

lo Sviluppo Psicomotorio del bambino da 0 a 12 mesi e oltre



Silvia Colombini

Pedagogista e IBCLC

www.latte-materno.com

Il significato profondo dello Sviluppo infantile

Per capire come conoscere e favorire lo sviluppo motorio del bambino è utile soffermarsi prima di tutto, sul concetto stesso di “sviluppo”.



Sciogliere un viluppo (termine esatto da cui deriva la parola s-viluppo) è di per sé un'azione complessa. Quante volte ci è capitato di dover sbrogliare una matassa e imbattersi negli stretti nodi che si incontrano nel percorso! E' un processo lungo, che prevede pazienza, lentezza di movimenti, precisione, ma anche e soprattutto, molta attenzione a non peggiorare le cose. Se si interviene in modo sbagliato, stratonando, tirando e agendo con troppa fretta, si rischia di creare nuovi nodi o strappare il filo stesso della matassa. Se invece si agisce piano piano, osservando il più possibile da lontano l'intero andamento delle curve e dei nodi del filo da sbrogliare, è più facile capire da dove iniziare, sciogliendo lentamente i vari nodi, lasciando che il filo stesso ritrovi una forma in modo spontaneo, “**manifestandosi dal suo proprio interno**” (Definizione di *sviluppo*, Treccani)

Ed è bellissimo sapere che lì dentro, dentro a quella piccola matassina, c'è già tutto. C'è il germe di ogni cosa. E che tutto parte dal suo proprio interno, dal bimbo stesso! L'accrescimento del bambino, quindi, di fatto, si sbrogia da solo. O, meglio, non si sbrogia affatto, bensì si manifesta, insorge e si mostra al mondo. **Come se una piccola matassa di potenzialità immense avesse dimora nel cuore e nelle viscere del piccolo essere umano, fin dal concepimento, e lentamente, con attenzione, destrezza e pazienza infinita, si srotolasse giorno dopo giorno, manifestando le sue specifiche caratteristiche.** Ed è così che a noi si manifesta, giorno dopo giorno, la matassa del nostro bambino. Con movimenti nuovi e meravigliose competenze che si rendono visibili ai nostri occhi e al nostro cuore, senza che noi ne abbiamo merito o responsabilità particolari.

Semplicemente, lasciando che sia.

Come favorire lo sviluppo motorio del bambino

Il nostro unico compito è garantirgli la possibilità di manifestare quella sua matassa senza intricarla. Senza tirare, forzare, intervenire. Ma preparando un terreno libero, sgombro da nodi e intrecci troppo stretti, sgombro da oggetti avvinghianti nei quali la matassa rischierebbe solo di aggrovigliarsi senza poter proseguire il suo corso.

Questo solo dobbiamo fare: creare possibilità, spazio e lasciare che sia.

Noi crediamo di dover “insegnare” al bambino a muoversi, a gattonare e camminare, ma ci dimentichiamo che queste competenze sono innate nel cucciolo dell'uomo e che **è la Vita stessa che li spinge verso il raggiungimento di tali tappe.** I bambini infatti sono

bravissimi a sciogliere la loro matassa senza creare nodi, o a superare i piccoli naturali aggrovigliamenti che talvolta si creano. **I bambini sanno già come fare.**

Appena nati i **riflessi innati** li accompagnano al nutrimento e alla fonte del loro amore primario. Il Breast Crawl per il quale sono predisposti, li orienta all'avvio dell'allattamento e della relazione mamma/bimbo. Nei mesi a venire, ogni movimento innato, viene poi sperimentato mille e mille volte. Viene interiorizzato, affinato, perfezionato, fino a quando diventa ormai perfettamente assodato e quindi utile alla creazione di un movimento ancora più complesso e funzionale al raggiungimento di nuovi obiettivi.

Man mano che i bambini raggiungono una qualsiasi tappa del loro sviluppo motorio e acquisiscono una certa competenza, infatti, per un certo periodo di tempo, tendono a sperimentarla infinite volte, fino a quando non percepiscono di averla davvero acquisita e padroneggiata.

Se gli adulti non intervengono a sollecitare o anticipare movimenti propri di fasi successive, i bimbi si sentiranno sempre pronti a sperimentare cose nuove, non si troveranno quindi in situazioni di disagio, di insicurezza o di pericolo. Non si creeranno, cioè, quei nodi indistricabili che interferiscono e minano lo sviluppo fisiologico ed equilibrato del piccolo.

FOCUS: RIFLESSI INNATI DEL NEONATO

Il neonato alla nascita è dotato di alcuni riflessi arcaici o primitivi, che si manifestano già durante la gestazione e che vanno ad estinguersi gradualmente, di solito entro il 6 mese di vita. Sono *riflessi fondamentali per lo sviluppo psicomotorio* del bambino e funzionali all'iniziale adattamento alla vita extrauterina. Ma hanno anche un'altra funzione, quella orientare alla ricerca di qualcosa/qualcuno. Sono, per così dire, *predisponenti ad una relazione, ad un contatto*, con la fonte di nutrimento corporeo ed emotiva per eccellenza, e cioè la mamma e il suo seno.

Scopri quali sono e che significato hanno per la relazione di attaccamento mamma/bambino:

<http://latte-materno.com/riflessi-neonatali-legame-attaccamento>

Cosa può fare quindi un genitore di fronte alla crescita psicomotoria del suo bimbo?

La cosa migliore che un genitore può fare è liberare il campo. **Lasciare quindi il tempo e lo spazio affinché i riflessi e le competenze innate del bambino possano districarsi e manifestarsi.**

Vediamo nel dettaglio qualche suggerimento:

Abbigliamento: si dovrebbe lasciare il più possibile il bimbo scoperto e libero nei movimenti. Niente colletti, tessuti rigidi, cappucci, camicine complicate. Perfetta la tutina intera senza piedini, meglio scalzo o con calzine antiscivolo. Le scarpine rigide vanno bene solo per camminare all'aperto e quando è già abbastanza sicuro.

Ambiente: Il bambino deve essere libero nei movimenti, non costretto in posizioni rigide e statiche o in oggetti che gli impediscono la scoperta del proprio corpo e dei propri



movimenti. Dovrebbe poter avere a disposizione uno **spazio sufficientemente ampio** (anche un paio di metri quadri possono essere un buon punto di partenza), e piuttosto **rigido** in modo tale da non affondare e infossarsi nel supporto. Una moquette o un normale tappeto un po' spesso, o un tappeto gommato, con trapunta sopra sono ottimi. La gommapiuma è eccessivamente morbida invece. I cosiddetti tappeti/gioco non sono ideali per questo scopo. sono spesso troppo piccoli o "ingabbiano" il piccolo a ripetere sempre solo le stesse azioni (previste dal tappeto). Possono

essere utili se appoggiati sopra al tappeto più grande, magari in un angolo, e non sempre. Oppure, si possono usare, solo se sono tappeti gioco davvero molto grandi, piuttosto piatti, che nascondano attività ed oggetti da esplorare, ma non a scapito dello spazio libero e neutro nel quale il bambino possa essere davvero libero di muoversi come vuole. (questo genere di tappeti/trapunte sono spesso realizzati in casa, a mano).

Oggetti: meno sono e meglio è. **Liberare il bambino da ovetto, sdraiette, palestre con incorporata la seduta, cuscini poggiatesta, o cuscini a ciambella sorreggi corpo. Girelli o carrellini.** Alcuni di questi possono essere utili, ma solo se usati con molta parsimonia e nel momento giusto. Più il bambino è libero meglio è. Non ha necessità di nessuno di questi oggetti. Il luogo più sicuro dove può stare è generalmente a terra. In un ambiente normalmente pulito e riscaldato. Ma nulla di più. Può sperimentare qualsiasi movimento senza rischiare di cadere (sono frequentissime le cadute dal divano o dal lettone...) né farsi male. E ha una visuale molto ampia e varia che non lo annoia ma anzi lo stimola a scoprire di più, a muoversi di più.

In generale nessun oggetto dovrebbe mai essere usato per anticipare una competenza. Se il neonato è in grado solo di stare sdraiato non dovrebbe stare racchiuso in una sdraietta che lo fa stare semiseduto. Se un piccino non sa ancora camminare o tenersi in piedi da solo, senza aiuto, non dovrebbe stare in un girello che lo costringe in una posizione che ancora non gli appartiene. Per quanto apparentemente il bambino possa godere di queste condizioni, che lo esaltano e lo incuriosiscono, esse rischiano di creare più danni che altro. **Non essendo una posizione o una competenza già raggiunta in modo autonomo, una volta mancante l'oggetto facilitatore, il bambino non sarà in grado di mantenerla in modo sereno e adeguato.** Un bimbo abituato a sedere su una sdraiata, rischierà di voler stare seduto anche senza di essa in una fase troppo precoce del suo sviluppo. ci proverà, cercando però quell'appoggio sulla schiena, che normalmente non potrebbe avere. Il rischio è che perda continuamente l'equilibrio all'indietro e che picchi la testa all'indietro per mancanza di controllo dei muscoli dorsali mai allenati.

Posizioni: in generale è utile sapere che per ogni tappa evolutiva, per ogni età del bimbo, ci sono delle **posizioni** cosiddette **statiche fondamentali**, punto di partenza per una serie di altri movimenti (anche di motricità fine) o spostamenti. (Ad esempio dalla posizione a pancia in su, il bambino può scoprirsi i piedini e giocare con essi rimanendo

nello stesso posto, oppure può strisciare sul dorso fino anche a compiere una rotazione di 180° facendo perno sulla testa). Questa considerazione è importante perché ci aiuta a non anticipare o interferire nello sviluppo progressivo di questo andamento. Andamento che condurrà un neonato, posto in posizione supina, dapprima a rotolare, strisciare, poi a gattonare, a mettersi seduto da solo, a stare in piedi, camminare, correre, salire le scale, saltare... Anche in questo, meno si interviene e meglio è. **E, per non sbagliare, può essere utile, appoggiare sempre il bambino in posizione supina, a terra. Sarà lui stesso, a seconda delle sue competenze e della fase di sviluppo raggiunta, a modificare, più o meno velocemente, questa posizione di partenza per poi mettersi nella posizione che più gli aggrada o gli è consona in quel preciso momento.** I concetti fondamentali dunque sono quello di *assecondare le posizioni e lo sbrogliarsi fisiologico delle posizioni che seguono il loro andamento innato. E lasciare il bambino libero* di scegliere in quali posizioni muoversi e giocare, senza interventi finalizzati alla correzione di posture assunte spontaneamente o alla anticipazione di posizioni che da solo non è in grado di mantenere. **Ogni volta che ponete il vostro bambino in una determinata posizione chiedetevi sempre se sarebbe in grado di mantenerla da sola senza aiuto. Se la risposta è no, allora evitate di metterlo così.** (ad esempio evitate di appoggiarlo a terra seduto se ancora non sa stare eretto con il busto da solo e tende a piegarsi troppo in avanti o a cadere all'indietro)

Le principali tappe di sviluppo psicomotorio nel primo anno di vita

Il neonato da 0 a 3 mesi

I primi movimenti e le prime esplorazioni il bambino le compie tra le braccia della mamma. La prima cosa che li spinge al movimento è l'istinto di suzione. Già appena nati i piccoli, se lasciati liberi di farlo, appoggiati sul dorso materno iniziano i primi movimenti di strisciamento e di "gattonamento" verso il capezzolo materno. Da soli, in totale autonomia, nel giro di un'ora tutti i neonati, posti nelle condizioni giuste per farlo ed in buona salute, sono in grado di raggiungere da soli il capezzolo della madre e di succhiare al suo seno. Nei primi tre mesi questo movimento si affina e si interiorizza sempre di più. Ad ogni poppata il bambino impara e sperimenta il contatto, il senso dell'equilibrio e del contenimento, la lateralizzazione e la coordinazione oculo-motoria. Ogni volta che la madre lo allatta, il bambino la osserva, sposta la testa e lo sguardo verso di lei, cerca di toccarla e di afferrare il seno, la collana, le mani. Sperimenta l'esistenza di un mondo al di fuori di sé, al di fuori del seno.

Quando viene lasciato libero di muoversi, a terra o sul fasciatoio, egli ripete gli stessi gesti appresi tra le braccia della mamma. Impara così a riconoscere le sue stesse mani e a seguirne i movimenti spontanei, portandosela alla bocca e cercando giorno per giorno di coordinare in modo sempre più preciso e volontario questi suoi movimenti.

Suggerimenti: iniziare ben presto ad intrecciare con il neonato quel dialogo fatto di sguardi, carezze, sorrisi, vocalizzi che lo aiutano ad arricchire e sperimentare le sue competenze. **Lasciatelo spesso tra le braccia e permettetegli di esplorare il vostro corpo,** gli oggetti che indossate, mostrategli le vostre mani, lasciate che le afferri, le "assaggi" per conoscere meglio il mondo che lo circonda. Massaggiate e passate tanto

tempo al fasciatoio, imparando a sfruttare le potenzialità offerte dalla natura ad ogni cambio

FOCUS: IL FASCIATOIO



Dopo le braccia di mamma, il fasciatoio è il primo contesto nel quale il neonato sta nei suoi momenti di veglia. **E' uno dei principali luoghi di osservazione e interazione vis a vis mamma/bimbo. E' luogo di crescita, accudimento e relazione.**

Mentre la mamma cambia il pannolino lo sguardo del piccolo è fisso su di lei. Lei gli sorride, gli parla, gli spiega cosa sta facendo, lo osserva e si innamora di ogni singola piega della sua pelle. Lui gorgheggia, sgambetta, sorride a sua volta. E l'attaccamento si rinforza. Giorno per giorno. Ad ogni cambio.

Attraverso le azioni che la mamma compie sul e con il bambino, la danza d'amore che li unisce si esplicita in movimenti, gesti, sorrisi, parole che assumono una valenza fondamentale. La saggezza e l'amore di un adulto presso un fasciatoio sta nella cura che mette nei suoi gesti. La velocità, rapidità e destrezza non sono qualità ottimali. **L'amore, in questo caso, passa attraverso una cura attenta, lenta, adeguata.**

Manipolare il piccolo con delicatezza ma anche fermezza gli insegna i confini del suo corpo, vestirlo sempre con la stessa successione, lentamente, soffermandosi su ogni parte del suo piccolo corpo, massaggiandola, toccandola e nominandola, insegna al bimbo come è fatto e come fare da solo. Ben presto, infatti, anche lui seguirà questi movimenti, risponderà alle nostre azioni, le precorrerà, fino a quando saprà fare anche senza di noi.

Il modo di fare dell'adulto assume quindi un'importanza particolare: il tono intimo e disponibile, il modo di parlare a voce bassa, quando si cambia o si lava il bimbo, rileva la gioia di "essere felici insieme". **Il tempo che si concede al piccolo e a se stesse può sembrare insolitamente lungo, ma è un tempo riempito di affetto e di scambio.** La cura del bambino piccolo con le sue azioni ripetute è un ottimo contesto per costruire un solido rapporto tra bambino e genitori, più adatto dello stesso giocare insieme.

La costanza, la ripetizione continua di questa cura, non è noia, non è semplice necessità igienica, ma è, prima di tutto il simbolo di una presenza. Di un esserci costante e continuo che dà sicurezza e conforto. E' un altro, ennesimo modo, predisposto dalla Natura, affinché madre e bambino possano sviluppare un attaccamento forte e sicuro.

Il neonato da 4 a 6 mesi

Dal quarto mese di vita circa i bambini iniziano ad affinare sempre di più la coordinazione oculo motoria e quindi la **capacità di afferrare con una certa intenzionalità e precisione gli oggetti che trova.** Questa competenza gli apre, evidentemente, un mondo infinito di possibilità esplorative e di crescita cognitiva.

Le poppate sempre più rapide e distratte dal mondo che lo circonda, rendono manifesto anche alla mamma, che le braccia materne iniziano ad essere un mondo un po' troppo

limitato per il piccolo esploratore, e diventa quindi sempre più facile, anche per lei, assecondare queste nuove esigenze. **Lasciare quindi che il bambino si diverti a muoversi liberamente a terra su un tappeto sarà sempre più una costante quotidiana. così come lasciarlo rotolare e afferrare gli oggetti che troverà sulla sua superficie di azione.** In questo modo, senza forzature né oggetti appositi, i bambini impareranno liberamente a rotolare, strisciare, e a posizionarsi sul dorso, in posizione ventrale, senza aiuto, e solo quando saranno davvero pronti per farlo. Non ha senso quindi posizionarli già in posizione prona per un po' di tempo al giorno, come a volte viene raccomandato. Anzi, se questa posizione viene anticipata o forzata è quasi controproducente: spesso non è gradita dai più piccoli, che si stancano presto, rigurgitano, o si sentono infastiditi. **Se sono invece lasciati liberi di sperimentarsi, i bambini, raggiungeranno la posizione prona in modo del tutto autonomo, più e più volte al giorno.** In genere i bambini intorno al terzo/quarto mese iniziano a girarsi sul fianco e poco tempo dopo anche sulla schiena. I loro movimenti si fanno sempre più vivaci e riescono a girarsi sul ventre e a rigirarsi da soli sulla schiena, compiendo quindi una rotazione completa, verso i sei mesi.

Suggerimenti: munitevi di un tappeto ampio e sufficientemente rigido. Finché non si spostano spontaneamente, è bene appoggiare eventuali giocattoli e oggetti direttamente per terra, accanto a loro. Pochi, facili da afferrare, sufficientemente grandi e colorati per essere visti. Collocati di fianco a loro, li spronano a girarsi sul fianco. Ma nulla sarà mai efficace come la mamma, sdraiata sul fianco accanto a loro! Questo è anche il periodo adatto alla palestra. Purché sia fatta bene e la si usi solo per breve tempo.

FOCUS: LA PALESTRINA



La palestra dovrebbe esserlo di nome e di fatto. Non deve essere una “televisione” fatta di luci e suoni che ipnotizzano ma lasciano il bimbo passivo. Ricordiamo che il gioco è, per il bambino, un vero e proprio lavoro, un’attività volta alla maturazione e alla sperimentazione, non è un intrattenimento che “libera” l’adulto. Di conseguenza **vanno bene quelle palestre che hanno la possibilità di afferrare gli oggetti appesi e con i quali poter sperimentare azioni interessanti:** tirare, girare, far suonare, dondolare...

L’adulto dovrebbe rimanere accanto al bimbo, affinché capisca che il mondo esterno non sostituisce la presenza della mamma, ma la integra e la completa, dandogli tutta la sicurezza possibile per poter esplorare serenamente.

Il neonato dai 6 ai 9/10 mesi

Questa è una fase cruciale. Molto ricca ed intensa di cambiamenti importanti sia dal punto di vista fisico/motorio, sia per quello affettivo.

Il bambino, ha ormai iniziato a conoscere il mondo esterno, partendo dall’esplorazione del corpo della propria madre, attraverso la conoscenza del proprio corpo (mani e piedi), fino alla scoperta degli oggetti e di persone esterne. In questo stesso periodo, molto probabilmente, sta iniziando le **prime sperimentazioni alimentari,** grazie agli assaggi dei primi cibi solidi oltre

al latte materno. **Questa tensione all'esterno, ad andare al di fuori delle braccia materne, lo spinge istintivamente a "muoversi verso"**. Da un lato desidera approfondire meglio la conoscenza degli oggetti che lo circondano e dall'altra desidera andare egli stesso a prenderseli in autonomia.

Queste due spinte interiori lo portano a sperimentare e ad affinare la coordinazione oculomotoria e il movimento del corpo dalla posizione supina/prona a quella a gattoni e seduta.

In questa fase diventano **primarie le esigenze del toccare, afferrare e conoscere gli oggetti attraverso la bocca, così come la sperimentazione di tutti quei movimenti attivi che condurranno al gattonamento: l'aeroplanino** (bimbo con il ventre a terra e braccia e gambe contemporaneamente sollevate nel tentativo di "volare" verso gli oggetti), lo *strisciamento all'indietro* (tipo "marines" che spinge sulle braccia, ma va all'indietro), il raggiungimento della posizione *carponi* ed infine i primi passi a gattoni in avanti.



Dal punto di vista cognitivo questo è un passaggio importantissimo e molto ricco. Il bambino impara a conoscere oggetti di ogni forma, materiale, colore e sapore. E contemporaneamente impara a muoversi nello spazio, sperimentando di fatto le distanze, le superfici, le altezze, le dimensioni. E' il periodo in cui scoprono e sperimentano anche i rumori, i suoni e la forza di gravità.

Suggerimenti: è il arrivato il momento di lasciargli molto spazio e tanto tempo per esercitarsi all'infinito, accompagnandolo semplicemente con la vostra presenza e i vostri sorrisi, e provare ad introdurre sul grande tappeto, il cestino dei tesori, palle e cilindri rotolanti (vedi articolo)

FOCUS: IL CESTINO DEI TESORI, IL GIOCO EURISTICO ED ALTRE ATTIVITA'



I bambini non giocano. I bambini lavorano. I bambini sono sempre assorti nelle loro intense attività, non si fermano mai, il loro istinto li spinge ad un lavoro continuo, sano anelito di sviluppo, crescita e voglia di vivere! Non regaliamo dunque solo dei semplici giocattoli ai nostri figli, rischierebbero di annoiarsi, innervosirsi e lasciare tutto in giro vagando senza meta piagnucolosi. Non sono capricci. Sono rimostranze ufficiali. **Loro vogliono un lavoro vero! Un'attività interessante che li possa coinvolgere, affascinare, attivare.** Con tutti i loro sensi, con tutti i loro istinti. E in questo modo impareranno, cresceranno e finalmente si divertiranno davvero!

Di seguito trovate alcuni **tutorial** per la realizzazione di idee adatti al lavoro intenso dei nostri bambini. Di **ispirazione Montessoriana**, sono costituiti da materiali semplici, naturali, interessanti, che ben si prestano ad essere assaggiati, manipolati ed "usati" fino in fondo. Buon lavoro!

<http://latte-materno.com/bimbi-al-lavoro/>

Il neonato da 9 a 12 mesi

Intorno all'anno di vita, ma anche oltre, istintivamente i piccoli gattonatori **iniziano ad aggrapparsi** a qualsiasi cosa trovino alla loro altezza (tipicamente il bordo del divano o le



sponde del lettino) e si tirano su in piedi. Inizialmente **si tirano su, per poi ricadere a terra con il sedere**. Con il progredire dei giorni ed il parallelo rafforzamento dei muscoli delle gambe, riescono a mantenere la posizione eretta per un tempo sempre più prolungato. **Dapprima stanno dritti fermi in piedi, dopo qualche tempo iniziano a "bordeggiare"**, e cioè a spostarsi in modo laterale, lungo il supporto prescelto, senza mollare mai l'appoggio delle mani. Sperimentano così il movimento in piedi, procedendo lateralmente. **Tutto questo lavoro viene svolto in modo istintivo, spontaneo, senza che l'adulto lo debba necessariamente incoraggiare o spronare**. Quando il bambino si sentirà pronto per farlo, si alzerà in piedi e troverà il modo per spostarsi da solo! Incoraggiare troppo questo movimento può costringere il bambino a compiere gesti per i quali non è ancora maturo e

quindi anche interferire con i modi e i tempi del suo sviluppo. Se non si interviene troppo, infatti, il bambino non sforzerà posture o muscoli non ancora pronti, nè azzarderà dei passi se non ha prima avuto il modo di conoscere e sperimentare l'equilibrio. Eviterà quindi rovinose cadute o posture scorrette.

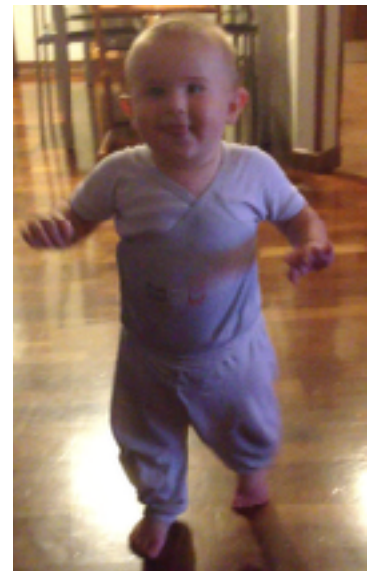
La prima cosa che fa un bimbo in questa fase, oltre ad alzarsi in piedi, è infatti, imparare a cadere!! Sembra banale, ma è la stessa regola che vale quando si impara a sciare. Imparare a cadere nel modo giusto, senza farsi male, è la migliore premessa per non spaventarsi e ripartire! E nel caso del bambino che prova a stare in piedi, il modo corretto è quello di cadere direttamente sul suo sederino! (peraltro ancora imbottito dal pannolino...). Questo modo di cadere, e comunque di tornare a terra dalla posizione eretta, è inizialmente il modo più sicuro. **Una volta sperimentati e provati più e più volte questi movimenti, il bimbo li considera introiettati ed acquisiti, e si sente quindi pronto per sperimentare la fase successiva: staccare le mani dal proprio appoggio, stare in piedi da solo e, successivamente, compiere i primi passi in avanti!**

Anche questa fase è molto delicata. Meno si interviene e meglio è. Inutile prodigarsi eccessivamente a sorreggere il bambino per le braccia e a scorrazzarlo per casa! La vostra schiena ne risentirà e il piccolino si abiterà a movimenti non sempre corretti e inutili.

La seconda cosa che devono imparare, infatti, dopo il cadere bene, è mantenere l'equilibrio.

E sarà difficile sperimentarlo, se c'è sempre qualcuno pronto a tenerli su dritti quando commettono qualche passo imprudente! Il bambino deve essere libero di capire che se sbanda troppo a destra probabilmente cadrà per terra, e che se si butta in avanti con il busto succederà la stessa cosa. Deve imparare a bilanciare il proprio peso, a muoversi in modo coordinato, a sentire bene il terreno sotto i suoi piedi e a riconoscere cosa succede a seconda dei movimenti che fa. E' un lavoro continuo e prolungato. Può durare poche settimane così come qualche mese. Ogni bambino ha i suoi tempi, la sua corporatura, la sua forza.

Abbiate pazienza, e tanta fiducia.



Suggerimenti: Quello che potete fare per aiutarlo è semplicemente **predisporre il migliore degli ambienti intorno a lui**. Liberare il divano, controllare che non ci siano spigoli o tavolini di cristallo troppo fragili vicino, togliere oggetti pericolosi dai mobili... e lasciarlo libero di sperimentarsi! Nel giro di poco tempo vi stupirà con la sua camminata sicura! In questo periodo i bambini sono così tanto concentrati ad imparare a camminare che non giocano quasi più con nient altro che non sia il proprio corpo e questa nuova competenza: **amano girare per casa e percorrere all'infinito sempre gli stessi tragitti**. Più e più volte. Assolutamente sconsigliati girello e cinghie (vedi articolo), talvolta possono essere divertenti i carrellini da spingere e (più avanti) gli oggetti da trainare. Entrambi, da proporre, solo e soltanto a competenza acquisita! Solo se il bambino è già in grado di camminare piuttosto saldamente da solo. Altrimenti sono controproducenti.

FOCUS: IL GIRELLO E LE CINGHIE

Entrambi questi oggetti impediscono i due passaggi più importanti del camminare da soli: l'imparare a cadere bene e il mantenere l'equilibrio.

Il girello è di fatto un oggetto pensato per anticipare una competenza che di fatto ancora non appartiene al bambino. Contrariamente a quanto normalmente si pensi, il girello non serve per imparare a camminare. (Non esiste nulla che possa insegnare ciò che di fatto è già dentro al cuore e al corpo di un bambino!). Anzi. **rischia di determinare l'effetto contrario.** Inizialmente il bambino è euforico nello sperimentare ciò che da solo non riesce a fare, è galvanizzato all'idea di arrivare laddove voleva e mai era riuscito. Ma di fatto, non lo sta facendo da solo. Non è ancora pronto per tenersi in piedi, poggiare bene a terra la pianta dei piedi e mantenersi in equilibrio, e la postura del girello lo svia completamente dal raggiungimento di queste competenze. Esso infatti conduce il piccolo a puntare i piedini e non tutta la pianta, a muoversi sulle punte; lo sostiene dal sedere, dandogli l'illusione di potersi sorreggere senza fare peso sulle gambe e di poter saltellare al posto di camminare; e soprattutto lo sbilancia prepotentemente in avanti per permettergli lo spostamento verso l'oggetto.

Il problema è che imparando a sporgersi così tanto in avanti, una volta libero dal girello, il bambino non è in grado di stare dritto in equilibrio, né di spostarsi in avanti senza cadere, senza sbilanciarsi in modo eccessivo. Per altro, non avendo mai sperimentato la normale caduta spontanea (caduta all'indietro - di sedere), rischia di cadere sempre rovinosamente in avanti (di faccia). Quindi a conti fatti, **più che un aiuto il girello finisce per essere un oggetto controproducente, trasformando l'iniziale euforia del bambino, nella successiva paura ed ansia nel camminare da solo.** Procrastinando quindi, di fatto, una competenza, nel tentativo errato di favorirla.

Le cinghie sono pensate per sorreggere il bambino e impedirgli di cadere, in modo comodo per l'adulto. Forse risparmiano un po' di ansia al genitore, ma ne fanno venire moltissima al bambino!

Come abbiamo visto infatti una delle principali fasi verso l'imparare a camminare è l'imparare a cadere. Cadere bene, e di sedere! Ma se ogni volta che il bimbo ha la tendenza a perdere l'equilibrio, noi lo tratteniamo con le cinghie e gli impediamo la caduta, gli impediamo anche la possibilità di capire come si cade, e quindi di imparare che quel movimento squilibrato non va bene e non deve essere ripetuto. **Sbagliando si impara! e in questo caso, è davvero importante lasciarli sperimentare l'errore.** Anche perché hanno tutti gli strumenti e le competenze per farvi fronte in modo sereno e senza traumi particolari.