarmowy jest już bardziej szczelny i

dzięki temu odporniejszy. Można uznać, że zwiedzanie domowych kątów to naturalna szczepionka. Ale raz dziennie warto odkurzać. To jeszcze nie czas na uczenie dziecka porządku. Bałagan jest potrzebny do rozwoju. Jest męczący dla nas, a dla dziecka jest twórczy. Wyznaczcie sobie pory sprzątanania np. wieczorem i róbcie to razem traktując jak zabawę, a nie przykry obowiązek.

To czego możemy uczyć, to proste zabawy z powtarzaniem gestów: klaskanie, machanie pa-pa. Dziecko powoli z dobrego obserwatora staje się świetnym naśladowcą. Zaczyna rozumieć gesty, ale także ich używać. Nie chcąc jeść - zaciśnie wargi lub zasłoni się łokciem. Chcąc coś dostać lub dotknąć - wyciągnie rączkę. Chcąc być wzięte na ręce - wyciągnie obie rączki. Jeśli ma rodzeństwo, będzie je bacznie obserwować przy zabawie i próbować naśladować. Wyostrzenie wzroku i lepsze skupianie uwagi zauważymy też, gdy dziecko będzie obserwowało liście za oknem lub cienie na ścianie, czego nie dostrzegало wcześniej.

Ale to udoskonalenie percepcji ma drugą stronę medalu. Może pojawiać się lęk. Obserwowanie min, gestów u innych może wywołać reakcję lękową. Może pojawić się wyraźna rezerwa wobec obcych osób lub nieznanymi zachowań. Głośny śmiech dorosłych, klaskanie, chóralny śpiew itp. mogą wywołać u dziecka ośmiomiesięcznego płacz. Jednocześnie z "lękiem ósmego miesiąca" pojawia się potrzeba stałej obecności mamy. Wiele mam w tym okresie ma kłopoty z wyjściem gdziekolwiek, choćby do toalety. Każde zniknięcie jest skwitowane rozpaczą, trudną do opanowania.

Po okresie pewnej stagnacji w rozwoju mowy, pojawiają się nowe umiejętności. Maluch mówi dużo do siebie, tak jakby komentował wszystko co dotyka i widzi. Swobodnie wymawia dwusylabowe "słowa": mama, tata, dada, baba, gaga. Istnieją teorie mówiące, że to właśnie z tych pierwszych słów wypowiedzianych przez dziecko bezwiednie powstały we wszystkich językach świata podobne do siebie słowa: mama i tata. Przez późniejsze powtarzanie i kojarzenie z daną osobą utrwalają się odpowiednio do tego w jakim języku dziecko jest chowane. Świadome nazywanie osób i przedmiotów pojawia się bowiem najwcześniej w dziesiątym miesiącu. **PIELĘGNACJA - UWAGI PRAKTYCZNE**

- Jeśli nie było wcześniej takiej potrzeby teraz przyszedł czas na opuszczenie materaca w łóżeczku
 - Konieczne są szelki do wózka
 - Można odwrócić spacerówkę, tak aby dziecko jechało przodem do kierunku jazdy, będzie więcej oglądać i przez to więcej uczyć się na spacerze
 - Nadal uwaga na słońce! Praży jeszcze dość mocno, choć skóra już zdążyła się przyzwyczaić. Zwłaszcza dla dzieci o jasnej karnacji, na spacer i na wyjazdy zabieramy lekkie czapeczki, parasolkę do wózka i kremy z filtrem. Kocyk w lesie rozkładamy w półcieniu, a na plaży pod parasolem.
 - Wasz dom trzeba uczynić bezpiecznym dla raczkującego dziecka. W tym celu warto:
 - zabezpieczyć kontakty
 - pochować kable za meble, bo ciągnięcie za nie grozi zrzuceniem na siebie np. lampy, magnetofonu itp.
 - uniemożliwić dziecku zetknięcie z wszelkimi substancjami toksycznymi: lekami, środkami czystości i ochrony roślin, trutkami na owady, szczury, klejami itp.; tłukącymi: żarówki, termometr, szklanki itp.; łatwymi do połknięcia: koralikami, igłami, pinezkami itp. W tym celu trzeba je pozamykać lub umieścić w wysoko wiszących szafkach. Trzeba pilnować, aby nic nie rozproszyło was w czasie używania tego typu substancji, aby przypadkowo nie pozostały na wierzchu.
 - chwiejne meble trzeba przymocować do ścian, aby przy próbach stawania przy sprzętach maluch nie zwałił na siebie np. szafki z książkami
 - rośliny trzeba umieścić na parapetach, chwilowo donice na podłodze lub stojaku mogą być niebezpieczne i same przy tym ucierpieć
 - jeśli książki będą w miarę ciasno ułożone i nie będą z nich wystawały tasiemki - zakładki, to istnieje szansa, że dziecko nie będzie ich wyjmować z półek
 - Stwórz dla dziecka rejony, w których może działać:
 - kojec z zabawkami
 - część pokoju lub cały pokój z miękką wykładziną
 - kosze z zabawkami, półki z dziecięcymi książkami
 - dolne szuflady w kuchni napełnij nietłukącymi, bezpiecznymi sprzętami np. pokrywkami, ściereczkami itp.
 - schody zabezpiecz specjalną bramką (do dostania w sklepach meblowych)
- KARMIENIE - UWAGI PRAKTYCZNE**
- mleko mamy jest nadal podstawą żywienia, do końca pierwszego roku stanowi przynajmniej 2/3 jadłospisu można eksperymentować i wprowadzać stopniowo kolejne produkty do jadłospisu:
 - łyżeczkę oliwy lub masła do zupki
 - kaszkę kukurydzianą lub gryczaną
 - gotowane żółtko jaja (1-2 razy w tygodniu)
 - ew. mięso indyka lub królika (ugotowane i drobno posiekane)

- nieznanne dotychczas owoce i warzywa

Zasada podawania jest taka sama jak miesiąc temu. Podajemy produkty bezmleczne i bezglutenowe. Jeden produkt przez 3-5 dni. Zaczynamy od 1 łyżeczki, codziennie zwiększamy ilość o 1-3 łyżeczki. Ostatniego dnia testu dajemy dziecku potrawę do syta. Jeśli przez te dni nie zaobserwujemy żadnych objawów nietolerancji dany produkt może zostać w diecie.

- Nową umiejętnością, którą warto wykorzystać jest jedzenie rzeczy podanych do rączki. Mogą to być: chrupki kukurydziane, banan, biszkopty bezglutenowe, gotowane warzywa np. kalafior, marchewka, brokuły, ziemniak, fasolka szparagowa, dojrzała gruszka, morela. Jedzenie rączką sprawia malcowi ogromną radość. Warto dawać jeden nieduży kawałek do łapki lub kilka małych na plastikowy talerzyk. Zbyt duża chrupka, po kilku gryzach szybko wylądowuje na ziemi. Talerzyk też ma taką szansę, więc kładźmy nań niewiele. Są na rynku talerzyki na przyssawkę!

- Uwaga! Do rączki nie podajemy twardszych owoców, czy warzyw, które nie rozpluwają się w ustach, bo dopóki dziecko nie potrafi żuć, twarde, odgryziony przypadkowo kawałek, może wpaść do tchawicy.

- Aby uniknąć dławienia trzeba asystować dziecku przy jedzeniu, choćby być w pobliżu. Nie wolno dawać jedzenia w samochodzie, na huśtawce itp.

- Jeśli dziecko zacznie się dławić, trzeba szybko przełożyć je przez rękę lub kolano, głową w dół. Można poklepać po plecach. Jeśli to nie daje efektu, trzeba włożyć dwa palce do gardła i wyjąć nieszczęsny kawałek. Nie należy chwycić za nóżki i wieszać do góry nogami, jak na starych rycinach. Można dziecku zrobić krzywdę i bardzo wystraszyć.

Dziecko w tym wieku nie musi pić soków, bo pije mleko z piersi. Ale jeśli mama wychodzi do pracy, musi zostawiać płyny do picia. Soczki z podstawowych owoców i odciągany pokarm. Można teraz spróbować użyć kubeczka z dzióbkiem zamiast łyżeczki lub butelki ze smoczkiem.

Magdalena Nehring-Gugulska