

Beata Zagórska

Znaczenie dotyku we wspomaganiu rozwoju dziecka oraz jego zastosowanie w wybranych rodzajach terapii

Kultura i Wychowanie 5, 179-192

2013

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Znaczenie dotyku we wspomaganiu rozwoju dziecka oraz jego zastosowanie w wybranych rodzajach terapii

Beata Zagórska

Łódź, Polska

beatab_83@o2.pl

Słowa kluczowe: dotyk, masaż, dogoterapia, rozwój, komunikacja, holding

Dotyk¹ jest bazą do kształtowania się wielu czynników rozwojowych w organizmie człowieka. To zmysł, który jako pierwszy w nas dojrzewa i poprzez który po raz pierwszy zaczynamy poznawać otoczenie – jeszcze w łonie matki. Zmysł dotyku jest aktywny już od siódmego tygodnia życia płodowego. Nienarodzone jeszcze dziecko odczuwa dotyk przekazywany przez matkę i najbliższych poprzez głaskanie skóry brzucha. Matka dostarcza bodźców dla kształtujących się narządów zmysłów. Kontynuacja tej prenatalnej symbiozy jest potrzebna dziecku jeszcze długo po urodzeniu² – ma ona elementarne znaczenie dla jego rozwoju. Zmysł dotyku pojmuje się w wielu

¹ Artykuł powstał na bazie pracy magisterskiej obronionej w WSP w Łodzi w roku 2012 (promotor: dr Krzysztof Kamiński; recenzent: dr Paweł Kijo).

² Sadowska L., Gruna-Ożarowska A. (2007), *Więź osobowa między matką a dzieckiem*, „Prawa Dziecka. Biuletyn Informacyjny Rzecznika Praw Dziecka”, no. 2, p. 12.

Beata Zagórska – od 2008 r. pracuje w Miejskim Zespole Żłobków jako opiekunka dziecięca. W 2012 r. ukończyła studia magisterskie w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Łodzi specjalność: pedagogika szkolna z terapią pedagogiczną.

aspektach i wykorzystuje w różnych formach terapii oraz w odniesieniu do różnorodnych schorzeń i deficytów rozwojowych.

Dotyk jest jednym z głównych zmysłów człowieka regulującym jego odbieranie rzeczywistości. Receptory dotyku rozmieszczone są na skórze całego ciała, skóra jest bowiem najbardziej wrażliwym sensem, jaki posiadamy. Zmysł ten to o wiele więcej niż tylko to, co wyczuwamy dłońmi. Narządem zmysłu dotyku jest bowiem cała powierzchnia ludzkiego ciała. „Doświadczenie dotyku jest pierwszym wrażeniem, jakiego doznajemy i ostatnim, który tracimy”³. Skóra pokrywa całe ciało ludzkie, spełniając przy tym podwójną funkcję: narządu czucia oraz powłoki ochronnej.

Skóra jest najbardziej wszechstronnym spośród wszystkich narządów zmysłów. Poprzez nią odbieramy wrażenia dotykowe, takie jak uczucie ciepła czy zimna, ciężar przedmiotów, ich miękkość lub twardość, ucisk czy ból. Dotyk wywołuje różnorodne skutki fizjologiczne i psychologiczne w organizmie człowieka. Ponieważ rozwija się jeszcze w życiu płodowym, nazywany jest pierwotnym⁴.

Obok czucia powierzchniowego wyróżnia się także czucie głębokie – tzw. układ propriocepcji. Związany jest on z układem mięśniowym i pełni kontrolę nad jego funkcjami. Receptory tego układu wysyłają do mózgu sygnały o pozycji naszego ciała i położeniu jego części w stosunku do siebie. Dzięki temu człowiek może utrzymać właściwą

³ Knill C. (1997), *Dotyk i komunikacja*, Warszawa, p. 10.

⁴ Giczewska A. (2008), *Fenomen dotyku matki*, Warszawa, p. 5a.

postawę, a w połączeniu z wrażeniami wzrokowymi – równowagę⁵.

W literaturze przedmiotu dotyk ujmowany jest w różnych aspektach. Ma niezmierny wpływ na rozwój fizyczny, neurofizjologiczny oraz psychiczny. Pozytywne jego działanie widoczne jest w sferze rozwoju poznawczego. Pełni ogromną rolę w rozwoju emocjonalnym i społecznym, jest podstawą w tworzeniu silnych więzi emocjonalnych i w konsekwencji w budowaniu poczucia bezpieczeństwa oraz kształtowaniu obrazu własnej osoby. Dotyk jest pewną formą komunikacji – wyrażamy poprzez niego uczucia. Jest namacalny, dzięki czemu doświadczamy go tu i teraz, okazując złość i gniew, a także miłość, radość i sympatię.

Najbardziej wrażliwe i najlepiej unerwione są palce rąk, wargi i język⁶. Już od chwili narodzin człowiek doświadcza świata dzięki temu zmysłowi – dotykając przedmiotów i samemu będąc dotykany. Każda forma dotyku dostarcza do mózgu cennych informacji: głaskanie, poklepywanie, ugniatanie, całowanie itd.⁷ Ale czucie następuje także w sytuacji, gdy wiatr wieje nam w twarz i rozwiewa włosy, gdy nasze ciało zanurzone jest w wodzie, dotyku dostarcza nam również nasze ubranie. Proces mowy oparty jest o czucie, kiedy językiem dotykamy zębów lub podniebienia, gdy mówimy. Podczas chodzenia lub stania nasze stopy bezustannie doznają dotyku. Codzienne życie ludzkie związane jest ze zmysłem dotyku. Jednak pomiędzy dotknięciem przedmiotu a poznaniem go po dotyku zachodzi spostrzeżenie świadomości, dzięki której, choć nie widzimy przedmiotu, jeste-

śmy w stanie go zdefiniować⁸. „Postrzeżenie dotyku jest wewnętrznym rezonansem na bezpośredni, fizyczny kontakt ze światem zewnętrznym”⁹.

Dotyk ma ogromne znaczenie dla człowieka. Na każdym etapie życia i w różnych codziennych sytuacjach może spełniać różnorodne zadania. Niewątpliwie najważniejszy jest w najwcześniejszym okresie życia ludzkiego, czyli w niemowlęctwie oraz wczesnym dzieciństwie. W tym czasie kontakt dotykowy jest silniejszy niż jakikolwiek inny. Dziecko już w chwilę po urodzeniu podawane jest matce, by mogło czuć jej ciepło, słyszeć znajome mu bicie serca. Musimy pamiętać, że potrzeba dotyku i bliskości rodzica wcale nie maleje wraz z wiekiem. Często bowiem przytulenie czy objęcie ramieniem dorastającego nastolatka może zastąpić wiele słów i przynieść ukojenie i spokój. Dotyk może być najbardziej naturalną formą wyrażenia emocji, a dziecko uczy się dzięki niemu okazywania uczuć bliskim i nabiera ufności do świata.

Dotyk szczególnie istotny jest w trudnych chwilach. Choroba jest sytuacją, w której niezastąpiony jest czuły dotyk bliskiej osoby. Dziecku należy zapewnić wówczas warunki, które dostarczają mnóstwa pozytywnych wrażeń dotykowych, by nie bało się zabiegów medycznych, zastrzyków itp.¹⁰ W przypadkach, w których mamy do czynienia z zaburzeniami i chorobami, dotyk pełni rolę terapeutyczną. Lecznicza moc dotyku znana była już w czasach starożytnych oraz przed naszą erą. Jest on bowiem najbardziej naturalnym środkiem leczniczym łagodzącym ból i stres u ludzi. Leczenie dotykiem to nie tylko masaż klasyczny, lecz także

⁵ Ibidem, p. 6.

⁶ Gregory R.L., M. Dolman A. (ed.) (2002), *Czucie i percepcja*, p. 103.

⁷ Kosyrz Z. (2003), *Dotyk* [in:] Różycka E. (ed.), *Encyklopedia pedagogiczna XXI w.*, Warszawa, vol. 1, p. 781.

⁸ Kohler H. (2009), *O dzieciach lękliwych, smutnych i niespokojnych. Duchowe postawy praktyki wychowawczej*, Kraków, p. 58–59.

⁹ Ibidem, p. 59.

¹⁰ Giczewska A., *Fenomen...*, op. cit., p. 6.

takie formy jak akupunktura, refleksoterapia czy akupresura. Są oczywiście zwolennicy i przeciwnicy tego typu form leczenia. Medycyna niekonwencjonalna, która nie ma podstaw w nauce, ma swoje źródła w odległych wierzeniach ludowych, ale są i takie jej formy, które powstały stosunkowo niedawno, np. bioenergoterapia. Zatem dotyk stosowany jest w bardzo wielu obszarach terapii oraz medycyny jako forma leczenia, wsparcia oraz pomocy w rozwoju.

Każde niemowlę tuż po urodzeniu, zanim jeszcze otworzy oczy, instynktownie bada świat dotykiem. Badania amerykańskie dowodzą o jego skuteczności. Wynika z nich bowiem, iż wcześniaki, które masowane były trzy razy dziennie po 15 minut, osiągały prawidłową wagę w o 47% krótszym czasie niż przedwcześnie urodzone noworodki zostawione w inkubatorze, pozbawione kontaktu cielesnego¹¹. Skóra jest najbardziej wrażliwą częścią ciała noworodka, dlatego dotyk jest dla niego ważny, zarówno w postaci głaskania czy tulenia, jak i różnego rodzaju masażu bądź czynności pielęgnacyjnych. Tego typu stymulacja przez dotyk zapewnia dziecku relaks i przyjemność, ale przede wszystkim wpływa na doskonalenie koordynacji ruchowej oraz równowagi, a także koordynacji sensorycznej (poprzez wpływ na współdziałanie kilku zmysłów równocześnie).

Od wieków wiadomo, że dziecko płaczące uspokoja się w ramionach matki, gdy ona bierze je na rękę, kołysze, głaszcząc. Dotyk i jego ciepło przekazane przez matkę lub ojca przynoszą wyciszenie i uspokojenie w trudnych dla dziecka chwilach. Bliskość rodzica łagodzi ból i przegania strach. Rodzic daje poczucie bezpieczeństwa, chwilowe

objęcie i wtulenie się w niego daje dziecku nowe siły do dalszych przygód i poznawania tego, co jeszcze nie odkryte. Z ramion rodzica dziecko ogląda świat; stopniowo oddalając się od matki czy ojca, zawsze zerka, czy jest jej/jego pobliżu. Bliskość fizyczna zaufanej osoby daje sygnał, że jest się bezpiecznym i nie ma się czego bać. Dotykanie niemowlęcia aktywizuje najbliższy skórze zmysł, jakim jest dotyk oraz wzbudza w dziecku wrażliwość na niego. Delikatna pieśczoła dziecka daje rodzicowi także pewność siebie i buduje poczucie bezpieczeństwa, co w efekcie tworzy podwaliny do budowania silnych więzi między dzieckiem a rodzicami¹². „Osoby niewidome dzięki wrażliwości czubków palców mogą posługiwać się pismem Braille’a, zyskując szeroki kontakt ze światem”¹³. Skóra bowiem po odpowiednio długim i częstym doświadczaniu pewnych bodźców staje się na tyle wyćwiczona, że potrafi odczytać i zrozumieć pewne informacje za pomocą niewielkich zmian ucisku i dotyku. W ten właśnie sposób ludzie niewidomi potrafią odczytać alfabet zbudowany z maleńkich kropeczek, które wybrzuszą się na powierzchni gładkiego papieru. Różne kombinacje ułożenia tych kropek tworzą odpowiednio litery i całe słowa¹⁴.

Szczególną rolę dotyku daje się zauważyć w rozwoju małego dziecka. Wszystko, czego ono doświadcza i co poznaje, dzieje się poprzez zabawę. To w zabawie dziecko poznaje świat. Jest ona nieodzownym elementem codzienności małego człowieka. By doświadczyć i poznać, dziecko musi posmakować, poczuć, dotknąć. Eksperymentowanie, by przekonać się, jak daleko można się posunąć,

¹¹ Kosyrz Z., *Dotyk...*, op. cit., p. 782.

¹² Schnober-Sen M. (1998), *Masaż niemowląt*, Warszawa, p. 9.

¹³ Kosyrz Z., *Dotyk...*, op. cit.

¹⁴ Gregory, R.L., Dolman A. (ed.), *Czucie...*, op. cit., p. 103.

przekraczanie granic, to część każdej zabawy. Dotyk może następować poprzez taniec, podnoszenie, branie na ręce, poklepanie po ramieniu, pogłaskanie po główce, objęcie oraz przybierać wiele innych form. Ważne, by dobrać odpowiednią do sytuacji, zainteresowań i potrzeb dziecka zabawę. By przyniosła ona pozytywne skutki, musi być bowiem odpowiednio nacechowana emocjonalnie – dostarczyć sposobności do przeżycia pozytywnych uczuć i wrażeń.

Stymulacja rozwoju dziecka poprzez zabawę może przyjmować różne formy: ruch i taniec, stopniowanie trudności, rytm i muzykę, powtarzalność i rytuał oraz wiele innych. Wśród nich wyróżnia się także stymulację przez dotyk. Twórcy teorii uwzględniającej integrację sensoryczną twierdzą, iż poznanie przez dotyk jest jedną z najlepszych metod uczenia się. Wykonując wszelkiego rodzaju czynności, używając do tego rąk, łączymy ze sobą różne zmysły, wzmacniamy kinestetykę, motorykę, percepcję wzrokową i słuchową¹⁵.

Zabawa jako uniwersalna cecha dzieciństwa towarzyszy każdemu dziecku. Bez możliwości poznania przedmiotu poprzez dotyk nie ma ona sensu, bowiem tylko dotyk pozwala dziecku zinterpretować przedmiot, zrozumieć jego zastosowanie, ocenić wielkość, fakturę, temperaturę czy ciężar. Poprzez dotknięcie zabawki dziecko zdobywa o niej informacje. Towarzyszą temu różne emocje, gdyż dziecko dowiadyuje się, czy zabawka sprawia przyjemność, czy jest miła i wywołuje radość, czy może zimna, szorstka, twarda, co

wywołuje smutek bądź złość¹⁶. Podczas zabaw związanych z ruchem, pielęgnacją czy z elementami masażu dziecko uczy się własnego ciała, tego, że poszczególne jego części tworzą pewną całość, poznaje pewne granice i własne możliwości. Od świadomości posiadania dwóch rąk poprzez świadomość istnienia dłoni i palców, aż do każdego palca osobno i późniejszego ich nazywania oraz liczenia. Codzienna rutyna w wykonywaniu pewnych czynności, systematyczne ich powtarzanie sprawiają, że dziecko uczy się własnego ciała i kontroli nad nim. Im częściej dana czynność jest powtarzana przez dziecko, tym szybciej i lepiej nauczy się ono kontrolować swoje ciało¹⁷.

Dotyk pozwala dziecku poznawać świat i uczyć się wszystkiego, co w nim napotyka. Dlatego trzeba pozwalać mu dotykać zabawek i innych przedmiotów, które nie stwarzają dla niego zagrożenia oraz doznawać dotyku dostarczającego pozytywnych emocji i uczuć. Należy przytulać dzieci jak najwięcej i jak najczęściej, to nic nie kosztuje, a daje tak wiele. To trwała i długofalowa inwestycja w dorosłe życie naszych dzieci.

Dla dziecka, które nie potrafi jeszcze funkcjonować samodzielnie, znaczenie dotyku jest tak istotne, ponieważ poprzez kontakt fizyczny otrzymuje podstawowe informacje i stymulacje. Dziecko trzymane mocno, lecz delikatnie przez najbliższą mu osobę, jaką zazwyczaj jest matka, której zapach i rytm serca zna jeszcze z życia prenatalnego, z ufnością traktuje otoczenie i świat, nabiera pewności siebie.

Pierwsze doświadczenia dotyku wywierają silny wpływ na późniejsze emocjonalne powiązania

¹⁵ Zielińska A. (2009), „Fikołki”. *Zabawowe formy stymulacji rozwoju małego dziecka w Pszczyńskim Ośrodku Rehabilitacyjno-Terapeutycznym* [in:] Dymara B. (ed.), *Dziecko w świecie zabawy. O kulturze, cechach i wartościach ludzkiej edukacji*, Kraków, p. 438.

¹⁶ Grzyb B. (2011), *Elementy zabaw stymulujących zmysł dotyku*, „Niepełnosprawność i Rehabilitacja”, no. 1, p. 83.

¹⁷ Giczeńska A., *Fenomen dotyku matki...*, op. cit., p. 12

dziecka z otoczeniem. Kontakt fizyczny powstaje także poprzez ruch. To, w jaki sposób trzymamy niemowlę, jak je nosimy, ciepło naszych dłoni, siła uścisku, ton głosu – to wszystko nakierowuje uwagę dziecka na nas, jako rodziców i na nowości, które każdego dnia dostarczamy mu z otoczenia. Bliski kontakt rodzica z dzieckiem – noszenie, głaskanie, przytulanie – pobudza zainteresowanie malucha i jest istotnym czynnikiem w procesie komunikacji¹⁸.

Dziecko, doświadczając delikatnego dotyku, czuje, że jest akceptowane, wzmacnia pewność siebie i poczucie własnej wartości, rozwija wiarę w samego siebie oraz ufność do innych. Nasze zachowanie w stosunku do dziecka musi być dla niego wzmacniające. Liczy się jakość interakcji, a nie ich liczba. Zatem istotne jest to, w jaki sposób dotykamy dziecko, siła naszego uścisku, ciepło naszego głosu, ciepło ciała. Sposób dotykania musi być precyzyjny i przekonujący.

Knill twierdzi, iż regularne i właściwe stosowanie dotyku przyczynia się do rozwoju komunikacji. Stwarza bowiem podstawy do tworzenia pozytywnych interakcji między dzieckiem a najbliższymi mu osobami. Podkreśla znaczenie dotyku dla rozwoju świadomości interpersonalnej, przekazu wszelkiego rodzaju informacji, zwłaszcza tych, które mają służyć zaspokajaniu potrzeb, a także dla rozwoju wrażliwości. Autor zwraca także uwagę na konieczność powiązania naszych emocji z emocjami drugiego człowieka i ich zrozumienie¹⁹. Bliskość rodzica i dziecka, szereg czynności, jakie dorosły wykonuje w stosunku do malucha, jest nie tylko przejawem miłości, ale także znakomitą językiem porozumienia i komunikacji między

dzieckiem a matką czy ojcem; prowadzi to do powstania trwałej i pozytywnej więzi dziecka z rodzicem. Przeprowadzone obserwacje dowiodły, że osoby często tulone i pieszczone w dzieciństwie posiadają większą odporność na stres, natomiast te, które w dzieciństwie były rozdzielone z matką, wykazują większy poziom agresji, są bardziej lękliwe, nerwowe i niespokojne²⁰. Dotyk daje poczucie bliskości i równocześnie pozwala dzielić się z innymi swoimi emocjami, uczy okazywania uczuć i ułatwia nawiązywanie kontaktów z innymi ludźmi w przyszłości. Dziecko związane z najbliższymi mu osobami silną więzią, w późniejszym życiu łatwość łatwością nawiązuje kontakty i częściej tworzy stabilne związki z innymi ludźmi.

Jak już wcześniej wspomniano, w większości przypadków tuż po urodzeniu dziecka kładzie się je matce na klatce piersiowej, by po nagłym zetknięciu się z jaskrawym i głośnym światem zewnętrznym wciąż czuło zapach matki, bicie jej serca i ciepło ciała. Z reguły niemowlę tuż po narodzinach nie śpi, jest czujne i potrzebuje nieco czasu, by dojść do siebie. Już wtedy instynktownie może szukać piersi. Dzieci bowiem przychodzą na świat z wrodzonym instynktem ssania²¹. Karmienie piersią ma duże znaczenie dla dziecka, bowiem jest nie tylko sposobem dostarczania mu pełnowartościowego pokarmu, lecz także formą bliskiego, bezpośredniego kontaktu z matką. Dzięki karmieniu naturalnemu jakby przedłuża się prenatalną bliskość, ciepło, smak matki, bliskość jej serca. Ostatnie dziewięć miesięcy dziecko tworzyło wraz z matką swoistą jedność. Organizm matki je chronił i karmił, zatem dziecko czuło się bezpiecz-

¹⁸ Knill C., *Dotyk...*, op. cit., p. 11.

¹⁹ Ibidem, p. 7.

²⁰ Giczewska A., *Fenomen...*, op. cit., p. 10.

²¹ Stanway P. (ed.) (1994), *Dziecko. Poradnik dla rodziców*, Warszawa, p. 65.

nie i wskazane dla niego jest swoiste dopełnienie i przedłużenie tego okresu poprzez karmienie piersią. Wtedy wciąż będzie czuło się bezpiecznie w świecie zewnętrznym, którego nie zna i który zmienił się dla niego radykalnie. Dziecko czerpie z karmienia zadowolenie oraz spokój. Kiedy z różnych przyczyn niemożliwe jest karmienie piersią, poczucie bezpieczeństwa może zrekompensować bliskość matki i dziecka skóra do skóry.

Skóra noworodka jest dużo cieńsza od skóry dorosłego człowieka, tym samym słabiej osłaniane są przez nią dojrzałe już liczne zakończenia nerwowe – dlatego też noworodek jest bardzo wrażliwy na dotyk. Ogólną wrażliwość dziecka można zaobserwować i określić przez różne stymulacje. Udowodniono także, że dziewczynki są wrażliwsze na dotyk od chłopców. Częściej reagują na dmuchnięcie na brzuszek, a także szybciej zaczynają się wiercić, gdy odkryje się kocyk lub kołderkę²². Ponadto wrażenia dotykowe, które odbiera noworodek, mieszają się z wrażeniami odbieranymi przez pozostałe zmysły.

Dotyk jest zmysłem najważniejszym dla noworodka. Choć inne zmysły także są już doskonale ukształtowane w momencie przyjścia na świat, to właśnie dzięki dotykowi noworodek sygnalizuje wszystkie swe potrzeby – gdy ma mokro, jest głodny lub gdy mu niewygodnie. Wie o tym dlatego, że to czuje. W pierwszych miesiącach życia dziecko doświadcza najwięcej poprzez wkładanie przedmiotów do buzi. To w obszarze warg i języka rozwinął się jako pierwszy zmysł dotyku w życiu płodowym i do końca życia okolica ta zostanie najbardziej wrażliwa na dotyk.

Jedną z metod terapii w opiece nad przedwcześnie urodzonym dzieckiem jest kangurowanie.

²² Maurer D., Maurer C. (1994), *Świat noworodka*, Warszawa, p. 174.

Metoda ta stosowana jest w wielu krajach Europy Zachodniej, u nas wciąż jeszcze mało popularna, bowiem istnieje w Polsce tylko kilka oddziałów patologii oraz intensywnej terapii noworodków, w których jest obecna. Warto jej się przyjrzeć, bowiem bliskość matki ma zbawienny wpływ na rozwój wcześniaków.

Dla noworodka jedną z najbardziej naturalnych rzeczy jest kontakt z matką – skóra przy skórze. Zatem umieszczenie go w inkubatorze, co zwykle następuje w przypadku wcześniactwa, jest dla dziecka całkowitą zmianą. Wszystkie z przeprowadzonych badań, porównujące noworodki umieszczone w inkubatorze z kangurowanymi, wykazały negatywne skutki oddzielenia dziecka od matki²³.

Trzymanie dziecka skórą do skóry i klatką piersiową do klatki piersiowej matki sprawia, że maleństwo jest ogrzewane jej ciepłem, kołysane delikatnie oddechem, słyszy bicie jej serca, rozpoznaje zapach. Czuje się podobnie jak w łonie matki²⁴. Wskazuje się na szereg korzyści płynących z kangurowania. Indukuje ono sen, relaksuje dziecko, tłumi jego negatywne reakcje wynikające z działania bodźców zewnętrznych, związane z wcześniejszym przyjściem na świat, z nagłą zmianą środowiska oraz z pobytem na oddziale intensywnej terapii noworodkowej. Zauważono także znaczną i szybką redukcję stresu u kangurowanych noworodków. Już dwudziestominutowa sesja kangurowania obniża poziom kortyzolu – popularnie określanego jako hormon stresu – aż o 60% w przypadku wcześniaków urodzonych

²³ Agrawal P. (2011), *Kangurowanie. Uzupełniająca metoda opieki nad wcześniakami*, „Magazyn Pielęgniarki i Położnej”, no. 4, p. 32.

²⁴ Agrawal P. (2011), *Lekcja kangurowania*, „Magazyn Pielęgniarki i Położnej”, no. 6, p. 28.

w 25 tygodniu ciąży²⁵. Jest to istotne ze względu na negatywny wpływ wysokiego poziomu kortyzolu na układ odpornościowy. Kangurowanie uspokaja i zwiększa komfort noworodka. Wskazane jest zatem zwłaszcza w sytuacjach stresowych, najczęściej podczas różnorodnych procedur medycznych. Choć dziecko wymaga umieszczenia go w inkubatorze to kangurowanie wskazane jest tak często, jak tylko jest to możliwe i tak długo, ile się da. Próby kliniczne dowiodły, że np. podczas nakłucia pięty do pobrania krwi u wcześniaków w trakcie kangurowania akcja serca dziecka nie przyspiesza tak bardzo jak u dzieci pozostawionych w inkubatorze. I tak u dziecka kangurowanego przyspiesza o 8–10 uderzeń, zaś w drugim przypadku o 36–38 uderzeń na minutę²⁶. Zaobserwowano, że poza akcją serca także oddech jest stabilniejszy podczas kangurowania. Wyniki badań wykazują, że temperatura ciała dziecka niedonoszonego, a kangurowanego, wzrasta w trakcie tej terapii. Także masa ciała dzieci kangurowanych wzrasta znacznie szybciej niż u dzieci w inkubatorach.

Zdrowego noworodka można zacząć kangurować tuż po narodzeniu przez minimum 20 min. Pomoże to dziecku zaaklimatyzować się w nowym środowisku i poczuć się w nim bezpiecznie. Dziecko na oddziale intensywnej terapii niemowlęcej można kangurować wtedy, gdy jego stan jest stabilny. W warunkach szpitalnych dzieci najczęściej kangurowane są przez matki, czasami przez ojców. Jednak po wyjściu ze szpitala może to robić niemal każdy spokrewniony – rodzeństwo, dziadkowie, bywa, że także rodzic zastępczy²⁷.

Kangurowanie ma wpływ nie tylko na fizyczny rozwój noworodka, ale także na jego zachowanie. Jedną z najszybciej zauważalnych zmian ujawnionych podczas kangurowania jest uspokojenie się dziecka, zrelaksowanie oraz znacznie ułatwione zasypianie. Kangurowanie znacznie wydłuża sen dziecka i sprawia, że jest on spokojniejszy. Wśród noworodków kangurowanych fazy snu i fazy czuwania są bardzo zbliżone do faz snu dzieci donoszonych, zaś nie zaobserwowano tego w kontrolnej grupie dzieci pozostawionych w inkubatorach. Sen dziecka kangurowanego jest głębszy, przez co daje uczucie większego odpoczynku. Zatem po przebudzeniu z takiego snu dziecko jest bardziej wypoczęte niż po śnie w łóżeczku lub inkubatorze, a także chętniej je²⁸. Badania wskazują również, że dzieci te płaczą znacznie rzadziej, a jeśli to się zdarza, to trwa zdecydowanie krócej. Kangurowanie może mieć także pozytywny wpływ na zmniejszenie płaczu związanego ze stresem i bólem spowodowanym czynnościami medycznymi. W związku z tym kangurowanie jest zalecane w celu redukcji odczuwania bólu u wcześniaczych noworodków przez Amerykańską Akademię Pediatrii²⁹.

Kangurowanie powinno być ogólnie stosowaną metodą opieki nad noworodkiem. Dowody jego dobroczynnego wpływu są bowiem niezaprzeczone. Należy także zwrócić uwagę i podkreślić, jak bardzo wzmacnia ono rodzicielskie uczucia, daje satysfakcję z bycia rodzicem i z pełnionej opieki nad dzieckiem, ma pozytywny wpływ na kontakt z dzieckiem oraz przywiązanie do niego, a także daje rodzicom większą pewność siebie³⁰.

²⁵ Agrawal P., *Kangurowanie...*, op. cit., p. 32.

²⁶ Ibidem.

²⁷ Agrawal P., *Lekcja kangurowania*, op. cit., p. 28.

²⁸ Ibidem, p. 29.

²⁹ Agrawal P., *Kangurowanie...*, op. cit., p. 33.

³⁰ Ibidem, p. 34.

Chyba nie bez znaczenia natura jako pierwszemu pozwoliła rozwinąć się dotykowi. Budowanie więzi na bazie dotyku jest dla nas – rodziców – inwestycją w przyszłość. To wszystko, co damy dziecku, co mu przekazemy i sposób, w jaki to zrobimy, wróci bowiem w dorosłym życiu potomka i odzwierciedli się w jego relacjach z innymi, w poczuciu jego własnej wartości, w jego sposobie bycia i w tym, co ono dalej będzie przekazywało następnym pokoleniom.

Inną formą aktywizacji poprzez dotyk jest masaż. Dziecko w ciągu dziewięciu miesięcy życia płodowego jest bezustannie masowane przez płyn owodniowy. Po narodzinach i zderzeniu się z chłodnym i jaskrawym światem wciąż – a może jeszcze bardziej – potrzebuje bliskości, ciepła i dotyku. Niezbędnym dla prawidłowego rozwoju dziecka jest fizyczny kontakt z najbliższą mu osobą. Potrzebę dotyku doskonale zaspokajają się, głaszcząc, tuląc, kołysząc, a także masując dziecko. Jedną z form masaży, mającą duże znaczenie dla rozwoju układu nerwowego dziecka, jest stymulacja systemu taktylnego, czyli aktywizacja rozwoju mózgu i układu nerwowego poprzez stymulację receptorów dotyku³¹. Jest to swoisty środek komunikacji dziecka z rodzicami ułatwiający rozładowanie napięć, różnorodnych emocji oraz umożliwiający ujście potrzebom i pragnieniom dziecka.

Dla prawidłowego rozwoju dziecka niezbędne jest bogate sensorycznie środowisko zewnętrzne, które dostarczać będzie bodźców wszystkim zmysłom, zatem dźwięków, zapachów, wrażeń wzrokowych oraz dotykowych³².

Za pośrednictwem dotyku niemowlęta odbierają aż 80% bodźców. Dotyk przyspiesza lub ułatwia

występowanie wielu procesów fizjologicznych w organizmie, np. odporności, przyrostu wagi czy rozwoju motorycznego. Zaleca się zatem różne formy masaży do stosowania w kontakcie z niemowlęciem³³.

Podczas zabiegów pielęgnacyjnych, takich jak karmienie, mycie, ubieranie dostarczamy dziecku mimowolne wrażenia dotykowe. Dzieci żywo reagują na dotyk, zatem łatwo jest dostosować jego formę do potrzeb dziecka, obserwując jego reakcję. Stosowanie masaży u dzieci sprzyja rozwojowi mowy, usprawnia karmienie, sprzyja rozwojowi motorycznemu, a także dostarcza wielu wrażeń³⁴.

W różnych kręgach kulturowych na całym świecie dzieci masowane są przez matki. Od wieków wiadomym jest, że płaczące dziecko uspokaja się w objęciach najbliższej osoby, czule przez nią tulone i głaskane.

Masaż stosowany u niemowląt jest delikatnym głaskaniem ciała połączonym z równoczesnym lekkim uciskiem. Najważniejszy jest bezpośredni kontakt dziecka z rodzicami, w dalszej kolejności dopiero istotne są: pieśczośliwy dotyk, poznawanie się wzajemne, przekaz pozytywnych, ciepłych uczuć. Dotyk poprzez masaż ma być przekazaniem czułości oraz pieśczołoty³⁵.

Przypuszczalnie dzięki masażowi spada poziom stresu, a także reguluje się trawienie oraz metabolizm. „Dotyk wyzwała w organizmie samoistne reakcje hormonalne, między innymi stymuluje uwalnianie się endorfin, które nazywane są hormonami lub nośnikami szczęścia”³⁶. Masaż pobudza

³³ Ibidem, p. 17.

³⁴ Kielina J. (ed.) (2000), *Rozwój daje radość. Terapia dzieci upośledzonych umysłowo w stopniu głębokim*, Gdańsk, p. 78.

³⁵ Schonober-Sen M. (1997), *Masaż niemowląt. Poradnik dla młodych rodziców*, Warszawa, p. 6.

³⁶ Giczewska A., *Fenomen...*, op. cit., p. 37.

³¹ Giczewska A., *Fenomen...*, op. cit., p. 5.

³² Ibidem, p. 9.

także krążenie krwi w organach wewnętrznych, mięśniach oraz skórze dziecka. Ma ponadto duży wpływ na prawidłowe oddychanie oraz funkcjonowanie serca. Dzięki temu, iż wspomaga rozwój przewodu pokarmowego, masaż jest szczególnie wartościowy i skuteczny dla dzieci cierpiących na kolikę³⁷.

Siłę dotyku podczas masażu należy dostosować do wieku dziecka, jego potrzeb i możliwości. Ruchy osoby masującej powinny być spokojne i rytmiczne, nacisk na ciało ma być pobudzający, lecz równocześnie delikatny. Dotyk musi być ciepły i jednocześnie stanowczy, by przyniósł oczekiwane efekty. Pokój, w którym wykonujemy masaż, musi być odpowiednio ogrzany i przytulny dla dziecka. Zaleca się masaż przy spokojnej, relaksacyjnej muzyce, można także śpiewać kołysanki czy mówić wierszyki. Początkowo wykonuje się masaż przez ubranko, by zapewnić komfort i rozluźnienie, by dziecko nie przestraszyło się i nabrało zaufania do osoby masującej³⁸.

W trakcie masażu konieczne jest, aby z dzieckiem rozmawiać, utrzymywać kontakt wzrokowy, mieć uśmiechniętą i pogodną twarz, dzięki czemu wzmacniamy istniejące zaufanie dziecka do nas. Masując, nazywajmy części ciała, których dotykamy i objaśnijmy dziecku, co robimy. Rodzice czy też inne osoby wykonujące masaż u dziecka bez wątplenia muszą być także odprężone i spokojne, bowiem ich zdenerwowanie i napięcie łatwo może udzielić się maluchowi. Myśli oraz cała nasza energia musi być skupiona wyłącznie na dziecku³⁹. Istnieje jednak szereg przeciwwskazań do wykonywania masażu u dziecka i należy o nich

pamiętać. Wśród nich są: wysoka temperatura, obfita biegunka, krwotoki, rany i skaleczenia, zapalenie węzłów chłonnych, choroby zakaźne połączone z wysypką, zmiany skórne, wady serca⁴⁰.

Najważniejszym i podstawowym założeniem masażu niemowląt jest wykonywanie go płynnie, spokojnie i delikatnie. Jeśli napotkamy na opór ze strony dziecka, jakkolwiek sygnał dający nam znać, że dziecku się to nie podoba, odrzucmy tę formę. Pozwólmy, aby to dziecko nami kierowało, aby wskazywało nam ruch, formę i siłę dotyku. Obserwujmy reakcję, by mieć pewność, że wybraliśmy dobre ćwiczenie i stosujemy je z odpowiednią intensywnością⁴¹. Wykonując masaż, uczymy się jednocześnie mowy ciała dziecka, starajmy się ją rozumieć i reagować adekwatnie do wysyłanych przez dziecko sygnałów. Delikatnie dotykając, odnajdujemy zbyt napięte mięśnie dziecka i możemy pomóc je rozluźnić. Natomiast w przypadku dzieci nadpobudliwych, energicznych i niespokojnych masaż może złagodzić wiele napięć, ułatwić zasypianie oraz zapewnić spokojny sen⁴². Dziecko bardzo szybko się uczy i rozumie, że dotyk ten jest przyjemny i przynosi odprężenie, zatem z reguły po krótkotrwałym zapoznaniu się z nim, łatwo go akceptuje.

Masaż można wykonywać u wszystkich dzieci. Zróżnicowaniu może ulegać jego intensywność oraz czas, w jakim jest wykonywany. W przypadku noworodków nie powinien przekraczać dziesięciu minut, a jego forma musi być jak najbardziej łagodna. Im dziecko starsze, tym masaż może być coraz bardziej intensywny, a czas jego trwania może być stopniowo wydłużany. Dziecko podczas masażu

³⁷ Schonober-Sen M., *Masaż...*, op. cit., p. 8.

³⁸ Giczewska A., *Fenomen...*, op. cit., p. 71.

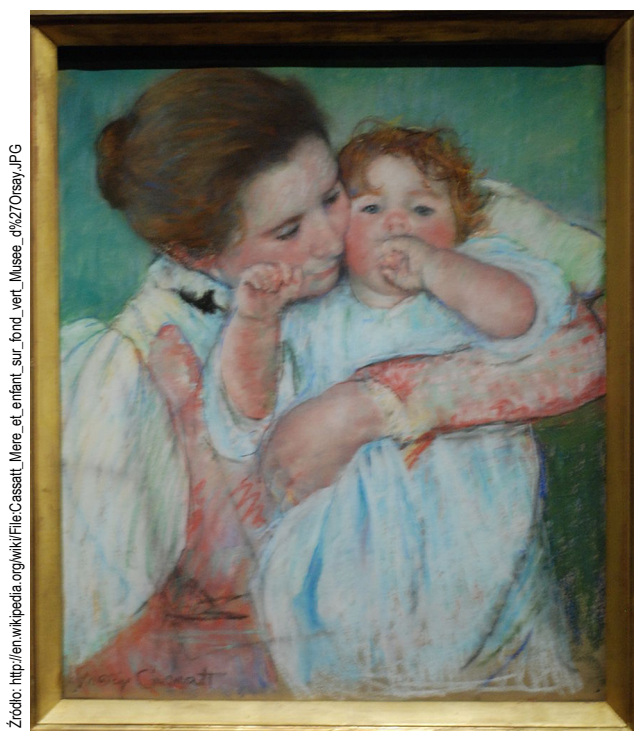
³⁹ Zeiss G. (1997), *Gimnastyka dla maluchów. Ćwiczenia, masaż, pływanie*, Warszawa, p. 29.

⁴⁰ Giczewska A., *Fenomen...*, op. cit., p. 74.

⁴¹ Schonober-Sen M., *Masaż...*, op. cit., p. 10.

⁴² Zeiss G. (1997), *Gimnastyka...*, op. cit., p. 27.

nie powinno być głodne ani zmęczone. Nie jest wskazane wykonywanie masażu bezpośrednio po posiłku. Czas masażu powinien być czasem poświęconym wyłącznie dziecku, żadne czynniki zewnętrzne nie powinny go przerwać ani zakłócić⁴³. Najlepszą porą na masaż jest wieczór, kiedy to po całym dniu dziecko potrzebuje odprężenia i wyciszenia; zrelaksowane łatwiej zaśnie i będzie miało spokojniejszy i głębszy sen.



Mary Cassatt, *Matka i dziecko na zielonym tle* (1897)

Dzięki delikatnemu masażowi dziecko otrzymuje od rodziców poczucie bezpieczeństwa i miłości oraz odprężenie i wyciszenie. Dzieci masowane są bardziej chłonne wiedzy i łatwiej odprężają się w trudnych sytuacjach niż te, które pozbawione były tej formy kontaktu w okresie wczesnego dzieciństwa⁴⁴.

Okazuje się, że poprzez dotyk możemy skutecznie wspierać rozwój dziecka. Nie zawsze musimy

mieć specjalne przygotowanie czy przeszkolenie, by pomóc naszym dzieciom. Czasami wystarczą tylko dwie ręce i umiejętnie wykorzystane ciało.

Jedną z metod wykorzystujących dotyk w terapii jest metoda holding, stosowana w leczeniu autyzmu. Jako że wciąż choroba ta nie została do końca odkryta, twierdzi się, że najprawdopodobniej w ogóle nie istnieje jeden uniwersalny czynnik ją wywołujący ani też występujący w każdym przypadku choroby⁴⁵. Dlatego niełatwo znaleźć najlepszą skuteczną metodę leczenia. Każda kolejna przynosiła pewne pożądane skutki, jednak tylko odnośnie poszczególnych jednostek. Do dziś nie istnieje jedna podstawowa i uniwersalna dla wszystkich forma leczenia autyzmu, a rodziny dzieci nim dotkniętych chwytają się różnorodnych metod.

Wśród różnych form terapii dotyczących autyzmu wyróżniamy terapię holding (ang. *hold* – trzymać), która najbardziej spośród wszystkich związana jest z dotykiem. Przez wiele osób wybrana jako słuszna i skuteczna, przez równie wiele jako kontrowersyjna.

Opracowana została w 1983 roku przez Martę Welch. Autorka oparła ją o własne doświadczenia terapeutyczne w pracy z dziećmi mającymi zaburzenia reakcji emocjonalnych. Zasadniczym celem tej terapii jest przełamanie strachu przed kontaktem z matką oraz przywrócenie więzi emocjonalnej pomiędzy dzieckiem a matką lub całkowite jej stworzenie w przypadku, gdy nigdy nie doszło do jej utworzenia. Metoda ta polega na wymuszeniu kontaktu fizycznego na dziecku⁴⁶.

⁴⁵ Pisula E. (2000), *Autyzm u dzieci. Diagnoza, klasyfikacja, etiologia*, Warszawa, p. 90.

⁴⁶ Bobrowicz-Lewartowska L. (2007), *Autyzm dziecięcy. Zagadnienia diagnozy i terapii*, Kraków, p. 95.

⁴³ Ibidem.

⁴⁴ Zeiss G., *Gimnastyka...*, op. cit., p. 26.

Sesja holdingu składa się z trzech następujących po sobie faz: konfrontacji, odrzucenia oraz rozwiązania. W trakcie całej sesji matka trzyma dziecko na kolanach twarzą w twarz. Dziecko ma obejmować matkę pod jej ramionami, ta natomiast ma przytrzymywać dziecku ręce tak, aby nie wyrwało się, gdy będzie chciało uciec, uderzyć ją lub siebie. Matka musi także dłońmi skierowywać twarz dziecka ku sobie, by nieustannie utrzymywać kontakt wzrokowy. Bywa, iż w takiej sesji bierze także udział ojciec lub inna bliska osoba. Zasadniczą rolę odgrywa tu jednak matka, inne osoby mogą ją jedynie dodatkowo obejmować, by dodać jej otuchy i wsparcia. Zadaniem terapeuty w trakcie tego typu terapii jest zachęcenie matki do tego, aby głośno wyrażała swoje uczucia. Matka nie może wtedy hamować swych emocji, nawet jeśli wyrażone są poprzez płacz czy gniew⁴⁷.

Podczas sesji holdingu dziecko musi stawić czoło uczuciom swoim i matki, lękowi i przyjemności, które wynikają z kontaktu z nią. Dziecko odczuwa brak stałości emocjonalnej, lecz mimo to pod żadnym pozorem nie należy przerywać sesji, gdyż tylko doprowadzenie jej do końca przyniesie pożądany efekt. Najogólniej mówiąc, holding opiera się na tworzeniu warunków jak najbardziej sprzyjających kontaktowi fizycznemu między rodzicami a dzieckiem autystycznym⁴⁸. Warunkiem skuteczności holdingu jest nieprzerwany kontakt matki z dzieckiem w trakcie całej sesji terapeutycznej⁴⁹. Holding jest formą, która wymusza cielesny kontakt z rodzicem, najczęściej matką⁵⁰.

⁴⁷ Ibidem, p. 96.

⁴⁸ Dykcik W. (ed.) (1994), *Autyzm. Kontrowersje i wyzwania*, Poznań, p. 127.

⁴⁹ Bobkowicz-Lewartowska L., *Autyzm...*, op. cit., p. 96.

⁵⁰ Dykcik W. (ed.), *Autyzm...*, op. cit., p. 128.

Metoda ta odnosi się do podstawowego człowieczego instynktu, jakim jest symbiotyczna więź matki z dzieckiem. Zakłada ona, że więź ta została uszkodzona i dąży do jej przywrócenia. Choć wiadomo, iż zaburzenie więzi między matką a dzieckiem nie jest bezpośrednią przyczyną autyzmu, to propagatorzy tej metody twierdzą, iż może być ona powiązana z innymi przyczynami oraz skutkami autyzmu, a dalszym efektem zaburzenia więzi może być lęk blokujący rozwój dziecka⁵¹.

Terapia holding nie jest jednoznacznie pozytywnie oceniana tak przez rodziców, jak i w gronie profesjonalnych terapeutów. Jest ona bowiem postrzegana jako metoda na skraju przemocy fizycznej wobec dziecka, co wzbudza duże kontrowersje. Istnieją ośrodki, które działają w oparciu o tę terapię. Marta Welch w 1978 roku otworzyła w Greenwich w Stanach Zjednoczonych Mothering Centre, gdzie podstawową metodą stosowaną w terapii jest właśnie metoda holding. W Polsce terapia ta zaistniała dzięki profesor Hannie Jaklewicz, jej naukowej oraz terapeutycznej działalności oraz poprzez powstałą na przełomie 1989 i 1990 roku fundację „Synapsis”, działającą na rzecz dzieci oraz osób dorosłych dotkniętych autyzmem, a także ich rodzin⁵².

Warto zwrócić uwagę na terapie z wykorzystaniem dotyku, jakimi są różne formy animaloterapii. Najpopularniejszą z nich jest dogoterapia. Pies jest zwierzęciem, które człowiek najczęściej wybiera jako swojego towarzysza i przyjaciela. Na przestrzeni lat pies stał się symbolem wierności, przyjaźni i oddania. Wielokrotnie bywa sprawcą uśmiechu dziecka, dowartościowania i oparcia w chwili smutku, ratunkiem dla samotności.

⁵¹ Ibidem, p. 24.

⁵² Bobkowicz-Lewartowska L., *Autyzm...*, op. cit., p. 95.

Temperatura ciała psa jest o 1°C wyższa od temperatury ludzkiego ciała. Jego sierść daje poczucie miękkości. Przyjemność, jaką niesie ze sobą dotykanie psa, wtulanie się w niego sprzyja relaksowi i rozluźnieniu mięśni⁵³. Dzieci znacznie chętniej przytulają się całym ciałem do psa, który daje im bezpieczeństwo. Jednak i my, dorośli, pozwalamy wchodzić naszym psom do łóżek, kłaść pysk na kolanach. Pies jest wobec nas szczery, niczego nie udaje, spontanicznie wyraża to, co czuje, angażując całego siebie. Beata Kulisiewicz, propagatorka dogoterapii, wskazuje na pięć podstawowych powodów, które tłumaczą doskonałość w pełnieniu roli przyjaciela oraz terapeuty przez odpowiednio wyszkolonego psa:

1. Pies nas nigdy nie ocenia, lecz zawsze akceptuje takimi, jakimi jesteśmy, z naszymi wadami i niedoskonałościami.
2. Pies nigdy nie wyznacza nam żadnych granic oraz nie narzuca żadnych reguł, reaguje w każdej chwili na próbę podjęcia zabawy, na każdy sygnał, zgadza się na wszystkie pomysły dziecka, z którym się bawi, słucha go i reaguje na nie.
3. Pies niczego nie oczekuje, lecz wszystko daje – pysk do pogłaskania, całe ciało do przytulenia, pozwala ciągnąć się za uszy itp.
4. Pies niczego nie zabrania, lecz na wszystko pozwala – np. wkładać rączkę do pyska i zabierać zabawki.
5. Pies kocha nas miłością bezwarunkową, nie musimy spełniać żadnych warunków, aby pies był naszym przyjacielem. Jest z nami na dobre i na złe⁵⁴.

⁵³ Kulisiewicz B. (2007), *Witaj, piesku! Dogoterapia we wspomaganie rozwoju dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych*, Kraków, p. 14.

⁵⁴ Ibidem, p. 15–16.

Terapia z psem opiera się głównie na nawiązaniu z nim psychicznej więzi, która ma olbrzymi wpływ na pozytywny rozwój psychospołeczny dziecka. Rezultaty terapii są dość szybko osiągnięte, a jej przebieg jest bardzo prosty. Głębokie odprężenie psychiczne i relaks, jaki chory osiąga w kontakcie z psem, bez wątpienia motywuje go do walki z chorobą. Wyjątkowa cierpliwość, jaką wykazuje zwierzę, jego spokój i całkowite oddanie sprawiają, iż u chorego wzrasta energia i siła do podjęcia fizycznego wysiłku niezbędnego do ćwiczeń. Wydłuża się także czas ich trwania, co bez wątpienia sprzyja poprawie zdrowia. Pies wprowadza w proces terapii spontaniczność, poczucie bezpieczeństwa i radość⁵⁵.

Najczęściej więzi powstałe między psem a chorym stanowią dla tej osoby uzupełnienie braków i deficytów w kontaktach interpersonalnych. Jeśli osoba poddana terapii wykazuje zaburzenia o podłożu emocjonalnym, ma to wówczas szczególne znaczenie. Zajęcia z udziałem zwierząt skierowane są zarówno do dzieci chorych, jak i zdrowych. Terapia z udziałem zwierząt często stosowana jest w pracy z dzieckiem niepełnosprawnym. Najczęściej animaloterapię stosuje się wobec dzieci z następującymi deficytami rozwojowymi: porażeniem mózgowym, zaburzeniami rozwoju w sferze motoryki, niedowładem kończyn, zanikiem mięśni, zespołem dziecka wiotkiego, zespołem Downa, autyzmem, ADHD ze wskazaniem na zaburzenia koncentracji uwagi oraz ze wskazaniem na nadpobudliwość psychoruchową, opóźnieniem umysłowym, a także niestabilnością emocjonalną⁵⁶.

⁵⁵ Franczyk A., Krajewska K., Skorupa J. (2007), *Animaloterapia. Program przedszkolnego Klubu Animals Cztery Łapy*, Kraków, p. 25.

⁵⁶ Ibidem, p. 28.

Terapia ze zwierzętami jako jedna z metod pracy z dziećmi niepełnosprawnymi dostosowywana jest do indywidualnych potrzeb i możliwości pacjenta, wspomagając jego rehabilitację. Dzięki ciepłu zwierząt osoba rehabilitowana może się wyciszyć oraz zrelaksować. Pogodne usposobienie zwierzęcia i jego otwartość na człowieka jest niezbędnym warunkiem do pracy z dzieckiem niepełnosprawnym zarówno w sferze intelektualnej, jak i ruchowej. Wszelkiego rodzaju wspomaganie rozwoju potrzebne jest każdemu dziecku. Dzieciom zdrowym pomaga rozwinąć dodatkowe zdolności oraz talenty, natomiast dzieciom niepełnosprawnym – choć częściowo dogonić rówieśników i lepiej funkcjonować w życiu codziennym⁵⁷.

Dziecko w trakcie terapii ze zwierzęciem zdobywa nowe umiejętności, nabywa doświadczenia, uczy się współdziałania z innymi istotami żywymi, wiedząc przy tym, że jest bezpieczne. Metody pracy można łączyć ze sobą tak, aby były jak najlepiej dopasowane do indywidualnych potrzeb dziecka. Można je także urozmaicać o elementy różnych programów, np. o elementy terapii bajką lub różne techniki relaksacyjne. Niezmiennym jednak w każdej z form terapii musi być zapewnienie poczucia bezpieczeństwa dziecka, stworzenie życzliwej atmosfery oraz skutecznie realizowana zasada akceptacji⁵⁸.

Zajęcia indywidualne ze zwierzęciem budują w dziecku motywację, w pewien sposób przygotowują do pełnienia różnorodnych ról społecznych, pomagają przełamać bariery oraz lęki, a także nauczyć świadomości samego siebie oraz kładą podwaliny do zabawy z rówieśnikami⁵⁹. Kontakt

ze zwierzęciem sprawia dziecku radość i wywołuje uśmiech na jego twarzy. Emocje związane z kontaktem z psem są niewątpliwie pozytywne. W rodzinach, których członkiem jest dziecko niepełnosprawne, panuje zazwyczaj niestabilność emocjonalna. Każde bowiem postępy w rozwoju dziecka wywołują radość i euforię, natomiast ich brakowi towarzyszy smutek i żal. Zajęcia terapeutyczne wywołujące pozytywne emocje odgrywają zatem bardzo dużą rolę. Bez wątpienia do zajęć takich można zaliczyć terapię ze zwierzęciem, głównie dogoterapię. Dlatego należy umożliwić dziecku jak najczęstszy kontakt z psem⁶⁰.

Oddziaływania terapeutyczne mogą dotyczyć różnych sfer rozwoju psychomotorycznego. Często zaburzenia dotyczą motoryki małej i dużej. Mała motoryka to wykonywanie drobnych ruchów, zatem przede wszystkim posługiwanie się ręką oraz manipulacja z tym związana. „Ręce służą do poznawania dotykowego przedmiotu, manipulowania nim, są nośnikami informacji, współdziałają i koordynują wiele procesów w życiu codziennym”⁶¹. To właśnie ręce, dzięki temu, że mogą dotykać i doświadczać, umożliwiają uczenie się. Spotkania z psem pozwalają na wykorzystanie wielu ćwiczeń mających na celu usprawnienie motoryki małej, bez większego wysiłku ze strony dziecka.

Pies we wspomaganie rozwoju i terapii dziecka może pełnić bardzo ważną rolę. Jako towarzysz zabaw oraz podczas wykonywania ćwiczeń zawsze wykazuje zainteresowanie dzieckiem i tym, co ono robi. Jest tolerancyjny, co sprawia, że dziecko czuje się bezpiecznie oraz chętniej nawiązuje kontakt. Dziecko układa psu zadania i opowiada

⁵⁷ Kulisiewicz B. (2007), *Witaj, piesku...*, op. cit., p. 17.

⁵⁸ Ibidem, p. 34.

⁵⁹ Ibidem, p. 35.

⁶⁰ Bekasiewicz N. (ed.) (2008), *Czy zwierzęta potrafią leczyć? Terapie z udziałem zwierząt wspomagające rehabilitację osób niepełnosprawnych*, Warszawa, p. 63.

⁶¹ Ibidem, p. 70.

mu o swoich spostrzeżeniach, nigdy przy tym nie napotykać na opór i negację. Dziecko mówi psu wierszyk, który wielokrotnie powtarzając, opanowuje na pamięć, liczy łapy psa, odrysowuje ich ślady... Pies jest dla dziecka partnerem w zabawie, powiernikiem jego tajemnic, bo całkowicie akceptuje uczucia dziecka. Ćwiczenia wykonywane z psem trwają dłużej, bowiem dziecko bardziej skupia się na zabawie ze zwierzęciem niż na samych ćwiczeniach z terapeutą, zatem mogą one przynieść trwalsze efekty⁶².

Dzisiejsza cywilizacja oddzieliła nas od świata przyrody, który zastąpiły komputery. Może gdybyśmy częściej i bardziej intensywnie obcowali z naturą, mniej byłoby chorób cywilizacyjnych? Jeszcze nie tak dawno przecież świat o nich nie słyszał. Może granicą ich powstania jest właśnie chwila, w której zamiast beztrioskiej zabawy z psem na podwórku wybraliśmy grę komputerową? Zawszą straszą ptasią grypą, choroba wściekłych krów itp., a jakoś nie wyginął dotąd gatunek ludzki. Mało tego, przecież dzieci wiejskie, które każdego dnia stykają się ze zwierzętami, są zdrowsze i rzadziej dopadają je alergie niż dzieci z wielkich miejskich aglomeracji, które żyją w sterylnym świecie i nie mogą nawet przytulić się do psa, bo jest brudny. Może wystarczy, że przypomnimy sobie prostą oczywistość, że i my należymy do świata zwierząt?

Jak się okazuje dotyk nie jest tylko zwykłym zmysłem, z którym kojarzymy powierzchnię ciała ludzkiego. Jest zmysłem, bez którego ciało ludzkie nie mogłoby normalnie funkcjonować, bez którego niemożliwy stałby się odbiór rzeczywistości.

⁶² Kulisiewicz B., *Witaj, piesku!...*, op. cit., p. 18.

Beata Zagórska

Lodz, Poland

beatab_83@o2.pl

Keywords: senses, touch, child development, therapy

The Significance of Touching as Support of Child Development and its Application in Selected Therapies

Abstract

The publication focuses on touch as one of human senses. It aims at presenting the importance of touch for human being, both in the course of natural development, but also as a support in therapies. It shows straightforward ways to support child in the development and experiencing the world. The role of touch from the earliest prenatal stages cannot be underestimated. The article guides the reader through methods, such as e.g. massage, which will help every parent, not only professionals, support the development of their children. The article also emphasises the role of touch in everyday relations with domestic animals, dogs in most instances. The author proves that it is not necessary to seek professional help. Most often the simplest means and methods are sufficient to support the development of a child.

Beata Zagórska – since 2008 has been employed as a child daycare worker at Municipal Nursery. In 2012 obtained M.A. degree in „School Pedagogy and Pedagogical Therapy” at Pedagogical Academy in Lodz.