

لماذا يبكي الأطفال؟



قد يكون بكاء الطفل مصدر ضجر كبير.
والبكاء عادي لكن هناك أشياء يمكنك القيام
بها حتى يصبح الطفل يبكي أقل.

بعض الإقتراحات لمساعدتك على التعامل مع البكاء:

1. حافظ على الهدوء وكُن صبورا - قد يأخذ الطفل بعض الدقائق للتوقف عن البكاء.
2. استعمل التلميحات والإشارات التي يقوم بها الطفل حتى تعرف ما يحاول طفلك التعبير عنه.
3. احمل الطفل وضمه قريبا من جسمك.
4. تحدث إلى الطفل بهدوء أو غنِّ له المرة والأخرى.
5. هزّ الطفل أو أرجحه بلطف المرة والأخرى.
6. أدلك ظهر الطفل وذراعيه ورجليه بلطف.
7. إذا بدأت تشعر بالغضب أو الضجر، ضع الطفل في مكان آمن لبضع دقائق واستريح .
8. أطلب من أحد الأصدقاء أو أحد أفراد العائلة أن يساعدك.
9. اتصل بخدمات WIC أو طبيبك إذا اتضح لك أن الطفل يبكي كثيرا.



لا تقم أبدا
بخض أو
هزّ الطفل!

تم استخراج المعلومات من برنامج WIC بولاية كاليفورنيا.

لمن يشكو من إعاقات خاصة تتوفر هذه الوثيقة تحت الطلب في صيغ أخرى.
لتقديم طلب اتصل بالرقم التالي 1-800-841-1410 (1-800-833-6388 لمن يشكو من صعوبة في السمع).
هذه المؤسسة تحترم مبدأ المساواة في تقديم الخدمات والفرص.
لا ينتهج برنامج التغذية WIC بولاية واشنطن التمييز.



Created by the UC Davis Human Lactation Center as part of the FitWIC Baby Behavior Study.
Key Resource: Sumner, B., & Barnard, K. (1980). Keys to caregiving. Seattle: NCAST, University
of Washington. This project has been funded at least in part with Federal funds from the U.S.
Department of Agriculture, Food and Nutrition Service. The contents of this publication do not
necessarily reflect the view or policies of the U.S. Department of Agriculture, nor does mention of
trade names, commercial products, or organizations imply endorsement by the U.S. Government.

يبكي الأطفال للعديد من الأسباب

إنه من الأسهل في بعض الأحيان أن تعرف ما يحتاج إليه طفلك (مثل تغيير الحفاض)! وفي أحيان أخرى قد يبدو أن الطفل يبكي بدون سبب بالمرّة.

حاول التعرف على التلميحات التالية وأعرف لماذا يبكي طفلك...



إذا كان طفلك جائعاً فقد:

- يتلفظ بأصوات
- يغضن شفثيه
- يحافظ على يديه قريباً من فمه

إذا احتاج طفلك إلى استراحة مما يقوم به، فقد:

- يتقلب أو يدفع
- يمد أصابعه
- تتوتر عضلات وجهه أو جسده



وفي العديد من الأحيان قد يحاول الطفل التلميح أو الإشارة إلى رغبته قبل أن يشرع في البكاء. ومحاولة التعرف على هذه التلميحات والإشارات ومساعدة طفلك على الشعور بالراحة قد تكون طريقة جيدة للتقليل من البكاء.

حقائق غير مسلية عن البكاء



كل الأطفال يبكون.

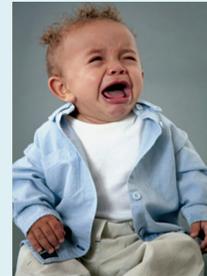


والبكاء مصدر ضجر لسبب - حتى يحصل على مساعدة مقدم خدمة الرعاية.

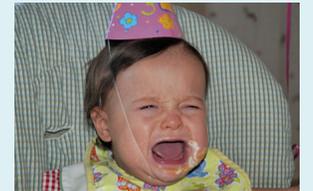


يبكي الأطفال لأسباب عديدة وليس لأنهم جائعين فقط.

وعندما تريد المساعدة فقد يمر بعض الوقت قبل أن يهدأ الطفل. يحتاج الأطفال إلى بعض الوقت قبل الإستجابة.



يبكي الطفل الذي يبلغ عمره 6 أسابيع بمعدل ساعتين في اليوم.



يبكي الأطفال أقل كلما كبروا في السن.



Dear Colleague,

The Washington State Department of Health (DOH) provides print-ready files (PDFs) of health education materials. To ensure that the original quality of the piece is maintained, please read and follow the instructions below and the specifications included for professional printing.

- **Use the latest version.** DOH materials are developed using the most current information available, are checked for clinical accuracy, and are field tested with the intended audience to ensure they are clear and readable. DOH programs make periodic revisions to educational materials, so please check this web site to be sure you have the latest version. DOH assumes no responsibility for the use of this material or for any errors or omissions.
- **Do not alter.** We are providing this artwork with the understanding that it will be printed without alterations and copies will be free to the public. Do not edit the text or use illustrations or photographs for other purposes without first contacting us. Please do not alter or remove the DOH logo, publication number or revision date. If you want to use a part of this publication for other purposes, contact the Office of Health Promotion first.
- **For quality reproduction:** Low resolution PDF files are intended for black and white or color desktop printers. They work best if you are making only one or two copies. High resolution PDF files are intended for reproducing large quantities and are set up for use by professional offset print shops. The high resolution files also include detailed printing specifications. Please match them as closely as possible and insist on the best possible quality for all reproductions.

If you have questions, contact:
Office of Health Promotion
P.O. Box 47833 Olympia, WA 98504-7833
(360) 236-3736

Sincerely,
Health Education Resource Exchange Web Team