

Hazi Hezi



Juanjo QUINTELA

Psikologoa

MOTRIZITATEA

Gure haurrak ia urtebete du. Bere kabuz mugitzen da lurlean arrastaka, baina ez da lau-hankatan ibiltzen eta zalantza dut inoiz hasiko den ere. Askotan entzun dut katuka egiteak sekulako garrantzia duela garapenean. Hortaz, jakin nahi nuke ea arrastaka ibiltzea eta katuka egitea pareko diren, eta ez badira, ea nola lagun ote diezaiokegun haurrari katuka egiten?



MOTRIZITATEARI DAGOKIONEZ, haurraren lehen bi urteak mugimendu handiko urteak izan ohi dira: buruz behera edo gora irauli, herrestatu, lau hankatan jarri, katuka egin, sostenguekin zutik jarri, sostenguen laguntzaz batetik bestera mugitu, ezeri heldu gabe zutik jarri eta lehen urratsak egin, ondoren trebetasunez ibiltzen hasteko.

Emmi Pikler doktoreak, haurren traumatologian eta ortopedian espezializatutako hungariar pediatriak, erakutsi zuen euren inizatibaz mugitzeko aske diren haurrek euren kabuz ikasten dituztela mugimendu horiek guztiak, helduak ezer erakutsi beharrik gabe. 2.000 haur baino gehiago zorrotasunez behatu ondoren iritsi zen zalantzan jarri ezin den aurkikuntza hori egitera: haur guztiek programa genetiko bat dute euren motrizitatea modu autonomoan garatzeko. Kasu guztietan etengabeko progresioa ikusten da eta haur guztiak etapa-segida beretik pasatzen dira.

Era berean, Emmi Pikler doktoreak haur batzuen eta besteen arteko diferentzia indibidualak oso handiak izan daitezkeela frogatu zuen: haur bat 7 hilabeterekin arrastaka ibiltzen has daiteke eta beste bat berriz, 13 hilabeterekin; edo haur bat 8 hilabeterekin has daiteke katamarka eta beste bat 16rekin; edo haur bat 12

hilabeterekin has daiteke ezeri heldu gabe oinez, eta beste bat 21 hilabeterekin... eta horietan guztietan motrizitate globalaren garapena erabat normala da.

Harrigarriki, nahiz eta aitzakiarik gabeko aurkikuntza zientifikoa izan, helduak mugimendu horiek guztiak haurriari "irakatsi" behar dizkiolako ustea oso zabalduta dago, nola gurasoen artean hala profesionalenean. Baina gertatzen dena ondokoa da: erabateko mugimendu askatasuna duten haurrek gaitasun motorrak eskuratzeko erritmoa "helduek estimulatutako" haurren erritmoaren berbera da; eta oro har, gaitasun motor horien kalitatea nabarmenki hobea da libreki mugitzen diren haurren kasuan.

Beraz, zer egin?

Ahal denik eta gutxien. Esna eta deskantsatuta dagoenean, ahalik eta denbora gehien eduki haurra lurrean, mugimendua eragotziko ez dion arropa eroso jantzita. Kendu bere irismenetik arriskutsua izan daitekeen guztia eta eskura jarri objektu eta jostailu sinpleak... eta haurriari ahalbidetu eguneroko bizitzan aurkitzen dituen arazo motorrei bere baliabideen eta soluzioen bidez aurre egiten. Izan konfiantza beregan, bere gaitasunetan eta disfrutatu bera mugitzen ikusiz, horretarako darabiltzan estrategia motorrak direnak direlarik ere.

Ez dezagun inoiz ahantz, motrizitateari dagokionez, haurrak bide hori euren kabuz eta inizatibaz egiteko beharrezko baliabideekin datozela mundu honetara, barneko indarraren bultzadarekin, kalitate oneko mugimendu orekatuekin, ongizatearekin, determinazioarekin, interesarekin, plazerarekin eta bere gorputza eta inguruan dituen objektuak esperimendatzeko desioarekin, lehiakortasun sentimenduarekin eta zuhurtziarekin.

Pertsonalki ez dut umerik ezagutzen era askean mugitzen utzita, katuka egin ez duenik, edota eserikako posizioa zein zutikakoa bere kasa aurkitu ez dituenik. Aitzitik, ezagutzen ditut estimulatu diren haurrak, eta esertzen edota ibiltzen garaizegi erakutsi nahi izan zaienak berezko prozesua "aurreratuz" eta katuka egiteko aroa eragotziz.

Zein dira gure etsairik nagusienak? Konparazioak, presak, gure beldurrak eta ziurtasun gabeziak...

Hazi Hezi aldizkaria (10. zenbakia)

http://www.hikhasi.eus/uploads/erab_1/2018/07/1532349658-10.%20Hazi%20Hezi.pdf

Hazi Hezi



Juanjo QUINTELA

Psicólogo

MOTRICIDAD

Nuestro bebé tiene casi un año. Se mueve por sí mismo arrastrándose por el suelo, pero no anda a cuatro patas y dudo que pueda empezar nunca. Muchas veces he oído que el gatear tiene una gran importancia en el desarrollo. Por lo tanto, me gustaría saber si es igual arrastrarse que gatear, y si no es así, ¿cómo podemos ayudar al niño o la niña a gatear?



EN CUANTO A LA MOTRICIDAD, los dos primeros años del niño o niña suelen ser años de mucho movimiento: voltear cabeza abajo o arriba, arrastrarse, ponerse a cuatro patas, gatear, ponerse de pie con apoyo, moverse de un lado para otro con apoyo, ponerse de pie sin agarrarse a nada y dar los primeros pasos para después ponerse a andar con destreza.

La doctora Emmi Pikler, pediatra húngara especializada en traumatología infantil y ortopedia, demostró que los niños y niñas libres para moverse por su iniciativa aprenden todos esos movimientos por sí mismos, sin necesidad de que la persona adulta les enseñe nada. Tras observar con rigor a más de 2.000 niños y niñas llegó a realizar este descubrimiento incuestionable: todos los niños y niñas tienen un programa genético para desarrollar su motricidad de forma autónoma. En todos los casos se observa una progresión continua y todos los niños y niñas pasan por la misma sucesión de etapas.

Asimismo, la doctora Emmi Pikler demostró que las diferencias individuales entre unos niños y otros pueden ser muy grandes: un niño o niña puede empezar a arrastrarse a los 7 meses y otro a los 13 meses; o un niño o niña puede empezar a gatear a los 8 meses y otro a los 16; o un niño o niña puede empezar a caminar a los 12 meses sin sujetarse a

nada y otro a los 21 meses... y en todos ellos y ellas el desarrollo de la motricidad global es totalmente normal.

Sorprendentemente, aunque se trata de un descubrimiento científico sin excusa, la creencia de que la persona adulta debe "enseñar" todos estos movimientos al niño o niña está muy extendida, tanto entre las familias como los y las profesionales. Pero lo que ocurre es que el ritmo de adquisición de las capacidades motrices por parte de los niños y niñas con libertad total de movimientos es el mismo que el de los niños y niñas "estimulados por los adultos" y, en general, la calidad de estas capacidades motrices es significativamente mejor en los niños y niñas que se mueven libremente.

Entonces, ¿qué podemos hacer?

Lo menos posible. Mantener al niño o la niña en el suelo el mayor tiempo posible cuando esté despierto y descansado, con ropa cómoda que no le impida moverse. Eliminar de su alcance todo lo que pueda ser peligroso y poner a su disposición objetos y juguetes sencillos... y permitir al niño o niña afrontar los problemas motores que encuentra en su vida cotidiana con sus recursos y soluciones. Confiar en él o ella, en sus capacidades y disfrutar viéndole moverse por sí mismo o misma, independientemente de las estrategias motrices que utilice para ello.

No olvidemos nunca que, en cuanto a la motricidad, los niños y niñas vienen a este mundo con los recursos necesarios para realizar este camino por su cuenta e iniciativa propia, con el impulso de la fuerza interior, con movimientos equilibrados de calidad, el bienestar, la determinación, el interés, el placer y el deseo de experimentar su cuerpo y los objetos que le rodean, el sentimiento de competitividad y la prudencia.

Personalmente no conozco a ningún niño o niña al que dejándole moverse libremente, no haya gateado, no haya encontrado por sí solo la posición sentada o la posición de pie. Por el contrario, conozco a niños y niñas a los que se ha estimulado y se les ha enseñado demasiado pronto a sentarse o a andar "adelantando" el proceso natural e impidiendo la etapa del gateo.

¿Cuáles son nuestros principales enemigos? Comparaciones, prisas, nuestros miedos e inseguridades...

Hazi Hezi aldizkaria (revista número 10)

http://www.hikhasi.eus/uploads/erab_1/2018/07/1532349658-10.%20Hazi%20Hezi.pdf