



مراحل الطفولة المبكرة - نمو و تعلم

تطور الطفل في مراحله المبكرة:
دليل توعوي للأمهات

التطور في السنوات الأولى من عمر الطفل:

- تُعد السنوات الأولى من حياة الطفل (من الولادة حتى عمر 5 سنوات) من أكثر المراحل أهمية في نموه وتطوره. ففي هذه المرحلة تتكوّن أساسيات الشخصية، وتتشكل قدراته العقلية واللغوية والاجتماعية. وهي حجر الأساس لمستقبله التعليمي والاجتماعي والنفسي.
- تشهد هذه المرحلة نموًا دماغيًا هائلًا؛ حيث يتطور الدماغ بنسبة تفوق 80% من حجمه النهائي ويتم اكتساب المهارات الأساسية في الحركة، اللغة، التفكير، والعلاقات الاجتماعية
- في هذه الفترة الطفل يتأثر بشكل كبير بالبيئة المحيطة، خاصة بالرعاية والاهتمام الذي يتلقاه من الأهل.
- المتابعة المستمرة، والتفاعل الإيجابي، والرعاية الجيدة، يمكن أن تصنع فارقًا كبيرًا في حياة الطفل وتساعد على بلوغ أقصى إمكاناته
- كل طفل يتطور بطريقة مختلفة عن الآخر رغم وجود معايير عامة ومن الطبيعي ان يكون هناك فرق بين طفل وآخر.



مراحل الطفولة المبكرة

تطور الطفل من الولادة حتى عمر 5 سنوات يمر بمراحل مهمة في عدة مجالات، بما في ذلك التطور الحركي، اللغوي، الإدراكي، الاجتماعي. لذا فإن متابعة تطور الطفل تُعد من الأمور الأساسية التي يجب أن يحرص عليها الأهل ومقدمو الرعاية الصحية، لما لها من تأثير مباشر على صحة الطفل الجسدية، النفسية، والاجتماعية.

تعتبر مراحل التطور عند الطفل عملية مستمرة مع تسلسل يمكن التنبؤ به، مع وجود مسار فريد لكل طفل، حيث لا يتقدم جميع الأطفال بنفس المعدل، وتتأثر كل مرحلة بالتجارب التنموية السابقة.

مهارات الطفل تبدأ في التطور منذ أول شهر للطفل وحتى سن 5 سنوات، ويجب ملاحظة الطفل باستمرار للتأكد من نموه بشكل سليم من قبل الأهل والحرص على الزيارات الدورية **هذه المهارات تشمل:**

- تطور إدراك الطفل (Development): هي قدرة الطفل على حل المشاكل.
- تطور الطفل الاجتماعي والعاطفي (Social and Emotional Development): يقصد بذلك تفاعله مع من حوله.
- تطور اللغة والكلام (Speech and Language Development): تشمل فهم واستخدام اللغة.
- تطور المهارات الحركية الدقيقة (Fine Motor Skill Development) كاستخدام اليدين والأصابع، أي العضلات الصغيرة، ليلتقط الأشياء الصغيرة.
- تطور المهارات الحركية الكبيرة (Gross Motor Skill Development): أي استخدام العضلات الكبيرة، والقدرة على الجلوس والمشي والقفز.

مراحل تطور الطفل منذ الولادة الى عمر الخمسة سنوات:

العمر	التطور الاجتماعي والعاطفي	التطور المعرفي	التطور اللغوي	التطور الجسدي
0 - 6 شهر	يبتسم للأشخاص، يتعرف على الوجه	يبدأ بتتبع الأشياء بعينه	يصدر أصواتًا (مناغاة)، يتفاعل مع الأصوات	يرفع رأسه، يبتسم، يبدأ بالتقلب
6 - 12 شهر	يرتبط بالأم، يظهر القلق من الغرباء	يستكشف الأشياء بفمه، يتفاعل مع الأصوات	يقول كلمات بسيطة مثل "بابا" و"ماما"	يجلس بدون دعم، يزحف، يبدأ بالوقوف
1 - 2 سنة	يقلد الأفعال، يحب اللعب الفردي	يتعرف على أسماء الأشخاص والأشياء	يربط كلمتين معًا، يتبع تعليمات بسيطة	يمشي بمفرده، يركل الكرة
2 - 3 سنوات	يبدأ اللعب الجماعي، يقلد الأطفال والبالغين	يفرز الألوان والأشكال، يحلّ ألغازًا بسيطة	يستخدم جمل قصيرة، يسأل "لماذا؟"	يجري، يصعد الدرج بمساعدة
3 - 4 سنوات	يتعاون مع الآخرين، يظهر عواطفه بوضوح	يعدّ حتى 10، يتعرف على الوقت البسيط (اليوم/غداً)	يتحدث بجمل أطول، يروي قصة قصيرة	يقفز على قدم واحدة، يمسك القلم بشكل أفضل
4 - 5 سنوات	يكون صداقات، يحب الأنشطة الجماعية	يحل المشكلات البسيطة، يطرح أسئلة منطقية	يتحدث بطلاقة، يستخدم القواعد اللغوية	يتحكم أكثر بحركاته، يرسم أشكالًا

اللعب:

- **اللعب الحر:** يطوّر الخيال، الإبداع، وحل المشكلات.
- **اللعب الموجه:** يعلّم مفاهيم محددة كالعد، الألوان، الحروف، أو التنسيق الحركي



العوامل البيولوجية:

- **الوراثة:** تلعب الجينات دوراً في تحديد مستوى الذكاء، القدرات الحركية، والسمات الشخصية.
- **الصحة العامة:** التغذية الجيدة والرعاية الصحية المنتظمة (خاصة في السنوات الأولى) ضرورية لنمو الدماغ والجسم.
- **النمو العصبي:** تطور الدماغ والجهاز العصبي يؤثر مباشرة على القدرات المعرفية والحركية.

القدوة والتقليد:

- **الأطفال يتعلمون الكثير من خلال تقليد الكبار، لذا وجود قدوة جيدة يساعد في اكتساب السلوكيات والمهارات بشكل أسرع.**

العوامل التي تحفز تطور الطفل واكتساب المهارات

العوامل الاجتماعية والعاطفية:

- **العلاقة مع الوالدين أو مقدمي الرعاية:** التواصل المستمر، الدعم العاطفي، والحنان تحفّز النمو العاطفي والمعرفي
- **اللعب الاجتماعي:** التفاعل مع أطفال آخرين يعلّم مهارات مثل التعاون، حل المشكلات، والتواصل.
- **التشجيع والتقدير:** الكلمات المشجعة والمدح تعزّز الثقة بالنفس وتحفّز الطفل لتجربة أشياء جديدة.

العوامل البيئية:

- **التحفيز المعرفي:** الألعاب التعليمية، الكتب، القصص، والأنشطة التي تشجع على التفكير والاستكشاف تحفّز الدماغ.
- **البيئة الآمنة والمستقرة:** توفر بيئة آمنة وخالية من التوتر والضغط العاطفية يساعد على التطور النفسي السليم.
- **التغذية:** الغذاء المتوازن يعزز النمو الجسدي والعقلي (مثل الحديد، الأحماض الدهنية أوميغا-3، البروتينات)

التعليم المبكر:

- **برامج الطفولة المبكرة:** الحضانة أو رياض الأطفال التي تعتمد على أنشطة موجهة تنمّي المهارات اللغوية والحركية والمعرفية.
- **تعليم المهارات اليومية:** مثل ارتداء الملابس، ترتيب الألعاب، أو غسل اليدين، يعزز الاستقلالية والتطور الاجتماعي.

علامات تدل على تأخر في تطور الطفل حسب الفئة العمرية

من الولادة حتى 6 أشهر

- ✱ لا يبتسم أو لا يتفاعل مع الوجه.
- ✱ لا يصدر أصواتاً (مناغاة) بحلول 4 أشهر.
- ✱ لا يثبت رأسه عند حمله.
- ✱ لا يتتبع الأشياء بعينه.

من 6 أشهر إلى سنة

- ✱ لا يجلس بدون دعم بحلول 9 أشهر.
- ✱ لا يحاول الزحف أو التنقل بأي طريقة.
- ✱ لا يصدر أي مقطع صوتي واضح (مثل «با، دا»).
- ✱ لا يُظهر اهتماماً أو استجابة للأشخاص المحيطين

من سنة إلى سنتين

- ✱ لا يمشي بحلول 18 شهراً.
- ✱ لا يستخدم كلمات بسيطة مثل «بابا» و«ماما» بحلول 15 شهراً.
- ✱ لا يشير إلى الأشياء أو يستخدم الإيماءات.
- ✱ لا يتفاعل اجتماعياً (مثل اللعب أو التقليد).
- ✱ لا يُظهر أي اهتمام بالآخرين أو لا يلاحظ وجودهم.

التواصل الفعّال ودوره في تطور الطفل

التواصل المستمر مع الطفل يساهم في: تنمية اللغة والمفردات، بناء الروابط العاطفية بين الطفل ووالديه، تعزيز الثقة بالنفس والشعور بالأمان وتطوير مهارات التعبير عن المشاعر.

طرق التواصل اليومية المفيدة:

- ✱ التحدث مع الطفل حتى لو لم يكن يتكلم بعد.
- ✱ الاستماع إليه باهتمام وتشجيعه على التعبير.
- ✱ قراءة القصص بصوت واضح وتفاعلي.
- ✱ تكرار الكلمات البسيطة معه وتعليمه أسماء الأشياء من حوله.



دمج اللعب بالتواصل:

يمكنك الجمع بين اللعب والتواصل بسهولة.

- ✱ أثناء اللعب بالمكعبات، تحدثي عن الألوان والأشكال.
- ✱ خلال اللعب التخيلي، أسأليه: «ماذا نأكل اليوم؟» وشاركه الحوار.
- ✱ أثناء الرسم، ناقشي ما يرسمه، وشجعي خياله.
- ✱ غني له أغاني بسيطة مع حركات يدوية ليقلدك.

نصائح عامة للأمهات

- العناية بتطور طفلك لا تحتاج إلى أدوات معقدة، بل إلى حب ووقت واهتمام.
- من خلال اللعب والتواصل تضعين الأسس لشخصية متوازنة، وطفل واثق، ومتعلم يحب الاستكشاف والتفاعل مع العالم من حوله.
- كل طفل ينمو بطريقته الخاصة، لكن وجود أم واعية، متفاعلة، وحنونة هو أهم عامل في دعم نموه وتطوره.
- تذكري أن الحب، الوقت، والاهتمام أقوى من أي لعبة أو تطبيق.
- شجعيه على اتخاذ قرارات بسيطة (مثل اختيار ملابسه أو لعبته). امدحي محاولاته، وليس فقط النتائج.
- لا تعنفيه لفظيًا عند الخطأ، بل وجهيه بلطف ووضوح.



المراجع:

• منظمة اليونيسف (النسخة العربية) – دعم الطفولة المبكرة <https://www.unicef.org/arabic>

• CDC – Centers for Disease Control and Prevention دليل التطور من الولادة حتى 5 سنوات <https://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment>

• WHO – World Health Organization Early Childhood Development resource <https://www.who.int>

• American Academy of Paediatrics (AAP) <https://www.aap.org>

من سنتين إلى 3 سنوات

- لا يُكوّن جمل مكونة من كلمتين بحلول عمر 2.5 سنة.
- لا يفهم التعليمات البسيطة.
- لا يُظهر تخيلاً في اللعب (مثل إطعام دمية).
- يُظهر سلوكًا عدوانيًا مفرطًا أو انسحابًا تامًا من التفاعل.

من 3 إلى 5 سنوات

- لا يستطيع سرد أحداث بسيطة أو التعبير عن نفسه بجمل مفهومة.
- صعوبة واضحة في استخدام الأدوات البسيطة (مثل الأقلام أو المقص).
- لا يتفاعل مع الأطفال الآخرين أو لا يحب اللعب الجماعي.
- لا يتحكم في حركاته أو توازنه مقارنةً بأقرانه.
- لديه صعوبات في الاستماع أو في الانتباه لفترات قصيرة.

علامات عامة تدل على مشاكل بالتطور في أي عمر

- فقدان مهارات سبق أن اكتسبها (مثل التوقف عن الكلام أو المشي).
- لا يظهر مشاعر مثل الفرح أو الحزن.
- لا يتواصل بصريًا أو يتهرّب منه تمامًا أو لا يُظهر أي اهتمام بالعالم المحيط به.

متى تراجعين طبيبًا مختصًا؟

- إذا لاحظت واحدة أو أكثر من العلامات سابقة الذكر، من الأفضل مراجعة طبيب الأطفال أو أخصائي تطور الطفل أو أخصائي النطق أو العلاج الوظيفي حسب الحاجة

