

إنّ كل تفاعل إيجابي ما هو إلا لبنة أخرى في الأساس الصحي لجميع مراحل نمو طفلك. إذ إنها جميعًا تُعدّه للنجاح في كل شيء من تعلم القراءة إلى التعامل مع التوتر إلى تكوين علاقات سليمة.

جربني ذلك



ضعي هاتفك المحمول جانبًا عندما تكونين مع طفلك حتى تتمكني من التركيز عليه.

هل تعلمين



الكثير من الاهتمام لا يفسد الطفل. لا يكون طفلك سيئًا عندما يبكي أو يزعج. إنه يخبرك فقط أنه يحتاج إلى شيء ما. للحصول على أفكار حول كيفية التعامل مع البكاء الشديد، راجعي البكاء.

كيف يمكنك بناء دماغ طفلك؟

من خلال تواصلك مع طفلك، يمكنك المساعدة في بناء دماغه. يسمى الخبراء لحظات بناء الدماغ بين الطفل ومقدم الرعاية تفاعلات "الإرسال والتلقي".

ما هي تفاعلات "الإرسال والتلقي"؟

الاهتمام والاستجابة بدفء ودعم وحماس لما يتواصل طفلك به معك، تخيلي لعبة تنس بين مقدم الرعاية والطفل. ولكن بدلاً من ضرب الكرة ذهابًا وإيابًا عبر الشبكة، فإنهم يرسلون ويتلقون أنواعًا مختلفة من أفعال التواصل، مثل اللمس والأصوات والكلمات والابتسامات والتواصل البصري.

تساعد تفاعلات الإرسال والتلقي في بناء أساس متين لدماغ طفلك - ودعم كل النمو المستقبلي. كما تبني تفاعلات الإرسال والتلقي تعلقًا عاطفيًا (يُرجى مراجعة تكوّن الارتباط العاطفي) بينك وبين طفلك.

قد تبدو هذه اللحظات في حد ذاتها قصيرة وغير مهمة. إلا أن الكثير من تفاعلات الإرسال والتلقي خلال السنوات الأولى تساعد في بناء روابط جديدة في دماغ طفلك وتشجعه على التعلم.

عندما نفكر في كيفية دعم نمو أطفالنا، فإننا عادةً ما نأخذ في الاعتبار الأساسيات الآتية: الحفاظ على راحتهم وأمنهم وصحتهم، والتأكد من تمتعهم بنوم جيد وحصولهم على ما يكفي من الطعام.

ولكن ماذا عن بناء أدمغة أطفالنا؟

يبدأ نمو طفلك بنمو دماغه

فالتجارب المبكرة للطفل هي المفتاح لبناء الهيكل المادي للدماغ. وبينما ينمو كل طفل بوتيرته الخاصة، فإن الدماغ السليم يدعم نموه في كافة المجالات. وهذا يعني أن قيامك بكل ما في وسعك لدعم النمو الصحي للدماغ في الأيام والأشهر والسنوات الأولى من حياة طفلك يمكن أن يساعده على التمتع بصحة عامة جيدة طوال حياته.

الخلاصات الهامة

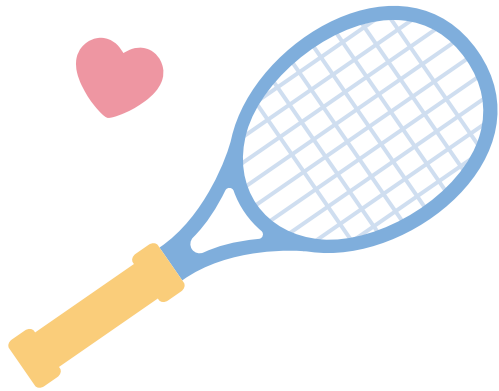


تلعب التجارب المبكرة دورًا كبيرًا في تشكيل دماغ طفلك. كما أن النمو القوي للدماغ يدعم نمو طفلك في جميع المجالات الأخرى.

هل تعلمين



جمعية طب الأطفال الكندية توصي بعدم استخدام الشاشات للأطفال دون سن الثانية. راجعي خطوات الطفل الأولى للاطلاع على مزيد من المعلومات حول وقت استخدام الشاشات.





كيف يُمكنك استخدام تفاعلات الإرسال والتلقي

- انتبهي كثيرًا لطفلك وإشاراته.
- لاحظي ما يثير اهتمامه، سواء كان لوّثًا ساطعًا أو كلبًا ناعم الشعر أو عجلة دوارة.
- تحدّثي معه بانتظام، تحدّثي عما تفعّلينه وما يراه وما يجذب انتباهه.
- احضنيه وخففي عنه عندما يبكي أو عندما يكون غاضبًا.
- ردي إليه الابتسامة بابتسامه.
- ناغيه عندما يناغيك.
- تواصلتي معه بالكثير من التواصل البصري.
- غنّي له أغنيات.
- العبي معه ألعابًا بسيطة مثل إخفاء وجهك بيدك ثم إظهاره.
- اقرّئي لطفلك، واستجيبّي لما يثير اهتمامه على الصفحة.
- انطقي اسم الشيء عندما ينظر إليه طفلك.
- احمليه ولامسي بشرته واحضنيه بتلامس جسدي

راجع المربعات النصية **مُعزز الذكاء** في مختلف صفحات هذا الكتاب لمزيد من الأفكار حول كيفية دعم نمو دماغ طفلك من خلال الأنشطة اليومية.

