



2

المرحلة الثانية الوقوع في الحب



ما الذي تعنيه هذه المرحلة

إن الوقوع في حبّ طفلك هو عملية متدرّجة غالباً ما تبدأ قبل ولادته. عندما تبلغ الطفلة الشهر الثاني إلى الرابع من العمر تبدأ بإظهار مشاعر الحب عندها بشكل أوضح، وربما تلاحظين ذلك من خلال ازدياد تفاعل طفلك معك. قد تمرّ لحظات معيّنة تلاحظين فيها أنها تنظر بعمق في عينيك دون أن يرفّ لها جفن. وأحياناً قد تبتسم لك ابتسامة واسعة وقد تصدر أصواتاً عندما تحتضنيها. كما ستلاحظين السرور الذي يغمرها عندما تسمع صوتك أو أنها تتحرّك بلهفة عندما تسمعك وأنت تقربين منها.

هذه الابتسامات والنظرات الخاصة ستغمرك بشعورٍ مثير إذ ستدركين أن طفلك قد اكتشفت السرور الذي يجلبه حبّ شخصٍ ما وهو أنتِ بالذات وأنها تريد أن تكون شريكة في العلاقة الحميمة معك. لقد أصبح هناك الآن

إعجابٌ متبادلٌ فيما بينكما ولم تعد طفلتك مجرد متلقية للحب بل أصبحت مشاركة فعالة فيه. إن هذا الأخذ والعطاء العاطفي بينك وبين طفلتك سيسعرك بالقيمة والتميز حتى أنك قد تتذكرين فترة الخطوبة الرائعة وإذا كنت محظوظة قد تتذكرين فترة طفولتك.

خلال هذه الفترة من تطوّر طفلتك والتي تمتدّ من أول ابتسامة وحتى البدء بالزحف تصبح طفلتك أكثر تركيزاً عليك وعلى الأشخاص والأشياء المحيطة بها. خلال الأشهر القليلة الأولى من حياتها كان بالإمكان إشغالها بسهولة بالغازات في بطنها أو بالشعور بالجوع. أما الآن وبعد آلاف التفاعلات بينك وبينها فقد أصبحت قادرة على ربط وجودك في حياتها بطيف كامل من المشاعر السارة. إنك تطعمينها وتؤمنين لها اتصالاً جسدياً دافئاً وتهدئينها عندما تضطرب وهي الآن مستعدة لكي تستجيب لإشارات الحب الصادرة عنك بطريقة الخاصة.

إن مهمتك الجميلة خلال هذه الأشهر هي أن تشجعي المشاعر السارة بينك وبين رضيعتك. إن طفلتك ستطوّر المزيد من الطرق المعقّدة لإيصال مشاعرها إليك وباستطاعتك أن تساعدتها على استقبال وتلقي أكبر عدد ممكن من رسائل الحب. باستطاعتك أيضاً أن تساعدتها على اكتشاف المشاعر الأخرى التي تبدأ بالظهور أثناء تواصلك الحميم معها كالفضول والغضب والحزن والإثارة والمتعة وكل هذه المشاعر ستصبح أكثر تواتراً مما سيغذي تجربة الحب فيما بينكما.

على الرغم من أن الوصف السابق يشير إلى المتعة والدراما المرافقة لعلاقة الحب بين الرضيع ومن يعتني به إلا أننا لا نكتشف جميعاً الحب مع أطفالنا بهذه الطريقة المثالية. في الحقيقة يطلّ بعض الأطفال مهتاجين في هذه المرحلة ولا يمرّون إلا بفترات قليلة من الاسترخاء وهم يحتاجون إلى الكثير من الدعم. إن الكثير من الأمهات والآباء الجدد يشعرون بالإرهاق

والقلق لأسباب معقولة وسنبحث ذلك في آخر هذا الفصل.

تذكّري أنَّ هناك طرقاً كثيرة للوقوع في الحب وقد يستغرق الأمر أحياناً الكثير من الوقت، وأحياناً يكون هناك الكثير من العقبات على الطريق، والمهم أن تنمو صلتك الحميمة بطفلك بشكل متدرّج. لديك الكثير من الوقت لمتتين علاقة الحب بينك وبين طفلك ما دمت تتفاعلين معه عاطفياً.

كيف تعرفين أن طفلك يحبك

عندما تتجاوب رضيعتك مع تعابيرك العاطفية بارتكاس عاطفي خاص بها ستعلمين عندها أنها قد وصلت إلى مستوى جديد على سَلَم تطورها. إن قدرتها على حبك والاستجابة بطرق مختلفة لتعابيرك العاطفية يبيّن كيف أنها أصبحت ذكية وماهرة. على سبيل المثال إذا ابتسمت في وجهها سوف تبتسم في حين إذا قطبت حاجبيك سيبدو الاستياء على وجهها، وكأنها تقلّد تعابير القلق على وجهك. عندما تصدرين أصواتاً كصوت الطيور فإن رضيعتك ستحاول أن تجعل شكلَ فمها مشابهاً لشكل فمك مع أنها تستطيع تقليد صوتك. يمكنك أن تشكّلي ثنائياً مع طفلك بمشاركتهما في الابتسامات وتقطيب الحاجبين وغيرها من تعابير الوجه وحركات اليدين والقدمين المنتظمة.

إن الدليل الثاني والمهم على أن طفلك تستجيب عاطفياً لك هو السرور الواضح الذي يبدو عليها عندما تكون بصحبتك، إن ضحكته أو الأصوات التي تصدرها أو حركات الذراعين التي تقوم بها استجابةً لصوتك كلها أساليب تعبّر من خلالها عن مشاعر الحب لك.

عندما تبلغ الشهر الخامس من العمر ستبدي لك طفلك (ولغيرك ممن يعتني بها) قدرتها المتزايدة على تكوين علاقات حبّ بأساليب مختلفة منها مثلاً:

- الاستجابة لابتسامتك بابتسامة كبيرة من طرفها.
- التفاعل مع نظرات وابتسامات الحب التي تبدينها تجاهها.
- إصدار أصوات، أو تحريك فمها أو ذراعيها أو رجليها أو جسدها بطريقة متناغمة مع حركتك عندما تهزّينها.
- الاسترخاء والشعور بالراحة عندما تحملينها أو تهزّينها.
- إصدار أصوات عندما تُحمل أو ينظر إليها أو تلمس أو يتمّ التحدّث إليها.
- النظر إلى وجهك باهتمام.
- أن تتوقّع بفضول وإثارة ظهور وجهك أو صوتك مرّة أخرى.
- أن يبدو عليها الانزعاج أو الحزن عندما تنسحبين من اللعب معها بشكل مفاجئ.
- أن يبدو عليها الغضب (بتقطيب حاجبيها أو البكاء) عندما تُحبط بسبب تصرّفات تقومين بها.
- أن تخرج من حالة الانزعاج بمساعدتك خلال فترة خمس عشرة دقيقة.
- يمكن أن تبدي رضيعتك اهتماماً خاصاً جداً وتزداد إثارتها عندما تضاعفين سرورها بالقيام بما يلي:
- التحدّث إليها ومناغاتها باستخدام طبقات صوتية عالية أو منخفضة ودرجات ناعمة أو مرتفعة.
- إظهار تعابير وجهيّة مختلفة أثناء الحديث معها.
- لمسها وتمسيدها بشكل لطيف وإخبارها بما تفعلينه.
- تحريك ذراعيها ورجليها بلطف أثناء النظر إليها والتحدّث معها.
- تحريكها أفقيّاً أو عامودياً بشكل بطيء أو سريع أثناء الابتسام لها ومرافقة ذلك بالكثير من الأصوات والكلمات.
- عندما تقوم طفلك بالتفاعل معك والتعبير عن حبّها لك فإنّها تحقّق

الكثير من الإيحاءات الحركية والحسية واللغوية والمعرفية على سبيل المثال عندما تكون رضيعتك قادرة على الوصول إلى شيء ما والإمساك به فإنها ستحاول الوصول والإمساك بالأشياء المهمة والتي تجلب لها السعادة. لا يوجد ما يهم رضيعتك أكثر منك وسوف يدفعها حبها لك إلى تعلم كيفية الوصول والإمساك والجلوس، وأخيراً الزحف إليك إذ أنك المصدر الذي يحرك عواطفها.

كذلك ستساعدنا حواسها الآخذة في النضج على تمييزك بطرق مختلفة. خلال الأشهر القليلة الماضية أصبحت طفلتك قادرة على رؤية وجهك الكامل بوضوح وتمييزك من مسافة بعيدة. في البداية كانت تستطيع تمييز أنفك وفمك وعينيك كأجزاء منفصلة وبلوغ الشهر الرابع من العمر تستطيع طفلتك تمييز النمط الذي تشكله هذه الأجزاء مجتمعة وكذلك تمييز أنماط الأصوات. والآن عندما تحيينها بقولك «صباح الخير يا أنا بنانا الصغيرة» ستصبح قادرة على الربط بين نمط صوتك ودخولك إلى عالمها كل يوم.

باختصار إن استخدام طفلتك المتزايد لعضلاتها وحواسها وقدرتها على الاستجابة لأنماط مختلفة من المناظر والأصوات يتم تشجيعه وتنظيمه باندماجها معك وحبها لك.

بالمقابل فإن هذه القدرات نفسها تساعد طفلتك على التعبير عن حبها لك وبالتالي تقوي العلاقة الحميمة فيما بينكما. إن الدور الأساسي الذي يلعبه الحب في تطور الطفل يبدو واضحاً بشكلٍ مأساوي في حالة الأطفال الأيتام الذين تتم رعايتهم في بعض دور الأيتام في دول أوروبا الشرقية، ويفتقدون إلى علاقة ثابتة مع شخص بالغ يحبهم حيث تعلق الألعاب فوق مهودهم لكنهم نادراً ما يعيرونها اهتمامهم ويصبحون بالتدريج منغلقيين على أنفسهم.

تطور المهارات عند الرضع



المهارات الحركية

- رفع الذراعين ومُدُّهما.
- رفع نفسها على يديها وركبتيها.
- تهيئة جسمها للرفع عندما يتم حملها.
- الهز للخلف والأمام.
- الوصول إلى لعبة.
- الجلوس مع الاستناد.
- التعاون مع من يشدها للجلوس.
- ضم يديها إلى بعضهما.
- الإمساك بالأشياء لوحدها.

المهارات الحسية

- التفاعل مع قطعة من الورق توضع على وجهها.
- النظر باتجاه مصدر الصوت.
- تحمُّل الشجار اللطيف.

المهارات اللغوية

- تحديد مصدر الصوت بدقة.
- إصدار صوتين مختلفين.
- الاستجابة لتعابير وجهك وأصواتك بالنطق بأصوات مختلفة.

المهارات المعرفية

- التركيز والانتباه لثلاثين ثانية وأكثر.
- النظر إلى والبحث في الوجوه والأشياء.
- الابتسام عند النظر إلى وجهها في المرآة.
- النظر باتجاه جسم يتحرك بعيداً عن مجال رؤيتها.
- النظر إلى يدها.
- تحريك ألعابها واللعب بها.

مع الوقت يفقد هؤلاء الأطفال القدرة على الحركة لأنه لا يوجد شخصٌ يتحرّكون باتجاهه. وكثيرٌ منهم يبدون ضعفاً شديداً في قدراتهم المعرفية واللغوية والحسية والحركية الدقيقة. بعضهم لا يزداد وزنه ومنهم من يموت. بدون تغذية الطفل بالحب فإنّ عدداً كبيراً من المهارات التطورية لن تنمو عنده وهنا تكمن أهمية الحب.

إن اللوحة الموجودة في الصفحة السابقة تشير إلى عدد من الإنجازات الحركية والحسية واللغوية والمعرفية التي يحققها الطفل خلال تلك المرحلة من تطوره العاطفي. تذكّري أنّ هذه المهارات المثيرة يتمّ تنظيمها وتأخذ معناها بفضل قدرة طفلك المتنامية على التفاعل وتبادل الحب معك.

لماذا يُعتبر الحب مهماً إلى هذه الدرجة

لماذا نركّز كثيراً على قدرة طفلك على تكوين علاقة معك أكثر من التركيز على إنجازاتها المعرفية والحركية؟

إنّ مساعدتها على الإحساس بالحب والثقة يبدو سبباً كافياً، لكنّ هناك حقيقة أخرى مهمّة يجب أخذها بعين الاعتبار. إن التفاعلات العاطفية هي أيضاً مصدر لتنمية ذكائها وأخلاقها وتقديرها لنفسها. إنّ علاقة الحب الحميمة المتكوّنة بينكما تشكّل الأساس لتطوّر المهارات الفكرية الرفيعة عند طفلك.

لحسن حظّ الآباء والأمهات فإن المهارات المعرفية عند أبنائهم تتطوّر بفضل الحبّ والتفاعل بينهم وبين أبنائهم وليس بواسطة برامج معيّنة. إن الكثير من الكتب الشائعة التي تتحدّث عن رعاية الأبناء تحضّ الآباء والأمهات على استخدام البطاقات البرّاقة والألعاب الفاخرة وبرامج الكمبيوتر والألعاب التعليمية لتنمية الذكاء عند أطفالهم.

إنّ كلّ هذه الوسائل تعتبر ذات تأثير ضعيف مقارنة بحاجة الطفل إلى

إقامة علاقة حبّ متينة بينك وبينه. عندما تبتسم طفلتك في وجهك فهي تنقل إليك ثروة كاملة من المعلومات عن نفسها. إنّ ابتسامتها لك لا تعبر عن حبّها لك وحسب وإنما تعبر أيضاً عن رغبتها الشديدة في رؤيتك إلى درجة أنها ترفع جسمها وتتعلم كيف تستخدم عضلاتها لتركّز عليك بشكل أفضل. كما أنها تدير رأسها إلى الجهة التي يأتي منها صوتك لأنّ هذا الصوت يثيرها وتريد أن تعرف مصدره.

إن طفلتك تعبر عن تعلّقها بك بعدة طرق فتارة ترفع جسمها باستخدام ذراعيها وتارة تتدحرج لتتمكّن من رؤيتك بشكل أفضل أو تحاول أن تبقى جالسة لوحدها. إنها تندفع لممارسة هذه الحركات الجسدية بسبب تعلّقها العاطفي بك وبالعالم الذي تقدّمينه لها.

إنّ ابتسامه طفلتك المرافقة لرؤيتك أو سماع صوتك تعني أنها تستطيع أن تميّز إيقاع كلماتك (مهارة معرفية أو متعلّقة بالذكاء) وأن تنظّم حركات جسدها وهي تبحث عنك (مهارة حركية) وأن تميّز مظهرك (قدرة بصرية - فراغية). إن ابتسامتها تلك تخبرك بأنها تقوم بكل هذه الأشياء الرائعة. فكّري بالأمر بهذه الطريقة. إنّ أفضل طريقة تعرفين من خلالها أنّ الطقس جيّد هي أن تخرجي من المنزل وتلقي نظرة، ليس من الضروري أن تراقبي جهاز قياس الضغط الجوي أو الرطوبة أو مؤشر الرياح لكي تستنتجي أن الطقس رائع. كذلك في هذه المرحلة من تطوّر طفلتك فإنّ ابتهاجها بك وابتسامتها لك دليل على أن مهاراتها المعرفية والحسية والحركية تعمل معاً بتوجيه من حبّها لك وللعالم الذي تجليينه لها.

تنمو لدى الطفل بين الشهرين الثاني والرابع من العمر اتصالات عصبية وخصوصاً في أجزاء من دماغه مسؤولة عن العواطف والعلاقات وهي تصل حاسة النظر بالحواس الأخرى وتنشئ مهارات حركية وأنماطاً مختلفة من النظر والسمع والحركة والابتسام والبكاء وغير ذلك من أساليب التعبير عن

العواطف. إن ذلك ينمّي من قدرة الطفل على تمييز ما يشعر به ويراه وتشكيل صور ذات أبعاد ثلاثية. وكل ذلك يساعده على جمع الأنماط العاطفية والبصرية والسمعية المكوّنة لك، أنتِ الشخص الذي يحبه.

عندما تعبّر طفلتكِ عن سرورها بك أو انزعاجها منك فإن أجزاء مهمّة من دماغها يتمّ تفعيلها. في الحقيقة إن كل منظومة التواصل ما قبل الكلام عندها يتمّ تطويرها بفضل هذه الاتصالات العصبية النامية.

إن تفاعلكِ مع طفلتكِ الذي يبعث السرور في نفسها ينمّي أجزاء من دماغها مسؤولة عن التعبير العاطفي وإرسال الإشارات مما يسهّل من قدرتها على حبّك وبناء علاقة متطورة معكِ وبمرور الوقت فإنّ هذه العلاقة بينكما سوف تنمّي من قدرات طفلتكِ اللفظية ومهاراتها في حلّ المشكلات وربط الأسباب بالنتائج وسوف تطوّر تلك الأجزاء من دماغها المسؤولة عن اللغة.

نلاحظ هنا شكلاً رائعاً من التفاعل المتبادل: نمو الدماغ بسبب مشاعر الحب والتبادل العاطفي يؤدّي إلى علاقات وتفاعلات تؤدّي بدورها إلى تفعيل تطوّر الدماغ بما في ذلك تطوّر مهارات التواصل والتعبير واستخدام المنطق.

لقد أثبتت الأبحاث أهمية التجارب المبكّرة في نمو الدماغ والعقل على الرغم من وجود اختلافات بين شخص وآخر. إنّ دماغ كل إنسان يتفاعل مع هذه التجارب بطريقة مختلفة. في الحقيقة يمكن لأجزاء مختلفة من أدمغتنا أن تقوم بنفس الوظائف حيث لاحظنا أن بعض الأطفال الذين يكبرون لديهم نقص في أجزاء من أدمغتهم تظلّ عندهم القدرة على تعلّم التفاعل والتواصل والتفكير.

إن التفاعل والمشاركة بينكِ وبين طفلتكِ لا تنمّي الاتصالات العصبية في دماغها التي تمكّنها من التعبير عن مشاعرها وحسب، وإنما توفر لها تذوّق المنطق لأول مرّة وتبني عندها الأسس التي ستدفعها إلى الإيثار والاعتناء بالآخرين عندما تكبر.

عندما تجذبين طفلتك إلى العالم بسبب حبها لك فإنها ستصبح أكثر اهتماماً وتأثراً بالمناظر والأصوات واللمسات والمذاقات التي تحيط بمهدها، أي أنك تقومين بإغرائها لإدراك الأشياء الموجودة خارج جسدها. من الواضح أنه كلما كثرت الإحساسات التي تستطيع طفلتك التلاؤم معها كلما أصبحت أكثر فهماً للعالم الذي يحيط بها، لأن طفلتك تحبك ستجد نفسها منجذبة إلى أشياء موجودة خارج جسدها والتي هي جزء منك بما في ذلك طبقة صوتك وملامح وجهك ورائحة أنفاسك وجلدك ونعومة لمساتك. وكلما نمت ثقتها بنفسها وبك نمت اهتمامها بالعالم المحيط بها.

كذلك فإن الدروس الأولى التي تتلقاها طفلتك في التعامل المنطقي مع الأمور وإدراكها أن باستطاعتها التأثير فيما حولها (والذي يمكن أن يتطور في المرحلة التالية من نموها) ستتعزيز وفقاً للطريقة التي تتعاملين بها معها. عندما تتبادلين الابتسامات معها فإنها ستدرك أن جذبها لانتباهك وابتسامتها لك سوف تعود عليها بابتسامة مقابلة منك. وكلما ازداد التفاعل بينكما كلما ازدادت فرصتها لتعلم المزيد من هذه الدروس الأولى.

إن رغبتها في فهم الأمور وفي أن تتعلم كيف تستخدم عينيها وأذنيها ويديها لاكتشاف العالم تنبع من علاقتها معك ومع غيرك من الأشخاص الذين يعتنون بها. ولو كان باستطاعتها أن تغني لغنت قائلة:

«الحب هو الذي يحرك العالم».

قد يكون من الصعب أن تدركي إلى أي مدى يؤثر حبك لطفلتك على أخلاقها وقدرتها على صنع الخيارات الصحيحة ورغبتها في القيام بما هو «صحيح» بدلاً من القيام بما هو «خاطئ».

ولكن وكما سنشير لاحقاً وبشكل مفصل يلعب الاهتمام والاعتناء المتبادل بينك وبين طفلتك دوراً في إشعارها بأهمية العلاقات الإنسانية. عندما تشعر طفلتك بالحب والاعتناء من خلال لمساتك الحانية وبسماتك

الدافئة وهزأتكِ المريحة لها فإنها ستتعلم أهمية الاعتناء بالآخرين. ولأنكِ لا ترفضينها عندما تكون منزوعة ولا تنسحين عندما تشعر بالضيق فإنّ طفلك ستتعلم أن باستطاعتها أن تجد الحب والأمان بين ذراعيكِ. إنّ طفلك ستشعر من خلال هذه التجارب الاعتيادية كمعانقتها عندما تكون غاضبة وحزينة، أن البشر يستحقون أن يُحَبُّوا ويُعتنى بهم حتى لو كانوا منزوعين. ومع الوقت سينشأ عندها اهتمام حقيقي بالآخرين. وعندما تشعر أن «هم» تشبه «نحن» وتتطوّر عندها مهارات التحليل المناسبة ستبدأ بالاهتمام بمشاعر الآخرين. إن علاقة الحب بينك وبين رضيعتك في هذه المرحلة ستساهم بعدة طرق بتحديد شخصيتها عندما تكبر. إنّ صبركِ عليها والتوّدّد إليها سيساعدها على إدراك الإثارة والراحة التي يحملها التقارب بين الناس. إن علاقة الحب المتبادل بينكِ وبين طفلك سيمكّنها من توسيع ذلك الإحساس بقيمة التشابك مع الآخرين ليشمل فيما بعد باقي أفراد العائلة وأساتذتها وأصدقائها.

إنّ الأطفال الذين لا يشعرون بالحب والتعاطف ممّن يعتني بهم أكثر عرضة لأن يصبحوا منطوين على أنفسهم وعدائيين ولا يهتمون بمشاعر الآخرين.

في هذه المرحلة أيضاً ينمو إحساس طفلك بذاتها. فهي تشعر الآن أنها طرف في علاقة عاطفية وأن عالم العلاقات والتفاعلات العاطفية مختلف عن عالم الأشياء. وسينمو عندها التقدير الإيجابي لذاتها خلال هذه المرحلة من مراحل التطوّر. وستتعلم طفلك أنك صبورة ولا ترفضينها عندما يدفعها الأرق أو المغص المعوي إلى الهياج أو البكاء. عندما تحاولين تهدئة طفلك بنظرات الحب واللمسات الحانية ستدرك - حتى قبل أن تستطيع التعبير عن ذلك بالكلمات - أنها تُقدّر وتُحترم من قبلك وستشعر بتقبّلها لنفسها وبأنها متميّزة وأنّ تحتضنيها باسترخاء وتضمينها إلى صدرك.

كيف تتوَدَّدِين إلى طفلك

اقرأي تعابير طفلك

مثل بقية الأمهات لا شك أنك توفّرين لطفلك الابتسامات والأصوات وتعابير الوجه المضحكة التي ستشعرها بالسرور. عندما تقابلك طفلك بابتسامة استرخي فقط وتمتعي بها واستمري بفعل ما يجلب لطفلك الضحك والابتسام وحاولي أن تتوَدّدي إليها بتوفير فترات أطول من السرور لها.

بما أن طريقة كل طفل في التفاعل مع والديه تختلف عن الآخر كما تختلف بصمات اليد، حاولي أن تتعرّفي على ذلك النمط من التفاعل الذي يجلب لطفلك أكبر قدر من السرور. هل تستجيب لك بشكل أفضل عندما يكون مزاجك حاداً وتكلمين بصوت مرتفع؟ أم أنها تبدو أكثر سعادة عندما تكونين أكثر هدوءاً وتستخدمين حركات لطيفة؟ لاحظي إن كانت علامات السرور تبدو على عينيها وشفثيها عندما تحملينها. هل تستخدم جسدها للتعبير عن التواصل معك بالرفس وتحريك ذراعيها وساقها؟ ربما تستخدم طفلك البكاء والأصوات لكي تجلب انتباهك وقد تستقر بين ذراعيك بشكل يبعث السرور فيكما معاً. حاولي بشكل متعمّد أن تستعملي النظرات وطبقات الصوت والملامح التي تجلب أكبر قدر من السرور لطفلك.

إن التوَدّد إلى طفلك تجربة تشبه تجربة الحبّ بينك وبين زوجك وأحياناً تكون العلاقة معها أكثر حميمية. في أوقات كثيرة ستشعرين بالإثارة لمجرّد النظر إلى طفلك أثناء نومها. إن أصابعها المسترخية وكفيها المفتوحتين سيدهشانك بجمالهما ونعومتها. إن استجابتها العاطفية المتنامية سوف تفاجئك باستمرار أثناء ساعات يقظتها. وستساءلين من أين جاءت هذه البسمات الشخصية المتميّزة لطفلك؟ فجأة ستصبح طفلك قادرة على إصدار أصوات الابتهاج وعلى التحرك بإثارة عندما تقترين من مهدها. حتى قدرتها

على إصدار الأصوات ستبدو أمراً جديداً وممتعاً ستتعلم طفلك كيف تصدر أصواتاً معيّنة تضمن لها استجابة منك.

في البداية ستكونين أنتِ المبادرة إلى استثارة شريكك الصغيرة وإن كان ذلك سيتغير فيما بعد. سوف تكثرين من القبلات والضمّات والمناغاة والنظرات المفعمة بالحب. بالمقابل ستلاحظين أن حبّها لك يزداد يوماً بعد يوم وسيكون تركيزها على وجهك وتغيير وضعيتها لتراك بشكل أفضل وابتسامتها لك دليلاً على دخولها في علاقة خاصة معك.

مع النمو المستمر لقدرة طفلك على التفاعل مع العالم من حولها وعلى تهدئة نفسها ستتطور العلاقة بينكما إلى حبّ حقيقي. إنها فرصة عظيمة لمتين الحب بينك وبين طفلك لأنها لم تبدأ بعد بالزحف ولم تشغل باكتشاف العالم المحيط بها. وباستغلالك لفرص التفاعل المختلفة بينك وبين طفلك خلال أوقات اللعب والطعام وتغيير الحفاضات ستمكّن من بناء أسس الحب والثقة بينكما.

التفاعل مع طفلك بطريقتها الخاصة

إن التوقيت هو أهم شيء هنا. وسيكون لطفلك نظامها الخاصة بها أثناء تفاعلها معك. قد تبسم وتثني جسدها بسرور لبضع دقائق ثم تهدأ بعد ذلك. وقد تمصّ يدها وتحذّق في الفراغ قبل أن تعود إلى التفاعل المكثّف معك لمدة ثلاثين ثانية وهكذا سيكون تفاعلها معك ما بين مدّة وجزير مستمر.

عليك أن تتبّع خطى طفلك في هذه الرقصة المتبادلة ومع مرور الوقت حاولي أن تساعديها على زيادة فترة تفاعلها معك. لاحظي الألعاب التي تُفضّلها ومارسي هذه الألعاب معها وسوف تلاحظين تعابير الرغبة والتوقّع على وجهها والتي لم تكن موجودة منذ شهر. إذا كانت عبارة (بوو) تستثيرها حاولي أن تردّدي هذه العبارة وأن تغيري من مكانك في كل مرّة.

سوف تشعر طفلك بالتوقع والمفاجأة لذلك أطيلي الفترة التي تكون فيها بانتظار سماع عبارة (بوو!).

تذكّري أن تتجنّبي إرهاب صديقتك الصغيرة باللعب اتّبعي رغبتها إذا أرادت أن تستريح ولكن حاولي أن تساعديها على التمتع بأطول فترة ممكنة من التواصل فيما بينكما. انتهي إلى تلك الأوقات التي تكون فيها طفلك بعيدة عنك. إذا انفصلت عنها بعضاً من اليوم أو يوماً بأكمله هل تصبح أكثر بروداً وانعزلاً؟ هل تحتاج إلى ساعة من المداعبة حتى تعود إلى التفاعل معك، أم أنها تبتهج وتستجيب بعد دقائق فقط من مداعبتك لها؟ حاولي أن تمضي المزيد من الوقت مع طفلك وأنّ تزيدي بشكل مقصود من دفء العلاقة بينكما إذا بدت طفلك باردة أو غير مهتمة بالعلاقة معك. لا تصابي بالإحباط إذا لم تؤدّ جهودك إلاّ إلى دقائق قليلة من التواصل الحار. إن كل ثانية إضافية تنفقها في الاندماج مع طفلك يمكن أن تزداد مع الصبر لتتحول بمرور الزمن إلى تواصل حميم يدوم لفترات أطول.

اكتشاف الأمور التي تُسعد طفلك

تمتعي باللعب مع طفلك! ارسمي تعابير مضحكة على وجهك وراقبي ما الذي ستفعله. لاحظي إن كان باستطاعتك ممارسة لعبة بصرية تقلّدين فيها ملامح وجه طفلك وتعابيرها وراقبي كيف ستستجيب لذلك.

قد تتفاعل طفلك مع أنماط لفظية بسيطة. إذا ردّدت أصواتاً مضحكة أو رفعت طريقة صوتك في مقاطع معينة من الكلمات قد تبدو طفلك مندهشة ومسرورة. قد تُصدر أصواتاً خاصة بها وقد تبادلك هذه الأصوات أثناء لعبك معها.

صحيح أن طفلك لن تستطيع أن تفهم كلماتك لكنها تتفاعل جيّداً مع نبرة صوتك. إن اهتمامها العاطفي المتزايد بالأصوات التي تصدرينها سوف تمنحك الفرصة لجذب انتباهها.

تابعي اكتشاف اللمسات التي تُسعد طفلتكِ. هل تحبُّ أن تنفخي بلطفٍ على بطنها؟ أن تدغدغيها من خلف ركبتيها؟ هل تسترخي عندما تحرّكين ذراعيها ورجليها بقوة أم أنها تفضّل الهزّ الرتيب؟ هل الماء الدافئ في الحَمَّام يثيرها أم يهدّئها؟ قد تعبّر طفلتكِ عن سرورها بطرقٍ شتّى. فقد تبسم ابتسامة مفاجئة أو تصدر أصواتاً أو تهزّ ذراعيها وساقها بشكل منتظم. وأحياناً قد تدرس وجهك وقد ارتسمت على وجهها تعابير الرغبة. إن طفلتكِ سوف تتمتعّ بالإحساسات الجسدية الجديدة والممتعة وترتاح للتماس بين جلدكِ وجلدها.

قد تلاحظين أن طفلتكِ تظلّ متفاعلةً معكِ عندما تبدين لها تعابير مضحكة على وجهكِ وتبتعد عنكِ عندما تردّدين جُملاً لا معنى لها أو ربما تتفاعل مع كل مقطع، كلمة من الكلمات التي تردّدينها في حين لا تروق لها ألعاب المرأة. اتبعي غريزتكِ والعبي معها الألعاب التي تشدّها. إن تكوين رابط عاطفي معها من خلال أقوى الأحاسيس التي تشعر بها هو أوّل أولوياتكِ. ولكن لا تنسي أن تطعّمي إثارتكِ لهذه الأحاسيس بمزيد من المداعبة لأحاسيسها الأخرى التي تحتاجين إلى جهد أكثر لإثارتها فطالما أبقيت وقتكِ معها مليئاً بالمرح فإنها سوف تتمتعّ بتمرين أحاسيسها الضعيفة.

عندما تُشركين أحاسيس طفلتكِ البصرية والسمعية والحسّية في علاقة الحبّ بينكما تستطيعين أن تستفيدي من قدرتها المتنامية على تنظيم حركاتها.

تستطيع طفلتكِ الآن أن تنثني باتجاه صوتكِ أو أن تُلقي بنفسها بين ذراعيكِ وباستطاعتها أن تمدّ يديها نحوكِ. إنها تمارس هذه المهارات الحركية لأن اقترابها الجسدي منك يشعّرها بالسعادة كذلك تستطيع طفلتكِ أن ترفع رأسها بثقة وهي تنظر إلى عينيك. إن قدرتها على تنظيم عضلات فمها ووجهها بحيث تبدي ابتسامتها سوف يعمّق العلاقة العاطفية بينكما.

ستكون طفلتكِ مستعدةً للتفاعل مع العالم المحيط بها بطريقة مختلفة

قبل أن تدركي ذلك - فعندما تبلغ الشهر الخامس سوف تستطيع البقاء في وضعية الجلوس لفترة طويلة إذا سُنِدَتْ بوسادة. وبما أنها قادرة الآن على الجلوس تستطيعين أن تمارسي المزيد من الألعاب معها. إنَّ حبَّها لك واهتمامها بك سوف يدفعها إلى الجلوس واكتشاف وجهكِ بأصابعها في حين أن عضلاتها الآخذة في النمو ومهاراتها الحركية المتزايدة سوف تدفعها إلى التواصل معك بمزيد من الدفء.

إن الكثير من الرُّضْع في الشهر السادس من العمر يستطيعون أن يتدحرجوا دون مساعدة وأن يستخدموا أيديهم بشكل متناسق. ويستطيع الرُّضْع في هذا العمر أن يخططوا لحركات بسيطة كأن يضمّوا أيديهم إلى بعضها أو أن يلتقطوا لعبتهم المفضلة عندما تعطيهم إيّاها.

في الشهر أو الشهرين التاليين يستطيع معظم الرُّضْع الجلوس بشكل ثابت لفترات طويلة من الزمن بعد مساعدتهم على الاستقرار في وضعية الجلوس وبعد فترة قصيرة يبدأون بالزحف. يستطيع بعض الرُّضْع من الجلوس لوحدهم في الشهر الثامن وقد يتمكن بعضهم من أن يخطو الخطوة الأولى في الشهر التاسع أو العاشر. إن التعابير المشجعة التي ترسمينها على وجهكِ ستدفعهم إلى استخدام المزيد من عضلاتهم. على كل حال معظم الرضع يخطون خطواتهم الأولى بين الشهرين الثاني عشر والخامس عشر وبعض الأطفال الطبيعيين تماماً لا يمشون قبل بلوغ السنة والنصف من العمر.

الحفاظ على العلاقة الحميمة

خلال الأشهر الأولى من العمر لا تتجاوز المدة التي تستطيع رضيعتك التركيز خلالها أكثر من عدّة ثوانٍ لكنها تزداد بسرعة بنموّ العلاقة بينكما. إن قدرتها الجديدة على «التوقف والنظر والاستماع» ستمكّنها من ملاحظة الابتسامة على وجهكِ والرقّة التي تحملها لمساتكِ. إن إحساسها المتزايد بالأمان الداخلي والثقة سيغذّي قدرة رضيعتك على بناء (وتوقّع) العلاقة

الحميمة بينكما وسيحافظ على التفاعل فيما بينكما. إذا انصرفتِ عن ابتكِ أثناء مداعبتكِ لها ستلاحظين أن الابتسامة ستختفي من على وجهها وسيبدو عليها الحزن. حاولي أن تندمجي معها في فترات طويلة من اللعب وتجنّبي أن تُنهي هذه الفترات بشكل مفاجئ. لا تندفعي للردّ على الهاتف من أول رنة إذا كنت تلعبين مع طفلتكِ، اتركي جهاز الردّ الصوتي يردّ على المكالمات وأعطي نفسك الوقت لإنهاء الحوار السعيد بينكما بشكل تدريجي.

استغلي المهارات المعرفية النامية عند رضيعتك والعبى معها ألعاب الإخفاء. أخفي لعبةً تحت ملابسكِ وأظهرها لها بشكل مُبهج. العبِ معها لعبة «ها أناذا» وأنتِ تتحركين في شتى الاتجاهات ودعيها تتابعكِ بعينها وابتساماتها.

متّعي مشاعر طفلكِ جميعاً

على الرغم من سهولة التركيز على المشاعر الإيجابية النامية - كالحب والسرور - بينكِ وبين طفلتكِ خلال هذه المرحلة فمن المهم أيضاً أن تساعدِها على تحمل المشاعر السلبية. في الشهر الرابع أو الخامس من العمر يُبدي معظم الرضع غضباً عندما يُصابون بالإحباط. إذا كانت طفلتكِ مثلاً جائعة وتحتاج إلى تغيير حفاظاتها في نفس الوقت فإنها قد تغضب إذا حاولتِ وضعها على طاولة تغيير الحفاضات قبل إعطائها زجاجة من الحليب. سيرتعش خدّها ويهتّز فكّها السفلي وقد تبدأ بتحريك يديها ورجليها تعبيراً عن غضبها واحتجاجها.

يزداد شعور طفلتكِ بالانزعاج عندما لا تلبي حاجاتها ومن المهم أن تشعرِ بذلك لكي تقومي بتهدئتها. يجب أن تُعلميها أنّكِ قد فهمتِ غضبها وأنكِ قد أدركتِ «أنه من الصعب أن يهدأ الإنسان ومعدته تقرر من الجوع» إن نبرة صوتكِ المهدئة ستُخبر طفلتكِ أنّكِ لا تستائين من إصرارها. وباستخدام أساليب التهدئة التي نوقشت بشكل مطوّل في الفصل الأول

تستطيعين أن تعيدي إلى طفلك الإحساس بالتوازن. عندما تستجيبين لعواطف ابنتك ستستطيعين دعمها ليس أثناء الشعور بالسعادة أو الغضب فقط وإنما أثناء المشاعر الخفية كالشعور بالامتناع مثلاً.

عندما تبلغ طفلك الشهر الرابع أو الخامس قد ترفع أنفها وتكشر إذا تذوّقت طعاماً لا يروق لها. وقد يفاجئها الطعم الجديد ويبيكها. على الرغم من أن ارتكاسك الأولي هو أنها ستبدو رائعة جداً. إلى درجة أنك لن تستطيعي تمالك نفسك عن الضحك إلا أنه يجب أن تُبدي تعاطفاً معها وأن تستخدمي تعابيرك الخاصة لتعلميها بأنك قد تفهمّت مشاعرها. بعد أن تهدأ حاولي أن تزيد من قدرتها على تحمّل المذاقات التي لا تروق لها وذلك بأن تُريها كيف تتذوقين الأطعمة بشكل مَرِح. دعيها تراك وأنت ترفعين حاجبيك وترمّين شفّتيك مبدية السرور أثناء تذوقك لطعم ما ولاحظي إن كانت ستقلدك في ذلك. وإذا استمرّ رفضها للمذاقات الجديدة أعيدي الكرة في اليوم التالي. إن الرسالة الهامة التي ستوصلينها لرضعيتك هي أن حبك لها والرابط بينكما لن يتأثر بالمشاعر السلبية التي لا يمكن تجنّبها والتي ستبديها طفلك أثناء اكتشافها للعالم من حولها.

معظم الرضع يستطيعون الاندماج مرّة أخرى في تجربة كانت سيئة بالنسبة لهم في المرّة الأولى إذا وفّرت لهم شيئاً من الحبّ والمقدّمات المهدّئة. ساعدي طفلك على التأقلم مع هذه المشاعر السلبية وذلك بمشاركة وليس الابتعاد عنه. بهذه الطريقة يمكنك أن تبني علاقة حميمة مع أكثر الرضع صعوبة وحساسية.

تقوية العلاقة الحميمة أثناء نمو الطفل

إنّ التشارك مع الرضع ليس إنجازاً يتمّ تحقيقه وهم في الشهر الرابع فقط وإنما يجب أن تستمر هذه المهارة وتُقوّى خلال كل مراحل تطور الطفل والتي سنناقشها في الفصول القادمة. على سبيل المثال عندما تصل طفلك

إلى سن ما قبل المدرسة تستطيعين جذبها بألعاب التمثيل المختلفة. إضافة إلى مهارات التطور الجديدة التي ستكتسبها الطفلة وهي تلعب دور الساحرة الشريرة أو الأميرة الجميلة فإنها ستمتعُ بالعلاقة الحميمة معكِ في نفس الوقت. بمساعدتكِ ستمكنُ من تهدئة نفسها وهي تلعبُ معكِ ألعاباً تخيلية مثيرة وستبتسم لكِ ابتسامةً عريضة تبيّنُ لكِ من خلالها كم تعني لها العلاقة الحميمة بينكما.

رفع العائق

عندما تنفقين المزيد من الوقت في التفاعل المفعم بالحب بينكِ وبين طفلتكِ ستلاحظين أنّ لها طرقها الخاصة في التعبير عن حبّها لكِ واهتمامها بكِ. قد تفضّل طفلتكِ استخدام حاسة البصر لديها وتبقي عينيها ملتصقتين بوجهكِ وأنتِ تداعبينها. قد تلاحظين أنها تحبّ الألوان البَرّاقة ولكنها لا تفضل النظر إلى عينيكِ بشكل خاص، في هذه الحالة قد تتمتع باللعب معكِ إذا وضعتِ ملعقة بنفسجيّة في فمكِ. سيكون من غير المتوقع ألا يجذب هذا المنظر عينيها إلى وجهكِ مباشرة ويرسمُ على محيّاها نظراتِ السرور.

هل تحبُّ رضيعتكِ الالتفاتَ نحوكِ عندما تتحدثين إليها؟ هل تستجيب لطيفٍ واسع من الأصوات يتراوح ما بين الطبقات العالية والمنخفضة؟ إذا كانت تنجذب أكثر إلى الأصوات ذات الطبقة العالية جرّبي معها صوت الفأرة الصغيرة فقد يُسعدُها ذلك. من جهةٍ أخرى قد تُسرُّ أكثر إذا حدّثتها بصوت ذي طبقة منخفضة.

لاحظي إن كانت رضيعتكِ تستخدم أنواعاً من الأنماط الحركية؟ هل تحاول مدّ يديها إلى يديكِ وتستخدم رأسها وعضلات عنقها للالتفاتِ إليكِ عندما تتحدثين إليها؟ حاولي أن تعدّلي وضعيتكِ بحيث تُفضي جهود رضيعتكِ الجسدية إلى التواصل معكِ وجهاً لوجه. هل تلوي عنقها باتجاهكِ لتتابع خطواتكِ وأنتِ تغادرين الغرفة؟ حاولي أن تتأرجحي يميناً ويساراً

وتتحركي صعوداً وهبوطاً وأنت تخرجين من الغرفة. سوف تتمتع بمراقبتك وسوف توجّه جسدها نحوك في نفس الوقت.

بعد أن تبدأي بالتركيز على الصفات الخاصة برضيعتك سيصبح نمطها الجسدي الخاص بها أكثر وضوحاً. ويمكنك أن تضعي قائمة بالحواس التي تستخدمها بسهولة ومرونة أكثر. إن المفتاح هنا هو أن تتلاءمي مع النمط الخاص بطفلتك وأن تجذبيها للتفاعل معك من خلال مداعبتك لهذه الحواس. استخدمي حبك المرافق لمداعبة بعض من حواسها المفضلة كنقطة بداية للتفاعل معها. ساعدي طفلتك على استخدام أكبر قدر من مهاراتها الجديدة مع بعضها تماماً كما يساعد قائد الأوركسترا الأقسام الموسيقية المختلفة لإنتاج سيمفونية واحدة.

لنفترض أن ابنتك ذات الشهور الستة قد أظهرت لك بعدة طرق أنها تفضل التعرف على العالم بعينها، فهما تشعان بالسرور في كل مرة تنظر فيها إليك وحتى الأشخاص الذين يظهرون في التلفاز قد يلفتون نظرها. إن التواصل معها عن طريق حاسة البصر سيكون أمراً سهلاً ولا شك أنك تمكنت بحدسك من إيجاد ألعاب تبدين فيها تعابير مختلفة على وجهك وتجلب السرور لكل منكما.

إن الخطوة التالية هي أن تحاولي دفعها إلى استخدام حواسها كلها معاً. تذكّري أن أدمغتنا تستطيع أن تمتص المعلومات من عدة مصادر في نفس الوقت وباستطاعة طفلتك أن تنظر وتنصت وتحرك وتشعر في نفس الوقت. في الحقيقة إن قدرة طفلتك على استخدام كل هذه الحواس معاً هي التي ستقوّي وتنظّم جهازها العصبي. إذا استمرّيت في تشجيع طفلتك على استخدام حواسها معاً أثناء مراحل تطورها فإنك ستساعدنيها على تحسين مهاراتها العقلية والاجتماعية والعاطفية إلى حد كبير. حاولي بالتدريج أن تحدثي أصواتاً مثيرة أثناء لعبك معها وجهاً لوجه ستكونين بذلك قد مكّنت

طفلتكِ من استخدام حاسّة لا تستخدمها كثيراً أثناء استخدامها لحاستها المفضّلة. باستطاعتكِ أن تصدري أصواتاً مضحكة في كل مرّة تغيّرين فيها تعابير وجهكِ وأن تبدأي بنظم بسيط ثم تنتقلي إلى نظم أكثر تعقيداً كلما استمرّيت في اللعب معها.

ولاحظي أيضاً أن كان تغيير في طبقة الصوت من الناعمة إلى العالية يؤثّر على تقبل ابنتكِ لهذا الصوت فقد تتحمل في البداية الأصوات الناعمة فقط كتلك التي تشبه صوت التصفيق الخفيف. الخطوة التالية الآن هي أن تشجعي طفلتكِ على متابعة تمثّعها بالتفاعل معكِ بإشراك مهاراتها الحركية. أثناء التصفيق المنتظم وإظهار تعابير مختلفة على وجهكِ تحركي ببطء حول طفلتكِ على شكل نصف دائري. راقبيها وهي تحرك رجلها ويديها في محاولة لتتبع المناظر والأصوات التي توفرّنها لها. بهذه الطريقة ستمكّنين طفلتكِ من استخدام مهاراتها البصرية والسمعية والحركية مع بعضها بطريقة لن تنمّي قدراتها الجسدية فقط وإنما العاطفية والعقلية أيضاً.

حاولي أن تساعدي طفلتكِ على القيام بمزيد من المبادرات. فعندما تصل إلى النصف الثاني من السنة الأولى من عمرها قد تلاحظين أنها ترغب بفعل بعض الأمور كالإمساك لوحدها بزجاجتها أو لعبتها. ابدي إعجابك بمبادراتها وأحيطي هذه المبادرات بالتشجيع كأن تُعلّقي على لعبة خاصة تحاول الوصول إليها. لاحظي إن كان باستطاعتكِ إثارتها إلى درجة تقوم معها بالتحرك معكِ بنفس الطريقة، ولفّت انتباهكِ بإظهار تعابير مختلفة على وجهها وإصدار أصوات والقيام بحركات خاصة بها.

تنظيم الدقائق السحرية

عندما تألفين نظام طفلتكِ في النوم والاستيقاظ ستستطيعين تمييز الأوقات التي تكون فيها مستعدة تماماً للتفاعل معكِ. قد تكون هذه الأوقات بعد الطعام أو في متوسط الفترات التي تفصل بين أوقات النوم، تلك

الفترة التي تتراوح من 15 إلى 20 دقيقة والتي تكون فيها طفلك قد أشبعت حاجاتها المستعجلة هي «الدقائق الذهبية» الخاصة بها، والتي تكون فيها متلهفة لاكتشافك واكتشاف العالم من حولها. اغتنمي الفرص للتفاعل مع طفلك ولا تدعيها تحدق لوحدها في الفراغ لترات طويلة. انتبهى إلى ردّات فعلها سواء كانت نظرة دافئة ومسترخية على وجهها أو حركات عنيفة برجليها ويديها أو سلسلة من الصيحات ونوبات البكاء.

والآن بعد أن ودّعت نوبات الانزعاج التي كان يسببها المغص لطفلك في الشهور الأولى ستمكين من استغلال الكثير من الدقائق السحرية الممتدة على طول النهار والليل.

احجزى جزءاً من وقتك كل مساء لرضيعتك ودّعي ذلك الوقت مقدماً على أوقات تنظيف الصحون وما شابه من الأعمال الروتينية، إن علاقة الحب الحميمة بينك وبين طفلك ستزدهر كلما منحتها مزيداً من الوقت لتثوّق باهتمامك بها وباستجابتك لحاجاتها الجسدية والعاطفية.

إذا كنت تعتمدين على الأوقات التي تقضيها طفلك في مراكز العناية خارج المنزل يجب أن تدركي أهمية الوقت الذي تقضيه مع طفلك قبل النوم أو قبل الذهاب إلى العمل فهو يعطيها فرصة ثمينة للتفاعل عاطفياً معكِ أو مع زوجها. يجب ألا تختصري الوقت عندما يتعلق الأمر بتقوية علاقة الحب بينك وبين طفلك. اضبطي المنبه ليوقظك صباحاً قبل بضع دقائق من المعتاد وذلك لكي تعطي نفسك مزيداً من الوقت للعب والتفاعل مع طفلك.

عندما تعودين من عملك قد تبدو طفلك جامدة وغير متفاعلة لفترة من الوقت. كوني صبورة واعلمي أنها تحتاج لبرهة من الزمن لكي تسترخي وتصبح مستعدة للتفاعل معكِ. ابقها قريبة منك في مكان آمن وتحديثي إليها ولوحي لها أثناء تحضيرات العشاء. أبقى التلفزيون مغلقاً واستغلي الوقت

بالتفاعل معها قبل النوم. حاولي استعطافها عندما تكون منزوعة أو عندما تكون سعيدة. صحيح أن توفير دقائق من العلاقة الحميمة مع طفلك قد يكون أمراً مجهداً وخصوصاً إذا كنت متعبة وتشعرين بالضجر ولكن تأكدي أنه لا يوجد نشاط آخر يساعد على نمو طفلك عاطفياً وعقلياً.

استعطاف الطفل في الأوقات الجيدة والسيئة على حد سواء

إن تفاعل طفلك معك قد أصبح الآن أكثر غنى من قبل. إن ابتسامتها، التي تستجيب بها لك، قد تكون تعبيراً عن مشاعرها الدفينة بالدفع معك والاهتمام بك.

إذا كانت طفلك لا تتجاوب معك جيداً أعيدي النظر في الأنماط الأسرية وأساليب الاستعطاف التي تستخدمونها.

قد يكون من المناسب أن تظهر تعابير أكثر قوة إذا كانت طفلك قليلة التفاعل أو أكثر لطفاً إذا كانت تنفر من تعابير وجهك ووضعياتك المبالغ فيها. إذا كنت لا تشعرين برابطة قوية مع طفلك أعيدي النظر في علاقاتك العائلية أو أنك قد تكونين مُتعبة أو مشغولة أثناء تفاعلكِ معها.

ستكون طفلك من الآن فصاعداً قادرة على تبادل الحب معك لفترات أطول من الزمن، وستصبح قادرة على متابعة اللعب معكِ إذا قاطعكما حدث ما كالعطاس أو إغلاق باب.

إذا كانت طفلك تستغرق وقتاً أطول لتتابع لعبها معكِ بعد المقاطعات تستطيعين جذب اهتمامها من جديد باستخدام الأسلوب الذي يروق لها - ابتسامة لطيفة، صوت مهدئ أو رسالة قوية. عندما تستعيد طفلك توازنها لاحظي إن كانت تحاول تقليدك أو الرد باستعطاف مقابل. بالممارسة ستتمكن طفلك من متابعة التفاعل معكِ بشكل أسرع.

ما يجب فعله وما لا يجب فعله لرفع العائق



استعظفي طفلتك .
 اكتشفي الأمور التي تُسعد طفلتك .
 تابعي بلطف استعطاف طفلتك حتى لو استمرت في عدم التفاعل معك .
 اكتشفي الأوقات السحرية التي تكون فيها هادئة ومستعدة للعب .
 ساعدي طفلتك على تجاوز فترات البكاء والانزعاج بإقامة علاقة حميمة تجلب لها السرور .
 لا تتجاهلي الأوقات التي تكون طفلتك فيها صاحبة ومستعدة للعب .
 لا تلتزمي بسلوك معين تشدين به طفلتك، عدلي من أساليبك معها وفقاً لما يناسبها .
 لا تأخذي الموضوع بشكل شخصي إذا كانت طفلتك باردة وغير متفاعلة معك . بعض الأطفال أكثر حساسية من غيرهم ويحتاجون إلى مزيد من الصبر لاستعطافهم، إن النتيجة التي ستحصلين عليها تستحق الجهد الذي ستبذلينه .
 لا تلومي طفلتك إذا كانت كثيرة الانزعاج، ساعديها على الهدوء .

بناء الإحساس بالذات عند الرضيع

خلال هذه المرحلة الثانية من تطور طفلتك يزداد ارتباط إحساسها بذاتها مع تفاعلاتها العاطفية معها .

إن الآلاف من هذه التفاعلات ستساعد طفلتك على تمرين حواسها كلها ومهاراتها الحركية معاً أثناء شعورها بطيف متزايد من المشاعر معك . هذه المشاعر ستكون بمثابة الرابط الذي سيساعد طفلتك على تنظيم التجارب المختلفة التي تمرُّ بها .

إن إحساسها بذاتها يرتبط ارتباطاً حميماً بالأوقات التي تشاركك فيها المتعة والسرور. إنها تحتفظ بمشاعرها القوية للأشخاص الذين يحبونها. وستفضل بشكل واضح صوتك ومنظرك ورائحتك وأنماطك على تلك الموجودة عند الآخرين. إنَّ تعاطفك معها وتعاطفها معك سيعلمها التعاطف مع الآخرين. إن طفلك ستتعلم أن الشعور المشترك بالسرور أو التجاهل هو جزء من العلاقة الإنسانية الخاصة التي تختلف تماماً عن عالم الأشياء المادية الجامدة.

إن شعورها بذاتها لم يعد جزءاً من الأحاسيس المحيطة بها مع أنه لا يزال غير واضح تماماً بالنسبة لها. إنه ينبعث من الأحاسيس المشتركة التي تشعر بها أثناء ارتباطها بالأشخاص الذين يعتنون بها والذين تربطها بهم أكثر العلاقات حميمة.

إنَّ إحساس طفلك بالخطأ والصواب يعود أيضاً إلى قدرتها على الشعور المشترك بالإنسانية مع الآخرين. إن الأطفال المحرومين من العلاقات العاطفية الحميمة والاهتمام المتبادل مع الأشخاص الذين يعتنون بهم لا تتطور عندهم مشاعر الاهتمام بالآخرين والتعاطف معهم. لذلك ليس من المستغرب أن الأطفال الذين ينتقلون من ميثم إلى آخر يصبحون عدائين أو منعزلين عندما يكبرون. وغالباً ما يمكن مساعدة هؤلاء الأطفال بإخضاعهم لبرامج توجيه تغذية علاقة دافئة وحافلة بالثقة مع شخص بالغ واحد.

لذلك يُعتبر تقوية علاقة الحب بين الطفل وشخص واحد يعتني به أمراً مهماً للغاية ويجب أن نضعه في أذهاننا عندما نكون بصدد خيارات متعددة للاعتناء بالطفل. إنَّ معظم مراكز رعاية الأطفال لا توفر نسبة طفل - لكل مربٍ ولا توفر دعماً للتدريب أو أجوراً خاصة تقوّي علاقة طويلة الأمد (تمتد لعدة سنين) بين الأطفال ومن يعتني بهم. في مراحل متأخرة من تطور طفلك قد توفر مراكز الرعاية مجالاً لتنمية مهارات حركية ومعرفية عندها.

لكن التفاعلات العاطفية الحميمة الحقيقية المستمرة خلال (الدقائق السحرية) وغيرها من الأوقات سيكون أمراً صعباً للغاية إذا كان المربي مسؤولاً عن أربعة أو خمسة أطفال في نفس الوقت. كذلك فإن نقص الأجر والتدريب يسبب نقصاً في المربين كما أنَّ المربين يتغيرون كل سنة عندما ينتقل الأطفال من غرفة الرضّع إلى غرفة الأطفال الأكبر سنّاً.

إن الدفء والتعاطف والعناية الجسدية قد تكون متوفرة لكن ما يحتاجه الأطفال في هذا السنّ هو مزيد من دقائق التفاعل المليء بالحب خلال اليوم. كما أنهم يحتاجون إلى علاقات تدوم لسنوات وليس لأشهر. في مراكز العناية المكتظة ذات العدد القليل من الموظفين يتم ترك الأطفال الودودين لوحدهم في حين يُصرف الوقت كله على الأطفال الذين لديهم مطالب أكثر. إن المربين أصحاب النيات الطيبة سيفترضون أن هؤلاء الأطفال يتلقون عناية جيدة في المنزل، في حين أن الآباء والأمهات المشغولين سيفترضون بشكل مماثل أن المربين في مركز العناية يملأون الفراغ ويتفاعلون مع أولادهم بشكل كافٍ.

التغلب على الصعوبات

التشجيع الخفي

يعاني بعض الأطفال من صعوبات في إقامة علاقات عاطفية مع آبائهم. قد تلاحظين أنَّ طفلتك حساسة أكثر لأصوات أو مناظر أو لمسات معينة أو أنَّها تستغربُ بعض تعابير وجهك. حتى أنها قد تبتعد عنك وتحافظ على مسافة بينك وبينها. إنها تحتاج إلى الشعور بأنها مركزُ عالمكِ حتى لو كانت تشيح بوجهها عنكِ.

لكلّ رضيع جهازه العصبي الخاص به وبإمكانكِ أن تتعلمي كيف تفصّلين مهاراتكِ كما تُناسب النمط الخاص برضيعتك. لا يوجد أسلوب واحد يصلح لإشعار كلّ الأطفال بالحب. إنّ كلّ طفلٍ يستحقُّ أسلوباً خاصاً

به. إنَّ قدرتكِ وجاهزيتكِ لتعديل الطريقة التي تتفاعلين فيها مع طفلتكِ يمكن أن تساعدكما على اكتشاف العالم من حولها بشكل أفضل بكلِّ ما يحتويه هذا العالم من تفاصيل عجيبة.

الرضع الذين يتمتعون بقوة عضلية زائدة أو ضعيفة والذين يعانون من صعوبات في القيام بحركات متتابعة

قد تلاحظين أن جسد طفلتكِ رخواً أو متشجناً إلى حدٍّ ما. قد تكون عضلاتها بحاجة لأن تُمرَّن لتصبح أكثر صلابة أو أكثر مرونة. بالتركيز على النمط العضلي الخاص بطفلتكِ تستطيعين أن تعلميها كيف تكتسب الثقة بجسدها وتبادلكِ العناق.

ما هي المقوية العضلية بالضبط؟ إنها التوازن بين العضلات الباسطة والقاطضة. العضلات القاطضة هي تلك التي تُستخدم لثني الركبتين والمرفقين وبواسطتها نمُدُّ رقابنا إلى الأمام. أما العضلات الباسطة فهي تلك العضلات التي تساعدنا على الوقوف بشكل منتصب وعلى أن نقوِّس ظهورنا ونشدّها. لكلِّ إنسان مقويّته العضلية الخاصة به، وقد تعلمنا كبالغين منذ الصغر كيف نعدّل هذه المقوية أثناء تحركنا. إن بعضاً منا لا يستطيع أن يلمس أصابع قدميه عندما ينحني وهو واقف. إن رضيعتكِ ستشعر بالإحباط إذا كان رفعها لرأسها لكي تنظر إليك يتطلب منها كثيراً من الجهد لأن مقويّتها العضلية ضعيفة. قد تشعرين بالضيق والرفض من قبل رضيعتكِ ذات المقوية العضلية الضعيفة إذا كانت لا تتواصل معك كبقية الرضع.

في بعض الأحيان يستغرق الرضيع فترة أطول من غيره ليصل إلى محطات مهمة في التطور الجسدي كرفع الرأس أو الجلوس بدون أن يسقط. بفضل التفاعلات المفعمة بالحب بينك وبين رضيعتكِ ستصبح أكثر تحمُّلاً للإحباط وستغلب على ضغطها العضلي لتحقيق التواصل معكِ.

كيف يمكنكِ مساعدة طفلتكِ على استخدام عضلاتها والثقة بهذه

العضلات. أولاً يجب أن تُجري تقييماً لمدى قوة أو ضعف مقويتها العضلية. لنفترض أنَّ عضلات رضيعتك - على الرغم من أنها تتفاعل بشكل واضح مع المناظر والأصوات - تبدو مرتخية عندما تحملينها فقد لا تعدّل من وضعية جسدها لتناسب جسدك وقد تلاحظين أن رجليها مسترخيتان بشكل غير طبيعي عندما تبدّلين حفاضاتها وأنها لا تثني ركبتيها إلى صدرها عندما تبيكي غاضبةً، أي أن عضلاتها تبدو وكأنها مسترخية أكثر قليلاً من الطبيعي. إنَّ الابتسامة التي تصدر عن طفلك قد تكون أمراً مجهداً بالنسبة لها أكثر مما هو الأمر بالنسبة لك. لاحظي إن كانت تعاني من صعوبة في رفع رأسها والنظر إليك وأنت تصطنعين تعابير مضحكة وتصدرين أصواتاً مسلية. قد تُسرُّ طفلك بذلك لكنها تجد صعوبة في الاستجابة لك وقد تستغرق فترة طويلة لتتمكن من متابعتك بعينها مع أنها قد تريد النظر إليك فوراً.

حاولي أن تسندي رأس رضيعتك وأنت تحملينها وجهاً لوجه استخدمي تعابير مصطنعة تعبّر عن حبك لها أثناء لعبك معها. إن مساعدتها على التحكم برقبته سيزيد من احتمال شعورها بالسعادة أثناء تفاعلها الاجتماعي معك. كوني صبورة واستخدمي الكثير من الحركات وأعطيتها وقتاً كافياً لكي تنظر إليك من جهة اليمين ثم من جهة اليسار. دعيها تمرّن عضلاتها بشكل لطيف أثناء مداعبتها بأغنية مهدئة. وعندما تسدين رأسها ورقبتها دعي قدميها يدفعان جسدها على حضنك باتجاه الأعلى.

ماذا لو شعرت أن جسد طفلك متصلب؟ إن الطفل ذو المقوية العضلية العالية يجد صعوبة في الاسترخاء بحيث يتناسب جسده مع عناقك له. ساعدي طفلك على اكتساب المرونة بإجراء ألعاب انثناء لطيفة معها وأنت تحملينها في حضنك. اثني ركبتيها إلى صدرها أثناء استلقائها على ظهرها. قد تجد صعوبة في وضع رأسها بشكل صحيح. إذا لاحظت أن طفلك تتجاوز وجهك عندما تنظر إليك عدلي من وضعية جسدك بحيث تستطيع النظر إليك. إن التفاعل المفعم بالحب بينكما خلال هذه الفترة مع

مزيد من الصبر والملاطفة سيشجع طفلتك على الالتفات والنظر إليك والابتسام وإصدار الأصوات، في النهاية ستجدين أنها تلتفت إليك وتبتسم لك! إن الرضع الذين لديهم مقوية عضلية زائدة أو ضعيفة يجدون صعوبة في القيام بأفعال متعاقبة كالالتفات والنظر أو الاقتراب والعناق، هنا أيضاً يُعتبر الصبر والتمرين المفتاح الأساسي لتطور الطفل. صحيح أنه من الصعب أحياناً أن تشاهدي طفلتك وهي تُحبط في محاولتها لاكتساب سلوك أو مهارة جديدة ولكن دعيها تحاول مرات ومرات للوصول إلى لعبة ليست في متناول يدها. قربي اللعبة منها عندما تشعرين أنها قد بذلت ما بوسعها ودعيها تحتفل بما أنجزته. إن رضيعتك تحتاج إلى أن تتعلم مهارات جديدة بنفسها، إذا كانت لا تتقدم إلى الأمام بمساعدتك وتمريناتك من الأفضل أن تستشير طبيب الأطفال لتقييمها.

ربما تكون عضلات رضيعتك قوية بما فيه الكفاية لكن لديها حساسية معينة تجاه مناظر أو أصوات أو لمسات خاصة.

لنلق نظرة أخرى الآن على كارا وبريان وإيما وول وماكس الذين تحدثنا عنهم في الفصول السابقة. إن آباء وأمهات هؤلاء الأطفال يتعلمون مثلك كيف يعدّلون من أسلوبهم في ملاحظة أولادهم ليناسب ذلك التركيبة الجسمية الخاصة بهؤلاء الأولاد.

الرضع الحساسون للمس والصوت:

لقد قطع والدي كارا، إيلين وستيف شوطاً واسعاً في تهدئة كارا خلال الأشهر القليلة الماضية. فقد استمرّا في استخدام اللمسات القوية أثناء التعامل معها وكانت تهدأ عندما كان والداها يخفضان بشكل واع طبقة صوتهما ويتكلمان ببطء. استمرّت كارا في حساسيتها الشديدة للأصوات ذات الطبقة العالية وكانت تتصلب وتبكي عندما كان أصدقاء أخيها جوي يصدرون أصواتاً حادة بسياراتهم التي كانوا يلعبون بها. كانت كارا تبتهج لرؤية أخيها وكانت

تلوّح بذراعيها وتبتسم كلّما رآته ولكن عندما كان جوي يصدر أصواتاً حادةً بسيارته كانت تصاب بالقلق وتبدأ بالبكاء عالياً. تمتلئ ستيث وإيلين أن يخفّف جوي من الأصوات التي يصدرها لكنهما كانا يدركان أنّ لديه الحق في اللعب أيضاً. لقد كانا مستعدين لتعديل أصواتهما لتناسب حساسية كارا لكنهما شعرا أيضاً أن عليها أن تبدأ بالتأقلم مع العالم المليء بالصراخ والصفير وضجيج الأخوة الصغار.

ظلّ النوم مُشكِلةً بالنسبة لإيلين. فقد كانت كارا ترضع بنهم وتكسب وزناً لكنها ظلّت تعاني من مشاكل في الأكل والنوم كانت تعضّ حلمة أمّها بشدة وترضع بنهم وكأنها جائعة إلى حدّ كبير وبعد ذلك بفترة قصيرة كانت تتعب وتدخل في نوم عميق ولكن لفترة لا تتجاوز الخمس ساعات أثناء الليل.

ظهرت ساحة جديدة للعراك عندما كبرت كارا عن مرحلة الاغتسال في حوضها البلاستيكي المتنقل. بما أنها الآن أصبحت قادرة على الجلوس لوحدها لفترات طويلة بدأ والداها باستخدام حوض الحمام لتغسيلها وكانت تصرخ عالياً في كلّ مرّة يتمّ ربطها فيها بمقعد الأمان المتنقل الخاص بحوض الحمام. لكن إيلين لاحظت أن عيني كارا كانتا تتعلّقان بوجهي والديها أثناء بكائها، وكأنها تقول لهما «كيف تفعلان بي هذا! فقط أخرجاني من هنا!».

كان ذلك صعباً على والدي كارا. فقد كان من الصعب أن ينسيا أشرطة الفيديو القديمة التي صوّرا فيها جوي وراتشل ابنتهما ذات الست سنوات. لقد كانت أوقات الاستحمام من أجمل الأوقات عند راتشل، لم يكن باستطاعة إيلين وستيث فعل شيء لكنهما شعرا أنّ القواعد القديمة لا تنطبق على كارا.

لقد هُنا نفسيهما على قدرتهما على تعديل نمط التعامل مع كارا بشكل فطري بحيث يلائم حاجتها إلى اللمسات القوية وطبقة الصوت المنخفضة،

وافترضنا أنها ستصبح أكثر سهولةً عندما تكبر. لكن حساسيتها استمرّت واتخذت أشكالاً مزعجة بالنسبة لهما. فما الذي يزعج إلى هذه الدرجة في الجلوس في حوض مليء بالماء الساخن والألعاب الملوّنة؟

استمرّ كلٌّ من ستيف وإيلين يشعرا بالشكّ في قدرتهما على مساعدة كارا على أن تسترخي وتمتّع نفسها بشكل أكبر. لقد كانا يشعرا بالحبّ المتبادل مع طفليتهما وبدأا يتساءلان ما هو «الخطأ» الذي ارتكباه.

لم يكونا محبطين فقط لكنهما شعرا بإحساس متزايد بالذنب بسبب الوقت الذي كانا يقضيانه للتركيز على حساسية كارا الزائدة بدلاً من التفاعل مع ولديهما الآخرين. لقد آن الأوان للاستعانة برأي الخبراء.

بعد مراقبة كارا وكيف كان والداها يتعاملان معها خلال عدّة جلسات، شرح أخصائي التطوّر للوالدين كيف أن كارا يلفتُ نظرها بسهولة طبقات معينة من الصوت وتحتاج إلى لمسات قوية لتهديتها لذلك هي تتلقّى العالم من حولها على شكل قطع صغيرة غير منظّمة ويبيّن لهما لماذا يصعب على كارا أن تشعر بالراحة بسبب ما تسمعه من أصوات وما تتعرض له من لمسات.

إن هذا الفهم الجديد لمشاعر كارا جعل والداها أكثر مرونةً في التعامل معها وأكثر قدرة على تحمّل المشاعر السلبية التي كانا يشعرا بها. بعد عدّة اقتراحات من المعالج غير إيلين وستيف من أسلوبهما في تغسيل كارا. فحين تحمل إيلين ابنتها يجب أن تسند ظهرها بقوة وأن تحيط كلّ جسدها بذراعيها ثم تردّد بعض الكلمات المشجّعة وهي تنظر في عيني ابنتها: «أعرف أنك لا تريدين الاستحمام يا صغيرتي، لكننا سنجعلك نظيفة ودافئة وقريباً ستكونين في سريرك الناعم» ومع ذلك ظلّت كارا تشعر بالغضب عندما تنزل لأول مرة في الماء، وقد اكتشف والداها طريقة لمساعدتها على التأقلم مع الماء. أولاً يقومان بتمسيد قدميها بقطعة من القماش مبلّلة بالماء الساخن ثم يقومان

بالتدريج بتغطيس إحدى قدميها بالماء ثم القدم الأخرى وأثناء وضع كارا في مقعدها في حوض الحمام تقوم والدتها بتهدئتها بأصواتها الناعمة ومعانقاتها اللطيفة.

ولأنّ ستيف وإيلين لاحظا أنّ كارا تُركّز على وجهيهما أثناء غضبها فقد حاولا أن يوفّرا لها مزيداً من الدعم البصري خلال الحمام. كان ستيف يرسم على وجهه تعابير مضحكة ويعطيها حلقة جديدة مليئة بالمفاتيح الملونة البرّاقة حالما تجلس في مقعدها في حوض الحمام. إن حلقة المفاتيح من السهل الإمساك بها وهزّها أمرٌ ممتع وهكذا وجدت كارا لعبةً جديدة يتسلّى بها.

أصبح حمام كارا أقلّ إزعاجاً. صحيحٌ أنها لم تكن تتمتع به كما كان أخوها يتمتعان به لكنها أصبحت قادرة على تحمّله وأصبحت تبتمس لوالديها عندما يبديان لها تعابير مضحكة على وجهيهما. قرّرت إيلين أن تحاول تطبيق بعض هذه التكنولوجيات المهدّئة أثناء إرضاع ابنتها. لقد علمت أنها إذا استطاعت أن تطيل المدّة التي يقضيانها معاً في كل مرّة ترضعها فيها قد تسترخي وتبطّئ رضاعتها إلى درجة كافية لكي تملأ معدتها بالحليب وتشعر بالإشباع. وعندما تمتلئ معدتها ستمكّن من النوم لفترات أطول.

بعد أن ترضع كارا حليب أمّها لمدة دقيقة كانت إيلين تقوم بإبعاد حلمتها بلطفٍ عن فم رضيعتها وتتفاعل معها وجهاً لوجه. في البداية كانت كارا تضطرب لهذا التغيير في الروتين وتبحث بإصرار عن حلمة أمّها وبعد فترة أصبح باستطاعة كارا أن تستأثر باهتمام ابنتها لمدة دقيقة أو أكثر حيث تبادلها الابتسامات والأصوات وحتى مدّ اللسان وأخيراً استطاعت إيلين أن تطيل فترة الإرضاع إلى حوالي خمس عشرة دقيقة واستطاعت إيلين أن تنام من منتصف الليل إلى السابعة صباحاً. شعر كلٌّ من ستيف وإيلين أنهما تجاوزا منعطفاً مهماً في تعلّم كيفية التعامل مع ولدهما الثالث.

إن الرضّع من أمثال كارا الذين لديهم حساسيات للأصوات واللمسات قد لا يستجيبون بسرعة للأساليب الجديدة في التفاعل معهم. إذا كان لديك رضيعة تشبه كارا يجب أن تستمري في التعاطف والتفاعل معها وتوفير الحب لها بصبرٍ حتى لو لم تبدي استجابةً عاطفية مباشرة. إذا كنت بجانب طفلتك في كل وقت تشعر فيه بالإحباط وتواجه صعوبةً معينة فإنها سوف تعتمد على قدرتك في تخفيف الشدة التي تتعرض لها وسوف تتعلم أن باستطاعتها الشعور بطيفٍ واسع من الأحاسيس.

الرضع الأقل تأثراً بالعالم المحيط بهم

إن التواصل مع رضيع هاديّ ضعيف الارتكاس يحمل أيضاً تحدّ للآباء والأمهات. ويُعتبر بريان مثلاً جيّداً على هذا النوع من الأطفال. كان والداه ستوارت وتامي يشعران أنّ ابنهما ذو الشهور السبعة قليل الاهتمام بهما على الرغم مما يوفّراه له من حبّ واهتمام. لقد كان ذلك مزعجاً بالنسبة لهما وخصوصاً أنهما استمتعا بالشهور الأربعة الأولى من عمره. كان بريان طفلاً ليّناً يرضع جيّداً وينام طوال الليل وكان قليل الطلبات، وقد كان أصدقائهما يخبرانهما دائماً أن بريان طفلٌ «ممتاز». عندما اقترب بريان من شهره الخامس لاحظ والداه أنه يحب أن يبقى في مهدٍ بيديه أو ينظر بهدوء إلى لعبته. كان يكافئُ والديه أحياناً بابتسامةٍ قصيرة لكن لم يُبدِ أبداً أنه يحتاج إلى صحبتهما. بدأ والد بريان يفقدان ثقتهم بقدرتهما على التواصل مع ولدهما وشعرا بالذنب لأنهما اعتقدا أن سلبيته كانت سلوكاً جيّداً. وخشياً من أنّ عاطفته نحوهما لم تكن تتطور بشكل جيّد. وقد نصحهما طبيب الأطفال باستشارة أخصائي التطور في منطقتهم.

اتضح أن بريان كان منغلقاً على نفسه بشكل غير طبيعي وطمأن الأخصائي والديه بأنّه لا يرفضهما لكنه يحتاج إلى كثير من التشجيع لكي ينهض ويهتم بالعالم من حوله. كان على والديه أن يرفعا صوتيهما عندما

يتحدثان معه وأن يوفّرا له مزيداً من المثيرات الجسدية. لقد اكتشفا أن بريان كان أقل حساسية لبعض المحرّضات مما كانا يفترضانه. وأنه لم يكن يتلاءم معهما لأنه لم يستطع بعد أن يتلاءم ويتابع طبقة ونظم صوتيهما. لقد كان من السهل عليه أن يستجيب لابتسامة والديه ولكن ابتسامته كانت تتطلب منه جهداً كبيراً لأنّ مقوَّيته العضلية كانت ضعيفة. لكي تفهم عالم الرضيع المنغلق على نفسه، تخيل نفسك وأنت مستلق على أرجوحة معلقة في شرفة منزلك في يوم حار من أيام الصيف. الشمس قوية والرطوبة مرتفعة وأنت تشعر أنك تعمل بنصف طاقتك. ستشعر أن العالم لا يعمل بانتظام وأنت غير قادر على التركيز جيداً على أي شيء.

تعلم والدا بريان بالتدريج كيف يستدرجانه إلى علاقةٍ معهما ومع العالم بشكل عام. كان الحل هو أن يوفّرا لبريان طيفاً كاملاً من المناظر والروائح والأصوات واللمسات المثيرة. كان على ستوارت وتامي أن يجلبا مجموعة من الأجراس وألعاب الطبول وأن يضعوا جرساً على رأسيهما ليجذبا انتباه بريان إلى وجهيهما والأصوات الجديدة معاً. بهذه الطريقة اكتشف كلٌّ من ستوارت وتامي وبريان أنواعاً مختلفة من الأصوات مقرونة بوجوه ذات تعابير مضحكة، وصارا «يمسجان» ذراعيه ورجليه وبطنه وظهره بقوة ولكن بلطف، وكانا يحاولان إثارة بالألعاب ذات اللون المفضل لديه وذلك بحملها بالقرب من فمهما. هذه النشاطات كانت غالباً ما تجذب بريان إلى مزيد من الانخراط مع والديه.

بعد فترة اعتادا على الصبر لأن بريان كان يحتاج إلى فترة تتراوح ما بين عشرة إلى خمس عشرة دقيقة بدلاً من عدّة ثوانٍ ليستجيب للإحساسات والحركات الجديدة.

أصبح ستوارت وتامي يقبلان بريان بشدة أكثر ويغنيان بتعاطف أكثر ويرقصان وهو بين ذراعيهما.

لقد أصبحا يداً واحدة في جذب اهتمام ولدهما العاطفي واستمرّا

باستشارة حاسته البصرية بمنحه الكثير من الابتسامات، وإعطائه الكثير من الوقت للتفاعل معه وجهاً لوجه. شيئاً فشيئاً تحسّن بريان واستطاع عندما بلغ سنة من العمر وبدأ المشي أن يكون أكثر تفاعلاً. لقد احتاج الأمر إلى تغيير بعض الأساليب وإلى الكثير من الطاقة لكن ستوارت وتامي استطاعا أن يمكّنا طفلهما من التمتع بالاطلاع على العالم الإنساني.

الرضع التواقون إلى المفثيرات الحسيّة

بعكس بريان كانت إيما ذات الأشهر السبعة (السلك الحي ذات الشعر الأحمر) تحاول الحركة دائماً.

عندما بلغت إيما الشهر الثامن من العمر أصبحت تزحف وتقود والديها المتعبين لورا ومايك في مطاردة مرحة في أرجاء شقتهم.

كان والداها يعتبران وجودها في حياتهما بمثابة المعجزة إذ لم يتوقعا أن تملأ طفلة حياتهما بكل هذا المرح وهما في منتصف العمر.

ولكن الركض خلف إيما كان مرهقاً بالنسبة لهما. كانت إيما تحتاج إلى حركة دائمة منذ أن تعلمت الزحف. وقد لاحظ والداها مبكراً أنّ إيما تحتاج إلى الكثير من المحرّضات اللمسية وتمارين العضلات، وقد كانت تستمتع كثيراً بجذب ودفع أطرافها خلال الأشهر الأولى من عمرها. كانت استجابتها تعبر عن سرورها الشديد، فقد كانت ترفس وتلوح برجليها وذراعيها وفمها مفتوح بشكل يدل على شعورها بالإثارة التامة.

ما أن كبرت إيما وأصبحت قادرة على الزحف على ركبتيها ويديها حتى وجد (لورا ومايك) أنه من الصعوبة التعامل مع ابنتهما التي كانت تتضايق من منعها من الحركة. لم تكن إيما تبكي فقط عندما كانت تُحمل عن الأرض بل كانت تصرخ عالياً. كان من الصعب على لورا ومايك أن يجذبا انتباه إيما إلى نشاط آخر عندما تبدأ بالحركة. صحيح أنهما كانا

منبهرين بنشاط و طاقة ابنتهما لكنهما كانا يريدان مزيداً من الأوقات الهادئة يقضيانها معها. وقد عبرت لورا عن ذلك بقولها «لقد حلمتُ دائماً بأن يكون لي طفلةٌ تضع رأسها على عنقي وتربّتُ على كتفي. إن هذه الصورة تبدو مثلاً رائعاً عن الحب».

قرّر مايك ولورا أن يستشيرَا أخصائياً ليفهما تطوّر ابنتهما إيما بشكل أفضل. لقد حاول أن يصف لهما كيف تشعر طفلة شديدة النشاط مثل إيما وشرح لهما كيف أن رضاعة مثل إيما قد تجد نفسها مدفوعة إلى إقحام ذاتها بشدة في العالم المحيط بها لأنها ضعيفة الارتكاس تجاه بعض الإحساسات. بعبارة أخرى كانت إيما تحتاج إلى قدر هائل من اللمس والحركة لأنها بالضبط غير قادرة على الاستجابة لمحرّضاتٍ أخف.

كانت عضلاتها متقلّصة ومتوترة وكان النشاط الكبير يجلب لها الكثير من المتعة. إن حاجة إيما إلى الحركة وتلقي الإحساسات من العالم المحيط بها لا تقل عن حاجتها إلى بناء علاقة مع والديها تشعرها بالدعم العاطفي والأمان.

كانت نصيحة الأخصائي للورا ومايك بسيطة: أن يشجعا إيما ويشاركاها في نشاطها ليس للتفاعل معها فقط وإنما لمساعدتها أيضاً على التمتع بنمط أهدأ من الارتكاسات. إن الانضمام إلى إيما في نشاطها كان هو الجزء الأسهل أما مساعدتها على تهدئة نفسها فقد كان الجزء الأصعب من المهمة.

اكتشف كلٌّ من لورا ومايك طرقاً كثيرة للموازنة بين حاجة طفلهما إلى الحركة وحاجتهما إلى مشاركتها دقائق من الحبّ والعلاقة الحميمة. عندما كانت إيما تستيقظ من نومها كان والداها يستغلان الدقائق الخمسة التي يستغرقها تغيير حفاظاتها. كانا يبديان تعابير على وجهيهما ويصدران أصواتاً تجلب انتباه إيما وكانا يكافئنها بابتسامة عريضة عندما كانت تثبت عينيها على عينيهما.

أخذ مايك ولورا يركضان خلف إيما حتى أنهما كانا يجلسان على الأرض ليُشعرا إيما أن أسلوبها في اللعب يطابق أسلوبهما أيضاً. حثَّهما الأخصائي على أن يزيدا من مستوى الطاقة التي يتحركان بها ولو لفترة قصيرة. تعاون الوالدان على الرغم من أن مايك علّق قائلاً: «سأحاول فعل أي شيء يجعل إيما سعيدة ولكن تذكر أنني لست في الخامسة والعشرين من عمري».

عندما كان والدا إيما ينتقلان إلى نشاط آخر أو يذهبان للتسوق أو ببساطة يتوقفان للراحة كانا ينظران إلى دموع إيما وهي تنهمر بغزارة كاستجابة متوقَّعة وليست تأنيباً لهما.

لقد ساعدهما ذلك على الشعور بالثقة على وضع الحدود الضرورية لسلامتهما الذهنية، وعلى تحرير طاقتهما لإنفاق المزيد من وقت اللعب المبدع مع إيما.

الرضع الذين يتمتعون بالمناظر لكنهم يجدون صعوبة في التعامل مع الأصوات

على عكس والذي إيما اللذين كانا محبطين بسبب حاجة ابنتهما للابتعاد عنهما يجد بعض الآباء والأمهات أنَّ أطفالهم يتوافقون بسهولة مع أحدهما فقط. من الواضح أن هذا الوضع مؤلم للطرف المرفوض وقد يؤدي إلى مشكلة في العلاقة بين الزوجين.

بعد حوالي ثمانية أشهر من رعاية ابنها ول شعرت ليزا أنها في توافق تام معه. وقد كانت تستطيع قراءة تعابير وجهه وتعرف متى يصبح قليل الاهتمام بأمرٍ ما ومتى يحتاج إلى احتضانٍ سريع لكي يهدأ. كان ول يقترب من وجهها بشفتين رطبتين باللعب وكأنه يريد أن يبادلها القبل التي كانت تغمره بها. كانت ابتساماته لها والتصاقه الواضح بها يشعرها بالسرور.

لكن ليزا كانت قلقة بشأن علاقة ولِ بوالده دان. كان دان نشيطاً واجتماعياً أكثر من زوجته وقد خدمته جاذبيته المميّزة في مهنته كمحام. لكن يبدو أنَّ غناه ورقصه وشجاره اللطيف لم يكن يُسعد ولِ. أدّى ذلك إلى جرح مشاعر دان وشعوره بالرفض من قبل ولِ. لقد كان ولِ يفضل والدته بشكل واضح إلى درجة أن ليزا بدأت تشعر بالذنب. في الحقيقة دخل توتّر جديد في العلاقة بين دان وليزا مما أشعرهما بالقلق، فقرّرا الاستعانة بأخصائي وتفهم العلاقة بين الثلاثي ولِ وليزا ودان بشكل أفضل.

عندما التقى المعالج بليزا ودان وراقبهما كيف يتفاعلان مع طفلهما شعر بالانزعاج لعدم اهتمام ولِ بوالده. فقد كانت مداعبات دان الدافئة مؤثرة جداً على العكس من طريقة ليزا الهادئة. لكن عندما راقب المعالج ولِ وجد أنه يعاني من صعوبة في التقاط الأصوات المؤثرة الصادرة عن فم أبيه بينما طريقة ليزا الهادئة المعتمدة على حاسة البصر كانت تسترعي انتباهه أكثر فقد كان كلُّ منهما يحدّق في وجه الآخر ويتبادل معه النظرات الدافئة.

من الواضح أن قدرة ولِ على الانتباه إلى المؤثرات البصرية كانت أقوى بكثير من قدرته على الانتباه إلى المؤثرات اللفظية. ولأنه كان يجد صعوبة في فهم الأصوات التي يسمعها كان من الأسهل عليه عدم الاهتمام بها.

إن طريقة دان الصاخبة في حبّ ولده والتفاعل معه كانت تصطدم بالصعوبة التي يعاني منها ولِ في الاستجابة للمحرّضات الصوتية المعقّدة. إن الأب الذي كان يغني لابنه وهو يعزف على الغيتار لم يتصوّر أن ابنه يحتاج إلى أن ينصت إلى مؤثرات صوتية أبسط قبل أن يتمكن من الاهتمام بموسيقى العالم من حوله.

لقد شرح المعالج لدان وليزا الصعوبة التي يعاني منها ولِ في استخدام حاسة السمع لديه للتركيز والانتباه. بالنسبة لكثير من الأشخاص مثل دان

يُعتبر الانتباه للأصوات أمراً بديهياً. لقد كان دان يشعر بالكثير من المتعة عند استخدام قدراته اللفظية وكان يحب الموسيقى لأنه كان يفهم الإحساسات التي كان يتلقاها بأذنيه. ولكن عندما يكون من الصعب فهم الأصوات كما هو الحال بالنسبة لابنه ول يصبح الانتباه لهذه الأصوات غير مُجَزٍ على الإطلاق بل يتحوّل إلى نوع من المعاناة. لقد كان من الأسهل بكثير على ول أن يتعد عن مصدر هذه الأصوات.

اقترح المعالج عدة تغييرات بسيطة يستطيع دان من خلالها جذب ول. أولاً: يجب أن يحوّل تفاعلاته باتجاه الحاسة البصرية القوية لول. إنّ اللعب بكرات كبيرة برّاقة واستخدام الأضواء الخاطفة في الظلام ورسم تعابير مضحكة على الوجه كانت من الأمور التي تشد انتباه ول كثيراً. ثانياً: على دان أن يبسط الأغاني والنقاشات التي يشارك فيها ابنه ذا الأشهر السبعة والنصف. فوّل لم يكن مستعداً كغيره من الأطفال في سنّه للاستجابة لأصوات ونغمات معقّدة. باستطاعة دان أن يردّد جملاً بسيطة بدلاً من أغنية كاملة كأن يقول «أين ابني الكبير؟» ويردّدها ثلاث أو أربع مرّات وهو يرفعه إلى الأعلى. إنّ ذلك سيثير اهتمام ول أكثر من ترديد أغنية كاملة.

من المهم كذلك الانتباه إلى الجهاز الحركي لول لأنّ عملية الإنصات تتطلب أنماطاً منظّمة وفعّالة من الحركات. إنّ الرضيع يوجّه جسده وجسمه إلى الأصوات وينصت. إذا كان القيام بعدة أفعال بشكل متتابع (كالزحف مثلاً) صعباً بالنسبة للرضيع سيكون من السهل عليه أن يتشتّت انتباهه. لقد زاد دان من الوقت الذي يقضيه وهو قريب جسدياً من ول وذلك بالتدحرج على الأرض والاستلقاء جنباً إلى جنب بجوار ول. وسرعان ما وجد نفسه يزحف على الأرض إلى جانب ول مستخدماً أطرافه الأربعة. لقد سرّ عندما وجد ابنه سعيداً بهذه النشاطات الجديدة.

أما ليزا فقد استخدمت علاقتها الجيدة مع ول في مساعدته على الانتباه

أكثر إلى الأصوات. إنَّ أطفالاً مثل ولٍ يحتاجون إلى مزيدٍ من ممارسة الإنصات وكانت ليزا سعيدة بإنفاق عشر دقائق إضافية كل يوم في الحديث معه والغناء له وهي تُظهر تعابير شتّى على وجهها. الآن وقد وجد كلٌّ من دان وليزا طريقة للتفاعل مع ولٍ اختفت الغيرة التي نشأت بينهما (لحسن الحظ أنهما اكتشفا ذلك معاً).

الرضع الذين يتجاوبون مع الأصوات ويجدون صعوبة في التعامل مع المناظر

عندما بلغ ماكس الشهر السادس من العمر كان والداه لين وجوناثان قد عرضاه على طبيبين أخصائيين في العيون. وقد طمأن كلٌّ من الطبيبين الزوجين إلى أنَّ ماكس لا يعاني من مشكلة في نظره إلا أنَّ ذلك لم يغيّر من قناعتهم بوجود شيء غير طبيعي. كان ماكس نادراً ما ينظر إلى والديه وبدا غير مهتم بالألعاب المعلقة حول مهبه. ومع ذلك كان ماكس مبتهجاً بالعالم المحيط به. كان يمصُّ شفّتيه سعيداً كلّما أطعمته والدته في الصباح وكان يهزُّ رأسه كلّما سمع أغنية (بارني) في التلفزيون. كان شعر ماكس الأسود يحيط بوجهه الممتلئ الذي يغري بالمداعبة والتقبيل ولم يكن والداه بحاجة إلى من يعرفهما بذلك. لقد كانا مفتونين تماماً بطفلهما الأول لكنهما يشعران بالحزن بسبب تردّده في النظر إليهما.

على الرغم من أن طبيب الأطفال كان يشعر أن قلقهما مبالغ فيه إلاَّ أنَّه حوّلهما إلى أخصائي التطوّر. بعد عدة جلسات راقب فيها المعالج ماكس وهو يتفاعل مع والديه شعر أن هناك احتمالاً قوياً في أنَّ ماكس يعاني من صعوبة في تفسير ما يراه من أشياء. وشرح للين وجوناثان أن الرضع الذين لديهم صعوبة في تفهم العالم البصري الفراغي يكون من الأسهل عليهم التركيز على صور بسيطة غير متحرّكة، واقترح عليهما أن يقربا وجهيهما من ماكس من مسافة بعيدة ويلاحظا متى يستطيع التركيز. عندما كان لين

وجوناثان يتحدثان مع ماكس امتنعا عن هزّ رأسيهما كثيراً ويبدو أن الولد الصغير استعجب لذلك. لقد شرح المعالج لهما كيف أن الأطفال من أمثال ماكس قد يكون من الأسهل عليهم النظر في وجوه والديهم إذا ابتسموا لهم ممّا لو ابتسموا ولوّحوا بأيديهم في نفس الوقت. اقترح المعالج أيضاً أن يضع والدا ماكس أشياء ملوّنة برّاقة على رأسيهما وأن يتحدثا معه أثناء ذلك عن الألوان المثيرة.

باستطاعة لين وجوناثان بعد ذلك أن يحركا الأشياء الملوّنة بالقرب من عيني ماكس ثم يضعانها على مسافات مختلفة منه وهكذا يلاحظان فيما إذا كان ماكس، يستطيع التركيز عليها أم لا. كان الهدف هو تبسيط المناظر التي يعرضانها عليه. وإضافة إلى تجنبه الملامح المشتّتة للانتباه عندما يتحدثان إليه، كان على لين وجوناثان أن يحاولا إشراك حاسته البصرية في التفاعل معهما عن طريق تفعيل حاسة السمع عنده أولاً.

عندما يتمّ التقرب منه عاطفياً بإحداث الأصوات التي تجلب له السعادة يمكن بعد ذلك تشجيعه على أن يزيد من استخدامه لحاسة البصر.

خرجت لين بفكرة أن تغني أغنية (بارني) على مسامع ماكس وهي تحمله بين ذراعيها وبعد أن هدأ قرّرت لين أن تجذب انتباهه إلى وجهها بتسليط ضوء ساطع على عينيها ثم أنفها وهكذا. لقد أثّر انتباه ماكس بهذه الطريقة وفوجئت لين به وهو يدرس هذه اللعبة الجديدة المكوّنة من الضوء على وجهها. تابعت لين الأغنية بلطف وهي تسلط الضوء على أجزاء مختلفة من وجهها بشكل متوافق مع الموسيقى. إنّ ولع ماكس بالموسيقى وارتياحه وهو بين ذراعي والدته كانت الأدوات التي مكّنت لين من مساعدته على التمتع بتمرين حاسة البصر الضعيفة عنده.

حاول جوناثان أن يستغلّ حبّ ماكس للموز كوسيلة لتبادل النظرات معه. فبوضعه لصحن الموز إلى جانب وجهه المبتسم أثناء إطعام ماكس بدأ

ماكس ينظر إلى وجه أبيه مرافقاً لمصدر سروره وهكذا استفاد جوناثان من حبّ ابنه للطعام لكي يجذب انتباهه إلى وجهه وبالتالي ليؤسّس تواصلًا بصرياً معه. لقد شعر كلٌّ من جوناثان ولين بالثقة وهما يكتشفان طرقاً جديدة لمساعدة ماكس على اكتشاف العالم بعينه.

التحديات العائلية الشائعة

التي تقف في طريق تكوين علاقة حميمة مع الطفل

يملك معظمنا مواهب أو عوائق طبيعية تؤثر على طريقته في التفاعل مع الطفل. أحياناً يؤثر نمط الأبوة أو المخاوف اللاواعية بشكل سلبي على جذب انتباه الطفل بطريقة مرحة. فقد يشعر أحد الأبوين بعدم الكفاءة أو بالرفض. إنّ تمييز هذه المشاعر المزعجة هو الخطوة الأولى نحو علاج المشكلة أن تنتهي إلى ما يجب عليك فعله لتحمي نفسك من هذه المشاعر هو الخطوة الثانية المهمة. بعد ذلك ستكونين مستعدة لاكتشاف أساليب جديدة لتأسيس علاقة حميمة مع طفلك ستجلب السعادة لكل منكما. لنلق نظرة على العقبات التي يمكن أن يصادفها بعض الآباء والأمهات أثناء تكوين علاقة حميمة مع أطفالهم.

تحمل الغضب والإحباط

على الآباء أن يتعلّموا تحمّل مستويات جديدة من الغضب والشدة في حياتهم ليتحمّلوا من مساعدة أطفالهم على تحمّل نفس المشاعر. من المفيد أن تعلمي أنك قد تشعرين بالغضب أو الإحباط عندما تفشل محاولاتك في ملاطفة طفلك. يجب أن تتقبلي أنّ الشعور بالتعب أو الضغط بسبب كونك أمّاً جديدة هو أمر طبيعي وقد يكون مرهقاً في بعض الأحيان. حاولي ألا تلومي نفسك إذا شعرت بالتعب من ملاطفة طفلك وسعيك لجذب انتباهها إليك. انتهي إلى مشاعرك الخاصة ولا تتردّدي في طلب المساعدة من

أعضاء العائلة الآخرين. تذكّري أننا جميعاً لدينا الاستعداد لكي نشعر بأيّ شعور وتذكّري أيضاً أن الشعور غير الفعل. وفي الحقيقة أننا كلّما كنّا أكثر إدراكاً لمشاعرنا استطعنا أن نتحكّم بأفعالنا بشكل أفضل.

المخاوف الشائعة عند الوالدين

بعض الآباء يفرحون بأجزاء أجسام أطفالهم الصغيرة التي تشبه اللعبة والبعض الآخر يزعجهم الحجم الصغير لأبنائهم واعتماد هؤلاء الأبناء عليهم. إذا كنتِ من النوع الذي يحمل المشاعر الأخيرة فيجب أن تدركي ذلك. على سبيل المثال: قد تصابين بالتوتر فجأة وأنتِ تداعبين طفلكِ فتقومين بتنويمها مباشرة. قد تشعرين بالخوف من أن تعاطفك معها قد يؤذيها. إنَّ الحديث عن هذه المشاعر مع زوجك وأفضل أصدقائك وطبيب الأطفال قد يكون مفيداً جداً، وقد يساعدك على الانتباه إلى الأساليب المتنوعة التي تبديها طفلكِ لتريكِ مدى قوّتها. لاحظي كيف تقبض على يديك بشدة أو كيف تقوّس ظهرها بقوة أو كيف تجلس... انتبهي إلى مدى تصميمها عندما تريد أمراً ما. هل تبكي بشدة عندما تكون غاضبة أم هل تهزّ زجاجتها عندما تكون عطشانة. مع الوقت والمناقشات المشجّعة والتعلّم أكثر عن ابتككِ فإنّ مخاوفك سوف تقلّ. إذا حدث العكس وزادت هذه المخاوف سيكون من المناسب أن تطلبي مساعدة طبيب الأطفال أو طبيب العائلة.

كما هو الحال في أيّ علاقة عاطفية قد يعيدُ الكبار تمثيل أدوارٍ قديمة عندما يزداد ارتباطهم العاطفي بأولادهم. إن زوال الحواجز العاطفية الذي يحدث عندما يقع إنسانٌ في الحبّ قد يسبّب في البداية الشعور بالخوف عند بعض الناس بدلاً من الشعور بالإثارة. في بعض الأحيان يشعر الآباء والأمهات، على الرغم من سعيهم لحبّ أطفالهم، بالخوف أو حتى بالاختناق بسبب القرب والحميمية التي تتصف بها علاقتهم مع أبنائهم.

إنّ بعض الأمهات يخافون من الشعور بالاندماج الذي يحدث خاصة

أثناء إرضاع أطفالهم أو إطعامهم .

بعض الآباء والأمهات يتأقلمون بسهولة مع دورهم الجديد خلال الأشهر الأولى من حياة رضيعهم لكن شعورهم بذاتهم قد يهتز عندما يقعون في حب أطفالهم الذين يبلغون الشهر الرابع أو الخامس من العمر. قد تؤدي العلاقة الحميمة إلى إضعاف شعورهم بأنفسهم وبالشريك الآخر فيشعرون بانزعاج شديد بسبب إحساسهم بالاندماج وقد يحاولون تأكيد استقلالهم بالابتعاد عن أطفالهم إذا شعروا أن العلاقة أخذت تقوى بينهم وبين أولادهم .

إن هؤلاء الآباء والأمهات قد يشعرون بالقلق عندما يحاول أولادهم استعطافهم بطريقة مؤثرة وقد يبتعدون عنهم بشكل مفاجئ ويبررون ذلك بأنهم يعلمون أطفالهم أن يكونوا أقوياء ومستقلين. إذا استطاع الوالدان الانتباه إلى انزعاجهم بسبب القرب من أبنائهم وركّزوا بدلاً من ذلك على صِغَر أطفالهم وعجزهم فإنهم غالباً سيبدأون بالاستجابة وتكوين علاقة حميمة مع أطفالهم .

إن معظمنا يعيد توظيف المخاوف والتوقعات القديمة في كل مرة نقع فيها في حب إنسان آخر أو نشعر بالاقتراب منه. إذا ميّزت هذه المخاوف فإن هذه الخطوة ستساعد على نموّ طفلك ونموّ طفلك. إن الشعور بالخوف أو التوتر أحياناً هو أمر طبيعي وإنساني يصادفنا ونحن نجد طريقنا إلى قلوب الآخرين .

الوقوع في الحب

شَدِّي طفلتكِ إلى المتعة والسرور كُلِّمَا نظَرْتُ إِلَيْكِ أو أنصتت إلى صوتكِ أو شعرت بلمستكِ أو هزَّت نفسها بالتوافق معكِ .



تسلية وألعاب

لعبة الابتسام

تمتَّعي باستخدام كلماتٍ أو تعابير وجهية مضحكة لحمل طفلتكِ على صنع ابتسامةٍ كبيرةٍ أو إظهار تعابير السرور على وجهها كالتحديق بعينها . تستطيعين التحدُّث معها عن الملعقة التي تضعينها في فمكِ أو عن اللعبة التي تضعينها على رأسكِ أو ببساطة أن تحدِّثيها عن مدى جمال شعرها .

لعبة الصوت والحركة «ارقصي معي»

حاولي أن تدفعي طفلتكِ إلى إحداث أصواتٍ أو تحريك ذراعيها أو رجليها أو جسمها مع صوتكِ أو حركات رأسكِ . يمكنك أن تقولي لها «هل سترقصين معي يا عزيزتي الصغيرة؟ أوه أراهن أنك تقدرين على ذلك - أعرف أنك تقدرين» وأنت تبحثن عن علامات السرور تشعُّ من عينيها .