



מאמר

אתם והתינוק שלכם: איך לבנות את היחסים מהיום הראשון

התינוק שלכם רגיש? נמרץ? או אולי בוכה הרבה? תינוקות מתפתחים בצורה שונה כבר מן הימים הראשונים לחייהם, ובדיוק כמו המבוגרים - שונים זה מזה. כדי להפוך את חווית גידול התינוק לקלה ומהנה יותר, רצוי שתלמדו את אופיו ואישיותו של הקטנטן מוקדם ככל הניתן, תלמדו כיצד כדאי לדבר איתו ואילו צעצועים מומלץ לרכוש לו.

תינוק חדש הוא חוויה מרגשת בכל בית. התינוקות מתפתחים במהירות רבה כבר החל מהימים הראשונים לחייהם, ואין דבר מסקרן ומענג יותר עבור ההורים מאשר לעקוב אחר התפתחויות אלה. יחד עם זה, מעניין לראות כי התינוקות נבדלים האחד מן השני כבר בשלב מוקדם מאוד, בטווח שבין היום השלישי ליום החמישי, כמעט בכל דבר ² בדרך שבה הם אוכלים וישנים, בתגובותיהם לגירויים השונים, ובאמצעים שבהם ניתן להרגיע אותם כשהם בוכים.

אז מה אתם, ההורים, צריכים לדעת בשביל לעבור את התקופה הזאת בשלום ואפילו בהנאה? ליקטנו עבורכם כמה צעדים פשוטים אבל חשובים, כדי לסייע לכם בחוויה המדהימה אך הלא פשוטה הזאת, של לגדל תינוק.

הידעתם? דיבור "תינוקי" הוא יחס של כבוד

כבר בסוף החודש הראשון ייתכן שהתינוק שלכם יהיה מסוגל למקד את מבטו הסקרן לעבר הפנים המתמוגגות שלכם למשך זמן קצר, ובמקביל גם להרים מעט את ראשו בעודו שוכב על הבטן. כדי לסייע לתינוק בפעולות אלה, כדאי לנסות לגרות אותו באמצעות דיבור ולעודד אותו להגיב. למשל, אפשר לדבר אליו בצורה "תינוקית" ומוגזמת, לשאול אותו שאלות ולהמחזי את הפעולות שאתם עושים. חשוב לעשות זאת תוך כדי שמירה על קשר עין עם התינוק, במיוחד במהלך פעולות היום-יום השגרתיות כמו האכלה, החתלה ומקלחת.

חשוב מאוד לדבר אל התינוק, ולא על התינוק. זכרו: למרות שהוא עדיין מאוד צעיר, מדובר בבן אדם לכל דבר ועניין, וככל שתקדימו לדבר עם התינוק שלכם "בגובה העיניים", כך גדלים הסיכויים שהוא יקדים לדבר ולתקשר אתכם. כן, גם אם תדברו אליו בנימה מאוד "תינוקית" ומופרזת. אל תתייחסו אל התינוק כאל מישהו שלא מבין שום דבר ממה שקורה סביבו, אלא כאל יצור עצמאי שיש לו זכויות על גופו ועל נפשו. יחס של כבוד מצד ההורים אל התינוק הוא מפתח להורות טובה ונכונה, בדרך לפעוט שיהיה שלם יותר ובטוח יותר בעצמו.

כך תבחרו את הצעצועים הנכונים

תקופת הינקות היא גם הזמן הנכון לתת לתינוק שלכם צעצועים, שיסייעו לו להבנת המתרחש סביבו. בהתחלה, התינוק לא ממש ישחק עם הצעצועים החדשים שלו, אלא בעיקר יצפה בהם ויכופף מעליהם את אצבעות ידיו הקטנות. בשוק הצעצועים קיים מגוון רחב מאוד של מוצרים לתינוקות ³ החל מרעשנים שמפתחים את הקשר בין חושי השמיעה והראייה, דרך "נשכנים" שאפשר להכניס את הפה בבטחה, ועד לצעצועי התפתחות שנועדו לעבוד על המוטוריקה. אתם, ההורים, יכולים לבחור את הצעצועים החביבים עליכם, ולאחר מכן לבחון כיצד התינוק שלכם מגיב לכל אחד מהם ואילו מהם הוא מחבב במיוחד.

להבין את התינוק גם לפני שלמד לדבר

כמו כל ההורים, גם אתם מחכים בציפייה גדולה להברה הראשונה שהתינוק שלכם יוציא מהפה, אבל זה ייקח כמה חודשים טובים. עוד קודם לכן, לכל תינוק יש דרכים מצוינות לאותת על רצונותיו וצרכיו. אנו כהורים ננסה להבין אותו כבר בשלב הזה, עוד לפני שהוא למד להוציא הברה אחת מפיו. איך תוכלו לעשות את זה? לאט, עם הרבה אהבה, ובעיקר קשב ותשומת לב לכל סימן קטן שהתינוק נותן.

החוכמה היא ללמוד להכיר את התינוק, להבין את אופיו ואישיותו, ולקבל אותו בדיוק כמו שהוא ² ולא, למשל, כפי שדמיינתם שהוא יהיה במהלך תקופה ההיריון. כאמור, תינוקות שונים אלה מאלה, בדיוק כמו המבוגרים. גם להם יש אישיות ואופי הייחודיים רק להם, ותפקידכם כהורים הוא ללמוד אותם, בעזרת מתן תשומת לב מרבית לסימנים הייחודיים של התינוק והכי חשוב ² להגיב לסימנים אלה.

כשהתינוק מתחיל לזהות את אבא ואימא

התינוק שלכם רגיש? רוב הסיכויים ששגרת היום שלו משתבשת במהירות, ועל כן ישנו צורך להרגיע אותו עם כל שינוי שמתרחש. למשל, באמצעות טפיחות קלות על הגב ולחישות של "ששש... ששש..." באוזנו. התינוק שלכם נמרץ? סביר להניח שהוא נוטה לבכות יותר מהרגיל - הגיבו לבכי ונסו להרגיעו.

בסביבות גיל 5 שבועות התינוק מתחיל לקשר בין מראה לצליל, ובשלב הזה הוא כבר עשוי להתחיל לזהות את הקולות שלכם ² של אימו ואביו. במקביל, או מעט לאחר מכן, התינוק מתחיל להגיב למגוון עשיר יותר של צלילים, כמו מוזיקה ורעש. לאחר שתכירו את התינוק שלכם טוב יותר, תדעו הרבה יותר טוב איך להתייחס אליו ואיך לטפל בו. זה יבנה את מערכת היחסים ביניכם כבר בשלב מאוד מוקדם של חייו, וישפר באופן משמעותי את חווית גידול התינוק לשני הצדדים.