

Igrajmo se z dojenčkom

Vsi starši si najbolj od vsega želijo, da bi se njihov otrok razvijal kar najbolj zdravo. Prvo leto otrokovega življenja je polno presenečenj, staršem in otroku ponuja številne priložnosti za učenje in nabiranje novih izkušenj, ki prinašajo brezmejno veselje in ustvarjajo temelje za medsebojno druženje.

Izidora Vesenjsek Dinevski, učiteljica joge v vsakdanjem življenju

Dojenčki znajo že zelo zgodaj navezati stik z drugimi ljudmi – s pogledi, kretnjami in z glasovi. Večina staršev je presenečena, s kako bistrim pogledom se novorojenček takoj po porodu zazre v njihove oči. Budno stanje zavesti je ena njihovih prvih sposobnosti. Raziskave kažejo, da dojenčki niso samo nemočni kričači, kot pogosto mislimo. Z njimi se lahko igramo od prvega dneva in ne šele takrat, ko spregovorijo in shodijo.

Otrok, s katerim se v prvih letih življenja drugi ljudje le redko pogovarjajo in mu ne berejo veliko, utegne v poznejšem življenju imeti težave z jezikovnimi spretnostmi. Malček, ki pri igri nima družbe, se bo morda težje prilagodil okolju. Otrokovim možgani se bujno razvijajo, če dobijo povraten odziv iz okolja. Z izkušnjami se razvijajo v organ za razmišljanje in čustvovanje. Otrok, ki je od rojstva v jezikovnem stiku z okolico, bo verjetno zelo dobro govoril. Dojenček, na čigar čebljanje bo okolica odgovorila s smehljajem, ne pa z ravnodušnostjo, se bo verjetno znal primerno čustveno odzvati, ko bo zrasel.

Prav v tem zgodnjem otrokovem obdobju življenja je pomembno, da se mamice srečujejo v skupini pri igralno-razvojnih uricah, si izmenjujejo mnenja in izkušnje. Pogosto se zgodi, da mlada mamica prežene vse dvome že samo po pogovoru z drugimi mamicami, ki so v enakem položaju kot ona. V takšni skupini vsi vedo, kaj pomeni neprespana noč, razumejo stiske mamice ob težavah, ki se pojavijo pri dojenju,

pri spremembah v partnerskem odnosu. Po pogovoru za dežjem zopet posije sonce – sončnih trenutkov pa je v skupni navezi z dojenčkom neskončno veliko. Pri igralno-razvojnih uricah se v skupino vključuje šest do osem dojenčkov ali malčkov s svojimi mamicami. Za vključitev v skupino je priporočljiva starost najmanj 8 tednov pa tja do dveh let. Praviloma skupina ostane vse leto nespremenjena, to pomeni, da se ves čas srečujejo isti otroci.

Stalna sestava skupine je temeljni pogoj, da se otrok v prvem tujem okolju počuti dobro in varno. Srečanja so enkrat na teden, po 90-120 minut in pod vodstvom izkušene voditeljice. Prostor za srečanje je primerno ogret, da so dojenčki lahko čim manj oblečeni. Voditeljica starše seznanja z gibalnimi vajami ter z igrami tako, da jih prikaže na lutki. Že zelo majhen dojenček ima rad, da se ga ziblje, stiska, ljubkuje, drži v naročju in pogovarja z njim. Pri razvojno-igralnih uricah se mamice naučijo pomembnih osnov rokovanja (handlinga), razgibavanja, uporabe preprostih pripomočkov za vadbo in igro, temeljnih tehnik masaže, prstnih igric ter otroških pesmi, primernih za določeno otrokovo obdobje. Z vsemi temi aktivnostmi se spodbujajo možganske povezave, ki se izražajo skozi petje, plesanje, govorjenje, ljubkovanje, vonjanje ali okušanje. Med vadbo se uporabljajo preprosti pripomočki, ki vzpodbudno vplivajo na razvoj otroka (napihljivi valj, različne žoge, glasbila, rutice, ropotuljice ...).



Dojenček, na čigar čebljanje bo okolica odgovorila s smehljajem, ne pa z ravnodušnostjo, se bo kasneje znal primerno čustveno odzvati.

FOTO: ARNIT VEČERA

Čez čas starši med številnimi vzpodbudami lahko sami izberejo tisto, ki je za njihovega otroka takrat najbolj pomembna. Igre naj bi čim večkrat ponavljali: tako se jih otrok navadi in mu postanejo domače. Medtem ko mamice svoje otroke slačijo, oblačijo, previjajo, dojijo, hranijo, imajo čas za pomenkovanje in izmenjavo svojih mnenj in izkušenj. Skupne urice omogočajo spremljanje otrokovega razvoja, spodbujanje gibanja, zanimive igre, krepi se povezanost med starši in otrokom, otrok lahko naveže stik z vr-

stniki in z drugimi odraslimi. Večinoma spremljajo otroke v skupini mamice, saj so vse leto doma ali pa so le polovično zaposlene. Večina očetov je polno zaposlena, zato imajo manj časa, da bi se udeleževali takšnih skupinskih srečanj. Vendar je tudi za mlade očete zelo priporočljivo, da najdejo čas in uživajo s svojim malčkom. Nekatere skupine zato občasno organizirajo ob sobotah dodatna srečanja za očete in njihove otroke. **(Članek je delno povzet po knjigi Igrajmo se z dojenčkom.)**