

Ձեր երեխան 2 ամսականում



Երեխայի անունը

Երեխայի տարիքը ամսաթիվ

Շատ կարևոր է իմանալ, թե որոնք են ձեր երեխայի զարգացման նշանները: Կախված նրանից, թե ինչպես է նա խաղում, սովորում, խոսում, գործում և շարժվում, կարելի է ենթադրել, թե ինչպես է զարգանում: Ստուգեք, թե զարգացման ինչ նշանների է հասել ձեր երեխան մինչ 2 ամսականը: Գրքույկի վերջում նշումների հատված կա: Ընթացքում նշումներ կատարեք և մանկաբույժին այցելելիս քննարկեք ձեր դիտարկումները նրա հետ:

Յիմնականում ի՞նչ են անում այս տարիքի երեխաները

Սոցիալ/Էմոցիոնալ նշաններ

- Հանգստանում է, երբ խոսում եք իր հետ կամ գրկում եք իրեն:
- Նայում է ձեր դեմքին:
- Կարծես ուրախանում է, երբ մոտենում եք իրեն:
- Ժպտում է, երբ խոսում եք իր հետ կամ ժպտում եք:

Խոսքի (լեզվի) հաղորդակցման նշաններ

- Բացի լացից, այլ ձայներ նույնպես արձակում է:
- Արձագանքում է բարձր ձայներին:

Ճանաչողական նշաններ (ուսուցում, մտածողություն, խնդրի լուծում)

- Հետևում է, երբ դուք շարժվում եք:
- Մի քանի վայրկյան նայում է խաղալիքին:

Շարժողական/Ֆիզիկական զարգացման նշաններ

- Գլուխը բարձր է պահում, երբ պառկած է փորի վրա:
- Շարժում է երկու ձեռքերը և երկու ոտքերը:
- Կարճ ժամանակ բացում է ձեռքերը:

Բժշկի հետ խորհրդակցելու այլ կարևոր թեմաներ

- Ի՞նչ եք դուք և ձեր երեխան միասին անում:
- Ի՞նչ է երեխան սիրում անել:
- Ի՞նչ է երեխան անում կամ չի անում, որն անհանգստացնում է ձեզ:
- Կա՞րողյոք որևէ հմտություն, որ երեխան դրսևորում էր, իսկ հիմա՝ ոչ:
- Արդյոք նա ունի՞ առողջական որևէ խնդիր կամ արդյոք վաղաժամ է ծնվել:

Դուք ամենից լավ եք ճանաչում ձեր երեխային

Մի՛ սպասեք: Եթե ձեր երեխան չի համապատասխանում նշված նշաններից որևէ մեկին կամ մի քանիսին, եթե նա կորցրել է որևէ հմտություն, որը նախկինում ուներ, կամ եթե ունեք որևէ այլ մտահոգություն, վա՛ղ միջամտեք: Խոսեք երեխայի մանկաբույժի հետ, հայտնեք ձեր մտահոգությունը, և հարցրեք զարգացման գնահատման (սքրինինգի) մասին:

Եթե այս ամենից հետո դուք և մանկաբույժը դեռ մտահոգություններ ունեք.

1. Խնդրեք նեղ մասնագետի ուղեգիր տրամադրել, որը կարող է ավելի մանրամասն գնահատել երեխային:
2. Դիմեք ձեր տարածքային վաղ միջամտության ծրագրերին կամ երեխայի զարգացման և վերականգնողական կենտրոններ պարզելու համար՝ երեխան կարո՞ղ է օգնություն ստանալ, թե ոչ:

Նպաստեք ձեր երեխայի ուսուցմանն ու զարգացմանը



Լինելով ձեր երեխայի առաջին ուսուցիչ՝ դուք կարող եք նպաստել նրա ուղեղի զարգացմանը և ուսուցմանը: Փորձեք անվտանգ կիրառել այս պարզ խորհուրդներն ու գործողությունները: Եթե ունեք հարցեր կամ լրացուցիչ գաղափարներ, թե ինչպես օգնել երեխայի զարգացմանը, անապյան խորհրդակցեք երեխայի մանկաբույժի և ուսուցիչների հետ:

- Դրական արձագանքեք ձեր երեխային: Երբ նա ձայներ է արձակում, ոգևորեք նրան, ժպտացեք, խոսեք նրա հետ: Դա նրան սովորեցնում է հերթով «խոսել» զրույցի ընթացքում:
- Լեզուն հասկանալու և զարգացնելու համար խոսեք երեխայի հետ, կարդացեք և երգեք նրա համար:
- Ձեր երեխային զգվելու և գրկելու համար ժամանակ հատկացրեք: Դա կօգնի նրան ապահով զգալու և հասկանալու, որ իր մասին հոգ են տանում: Մի՛ անհանգստացեք, նրան գրկելը և արձագանքելը բացասական հետևանքներ չեն ունենա:
- Ձեր երեխային արձագանքելը օգնում է նրան սովորելու և զարգանալու: Երբ երեխայի հետ եք, սահմանափակեք էլեկտրոնային սարքերից օգտվելու ժամանակը, այդ կերպ առավել արագ կարձագանքեք նրան:
- Հոգ տարեք ձեր մասին: Ծնողավարությունը ծանր աշխատանք է: Երբ լավ եք զգում, ավելի հեշտ և շատ եք վայելելում ձեր նորածնին:
- Որպեսզի հասկանաք, թե ինչ է երեխան զգում և ինչի կարիք ունի, սովորեք նկատել և արձագանքել նրա նշաններին: Դուք հաճույք կզգաք, իսկ երեխան իրեն ապահով և սիրված կզգա: Օրինակ՝ փորձեք հասկանալ՝ նա փորձում է «խաղալ» ձեզ հետ՝ ձայներ հանելով և ձեզ նայելով, թե՛ գլուխը շրջում է, հորանջում կամ դառնում անհանգիստ, քանի որ դադարի կարիք ունի:
- Երբ երեխան արթուն է, պառկեցրեք փորի վրա և խաղալիքները դրեք նրա առջև աչքերի մակարդակին: Դա նրան կօգնի, որ սովորի գլուխը վեր բարձրացնել: Ձեր երեխային մենակ մի թողեք: Եթե նա ուզում է քնել, նրան պառկեցրեք քնելու մեջքի վրա, ապահով վայրում (ամուր ներքևակ՝ առանց ծածկոցների, բարձերի, կողքի բարձիկների և խաղալիքների):
- Երեխային կերակրեք միայն կրծքի կաթով կամ կաթնախառնուրդով: Մինչև 6 ամսական երեխաներին չի կարելի տալ որևէ այլ սնունդ, ջուր կամ որևէ այլ հեղուկ:
- Սովորեք հասկանալ, թե ինչ նշաններ է ձեր երեխան ցույց տալիս, երբ քաղցած է: Օրինակ՝ ձեռքերը տանում է դեպի բերանը, գլուխը թեքում է դեպի կուրծքը/շիշը կամ չպպացնում/ լիզում է շրթուկները:
- Սովորեք հասկանալ, թե ինչ նշաններ է ձեր երեխան ցույց տալիս, երբ արդեն կուշտ է: Օրինակ՝ փակում է բերանը կամ գլուխը թեքում է կրծքից/շիշից: Եթե նա արդեն կուշտ է, դադարեցրեք նրան կերակրելը:
- Երբեք մի թափահարեք կամ մեկ ուրիշին թույլ մի տվեք թափահարել երեխային: Դուք կարող եք վնասել նրա ուղեղը կամ նույնիսկ հանգեցնել նրան մահվան: Եթե շատ եք նեղվում նրա լացից, նրան որևէ ապահով տեղ դրեք և հեռացեք: Յուրաքանչյուր 10-15 րոպեն մեկ եկեք և ստուգեք նրան: Առաջին ամիսներին երեխաները սովորաբար շատ են լաց լինում, մեծանալու հետ դա համեմատաբար քչանում է:
- Սահմանեք քնի և կերակրման ռեժիմներ: Դա կօգնի, որ երեխան սկսի հասկանալ, թե ինչ է իրեն սպասում:

Ավելի շատ խորհուրդներ և ավելի շատ գործողություններ տեսնելու համար կարող եք ներբեռնել CDC-ի Milestone Tracker հավելվածը: