



Budowanie więzi z maluchem

Zadziwiający mózg Twojego dziecka

Po narodzinach dzieci mają już miliardy komórek mózgowych – ale niewiele z nich jest połączonych. Ich mózgi bardzo szybko budują połączenia, tworząc co sekundę nawet milion nowych. A Twoje codzienne działania pomagają tworzyć te połączenia.

Twoje dziecko rodzi się gotowe do tego, aby zbudować z Tobą więź. Słyszy i rozróżnia każdy dźwięk w każdym języku do około 6.–8. miesiąca życia, kiedy zaczyna dostosowywać się do swojego języka ojczystego (języków ojczystych). W wieku 18 miesięcy może uczyć się nowego słowa co dwie godziny podczas czuwania!

Budowanie więzi poprzez codzienne chwile

Każda interakcja pomaga Twojemu dziecku czuć się bezpiecznym i kochanym, co wspomaga jego zdolności samodzielnego uspokajania się, a także buduje pewność siebie i odporność.

Im więcej uwagi mu poświęcisz, tym lepiej zrozumiesz jego uśmiechy, gaworzenie i płacz, co ułatwi Ci zaspokajanie jego potrzeb i budowanie zaufania.

Proste sposoby na budowanie więzi

- Weź dziecko na ręce, gdy potrzebuje pocieszenia – przytulania nigdy za wiele!
- Codziennie rozmawiaj i baw się z dzieckiem – Twój głos i twarz to jego ulubione rzeczy.
- Odłóż telefon i wyłącz telewizor – Twoje dziecko najlepiej skupia się bez żadnych rozpraszaczy uwagi. Zaleca się, aby niemowlęta i małe dzieci poniżej 2. roku życia nie miały kontaktu z ekranami, chyba że jest to rozmowa wideo z bliską osobą
- Zadbaj także o siebie – Twoje dobre samopoczucie jest ważne. Jeśli coś Cię niepokoi, porozmawiaj z pielęgniarką środowiskową lub lekarzem rodzinnym.

Więcej porad i wskazówek znajdziesz na stronie parentclub.scot/baby-development



Więcej porad na temat korzystania z telefonów przy maluchach znajdziesz na stronie parentclub.scot/baby-screen-time

