

٦-٨ سنوات الأطفال في سن المدرسة!

يحتوي هذا القسم على حقائق وإرشادات وأفكار لتقومي بتجربتها مع طفلك الذي يبلغ من العمر ٤ إلى ٦ أشهر. سيساعدك ذلك على أن تكتشفي عالم الأطفال نوعاً ما، ولكنك أعلم بطفلك، استمتعي باستكشاف المزيد عن طفلك.

على الأرجح أن تلاحظي في هذه الفئة العمرية بأن طفلك:

يبدأ بالتفكير في المستقبل



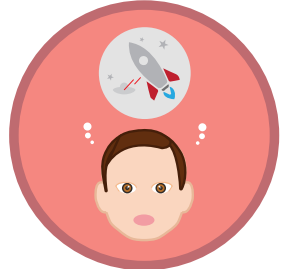
يُظهر المزيد من الاستقلالية عن الأهل والعائلة



يفهم أكثر عن مكانه أو مكانها في العالم



أكثر دقة وتفصيلاً في وصف التجارب والتحدث عن الأفكار والمشاعر



يولي مزيداً من الاهتمام في الصداقات والعمل الجماعي



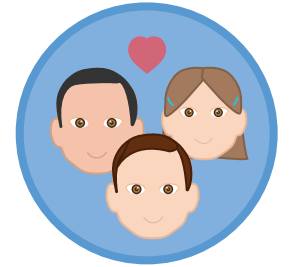
يمكنه قيادة دراجة هوائية



ينسخ شكل مربع (٥-٦ سنوات) وشكل ماسة (٦-٧ سنوات)



يريدون أن يكونوا محبوبين ومقبولين من قبل الأصدقاء



مجرد جزء صغير لما يجعلهم مميزين

من خلال اللعب والصدقات، يميل جميع الأطفال إلى التحسن في فهم بعضهم البعض والتوافق مع بعضهم الآخر والاستمتاع بوقتهم واكتساب الشعور بالانتماء. ومن الممكن أن يواجه الأطفال ذوي الإعاقة والتأخر التطوري حواجز مختلفة عندما يتعلق الأمر باللعب وتكوين الأصدقاء. لا يستطيع بعض الأطفال التواصل أو التحرك هنا وهناك بنفس السهولة مقارنة بإخوانهم وأخواتهم. في حالات أخرى، الأماكن التي تحدث فيها الصداقات واللعب ليست مجهزة لاستقبال جميع الأطفال!

فيما يلي بعض الأفكار التي يمكنك القيام بها لدعم طفلك عند اللعب وتكوين صداقات:

- شاهدي كيف يلعب طفلك أو يستكشف الدمى والألعاب المختلفة. إذا لم يختار واحدة بنفسه، اعرضي عليه الدمى والألعاب واحدة تلو الأخرى. راقبيه واسأليه عما يمكنه فعله بالدمية أو اللعبة. راقبيه وأريه طرق أخرى للعب بها، ومن ثم أعديها إليه ليلعب بها أكثر.
- قدمي نموذجاً واشرحي كيف بإمكانه اللعب بالدمى والألعاب المختلفة، بمفردك أولاً ثم مع طفلك؛ تحريك اليد فوق اليد برفق إذا بدا ذلك مفيداً. من الأفضل تقديم دمية أو لعبة واحدة في كل مرة.
- اطلبي من الأشقاء وأبناء العم أن يبادروا أو يدعوا طفلك من ذوي الإعاقة والتأخر التطوري للعب ألعاب مختلفة وشجعيه خطوة بخطوة حتى يشعر براحة أكبر.
- استخدم الروايات الاجتماعية لشرح المواقف الاجتماعية والسلوكيات المتوقعة. ألقى نظرة على الصفحة () تحت حزمة ٤-٥ سنوات لمزيد من المعلومات.
- قدمي هذه النصائح الأساسية لأفراد الأسرة، مثل الأجداد والعمات والأعمام، إلخ، حتى يعتاد الجميع على اللعب مع طفلك في اللقاءات العائلية.
- قابلي المعلمين والمدربين ومنظمي المجموعات والآباء والأمهات الآخرين وغيرهم من البالغين المسؤولين عن البيئات المحيطة بطفلك.
- شاركي المعلومات الأساسية حول طفلك وما يحب وما يكره بشكل عام وكذلك أثناء اللعب، ونوع الدعم الذي يريده وكيف يمكنهم مساعدتك في دعم طفلك عند اللعب وتكوين صداقات.



الغذاء الجيد

الأطفال في عمر ٦-٨ سنوات

ما بين المدرسة واللعب، الأطفال في هذا السن بعيدون عنك لكثير من الوقت وأنت مسؤولة بشكل متزايد عن اختياراتهم الغذائية. اقرئي أدناه للحصول على أفكار حول كيفية مساعدتهم على اتخاذ خيارات جيدة عندما لا تكونين قريبة منهم.



هل يسير طفلك على المسار الصحيح؟

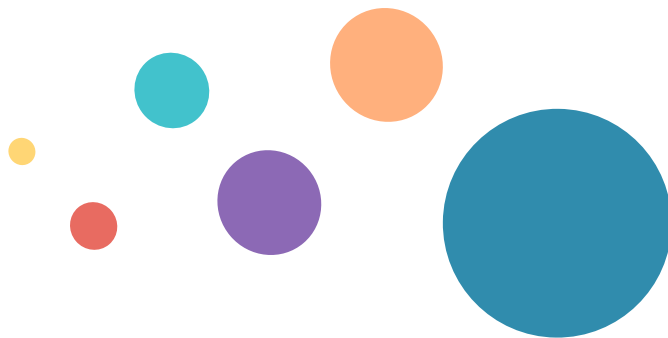
ينمو الأطفال وفقا لوتيرتهم الخاصة. إذا كنت قلقة حيال شيء ما، اطلي المساعدة والإرشاد من خبير الرعاية الصحية. إنه من المهم للغاية أن تأخذي طفلك إلى الطبيب إذا لاحظت أي من الآتي على طفلك. بالإضافة إلى ذلك، إذا لم يكن طفلك يمشي على المسار لأي سبب كان، فيما يلي بعض الأشياء التي يمكنك فعلها لمساعدته إلى جانب طلب المساعدة والإرشاد.

طرق لدعم طفلك

- إذا لم يستطع القفز من مكانه، القفز بقدم واحدة في البداية ستساعد. ارسمي له هدف، مثل: "القفز على خط" أو "القفز لالتقاط شيء ما".
- قللي من الأسئلة والمقاطعات عندما يتحدث طفلك.
- لا تقدي اقتراحات مثل "تمهل" أو "هل يمكنك" "قول ذلك بشكل أوضح؟"
- انتبهي لما يقوله طفلك، وليس الطريقة التي يتكلم بها. سيتطلب ذلك منك أن تتأني وتنتبهي، لا تُظهري نفاذ الصبر أو الغضب عندما يتحدث طفلك معك.
- قد تساعد التغييرات في نمط الحياة وتدريب المثانة وأجهزة إنذار البلل وأحيانا العلاج بالأدوية في تقليل التبول في الفراش.

ملاحظات

- لا يستطيع الوثب على قدم واحدة أو القفز على قدمين
- لا يستطيع التحدث بوضوح أو يبدو أنه يتلعثم
- يبيل نفسه أثناء النهار أو ينزعج بشدة عند استخدام المراض
- لا يزال يبيل نفسه بعمر ال ٨ سنوات



كيف أتأكد من أن طفلي يأكل جيداً؟

- يمكنك مساعدة طفلك على اتخاذ خيارات أفضل فيما يتعلق بالطعام من خلال:
 - تناولك أنت للغذاء الجيد وترتيب الأغذية المتوازنة في المنزل بما في ذلك تناول عدد قليل من الحلويات والأطعمة اللذيذة بعد الوجبات.
 - تحدثي مع طفلك عن كيفية تعامل جسم الإنسان مع الطعام بما في ذلك الأطعمة التي تبني جسمه وتجعله قوي وتحافظ على صحته.(سياسة تغذية الطفل الوطنية - إرشادات أو محتوى كتيب)
 - حاولي مساعدة طفلك على فهم أنه يجب أن يكون بطل جسمه ويجب أن يعتني به حتى يكون في حالة جيدة وليستطيع القيام بكل الأشياء الممتعة التي يريد القيام بها.
 - ساعديه على ملاحظة الشعور بالعطش وشرب الماء والشعور بالجوع والتركيز على تناول الطعام بشكل سليم في أوقات الوجبات بدلاً من تناول الوجبات الخفيفة طوال اليوم.
- يمكن للأطعمة السكرية مثل الحلويات والعصير والكيك أن تتسبب بمشاكل في النوم وتسوس في الأسنان وتقلبات مزاجية ومشاكل صحية أخرى للأطفال الصغار. مما يؤدي إلى خلق حالات من التوتر والضغط. القليل من الحلوى مرة أو مرتين في الأسبوع بعد وجبة من وجبات الطعام تعد مناسبة للجميع.
- علمي طفلتك أن تغسل يديها بشكل صحيح بالصابون قبل الأكل وبعد استخدام المراحيض وبعد الرجوع إلى المنزل من الخارج.
- شجع طفلك على تجربة أطعمة أو أطباق جديدة وخاصة إعادة تجربة الأطباق التي ربما لم تعجبه من قبل أو اعتاد على تناولها وتوقف عن تناولها ولكنه قد يأكل منها مرة أخرى.
- حاولي أن تخيري طفلك بين خيارات صحية مثل "تفاحة أو موز" بدلاً من "تفاح أو بسكويت".



النمو بقوة

الأطفال في عمر 6-8 سنوات

يلاحظ الأطفال في هذا السن سلوكيات البالغين بجدية - يتعلمون منك كيفية تناول الطعام والشراب والتعامل مع الخلافات والتوتر وكذلك الانخراط في الحياة الاجتماعية وممارسة الرياضة.

يستفيد الأطفال الذين يذهبون إلى المدرسة من الروتين بشكل كبير. لقد تبين أن احترام أوقات الأكل والنوم المنتظمة يحسن من التركيز والذاكرة ويساعد طفلك على إدارة مشاعره والتوافق مع الآخرين. كل هذه الأمور ضرورية لمساعدة الأطفال على التعلم واللعب بشكل جيد في المدرسة كل يوم.

الأطفال الذين يعانون من زيادة في الوزن أو من السمنة هم أكثر عرضة للمعاناة من التنمر وتدني تقدير الذات، بالإضافة إلى مشاكل القلب ومرض السكري في وقت لاحق من الحياة. يمكن للأطفال الذين لا يحصلون على ما يكفي من الطعام الجيد أن يعانون في مرحلة التعلم والنمو بشكل سليم، ويكونون أضعف ضد الأمراض.

هل كنت تعلم ...

تُظهر الأبحاث إلى أن الطريقة التي تتصرف بها بصفتك أحد الأبوين تحدث فرقاً كبيراً في تغذية طفلك. التوازن بين كونك مراعية ولكن أيضاً ثابتة وحازمة في أسلوبك عند تناول الطعام ونظام طفلك الغذائي، بدلاً من أن تكوني متراخية أو قاسية أو متحكمة حيث يساعد ذلك طفلك على تناول الطعام بشكل جيد والاسترخاء من خلال اتباع نظام غذائي متوازن.

واليوم، كيف هي أمورك؟

قد يكون من الصعب في بعض الأحيان تخصيص وقت لنفسك خاصة مع العائلة وأطفالك وزوجك وعملك بالإضافة إلى مسؤوليات أخرى. تحتاج هذه الأمور إلى وقت واهتمام على حدٍ. لكن كل شخص يعمل بشكل أفضل ويشعر بالسعادة عندما يستغرق بضع دقائق في اليوم وساعة في الأسبوع وأمسية واحدة في الشهر لفعل شيء يستمتع به ويجعله يشعر بالاسترخاء. اشربي كوباً من الماء بمفردك وخذي بعض الأنفاس العميقة أو قابلي صديقة في نزهة على الأقدام أو تواصل مع العائلة أو قصي شعرك أو مارسي الرياضة أو اذهبي للنوم في وقت مبكر.



اللعب بسعادة

الأطفال في عمر ٦-٨ سنوات

يستمتع الأطفال في هذا السن بالألعاب الخيالية كثيراً. غالباً ما يضعون قواعد وعبارات خاصة بهم، ويحبون أن يلعب الكبار ويشاركوهم في لعبتهم. ادعمهم من خلال:

- طرح أسئلة مفتوحة للنقاش مثل "لنتخيل أننا يمكن أن نكون أي شيء أو في أي مكان نريده. ماذا ستختار؟"
- شجع طفلك على التفكير بجرأة كرائد فضاء أو قرصان أو مسافر عبر الزمن - شجع بناتك وأولادك على الاختيار على نطاق واسع.
- قم بتشجيع وتقدير الرسومات أو القصص المكتوبة.



هل كنت تعلم...

من الطبيعي أن يبدأ جميع الأطفال في هذا السن في طرح المزيد من الأسئلة حول الميلاد والموت وكل شيء بينهما. يمكن أن يكون الدافع وراء ذلك قدوم طفل جديد أو حالة وفاة أو فقدان أو رؤية حشرة أو حيوان ميت. حاول قدر الإمكان الإجابة بإجابة قصيرة وبمبسطة وصادقة ثم انتظر لمعرفة ما إذا كانوا سي طرحون المزيد من الأسئلة وتأكد مما فهموه وما إذا كانوا بحاجة إلى الطمأنينة.

التدريج والدغدغة والمصارعة أو لعب المطاردة أو لعب الوحوش لا تعد متعة كبيرة وحسب بل تعلم طفلك ضبط النفس ومهارات اجتماعية. تشير الأبحاث إلى أنهم يتعلمون بشكل أفضل إذا كنت لا تسمح لهم بالفوز في كل مرة. بدلاً من ذلك، قدم نموذج لضبط النفس والاحترام مثل التوقف عند ظهور علامات على أنه سئم اللعب.

واليوم، كيف هي أمورك؟



يشعر الكثير من الآباء والأمهات أنهم يختلطون اجتماعياً بشكل أقل عندما يكون لديهم أطفال صغار. لأن مجرد الخروج من المنزل يمكن أن يكون صعباً بما فيه الكفاية. غالباً ما تكون التنشئة الاجتماعية مع العائلات الأخرى التي لديها أطفال في نفس السن فرصة جيدة للتواصل والاستمتاع بالحياة الأسرية مع الآباء والأمهات والأطفال الآخرين. يمكن أن يكون الأمر بسيط مثل مشاركة وجبة خفيفة أو الذهاب في نزهة على الأقدام أو يمكنك القيام بالأعمال المنزلية معاً مثل (تحديد السياق المحلي).

بعد تخصيص الوقت للقاء الناس وقضاء الوقت مع عائلات أخرى والاستمتاع بصحبة أصدقائك أمراً مهماً بالنسبة لك ولعائلتك. انظري إلى قسم الاستجابة لمزيد من المعلومات حول كيفية الاعتناء بنفسك كأم أو كأب منشغل وقوما بتجربة اختبارات الآباء والأمهات القصيرة للحصول على بعض الأفكار حول ما يشعره كل منكما وما تختبرانه.

هل كنت تعلم...

يبدأ الأطفال من سن ست سنوات في فقدان أسنانهم اللبنية وتظهر علامات أخرى على النمو البدني. هذه فرصة جيدة لتعليمهم العناية بجسمهم وتنظيف أسنانهم وشعرهم ووضع الكريم على الجروح الصغيرة وغسل اليدين بشكل صحيح.

واليوم، كيف هي أمورك؟

تعج الحياة العائلية بالحركة والأشغال. هنالك دائماً من يحتاج إلى شيء ما وتراودك مخاوف بشأن شيء ما أو آخر.

مع كل ما يجري، من المهم أن تقومي بأمر صغيرة لكي تنتبهي لنفسك مثل شرب كوب من الماء أو الذهاب إلى النوم في وقت مبكر أو حتى ممارسة الرياضة لمدة 10-15 دقيقة عن طريق المشي أو التمدد. انظري إلى قسم الاستجابة للحصول على معلومات حول ما يمكنك فعله للحفاظ على هدوئك والاستمرار.

كيف يمكنك مساعدة رضيعك لكي يلعب وينمو بطريقة صحية؟

- يستطيع الأطفال في هذا السن ارتداء ملابسهم بأنفسهم وغالباً ما يكون لديهم اهتمام أكبر بمظهرهم. شجعيهم على اختيار ملابسهم وارتدائها بأنفسهم.
- مع الممارسة والتشجيع، يمكن للأطفال في هذا السن تعلم العزف على الآلات الموسيقية ورسم رسومات ولوحات دقيقة على مستوى عال، بالإضافة إلى كتابة الحروف والأرقام بوضوح. اطلعي على قسم اللعب للحصول على مزيد من الأفكار لإبقائهم منشغلين.
- أفضل طريقة لمساعدة طفلك على تطوير مهاراته وقدراته الخاصة هي قضاء الوقت معه مما يجعل الأمر ممتع. إذا لاحظت بأنه يحب كرة القدم العجي كرة القدم معه وابحثي عن فريق ليلعب معهم. إذا لاحظت بأنه يستمتع بالرسم أو الموسيقى ارسمي معه أو استمعي إلى الموسيقى معه واسأليه عن رأيه بالموسيقى واستمعي إلى ما يقوله.

يعد وقت الشاشة موضوعاً صعباً لدى أي عائلة. بدلاً من عد الدقائق، ركزي على:

- التأكد من أن طفلك يأكل جيداً معك في أوقات الوجبات دون مشاهدة أي شاشات الكترونية.
- يلعب ويتجول لمدة 2-3 ساعات في اليوم، ويفضل في الهواء الطلق.
- يحظى بفرص كافية للعب والبقاء اجتماعياً مع الأطفال الآخرين.
- ينام 9-11 ساعة ليلاً وهو قادر بشكل عام على التركيز على التعلم.
- يشاهد محتوى تعليمي مناسب لعمره على الشاشات. أشرفي عن كثب للتأكد من أن طفلك بأمان!
- تأكدي من أن طفلك يخضع للفحص الطبي السنوي وأي تطعيمات موصى بها للمدرسة.



الحب بعمق

الأطفال في عمر 6-8 سنوات

يمكن للأطفال في هذا السن أن يكونوا على دراية تامة بوجود أصدقاء وبكونهم محبوبين. يمكن لجميع الأطفال أن يبذلوا قصارى جهدهم للتعبير عن مشاعرهم، بما في ذلك الأطفال ذوي الإعاقة أو الأطفال الذين يعانون من تأخر النمو، مما قد يجعلهم أحياناً يشعرون بالوحدة أو عدم الراحة أو أنهم غير مسموعين.

يلاحظ الأطفال في هذا السن الكثير عن العالم من حولهم ومن الطبيعي أن يسألوا عن الاختلافات بين الأولاد والبنات وبين الأغنياء والفقراء وبين الناس من مختلف السلالات والأعراق.



هل كنت تعلم...

يلاحظ الأطفال في هذا السن الكثير من التغطية الإخبارية أو المحادثات المحزنة ولكنهم أصغر من أن يفهموا ما تعنيه. يمكن لهذا الأمر أن يتركهم مرتبكين وقلقين. كوني حذرة عندما تشاهدين الأخبار أو تتحدثين عن مواقف مأساوية أو حرب أو عنف أو موت حول طفلك، حتى لو كان يلعب في الخلفية، وتحدثي معه حول ما يسمعه أو يشاهده على التلفزيون وطمئنيه بقدر ما تستطيعين.

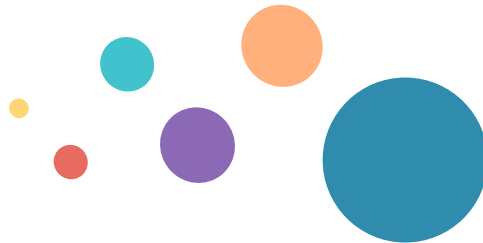
واليوم، كيف هي أمورك؟

يلعب النوم دوراً حيوياً في الصحة الجيدة والعافية. يمكن أن يساعد الحصول على قسط كافٍ من النوم الجيد في الأوقات المناسبة في حماية صحتك العقلية والصحة البدنية ونوعية الحياة والسلامة. من ناحية أخرى، يرتبط نقص النوم بالعديد من المشاكل الصحية المزمنة، بما في ذلك أمراض القلب وأمراض الكلى وارتفاع ضغط الدم والسكري والسكتة الدماغية والسمنة والاكئاب. حاولي أن تنامي لأكثر من 7 ساعات كل ليلة وحافظي على روتين نوم منتظم وتجنبي الوجبات الثقيلة قبل النوم مباشرة وقللي من تناول القهوة والشاي التي يمكن أن تبقيك مستيقظة وحاولي قضاء بعض الوقت في الخارج كل يوم. انظري إلى قسم الاستجابة للحصول على المزيد من المعلومات حول كيفية الاعتناء بنفسك وبعائلتك.



كيف تساعدن طفلك على اللعب والتعلم بشكل صحي ؟

- شاركي كتاب واقرائيه مع طفلك كل يوم، ولو لمدة 10-15 دقيقة. اسأليه وحديثه عن الغلاف والمؤلف والقصة وألوانها ورسوماتها التوضيحية بالإضافة إلى ما يعجبه وما لا يعجبه في القصة وكيف ترتبط هذه القصة بحياته الخاصة.
- تحدثي مع معلمه مرة واحدة على الأقل كل شهرين، لتسأليه عن كيفية أدائه ومراجعة واجباته المدرسية. والمتابعة إذا كانت لديك أسئلة أو مخاوف.
- شجعي طفلك على تطوير عادات مسؤولة عن طريق إدارة أي أوراق يجلبها معه من المدرسة والاعتناء بحقيبة الظهر بالإضافة إلى تعبئة أو إفراغ علبة الطعام الخاصة به.
- يتمتع معظم الأطفال الصغار بالكثير من الطاقة ويحتاجون إلى التخلص منها من خلال اللعب بنشاط في الخارج لمدة 2-3 ساعات كل يوم إما بمفردهم أو مع أطفال آخرين. يساعدهم هذا على التركيز خلال التعلم وتناول الطعام بشكل جيد وأيضاً النوم بشكل عميق.
- ساعدي طفلك على ملاحظة الأطفال الآخرين الذين لا يلعبون مع أحد من خلال طرح أسئلة حول من يلعب ومن لا يلعب، ومن يجلس بمفرده، ومن لا يأتي دوره أبداً ولماذا. ذكري وأري طفلك كيفية إفساح المجال لكل فتى وفتاة للعب، بما في ذلك الأطفال ذوي الإعاقات والتأخر التطوري.
- إحدى الطرق السهلة لمساعدة الأطفال على تعلم الحروف هي لعبة الحرف لهذا اليوم:
 - اسألي معلمتها عما إذا كان هناك واجب لتعلم الحروف أو الأصوات في المدرسة وحاولي مجاراتهم. إذا لم يكن الأمر كذلك، ابدئي بأحرف اسم طفلك.
 - اختاري حرف واحد في كل يوم.
 - ارسمي الحرف بقلم الرصاص أو الألوان أو لونه، ثم انظري أنت وطفلك حولك بحثاً عن الكلمات التي تبدأ بهذا الحرف لبقية اليوم.
 - اقضي بضع دقائق في نهاية اليوم في تدوين جميع الكلمات التي تبدأ بهذا الحرف واستمرا بترديدها.
- غالباً ما يحب الأطفال صنع كتبهم الصغيرة من الورق. ادعني طفلك من خلال إعطائه ورقة وقلم رصاص أو أقلام تخطيط أو أقلام تلوين - أي شيء يعد مناسب.
 - وضح له كيفية تحويل الورق إلى كتاب واسأليه عما سيضع في كل صفحة.
 - اطلي منه أن يقرأ قصته بصوت عال، ويتحدث عن رسوماته وكلماته.
 - تجنبي تصحيح الهجاء أو الرسومات وشجعي جهوده وامتدحيها. بدلاً من ذلك، إذا كنت قلقة بشأن كتاباته أو رسوماته، اطلي التحدث مع معلمته، واشرحي قلقك واتبعي نصيحتها.



كيف تساعدن طفلك على اللعب والتعلم بشكل صحي؟

- فكري بالطريقة التي تشعرك بالأمان والحب. لا تستخدم أي شكل من أشكال العنف حيث يلحق العنف ضرراً كبيراً بالأطفال وبنموهم كما ويضعف العلاقات ويقلل من الثقة. ويؤدي بالتالي إلى تدمير العائلات على مر الأجيال،
- خصمي وقت للتحدث مع طفلك عن الكرامة باعتبارها حق لكل شخص وأساس لاحترام الذات واحترام الآخرين.
- تعرفي على كرامة طفلك واحترميها وكوني نموذج لاحترام كرامة الأشخاص من حولك في الحياة اليومية. شجعي أطفالك على إظهار الاحترام المتساوي للفتيان والفتيات والرجال والنساء من نفس المجتمع ومجتمعات أخرى.
- ادعمي طفلك في تحديد مشاعره والتعبير عنها بأفضل ما يمكنك وتحديد مشاعرك ومشاعرهم والتحدث عنها.
- اهتمي لأمر أصدقائه وكيف يشعر تجاه صداقاته. امدحي جهوده في العثور على أصدقاء طبيين وساعديه في كل ما قد يظهره من صراعات.
- تظهر الأبحاث العالمية أن ١ من كل ٨ أطفال يتعرض للانتهاك أو الاستغلال الجنسي. احمي طفلك من خلال تعليمه عن قاعدة البنطالون التي تقتضي بأن البنطالون مهمته تغطية أعضاء جسده الخاصة ولا يجب على أحد أن يطلب منه لمس هذه المناطق أو يحاول لمسها وأنه إذا تكلم أحد عن أعضاء الجسد الخاصة به وحاول لمسهم من تحت ملابسهم الداخلية يمكنه أن يقول لا. اشرحي لطفلك أنه إذا كان قلق أو منزعج من أي شيء فإنه من الجيد أن يتحدث لأمه أو أبيه. هنالك أسرار جيدة وأسرار سيئة؛ إذا شعر بالسوء حيال سر ما عليه إخبار أمه أو أبيه.

خلاصة

الآن بعد أن نجحت في اجتياز السنوات الأولى والعمل الجاد الذي يضع الأساس للتعلم والتطور مدى الحياة، يمكنك الاستمرار في الاستمتاع بمشاهدة طفلك وهو ينمو ويتطور. تهانينا أيها الأب والأم، لقد نجحتما في اجتياز بعض السنوات الحرجة في حياة طفلكما.