

Ankstyvoji kūdikystė - intensyviausio mokymosi periodas. Pirmaisiais gyvenimo metais žmogus iš mažai judančio, susirietusio kūdikio tampa savarankišku judriu asmeniu, jis išmoksta šliaužti, ropoti, vaikščioti. Judesio raida yra pagrindas tolimesnei pažintinei ir kalbos raidai. Motorinė sistema leidžia vaikui tirti aplinką, bendrauti su kitais žmonėmis, užmegzti draugystės ryšius, pažinti aplinkinį pasaulį.

Intensyviai vystosi vaiko rankos įgūdžiai, tobulėja regos, klausos, pažinimo raida. Visus šiuos įgūdžius vaikas įgyja žaisdamas.

Naujagimiai domisi tik savo poreikiais, kurie apima miegą, alkį, saugumą. Savęs jis dar neskiria nuo aplinkos, nesupranta apie daiktų egzistavimą. Per pirmus keturis mėnesius kūdikio elgesys keičiasi. Vaikas pradeda liesti savo kūną, aplinkos daiktus, pradeda suprasti aplinkinį pasaulį. Augdamas vaikas, daugiau pažįsta pasaulį, išmoksta žaisti, žaidimo metu supranta daiktų formas, dydžius, svorį, spalvas, ir kt. Jis sužino apie tarp daiktų esantį atstumą, suvokia, kiek reikia įdėti pastangų kad galėtų, jį sudominusį, daiktą pasiekti. 5 metų vaikas turi pakankamai gerai išsivysčiusius judesius, regą, klausą ir žaidimą. Nuo penkerių metų amžiaus intensyviausiai vystosi pažintiniai procesai.

Nuo pat gimimo jūsų kūdikį stebi gydytojas, kad laiku nustatytų vaiko sveikatos problemas. Kiekvieną mėnesį jūs keliaujate pas savo pediatrą ar šeimos gydytoją. Vizito metu gydytojas tikrina vaiko fizinę vystymąsi, tiria bendrą sveikatą, vertina vaiko raidą. Ir stengiasi kuo anksčiau nustatyti vaiko sutrikimus. Šiandien pakalbėkime apie du iš jų: vaiko augimo ir raidos sutrikimus.

Augimo sutrikimai - medicininis terminas, reiškiantis, kad vaikas neauga taip gerai, kaip reikėtų tikėtis. Jūsų gydytojas išmatuoja vaiko ūgį ir svorį, o po to palygina juos su amžiaus normomis. Augimo diagrama yra geras būdas palyginti jūsų vaiko augimą su kitų to paties amžiaus vaikų augimu. Naudodamiesi diagrama, nesunkiai pastebėsime, kad vaiko svorio augimas sutriko. Jeigu ši tendencija išlieka ilgesnį laiką, galima konstatuoti, kad vaikas turi augimo problemų.

Gydytojas taip pat gali paskaičiuoti jūsų vaiko **ūgio ir svorio percentiles**. Šis rodiklis leidžia palyginti jūsų vaiko augimą su kitų tos pačios lyties vaikų augimo duomenimis. Vaikas, kurio ūgio percentilė yra 50, yra aukštesnis už pusę tos pačios lyties ir amžiaus vaikų, ir mažesnis už kitą pusę tos pačios grupės vaikų. Vaikas, kurio svorio percentilė yra 95, yra sunkesnis už 95 iš 100 tos pačios lyties ir amžiaus vaikų. Kai kurie normaliai besivystantys vaikai yra nedideli. Tačiau jeigu 6-ųjų mėnesių kūdikio svorio percentilė per du mėnesius nuo 25 nukrito iki 5, gydytojas turėtų išsiaiškinti priežastis.

Augimo sutrikimų priežastys gali būti pačios įvairiausios. Kartais tai būna ligos, pvz. prietvaras, plaučių uždegimas, širdies ydos ir pan. Tai organinės kilmės augimo sutrikimai. Tačiau kartais gali nebūti jokios realios fizinės priežasties. Kada nerandama jokių fizinių problemų, vadinama neorganinės kilmės augimo sutrikimais.

Kitas žingsnis yra pilnas klinikinis ištyrimas. Jis padeda nustatyti galimas sutrikimo priežastis. Be sveikatos istorijos ir ūgio ir svorio matavimų duomenų gali prireikti laboratorinių tyrimų ar kitų tyrimų. Gydytojas priklauso nuo problemą sukėlusios priežasties. Jį visada jums paskirs gydytojas.

Šios problemos ypač dažnos sutrikusios raidos vaikams. Stebėkite ir užsirašykite, kaip vystosi jūsų vaikas. Kiekvieną mėnesį, lankydami gydytoją, papasakokite ką ir kaip jūsų mažylis daro. Vaiko raidos tyrimas apima judesio, kalbos, pažinimo ir emocinių įgūdžių išmokimą. Deja, ne taip paprasta tiksliai pasakyti ar vaiko raida yra normali. Kiekvienas vaikas vystosi vienoda seka, bet įgūdžius išmoksta skirtingu laiku. Reikalingas ilgalaikis vaiko raidos stebėjimas. Vieni raidos sutrikimai yra nustatomi tik gimus, kiti - vėliau, todėl reikia nuolat konsultuotis su gydytoju, kad būtų galima kuo anksčiau nustatyti diagnozę. Kilus net menkiausiam įtarimui, nevenkite klausti

gydytojo visos informacijos apie vaiką. Kuo anksčiau diagnozuojamas raidos sutrikimas, tuo anksčiau galima padėti vaikui.

Pasitarkite su gydytoju, jei:

3 mėn. kūdikis:

- nesišypso kalbinamas;
- nereaguoja į stiprų garsą;
- neseka aplinkos ir nestebi suaugusiojo veido;
- gali ilgą laiką gulėti lovytėje nežaisdamas;
- nemėgsta gulėti ant pilvo;
- nemėgsta būti ant rankų, sunku jį aprengti;
- nekelia galvos gulėdamas ant pilvo.

6 mėn. kūdikis:

- nepasisuka į kalbinantį žmogų;
- kalbinamas nereaguoja;
- nebando siekti daikto, jo nelaiko rankoje;
- rankas laiko suspaustas į kumštį;
- nenori sėstis;
- pastatytas nesiremia kojomis.

12 mėn. vaikas:

- nebendruoja su artimu žmogumi;
- nebijo svetimų žmonių;
- nežaidžia žaidimų;
- nemėgsta aktyviai judėti;
- neploja katučių, nerodo atia;
- nebando stotis.

18 mėn. vaikas:

- nestato kubelių;
- neparodo savo kūno dalių;

- nenoriai juda, dažnai krenta eidamas;
- nesako nė vieno žodžio, nemėgdžioja garsų;
- nebando valgyti pats.

Sutrikusios raidos vaikas vėliau pradeda pažinti ir suprasti pasaulį. Vėluoja judesio, kalbos, pažinimo, emocinė raida. Norėdami padėti jam geriau vystytis, turėsite įgyti daugiau žinių. Žaislus ir žaidimus vaikui reikės pritaikyti pagal jo galimybes ir suvokimą. Gali tekti išmokti specialių judesio raidą skatinančių pratimų. Gali prireikti ir specialistų pagalbos. Atminkime, kad visi vaikai praeina tuos pačius raidos etapus, bet visi tai daro skirtingu laiku. Sutrikusios raidos vaikai tai darys lėčiau, raidos etapai bus ilgesni, ir kantrybės juos mokyti reikės daugiau.

Visi mes norime, kas mūsų vaikas būtų sveiki, stiprūs, gerai vystytusi. Todėl, pabaigai noriu duoti keletą patarimų, kurie padėtų jūsų vaikui greičiau išmokti įvairių įgūdžių.

Patarimai tėvams:

1. Labai svarbu skatinti vaiką aktyviai judėti. Aktyvūs judesiai yra labai svarbūs vaiko raidai. Kartokite judesius. Kartojimas svarbus įgūdžio išmokimui.

2. Skatinkite vaiką mėgdžioti.

3. Žaiskite aktyvius žaidimus kartu su vaiku. Jūs labai svarbūs žaidimo partneriai.

4. Džiaukitės su vaiku, girkime jo sugebėjimus ir pastangas, didžiukimės jo pasiektais rezultatais!

5. Supraskite savo vaiko poreikius.

6. Visu vaikų emocinis vystymasis yra panašus. Jis priklauso nuo vaiko patirties. 7. Vaikai geriau jaučiasi ir galvoja apie save tada, kai jiems sekasi. 8. Vaiko savarankiškumas - viena svarbiausių vaiko vystymosi sąlygu.

Antrasis gyvenimo pusmetis ypač reikšmingas mažylio raidai – pabaigoje pirmų gyvenimo metų vaikas pradeda vaikščioti. Tai vienas džiaugsmingiausių gyvenimo įvykių. Tėvai visada tiksliai prisimena ir pasako, kada vaikas pradeda eiti. Bet prieš pradėdamas judėti, jis turi išmokti dar daug dalykų: sėdėti, šliaužti, ropoti, stovėti.

Sėdėjimas. Sodinti vaiką reikia pradėti... kai jis pats ima sėdėti. Vyrauja klaidinga nuomonė, kad visi vaikai turi pradėti sėdėti 6 mėn. amžiaus. Iš tikrųjų taip nėra. Kad vaikas galėtų sėdėti jis turi gerai kontroliuoti savo kūną, būti stabilu ir turėti rankų apsaugos reakcijas. Juk praradę pusiausvyrą ir krisdami mes visada remiamės rankomis. Tai ir vadiname apsaugos reakcijomis. Apsaugos reakcijos formuojasi 7-8 mėn. amžiaus. Jos labai svarbios ir kitam judėjimo etapui- ropojimui. Atrama rankomis būtina išlaikyti keturpėsčią padėtį- pradinę padėtį, būtiną vaiko pasiruošimui ropoti. Iki 6-8 mėn. vaiko raumenys yra per silpni jį išlaikyti vertikaloje padėtyje, todėl pasodintas jis linksta ir dažnai krenta. Aišku jį galima pasodinti apkamšius pagalvėmis, bet be galimų stuburo iškrypimų tai nieko gero neduoda ir sėdėti neišmokina.

Nuo 4 mėn. vaiką galima sodinti į kėdutę (pvz. mašinos) arba laikyti pasodinus ant kelių, prilaikant vaiko nugarą. Vaikams ši padėtis labai patinka. Ir žaisti įdomiau, ir daugiau aplinkos matoma. Galima trumpam laikui leisti jam pasėdėti ant kelių ir neprilaikant. Bet tai jam nelabai patiks. Tačiau mokyti sėdėti padės -tai tiesiog toks sėdėjimą skatinantis pratimas.

Ropojimas. Prieš 20 metų vyravo teorija, kad visi vaikai privalo ropoti, nes kitaip jų raida bus sutrikusi. Šiais laikais mes nesame tokie kategoriški, bet reikia nepamiršti, kad ropojimas – tai svarbus vaiko judesio raidos etapas. Ropojimas – pirmas vaiko savarankiškas judėjimas. Judėjimas leidžia pažinti aplinką, pasiimti reikiamus daiktus, iširti daiktus esamus kambaryje. Ir kartu jis formuoja savarankiškumą ir pasirinkimą. Tik ropojimui reikia vietos: nė vienas vaikas neišmoko ropoti lovelėje. Labai svarbus ropojimo mokymas: buvimas ant grindų, parodymas, kaip atsidurti keturpėščioje padėtyje, kaip dėlioti rankytes ir kojytes. Ir pačiam suaugusiam parodyti, kaip tai daroma. Ir kartu su vaiku paropoti...

Dažnai vaikai neropoja. Kodėl? Viena iš priežasčių- vaikštynių naudojimas. Vaikas ropoti mokosi būdamas 9-11 mėn. Tuo pat metu tėvai nuperka vaikštynę ir vaikas mokosi judėti... sėdėdamas. Žinoma, tai patinka mažyliui. Ir vertikaloje padėtyje, ir judėti gali, ir pastangų beveik nereikia.

Bet ar tai naudinga vaikui? Jei jus paklausite vaikų specialisto Amerikoje ar Kanadoje, gausite vienareikšmišką atsakymą – ne. Jau vien dėl vaiko saugumo. Šis aparatas dažna vaikų traumų priežasčių, ypač jei namuose yra laiptų ir kitų kliūčių. Mokslininkai įrodė, kad buvimas vaikštynėje lėtina vaiko judesio vystymąsi. Vaikai, kurie naudojo vaikštynes, savarankiškai vaikščioti pradėjo 2 mėn. vėliau negu vaikai, kurie išmoko ropoti. Be to mes juk niekada nevaikštome sėdėdami. Jei jau turite vaikštynę ir labai norite ją naudoti - naudokite, bet tik trumpą laiką ir nepalikite vaiko be priežiūros. Geriau mokykite vaiką ropoti. Leiskite vaikui įdėti pastangų ir džiaugtis savo „sunkaus darbo“ rezultatais.

Stovėjimas. Pradėjus stotis dažnai vaikas stojasi ant pirštų galų. Jei papasakosite apie tai savo gydytojui, greičiausiai būsite nusiųsti neurologo konsultacijai. Tik ar visada reikia bijoti šito simptomo? Ir ką tai gali reikšti?

Vaikas pradėjęs mokytis stovėti dar neturi pakankamo stabilumo tai padaryti. Todėl dažnai įtempia kojytes ir pradžioje trumpam stojasi ant pirštų galų. Bet greitai nusileidžia ant pėdos, suradęs pusiausvyros centrą. Gerėjant vaiko stabilumui jis ant pirštų stoja vis rečiau ir rečiau.

Stovėjimas ant pirštų galų gali būti ir rimtos ligos simptomu. Dėl padidėjusio raumenų tonuso kojytėse, vaikas negali kitaip stovėti. Jei jis pastoviai stovi įsitempęs, būtinai konsultuokitės su gydytoju, ar vaikas neserga cerebriniu paralyžiumi ar kita liga.

Vaikščiojimas. Normaliai vaikas vaikščioti pradeda apie 12 mėn. amžiaus. Tik 3 procentai visų vaikų vaikšto jau nuo 9 mėn., tačiau tai nereiškia, kad šie vaikai vystosi geriau. Tiesiog reikia žinoti, kad kiekvienas vaikas turi „savo“ laiką sėdėjimui, ropojimui, vaikščiojimui. Tai priklauso nuo genų, aplinkos, auklėjimo, vaiko temperamento ir pan. Be abejo judėjimas yra labai svarbus pasaulio pažinimui, bet vien jis neapsprendžia vaiko tolimesnės raidos.

Vaiko žaidimas. Vaikas pradeda dirbti. Žaidimas - tai vaiko darbas, kuri jis atlieka labai rimtai, stipriai susikaupęs. Žaidimas vadinams sensomotoriniu. Jo metu vaikas tiria aplinką, ją pažįsta, pradeda manipuliuoti su daiktais, juos kiša į burną ir suvokia labai svarbų dalyką - daiktai yra pastovūs, jei jų nematau, tai nereiškia, kad jų nėra. Tirdamas aplinką, vaikas gauna daug stimulų, aktyviai vystosi vaiko rega ir klausia, jis suvokia gautą informaciją.

Toliau tobulėja vaiko- mamos santykiai. Jų pagrindu formuojasi vaiko elgesys. Kaip vaikas tiria aplinką, taip pat jis tiria ir žmonių tarpusavio santykius, bando įvairiausius būdus gauti jam reikalingą atsaką.

Kalba. Antras gyvenimo pusmetis labai svarbus kalbos pagrindų dėjimui. Juk vidutiniškai 11-12 mėn. vaikas ištars pirmą sąmoningą žodį. Todėl svarbu vaiką kalbinti, su juo bendrauti, pasakoti apie aplinkoje esančius žmones ir daiktus. kalbėkite su vaiku, skaitykite jam knygeles: gal jis dar ne viską supras, bet buvimas kartu, girdėjimas jūsų balso, bendravimas leis mokytis kalbos ir komunikacijos pagrindų, leis vystyti jūsų tarpusavio santykiams .

Pavojaus signalai:

12 mėn. vaikas:

- nesiekia bendravimo su mama ar tėčiu;
- nebijo svetimų žmonių;
- nereaguoja į savo vardą;
- neskiemenuoja;
- nežaidžia bendrų žaidimų su tėvais;
- labai ramus, nemėgsta aktyviai judėti, nesistoja;
- nevykdo prašymo „duok man“ neploja katučių, nerodo atia.

Namai gali būti vaiko ugdymo ir terapijos dalis. Vaikui reikia pastovumo, naujumo, patogumo ir struktūros. Viskas yra svarbu - vieta, daiktai, kalba ir jausmai, kurie supa vaiką jo kasdieninėje veikloje. Maitinimas, rengimas, maudymas, miegas yra fizinės aplinkos dalys. Tai ir šiluma, ir šviežias oras, ir saulės šviesa. Svarbi dalis yra žaidimo erdvė.

Socialinė aplinka apima kontaktus su tėvais ir draugais. Vaikai pamėgdžioja aplinkinius. Buvimas su kitais išmoko, kaip paprašyti to, ko nori, ir kaip pasidalinti su kitais. Jie sukuria tvarką savo pasaulyje duodami aplinkiniams daiktams vardus. Vaikai patys pasako sau, ką daryti.

Emocinė aplinka teikia saugumą ir patogumą. Ji sukuria pagrindą pasitikėjimui ir augimui. Saugūs vaikai yra mylimi ir laimingi. Jie gali eiti į pasaulį ir mokytis. Jie žino, kad jeigu pasaulis pasirodys per daug sunkus išgyventi, jie bet kada gali sugrįžti į pažįstamą ir priimančią aplinką.

Taip pat labai svarbu **saugi** aplinka. Kol dar vaikas nepradėjo tyrinėti, kartais lengva nepastebėti daugybės namuose slypinčių pavojų.

Vaikai turi būti laisvi tirti ir mokytis išgyventi savo pasaulyje. Jūs galite saugoti vaiką nuo akivaizdžių pavojų ir stebėti jo žaidimą. Geriau “išbandyti” namus vaiku, o ne prikaustyti vaiką prie žaidimo maniežo.

Sąveika su aplinka - žiūrėjimas, jautimas, lietimas, daiktų tyrinėjimas, jeigu tik tai atitinka amžiaus lygį, visa tai skatina išmokimą. Planavimas yra svarbi geros namų aplinkos dalis. Labai efektyvu laikytis reguliarios dienotvarkės. Jūsų vaikas bus įpratęs, kad po vakarienės visada ateina metas

miegoti ir mažiau tam priešinsis. Žinojimas, kas po ko įvyks, suteikia saugumo ir patogumo jausmą. Tėvams labai padeda **struktūros laikymasis**.

Kaip galima sukurti tinkamą aplinką?

Dienotvarkė: atsižvelkite į miego, alkio ir budrumo ciklus. Nepradėkite valgyti tuo metu, kai laikas eiti miegoti. Laikykitės tvirtai savo žodžio ir reikalaukite, kad vaikas vis tik eitų gulti, kad ir kaip jam to nesinori.

Kalba: kalbėkite su vaiku, netgi jeigu pokalbis ir atrodys vienpusis. Sutrikusios raidos vaikų kalba dažnai nėra gerai išsivysčiusi. Kalbėkite savo vaikui, po to palaukite atsakymo, o tada atsakykite patys, netgi jeigu jūsų vaikas į tai nereaguos. Kartais sunku nuspėti, kada vaikas nežino, kaip atsakyti. Kalbėdami su vaiku, skatinkite akių kontaktą. Norėdami įtraukti vaiką į kasdieninę veiklą, garsiai pasakokite, ką jūs tuo metu darote (“Ko mes norėtume pusryčiams? Virti kiaušiniai būtų neblogai. Einu atsinešti sviesto.”).

Judrumas: vaikai mokosi judėti ir tyrinėti pasaulį. Kūdikis mokosi apsiversti, išsitiesti, siekti, ropoti, atsistoti ir eiti. Sutrikusios raidos vaikas viso to mokysis lėčiau. Skatinkite jį ir padėkite jam stengtis. Judėjimas išmoko vaikus pasiekti norimus daiktus. Jie bando ir išmoksta, kaip priversti kūną paklusti. Tai žingsnis link savarankiškumo. Vaikas kur kas geriau save vertina galėdamas pasakyti “Aš galiu tai padaryti pats”.

Savarankiškumas . Sugebėjimas savarankiškai suvalgyti sausainį, nusiimti batą (nusirengti yra lengviau negu apsirengti), pašaukti jus, kad kažką parodytų - visa tai yra augimo žingsniai ir mokymasis gyventi savarankiškai.

Žaidimo laikas: skatinkite atitinkamus žaidimus. Daugumai vaikų žaidimas reiškia mokymąsi. Vaikai bando sudėti žaislus į dėžutes, kištukus į skylutes, kišti daiktus į burną. Visos šios veiklos gerina akies-rankos koordinaciją, įgūdžius ir žinias.

Problemų sprendimas.

Mokykite vaiką savarankiškai spręsti problemas ir taip paruošite jį gyvenimui. Spręsdami vaiko problemą už jį, jūs savotiškai išmetate vaiką iš jo gyvenimo. Gyvenimas pilnas problemų. Vienos iš jų yra didelės, kitos - mažos. Problemų sprendimas yra labai didelė gyvenimo dalis. Suaugusieji sprendžia problemas, susijusias su šeima, namų išlaikymu, bendradarbiavimu su kitais žmonėmis. Broliai ir seserys turi nuspręsti, kaip pasidalinti vaikų kambarį, žaislus ir tėvų dėmesį. Vaikui su vystymosi sutrikimais kartais prireikia labai daug pastangų išbūti kartu su kitais broliais ir sesutėmis, prisitaikyti tada, kai tai beveik neįmanoma.

Netgi kūdikiai ir visai maži vaikai turi didelių problemų. Visų pirma, jiems tenka susitvarkyti su gimimo patirtimi. Jie susiduria su nauju vaizdu, garsų ir jausmų pasauliu. Pastebėkite kelias minutes alkaną kūdikį. Pamatysite, kaip vaikučio galva automatiškai sukasi į krūties ar buteliuko pusę - taip vaikas tik ką išsprendė labai svarbią valgymo problemą.

Vaikystė pilna problemų, kurių suaugusieji kartais net nepastebi. Bet vaikai tai žino - jie patiria naujas situacijas. Tam, kad judėtų, kūdikis turi išmokti kontroliuoti visą savo kūną. Norint pasiekti tai, kas kol kas nepasiekama ranka, reikia išmokti apsiversti. Kartais labai sudėtinga problema vaikui tampa tai, kaip padaryti, kad aplinkiniai jį suprastų.

Vaikai turi išmokti spręsti savo problemas patys. Jūs turite suteikti paramą, bet tik tada, *kada* būtent *tokios* paramos reikia.

Stebėkite vaiką. Kas jį domina? Su kokiomis problemomis jis susiduria? Kaip vaikas jas sprendžia? Kai kurie vaikai gali įdėti daug pastangų; kiti pasiduoda sunkumams labai greitai. Žinojimas, kiek

stiprus jūsų vaikas ir kiek jis gali išverti stresinėje situacijose, labai padeda nuspręsti, kada jau reikėtų jam suteikti pagalbą.

Laukite. Problemos sprendimas užima laiko. Visų pirma, vaikas turi suprasti, kad tai yra problema. Jeigu jūs viską darysite už vaiką, jis niekada negalės to suprasti. Duokite pakankamai laiko savo vaikui pagalvoti apie sprendimą. Kartais sprendimas gali būti paremtas ankstesne patirtimi, o kartais pasiekiamas klaidų-bandymų keliu. Galų gale, jūsų vaikui reikalinga galimybė išbandyti priimtą sprendimą. Jis gali tikti, gali ir netikti, tačiau bet kuriuo atveju bus labai vertingas jūsų vaikui. Jeigu jis pasirodys teisingas, vaikas ateityje žinos, kaip spręsti panašias problemas. Jeigu jis nebus teisingas, vaikas turės bandyti kitus būdus. Nesiūlykite pagalbos, kai jos nereikia; labai daug galima išmokti ir iš mažų kovų patirties.

Teikite pagalbą tada, kai ji reikalinga. Pajauskite, kada vaikui streso jau yra per daug, problema per sunki. Būkite pasiruošęs suteikti pagalbą ir paskatinimą. Būdami jautrūs vaiko poreikiams ir pasiruošę padėti, jūs išmokysite vaiką pasitikėti jumis. Vaikas turės žymiai daugiau drąsos išbandyti naujus dalykus, jeigu žinos, kad šalia visuomet yra kas nors, kas pasiruošęs padėti kritišką akimirką.

Būkite lankstus. Tikimės, kad vaikas pasinaudos tais įgūdžiais, kurių jau išmoko. Bet vaiko gyvenime, kaip ir kiekvieno iš mūsų, būna gerų dienų ir būna blogų dienų. Gali atsitikti, kad vaikas staiga nebegalės padaryti to, ką žino, kaip daryti. Paprasčiausiai pabandykite padaryti tai vėliau. **Skatinkite** vaiką bandyti. Parodykite, kaip gerai jūs jaučiatės, kai vaikas stengiasi. Vaikai labai vertina šypsena ar apkabinimą, pelnytus už gerą darbą.

Struktūruokite situacijas, kad būtų prasmė bandyti naujus dalykus. Vaikui vystantis, keiskite ir situacijas: jos turi tapti sudėtingesnėmis, kelti daugiau reikalavimų. Atitolinkite žaisliuką vis toliau arba teikite vis mažiau pagalbos.

Įsijunkite į vaiko žaidimą. Kartais leiskite vaikui nustatyti tempą. Pasidalinkite daiktus, kurie domina jus abu. Leiskite vaikui pajusti, kad jūs tikrai vertinate tuos daiktus, kuriuos mėgsta vaikas.

Parodykite, kaip jūs sprendžiate problemas. Jeigu batų yra per toli, aptarkite šią problemą. Pabandykite sprendimą surasti kartu ("A-ja-jai, batų yra per toli. Kaip gi mums jį pasiekti?"). Pažiūrėkite, ar jūsų vaikas žino, ką daryti. Jeigu ne, kartu eikite paieškoti pagaliuko, kuriuo galima prisitraukti batą. Vaikas mokysis klausydamas, ką jūs sakote, ir žiūrėdamas, ką jūs darote.

Įsitinkite, kad situacija yra saugi. Apžvelkite kambarį vaiko akimis. Jeigu to reikia, klaupkitės ant kelių ir apropokite kambarį. Įrenkite kambarį taip, kad jame būtų saugu. Jeigu jums tenka stabdyti vaiko žaidimą dėlto per dažnai, pertvarkykite daiktų išdėstymo tvarką.

Praktika labai svarbu. Vaikai vėl ir vėl daro tuos pačius daiktus. Jie kartoja tai tol, kol iš tikrųjų būna patenkinti, kad suprato, kaip vyksta vienas ar kitas dalykas. Tai sukuria gerą pagrindą kitiems įgūdžiams. Per dažnas kišimasis į šiuos bandymus gali tik pakenkti. Taip įsikišimas gali sutrumpinti sugebėjimo susikaupti vystimąsi.

Mylėkite savo vaiką atvirai ir nuoširdžiai. Jūsų vaikas - neįkainojamas asmuo. Nebijokite parodyti, kiek daug jis jums rūpi.

Nėra lengva vien tik stebėti vaiko pastangas. Sunku laukti, kol jis pagaliau išspręs problemą. Bet problemos, su kuriomis susiduria jūsų vaikas, teikia dideles galimybes mokytis.

Mokykite vaiką atsakyti į šiuos problemų "iššūkius", ir kartu jūs mokysite jį labai svarbaus sugebėjimo. Jūs ruošite savo vaiką ateičiai. Skatinkite vaiką spręsti mažas problemas, ir, galbūt, didelės problemos vėliau jam taps lengvesnėmis.

Kodėl kartais sunku pasakyti, ar vaikas vystosi normaliai?

Būna, kad apsilankius pas šeimos gydytoją tėvai išgirsta- reikia pasikonsultuoti su vaikų neurologu ar raidos pediatru, kad galėtume nustatyti ar vaikas vystosi normaliai. Pasikonsultavus su specialistu tarsi ir vėl negaunama atsakymo, tik rekomendaciją, kad reikės ateiti pakartotinai. Tų pakartotinių vizitų gali būti keletas. Ir dažnai tai lieka be aiškaus atsakymo- kodėl gi kūdikį reikia rodyti specialistui, o jis negali apžiūrėjęs vaiko atsakyti normaliai ar nenormaliai vystosi vaikas. Kas tai- gydytojo kompetencijos klausimas, t.y. nežinojimas ar vaikas sveikas, ar kiti kažkokie sunkiai suprantami dalykai, kurie dažnai lieka be paaiškinimo. Šiandien noriu atsakyti į kai kuriuos klausimus. Kodėl mums gydytojams būna sunku iš karto atsakyti į tėvams taip rūpimus klausimus? Kodėl reikia ateiti pas specialistą keletą kartų, kad būtų išspręsti jums rūpimi klausimai? Kada reikia nustatyti raidos sutrikimą, kad efektyviai galėtume padėti vaikui? Kokie raidos požymiai turėtų suneraminti tėvus? Ką ir kaip daryti, kur ieškoti pagalbos?

Vizito metu gydytojai vertina jo fizinį išsivystymą, bendrą sveikatą ir būtinai vaiko raidą ir elgesį. Vaiko raida ir elgesys labai jautrūs rodikliai. Jie sutrinka daugelio ligų ir būklių atvejais. Susirgus ūmiomis ar lėtinėmis ligomis, vaikas tampa vangus, verksmingas, dažnai pradeda lėčiau įgauti judesio ir kalbos įgūdžius. Tarsi jo raida sustoja ir reikia laiko, kol vaikas vėl pradės intensyviai vystytis. Vaiko raida sutrinka, jei formuojasi cerebrinis paralyžius, atsilieka vaiko kalbos ir protinis vystymasis. Vaiko raida pablogėti gali susirgus progresuojančiomis neurologinėmis ligomis. Taigi visais šiais atvejais vaiko įgūdžių įgijimo laikas vėluos.

Tirdami vaiko raidą vertiname jo kūno ir rankų judesius, kalbą, pažintinius procesus, vaiko emocinį socialinį vystymąsi. Visi procesai yra labai svarbūs vaiko tolimesnei raidai ir sveikatai. Visos raidos sritis įtakoja viena kitą. Pvz., išmokus judėti, gerėja vaiko jutiminis suvokimas, psichologinė ir pažintinė raida, skatinamas vaiko savarankiškumas. Greičiausiai vaiko smegenys vystosi pirmaisiais trejais gyvenimo metais. Mokslininkai daug kalba apie vaiko smegenų plastiškumą. Tai reiškia, kad ne tik vaikas gali daug išmokti šiuo periodu, bet esant problemai smegenų atsistatymo galimybės yra didžiausios. Pirmieji treji gyvenimo metai labai svarbūs tolimesniam vaiko gyvenimui. Kuo daugiau vaikas gauna informacijos apie supantį pasaulį, jam pateikiama įvairių daiktų, vaizdų, garsų, medžiagų lietimui, kvapų ir skonių, sudaroma galimybių aktyviai judėti, tuo daugiau smegenyse susidaro naujų smegenų ląstelių jungčių.

Kodėl gi sunku pasakyti ar vaikas gerai vystosi? Kodėl reikia keletą kartų stebėti vaiką, kad galėtume pasakyti, kad vaikas vystosi gerai ar stebime kokią nors problemą?

Nors mes visi vystomės ta pačia seka, bet įgūdžių įgijimo laikas skirtingas. Visi mes pirmiausia išmokstame laikyti galvą, vartytis, sėdėti, ropoti, stovėti ir vaikščioti. Bet visus tuos įgūdžius išmokstame mums būdingu laiku. Vienas vaikas gali pradėti sėdėti 10 mėn. ir jam tai gali būti normalu, kitas nesėdėdamas 8 mėn. amžiaus rodys sutrikusios motorinės raidos požymius. Mūsų įgytų sugebėjimų laikas priklauso nuo paveldimumo, aplinkos faktorių, nuo tėvų priežiūros ir meilės. Todėl jei vaiko raida „vėluoja“, tik keletą kartų stebėdami ir vertindami vaiko raidą galime nustatyti esančius ar nesančius raidos sutrikimus.

Mama kreipėsi į gydytoją, nes Jonukas sulaukęs 6 mėn. amžiaus savarankiškai nesėdėjo. Ji buvo skaičiusi daug knygelių apie vaiko raidą ir jose buvo rašoma, kad 6 mėn. vaikas turi savarankiškai sėdėti. Jonukas buvo fiziškai gerai išsivystęs vaikas. Jis laiku pradėjo laikyti galvą, 3 mėn. gulėdamas ant pilvo galėdavo aktyviai stebėti, kad vykdavo aplink. 4 mėn. amžiaus pradėjo laikyti žaislus rankose, vėliau juos aktyviai griebti. 6 mėn. amžiaus savarankiškai nesėdėjo, pasodintas linkdavo į priekį. Ištyrus vaiką neurologiškai, jokios patologijos nustatyta nebuvo. Mamai buvo paaiškinta, kad šiandien Jonuko raida atitinka amžių ir patarta toliau jį stebėti, fiksuojant tolimesnių įgūdžių išmokimo laiką.

Dalis vaikų į šį pasaulį ateina turinčių rimtus raidos sutrikimus. 3 iš tūkstančio vaikų serga cerebriniu paralyžiumi, 3 iš 100 vaikų turi protinės raidos sutrikimus. Raidos sutrikimai ryškėja palaipsniui ir daugelis požymių, kurie suaugusiems jau rodo pakenkimus, vaikams gali būti normos variantas. Tai dar vienas sunkumas, dėl ko gydytojai stebi kūdikius, fiksuodami matomų požymių dinamiką. Jei vaikui augant jie nyksta, greičiausiai tai fiziologinės normos variantas- tiesiog lėtas vaiko raidos tempas jam fiziologinis. Ryškėjant požymiams, diagnozuojamas raidos sutrikimas.

Nustačius rizikos faktorius, kurie gali įtakoti vaiko raidą (nėštumo ligos, gręšiantis persileidimas nėštumo metu, gimdymo sutrikimai, neišnešiotumas, pridusimas ir kt.), vaiko raida turi būti tiriama ypač kruopščiai. Reikalingas ilgalaikis vaiko raidos stebėjimas. Vieni raidos sutrikimai yra nustatomi tik gimus, kiti-vėliau, todėl reikia nuolat konsultuotis su gydytoju, kad būtų galima kuo anksčiau nustatyti diagnozę. Kilus net menkiausiam įtarimui, nevenkite klausti gydytojo visos informacijos apie vaiką. Kuo anksčiau diagnozuojamas raidos sutrikimas, tuo anksčiau galima padėti vaikui.

Norime atkreipti dėmesį į tai, kad būtent tėvai pirmieji gali pastebėti, jog vaiko vystymasis vėluoja. Labai svarbu pasitikėti savo jausmais ir intuicija. Jei jaučiate, kad vaiko raida sutrikusi, išsiaiškinkite, ar iš tiesų taip yra. Svarbu lankyti tą gydytoją, kuriuo pasitikite, kuris kartu su jumis padės išspręsti daugybę problemų. Tarpusavio pasitikėjimas ir supratimas-sėkmės pagrindas.

Visada klauskite. Jūs turite teisę žinoti diagnozę, vaiko raidos prognozę.

Būkite atkaklūs. Niekada neatsisakykite specialisto konsultacijos, jei manote, kad jūsų vaikui jos reikia.

Būkite atviri. Papasakokite gydytojui apie vaiko raidą, jūsų jausmus, santykius šeimoje.

Jei įtariate, kad vaiko raida sutrikusi, kreipkitės į ankstyvosios reabilitacijos tarnybą, kur galima gauti pagalbą vaikui ir šeimai.

Besiformuojantį raidos sutrikimą gali rodyti:

Naujagimystės periode ir iki 3 mėn.

Maitinimo problemos: vaiką sunku pamaitinti, rasti tinkamą maitinimo padėtį. Vaikas silpnai čiulpia, atpila, kartais springsta, blogai auga svoris. Arba maitinamas vaikas vangus, valgydamas dažnai užmiega.

Elgesio problemos: labai dirglus, „maišo“ dieną su naktimi, blogai miega, dažnai prabunda, verkia. Jautriai reaguoja į aplinkos dirgiklius, krūpčioja nuo menkausio garso arba atvirkščiai vaikas mažai reaguoja į aplinką, labai daug miega.

Judesio raidos sutrikimai: nepradeda laikyti galvos, nemėgsta gulėti ant pilvo. Vaikas labai suglebęs arba atvirkščiai labai įsitempęs, jį sunku aprengti. Guli išsiritęs arba „varlės“ padėtyje.

Kalbos ir pažintinės raidos sutrikimai: Nesišypso kalbinamas, nežiūri į akis, nereaguoja į stiprų garsą. Gali ilgą laiką gulėti lovytėje nežaisdamas. Neseka aplinkos ir nestebi suaugusiojo veido.

Iki 6 mėn. kūdikis

Judesio raidos sutrikimai: nebando siekti daikto, jo nelaiko rankoje. Rankas laiko suspaustas į kumštį. Daiktus ima viena ranka, formuojasi rankos dominavimas. Vaikas nenori sėstis. Pastatytas nesiremia kojomis. Daro „keistus“ pasikartojančius judesius rankomis ar kojomis: krato, gniaužo, daužo.

Kalbos ir pažintinės raidos sutrikimai: nepasisuka į kalbinantį žmogų, kalbinamas nereaguoja. Neguguoja, netaria garsų.

Elgesio problemos: nemėgsta imamas ant rankų, neieško kontakto su tėvais.

6-12 mėn. kūdikis

Judesio raidos sutrikimai: savarankiškai nesėdi, nesivarto, pastatytas nesiremia kojomis, mažai aktyvus, nenori keisti padėčių. Daro pasikartojančius keistus judesius.

Kalbos ir pažintinės raidos sutrikimai: neploja katučių, nerodo atia. Nežaidžia žaidimų. Pirštų nerodo daiktų.

Elgesio problemos: nebendruoja su artimu žmogumi, nebijo svetimų žmonių. Neatsiliepia į savo vardą.

12-18 mėn. vaikas

Judesio raidos sutrikimai: nenoriai juda, dažnai krenta eidamas. Nevaikšto savarankiškai. Eina ant pirštų galų.

Kalbos ir pažintinės raidos sutrikimai: nestato kubelių, neparodo savo kūno dalių. Nesako nė vieno žodžio, nemėgdžioja garsų. Nebando valgyti pats. Netenka kalbos įgūdžių.

Elgesio problemos: neneša tėvams parodyti daiktų. Nesidomi kitais vaikais. Labai aktyvus arba priešingai labai vangus.

Mes galime jums padėti

Jeigu jūs įtariate, kad jūsų vaiko raida gali būti sutrikusi, laukiame Vaiko raidos centre, kur teikiamos raidos pediatrių ir vaikų neurologų konsultacijos ir ankstyvosios reabilitacijos paslaugos. Ankstyvoji reabilitacija apima ankstyvą vaikų raidos sutrikimų išsiaiškinimą, esant reikalui kompleksinę pagalbą vaikui bei jo šeimai. Pagrindinis tikslas- suteikti tėvams informacijos kaip sukurti tokią aplinką, kurioje vaikas galėtų išvystyti visas savo galias, aktyviai tirti aplinką.

Vaiko raidos centre dirba komanda specialistų, kurie ištyrę jūsų vaiką galės atsakyti į daugelį klausimų ir suteikti veiksmingą pagalbą, padės tenkinti vaiko ir šeimos poreikius, sudarys reabilitacijos ir pagalbos planą.

Jei jums kyla abejonių dėl vaiko raidos ir elgesio ir lieka neatsakytų klausimų, mes visada pasiruošę jums padėti.

Gyd. vaikų neurologė L. Mikulėnaitė