

Ako porozumieť vývinu dieťaťa

„Duša je ako vietor a telo ako piesok. Keď chcete vedieť, ako fúka vietor, pozrite sa na piesok.“

Bonnie Bainbridge Cohen



Prečo dieťa vykonáva najskôr reflexné pohyby a až po nich zámerné? A prečo sa naučí v prvom rade pretáčať, sedieť, potom liezť, až nakoniec chodiť? Podľa americkej terapeutky Bonnie Bainbridge Cohen sa náš vývin riadi prostredníctvom vývinových vzorcov. Občas sa však stane, že aj zdravé dieťa z nejakých dôvodov nepostupuje podľa nich. Výsledkom je, že ustrnie v niektorom z vývinových štádií, alebo ho nedotiahne do konca, prípadne ho úplne preskočí. Ved' aj vy ste už určite počuli o deťoch, ktoré vôbec neliezli, ale rovno začali chodiť. Na prvý pohľad im to nemusí spôsobiť nijaké ťažkosti. No možno o pár rôčkov sa prejavia problémy s držaním tela, koordináciou pohybu alebo problémy v nerovnováhe telesných systémov. V oblasti psychiky zase môže mať dieťa, ktoré nerešpektuje vývinové vzorce, problémy s vnímaním, určovaním priorít, s pamäťou a s tvorivosťou. V takom prípade sa podľa Bonnie treba vrátiť späť.

Keď Bonnie Bainbridge Cohen viedla v októbri 2006 v Babyfite seminár na tému „Ako porozumieť vývoju dieťaťa“, pozvali sme redaktorku časopisu Dieťa Moniku Bothovú. Na základe rozhovoru s Bonnie vznikol článok Prvý rok života podľa Bonnie, uverejnený v decembri 2006. Materiál článku je základom nasledujúceho materiálu.

... Bolo zaujímavé sledovať ako pracuje s deťmi a ich rodičmi, ako všetkým prakticky vysvetľuje základné princípy vývinového procesu dieťaťa, kde rodičia robia chyby a ako, naopak, môžu dieťaťu napomôcť, aby sa vyvíjalo správne od prvých chvíľ života. Ak si to predstavujete tak, že všetci sedeli nad zošitmi s hĺbkou poznámok, ste na omyle. Na tomto seminári sa predovšetkým hralo, dotýkalo, hladkalo a pohybovalo.

KTO JE BONNIE?

Bonnie Bainbridge Cohen zasvätila celý svoj život jedinej otázke - ako sa myseľ, resp. duša, prejavuje cez telo prostredníctvom pohybu. Po skončení strednej školy začala pracovať ako ergoterapeutka s deťmi postihnutými, detskou mozgovou obrnou. V tom čase sa venovala aj štúdiu anatómie v rámci kurzu experimentálnych vedeckých výskumov. Študovala tanec, študovala jogu, trénovala bojové umenie, venovala sa pôsobeniu dotyku a hlasu. V roku 1963 získala diplom ergoterapeutky (ergoterapia je metóda liečby prácou – pozn. red.) na Štátnej univerzite v Ohio. Najviac ju však ovplyvnilo stretnutie s doktorom Karlom Bobathom a jeho manželkou Bertou, ktorí sú autormi známej Bobathovej metódy. Tá sa dnes, podobne ako napríklad Vojtova metóda, využíva pri deťoch s poruchami mozgu, predovšetkým detskou mozgovou obrnou.

„Pracovala som v nemocnici, kde bolo 2 tisíc pacientov s rôznymi neurologickými poruchami. V rámci jedného semináru prišla pani Bobathová a začala cvičiť s dvoma deťmi. Prvý bol chlapec, ktorý mal viac ako rok, no ešte nevedel sedieť. Asi za 20 minút sa posadil... Druhé bolo 7-ročné dievčatko, ktoré nevedelo chodiť. Po krátkej terapii s pani Bobathovou urobilo svoje prvé kroky. To na mňa neuveriteľne zapôsobilo,“ uviedla Bonnie na seminári v Bratislave.

Dlhé roky Bonnie vychádzala práve z Bobathovej metódy, no nielen z nej. Na základe svojich skúseností vyvinula metódu Body-Mind Centering®, čo možno zjednodušene preložiť ako „vyladovanie tela a mysle“.

V roku 1973 následne založila školu Body-Mind Centering® v New Yorku, ktorá ju preslávila na celom svete.

VYLAĐOVANIE TELA A MYSLE

Body-Mind Centering® je zážitková metóda, ktorá vedie k porozumeniu toho, ako sa myseľ prejavuje cez telo a ako pôsobením tela možno spätne pôsobiť na myseľ. Čerpá z poznatkov západnej medicíny a to predovšetkým takých vied ako anatómia, fyziológia, kineziológia či neurológia, no spracovanie a následné využívanie týchto poznatkov ovplyvnili západné aj východné filozofické smery.

Podľa metódy BMC® je vývin vopred daný proces, ktorý prebieha na základe istých vzorcov. Tie formuje na jednej strane príroda a na strane druhej my, ako jej súčasť. Podľa tejto teórie vopred dané vzorce tvoria základ každého nášho pohybu (pohybu tela a mysle). Najmenší stupeň pohybu nášho tela sa pritom realizuje na bunkovej úrovni a nemožno ho vidieť, ale len „cítiť vo vnútri“. **Z toho vyplýva, že vývin každého z nás by mal prebiehať zhruba rovnako, aj keď jednotlivé pokroky nemusíme dosahovať v rovnakom časovom horizonte.**

Hlavným princípom vývinu podľa Body-Mind Centering® je fakt, že vývin nie je lineárny proces, ale objavuje sa v prelínajúcich sa vlnách, pričom každé štádium v sebe nesie prvky tých predchádzajúcich. A každé predchádzajúce štádium je zároveň oporou pre úspešné zvládnutie nasledovného vývinového štádia. Mimoriadne dôležitá je pritom postupnosť jednotlivých štádií, ako aj to, aby si dieťa prešlo každé z nich a do ďalšieho sa posunulo až vtedy, keď to predchádzajúce už samo riadne ukončilo. Inými slovami, dieťa by nemalo chodiť skôr, než sa naučí poriadne liezť.

Keď niektoré zo základných vývinových štádií dieťa z rôznych dôvodov riadne neukončí, alebo ho preskočí, môže to viesť k ťažkostiam v oblasti fyzickej i psychickej. Vo fyzickej oblasti sa vývinové odchýlky môžu prejaviť v problémoch s držaním tela a koordináciou pohybu, alebo v nerovnováhe telesných systémov. V oblasti psychiky sú to zase problémy s vnímaním, určovaním priorít, ale aj s pamäťou a tvorivým myslením. Ak chceme problémy napraviť, musíme sa vrátiť k základným vývinovým vzorcom, prejsť si opäť každé nedokončené či preskočené vývinové štádium a vytvoriť tak účinnejšie a efektívnejšie nervové spojenia na podporu pohybu. Bonnie tvrdí, že takýmto návratom k jednotlivým vývinovým štádiám prostredníctvom pohybu možno informovať nervový systém o nových možnostiach.

Aby deti zbytočne nepreskakovali niektoré vývinové štádiá, resp. aby si ich „zažili“ tak, ako majú, potrebujú mať rodičia dostatok základných informácií o tom, ako samotný vývin prebieha. Potom budú vedieť, prečo by mali novorodenca čo najviac nosiť na rukách „v kľbôčku“ a prečo by staršie deti nemali zbytočne viesť k tomu, aby robili pohyby a pokroky, na ktoré ešte samé nemajú. K takým patrí hoci aj naša snaha podopierať dieťa rôznymi vankúšmi a krčiť ho do sedu v čase, keď ešte sedieť nedokáže, alebo ho držiac za obe ruky ustavične stimulovať k chôdzi.

ŠTYRI STUPNE VÝVINU DIEŤATKA podľa Bonnie Bainbridge Cohen

„Prvý rok života možno rozdeliť na štyri základné vývinové stupne. Prvý stupeň je od 0 do 3 mesiacov, keď dieťa po narodení postupne začína vnímať. Jeho pozornosť sa spočiatku sústreďuje predovšetkým na matku, seba a postupne na blízke veci. Druhý stupeň je od 4 do 6 mesiacov, keď sa dieťa začína pretáčať, objaví svoje ruky, nohy, teda vlastné telo, a zaujíma ho čoraz viac vecí okolo neho. Tretí vývinový stupeň je od 7 do 9 mesiaca a charakterizuje ho predovšetkým plazenie a lezenie. Krátko na to sa dieťa postaví. A posledný, štvrtý stupeň, je od 10 do 12 mesiaca, kedy dieťa začína chodiť, snaží sa obsiahnuť celý vonkajší svet, chce sa všetkého dotknúť, všetko si vyskúšať a neraz pritom zažíva i malé nehody,“ hovorí Bonnie. Zdôrazňuje, že nie je dôležité, kedy dieťa urobí jednotlivé pokroky. Nemali by sme sa preto zameriavať na to, kedy sa naše dieťa posadí a kedy začne chodiť. Oveľa dôležitejšia totiž je postupnosť jednotlivých pokrokov.

„Aj keď vidím dieťa, ktoré má 10 rokov, stále sa na neho pozerám cez tieto štyri vývinové stupne a snažím sa zistiť, ktoré z nich zvládlo a úspešne sa posunulo ďalej a na ktorých ustrnulo. Zároveň hľadám, čo môže rodič urobiť pre to, aby jeho dieťa prešlo do ďalšieho vývinového štádia. Veď ako raz povedala terapeutka Berta Bobathová, keď má dieťa akýkoľvek problém, hoci nemá neurologické poruchy, pozrite sa na vývinový aspekt, ktorý sa za jeho problémom skrýva,“ vysvetlila Bonnie.

PRVÝ VÝVINOVÝ STUPEŇ – 0 AŽ 3 MESIACE

Prvé tri mesiace nazýva Bonnie „fázou prežitia“. Dieťa si zvyká na prechod z tmavého vodného prostredia do nášho sveta. V prvom rade si buduje vzťah s matkou, otcom a so súrodencami. To úplne stačí. Je zbytočné, a pre dieťa aj únavné, zoznamovať ho s celou rozvetvenou rodinou a kamarátmi. Rovnako mu netreba hneď ukazovať celý svet a orientovať ho na široké okolie. Na to bude dosť času neskôr. Teraz si potrebuje vychutnať predovšetkým blízkosť matky.

„Dôležité je uvedomiť si, že dieťa bolo deväť mesiacov v maternici vo vode, v tme a v skrútenej polohe. Zrazu ocitlo v odlišnom prostredí. A ten široký priestor ho môže niekedy znepokojovať. Preto ak mu chceme uľahčiť prechod z maternice do iného prostredia, mali by sme sa snažiť vytvoriť mu také prostredie, ktoré mu je blízke a známe. Takže matky by mali deti čo najviac nosiť na rukách, otočené tvárou k sebe, skrútené do klobôčka, aby mohli počúvať tlkot ich srdca,“ radí Bonnie.

Dodáva, že nesmierne dôležitý je očný kontakt. Matka, ktorá dojčí, by si mala dieťaťko natočiť čo najviac k sebe, pozeráť naň a nevenovať sa pritom ničomu inému. A rovnako by takto „telo na telo“ mali držať svoje dieťa aj matky, ktoré z rôznych príčin nedojčia, ale krmia ho z fľašky. Takáto blízkosť dieťa upokojuje a vytvára mu pohodlie.

„Najmenšie deti treba čo najviac nosiť otočené smerom k nám, dovnútra, nie smerom von. Novorodenec ešte nie je pripravený na to, aby bol takto vystavený priestoru. To ho zbytočne dráždi a mátie,“ upozorňuje Bonnie.

Keď chcete stimulovať dieťa, aby sa úspešne vyvíjalo, Bonnie odporúča, dať mu možnosť, aby sa pohybovalo aspoň z času na čas **bez plienok**. Je dôležité, aby malo voľnú panvu a nebolo stále obmedzované v tejto „vitálnej oblasti“ svojho tela. Dbajte o to, aby malo dieťaťko **voľné ruky**, aby nimi mohlo pohybovať, dotýkať sa vecí. To isté platí aj pre **nôžky**. Keď dáte dieťaťu dole **ponožky a necháte mu holé chodidlá, je voľnejšie, má väčšiu tendenciu pohybovať nohami, viac vníma svoje telo, je viditeľne aktívnejšie**. To platí zvlášť pre deti so špeciálnymi potrebami či deti s rôznymi poruchami, ktoré potrebujú viac stimulácie. „Vývin dlaní a chodidiel ide ruka v ruku s vývinom hlavy, mozgu a trupu,“ tvrdí Bonnie.

DRUHÝ VÝVINOVÝ STUPEŇ – 4 AŽ 6 MESIACOV

„Dieťa už vie držať hlavu a postupne sa začína pretáčať. Najskôr sa prevaľuje len na boky, neskôr sa naučí úplne pretočiť z bruška na chrbát a z chrbta na bruško. **Veľmi dôležité je, aby sme striedali polohy.** Každé dieťa má svoju obľúbenú polohu a niekedy sa zlostí, keď ho dáme na chrbát či, naopak, na bruško. Napriek tomu by sme ho vždy mali niečím zabaviť, aby chvíľu vydržalo aj v inej polohe. Keď totiž dieťa leží na brušku, rozvíja sa jeho parasympatický nervový systém, rozvíja zmysel samého seba. Keď je v polohe na chrbte, rozvíja sympatický nervový systém, teda vnímanie toho, čo nie som ja. A keď ho držíme zvisle na rukách, prvýkrát zažíva vertikálu,“ objasňuje Bonnie.

Upozorňuje na niektoré chybičky, ktoré rodičia zvyknú robiť. V prvom rade keď niekomu dieťa odovzdávame, nemali by sme ho podávať chrbtom. Dieťa treba otočiť tvárou k osobe, ktorej ho dávame do rúk, aby videlo kam ide. Toto je základ vzorca pre chôdzu – aby dieťa nechodilo pospiatky, aby sa vždy vopred pozrelo, kam sa vydá. Rovnako, keď ho dávame na posteľ, nepoložíme ho tam bez slova a neodídeme preč. Jemne ho postupne položíme, udržiavame s ním očný kontakt a prihovárame sa mu. Druhá vec je – snažiť sa dieťaťu porozumieť. Keď plače, nemali by sme ho nervózne tíšiť, natriasať na rukách so slovami „neplač, neplač“. Oveľa lepšie je privinúť si ho a pohladkať, dať najavo, že ho chápeme a chceme vedieť, prečo plače: „Čo sa stalo? Čo ťa trápi, zlatko? Ako ti môžem pomôcť?“

Keď sa s dieťaťom hráme, treba vnímať, aká je **vzdialenosť** v našom vzťahu. Ak veľká, nie je to dobré. Keď sa príliš veľa vecí deje vo veľkej vzdialenosti od dieťaťa, má v tom zmätok. „Už v tomto období života by sme mali **dieťaťu umožniť rozhodovať sa.** To ho bude neskôr ovplyvňovať po celý život. Keď dieťa pije z prsníka, má šancu rozhodnúť sa, či a kedy sa k prsníku prisaje, akou rýchlosťou bude piť, či sa len prichytí, privrie oči a zaspí. No keď mu dávame piť z fľašky, len otvára ústa a nemá možnosť rozhodovania. To isté sa deje pri nosení. Keď ho upevníme do nosiča a otočíme smerom von, musí to strpieť. Keď ho uložíme do šatky, môže si vybrať, ako tam bude otočené,“ prízvukuje Bonnie.

Aj v tomto období svet dieťaťa predstavuje predovšetkým jeho vlastné telo. Môžeme ho stimulovať tak, že mu dáme dole ponožky, dieťa si chytí nohy a pregúľava sa z boka na bok. Podávame mu rôzne predmety (napríklad mäkkú napoly vyfúknutú loptu) tak, že ich smerujeme doprostred jeho tela, zhruba na oblasť hrudníka. Ono okamžite presunie pozornosť z nás na loptu a bude sa snažiť ju chytiť, alebo sa jej aspoň dotknúť. Loptu striedavo vzdalujeme a približujeme k dieťaťu a sledujeme v akej vzdialenosti je táto hra preň ešte zaujímavá (keď je lopta príliš vysoko, dieťa o ňu stratí záujem). „Pri tejto hre si všímame symetriu, prípadne asymetriu. Teda to, či dieťa rovnako pracuje oboma rukami aj nohami. Ak nie, snažíme sa podporiť slabšiu stranu – keď sa dieťa opakovane naťahuje za loptou len pravou rukou, budeme mu ju viac podávať k ľavej ruke. Zároveň pozeráme, či sa obe rúčky dieťaťa otvárajú a zatvárajú, či sa hlava rovnako točí na obe strany. No pri tom všetkom si všímame, kedy má dieťa toho dosť a rešpektujeme to. Kým sa s nami hrá, snažíme sa ho stimulovať. No keď sa od nás odvráti, prípadne dá si prst do pusy a otočí hlavu, je jasné, že už nechce pokračovať. Vtedy prestaneme, aby sme ho zbytočne nepredráždili,“ hovorí Bonnie.

TRETÍ VÝVINOVÝ STUPEŇ – 7 AŽ 9 MESIACOV

V tomto období by sa dieťa malo začať plaziť a liezť po štyroch. **„Fáza lezenia je veľmi dôležitá, lebo dieťa si pomocou nej spevňuje chrbát, rozvíja oblasť panvy a brucha. No musí správne liezť. Preto keď začne liezť, sledujeme, či strieda obe ruky aj nohy.** Ak dvíha jedno koleno hore a opiera sa o chodidlo, musíme dať pozor, aby si tento pohyb nezafixovalo. V takom prípade sa totiž kriví chrbtica a nadmerne sa zaťažuje koleno, ktoré zostáva na podložke a o ktoré sa dieťa opiera. Pomoc je však veľmi jednoduchá. Keď zdvihne nohu, stačí ho jemne pridržať za chodidlo a ono si nohu upraví tak, že sa oprie o koleno. Dá sa povedať, že takto si to koleno nájde,“ radí Bonnie.

Lezenie je opäť dôležité aj pre možnosť rozhodovania sa – dieťa sa samé rozhodne kam pôjde, ktorým smerom sa vydá, čo objaví, čo dosiahne, čo chytí do rúk.

Keď sedíme a držíme dieťa na rukách tak, že je otočené tvárou k nám, chodidlá má opreté o naše stehná, neraz má snahu „hopkať“. Akoby skackalo na svojich nohách, pričom sa často zakláňa dozadu. Rodičia sa tešia, že ich ratolesť sa stavia na nohy a už chce chodiť. Bonnie však upozorňuje, že tieto pohyby nie sú veľmi žiadúce. Dieťaťu sa takto nevyvíja dobre chrbát a navyše sa „neuzemňuje“ tak, ako by sa v tejto vývinovej fáze malo, ale naopak lieta hore.

„Veľmi rýchlo po tom, ako dieťa začne loziť, sa s oporou postaví na obe nohy. Je však dôležité, aby sa postavilo samé, nie aby sme ho ťahali za obe ruky a nútili stáť na dvoch nohách. Taktiež si treba všímať, či sa dieťa stavia tak, že striedavo zdvíha jednu nohu a inokedy druhú. Ak zbadáme, že dvíha stále tú istú nohu, opäť ho treba povzbudiť, aby objavilo aj druhú. Stačí mu prichytiť nohu, ktorú preferuje a ono automaticky použije tú druhú,“ dáva návod Bonnie. Rodičov upozorňuje, že hoci dieťa v tejto vývinovej fáze objavuje vonkajší svet, nemenej dôležité je aj to, aby stále posilňovalo svoj svet, oblasť brucha a svoje „ja“. „Dieťa, ktoré má problém s pozornosťou, zaujíma ho príliš veľa podnetov, točí sa na všetky strany a je podráždené, treba položiť na chrbátik, dať mu na bruško loptu a nechať ho, aby ju chytilo rukami i nohami. Tak sa sústreďí na svoj svet. Loptu potom postupne vzdiaľujeme a opäť vraciame na bruško. Pozornosť sa sústreďí najskôr k stredovému bodu a potom z neho ide von,“ konštatuje Bonnie. A dodáva: „Dieťa netreba učiť, učí sa rýchlo a samo. Treba mu len dať dostatok podnetov. Dôležité však je nepredbiehať jeho vývin a posilňovať rovnako jeho vnútorný svet, ako aj vonkajší. Mali by sme to robiť tak, aby to pre deti bolo zábavné a zároveň, aby sme s nimi robili len to, čo samé dokážu.“

ŠTVRTÝ VÝVINOVÝ STUPEŇ – 10 AŽ 12 MESIACOV

Dieťa sa naučí chodiť. Už vie všetko chytiť do rúk, dosiahne kam chce, vlezie kam chce. Aj preto je toto obdobie zároveň obdobím častých nehôd. **„Zo štyroch sa dieťa postaví pri opore na dve nohy. Začne chodiť bokom popri nábytku, neskôr sa nábytku pridrža len jednou rukou a telom sa otáča do priestoru, prípadne čosi zdvihne zo zeme. V ďalšej fáze stojí popri nábytku bez držania a nakoniec spraví samostatný krok. Dôležité však je, aby chodilo samé, nie aby sme stáli za ním, držali mu hore obe ruky a ťahali ho vpred.** Treba dať dieťaťu možnosti, aby sa malo kde prichytiť, no nechať ho, nech sa rozhodne kedy a ako vykročí. A tiež by sme mu mali dať čas, nech len tak **stojí**. Keď totiž deti ustavične nútime chodiť, nemajú čas len tak v pokoji stáť. Potom sme prekvapení, že o pár rokov neskôr majú problémy s učením a udrzaním pozornosti,“

 hovorí Bonnie.

Keď staršie dieťa chodí po špičkách, treba sa s ním veľa guľať a kotúľať. Postavte sa pred neho a nechajte ho, nech vás tlačí. Tak musí nájsť oporu v päťach. Alebo mu môžete kriedou či farbou pomalovať päty topánok a vyzvite ho, nech zanecháva za sebou značky, resp. nech robí stopy.

KEĎ SA VÝVIN ZADRHNE

Na záver stretnutia s rodičmi sa Bonnie opäť vrátila k tomu, že je nevyhnutné, aby vývin sledoval tieto vzorce a dieťa postupne prešlo všetkými fázami. **Čo však v prípade, keď niektorú vynechá, no nerobí mu to nijaký problém? Napríklad dieťa nelezie, ale rovno sa postaví na nohy. Sedí, chodí, robí všetko tak, ako iné deti, rozvíja sa jeho intelekt, akurát nikdy neliezlo.**

„Pre niekoho to môže byť problém, pre iného nie. Z vlastnej praxe viem, že viaceré deti, ktoré neliezli, alebo odmietali liezť, mali neskôr problémy s učením a udrzaním pozornosti. Ťažkosti nemusia byť zrejmé. Stretla som dospelých ľudí, ktorí neliezli a nemali viditeľný problém. Keď som sa však s nimi vrátila do tejto fázy vývinu a úspešne si ňou prešli, svorne tvrdili, že teraz je to iné, že sa cítia rozdielne. Inokedy sa stane, že za mnou niekto príde a začne mi objasňovať svoj fyzický alebo psychický problém. A ja mu na to poviem – spýtajte sa rodičov, či ste liezli, lebo podľa mňa nie. Následne príde a potvrdí, že som mala pravdu... Taktiež poznám trénerov atletiky, ktorí priznávajú, že keď si ich zverenci prejdú celým vývinom pohybu, šport im ide lepšie,“ odpovedá Bonnie.

Keď dieťa má problém s vývinovými vzorcami, Bonnie sa snaží posunúť ho ďalej k správne formu vývinu formou hry, nenáročných príjemných pohybov a dotykov. A to aj vtedy, keď sa za problémom skrýva neurologická porucha. U nás väčšina terapeutov dáva prednosť Vojtovej metóde. „Nemám rada plač a pri Vojtovej metóde deti obyčajne plačú. Mne sa lepšie pracuje, keď majú pohodlie a keď aj ich rodičia sú v pokoji. Na druhej strane, keď to zafunguje, možno ten plač stál za to... Každý má svoju cestu. Moja metóda je tiež len jednou z možných ciest. Už 50 rokov sledujem vývin dieťaťa. Za ten čas mám svoje skúsenosti. A to, čo robím, nie je zázrak,“ hovorí. Napokon ešte dodá: „Neučili sme sa byť rodičmi. Dôležité však je, aby sme mali informácie o vývine dieťaťa a o tom, ako ho stimulovať správnym smerom ešte skôr, než sa narodí. Po pôrode už totiž máme zaberie všetok čas praktická starostlivosť o bábätko. Keby sme rodičov učili o vývine dopredu, bolo by to aj lacnejšie, ako následne terapiami naprávať chyby.“

S použitím článku Prvý rok života podľa Bonnie autorky Moniky Bothovej spracovala A. Sedlačková.

B.B. Cohen vyvinula program IDME – Infant Developmental Movement Educator (Pedagóg detského vývinového pohybu), ktorý vzdeláva odborníkov v oblasti pohybového vývinu kojencov.

Sama charakterizuje cieľ IDME nasledovne:

Poslaním IDME je pomôcť deťom vytvoriť si bez obmedzovania a nepohodlia čo najširšiu základňu integrovaného pohybu a pozornosti, na základe ktorých sa vyvinie a vytvorí ich najplnší potenciál.

Kľúčové princípy IDME

1. So záujmom rešpektovať dieťa a jeho rodičov resp. opatrovateľov.
2. Postupne sa ladiť na dieťa a nadviazať vzťah tým, že vytvoríme bezpečný vzťah plný dôvery.
3. Pomáhať udržiavať vzťah medzi dieťaťom a jeho rodičmi a ďalšími opatrovateľmi.
4. Vytvárať prostredie, ktoré je primerane akceptuje vývinovú organizáciu, v ktorej sa dieťa môže učiť vhodne a tvorivo reagovať.
5. Vychádzať z kompletnosti a celistvosti dieťaťa, aj keď sa zameriavame na jeho silné aj slabé stránky.
6. Rozoznávať a facilitovať tie pohybové vzorce, ktoré sa prirodzene vyvinú do zrelších vzorcov pohybu a správania.
7. Rozpoznávať tie pohybové vzorce, ktoré budú potláčať rozvinutie zrelších vzorcov pohybu a správania.
8. Informovať rodičov a opatrovateľov o dôležitosti konkrétnych návykov pohybu a správania a toho, ako sa budú prejavovať v staršom detskom, alebo dospelom veku dieťaťa.

V Bratislave sme prvý cyklus programu ukončili v lete 2010, od septembra 2011 prebieha už jeho druhý cyklus.

www.babyfit.sk