



ديسمبر 2021

العلاقة القوية تُنشئ أطفالاً أقوياء

ترتبط الطفل منذ ولادته بعلاقة وثيقة وجيدة بوالديه والأشخاص الآخرين الموثوق بهم. فكلما شعر الطفل بأنه محبوب وأن تصرفاته مفهومة، يمكنه النمو والتعلم وأن يصبح شخصاً مستقلاً بشكل أفضل.

ما يحتاجه الأطفال في السنوات الأولى من العمر:

- 1 • التواصل والتقارب الجسدي
- 2 • تحفيز بيئة النمو المحيطة به
- 3 • الاهتمام والحوار
- 4 • خلق علاقات آمنة
- 5 • الاعتراف بالتميز
- 6 • الثقة في قدراته الخاصة
- 7 • الأمان والثقة
- 8 • التوجيه
- 9 • التحفيز اللغوي
- 10 • الحذر في استخدام وسائل الإعلام
- 11 • الكثير من الصبر

DIE ERSTEN JAHRE

RUND UMS KIND

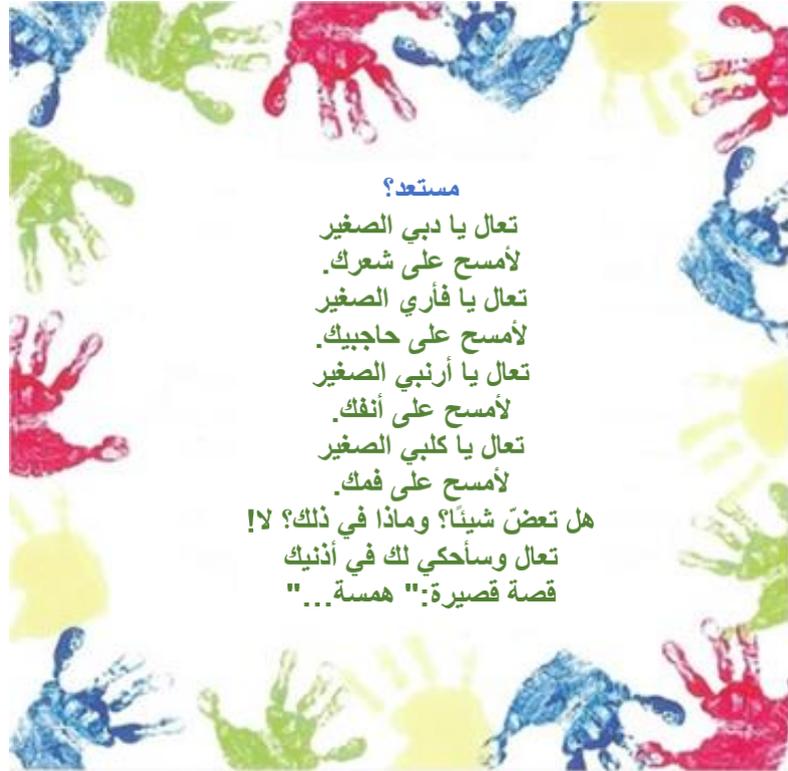
التواصل والتقارب الجسدي:

- يحب الأطفال التواصل الجسدي مع الأشخاص الذين يتقنون بهم - وخاصة والديهم وأشقائهم.
- مداعبة الطفل وملامسته تهدئه وتجعله أقوى.
- فاللمس يقوي جهاز المناعة ويدعم صحة الأطفال.

نصيحة:

احرص على ترديد الأغاني مع ملامسة طفلك والعب معه الأصابع ودلل طفلك بالتدليك.

إليك قصيدة للقيام بحركات للمسح على وجه طفلك:



(المصدر: غير معروف)

تحفيز بيئة النمو المحيطة به:

- يتعلم الأطفال من خلال اللعب.
- حيث يستمتع الأطفال الصغار باللعب بالأشياء المستخدمة في الحياة اليومية.
- ويتعلم الأطفال من الأطفال الآخرين ويستمتعون باللعب سوياً. ويمكن أن يكونوا صداقات فيما بينهم. وسيتعلمون من ذلك بعض المهارات الاجتماعية.
على سبيل المثال:
 - مراعاة الأطفال الآخرين،
 - وفهم لغة الجسد،
 - وتفسير تعابير الوجه،
 - وحل النزاعات وكذلك
 - التعبير عن المشاعر.
- الأطفال لديهم رغبة كبيرة في التحرك. وذلك يجعلهم أكثر توازناً. بالإضافة إلى ذلك، فإن الحركة تدعم النمو البدني والعقلي بشكل إيجابي.



(المصدر، الصورة: كتيب "العلاقة القوية تُنشئ أطفالاً أقوياء"، وزارة الأسرة والعمل والشؤون الاجتماعية في ولاية بافاريا)

نصيحة:

اصطحب أطفالك إلى الخارج لمدة ساعة يومياً. ففي الملعب ستجد حافزاً للتسلق والتأرجح والتوازن. وفي الملاعب الرياضية يمكن للأطفال الركض أو لعب الكرة.

الاهتمام والحوار:

- الاهتمام الكامل من الشخص البالغ مفيد للغاية للأطفال الصغار.
- تحدث إلى طفلك وشرح له العالم.
- الاهتمام والانتباه لطفلك يقويه في التعامل مع نفسه ومع الآخرين.



(المصدر، الصورة: كتيب "العلاقة القوية تُنشئ أطفالاً أقوى"، وزارة الأسرة والعمل والشؤون الاجتماعية في ولاية بافاريا)

نصيحة:

حدد أوقاتاً مع أطفالك تستطيع خلالها أن توليهم اهتمامك الكامل. تجنب استخدام الهواتف الذكية وغيرها من الوسائط الإلكترونية خلال هذا الوقت الثمين.