

Η ανάπτυξη και εξέλιξη του μωρού

Τα εξελικτικά στάδια είναι για όλα τα παιδιά τα ίδια. Ο ρυθμός όμως ανάπτυξης εξαρτάται από την ωρίμανση του κεντρικού νευρικού συστήματος και τα εξωτερικά ερεθίσματα του οικογενειακού περιβάλλοντος τα οποία μπορεί να επηρεάσουν είτε θετικά είτε αρνητικά την εξέλιξη ενός μωρού. Στη συνέχεια θα αναφερθεί το τι μπορεί ένα μωρό να καταφέρει σύμφωνα με την ηλικία του και θα δοθούν κάποιες βασικές συμβουλές για το πώς μπορεί ο γονέας να επηρεάσει θετικά την εξέλιξη του μωρού του. Τα χρονικά όρια δεν είναι απόλυτα γι' αυτό μην απορήσετε αν το δικό σας μωρό δείχνει να μπορεί να καταφέρνει μερικά πράγματα νωρίτερα ή λίγο αργότερα. Θα πρέπει όμως να ζητήσετε την βοήθεια ειδικού εάν δείτε ότι το μωρό σας καθυστερεί αρκετά στην εξελικτική του ωρίμανση διότι όσο νωρίτερα επέμβει ο ειδικός τόσο καλύτερα θα είναι και τα αποτελέσματα.

0 – 3 μηνών

Ο τρόπος που αντιλαμβάνεται τον κόσμο αλλάζει από μήνα σε μήνα. Εστιάζει το βλέμμα σε αντικείμενα που βρίσκονται 12 εκ. περίπου μακριά.

Το μωρό δείχνει προτίμηση στη μητέρα του και της χαμογελάει όταν του μιλάει γλυκά. Αντιδράει σε κάποιον δυνατό ήχο όπως είναι για παράδειγμα η κουδουνίστρα του σε απόσταση 15 εκ. από το αυτί του. Τρομάζει όταν ακούει δυνατό θόρυβο και όταν κάποιος το κοιτάζει παρακολουθεί το πρόσωπο του. Αρχίζει να στηρίζει το κεφάλι του και να ελέγχει τις κινήσεις του κεφαλιού του. Εναλλάσσει το κλάμα του ανάλογα με την διάθεση ή τις ανάγκες του. Χαμογελάει όταν ακούει την φωνή της μητέρας του και πιάνει το δάχτυλο της όταν το ακουμπήσει στην παλάμη του.

Η όραση του στην αρχή είναι θολή αλλά βελτιώνεται σταδιακά η οπτική του οξύτητα και έπειτα από το πρώτο έτος βλέπει όπως οι ενήλικες. Όσον αφορά την ακοή του το νεογέννητο προτιμάει την ανθρώπινη φωνή και κατά τον πρώτο μήνα η ακοή του είναι επιλεκτική. Δείχνει αδιαφορία για τους χαμηλούς τόνους και ενδιαφέρον για τους έντονους ήχους. Όσον αφορά την κινητική του εξέλιξη υπάρχει μια συγκεκριμένη πορεία μήνα με τον μήνα. Ενώ στην αρχή σαν νεογέννητο είναι απόλυτα εξαρτημένο από τους γονείς του στην πορεία αρχίζει από το κεφάλι και φτάνει στον κορμό οργανώνοντας καλύτερα και με περισσότερη επιδεξιότητα τις κινήσεις του.

3 – 6 μηνών

Παρακολουθεί αντικείμενα που κινούνται με το βλέμμα του ενώ βλέπει καλύτερα πιο μακριά. Βγάζει επιφωνήματα καθώς προσπαθεί να επικοινωνήσει και αντιλαμβάνεται τις διαφορές στον τόνο της φωνής σας. Προσπαθεί να καταλάβει την πηγή των ήχων και δείχνει ενδιαφέρον προς τη μουσική. Εξερευνά τα αντικείμενα με το στόμα και την παλάμη του ενώ μπορεί πλέον να κρατάει ένα αντικείμενο με όλη την παλάμη του. Προσπαθεί να φτάσει πολύχρωμα αντικείμενα που του αρέσουν και ελέγχει πλέον πλήρως την κίνηση του κεφαλιού του. Κάθεται αν του στηρίξετε την πλάτη και κάθεται για λίγο χωρίς βοήθεια. Γυρίζει από ανάσκελα μπρούμυτα και από πλευρό σε πλευρό. Όταν είναι ανάσκελα παίζει με τα πόδια του και όταν είναι μπρούμυτα στηρίζεται στις παλάμες των χεριών του και ανασηκώνεται. Ξεκινάει να συγκεντρώνει την προσοχή του σε ασπρόμαυρα σχέδια και προσέχει μικρά αντικείμενα. Κυλιέται κάτω, γελάει δυνατά και αναζητά ανθρώπους ή παιχνίδια.

Πιάνει εύκολα αντικείμενα με τα χέρια του και τα βάζει στο στόμα του γιατί έτσι εξερευνά το περιβάλλον του, έτσι γνωρίζει το μέγεθος, το σχήμα και την υφή των αντικειμένων. Μπορεί να στηριχτεί κάπως στα πόδια του κατά τον 5^ο μήνα αν στέκεται στην αγκαλιά σας. Κατά τον 6^ο μήνα καταλαβαίνει ότι το αντικείμενο είναι ίδιο όταν το βλέπει από διαφορετικές γωνίες. Χτυπάει με το χέρι το είδωλο του στο καθρέπτη και έχει καλό συντονισμό ματιών χεριών. Ότι δεν βλέπει δεν σημαίνει πια πως δεν υπάρχει και αρχίζει να ψάχνει για πράγματα που πετάει κάτω.

6 – 9 μηνών

Επαναλαμβάνει συλλαβές (βάβισμα) και γυρίζει όταν ακούει το όνομα του. Αναγνωρίζει γνωστές φωνές και παίζει με τα χέρια και τα πόδια του. Σηκώνεται με βοήθεια και μπορεί να σταθεί όρθιο με τη βοήθεια σας. Προσπαθεί να εντοπίσει μακρινούς ήχους και παρακολουθεί αντικείμενα όταν πέφτουν. Χτυπάει παλαμάκια και παρακολουθεί κινούμενο αντικείμενο σε απόσταση 50 εκ. Εστιάζει το βλέμμα του σε μικρά αντικείμενα και προσπαθεί χρησιμοποιώντας τα δάχτυλα του να τα πιάσει. Μπορεί να κρατήσει ταυτόχρονα δυο παιχνίδια ένα στο κάθε χέρι και να μεταφέρει από το ένα χέρι στο άλλο κάποιο παιχνίδι. Στηρίζεται στα γόνατα του και στις παλάμες του και προσπαθεί να μπουσουλίζει και ισορροπεί καθιστό γέρνοντας προς τα εμπρός περισσότερο χρόνο. Κατά τον 8^ο μήνα κάθεται μόνο του με καλή ισορροπία και μπορεί να κινείται και να χοροπηδάει καθιστό. Προσαρμόζει την ισορροπία του καθώς προχωρά πιασμένο από τα έπιπλα και στον 9^ο μήνα μπορεί να σηκωθεί όρθιο από καθιστή θέση. Αρχίζει να καταφέρνει να τρώει με τα δάχτυλα.

9 – 12 μηνών

Μπορεί να κρατάει στο ίδιο χέρι δυο αντικείμενα και να τα χτυπάει μεταξύ τους. Αρχίζει να πετάει αντικείμενα στο πάτωμα και μπορεί να πιάσει με τον δείκτη και τον αντίχειρα. Παίρνει αντικείμενα αλλά και τα δίνει στους άλλους. Μπουσουλάει γρηγορότερα και κάνει τα πρώτα του βήματα. Κάνει τις πρώτες του προσπάθειες να σταθεί όρθιο και στηρίζεται όπου βρει. Μπορεί να καθίσει όταν είναι όρθιο και όταν μπουσουλάει. Δείχνει τι θέλει με κινήσεις, είτε τραβώντας, είτε σπρώχνοντας. Ανταποκρίνεται στο όνομα του και προσηλώνει το βλέμμα του σε αντικείμενα ή παιχνίδια. Προσπαθεί να χρησιμοποιήσει το κουτάλι του και μαθαίνει να πίνει νερό με το ποτήρι του. Λέει τις πρώτες του λεξούλες όπως τουτού, νάνι, μαμά, μπαμπά.

12 μηνών μπορεί να περπατήσει αν το κρατάτε αλλά αν το αφήσετε χάνει την ισορροπία του και πέφτει συχνά. Βλέπει το ίδιο καλά με εσάς και ψάχνει για κάτι εκεί που το έχει δει. Ανταποκρίνεται στα ονόματα οικείων αντικειμένων και μπορεί να καταλάβει μια απλή πρόταση. Φοβάται τους άγνωστους και μπορεί να γελάει με τις ίδιες του τις πράξεις. Παίζει παιχνίδια μαζί σας και παίζει με πράγματα που εξαφανίζονται, γνωρίζει όμως πως υπάρχουν ακόμα και όταν δεν τα βλέπει.

Κατά τον 13ο μήνα ανεβαίνει μπουσουλώντας σε σκάλα. Στέκεται, κάθεται και σηκώνεται μόνο του. Μπορεί να περπατάει και να σκαρφαλώνει στα έπιπλα. Χρησιμοποιεί 2-3 λέξεις, ελέγχει τις κινήσεις των χεριών του και παίζει παλαμάκια. Μετακινεί το χέρι του σε κατάλληλη θέση για να πιάσει ένα αντικείμενο και βάζει αντικείμενα μέσα σε κουτί.

Τον 14^ο μήνα μπορεί και στέκεται μόνο του αλλά και να περπατάει. Σκύβει από όρθια θέση ή λυγίζει τα γόνατα του για να πιάσει ένα αντικείμενο χωρίς να χάσει την ισορροπία του. Μπορεί να τοποθετήσει ένα τουβλάκι πάνω στο άλλο και χαιρετάει

κουνώντας τα χέρια του. Παίρνει το μπιμπερό και πίνει μόνο του το γάλα. Μιμείται απλές κινήσεις που βλέπει και πετάει με δύναμη τα παιχνίδια του στο πάτωμα.

Τον 15^ο μήνα περπατάει καλά και σκύβει άνετα για να πιάσει ένα αντικείμενο από το πάτωμα. Μπορεί επίσης να προσπαθεί να ανεβοκατεβαίνει σκαλοπάτια με βοήθεια. Δείχνει και ζητάει ένα αντικείμενο ή παιχνίδι που θέλει και μπορεί να πει από ειδικό ποτηράκι. Χρησιμοποιεί δέκα περίπου λέξεις σωστά και μπορεί να βάλει δυο λέξεις μαζί σε μια πρόταση. Σε αυτή την ηλικία αρχίζει το παιδί να ντρέπεται και να κρύβεται. Δείχνει επίσης την αγάπη του αλλά θέλει να περνάει το δικό του.

Τον 16^ο μήνα το παιδί μπορεί να τρέχει (εξακολουθεί να πέφτει μερικές φορές) και να σκαρφαλώνει. Περπατάει τραβώντας ένα παιχνίδι και στέκεται στο ένα του πόδι χωρίς να χάνει την ισορροπία του. Επίσης μιμείται κινήσεις. Του αρέσει να πετάει πράγματα, να αδειάζει συρτάρια και ράφια.

Τον 17^ο μήνα χρησιμοποιεί καθημερινά 10 λέξεις και προσπαθεί να ανέβει και να κατέβει σκαλοπάτια. Περπατάει προς όλες τις κατευθύνσεις και κάνει κύκλους. Παίζει άνετα με κύβους και πετάει με δύναμη το τόπι. Επίσης λύνει τα κορδόνια του. Μπορεί να γίνει κατανοητό από τους άλλους.

Τον 18^ο μήνα κλωτσάει την μπάλα, τρέχει άνετα και χορεύει. Μπορεί να φτιάξει ένα πύργο από πολλά τουβλάκια. Μπορεί να κρατήσει ένα χοντρό μαρκαδόρο και να μουντζουρώσει σε ένα χαρτί. Καταλαβαίνει περισσότερα από όσα μπορεί να πει. Μπορεί να δείξει με το χέρι του μερικά μέλη του σώματος του και το λεξιλόγιο του αναπτύσσεται μέχρι και 50 περίπου λέξεις. Χρησιμοποιεί το κουτάλι και διεκδικεί την προσοχή σας. Δεν είναι τυχαίο πως μπορεί να δείξει μερικές φορές τον κακό του εαυτό γκρινιάζοντας, κλαίγοντας και φωνάζοντας όταν έχετε επισκέψεις από φίλους στο σπίτι σας.

Συμβουλές

Είναι πολύ σημαντικό οι γονείς σύμφωνα πάντα με την ηλικία του παιδιού να δίνουν τα σωστά κίνητρα για γνώση, για μάθηση αλλά και τις σωστές βάσεις για την καλή εξέλιξη και την σωστή διαμόρφωση της προσωπικότητας του παιδιού.

Τα βασικά συστατικά της νοημοσύνης είναι η ικανότητα λόγου, η μνήμη, η ικανότητα για αφαιρετική σκέψη, η εννοιολογική αντίληψη ο συλλογισμός, ο αισθησιο-κινητικός συντονισμός και η ικανότητα να εκτελεί εντολές.

Για το πρώτο έτος προσπαθούμε να διαλέγουμε παιχνίδια που δελεάζουν τις αισθήσεις του μωρού όπως την αφή, την ακοή και την όραση. Καλές επιλογές είναι: κουδουνίστρες, μαλακά και καθαρά ζωάκια, κούκλες και μπάλες με έντονα χρώματα που μπορούν να τα σφίξουν στην αγκαλιά τους. Γυμναστήριο εδάφους, άθραυστος καθρέφτης, κρεμαστά παιχνίδια που γυρίζουν και παίζουν μουσική, πίνακες δραστηριοτήτων και μαλακοί κύβοι. Επίσης παιχνιδάκια τα οποία επιπλέουν στην μπανιέρα και μουσικά κουτιά. Βεβαιωθείτε για την ασφάλεια του μωρού σας σε σχέση με τα παιχνίδια που διαλέγετε και βοηθήστε το να μεγαλώσει σωστά προσφέροντας του τα κατάλληλα ερεθίσματα σύμφωνα με την ηλικία του.

Πως μπορούν οι γονείς να επηρεάσουν την εξέλιξη της νοημοσύνης του μωρού τους;

Έρευνες του πανεπιστήμιου του Χάρβαρντ απέδειξαν πως οι γονείς είναι ικανοί να προσφέρουν πολλές και ποικίλες εμπειρίες στο παιδί τους εκπαιδύοντας το σωστά και παίζοντας μαζί του με ηρεμία. Το αποτέλεσμα είναι το παιδί να μπορέσει να εξελιχθεί σωστά νοητικά και συναισθηματικά.

Η επιλογή των παιχνιδιών πρέπει να καλύπτει την ασφάλεια αλλά και την περιέργεια των παιδιών αυτής της ηλικίας. Βιβλία από ύφασμα με μεγάλες εικόνες, μουσικά κουτιά, παιδικά τηλέφωνα, παιχνίδια που μπορούν να σύρουν και να τραβήξουν (όχι πολύ μακριά σκοινιά) αυτοκινητάκια, κύβους και σκληρές κούκλες που δεν μπορούν εύκολα να διαλυθούν θεωρούνται κατάλληλα.

Τα μωρά και τα μικρά παιδιά μαθαίνουν παίζοντας. Τα ακριβά παιχνίδια δεν σημαίνει ότι είναι καλύτερα μέσα διδασκαλίας από τα φθηνά ή από τα παιχνίδια που μπορεί να φτιάξουν οι ίδιοι οι γονείς στο σπίτι. Και οι δυο γονείς μπορεί να γίνουν καλοί δάσκαλοι του παιδιού τους. Διασκεδάστε χωρίς να κουράζετε το μωρό και εκμεταλλευτείτε αυτά τα πρώτα κρίσιμα χρόνια. Είναι καλύτερο να παίζετε λίγα λεπτά της ώρας πολλές φορές την ημέρα καθημερινά σε αυτή την ηλικία. Το μωρό για να μάθει πρέπει να νιώθει άνετα και εσείς πρέπει να έχετε φιλική διάθεση απέναντι του.

Αρχίστε από νωρίς να του διαβάσετε παραμύθια με μεγάλες και ζωηρές εικόνες. Στρέψτε το ενδιαφέρον του σε βιβλία κατάλληλα ώστε να αρχίσει να αντιλαμβάνεται κάποιες απλές έννοιες. Μην το πιέζετε όμως και πρέπει πάντα να θυμάστε ότι ο χρόνος της προσοχής του είναι ακόμη λίγος. Κατάλληλα βιβλία είναι αυτά που έχουν διάφορα ζωάκια, πολλές εικόνες και λίγα λόγια. Φτιαγμένα από σκληρό χαρτόνι που απεικονίζουν καθημερινά εύκολα αντικείμενα και ιστορίες όσον αφορά το φαγητό, τον ύπνο και το μπάνιο. Μπορείτε να κατονομάζετε τα αντικείμενα βλέποντας τις εικόνες και τους ανθρώπους με λόγια απλά και κατανοητά.

Οι καλές σχέσεις του παιδιού με τους γονείς και τα αδέρφια του είναι πολύ σημαντικές για την αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση του παιδιού. Το παιδί νιώθει πως ανήκει κάπου, νιώθει ασφάλεια και μαθαίνει να εμπιστεύεται τους ανθρώπους. Το παιδί μπορεί να γνωρίσει τον εαυτό του, το σώμα του και το περιβάλλον του μέσα από τις καθημερινές ευκαιρίες που μπορούν να του δοθούν. Ενθαρρύνοντας το παιδί να παίζει μόνο του το βοηθάμε να γίνεται ανεξάρτητο και να αντιμετωπίζει τα διάφορα μικροπροβλήματα που μπορεί να υπάρξουν. Από την άλλη μεριά παίζοντας μαζί του μαθαίνει να γνωρίζει την οικογένεια του, να προσαρμόζεται σε διάφορες καταστάσεις και να αντιδρά διαφορετικά ανάλογα με το πρόσωπο που είναι μαζί του. Χρησιμοποιείστε ερεθίσματα για την αφή, την ακοή την όραση, τη μίμηση, την ομιλία, την αυτογνωσία τις σχέσεις χώρου αλλά και απλών προβλημάτων. Υπάρχουν πάρα πολλές εκπαιδευτικές δραστηριότητες αρκεί να διαλέξει ο γονιός τα σωστά υλικά τα οποία φυσικά πρέπει να είναι και ασφαλή και να χρησιμοποιήσει την φαντασία του ώστε να εκπαιδεύσει το παιδί του κατάλληλα και με ευχάριστο τρόπο.