

## كيف يتطور ابني في عامه الأول؟

طبيب الأطفال المتمرس، والذي يحيط بكل ما يتعلق بنمو الأطفال الرضع، يدعي دائماً أن الأمهات يستطعن ملاحظة أطفالهن بدقة بالغة، وأنهن قادرات على ملاحظة أدق الأمور بما يسبب الدهشة للأطباء المتخصصين أنفسهم. وبطبيعة الحال فإن هناك من الآباء من يستطيع أن يتفهم أحوال الأطفال في مراحلهم السنوية المبكرة، وليس ابتداءً من العام الرابع، كما هو المعتاد وهذا الكتاب الذي نقدمه نهديه لهم أيضاً.

من المعلوم، أن لكل طفل سرعة ذاتية للنمو، ولذلك فإننا نضع ملحفاً للكتاب المائل بين أيديكم بحيث نقدم الفرصة لكي يتأكد كل منكم من حركة نمو طفله الذاتية.

وفي بعض الفصول من كتابنا هذا نحدد الحد الأقصى لسن الطفل؛ لكي يصل بالضرورة إلى اكتمال إحدى قدراته بشكل تعرف منه الأم أنه لا يجوز الانتظار بعد هذه الفترة الزمنية لاكتمال نمو هذه المهارة؛ حيث إنه قد يكون لسبب مرضي عند الطفل. أما الأمهات اللاتي يلدن أطفالاً غير مكتملي النمو فعليهن أن يفهمن أن هؤلاء الأطفال يحتاجون إلى استكمال أسابيع الحمل التي تنقصهم بعد ميلادهم.

وعن طريق الملاحظة الفعالة للطفل تتمكن الأمهات من التمتع بأمور رائعة، فإن النمو اليومي للطفل يعد قطعاً من الفسيفساء، التي تكون في النهاية صوراً رائعة لهذا المخلوق الذي لا بد لنا أن نفهمه ونكتشفه.

## ملاحظة

ترك المؤلف للأم أن تدون حركات نمو طفلها، بتسجيل أرقام الأسابيع الموضحة في الصور.

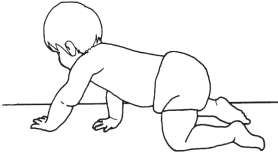
ضعي ابنك على بطنه.



طفلي يرفع رأسه لمدة دقيقة على الأقل، ويكون وجهه رأسياً على الرأس ويرتكز بثبات على الكوعين، وبدأ في ذلك في الأسبوع رقم .....

◆ إذا لم يتمكن طفلك من المحافظة على وضع رأسه مرتفعاً حتى الأسبوع الـ ١٦. اسأل طبيب الأطفال عن السبب.

بدأ طفلي يرتكز مع فرد ذراعيه وفتح يديه تماماً أو جزئياً لأول مرة لمدة خمس ثوانٍ على الأقل في الأسبوع رقم .....



بدأ طفلي يحبو على اليدين والركبتين لأول مرة في الأسبوع رقم .....

◆ إذا لم يتمكن طفلك من الحبو حتى الأسبوع رقم ٤٨، فاسأل طبيب الأطفال.

## الجلوس

ضعي ابنك على ظهره.



الطفل يتمكن من توجيه وجهه لمدة  
عشر ثوان على الأقل إلى الأمام مع  
النظر إلى لأول مرة ابتداءً من الأسبوع  
رقم .....

لاحظي طفلك بين الحين والآخر  
وهو في وضع الجلوس، اسنديه  
بقوة بين يديه.



تمكن ابني من المحافظة على وضع  
رأسه وإن لم يكن باتزان كامل لمدة  
أكثر من نصف دقيقة للمرة الأولى  
ابتداءً من الأسبوع رقم .....

◆ إذا لم يتمكن طفلك من المحافظة  
على وضع الرأس وهو جالس  
حتى بلوغه الأسبوع الثالث عشر،  
اسأل طبيب الأطفال.



يرفع طفلي رأسه في امتداد الفقرات  
أثناء ذلك وللمرة الأولى ابتداءً من  
الأسبوع رقم .....

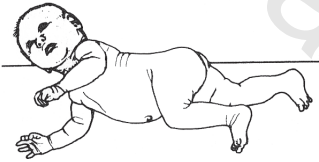
اجذبي طفلك بين الحين والآخر  
مع سنده من الإبطين وهو في  
وضع الرقاد على الظهر ليصل إلى  
وضع الجلوس برفق.

## الجلوس



أمسكي طفلك من أعلى  
الذراعين وحاولي دفع نصف  
جسمه الأعلى إلى الجانب الأيمن  
والجانب الأيسر .

طفلي يحافظ على استقامة وضع رأسه  
«مع ميل جذعه إلى أحد الجانبين»  
وذلك للمرة الأولى عند بلوغه  
الأسبوع رقم .....



ضعي طفلك على ظهره وساعديه  
على الدوران إلى وضع الرقود على  
البطن وذلك بتقديم لعبة مشوقة  
من أحد الجانبين ( بمستوى  
عينيه).



طفلي يلف دون مساعدة من وضع  
الظهر إلى وضع البطن بالدوران إلى  
كل من الجانبين في الأسبوع رقم  
.....

♦ إذا لم يؤد الطفل حتى الأسبوع  
رقم ٣٥ حركة الدوران من  
الرقود على الظهر إلى الرقاد  
على البطن فعليك سؤال طبيب  
الأطفال عن السبب .

## الجلوس

ضعي ابنك على الظهر



طفلي يلعب وهو في وضع الرقود على الظهر بقدميه وينطبق ذلك على القدم اليسرى أو اليمنى وذلك للمرة الأولى ابتداءً من الأسبوع رقم .....

◆ إذا لم يتمكن الطفل من لمس ركبتيه على الأقل أو إذا لاحظت إهماله لإحدى الساقين، وذلك حتى بلوغه الأسبوع رقم ٣٥ فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن السبب.



طفلي يشد نفسه ممسكاً بإصبعي ويحاول النهوض بنفسه للمرة الأولى ابتداءً من الأسبوع رقم .....

قدمي إبهامك أو إصبع السبابة لطفلك أثناء رقاده على ظهره، فإذا لم يسارع بالإمساك بأصابعك والتعلق بها، فأدخل إصبعك في راحة يده ولا تقومي بجذبه بنفسك .



طفلي يجلس دون مساعدة خارجية مع فرد ظهره ومد ساقيه دون توتر ولمدة دقيقة واحدة كاملة للمرة الأولى في الأسبوع رقم ....

أجلسي طفلك على فراش صلب دون أن يسند رأسه.

◆ إذا لم يتمكن الطفل من تثبيت وضع الجلوس حتى الأسبوع رقم ٤٨ فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن السبب.

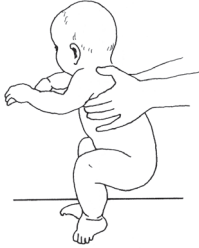
## المشي



أمسكي بطفلك من تحت الإبطين  
بكلتا يديك، وارفعيه برفق للميل  
إلى الأمام مع ميله قليلاً إلى  
أحد الجانبين ( إلى اليسار ثم إلى  
اليمين)، ولا حظي عدم ظهور  
أعراض النوم على الطفل.

طفلي يؤدي حركات سير «انعكاسية»  
يتبادل فيها تحريك كل من القدمين  
وذلك للمرة الأولى عند بلوغه  
الأسبوع رقم .....

◆ نلاحظ أن حديثي الولادة  
يتمتعون بالقدرة على «السير» في  
صورة رد فعل انعكاسي ولنا من  
ملاحظة تلك القدرة عند الطفل في  
الشهرين الأولين من عمره وإجراء  
التجربة لعدة مرات.



أمسكي بطفلك بثبات من تحت  
الإبطين وحاولي تثبيتته رأسياً على  
سطح الفراش.

طفلي لا يفرد ساقيه للوصول إلى  
سطح الفراش وتظل ساقاه مثبتيين  
حتى عند لمسه لسطح الفراش، وذلك  
للمرة الأولى في الأسبوع رقم ....

## السير



أمسكي طفلك من تحت الإبطين  
وحاولي إيقافه ببطء رأسياً على  
سطح الفراش.

طفلي يعيد فرد ساقيه من الركبتين مع  
فرد الجذع قليلاً عند محاولتي إيقافه.  
ويسيطر على اتزان جسمه لمدة ثانيتين  
على الأقل للمرة الأولى عند بلوغه  
الأسبوع رقم .....



أمسكي طفلك كما هو موضح  
بالتجربة السابقة واتركيه يؤدي  
حركاته صعوداً وهبوطاً، ولا  
ترفعي جسمه من وضع القرفصة  
إذا لم يتحرك طفلك صعوداً  
وهبوطاً في الأسبوع رقم ٣٥  
مرتكرًا على ساقيه فعليك بسؤال  
طبيب الأطفال عن سبب ذلك.

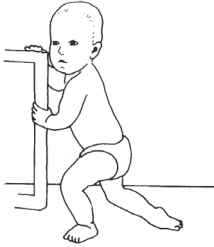
طفلي يتحرك حركة صعود وهبوط  
ويأخذ وضع القرفصة ثم يندفع إلى  
أعلى عن طريق فرد جسمه من الجذع  
والركبتين ومفصلي القفز، وذلك  
دون مساعدة خارجية ولأول مرة  
عند بلوغه الأسبوع رقم ....



حاولي سند طفلك بينما هو في وضع الوقوف بالإمساك بيديه (وليس بجذعه أو بذراعيه).

يمكن للأُم عند الإمساك بيديه الوقوف على راحة قدميه لمدة نصف دقيقة مسيطراً تماماً على اتزانهِ البدني لأول مرة في الأسبوع رقم .....

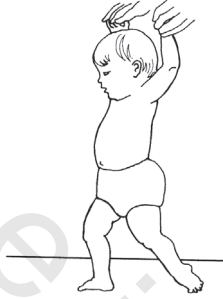
♦ إذا وقف الطفل في هذه الحالة على أطراف أصابع القدمين أو إذا لم يتمكن حتى الأسبوع رقم ٤٤ من الوقوف على الإطلاق فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن السبب.



ضعي طفلك على مقربة من إحدى قطع الأثاث التي يمكنه أن يستند إليها بسهولة (مشاية أو حاجز خشبي أو منضدة منخفضة... إلخ).

طفلي يشد جسمه بنفسه للوقوف مستنداً على قطعة الأثاث المناسبة وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

## السير



عند الإمساك بيدي الطفل يؤدي  
الطفل حركات الخطو إلى الأمام لأول  
مرة ابتداءً من الأسبوع رقم ....

أمسكي بيديك الاثنتين بيدي  
الطفل من خلف ظهره وحثيه  
على المشي.

◆ إذا لم يتمكن طفلك حتى  
وصوله الشهر السادس رغم  
تقديم المساعدة له من أداء  
حركات المشي إلى الأمام (مع  
وجوب رفعه لساقيه في هذه  
الحركة)، فعليك بسؤال الطبيب  
عن السبب في ذلك.

طفلي يستطيع عمل خطوتين أو  
ثلاث خطوات دون مساعدة خارجية  
وذلك لأول مرة عند بلوغه الأسبوع  
رقم .....

ليس من الضروري - على عكس  
ما يقوله الآخرون - أن يتمكن  
الطفل من المشي دون مساعدة  
خارجية في عيد ميلاده الأول.

## القبض



لا حظي طفلك أثناء رقوده على الظهر.

تكون قبضة اليد في الشهرين الأولين من عمره مضمومة. قبضة يدي طفلي مضمومتان معظم الوقت ابتداءً من الأسبوع رقم .....

◆ تكون قبضة اليد في الشهرين الأولين من عمر الطفل عادية.



قبضة يد طفلي بدأت تكون نصف مفتوحة أي أن أطراف الأصابع والإبهام غير مضمومة على كف اليد بشدة وذلك ابتداءً من الأسبوع رقم .....

◆ إذا كانت قبضة يد طفلك بعد مرور الأسبوع الثالث عشر من عمره تظل مضمومة معظم الوقت، فعليك بسؤال طبيب الأطفال.



يمكن للطفل جعل يديه تلتقيان أمام صدره ويمسك يده باليد الأخرى قليلاً، ويلعب بهما بين الحين والحين عدة ثوانٍ عديدة، وذلك للمرة الأولى ابتداءً من الأسبوع رقم .....

## القبض



ضعي ابنك على ظهره أو خذيه على حجرك، واجعليه يجلس بشكل تكون فيه ذراعه حرتي الحركة، ثم قدمي له مكعباً أحمر اللون أو شخصيخة وتكون في متناول يده.

طفلي يمد يده إلى الدمية للإمساك بها، وألاحظ أن حركاته الاهتزازية تحولت إلى حركة هادئة سواء باليد اليمنى أو اليسرى، وذلك لأول مرة عند بلوغه الأسبوع رقم .....

◆ إذا لم يمسك طفلك بالمكعب أو بالدمية التي تقدمينها له حتى وصوله إلى الأسبوع الثلاثين من عمره فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن السبب في ذلك.



قدمي لطفلك مكعباً أو حلقة مستديرة من الخشب؛ لتكون في متناول يده المفضلة ولا حظي ماذا يفعل الطفل بها.

طفلي يتبادل الدمية بين يديه ويؤدي ذلك دون تدخل الفم أو بسطة الرأس كمرحلة متوسطة للانتقال الحركي. وألاحظ أنه يؤدي ذلك في أحد الاتجاهين على الأقل ولأول مرة ابتداءً من الأسبوع رقم .....

◆ إذا لم يتمكن الطفل من نقل الدمية من يد إلى أخرى حتى وصوله إلى الأسبوع الثلاثين من عمره فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن سبب ذلك.



ألاحظ تعمد طفلي تحريك الأشياء  
المختلفة من يده وأرى أن ذلك يسبب له  
سعادة؛ حيث يفتح قبض يده المسكة  
بالأشياء ويتأمل سقوطها عن يده في  
بهجة واضحة ( لا يلقي بالأشياء في أول  
الأمر وإنما يتركها لتسقط ) وذلك لأول  
مرة عند بلوغه الأسبوع رقم.....



طفلي يقبض على فتات الخبز بحركة  
هادفة متعمدة باستخدامه سبابة  
وإبهام إحدى اليدين، وذلك لأول  
مرة في الأسبوع رقم....

أجلسي ابنك إلى منضدة وضعي  
قطعا من البسكوت أو فتات الخبز  
على منضدة وفي متناول يد طفلك  
ويمكنك تقديمها بنفسك باليد.  
لاحظي شكل قبضة يده التي  
تحولت إلى ما يشبه «الكماشة».

♦ إذا لم يتمكن طفلك حتى  
نهاية العام الأول من عمره من  
وضع يده في شكل «كماشة» يضم  
الإبهام والسبابة ليمسك بالأشياء  
الصغيرة أو «بفتلة غليظة» فعليك  
بسؤال طبيب الأطفال عن ذلك.

## الإدراك ( القدرة على الوعي والفهم )



طفلي يتابع الشخصيّة بعينه من زاوية إحدى العينين إلى زاوية العين الأخرى، وذلك لأول مرة في الأسبوع رقم .....

ضعتي طفلك على ظهره وقدمي له شخصيّة حمراء أو أي دمية مثيرة لانتباهه على بعد من ١٥ إلى ٢٠ سم من وجهه، وعندما يوجه عينيه إلى الشخصيّة حركيها ببطء إلى أحد الجانبين ثم إلى الجانب الآخر حتى تصلي بها إلى سطح الفراش.



طفلي يدير رأسه باحثًا عن الصوت في اتجاه صدره ويتبادل الاتجاه مع تغييرنا لمصدر الصوت، وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

قفي خلف رأس طفلك مع مراعاة عدم انشغاله بك أو بأي شيء مثير آخر على أن تكون الغرفة هادئة تمامًا ثم قومي بفرك ورقة إلى جانب أذنه لا يكون الطفل قد رآها من قبل . كرري تلك التجربة على مقربة من الأذن الأخرى للطفل .

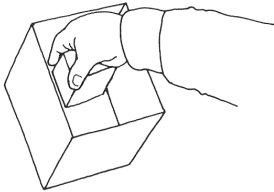
♦ إذا لم يحدث رد فعل عند الطفل لخرقة الورقة أو لصوت آخر مقارب حتى وصول الطفل إلى الأسبوع السادس والعشرين من عمره محرّكاً رأسه بشكل واضح تجاه الصوت فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن سبب ذلك.



طفلي يتابع بنظره المكعب حتى يسقط  
وذلك لأول مرة في الأسبوع رقم  
....

اجلسي وخذي طفلك على حجرك  
إلى منضدة، وقدمي له مكعباً أحمر  
اللون وبمجرد توجيه الطفل نظره  
إليه حركي المكعب على حافة  
المنضدة ببطء حتى يسقط، كرري  
التجربة نفسها باستخدام كرة من  
القطن بحجم ثمرة البرتقال .

♦ إذا لاحظت أن طفلك لا يتابع  
هذا الشيء المتحرك - إلى أن يختفي  
عن نظره - حتى بلوغه الأسبوع  
الرابع والثلاثين فعليك بسؤال طبيب  
الأطفال عن السبب.



طفلي يدخل يده ويحاول الإمساك  
بالشيء الموجود في المكعب لأول مرة  
في الأسبوع رقم .....

ضعي مكعباً مجوفاً أو وعاءً  
مناسباً (نصف قطره حوالي ١٠  
سم) وألقي بشيء مثير لانتباهه  
إلى داخل هذا المكعب أمام عيني  
الطفل بشكل يتمكن معه الطفل  
من رؤية ما بداخل المكعب  
بسهولة. وحاولي بعد ذلك حث  
الطفل على إخراج الشيء الموجود  
في المكعب. ولا مانع من عشور  
الطفل على هذا الشيء رغم عدم  
إخراجه له من المكعب .



أظهر لي لطفلك دمية أو دبة صغيرة على بعد، بحيث تكون في متناول يده.

◆ قدمي لطفلك دمية أو دبة أو ناقوسًا بشكل قريب منه إذا لم يبد طفلك اهتمامًا بما قدمته له حتى نهاية السنة الأولى من عمره، ولم يشعر بالتفاصيل الصغيرة (مثال ذلك وجود ثقب أو زرار مثلاً) فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن سبب ذلك.

ضعي برطمانًا زجاجيًا نصف قطر فتحته (الغطاء) حوالي ٤ سم أمام طفلك، وأظهري له زراير صغيرة (نصف قطرها حوالي ٢ سم)؛ ستلاحظين أن الطفل يحاول إسقاط الزراير في فتحة البرطمان بعد أن تفعل ذلك أمامه عدة مرات.

يستطيع طفلي إسقاط زراير داخل فتحة برطمان باستخدام يد واحدة على الأقل في الأسبوع رقم.....

## الإدراك



اجلسي إلى منضدة وخذي  
طفلك على حجرك وضعي لعبة  
( مثلاً سيارة صغيرة ) مثبتة بخيط  
يمكن للطفل الإمساك بطرفه .  
الفتي نظر طفلك لوجود اللعبة  
بأن تحريكها أمامه ( دون أن تجذبي  
طرف الخيط بنفسك ) .

طفلي يتمكن من شد طرف الخيط  
لجذب السيارة مع التفاته الكامل إلى  
السيارة نفسها، وذلك لأول مرة عند  
بلوغه الأسبوع رقم ....

## السلوك الاجتماعي

طفلي يهدأ عندما أحمله ( فيما عدا عند شعوره بالجوع أو الآلام الشديدة ) وأضمه إلى صدري وأطبطب عليه، وذلك للمرة الأولى في الأسبوع رقم ....

عندما أنحني أمام طفلي وأتكلم معه ألاحظ أنه يبتسم لي لأول مرة في الأسبوع رقم ....  
♦ إذا لم يبتسم لك طفلك حتى بلوغه الأسبوع السادس عشر فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن السبب.

تمكن طفلي من الضحك الواضح عندما أداعبه، وذلك لأول مرة عند بلوغه الأسبوع رقم ....

طفلي يلاحظ نظرتي «الصارمة» له بوجه «عابس»، وتكون ملامح وجهه مختلفة تمامًا عن المعتاد عندما أنظر إليه بنظرة «حب» أو عندما أداعبه وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

طفلي يتطلع إليّ ويلاحق تحركاتي بنظره بدقة عندما أكون على مقربة منه، وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

يبيدي طفلي رد فعل متحفظ عند رؤيته للغرباء (الضيوف أو ساعي البريد) وتظهر من ملامح وجهه دلائل تنم عن رد فعل مختلف عما يبيديه من ملامح عندما يراني، وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

## السلوك الاجتماعي

ييدي طفلي مشاعر الاستغراب الواضحة، فيتبعد بوجهه بتخوف أو ينطلق بالبكاء عندما يشاهد شخصاً غريباً عليه، وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

◆ إذا لم يتمكن طفلك من التمييز بين الأهل وبين الغرباء عليه فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن السبب.

عندما أمدح طفلي أو أطبب عليه مكافأة له على أي شيء أو عندما أضحك له، فإنه ييدي رضاه وسعادته ويكرر الشيء نفسه الذي أَرْضاني، وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم ....

يفرح طفلي عندما أَلعب معه لعبة «بنخ» ويشاركني في اللعب (يحاول الهرب والاختباء بنفسه)، وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

## إصدار الأصوات

عندما يكون طفلي مسروراً وهو نائم على ظهره فإنه يتمكن من إصدار أصوات حلقية، وأتحيل أنه يقول «إش أو إخ أو إغ»، وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

يتمكن طفلي من تكوين منظومة صوتية للفظ «إغ إغ إغ»، وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

يتمكن طفلي من إصدار أصوات عالية مختلفة الترددات، وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

◆ إذا تأخر الطفل عن إصدار تلك الأصوات إلى ما بعد الأسبوع رقم ٢٦ فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن السبب.

عندما يكون طفلي مسروراً فإنه يصدر أصواتاً كما لو كان يحكي لي شيئاً مع تكراره للمقاطع الصوتية (يم يم يم، أو دي دي دي). وتكون أحياناً مقاطع منضمة (أيج دي - أو ثي - هم بي) مختلفة وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم .....

## إصدار الأصوات

يتمكن طفلي من الهمس بمقاطع صوتية، وذلك عند بلوغه الأسبوع  
رقم ....

يتمكن طفلي من تكرار مقاطع مزدوجة وجميلة (ما ما - دا دا - فا فا)  
مختلفة، وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم ....  
♦ إذا لم ينطق طفلك في الأسبوع الأربعين أي مقطع (حرفًا ساكنًا + حرفًا  
متحركًا) فعليك بسؤال طبيب الأطفال عن السبب.

يتمكن طفلي من إصدار أول كلمة من «قاموس كلمات الأطفال»  
(هو هو - دلالة على أي حيوان يسير على أربع) المعروف، وذلك  
للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم ....

## إصدار الأصوات

يتمكن طفلي من تعرف الأسماء والمسميات ( للأشخاص والأشياء )،  
فإذا سأله: أين..... بابا.....؟ أو ( قلت له : انظر بابا جاي !! )،  
فإنه يلتفت بالرأس إلى الاتجاه الصحيح الذي يتوقع أن يظهر فيه  
الإنسان أو الشيء وذلك للمرة الأولى عند بلوغه الأسبوع رقم  
.....

بدأ طفلي يفهم عندما أمنعه من فعل شيء ما، بحيث يتوقف عن فعله  
وذلك لأول مرة ابتداءً من الأسبوع رقم.....

بدأ طفلي يفهم عندما أرجوه إحضار شيء ما في مكان قريب منه،  
وألأحظ أنه لا يحضر تلك الأشياء في كل مرة، ولكن لا يفهم على  
الأقل ذلك الطلب ويحاول أن يلبيه لأول مرة عند بلوغه الأسبوع  
رقم.....