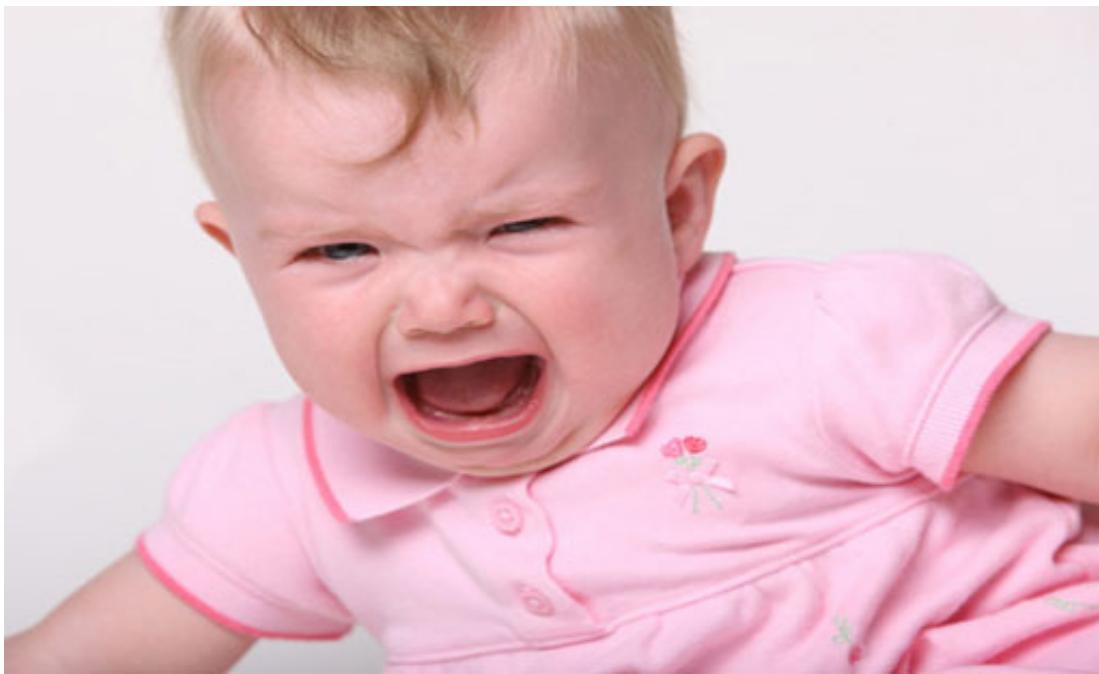


بكاء طفلك في مراحل عمرية مختلفة



على الرغم من تقديم الوجبة الغذائية لصغيرك، وتغيير حفاصه، قد يبدو مضطرباً. يبكي دون أن تستطعي تحديد سبب معين لذلك. والحقيقة، كما يقول الخبراء، إن فرط التحفيز الذي قد يتعرض له الطفل قد يكون هو السبب، مهما كان عمره.

من عمر أربعة شهور، ما الذي يحدث؟

يتخلص معظم الأطفال في هذا العمر من مشكلة المغص المزعجة التي تُسبب لهم الألم خلال الأشهر الثلاثة الأولى من عمرهم عادة، وهكذا تقل فترات البكاء بشكل ملحوظ لدى هؤلاء، لكن طفلك، وغيره من الصغار، قد يبكي لأسباب عديدة أخرى، لعل من أبرزها إحساسه بالجوع، أو بسبب حفاصه المبلل.

ما بين الشهر الرابع وال السادس من عمره:

قد يحتاج صغيرك إلى وجبات غذائية أكثر حيث يصل في هذه المرحلة إلى العمر الذي يصبح فيه جاهزاً لتناول الأطعمة الصلبة. أما السبب الآخر المحتمل لبكائه، فقد يكمن في عدم حصوله على الساعات الكافية من النوم بالنسبة لعمره وتعرّضه خلال اليوم للكثير من التحفيز الذي يمنعه من الاسترخاء ومن ثم النوم.

ما الذي يمكنك فعله؟

حاولي أن تراقي بي طفلك للتعرف على إن كان يعاني من مرض ما لأنّ معظم الصغار يتعرّضون لبعض الأمراض الشائعة التي وعلى الرغم مما تُسبّبه لهم من ألم بسيط أو إزعاج، تقوي مناعتهم بشكل تدريجي ليتمكنوا من مواجهة أمراض أخرى ربما في المستقبل. راقي بي طفلك إن كان يضع يده في معظم الأوقات في فمه، وإن كان هناك إفراز زائد لللعاب لديه لأنّ ذلك قد يشير إلى احتمال بدء ظهور أسنانه.

ما بين الشهر السادس والثاني عشر من العمر:

يبدأ الإحساس بالانفصال في التبلور لدى معظم الأطفال. وهنا يمكنك أن تلعب مع طفلك لعبة "الاستغماية" التي تجعله يفهم شيئاً فشيئاً أنك موجودة رغم أنه لا يستطيع أن يراك. إن كنت متأكدة من أنّ صغيرك لا يعاني من مشكلة صحّية، أو من تعب زائد، فربما كان يشعر بالملل. وهنا يمكنك البحث عن طريقة ما لتسليه، إذ يمكنك مثلاً أخذه في نزهة ممتعة إلى الحديقة.

من عمر السنين وما فوق، ما الذي يحدث؟

مع نمو جسد صغيرك الجميل، ينمو دماغه فيبدأ في البحث عن المحفزات كالأصوات والكلمات مثلاً لتحسين

لغته، لكنه لا يدرك ما الحدود الكافية والمناسبة بالنسبة لعمره، وهذا ما قد يدفعه للبكاء. من جانب آخر، قد يؤدي الإحساس الزائد بالتعب في هذا العمر إلى الإضطراب، وهو ما يؤثر سلباً على النوم. ولذلك أنت بحاجة لمراقبة حالة طفلك لمعرفة درجة إحساسه بالتعب وتوفير سبل الراحة الالزامية له.

ما الذي يمكنك فعله؟

حاولي إزالة أي عامل محفز لطفلك، ووفرى له مكاناً هادئاً يساعدك على الاسترخاء.

حاولي أن تتفهمي مشاعر صغيرك لأنّ ذلك يساعدك على تخفيف حدة انزعاجه.

ضعى له حدوداً معينة لأنّ ذلك يجعله يشعر تدريجياً بالأمان، كأن تقولي له مثلاً: "أنا أعرف أنك تشعر بالانزعاج، لأنك لا تستطيع أن تعص رفيقك".

امنحي طفلك القدرة على الاختيار في بعض الأمور، ولكن ضمن الحدود المعقولة.