



רעיונות לתרגול תקשורת ראשונית

המרכיבים ליצירת קשר הם מגע, דיבור, חיוך, יצירת קשר עין, חוס ואהבה. נשתמש בכל המרכיבים הללו בזמן הפעילות לצורך יצירת קשר איכותי בין הורה לתינוק מה שיגרום לתינוק להיות בריא מכל הבחינות: רגשית, נפשית ושכלית. קשר כזה תורם לתינוק לאמון בסיסי ולביטחון עצמי.

תקשורת עם הקטנטנים היא משהו שאנחנו לרוב עושים בצורה אוטומטית, זה מאד כיף להגיב ולקבל מהם פידבקים וחיוכים!

הנה כמה הצעות לתרגול במהלך היום:

- קשר עין: נעילה של המבט שלנו בשלהם ושמירה על הקשר עד שהם מנתקים את המבט. בהתחלה זה יהיה שניות בודדות ולאט לאט יתארך.
 - "שיחה" בסגנונות שונים: לדבר איתם במגוון קולות וצלילים. דיבור רגיל, דקלומים עם פרצופים וקולות מוגזמים, ג'בריש ושטויות. כמובן לא לשכוח לחקות אותם כשהם מגיבים לנו
 - "דיאלוג" עם רעשן: לרשרש מולם קלות, לעצור ולהמתין לתגובה מהם. לחזור מספר פעמים, לאט לאט אפשר גם להניע את הרעשן לכל הכיוונים ולעודד הפנייה של המבט והראש
 - "זום אין!": מיקוד ראייה. שמירה על קשר עין איתנו כשאנחנו מתקרבים ומתרחקים מהם. אפשר גם להוסיף בסוף נשיקה, אף לאף או מצח למצח.
 - חיקוי של הפה שלנו: חיוך, פתיחת פה, אנחנו עושים תנועות גדולות עם הפה ומחכים שהם יעשו כמונו (AAAA, OOOO וכו'). גם הוצאת הלשון שלנו בד"כ תגרום חיקוי מצידם
 - קשב: גריו עם צעצוע והסתרת הצעצוע. להמתין שהתינוק יחזור למרכז עם הראש ויחכה לגריו הבא כמה שניות
 - קשר עין-יד-פה: מגע בכפות הידיים וסביב הפה עם הפנים שלנו או צעצוע, הבאה של הידיים שלו למרכז אל הפנים שלנו
 - מראה: למקם את הקטנטנים מול או מעל מראה, אפשר גם על הידיים שלנו בתנועה, להתקרב ולהתרחק מהמראה
 - שילוב בין המגע לשפה: מגע עדין הוא מעודד תקשורת מעולה. נסו ללטף או לדגדג ותוך כדי לעשות קולות ופרצופים. התינוק יתרגש ויהנה ויגיב לכם בשמחה. אפשר גם ממש להסביר: אני מדגדגת לך את הרגל, עכשיו מלטפים את המצח...
- הכי חשוב: להנות מהאינטראקציה ומהתגובות! לשים לב לתהליך הלמידה וההתפתחות עם הגיל והתרגול.

בהצלחה!

