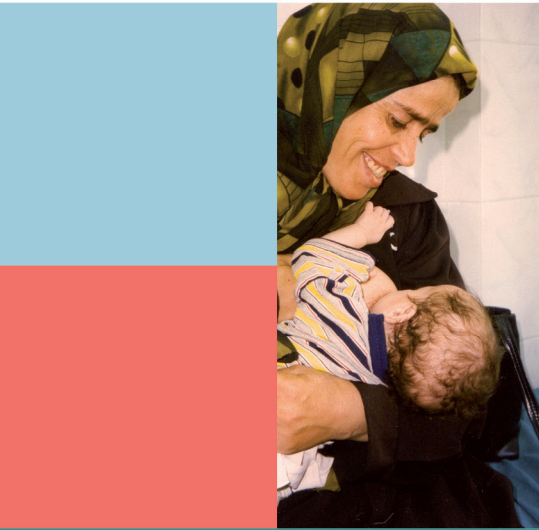




مراقبت از تکامل کودک



کتاب راهنمای شرکت کننده



World Health
Organization

unicef 



وزارت بهداشت، درمان
و آموزش پزشکی
دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
اداره سلامت کودکان



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی تبریز
معاونت بهداشت

ترجمه زیر نظر:

دکتر محمد برزگر

گروه مترجمین:

دکتر سیف اله حیدرآبادی – دکتر علیرضا نیک نیاز – دکتر نسرين براهنی

دکتر محمد مهدی منزوی – دکتر مژگان توسلی – ناهید حسنی خیابانی

* ویرایش دوم:

دکتر سیف اله حیدرآبادی – دکتر نسرين براهنی

WHO Library Cataloguing-in-Publication Data

Care for child development: improving the care of young children.

Contents: Participant manual – Counseling cards – Facilitator notes – Guide for clinical practice – Framework for monitoring and evaluation – Poster – CD-ROM with course materials, presentations, reviews and videos.

1. Child development.
 2. Health personnel – education.
 3. Delivery of health care.
 4. Teaching materials.
- I. World Health Organization.

ISBN 978 92 4 154840 3 (NLM classification: WS 105)

© **World Health Organization 2012**

All rights reserved. Publications of the World Health Organization are available on the WHO web site (www.who.int) or can be purchased from WHO Press, World Health Organization, 20 Avenue Appia, 1211 Geneva 27, Switzerland (tel.: +41 22 791 3264; fax: +41 22 791 4857; e-mail: bookorders@who.int).

Requests for permission to reproduce or translate WHO publications – whether for sale or for noncommercial distribution – should be addressed to WHO Press through the WHO web site (http://www.who.int/about/licensing/copyright_form/en/index.html).

The designations employed and the presentation of the material in this publication do not imply the expression of any opinion whatsoever on the part of the World Health Organization concerning the legal status of any country, territory, city or area or of its authorities, or concerning the delimitation of its frontiers or boundaries. Dotted lines on maps represent approximate border lines for which there may not yet be full agreement.

The mention of specific companies or of certain manufacturers' products does not imply that they are endorsed or recommended by the World Health Organization in preference to others of a similar nature that are not mentioned. Errors and omissions excepted, the names of proprietary products are distinguished by initial capital letters.

All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this publication. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

Printed in Malta

مراقبت از تکامل کودک

کتاب راهنمای شرکت کننده



World Health
Organization



وزارت بهداشت، درمان
و آموزش پزشکی
دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
اداره سلامت کودکان



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی تبریز
معاونت بهداشت

عناوین

ii	عناوین
۱	مقدمه
۱	اهداف دوره
۱	روشها و مطالب درسی دوره
۴	مراقب کیست؟
۵	مراقبت از تکامل کودک
۶	مراقبت از تکامل کودک چیست؟
۹	بحث : مراقبت از تکامل کودک
۱۰	توصیه هایی برای مراقبت از تکامل کودک
۱۲	برای نوزاد ، از تولد تا یک هفتهگی
۱۳	برای شیرخوار ، از یک هفتهگی تا ۶ ماهگی
۱۵	برای کودک ، از ۶ ماهگی تا ۹ ماهگی
۱۶	برای کودک ، از ۹ ماهگی تا ۱۲ ماهگی
۱۸	برای کودک ، از ۱۲ ماهگی تا ۲ سالگی
۲۰	برای کودک ، ۲ ساله و بزرگتر
۲۲	بحث : استفاده از کارتهای مشاوره
۲۳	تمرین ویدئویی : توصیه هایی برای بازی و برقراری ارتباط
۲۴	تمرین : ساختن اسباب بازی
۲۶	مشاوره با خانواده در مورد مراقبت از تکامل کودک
۲۶	خوشامدگویی به مراقب و کودک
۲۸	تمرین : شناختن کودک و مراقب
۲۹	نگاه کنید ، سوال کنید ، و گوش کنید : شناسایی کارهای مراقبتی
۲۹	برای تمام کودکان
۳۱	برای کودکان برحسب سن (کمتر از ۶ ماه یا ۶ ماهه یا بزرگتر)
۳۳	تحسین و راهنمایی کنید : کارهای مراقبتی را ارتقاء دهید
۳۳	مراقب را تحسین کنید
۳۳	مراقب را راهنمایی کنید
۳۷	تمرین ایفای نقش : مراقب را راهنمایی کنید
۳۸	به حل مشکلات کمک کنید
۴۰	باکس : برای کودک ۶ ماهه و بزرگتری که ممکن است در یادگیری مشکل داشته باشد
۴۳	تمرین ایفای نقش : کمک به حل مشکلات
۴۴	پی گیری مراقب و کودک
۴۵	تمرین ویدئویی : مشکلات را شناسایی و به حل آنها کمک کنید

مقدمه

کودکان به مراقبت خوب نیاز دارند. بقای آنان طی دوران کودکی وابسته به افراد بزرگسالی است که به گرسنگی یا بیماری آنها توجه کرده و قادر به تامین نیازهای ایشان باشند. مراقبت خوب به معنی حفظ کودکان از آسیبها، عشق ورزیدن، توجه به آنان و فراهم کردن موقعیتهای فراوان برای یادگیری ایشان است. از بدو تولد، کودکان به افراد بزرگسال خاصی وابسته شده و برای آموختن مهارتهای مهم به آنها نگاه می کنند. آنچه کودک از این ارتباطات یاد می گیرد به آمادگی وی برای زندگی کردن کمک می کند.

اکثر خانواده ها تلاش می کنند که بهترین وضعیت را برای کودکشان فراهم کنند.

به خانواده کمک کنید که احساس خوب و اطمینان بخشی در مورد مراقبت از کودک داشته باشند.

این دوره با نام **مشاوره خانواده برای مراقبت از تکامل کودک**، از خانواده ها و سایر افراد جامعه شما که برای بزرگ کردن کودکان سالم و شاد تلاش می کنند حمایت می کند. ممکن است که خانواده در فقر زیسته و مشکلات فراوان دیگری نیز داشته باشند. آنها ممکن است کودکان خود را بزرگ کنند یا وظیفه بزرگ کردن کودکان دیگری از خانواده یا جامعه خود را بر عهده گرفته باشند. شما می توانید توانایی آنها در مراقبت از کودکانشان را حتی در وضعیتهای دشوار بهبود ببخشید.

اهداف دوره

در پایان دوره **مشاوره خانواده برای مراقبت از تکامل کودک**، شما قادر خواهید بود:

- تعامل بین یک کودک و مراقب اصلی (والد یا فرد دیگر) که مستقیماً از کودک مراقبت می کند را مشخص کنید.
 - در خصوص فعالیتهایی که رابطه بین کودک و مراقب را تقویت می کند به خانواده مشاوره دهید.
 - خانواده را در خصوص بازیهای مناسب و فعالیتهای ارتباطی که سبب تحریک رشد و تکامل صحیح کودک می شود راهنمایی کنید.
- با آموختن این وظایف، شما بر مشاهده مراقبین و کودکان آنها متمرکز خواهید شد. با استفاده از مهارتهای مناسب ارتباطی، به خانواده مشاوره خواهید داد.

روشها و مطالب درسی دوره

در این دوره شما در مورد مشاوره دادن به خانواده و سایر مراقبت کنندگان یک کودک کم سن و سال مطالعه نموده، نحوه انجام آن را مشاهده کرده و آن را تمرین خواهید کرد.

این دوره شامل موارد زیر است:

کتاب راهنما

شما در حال خواندن **کتاب راهنمای شرکت کنندگان** هستید. این کتاب حاوی مطالب، بحثها و تمرینهای مرتبط با دوره است.



مقدمه

سایر مطالب

برای معرفی وظایف مشاوره ای و همچنین مرور آنها، آموزشیاراز نوارهای ویدیو و سایر موارد استفاده می کند. چندین فرصت برای تمرین آموخته های خود خواهید داشت (در بحثها، تمرینات، بازیها، و ایفای نقش در کلاس درس؛ و تمرین مهارت با مراقبان و کودکان آنها). شما در خانه، کلینیک و سایر مکانها با استفاده از چک لیست و کارتهای مشاوره، به مراقبین مشاوره خواهید داد:

- **نگاه کنید، برسید و گوش کنید:** نحوه تعامل مراقبین و کودکان و همچنین نحوه بازی و برقراری ارتباط مراقبین با کودکانشان را بررسی کنید.
- **تحسین کنید:** مراقبین را تشویق کنید و به آنها جهت ادامه فعالیتهای خاص و تلاشهای خوب با کودکانشان اطمینان بدهید.
- **راهنمایی کنید:** در صورت لزوم راههایی جهت بهتر شدن رفتار مراقبین با کودکانشان پیشنهاد کنید.
- **مشکلات را حل کنید:** تمام مشکلاتی که ممکن است هر مراقب داشته باشد را مشخص کرده و به آنها جهت حل این مشکلات کمک کنید.
- **میزان فهمیدن مراقب را بررسی کنید:** برای اطمینان یافتن از اینکه مراقب می تواند مراقبت بهتری از کودک در خانه داشته باشد دقت کنید چه میزان مطالب را فهمیده و به خاطر سپرده است.

برخی از شرکت کنندگان، دوره مانا (IMCI) را گذارنده اند. کارمندان بهداشتی که این دوره را گذرانده اند در مراکز مراقبت ویژه کار می کنند. این افراد تنها قادر به مشاوره تکامل کودکان برای مراقبین هستند که کودکان آنها وزن کم داشته یا کم خونی دارند. وظیفه آنها در خصوص کودکان بیمار این اجازه را به آنها نمی دهد که به تمام مراقبین کودکان زیر ۵ سال مشاوره بدهند.

سایر مشاوران می توانند از این راهنماها در مورد خانواده تمام کودکان اعم از بیمار یا سالم و در مکانهای مختلف استفاده کنند.

مراقب کیست ؟

مراقب مهمترین فرد برای یک کودک کم سن و سال است. مراقب به کودک غذا داده و از او محافظت می کند، به او محبت می کند، با کودک ارتباط برقرار می کند و به نیازهای وی پاسخ می دهد. معمولاً مراقب کسی است که اگر کودک بیمار شود، او را به پزشک می برد.

در جامعه شما مراقبین چه کسانی هستند؟ در اغلب موارد مادر یک کودک، مراقب اوست. برای یک شیرخوار کوچک که شیر مادر می خورد، مادر مراقب اصلی و مهم اوست.



مراقب اصلی می تواند پدر یا سایر افراد خانواده باشد. وقتی هر دو والد بیمار بوده یا وجود نداشته باشند مراقب کودک می تواند یک خویشاوند یا همسایه باشد.

در برخی جوامع، کودکان چندین مراقب دارند. یک مادر بزرگ، عمه، خواهر بزرگتر و یک همسایه ممکن است وظیفه مراقبت از کودک را به طور مشترک بر عهده بگیرند. همچنین، در مهد کودک ممکن است چندین مراقب داشته باشند که هر کدام مواظبت از کودکان را طی ساعاتی از روز عهده دار باشند در این تمرین مراقبین اصلی، خانواده کودک در نظر گرفته می شوند.

شما این مراقبها را در موقعیتهای متفاوت ملاقات می کنید. به عنوان مثال ممکن است شما در یک مهد کودک، در یک برنامه تغذیه، در یک مرکز بهداشت یا بیمارستان یا در یک نمایشگاه سلامت جامعه (community health fair) استخدام شده یا داوطلبانه کار کنید. هر جا که جهت مشاوره خانواده فرا خوانده شوید، تلاش شما باعث کمک به آنها در جهت پرورش کودکان سالمتر و تواناتر خواهد شد.

توجه

در هر جا و هر زمانی که مراقبین را دیدید با آنها با روش دوستانه برخورد کنید.

با ایجاد رابطه مناسب با مراقبین شما قادر خواهید بود که زندگی کودکان جامعه خود را ارتقاء ببخشید.

مراقبت از تکامل کودک

با افزایش سن، توانایی کودکان افزایش می یابد. آنها صحبت کردن، راه رفتن و دویدن را یاد می گیرند. یاد می گیرند که فکر کنند و مشکلات را حل کنند. این یادگیری به آنها کمک می کند که در مدرسه به خوبی فعالیت کنند و وقتی بزرگتر شدند به خوبی با خانواده و جامعه خود مشارکت کنند. این تغییرات مثالهایی از تکامل کودک است. توصیه های ارائه شده در **مراقبت از تکامل کودک** برای تمام کودکان است.

این توصیه ها، شرح کارهایی است که پدر و مادر و سایر مراقبین کودکان کم سن و سال می توانند انجام دهند.

این پیشنهادات ایده هایی برای بازی و برقراری ارتباط با کودکان ارائه می کند تا به یادگیری آنها کمک کند. غذا دادن، لباس پوشاندن و سایر وظایف روزانه، موقعیتهای زیادی برای بزرگسالان فراهم می کند تا با کودکان خود بازی کرده و ارتباط برقرار کنند.

این راهکارها به رشد کودک نیز کمک می کند. به همین دلیل این توصیه ها خصوصاً در نوزادان کم وزن و کودکان دچار سوء تغذیه مهم است. بررسیها نشان داده که توجه بیشتر از طریق بازی و ارتباط و همچنین تغذیه در پاسخ به کودک، رشد کودکان کم وزن و کودکان دچار سوء تغذیه را تحریک می کند.

کودکان کم وزن و یا دچار سوء تغذیه در یادگیری نیز دچار مشکل هستند.

این کودکان ممکن است کمرو بوده و به راحتی عصبانی شوند، تغذیه آنها سخت تر است و کمتر بازی کرده یا ارتباط برقرار می کنند.

از آنجایی که این کودکان فعالیت کمتری دارند ممکن است کمتر توجه مراقبین بزرگسال خود را جلب کنند. در نتیجه ممکن است به تدریج مادر و سایر مراقبین کمتر به آنها غذا داده، بازی کرده یا ارتباط برقرار کنند.

تمام کودکان دچار سوء تغذیه، بیمار و ناتوان، نیازهای خاص مراقبتی دارند. ممکن است خانواده آنها برای درک اینکه کودکانشان چگونه گرسنگی، ناراحتی و سایر نیازهای خود را ابراز می کنند، به کمک احتیاج داشته باشند. این توصیه ها در مورد بازی و برقراری ارتباط به مراقبین نیز می تواند کمک کند. به عنوان مثال بعد از تولد، برخی مادران برای فعال شدن و شرکت کردن در مراقبت از نوزاد خود دچار مشکل هستند. آنها ممکن است بیمار بوده یا در برابر مسئولیتهای خود تحت فشار باشند. ممکن است ناراحت یا خسته به نظر برسند. آنها به سایر افراد بی توجه بوده و در

فعالیت های دیگر خانواده شرکت نمی کنند. توجه دقیق به کودکانشان، بازی با آنها و دیدن اینکه کودک چگونه به توجه آنها پاسخ می دهد به فعالتر و شادتر شدن اینگونه مراقبین کمک می کند. بازیها و فعالیتهای ارتباطی پیشنهاد شده، به مراقب کمک می کند تا احساس اهمیت بیشتری در زندگی فرزند خردسال خود داشته باشد. این فعالیتهای هم برای کودک و هم به مراقب کمک می کند.



مراقبت از تکامل کودک

با توجه بیشتر به کودکان در طی بازی و اعمال ارتباطی، آنها رشد سالمتر و توانایی یادگیری بهتری خواهند داشت. وقتی خانواده ها می بینند که چگونه فرزندشان رشد کرده و مهارت های جدیدی یاد می گیرد، خوشحالت تر خواهند بود.

مراقبت از تکامل کودک چیست؟

از زمان تولد هر کودک منحصر به فرد است و این تفاوت بین کودکان بر روی نحوه یادگیری آنها موثر است. علاوه بر آن مراقبت های سال های اول نیز بر روی یادگیری آنها تاثیر دارد. تجربیاتی که کودک در طی سال های اول عمرش با خانواده و سایر مراقبینش دارد اثر زیادی بر رفتار آن کودک در زمان بزرگسالی اش خواهد داشت.

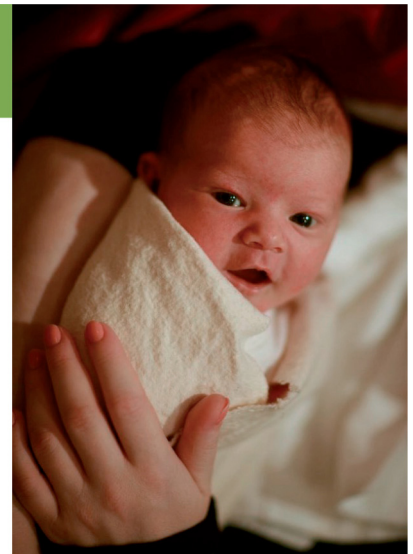
خانواده ها با عشق ورزیدن، توجه کردن و فراهم کردن فرصت های متعدد یادگیری، از کودکان خود از نظر تکامل مراقبت خاصی به عمل می آورند. خانواده ها با بازی کردن و ارتباط با کودکان خود به آنها برای داشتن رشد سالمتر و قویتر کمک می کنند. کودکان می آموزند که برای نیاز های خود ارتباط برقرار کنند، مشکلات را حل کنند و به دیگران کمک کنند. از همان سنین بسیار پایین، کودکان مهارت های مهمی را می آموزند که آنها را برای زندگی آماده می کند.

• اکثر یادگیری کودکان در سنین اولیه عمر آنها اتفاق می افتد.

قبل از تولد و طی ۲ سال اول عمر مغز بیشترین سرعت تکامل خود را دارد. تغذیه و بهداشت مناسب خصوصاً در این زمان بسیار مهم هستند. شیر مادر نقش خاصی در تکامل مغز بازی می کند. از سوی دیگر شیر مادر به کودک خردسال کمک می کند تا با دوری از بیماری ها قوی شده و به کشف و یادگیری بپردازد.

در زمان تولد کودکان قادر به دیدن و شنیدن هستند. کودکان علاوه بر تغذیه مناسب، از همان اوایل زندگی نیازمند فرصت هایی هستند که از گوشه ها و چشم های خود استفاده کنند. همچنین کودکان برای تکامل مغزشان نیازمند حرکت، داشتن اشیایی جهت لمس و کشف و بازی با سایرین هستند. همچنین کودکان به عشق و محبت نیاز دارند. تمامی این تجربیات به مغز کمک می کند تا تکامل یابد.

از زمان تولد، کودکان می توانند ببینند و بشنوند. صورت مادر مطلوبترین چیزی است که شیرخوار علاقه به نگریستن به آن دارد. کودک صورت مادر را می بیند و دوست دارد که به خنده ها و صدای او واکنش نشان دهد. مادر باید از زمان تولد - و حتی قبل از تولد - صحبت کردن با فرزندش را آغاز کند.



مراقبت از تکامل کودک

• کودکان در زمان یادگیری نیاز به یک محیط امن دارند

کودکان همیشه در حال کشف چیزهای جدید و آموختن مهارت‌های تازه هستند. هنگام بازی کردن و یادگیری، آنها نیازمند به یک محیط تمیز، امن و حفاظت شده هستند تا از آسیب‌ها و حوادث دور باشند. از سوی دیگر کودکان باید در برابر عصبانیت شدید و اعمال خشونت آمیز که متوجه آنها بوده و یا در اطراف آنها باشد محافظت شوند. بالغین باید کودکان کوچکتر را از آسیب‌های فیزیکی یا انتقادهای شدید حفظ کنند تا کودک بتواند آرامش لازم جهت کشف و یادگیری را به دست آورد. وقتی کودکان کم سن و سال هستند، کشف کردن را اغلب با قرار دادن اشیاء در داخل دهان حساس خود انجام می دهند. کودکان با استفاده از دهان و دستهای خود می آموزند که چه چیزی سفت یا نرم، داغ یا سرد، خشک یا مرطوب و خشن یا نرم است.



خانواده باید مراقب باشد که چیزی که کودک در دهان خود قرار می دهد به اندازه ای بزرگ باشد که کودک نتواند آن را بلعد. همچنین، نباید اجازه دهد که کودک اجسام بلند، باریک یا تیز را در دهان خود بگذارد. هر جسمی که کودک با آن بازی می کند باید تمیز باشد. قرار دادن کودک روی یک پتو یا تشک تمیز باعث می شود که اسباب بازی ها تمیز بمانند. وقتی کودک می خواهد با چیزی کثیف یا خطرناک بازی کند، مراقب باید با ملایمت «نه» بگوید. مراقب می تواند در حین بازی کودک، آن وسیله را با یک وسیله بی خطر و تمیز تعویض کند. با جلب کردن توجه کودک به سایر فعالیتها می توان به راحتی حواس کودک را از کاری که نباید انجام دهد پرت کرد.

• کودکان نیاز دارند که حداقل یک فرد به طور مداوم به آنها توجه محبت آمیز داشته باشد.

کودکان برای داشتن حس امنیت نیاز به داشتن یک ارتباط خاص با حداقل یک نفر را دارند که بتواند به آنها عشق ورزیده و توجه کند. احساس اینکه آنها به یک خانواده تعلق دارند به آنها کمک می کند تا به خوبی با دیگران کنار بیایند. از طرف دیگر این حس به آنها اطمینان خاطر لازم برای یادگیری را می دهد. به طور طبیعی از بدو تولد کودک می خواهد با فردی ارتباط برقرار کند. آنها به خصوص به مراقبین نزدیک می شوند که به آنها غذا می دهند، برای ارتباط با آنها زمان صرف می کنند و به آنها عشق و محبت نشان می دهند.

در زمان تغذیه با شیر مادر، کودک و مادر بسیار به هم نزدیک هستند. آنها از طریق پاسخ به کوچکترین حرکات و صداها، حتی بوی طرف مقابل با هم ارتباط برقرار می کنند. این پاسخدهی خاص، شبیه یک رقص است. کودک به فردی وابسته می شود که بطور مداوم او را بغل کرده، به او عشق می ورزد و به او کمک می کند که احساس امنیت داشته باشد. این ارتباط یا دلبستگی برای تمام عمر باقی می ماند.

گاه مادر و کودک در برقراری این ارتباط خاص مشکل دارند. شما می توانید به مادر و سایر مراقبین کمک کنید تا بفهمند که کودک در تلاش خود برای برقراری ارتباط چه کارهایی را انجام می دهد و به مراقب کمک کنید تا واکنش مناسبی به تلاش کودک نشان دهد. شما می توانید به مراقبین کمک کنید تا یاد بگیرند که چگونه کودکشان را برای بازی و ارتباط تشویق نمایند.

بالغین می توانند با پاسخگویی به کلمات، اعمال و علایق کودکانشان بوسیله صدا، حرکات بدن، تماسهای ملایم و کلمات کودکان خود را تشویق کنند. افراد بالغ می توانند از طریق نگاه کردن به کودک و صحبت کردن راجع

مراقبت از تکامل کودک

به تلاشهای کودک برای انجام کارهای جدید، تولید صدا و صحبت (حتی زمانی که کودک قادر به صحبت کردن نیست) آنها را شاد و سالم بار آورند.

- **کودکان از راه بازی و آزمایش کردن اشیا و از راه مشاهده و تقلید اعمال دیگران می آموزند.** کودکان کنجکاو هستند. حتی از ماههای اول زندگی، آنها می خواهند راههایی پیدا کنند تا روی افراد یا اشیاء اطراف خود تاثیر گذاشته یا آنها را تغییر دهند.

بازی به منزله «کار» کودک است. بازی به آنها این موقعیت را می دهد تا فکر کنند و مسایل را حل کنند. کودکان اولین دانشمندان هستند. کودکان می توانند با بازی کردن باقالبه و ماهیتابه، فنجان و قاشق و سایر لوازم تمیز خانه، یاد بگیرند. آنها با کوبیدن، انداختن و گذاشتن وسایل در داخل جعبه و در آوردن آنها یاد می گیرند. کودکان با چیدن اشیا روی هم و مشاهده فرو ریختن آنها، و آزمایش کردن صدای اشیاء مختلف با زدن آنها به یکدیگر می آموزند. اگر کودکان کارها را خودشان انجام دهند بیشتر یاد می گیرند. به عنوان مثال آموختن استفاده از یک وسیله غذاخوری بدون ریختن غذا به آنها در تکامل مهارت های حرکتی کمک می کند. همچنین کودکان با تقلید اعمال دیگران یاد می گیرند.



مثلاً اگر مادر می خواهد که کودکش یک غذای متفاوت بخورد، باید خودش با خوردن آن غذا، آن را به کودک نشان دهد. برای آموزش ادب و احترام به کودک، یک پدر باید با ادب و احترام با کودکش برخورد کند.

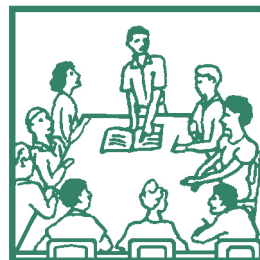


مراقبت از تکامل کودک

بحث:

مراقبت از تکامل کودک

تصمیم بگیرید کدام عبارت زیر درست یا نادرست است.
آموزش دهنده با استفاده از یک کارت برای هر عبارت می تواند
بحث گروه را هدایت کند.



نادرست	درست	۱- مادر وقتی وظایفش را بهتر انجام می دهد که در مورد تواناییهایش برای مراقبت از کودک اطمینان حاصل کند.
نادرست	درست	۲- تکامل مغز در زمانی که کودک برای اولین بار وارد مدرسه می شود سریعتر از هر سن دیگری است .
نادرست	درست	۳- کودکان کم سن و سال با آزمایش کردن اجسام و تقلید از دیگران بهتر یاد می گیرند تا اینکه به آنها گفته شود چه باید بکنند .
نادرست	درست	۴- پدر حتی قبل از اینکه کودک بتواند صحبت کند، باید با کودکش حرف بزند.
نادرست	درست	۵- قبل از آنکه کودک بتواند صحبت کند، تنها راه ارتباط برقرار کردن او با دیگران از طریق گریه کردن است.
نادرست	درست	۶- کودک در زمان تولد می تواند بشنود.
نادرست	درست	۷- کودک در زمان تولد نمی تواند ببیند.
نادرست	درست	۸- وقتی کودک اجسام را در دهانش گذاشت باید سرزنش شود.
نادرست	درست	۹- کودک فقط برای آزار دادن پدر و مادر اجسام را می اندازد.
نادرست	درست	۱۰- کودک وقتی شروع به بازی می کند که برای بازی با سایر بچه ها به اندازه کافی بزرگ شده باشد.
نادرست	درست	۱۱- کودکان با بازی کردن باقابلمه و ماهیتابه ، فنجان و قاشق یاد می گیرند.
نادرست	درست	۱۲- با کودک خود صحبت کنید ولی نه هنگام شیر خوردن. صحبت کردن سبب پرت کردن حواس کودک از شیر خوردن می شود.

توصیه هایی برای مراقبت از تکامل کودک

- کارتهای مشاوره** یک سری از بازیها و فعالیتهای ارتباطی را توصیه می کنند که باعث تشویق و تحریک تکامل فیزیکی، اجتماعی، هیجانی و هوشی کودکان می شوند.
- برخی مثالها برای مهارتهای تازه ای که کودک کم سن و سال به تدریج به دست می آورد عبارتند از :
- فیزیکی (یا موتور) - یادگیری اینکه چگونه به یک شی برسد و آن را بگیرد، بایستد و راه برود.
 - اجتماعی - یادگیری اینکه چگونه برای رفع نیازهایش ارتباط برقرار کند و از کلمات برای صحبت با افراد دیگر استفاده کند.
 - شناختی - یادگیری اینکه چگونه فکر کند و مسایل را حل نماید و مقایسه اندازه ها و اشکال و تشخیص دادن افراد و اجسام را یاد بگیرد
 - احساسی هیجانی - یاد گرفتن نحوه آرام کردن خود در هنگام ناراحتی، صبور بودن در هنگام یادگیری مهارت جدید، خوشحال بودن و بقیه را خوشحال کردن.

با آموزشیار بحث کنید:

مراقب به کودکش کمک می کند تا فنجانهایی با اندازه های متفاوت را روی هم بگذارد.
کودک در حال آموختن چه مهارتهایی است؟

■ مهارتهای فیزیکی (یا موتور)

■ مهارتهای اجتماعی

■ مهارتهای شناختی

■ مهارتهای احساسی

برخی روشها برای پیشبرد تکامل کودک متمرکز بر این امر است که کودک چه کارهایی می کند یا باید قادر به انجام چه کاری در یک سن خاص باشد.

در عوض، توصیه های ارائه شده در کارتهای مشاوره متمرکز بر مراقبتی است که کودک دریافت می کند. آنها بازیها و فعالیتهای ارتباطی را پیشنهاد میکنند که به خانواده ها کمک می کند تا تکامل مهارتهای کودک را تحریک نمایند. در سنین مختلف، یک کودک نیازمند فرصتهایی است که مهارتهای جدید یاد بگیرد. هرچه کودک بزرگتر می شود، بازی ها و ارتباط های توصیه شده تغییر کرده و پیچیده تر می شود. (به شش گروه سنی در **کارتهای مشاوره** که شامل توصیه هایی برای مراقبت از تکامل کودک است توجه کنید.)

این فعالیتها همچنین به خانواده می آموزد که چگونه از کودک خود مراقبت کنند. مراقب یاد می گیرد که از طریق بازی و ارتباط با کودک از بدو تولد، نسبت به احتیاجات کودک حساس بوده و به تلاشهای او برای برقراری ارتباط پاسخ مناسب بدهد.

مهارتهای پایه در مراقبت کردن - حساس بودن و پاسخگو بودن - به مادر، پدر و سایر مراقبین کمک می کند که مراقبت بهتری از کودک به عمل آورند. این مهارتها علاوه بر کمک در بقای کودک در رشد و تکامل سالم او نیز موثر هستند.

توصیه ها

یک مراقب **حساس** از احوال کودک خود آگاه است و تشخیص می دهد که کودک در حال تلاش برای گفتن چه چیزی است، به عنوان مثال گرسنگی، درد و عدم راحتی، علاقه نشان دادن به چیزی یا محبت. بعد از آن یک مراقب **پاسخگو** سریعاً و به طور مناسب به آنچه کودک سعی در بیان آن دارد، واکنش نشان می دهد.

به طور مثال یک مراقب حساس و پاسخگو این مهارت را دارد که علایم ناراحتی کودک را ببیند، تشخیص دهد که کودک گرسنه است و او را تغذیه کند. این مهارتها به مراقب کمک می کند تا از احتمال خطر برای کودک آگاه شده و سریعاً برای حفاظت از او اقدام کند. این مهارتها به مراقب کمک می کند وقتی کودک مضطرب است آن را احساس کرده و برای راحتی او واکنش مناسب نشان دهد. این مهارتها به مراقبین کمک می کند که وقتی کودک بیمار است و نیاز به درمان دارد آن را تشخیص دهند.

به عنوان یک مشاور، شما نیاز دارید که تمام توصیه های مراقبتی کودکان از تولد تا ۵ سالگی را **بدانید**. اما نیاز به حفظ کردن آنها ندارید. به جای آن در هنگام ملاقات با مراقبان، به **کارتهای مشاوره** مراجعه خواهید کرد.

همچنین شما نیازی به توضیح **تمام** توصیه ها به مراقبین ندارید.

در طی این دوره شما یاد می گیرید توصیه ها یی را انتخاب

کنید که مناسب برای **سن** کودک بوده و مرتبط با **مشکل مراقبتی**

است که شما شناسایی می کنید. اما در ابتدا در مورد توصیه های بازی

و برقراری ارتباط برای تمام کودکان برحسب گروه سنی آنها بحث خواهیم کرد.



• **فعالتهای توصیه شده مناسب برای سن کودک را انتخاب کنید.**

توصیه های بازی و برقراری ارتباط برای شش گروه سنی کودکان

وجود دارد. با این حال اگر کودک تقریباً در انتهای یک گروه سنی است

شما ممکن است توصیه های گروه سنی بعدی را توضیح دهید.

مثلاً یک کودک که تقریباً ۱۲ ماهه است می تواند فعالتهای توصیه

شده برای کودکان ۱۲ ماه تا ۲ سال را یاد بگیرد.

• **فعالتهای توصیه شده ای را انتخاب کنید که**

برای مهارت کودک مناسب هستند.

اگر یک کودک فعالتهای توصیه شده برای سن خود را می تواند انجام دهد، یک فعالیت مربوط به گروه سنی بالاتر را معرفی کنید.

• **فعالتهای توصیه شده ای را انتخاب کنید که مناسب با مشکلی باشد که شما در رابطه با**

تعامل کودک - مراقب تشخیص داده اید.

بعنوان مثال یک مراقب ممکن است در پاسخ دادن به یک کودک دچار مشکل باشد. به مراقب فعالیتی پیشنهاد کنید

که به او کمک کند تا توجه بیشتری به اعمال کودک کرده و پاسخ دهی مناسبی به آنها داشته باشد. یک بازی

که در آن مراقب ادای کودک را در می آورد می تواند به مراقب کمک کند تا توجه کردن و پاسخدهی دقیق تر به

اعمال کودک را یاد بگیرد.

در ادامه بحث توصیه هایی برای بازی و ارتباط برای هر گروه سنی آورده می شود.

توصیه ها

برای نوزادان، از تولد تا یک هفتهگی

بازی: در زمان تولد، نوزادان سالم می توانند ببینند، بشنوند و بو بکشند. از همان زمان، شروع به تشخیص مادرشان می کنند. در فاصله کوتاهی در پاسخ به لبخند سایر افراد به آنها لبخند می زنند. صورت افراد برای آنها بطور خاصی جالب است.

در این سن، یادگیری کودک از طریق دیدن، شنیدن، احساس کردن و حرکت می باشد. صورت کودک نباید برای مدت طولانی پوشانده شود زیرا آنها برای تکامل بینایی خود نیاز به دیدن دارند.

قنداق کردن در برخی مناطق رایج است. با این وجود نباید نوزادان را برای مدت طولانی و محکم در یک پارچه پیچید زیرا آنها نیاز به حرکت و لمس انسان ها و اشیاء دارند.

بجای آن، پدر و مادر را تشویق کنید که کودک را نزدیک به خود نگه دارند. آنها می توانند به ملایمت پوست کودک را نوازش کنند. همچنین آرام کردن ملایم یک کودک ناراحت، به او یاد می دهد که چگونه خود را آرام کند.

برقراری ارتباط: خانواده ها را تشویق کنید که با کودکان خود از زمان تولد - حتی قبل از آن - صحبت کنند. وقتی یک مادر به چشمان کودک خود نگاه می کند و در پاسخ به لبخند او لبخند می زند، کودک ارتباط برقرار کردن را یاد می گیرد. بتدریج مادر می بیند که فرزندش به او پاسخ می دهد. پدر را هم تشویق کنید تا با نوزاد ارتباط برقرار کند.

کودکان در خصوص نیازهایشان ارتباط برقرار می کنند. آنها یاد می گیرند که مطمئنآیک نفر به حرکات، صداها و گریه آنها توجه نشان خواهد داد. شیردهی (شیر مادر) بر اساس نیاز شیرخوار این تعامل را تقویت کرده و میزان اطمینان شیرخوار را بالا می برد.

کودکان اشتیاق به شیر خوردن را از طریق سرو صدا کردن، مکیدن دست خود، دراز کردن دست ها بطرف پستان مادر نشان می دهند. با استفاده از این سرنخ ها یک مادر یاد می گیرد قبل از آنکه کودک شروع به گریه کند، متوجه گرسنگی کودک بشود.

نوزادان،
تولد تا یک هفتهگی

کودک شما از زمان تولد یاد می گیرد.



بازی راه هایی پیدا کنید که کودک شما ببیند، بشنود، دستها و پاها را آزادانه حرکت دهد و شما را لمس کند. به آرامی کودک خود را آرام کنید، نوازش کنید و بغل کنید. تماس پوست با پوست روش خوبی است.

**برقراری ارتباط**

به چشم های کودک نگاه کرده و با او صحبت کنید. زمان شیردهی زمان مناسبی است. حتی یک نوزاد هم صورت شما را می بیند و صدایتان را می شنود.

این پدر با نگاه کردن به چشم های نوزادش با او ارتباط برقرار می کند. او از درگیر شدن در زندگی کودک از همان ابتدا لذت می برد.



توصیه ها

از یک هفتگی
تا ۶ ماهگی

بازی راههایی برای دیدن، شنیدن، حس کردن، حرکات آزادانه و لمس شما را برای کودکان فراهم کنید. به آرامی اجسام رنگی را حرکت دهید تا کودک آنها را دیده و به سمتشان برود. نمونه اسباب بازی ها: جفجه، زنگوله بزرگ متصل به یک نخ.



برقراری ارتباط به کودک خود لبخند زده و بخندید. با کودکان صحبت کنید. با تقلید حرکات و صدای کودک یک مکالمه بوجود آورید.

برای شیرخوار، از یک هفتگی تا ۶ ماهگی

بازی: در این سن کودکان به دسترسی و گرفتن انگشتان دست و اشیاء علاقه دارند. آنها طوری به دستها و پاهایشان نگاه می کنند که گویی در حال کشف آنها هستند. از آنجایی که دهان آنها حساس است، کودکان اجسام را داخل دهان خود می گذارند. دهان بوسیله مزه و لمس کردن به آنها کمک می کند تا گرمی و سردی و نرمی و سفتی را یاد بگیرند. فقط اطمینان حاصل کنید، چیزی که کودک در دهان می گذارد تمیز بوده و به اندازه کافی بزرگ است تا سبب خفگی کودک نشود.

به کودک کمک کنید تا یک شی را دنبال کند. بعنوان مثال از مراقب بخواهید که یک فنجان رنگی را دور از دسترس کودک به وی نشان دهد. وقتی مطمئن شد که کودک فنجان را دیده است از او بخواهید که جلوی کودک آنها را به آهستگی از یک طرف به طرف دیگر و به بالا و پایین حرکت دهد. سپس فنجان را نزدیک تر بیاورد. کودک را تشویق کند که به فنجان رسیده و دسته آنرا بگیرد.



می توان وسایل خانگی تمیز، بی خطر و رنگی مثل یک قاشق چوبی یا کاسه پلاستیکی را به کودک داد تا دست خود را به آن رسانیده و آنرا لمس کند. یک اسباب بازی دست ساز نظیر یک جفجه با در آوردن صدا از خود می تواند توجه کودک را به خود جلب کند. کودکان در این سن همچنان علاقه خود به دیدن افراد و صورت ها را ادامه می دهند. افراد خانواده را به بغل کردن و حمل کودک تشویق کنید.

برقراری ارتباط: کودکان از در آوردن صداهای جدید مثل جیغ کشیدن و خندیدن لذت می برند. آنها به صدای فرد با صداهای بیشتری پاسخ می دهند و صداهایی را که می شنوند تقلید می کنند. آنها قبل از اینکه بتوانند کلمه ای را بگویند یاد می گیرند که چگونه با فرد دیگری مکالمه کنند.

تمام افراد خانواده می توانند به کودک لبخند زده، صحبت کنند یا بخندند. آنها می توانند «غون غون» کرده و اصوات کودک را تقلید کنند. تقلید صداها و حرکات کودک به افراد مراقب کمک می کند که توجه دقیقی به کودک داشته باشند. آنها می آموزند که درک کنند کودک چه می خواهد و به علایق و نیازهای کودک پاسخ دهند.

توصیه ها

در مورد مراقبت از کودکان، حساس بودن به علایم کودک و پاسخ مناسب به آنها مهارت های مهمی هستند. این مهارت به افراد خانواده کمک می کند که متوجه بشوند که چه وقت کودک گرسنه، ناراحت یا در معرض آسیب قرار دارد. آنها بهتر می توانند به نیازهای کودک پاسخ دهند.

کودک با این تمرین های ارتباطی برای صحبت کردن در آینده آماده می شود. خانواده نیز از واکنش هایی که از کودک می بیند و از تلاش های او برای ارتباط برقرار کردن لذت می برند.

تقلید کردن از صدا و ژست های کودک یک بازی ارتباطی خوب است.

این کار به مادر کمک می کند تا به کودک نگاهی دقیق داشته باشد، به صداها و حرکات کودک حساس باشد و آنها را دنبال کرده و پاسخ بدهد.

حتی قبل از آنکه کودک بتواند صحبت کند از اینکه قادر است با صداها و حرکاتش ارتباط برقرار کند لذت می برد.



توصیه ها

برای کودکان ۶ تا ۹ ماهه

بازی: کودکان از صدا درآوردن بوسیله ضربه زدن یا کوبیدن یک فنجان و سایر اجسام لذت می برند. ممکن است آنها اشیاء را از یک دست به دست دیگر و به سایر افراد خانواده بدهند، آنها را بیندازند تا ببینند کجا می افتد، چه صدایی از آنها خارج می شود یا آیا کسی آنرا برمی دارد.

این کار ممکن است برای یک پدر و مادر پر مشغله خسته کننده باشد. چنانچه شما در درک این موضوع به آنها کمک کنید که کودک بااین بازی مشغول یادگیری است، بردباری آنها بیشتر می شود. «کودک شما دارد یک دانشمند کوچک می شود. او در حال آزمایش کردن این است که چگونه اشیاء به زمین می افتند، چگونه از خود صدا در می آورند، چگونه قدرت بازویش اشیاء را روی میز حرکت می دهد.



بازی به کودک خود وسایل خانگی تمیز و بی خطر بدهید تا آنها را بردارد، به جایی بکوبد و بیندازد، نمونه اسباب بازی : ظرف های درب دار، قابلمه فلزی و قاشق



برقراری ارتباط به تمایلات و صداهای کودک پاسخ دهید، اسم کودک را صدا بزنید و ببینید که کودک پاسخ می دهد.



برقراری ارتباط: حتی قبل از آنکه کودک بتواند کلمه ای را بگوید، از آنچه اعضای خانواده به او می گویند می آموزد و می تواند به میزان زیادی درک کند. وقتی افراد عصبانیت شدید نشان می دهند آنها متوجه می شوند و ممکن است ناراحت شوند.

کودکان صداها و کارهای برادر و خواهر بزرگتر و بزرگسالان را تقلید می کنند. کودکان دوست دارند سایر افراد به صداهایی که آنها در می آورند پاسخ داده و به چیزهای جدیدی که آنها توجه می کنند علاقه نشان دهند. کودک قادر است قبل از آنکه بتواند اسم خود را بگوید آن را تشخیص دهد. شنیدن نامش به او کمک می کند که بداند او یک فرد خاص در خانواده است. وقتی کودک اسمش را می شنود، نگاه می کند تا ببیند چه کسی او را صدا کرده است. او به سمت شخصی خواهد رفت که نام او را با محبت صدا زده است.



توصیه ها

برای کودک: از ۹ ماهگی تا ۱۲ ماهگی

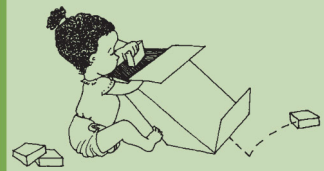
بازی: بازی همچنان موقعیتی برای کودکان جهت کاوش و یاد گرفتن درباره خودشان، مردم اطرافشان و جهان می باشد. هنگامی که کودکان انگشتان پای خود را کشف می کنند، ممکن است دریابند که لمس انگشتان پا به اندازه یک اسباب بازی جذاب می باشد. وقتی یک جعبه زیر یک تکه پارچه پنهان می شود به کجا می رود؟ آیا هنوز آنجاست؟ آیا آنها می توانند آنرا پیدا کنند؟ کودکان همچنین از بازی قایم موشک لذت می برند. وقتی پدر پشت یک درخت پنهان می شود، آنها به محض اینکه می بینند پدر ظاهر می شود می خندند. آنها از پنهان شدن زیر یک پارچه لذت می برند و وقتی پدر آنها را پیدا می کند، بسیار می خندند.

برقراری ارتباط: هرچند کودکان هنوز نمی توانند صحبت کنند، ولی نشان می دهند که آنچه را اعضای خانواده می گویند، می فهمند. آنها نام اشیا را می شنوند و از اینکه می دانند آنها چه هستند، شاد می شوند. آنها ارتباط دادن کلمه پرنده به پرنده روی درخت و کلمه بینی به بینی خودشان را شروع می کنند.

۹ ماهگی
تا ۱۲ ماهگی



بازی اسباب بازی محبوب کودک را زیر یک پارچه یا جعبه پنهان کنید. ببینید آیا کودک می تواند آن را پیدا کند. با کودک دالی موشه بازی کنید.



برقراری ارتباط نام اشیاء و افراد را به کودک بگویید. به کودک نشان دهید که چگونه با دستهایش چیزهایی مثل بای بای را بگوید. اسباب بازی نمونه: عروسک دارای صورت



دماغت کجاست؟ نارا هنوز صحبت نمی کند ولی می تواند به شما نشان دهد که دماغش کجاست. او همچنین در حال یادگیری نام افراد و اشیا است.

توصیه ها

تمام اعضا خانواده می توانند از سهم شدن چیزهای جدید با کودک خردسال لذت ببرند. آنها می توانند بازی های ساده با دست را با یکدیگر انجام دهند: «مثل بای بای» و کف زدن با ریتم موسیقی.

کودک ممکن است از ندیدن مراقب آشنایش نگران بشود. فرد بزرگسال کمک می کند تا کودک احساس امنیت کند. وقتی گریه می کند یا گرسنه است به او پاسخ بدهد و با حضور و صدایش او را آرام سازد. مراقب را تشویق کنید وقتی در حال ترک کردن کودک است به او بگوید و اطمینان خاطر دهد که به زودی برمی گردد. او می تواند یک شیء ایمن و آرام کننده را نزد کودک بگذارد، چیزی که برای کودک یادآور مراقب بوده و به کودک اطمینان بدهد که مراقب برمی گردد.

بای بای



توصیه ها

برای کودکان، از ۱۲ ماهگی تا ۲ سالگی

بازی: در این سن اگر کودکان سالم و خوب تغذیه شده باشند، فعال تر می شوند. آنها به اطراف می روند و می خواهند کاوش کنند.

آنها از بازی کردن با اشیاء ساده در منزل یا در طبیعت لذت می برند و نیازی به اسباب بازی های فروشگاه های ندارند. آنها علاقه دارند که اشیاء را درون قوطی ها و جعبه ها بگذارند و سپس آنها را بیرون بیاورند. کودکان دوست دارند که اشیاء را تا زمانی که فرو بریزند روی هم بگذارند. خانواده ها می توانند از اشیاء ایمن خانگی برای بازی با کودکانشان استفاده کنند.

کودکان زمانی که برای راه رفتن تلاش می کنند، بازی های جدید انجام می دهند و مهارت های جدید یاد می گیرند، نیاز به تشویق دارند.

خانواده های می توانند از راه مشاهده آنچه کودکان انجام می دهند و گفتن اسم آن کار، کودکان خود را برای یادگیری تشویق کنند: «تو داری جعبه ها را پر می کنی» بزرگترها باید با کودکان بازی کنند و به آنها کمک کنند: (اجازه بده این کار را باهم انجام دهیم. اینجا سنگ های بیشتری هست که درون جعبه گذاشته شود). وقتی کودکان یک بازی یا مهارت جدید یاد می گیرند، آن را بارها و بارها تکرار می کنند. این کشفیات آن ها را خوشحال و اعتماد به نفس آنها را بیشتر می کند. آنها به خصوص زمانی خوشحال هستند که می بینند بزرگتر های اطرافشان را هم خوشحال می کنند. اعضای خانواده را تشویق کنید تا به کودکان توجه کنند و آنها را برای انجام کارهایی که یاد می گیرند، تحسین کنند.

۱۲ ماهگی
تا ۲ سالگی

بازی وسایلی به کودک بدهید تا روی هم بگذارد و آنها را داخل جعبه بیندازد و بیرون بیاورد. اسباب بازی های نمونه: اشیایی که روی هم یا توی هم بگذارد، جعبه و گیره های لباس



برقراری ارتباط از کودک سوالات ساده پرسید. به تلاشهای کودکان برای حرف زدن پاسخ دهید. طبیعت، تصاویر و اشیاء را نشان دهید و درباره آن حرف بزنید



پل یک بازی جدید از مادر بزرگش یاد گرفته است. او گیره های لباس را درون بطری می اندازد، آنها را برمی گرداند و دوباره داخل بطری می اندازد و دوباره و دوباره این کار را تکرار می کند.

توصیه ها

برقراری ارتباط: در این سن کودکان معنی کلمات را درک کرده و شروع به حرف زدن می کنند. پدر و مادرها باید از هر فرصتی برای حرف زدن با کودک خود استفاده کنند، مثلاً هنگامی که کودک را تغذیه یا حمام می کنند و یا وقتی در کنار کودک کار می کنند.

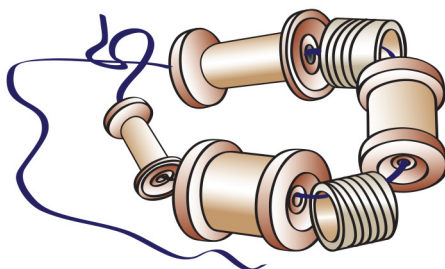
کودکان شروع به درک صحبت دیگران می کنند و می توانند دستورات ساده را اجرا کنند. آنها اغلب می توانند چند کلمه؛ مثل «آب» یا «توپ» را بگویند. اعضاء خانواده بایستی سعی کنند که کلمات کودک را درک نمایند و بررسی کنند که آیا آنها آنچه را که کودک می گوید به درستی درک کرده اند؟ «آب می خواهی؟» «آیا می خواهی با توپ بازی کنی؟»

خانواده هائی می توانند بازی با کلمات آسان را انجام دهند و چند سوال ساده بپرسند «انگشتان پایت کجاست؟» «پرنده کجاست؟» با همدیگر می توانند به تصاویر نگاه کنند و درباره ی آنچه می بینند صحبت کنند.

بزرگترها بایستی برای آرام کردن یک کودک آزرده از کلماتی محبت آمیز استفاده کنند و تلاشهای کودک را تحسین نمایند.



کودک از بازی کردن با
وسایل خانگی لذت می برد
و با چنگ زدن، تکان دادن،
ضربه زدن و روی هم چیدن
آنها یاد می گیرد.



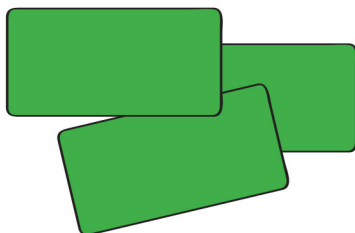
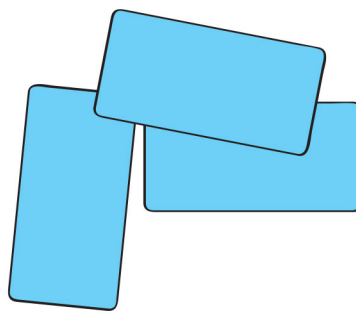
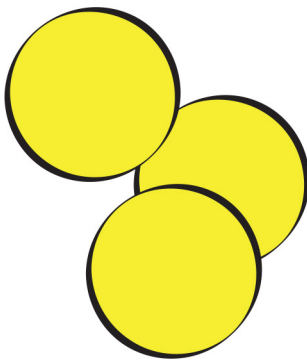
توصیه ها

برای کودکان ۲ سال و بزرگتر

بازی: بچه های دوسال و بزرگتر نام بردن اشیا و شمردن را یاد می گیرند. یک مراقب می تواند به کودکش کمک کند تا شمردن را با پرسیدن «این چند تاست» و شمردن اشیا با همدیگر یاد بگیرد. کودکان در ابتدا اشتباهاتی دارند، اما با چند بار تکرار کردن یاد می گیرند.

کودکان هنوز از بازی با اسباب بازی های ساده و ساخته شده در خانه لذت می برند. آنها به اسباب بازی های فروشگاه های نیازی ندارند. آنها می توانند با کشیدن گچ روی سنگ یا با چوب روی شن، نقاشی را یاد بگیرند. می توان عکس های مجله یا نقاشیهای ساده را به صورت قطعات بزرگ برید و پازل های تصویری تهیه نمود.

کودکان یاد می گیرند که با استفاده از وسایل ساده مانند سر بطری ها رنگ ها، شکل ها و اندازه ها را مطابقت دهند. آنها می توانند دایره ها و اشکال دیگر را که از کاغذ رنگی بریده شده مقایسه و دسته بندی نمایند.



۲ سالگی و بزرگتر



بازی به کودکان کمک کنید تا بشمارد، نام برد و اشیا را مقایسه کند. برای او اسباب بازی های ساده درست کنید. اسباب بازی های نمونه: وسایلی با رنگها و اشکال مختلف برای دسته بندی، صفحه ای برای کشیدن با چوب یا گچ بر روی آن، جورچین



برقراری ارتباط کودک خود را تشویق کنید تا حرف بزند و به سوالات او پاسخ دهد. به کودک خود قصه، آواز و بازی یاد بدهید. درباره تصاویر یا کتابها با او حرف بزنید. اسباب بازی نمونه: کتاب مصور

توصیه ها

برقراری ارتباط: در سن ۲ سالگی کودکان می توانند گوش دهند و درک کنند. پرسیدن سوالات ساده و گوش دادن به جوابها کودکان را تشویق می کند تا حرف بزنند. «این چیه؟» «برادرت کجاست؟» «کدام توپ بزرگ تر است؟» «آیا شما فنجان قرمز را دوست داری؟»

نگاه کردن به تصاویر کتاب ها و خواندن قصه ها برای کودکان ، آنها را برای خواندن آماده می کند. همچنین قصه ها و ترانه ها و بازی ها به کودکان کمک می کند تا حرف زدنتان را بهتر کنند .

جواب دادن به سوالات یک کودک، او را تشویق می کند تا دنیا را کاوش کند. اعضا خانواده باید - باحوصله - سعی کنند تا به سوالات زیاد یک کودک خردسال جواب دهند.

کودکانی که در حال یادگیری حرف زدن هستند، زیاد اشتباه می کنند. ولی اصلاح اشتباهات انگیزه صحبت کردن آنها را از بین می برد. آنها به وسیله تقلید کردن و گوش دادن به کسانی که صحیح صحبت می کنند، یاد خواهند گرفت که درست حرف بزنند.

کودکان در این سن می توانند درک کنند که چه چیز درست و نادرست است. قصه های سنتی، ترانه ها و بازی ها در آموزش رفتار به کودکان کمک می کند. کودکان همچنانکه درست و غلط را یاد می گیرند ، از برادر و خواهرهای بزرگ تر خود و دیگر اعضا خانواده نیز تقلید می کنند.

وقتی به کودکان به جای اینکه به دلیل رفتار بد سرزنش شوند آموزش رفتار خوب داده شود ، یادگیری بهتری دارند. برای اینکه کودکان احساس شرمندگی نکنند ، رفتار آنها باید به آرامی اصلاح شود.

در ضمن فعالیت ، مراقبین را تشویق کنید که به یادگیری کودکان خود کمک کنند. چند توصیه خوب برای مراقب، بدون در نظر گرفتن سن کودک:

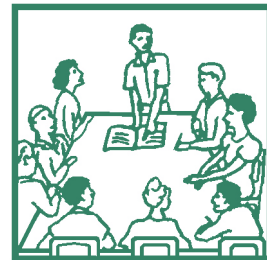
- به کودک خود محبت کنید و عشق خود را نشان دهید.
- از علایق کودک خود آگاه باشید و به آنها پاسخ دهید.
- کودکان خود را به دلیل تلاش برای یادگیری مهارت های جدید تحسین کنید.

جان با راهنمایی پدرش
یک پازل خانگی
را کنارهم می گذارد.



توصیه ها

بحث: استفاده از کارت مشاوره



این تمرین به شما کمک خواهد کرد که از **کارت مشاوره** برای شناسایی بازی ها و فعالیتهای ارتباطی توصیه شده برای یک کودک استفاده کنید.

آموزشیار دوره، کودکان متفاوتی را به هر شرکت کننده خواهد داد. از توصیه های **کارت های مشاوره** استفاده کنید تا **یک بازی و یک فعالیت ارتباطی** برای مراقب پیشنهاد دهید تا با کودک انجام دهد.

۱. یک نوزاد، یک روزه.

۲. یک شیرخوار ۴ هفته ای.

۳. یک شیرخوار ۵ ماهه.

۴. یک شیرخوار ۶ ماهه.

۵. یک شیرخوار ۱۳ ماهه.

۸. یک کودک ۲۸ ماهه.

۹. یک شیرخوار ۱۰ ماهه که هنوز حرف نمی زند.

۱۰. یک کودک سه ساله که نمی بیند.

۱۱. یک کودک ۸ ماهه که تمام اسباب بازی هایش رامی اندازد.

۱۲. یک بچه ۴ ساله که می داند چگونه بشمارد.

توصیه ها

تمرین ویدیویی: توصیه هایی برای بازی و ارتباط



در این تمرین ویدیویی شما توصیه های مراقبت تکامل کودک را مرور خواهید کرد.
در طول ویدیو، بازی و فعالیت های ارتباطی را که می بینید، در فضاهای پایین لیست کنید.
بعد از ویدیو، آماده باشید تا توصیه های گروه سنی را برای هر فعالیت بحث کنید.

۱. چه مثال هایی از فعالیت های بازی دیدید؟ برای چه گروه سنی؟
(به توصیه ها در کارت مشاوره رجوع شود.)

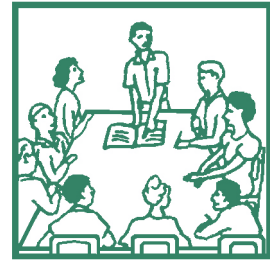
فعالیت های بازی	برای چه گروه سنی توصیه شده؟

۲. چه مثال هایی از فعالیت های ارتباطی دیدید؟ برای چه گروه سنی؟
(به توصیه ها در کارت مشاوره رجوع شود.)

فعالیت های ارتباطی	برای چه گروه سنی توصیه شده؟

۳. بحث: چه «اسباب بازی هایی» را دیدید؟

توصیه ها

تمرین:
ساختن اسباب بازی

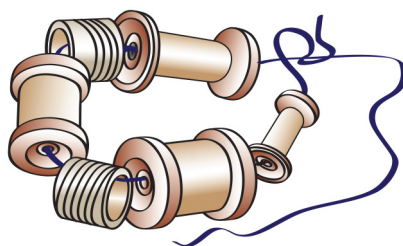
نمایش

آموزشیار شما چند اسباب بازی ساخته شده در خانه و اشیای دیگر خانگی را که بچه ها ممکن است با آن بازی کنند، به شما نشان می دهد. برای هر مورد نکات زیر را در نظر داشته باشید:

۱. تا چه اندازه برای یک کودک خردسال (رنگ، اندازه و صدا) جذاب است؟
۲. تا چه اندازه برای کودک راحت است که آن را نگه دارد؟
۳. چگونه اندازه، تیز یا کند یا خوردنی بودن اسباب بازی بر روی ایمنی آن تاثیر دارد؟ تا چه اندازه برای کودکان با سنین متفاوت ایمن است؟ به گروه سنی روی **کارت مشاوره** رجوع شود.
۴. در چه سنی کودک بیشترین علاقه را به آن دارد؟
- توجه کنید که یک نوع اسباب بازی ممکن است برای کودکان در سنین مختلف جذاب باشد. یک کودک خردسال ممکن است از انداختن سنگ ها درون یک بطری پلاستیکی لذت ببرد. یک کودک بزرگتر ممکن است همان سنگ ها را ضمن اینکه درون بطری پلاستیک می اندازد، برای شمردن نیز استفاده کند.
۵. چه چیزی ممکن است کودک با استفاده از آن یاد بگیرد؟ مهارت های فیزیکی، اجتماعی، هیجانی و هوشی را در نظر بگیرید که ممکن است کودک بیاموزد.
۶. چگونه بازی با اسباب بازی می تواند در تعامل بین کودک و مراقب تاثیر بگذارد؟

تمرین های اختیاری

از وسایلی که روی میز است، برای درست کردن اسباب بازی های مناسب برای گروه های سنی مختلف استفاده کنید. در اینجا چند مثال از اسباب بازی های ساده ساخته شده از مواد موجود در خانه، آورده شده است.

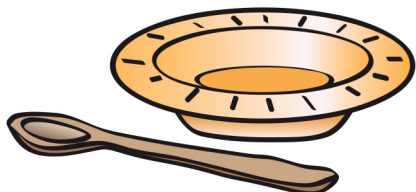


قرقره و اشیای دیگر آویخته به نخ
(برای گرفتن، نگه داشتن و تکان دادن)

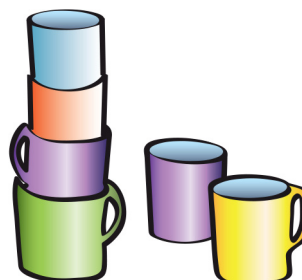


نوارهای پلاستیکی در بطری پلاستیکی
(برای گرفتن، نگه داشتن و تکان دادن)

توصیه ها



بشقاب غذای فلزی و قاشق چوبی بزرگ
(برای ضربه زدن و انداختن)



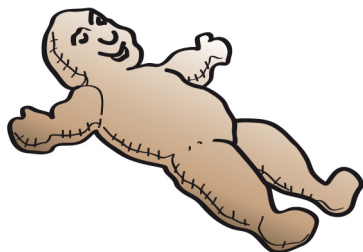
فنجان های رنگین
(برای گرفتن، نگه داشتن، ضربه زدن و
انداختن و روی هم چیدن)



تصویر کشیده یا چسبانده شده روی مقوا
(برای جور کردن یک پازل)



بطری پلاستیکی با سنگ
(برای انداختن و درآوردن و شمردن)



عروسک توپیر با صورت دوخته یا نقاشی شده
(برای یادگیری درباره چشم، بینی،
قصه گفتن، بغل کردن)



کتاب با نقاشی یا تصویرهای مجله
(برای گرفتن، توضیح دادن)

با خانواده در مورد مراقبت از تکامل کودک مشاوره کنید

حالا ما آماده ایم که این توصیه های بازی و ارتباط را جهت مشاوره دادن به مراقب استفاده نمائیم . ما همچنین یاد می گیریم که مراقبین و کودکانشان را تحت نظر بگیریم تا انواع مراقبت های حساس و پاسخگو را مشاهده نمائیم . این چک لیست ما را در مشاوره خانواده راهنمایی می کند.

به مراقب و کودک خوش آمد بگویید

شما مراقب ها را در خانه ، در یک کلینیک ، یا در مکانی دیگر که خانواده ها جمع میشوند ، ملاقات خواهید کرد. به مراقب خوش آمد بگوئید. از مراقب دعوت کنید که به همراه فرزندش در یک جای راحت بنشیند تا شما از او سؤالاتی بپرسید. نزدیک مراقب بنشینید ، با آرامی و شمرده صحبت کنید و مستقیماً به مراقب و فرزندش نگاه کنید. در تمام طول ملاقات با گرمی و وضوح با آنها ارتباط برقرار کنید . به منظور جمع آوری اطلاعات در مورد کودک و مراقب، سؤالاتی بپرسید. بدقت به جوابهای مراقب گوش دهید. جوابها به شما کمک می کند تا به مراقب در مورد بهبود تکامل کودکش مشاوره دهید. تمرکز شما در مشاوره در مورد نیازهای کودک خواهد بود. برای مشخص کردن نیازهای کودک، به چگونگی تعامل مراقب و کودک نگاه کنید. از مراقب سؤالاتی درباره مراقبت از کودک بپرسید. حین اینکه شما این اطلاعات را می گیرید و به خانواده مشاوره می دهید، **چک لیست مشاوره برای مراقبت از تکامل کودک**، شما را راهنمایی می کند. این چک لیست به شما کمک می کند تا دریابید که مراقب چگونه به کودک خود پاسخ می دهد و به شما کمک می کند تا براساس سن و نیازهای خاص تکاملی کودک، مراقب را بطور مناسبی راهنمایی کنید. برای شروع ، به بالای چک لیست صفحه بعد نگاه کنید. شما درباره این کودک چه می دانید؟

با آموزشیار درباره این موارد بحث کنید:

مشاور چه زمانی کودک و مراقب را ملاقات کرد؟

نام مشاور چیست؟

نام کودک چیست؟

کودک چند سال دارد؟

کودک پسر یا دختر است؟

نام مراقب چیست؟

نسبت مراقب با کودک چیست؟

آنها کجا زندگی می کنند؟

با خانواده مشاوره کنید

چک لیست برای مشاوره مراقبت از تکامل کودک

تاریخ: روز / ماه / سال ۱۳۹۹ نام تکمیل کننده چک لیست: _____

نام کودک: نام : _____ نام خانوادگی: _____ سن: سال _____ ماه _____ پسر / دختر

نام مراقب: _____ نسبت: مادر / پدر / سایر _____

آدرس، محله: _____

این چک لیست برای شما است و به شما کمک می کند تا کودک و نیازهای او را شناخته و به خاطر بسپارید. فقط اطلاعاتی را بدست آورید که مربوط به مراقب بوده و آدرسی که شما بتوانید کودک را بوسیله آن پیدا کنید. (اگر چک لیست کامل شده برای بایگانی است می توان تغییراتی در جهت اضافه نمودن اطلاعات مورد نیاز در آن انجام داد).

با خانواده مشاوره کنید

تمرین : کودک و مراقب را مشخص نمایید



کودک ۱. علی

قسمت بالای **چک لیست** زیر را برای کودکی که امروز می بینید کامل کنید . درجای خالی تاریخ مشاوره و نام خودتان را بعنوان مشاور بنویسید.
نام کودک علی کشاورز است . علی پسر بچه ۲ ساله است . عمه او لیلا از او مراقبت می کند، و شما آنها را در خانه شان ملاقات می کنید. آنها همسایه شما در محله انارک در روستای علی آباد هستند.

چک لیست برای مشاوره مراقبت از تکامل کودک

تاریخ: روز / ماه / سال ۱۳۹۰ تکمیل کننده: _____
نام کودک: نام _____ نام خانوادگی _____ سن: _____ سال _____ ماه _____ پسر / دختر
نام مراقب: نام _____ نسبت مادر/ پدر / سایر _____
آدرس، محله: _____

کودک ۲.

حالا آموزشیار شما از یکی از شرکت کنندگان درخواست می کند تا اطلاعاتی درباره کودک خود، یا کودکی که او را می شناسد فراهم نماید. قسمت بالای **چک لیست** زیر را با این اطلاعات کامل کنید.

چک لیست برای مشاوره مراقبت از تکامل کودک

تاریخ: روز / ماه / سال ۱۳۹۰ تکمیل کننده: _____
نام کودک: نام _____ نام خانوادگی _____ سن: _____ سال _____ ماه _____ پسر / دختر
نام مراقب: نام _____ نسبت مادر/ پدر / سایر _____
آدرس، محله: _____

نگاه کنید، سؤال کنید و گوش دهید: روش های مراقبت را شناسایی کنید

قسمت بعدی **چک لیست** سؤالاتی را درباره پی بردن به چگونگی تعامل مراقب و کودک و اینکه چگونه مراقب از طریق بازی و فعالیتهای ارتباطی باعث شکوفائی تکامل کودک می شود، فراهم کرده است. سؤالات جدول درسه بخش از ابتدا تا انتها قرار دارند.

- بالا : برای تمام کودکان
 - وسط : برای کودکان زیر ۶ ماه
 - پایین : برای کودکان ۶ ماهه و بزرگتر
- (مهم) : اگر کودک بسیار ضعیف و مریض بنظر می آید، فوراً او را به نزدیکترین کلینیک یا بیمارستان ارجاع دهید. در حال حاضر برای مشاوره با مراقب در زمینه **مراقبت از تکامل کودک** وقت صرف نکنید. بدقت به پاسخهای مراقب به سؤالات گوش دهید. همانطور که گوش می دهید، می توانید به **توصیه هایی برای مراقبت از تکامل کودک** (براساس سن کودک) نگاه کنید. اگر جوابی واضح نبود، سؤال دیگری پرسید.

درجای خالی جواب را بنویسید. جواب را مختصر بنویسید ، برای مثال:

چگونه مراقب نشان می دهد که از حرکات کودکش آگاه است؟

- به کودک نگاه می کند، او را به طرف خود می کشد و در کنارش نگاه میدارد .
- چگونه مراقب کودک را آرام می کند؟
- سر کودک را روی شانه اش می گذارد و به پشت او آهسته می زند.

برای تمام کودکان

در ابتدا به مراقب و کودک نگاه کنید . شما می توانید از همان ابتدای ملاقات آنها را زیر نظر داشته باشید.

نگاه کنید: چگونه مراقب نشان می دهد که از حرکات کودک آگاه است؟

- یاری از مراقبین از این امر آگاه نیستند که آنها در حال واکنش نشان دادن به کودک ، به خلقیات و حرکات او هستند. اما همانطور که بچه تکان می خورد ، دستهای مراقب شکم او را لمس می کنند ، مراقب ممکن است به کودکش که از او دور می شود نگاه کند تا مطمئن شود که او سالم است.
- اگر کودک نق می زند، یک دست ملایم به پشت بچه می زند تا آرام شود . شما در اغلب موارد قادر خواهید بود این ارتباط قوی بین مراقب و کودک را ببینید . این ارتباط معمولاً وقتی بوجود می آید که کودک بسیار کم سن و سال و حتی در روز های اول زندگی است.
- با این حال ، در برخی مواقع شما این ارتباط را نمی بینید. ممکن است دلایل زیادی برای این امر وجود داشته باشد. مادر ممکن است مریض باشد. او و کودکش ممکن است در ابتدای تولد که برای ایجاد این ارتباط بسیار با ارزش است، از هم جدا شده اند (این زمان برای ایجاد این ارتباط بسیار با ارزش است).
- پدرانی که شانس بازی کردن و مراقبت از نوزادشان را نداشته اند ممکن است در ایجاد این ارتباط مشکل داشته باشند .

نگاه کنید ، سؤال کنید ، گوش دهید : روش های مراقبت را شناسایی کنید

• **نگاه کنید : چگونه مراقب کودک را آرام می کند و علاقه اش را به او نشان می دهد؟**

یک کودک خردسال ناراحتی خود را با نق زدن ، گریه کردن و وول زدن نشان می دهد. مشاهده کنید که آیا کودکی که بیدار است ، حرکات و صدای مادر یا مراقب خود را تعقیب می کند. همچنین توجه کنید وقتی کودک برای آرام شدن خود را به مراقب می رساند یا به او نگاه می کند، مراقب چگونه پاسخ می دهد. مراقب کودکش را با صحبت ملایم آرام می کند، کودکی که زانویش صدمه دیده می خواهد بداند که آیا مادرش هم همان احساس را دارد. مراقب ممکن است کودک را به خود نزدیکتر کند تا او را آرام کند و از او حمایت نماید. کودکانی که از افراد و مکانها و صداهای جدید می ترسند ممکن است تا زمانی که بفهمند پدر و مادرشان نیز احساس امنیت می کنند نیاز داشته باشند تا در آغوش گرفته شوند. بچه ها بواسطه عکس العملی که از دیگران مشاهده می کنند یاد می گیرند که چگونه خود را آرام سازند. صدای بلند یا وحشتناک آنها را بیشتر ناراحت می کند. صدای آهسته و ملایم به آنها کمک می کند تا آرام گیرند.



• **نگاه کنید: چگونه مراقب رفتار کودک را تصحیح می کند؟**

همانطور که خردسالان پیرامون خود را کنکاش می کنند و چیزهای جدید را امتحان می کنند، آنها اشتباهاتی می کنند. آنها به چیزهایی دست میزنند که شکننده و یا کثیف هستند. آنها بیش از حد به مکانهایی که خطرناک هستند (مثل آتش یا خیابان) نزدیک می شوند. آنها به چیزهایی دست می زنند که برای بازی آنها مناسب نیست. آنها همچنین به زمین می افتند ، صدمه می بینند یا می ترسند. وقتی کودکان کوچک هستند حواسشان به راحتی پرت می شود. والدین می توانند یک شیء ایمن را جایگزین چیزی نمایند که کودکان نباید به آن دست بزنند. توجه آنها را میتوان بوسیله اشیاء جالب برای بازی کردن در محل های ایمن منحرف کرد. بعدها آنها قادر خواهند بود دلایل کارهایی که باید و یا نباید انجام دهند را بهتر درک کنند . نیازی به سرزنش و تنبیه کودک نیست. بجای آن، مراقب می تواند به کودک کمک کند تا یاد بگیرد با چه چیز و در کجا می تواند بازی کند.

با آموزشیار در مورد یادداشتهایی که مشاور در چک لیست نوشته ، بحث و گفتگو کنید:

کودک ۱. سن ۲ سال و ۶ ماه
مشاور در تعامل بین مراقب و کودک چه چیزی دید؟
چگونه این تعامل ها روی بقای کودک تأثیر می گذارد؟ چرا؟
چگونه این تعامل ها روی یادگیری کودک تأثیر می گذارد؟ چرا؟

نگاه کنید	
چگونه مراقب نشان می دهد که از حرکات کودک آگاه است؟ کودک را لمس کرده و نزدیکش می آورد	تمام کودکان
چگونه مراقب کودک را آرام می کند و علاقه اش را نشان میدهد؟ او را نکه می دارد و تکانش می دهد، شیر می دهد	
چگونه مراقب رفتار کودک را تصحیح می کند؟ حواسش را با روسریش پرت می کند.	

نگاه کنید ، سؤال کنید ، گوش دهید : روش های مراقبت را شناسایی کنید

کودک ۲ . سه سال و یک ماه
مشاور در تعامل بین مراقب و کودک چه
چیزی ملاحظه کرد ؟

چگونه این تعامل بر بقای کودک تاثیر
خواهد کرد ؟ چرا ؟

چگونه این تعامل بر یادگیری کودک تاثیر
خواهد کرد ؟ چرا ؟

نگاه کنید	
چگونه مراقب نشان می دهد که از حرکات کودک آگاه است؟ به کودک نگاه می کند	تمام کودکان
چگونه مراقب کودک را آرام می کند و علاقه اش را نشان میدهد؟ به کودک می گوید که گریه نکند	
چگونه مراقب رفتار کودک را تصحیح می کند؟ اشیاء را از دست او می گیرد و او را سرزنش می کند.	

برای کودکان بر حسب سن (زیر شش ماه یا شش ماه و بیشتر)

• سؤال کنید و گوش کنید: چگونه با کودکان بازی می کنید؟

فهم این سؤال ممکن است برای مراقب مشکل باشد . بعضی فکر می کنند کودکان کوچکتر از آن است که بتواند با او بازی کند. یا اینکه بچه ها فقط با بچه های دیگر بازی می کنند. شما نیاز دارید برای سؤال کردن در مورد بازی از کلماتی استفاده کنید که مراقب بتواند متوجه شود.

• سؤال کنید و گوش کنید: چگونه با کودکان صحبت می کنید؟

همچنین ممکن است مراقب در درک منظور شما از صحبت کردن با کودک مشکل داشته باشد . بعضی ها فکر می کنند بچه شان برای صحبت کردن خیلی کوچک است (بخصوص قبل از اینکه کودک بتواند صحبت کند). اگر ببینید که مراقب برای آرام کردن کودک غن غن میکند یا با ملایمت با او حرف می زند به مراقب بگویید که او در حال صحبت کردن با کودکش است.

• سؤال کنید و گوش کنید: چگونه کودکان را می خندانید؟

بیشتر مراقبین تقریباً از بدو تولد شکلک و صداهای خنده دار در می آورند تا کودک را به لبخند زدن در آورند. آنها متوجه شده اند که کودک به حرکات درشت ، صورت های مضحک و صداهای تکراری پاسخ می دهد. پاسخ کودک مراقب را تشویق می کند که به پیدا کردن روش هایی برای به لبخند در آوردن کودک ادامه دهد. سایر مراقبین نمی دانند که چگونه با ملایمت کودک را به لبخند در آورند. مثلاً آنها ممکن است کودک را با زور به لبخند وادار کنند، حتی از طریق فشار دادن و کشیدن گونه های کودک که کودک شکل خنده را در آورد. مراقبی که برای خنداندن کودک تلاش نمی کنند احتمالاً در پاسخدهی راحت، طبیعی و شاد به تلاشهای کودک خود در ایجاد ارتباط مشکل دارند.

پیشنهاد یک فعالیت مناسب با سن کودک به مراقب برای خنداندن کودک مفید است . ببینید کودک چگونه از آن لذت می برد واز لذت بازی با مراقبش بطور طبیعی لبخند خواهد زد.

نگاه کنید ، سؤال کنید ، گوش دهید : روش های مراقبت را شناسایی کنید

• سؤال کنید و گوش کنید: فکر می کنید که یادگیری کودکان چگونه است؟

اغلب مراقبین اگر کودکان مشکل یادگیری داشته باشند، متوجه می شوند. آنها موقعی این موضوع را می فهمند که می بینند کودکان در یادگیریشان در مقایسه با سایر کودکان خانواده و یا جامعه شان آهسته تر به نظر میرسند. وقتی کسی از والدین در این باره سؤال میکند یا تمایل خود به کمک کردن در این مورد را به والدین ابراز مینماید، ممکن است احساس آرامش نمایند. اگر مراکز برای کودکان با مشکل یادگیری وجود دارد کودک را به آنجا ارجاع دهید تا بیشتر ارزیابی شود و خانواده بتواند کمک بگیرد.

در باره یادداشت هایی که مشاور در چک لیست نوشته با آموزشیار گفتگو کنید:

کودک ۱. سن ۲ ماهه

مشاور در باره تعامل مراقب و کودک چه چیزی آموخت؟

این تعامل چگونه بر بقای کودک تاثیر می گذارد ؟ چرا؟

این تعامل چگونه در یادگیری کودک تاثیر می گذارد ؟ چرا؟

سؤال کنید و گوش دهید	
با کودکان چگونه بازی می کنید؟ بازی نمی کند- خیلی کوچک است	کودکان کمتر از شش ماه
با کودکان چگونه حرف می زنید؟ با کودک حرف نمی زند	
چگونه کودکان را به لبخند و می دارید؟ از انگشتانش برای کشیدن دهان کودک استفاده می کند تا بشکل خنده درآیند.	

کودک ۲. سن ۲ سال و ۶ ماه

مشاور در باره تعامل مراقب و کودک چه چیزی آموخت؟

این تعامل چگونه بر بقای کودک تاثیر می گذارد ؟ چرا؟

این تعامل چگونه در یادگیری کودک تاثیر می گذارد ؟ چرا؟

با کودکان چگونه بازی می کنید؟ بازی نمی کند - کودک خیلی کوچکتر از آن است که بتوان با او بازی کرد.	کودکان شش ماه و بیشتر
با کودکان چگونه حرف می زنید؟ در باره چیزهای مختلف به کودک می گوید.	
چگونه کودکان را به لبخند و می دارید؟ به کودک نگاه می کند و ((غن غن)) می کند و به آرامی کودک را قلقلک می دهد.	
در باره یادگیری کودکان چگونه فکر می کنید ؟ خب ، او کارهای زیادی را بلد است که انجام دهد.	

تحسین و راهنمایی: نحوه مراقبت را بهبود ببخشید

با اطلاعاتی که از مراقب می گیرید شما می توانید با تحسین های خاصی خانواده را ترغیب نمایید تا با کودک ارتباط برقرار کرده و بازی کنند و مهارت های مراقبتی پایه ای خود را تقویت کنند. شما همچنین می توانید مشکلات احتمالی را شناسایی کنید. با پیشنهادات ارائه شده در **کارت های مشاوره**، شما می توانید راهنمایی هایتان را بر بهبود مراقبت کودک متمرکز کنید.

مراقب را تحسین کنید

بیشتر خانواده ها سعی می کنند که بهترین ها را برای کودکانشان انجام دهند. تحسین مراقب، تلاش های او را برجسته تر می کند. تحسین کردن خانواده ها برای تلاششان در بازی و برقراری ارتباط با کودکانشان (از بدو تولد آنها) آنها را بیشتر ترغیب می کند تا انجام بهترینها را برای فرزندشان ادامه دهند. تحسین کردن همچنین باعث ایجاد اعتماد بنفس می شود. اعتماد بنفس به خانواده ها کمک می کند تا فعالیت های جدیدی را برای کار با فرزندشان یاد بگیرند. **چک لیست** بعضی فعالیت ها که می توانند مورد تحسین و تشویق قرار گیرند را معرفی می کند. شما می توانید مراقب را بخاطر صمیمانه بغل کردن کودک یا صحبت یا بازی با او مورد تحسین قرار دهید. تحسین کردن مراقب به او نشان می دهد که شما تلاش خوب او را می بینید. این امر همچنین نشان می دهد که چگونه کودک تلاش های مراقب خود را تحسین می کند. برای مثال، وقتی مراقبان به کودکان خود نگاه می کنند و با ملایمت با آنها حرف می زنند، به آنها کمک کنید که واکنش های مثبت کودکانشان را متوجه شوند. برای مثال «توجه کنید وقتی کودک شما اسمش را می شنود چگونه پاسخ می دهد. او به سمت شما بر می گردد. اوصدای شما را تشخیص داده و دوست دارد.

با آموزشیار گفتگو کنید :

مادری با ملایمت نوزادش را ماساژ می دهد. دست و پای او را به سمت بیرون می کشد و دوباره به عقب فشار می دهد.
شما این مادر را چگونه تحسین می کنید؟

مراقب را راهنمایی کنید

وقتی شما به یک خانواده مشاوره می دهید، این فرصت را دارید که مهارت های مراقبان کودکان خردسال را تقویت کنید.

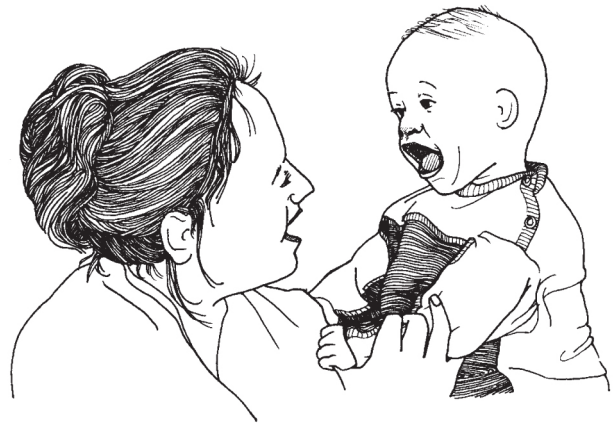
والدین ممکن است ندانند که چرا کودکان آنطور که انتظار دارند به آنها پاسخ نمی دهند. آنها ممکن است ندانند که بایستی با بچه های کوچک حرف بزنند (حتی قبل از اینکه قادر به حرف زدن باشند). گاهی خانواده ها فکر می کنند که بازی فقط برای بچه هاست. زمانی که کودک به قدر کافی بزرگ شد با برادرها و خواهر های بزرگترش بازی خواهد کرد. اما آنها نمی دانند که بازی کردن بزرگسالان با شیرخواران و کودکان خردسال به یادگیری آنها کمک می کند، و همچنین آنها نمی دانند که چه نوع بازی برای این کودک مناسب است.

تحسین و راهنمایی: نحوه مراقبت را بهبود ببخشید

این **چک لیست** بعضی مشکلات شایع و آنچه که شما یرای کمک به خانواده ها در مراقبت از کودکان می توانید پیشنهاد دهید را مشخص می کند. شما مراقب و کودک را در تمرین بازی و فعالیت های ارتباطی راهنمایی خواهید کرد. برای مثال :

• کمک کردن به مراقب برای پاسخ دادن به کودک

شما ممکن است متوجه شوید که مراقب به راحتی با کودک کنار نمی آید و نمی داند چگونه کودک را آرام کند. شما ارتباط نزدیکی بین آنچه که کودک انجام می دهد و آنچه که مراقب پاسخ می دهد نمی بینید. این رابطه پایه یک مراقبت حساس و پاسخگو است. جایی که این رابطه وجود ندارد ، شما می توانید به مراقب کمک کنید تا یاد بگیرد به کارهای کودک دقیقاً نگاه کند و مستقیماً به آن پاسخ دهد. از مراقب بخواهید تا :



۱. به صورت کودک نگاه کند تا چشمهایشان با هم تلاقی کند.
۲. به هر حرکت و صدای کودک توجه کند.
۳. حرکات و صداهای کودک را تقلید کند.

اکثر خردسالان خیلی زود تقلید از مراقب را شروع می کنند. یک بار کافی نیست . مراقب و کودک را تشویق کنید که این بازی ارتباطی را هر روز انجام دهند. به مراقب کمک کنید که لذت بردن کودک از این بازی را ببیند. به میزان رضایت مراقب از توجهی که کودک به او می کند توجه کنید.

• کمک کردن به مراقب تا با کودک تند و خشن حرف نزند

گاهی همانطور که کودکان سعی می کنند مهارتهای جدید را تجربه نمایند ، بزرگسالان را اذیت می کنند. بزرگسالان ممکن است فکر کنند که کودکان بایستی بهتر از هم سن و سالان خود عمل کنند. آنها ممکن است فکر کنند که کودک عمداً بر خلاف قوانین بزرگسالان عمل می کند.

این نکته مهم است که مشاور این فعالیتها را مستقیماً با کودک انجام ندهد. اگر شما به عنوان مشاور با کودک ارتباط برقرار نمایید باعث می شوید که در ارتباط مراقب و کودک تداخل ایجاد شود. بجای آن، در حین فعالیت و بازی مراقب با کودک به او آموزش داده و هدایتش نمایید.

برای مثال ، پدری ممکن است فکر کند ، هنگامی که کودک مرتب چیزی را می اندازد، در حال بد رفتاری است . او کودک را سرزنش می کند و شاید هم کتک بزند. شما می توانید به پدر کمک کنید تا به رفتار و تفکر کودک (انجام کارهای تکراری) بطور مثبت نگاه کند . «بین من چکار می توانم بکنم . من می توانم آنها را ببندم و این کار صدا درست میکنه . هر چه محکمتر فشار بدهم ، بیشتر میره . من یک آدم قوی هستم . وقتی آن را نزدیک پدر می اندازم یعنی از پدرم می خواهم تا با من بازی کند و ما می خندیم و با هم خوش می گذرد. او (پدرم) منو خیلی دوست داره.»

• معرفی کردن یک بازی یا یک فعالیت ارتباطی جدید

معمولاً، یک بازی یا فعالیت ارتباطی را که در **کارت مشاوره** وجود دارد با رعایت مراحل ذیل معرفی نماید :

تحسین و راهنمایی: نحوه مراقبت را بهبود بخشید

۱. توجه کودک را جلب کند

قبل شروع به مراقب کمک کنید که توجه کودک را جلب کند. او می تواند به چشمهای کودک نگاه کند، لبخند بزند، و صدا در بیاورد تا اینکه کودک پاسخ دادن به او را شروع کند. او همچنین می تواند یک جعبه یا چیز دیگری را در مقابل کودک حرکت دهد تا کودک به آن دست دراز کند.

۲. به کودک پاسخ دهد

به مراقب کمک کنید که کارهای کودک را دنبال کند. او می تواند صداهای کودک را تقلید کند یا به حرکات دست و پای کودک پاسخ دهد. در اغلب موارد کودک به منظور گرفتن پاسخ مجدد از مراقب، این حرکت را تکرار خواهد کرد. این کار باعث می شود تا تلاش های کودک برای ایجاد صدا و حرکت و خوشنودی مراقب افزایش یابد. هر دو اینها برای کمک به یادگیری کودک مهم هستند.

۳. یک بازی یا فعالیت ارتباطی پیشنهاد شده در **کارت های مشاوره** را معرفی کنید.

زمانی که مراقب و کودک به همدیگر پاسخ می دهند معرفی یک فعالیت جدید آسان تر است. برای مثال: تعدادی سنگ (که به قدر کافی بزرگ بوده و قابل بلعیدن نباشند) و یک پارچ پلاستیکی

به مادر بزرگی که از نوه ۱۴ ماهه اش مراقبت می کند، بدهید. از او بخواهید تلاش کند که انداختن سنگ ها داخل ظرف را به نوه اش یاد دهد. در صورت لزوم برای شروع به او کمک کنید. به هر موفقیتی در انداختن سنگها توجه کنید و به او کمک کنید تا با پیدا کردن راههای مختلف خوشحالی خود را به نوه اش نشان دهد.

همچنین به او کمک کنید که ببیند چقدر نوه اش از بازی با او لذت می برد. اغلب کودکان بعد از اینکه این بازی را یاد گرفتند، می خواهند این فعالیت را بارها تکرار کنند. مجدا توجه کنید که مهم است که شما به عنوان مشاور این فعالیت را خودتان مستیما با کودک انجام ندهید. در عوض به مراقب کمک کنید (مربیگری کنید) که او خودش این فعالیت را با کودک انجام دهد.

۴. سپس توصیه های بازی یا ارتباط با کودک را ارائه دهید.

توصیه کنید که مراقب برای کمک به یادگیری کودک این فعالیت را بر حسب زمان و مکان به نوه اش بدهد. بدهید که داخل ظرف بگذارد و در بیاورد و روی هم بگذارد. این کارها به کودکان در یادگیری مهارت های جدید کمک می کند. همچنین به او کمک می کند که رشد کرده و برای مدرسه آماده شود. اگر کودک تقریباً در انتهای یک گروه سنی است - یا از قبل نحوه انجام فعالیت های گروه سنی خودش را می داند - می توانید توصیه های مربوط به یک گروه سنی بالاتر را معرفی کنید.

۵. درک مطالب گفته شده را کنترل کنید.

قبل از خروج مراقب و کودک مطمئن شوید که آنها را در حین انجام بازی یا فعالیت ارتباطی پیشنهادی مشاهده کرده اید. این کار به شما نشان خواهد داد که مراقب قادر به انجام این فعالیت است. مراقب را تشویق کنید که این فعالیت را در منزل ادامه دهد.

همچنین از مراقب در باره نحوه انجام فعالیت در منزل سوال کنید. برای مثال «در منزل چه چیزهایی دارید تا بوسیله آنها روی هم چیدن اشیاء را آموزش دهید؟» «دوست دارید کودکان چه اسمهایی را یاد بگیرد؟» وقت مناسب برای خواندن و حرف زدن در باره عکس ها و اشیاء با او چه زمانی است؟



تحسین و راهنمایی: نحوه مراقبت را بهبود ببخشید

در نهایت ، اهمیت تحریک تکامل کودک را به مراقب توضیح دهید . یکی از دلایل زیر ممکن است برای خانواده اهمیت داشته باشد:

- بازی و برقراری ارتباط به همراه تغذیه مناسب به رشد سالم و یادگیری کودکان کمک خواهد کرد. این فعالیت ها بخصوص در سال اول زندگی اهمیت زیادی دارند.
- بازی و فعالیت های ارتباطی به رشد مغز کمک کرده و کودکان را باهوش و شاداب می کنند.
- مراقبت خوب از تکامل به کودکان کمک می کند برای مدرسه آماده شودو در آینده به خانواده و جامعه کمک کند .
- بازی و ارتباط با کودکان به ایجاد یک رابطه قوی با کودکان برای تمام طول زندگی کمک می کند.



به مراقب کمک کنید درک کند که کمک به یادگیری کودک خردسال چقدر مهم است. با کمک به مراقب در تمرین بازی و ارتباط با کودک اعتماد به نفس او را برای مراقبت از کودک در منزل بالا ببرید.

تحسین و راهنمایی: نحوه مراقبت را بهبود بخشید

تمرین ایفای نقش: مراقب را راهنمایی کنید



آموزشیار شرکت کنندگان را به گروههای چهار نفره تقسیم می کند. شرکت کنندگان به منظور ایفای نقش بایستی با چهار صندلی یک فضا بسازند.

در این گروه کوچک تصمیم بگیرید چه کسی مراقب (مادر یا پدر)، کودک، مشاور و مشاهده گر خواهد بود. نقش ها برای بازی عبارتند از :

مراقب (مادر یا پدر):

شما یک کودک سه ساله دارید. شما می خواهید کودکان با هوش بوده و قادر به انجام خیلی از مهارت ها باشد. شما به آنچه که مشاور در باره نحوه کمک به کودکان می گوید بسیار علاقمند هستید.

کودک:

شما همانند یک کودک سه ساله عمل خواهید کرد. اندکی خجالتی هستید. اما احمقانه عمل نمی کنید (ما می خواهیم مشاور تمرین خوبی داشته باشد). شما از توجه مادر و پدرتان لذت می برید.

مشاور:

به مراقب و کودک خوشامد بگویید. یک بازی یا فعالیت ارتباطی مناسب با سن کودک را انتخاب کنید.

۱. به مراقب کمک کنید تا توجه کودک را جلب کند.

۲. به مراقب کمک کنید به کودک پاسخ دهد.

۳. از **کارت های مشاوره** یک بازی یا فعالیت ارتباطی مناسب سن کودک را معرفی کنید. به مراقب کمک کنید این فعالیت را با کودک تمرین کند.

۴. سپس توصیه های مربوط به بازی یا ارتباط با کودک را شرح دهید. فواید آن را برای کودک و خانواده توضیح دهید.

۵. بررسی کنید که آیا مراقب آنچه را که گفته اید فهمیده است. مثلاً او در خانه از چه چیزهایی برای بازی با کودکش می تواند استفاده کند؟ چگونه از آنها استفاده خواهد کرد؟

مشاهده گر

گفتگوی بین مشاور و مراقب را مشاهده کنید. در پایان ایفای نقش پس خوراند ارایه دهید.

۱. خوشامد گویی مشاور چگونه بود؟

۲. فعالیتی که مشاور پیشنهاد داد چقدر با سن کودک مناسب بود؟

۳. مشاور با چه کیفیتی فعالیت را به مراقب معرفی کرد؟

۴. آیا مشاور خود فعالیت را با کودک انجام داد یا به مراقب کمک کرد که فعالیت را انجام دهد؟

۵. مشاور مراقب را با چه کیفیتی تحسین کرد؟ آیا تحسین اختصاصاً برای فعالیت بود؟ آیا این تحسین برای مراقب اطلاعاتی را فراهم کرد تا به نفع کودک باشد؟

۶. مشاور چگونه به مراقب کمک کرد که نحوه پاسخ کودک را ببیند؟

پس از تمام شدن، نقش ها را عوض کنید. از کودک بخواهید که نقش کودک در دیگر گروه سنی را بازی کند.

تغییر نقش ها را ادامه دهید تا زمانی که هر شرکت کننده هر نقش را بازی کند.

به حل مشکلات کمک کنید

بعد از اینکه به مراقب یک بازی و فعالیت های ارتباطی پیشنهاد شده برای کودک را معرفی کردید، لازم است بپرسید: «شما ممکن است چه مشکلاتی در حین انجام این فعالیت با کودک در منزل داشته باشید؟» سپس می توانید به مراقب کمک کنید تا راه حل هایی را شناسایی کند که مناسب خانواده هستند.

در **کارت های مشاوره** به بخش **مشاوره خانواده در باره مشکلات مراقبت از تکامل کودک** رجوع کنید. این بخش مشکلات شایع خانواده ها در مراقبت از کودکانشان را لیست می کند.

اگر مادر قادر به شیردهی نیست به مادر مشاوره دهید تا:

- هنگام شیردهی کودک را کاملاً نزدیک بدن نگه دارد، به کودک نگاه کند، و با او حرف بزند یا آواز بخواند.

هر چند که شیردهی برای کودکان بهترین است، ولی کودکان زیادی بدون شیر مادر رشد و عملکرد خوبی دارند. اگر مادر نمی تواند شیر بدهد به او کمک کنید تا اهمیت پاسخ به کودک در زمان گرسنگی را بفهمد. در طول شیردهی کودک را در آغوش بگیرد. برای اینکه کودک احساس اطمینان و امنیت کند، مهم است که تغذیه کودک با یک فنجان با روشی محبت آمیز انجام گیرد درحالی که مادر، کودک را نزدیک به بدن خود نگه داشته و به چشمهای او نگاه می کند.

اگر مراقب نمی داند که برای بازی یا ارتباط با کودک چکار کند:

- به مراقب یادآوری کنید که کودکان از بدو تولد بازی و ارتباط برقرار می کنند.
- نشان دهید که چگونه کودک به فعالیت ها و تلاش های مراقب پاسخ می دهد.



برای تشویق به یادگیری، مراقب نیاز دارد که بازی و ارتباط را بشناسد و بداند آنها برای یادگیری مهم هستند. اگر کودک به مراقب نگاه می کند یا لبخند می زند به او یادآوری کنید که این نشانه برقراری ارتباط کودک است. اگر کودک صدا در می آورد یا ژستی می گیرد مراقب را تشویق کنید که آن را تقلید کند. در اغلب موارد کودک با اشتیاق آن را تکرار می کند. به مراقب کمک کنید تا آنچه که کودک تلاش می کند تا به او بفهماند، را حدس بزند. (بابام به من گوش داد)، (من می توانم بابام را بخندانم) یا (بابام شکلک های خنده دار برایم در می آورد). سرانجام فعالیت دیگری از **توصیه هایی برای مراقبت از تکامل کودک** که متناسب با سن کودک است را انتخاب کنید. سپس به مراقب کمک کنید که آن فعالیت را با کودک انجام دهد و نحوه پاسخدهی کودک را ملاحظه کند.

اگر مراقب احساس می کند که برای بازی و ارتباط با کودک بیش از حد تحت فشار یا استرس است :

- به احساسات او گوش کنید.
- به او کمک کنید فردی را که بتواند در احساساتش با او شریک شده و در رابطه با کودک به او کمک کند، شناسایی کند.
- با نشان دادن توانایی هایش در انجام فعالیت های ساده، اعتماد بنفس او را تقویت نمایید. تحسین و تشویقش کنید که فعالیت را با کودک تمرین کند.
- در صورت لزوم و امکان دسترسی، او را به خدمات محلی ارجاع دهید.

به حل مشکلات کمک کنید

اگر مراقب احساس می کند که فرصتی برای بازی و ارتباط با کودک ندارد :

- او را تشویق کنید که بازی و فعالیت های ارتباطی را با سایر مراقبت های کودک ترکیب کند. (برای مثال، با تغذیه، حمام کردن و لباس پوشاندن)
- از سایر اعضای خانواده در خواست کنید که در مراقبت کودک یا کارهای روزمره دیگر به والدین کمک کنند.
- مراقب ها ممکن است احساس کنند که وقت اضافی برای تغذیه، بازی یا ارتباط فعال با کودکان را ندارند. از مراقب بپرسید به نظر او از چه راهی می تواند وقت اضافی بدست آورد. اگر او برای یافتن وقت به کمک نیاز دارد بعضی از این ایده ها را پیشنهاد دهید :
- در حین انجام کارهای روزمره منزل یا مراقبت از کودک ، بازی و فعالیت ارتباطی را هم انجام دهد.
- او می تواند در حین حمام کردن، غذا دادن ، و لباس پوشاندن کودک یا در حین تمیز کردن خانه با کودک حرف بزند، آواز بخواند، و بازی کند .



- اعضای دیگری را در خانواده تعیین کنید که بتواند در بعضی کارها به او کمک کند تا او بتواند وقت بیشتری برای کودک خردسال صرف کند.
- افراد دیگری را شناسایی کنید که می توانند زمانی را برای بازی و صحبت با کودک صرف کنند ، مانند پدر ، خواهر و برادر بزرگتر.

اگر مراقب هیچ اسباب بازی برای بازی با کودک ندارد به او مشاوره دهید تا :

- از هر وسیله ای در منزل که تمیز و بی خطر است، استفاده کند.
- اسباب بازی های ساده درست کند.
- با کودکش بازی کند. کودک از راه بازی کردن با او و دیگران می آموزد.
- کودکان خردسال نیازی به خریدن اسباب بازی ندارند. اغلب کودکان اسباب بازی خودشان را در منزل یا بیرون پیدا می کنند. به مراقب کمک کنید تا وسایل بی خطر در منزل را شناسایی کند.
- برای مثال ، از مراقب یک کودک ۷ ماهه سوال کنید : « در منزل چه وسایلی دارید که کودک بدون خطر می تواند به آنها دست بزند ، بکوبد و بیاندازد؟ » برای یک کودک ۱۲ ماهه تا ۲ ساله سوال کنید ، « چه نوع ظرف خالی در منزل دارید که کودکان بتواند چیز های کوچک را داخل آن بگذارد ؟ » یا از مراقب سوال کنید در حال حاضر کودکش با چه چیزی بازی می کند ؟ مطمئن شوید که او متوجه شده که چه چیزی برای بازی کودکش بی خطر است .

همچنین خانواده ها می توانند اسباب بازی های ارزان و ساده بسازند. با یک قطعه چوب با چرخهای رنگی یک گاری درست می شود. کودک با دسته بندی دایره های بریده شده از مقواهای رنگی می تواند رنگ ها را تطبیق دهد. یک عکس را روی مقوا بچسبانید و آن را به سه قسمت ببرید و یک پازل ساده درست کنید. کودکان همچنین می توانند با اشیاء طبیعی مانند صدف های تمیز و غیر برنده بازی کنند.

کودکان همچنین به کسانی نیاز دارند که با آنها بازی کنند. آنها از بازی با پدر، برادرها و خواهرها و دوستان می آموزند. روش هایی را شناسایی کنید که دیگران بتوانند با کودک صحبت کنند و بازی شمردن ، نامیدن یا سایر بازی های مناسب سن کودک را بازی کنند.

اگر کودک پاسخ نمی دهد یا به نظر «آهسته» است :

- خانواده را تشویق کنید که بازی و فعالیت های ارتباطی بیشتری با کودک انجام دهند.
- کنترل کنید و ببینید که آیا کودک قادر به دیدن و شنیدن است.

به حل مشکلات کمک کنید

- کودکی را که مشکل بینایی یا شنوایی دارد در صورت دسترسی به مراکز خدماتی ویژه ارجاع دهید.
 - مادر و سایر اعضای خانواده را تشویق کنید از طریق لمس و حرکت با کودک بازی و ارتباط برقرار کنند.
- بیشتر کودکان تا اواخر سال دوم تولد راه رفتن را آموخته اند، چند کلمه حرف می زنند، و خودشان غذا می خورند. اما آنها از نظر خجالتی بودن یا فعال بودن و سرعت یادگیری بسیار با هم تفاوت دارند. برای مثال ممکن است کودکی که تغذیه نامناسب دارد، در یادگیری مهارت های جدید کند باشد.
- بعضی اوقات پرسیدن این سوال از مراقب مفید است: «در باره یادگیری کودکان چگونه فکر می کنید؟» یا «آیا شما هیچ نگرانی در مورد چگونگی رشد یا یادگیری کودکان دارید؟» خانواده ای ممکن است این نگرانی را داشته باشند که کودک آنها در مقایسه با کودکان دیگر در یادگیری آهسته است.

شما می توانید به مراقب کمک کنید که توجه ویژه ای به کودک نیازمند بنماید. به او نشان دهید که چگونه می تواند پاسخ بیشتری به تلاش های کودک برای ارتباط بدهد. اگر کودک لبخند می زند یا صدا در می آورد،

مراقب را وادار کنید تا به او لبخند بزند یا صدای او را تکرار کند تا ببیند که آیا کودک پاسخ می دهد. سوال کنید که کودک باچه چیزی بازی می کند و به مادر در شناسایی سایر وسایل خانه که تمیز و بی خطر هستند و کودک می تواند استفاده کند کمک کنید.

برای تغذیه کودکی که کندی تکامل دارد لازم است مراقب زمان و صبر بیشتری صرف کند. لازم است که مراقب در حین بازی و ارتباط، توجه بیشتری را به کودک داشته باشد. با توجه ویژه اکثر کودکان می توانند هر چند آهسته یاد بگیرند.

با این حال، کودکی که در یادگیری کند است ممکن است مشکلات خاص شنوایی یا بینایی داشته باشد. اگر فکر می کنید که کودک چنین مشکلی دارد و سن او شش ماهه یا بزرگتر است از مراقب سوالات داخل کادر را پرسید.

اگر مراکز آموزشی تخصصی برای این کودکان وجود دارد، کودک را برای ارزیابی و مراقبت به آنجا ارجاع دهید. چه کودک ارجاع شده باشد یا نه، خانواده را به بازی و ارتباط بیشتر با کودک تشویق کنید. کودکان از منابع مختلفی می توانند یاد بگیرند:

لمس کردن، شنیدن، بوییدن، و حرکات بدن. در باره کسی که در خانواده یا جامعه بتواند کمک کند، بحث نمایید.

اگر مادر یا پدر مجبورند که برای مدت زمانی کودک را به فرد دیگری بسپارند:

- حداقل یک فرد را تعیین نمایید که بتواند بطور منظم از کودک مراقبت کند و به او عشق بورزد و توجه کند.

برای کودکان ۶ ماهه و بزرگتر که ممکن است مشکل یادگیری داشته باشند

از مراقب این سوالات را پرسید:

شنوایی

- وقتی فردی پشت سر کودکان حرف می زند آیا او برای دیدن آن فرد سرش را بر می گرداند؟
- آیا کودکان به صداهای بلند واکنش می دهد؟
- آیا کودکان صداهای مختلف مانند (تاتا، دادا، و بابا) در می آورد؟

بینایی

- آیا کودکان به چشمهای شما نگاه می کند؟
 - آیا کودکان یک شی متحرک را با سر و چشمهایش دنبال می کند؟
 - آیا کودکان افراد آشنا (مانند مادر، پدر، برادر یا خواهر) را تشخیص می دهد؟
 - آیا کودکان قادر به گرفتن یک شی هستند؟
- اگر مراقب جوابش را نمی داند از او بخواهید که جواب را پیدا کند. برای مثال، او می تواند پشت سر کودک یک صدا در آورد. او می تواند ببیند که سرو چشمهای کودک حرکت یک مداد را تعقیب می کند. برای اینکه مراقب بتواند شنوایی و بینایی کودک را تست کند کودک بایستی آرام بوده و بیمار نباشد.

اگر پاسخ هر کدام از این سوالات منفی باشد کودک ممکن است مشکل شنوایی یا بینایی داشته باشد. اگر مرکز خدمات ویژه برای کودکان در منطقه شما در دسترس باشد کودک را برای ارزیابی بیشتر ارجاع دهید.

به حل مشکلات کمک کنید

- کودک را بتدریج به بودن با آن فرد جدید عادت دهید.
 - مادر و پدر را تشویق کنید که هر وقت مقدور بود با کودک وقت بگذرانند.
- ممکن است کودک یکی از والدین را بدلیل بیماری یا بدلائیل دیگر از دست بدهد. انتظار می رود که، با یک مراقبت خوب، کودک بتواند فقدان یک والد را تحمل کند. اگر کودکان پدر یا مادرشان را از دست بدهند یا آنها را بندرت ببینند اغلب وارد یک دوره غمگینی می شوند. اما با گذشت زمان آنها یاد می گیرند که دیگران را دوست داشته باشند و بیشتر آنها می توانند از غم و اندوه خارج شوند. کمک کنید تا بعد از فقدان مراقب، هر چه زودتر فردی که بتواند به کودک عشق بورزد و به او توجه بیشتری بکند، تعیین شود.

اگر به نظر می رسد که با کودک به خشونت رفتار می شود:

- راههای بهتری برای تعامل با کودک پیشنهاد دهید :
- خانواده را تشویق کنید که همیشه دنبال فرصت هایی برای تحسین کودک برای رفتارهای خوبش باشند.
 - به احساسات کودک احترام بگذارید. سعی کنید که علت غم یا عصبانیت کودک را بفهمید .
 - بجای گفتن « نکن » به کودک در مورد انجام کارها فرصت انتخاب بدهید.
- کودکان در جریان اکتشاف و تجربه چیزهای جدید دچار اشتباه نیز می شوند. شاید چنین به نظر برسد که آنها رفتار بدی دارند و یا سعی می کنند تا بزرگسالان پر مشغله اطرافشان را آزار دهند. مراقبان ممکن است معتقد باشند که تنبیه کردن کودکان بهترین روش برای یاد دادن درست و غلط به آنها است. آنها ممکن است با کودکان خود باخشونت رفتار کنند.
- زمانی که مراقب با کودکش بازی می کند و در ارتباط است بهترین زمان برای نشان دادن روش های بهتر تعامل با کودکان است. مراقب را تشویق کنید که تلاش های خوب کودک را ببیند و تحسین کند. به او کمک کنید تا آنچه که کودک می بیند، فکر می کند و یا سعی در انجام آن را دارد تفسیر نماید. اگر کودک آشفته شد به مراقب کمک کنید تا آنچه که باعث آشفتگی کودک شده است را پیدا کند. اگر کودک آنچه متعلق به او نیست را برمی دارد یا بد رفتاری می کند به مراقب کمک کنید که یک شی مناسب دیگری را برای بازی پیدا کند . کمک کنید که مراقب حواس کودک را با یک فعالیت دیگر پرت کند.
- وقتی مشاوره مراقب را تمام کردید، **چک لیست** را تکمیل کنید. مواردی را که مراقب را راهنمایی کردید و مشکلات مورد بحث را (✓) تیک بزنید. مثال صفحه بعد را ملاحظه کنید.

با آموزشیارتان بحث کنید :

- در مورد علی و مراقبش دوشیزه مریم چه می دانید قسمت بالای چک لیست را ملاحظه کنید.
- مشاور برای چه کاری دوشیزه مریم را تحسین کرد؟ مشاور چه راهنمایی به دوشیزه مریم کرد؟
- به کارت های مشاوره رجوع کنید .چه فعالیتهایی را مشاور می توانست به دوشیزه مریم توصیه کند تا با علی انجام دهد؟ چرا ؟

چک لیست برای مشاوره مراقبت از تکامل کودک

تاریخ: روز / ماه / سال ۱۳۹۹ تکمیل کننده: _____
 کودک: نام _____ نام خانوادگی _____ سن: _____ سال _____ ماه _____ پسر / دختر
 مراقب: نام _____ نسبت مادر / پدر / سایر _____
 آدرس: _____

۱. تمرین های حمایت از تکامل کودک را تعیین کنید و با مراقب مشاوره کنید.

نگاه کنید	مراقب را تحسین کنید اگر:	مراقب را راهنمایی کنید و مشکل را حل کنید اگر مراقب:
چگونه مراقب نشان می دهد که از حرکات کودک آگاه است؟ به کودک نگاه می کند	☒ به طرف کودک و یا با کودک حرکت می کند، و با کودک حرف میزند یا صدا در می آورد	☐ با کودک حرکت نمی کند، یا حرکات کودک را کنترل می کند: از مراقب بخواهید که حرکات کودک را تقلید کند و از کودک پیروی کند.
چگونه مراقب کودک را آرام می کند و علاقه اش را به او نشان می دهد؟ به کودک می گوید که گریه اش را متوقف سازد. (موفق نمی شود)	☐ به چشمهای کودک نگاه می کند و به نرمی با کودک حرف می زند، به نرمی کودک را نوازش می کند یا کودک را در بغل می گیرد.	☒ او قادر به آرام کردن کودک نیست و کودک برای آرامش به مراقب نگاه نمی کند: به مراقب کمک کنید به چشم های کودک نگاه کند به نرمی با کودک حرف بزند و او را در آغوش بگیرد.
چگونه مراقب رفتار کودک را اصلاح می کند؟ اشیا را گرفته و از کودک دور می کند. سرزنشش می کند.	☐ با یک اسباب بازی یا فعالیت مناسب حواس کودک را از فعالیت نامطلوب پرت می کند.	☒ کودک را سرزنش می کند: به مراقب کمک کنید که با دادن یک اسباب بازی یا فعالیت دیگر کودک را از انجام عمل ناخواسته باز دارد.

سوال کنید و گوش کنید	مراقب را تحسین کنید اگر:	مراقب را راهنمایی کنید و مشکل را حل کنید اگر مراقب:
چگونه با کودک تان بازی می کنید؟	☐ دست و پای کودک را حرکت می دهد یا به نرمی کودک را نوازش می کند. ☐ توجه کودک را با یک جفجه یا وسایل دیگر جلب می کند.	☐ با کودک بازی نمی کند: روش هایی را با مراقب به بحث بگذارید تا به دیدن، شنیدن، احساس کردن، و حرکت متناسب با سن کودک کمک نماید.
با کودک تان چگونه حرف می زنید؟	☐ به چشم های کودک نگاه می کند و به نرمی با او حرف میزند.	☐ با کودک حرف نمی زند: از مراقب بخواهید به چشم های کودک نگاه کند و با او حرف بزند.
چگونه کودک تان را می خندانید؟	☐ به صداها و شکلک های کودک پاسخ می دهد تا کودک را بخنداند.	☐ تلاش می کند کودک را به زور به لبخند در آورد و یا به کودک پاسخگو نیست: از مراقب بخواهید تا شکلکهای واضح و صداها بچه گانه در بیاورد، صداها و شکلک های نوزاد را تقلید کند و پاسخ او را ببیند
با کودک تان چگونه بازی می کنید؟ او با علی بازی نمی کند ولی خواهر ۵ ساله اش بازی می کند.	☐ با کلمه بازی یا با اسباب بازی متناسب با سن کودک بازی می کند.	☒ با کودک بازی نمی کند: از مراقب بخواهید که متناسب با سن کودک با او بازی کند و فعالیت ارتباطی انجام دهد.
چگونه با کودک تان صحبت می کنید؟ با او درباره اینکه چه کاری بکند و چه کاری نکند صحبت می کند.	☐ به چشمهای کودک نگاه می کند و به نرمی با او حرف می زند، سوال می پرسد.	☒ با کودک صحبت نمی کند و یا با تنیدی با کودک حرف می زند: به مراقب و کودک یک فعالیتی بدهید که با یکدیگر انجام دهند. به مراقب کمک کنید آنچه را که کودک انجام می دهد و فکر می کند را تفسیر کند و پاسخ کودک و لبخند او را ببیند.
چگونه کودک تان را به لبخند و میدارید؟ نمی خنداند. کودک به خودی خود میخندد.	☐ کودک را میخنداند.	
درمورد یادگیری کودک تان چگونه فکری می کنید؟ بد رفتاری زیادی دارد اما بنظر نمیرسد که در یادگیری آهسته است.	☒ اظهار می کند که کودکش خوب یاد می گیرد.	☐ اظهار می کند که یادگیری کودکش کند است: مراقب را به انجام فعالیت بیشتر با کودک تشویق کنید، بینایی و شنوایی را کنترل کنید. کودکان مشکل دار را ارجاع دهید.

۲. در صورت لزوم بخواهید که کودک را دوباره در هفته بعد ملاقات کنید (دور روز دایره بکشید)

شنبه یکشنبه دوشنبه سه شنبه چهارشنبه آخر هفته

تمرین ایفای نقش: به حل مشکلات کمک کنید



آموزشیار افراد را به گروه‌های سه نفره تقسیم می‌کند. جهت ایفای نقش برای هر گروه فضایی با سه صندلی بوجود آورید. در هر گروه کسی را که قرار است نقش‌های مشاور، مراقب (پدر و مادر) و مشاهده گر را بازی نمایند تعیین کنید. بعنوان نقش کودک یک عروسک یا یک چیز دیگر (مثل یک حوله تا شده) را به مراقب بدهید. نقش‌های بازی عبارتند از:

مشاور:

به مراقب و کودک خوشامد بگویید. از مراقب در مورد هر مشکلی که در بازی یا ارتباط با کودکش در منزل دارد سوال کنید. به مراقب در حل هر گونه مشکل احتمالی کمک کنید.

مراقب (مادر یا پدر):

مشاور فعالیت‌هایی را به شما پیشنهاد کرده تا با کودکان انجام دهید. اما ممکن است انجام آنها بنا به یکی از دلایل زیر برایتان مشکل باشد. یکی از مشکلات زیر را برای گفتگو با مشاور انتخاب کنید:

۱. وقت ندارم. من ناچارم یک مسافت طولانی - یک ساعت رفت و یک ساعت برگشت - تا رودخانه را هر روز صبح برای آوردن آب طی کنم. بعد از برگشتن هم کارهای فراوانی برای انجام دادن در خانه دارم.
۲. ما در خانه هیچ اسباب بازی نداریم، ما فنجان‌ها، بشقاب‌ها و وسایل دیگر را برای خودمان نیاز داریم.
۳. کودک من بازی کردن رادوست ندارد. او فقط وسایلی را روی زمین پرت می‌کند و خیلی اذیت می‌کند.
۴. کودک من بسیار کنداست. به نظر نمی‌رسد که او مانند کودکان دیگر یاد می‌گیرد.

مشاهده گر:

گفتگوی بین مشاور و مراقب را مشاهده کنید. در پایان ایفای نقش، پس خوراند ارایه دهید:

۱. خوشامد گویی مشاور چگونه بود؟
 ۲. مشاور نگرانش را در مورد مشکل مراقب با چه کیفیتی نشان داد؟ مشاور چه کار دیگری می‌توانست انجام دهد؟
 ۳. مشاور در پیدا کردن یک راه حل برای مراقب چگونه عمل کرد؟ آیا آن راه حل برای خانواده خوب بود؟
- نقش‌ها را سه بار عوض کنید تا اینکه هر شرکت کننده هر نقش را یک بار انجام بدهد. مراقب بایستی هر بار یک مشکل از لیست مشکلات را انتخاب کند.

پیگیری مراقب و کودک

شما می توانید برای کمک به مراقبین در بکارگیری فعالیتهای جدید از آنها بخواهید تا مجدداً همدیگر را ملاقات کنید. آگاهی از ملاقات بعدی به آنها کمک می کند تا فعالیت جدید را بلافاصله شروع کنند. آنها وقتی بر می گردند از نشان دادن آنچه که انجام آن را یاد گرفته اند و اینکه کودکشان چگونه از بازی با آنها لذت می برد، احساس غرور خواهند کرد.

اگر فکر می کنید که مراقبین نیاز به حمایت بیشتری دارند از آنها بخواهید که کودک را یک هفته بعد برای پیگیری بیاورند. ویزیت پیگیری زمانی از همه مهمتر است که مراقبین به تازگی یاد گرفته اند که تعامل خوبی با کودکشان داشته باشند.

در پایین صفحه چک لیست زمان ویزیت بعدی راجهت یادآوری تیک بزنید. (نمونه **چک لیست** مربوط به علی در صفحه ۴۲ را ملاحظه کنید)

در طی ویزیت های پیگیری از مراقب بخواهید تا آنچه را که با کودکشان در منزل انجام می دهند به شما نشان دهند. آنها را به خاطر تلاششان تحسین کنید. برای علاقمند کردن بیشتر آنها، در مورد فعالیتهای دیگری آنها را راهنمایی کنید.

نهایتاً به مراقب کمک کنید تا ببیند که چگونه فرزندش از انجام فعالیتهای او لذت می برد.

تمرین ویدیویی: تشخیص مشکل و کمک به حل آن



این ویدیو یک مادر و کودک را نشان می دهد. گروه به همراه یکدیگر بعد از دیدن ویدئو، **چک لیست مشاوره مراقبت از تکامل کودک** را برای مراقب و کودک تکمیل خواهند کرد.

جهت گفتگو پس از ویدیو:

۱. چه تحسینی می توانستید از کار مادر بکنید ؟
۲. چه راهنمایی می توانستید بکنید ؟ برای مراقب یک بازی و فعالیت ارتباطی را جهت ارایه به کودک انتخاب کنید .
۳. چگونه می توانستید به مادر در حل مشکلات مراقبتی کمک کنید ؟
۴. چه زمانی مراقب و کودک را برای پیگیری ملاقات خواهید کرد ؟
۵. در زمان پیگیری دنبال چه مواردی خواهید بود ؟

برای بحث بیشتر: این مراقب و کودک مشکلات شایع زیادی در ارتباط با یکدیگر دارند.

۱. در باره نحوه تعامل مادر و کودک با یکدیگر چه چیزی را ملاحظه کردید ؟
۲. کودک به حرکات مراقب چگونه پاسخ می دهد ؟
۳. مراقب به حرکات کودک چگونه پاسخ می دهد ؟
۴. این امر ممکن است چه مشکلاتی را برای بقای کودک بوجود آورد ؟
۵. این امر ممکن است چه مشکلاتی را در جهت کمک به یادگیری کودک بوجود آورد ؟
۶. چگونه ممکن است بازی و فعالیت های ارتباطی پیشنهاد شده به این کودک کمک کند ؟



**World Health
Organization**

For further information please contact:

World Health Organization
Department of Maternal, Newborn, Child and Adolescent Health (MCA)
20 Avenue Appia, 1211 Geneva 27, Switzerland
Tel +4122 791 3281
Fax +4122 791 4853
E-mail: mca@who.int
Web site: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/en/

ISBN 978 92 4 154840 3



9 789241 548403