

نمو القدرة على المشي

عندما نتحدث عن نمو الرضيع نفكر غالبًا في نمو القدرة على الوقوف والمشي، تعد القدرة على المشي واحدة من الوظائف العديدة المهمة التي تميز الإنسان عن غيره من الكائنات. ففي عالم الحيوان تجد بعض الوظائف المميزة له أكثر من الإنسان، مثل حاسة الشم عند الكلب والسرعة عند الفهد، ولكن الوضع المنتصب للإنسان عند الوقوف والمشي يعد من الوظائف المميزة للإنسان فقط.

كيف لنا أن نتحدث حقًا عن نمو القدرة على المشي عند الطفل حديث الولادة في الوقت الذي لا يتمكن فيه الطفل بمفرده من الجلوس إلا في الشهر العاشر تقريبًا؟ ولكن ببساطة فإن هذا يتم من خلال ملاحظة الطفل في عامه الأول عندما يحاول المرء «إيقافه على ساقيه» من وقت لآخر.

المفاجأة الأولى التي تواجهنا أن الطفل حديث الولادة يمكنه أن «يمشي» بطريقته. عندما تلامس رجلاه بالتناوب السطح الذي أسفله يقوم الطفل بخطوة آلية كرد فعل انعكاسي. تكون القدمان معقوفتان بشدة، ولكنه يرفع الرجل التي لا يركز عليها للخطوة التالية بمهارة أكثر في كل مرة. وهذه الظاهرة المنعكسة تلاحظ في الطفل السليم المعافي لمدة شهر أو شهرين ثم تختفي تمامًا.



وسرعان ما يتغير مد الساقين المستمر عندما يلامس بطن القدم أي سطح ويتحول إلى «سلبية» تامة وملحوظة. يقوم الطفل في نهاية الشهر الثالث تقريبًا بما كان يتوقع منه منذ البداية، فيتراخي جسمه عندما يحاول أحد إيقافه على سطح صلب، وتظل قدماه مثنيتين، ولا يحاول إطلاقًا تثبيتهما على هذا السطح. من الممكن أن تستمر هذه المرحلة لأسابيع، وهذا يعد أمرًا طبيعيًا تمامًا، يجب أن نلاحظ جيدًا ألا تتدلى الساقان في تراخ كما لو كان دمية، فهي تنثني بعض الشيء عند الخصر والركبتين.



المرحلة الثانية تُعنى ببداية تعلم الوقوف بعض الشيء، في الربع الثاني من السنة الأولى من عمر الطفل يقوم الطفل برد فعل إيجابي عندما يشعر بالأرض تحت قدميه، فإنه يفرد ساقيه - كثيرًا من مفصل الركبة وقليلًا من الخصر - وتستطيع الساقان تحمل وزن الجسم لثانية أو ثانيتين. ونلاحظ أن الوضع ما زال متشنجًا، فالخصر ما زال منحنيًا قليلًا للأمام وأصابع القدم ما زالت معقوفة، أما الرأس فهو يحتفظ باستقامته.



لا تزال عضلات الجذع والساقين تحتاج إلى مران لأسابيع قليلة حتى تتمكن من إتقان هذه الحركة الجديدة يبدأ الطفل في أداء الحركة اللولبية: أي يبدأ بقفزة يدفع بها جسمه إلى أعلى بأن يثني ركبته، وبعد ذلك يتمكن من أداء الحركة اللولبية بشكل صحيح ويهبط بجسمه إلى وضع القرفصاء ويكرر الحركة مرة بعد الأخرى.



تعد الحركة اللولبية تغلبًا بسيطًا على قوة الجاذبية وتمرينًا جيدًا على الاتزان اللازم للوقوف والمشي فيما بعد. إلا أنه



على الوالدين ألا يبالغا في الأمر، خاصة بالنسبة للأطفال الذين يميلون إلى الوقوف والمشي على أطراف الأصابع. ولا نرحب باستخدام مقاعد الوثب أو أي أجهزة أخرى مشابهة كوسائل للحث على المشي؛ حيث إن تلك الأجهزة تفقد الطفل الرغبة الذاتية على الحركة وتؤثر سلبياً على تطور حركة المشي الطبيعية.



يكفي في نهاية الشهر التاسع أن يتمكن الطفل من الوقوف مستنداً على يديه؛ فيقف على بطن قدميه ويتمكن من ذلك على الأقل لمدة نصف دقيقة دون صعوبة. من الآن يحاول الطفل أن يقف بمفرده. تجد اليدين متكأ تستند إليه وبذلك يمكن أن تبدأ التجربة، في منتصف الطريق تضعف قوى إحدى ذراعي الطفل أو يفتر اهتمام الطفل بالأمر؛ فتقع الحادثة الصغرى وهي أن ينزل الطفل جالساً، أو أنه يسقط تماماً، ولكنه لم تثبط همته بسهولة، إلا أنه ذات مرة ينجح في رفع نفسه لأعلى؛ حيث إنه يخاف أن ينزل... فلم يعد لديه حلٌّ فيفضل أن يبقى واقفاً. فيعجبه الوضع الجديد مما يجعله ينسى تماماً أن يجلس مرة أخرى.



إنه من الطبيعي ألا يكتفي المجرّب الصغير بمجرد الوقفة المملة ولكنه يحمل وزنه على إحدى الساقين وينقل ساقه الأخرى بعض الشيء، ثم يجز ساقه الأولى ويمشي مستنداً على قطعة الأثاث بعض الأمتار.

يشعر الطفل بالسعادة بصفة خاصة عندما يستطيع أن يمسك بيد أحد والديه، وتبعاً لطبيعته، يخطو خطواته الأولى في شجاعة تامة أو يشعر ببعض الرهبة. إلا أن الخصر مفرد بشدة، واتزان ضعيف ولكنه يتقدم بقدميه إلى الأمام بجذ.

على النقيض من اعتقادنا يستطيع فقط ٦٠٪ من الأطفال أن يمشوا خطوات بمفردهم في عيد ميلادهم الأول، نرصد ملاحظتنا لنمو الطفل حتى نهاية عامه الأول، إلا أنه حتى الآن لم تتم مرحلة كبيرة في نمو قدرته على المشي، فقط يكفي ثلاثة أشهر أخرى ليتمكن الطفل من المشي بمفرده.