

## Dziecko: dziewiąty miesiąc

W tym miesiącu niemowlęta udoskonalają wcześniej nabyte umiejętności. Te, które jeszcze czegoś nie umiały, doganiają rówieśników. Te, które już dużo umiały, teraz robią wszystko coraz szybciej i bardziej precyzyjnie. Coraz sprawniej siadają, nie dają się tak łatwo przechylić i wytrącić z równowagi, niektóre potrafią nawet usiąść samodzielnie z pozycji leżącej. Większość coraz szybciej pełza lub raczkuje, niektóre robią to tak doskonale, że nawet potrafią wspiąć się po schodach. Posiadacze mieszkań ze schodami przekonują się teraz, że ich pociecha może całkiem sprawnie przemieszczać się po schodach w górę ( w dół jest trudniej!) mimo, że jeszcze nie potrafi chodzić.

Umiejętność chwytania jest też coraz precyzyjniejsza, większość dzieci osiąga sztukę chwytu pęsetowego (czyli chwytu przy pomocy zaokrąglonego kciuka i palca wskazującego). Wiąże się z tym zainteresowanie drobnymi elementami większych całości np. dziurką w sweterku, deseniem na bluzce babci. Pozycja siedząca, w której dziecko zaczęło spędzać większość czasu, daje nowe możliwości. Można doskonale bawić się własnymi bucikami czy skarpetami, można je ściągać, oglądać, skubać, wyszukiwać dziurek na sznurówki itp.

Niezwykłym przeżyciem dla całej rodziny jest niemowlak stojący. Rozwojowy pęd do pionizacji każe maluchowi szukać sposobów na podciągnięcie się do góry. Na ogół wykorzystuje do tego szczebelki łóżeczka albo niskie krzeselka lub szafki. Podpełza do wybranego przedmiotu, klęka przy nim, mocno łapie się obydwoma rączkami i stawia na całej stopie jedną nóżkę. Następnie dokonując nie lada wyczynu - podciąga się do stania. Całe stopy stawia na podłożu. Ta sztuka wymaga wielkiego wysiłku! Grubaski nie będą takie skore do podciągania jak szczupłe "sprężynki". Jeśli nasz maluch sam nie ma jeszcze takich pomysłów, można zrobić test. W tym celu, gdy jest w pozycji siedzącej trzeba podać mu obie ręce i podciągnąć go do stania. Prawie każde dziecko w tym wieku wstanie i rozstawi nogi szeroko, ale na całych stopach. Niektóre dzieci są tak przejęte wstawaniem, że najchętniej stałyby cały dzień, a mamy muszą się nieźle nabiedzić, aby je posadzić albo położyć. Nawet przewijanie i karmienie musi odbywać się w tej pozycji. Karmienie na siedząco przestało być atrakcją

W związku z pionizacją dziecko zaczyna dosięgać coraz wyżej i wyżej. Kolejne poziomy w mieszkaniu zaczynają być dla niego nieograniczonym polem do odkryć. Wiele nowych półek i szafek jest teraz w jego zasięgu. Trzeba zastanowić się, gdzie może leżeć coś niebezpiecznego np. leki, przybory do szycia, chemikalia itp. Warto w tym celu samemu przejść się na czworaka po domu, aby spojrzeć na nasze otoczenie z poziomu dziecka. Szafki można zabezpieczyć, choćby związuując rączki tasiemką. Rzeczy mająca dla nas szczególną wartość trzeba poprzestawiać wyżej lub głęboko schować. Ale pamiętajcie, że zrzucanie i bałaganienie jest nieodłącznym etapem w rozwoju. Cudowna jest mama, która zostawi nie zamkniętą choć jedną szufladę z bielizną lub półkę z pościelą do rozwalania. Jednocześnie trzeba sprawdzić czy wszystkie stojące meble, a zwłaszcza regały z książkami są stabilne, czy nie przewrócą się na dziecko, gdy zacznie "po swojemu" szarpać i napierać.

Ponieważ tak dużo ciekawych rzeczy pokazuje maluchowi świat, trudno się dziwić, że mogą pojawić się kłopoty z zasypianiem. Te dzieci, które spały dwa razy dziennie pewnie zaczną mieć tylko jedną drzemkę w ciągu dnia. Drzemka ta jest konieczna, aby młody układ nerwowy odpoczął po dużej ilości wrażeń. Niektóre dzieci mogą mieć kłopot z wieczornym zaśnięciem, bo chcą ciągle bawić się czymś nowym albo stać bez końca. Typowym widokiem wieczornym jest maluch stojący w łóżeczku, ledwo trzymający się na nogach, ale twardo upierający się, że będzie stał i nie będzie spał!

Dziewiąty miesiąc to czas dobrej zabawy. Można się teraz z naszym maluchem świetnie bawić w chowanego. I to prawdziwego, po pokoju! Maluchy to kochają! Z dzikim piskiem odkrywają mamę za fotelem! Ale na początek warto z kryjówki przywoływać dziecko, aby nie wystraszyło się, że mama gdzieś zniknęła na prawdę. Mimo, że tak zmienił się świat i styl wychowywania dzieci, zabawy, których uczyły nas nasze babcie są wciąż na czasie:

- idzie rak nieborak;
- srocza kaszkę ważyła,;
- pokaż oko, nos, buzię;
- pokaż jaki jesteś duży;
- pokaż jakie masz kłopoty.

Ponieważ w tym miesiącu udoskonala się wzrok i dziecko zaczyna lepiej odróżniać elementy większej całości, a także wyczuwać stosunki przestrzenne - nową zabawką są kolorowe klocki, zwłaszcza takie, które wsuwają się jeden w drugi.

Wspaniałą zabawą jest wyjmowanie klocków z pudełka i klocków z nieco większych klocków. Dawniej klocek w pudełku byłby w oczach dziecka jedną bryłą. Teraz koordynując wzrok i sprawność dłoni dziecko potrafi odróżnić klocek od ścianek pudełka i wyjąć. Zaraz oczywiście rzuci go z zachwytem na podłogę. Poszuka wzrokiem i będzie oczekiwać, że ktoś mu poda. Jeśli się nie doczeka, albo zapomni, albo będzie płakać. To sprawa charakteru.

Kolejną wspaniałą zabawką jest telefon komórkowy - oczywiście imitacja z plastiku. Ten mało kosztowny wynalazek ochroni nas przed dobieraniem się do naszych pilotów i komórek, które stanowią obiekt zainteresowania niejednego młodego człowieka.

Z dziewięciomiesięcznym maluchem można pogadać. Na wołanie po imieniu będzie się odwracał i uśmiechał promiennie. Na "chodź tu" powinien "przyraczkować". Na "Gdzie mama?" Odpowie "mama, mama." A może pokaże całą rączką, gdzie ta mama jest.

Zabawa w "daj mi to" wygląda na razie tak, że dorosły prosi o zabawkę, wyciąga rękę, a maluch niby podaje zabawkę, ale nie chce jej wypuścić z rączki. A jeśli tak się zdarzy, że odda zabawkę to pochwalmy go, za to że właściwie zrozumiał prośbę.

Koniecznym jest nauczyć malucha schodzenia tyłem z tapczanu, łóżeczka czy krzesła. Dzięki temu szybciej opanuje też sztukę schodzenia na czworaka ze schodów. Umiejętność ta jest bardzo pożyteczna i zapobiega wielu upadkom. Nie trzeba się obawiać, gdy zostawi się niemowlaka bawiącego się na tapczanie, bo wiemy, że jak zechce to sobie zejdzie. W tym celu kładziemy coś ciekawego na podłodze. Gdy dziecko zaczyna się tym interesować, odwracamy je na brzuch, nóżkami do krawędzi tapczanu. Powoli zsuwamy dziecko, aż poczuje pod stopami podłogę. Teraz asekurować pozwalamy mu na przejście do pozycji na czworaka i ogromnie się cieszymy bijąc brawo i chwając malucha. Oczywiście musi on zdobyć ów przedmiot zainteresowania. Bez nagrody nie ma skutecznej nauki. **PIELĘGNACJA - UWAGI PRAKTYCZNE**

- usuwamy wszystkie niebezpieczne przedmioty z nowego zasięgu dziecka
- jeśli dziecko zaczyna stawać można pomyśleć o pierwszych butkach. Muszą być to buty lekkie, dobrze trzymające nogę w kostce, przebadane ortopedycznie i dość miękkie, bo dziecko będzie w nich i leżeć i siedzieć, a tylko czasem stać.
- Konieczne są szelki do wózka. Niektórym dzieciom przydają się szelki przy fotelikach i stołkach do karmienia.
- Można wyjąć dwa szczebelki z łóżeczka, aby dziecko mogło swobodnie wychodzić i wchodzić.
- Warto szykować na spacer czy wyjazd pod miasto zestaw gorszych ubrań. Nieszczęśliwe są dzieci, które są zawsze czystuśko ubrane i nigdy nie mogą położyć się na piachu czy trawce na kolanach. Starajmy się, aby to co mówimy do dziecka na spacerach nie ograniczało się do "nie brudź się" i "uwaga, bo spadniesz". Na spacerze jest mnóstwo ciekawych rzeczy, a brud się dobrze zmywa i spiera. Zawsze można mieć przy sobie wilgotną szmatkę do rąk i buzi.
- Wycieczka do piaskownicy - najlepiej gdy jest to własny kawałek trawki lub piasku, po którym nie biegają psy i koty. Niestety nasze miejskie piaskownice nie nadają się dla raczkujących dzieci. W piaskownicy można niestety wszystko znaleźć - i pety i szkła i kocie odchody stanowiące źródło zakażenia toksoplazmozą. Sytuacja ma się inaczej, jeśli miejskie służby właśnie przywiozły nowy piach!
- Kąpiel ma teraz wielki sens, bo dziecko jest rzeczywiście umorusane po całym dniu szorowania kolanami po domu czy podwórku.
- Warto sprawić niemowlakowi pierwszą szczoteczkę do zębów, aby teraz sam "szczotkował" ząbki. Na razie nie dajemy pasty do zębów. Szczoteczkę zanurzamy w naparze z rumianku lub zwykłej wodzie.

#### KARMIENIE - UWAGI PRAKTYCZNE

- mleko mamy jest nadal podstawą żywienia, do końca pierwszego roku stanowi przynajmniej 2/3 jadłospisu
- ten miesiąc to ostatni dzwonek, aby zacząć przyzwyczajać dziecko do jedzenia innych rzeczy niż matczyne mleko. W kolejnych miesiącach dziecko będzie tak skoncentrowane na wstawaniu i chodzeniu, że nie da się go skusić żadnym smakołykiem.
- Zaczął się wspaniały okres, gdy na straganach mamy pod dostatkiem warzyw i owoców dojrzewających naturalnie. Można więc znów rozszerzyć dietę. Warto rozważyć: brokuły, buraczki, kiwi, avocado. Do zupki można dodać ugotowane i drobno posiekane mięso indyka lub królika. Można dawać drobne rzeczy do rączki, jak gotowany groszek, fasola czy kukurydza
- Nadal nie podajemy produktów zawierających gluten i mleko krowie.
- Nie dajemy dziecku słodczy ani produktów solonych (np. chipsów)

Może być to kolejny miesiąc kryzysu laktacyjnego. Dziecko jest zafascynowane światem, nowymi

rzeczami do jedzenia. Niektóre dzieci mogą sprawiać wrażenie, że chcą zrezygnować z piersi. Ale to jeszcze nie czas. Kryzys minie, a o laktację trzeba dbać proponując dziecku pierś w tych momentach, w których zawsze ją ssało. Kilka karmień w ciągu dnia i 1 -2 w nocy to jeszcze całkowita norma. Magdalena Nehring-Gugulska