PIATY LIST RODIČOM

(odieťati vo veku od deväť do dvanásť mesiacov)

Milí rodičia!

Z bezmocného novorodeniatka sa počas deviatich mesiacov vykľul malý, živý zbojník. Badáte to zo dňa na deň intenzívnejšie. Najpokojnejšie deti, ktoré doposiaľ v postieľke ticho ležali, sú zrazu nepokojné. Veľa vecí sa im naraz nepáči. Niektoré zmenia rytmus spánku, iné sa pri každej príležitosti zúrivo hnevajú alebo protestujú proti obvyklým jedlám. Senzitívne deti trpia akousi záhadnou stiesnenosťou. Čo sa stalo? Sú to hádam zúbky? Nečudujte sa. Organizmus deväťmesačného dieťaťa vstupuje do novej vývojovej fázy. Vaše dieťa sa nachádza v období horotvorných pochodov. Keď sa v budúcom štvrťroku zodvihne ako pravý dvojnožec a vyskúša si prvé slová, zvládol najväčšiu časť toho, čo sa má v živote naučiť. Čakajú ho ešte mnohé ťažké úlohy, ale žiadna z nich nebude taká dôležitá, ako to, čo prekonalo vo svojom prvom roku života.

Aj vy, milí rodičia, sa musíte pripraviť na tú veľkú zmenu. Doposiaľ bolo vaše dieťa bezmocné, celkom závislé od vás. Odteraz sa pokúsi byť sebestačné, bude zbierať vlastné sily. Najprv začne liezť, potom urobí pár krôčikov a zrazu začne ozlomkrky behať. Čoskoro začnete ľutovať, že nemáte oči aj vzadu, alebo pár rúk na viac, aby ste svojho divocha, aj zariadenie bytu uchránili pred nebezpečenstvom a poškodením. Klobúk dolu pred rodičmi, ktorí vedia od začiatku, čo dieťaťu zakázať a čo dovoliť, pričom rešpektujú jeho slobodu a správny vývoj. Vaša námaha, teraz zdanlivo nedocenená, prinesie neskôr svoje ovocie. Veď od tohto obdobia závisí, ako sa vaše dieťa vyvinie — či z neho vyrastie živý, spoločenský človek, alebo bojazlivé utiahnuté stvorenie.

Čo všetko prinesie tento štvrťrok! Koľko radostí a pýchy nad pokrokmi vášho batoliatka! Prežijete spolu množstvo nezabudnuteľných okamihov, váš život nadobudne zrazu celkom iný zmysel. Odrazu vidíte svet očami malého človiečika: stebielko, schod alebo nitka z koberca napĺňa vás detskou zvedavosťou, obdivujete každú maličkosť celkom tak, ako vaše dieťa. Nie je to nádherné? Prostredníctvom drobného podnikavého stvorenia nadobúda aj to malé a na pohľad bezcenné svoju hodnotu. A to je veľký Boží dar.

Telesný vývoj

Kto vaše dieťa dlho nevidel, žasne, ako sa zmenilo. Narástlo, pribralo, ba aj tvárička je akási iná. Oči sa mu lesknú dychtivosťou po poznávaní, ich typická novorodenecká tmavomodrá farba nadobúda charakteristické sfarbenie. Sú to zrazu veľké čierne okále alebo nežné modré očká. Kojenecká ružová tvár dostáva svoje budúce črty. Čudujete sa?

V prvom roku prekonáva dieťa najbúrlivejšie zmeny. Jeho váha sa strojnásobila, k tomu úmerne narástlo a na hlavičke sa objavili prvé vlasy. Odteraz už nebude zmena taká výrazná. Dieťa začne chodiť, pohybovať sa, možno aj trochu pochudne. Kontrola váhy nie je už taká dôležitá ako v prvých mesiacoch. Zdravé dieťa stačí vážiť štyrikrát do roka.

Ruky sa cvičia

Okolo desiatich mesiacov dokáže dieťa s ručičkami všeličo: odkrúti skrutkové uzávery, tvorivo skladá z dutých kociek hračky, ťahá ich, tlačí, natriasa, klopká s nimi, cmúľa, rozkladá a s veľkým oblúkom rozhadzuje.

Ruky dieťatka sú prešibané; vedia nežne hladkať, ale aj pevne zvierať. Svojho telíčka sa dotýkajú jemne, aby mu neublížili. S obľubou však kmášu všetko, čo im nepatrí, najmä ockov nos a matkine vlasy.

Dieťa sa už pomocou rúk šplhá a práve toľko sily dokáže vyvinúť aj na ďalšie experimenty. Koľko vecí musela naša ratolesť vyskúšať, koľko skúseností nadobudnúť, kým sa naučila toto všetko rozlišovať a správne zaradiť!

Vzpriamenie a státie

Odkedy sa dieťa vzpriamilo a udrží sa na nohách, vidí svet z iného uhla, a ten je badateľne zaujímavejší. Doposiaľ videlo len čo-to nad postieľkou, alebo vedľa nej; teraz sa jeho obzor naraz rozšíril. Je toho toľko nového a krásneho! Nestačí sa čudovať a obdivovať. Je však učenlivé a bystré a čoskoro sa dôverne oboznámi s celým tým šírym prostredím.

Nožičky, dobre vycvičené neustálym dvíhaním sa a státím, sa teraz sústreďujú na ich hlavnú úlohu: na chôdzu. Nie je žiadnou chybou, keď dieťa vykrivuje nohy do tvaru písmena O. Do druhého roku veku je to úplne normálne.

*Najskôr štvornožky, potom na dvoch*

Naučiť sa stáť, to je tvrdá práca. Komu sa to konečne podarí, musí vedieť udržať rovnováhu. A ako sa dostane dieťatko opäť na zem, do bezpečia? Nebojte sa, príroda predvída všetko — vášho malého zverenca opatrila dookola «mäkkými poduškami». Musí sa naučiť padať rovnako ako vzpriamiť sa. Keď dieťa dobre zvládne túto úlohu, môže sa odvážiť podniknúť ďalší experiment — klásť jednu nohu pred druhú. Na začiatku sa musí pri týchto pokusoch niečoho pevne držať. Kým sa odváži pustiť sa samo, prejde ešte čas. Technika chodenia je náročnejšia ako získanie vodičského preukazu! Väčšina detí sa naučí chodiť do jedného roka. Pohodlné, okrúhlejšie deti o pár mesiacov neskôr.

Deťom, ktoré majstrovsky zvládnu pohyb štvornožky, často chýba impulz postaviť sa na nohy. Môžeme im to zazlievať, keď po štyroch predbehnú aj nás? Lezenie štvornožky je prirodzený prechodný stupeň od batolenia k chôdzi. Ortopédi nepoznajú v tomto vývojovom štádiu lepší tréning pre dieťa: nielen chrbtica, ale aj svaly na celom tele sa lezením po štyroch posilňujú. Priaznivo sa vyvíja stavba kostí. Deti, ktoré sa začínajú pohybovať štvornožky, sú šikovnejšie, odvážnejšie voči prekážkam a skôr samostatné. K tomuto zdravému druhu pohybu potrebujú deti priestor. V záhradke alebo pomocnej stoličke, určenej na nácvik chôdze sa to nikdy nenaučia.

Na «objavných cestách»

Prečo by sa nemalo dieťatko voľne pohybovať po celej izbe? Ďaleko od nás neodbehne, určite je najradšej v matkinej blízkosti. Čo tu všetko môže vidieť! Svet dospelých je pestrý a vzrušujúci a dieťa je ako objaviteľ, ktorý ho musí odhaliť. Nezaobíde sa to bez nepríjemných okamihov. Objaví topánky, líže ich, kŕmi sa zeminou z kvetináča, obhrýza okraje koberca. Z čistého obyvateľa kolísky sa stal «požierač» špiny. Jeho telo má však k dispozícii toľko ochranných látok, že trocha nečistoty nie je až také škodlivé. Načo máme mydlo?

Najlepšou herňou je celý byt. V nutnom prípade izolujeme dieťa mrežou, ktorú upevníme medzi dvermi gumenými zátkami. Takto môžeme v kuchyni nerušene pracovať a zároveň pozorovať hru dieťaťa. Dieťa cíti prítomnosť matky, vidí ju, a to je dôležité.

Práve v tomto období sa dieťa učí používať rôzne predmety: dve duté kocky zasunie do seba, postaví pohár na stôl, špongiu použije na umývanie. Či smie mokrou špongiou umyť aj politúrovaný sekretár? Jeho horlivosť nepozná hranice. Avšak dieťa nezostane len pri napodobňovaní. Hnané túžbou po poznaní chce vyskúšať všetko, aj to, čo nás, dospelých, napĺňa hrôzou. Medzičasom zistilo, že to, čo zvonku nevidí, je najzaujímavejšie. Nazerá za dvere, za skriňu, pod stôl. Kde ešte? Neraz sa stane, že matka musí svojho malého cestovateľa ratovať a oprašovať, lebo sa až pod pazuchy ponoril do múky, keď bol na prieskume svojho okolia.

Nebezpečenstvá pre malé dieťa

Čo sa nám javí ako zábava, v skutočnosti je vážna práca a prináša dôležité poznatky. Našťastie rodičia majú pre to pochopenie. Najlepšie bude, keď prezriete celý byt, či zodpovedá požiadavke bezpečnosti dieťaťa: dlhé obrusy na stoloch, brúsené vázy, lákavé dvierka na kachliach, hrnce, fľaše, podstavce, stoličky... Iste nájdete riešenie, ako možno zosúladiť bezpečnosť vášho dieťaťa so zariadením bytu. Skrine budú zatvorené, zbytočné predmety dočasne odstránime, zástrčky opatríme ochrannými krytmi, okná na vysokých poschodiach zamrežujeme, rovnako i vstup na schodište. Dieťa sústavne upozorňujte na nebezpečenstvo ohňa, nesmie sa stavať na okennú dosku — tu sa dieťa nemôže poučiť na vlastnej chybe, lebo nebezpečenstvo je priveľké. Dieťa nie je ešte schopné zachovávať priveľa príkazov. Sú preň nezrozumiteľné. Ono sa len učí prispôsobiť svoje chovanie matkinmu rozhodnému «nie».

Je známe, že v prvom roku života zomiera viac detí na následky úrazov ako na infekčné choroby. Popáleniny, obarenia, rozleptaná pokožka sú skoro také časté ako otrava liekmi a škodlivými látkami. Žiaden z týchto jedov neuchovávajte vo fľašiach od limonády alebo mlieka. Čistiace prostriedky nepatria pod výlevku, ale na miesto, kam sa dieťa nemôže dostať. Dieťa vkladá do úst všetko, aj veci chuťové odporné.

Prvá pomoc: vložením prstu do úst prinúťme dieťa vyvracať sa, nepodávajme žiadne mlieko, ale okamžite vyhľadajme lekársku pomoc. Zvyšky požitého jedu vezmeme so sebou na potrebnú analýzu.

Duševné reakcie

Asi v ôsmom mesiaci sa dieťa začalo báť všetkého neznámeho a neočakávaného. Vyzerá to tak, ako keby sa jeho malý mozog snažil chrániť pred všetkým, čo nestačí pochopiť. Asi o desať týždňov neskôr hlásia sa už prvé sny. Dieťa sa v noci náhle divoko rozkričí, že ho sotva viete utíšiť, inokedy sa zase smeje. Prečo? Jeho pamäť pracuje už natoľko, že si vie vybaviť obrazy, ktoré videlo cez deň: auto, ktoré sa odpoludnia prehnalo s húkaním okolo kočíka, studená špongia na umývanie, pohyb listov vo vetre za oknom, lyžica pomarančovej šťavy. Nevieme, ktoré momenty na dieťa tak hlboko zapôsobili a ono to ešte nevie povedať. Vieme len, že jeho rozumček sa učí stále lepšie a jemnejšie rozlišovať, a preto tak prudko reaguje.

Pochvala dodáva odvahu

Teraz už dieťa začína prejavovať svoje sympatie i navonok. My, dospelí, nemáme ani tušenia, prečo neznáša láskavú susedku, ale zato sa usmieva na neznámeho uja. Prečo lipne na odratom macovi a na novú bábiku ani nepozrie. Každý deň prináša dieťaťu úspechy i neúspechy, radosť i hnev, príjemné i bolestné zážitky. Keď bolo dieťa menšie, vedelo hneď zabudnúť. Teraz si už dlhšie zapamätá dojmy a podľa nich koná; postupne sa kryštalizuje jeho povaha. Rodičia nemôžu svojmu dieťaťu odstrániť z cesty všetky prekážky. Sklamanie patrí k životu. Keď však dieťa pociťuje istotu a lásku matky a otca, všetky ťažkosti bude ľahšie prekonávať. Teplo domova mu dodáva sebadôveru.

Znovu a znovu chceme zdôrazniť: pochvala vo vhodnej chvíli dieťaťu viac osoží ako tri zauchá. Dieťa ešte nevie kritizovať svojich vychovávateľov. Sú pre neho veľkým, absolútnym vzorom či už v dobrom alebo v zlom. Vytuší ich prevahu a silu, ale tak isto aj to, čo sa za nimi skrýva: istota či slabosť, pokoj alebo nervozita, hnev alebo dobrá nálada.

Ešte na jednu vec vás chceme upozorniť: zostaňte takí, akí v skutočnosti ste. Neznižujte sa na úroveň dieťaťa. Nenapodobňujte jeho reč a spôsoby. Dieťa sa má učiť od nás, nie my od neho. Potrebuje autoritu, náš príklad, ktorý by nasledovalo. Len tak môže plne rozvinúť svoje schopnosti.

Pritom nemáme na mysli strnulú, patriarchálnu dôstojnosť. Ocko sa môže spokojne so svojím synčekom kotúľať po koberci a ani matkina dôslednosť neutrpí, keď príležitostne dovolí svojmu miláčikovi vyparatiť nejaký žartík. Dobrá nálada v rodine je tiež základom dobrej výchovy.

Denná modlitba

Dieťa ešte nechápe zmysel modlitby. Netuší jej prenikavú silu, nepozná uľahčenie, ktoré modlitba prináša. Čoraz väčšmi si však uvedomuje jej pravidelnosť a svoj podiel na spoločnom modlení. Ráno, keď sa prebudí, automaticky nastaví matke čielko pre znamenie kríža a keď na to zabudne, hneď jej to pripomenie. Teší sa, keď sa s ním každé ráno a večer modlíme, tlieska rúčkami, keď spozná známy veršík. Pre dieťa je zatiaľ iba zábavou, ešte nemôže chápať, na koho sa rodičia vo svojich prosbách obracajú. Nevie, že často stoja bezmocní pred vážnymi problémami a zverujú ich Bohu, aby našli opäť novú silu. Ale azda už dieťa tuší hlbokú stálu lásku a vďačnosť svojich rodičov. A tak, ako im teraz dôveruje, bude raz dôverovať i svojmu Stvoriteľovi.

Reč

V tomto období rastie u dieťaťa aj túžba komunikovať. Vedie k vedomému utváraniu zvukových prejavov. Kde sa dieťaťu dostáva lásky a starostlivosti, sú vhodnejšie podmienky pre rozvoj reči, ako tam, kde ho zanedbávajú. Toto drobné stvorenie je ešte tak mocne pripútané k rodičom, že ich náklonnosť je najdôležitejším podnetom pre rozvoj jeho reči.

Jazykovedci zistili, že deti na celom svete začínajú rovnako artikulovať. «Na, nama, ma, mamama, ina, uma» — sú prvým pokusom takmer vo všetkých jazykoch. Sú základom výrazu voči matke a vyžadujú podobné nastavenie perí ako pri dojčení. «Ba, aba, papa» — voči otcovi zodpovedajú «b», s ktorým sa sýty kojenec lúči so zdrojom svojej výživy.

Dieťa hľadá určitý výraz, ktorým by vyjadrilo svoje priania a pocity. «Tata» bude možno znamenať ísť na prechádzku, «da» bude označovať konkrétnu vec, po ktorej zrazu zatúži.

Opakovanými pokusmi a neúnavným cvičením sa z týchto nesúvislých slabík postupne vyvinie reč. Niektoré deti už ako ročné dokážu povedať jednoduchú vetu, iné zase vystačia ešte dlho s niekoľkými slovami. Nie je to prejav zaostalosti; deti sú rôzne. Možno, že záujem vášho dieťaťa sa sústreďuje na inú vec, a práve preto začne rozprávať neskoršie. Podstatnú úlohu hrá aj povaha dieťaťa. Keď sa do troch rokov nenaučí samostatne vyjadrovať, obráťme sa na lekára. Keď sa učí rozprávať, potrebuje vnútornú istotu a určitú dávku sebavedomia. Je veľmi dôležité, aby sme ho počúvali a nechali voľne vyjadriť sa. Stále opravovanie ho odrádza. Predbežne stačí, keď rodičia správne hovoria — dieťa bude podľa ich reči samo od seba vylepšovať svoje výrazy. Vie sa dokonale prispôsobiť spisovnej reči, dialektu i detinským výrazom rodičov. Psychický nátlak a netrpezlivosť rodičov môžu byť neskôr príčinou zajakávania sa.

Každý hlas má svoje charakteristické zafarbenie. Výrazné rozdiely postrehne malý žiačik veľmi rýchlo. Okúzlil ho najmä ockov vzrušujúci hlboký bas.

Rýmovačky a piesne rozvíjajú v dieťati zmysel pre rytmiku reči.

*Drezúra nie je cesta k čistotnosti*

V prvom roku života sa dieťa zaoberá poznávaním seba prijímaním vnemov zvonka. Aby ich dokázalo spracovať a správne na ne reagovať, musíme ho na to vopred pripraviť. Pritom nemáme na mysli prepiatu drezúru a násilné «vychovávanie». V prvých dvanástich až osemnástich mesiacoch je výchova k čistotnosti predčasná. Dieťa možno síce v určitom zmysle prinútiť pýtať sa na nočník, výsledkom je však viac-menej náhodný úspech. Prehnaná pozornosť matky vyvoláva zbytočnú nervozitu a napätie a máva skôr opačný účinok. Často sa stáva, že práve takéto deti sa neskôr pocikávajú v postieľke, tým viac, keď ich za to trestáme. Dieťa vidí nočník zo svojho zorného uhla celkom ináč ako dospelí. Mokrá plienka nie je ešte pre neho dôvodom, aby sa pýtalo na nočník! Ak tam niečo zanechá, tak len preto, aby sa matke zapáčilo. To chápe ako svoj darček. Nepozná ešte odpor k špine, nadobudne ho neskoršou výchovou. Až potom dokáže vykonať svoju potrebu vhodným spôsobom. Pozornej mamičke postačí najjemnejší náznak dieťaťa a okamžite ho posadí na nočník. Pochvalou a uznaním navyše docieli, že sa jej miláčik počas niekoľkých týždňov dokonale naučil používať nočník.

A týmto spôsobom, milí rodičia, dosiahnete výsledok oveľa rýchlejšie ako násilnou, prísnou drezúrou.

Niekoľko drobných rád

Dieťa nesmie sedieť na nočníku dlhšie ako desať minút. Nerozptyľujme ho hračkami, ani ho na nočník nepripevňujme. Veď sme pri ňom a čakáme spolu s ním. Nepoddávajme sa, keď sa to dieťaťu hneď nepodarí, ani mu nedajme pocítiť zjavnú nevôľu. Netrpezlivosťou dosiahneme nanajvýš to, že náš malý «tvrdohlavec» vzápätí pošpiní plienku. Aj chronické zápchy, panický strach dieťaťa alebo iné trvalé poruchy môžu byť výsled­kom nášho tvrdého jednania.

S týmito prvými požiadavkami sa dostáva úzky vzťah medzi matkou a dieťaťom do nového štádia. Do tejto chvíle matka len dávala, ale odteraz bude už aj požadovať. Keď dáme dieťaťu možnosť pocítiť hrdosť nad jeho výkonom, bude aj v zmenených, náročnejších podmienkach rado robiť, čo od neho požadujú. Aj tu je hlavnou hnacou silou hlboko zakorenená dôvera dieťaťa, že to s ním mienia dobre.

Podľa názoru psychológov, všetky vlastnosti súvisiace s dávaním a prijímaním — šetrnosť, lakomstvo, hrabivosť, hýrivosť — sú ovplyvnené tým, ako dokázali matka a dieťa zvládnuť nový vzťah vzájomného dávania a prijímania.

Všetko chce svoj čas

Nevyhneme sa porovnávaniu nášho dieťaťa s jeho rovesníkmi. Keď majú rodičia trochu humoru, odbavia to žartom: «Dospelých ľudí sa nik nepýta na ich ‘kočíkovú‘ kariéru...» Každé dieťa má svoj vlastný rytmus rastu. Môžeme ho len povzbudzovať, aby sa pokúsilo o niečo nové, ale viacej nič. Falošná ctižiadosť rodičov je škodlivá. Podobne chybíme, keď dieťa zahŕňame priveľkým množstvom dojmov. Koncom prvého roku prejavuje dieťa o všetko taký živý záujem, že dychtivá matka alebo otec zatúžia naučiť ho čosi na viac. Avšak v porovnaní s objavnými cestami dieťaťa, ktoré podniká vo svojom obvyklom prostredí, sú naše predstavy skreslené. Všedný deň dieťaťa je plný dobrodružstiev. Len ono dokáže obdivovať každú maličkosť a vidieť aj to, čo my prehliadame.

Návšteva u lekára

Okrem svojich bežných, ale vrcholne dobrodružných zážitkov dieťa nepotrebuje doplnkové dojmy. Stačí jedna návšteva v cudzom prostredí u dieťa nezaspí od vzrušenia. Najlepšie sa mu darí v známom rodinnom prostredí.

Koncom prvého roka sa u detí častejšie vyskytujú poruchy zraku a sluchu. Keď zbadáme, že dieťa škúli, alebo dobre nepočuje, čím skôr sa obráťme na odborného lekára.

Skorá návšteva u lekára môže odvrátiť vývin trvalej poruchy, alebo ju zmierni. Pre deti s vrodenými vadami kĺbov je účinná liečebná gymnastika. Pre všetky chyby, i pre tie, ktoré sa prejavia v neskoršom veku, platí však zásada: za chorobu sa nemusíte hanbiť. Dieťa, ktoré milujete práve pre jeho bezmocnosť, má právo na všetky liečebné možnosti. Boh vám ho zveril, aby ste ho celou svojou silou viedli po správnej ceste. Falošná láska a ostýchavosť nepomôže ani vám, ani dieťaťu.

Vlastný kútik na hranie

Keď začne dieťa zhromažďovať veci z celého bytu do «svojho kútika», prvýkrát prejavuje vlastnícke sklony. V tomto období by už malo mať okrem svojej postieľky vyhradené miesto, ktoré by patrilo iba jemu a kde by mohlo opatrovať svoje poklady. Dieťa si skoro zvykne ukladať hračky do košíka alebo skrinky; často sú to veci, ktoré nájde pohodené vo vašej spálni alebo kuchyni. Tie si môžete vyzdvihnúť len s jeho výslovným dovolením a výmenou za nejakú maličkosť: prázdne papierové vrecko, drevený štipec, bielizeň alebo inú «cennosť». Nezahrávajme si s dôverou dieťaťa — ľahko ju môžeme stratiť, keď mu niečo násilne zoberieme. Už v tomto útlom veku musíme rešpektovať jeho vlastníctvo. Ideálne je, keď má dieťa vlastnú detskú izbu. Mala by byť primerane veľká, svetlá a vybavená jednoduchými stabilnými skrinkami.

Dieťa má prvý rok života za sebou

Ku koncu prvého roka už môžeme dieťa každý deň na chvíľu ponechať samo v jeho izbe. Nad neporiadkom sa nerozčuľujme. Večer izbu hravo i upraceme, o to ľahšie, keď vaša ratolesť dostane chuť sa na tejto «hre» tiež zúčastniť.

V tomto období sa upevňuje aj vzťah otca a dieťaťa. Jednoročné dieťa, hravé a zvedavé poskytuje viac fantázie pre spoločnú zábavu ako malý kojenec. A aj otec chce mať na jeho vývine podiel. Možno, že ho naučí jesť polievku lyžicou, alebo jeho zásluhou urobí dieťa prvý krok. Aké je len učenlivé! O tom sa však porozprávame v nasledujúcom liste.

**72**