

موجز قصير

مواد لوالدي الرضع (0-1 سنة)

والأطفال (1-3 سنوات)

موجز قصير

معلومات
للوالدين



للمزيد من المعلومات زوروا الموقع
www.kindergesundheit-info.de

موجز قصير
معلومات
للوالدين

دور الوالدين

كيف يمكنني تهدئة طفلي في حالة الصراخ (البكاء)؟
متى يتمكن طفلنا من النوم المتواصل؟
متى يمكنه تناول وجبة الهريس الأولى وما هي
الطريقة الأفضل؟
يشعر الآباء أحيانا بعدم الطمأنينة مع الرضيع
وخصوصا إذا تعلق الأمر بالطفل الأول.
حتى إذا كان الآباء بفطرتهم يحسنون الاختيار في
قراراتهم، إلا أنهم يطرحون أسئلة متواصلة حول
سلوك الرضيع أو الطفل اليومي.

موجز قصير

مواد لوالدي الرضع (0-1 سنة)
والأطفال (1-3 سنوات)

معلومات ونصائح عملية حول موضوع
انشغال الأسر مع رضيعهم أو طفلهم في
حياتهم اليومية.

كما أن هذه المواد يمكن أن تكون مفيدة
لمن يعملون مع الآباء كالدائيات وأطباء
وطبيبات الأطفال والمتخصصين في هذا
المجال مثل مراكز الإرشاد الأسري ومراكز
الأسرة.

هيئة التحرير

الناشر: المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA). كولونيا
إدارة المشروع/BZgA: القسم 1-11. أورشولا مونسترمان التصميم: www.bg-medienwerkstatt.de
التحرير: ديكوب وتينيل
الطباعة: Kern, Bexbach
رقم الطلب: 11041800
الطبعة: 9.30.11.19
تاريخ الإصدار: يوليو 2019
جميع الحقوق محفوظة.

يمكن طلب هذه المطوية مجاناً عبر الموقع الإلكتروني order@bzga.de أو من المركز الاتحادي
للتوعية الصحية (BZgA, 50819) كولونيا أو على الإنترنت. وهي غير مخصصة للبيع عن طريق
المستقبل/المستقبل أو من خلال طرف

ة:روصلا تابثا

www.fotolia.com © Renata Osinska

بالتعاون مع امل عهد القومي
للمساعدة امل بكثرة

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

الرضع بين 0 و 1 سنة



موجز قصير
معلومات
للوالدين



للمزيد من المعلومات زوروا الموقع
www.kindergesundheit-info.de

موجز قصير
معلومات
للوالدين

هيئة التحرير

الناشر: المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA), كولونيا
إدارة المشروع/BZgA: القسم 11-1, أورشولا مونسترمان الطبعة: 9.30.11.19
التحرير: ديكوب وتينيل
الطباعة: Kern, Bexbach
رقم الطلب: 11041801

يمكن طلب هذه المطوية مجاناً عبر الموقع الإلكتروني order@bzga.de أو من المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA, 50819) كولونيا أو على الإنترنت. وهي غير مخصصة للبيع عن طريق المستقبل/المستقبل أو من خلال طرف

إثبات الصورة:

www.fotolia.com Tielseite © Jaren Wicklund, S. 2 © Alexey Chernovalov, S. 3 © Fredrico Igea, S. 5 © Digital Vision

بالتعاون مع امل عهده القومي
للمساعدة امل بكثرة

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



وقاية

من الموت المفاجئ للطفل

يتحدث الأطباء عن موت مفاجئ للطفل أو الرضيع عندما يموت الطفل السليم فجأة دون علم بالأسباب.

توصيات بشأن نوم الطفل بشكل مريح وأمين. أنظر داخل الكتيب فأنت تحتل المكانة الأفضل لحماية الرضيع.

النوم

Arabisch Schlafen

للمزيد من المعلومات بخصوص النوم
الصحي للرضع والوقاية من الموت
المفاجئ للأطفال



www.kindergesundheit-info.de ◀

يجيب عن استئلتكم طبيب أو طبيبة الأطفال الخاص بكم.



هل تعلم ...

◀ توصيات

هكذا ينام طفلك

بشكل جيد وأمن

◀ دائماً على ظهره وبدون وسائد أو فراء أو وسائد الحماية أو لعبة يعانقها أو قبعات. ولا اي شيء يمكن أن يغطي وجهه .

◀ إذا كان ممكننا في سريره الخاص في غرفة نوم الوالدين. لا يجب نوم الرضيع في سرير الوالدين بشكل خاص إذا كان أحد الوالدين مدخنا/مدخنة.

◀ في غرفة نوم لا يدخن فيها - والأفضل ان لا يدخن في البيت كله.

◀ كيس النوم أفضل للطفل من الغطاء العادي.

◀ في غرفة غير مدفئة، وتُعد درجة حرارة الغرفة المثالية 18 درجة مئوية.



المساعدة على الغفوة

خمس نصائح هامة

1 بقدر الإمكان في الحياة اليومية : عليك تحديد ساعات منتظمة منذ البداية للاكل والنوم واللعب والفسحة.

2 الأطفال الرضع يحبون العادات : ضعي طفلك للنوم على قدر الإمكان في نفس الوقت ونفس المكان ونفس طقوس النوم.

3 ان كثرة التعب تصعب النوم للطفل : ضعي طفلك على سريره بمجرد ظهور علامة للتعب. عندما يتثائب مثلاً أو عندما يحول رأسه عنك.

4 وجودك بقربه أمر مهم : لا ترفعي رضيعك فوراً إذا كان مستلقي في سريره ياقتاً أو غير هادئ . بل اجلسي بقربه وامسكي بيده أو امسحي رأسه برفق.

5 استعدي بهدوء لوقت النوم: اتركي رضيعك يلعب بحسب هواه خلال النهار لكن تجنبني الأشتغال المثيرة قبل النوم.

... أن الرضع يجب عليهم التأقلم على تغيير مواعيد الليل والنهار؟ بعد (4-6) اسابيع يصبح النوم منتظماً.

... ان هناك فئة الرضع يحتاجون للنوم القليل وأخرى للنوم الكثير؟ الحاجة للنوم أمر وراثي . بعض الرضع في الأشهر الثلاثة الأولى يحتاجون (10-12) ساعة من النوم كل 24 ساعة. بخلاف البعض الآخر فهم يحتاجون (18-20) ساعة من النوم يوميا.

... أن الإستيقاظ من النوم على الأقل مرة واحدة في الليل. أمر طبيعي عند الأطفال الرضع في الأشهر الستة الأولى؟ في الستة أشهر الأولى يحتاج الرضع إلى وجبة أو أكثر خلال الليل.

... ان مدة النوم المتواصلة للرضع تعني النوم على الأكثر من 6 الى 8 ساعات متواصلة؟ الاستيقاظ في الليل أو في الصباح الباكر هو أمر صعب بالنسبة للآباء لكنه أمرعادي بالنسبة للأطفال.
... ان الآباء يمكنهم المساعدة لتعليم النوم؟

هل تبحث عن

المساعدة في الوقت المناسب...

... اذا كنت تشعر بأنك لم تعد تتحمل الصراخ!

... اذا كنت قلقا عن ما اذا كان طفلك كثير الصراخ.

بالمساعدة المتخصصة والدعم يمكن للوالدين والطفل السيطرة بسرعة على الصراخ المفرط.

تجدون هنا

النصيحة والمساعدة

< عند الداية أو طبيب/طبيبة الأطفال الخاص بكم

< في العيادات المسماة(عيادات الصراخ) ومراكز الإرشاد للآباء ذوي الرضع والأطفال الصغار. إنها متواجدة في أماكن متعددة.

موجز قصير
معلومات
للوالدين

للمزيد من المعلومات زوروا الموقع

www.kindergesundheit-info.de <



هيئة التحرير

الناشر: المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA). كولونيا

إدارة المشروع/BZgA: القسم 1-11. أورشولا مونسترمان الطبعة: 9.30.11.19

التحرير: ديكوب وتينيل

تاريخ الإصدار: يوليو 2019

الطباعة: Kern, Bexbach

جميع الحقوق محفوظة.

رقم الطلب: 11041803

يمكن طلب هذه المطوية مجاناً عبر الموقع الإلكتروني order@bzga.de أو من المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA, 50819) كولونيا أو على الإنترنت. وهي غير مخصصة للبيع عن طريق المستقبل/المستقبل أو من خلال طرف

إثبات الصورة:

bananastock Titelseite www.fotolia.com S. 2 © Adam Przekaz, S. 4 © Joe Gough, S. 5 © Jeremias Münch

بالتعاون مع ام لعهه القومي
للمساعدة ام ل بكرة

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

موجز قصير
معلومات
للوالدين

* الصراخ *

* الرضع يصرخون لأسباب متعددة وأحيانا بدون أسباب معروفة.



تنبيه مهم جداً

إذا كان الصراخ يهيج أعصابكم

◀ إذا كنتم معاً: تبادلوا الاعتناء بطفلكم الذي يصرخ.

◀ إذا كنت وحيداً وتلاحظين أنك لن تتحملي الصراخ: ضعي رضيعك بهدوء في مكان آمن. على سبيل المثال. على سريرته قبل أن تهيج أعصابك.

◀ حاولي تهدئة نفسك: اتركي الغرفة للحظات وخذي نفساً عميقاً.

◀ اتصلي بأقربائك أو أصدقائك أو الجيران فقد يمكنهم الوقوف بجانبك لفترة مؤقتة.

◀ تفقدي طفلك كل بضع دقائق.

.....
لا تهزي رضيعك أبداً! فحتى الهزة القصيرة قد تؤدي إلى أضرار صحية كبيرة ومستديمة أو قد تؤدي حتى إلى الموت المبكر لرضيعك.

.....
لا تعطي لطفلك الأدوية المهدئة أبداً!
.....

فيلم قصير: «لا تهزه أبداً! إذا لم بتوقف الأطفال عن الصراخ»
www.kindergesundheit-info.de/
kurzfilm-troesten-beruhigen

فيلم قصير: «لا تهزه أبداً! إذا لم بتوقف الأطفال عن الصراخ»
www.kindergesundheit-info.de/
kurzfilm-niemals-schuettern

للمزيد من المعلومات المتعلقة بموضوع الصراخ وللنصيحة والمساعدة زوروا الموقع:



www.kindergesundheit-info.de ◀

يجيب عن اسئلتكم طبيب أو طبيبة الأطفال الخاص بكم.

ما يمكنك فعله؟ الصراخ المستمر –

إجهاد كبير لبعض الأمهات والآباء.

خمس نصائح مفيدة

- ◀ الوالدين يشعرون بالعجز.
- ◀ هم يشعرون بالقلق تجاه طفلهم ما إذا كان يتألم.
- ◀ يعتقدون انهم يقومون بخطأ ما. و
- ◀ يدخلون بسرعة في حلقة مفرغة من العجز واليأس.

- 1 حاولي أن تبقي هادئة.
- 2 حاولي فهم السبب (جوع، عطش، امتلاء الحفاضة، تعب...)
- 3 حاولي تهدئة طفلك بالنظر اليه . أو بالحديث المهدئ، أو بالتأرجح اللطيف، أو بالغناء.
- 4 إذا شرع طفلك في الصراخ المتواصل: خذيه الى غرفة اخرى أو لفترة وجيزة الى الهواء الطلق. فهذا يساعده على الاسترخاء والهدوء.

تحذير: لا تقومي بمحاولات التهدئة السريعة. فهذا يجعل الرضع غير هادئين أكثر.



الاطفال يصرخون لأنهم...

... يعانون من الجوع أو التعب، أو امتلاء الحفاضات، أو مجهدون، أو يشعرون بالملل، أو محتاجون الى اهتمام.

.....
◀ جميع الرضع يصرخون: هذا أمر طبيعي تماماً في الأشهر الأولى.

◀ الاطفال يصرخون بشكل مختلف: عدد مرات صراخ الرضيع و مدته وعلو صوته يختلف من طفل إلى آخر.

◀ في البداية يكون الصراخ أكثر: حتى الأسبوع السادس يكثر الصراخ الى ساعتين ونصف يومياً. ثم بعد ذلك تقل فترات الصراخ عادتاً.

.....
الرضع يصرخون لأسباب متعددة وأحياناً بدون أسباب معروفة. لكن عندما يصرخ الرضيع فهذا يعني «لا أشعر بالراحة وأنا في حاجة الى قرب منكم». ولا يعني أبداً: «اريد ازعاجكم».

الرضع بين 0 و 1 سنة



موجز قصير
معلومات
للوالدين

* وجبة الهريس الأولى

* هل تعلم أن رضيعك يظهر لك متى كان على استعداد
بتناول الأطعمة الغير سائلة؟

Arabisch **Beikost**



للمزيد من المعلومات زوروا الموقع
www.kindergesundheit-info.de

موجز قصير
معلومات
للوالدين



هيئة التحرير

الناشر: المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA), كولونيا
إدارة المشروع/BZgA: القسم 11-1, أورشولا مونسترمان التصميم: www.bg-medienwerkstatt.de
التحرير: ديكوب وتينيل الطباعة: Kern, Bexbach
الطبعة: 9.30.11.19 رقم الطلب: 11041804
تاريخ الإصدار: يوليو 2019
جميع الحقوق محفوظة.

يمكن طلب هذه المطوية مجاناً عبر الموقع الإلكتروني order@bzga.de أو من المركز الاتحادي
للتوعية الصحية (BZgA, 50819) كولونيا أو على الإنترنت. وهي غير مخصصة للبيع عن طريق
المستقبل/المستقبل أو من خلال طرف

إثبات الصورة:

Titelseite www.fotolia.com S. 2 © Svetlana Fedoseeva, S. 3 © Viktorija, S. 5 © Franck Boston



عندما يصير طفلك على عدم تحرير الملعقة
من يده، فيمكنك حينئذ أخذ ملعقة أخرى
بدل الأولى والاسترسال في اطعامه!

لاترغمي طفلك على تناول شيء ما بعنف.
لن تريح خلاف حول الطعام. إنه فقط يعكس
صفو العلاقة بينك وبين طفلك.

بالتعاون مع املعهد القومي
للمسرعة امل بكرة

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

بهذا يتم النجاح طريقة سهلة لإطعام الهريس

خمس نصائح هامة

1 يجب أن تكون عملية الإطعام ممتعة لكما معا حتي ولو تم سكب الطعام. لذلك إرتدي انت وطفلك ملابس مناسبة. ويمكنك وضع الصحف القديمة مثلا على الأرض والطاولة كي لا تتسخ.

2 أقعدي طفلك على حجرك حتى يكون رأسه وعنقه معتدلين ويمكنك النظر وجها لوجه.

3 خذي الوقت الكافي للإطعام بالملعقة وتحديثي مع طفلك بهدوء.

4 ضعي الملعقة أمام فمه وانتظري حتى يفتح فمه. فان لم يفتح فمه ضعي قليلا من الطعام على شفثيه حتى يجذبه الطعام.

5 اضيفي أطعمة جديدة مثل الخضر المهروسة والبطاطس واللحوم كل على حده في الأول وخلال أيام متباعدة. فهكذا ستلاحظين مدى تحمل طفلك الطعام الجديد.



مستعد

لطعام غير السائل

مع بداية الشهر الخامس، وفي أقصى حد في نهاية الشهر السادس، يكون قد تم تطور الطفل الى حد أنه قادر أن يأكل العصيدة من الملعقة.

ابدأي بملعقة أو إثنين من هريس الخضر ثم إعطي طفلك وجبة الحليب المعتادة. ضاعفي كمية الهريس تدريجيا. يتم استبدال وجبات الحليب بوجبات الهريس خطوة بخطوة.

للمزيد من المعلومات حول وجبات الهريس
ووصفات التحضير



www.kindergesundheit-info.de ◀

يجيب عن اسئلتكم الداية أو طبيب أو طبيبة الأطفال
الخاص بكم.

... أن الأطفال احيانا يحتاجون للعديد من عينات الطعام الصغيرة، كي يتعرفوا ويحبوا الطعم الجديد؟ إذا رفض رضيعك تذوق طعم جديد، حاولي اليوم التالي ثم الذي يليه. ولكن لا ترغمي طفلك أبدا.

... ان طفلك يعرف جيدا متى يشبع وهو يظهر لك ذلك؟ عندما يغلق طفلك فمه ويعرض عن الطعام تكون هذه أفضل إشارة لكي تتوقفي عن إطعامه قولي له «انتهى» ثم نظفيه وإلعبى معه أو اجعليه يستلقي.

... ان مع قليل من الصبر والسكينة، ستتمكنين بدون شك بسرعة من خلق علاقة إنسجام مع رضيعك، اثناء إطعامه؟



هل تعلم...

... أن رضيعك يظهر رغبته في تناول أطعمة غير سائلة؟ فهو يهتم مثلا لما يأكله الآخرين، أو يحرك فمه عندما ينظر للآخرين وهم يأكلون أو يفتح فمه عندما تلمسه بالملعقة في حده.

... ان الرضع غالبا ما يبصقون الهريس في البداية، لأن الأكل بالملعقة بالنسبة للرضيع شئ لم يألفه بعد و لا بد من تعلمه؟ فريضك في حاجة للتعود على المذاق الجديد. يتطلب الامر الوقت الكافي لكي يكتشف الطفل هذا الطعم الجديد بشفتيه ولسانه، وبحنكه، وربما أيضا بأصابعه.

... أنه بإمكانكي مواصلة ارضاع طفلك حتى بعد الإطعام بوجبات الهريس؟ ان وجبات الحليب تستبدل تدريجيا بالهريس. لا يزال بإمكانكي إرضاع طفلك طالما ترغبان في ذلك.

للمزيد من المعلومات
عن تطور الطفل يرجى
زيارة



www.kindergesundheit-info.de ◀

سيقوم طبيب/طبيبة الأطفال أيضًا
بالإجابة على أسئلتك.

دعم التطور

الملاحظات الخمس الأكثر أهمية

- 1 امنح طفلك الوقت الكافي والفرصة في اللعب والحركة وفقًا لرغبته ومزاجه الخاص.
- 2 لا تحاول أن تعلم طفلك شيئًا هو غير مستعد له.
- 3 ادعم طفلك وأثنِ عليه إذا أراد القيام بشيء بنفسه.

هل كنت تعلم أن الأطفال في حاجة دائمة لعروض جديدة وكل قدر من التنوع؟ كثيرًا جدًا ما تقل المثيرات الشيقة التي تختلف باختلاف عمر الطفل. فغالبًا ما تصلح الألعاب البسيطة المصنوعة من الخشب أو البلاستيك بشكل أفضل بكثير من الألعاب الإلكترونية والكهربائية التي تُصدر الأصوات أو تسير أو تعمل بالضغط على أحد المفاتيح.

هل كنت تعلم أن الأطفال دائمًا ما يتخذون آبائهم مَثَلًا عليا - في الخير كما في الشر؟ يحاكي الأطفال الكثير من أفعال آبائهم بشكل خاص ويقلدونهم - في طريقة أفعالهم وتصرفاتهم في مواقف محددة.

هل كنت تعلم أنه يمكنك أن تسهل على طفلك تعلم بعض الأمور من خلال التوضيح والعرض ولكن لا يجب عليك حرمانه أيضًا من حرية التجريب الذاتي والتدريب؟



هل كنت تعلم ...

هل كنت تعلم أن حب الاستطلاع والاستكشاف يُعد «المحرك» لتطور الطفل؟ يتمتع الأطفال منذ نشأتهم بحب الاستطلاع. وهم يرغبون في إدراك ما يجري حولهم، ويحاولون أن يفهموا ما علاقتهم هم به.

هل كنت تعلم أنه لا يمكن أن ينشأ حب الاستطلاع لدى الأطفال بشكل اختياري؟ ما يهم الطفل وما يشعر تجاهه بحب الاستطلاع يرتبط بالقدرات التي نمت وتطورت لديه. فمثلاً عندما يستطيع الطفل السير بأمان وحرية دون مساعدة من أحد، فإن اهتمامه ينصب على: كيف يسير وكيف يجري بطريقة معينة على الأرض أو الرمال أو على الرصيف أو البلاط.

... هل كنت تعلم أن اللعب والتعلم هما بمثابة شيء واحد بالنسبة للطفل؟ فمن خلال اللعب يستكشف الأطفال طبيعة الأشياء وما إذا كانت متشابهة أو مختلفة مثلاً. فهم يتعرفون على الأشياء اليومية. كما يكتشفون بطريقة صعبة أحياناً كيف تترابط هذه الأشياء وكيف تعمل عن طريق المحاولة والخطأ.

الرُضع والأطفال الصغار من سن يوم إلى 3 سنوات



موجز قصير
معلومات
للوالدين

تطور الطفل*

* هل كنت تعلم أن حب الاستطلاع والاستكشاف يُعد «المحرك» لتطور الطفل؟

Arabisch **Entwicklung**



للمزيد من المعلومات زوروا الموقع
www.kindergesundheit-info.de ◀

موجز قصير
معلومات
للوالدين

هيئة التحرير

الناشر: المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA), كولونيا
إدارة المشروع/BZgA: القسم 11-1, أورشولا مونسترمان الطبعة: 9.30.11.19
التحرير: ديكوب وتينيل
الطباعة: Kern, Bexbach
رقم الطلب: 11041805

يمكن طلب هذه المطوية مجاناً عبر الموقع الإلكتروني order@bzga.de أو من المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA, 50819) كولونيا أو على الإنترنت. وهي غير مخصصة للبيع عن طريق المستقبل/المستقبل أو من خلال طرف

إثبات الصورة:

www.fotolia.com Titel © st-fotograf, S. 2 © NiDerLander, S. 4 © lagom, Yvonne Bogdanski, Ramona Heim

بالتعاون مع
لللمساعدة
القومي
Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



ما قد يستطيع طفلك القيام به

خطوات تطور مهمة من عمر يوم إلى ثلاث سنوات

في السنوات الأولى يقوم الأطفال بتطوير قدرتهم على الحركة الجسدية، والتفكير وتعلم النطق والتعامل مع الآخرين. ويقوم كل طفل بهذا الأمر وفقًا لطريقته الخاصة ودرجة سرعته الذاتية. ولا تقدم النظرة العامة في هذه المطوية سوى نقاط عامة لمراحل النمو الأكثر أهمية خلال أول ثلاث سنوات.

ثلاثة شهور	
القدرة على الحركة (النشاط الحركي للجسد)	<ul style="list-style-type: none"> يستطيع الطفل الحفاظ على وضعية رأسه وهو مستلقٍ على بطنه وكذلك وهو جالس.
الإمساك/مهارات اليد والأصابع	<ul style="list-style-type: none"> يضع الطفل الرضيع كلتا يديه على منتصف جسده ويلعب بأصابعه. يمكنه الإمساك بلعبة صغيرة لفترة قصيرة.
التفكير	<ul style="list-style-type: none"> يتابع الطفل الرضيع بعينه أحد الألعاب، التي تتحرك أمام عينيه ببطء.
النطق والفهم	<ul style="list-style-type: none"> إذا خاطبه الأب أو الأم من جانبه، فإن الطفل الرضيع يوجه رأسه ناحية الصوت. يقوم «بالنقر» ويتمتم بمرح «رررر، جررر ...»
السلوك الاجتماعي	<ul style="list-style-type: none"> يكون الرضيع سعيدًا ويتسم عندما يخاطبه أحد أو يداعبه أو يلاطفه أو يرفعه لأعلى.

سنة أشهر	
القدرة على الحركة (النشاط الحركي للجسد)	<ul style="list-style-type: none"> عندما يكون الطفل الرضيع مستيقظًا ومستلقيًا على ظهره، فإنه يحرك ذراعيه وساقيه بشكل متشابه. يمكنه أن يدير جسده بمفرده - على جانبه أولاً، ثم من بطنه على ظهره وفي النهاية يقوم بالعكس.
الإمساك/مهارات اليد والأصابع	<ul style="list-style-type: none"> يستطيع الطفل الرضيع الإمساك بالشيء قاصدًا، والإمساك بالألعاب الأقل حجمًا بيد واحدة ثم يضعها في يده الأخرى.
التفكير	<ul style="list-style-type: none"> يضع الطفل الرضيع اللعبة أو الأشياء الأخرى التي يستطيع إمساكها في فمه ويمصها ويحاول قضمها. يتابع باهتمام ما يجري حوله.
النطق والفهم	<ul style="list-style-type: none"> يوجه الطفل الرضيع رأسه وجسمه في اتجاه ما يجذب اهتمامه والأصوات التي يألّفها. «يجيب» إذا خاطبه أحد بأشياء غير مفهومة وهمهمة، وصراخ، وهمس، مثل «آه» و «إي».
السلوك الاجتماعي	<ul style="list-style-type: none"> يحاول الطفل الرضيع التواصل مع أبيه وأمه عبر النظرات، ويتسم لهم أثناء ذلك. يضحك ويصدر أصواتًا مختلفة ويلوح بيديه ويركل بساقيه إذا ما لعب معه أحدهم.

12 شهرًا	
القدرة على الحركة (النشاط الحركي للجسد)	<ul style="list-style-type: none"> يستطيع الطفل الرضيع الجلوس بأمان وحرية، دون أن تسنده أيدي أحد. يزحف وينزلق للأمام و/أو إلى الخلف ويمشي بالفعل ممسكًا بيديه الأثأث أو مستندًا على الحائط.
الإمساك/مهارات اليد والأصابع	<ul style="list-style-type: none"> يمسك الطفل ويحمل أشياء صغيرة بين الإبهام المنطوية والسبابة المفتوحة. يمكنه الإمساك بكرة بكلتا يديه.

التفكير	<ul style="list-style-type: none"> ينظر الطفل إلى الأشياء التي بين يديه بدقة واهتمام. يبحث عن تلك الأشياء التي تختفي من أمامه حتى يجدها.
النطق والفهم	<ul style="list-style-type: none"> يفهم الطفل 20 كلمة على الأقل وكذلك النواهي الصغيرة («لا، لا»)، والطلبات («افتح فمك» و «أعطني الكرة»). ينطق بوضوح «با-با»، «لا-لا»، «جا-جا» والكلمات الأولى «ماما» و «بابا» أو «مم-مم» للطعام، «هاو-هاو» مثل الكلب.
السلوك الاجتماعي	<ul style="list-style-type: none"> يبدأ الطفل في التواصل مع الآخرين فتراه يتسم مثلًا لغيره من الأطفال. يفرق في سلوكه بوضوح بين الأشخاص الذين يعرفهم والغرباء.

سنتان	
القدرة على الحركة (النشاط الحركي للجسد)	<ul style="list-style-type: none"> يمشي الطفل وحده بحرية وأمان.
الإمساك/مهارات اليد والأصابع	<ul style="list-style-type: none"> يشخبط الطفل على الورق، غالبًا ما يمسك قلم التلوين بقبضة يديه.
التفكير	<ul style="list-style-type: none"> يلعب الطفل ألعاب تقمّص الأدوار البسيطة مع دمي العرائس والحيوانات ومكعبات البناء. فيذا لم يكن معه أحد الأشياء التي يلعب بها، فيستطيع أن يتخيلها. أو أن يضيف أهميتها على شيء آخر («لعبة تقمّص الأدوار»: كأن يستخدم علبة الكرتون الخاصة بالحذاء كسيارة).
النطق والفهم	<ul style="list-style-type: none"> يدرك الطفل الصور ويُسميها في كتاب الصور ويلاحظها بدقة. وهو يشير على عينيه وأذنه وفمه إذا ما سُئل عنهم. ينطق 200-50 كلمة (غير ماما وبابا): «واو-واو»، «كرة»، «ضوء» ويفهم بعض التعليمات البسيطة والأوامر التي يعرفها («أعطني ...»، «أحضر لي ...»). يبدأ كلامه بجملة من كلمتين: يبدأ كلامه بجملة من كلمتين: «ماما تلعب»، «محمد مُتعب»، وأول أسئلته تكون: «ما هذا؟»

السلوك الاجتماعي	<ul style="list-style-type: none"> يرغب الطفل، بل يبحث بنفسه عن التواصل مع أطفال آخرين. يمكن للطفل أن يلعب لوحده لمدة 15 إلى 20 دقيقة تقريبًا. حتى مع عدم تواجد أحد الوالدين في نفس الغرفة، ولكن قريبًا منه.. يفهم الأوامر والنواهي البسيطة ويحاول أن يتبعها في كل الأحوال.
-------------------------	--

ثلاث سنوات	
القدرة على الحركة (النشاط الحركي للجسد)	<ul style="list-style-type: none"> يجري الطفل بسرعة وأمان، ويزيل العوائق التي تقابله في طريقه بمهارة. يتعلم قيادة الدراجة ذات العجلات الثلاث وثنائية العجلات.
الإمساك/مهارات اليد والأصابع	<ul style="list-style-type: none"> يمكن للطفل قلب صفحات الكتاب أوالدفتربعناية وكل منها على حدة. وهو يمسك الأشياء الصغيرة بأطراف أصابع الإبهام و السبابة والوسطى. يرسم خطوطًا مستقيمة أو قد يرسم خطوطًا دائرية، ويمسك القلم بقبضة يده.
التفكير	<ul style="list-style-type: none"> يلعب الطفل مع نفسه ومع غيره من الأطفال «ألعاب تقمّص الأدوار» البسيطة (متجر أو عائلة أو موقف ما). يتعرف في كتاب الصور على الحيوانات والنباتات والأنشطة اليومية.
النطق والفهم	<ul style="list-style-type: none"> يحب الطفل أن يستمع لأناشيد وأغاني الأطفال ويستطيع أن يحفظ أجزاء منها. ينطق الطفل بجمِل متألّفة من 3 الى 5 كلمات ويمكنه التعبير عما يريد وما يشعر به وما لا يحبه بدون صعوبة. يستطيع طرح الأسئلة بشغف بالغ: «لماذا فقدت جدتي؟»، «أين الطفل؟» (تبدأ أسئلة هذه السن بمن وكيف وماذا ولماذا).
السلوك الاجتماعي	<ul style="list-style-type: none"> يحب الطفل أن يساعد في أعمال البيت والحديقة دون أن يطلب منه أحد ذلك. يستطيع المكوث لعدة ساعات وحده عند الأشخاص الذين يعرفهم معرفة جيدة وبالفهم.

الأطفال الرضع من يوم إلى سنة



موجز قصير
معلومات
للوالدين

أول كلمة*

* هل كنت تعلم أن صوتك هو أكثر الأصوات التي تجذب انتباه طفلك؟



للمزيد من المعلومات زوروا الموقع
www.kindergesundheit-info.de

موجز قصير
معلومات
للوالدين

هيئة التحرير

الناشر: المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA), كولونيا
إدارة المشروع/BZgA: القسم 1-11, أورشولا مونسترمان الطبعة: 9.30.11.19
التحرير: ديكوب وتينيل
الطباعة: Kern, Bexbach
رقم الطلب: 11041806

يمكن طلب هذه المطوية مجاناً عبر الموقع الإلكتروني order@bzga.de, أو من المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA, 50819) كولونيا أو على الإنترنت. وهي غير مخصصة للبيع عن طريق المستقبل/المستقبل أو من خلال طرف

إثبات الصورة:

www.fotolia.com Titel © cédrick chabal, S. 2 © ungaryanu, S. 4 © Dron, puckillustrations, S. 5 © anatoly Tiplashin

بالتعاون مع
للمساعدة

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



ما قد يستطيع طفلك الرضيع القيام به

العمر	الفهم والنطق
من يوم إلى ثلاثة شهور	◀ طفلك الرضيع يفهم "الأحاسيس التي تحملها نبرة صوتك وما إذا كانت هادئة أو مشجعة." ◀ تخرج في البداية على نحو غير مقصود (النقر والتمتمة "رررر، جررر...")
من 3 إلى 6 شهور	◀ إذا خاطبته أو لعبت معه، فإنه يتسم لك ويخاطبك بصيحات وهمهمة، وصراخ، وهمس، بـ"آه" و"إي". ◀ يستجيب للأصوات ويحرك عينيه أو رأسه في اتجاه مصدر الصوت.
من 6 إلى 9 شهور	◀ يتمم طفلك المقاطع الأولى ويضعها بجانب بعضها البعض، ثم يضعها بعد ذلك بقليل: "دا-دا-دا"، "با-با-با"، "دا-دا"، "با-با". ◀ في لعبة التحدث والرد "يجيبك" بنبرات وأصوات مختلفة وبداية من الشهر الثامن تقريباً يبدأ في فهم كلماتك الأولى.
من 9 إلى 13 شهراً	◀ طفلك يفهم طلبات بسيطة ("أعطني الكرة"). يرد بوعي على أسئلة مثل "أين بابا؟". ◀ يلوح عند القول "إلى اللقاء"، ويهز رأسه مع "لا" ويصفق بيديه عندما يكون سعيداً. ◀ قد يتمم الكلمات الأولى "ماما" و"بابا" أو "مم - مم" للطعام.



«عندي خمسة أصابع لها
عدة منافع. أصغر إصبع
الخنصر ومن بعده يأتي
البنصر. وسطى وسبابة
وإبهام. سبحان الله
الصانع»

لعبة الأصابع

حيث يتم اللعب بوضع
أصابع اليد على بعضها
البعض وتحريكها.

4 أنشد لطفلك أغاني بسيطة والعب معه لعبة الأصابع وكرر دائماً
الكلمات ذات القوافي وكلمات المداعبة. وحاول محاكاته في نطقه لـ
«لغته» الخاصة. وبالتالي يكتشف طفلك الرضيع أنه على الطريق
الصحيح في تعلم اللغة. (ولكن لا ينبغي استعمال «لغة الطفل
الرضيع» هذه في المرحلة المتقدمة).

5 شاهدوا معاً كتب الصور البسيطة. وفي عمر سبعة وثمانية
شهور سيبدأ طفلك الرضيع في الاستمتاع بالحصول على معلوماته
من الكتب: هذه بقرة. البقرة تقول «موو». القطة تقول «ماو». السماء
زرقاء. الشمس صفراء.

حتى يستطيع طفلك تعلم النطق بشكل جيد. يجب أن يحسن
الإنصات أيضاً بشكل جيد.

حتى إذا كانت نتيجة اختبار السمع جيدة، فيجب عليك بين الحين
والآخر أن تحرص على معرفة مدى قدرة طفلك على الاستماع مثل
استجابته للأصوات.

يجب عليك استشارة طبيب/طبيبة طفلك، إذا ما شعرت أن لديه
مشكلة في السمع أو أنه يتمتم بشكل قليل جداً بعد بلوغه نصف
عام.

إثارة وتنمية فرحة النطق

الملاحظات الخمس الأكثر أهمية

1 تحدث مع طفلك الرضيع من البداية
وامنحه الوقت لكي «يجيب». تحدث معه
بجمل قصيرة وبسيطة عما كنت تفعله
منذ قليل أثناء اللعب معه مثلاً أو
الاستحمام أو تركيب الحفاضة له أو
إطعامه: «سأقوم الآن بنزع الحفاضة». «بابا
يعانقك». «سنذهب الآن للتسوق».

2 دع طفلك ير العالم المحيط من
حوله ويسمعه ويشعر به. اعرض له ما
يراه أو ما يسمعه أو ما يشعر به وما
يشعر تجاهه بالاهتمام وسمه له: «هذه
كرة». «هذه الدمية الدب لديها فرو ناعم
جداً».

3 انصت لطفلك. إذا أراد التواصل معك
من خلال الأصوات أو لغة الجسد أو لغة
العيون. انظر إلى طفلك وتحدث معه.
عندما يبحث عن نظراتك مثلاً أو عندما
يُصدر أصواتاً مرحة.

للمزيد من المعلومات
عن تطور مهارات الطفل
اللغوية يرجى زيارة

i

www.kindergesundheit-info.de ◀

سيقوم طبيب/طبيبة الأطفال أيضاً
بالإجابة على أسئلتك هذه.



هل كنت تعلم ...

... أن صوتك هو أكثر الأصوات التي تجذب انتباه طفلك؟ فالطفل يفضل
منذ أيامه الأولى أن يتحدث إليه الناس. وأكثر ما يعجبه أن يتحدث إليه
أمه أو أبوه.

... أن لديك تأثيراً كبيراً على تعلم طفلك للكلام؟ فعطفك واهتمامك
بطفلك الرضيع يحفز ويدفعه للتواصل مع بيئته المحيطة. وأثناء
تواصله معك ومع الأشخاص المحيطين، فإنه يسمع اللغة ويكتشف
أن الناس تنصت إليه أيضاً - وذلك قبل فترة طويلة من قدرته على
النطق.

... أن طفلك الرضيع يتعامل بإنصات أكبر مع لغة الأم أثناء أي نوع من
«التسلية»؟ فكل مرة تحكي فيها شيئاً لطفلك الرضيع، أو تغني له
شيئاً أو تهدئه أو تحفزه ببعض الكلمات، سيساعده ذلك على أن يألف
«لغته» بشكل أفضل.



موجز قصير
معلومات
للوالدين

تعلم النطق*

* هل كنت تعلم أن صوتك هو أكثر الأصوات التي تجذب انتباه طفلك؟



للمزيد من المعلومات زوروا الموقع
www.kindergesundheit-info.de

موجز قصير
معلومات
للوالدين

ما قد يستطيع طفلك القيام به

قد يفهم طفلك في بداية عامه الثاني من 50 إلى 100 كلمة تقريباً. ويفهم الطلبات البسيطة («أعطني الكرة»). ويلوح «إلى اللقاء». ويهز رأسه مع قوله «لا» ويصق بيده عندما يكون سعيداً. قد يتمم كلماته الأولى «ماما» و«بابا» أو «مم - مم» عندما يكون جائعاً.

النظرة العامة توفر مؤشراً تقريبياً لمزيد من التطور

العمر	الفهم والنطق
من 19-20 شهراً	يمكن للطفل لفظ 20 كلمة على الأقل (باستثناء «ماما» و«بابا»): «واو-واو»، «كرة»، «ضوء».
من 20-24 شهراً	بدء الجمل المكونة من كلمتين: «ماما تلعب»، «أحمد مُتعب». «سن أول سؤال: «ما هذا؟»
سنتان ونصف	جمل مكونة من ثلاث كلمات أو أكثر: «ماما ذهبت» أول استخدام لضمير المتكلم أنا: «أنا متعب»
3 سنوات	تزداد المحصلة اللغوية بشكل هائل. المرحلة الثانية من الأعمار التي يسأل فيها الطفل (من وأين وكيف وماذا ولماذا): «أين الطفل؟»، «لماذا والدي غير موجود؟» يستطيع الطفل أن يتابع قصصاً قصيرة.

خلال السنوات التالية حتى دخول المدرسة سوف يوسع طفلك من محصلته اللغوية بشكل كبير. ويكون قادراً على إعادة حكي القصص. ووصف مواقفه الحياتية والتعبير عن أفكاره بشكل أفضل. ومع نهاية الفترة الدراسية الأساسية سوف تسير عملية التحدث والفهم أخيراً «بشكل تلقائي تماماً» وبسرعة عالية.

هيئة التحرير

الناشر: المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA). كولونيا
إدارة المشروع/BZgA: القسم 1-11. أورشولا مونسترمان التصميم: www.bg-medienwerkstatt.de
التحرير: ديكوب وتينيل الطباعة: Kern, Bexbach
رقم الطلب: 11041807
الطبعة: 9.30.11.19 تاريخ الإصدار: يوليو 2019
جميع الحقوق محفوظة.

يمكن طلب هذه المطوية مجاناً عبر الموقع الإلكتروني order@bzga.de. أو من المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA, 50819) كولونيا أو على الإنترنت. وهي غير مخصصة للبيع عن طريق المستقبل/المستقبل أو من خلال طرف

إثبات الصورة:

Titel © Stockbyte, S. 2 © photodisc, S. 4 www.fotolia.com © Monkey Business

بالتعاون مع ام لعهه القومي
للمساعدة ام ل بكرة

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



هل كنت تعلم ...

... أن الطفل يستطيع التحدث مع الأشخاص المقربين له فقط؟ حتى يستطيع الطفل تعلم اللغة فإنه يحتاج لوالديه وإخوانه أو غيرهم من الأشخاص المقربين الذين يفهموه ويجاوبون على أسئلته ويعززون لديه مهاراته اللغوية.

... أن تعلم التحدث يختلف تمامًا من شخص لآخر من حيث متى وكيف يتعلم الطفل التحدث بشكل سريع. أغلب الأطفال يتحدثون في عمر 12 شهرًا تقريبًا كلماتهم الأولى. غيرهم يحتاج لوقت أطول تقريبًا. كذلك فمع الأطفال الذين ينمون نموًا طبيعيًا يمكن أن تزداد محصلتهم اللغوية بشكل هائل مع نهاية عامهم الثاني. على الطفل في سنّ العامين أن يتكلم بشكل صحيح وما لا يقل عن 20 كلمة مختلفة. بإستثناء كلمتي «ماما» و«بابا».

اهتمامك بطفلك يشجعه على التواصل مع بيئته الخارجية ويثير تطوره اللغوي.



... أنه ليس السمع فقط المهم في عملية التطور اللغوي وإنما هناك عوامل أخرى مثل البصر والحس والشم والتذوق؟ الأطفال يكتشفون بيئتهم المحيطة بجميع حواسهم: كيف يشعر بالشيء وما هو طعمه ورائحته وما إذا كان حاد الزوايا أو دائري الشكل. لينًا أو صلبًا. ما هو لونه أو شكله. كل هذه الانطباعات يحتفظ بها الطفل في ذاكرته - مع الأحاسيس التي يشعر بها والكلمات التي يسمعا أثناء ذلك.

... أن القراءة أمام الأطفال تضيف عليهم نوعًا خاصًا من المرح وتجعلهم في حالة جيدة؟ إن القصص تثير خيال الأطفال ويتعرف الطفل منها على أشياء شديدة الإثارة. ويتمتع في نفس الوقت بمجالسة أبيه وأمه ويتمكن من ملاحظة تعبيرات وجوههم وأيديهم أثناء «حديثهم».

... أن السعادة والاهتمام الذي يبديه طفلك تجاه الحديث في كل مرحلة من مراحلها هو أهم من تحدثه «بشكل صحيح»؟

للمزيد من المعلومات عن تطور مهارات الطفل اللغوية يرجى زيارة



www.kindergesundheit-info.de <

سيقوم طبيب/طبيبة الأطفال أيضًا بالإجابة على أسئلتك هذه.

دعم تطور المهارات اللغوية

الملاحظات الخمس الأكثر أهمية

1 امنح طفلك أكبر قدر من الفرص لتسليته في محيط العائلة والحديث بنفسه. وتتوافر هذه الفرص أثناء اللعب والأنشطة اليومية وفي محيط العائلة. تحدث مع طفلك بأبسط العبارات والجمل الممكنة. ولكن لا تستخدم معه لغة الأطفال.

2 دع طفلك يتحدث على طريقته ودعه يتمم حتى وإن كانت كلماته غير واضحة في البداية. انصت لطفلك باهتمام وحاول أن تفهم ما يريد قوله. دعه دائمًا يتحدث ورد عليه.

3 لا تدفع طفلك للحديث لمجرد أنك مثلاً تريده أن ينطق كلمات لا أن «يتحدث» بتعبيرات وجهه أو يديه. فكلما الأمرين يدخل في عملية تطور المهارات اللغوية لدى طفلك.

4 لا تسخر من تعبيرات طفلك الجديدة غير المألوفة ولا تخبره دائمًا أنه فعل خطأ. بل عليك تقبل ما يريد طفلك أن يخبرك به ثم كرره «داخل حديثك إليه» بشكل صحيح.

5 اسأل طفلك - عما يراه ويتذوقه ويشعر به. فالأسئلة تحفز طفلك وتساعد على الملاحظة الدقيقة وتوسيع محصلته اللغوية. ولكن: تجنب «تكرار» قول الشيء كثيرًا لإقناعه خاصة إذا كان طفلك متعبًا أو لا يبالي.

يتعين عليك التوجه إلى طبيب أو طبيبة الأطفال. إذا ما انتابك قلق تجاه تطور المهارات اللغوية لدى طفلك أو إذا شعرت أنه يتحدث أو يفهم بشكل أقل من أقرانه أو إذا كانت لغته لا يمكن فهمها إلا بصعوبة.

الرُّضْع والأطفال الصغار من سن يوم إلى 3 سنوات



موجز قصير
معلومات
للوالدين

النمو مع تعلم لغات متعددة*

* هل كنت تعلم أن الأطفال يمكنهم
تعلم عدة لغات بشكل طبيعي جداً؟

Arabisch **Mehrsprachigkeit**



للمزيد من المعلومات زوروا الموقع
www.kindergesundheit-info.de

موجز قصير
معلومات
للوالدين

هيئة التحرير

الناشر: المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA), كولونيا
إدارة المشروع/BZgA: القسم 11-1, أورشولا مونسترمان الطبعة: 9.30.11.19
التحرير: ديكوب وتينيل
الطباعة: Kern, Bexbach
رقم الطلب: 11041808

يمكن طلب هذه المطوية مجاناً عبر الموقع الإلكتروني order@bzga.de أو من المركز الاتحادي
للتوعية الصحية (BZgA, 50819) كولونيا أو على الإنترنت. وهي غير مخصصة للبيع عن طريق
المستقبل/المستقبل أو من خلال طرف

إثبات الصورة:

www.fotolia.com Titel © reflektastudios, S. 2 © wista45, S. 4 © Andres Rodriguez, S. 5 © Darren Baker

بالتعاون مع امل عده القومى
للمساعدة امل بكرة

Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



من الأفضل أن تعرف

إذا ما تعلم طفل عدة لغات مختلفة
في نفس الوقت يمكن أن يساعد ذلك
على «صقل» مهاراته اللغوية بشكل
قليل أيضاً حتى السنوات الأولى من
دخول المدرسة (مثل حصيلة كلمات
قليلة أو بناء جملة قصيرة). أمثال هذه
«المحفزات» طبيعية وتظهر في العادة
من نفسها بعد فترة.

يتعين عليك التوجه إلى طبيب أو طبيبة
الأطفال. إذا ما شعرت أن طفلك يتحدث
أو يفهم بشكل أقل من أقرانه أو إذا كانت
لغته لا يمكن فهمها إلا بصعوبة.



دعم تطور مهارات اللغات المتعددة

الملاحظات الخمس الأكثر أهمية

1 تحدث مع طفلك بلغتك الأم. يجب على الأب أو الأم التحدث مع أطفالهم باللغة التي يمكنهم بها تهدئته على نحو أفضل أو تخفيف آلامه وإظهار عواطفك تجاهه. وعادة ما تكون هي اللغة الأم.

2 في حالة تعلم طفلك للغتين، فيجب أن تضع «قواعد لغوية» واضحة أثناء الحديث داخل الأسرة. حاول تغيير اللغات واستخدامها داخل الأسرة على نحو اختياري: فمن المهم لطفلك أن يكون بمقدوره استخدام لغة محددة في مواقف محددة ومع أشخاص محددين. كأن يتم استخدام اللغة التركية مع الأم والألمانية مع الأب على سبيل المثال.

3 داعب طفلك من البداية باستخدام لغتك الخاصة. حتى يمكنك أن تثير لديه سعادة النطق وأن تقدم له قدوة لغوية حسنة. ساعده على تطور مهاراته اللغوية بلغته الأم. وهكذا فأنت تضع في نفس الوقت أساسًا مهمًا لتعلم لغة ثانية بشكل ناجح.

4 امنح طفلك أكثر من فرصة في وقت مبكر لأن يتعايش مع لغتيه اللغويتين وأن يستخدمهما كذلك. تحت «كافة الظروف اليومية» يمكن تعلم اللغة الثانية بشكل أسهل - في مكان اللعب ومع الأصدقاء والصدقات في المنزل وفي دار الحضانة.

5 إذا لم يكن طفلك قد استطاع تحدث الألمانية عند دخوله دار رياض الأطفال، فاستمر في التحدث معه بلغتك الأم. وبالتالي تساعده على الانتهاء من تحصيله اللغوي في لغته الأولى. وفي نفس الوقت امنحه الفرصة الكافية لأن يلعب مع الأطفال الذين يتحدثون الألمانية. خارج دار رياض الأطفال أيضًا. حتى يمكنه تعلم الألمانية بشكل جيد.

للمزيد من المعلومات
عن تطور مهارات
الطفل اللغوية واللغات
المتعددة يرجى زيارة



www.kindergesundheit-info.de ◀

سيقوم طبيب/طبيبة الأطفال أيضًا بالإجابة على أسئلتك هذه.

للتعرف على أكثر المراحل أهمية في تعلم النطق وكيف يمكنك مساعدة طفلك في ذلك، يرجى الاطلاع على مطوية معلومات قصيرة وموجزة للأباء «الكلمة الأولى» و «تعلم النطق».

... أن الطفل عندما يتعلم عدة لغات في أثناء نموه سوف يمنحه ذلك فرصة عظيمة؟ فلن يتعلم الطفل لغات مختلفة بهذه السهولة مرة أخرى أبدًا. وسوف تساعده لغاته المتعددة بعد ذلك وتوفر له مزايا متعددة.

... أن الرعاية وفرحة التحدث والمحفزات اللغوية الكافية في اللغات المختلفة تعتبر أفضل أساس لتطور مهارات اللغات المتعددة بشكل ناجح؟



هل كنت تعلم ...

... أن الأطفال يمكنهم تعلم عدة لغات بشكل طبيعي جدًا؟ يستطيع الأطفال تعلم عدة لغات في نفس الوقت أو واحدة تلو الأخرى بشكل جيد. ويقول المتخصصون إن هذه إحدى المواهب الطبيعية للإنسان.

... أن كثيرًا من الأطفال ينمون مع لغتين أو أكثر؟ في كثير من البلاد ينمو الطفل مع أكثر من لغة. كما أنه من الشائع في ألمانيا أن ينمو الطفل مع لغتين. وفي أغلب الأحيان تكون الألمانية هي اللغة الثانية.

... أن الأطفال تتعلم اللغات بشكل أسهل كلما بدأوا تعلمها في وقت مبكر؟ يستطيع الأطفال في سنواتهم الأولى تعلم لغة ثانية بنفس السهولة تقريبًا التي يتعلمون بها لغتهم الأولى؟



يرغب الطفل منذ نعومة أظافره في تحديد ما يحتاجه من اهتمام وتحفيز وتنوع.

نشاط الطفل منذ نشأته

من المعلوم أن حديث الولادة يمكنه الرؤية والسمع والتذوق والشم. كما يمكنه الشعور عندما يمسك به ويحمل. ومنذ لحظة ولادته يرغب في إقامة علاقة معكم بصفتمكم الآباء والأمهات. كما يمكنه إخباركم بذلك بطرق مختلفة:

كل طفل لديه روتينه الخاص به. وينمو بمعدل خاص به تمامًا.

كل طفل لديه ما يفضله وما يكرهه. ولديه نقاط ضعف ونقاط قوة.

كل طفل لديه مزاج مختلف عن غيره. فقد يكون أكثر هدوءًا أو لطفًا. أو أكثر أو أقل صراخًا. أو يهدأ بصورة أسهل أو أصعب.

فبعد الولادة بقليل يقيم علاقة معك من تلقاء نفسه. بالقبض على أصابعك على سبيل المثال.

كما يستمتع عندما تداعبينه بصوتك. أو يظهر استياءه عبر أنينه مثلًا أو صراخه.



يحتاج الأطفال إلى ...

... القرب والحنان.

... الحماية والأمان.

... الاهتمام والتقدير.

... التبادل والتحفيز.

يحتاج الأطفال إلى تربية مضمونة تتميز بالثقة. فهي تمنحهم الأمان الضروري ليتمكنوا من اكتشاف عالمهم بشغف.



الرُّضْع والأطفال الصغار من سن يوم إلى 3 سنوات

موجز قصير
معلومات
للوالدين



للمزيد من المعلومات زوروا الموقع
www.kindergesundheit-info.de

موجز قصير
معلومات
للوالدين

هيئة التحرير

الناشر: المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA). كولونيا
إدارة المشروع/BZgA: القسم 11-1. أورشولا مونسترمان التصميم: www.bg-medienwerkstatt.de
التحرير: ديكوب وتينيل
الطباعة: Kern, Bexbach
رقم الطلب: 11041809

يمكن طلب هذه المطوية مجاناً عبر الموقع الإلكتروني order@bzga.de. أو من المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA, 50819) كولونيا أو على الإنترنت. وهي غير مخصصة للبيع عن طريق المستقبل/المستقبل أو من خلال طرف

إثبات الصورة:

توثيق الصور: www.fotolia.com. العنوان © Anatoliy Samara. صفحة 2 © Lena. صفحة 3 © Iagom. صفحة 4 © AndiPu. صفحة 7 © Fotowerk

الأطفال من سن يوم وحتى ثلاث سنوات النمو مع الاهتمام الدافئ* شئياً.

* يحتاج الرضع والأطفال الصغار إلى رعاية والديهم قبل أي شئياً.

Arabisch **Zuwendung**

بالشعاعون مع املاءهه القومي
للمساعده املا بكرة
Nationales Zentrum
Frühe Hilfen

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



حالة التعاون بين الطفل ووالديه

أنت وطفلك تتبادلان التفاهم فيما بينكما. وتتعاملان مع بعضكما. وتنشأ بينكما حالة من التوافق. وكلما تحسنت العلاقة بينكما ازدادت خبرة طفلك بقدرته على التأثير من خلال تعامله:

◀ يتفحص طفلك وجهك مثلاً. ويرغب في لفت انتباهك. و"كرد فعل" لذلك تنظرين إليه باهتمام وحب. ومن خلال ظهور الرضا على وجه تعرفين أنه مستمتع بذلك وأنه "متفاهم" معك.

◀ يتطلع طفلك إليك ويضحك. فتتردين إليه الضحكة وتحدثين معه.

◀ يكون طفلك غير مستقر. فتحاولين تهدئته. فتحدثين إليه مثلاً بصوت رقيق. أو تمسحين على رأسه. أو تحمليه على ذراعك. أو تضعيه على بطنك.

◀ ينظر طفلك باهتمام إلى لعبة ما. فتناولينه هذه اللعبة.

يشاهد الطفل نفسه في «رد الفعل» الذي تصدرينه على سلوكه كما لو كان ينظر إلى المرأة. وبذلك يستطيع دائماً أن يستشعر نفسه. فعندما يبلغ حوالي شهرين أو ثلاثة يبدأ في النظر إلى جسمه «بعينه». ويشعر به باعتباره شيئاً خاصاً به منفصلاً عنك. ويتطور لديه تدريجياً تصوره عن نفسه.

الإثارة وفترات الراحة

كلما كان الطفل أصغر سنًا ازداد حماسه وشغفه لالتقاط كل ما هو جديد حوله والرد عليه. وفي الأسابيع الأولى من ولادته يمكن أن يصبح الطفل متعباً فجأة وبدون مقدمات.

الاستعداد للإثارة:

◀ يتطلع الطفل إلى نظرتك إليه ويضحك إليك. ويصدر صوتاً مبهجاً أو يحرك فمه كما لو كان يريد التحدث.

◀ يرقص برجليه. ثم يمد يديه نحوك منتظراً رد الفعل إذا ما رغب في الاستكمال.

وقت الراحة:

◀ يصرف الطفل نظره ولا يحاول مجدداً التواصل بالنظر.

◀ يصبح وجهه عابساً نوعاً ما. أو يتثائب. أو تحمر عيناه.

◀ عندما يكبر الطفل قليلاً. فإنه يفرك عينيه وأنفه كعلامة واضحة على أنه يحتاج النوم.

إن تبادل النظر بدون كلمات يعتبر أيضاً مهماً في السن الصغير. وبخاصة عندما ينظر طفلك إلى وجهك باستقلالية متزايدة متفقدًا الرضا أو التشجيع أو الاعتراض.

معلومات هامة

◀ عندما يتجنب الطفل دائماً التواصل بالنظر. كأنه ينظر دائماً إلى الأسفل فقط. أو يحاول بكامل قواه أن يعرض برأسه أو جسده. فهذا إشارة تحذير إلى أن الطفل متعب من كثرة التحفيز ومن قلة فترات الراحة.

◀ بعض الآباء والأمهات يصعب عليهم التعامل مع طفلهم. فهم يواجهون صعوبات في فهم إشارات أو الاستجابة له بأسلوب حدسي صحيح. وقد يرجع السبب في ذلك إلى الضغط أو المزاج المكتئب أو المشاكل الأسرية أو الخبرات السلبية في طفولتهم الخاصة.

◀ بعض الرضع قد يكونوا ذوي مزاج صعب. فربما يكونون غير هادئين ويصرخون كثيراً. فهم يوترون بذلك والديهم. وقد يؤدي ذلك إلى صعوبة التعامل الصافي معهم.

عندما يغيب الابتهاج

قد يفتقد بعض الأمهات الشعور بالقرب نحو طفلهم. ولا يمكن للطفل أن يصل إليهم إلا بصعوبة. وغالباً ما تذهب محاولات التواصل هباءً. وعلى الجانب الآخر فهؤلاء الأمهات غالباً ما يكون لديهم قلق وخوف من أن يحدث شيء لطفلهم. وبجانب القلق والشك بالنفس وفقدان الأمل فغالباً ما يكون لديهم أيضاً خجل وشعور بالإخفاق وبأنهم أمهات فاشلات.

◀ مثل هذا الشعور يمكن أن يكون دليلاً على ما يسمى الاكتئاب بعد الولادة.

◀ هذا المرض له علاج جيد. وينبغي المعالجة منه في أسرع وقت ممكن.

◀ إن لم تُعالج الأم من هذا المرض فقد تظل تعاني دائماً من صعوبة العلاقة بين الأم والطفل. وبذلك يتعرض نمو الطفل بأكمله إلى خطر عظيم.

اطلبي المساعدة في وقت مبكر ...

... عندما يستمر المزاج المكتئب بعد الولادة لفترة طويلة غير معتادة أي زيادة على أسبوعين.

... عندما تقعين تحت ضغط دائماً وتتعبين في مهمتك الجديدة كأم. وتشعرين بعدم الأمان والتوتر.

... عندما يصعب عليك الاهتمام بطفلك.

... عندما يصرخ طفلك كثيراً وتشعرين بعدم تحمل الصراخ أكثر من ذلك.

... عندما يكون لديك شعور بأن طفلك لا يهتم بك وبمن حوله.

توجهي إلى القابلة أو طبيب أو طبيبة الأطفال لديك. واسألهم عن العروض الاستشارية للوالدين ذوي الرضع والأطفال الصغار والتي تقع بالقرب منك.

تتوفر حالياً في جميع الضواحي ما يسمى بالمساعدة المبكرة. حيث تقدم الدعم للوالدين في تربيتهم ورعايتهم لطفلهم وترافقهم في هذه العملية. وممن يقدم ذلك أيضاً القابلة الخاصة بالأسرة التي بإمكانها تقديم الدعم للوالدين عند ملاقاتهم للأعباء الشديدة خلال رعايتهم وتنميتهم ودعمهم لطفلهم في عامه الأول. ويمكنكم عادةً تلقي المعلومات حيال كيفية الاتصال بقابلة الأسرة من مكتب الشباب أو مكتب الصحة المحلي.

المزيد عن التعاون مع الطفل في السنوات الأولى من حياته. تفضلوا بزيارة الموقع الإلكتروني:

www.kindergesundheit-info.de

حيث تتم الإجابة على الاستفسارات من قبل طبيب أو طبيبة الأطفال.

أهمية التواصل مع الطفل

أهم خمس نصائح

3 خصصي وقتاً كافياً لطفلك وبخاصة من أجل رعايته وإطعامه وتنويمه في الليل. واستغلي هذه الفرص للتحدث مع طفلك. وأنصتي إليه حتى عندما لا يستطيع التعبير بكلمات.

4 ابتهجي وأظهري ابتهاجك عندما يبدي طفلك اهتمامه بك أو بالأشياء من حوله.

5 احرصى على وجود محيط آمن يمارس فيه طفلك فضوليته كما يحلو له. ويمكنه فيه اكتشاف الأشياء بدون خطر الإصابة.

2 احرصى على الاهتمام بطفلك وامنحيه الأمان بحيث تكوني على قدر المسئولية في ذلك الأمر. فتستجيبين لطفلك سريعاً وتواسينه عندما يصرخ أو يبكي. وفي الشهور الأولى من عمره يشعر الطفل بالأمان والحنان عند تواصله جسدياً وبالأخص في علاقة حميمة.