

Od prvních krůčků k samostatnosti

(Maminka, 24.3.2015, Zuzana Labudová)

Batolecí období je časem převratných změn. Z kojence odkázaného zcela na vaši péči se totiž stává malý člověk, který si chce všechno dělat po svém...

Rodiče mohou tuto velkou přeměnu svého potomka jen zpozvdálí pozorovat a tiše (nebo i nahlas) se divit, nebo se mohou aktivně zapojit a dítě vést směrem, který považují za ideální. "Rodina a prostředí, kde se dítě nachází v prvních letech života, do velké míry určuje směr, kterým se dítě bude později ubírat. Vědci se stále přesně neshodli na tom, do jaké míry prostředí určuje inteligenci dítěte, ale moderní výzkumy odhalují stále více překvapivých důkazů o tom, že je to víc, než jsme si dříve mysleli," vysvětluje Michaela Tilton, lektorka kurzů pro batolata a batolecí znakové řeči Baby Signs.

UMÍM TO JAKO TY

Dítě se zpočátku učí převážně nápodobou, tedy pokouší se dělat vše to, co kolem sebe vidí. "Takže když říkáme, že dítě je nepořádník po tátovi, tak to může být pravda, ale není to dáno geny, nýbrž nápodobou," objasňuje Tilton. "Rodina a prostředí určují povahu dítěte tím, že mu vštěpují zažitá způsobu chování, jak reagovat v různých situacích. Třeba když dítě sáhne na něco, na co sahat nemá, a maminka ho plácne přes ruku, zažije si tuto reakci jako správnou, a když mu pak na pískovišti jiné dítě vezme jeho bábovičku, plácne ho taky." Prostor ovlivňuje i to, jak bude dítě v budoucnu schopné komunikovat. "Výzkumy ukázaly, že rodiče, kteří používají praktiky vzájemné komunikace s dítětem, mají děti, jež mnohonásobně předčí své vrstevníky ve schopnosti vyjadřování a bohatosti slovní zásoby, což později vede k náskoku ve škole.

Děti, které se svými rodiči více komunikují, se také více učí o světě kolem sebe. Zažívají si tak nejenom zájem a náklonnost k učení, ale také se více dozívají a jsou díky tomu chytřejší," doplňuje Tilton. Tak mohou rodiče, kteří připraví vhodné a podnětné prostředí, na jednu stranu otevřít dítěti cestu k rozvoji, po níž později bude kráčet samo. Na druhou stranu rodiče, kteří toho nejsou schopni třeba proto, že se s tím sami nikdy nesetkali, mohou svým dětem v dobré víře spíše uškodit. "Mnoho rodičů si například neuvědomuje, že nevhodným chválením svých dětí jim připravují prostředí, jež jim ubírá na kreativitě, motivaci se učit a snižuje jejich šance na pozdější akademické úspěchy," dodává Tilton.

BEZPEČNÝ DOMOV? NA KOLENA!

V období, kdy se batole učí chodit, nebo dokonce běhat, je důležité, abyste svému malému chodci zajistili bezpečí. Většina z nás si totiž z vlastních výšin ani neuvědomuje, jak moc nebezpečné může naše bydlení pro prcka být. Ideální tedy je, pokud si byt prolezete pěkně po kolenou stejně jako vaše dítě. Uvidíte, kde jsou ostré rohy ve výši očí potomka, kam všude může malý průzkumník spadnout, o co se uhodit či skřípnout. Zkuste zalomcovat skříňkou nebo stolkem s květináčem či opřít se o zrcadlo a hned uvidíte, co je potřeba zajistit. V dětských sekcích řady obchodních domů a značek, například skandinávská IKEA, je k dostání řada vychytávek, které vám budou při zabezpečení vašeho domova proti nejrůznějším dětským úrazům velmi nápomocny: od zábran přes jištění oken až po záslepky elektrických zásuvek.

TANK, NEBO MIXÉR?

Podle dětských psychologů v podstatě neexistují vhodné a nevhodné hračky.

Dětský psycholog Václav Mertin ve své knize Ze zkušeností dětského psychologa píše, že to, jestli hračka uspěje, tedy jestli bude podněcovat a obohacovat rozvoj dítěte a jestli ji ve výsledku budeme pokládat za přínosnou, záleží na mnoha dalších okolnostech. Doktor Mertin třeba nedoporučuje kupovat funkční zmenšeniny dospělých nástrojů, tedy praček, vrtaček či mixérů. "Za vhodnější pokládám snahu maximálně přiblížit život dítěte skutečným věcem a činnostem a na hraní kupovat hračky co nejjednodušší, přirozeně mnohoúčelové," radí Mertin. Speciální kapitolou jsou pak nejrůznější zbraně,

určené zejména chlapečkům: meče, pistolky, revolvery, samopaly nebo tanky. Mnoho rodičů se s představou, jak si jejich docela malé dítě hraje na válku, smiřuje jen těžko. Někteří se dokonce na dítě zlobí za to, že upřednostňuje takovou hru, a jakékoli hračky v podobě zbraní odmítají koupit. "Osobně doporučuji nebránit dětem v podobných hračkách. Na druhé straně bych hraní s nimi příliš nepodporoval. Vyjádřil bych i dílčí nesouhlas. Dětem bych podobnou hračku ojedinele koupil, spíš však na jejich přání než z vlastní iniciativy. Vedl bych dítě k tomu, aby kromě her s ostatními dětmi nepoužívalo hračky k míření na druhé lidi, kteří si nehrají. Zásadní nesouhlas bych vyjádřil, kdyby dítě použilo střelenu vážně, tedy když má zlost a vztek, když chce něčeho dosáhnout," dodává dětský psycholog.

ODPOUTEJTE SE!

Mnohé maminky mají v tomto období problém s odstavováním svých kojených dětí. Nedaří se to ani pětatřicetileté Ivaně, která stále kojí svoji Rozárku, přestože jí je už 32 měsíců. "Kojení je krásné a já jsem si ho opravdu užila. Teď už je ale dcerka velká a úplně upřímně už mě její zájem o moje prsa dost obtěžuje. Bohužel všechny snahy o odstavení zatím skončily fiaskem. Asi se budu muset opravdu pevně rozhodnout a někam na týden odjet," uvažuje Ivana. Zatímco v kojeneckém období je těsné připoutání matky k dítěti přirozené a více než vhodné, batolecí čas by měl být naopak obdobím odpoutávání se. Tuto fázi považuje dětská psycholožka Ilona Špaňhelová za stejně důležitou, jako je předchozí fáze kojení. V raných měsících života dítěte pomáhá kojení rozvíjet vazbu mezi matkou a dítětem, pokud ale vznikne psychická závislost na kojení, ať už ze strany dítěte, nebo matky, je to špatně. "Jestliže se matce nedaří ani po třech letech skončit s kojením, a znám takové, měla by se matka v první řadě soustředit na to, z jakého důvodu se kojení nedaří ukončit, jaká je vazba mezi ní a manželem, jaký má vztah k dítěti, co všechno pro ni znamená, jaké je její vlastní sebepojetí," vysvětluje doktorka Špaňhelová. Podle ní by dítě nemělo být naučené chodit si k prsu v jakoukoli denní či noční hodinu či vysvlékat matce klidně i na veřejnosti triko. Prvotní by v tomto období měla být vždy maminčina náruč.

KAUZA NOČNÍK

Pro lidi, kteří nikdy neměli malé dítě, je to možná trochu směšné. Pro rodiče se ovšem kauza plenky versus nočník stává v určitém čase alfou a omegou rodinného života. Jak tedy na to? Ideální čas je podle odborníků zhruba mezi 15 a 18 měsíci věku, ovšem za splnění dvou podmínek: Jednak si dítě musí uvědomovat, že právě čůrá nebo se zrovna vyčuralo, jednak musí být jeho močový měchýř schopný pojmout větší množství moči, aby batole bylo schopné čurat méně často. Po splnění těchto podmínek můžete pořídit nočník a vysvětlit svému potomkovi, k čemu ten vynález je. Pak mu připravte pokud možno ideální podmínky. Pokud doma nemáte zrovna studený odchov nebo je právě teplé roční období, klidně je nechte doma běhat jen v tričku bez kalhotek, aby si jednak uvědomovalo, že se mu chce čurat, jednak proto, aby ho manipulace s oblečením nezdržovala.

Tím zvýšíte jeho šanci na úspěch. Nenechte dítě sedět dlouhé minuty na nočníku a hrát si tam, nočník slouží jen k vykonání potřeby. Úspěch pochvalte, ale nejsou třeba žádné speciální oslavné tanečky. Až se to příště nepovede, zklamání by bylo o to větší. Pokud se jednou dítě naučilo používat nočník, plenky už případně dávejte jen na noc.

SPOLU? SPÍŠ VEDLE SEBE

Batolata si ještě neumějí hrát spolu tak jako větší děti, takže si hrají spíše paralelně vedle sebe. To ale vůbec neznamená, že by nevyhledávala společnost svých vrstevníků, právě naopak! Pro rodiče je však toto období poměrně náročné. "Naše dvouletá Amálka touží po neustálé přítomnosti dalších dětí, a jakmile někde vidí dětskou společnost, nic ji nedonutí k odchodu.

Jenže s dětmi vůbec neumí vyjít a neustále se s někým pere nebo na někoho doslova ječí. Všechny naše návštěvy mateřského centra, hřiště nebo pískoviště vypadají stejně: Amálka nadšeně běží k dětem, ale trvá to sotva pár minut a už je řev a já musím řešit, co zase komu vyvedla," říká dvaatřicetiletá Milena. Pro ni jsou tyto okolnosti samozřejmě velice nepříjemné, pro Amálku je však takový trénink sociální komunikace v jejím věku naprosto nezbytný a Milena se s tím bude muset nějak poprat. Možná by to ale

chtělo trochu odborného vedení. "V našem centru nabízíme vedle kurzů komunikace dětí s batolaty například i programy jako Poznáváme svět a Rozvívám se, kde se rodiče s batolátky inspirují a při společných aktivitách se učí společně poznávat," doplňuje k tomuto problému Tilton.

ZNAKOVÁNÍ S BATOLATY

Možná už jste o znakování někdy slyšeli. Jde o unikátní metodu jednoduchých znaků, pomocí nichž se batole může s rodiči jednoduše domluvit i v době, kdy ještě dobře nemluví. "Děti, které používají ke komunikaci znaky, jsou schopny se domluvit se svými rodiči daleko dříve než děti, které čekají, až to zvládnou pomocí slov. Samozřejmě existují situace, kdy maminka dokáže odhadnout, že dítě pláče, protože má hlad nebo potřebuje vyměnit plenku, ale najde se i spousta situací, kdy dítě chce komunikovat jen tak, aniž by zrovna něco opravdu potřebovalo. A to by bez znaků nebylo možné," vysvětluje lektorka Baby Signs. Proto je podle ní mnoho rodičů začínajících se znakováním překvapeno, že dítě nezačíná se znaky pro životní potřeby, jako je jídlo a pití, ale se znaky, jež slouží k podělení se o to, co dítě právě zaujalo, třeba znaky pro světlo, čepici či kočku.

KDY VYRAZIT K LÉKAŘI

K batolecímu věku patří i první dětské nemoci.

Zatímco většina kojenců příliš nestoná, batolata už jsou na tom trochu jinak. Začínají se totiž pohybovat mezi svými vrstevníky, rodiče s nimi častěji navštěvují místa, kde je velká koncentrace lidí, a tak na sebe první nemoci nenechají dlouho čekat. Berte to jako trénink imunitního systému, který se vám bude moc hodit, až dítě nastoupí do školky a vy se vrátíte do práce. Nejčastější chorobou batolat je běžné nachlazení. Pediatr Christopher Green dokonce tvrdí, že průměrné batole se nachladí šestkrát ročně, což vychází přibližně na každých osm týdnů. Největší potíže vám může způsobit podávání léků, protože donutit batole, aby si nějaký lék vzalo, se občas rovná heroickému výkonu. Naštěstí se většina léků pro malé děti vyrábí ve formě sirupu a výrobci se snaží o co nejpříjemnější chuť. Při běžných virózách, krátkodobém zvracení nebo průjmu není třeba se příliš znepokojovat, zvláště když dítě vypadá relativně spokojeně. Ani horečka už dávno není považována za nepřítele, ale spíše za spojence, který bacily spolehlivě vyhubí. Kdy je tedy situace natolik vážná, aby vyžadovala okamžitou konzultaci s lékařem? Nejlepším vodítkem je váš pocit. Pokud je dítě viditelně znepokojené, bledé a zpocené, má sucho v ústech, zapadlé oči, těžce dýchá nebo se nemůže pořádně nadechnout či je pro něj bolestivý každý pohyb nebo ostré světlo, na nic nečekejte a jedte. Po prvním roce života vašeho potomka byste neměli zapomenout ani na návštěvu zubního lékaře. Nenechte se zvíkat tím, že jste v pusince ještě nenašli všech dvacet mléčných zubů, přesto na prohlídku k zubaři vyrazte. O dětský chrup je totiž třeba začít pečovat co nejdříve, abyste předešli nepříjemným problémům v budoucnu.

Psychomotorický vývoj dítěte v batolecím období

13.–15. měsíc Dítě už s jistotou chodí, samo se bez opory dokáže postavit, umí pít z hrnku a používá okolo dvaceti slov. 16.–18. měsíc Batole vyleze na gauč, zvedne hračku z podlahy, umí běhat, začíná se učit chodit na nočník a používá asi padesát slov, z nichž některým rozumějí opravdu jen jeho nejbližší. 19.–21. měsíc Dokáže vyjít schody za ruku s rodiči, chápe jednoduché pokyny, mluví v jednoduchých větách o několika slovech. 22.–24. měsíc Vyjde samo do schodů, poskočí na obou nohou, chodí po špičkách, dokáže vylézt na židli a posadit se, začíná malovat jednoduché obrázky, v řeči se objevuje časování a skloňování, používá asi 300 slov. 25.–30. měsíc Schody zvládne se střídáním nohou, navleče korálek na šňůrku, opakuje jednoduché říkanky, umí jezdit na tříkolce, pojmenuje věci či zvířata, umí asi 500 slov. 31.–36. měsíc Dokáže stát na jedné noze a přeskočit čáru, samostatně se nají, oblékne si jednoduché oblečení, kreslí geometrické tvary, umí spoustu básniček a písniček, vypráví, co se mu přihodilo.

Batole vstřebává dobré i zlé Ing. Michaela Tilton, MBA lektorka Baby Signs a kurzů pro batolata

Batolecí období je čas velkých změn. Které z nich považujete za zásadní? Když se miminko narodí, nepřináší si na svět mnoho dovedností. Jak každá maminka ví, dítě má zpočátku velmi omezené možnosti, co se týče komunikace, pohybu a sociální interakce. Na konci batolecího období, tedy ve třech letech, ale běhá, mluví, hraje si, poznává a učí se všemu, s čím přijde do kontaktu. To všechno jsou převratné změny, ke kterým došlo díky tomu, že miminko se narodilo s nepřekonatelnou touhou a schopností učit se a vstřebávat vše, co je kolem něj. Jak mohou rodiče dítěti pomoci? Dítě prochází obdobím, kterému neurovědci říkají kritické období rozvoje mozku, jež začíná od narození a končí kolem šestého roku. Toto období popisovala například i italská lékařka a pedagožka Marie Montessori a nazývala ho výstižně obdobím absorbující mysli. Pro rodiče je toto období ohromnou příležitostí, jak pozitivně ovlivnit rozvoj svého dítěte a pomoci mu položit pevné základy osobnosti, vztahu k lidem, učení a světu vůbec, které mu budou sloužit po celý život. Je to ale i období, které klade na rodiče velkou odpovědnost, protože dítě vstřebává vše dobré i zlé, a pokud rodič není schopen zajistit optimální podmínky pro rozvoj dítěte, může to mít dlouhodobé následky. Konkrétně? Například příčiny mnoha poruch učení, které bývají odhaleny bohužel až ve škole, leží v nedostacích, k nimž došlo během kritického období rozvoje mozku dítěte, a to zejména v prvních třech letech života.

Batolecí věk znamená skutečně velký předěl

"Konec třetího roku znamená pro dítě z psychologického hlediska velký vývojový předěl. Loučí se se svým časným dětstvím, kdy žilo pod ochrannými křídly svých lidí v ochranných zdech svého domova. Nyní tyto hranice překračuje a jde na svou životní výpravu do světa," říká prof. Zdeněk Matějček, dětský psycholog

DOKONALÝ PLÁN

"Batole je zajímavá osůbka ve věku mezi jedním až třemi lety. Někteří lidé tuto fázi nazývají strašné dva roky, ale strašné rozhodně nejsou, ve skutečnosti je to období sladké nevinnosti a závislosti. Batolata jsou stvořena podle plánu, který je dokonalý v každém detailu, až na jednu drobnost: Jsou aktivní jako mezinárodní letiště, jehož kontrolní věž ale nefunguje," konstatuje pediatr Christopher Green.

JAK VYCHOVÁVAT BATOLE

Dítě se učí poslouchat své rodiče asi od osmého měsíce, tedy jakmile se začne pohybovat po vlastní ose a rodiče na některé jeho činnosti začnou reagovat zamítavě. Už zde je třeba učit dítě, že použití slova NE se změněnou intonací a důraznějším hlasem je potřeba poslechnout. Další zvrat přichází kolem patnáctého měsíce věku, kdy dítě začne vnímat a rozumět tomu, co po něm chcete, když mu něco říkáte. Při výchově je bezpodmínečně nutná společná strategie rodičů. Ta dává oporu ve výchově rodičům, kteří mají jistotu, že se jeden na druhého mohou spolehnout, především ale poskytuje dítěti jednoznačnou orientaci v požadavcích i vztazích v rodině. V otázce tělesných trestů se neshodnou ani odborníci. Někteří tvrdí, že se nic nestane, pokud dítě občas dostane na zadek, jiní jsou toho názoru, že by se dítě nikdy bít nemělo. Vy si tedy budete muset najít svou cestu, jak se k tomu postavit...

Co si o batolatech myslí Christopher Green, autor knihy Poznejte své batole:

Kdyby všichni rodiče pochopili, že tito malí lidé nejsou schopni dospělé logiky, ubylo by stresovaných rodičů. Většina batolat má víc síly než rozumu, vyžaduje pozornost 25 hodin denně, je sebestředná a žije pro okamžik. Rodiče by měli vědět, že to je normální, neobviňovat se a smířit se s tím. Některé způsoby chování by vůbec nebyly problematické, kdyby si rodiče byli jistější tím, co je normální chování batolete. Chování batolat znepokojuje většinu rodičů, ať už to jsou psychologové, instalatéři, IT experti nebo pediatři. Rodiče by měli mít rozumná očekávání. Žádné dvouleté dítě se nebude chovat nebo uvažovat jako dospělý. Všechna batolata se ráda hašteří a perou. Tím si budují pohybové reflexy a svalstvo a své rodiče přivádějí k šílenství. Zmírněte tempo a dočkáte se zázraku.