

نصائح يومية لتقوية الروابط بينكم وبين طفلكم



قبل حدوث العض:

- راقب عن قرب. شاهد ما يحدث قبل وأثناء وبعد قيام طفلك بالعض. انظر إلى كيف يشعر طفلك. لاحظ وقت اليوم. تحقق مما يحدث حول طفلك - هل هو مكان صاخب أو مزدحم؟ هل هم متعبون؟ هل يشعرون بالمرض؟
- **خطط مسبقًا.** حاول الحفاظ على جدول أو روتين منتظم للنوم، والطعام، واللعب.
- **التثيت وإعادة التوجيه.** إذا لاحظت علامات تدل على أن طفلك قد عض، اعطه لعبة، أو ابدأ نشاطًا جديدًا، أو تحدث معه.
- **تحدث مع مقدمي الرعاية الآخرين.** تأكد من أن أي شخص آخر يربى طفلك يعرف ما يجب فعله إذا حدث العض.
- **استخدم الكتب والأدوات.** اقرأ كتبًا أو استخدم مقاطع فيديو بسيطة عن العض لمساعدة طفلك على تعلم أنه ليس مقبولاً.



أعزائي مقدمي الرعاية،

قد يكون من الصعب معرفة ما يجب فعله عندما يعض طفلك الصغير أو اليفع. قد تشعر بالحرج أو الغضب أو القلق. من الطبيعي أن تتألم هذه المشاعر. فريق الاتصالات المبكرة يريدك أن تعرف أن العديد من الأطفال يعضون، وهناك طرق لمساعدتهم على التوقف عن ذلك.

لماذا يعض الأطفال الصغار؟

الأطفال الصغار يعضون لعدة أسباب. في بعض الأحيان يكونون غاضبين أو لا يعرفون كيف يعبرون عن مشاعرهم. الأطفال الصغار لا يزالون يتعلمون كيفية التحدث عن رغباتهم واحتياجاتهم ومشاعرهم. غالبًا ما يستخدمون أشياء مثل التواصل بالعين، الإشارة، الأصوات، البكاء، أو العبارات القصيرة ليخبرونا بما يحتاجون إليه. أحيانًا يعضون بدلاً من ذلك عندما لا يعرفون الكلمات الصحيحة بعد.

إليك بعض الأسباب الشائعة التي تجعل الأطفال الصغار يعضون:

- لأن لتنتهم تؤلمهم من التسنين
- يريدون مضغ شيء ما
- لا يعرفون كيف يعبرون عما يشعرون به
- يشعرون بالخوف أو الحزن أو التعب أو الغضب
- يريدون الانتباه أو وقت اللعب
- يشعرون بالحماس أو أن لديهم طاقة كبيرة

ماذا تفعل إذا عض طفلك؟

- **استخدم كلمات واضحة وبسيطة -** تحدث بصوت هادئ وواضح. يمكنك أن تقول: «آه، العض يؤلم»، وأخبر طفلك أنه ليس من المقبول القيام بذلك.
- **اعتن بالشخص الآخر -** إذا عض شخصًا آخر، قل: «العض يؤلم». ثم قدم الرعاية والاهتمام للطفل الذي تعرض للعض. هذا يساعد في تعلم اللطف.
- **لا تشتم أو تصرخ -** لا تصرخ أو تخيف أو تشعر طفلك بالخجل. قد يؤدي ذلك إلى تخويف أو إرباك طفلك. وأيضًا، حاول ألا تضحك. قد يجعل هذا طفلك يعتقد أن العض هو لعبة أو وسيلة للحصول على الانتباه.

أماكن للحصول على مزيد من المعلومات

Responding to Your Child's Bite – English

مركز الأسس الاجتماعية والعاطفية للتعلم
المبكر في جامعة فاندربيلت

bit.ly/44YnAVt



عض الأطفال الصغار: إيجاد الاستجابة الصحيحة

Zero to Three

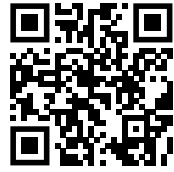
www.zerotothree.org/resource/toddler-biting-finding-the-right-response/



فهم والاستجابة للأطفال الذين يعضون

National Association for the Education
of Young Children

www.naeyc.org/our-work/families/understanding-and-responding-children-who-bite



قصص لتعليم الأطفال عن العض

- "لا للعض" من أداء ذا كيبومرز
تساعد الأطفال على استخدام الكلمات بدلاً من العض
[أدوات عمل الأخصائيين الاجتماعيين](#)
- "لا للعض" من أداء يو جابا جابا!
يتعلمون كيفية معاملة الأصدقاء بلطف
bit.ly/44IRtYy
- "العض يؤلم" من أداء جاك هارتمان
يعلم الأطفال أن العض مخصص للطعام، وليس لإيذاء الآخرين.
[أدوات عمل الأخصائيين الاجتماعيين](#)

قصص لتعليم الأطفال عن العض

- الأسنان ليست للعض – من أداء إليزابيث فيرديك
- الديناصورات الصغيرة لا تعض – من أداء مايكل داهل
- الناس لا يعضون بعضهم – من أداء ليزا ويلر
- لا عض! – من أداء كارين كاتز
- بوتسي باركر يعض – من أداء باربرا بوتنر
- دودل يعض – من أداء بولي دنبار

أشياء يجب مراعاتها

العض أمر شائع. طفلك يمر بمراحل نمو مختلفة. هم لا يزالون يتعلمون كيفية التعامل مع المشاعر الكبيرة. إذا استمر العض، تحدث مع طبيبك أو خبير آخر للحصول على المساعدة.
لست وحدك! بالحب والدعم، سيتعلم الأطفال طرقاً أفضل للتعبير عن أنفسهم.

STEIN TIKUN OLAM EARLY CONNECTIONS PROGRAM CHILDREN'S HOSPITAL LOS ANGELES

4650 Sunset Blvd., Los Angeles, CA 90027 • CHLA.org

يفشتمم ءاربخ نم ءركبملا ءلوفظلاب ءقلعتملا دراوملا نم ديزم ىلع لوصحلل ءعيرسلا ءباجتسال زمر حسم
(CHLA) لافطائل سولجنأ سول

