

العناية بالطفل تكوّن الارتباط العاطفي



ما الارتباط العاطفي؟

الارتباط الوثيق بين الأطفال والقائمين على رعايتهم. تزداد قوة هذا الارتباط طوال السنوات الأولى من حياة طفلك. وتزداد قوته في كل مرة تُظهرين فيها الحب والاهتمام والاتساق لطفلك.

وبعد الارتباط العاطفي الصحي أمرًا أساسيًا لتعزيز صحة طفلك مدى الحياة. فهو يجعل طفلك تشعر بأنها آمنة ومحبوبة. ويساعدها ذلك كلما كبرت على النمو الصحيح لصحتها العاطفية والنفسية، وتكوين علاقات قوية، وخلق الثقة لديها لاستكشاف العالم من حولها.

ويتعزز هذا الارتباط في كل مرة تُظهرين فيها الحب والاهتمام والاتساق لطفلك. فعلى سبيل المثال، إذا كنت تحتضنيها وتهديها في كل مرة تبيكي، فأنت تُظهرين لها أنها تستطيع الاعتماد عليك للحصول على الراحة.

تعرفي على المزيد حول كيفية تعزيز صحة طفلك من خلال الاستجابات الدافئة والمتسقة في نمو الدماغ.

هل تعلمين



تُعد الملامسة الجسدية المباشرة طريقة ممتازة لبناء الارتباط العاطفي مع طفلك. فهي تهدئها وتريحها، ويمكن أن تجعل الرضاعة الطبيعية أسهل.

هل تعلمين



في حين أن الأطفال عادة ما يكونون مُرتبطين عاطفيًا بصورة أكبر مع الوالدين، فإنه يمكن أن يكون لديهم ارتباطات عاطفية صحية مع البالغين الآخرين أيضًا، بما في ذلك الأجداد ومقدمو الرعاية النهارية. إذا ارتبط طفلك بالآخرين عاطفيًا، فهذا لا يعني أن علاقتكما ستكون أضعف.

كيف يُمكنك



تكوين علاقة صحية مع طفلك

- استمعي إليها، وشاهديها، وحاولي أن تفهمي كيف تُعبر عن احتياجاتها.
- استجبي لاحتياجاتها بحُب.
- استجبي لاحتياجاتها في أسرع وقت مُمكن.
- استجبي لاحتياجاتها بطريقة مُتسقة.
- احتضنيها وابتسمي لها وتحديثي إليها كثيرًا.