

DLACZEGO WAŻNE JEST, BY KŁAŚĆ NIEMOWLĘTA NA PODŁODZE? O rodzącej się świadomości ciała dziecka i potrzebie eksploracji.

Już od początku, w pierwszych miesiącach życia niemowlę oprócz ramion mamy, taty, potrzebuje kontaktu z podłogą. Ważne jest, by dziecko poczuło swoje ciało w przestrzeni, jak opada i ciąży pod wpływem siły grawitacji ku podłożu. Wystarczy rozłożyć koc, dywan na podłodze, pochylić się nad niemowlęciem i spróbować nawiązać z nim kontakt. Każde niemowlę ma potrzebę troskliwych ramion rodzica, dlatego może początkowo nie zgadzać się na ową przerwę, lukę przestrzenną, którą proponuje mu opiekun. Można to jednak potraktować jako szansę nawiązywania relacji poprzez guganie, sylabizowanie, wzajemne naśladownictwo. Również rodzic może mieć opory przed kładzeniem dziecka na podłodze, chociażby z tego powodu, że jego dorosłe życie odbywa się raczej na kanapach, krzesłach, przy stołach. Nie tylko musi zatem przeorganizować pomieszczenie i zrezygnować ze swych nawyków życiowych, ale również zejść ponownie do pozycji kłęczącej, na raczka, siadu bocznego bądź na kolanach, pozycji które być może były mu znane dawno temu w dzieciństwie, z których za często w życiu dorosłym nie korzysta. Jest to jednak niezaprzeczalna okazja, by dorosły odnowił swój kontakt z podłogą, poznał perspektywę swego dziecka, jego horyzont, przestrzeń w której dziecko stopniowo będzie kształtowało swoje funkcje ruchowe: początkowo bardzo podstawowe: rozglądanie się w prawo i w lewo, chwytanie, przewracanie się na boczek, podnoszenie głowy na brzuchu, chwytanie kolanek na plecach, wkładanie stóp do buzi, następnie bardziej skomplikowane: turlanie się, pełzanie, raczkowanie i siadanie... Wraz ze zmianą przestrzeni życia, być może dojdzie do lepszego zrozumienia niemowlęcia, dynamiki jego rozwoju i wzrastającej potrzeby eksploracji świata.

Podłoga musi być niejako ofiarowana dziecku, by mogło się ono stopniowo rozwijać, poznawać swoje ciało, uczyć się nim manewrować, przemieszczać, bawić się wciąż nowymi motorycznymi odkryciami. Rozwój ruchowy bez wątpienia wiąże się również z rozwojem poznawczym. Dzieckiem kieruje jakaś pierwotna ciekawość poznawania, dotykania dłońmi, wkładania do buzi, badania różnych przedmiotów, faktur i kształtów. To nie dłoń, lecz język jest pierwszym organem poznawczym. Niemowlę przede wszystkim najpierw ssie, dopiero z czasem na nowo odkrywa swoją dłoń i dzięki temu dochodzi do ponownego połączenia dwóch organów kognitywnych: dłoni i języka. Dlatego mimo rodzicielskiego przerażenia wkładanie przez niemowlę do buzi wszystkiego, co jest na wyciągnięcie ręki, ma swój rozwojowy głębszy sens.

Z czasem dziecko rozwija coraz to nowe strategie, by dojść do czegoś i pochwycić, to, co go tak mocno ciekawi. Tak bardzo chce dotrzeć do frędzli firanki, że zaczyna się turlać po całym pokoju.

Tak bardzo chciałby chwycić grzechotkę, że zaczyna do niej pełzać, wchodzić na rączka i stopniowo się przemieszczać. Jest to bardzo intensywna praca, która wymaga ogromnej motywacji. Podnieść miednicę, najcięższą partię ciała, by wejść do pozycji rączka – to nielada wyzwanie! Niejednokrotnie nogi będą się rozjeżdżać, dziecko będzie padać, jednak zazwyczaj nie zniechęca je to do dalszych prób.

Wydawałoby się, że niemowlę przez pierwsze miesiące życia nie jest ruchowo zbyt aktywne. Tymczasem to tylko pozory. Dość wcześnie zaczyna się bawić swym ciałem w relacji do podłoża. To przybliży prawą łopatkę do podłogi, to oddała, dociska miednicę, poluzowuje, dociska którąś piętę do koca, zmniejsza nacisk... Niemowlę bada sensorycznie swoje ciało, stopniowo aktywizuje jego poszczególne partie i mięśnie. I nawet jeśli rodzicom się wydaje, że niewiele się dzieje, maluch poznawczo eksploruje już swoje możliwości. Są to mikroruchy, które „wielkim” rodzicom mogą się wydawać bez znaczenia. Ale jakże są one istotne dla świadomości ciała i umiejętności odnalezienia się maleństwa w świecie, tymczasem w mikroświecie domu, podłogi i relacji rodzicielskiej. Jest to jednak podstawa, która rokuje na przyszłość. Potencjał poznawczy, ruchowy i emocjonalny wykształcony w pierwszych latach życia, jest nie do przecenienia w życiu dorosłym. Niemowlę kochane, któremu jest dana szansa korzystania ze swego ciała w przestrzeni, jest emocjonalnie bardziej stabilne.

Jeśli dziecko nie znajduje w sobie potrzeby eksploracji ruchowej, jest to znak, że dobrze by było zejść na podłogę i poświęcić mu trochę czasu, spróbować zaznajomić go z jego ciałem, wskazać drogę do niektórych pozycji. Nie chodzi bynajmniej o to, by dziecko zostawić w jakiejś pozycji: posadzić je, czy postawić. Ważny jest sam proces dochodzenia do pozycji: przetaczanie się, umiejętność wchodzenia do pozycji siadu i wychodzenia z niej. To właśnie proces przejścia czyni ciało gibkim, porządkuje emocje, sprawia, że dziecko jest bardziej zaradne i szczęśliwe w świecie. Jak mówił Moshe Feldenkrais: gibkie ciało – gibki umysł.