

Kids from 2Months to 2Years -

ما هي مراحل نمو الطفل :

مراحل نمو الطفل (بالانجليزية: Drug Development Stages) هي التغيرات البيولوجية والنفسية والعاطفية التي تحدث عند الطفل منذ الولادة وحتى نهاية فترة المراهقة، حيث يتقدم الفرد في العمر ويستقل بذاته دون الاعتماد على الآخرين، كما ويمتلك اللبانات الأساسية التي تمكنه من اتخاذ القرارات الصحيحة التي تتماشى مع محيط بيئته وعادات وتقاليد والديه أو المجتمع.

تعتبر مراحل النمو عند الطفل عملية مستمرة مع تسلسل يمكن التنبؤ به، مع وجود مسار فريد لكل طفل، حيث لا يتقدم جميع الأطفال بنفس المعدل، وتتأثر كل مرحلة بالتجارب التنموية السابقة.

➤ مراحل نمو حديث الولادة (من 0 إلى 4 أسابيع)

يقوم الطفل حديث الولادة بحركات تلقائية استجابة للمؤثرات الخارجية في هذه المرحلة، ويستطيع المولود الجديد رؤية الأشياء القريبة من عينيه مثل وجوه والديه، والتعرف على بعض الروائح، وتحريك رأسه من جانب إلى آخر، والابتسامة والصراخ للإشارة إلى احتياجاته.

➤ مراحل نمو الرضيع (من عمر 4 أسابيع إلى السنة)

في هذه المرحلة، يظهر الرضع قدرات تنموية جديدة. فعلى سبيل المثال: الطفل الذي يبلغ من العمر ثلاثة إلى ستة أشهر قادر على التحكم في حركات رأسه واللعب بيديه معاً، وقد يكون أيضاً قادراً على الجلوس دون دعم، والاستجابة للنداء على اسمه والثرثرة بين ستة وتسعة أشهر من العمر.

وبين تسعة واثني عشر شهراً يستطيع الطفل الزحف والوقوف مع الدعم والتقاط الأشياء باستخدام إصبع السبابة والإبهام.

➤ مراحل نمو الطفل الصغير (من 1 إلى 2 سنوات)

الأطفال الصغار هم الذين بين عمر سنة وثلاث سنوات. في هذا العمر، يظهر الأطفال سلوكاً روتينياً، مثل روتين وقت النوم، مما يمنحهم الشعور بالثقة والراحة.

وعلى الرغم من أن الأطفال الصغار في هذا العمر بحاجة إلى الدعم والمساعدة، ولكن يمكنهم اكتساب المهارات التالية:

- المشي بدون مساعدة.
- صعود الدرج.
- القفز من مكان لآخر.
- استخدام قلم تلوين.
- رسم الأشكال الهندسية.
- بناء برج من كتلتين.
- اتباع التوجيهات البسيطة.
- استخدام جمل قصيرة.



• نصائح وارشادات للتعامل مع الطفل من عمر شهرين لسنتين:

- نصائح وارشادات للتعامل مع مرحلة الطفل حديث الولادة.

يجب عدم التعامل مع الطفل في هذه المرحلة فقط من خلال احتياجاته مثل وقت الرضاعة وتغيير الحفاضات؛ بل على الوالدين محاولة استغلال قدرات الطفل الفطرية، ومنها:

الرؤية:

حيث يمكن للوالدين مساعدة الطفل على تطوير قدراته البصرية من خلال محاولة جذب انتباهه لتحريك عينيه عن طريق تحريك الأشياء من حوله في الاتجاهات المختلفة.

السمع:

يستطيع الأطفال الاستماع إلى الأصوات في مراحل مبكرة قبل الولادة، لذلك سيكون للحديث معهم أو الغناء بصوت منخفض أثراً على تنمية قدراتهم السمعية.

اللمس:

حيث سيؤدي إلى تطور قدرة الطفل الحسية والعاطفية.

- نصائح وارشادات للتعامل مع مرحلة الأطفال الرضع :

هذه المرحلة تتبع مرحلة حديثي الولادة من حيث القدرات الفطرية، إلا أنها تتطلب الحذر الشديد من الوالدين لأن الطفل يكون في نهايات هذه المرحلة فضولياً، ومتسرعاً، وأكثر نشاطاً ورغبة في الاستكشاف مع جهله بعواقب الأشياء، مما قد يعرضه للمخاطر.

- نصائح وارشادات للتعامل مع مرحلة الطفل الصغير:

في هذه المرحلة وتحديدًا في عمر السنتين، سيختبر الطفل حدود قدراته الحركية النامية. قد يخفق الطفل في الوصول أو تحقيق أهدافه مما يشعره بالإحباط أو الغضب، لذلك يجب على والديه مراقبته مراقبة حثيثة للتدخل في الوقت المناسب، بما يساعد الطفل على تجنب السلوكيات السلبية.

• برنامج تغذية الطفل الرضيع شهرًا بشهر:

- تغذية الطفل من الشهر الرابع إلى الشهر السادس:

يظل حليب الثدي مصدرًا رئيسيًا لتغذية طفلك، وأيضًا يصبح طفلك مستعدًا لتناول الطعام الصلب، فيظهر ذلك في تصرفاته بأخذ الملعقة أو الطعام من يديك، وهنا يمكنك البدء في إعطائه الفواكه المهروسة بالملعقة، وسيبدأ بتقبل فكرة البلع واستطعام الأكلات.

- تغذية الطفل من الشهر السابع إلى الشهر العاشر:

هنا ينتقل طفلك لمرحلة طعام الإصبع، أي الطعام الذي يمكن أن يمسكه بيديه ويتناوله، كأصابع الفواكه مثلًا، كما أنه يتناول المياه في كوب الأطفال بدلًا عن الببرونة، وهكذا ينتقل من مرحلة الطعام المهروس للطعام الذي يمكنه تناوله بنفسه من الطبق.

- تغذية الطفل من الشهر العاشر إلى السنة :

هنا يصبح طفلك الصغير لديه القدرة على تناول الطعام بنفسه من خلال الطبق الصغير والملعقة البلاستيكية. في هذه المرحلة يكون الطفل قادرًا على الجلوس في المقعد الأطفال المخصص للطعام، ويتناول أنواع الطعام المتعددة، كالمكرونات والأرز والأجبان وغيرها من الأطعمة المفيدة له، كما تصبح قدرته على البلع والمضغ متطورة. وعليك تقديم الطعام له في أدوات مثل أدوات الكبار، خاصة إذا كنت تخططين لقطامه من الببرونة، فهذا أفضل توقيت لذلك. تغذية الطفل من سن سنة إلى سنة ونصف يبدأ الطفل في التعبير عن إحساسه بالجوع والشبع، ويتخطى مرحلة الكوب الذي يشبه الببرونة إلى مرحلة الكوب العادي لتطور قدرته على البلع أيضًا، كما يمكنه تناول الطعام دون أن يجلس بكرسي الأطفال المخصص للطعام، ويمكنك تقديم اللحوم والبيض والحليب البقري له في هذه المرحلة، هو الآن في مرحلة الصغار وليس الرضع.



- تغذية الطفل من عمر سنة ونصف حتى عامين :

وهنا يبدأ طفلك بالتعبير عن احتياجه للطعام بالكلام، مثل نطقه لأسماء الأطعمة وتعبيره بأنه يريد المزيد أو شبعه من الطعام، كما يبدأ في استخدام الأطباق والملاعق العادية، ويعبر عن رفضه للطعام بالقذف أو اللعب بالطبق في أثناء الأكل، وينتقي أنواع الطعام التي يفضلها.

- المراحل الاجتماعية والعاطفية في سن الشهرين :

فيما يلي بعض الطرق التي ستري طفلك الصغير يتعلم فيها الترابط مع الأشخاص المحيطين به في سن شهرين:

بوسعه أن يهدئ نفسه من خلال مص يده.

يبدأ بالابتسام للآخرين.

يسعى للنظر نحو والديه.

الانهماك في اتصال مع الطفل بحيث تتلامس بشرة الطفل وأحد الوالدين. فدفع الجسد سيريح الطفل.

احمل الطفل قريباً من وجهك وانظر في عينيه. وهذا سيساعد الطفل في تعلم ملامح الأشخاص.

مراحل اللغة والتواصل في سن الشهرين :

الكيفية التي ينهمك فيها طفلك الصغير مع الآخرين ويعبر عن احتياجاته:

ينتبه إلى الأصوات ويدير رأسه نحوها.

يُطلق أصوات تودد.

➤ نصائح إلى الوالدين

انهمك في "حوارات" مع الطفل عندما يطلق أصوات تودد، وذلك بالتحدث إليه بأصوات طفولية. وهذا التحاور مهم لمساعدة الطفل على تطوير مهارات اللغة والتواصل.

- مراحل تطور دماغ الطفل في سن الشهرين :

الكيفية التي ينمو فيها طفلك:

يبدأ بتتبع الأشخاص والأشياء بعينه.

يبدأ بالشعور بالانزعاج إذا شعر بالملل.

ينتبه إلى الوجوه التي يراها.

➤ نصائح إلى الوالدين :

قل أسماء الأشياء أو الأشخاص التي يُظهر طفلك الصغير اهتماماً بهم.

- مراحل النماء الحركي والبدني في سن الشهرين :

➤ كيف سيتحرك الطفل وسط بيئته؟

ستكون حركات الذراعين والساقين أكثر سلاسة.

بوسعه أن يدفع جسمه بيديه عندما يكون مستلقياً على بطنه، وبوسعه رفع رأسه.

➤ نصائح إلى الوالدين:

شارك في وقت الاضطجاع على البطن مع طفلك من خلال الجلوس أمامه والتحدث معه بينما هو ممدد على بطنه أمامك.

شجعه على تحريك رأسه وذراعيه وساقيه من خلال تحريك ألعاب طرية من حوله.



- أمور يتعين التنبيه إليها :

بينما ينمو كل طفل بطريقة مختلفة عن الأطفال الآخرين، يجب عليك أن تتحدث مع طبيب الأطفال إذا كان طفلك ذو الشهرين:

- لا يستطيع أن يتمسك أثناء الرضاعة الطبيعية أو بقنينة الرضاعة.
 - يفقد الكثير من لبن الأم أو بديل لبن الأم من جانب فمه أثناء الرضاعة.
 - لا يبتسم للناس
 - لا يحرك يديه نحو فمه.
 - لا يستجيب للأصوات العالية.
 - لا يتتبع الناس أو الأشياء عند تحركهم.
 - غير قادر على رفع رأسه أثناء اضطجاعه على بطنه.
-

- عندما يبلغ طفلك سن سنتين، يكون قادراً على الكلام والمشي والتسلق والقفز والركض ويكون مليئاً بالحيوية، وتكون قد تشكّلت لديه مفردات متزايدة ويكتسب كلمات جديدة بصفة منتظمة، ويكون بوسعه ترتيب الأشياء حسب شكلها ولونها، وربما يُظهر اهتماماً بالتدرب على استخدام الحمام لوحده. وإذا ينمو طفلك ليصبح أكثر استقلالاً، قد يُظهر علامات على التمرد وسيبدأ بتخطي الحدود المحددة له ليستكشف العالم من حوله.
- يتطور دماغ الطفل في أول سنتين من الحياة.

- المراحل الاجتماعية والعاطفية في سن سنتين:

فيما يلي بعض الطرق التي ستري طفلك الصغير يتعلم فيها الترابط مع الأشخاص المحيطين به في سن سنتين:

- يحب تقليد تصرفات الراشدين والأطفال الآخرين.
- يشعر بالإثارة عندما يكون في صحبة أطفال آخرين.
- يصبح أكثر استقلالاً، وحتى أكثر تمرداً.

➤ نصائح إلى الوالدين :

اصنع فرصاً للأنهماك باللعب والحوارات مع طفلك. وقد يكون وقت اللعب بسيطاً من قبيل دحرجة كرة إلى الأمام وإلى الخلف، أو قيام الطفل بمناولتك ألعابه أو مساعدتك في أنشطة آمنة من قبيل طي الثياب فيما تشرف عليه. وبوسع هذه الأنواع من الأنشطة أن تطور السلوكيات قبل الاجتماعية من خلال غرس حس الانتماء والتعاون مع الآخرين.

- مراحل اللغة والتواصل في سن السنتين :

كيف يعبر طفلك الصغير عن احتياجاته؟

- يقول جملاً قصيرة مؤلفة من كلمتين إلى أربع كلمات.
- يشير إلى الأشياء عندما تقال أسماءها.
- يعرف الأجزاء المألوفة من الجسم.
- يميّز الناس المألوفين لديه.
- يكرر الكلمات التي يسمعها ويتبع توجيهات بسيطة.

➤ نصائح إلى الوالدين:

عندما تصطحب طفلك في جولة مشي، أخبره أسماء الأشياء التي يراها.

- مراحل النماء الحركي والبدني في سن سنتين :

كيف سيتحرك الطفل وسط بيئته؟

- يمكنه الركض، وركل كرة، ورمي كرة فوق الرأس.
- يبدأ بالركض.
- يتسلق على الأثاث وينزل عنه دون مساعدة.
- يرسم أو ينسخ خطوطاً مستقيمة ودوائر.

➤ نصائح إلى الوالدين :

حدّد تحديات بسيطة لطفلك لممارسة المهارات الحركية الدقيقة، من قبيل أن تطلب منه أن يقلب صفحة كتاب.

- مراحل الغذاء والتغذية في سن سنتين:

كيف تبدو أوقات الوجبات في سن سنتين؟

- يمضغ بحركات كاملة للفك.
- يستخدم أدوات الطعام ويسكب القليل.

➤ نصائح إلى الوالدين:

حافظ على هدوئك وتقبل ما يفعله طفلك، وامنحه انتباهاً إيجابياً عندما يأكل، ولكن لا تُثِر مشكلة عندما يرفض الأكل، بل قم فقط بإبعاد الطعام وتغطيته وتقديمه له مرة أخرى لاحقاً.



امور يتعين التنبيه اليها :

بينما ينمو كل طفل بطريقة مختلفة عن الأطفال الآخرين، يجب عليك أن تتحدث مع طبيب الأطفال إذا كان طفلك ذو السنيتين:

- لا يعرف كيف يستخدم الأشياء الشائعة.
- لا يستخدم عبارات مؤلفة من كلمتين.
- لا يقلد تصرفات الآخرين أو يعيد كلماتهم.
- لا يتبع توجيهات أساسية.
- لا يتمكن من المشي بثبات.
- يفقد مهارات كان قد اكتسبها سابقاً.

Kids From 3Years to 6Years

- في الأعمار 3-6 سنوات، هي المرحلة التي يبدأ فيها الأطفال بالدراسة، كالإلتحاق بمدرسة رياض الأطفال. وفيها يقوم الطفل بتعلم المهارات التي تنمّي قدراته العقلية والجسدية. فضلاً عن دور الآباء في المساعدة على وضع الخطط اليومية في الإعتياد على مسائل الانضباط، كتخصيص أوقات معينة للعب، ولممارسة الرياضة، وقراءة الكتب، وما إلى ذلك.
- فإذا لاحظ الأبوين وجود خلل ما في الطور النمو عند الطفل أو تصرف غير طبيعي، فيجب عليهما طلب إستشارة الطبيب المختص لتقييم حالة الطفل والمساعدة في تحفيز نموه بشكل مناسب.
- هذه هي المرحلة الذهبية في عمر الإنسان ففيها يتعلم كم هائل من المعلومات لا يتعلمه في حياته كلها.
- يتطور الطفل في هذه المرحلة تطوراً عظيماً في كل الجوانب، لذلك يجب على كل مربّي أن يعرف كل ما يخص هذه المرحلة يحسن استغلالها بأفضل شكل.

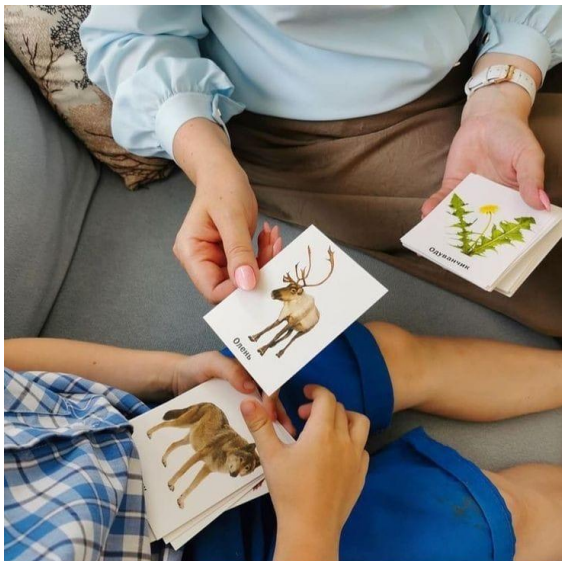


لذلك سنساعد في هذه المقالة بمعرفة كل ما يخص هذه المرحلة :

- الخصائص العمرية للأطفال لسن من 3-6 سنوات :

سنذكر كل التفاصيل في نقاط سريعة لأنها كثيرة جداً.

- نمو وتطور سريع
- في نهاية المرحلة الدماغ تصل ل90% من حجمها.
- اكتمال نمو الحواس من بصر وسمع ولمس وتذوق
- نمو كبير للأيدي والارجل بشكل ملحوظ.
- اذا اجبرنا الحواس على عمل ما لا تستطيع عمله يحدث تأخر وصعوبات تعلم فمثلاً عندما نطلب من الطفل الكتابة في سن 3 سنوات أو 4 يحدث تشوه في شكل الإصبع.
- الطفل في هذه المرحلة لا يسمع نفسه فبالتالي هو لا يدرك أنه خطأ
- ،لذلك يجب أن نعيد في بعض الأحيان ماقلناه أكثر من مرة وخصوصاً إذا كان الطفل يلعب.
- يدرك الدافئ والبارد
- يميز الالوان والاشكال
- يحدد الأشياء بمسمياتها وهو مغمض العينين
- علي خمس سنوات يستطيع تحديد مكان الألم بدقة
- اكتمال نمو البصر
- يستطيع تركيز عينيه الاثنين على شيء محدد واحد مدة جيدة.



- يبدأ الطفل في تجربة كل أنواع الانفعالات تمهيدا للخروج للعلاقات الاجتماعية الخارجية او الاكثر تعمقا.
- الانفعالات كلها متركزة حول الذات مثل الخوف الغيره القلق وغيرها ونشرحها الآن بالتفصيل .

• الخوف

الطفل لا يفرق بين الحقيقة والخيال.

يكتسب الطفل عموما مخاوفه من والديه او من الاسرة المحيطة او من الخبرات التي يتعرض لها.

هناك خوف مرضي يستدعي التدخل لحلها مثل الخوف من أشياء لا تخيف في الحقيقة مثل المعالق.

وآخر خوف طبيعي يمر به كل الأطفال في هذه المرحلة مثل الخوف من الاشباح او الظلام او الجلوس بمفرده .

• القلق

وهذا يحدث بسبب تذبذب العلاقة بين الطفل ووالديه أو بسبب تعنيف الطفل وتهديده بتركه أو ترك الطفل مع غرباء لفترة طويلة.

- يستطيع الطفل من عمر ثلاث سنوات القيام بالعديد من الأمور والتي تدل على تطور الطفل الجسماني، نذكر منها الآتي:
- المشي، والركض، والقفز، والتسلق بسهولة.
- الوقوف بسهولة.
- حمل الأقلام بالأصابع.
- تناول الطعام بنفسه.
- تجنب العقبات.



- الطفل من عمر ثلاث سنوات: التطور العاطفي

يعد عمر الطفل من سنتين إلى ثلاث سنوات من أهم الأعمار للتطور العاطفي، فيمر الطفل بالكثير من المشاعر كذلك يستطيع معرفة مشاعر الآخرين، وتُعد نوبات الغضب أمر عادي وطبيعي في هذا العمر وذلك لعدم قدرتهم على التعبير عن باقي أنواع المشاعر لديهم، مثل: الإحباط، والحرج.

ما يبدأ الطفل بفهم كيف أن السلوك الصّادر عنه قد يُؤثر على الأبوين، كما أنه قد يفهم كيف أن سلوك الأبوين قد يُؤثر عليه.

- الطفل من عمر ثلاث سنوات: التطور الاجتماعي

يستطيع الطفل من عمر سنتين إلى ثلاث سنوات أيضاً القيام ببعض الأمور اجتماعياً، وفيما يأتي نذكر بعضها:

- اللعب مع الأطفال الآخرين.
 - تفضيل اللعب مع الأطفال من نفس الجنس.
 - الاحتجاج عند مشاركة اللعب.
-

- الطفل من عمر ثلاث سنوات: التطور في اللغة والحديث

تتطور لغة الطفل بسرعة في هذه المرحلة العمرية، فيكون لدى الطفل القدرة على بعض الأمور عند الحديث، نذكر منها:

- يستطيع الطفل التّواصل مع الوالدين من خلال المحادثة.
 - يستطيع أن يقول الطفل في سن الثالثة بعض الجمل.
 - يُمكن للطفل اتباع التعليمات.
 - لا يستطيع الأطفال في هذا العمر نطق جميع الكلمات بصورة واضحة.
-

- الطفل من عمر الثلاث سنوات : التطور الإدراكي

يستطيع الطفل من عمر ثلاث سنوات أيضاً القيام ببعض الأمور الإدراكية التي تدل على تطور الإدراك لديه، نذكر منها:

- عرفة وتحديد الأشياء والصور المشتركة، وذلك من خلال التأشير.
- القدرة على العد بالأرقام.
- القدرة على تقليد حركة الحيوانات.
- معرفة أوجه التشابه والاختلاف.
- تحديد جنس الطفل الموجود في الصور.

- نصائح تساعد في تطور الطفل من عمر ثلاث سنوات :

فيما يأتي بعض النصائح التي قد تُساعد في دعم وتطور الطفل :

- منح طفلك الاهتمام الفردي قدر الإمكان.
- اقرأ لطفلك بصوت عالٍ وتكلم معه عن الصور.
- تكلم مع طفلك واسأله حول ما يفعله.
- أحضر لطفلك ألعاب تركيب وسيارات لعب وحيوانات وغيرها.
- شجع طفلك على محاولة الاستكشاف مع المراقبة، وذلك للحفاظ على سلامته.



- مراحل نمو الطفل قبل المدرسة (من 4 إلى 6 سنوات)

تكون مرحلة ما قبل المدرسة بين سن ثلاث وخمس سنوات، وتتميز هذه المرحلة من نمو الطفل بزيادة القدرة على اكتساب المهارات الحركية الدقيقة.

يمكن للطفل في مرحلة ما قبل المدرسة إلقاء كرة فوق رأسه، أو القفز، أو الوقوف على قدم واحدة لمدة 10 ثوانٍ أو أكثر، أو رسم شخص بملامح، والاهتمام باحتياجات المرحاض، وارتداء الملابس بنفسه، ويمكنه أيضاً إجراء محادثات طويلة.

- نصائح وإرشادات لمرحلة ما قبل المدرسة

يجب تعزيز نمو الطفل من خلال تدريب الوالدين، حيث يلعب الآباء دوراً كبيراً في حياة الطفل من حيث التنشئة الاجتماعية والتنمية.

يمكن أن يؤدي وجود كلا الوالدين مع الطفل إلى زيادة ثبات حياة الطفل، وبالتالي تشجيع من الوالدين في الـ 3-6 سنوات، هي المرحلة التي يبدأ فيها الأطفال بالدراسة، كالإلتحاق بمدرسة رياض الأطفال. وفيها يقوم الطفل بتعلم المهارات التي تنمي قدراته العقلية والجسدية. فضلاً عن دور الآباء في المساعدة على وضع الخطط اليومية في الإعتياد على مسائل الانضباط، كتخصيص أوقات معينة للعب، ولممارسة الرياضة، وقراءة الكتب، وما إلى ذلك.

- وهذا ما يمكن لك أن تتوقعه من طفلك من حيث الناحية البدنية في سن 6 سنوات :

- فقدان أول سن من أسنان الطفل.
- الرؤية الحادة - بشكل جيد مثل الكبار تماماً.
- زيادة الإحساس بالوعي بالجسم.
- الإحساس بالتوازن بشكل أفضل ولكنه قد يكون غير منسق في بعض الأحيان.
- الوثب والقفز والمشي بثبات على الأرض المنخفضة.
- مسك الكرة باليد دون ضمها إلى الصدر.
- تعلم ركوب الدراجة بسهولة.
- الكتابة والرسم بشكل أكثر دقة.
- ارتداء الملابس بنفسه وربط وفك أربطة الحذاء.
- التحرك في الوقت المناسب مع الموسيقى أو الإيقاع.

- وهناك أجزاء أخرى من المراحل البدنية هي الصحة والتغذية. ونظرا لوجود الطفل في المدرسة، فإن فرص الطفل لممارسة التمارين البدنية والأنشطة الخارجية ستقل وبالتالي يزيد معها خطر زيادة الوزن. لذلك من المهم أن يشجع أولياء الأمور على ممارسة التمارين بانتظام والاستمتاع بالأنشطة الخارجية. استمتعي بالألعاب الرياضية معهم واستكشفي أماكن جديدة كأسرة، ويمكن ركوب الدراجات وضمان حصول الأسرة بأكملها على غذاء صحي متوازن.

- المراحل اللغوية :

يمكن للأطفال الذين تبلغ أعمارهم ست سنوات أن ينطقوا معظم الأصوات بدقة ولكنهم قد لا يزالون بحاجة إلى المساعدة في نطق حروف معينة. وينبغي أن يتحدثوا بطلاقة كبيرة لدرجة أن يبدو أن الطفل لن يتوقف عن الكلام. وبالإضافة إلى ذلك يجب أن يكون ما يقوله الطفل واضحاً إلى حد كبير عندما يبدأ الطفل في استخدام المزيد من الجمل النحوية.

➤ ماذا يمكن أن نتوقعي أيضاً منهم بالنسبة للنمو اللغوي؟ اكتشفي ذلك فيما يلي:

ذكر الاسم بالكامل والسن وتاريخ الميلاد ومكان السكن.

فهم المتناقضات الشائعة مثل كبير وصغير ومرتفع ومنخفض.

تزايد استخدام اللغة الوصفية والمفصلة.

تصل حصيلة المفردات إلى أكثر من 5,000 كلمة.

التعرف على الكلمات الغير مألوفة وطلب معناها.

الاستمتاع بالقافية والغناء والنكات البسيطة.

- المراحل المعرفية :

وفي سن 6 سنوات، يستطيع معظم الأطفال قراءة 10 كلمات على الأقل مثل "قطة" و"قبة" وقراءة الكتب البسيطة. وبينما تتحسن هذه المهارات الحركية الدقيقة، يستطيعون نسخ كلمات قصيرة بدقة وقد يستطيعون كتابة كلمات دون مساعدة منك أو من المدرس.

➤ وفيما يلي ذكر لما يمكن للطفل فعله في المراحل المعرفية:

- الصور والرسومات المتطورة والأكثر تفصيلاً
- الفهم الجيد للأرقام والعد حتى 100
- تكرار ثلاثة أرقام والرجوع للخلف
- الفهم النصفى أو الكلي
- فهم الأشياء المتعلقة ببعضها البعض والقدرة على حكي قصة كاملة
- معرفة معنى "المحادثة"، مثل عندما يتم صب الماء من كوب لآخر
- التحرك نحو التفكير المجرد
- تنمية مهارات التفكير
- بدء تعلم المزيد من اللغة والمنطق

- المراحل العاطفية والاجتماعية :

سوف تلاحظين أن طفلك البالغ من العمر 6 سنوات أصبح مستقلاً بشكل متزايد ولكن الأسرة لا تزال تمثل أهمية بالغة بالنسبة له. تصبح الصداقات أكثر أهمية بالنسبة له ولكنك قد تجدينه غير مستقر بشكل متزايد أيضاً. يعتبر الاندماج في المجتمع والتفاعل جزء كبير من حياتهم في هذا السن.

➤ وهذا ما يمكن لك أن تتوقعيه من طفلك من وجهة النظر الوجدانية والاجتماعية:

- الاندماج مع الآخرين خارج الأسرة.
- تكوين صداقات والمشاركة والتعاون في الألعاب واللعب.
- ولكنهم سيظلون يحبون اللعب بمفردهم.
- القدرة على اتباع القواعد - وإن كان ذلك مصحوباً بنوبة غضب هنا وهناك.
- الغيرة من الأشقاء وغيرهم من الأطفال.
- الاستمرار في الشعور بالخوف من "الوحوش" والحيوانات الكبيرة.
- الرغبة في اللعب معهم.
- التظاهر باللعب بالكثير من الخيال والإبداع.
- ربما يشعر أنه "طفل كبير"، ويعتني بالأطفال الصغار.
- فهم مشاعر الآخرين.
- تطوير حس الفكاهة.

➤ نصيحة لأولياء الأمور :

في هذا السن، تزداد المهارة البدنية العالية والاستقلالية وهذا بدوره يؤدي إلى زيادة خطر الحوادث والإصابات. وبصفتك ولي أمر، من المهم أن تحافظي على الإشراف وتحرصي وتنتبهي للمصادر المحتملة للإصابة وخاصة عندما يبدأ طفلك في المشاركة في الأنشطة الخطرة مثل التسلق.

وليس هذا فحسب، ولكن أثناء السفر بالسيارة، تأكدي دائماً من المقعد المعزز أو مقعد السلامة المناسب للطفل. ولا تزال حوادث السيارات تعتبر سبباً شائعاً للتعرض للإصابة الخطيرة، لذلك من الأفضل دائماً الشعور بالأمان.

تجنبي الكثير من القواعد في المنزل وبدلاً من ذلك التزمي بتلك القواعد التي تعتبر أكثر أهمية - مثل أوقات النوم والأدب وأوقات مشاهدة التلفزيون واستخدام جهاز التابلت وتناول الحلوى.

وللمساعدة في التشجيع على السلوك الجيد، قومي بالتعليق عندما يفعلون شيئاً إيجابياً وركزي على المدح مثل "أنت تقرأ بشكل رائع" بدلاً من التركيز على الخصال الخارجة عن إرادتهم مثل "أنت بارع". وفي هذا السن، يحب الأطفال تقليد سلوكيات الكبار لذلك اطلب منهم المساعدة في الأعمال المنزلية مثل تفريغ المشتريات أو إعداد المائدة لغرس الإحساس بالمسؤولية لديهم.

Kids from 7Years to 10Years

➤ الأطفال في الفترة من 7 إلى 10 سنوات يتميزون بالعديد من الخصائص الفريدة:

• التطورات الجسدية :

ينمو الأطفال جسدياً في هذه المرحلة بمعدل أبطأ من المرحلة السابقة تعاني بعض الفتيات من طفرة النمو قبل سن المراهقة في عمر ما بين 9-10 سنوات.

• المهارات الحركية :

الأطفال في هذه المرحلة يصبحون أسرع و أقوى و أكثر تنسيقاً. يمكنهم القيام بالعديد من الأنشطة مثل الجري، القفز، التسلق والتوازن، ركوب الدراجات، والتزلج على الجليد.

• الصحة :

في الغالب ما يكون الأطفال في مرحلة الطفولة المتوسطة أقل احتمالية للتعرض للأمراض البسيطة مثل نزلات البرد والسعال وآلام المعدة.

• التطورات الاجتماعية والعقلانية والمعرفية :

الأطفال في هذه المرحلة يتمتعون بفضول غريزي واهتمام بالعالم من حولهم. يكونون بطبيعتهم مكتشفين وعلماء ومحللين وعادة ما يسألون حول كل شيء.

هذه مجرد بعض الخصائص العامة وقد تختلف من طفل لآخر بناءً على العديد من العوامل مثل البيئة والتغذية والوراثة.



- مشكلة التركيز

لا تعني أن الأطفال ليسوا أذكياء أو أنهم لا يتميزون بالجدية أو أنهم غير مهتمين، ولكن تعني أن الطفل قد يرغب في التركيز على شيء ما، ولكنه لا يستطيع. قد يكون ذلك لأسباب بسيطة مثل الشعور بالجوع أو الرغبة في النوم أو انشغال تفكيره بأمر ما، وقد يكون لسبب آخر مثل الإصابة باضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط، وهو سبب شائع لمشاكل التركيز.

وبعيدا عن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه الذي يميل المعلمون والآباء والأطباء إلى الشك فيه، هناك بعض الاحتمالات الأخرى التي تسهم في مشاكل الانتباه كما جاء على موقع معهد "تشايلد مايند" (The Child Mind Institute)، ومنها:

القلق:

يقول أخصائي الأعصاب كين شوستر إن القلق "يميل إلى حبس الدماغ"، مما يجعل المدرسة صعبة للأطفال الصغار القلقين من انفصال الأبوين مثلا، أو من ارتكاب خطأ ما، أو من كونهم ليسوا الأفضل.

الوسواس القهري:

الأطفال الذين يعانون من الوسواس القهري الذي يبدأ غالبا في سنوات الدراسة، لديهم مصدر إضافي للتشتت ونقص التركيز.

صعوبات التعلم:

يشعر الأطفال الذين يعانون من عسر القراءة غير المشخص؛ بالإحباط أو بالخجل من أنهم لا يستطيعون فعل ما يفعله الأطفال الآخرون.

المهام الصعبة :

عندما تكون المهمة المطلوبة من الطفل صعبة أو غير ممتعة فإنه يشعر بالملل، وسرعان ما ينقل انتباهه إلى شيء أكثر إثارة، على عكسنا نحن البالغين حيث نكمل المهام سواء أحببنا ذلك أم لا. وللتعامل مع هذه المشكلة يجب تقسيم المهمة الصعبة إلى مهام أصغر وأسهل.

روتين العمل والمتابعه :

وضع جدول روتيني لطفلك بالأعمال التي عليه إنجازها يوميا، يساعد على التعود وزيادة التركيز.

المشتتات الشائعة :

يبحث عقل الطفل الفضولي دائما عن المشتتات مثل جهاز تلفزيون أو أداة أو حتى لعبة صغيرة تقع في زاوية الغرفة، خاصة عندما يكون منشغلا بإنجاز الواجبات المنزلية. لذلك تأكد قبل جلوس طفلك لإنجاز مهامه أن يكون المكان خالياً من جميع الأشياء التي تصرف الانتباه.

عدم الاهتمام من الوالدين :

لجذب انتباه الآباء، يعتمد الأطفال عدم التركيز على المهام المطلوبة منهم. لذا تأكد من قضاء الوقت مع طفلك كلما سنحت الفرصة.

قلة النوم :

تأكد من حصول طفلك على قسط كافٍ من النوم كل يوم وفي الوقت المعتاد أيضاً، إذ تؤثر قلة النوم على تركيز الصغار بشكل كبير.

النوم الصحي :

نوم القيلولة ينعش الذهن ويعزز التركيز، كما أن معظم الأطفال قادرون على التركيز بشكل أفضل بعد قضاء وقت نوم كاف خلال الليل.

كما أن ترتيب الأشياء أبجديا واعداد الطاولة من الأنشطة المناسبة لمن يعانون صعوبات في التركيز. ويجب الابتعاد تماما عن الأجهزة اللوحية والحاسوب، لأنها تقلل فعليا من مدى الانتباه وقوة الذاكرة عند الأطفال.

الطعام الصحي :

يرتبط تناول الطعام الصحي مباشرة بمدى تركيز الطفل، إذ إن تناول الوجبات السريعة أو الطعام الغني بالسكر يجعل الطفل بطيئاً، في حين أن الأطعمة الغنية بالبروتينات -مثل اللوز والبيض واللحوم الخالية من الدهون- لديها القدرة على زيادة الوعي وزيادة مستويات التركيز. كما أن تناول الخضراوات والفواكه يحقن الجسم بمضادات الأكسدة، وهذا بدوره يعزز من قوة عقل الأطفال.

فهم طريقة تعلم طفلك (بصري، سمعي، حركي) :

يتعلم الأطفال بطرق مختلفة، ومن المهم أن تفهم الفئة التي يندرج طفلك ضمنها، لأن هذا غالباً سيساعدكم على فهم المعلومات بشكل أفضل.

المهمة التالية :

عندما يكون طفلك مشغولاً، أخبره بما يجب عليه فعله في المرحلة التالية، وبهذا يستعد نفسياً ومعنوياً لما يجب عليه فعله.

وضع أهداف زمنية قصيرة

إذا كان الطفل يدرس، فيمكنك تنبيهه إلى أن عددًا معينًا من الصفحات يجب إنجازه في غضون عشرين دقيقة. مع الوضع في الاعتبار أن متوسط وقت تركيز الشخص البالغ بالكامل هو نحو 42 دقيقة، امنح طفلك حدوداً زمنية تتراوح بين 15 و20 دقيقة، مع مراعاة أن بعض الأطفال يشعرون بالضغط في الأوقات الزمنية المحددة وبالتالي يفقدون تركيزهم.

نظام المكافآت

عند الانتهاء من المهام الصعبة يجب تشجيع الأطفال ومنحهم مكافآت، ويجب التنويع بين المكافآت المادية والمعنوية مثل المدح مثلاً.

بعض الأطفال لديهم طاقة عالية في الصباح، بينما يتمتع آخرون بالطاقة العالية في المساء. وبالتالي فإن توزيع المهام يتم بناءً على ذلك، فالأنشطة الصعبة وغير الممتعة تتم أثناء وقت الطاقة المرتفع، بينما تُنجز الأنشطة الأسهل في وقت الطاقة المنخفض.

ولا ننسى أن تقنيات الاسترخاء البسيطة مثل التنفس العميق مع الصور المرئية الإيجابية، تساعد الدماغ على تحسين مهارات الطفل وتعلمه مهارات جديدة.

- بداية من سن سبع ل عشر سنوات

يقوم الاطفال بكثرة العند والنفور من الاوامر وطريقة التعامل معهم وتكثر المجادلات ويرغب الطفل في ان يجعلك تفكر بطريقته ولا يتوقع احتمال كبير لاختلافك معه يكون شديد الحساسيه حيال رأيك به

➤ وذلك قد يكون بسبب :

اشياء تحدث ف المنزل : نزاعات أسريه ، غيرة اخوية ، مشاكل مادية ويعلم بها الطفل.
اشياء تحدث ف المدرسة : التنمر ، الرفض .
عدم القدرة ع التعبير عن مخاوفهم والقلق من الحكم عليهم وانتقادهم.

- الاحتياجات :

- المدح ف سلوكه الجيد وكن محددًا فيما يتعلق بما فعل.
- تجنب المجادلات قدر ما تستطيع.
- توفير فرصة الاستقلالية واتخاذ القرارات بنفسه.
- لا تكن كثير التوجيهات.
- جعله يفكر ف الامور من وجهة نظر اخري.
- دعه يتمرد عليك ف مساحة آمنة (يجرب أشياء مختلفة ويعبر عن رأيه حين يكون ذلك مناسبًا).
- معرفة حدوده وتحمل عواقب اختياره السيئة.

الأطفال مرآة لافعالنا وما يقال عنهم

عندما تقوم بإهانة الطفل سوف يشعر انه من الطبيعي إهانته وسيصدق أنه يستحقها وف النهاية سيقبلها.

ولكن إذا تم معاملتهم بلطف وحنان واحترام اختياراتهم والتعود علي تحمل المسؤولية ستنمو شخصياتهم بشكل متوازن ولديهم احترام وتقدير للذات.