

Babys udvikling 0-3 mdr. - Motorisk udvikling



Af Mette Vainer Wegloop og Lone Spliid

Leg med din baby 0-12 måneder

Udgivet af Politikens Forlag

Allerede i disse første måneder bliver de første grundsten lagt til en velfungerende motorik, og I kan som forældre gøre meget for at skubbe denne udvikling godt i gang. I denne periode, hvor barnet i begyndelsen overhovedet ikke har kontrol over eller fornemmelse for sin egen krop, gælder det om at vænne det til at ligge på maven, når det er vågent. Nogle børn er glade for det fra begyndelsen – andre må lokkes til det.

Det, der sker, når barnet ligger meget på maven, er at nakke- og rygmusklene bliver styrket, og at balance- og muskel-led-sansen stimuleres. På den måde lærer barnet at holde hovedet selv og bevæge det frit i alle retninger – noget, der er afgørende for, at barnet kan gå videre til de næste udviklingstrin. At kunne holde hovedet i ro er desuden vigtigt for øjets og synets udvikling, da barnet ellers ikke ville kunne lære at fokusere. Prøv selv at holde blikket på et bestemt punkt, mens dit hoved ryster fra side til side.

Da barnets bevægelser i denne tidlige alder alene består af reflekser og ukoordineret fægten, er det både godt og rart at få bøjet og strakt alle lemmerne godt igennem af mor eller far. Det virker som ren afspænding for de små knyttede hænder, bøjede arme og optrukne ben.



Måske vil I som forældre lægge mærke til, at barnet hurtigt tilpasser sin krop efter jeres måde at holde det på. Det er muskel-led-sansen, der sætter barnet i stand til at lade sin krop "fylde" jeres arme godt ud.

Reflekser 0-3 måneder

Håndens griberefleks sidder i håndfladen og aktiveres ved at stryge hen over huden. Refleksen er så stærk, at barnet kan bære sin egen vægt ved hjælp af den. Omkring 3 måneder er griberefleksen stadig aktiv, men barnet kan nu selv begynde at deaktivere refleksen og derved selv bestemme, hvornår det vil slippe.

Fodens griberefleks får tæerne til at krumme nedad i en gribelignende bevægelse. Sidder under foden og udløses ved let tryk eller berøring af fodsålen lige under tæerne. Forsvinder først helt, lige inden barnet begynder at gå.

Barbinskirefleks får foden til at sprede tæerne i en vifte med storetåen opad. Udløses ved at stryge langs fodens yderside og ind under tæerne. Forsvinder, når barnet begynder at gå.

Søge bryst-refleks gør, at barnet automatisk drejer hovedet til den ene side ved berøring af kinden. Sidder langs kinden fra øret ind mod munden. Forsvinder inden for de første 3 måneder.

Sutterefleks gør, at barnet automatisk begynder at sutte. Udløses ved berøring af tunge, læber og gane. Forsvinder af sig selv, når barnet ikke længere bliver ammet, får flaske eller bruger sut.

Synkerefleks gør, at barnet automatisk synker, når noget – i dette tilfælde mælken – berører den bløde del bagest i ganen. Refleksens bevares hele livet.

Blinkerefleks får øjet til at blinke ved pludselige bevægelser tæt på ansigtet og ved pludselige, høje lyde. Refleksens bevares hele livet.

Hosterefleks gør, at barnet begynder at hoste, hvis slimhinden i næse, svælg eller luftveje bliver irriteret. Bevares hele livet.

Nyserefleks gør, at barnet nyser, hvis næsens slimhinde irriteres. Bevares hele livet.

Smilerefleks. Ved berøring i mundvigen eller hen over læberne smiler barnet reflektorisk. Afløses gradvist af det bevidste smil fra omkring 6. uge.

Svælglukningsrefleks. Fra fødslen vil barnet lukke svælg, hvis hovedet kommer kortvarigt under vand. Gør det bl.a. muligt for babyer at "dykke" til babysvømning. Refleksens forsvinder omkring 6.-12. måned, hvis ikke den holdes ved lige.

Mororefleks. Barnet strækker sine arme og ben ud fra kroppen, og fingrene spredes, som om det ville gribe fat i noget. Aktiveres ved pludselig høj lyd eller ved fornemmelsen af at falde. Forsvinder omkring 4 måneder.

Hovedløftrefleks. Lagt på maven vil den nyfødte kortvarigt løfte hovedet op. Forsvinder efter 1. måned.

Den toniske halsrefleks. Når barnet ligger på ryggen, og dets arm strækkes ud til den ene side, drejer hovedet automatisk til samme side. Er aktiv fra omkring 2. uge og forsvinder ved ca. 3. måned.

Gangrefleks. Når barnet holdes oprejst uden vægtbæring på fødderne, vil benene foretage ganglignende bevægelser, når fødderne berører underlaget. Aftager omkring 2 måneder.

Kontrol af hoved og krop

1. måned: Barnet kan endnu ikke holde hovedet selv. Trækkes barnet op fra liggende stilling i hænderne, falder hovedet bagud. Ved mavestilling lægger hovedet sig til den ene side.

2. måned: Løfter hovedet kortvarigt. Sammenbøjet, men gradvist mere udstrakt krop. Ingen kropskontrol i øvrigt. Tages barnet op i siddende stilling, falder dets krop helt forover. Fra 6. uge kommer de første bevidste smil.

3. måned: Kan begynde at holde og dreje hovedet selv – også efter lyd.

Kontrol af arme og hænder

1. måned: Arme og hænder stærkt bøjet, strækker sig gradvist ud hen over perioden. Ukoordinerede bevægelser i alle retninger. Hænder er stærkt knyttet med tommelfingre drejet indad.

2.-3 måned: Begynder at føre de knyttede hænder op mod munden og sutte.

Ca. 3. måned: Begyndende støtte i albuerne ved maveliggende stilling.

Kontrol af ben og fødder

Stærkt bøjet og trukket op. Ukoordinerede bevægelser i alle retninger.

Sprog

1. måned: Forsøger at "lytte", når der bliver talt til det, og reagerer på genkendelige stemmer og musik.

2. måned: Enkelte pludrende lyde som svar på eller initiativ til kontakt. Større variation i gråden.

3. måned: Begynder at pludre for sig selv.

Syn

1. måned: Kan kun fokusere inden for 20 cm's afstand. Reagerer diffust på kraftigt lys.

2.-3. måned: Bliver gradvist bedre til at se skarpt og følge bevægelse med blikket. Kan fastholde øjenkontakt i kortere perioder. Kan begynde at skelne figurer og farver.