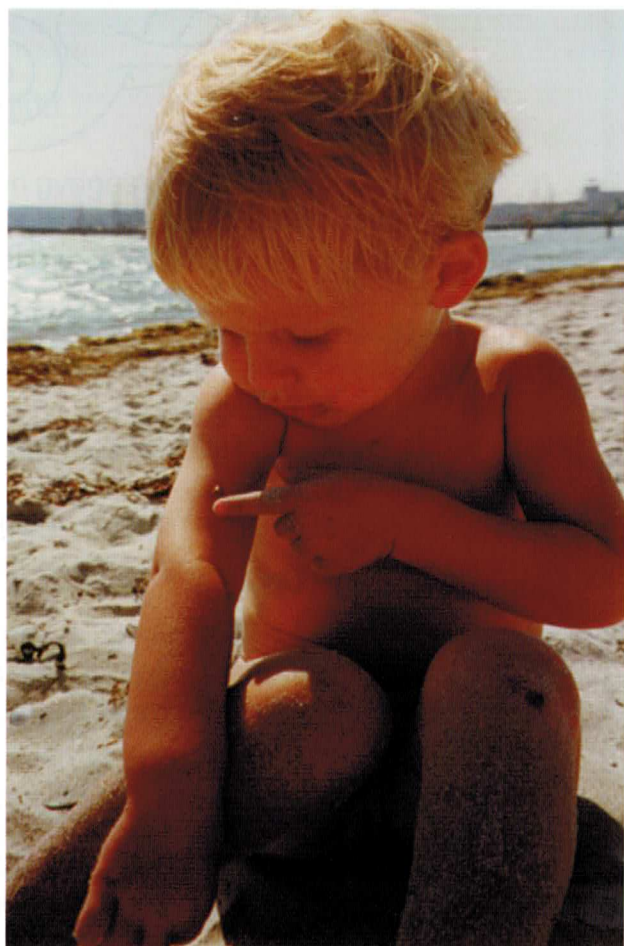


Tidligere indsats



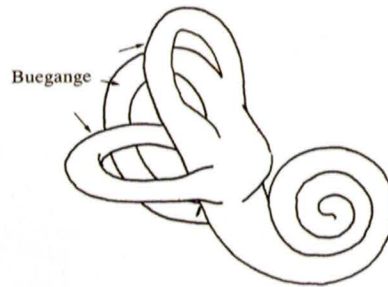
Træning / stimulation
i 8 uger's alderen

Med: Anne Brodersen
Bente Pedersen
tegner: Bjarke Friis
layout: Erik Ask

Vi undersøger de 3 grundliggende sanser : labyrintsansen (hovedbalance-sansen), følesansen og kinæthesisansen (muskel-led-sansen), fordi funktionen af disse sanser har betydning for barnets hele motoriske udvikling samt for barnets adfærd. Den første vigtige milepæl i barnets motoriske udvikling er hovedløftet, hvorfor vi iagttager dette omhyggeligt.

Labyrintsansen.

Labyrintsansen sidder ved det indre øre og består af 3 buegange.



I buegangene er der væske, der bevæges på en bestemt måde ved bestemte bevægelser af hovedet.

Der går hele tiden besked til hjernen om væskernes stilling. På denne måde får hjernen besked om hovedets stilling og om hovedbalancen.

Derfor bevæger vi barnet i alle retninger ved undersøgelsen.

Hvis labyrintsansen fungerer normalt, vil barnet tåle bevægelser i alle retninger.

Hvis labyrintsansen fungerer dårligt, vil barnet føle ubehag evt. svimmelhed ved bevægelser af hovedet. Dette kan være tilfældet ved bevægelser af hovedet i en retning - måske i flere - mens barnet er tilpas ved bevægelser i andre retninger.

Labyrintfunktionen har som omtalt betydning for hovedløftet, den senere motoriske udvikling samt for, om barnet er for livligt eller for roligt (græder for meget / for lidt, sover for meget / for lidt, bevæger sig hele tiden eller ligger helt stille).

Ved at træne labyrintsansen ved bevægelser med hovedet i alle retninger, kan denne sans stimuleres, både for det veludviklede barn og for det barn, der har en lille mangel.

Træning.

Stimulation generelt.

Denne sans stimuleres ved at „sætte bølgegang“ i de væsker, som ligger inde i de tre buegange. Det gøres ved gyngende, vuggende, glidende, svingende, drejende, dansende og hoppende bevægelser.

Som beskrevet dækker labyrinterne alle planer.

Det er derfor vigtigt at tænke på, at der skal stimuleres med hovedet i alle mulige forskellige retninger.

Stimulation kulturelt.

Hos naturfolk er det almindeligt, at baby det første år af sit liv bliver båret på ryggen af sin mor. Denne måde at transportere barnet på ligger ret langt fra vores kørsel i barnevogn og i bil (autostol). Naturbarnets labyrintsans får en masse naturlige stimulationer, fordi barnet må følge alle moderens bevægelser. Det må desuden hele tiden være aktivt omkring hovedkontrollen, da det jo hviler på et bevægeligt underlag.

I vores kultur lægger vi nok børnene for meget på faste , forudsigelige underlag. Desuden sætter vi dem i skråstol eller i autostol eller sidder med dem på en stol. Ingen af disse stillinger sætter stimulation i gang af labyrintsansen.

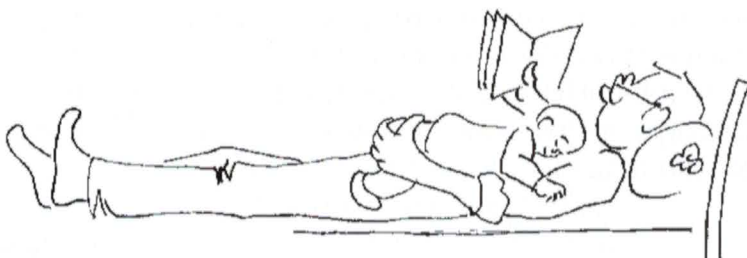
Det er derfor meget vigtigt, at vi bevidst leger med vores børn på måder, der stimulerer labyrintsansen- sætter bølgegang i væskerne med hovedet i forskellige planer.

Eksempler på træning i stimulation.

1. Sidde med sit lille barn i en gyngestol - f. eks. når barnet mades eller skal lules i søvn.
2. Lægge barnet i en hængekøje - gerne sammen med far eller mor.
3. Danse med barnet - gerne dreje rundt.
4. Vugge barnet i søvn.
5. „Tumle“ med barnet, så det bliver helt trygt ved alle planer (også hovedet nedad).
6. Lege i vand.
7. Barnet skal mange gange om dagen lægges på maven - hellere 10 små gange end en stor.
8. Lad endelig far være „vild“ med sit barn. Mange bekymrede mødre stopper en udmærket stimulation. Selvfølgelig skal man være omsorgsfuld overfor sit spæd barn, men man må ikke overbeskytte det. Far og mor må ofte mødes på midten for barnets skyld.
9. Bruge kontorstolen som er et udmærket legeredskab, når det gælder rotationer. (hovedet i forskellige planer)
10. Ligge på gulvet og tumle med barnet.



Alle disse lege er nok gammelkendte for Jer. Vi håber, at I i forbindelse med dette forsøg vil gøre ekstra meget ud af dem, så Jeres barn får en virkelig god balance og hermed en god sansemotorik og en positiv adfærd.



Følesansen

Følesansen har også betydning for, om barnet er for livligt eller for roligt. Desuden har følesansen betydning for kontakt med andre mennesker, for balancen, for kropsbevidsthed, og for at alle bevægelser bliver præcise. Vi prøver, hvordan barnet reagerer på bestemte berøringer. Denne sans stimuleres ved at massere/berøre barnet.

Træning.

Det er barnets hud der føler - ikke barnets tøj. Når vi skriver dette, er det for at huske forældre på vigtigheden af at tage tøjet af deres barn engang imellem. Spædbørn er ofte for varme. Det giver barnet stort ubehag at svede. Derfor er det forbundet med stort velvære at få alt tøjet af engang imellem.

En gang om dagen vil vi foreslå, at I klæder barnet af, at I lægger det på dynen eller lign. på et bord eller en madras - og laver "gymnastik" med det.

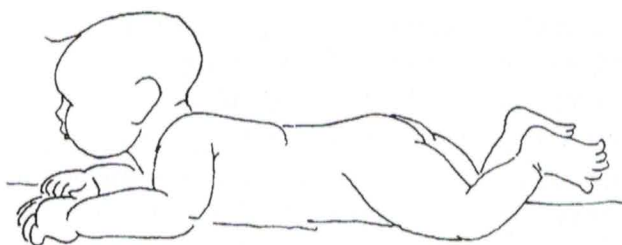
„Gymnastik“ kan være:

Lægge barnet på maven og lade det arbejde med at løfte sit hoved. Samtidig kan den voksne nusse bagsiden, støtte under fodsålen, så barnet kan sætte af, eller være foran hovedet og opmuntre til hovedløft m.m.

Når barnet ligger rygliggende kan den voksne også nusse og massere, tage fat i hænderne og løfte let for at inspirere barnet til hovedløft, „cykle“ med barnets ben, inspirere barnet til at trille om på siderne.

Da barnet er nøgent under disse lege, vil det naturligt få en masse indtryk til følesansen. Lege i vand er også fin stimulation af følesansen.

Hoved løftet



Et barn på 8 uger skal prøve på at løfte hovedet. Her vil en normal labyrintsans og normal følesans være grundlaget.

Hvis hovedløftet imidlertid skal være helt i top, skal også muskel-ledsansen (der fortæller om kroppens stilling og igen balancen) være korrekt fungerende.

Denne sans stimuleres ved bevægelser.

Træning.

Den første store motoriske milepæl er et godt hovedløft. Barnet skal være rigtig god til at sætte sit hoved rigtigt i forhold til den bevægelse, det skal til at foretage. Dette gælder alle aldre - hele livet.

Grunden til dette lægges i de første måneder af barnets liv.

I må altså ikke undlade at lægge Jeres barn på maven.!

Jeres barn skal leges med og stimuleres til at elske maveliggende stilling!