

dr n. hum. Justyna Korzeniewska – psycholog

DOTKNIJ MNIE

Luksus kojarzy się z cudownymi wrażeniami dotykowymi np. delikatnością jedwabiu, miękkością kaszmiru, ciepłem pereł. To podkreśla wyjątkowość zmysłu dotyku w doświadczeniu człowieka. Jest to szczególnie ważne w przypadku dzieci, dla których ciepły dotyk bliskiej osoby to luksus, gwarantujący im prawidłowy rozwój. Dotyk zawiera się w każdej czynności wykonywanej przy dziecku – w jego kąpaniu, przebieraniu, karmieniu. Natomiast ten, który ma pomagać mu w rozwoju musi mieć odpowiednią jakość.

Możliwość doświadczania dotyku rodzica i własnego dotykania dobrej jakości zabawek daje dziecku szansę na pełny prawidłowy rozwój. Do stymulacji rozwoju poprzez dotyk można wykorzystać kąpiel, czynności pielęgnacyjne i ubieranie, a przede wszystkim wspólną zabawę. Dzięki przytulaniu, dotykananiu, masowaniu, głaskaniu itp. można również wzmacniać więź z dzieckiem. Ciepły dotyk daje dziecku poczucie bezpieczeństwa oraz buduje zaufanie do najważniejszych w jego życiu osób.

Żeby dotyk był źródłem pozytywnych wrażeń i aby stymulował rozwój dziecka, rodzic musi **dopasować typ i intensywność swojego dotyku** do jego nastroju, zainteresowania i stopnia pobudzenia. Dziecko uczy się wtedy okazywać swoje zadowolenie z tego, że jest dotykane i przytulane, poprzez patrzenie na rodzica, dopasowywanie swego ciała do jego dotyku, okazywanie radości i ożywienia. Ważne, aby **ruchy rodzica były spokojne, płynne, delikatne, ale obejmujące jednorazowo całą partię ciała** (np. głaskanie pleców od karku do okolicy krzyżowej jednym płynnym ruchem).

Pierwszą zabawą dotykową z dzieckiem jest **wykorzystanie odruchu chwytneho noworodka** poprzez „podawanie” mu do dłoni swojego palca, na którym może zaciskać paluszki. Jest to niezwykle emocjonalny gest dla rodzica i dziecka, dlatego najczęściej zdjęć ilustrujących okres noworodkowy ukazuje ten właśnie wyjątkowy moment. Ponadto przyspiesza to moment „otwarcia dłoni”, który następuje około 3 m. ż. oraz przygotowuje do intencjonalnego chwytania, czyli dalszego rozwijania dotyku.

W każdej sytuacji, w której rodzic może trzymać rączkę malucha w swojej dłoni, dostarcza sobie i jemu dużo przyjemności i pomaga mu w rozwoju. Jeśli subtelnie zaciśnie jego rączkę pomiędzy swoimi dłońmi albo będzie delikatnie masował lub zginał każdy paluszek a na koniec uciskał wnętrze jego rączki swoim kciukiem - wyraz błogości na twarzy maluszka gwarantowany. **Zabawy paluszkowe**

(tzw. „kosi – kosi”) to odpowiedź na autentyczną potrzebę dziecka. Jak bardzo to lubi widać, gdy wkłada rączki do ust opiekuna i śmieje się radośnie, gdy on je nie tylko całuje, ale też zaciska między wargami. Równie dobrze maluch reaguje na odwrotną sytuację, kiedy to palce rodzica wędrują po jego ciele, zatrzymując się w określonych punktach, masując je i łaskocząc, czyli dając mu odczuć tzw. **dotyk punktowy**. Uzupełnieniem tego są zabawy ze **wskazywaniem części ciała dziecka**. Dotykanie rączką dziecka jego główki z pytaniem „gdzie masz głowę?” to ciekawe doświadczenie jednocześnie dotyku rodzica i własnego.

Dotyk staje się doświadczeniem nie tylko zmysłowym, ale również głęboko osobowym, kiedy maluszek może w trakcie kontaktu obserwować rodzica **w pozycji „twarzą w twarz”**, a on dotykając i głaszcząc dziecko **mówi do niego** i obserwuje jego reakcje. Musi jednak robić przerwy pomiędzy jednym zdaniem a drugim, pozwalające dziecku zareagować (np. uśmiechem). Dzięki temu ono uczy się odpowiadać na głos, poprzez grymas zadowolenia na twarzy, poruszanie rączkami, celowe patrzenie na twarz mówiącego i ogólne ożywienie. Takie interakcje to wysiłek dla dziecka dlatego należy mówić do niego, kiedy jest wypoczęte i aktywne. Zachęca to dziecko do interakcji z osobą znaczącą, w tym kontakcie wzrokowego, co jest podstawą rozwoju bardziej złożonych interakcji społecznych w przyszłości.

Kiedy dziecko już samodzielnie **chwyta i dotyka różne przedmioty**, rodzic może się włączyć w te zabawy, czyniąc je pełniejszymi i bardziej rozwojowymi. Pierwsze jego zadanie to podawanie zabawek, które ono celowo wyrzuca żeby obserwować ciekawe dla niego zjawisko „jest – nie ma”. Naprzemienne naciskanie piszczków i szeleścików w zabawkach oraz badanie różnych faktur tworzyw z jakich są wykonane to wspaniała nauka eksploracji świata dostępnego poprzez dotyk. Po wielu takich miłych doświadczeniach dotykowych maluch chętniej zabierze się do manipulowania zabawkami i przedmiotami oraz będzie zainteresowany nauką, bo od dawna przeżywał przyjemność bycia odkrywcą.