



the women's
the royal women's hospital
victoria australia

نمو الرضّع في المراحل المبكرة

التفاعل المبكر مع طفلك في المنزل

أثناء الاستعداد للعودة إلى المنزل مع طفلك، قد يكون من المفيد أن تتعلمي المزيد حول ما يمكنك القيام به لدعم نمو طفلك في الأشهر القليلة الأولى في المنزل.

إذا ولد طفلك مبكرًا فمن المهم استخدام "عمره المصحح" عند التفكير في تطوره ونموه. يحسب العمر المصحح للطفل وفقًا لموعد ولادته وليس لتاريخ ميلاده. على سبيل المثال، إذا كان طفلك يبلغ الآن أربعة أشهر من العمر وكان قد ولد قبل موعد ولادته بثلاثة أشهر، فإن "عمره المصحح" هو شهر واحد. يستخدم "العمر المصحح" لتقييم النمو إلى أن يبلغ الأطفال عامهم الثاني أو الثالث.

بيئة المنزل

إن توفير مساحة في المنزل تلبي احتياجات طفلك على أفضل وجه هو جزء مهم من دعم نمو طفلك. يمكن أن تساعد البيئة التي تتضمن مجموعة متنوعة من الأنشطة والوضعيات والأشياء التي تحفز الحواس في تحسين التعلم الحركي (طريقة استخدام الطفل لجسمه) والذاكرة.

- قدمي لطفلك ألعابًا مختلفة لينظر إليها ويمد يده ليمسكها ويحملها
- ضعي طفلك في وضعيات مختلفة لكي يتعلم التحكم في جسمه بطرق مختلفة
- استخدمي الوضعيات التي تتيح لطفلك التحرك بسهولة أو الوصول إلى لعبة
- قومي بتحفيز طفلك بطرق أخرى تدعم تطوره السلوكي والحسي. قد يشمل ذلك التدليك واستخدام ألعاب مختلفة القوام والموسيقى، إلخ
- راقبي الإشارات التي تظهر على طفلك واستجبي لها عندما يكون مستعدًا لمتابعة ما تقومون به أو عندما قد يكون بحاجة إلى استراحة أو للراحة.

التفاعل الاجتماعي المبكر

سيستمتع طفلك بالتفاعل معك ويستفيد منه. اختاري وقتًا تكونين فيه أنت وطفلك بمفردكما بهدوء ودعيه "يحدد ما يريد". راقبي الإشارات التي تظهر على طفلك لمعرفة كيف يتجاوب وامنحيه فترات راحة إذا كنت تعتقدين أنه تعب أو انفعلي. الشعور بالتعب وإبعاد رأسه عنك هي من العلامات التي تدل على أن طفلك قد اكتفى من اللعب.

بعض الأنشطة المقترحة

- تحدثي أو غني لطفلك - استخدمي أصواتًا مختلفة
- ابتسمي واستخدمي تعابير وجه مبالغ فيها
- قلدي أصوات طفلك أو تعابير وجهه
- مسدي أو دلكي طفلك

- استخدمي الكتب أو الألعاب لينظر إليها طفلك - الألوان الزاهية أو الألوان المتباينة كالأبيض والأسود هي الأفضل
- راقبي طفلك وهو يتواصل معك - يلتفت عند سماع إلى صوتك، يتابع تحركاتك ويفرح عندما يراك.
- انظري إلى طفلك - تذكري أن طفلك يستطيع رؤيتك بأفضل شكل من مسافة تتراوح بين ٢٠ و ٣٠ سم.



الألعاب المبكرة

- صور أو ألعاب بألوان متباينة كالأبيض والأسود
- خشيشات صغيرة يمسكها بيده
- ألعاب موسيقية
- هواتف محمولة ذات ألوان زاهية ومتباينة
- ألعاب بسيطة مثل الحلقات والورق اللامع والخرز التي يمكن تعليقها أمام الطفل
- ألعاب مختلفة القوام
- كتب مصورة بسيطة

المزيد من المعلومات

تحدثي إلى طبيبك المحلي (GP) أو طبيب الأطفال أو ممرضة صحة الأم والطفل.

صحائف معلومات ذات صلة على موقع [Women's website](#) والوضعيات التي تساعد طفلك على اللعب والتفاعل