



Vorbitul și joaca cu copilul

Conversațiile: esențiale pentru bebeluș

Bebelușul dvs. comunică încă din prima zi și aceasta îl ajută să devină mai încrezător și rezistent pe măsură ce crește.

Sfaturi pentru conversații

- Ascultați, urmăriți și răspundeți la sunetele și expresiile sale.
- Folosiți o voce cântată - îi place și îl ajută să se conecteze.
- Stați față în față, statul la același nivel îl ajută să se simtă văzut și în siguranță.
- Copiați sunetele și gesturile sale - îi arată că îl ascultați și îi dezvoltați încrederea.

Găsiți mai multe recomandări și sfaturi pe parentclub.scot/chatting-with-baby



Joaca nu trebuie să fie perfectă

Este normal să vă întrebați care sunt cele mai bune modalități de a vă juca cu bebelușul, în special dacă este primul copil. Dar iată vestea bună:

Nu trebuie să fiți „un adevărat talent” sau să aveți abilități speciale. Tot ce își dorește bebelușul și ce are nevoie este timpul dvs., comunicarea cu dvs., chipul dvs. - și iubirea dvs.

De ce contează jocul

- **Dezvoltă creierul bebelușului.** Fiecare zâmbet, cântecel sau îmbrățișare consolidează conexiunile din creier.
- **Vă ajută bebelușul să se simtă iubit și în siguranță.** Reprezintă fundamentul pentru învățare și dezvoltare.
- **Ajută la vorbit, mișcat, gândit.** Chiar și cele mai mici jocuri ajută la dezvoltarea limbajului și coordonării.
- **Vă apropie sufletește.** Jocul este modul în care bebelușii învață să aibă încredere și să se conecteze cu dvs.

Idei de jocuri simple



Activitate facilă	Ce face
Imitați-vă bebelușul	Dacă face un sunet sau o mișcare, încercați să le imitați. Îi place la nebunie!
Cântați un cântecel	Chiar dacă credeți că nu aveți voce – bebelușului îi place vocea dvs.
Cucu-bau	Un mod distractiv de a vă ajuta bebelușul să înțeleagă lumea (și este super distractiv).
Atingeri delicate	Mângâiați-i degetelele de la picioare, părul – îl ajută în ceea ce privește conectarea și confortul.

Și dacă mă simt ciudat?

Este perfect normal. Mulți părinți se simt astfel. Dar rețineți:

- **Bebelușul dvs. nu vă judecă.** Acesta crede că sunteți extraordinar, așa cum și sunteți de fapt.
- **Puteți începe cu lucruri mici.** Chiar și un minut de joacă contează.
- **Încrederea dvs. va crește.** La fel ca la orice lucru nou, devine mai ușor cu timpul.

Cele mai importante sfaturi pentru părinți

- **Urmați exemplul bebelușului.** Dacă zâmbeste, privește sau atinge, înseamnă că „se joacă”.
- **Profitați de momentele de zi cu zi.** Ora de baie, schimbarea scutecului sau plimbările pot fi toate însoțite de joacă.
- **Nu trebuie să fiți foarte distractivi.** Este suficient să fiți prezentă.
- **Rugați pe cineva să vă arate.** Nu este nicio problemă să întrebați asistentul medical comunitar, un prieten sau un grup.
- **Fiți amabilă cu dvs.** Nu există modalitate „corectă”, doar momente mici și pline de grijă împreună.
- **Fiți mândră atunci când chicotește bebelușul sau când învață ceva nou de la dvs.**

Pentru sfaturi privind utilizarea articolelor din Cutia bebelușului pentru joc, accesați parentclub.scot/baby-box-items

