

# کمی وقت بگذارید... ارتباطات از اهمیت بالایی برخوردارند!

**شما** مهم ترین فرد در زندگی کودکان هستید! به همین دلیل است که ارتباط بین شما و کودکان یکی از نکات مهم در شکل گیری اولیه برقراری ارتباط است. خدمات با این هدف ارائه **Early Start** می شوند تا شما بتوانید هرچه بهتر به نیازهای خاص کودکان پاسخگو باشید. ارائه دهندگان خدمات، ایده های مختلفی در اختیارتان قرار می دهند و از شما حمایت می کنند تا بتوانید به کودکان کمک کنید مهارت هایی که از نظرتان بیشترین اهمیت را دارند یاد بگیرند!

رشد اجتماعی و احساسی، توصیفی از توانایی ما در تجربه و بیان احساسات، ساخت روابط و آشنایی با جهان اطراف است. رشد اجتماعی و احساسی، پایه و اساس همه یادگیری ها و پیشرفت های دیگر در طول زندگی است. این یک واقعیت برای همه کودکان است، از جمله آنهایی که ناتوانی ها و تأخیراتی در رشدشان دارند. همه خانواده ها با دریافت کمک و پشتیبانی مناسب می توانند به کودکانشان کمک کنند تا با نحوه دوست یابی، بیان احساسات قوی به روشی صحیح و رویارویی با مشکلات با حفظ آرامش آشنا شوند. اینها مثال هایی از مهارت های اجتماعی و احساسی است. ارتباط شما با کودکان از اهمیت بالایی برخوردار است زیرا ارتباطات مثبت باعث ایجاد تغییرات بهتری در مغز کودک شما می شود. هر روز و هرکجا که باشید، ارتباطات مثبت بین والدین و کودکان باعث می شود روابط بین آنها قوی تر شود و آنچه را که کودک برای یادگیری و رشد نیاز دارد به دست بیاورد.

وقتی کودکان احساس امنیت و آرامش داشته باشد، به او عشق بورزید و او را دوست داشته باشید، به خوبی رشد می کند و تعلیم می بیند!

می دانیم که والدین وظایف سختی بر عهده دارند! والدینی که کودکان جوانی دارند که دچار ناتوانی هستند یا در رشدشان تأخیری وجود دارد، به حمایت بیشتری نیاز دارند. مشکلات رفتاری، ارتباطی و فیزیکی باعث می شوند عملکرد والدین بسیار دشوار شود. اینجا است تا به شما کمک کند! می **Early Start** تیم توانید هر روز و در همه لحظات، ارتباط و پیوند قوی با فرزندتان ایجاد کنید. به شما کمک می کنیم با نحوه انجام این کار آشنا شوید!

کمی وقت بگذارید و با کودکان بازی کنید، آواز بخوانید، با هم کتاب بخوانید و بخندید.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره رشد اجتماعی و احساسی، ویدیوی موجود در این آدرس را ببینید:  
<http://earlystartneighborhood.ning.com/ssip-resources/TaMvideo>

## شما و کودکتان...



## ایده ها و راهنمایی ها...

به کودکان نگاه کنید تا بتوانید حالت های مختلف او را تشخیص دهید. ممکن است از حرکات مختلف بدنی، حالت های چهره و صداهای مختلف استفاده کنند تا نشان دهند که چه احساسی دارند.  
تصویر کنید فرزندتان چطور چیزهای مختلف را تجربه می کند.

**چطور بدانید که کودکان خوشحال، ناراحت یا خسته است، ترسیده است یا به هم ریخته است؟**

احساسات کودکان را ارزیابی کنید و با کلمات ساده آنها را نامگذاری کنید. مثلاً "به دلیل اینکه نمی توانی به اسباب بازی برسی ناراحت هستی."  
اگر کودکان خوشحال است، کاری را که در حال انجام آن هستید ادامه دهید. اگر کودکان ناراحت است، کمی وقت بگذارید و او را آرام کنید.

**چطور به احساسات فرزندتان پاسخ می دهید؟**

فراموش نکنید که خودتان هم باید آرام باشید. روش های مختلفی را برای آرام کردن کودکان امتحان کنید، مثل بغل کردن، تکان دادن، دادن اسباب بازی خاص به او یا کشیدن پتو روی کودک، آواز خواندن یا پخش یک موزیک ملایم.  
به روش های سالم برای کنترل احساسات فکر کنید: نفس عمیقی بکشید، تا چهار بشمارید، حباب درست کنید، آواز بخوانید یا با کودک به گونه ای بچه گانه برقصید. از کودکان بپرسید آیا دوست دارد شما را در آغوش بگیرد.

**چطور می توانید به کودک جوانتان کمک کنید تا یاد بگیرد که آرام باشد؟**

وقت بگذارید و با کودکان ارتباط برقرار کنید: لبخند بزنید، راه بروید و به او گوش دهید، کتاب بخوانید، آواز بخوانید، با او بازی کنید، از غذا خوردن با او لذت ببرید.  
وسیله های برقی را خاموش کنید تا بتوانید روی ارتباطتان با کودک تمرکز کنید.

**چطور به کودکان نشان می دهید که برایتان مهم است و او را دوست دارید؟**

فراموش نکنید که اگر کودکان خسته، تشنه، گرسنه یا ناراحت است، نمی تواند بهترین رفتار را نشان دهد. قبل از اینکه بخواهید به آنها رفتار جدیدی را یاد بدهید، از آنها مراقبت کنید.

**چطور می توانید کودک را ترغیب کنید همان رفتاری را انجام دهد که شما دوست دارید؟**

با تیم Early Start صحبت کنید. اینجا هستیم تا به شما کمک کنیم!

**آیا درباره کودکان سؤال یا نگرانی خاصی دارید؟**

## فراموش نکنید...

شما اولین معلم کودکان هستید! کودکان بیشترین یادگیری را از عملکرد سایر افراد دارند... به خصوص خودتان! اگر به سختی می توانید خودتان را آرام کنید، کمی به خودتان زمان بدهید. مطمئن باشید که کودک در امنیت کامل است، کمی به خودتان زمان بدهید و آرام شوید. با خودتان بگویید "لازم است کمی فکر کنم و ببینم چطور می توانم به تو کمک کنم." مراقب باشید از نظر احساسی در وضعیت خوبی قرار داشته باشید اگر نگران، افسرده یا پریشان هستید، این حالت ها بر کودکان تأثیر می گذارند. راهنمایی و حمایت مورد نیازتان را دریافت کنید.