اپنے ننھے بچے کے ساتھ محبت بھرا رشتہ قائم کرنا

آپ کے بچہ کا حیرت انگیز ذہن

پیدائش کے وقت بچوں کے پاس پہلے ہی اربوں دماغی خلیات ہوتے ہیں — لیکن ان میں سے بہت کم آپس میں جڑے ہوتے ہیں۔ ان کے دماغ میں روابط انتہائی تیزی سے قائم ہوتے ہیں، جہاں ہر سیکنڈ میں دس لاکھ تک نئے کنکشنز بنتے ہیں۔ اور آپ کے روزمرہ کے اعمال ان روابط کو بنانے میں مدد کرتے ہیں۔

آپ کا بچہ پیدا ہوتے ہی آپ کے ساتھ جڑنے کے لیے تیار ہوتا ہے۔ وہ تقریباً 6-8 ماہ تک ہر زبان میں ہر آواز کو سن سکتے ہیں اور اس میں فرق کر سکتے ہیں، جب وہ اپنی مادری زبان (زبانیں) میں تال میل کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ 18 ماہ تک، وہ ہر دو جاگنے کے اوقات کے دوران ایک نیا لفظ سیکھ سکتے ہیں!

روزمرہ کے لمحات کے ذریعہ تعلقات قائم کرنا

ہر لمحہ اور ہر تعلق آپ کے بچے کو تحفظ اور محبت کا احساس دیتا ہے، جو اسے خود کو سنبھالنے اور اعتماد و مضبوطی پیدا کرنے میں مدد دیتا ہے۔

مزید توجہ دینے سے آپ بچے کے اظہار جیسے مسکراہٹ، بے ربط آوازیں اور آنسوؤں کو بہتر طور پر سمجھ سکیں گے، جس سے اس کی ضروریات پوری کرنا اور اعتماد قائم کرنا سہل ہو جاتا ہے۔

تعلق قائم کرنے کے آسان طریقے

- جب انہیں آرام کی ضرورت ہو تو انہیں اٹھائیں – بہت زیادہ لاڈ پیار کرنے جیسی کوئی چیز نہیں ہے!
- روزانہ گپ شپ کریں اور کھیلیں – آپ کی آواز اور چہرہ ان کی پسندیدہ چیزیں ہیں۔
- اپنے فون کو دور رکھیں اور TV کو بند کر دیں – آپ کا بچہ بغیر کسی خلفشار کے بہترین توجہ مرکوز کرتا ہے۔ یہ تجویز کی جاتی ہے کہ 2 سال سے کم عمر کے بچوں اور شیر خوار بچوں سے کسی بھی قسم کی اسکرین کا استعمال نہ کروائیں جب تک کہ کسی عزیز کے ساتھ ویڈیو کال نہ ہو
- اپنا بھی خیال رکھیں – آپ کی صحت اہم ہے. اگر آپ فکرمند ہیں، تو اپنے ہیلتھ وزیٹر یا GP سے بات کریں

مزید مشورے اور سجھاؤ **parentclub.scot/baby-development** پر تلاش کریں۔

چھوٹوں کے ارد گرد فون استعمال کرنے کے بارے میں مزید مشورے **parentclub.scot/baby-screen-time** پر تلاش کریں۔