

## კომუნიკაცია

თქვენს ახალშობილს უკვე შეუძლია კომუნიკაცია. როდესაც მას სჭირდება - გაღიზიანებულია ან ტირის, როდესაც მშვიდად არის - ღუღუნებს. მისი მოძრაობებიც მეტყველია: თუ მოუსვენარია და იჭიმება, ეს ნიშნავს, რომ თქვენი დახმარება სჭირდება. კომუნიკაციას ამყარებს თვალებით. ის სულ თქვენი თვალების ძებნაშია, თითქოს გეუბნებათ: „შენ ჩემთვის ყველაზე მიშვნელოვანი ადამიანი ხარ“. მალე თქვენი შვილი თქვენს გულს ნამდვილი ღიმილითაც მოინადირებს!

### ხელში ჭერა და ღიღინი

მიიხუტეთ თქვენი ბავშვი კანთან ახლოს, მკერდზე. მას უყვარს თქვენი სხეულის შეგრძნება და თქვენი სურნელი. როდესაც თქვენ დადიხართ, არწევთ ან უბრალოდ ისვენებთ, იღიღინეთ მშვიდი მელოდია ან იავნანა. ბავშვი გაიგებს და შეიგრძნობს თქვენს მელოდიას.

### მოუსვენრად იჭიმება

ზოგჯერ თქვენი ბავშვი მოიღუშება, მოჭუტავს თავის პატარა თვალებს და ჭიმავს მუცელს. ამ დროს მიიხუტეთ მხრებთან, ნაზად დაარტყით ტანზე ხელი და უთხარით: „გაზები დაგიგროვდა, გინდა გამოუშვა?“

### მხიარული საუბარი

მაშინ, როდესაც თქვენი ბავშვი თითქოს იღიმება, დაუწყეთ მხიარული საუბარი და გაუღიმეთ: „როგორი ღიმილი გაქვს!“ მალე აღმოაჩენთ, რომ თქვენი ბავშვი მართლაც თქვენ გიღიმით. ეს ორივესთვის ჯადოსნური მომენტი იქნება!

### „ოოო“ შენ

როდესაც ბავშვი მშვიდად წევს და სახეში გიყურებთ, ნაზად უთხარით გრძელი „ოოო“ ბგერა. დააკვირდით, როგორი საპასუხო რეაქცია ექნება. რამდენიმე კვირის ასაკის ბავშვს თქვენი „ოოო“ სახე საინტერესოდ მოეჩვენება და შესაძლოა გამეორება სცადოს. მალე გაიმეორებს კიდევ „ოოო“-ს და დიალოგიც შედგება!

### თქვენ გეძახით

როდესაც თვალს მიეფარებით, ბავშვი ტირილს იწყებს. უთხარით, რომ გესმით და მალე დაბრუნდებით მასთან: „მესმის ჩემო პატარავ, მოვდივარ“. თქვენი ხმა მას დააიმედებს, რომ თქვენ სახესაც მალე დაინახავს.

### საუბარი და სწავლება

როდესაც თქვენ ბავშვს ღვიძავს და მშვიდად არის, გაასეირნეთ ოთახში ან თუ კარგი ამინდია, გაიყვანეთ გარეთ, ესაუბრეთ ოჯახის წევრების და ირგვლივ არსებული საგნების შესახებ: „ეს შენი ფანჯარაა. ეს შენი საწოლია. ეს შენი და არის. შეხედე, ეს ყვავილია. ყველაფერი შენთვის არის.“

გახსოვდეთ! ბავშვი საჭიროებს მოზრდილის მუდმივ მეთვალყურეობას. გადაამოწმეთ ყველა ნივთი, სათამაშო და საკვები არის თუ არა უსაფრთხო ბავშვისთვის.

## მსხვილი მოტორიკა

თქვენი პატარა სწრაფად იზრდება. ხელები მჭიდროდ არის მიკრული სხეულთან, ხოლო თითები მუშტად აქვს შეკრული. მიუხედავად იმისა, რომ მისი კისერი ჯერ არც ისე ძლიერია, ის მაინც ცდილობს თავის წამოწევას, განსაკუთრებით მაშინ, როდესაც მუცელზე წევს. (ყოველთვის ყურადღებით იყავით, როდესაც პატარა მუცელზე წევს!) რამდენიმე კვირაში ის უკვე შეძლებს თავის უფრო უკეთ და ხანგრძლივად დაჭერას. მისი ფეხები მოხრილია მუხლებში და ახლოს აქვს მიტანილი მუცელთან, თუმცა ფეხები მალე მოეშვება და ფეხის კვრასაც დაიწყებს.

### ფართოდ გაშალე!

ბანაობის შემდეგ, როდესაც ბავშვი მშვიდად არის, მოკიდეთ მაჯებში ხელები, მოუხარეთ და მიუტანეთ მკერდთან ახლოს, შემდეგ კი გაუშალეთ. გაიმეორეთ რამდენჯერმე. მიუსადაგეთ სიმღერა: „მოვხარეთ ხელები, გავშალეთ ხელები, მოვხარეთ ხელები, ვაკოცეთ პაწაწუნას“. ბავშვი გაერთობა ამ თამაშით და ესიამოვნება თქვენი მხიარული სახის ყურება.

### მუცელზე წოლის დრო

როდესაც ბავშვი წევს მუცელზე, მიუწექით გვერდით ისე, რომ სახეში გიყურებდეთ. მოკიდეთ ხელი მის თითებს და შეეცადეთ დაიჭიროთ მისი მხერა. ესაუბრეთ და უმღერეთ. გაუღიმეთ. აგრძნობინეთ, რომ ის განსაკუთრებულია. მოგვიანებით გაიმეორეთ იგივე, ოღონდ მიუწექით მეორე მხრიდან.

### ფეხის თითებზე ლიტინი

როდესაც პატარა წევს ზურგზე, ეთამაშეთ მის ფეხებს. აკოცეთ ფეხის გულებზე და უთხარით: „რა გემრიელი ფეხის გულები გაქვს“. ამ დროს სახეზეც დააკვირდით, სიამოვნებს თუ არა მას ეს თამაში.

### ახალი საგნების დანახვა

როდესაც ბავშვი წევს მუცელზე და თავი წამოწეული აქვს, დაანახეთ რაიმე საინტერესო სათამაშო ან პრიალა კოვზი. დაეხმარეთ, რომ თავი კიდევ უფრო კარგად წამოწიოს საგნის უკეთ დასანახად. უთხარით, რომ ის ძალიან ძლიერია, რადგან თავს ასე კარგად სწევს მაღლა.

### მომეზნე დედიკო (მამიკო)

როდესაც ბავშვი წევს ზურგზე, მიუწექით გვერდით ისე, რომ თქვენი სახეები ერთ დონეზე იყოს და ესაუბრეთ: „გამარჯობა ჩემო პატარავ. სად არის შენი დედიკო?“ როდესაც ბავშვი თქვენს ხმაზე სახეს მოაბრუნებს, აუცილებლად გაუღიმეთ: „შენ მე მიპოვე“. ეთამაშეთ იგივე მეორე მხრიდანაც.

### სასიამოვნო ბანაობის დრო

ბანაობის შემდეგ კარგია, თუ პატარას სხეულს ნაზად დაუხელო. ესაუბრეთ, როდესაც ნაზად ეხებით მის „განსაკუთრებით პატარა კისერს“, „პატარა მუცელს“, „ძლიერ ზურგს“. ამ პროცესში თქვენი პატარა თავისი სხეულის ნაწილებსაც გაიცნობს.

გახსოვდეთ! ბავშვი საჭიროებს მოზრდილის მუდმივ მეთვალყურეობას. გადაამოწმეთ ყველა ნივთი, სათამაშო და საკვები არის თუ არა უსაფრთხო ბავშვისთვის.

## ნატიფი მოტორიკა

თქვენი ბავშვის ხელები მუშტად არის შეკრული. თუ თქვენ მას ხელში თითს ჩაუდებთ, გაოცდებით ისე მჭიდროდ მოგიჭერთ. ამ ჩაჭიდების საშუალებით მას შეუძლია ცოტა ხნით სათამაშო დაიჭიროს. ზრდასთან ერთად მისი მტევნები უფრო გაშლილი გახდება. მას უჩნდება ინტერესი შეხებით მოსინჯოს სხვადასხვაგვარი ზედაპირი, ამიტომაც თავისი პატარა თითებით ეხება თქვენს ტანსაცმელს, სახეს, თმას, თუმცა ჯერ ვერ ხვდება, რომ თქვენ გეხებათ.

### მსუბუქი მოჭიდება

როდესაც თქვენი ბავშვი მშვიდად არის, ჩაუდეთ თქვენი თითი მუჭში, შეიგრძენით მისი ხელის მოჭერა და შემდეგ ოდნავ გაქაჩეთ ხელი. უთხარით, რომ ის ძლიერია. შემდეგ შეცვალეთ ხელი და გაიმეორეთ იგივე. მოიგონეთ და უმღერეთ რაიმე სიმღერა ამ მოძრაობასთან დაკავშირებით.

### ხელის მოკიდება

მიეცით ხელში სხვადასხვა მასალისგან დამზადებული საგნები. ხელში ჩაუდეთ კოვზი (ცივი და მაგარი), მოგვიანებით დააჭერინეთ ნაჭრის კიდე (რბილი და თბილი). სხვადასხვა ნივთზე ხელის მოკიდებით ის უფრო მეტს შეიტყობს სამყაროს შესახებ.

### ოჯახის წევრების თითები

ჩართეთ ოჯახის სხვა წევრებიც. ბავშვს მიეცით საშუალება, რომ სხვის თითებსაც მოჰკიდოს ხელი. მაგალითად, ბებიამ ჩაუდოს თითი ხელში და თან უთხრას: “გამარჯობა, მე შენი ბებია ვარ და შენ ჩემი თითი გიჭირავს.” გაიმეორეთ იგივე მის დასთან ან ძმასთან ერთად. როდესაც პატარას ეს უკვე მოხერხდება, შეწყვიტეთ თამაში.

### პატარა ხელები

ბანაობის შემდეგ შეაზილეთ საბავშვო ზეთი ან ლოსიონი. ნაზათ დაუზილეთ მაჯა, ხელისგულები და თითები. აუხსენით პატარას, რასაც აკეთებთ: „მე შენს პატარა ცერა თითს ზეთს ვუსმევ.“

### ყელსახვევის მოქაჩვა

ჩაუდეთ ხელში ყელსახვევის ან თავსაფრის ერთი ბოლო, შემდეგ ნელა გაშალეთ ისე, რომ ფერები კარგად დაინახოს. რა ფერადი სიურპრიზია!

გახსოვდეთ! ბავშვი საჭიროებს მოზრდილის მუდმივ მეთვალყურეობას. გადაამოწმეთ ყველა ნივთი, სათამაშო და საკვები არის თუ არა უსაფრთხო ბავშვისთვის.

## პრობლემის გადაჭრა

თქვენი პატარა მართლაც საოცრებაა. სახეში გიყურებთ, როდესაც თქვენთან ახლოს არის. ესმის თქვენი ხმა. შეუძლია თითზე ჩაგჭიდოთ ხელი. მისი თავის ტვინი ძალიან სწრაფად იზრდება და თამაში მისი ტვინის განვითარებისთვის ძალიან მნიშვნელოვანია. ამ პერიოდისთვის მისი თამაში მხოლოდ თქვენთან და რამდენიმე სათამაშოთან ან საგანთან ურთიერთობით შემოიფარგლება. პირველი თვეების განმავლობაში ბავშვი ხედავს 20-25 სმ-ით დაშორებულ საგნებს, უფრო შორს კი მისთვის ყველაფერი ბუნდოვანია. პატარას ტვინი აღიქვამს მხოლოდ მარცვლებს, რაც ესმის, მაგრამ მალე ის სიტყვებსაც გაიგებს.

### წრები და ტალღები

დაუხატეთ პატარას მარტივი ნახატი, სქელი ფართო წრები და ზიგზაგები. ამისთვის შეგიძლიათ გამოიყენოთ მუყაო და არატოქსიური წითელი და შავი მარკერები. დაეხმარეთ, რომ მან ნახატზე ფოკუსირება მოახდინოს, მიუტანეთ თვალებთან ახლოს (დაახლოებით 25 სმ). დაინტერესდა!

### ჩხრიალა და ცისარტყელა

როდესაც პატარა წევს ზურგზე, დაიჭირეთ რაიმე სათამაშო მის სახესთან ახლოს (25 სმ). ამისთვის გამოგადგებათ ჩხრიალა სათამაშო, რადგან მისი ხმით უფრო ადვილად მიიპყრობთ ბავშვის ყურადღებას. ამომრავეთ სათამაშო მის სახესთან წინა-უკანა მიმართულებით ერთი გვერდიდან მეორესკენ ცისარტყელას რკალისებურად. შეგიძლიათ ეს რკალი მის მუცელსა და შუბლს შორის გააკეთოთ. პატარა ამ დროს სათამაშოს უყურებს.

### შემხედე!

დაიჭირეთ პატარა თქვენს სახესთან ახლოს. გაუღიმეთ, გამოუყავით ენა ან მიიღეთ სასაცილო სახე. გააკეთეთ ეს ნელა, მან რომ კარგად აღიქვას. დაელოდეთ, რას გააკეთებს თვითონ.

### მარტივი ზღაპრები

ძილის წინ ან მშვიდად ყოფნის პერიოდში ესაუბრეთ თქვენს პატარას წყნარი ხმით. მოუყევით მარტივი ზღაპრები, ესაუბრეთ განვლილი დღის შესახებ. თავიდან ვერაფერს გაიგებს, თუმცა მალე ის შეძლებს გაგებას. მას მოსწონს ჩახუტება, თქვენი ყურადღება და თქვენი მშვიდი ხმა.

### მიმღერე

პატარას მოეწონება თქვენი მელოდიური საუბრის გაგება. ესაუბრეთ ნელა და მაღალი ხმით. არ არის აუცილებელი ბავშვური ენით საუბარი. აირჩიეთ წიგნიდან რაიმე სურათი და ესაუბრეთ მის შესახებ. ილაპარაკეთ! ის მალე დაიწყებს ბგერების გამოცემას, რომ თქვენს გესაუბროთ.

### კალთაში

რამდენიმე კვირაში ბავშვს უკვე შეუძლია თავის დაჭერა, როცა კალთაში გიწევთ. დაულაგეთ ახალი საგნები ახლოს, მაგიდაზე ან იატაკზე ისე, რომ ხედავდეს. უთხარით რასაც ხედავს: „აი ჭიქა. ეს არის შენი ჭიქა. შეხედე, ეს შენი წინდაა.“

გახსოვდეთ! ბავშვი საჭიროებს მოზრდილის მუდმივ მეთვალყურეობას. გადაამოწმეთ ყველა ნივთი, სათამაშო და საკვები არის თუ არა უსაფრთხო ბავშვისთვის.

## პიროვნულ-სოციალური

თქვენ ძალიან სჭირდებათ თქვენს პატარას. თქვენზე დამოკიდებული მისი კვება და უსაფრთხოება. ის თქვენთან თვალებით ურთიერთობს და გამოსცემს სხვადასხვა ხმებს თქვენი ყურადღების მისაპყრობად. რადგან თქვენ მის ტირილზე რეაგირებთ, მას თქვენს მიმართ ნდობა უჩნდება. სულ უფრო მეტად სიამოვნებს ურთიერთობა ოჯახის სხვა წევრებთანაც, თუმცა თქვენ მისთვის ყველაზე მნიშვნელოვანი ადამიანი ხართ.

ჭამის დრო	როდესაც ბავშვი ჭამს, ნაზად შეეხეთ მის პატარა ნიკაპს, შუბლს, ყურებს. უყურეთ თვალებში და უთხარით, რომ ის არავის არ გავს - ის თქვენი ნამდვილი სასწაულია.
რა თქვი?	ბავშვი დაბადების დღიდანვე ცდილობს რაიმეს თქმას. მისი პირველი სიტყვები მისივე ტირილია, რომლითაც ის ცდილობს გაგაგებინოთ: „მე შენთან მინდა“, „მე მშია“, „მე დავიღალე“. მოუსმინეთ და შეეცადეთ მიხვდეთ, თუ რას ნიშნავს მისი ტირილი. ესაუბრეთ მას: „გშია?“ „დაიღალე ჩემო პატარავ?“
ვისია ეს ხელები?	როდესაც ბავშვი ნაჭამია და მშვიდად არის, დააწვინეთ ზურგზე და მიუწეკით ახლოს. ესაუბრეთ მისი სხეულის შესახებ: “შეხედე შენს ხელებს, შენს თითებს“. მისთვის ყველაფერი ახალია და საკვირველი. საკუთარი სხეულის ნაწილებიც საოცრად საინტერესოა!
მომლიმარი სახე	ხშირად გაუღიმეთ ბავშვს, განსაკუთრებით მაშინ, როდესაც აბანავებთ, აჭმევთ ან საფენს უცვლით. შორიდან აკოცეთ ისე, რომ ტუჩებით გამოცემული ხმა გაიგოს. პირველი კვირების განმავლობაში ბავშვის ღიმილი რეფლექსურია, თუმცა მოგვიანებით ის იწყებს თქვენი ღიმილის საპასუხოდ გაღიმებას. რა მშვენიერია!
შემდეგ?	ესაუბრეთ თქვენს პატარას დღის განრიგის შესახებ და უთხარით, რის გაკეთებას აპირებთ. მას ჯერ არ ესმის ამ სიტყვების მნიშვნელობა, მაგრამ მალე მიხვდება. ეს დაგეხმარებათ, რომ ბავშვმა ისწავლოს ყოველდღიური რუტინა: „ახლა ძილის დროა“ ან „ახლა ჭამის დროა“.
შემასვენე	თქვენს პატარას შეუძლია განიშნოთ, როდესაც მას შესვენება სჭირდება. ამ დროს ის იხედება გვერდზე, ამთქნარებს, ტირის ან უკან იხნიქება. მას შესაძლოა ხანმოკლე ძილი ან მოსვენება სჭირდებოდეს, რის შემდეგაც ის კვლავ გააგრძელებს სამყაროს აქტიურ შესწავლას.

გახსოვდეთ! ბავშვი საჭიროებს მოზრდილის მუდმივ მეთვალყურეობას. გადაამოწმეთ ყველა ნივთი, სათამაშო და საკვები არის თუ არა უსაფრთხო ბავშვისთვის.