

PORADY DLA KAŻDEGO

Mieronowicz Marcin: „Pielęgnacja małego dziecka”

Drodzy Rodzice!

Kiedy w naszym życiu pojawia się dziecko każdy chce, aby było ono zdrowe i sprawne. Jednak problemy i obowiązki związane z codziennym życiem oraz strach przed zrobieniem krzywdy dziecku, powodują, że nasze działania związane z opieką nad nim stają się mało świadome. Pamiętajmy jednak, że każda radosna chwila z naszym maluchem ma wielki wpływ na jego przyszłe życie.

Wszyscy, którzy doświadczyli już macierzyństwa zdają sobie sprawę jak często trudno spokojnie zajmować się dzieckiem. Jak często ogarnia nas panika, że nie umiemy zapanować nad jego ciałem i uspokoić, kiedy kręci się na wszystkie strony. Jednak takie czynności pielęgnacyjne jak ubieranie i rozbieranie, zmiana pieluchy, kąpanie czy karmienie wymagają wiele czasu i uwagi. Nie starajmy się wykonać ich szybko, bo np.: dziecko płacze. Robimy to tak często, że warto je potraktować jako dobrą okazję do zabawy, np. uczenia malucha, jak wyglądają i smakują jego nóżki i rączki. W ten sposób rozwijamy zainteresowanie dziecka jego własnym ciałem, wzmacniamy też i doskonalimy nasze wzajemne relacje. Naszym ciałem i głosem uprzedzamy dziecko o tym, że chcemy wykonać jakąś czynność. Potem, starajmy się utrzymać zainteresowanie malucha naszą twarzą, otoczeniem, jego własnym ciałem. Jeżeli chcemy, aby każdy ruch dziecka w przestrzeni czy na podłożu był odbierany przez nie pozytywnie, nasze ruchy powinny być pewne, spokojne, celowe, a przede wszystkim plastyczne i płynne. Tak, więc niech te zabiegi odpowiednio wykonywane z rozmysłem każdego dnia przynoszą nam dużo radości i umożliwiają prawidłowy rozwój dziecka.

Te codzienne czynności są szczególnie istotne wtedy, gdy rozwój psychoruchowy malucha narażony jest na jakiegokolwiek zaburzenia. W takich przypadkach pielęgnacja staje się formą rehabilitacji małego dziecka nie pozwalając na utrwalanie się patologicznych wzorców ruchowych, a jej systematyczne stosowanie wspomaga prawidłowe reakcje dziecka.

Jeśli nie jesteście pewni jak powinna wyglądać pielęgnacja waszego potomka lub nasuwa wam się dużo pytań, co do jego rozwoju najlepiej zgłosić się do certyfikowanego terapeuty metody NDT-BOBATH, który uprawniony jest do prowadzenia terapii neurorozwojowej oraz instruktą w zakresie pielęgnacji małego dziecka.

Życie dostarcza dziecku wystarczająco wielu gwałtownych i niemiłych doświadczeń, więc nie musimy mu ich dodawać. Pamiętajmy, że każde działanie związane z pielęgnacją naszego dziecka może być dla niego komfortowe, zapewnić mu poczucie bezpieczeństwa, a nam poczucie pewności i kompetencji. Efektem takiego postępowania natomiast, będzie radość dziecka i nasze spełnienie w roli rodzica.

Marcin Mieronowicz jest fizjoterapeutą, terapeutą NDT- Bobath