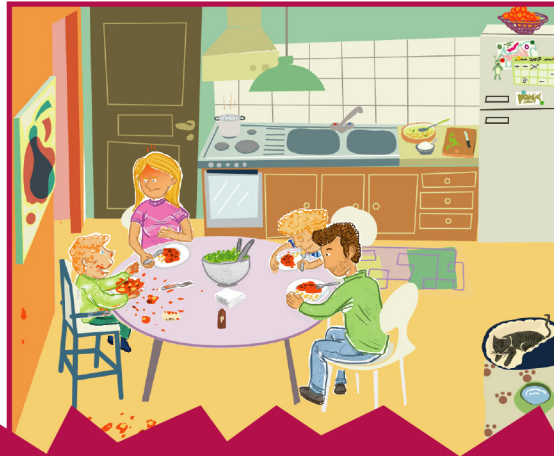


ბავშვებთან საუბარი

კვების ჩვევების შესახებ





საკვების მიღებასთან დაკავშირებული ჩვევები

თქვენი შვილი სემი წლინახევრის არის. იგი ცდილობს, საკუთარი ხელით მიირთვას საკვები. მაგრამ, ნაცვლად იმისა, რომ დანიშნულებისამებრ გამოიყენოს კოვზი და ჩანგალი, სემი საკვებით ერთობა და ვერ ახერხებს საკვების პირში ჩადებას. მის გარშემო საკვები ყველგან მიმოფანტულია: მის ტანისამოსზე, თმაზე, იატაკზე, მაგიდაზე. თქვენ ბრაზდებით, რადგან არეულობას ხედავთ და სამზარეულოს ალაგება თავად მოგიწევთ.

აღწერილი სიტუაცია ყველა მშობლისთვის არის ცნობილი; ეს პატარა ბავშვიანი მშობლის ყოველდღიური ცხოვრებაა. როგორ უნდა ვიმოქმედოთ ისე, რომ თავიდან ავირიდოთ კონფლიქტი და არასასიამოვნო განწყობა, ამგვარ სიტუაციაში?

ქვევით მოცემული კითხვების დახმარებით თქვენ შეგიძლიათ აწარმოოთ სიტუაციის ანალიზი და გააცნობიეროთ საკუთარი რეაქცია.

გარდა ამისა ჩვენ გავწვდით რამდენიმე რჩევას იმასთან დაკავშირებით, თუ რა რეაქცია უნდა გქონდეთ მსგავს სიტუაციებზე.

ანალიზი

რჩევები



გსურთ სიტუაციის გაანალიზება? გაეცანით ტექსტს - [გვერდი 2](#)



გსურთ მიიღოთ ზოგადი ინფორმაცია თქვენი შვილების კვების შესახებ? გაეცანით ტექსტს - [გვერდი 3](#)

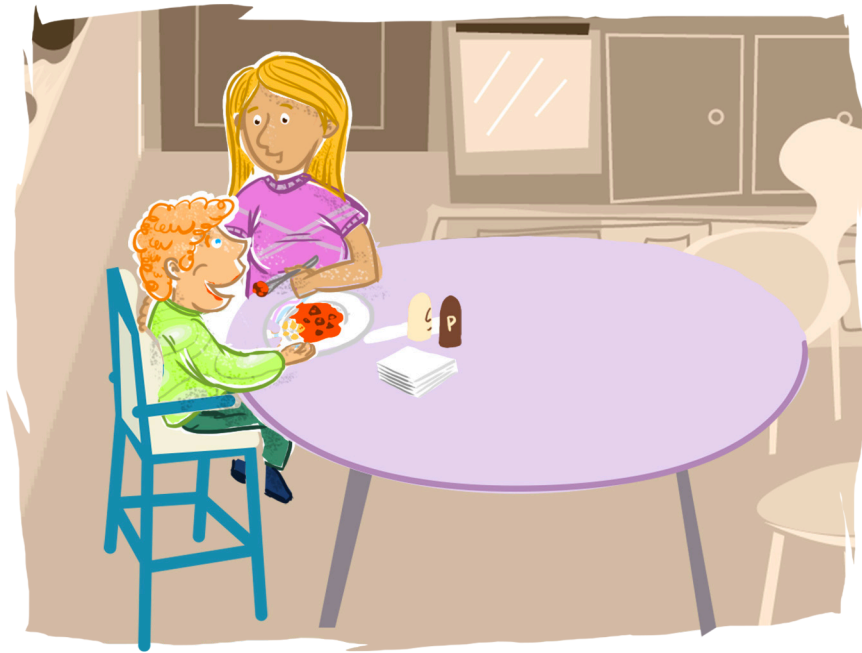
კომუნიკაციის მაგალითები, სამ მნიშვნელოვან პრინციპზე დაყრდნობით :

მოისმინეთ ბავშვის პასუხი: ვხედავ, რომ საკვებით თამაშობ. არ მოგწონს რაც შენს თეფშე დევს? არ გშია?

ესაუბრეთ მეტი: როდესაც საკვებს აქეთ-იქით ისვრი, მე დიდი დრო დამჭირდება სამზარეულოს დასალაგებლად. მოდი ერთად ვნახოთ რა დევს შენს თეფშზე. რამდენი გემრიელი რამ არის და რა კარგი სუნი აქვს! გრძნობ სუნს? გინდა დაგეხმარო ჭამაში?

მოისმინეთ ბავშვის პასუხი: ახლა რა გსურს მიირთვა? სტაფილო? რა გემრიელია, სტაფილო ტკბილია. მოდი სტაფილო პატარ-პატარა ნაჭრებად დაჭრაო, შეგვიძლია ერთად მოვახერხოთ ეს. რამდენი ატრიაა შენს თეფშზე? მოდი ერთად დავთვალოთ! ხომ არ გინდა წყალი ან ჩაი? შეგიძლია ჭიქა თავად დაიჭირო. შემდეგ რა გინდა გასინჯო? ახლა რას გასინჯავ? თუ გინდა, შეგიძლია ბარდის მარცვლები თეფშიდან თავად აიღო.

რჩევები



ბავშვის კვებასთან დაკავშირებული ზოგადი რჩევები:

გაითვალისწინეთ, რომ თქვენი ბავშვი შეიძლება დაღლილი იყოს და არა მშვიერი. ამ ასაკში, ბავშვები კარგად ვერ აცნობიერებენ საკუთარ საჭიროებებსა და სურვილებს და ვერც სწორად გადმოსცემენ მათ. შესაბამისად, თქვენს ბავშვს შეიძლება თქვენთვის შემდეგი ჰქონდეს სათქმელი: არ მშია, მაგრამ ძალიან მაინტერესებს ჩემს გარშემო რა ხდება. რამდენი საინტერესო რამ არის აქ! და რამდენი რამის გაკეთება შემიძლია ამით!

ამრიგად, ბავშვის საქციელს ნუ მიიღებთ როგორც თქვენ წინააღმდეგ მიმართულ ქმედებას; მის განზრახვას არ წარმოადგენს ის, რომ თქვენ დამატებითი სამუშაოს შესრულება გაიძულოთ.

ითუ მიიჩნევთ, რომ ვერ მართავთ სიტუაციას, დათმობაზე წადით. არ დააძალოთ ბავშვს საკვების მიღება; თუ ბავშვს არ უნდა ჭამა ახლა, შეიძლება ცოტა ხნის შემდეგ მოითხოვოს საჭმელი. აიღეთ მაგიდიდან ბავშვის საჭმელი და უთხარით ბავშვს, რომ საჭმელს მერე მისცემთ, როდესაც მას მოშივდება.

ყოველთვის გახსოვდეთ, რომ თქვენი ბავშვი იმიტომ არ სჩადის ამა თუ იმ საქციელს, რომ თქვენ გაგაბრაზოთ ან მდგომარეობიდან გამოგიყვანოთ! დაძლიეთ ბრაზი და შეინარჩუნეთ სიმშვიდე!

რა უნდა ვიცოდეთ მცირეწლოვან ბავშვთან კომუნიკაციის შესახებ?

ყველა ტიპის კომუნიკაცია ბავშვის გონებაზე მოქმედებს და მასთან საუბარი უმნიშვნელოვანესია თქვენი ბავშვის გონებრივი განვითარებისათვის. ადრეულ ასაკში ბავშვთან კომუნიკაციის ნაკლებობის შედეგს წარმოადგენს ბავშვის მწირი ლექსიკური მარაგი, რაც შემდგომ უარყოფითად აისახება მის ინტელექტსა და სწავლის პროცესზე. ჩვენი ტვინი ნეირონების ქსელს წარმოადგენს, რომლებიც ითვისებენ გარემოდან შემოსულ ყველა ინფორმაციას. სოციალიზაციით, როგორცაა ვერბალური და არავერბალური კომუნიკაცია, სტიმულის მუდმივი მიწოდებით, ჩვენ ვეხმარებით ჩვენს ტვინს გაძლიერდეს და გაამყაროს ეს ფასდაუდებელი ქსელი.

მამასადამე, თქვენ, როგორც მშობელს, უდუდესი გავლენის მოხდენა შეგიძლიათ თქვენი ბავშვის ინტელექტზე და სოციალურ და პიროვნულ განვითარებაზე.

როგორ უნდა შევუწყოთ ხელი ჩვენი ბავშვის გონებრივ განვითარებას?

მნიშვნელოვანია მუდმივ კომუნიკაციაში იყოთ საკუთარ შვილთან, ეცადეთ ესაუბროთ მას ძალიან მცირე ასაკიდან. თუმცა, ბავშვის გონებრივი განვითარებისათვის მხოლოდ ის არ არის გადამწყვეტი მნიშვნელობის, თუ რამდენად ხშირად ესაუბრებით მას, არამედ ისიც, თუ როგორ ესაუბრებით მას. მეცნიერებმა რამდენიმე პრინციპი შეიმუშავეს, რომელსაც ქვევით გაგაცნობთ.

სამი მნიშვნელოვანი პრინციპი:

ჩააყენეთ საკუთარი თავი ბავშვის მდგომარეობაში: უწარმოიდგინეთ საკუთარი თავი მის ადგილზე. აწარმოეთ ბავშვზე დაკვირვება: რითია იგი ამჟამად დაინტერესებული? რაზე ამხვრილებს ყურადღებას? ესაუბრეთ ბავშვს იმაზე, რაც ამჟამად მისი ინტერესის სფეროს წარმოადგენს (მაგალითად, საკიდები, ჭიქები და თეფშები, ქსოვილი, ქვები, სარკე, ცხოველები, სხვა ბავშვები, ემოციები ან დაკვირვებების შედეგად მიღებული დასკვნები), იმ შემთხვევაშიც კი, თუ იგი თქვენს საუბარს ჯერ ვერ იგებს. მცირეწლოვან ბავშვებს ხშირად ჩვევით ყურადღების ერთი საგნიდან მეორეზე სწრაფად გადატანა. მაგალითად, წიგნისადმი ინტერესი ბავშვს შესაძლოა ერთ წუთში გაეფანტოს, და შესაძლოა უეცრად დაინტერესდეს ასაწყობი სათამაშოთი, რომელიც ოთახის სხვა კუთხეშია მოთავსებული. მიეცით საშუალება ბავშვს მისწვდეს მას და გააკეთეთ კომენტარი მის ქცევაზე! საკუთარი თავის ბავშვის ადგილზე წარმოდგენა და ქცევაზე კომენტარის გაკეთება ხელს უწყობს თქვენი ბავშვის მიერ გარემოს შეცნობას და მის გონებრივ განვითარებას. ბავშვს თავს არ უნდა მოვასვიოთ ისეთი საგნები, რომლებსაც ჩვენ ვირჩევთ და რომლებიც მათ არ აინტერესებთ.

ესაუბრეთ მეტი: ამ პრინციპის გათვალისწინება ბავშვთან თქვენ ყოველდღიურ ურთიერთობაში სირთულეს არ წარმოადგენს. კომენტარი გააკეთეთ ბავშვის ყველა ქმედებაზე: კვების დროს, საფენების შეცვლის დროს, ჩაცმის, დაბანის დროს. თქვენი ბავშვი იმახსოვრებს თქვენს მეტყველებას და მცირე ხნის შემდეგ მათ გამეორებას დაიწყებს, მაგალითად:

- დაასახელეთ საგანი, რომელიც ბავშვს ხელში უჭირავს და ახსენით მისი დანიშნულება: რა არის ეს? რისთვის ვიყენებთ?
- ერთად მოძებნეთ სხვა ან მსგავსი საგნები: სად ვიპოვოთ სხვა? სად არის დამალული?
- დაუსვით კითხვები: როდესაც ბავშვი თქვენსკენ ხელს იშვერს, ჯერ ჰკითხეთ: „გინდა ხელში ავიყვანო?“ და შემდეგ აიყვანეთ ხელში. ამგვარად თქვენი ბავშვი აღიქვამს კავშირს თქვენს მიერ წარმოთქმულ წინადადებასა და ქმედებას შორის.

როდესაც თქვენი ბავშვი იწყებს სიტყვების წარმოთქმას (მაგალითად, „ბურთი“), განავრცეთ მისი სიტყვა და დასრულებული წინადადება წარმოთქვით, მაგალითად, „დიახ, ეს არის ბურთი“, ან „ბურთით თამაში გინდა?“. ამგვარად, ან სიტყვების სხვა კონტექსტში გამოყენებისას, თქვენ თქვენს პატარას ამხნევეთ, რომ თქვენთან შემოვიდეს ვერბალურ კომუნიკაციაში. ამგვარად ბავშვი იღვიძებს ენის გამოყენების სურვილი.

მოისმინეთ ბავშვის პასუხი: ბავშვთან საუბრისას, საშუალება მიეცით მას რომ გამოგეპასუხოთ. დააცადეთ მას თავად მიაგნოს სიტყვებს, არ მისცეთ მინიშნება და არ დაასწროთ თქმა. მცირეწლოვან ბავშვებს კონკრეტული დრო სჭირდებათ იმისთვის, რომ მიაგნონ საჭირო და სწორ სიტყვებს, როდესაც ისინი ლაპარაკს იწყებენ.

დაუსვით ბავშვს ღია კითხვები, როგორცაა: რატომ? ვინ? როგორ? ბავშვებს მეტი სიტყვების გამოყენება დასჭირდებათ მათზე პასუხის გასაცემად, ამგვარად ისინი ახერხებენ საკუთარი ლექსიკური მარაგის გააქტიურებას. გარდა ამისა, ამგვარი კითხვები კომუნიკაციის შენარჩუნებაში გვეხმარება. შესაბამისად, თქვენი კომუნიკაცია არ დასრულდება მხოლოდ „კი“ ან „არა“ მოკლე პასუხით.

„ბავშვთან საუბარი საკვების მიღებასთან დაკავშირებულ ჩვევებზე“ ემყარება შემდეგ ლიტერატურას:

Nolan, Virginia. 2016. «Die Macht der Sprache.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, Oktober, 58-64.

Suskind, Dana, Beth Suskind und Leslie Lewinter-Suskind. 2015. *Thirty Million Words. Building a Child's Brain*. New York: Dutton.