

LBRIS

We know
books

**Dr. William Sears
Martha Sears
Dr. Robert Sears
Dr. James Sears**

CARTEA BEBELUȘULUI II

**Totul despre etapele de dezvoltare a copilului
între 0 și 2 ani**

Traducere din limba engleză de
TEODORA NEAGU și RALUCA NADIA CONȚIU

<i>Mesajul editorului</i>	11
PARTEA A III-A. CUM SĂ FII UN PĂRINTE AL ZILELOR NOASTRE	13
14. Purtarea bebelușilor: știință și artă	15
Sprijinim o idee mai veche	15
Curs personal în 12 pași pentru purtarea bebelușului	17
1. Purtarea bebelușului – atitudinea	17
2. Purtarea sporește inteligența bebelușului	17
3. Slingul întărește legătura dintre părinte și copil	22
4. Purtarea bebelușilor ușurează viața părinților ocupați	26
5. Purtarea copilului în sling face paternitatea mai distractivă	26
6. Purtarea bebelușilor în siguranță	28
7. Purtarea în sling îi adoarme mai ușor pe bebeluși	30
8. Purtarea în sling ușurează alăptarea	30
9. Purtarea în sling face călătoriile mai ușoare	33
10. Bucurați-vă de purtarea în sling în situații speciale	34
11. Alegerea celui mai potrivit sistem de purtare	37
12. Cum să-ți porți bebelușul – o demonstrație personală	39
15. Parenting pe timp de noapte: cum îl facem pe bebeluș să adoarmă	45
Informații despre somnul bebelușilor	45
Pasul întâi: oferiți-i bebelușului cel mai bun start în materie de somn	49
Pasul al doilea: condiționați-vă bebelușul să doarmă	53
Pasul al treilea: înlăturați factorii ce provoacă trezirile nocturne	58
Somnul alături de bebe – da? Nu? Uneori?	62
Cum faceți față îngrijorărilor și criticilor privind somnul împărtășit	67
Siguranța somnului	71
Soluții pentru tulburările de somn ale bebelușului	72
Întrebări frecvente legate de tulburările de somn	84
16. Cum să crești un bebeluș agitat sau cu colici	99
Bebeluşii agitați	99
De ce se agită bebeluşii	104
Bebeluşii asemenea părinţilor	105
Linişţirea bebeluşului agitat	109
Bebeluşul cu colici, zis şi bebeluşul suferind	114
Identificarea cauzelor ascunse ale colicilor	117

Cum alinăm colicile	131
Pot fi prevenite colicile?	137
Începutul perioadei promise	139
17. Serviciul și viața de părinte	141
Adevărata problemă: atașamentul	141
„Trebuie să muncesc – avem nevoie de acești bani.”	144
Munca și atașamentul – cheia succesului	145
Cum alegem persoanele care ne țin locul	150
Varianta creșei	155
18. Situațiile speciale	161
Cum să fi părintele unui copil adoptat	161
Adopția internațională	163
Cum creștem gemeni	164
Când ești părinte singur	165
Bebelușul cu sindrom down – un parenting special	166
Și cu animal de companie, și cu bebe	170
PARTEA A IV-A. DEZVOLTAREA ȘI COMPORTAMENTUL BEBELUȘULUI	173
19. Crescând împreună: cum să vă bucurați de etapele de dezvoltare a bebelușului	175
Parentingul bazat pe atașament: bebeluși și părinți mai buni	176
Cum cresc copiii	178
Cele cinci caracteristici ale dezvoltării bebelușilor	180
Șapte moduri pentru a stimula inteligența bebelușului	186
Testarea pentru autism și detectarea timpurie	191
Tulburarea de procesare senzorială	192
20. Primele șase luni: marile schimbări	195
Prima lună: nevoi mari	195
Reflexele nou-născutului	199
A doua lună: zâmbete largi	201
A treia lună: mâini mari	208
O trecere în revistă a primelor trei luni	211
A patra lună: priviri intense	212
Dezvoltarea limbajului de la patru la șase luni	216
A cincea lună: gesturi de amplexare	218
A șasea lună: în șezut	222
Dinți sănătoși	224
21. Următoarele șase luni: avansăm!	231
Între șase și nouă luni: marile explorări	231
Noi temeri și îngrijorări în al doilea semestru	240
Între nouă și douăsprezece luni: marile mișcări	243
Îngrijirea picioarelor bebelușului	254
22. Cel de-al doilea an: de la bebeluș la copilăș	255
Între 12 și 15 luni: pași mari	255

Între 15 și 18 luni: cuvinte mari	263
Cum să îmbogățiți vocabularul copilului mic	267
Copilul vostru merge ciudat?	269
Între 18 și 24 de luni: gânduri mari	272
23. Comportamente deranjante, dar firești ale copilului mic	283
Adevărata semnificație a disciplinei	283
Atitudine hotărâtă	284
Certuri pe jucării	286
Accesele de furie	287
Mușcatul și lovitul	292
Copilul nu ascultă	294
Țipete și smiorcăieli	294
Suptul degetului	295
24. Antrenamentul pentru toaletă	297
Lucruri pe care ar trebui să le știți	297
Mai bine mai târziu decât prea devreme	298
Antrenamentul pentru toaletă, o abordare pas cu pas	298
Copilul care nu vrea să facă	305
Învățarea rapidă la toaletă: metoda taberei de antrenament de la sfârșit de săptămână	307

PARTEA A V-A. CUM VĂ ȚINEȚI BEBELUȘUL SĂNĂTOS ȘI ÎN SIGURANȚĂ

311

25. Transformați casa într-un mediu sigur	313
Profilul unui copil predispus la accidente	313
Casa care predis pune la accidente	314
Lista de verificare pentru crearea unui mediu sigur	314
Alegerea și folosirea echipamentelor sigure pentru copii	319
Călătoria cu mașina în siguranță și cu nervii intacti	322
Mersul pe bicicletă cu bebelușii	329
Protejarea casei de plante toxice	330
Poluanții ambientali: îndepărtează plumbul	332
26. Cum să ai un copil sănătos	337
Menținerea sănătății începe acasă	337
Controalele de rutină	341
Vaccinurile: de ce, ce și când	343
Tratarea micuților pacienți	349
Administrarea medicamentelor	352
27. Cele mai comune probleme medicale: îngrijire la domiciliu	357
Cum ai grijă de un copil cu febră	357
Răcelile	369
Tusea	376
Infecțiile urechii	378
Infecțiile sinusurilor	386

Crupul	387
Diareea	390
Vomatul	395
Constipația	398
Depistarea și tratarea alergiilor la alergicii inhalatori	401
Eczema	405
27. Proceduri salvatoare și de prim ajutor în caz de urgențe	421
Reguli simple	421
Când copilul nu respiră: un ghid pas cu pas pentru resuscitarea cardio-respiratorie	421
Sufocarea	423
Sângerările	427
Leziunile la cap	429
Convulsiile	432
Arsurile	433
Otrăvirea	436
Leziunile oculare	436
Loviturile la nas	437
Mușcăturile și înțepăturile de insecte	439
Traumele dentare	440
Întinderile, luxațiile și fracturile	440
<i>Anexe: Grafice de creștere</i>	443
<i>Resurse</i>	447

P

ARTEA A III-A

Cum să fii un părinte al zilelor noastre

Într-o epocă în care din ce în ce mai mulți părinți își dau seama de importanța apropierii de bebelușii lor, presiunile sociale și economice rivalizează cu acest tip de parenting bazat pe atașament. Fie că vorbim despre o familie cu două surse de venit, despre o familie monoparentală, despre bebeluși cu colici, despre nopți nedormite sau despre copii cu nevoi speciale, acestea reprezintă doar o parte dintre situațiile cu care se confruntă părinții din ziua de azi. Ei sunt ocupați și e probabil să devină și mai ocupați. Vestea bună este că există mai multe resurse disponibile care să îi ajute să facă față acestor provocări. Pentru a ușura viața părinților, capitolele care urmează prezintă câteva căi de a rămâne conectat cu bebelușul, chiar dacă sunteți ocupați – un act de acrobație contemporană, care împiedică instalarea unei distanțe între adult și copil. Iată cum arată în acțiune parentingul bazat pe atașament.

Purtarea bebelușilor: știință și artă

„Câtă vreme îl port cu mine, e fericit”, asta spun mamele bebelușilor agitați care vin la noi la cabinet. După ce i-am ascultat pe părinții care enumerau beneficiile purtării bebelușilor, am consacrat sintagma *babywearing* („purtarea bebelușului”) și ne-am hotărât să studiem felul în care acest stil de parenting, atât de util în alte culturi, ar putea face parte din propriul mod de îngrijire a copiilor. Ceea ce urmează să citiți sunt momente importante din istoria noastră de peste treizeci de ani de purtare a copiilor noștri (și acum a nepoților); mărturii ale părinților fericiți care își poartă bebelușii; și de ce cercetările arată că purtarea bebelușilor este unul dintre cele mai bune instrumente de parenting timpuriu pentru a scoate la iveală ce e mai bun atât în ceea ce-l privește pe bebeluș, cât și în privința celor care îl îngrijesc. Iată aici povestea purtării bebelușilor și a felului în care acest lucru a schimbat viața părinților și a copiilor lor pe care îi consultăm la noi la cabinet – și modul în care vă poate schimba și vouă viața.

SPRIJINIM O IDEE MAI VECHE

În multe culturi, părinții își poartă bebelușii; în societatea noastră occidentală, ne plimbăm bebelușii pe roți, apoi îi lăsăm undeva. Specialiștii în dezvoltarea copiilor care călătoresc în întreaga lume și studiază practicile de îngrijire a acestora au observat în mod repetat că aceia care sunt purtați în diverse sisteme din materiale textile par mai fericiți decât cei ținuți în pătuțuri, cărucioare, țarcuri, scaune din plastic.

Vreme de câțiva ani, am analizat studii de îngrijire a bebelușilor: concluzia generală e că bebelușii se comportă și se dezvoltă mai bine dacă sunt purtați o mare parte din timp. Acum mulți ani, pe când participam la o conferință internațională de parenting, am interviuat două femei din Zambia, care își purtau bebelușii în eșarfe asortate cu rochiile lor naționale. Le-am întrebat de ce femeile din cultura lor își poartă bebelușii mai tot timpul. Una din femei ne-a răspuns: „Pentru că astfel viața mamei e mai ușoară”. Cealaltă femeie a spus: „Pentru că îi face bine bebelușului”. Ele ne-au mai vorbit despre sentimentele de „întreg” și de „valoare” pe care le trăiau purtându-și bebelușii. Femeile aparținând culturii lor nu au parte de cărți sau de studii despre hormonii maternității. Ceea ce au ele însă sunt secole de tradiție, care pur și simplu le-au învățat că ceva bun li se întâmplă mamelor și bebelușilor atunci când cei mici sunt purtați.

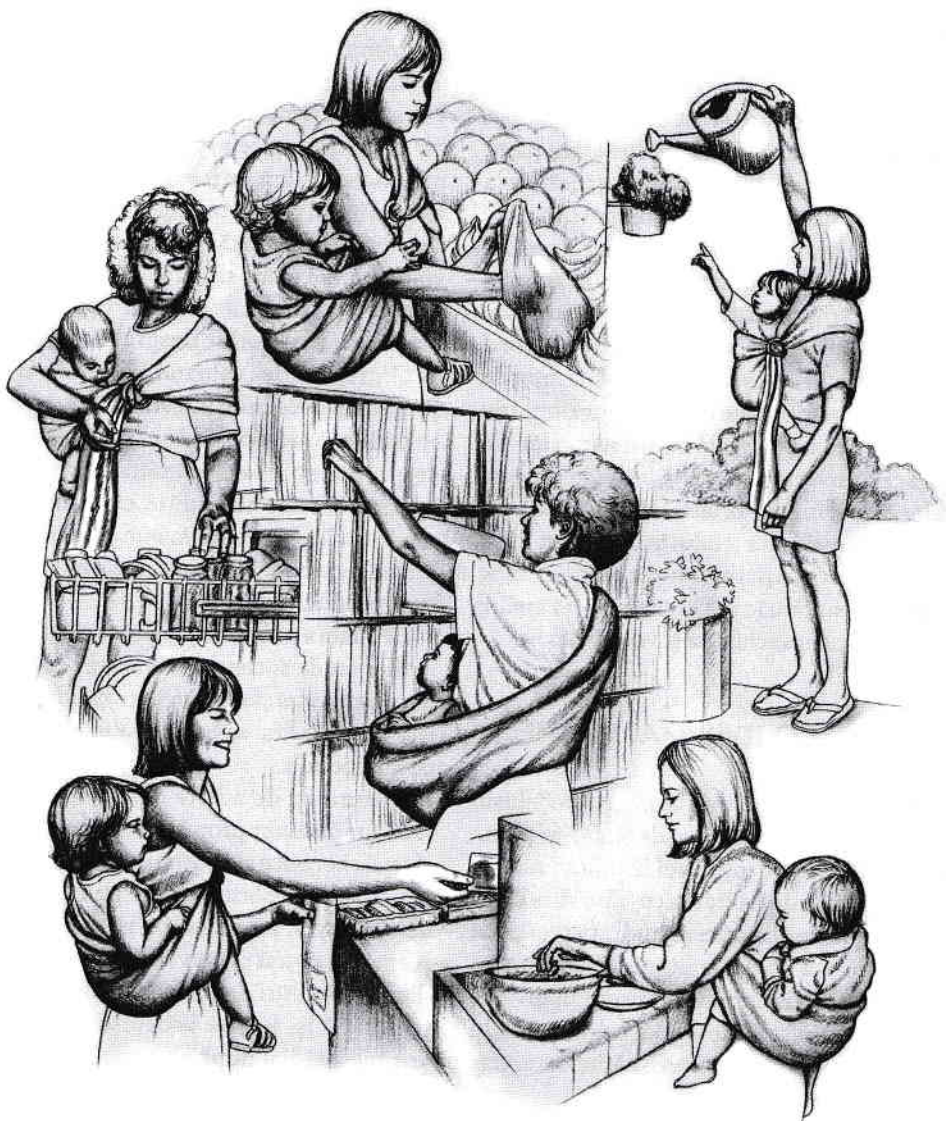
Nu asta e ceea ce își dorește orice părinte, indiferent de societatea din care provine: *să își ușureze viața și să-i asigure copilului o viață mai bună?* Purtarea bebelușului le combină pe amândouă.

Încurajați de aceste observații, în anul 1985 am început propriul studiu privitor la efectele benefice ale purtării bebelușului asupra copiilor și părinților. De atunci încolo, ne-am purtat propriii copii kilometri întregi și am înregistrat observațiile noastre despre diferitele stiluri de purtare. I-am sfătuit pe părinți să își poarte bebelușii cât de mult posibil, imediat după naștere. I-am rugat să încerce diverse variante de sisteme de purtare

și să îl aleagă pe acela care e cel mai comod pentru ei și copilul lor.

Mamelor le spunem acum: „Încercați să vă obișnuiți să-l purtați pe bebeluș într-un sistem de purtare de tipul slingului, exact așa cum ați purta o piesă preferată de îmbrăcăminte”. La primul control al bebelușului, care are loc, de regulă, la o săptămână, le arătăm părinților cum să își poarte în siguranță bebelușul. În timpul propriei experiențe cu

purtatul, îi sfătuim pe toți părinții să încerce diverse poziții pentru a o găsi pe cea mai confortabilă și care îi îngăduie bebelușului să se muleze pe conturul trupului părintelui; de asemenea, îi încurajăm să schimbe pozițiile de purtare pentru a le adapta la etapa de dezvoltare a bebelușului. De aceea se numește purtarea bebelușului. Multe dintre figurile prezentate îi arată pe Martha și pe Bill purtându-și copiii.



CURS PERSONAL ÎN 12 PAȘI PENTRU PURTAREA BEBELUȘULUI

Vă vom prezenta un curs de purtare a bebelușului:

1. PURTAREA BEBELUȘULUI – ATITUDINEA

Să folosim căruciorul sau să-l purtăm pe bebeluș – ce este mai bine pentru copil? Ce este mai bine pentru părinți? La fel ca în cazul atâtor stiluri și alegeri în parenting, să revenim la unul dintre sfaturile noastre principale de creștere a copiilor din această carte: priviți lumea prin ochii bebelușului vostru.

Imaginați-vă că el este împins într-un cărucior. Acolo, își petrece timpul privind cerul, strada sau trotuarul, având puține interacțiuni vizuale cu oamenii – nu este foarte stimulant pentru creierul lui, spre deosebire de un bebeluș care este purtat. Acesta este intim implicat în lumea celui care îl poartă. Bebelușul vede ceea ce văd mama sau tata, aude ceea ce aud adulții și, într-un fel, simte ceea ce simt ei. *Purtatul îl umanizează.* Bebelușii purtați devin mai conștienți de fețele părinților, de cadența mersului și de mirosurile lor. Bebelușul devine conștient și învață din toate expresiile faciale subtile și alte limbaje ale corpului, inflexiunile și tonurile vocii, tiparele respirației și emoțiile celui care îl poartă. Un părinte va interacționa mult mai des cu bebelușul doar pentru faptul că micuțul se află acolo, chiar sub nasul lui. Proximitatea crește interacțiunea, iar micuțul poate învăța constant cum e să fii om. Bebelușii purtați sunt intim implicați în lumea părinților lor, fiindcă participă la ceea ce fac mama și tata. Un bebeluș purtat în timp ce un părinte spală vasele, de exemplu, aude, miroase, vede și experimentează în profunzime lumea adulților. Este mai expus și mai implicat în ceea ce se întâmplă în jurul lui. Învață multe în brațele unui îngrijitor ocupat.

Acest stil de parenting înseamnă schimbarea mentalității cu privire la cum sunt, de fapt, bebelușii. E posibil să vi-l imaginați pe bebeluș ca-ntr-un album cu poze, dormind liniștit în pătuțul lui, privind pasiv la jucăriile care atârnă deasupra lui, ridicat de acolo doar pentru a fi hrănit și pentru a se juca puțin, apoi pus la loc; e posibil să credeți că perioadele „sus” sunt doar intervale necesare liniștirii bebelușului, urmând ca el să fie din nou pus jos. Pentru a înțelege noțiunea de purtare, inversați acest scenariu: purtați-l pe cel mic în cea mai mare parte a timpului, apoi puneți-l jos pentru intervale mai lungi de somn noaptea sau când aveți de împlinit propriile nevoi. Abordați în mod echilibrat purtarea bebelușului. Îngăduiți-i să se bucure de perioadele când e lăsat jos, în care se mișcă liber pe podea, dar ridicați-l când arată că are nevoie să fie purtat. Veți remarca un contrast interesant în comportament. Bebelușii care stau jos învață să plângă pentru a semnala că au nevoie să fie ridicați. Bebelușii care stau în brațe deprind un limbaj nonverbal pentru a-și semnala nevoia de a fi lăsați jos. Timpul petrecut în brațe scade în mod natural pe măsură ce bebelușul crește și dobândește mai multe abilități motrice. Totuși, e posibil ca până și copilul mai mare să aibă perioade în care să vrea să fie luat în brațe și purtat.

2. PURTAREA SPOREȘTE INTELIGENȚA BEBELUȘULUI

De când studiile și analizele au ajuns la concluzia că bebelușii purtați plâng mai puțin, credem că acesta este motivul pentru care copiii purtați sunt mai inteligenți.

Purtarea inteligentă

Cu cât sunt mai purtați sugarii, cu atât e mai posibil să devină copiii inteligenți. Interesul meu față de purtarea bebelușilor a început în 1984, ca etapă a cercetării mele despre relația dintre modul în care bebelușii ajung să fie

intelenți și ceea ce fac părinții lor. M-am consultat cu specialiști în dezvoltarea bebelușilor care au călătorit prin toată lumea studiind practicile de îngrijire a sugarilor. Ei au observat în mod repetat că bebelușii purtați în diverse sisteme din material textil păreau mai mulțumiți decât cei care își petreceau cea mai mare parte din zi în leagăne, țarcuri și cărucioare. M-am întrebat cum e mai bine: să fie purtat sau să fie transportat pe roți. Treizeci și cinci de ani mai târziu, sunt bucuros să spun că purtarea bebelușilor câștigă medalia de aur pentru un stil inteligent de parenting care poate duce la dezvoltarea armonioasă a creierului copilului. În plus, în același timp, eu și soția mea, Martha, am început să fabricăm diverse sisteme de purtare pe corp a bebelușilor și chiar am inventat termenul de „purtare a bebelușului”. În următorii ani, m-am îndrăgostit pur și simplu de purtarea sugarilor în urma unui experiment pe care l-am făcut cu proaspetele mămici care lucrau la cabinetul nostru. Le-am încurajat să-și ia copiii cu ele la serviciu, cel puțin în primele șase luni, și își purtau bebelușii chiar și când lucrau la recepție, dar când nu erau prin preajmă copii bolnavi.

Apoi, la orele noastre de parenting prenatal și în primele luni de viață ale copilului, am ținut un curs despre cum să-ți porți bebelușul și le-am cerut părinților să-și noteze cu atenție ce efecte are purtarea asupra sugarului. În cele din urmă, din punct de vedere științific, am observat o creștere a numărului de reviste științifice în domeniul pediatriei care începeau să recomande purtarea ca fiind bună pentru dezvoltarea cognitivă a copilului. De ce purtarea bebelușului este bună pentru creierul copilului veți afla în continuare.

N-am fost un susținător al cărucioarelor, pentru că bebelușului meu îi place mai mult să fie purtat decât transportat pe roți.

Beneficiile purtării asupra creierului

La începutul anilor 1980, am început să-i sfătuim pe proaspeții părinți care veneau

la cabinetul nostru despre modul în care își pot purta bebelușii. Apoi am notat cu atenție efectele pe care aceasta le avea asupra mamelor și copiilor. Cel mai des întâlnit efect al purtării sugarilor pe care mi-l spuneau părinții era: „Cât îl port, este fericit”. M-am întrebat cum influența acest lucru dezvoltarea creierului bebelușilor.

Există trei motive simple pentru care purtarea copilului este inteligentă:

1. Ce vede copilul;
2. Ce simte copilul;
3. Cum se mișcă micuțul.

Bebeluşii purtați plâng mai puțin și își dezvoltă inteligența. Deoarece copiii plâng mai puțin când sunt purtați, așa cum relatează părinții, haideti să analizăm creierul în formare și să vedem de ce faptul că plâng mai puțin îi ajută pe bebeluși să se dezvolte mai bine. După ce am auzit constant că „bebelușul plânge mai puțin”, a trebuit să studiez din punct de vedere științific de ce copiii care plâng mai puțin sunt mai inteligenți. La început am crezut că este vorba doar despre simpla explicație că, dacă bebelușii își consumă mai puțină energie prin plâns, își pot redirecționa energia pentru dezvoltare. Pentru că creierul folosește mai multă energie pentru dezvoltare decât oricare alt organ, bebelușul care plânge mai rar își ajută creierul să se dezvolte. Are logică, dar trebuie să fie ceva mai profund. Și chiar este.

Deși dacă bebelușul plânge mai puțin energia păstrată este îndreptată spre dezvoltarea creierului (un motiv cert pentru care purtarea bebelușilor este o metodă inteligentă), un motiv și mai convingător este starea emoțională a copilului în timp ce este purtat – și care se numește *vigilență tăcută*. Aceasta este starea neurologică în care bebelușii învață cel mai bine. Vigilență tăcută înseamnă că mintea copilului nu se află în haos, nu este supusă stresului și este relaxată. Ochii și creierul sunt atenți, iar

centrii vigilenței sunt concentrați pe ceea ce se întâmplă în jur. Purtarea copilului oferă starea optimă de învățare. Este o stare similară celei pe care adulții o numesc „bună dispoziție” ca să-și îndeplinească o sarcină, cum ar fi „am o dispoziție bună în care pot profita la maximum de lecția de pian”.

Deoarece părinții au pomenit cel mai des cuvântul „mulțumit” despre bebelușul purtat, să vedem ce înseamnă asta. Starea de vigilență tăcută îi permite bebelușului să capete atenție selectivă; așa e, sugarii pot fi atenți la cei mai importanți stimuli și îi pot bloca pe alții. Bebelușul se poate concentra pe hrană atunci când îi este foame și poate adormi când îi este somn. Starea de vigilență tăcută este starea comportamentală în care sugarii pot cel mai bine să interacționeze cu alți oameni și să învețe de la cei din jur.

Bebeluşii nu sunt obișnuiți să fie singuri și liniștiți. „Au trăit” mișcările și cadența mamelor timp de nouă luni. Ce s-ar putea întâmpla dacă un bebeluş își petrece cea mai mare parte din timp întins într-un leagăn, cu părinții și îngrijitorii intrând în cameră doar ca să-l hrănească și să-l aline și apoi să plece iar? Specialiștii în dezvoltarea bebeluşilor au observat de mult timp că micuții care sunt lăsați singuri mult timp sunt predispuși la o dezvoltare motorie și cognitivă mai lentă.

O mamă care a venit la cabinet mi-a povestit: „Ca psihologă, văd mulți copii mai mărișori și adulți cu probleme de integrare senzorială și motorie. Cred că bebeluşii care sunt purtați mult se simt atât de incluși în lumea senzorială a părintelui, încât cresc cu o capacitate mai mare de a face adaptări senzoriale și motorii corespunzătoare.”

Sugarii purtați învață mai multe. Copilul este implicat în mod inteligent în lumea celui care îl poartă. Un bebeluş purtat studiază fața mamei și urmărește cum i se schimbă expresia de pe chip. Copilul vede ceea ce mama vede și aude ceea ce ea aude. Exact așa învață un copil limbajul și obiceiurile culturii în care trăiește.

În timp ce mi-am purtat copiii și nepoții, mi-am dat seama cât de multe învață un bebeluş când este purtat de un îngrijitor ocupat. Sugarul observă cum farfuriile intră și ies din apa din chiuvetă în timp ce le speli. Se uită la voi în oglindă în timp ce vă pieptănați. Ceea ce poate fi pentru voi o gospodărie care vă pune la încercare, pentru copiii voștri este o experiență prin intermediul căreia învață.

Bebeluşii care sunt purtați mai mult reacționează mai bine la stimularea vizuală și auditivă. Un mediu stimulativ este important pentru dezvoltarea cognitivă a copilului. Fiecare experiență interesantă pe care copilul o trăiește văzând-o și auzind-o determină nervii cerebrali să se dezvolte, să se ramifice și să se conecteze cu alți nervi. Pe scurt, *purtarea ajută creierul în dezvoltare al bebeluşului să lege conexiunile corecte.*

În plus, gândiți-vă la creierul în dezvoltare al copilului ca la un folder mare cu videoclipuri care se reia în creierul bebeluşului ori de câte ori o situație similară îi amintește de clipul original. De exemplu, o mamă mi-a spus: „Imediat ce mă așez în balansoar cu bebeluşul meu, el se răsucesce în poziție orizontală, își întoarce fața către sân și este foarte entuziasmat de alăptare. Nici măcar nu apuc să-mi desfac suficient de repede sutienul!” I-am răspuns: „Asta pentru că sugarii învață foarte multe doar prin simpla petrecere a timpului cu tine toată ziua”. Acestea se mai numesc și tipare de asocieri.

Ce învață copiii purtați? În primul rând, se obișnuiesc cu mișcările corporale ale părinților. Devin profund conștienți de expresiile faciale ale părinților, de cadența mersului, de voci și de mirosuri. Învață, de asemenea, să fie implicați intim în lumea părinților, pentru că participă la ceea ce fac ei și alți îngrijitori. Merg acolo unde merg și îngrijitorii, aud ceea ce aud și ei și văd același lucru ca și ei.

Îmi port copilul la serviciu. Conduc de acasă câteva ore pe zi o afacere de curățenie. Să-mi

port copilul în timp ce lucrez îl ajută să afle mai multe despre lumea în care trăim.

Bebelușii purtați învață să comunice.

Când studiam efectele purtării bebelușului asupra dezvoltării creierului lui, am observat că sugarii purtați sunt mai atenți la conversațiile adulților, ca și cum și-ar imagina că sunt și ei implicați – și chiar sunt. Deoarece bebelușul purtat este atent la voce și se află la nivelul ochilor îngrijitorului lui, el este mult mai implicat în conversații. Bebelușul învață o lecție importantă legată de limbaj: capacitatea de ascultare. Pentru că limbajul nu înseamnă numai ceea ce spui, ci și ceea ce faci cu corpul, copiii învață să urmărească limbajul corpului celui care vorbește.

Sfaturile lui dr. Bill: *Dacă vă întrebă cineva de ce vă purtați copilul cu voi atât de mult timp, răspundeți-i relaxat: „Îl ajut să-și formeze un creier inteligent”.*

Bebelușii purtați învață mișcări inteligente.

Nu numai timpul în care sugarul este purtat îi este benefic, ci și modul în care el se mișcă. Când este purtat de mamă, bebelușul își amintește ritmul cu care se obișnuise cât timp a fost în pântecul ei, iar acel ritm familiar îl calmează. Tipul mișcărilor pe care bebelușii le simt atunci când sunt purtați se numește *stimulare vestibulară*, ceea ce înseamnă că centrul echilibrului din creier este stimulat, fiind ajutat astfel să se dezvolte. Când un copil este purtat, el este mișcat ușor în toate direcțiile (în sus și în jos, dintr-o parte în alta, înainte și înapoi). Cercetările au arătat că bebelușii plâng mai puțin când sunt mișcați în cele trei dimensiuni ale mișcării decât atunci când sunt legănați înainte și înapoi sau dintr-o parte în alta. Repet, purtarea bebelușului îi amintește acestuia de mișcările de care s-a bucurat în pântec. Atunci s-a obișnuit cu ritmul mișcărilor mamei, iar acum experimentează această cadență familiară „în afara pântecului” în timp ce este purtat.

Povestea purtării bebelușului, spusă

de dr. Bill. Multe lucruri bune se întâmplă din punct de vedere fiziologic când copilul stă cuibărit într-un sling lipit de corpul îngrijitorului. Îmi plăcea să-mi țin copilul la piept, piele-pe-piele, încât să-mi poată asculta bătăile inimii. Când l-am purtat pe al șaselea copil, pe Matthew, într-un sling și a dormit cuibărit la pieptul meu, am observat că ori de câte ori trăgeam adânc aer în piept, la fel făcea și el.

Nu uitați, sugarii învață foarte multe când sunt purtați în brațele unui îngrijitor ocupat într-un mediu aglomerat.

Bebelușii purtați învață vorbirea inteligentă.

Sugarii învață și mai multe când părintele vorbește. În timpul plimbărilor în care ne purtam copiii, sau cum îi mai ziceam eu „mergem în timp ce vorbim”, Matthew era fascinat de frunzele din copaci, iar eu îi povesteam cum se mișcă ele în adierea vântului. Ne uitam la păsările care aterizau și care apoi își reluau zborul, și tot așa. Creierul unui bebeluș învață limbajul înainte să spună primul cuvânt. Gândește-te la cuibul din brațele tale ca la prima școală a copilului.

Deși poate că nu te-ai gândit niciodată că dacă vorbești cu copilul îl ajuti să-și formeze creierul, chiar așa se întâmplă. Vorbirea înseamnă mai mult decât folosirea cuvintelor. Vorbirea înseamnă comunicare. Iar bebelușii comunică cu mult înainte de a începe să utilizeze cuvintele. Un nou-născut învață devreme că poate folosi sunete și gesturi pentru a căpăta atenția de care are nevoie pentru a-i fi satisfăcute nevoile.

Povestea purtării bebelușului, spusă de

Stephen. Al șaptelea copil, Stephen, s-a născut *diferit din punct de vedere al abilităților*, nu handicapat. Stephen are sindromul Down. S-a născut în 1989, chiar când eu și Martha studiam efectele purtării copilului asupra dezvoltării creierului. Când Stephen