

SKOKI ROZWOJOWE W PIERWSZYM ROKU ŻYCIA DZIECKA

Czym są skoki rozwojowe oraz jak je rozpoznać?

Skok rozwojowy jest to moment w rozwoju umysłowym dziecka, podczas którego w mózgu powstaje wiele, nowych połączeń neuronalnych. Wtedy też zmienia się jego postrzeganie świata, a układ nerwowy otrzymuje informacje, których wcześniej nie był w stanie przetworzyć. Skoki rozwojowe są zupełnie normalnym zjawiskiem, które uznawane jest za przejaw dojrzewania prawidłowo rozwijającego się układu nerwowego.

Skoki rozwojowe w pierwszych 12 miesiącach życia dziecka.

Nie wszystkie niemowlęta doświadczają skoków rozwojowych w takim samym stopniu.

Jedne przechodzą je lepiej, inne nieco gorzej. Ważne jest, aby w tym momencie zachować spokój i okazała dziecku maksimum wsparcia oraz uwagi. Dla niego to także duże przeżycie, z którym musi się uporać, dlatego tak ważne w tym czasie jest wsparcie rodziców.

Zakłada się, że w ciągu pierwszych 12 miesięcy życia dziecka skoki rozwojowe występują ok. 7 razy:

- **Pierwszy skok** – między 4 a 5 tygodniem. W pierwszym miesiącu życia dziecka jego narządy wewnętrzne rozwijają się w bardzo szybkim tempie. Zmysły odbierają bodźce ze świata dużo intensywniej niż kilka dni po narodzinach, co często jest źródłem niepokoju u Maluszka. Po zakończeniu pierwszego skoku dziecko zaczyna się uśmiechać, wydłuża czas czuwania pomiędzy drzemkami oraz zaczyna zatrzymywać wzrok na twarzy rodzica.
- **Drugi skok** – około 8 tygodnia. W tym czasie dziecko zaczyna dostrzegać powtarzalność dnia codziennego oraz uświadamia sobie, że potrafi wydawać dźwięki. Po zakończeniu tego skoku maluch zaczyna intensywniej poruszać rękami i nogami. Częściej przekłada główkę w leżeniu na brzuchu.
- **Trzeci skok** – między 10 a 12 tygodniem. W tym okresie dziecko zaczyna interesować się detalami takimi jak: natężenie światła lub modulacja głosu. Zaczyna łapać zabawki oraz łączyć ruch oczu z ruchem głowy. Po tym skoku ruchy Maluszka stają się nieco bardziej skoordynowane. Pojawia się umiejętność łączenia rąk oraz pierwsze próby podporu w leżeniu na brzuszku.

- **Czwarty skok** – między 18 a 20 tygodniem. W tym czasie Maluszek zaczyna odkrywać ciągi przyczynowo-skutkowe. Próbuje także łączyć dźwięki w ciągi. Po zakończeniu tego skoku dziecko zyskuje sporo umiejętności ruchowych np. długotrwały podpór na przedramionach przy jednoczesnym sięganiu po zabawkę, obroty z pleców na boki czy przekładanie przedmiotów z ręki do ręki.
- **Piąty skok** – między 22 a 26 miesiącem (około 6 miesiąca życia). Maluch w tym wieku dostrzega już odległości między przedmiotami, zaczyna zdawać sobie sprawę ze swojego miejsca w przestrzeni i wtedy też pojawiają się pierwsze „lęki separacyjne”. Lęk separacyjny polega na odczuwaniu niepokoju, który skutkuje płaczem, w momencie, w którym Maluch traci rodzica z zasięgu wzroku. Po tym skoku, dziecko zaczyna pełzać, uderzać przedmiotami o siebie, a także podejmuje pierwsze próby samodzielnego siadania.
- **Szósty skok** – między 36, a 40 tygodniem (połowa 8 miesiąca). W tym czasie dziecko bada przedmioty dłońmi, próbując przyporządkować je do określonych kategorii. Maluch w dalszym ciągu rozwija chwyt, używając do tego kciuka i palca wskazującego. Wtedy też pojawia się zamiłowanie do burzenia wszelakiego rodzaju konstrukcji np. z klocków. Po tym skoku pojawia się przejmowanie przez dziecko inicjatywy w zabawie, intensywnie się przemieszcza: pełza, czworakuje, samodzielnie siada.
- **Siódmy skok** – między 41 a 46 tygodniem (około 11 miesiąc). O ile w poprzednim okresie, dziecko było zafascynowane burzeniem wszelkich konstrukcji, tak podczas tego skoku zaczyna składać wszystko w całość. Zauważa sekwencję zdarzeń, powtarza sylaby, próbuje naśladować odgłosy zwierząt. Po tym skoku dziecko podejmuje próby bazgrania po kartce, wspinania się do celu, schodzenia tyłem z wysokości oraz stawiania pierwszych kroków.

Należy pamiętać, że zakres występowania danego skoku rozwojowego jest umowny, ponieważ mogą one ulec przesunięciu w czasie. U niektórych dzieci przebieg skoku jest tak łagodny, że rodzic może ich nawet nie zauważyć. Dlatego też nie trzeba się martwić, jeśli dziecka skok rozwojowy „nie wystąpił”, gdyż istnieje spore prawdopodobieństwo, że rodzic mógł go po prostu przeoczyć.

Jak radzić sobie w trakcie skoku rozwojowego?

Złotą zasadą mówi: „daj czas sobie i dziecku”. Rodzic musi być gotowy na to, że małe dziecko na pewien czas może zmienić się w marudzącego, płaczliwego szkraba, którego ciężko czymkolwiek zadowolić. Na szczęście skoki rozwojowe mają to do siebie, że w końcu mijają. Jeśli maluch właśnie przechodzi jeden z nich, należy postarać się zapewnić mu maksymalny komfort. Na czas skoku rozwojowego dobrze jest unikać gęsto zaludnionych miejsc, ponieważ w trakcie skoku dziecko jest bardzo wrażliwe na bodźce, więc taka wyprawa może być dla niego mało przyjemna.

Pomocna może okazać się piłka rehabilitacyjna oraz chusta. Można usiąść na piłce razem z maluszką i próbować delikatnie się pobijać i poodbijać – taka stymulacja układu przedsionkowego działa kojąco na większość dzieci. Chusta natomiast pomoże podczas tych dni, kiedy dziecko potrzebuje ciągłej bliskości. Nosząc go w chuście zaspokajane są jego potrzeby, przy jednoczesnym odciążeniu kręgosłupa rodzica. Najlepszym jednak sposobem na przetrwanie skoku rozwojowego jest ogromna doza cierpliwości oraz zrozumienia dla malucha, który właśnie zdobywa nowe umiejętności i jeszcze nie do końca potrafi sobie z tym poradzić. Wspieranie dziecka w tym okresie jest dla niego największą pomocą, jaką można mu zaoferować.