

ARA.A&S

أعمار الأطفال ومراحل نموهم

كيفية تغيير سلوك طفلك مع نموّه

يتغيّر الأطفال بسرعة كبيرة، وخاصة في الفترة بين ولادتهم حتى بلوغهم عمر خمس سنوات. لا يتطور كافة الأطفال ويصلون إلى مراحل أساسية من تطوّرهم بنفس السرعة، ولكنهم يمرّون خلال نفس المراحل. إن فهمك لهذه المراحل سوف يساعدك على معرفة أن ما يبدو وكأنه سلوك سيء هو في حقيقة الأمر جزء من النمو لدى الأطفال. المعلومات التالية هي مجرد دليل إرشادي، فالأطفال المختلفون يتمتعون بشخصيات مختلفة، ويبلغون المراحل المختلفة في أوقات مختلفة، وتتوقف ردود أفعالهم على ما يحدث من حولهم. تحدثي إلى الأمهات والآباء الآخرين أو إلى والدتك والدك حول كيفية تعاملهم خلال الأوقات الصعبة - فقد يكونوا قد ابتكروا أفكاراً جيدة جداً.

إذا كان طفلك يعاني من إعاقة ما، فقد يستغرقه الأمر وقتاً أطول لبلوغ المراحل المختلفة و/أو ليتعلم أشياء جديدة.

وسيظل طفلك بحاجة لك لوضع الحدود والضوابط وسيحتاج إلى الكثير من الفرص للتعلم.

يمكنك سؤال طبيبك أو طبيب الأطفال عن الجهات المختصة التي قد تساعدك في هذا الأمر.

المواليد الجدد حتى سن ثمانية عشر شهراً

يبكي الأطفال الصغار عندما يحتاجون لشيء ما

. عندما يكونون صغاراً، فسيكون هناك وقت يكونون مستيقظين فيه عند المساء

قد يكون ذلك أمراً صعباً عليك، خاصة وأنتك تشعرين بالتعب أيضاً، ولكن ككل المراحل الأخرى التي يمر بها الأطفال الصغار، فإن الأمور ستستقرّ.

. يستخدم الأطفال الصغار حواسهم الخمس: البصر، والسمع، والشمّ، واللمس، والتذوّق للتعرف على العالم من حولهم

. يكون للأطفال الصغار عادة أوقات عدم استقرار، بحيث يكون أكثر وتصعب تهدئتهم

. تكون هذه الأوقات غالباً خلال الأسابيع 8 و 20 و 32 و 44

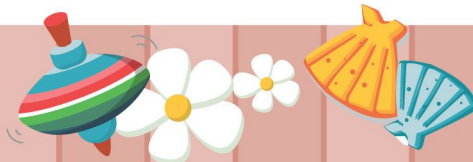
يمكنك:

- إغارة الطفل الكثير من الاهتمام-لن يفسد الدلال طفلك إذا قدمت له الكثير من الحب . إغارة الطفل الكثير من الاهتمام-لن يفسد الدلال طفلك إذا قدمت له الكثير من الحب .
- استجيبى لبكاء الطفل، ولكن تذكرى أن بعض الأطفال الصغار يكون قليلاً قبل النوم - فإذا حدث هذا في كل مرة تضعين طفلك في السرير، انتظري عدة دقائق لترى ماذا سيحدث .
- تأكدي فقد يكون حفاض الطفل بحاجة للتغيير، أو أن الطفل قد يكون جائعاً، أو متعباً، أو يشعر بالحر أو بالبرد .
- قومي بتهدئة طفلك عن طريق حمله والتحدث معه أو الغناء له بنعومة .
- ضعي الطفل في العربة أو في حمالة الظهر واستمري بالحركة .
- أعط الطفل حماماً دافئاً منعشاً .
- خذي الطفل في نزهة بالسيارة .
- أعط الطفل لشخص آخر ليحمله (خاصة إذا كنت متعبة)

"حاولي النظر إلى تلك المرحلة باعتبارها فترة قصيرة من عمر طفلك يكون فيها بحاجة ماسة لك"

إذا شعرت بالضيق الشديد - تنشقي بعض الهواء الطلق، أو اجلسي تحت الشمس، أو اذهبي في نزهة " مشياً على الأقدام

"حاولي وضع برنامج روتيني - ولكن توقعي أن البرنامج لن يطبق في بعض الأيام"



S . K . I . P

skip.org.nz

facebook.com/SKIPcommunity

الأطفال من عمر سنتين إلى عمر ثلاث سنوات

على الرغم من أن الطفل الذي يبلغ سنتين من العمر لا يحب التغيير، إلا أنه يبدأ بالهدوء عند اقترابه من بلوغ سن الثالثة وتعلم مهارات جديدة.

إذ يبدأ الطفل بالإكثار من الكلام، وتكون لديه طاقة كبيرة، ويستمتع بالضجيج. يبدأ الطفل بتحديد أشياء معينة يحبها وأشياء لا يحبها في الأطعمة والملابس والألعاب، إلخ. وقد يصبح بعض الأطفال الذين يبلغون سنتان من العمر متسلطين أو غيورين.

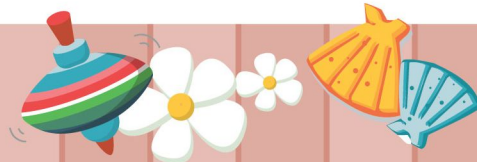
يمكنك

- مدح الطفل كثيراً عندما يحسن القيام بأمر ما
- الإصغاء لما يقول الطفل - ومحاولة الإجابة عن كافة أسئلته
- القيام بعمل الأشياء التي تستمتعان بها معاً
- إعطاء أمر واحد في كل مرة - وعدم إعطاء قائمة أوامر
- إعطاء إرشادات واضحة
- إعطاء الطفل مهام بسيطة ليقوم بها
- حاولي أن تكوني مثلاً يحتذى به - فأطفالك يقلدون ما تقومين به
- ضعي حدوداً واضحة والتزمي بها
- كوني ثابتة في تصرفاتك
- راقبي الطفل لتعرفي فيما إذا كان جاهزاً للتدريب على استخدام المراض
- اشرحي للطفل لماذا لا تحبين تصرفاً ما يقوم به

"العبا معاً"

"انضمي لعضوية إحدى مكتبات الألعاب - قدمي للطفل الكثير من الأشياء ليكتشفها"

"تحدثي كثيراً مع الطفل - امدحيه عندما يتكلم"



S.K.I.P

skip.org.nz

facebook.com/SKIPcommunity

الأطفال من عمر ثلاث سنوات إلى عمر أربع سنوات

قد يمر طفلك بمرحلة عدم استقرار عندما يبلغ حوالي الثالثة والنصف من العمر حيث يشعر بعدم الأمان. قد يشعر الأطفال بالمعاناة خاصة مع والدتهم، ولكنهم يظلون يستمتعون بالتحدث عن الأشياء. عندما يبلغ الطفل سن الرابعة يصبح نشيطاً جداً، وقد يكون خشناً وقليل الصبر، وقد يصدر الكثير من الضجيج. الأطفال الذين تبلغ أعمارهم أربع سنوات ونصف يحبون المغامرات.

يمكنك:

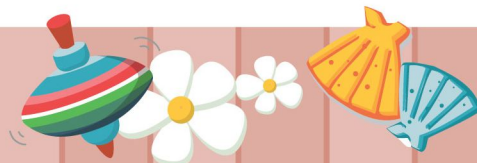
- محاولة تجنب الصدمات المباشرة
- استمري في مديح الطفل
- استخدمى الكثير من كلمات مثل "دعنا" أو "ما رأيك بأن نقوم بـ"
- وافقى عندما لا تكون الأمور هامة
- إذا قال الطفل "لا" غيّري الموضوع أو اعلمي على جذب اهتمامه لشيء آخر
- تجاهلي الأحاديث السخيفة
- إذا قام طفلك بالشتم، اقترحي عليه كلمات أخرى يمكنه استخدامها
- تصرفي كما تحبين أن يتصرف أطفالك - فهم سيفقدونك فيما تفعلين
- حافظي على الحدود والضوابط
- جربي وضع الشروط - إذا قمت بترتيب ألعابك، سندهب إلى الحديقة
- لتكن لديك أوقات هدوء عند حدوث المشاكل.
- خذي طفلك إلى منطقة هادئة وآمنة، واشرحي له لماذا أخذته إلى هناك، وأنه بوسعه العودة عندما يكون مستعداً لتنفيذ ما أمرته به .
- يجب أن يكون ذلك لمدة دقيقتين أو ثلاث دقائق.

"حاولي تحويل الأمور الصعبة إلى ألعاب - قولي مثلاً "لنقفز حتى نصل إلى الحمام"

"قولي نعم قدر الإمكان"

"لتكن القواعد التي تضعينها قليلة قدر الإمكان، مع ضرورة التقيد بها"

"اختاري الأمور التي تريدين تحقيق الإنجاز فيها"



S.K.I.P

skip.org.nz

facebook.com/SKIPcommunity

الأطفال من سن أربع إلى خمس سنوات

مع تقدم طفلك في العمر سيكون أكثر تعاوناً. يكون لدى الطفل الكثير من الطاقة ويحب التحدث عن نفسه. سيقوم باختراع قصة غريبة أو يكذب، ولكنه سيلعب بسعادة مع الآخرين. ولكن لن يكون الأمر خالياً من الجدل. وكلما اقترب من سن خمس سنوات، فقد يهدأ ويحرص على إرضائك. لن يحب الطفل الاعتراف بأنه على خطأ، وسيحاول أن يكون طفلاً صالحاً.

ممكنك

- أن تكوني واضحة بشأن توقعاتك من الطفل
- مدح الطفل كثيراً عندما يحسن القيام بأمر ما
- وضع حدود وضوابط (ولكن ليس كثيراً) والالتزام بها
- تشجيع طفلك لتجربة الكثير من الأشياء المختلفة
- السماح للطفل بمساعدتك في التخطيط ليومك
- إعطاء الطفل واجبات ليقوم بها حتى يظهر لك مدى ذكائه
- حافظي على هدوئك عند تأديب طفلك
- إعطاء الطفل الكثير من الحب
- تشجيع الطفل على التفكير في حلول للمشاكل
- طمأنة الطفل إذا كان خائفاً أو مذعوراً
- كوني مثالا جيدا للطفل
- كوني ثابتة في تصرفاتك
-

"حاولي قول أشياء إيجابية أكثر من السلبية"

"أخبري الطفل أنك تحبينه"

"دعي الطفل يستهلك الطاقة التي لديه - عن طريق الكثير من النشاطات الجسدية"

"اطلبي من الطفل التعبير عن أفكاره"



S.K.I.P

skip.org.nz

facebook.com/SKIPcommunity

عمل سكيب Skip . على مساعدة الآباء والأمهات ومقدمي الرعاية على تربية أطفالهم

بطريقة إيجابية

لمزيد من المعلومات الرجاء زيارة الموقع الإلكتروني

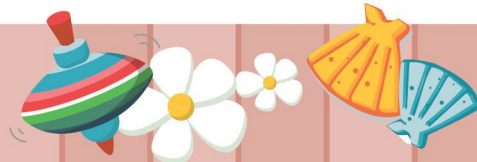
www.skip.org.nz/

البريد الإلكتروني: info@skip.org.nz أو يمكن الاتصال على الهاتف:

049163300

لمزيد من المعلومات حول مساعدة الآباء والأمهات، الرجاء زيارة الموقع الإلكتروني

www.familyservices.govt.nz/directory والضغط على الدليل الوطني



S . k . I . P

skip.org.nz

facebook.com/SKIPcommunity