

## التعلق

### التعلق هو:

- الرابط العاطفي بين الرضع، الأطفال و من يعتنون بهم.
- اظهار الحب و الأستجابة للأطفال

العائلات و المجتمعات حول العالم يظهرون تعلقهم بطرق مختلفة. كلنا نتعلم من بعضنا البعض الآخر.

### التعلق مهم للأسباب التالية:

- أنه يساعد الأطفال كي يصبحوا محبين واثقين و آمنين.
- انه يساعد الأطفال ليكبروا و ينضجوا.

### ماهي الأمور التي يمكننا عملها؟

#### الرضع:

- المسي، قبلي، احضني و احملي رضيعك كثيرا كل يوم.
- ضمي رضيعك قريبا اليك وقت الرضاعة.
- امعني النظر في عيني رضيعك و ابتسمي.
- دلكي رضيعك بأيدي دافئه و بعض الزيت.
- أحملي رضيعك عندما يبكي. هذا يساعد الرضيع ليتعلم بأنك محبة له و موجودة بجانبه عند الحاجة.
- غني لرضيعك. ان رضيعك بحاجة لسماع صوتك كثيرا.
- تحدثي لرضيعك بصوت رقيق. رضيعك لن يفهم كلماتك و لكنه سيحب نبرة صوتك.
- احملي رضيعك معك في نقاله عندما تكوني مشغولة بأشياء اخرى. أن الرضع يحتاجون لهذا القرب الجسدي.

#### الاطفال الصغار:

- إقرأ أي قصة لطفلك. ضعي طفلك في حرك. الأطفال الصغار يحبون الكتب ذات الكلمات المتناغمه و الصور ذات الالوان الزاهيه.
- العبا. اضحكا كثيرا مع بعضكما البعض الآخر.
- تمتعا بأوقات هادئه. هزي طفلك و غني له برقة.
- احضني و قبلي طفلك. ان الاطفال الصغار بحاجة للشعور بالمحبة و الامان.
- علمي طفلك كلمات جديدة بترديدها بتكرار. شجعي طفلك على تقليدك.
- غنيا معا. استمعي لموسيقاك المفضلة و ارقصي مع طفلك.
- انتبهي لطفلك. اصغي عندما يتحدث معك طفلك.

ماذا تفعل في عائلتك لبناء الحب، الثقة، و الأمان؟

