

## توصیه‌هایی برای تکامل کودک

سرگرمی و فعالیت‌های اجتماعی - احساسی

یادگیری فرزندان را از راه بازی‌ها تحریک کنید.  
انجام این فعالیت‌ها را برای کودک و خودتان لذت بخش کنید.  
تلاش‌های فرزندان را تحسین کنید.



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

## هنگامی که کودک خود را

به پشت خوابانده‌اید دستمال کاغذی بردارید، بالای سرش تکان دهید تا ببیند. همچنین می‌توانید دستمال‌ها را به پرواز در آورید، قسمت‌هایی از بدن کودک خود را قلقلک دهید. توجه کنید کودکان چگونه عکس‌العمل نشان می‌دهد، اگر نق نق کرد، ادامه ندهید.

اگر کودک‌تان گریه می‌کند، علتش را پیدا کنید. او با گریه‌اش می‌خواهد چیزی را به شما بفهماند و وقتی شما پاسخگوی خواسته او هستید یاد می‌گیرد که به شما اعتماد کند و بداند همیشه در کنارش هستید.

برای کودک خود شعرهایی که از کودکی به یاد دارید بخوانید. هنگامی که او را در آغوش گرفته‌اید و یا در تخت خوابیده با او حرف بزنید و برای او شعر بخوانید و به آرامی دستها و بدن خود را حرکت دهید.

کودک خود را در آغوش بگیرید و صورتتان را به او نزدیک کنید. برای او شکلک در بیاورید. به او بخندید. برایش زبان در بیاورید. چند لحظه صبر کنید تا ببینید آیا او سعی می‌کند کارهای شما را تکرار کند.

پشت سر کودک خود طوری بایستید که او شما را ببیند، به آرامی نام او را صدا بزنید، نگاه کنید چه می‌کند، آیا برای لحظه‌ای بی حرکت می‌ماند؟ سعی می‌کند سرش را به سمت صدای شما برگرداند؟ او را بلند کنید و بگویید من انجام.

با کودک خود درباره چیزهایی که انجام می‌دهد، می‌بیند، می‌شنود و احساس می‌کند صحبت کنید. من در حال عوض کردن پوشک تو هستم. تو خشک و تمیز خواهی شد. من عاشقتم.

اشیا جدید و ایمنی جهت کشف کردن به کودک خود نشان دهید. اشیای ساده‌ای چون فنجان‌های پلاستیکی و قاشق‌های چوبی برای او تازگی دارند.

اشیا جذابی در کنار تخت کودکان قرار دهید تا ببیند، آن‌ها را دور از دسترس او قرار دهید. تماویر ساده‌ای از مجلات بر روی دیوار بچسبانید.

