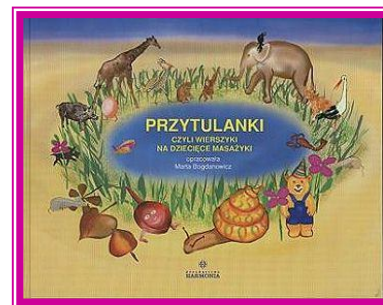




ARTYKUŁ MIESIĄCA: Dziecięce masażyki...

Małe dziecko poznaje świat i uczy się go spontanicznie – poprzez dotyk i ruch.

Te dwa zmysły są dla niego źródłem wiedzy o świecie. Poprzez dotykowe różnicowanie i rozpoznawanie materii, dziecko precyzuje informacje odbierane za pomocą wzroku. Mamy na całym świecie wiedzę i czują, że dzieci chcą być noszone, glaskane, przytulane i im są mniejsze, tym więcej potrzebują kontaktu dotykowego. Dotyk jest bowiem pierwszym i podstawowym sposobem komunikowania się rodziców z niemowlęciem. Stymulacja dotykiem dotyczy całego ciała niemowlęcia – będąc dotykane, trzymane, noszone może ono zrozumieć, że jest częścią świata większego niż ono samo. A to z kolei wzbudza ciekawość dziecka i daje mu motywację do poznawania otaczającego go środowiska. W trakcie codziennych zabaw rodziców z niemowlęciem, czy też z przedszkolakiem, warto znaleźć stałe miejsce dla zabaw opartych na dotyku, które nazywane są masażykami. O tego rodzaju masażu mówi się obrazowo jako o „sercu na dłoni”, gdyż jest on formą okazywania dziecku przez rodzica miłości poprzez dotyk. Zabawy te powstały z myślą o dzieciach i rodzicach, aby pogłębiać ich więź uczuciową i fizyczną, która tworzy się jeszcze przed narodzinami dziecka. **Masażyki także uczą dziecko: orientacji we własnym ciele, pomagają poznać kierunki (górze-dół, lewo-prawo) i pozwalają mu doznawać różnego rodzaju bodźce dotykowe.**



Dzieci z natury są bardzo ruchliwe i pobudliwe, mają trudności ze skupieniem uwagi i zrelaksowaniem się – co jest naturalne ze względu na nie w pełni dojrzały system nerwowy. Masażyki pomagają dziecku skoncentrować się na sobie, swoim ciele, dzięki czemu się ono uspokaja, odpręża. Najlepsza okazja na pełen relaks nadarza się wieczorem, gdy dziecko przygotowuje się do snu. Jest to idealna pora na poczytanie ulubionej książeczki, pochwalenie dziecka za osiągnięcia i pocieszenie, jeśli doznało jakiejś przykrości, a przede wszystkim zaś jest to bardzo dobra okazja do okazania mu akceptacji i miłości. Dziecko pragnie bliskości z rodzicem: przytulenia, poszeptania do uszka. I takie są właśnie masażyki – oto jeden z nich:

„Przyszła myszka”

Przyszła myszka do
braciszka.

Tu zajrzała, tam wskoczyła,
a na koniec tu się skryła.
na plecach dziecka
wykonujemy
posuwiste ruchy opuszkami
złączonych palców;

lekko drapiemy dziecko
za jednym uchem,
następnie za drugim;
wsuwamy palec za
kołnierzyk „Rzeczka”
Płynie, wije się rzeczka
Jak błyszcząca wstążeczka.
Tu się srebrzy, tam ginie,
A tam znowu wypłynie.

rysujemy na plecach dziecka
falistą linię;
delikatnie drapiemy je po
plecach,
wsuwamy palce za
kołnierzyk;
przenosimy dłoń pod pachę
i szybko wyjmujemy.

Podczas masowania należy przestrzegać następujących zasad:

- nie spieszyć się, dać dziecku tyle, ile potrafi ono przyjąć;
- masując, dorosły powinien zachować spokój, spokojnie oddychać, koncentrować się na dziecku, jego reakcjach i wspólnym przeżywaniu radości płynącej z przebywania razem: „Jestem tu tylko dla Ciebie i cieszę się, że jesteś ze mną. Gdy Cię glaskam, Kocham Cię. Akceptuję Cię takie, jakie jesteś.”

Rodzicom i dzieciom, którym spodobały się przytoczone masażyki gorąco polecamy pozycję opracowaną przez **prof. Martę Bogdanowicz „Przytulanki, czyli wierszyki na dziecięce masażyki”**- Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk 2003 (powyższy masażyk został zaczerpnięty z ww pozycji). Zachęcamy również Rodziców do twórczego podejścia do masażyków: wiele znanych i lubianych przez dzieci wierszyków można przekształcić tak, by powstał niepowtarzalny masażyk: tylko Wasz i Waszego dziecka. Także starsze dziecko może spróbować samodzielnie stworzyć wyjątkowy masażyk dla Mamy i Taty.

<http://www.berek.pl/>