

תקשורת אצל תינוקות וילדים

מאת: עמית שיינר-דנדקר, ביבליותרפיסטית (M.A) ומרפאה בעיסוק (B.O.T)

היכולת לתקשר = מסוגלות ורצון להחליף רעיונות ותחושות עם אחרים.

תינוקות מתקשרים מיומם הראשון באמצעות:

- קולות – בכי, מלמול, צרחות.
 - הבעות חברתיות – קשר עין, חיוכים, עוויות.
 - ג'סטות ותנועות גוף – הנעת איברי הגוף בהתרגשות או במתח.
- תינוקות ממשיכים לפתח יכולת לתקשר כאשר הם מתוגמלים על מאמציהם בצורה מתאימה וכתגובה מתמשכת.

מתן תשומת לב לתקשורת הקדם-מילולית של התינוק:

- הבדלה בין סוגי ה הבכי השונים:
 - בכי של כאב – לרוב מתחיל כצרחתה ונמשך ביבבות מלוות בדמעות.
 - בכי של רעב – לרוב מתון יותר. מתגבר לכדי צרחות במידה ולא נענה.
 - בכי של שעמום וצורך בתשומת לב – לרוב נשמע כצרחות ללא יבבות.
 - בכי של עייפות – בכי מנדנד ועצבני.
 - בכי המעיד על משבר רגשי - לרוב בכי עם דמעות (החל מגיל שלושה חודשים, אז מתחילות בלוטות הדמע לפעול).
- שפתי התינוק מעידות על מצבו הפיזי והנפשי של התינוק:
 - שפתיים כחולות/רועדות - מעידות על קור.
 - שפתיים רועדות עשויות להעיד גם על עלבון, כעס ומצב של טרום בכי.
 - שפתיים מחייכות – מעידות על שמחה...
 - (סביב גיל שלושה חודשים החיוך הרפלקסיבי מפנה מקום לחיוך נשלט).
 - תנועות יניקה המלוות בתנועת חוסר נוחות ובכי - מעידות על רעב.
- עיני התינוק מלמדות על מצבו הפיזי והנפשי של התינוק:
 - התרחבות האישונים – מעוררת את ההורים וגורמת להם להושיט ידיים אל התינוק.
 - הצטמצמות האישונים – מביעה שעמום, גירוי יתר או תגובה לאור חזק.
 - לחות בעיניים – מעידה על עייפות או רצון לבכות. סביב גיל חצי שנה, עשויה להעיד על עלבון וכעס במצב של טרום בכי. עיניים מתרוצצות – מעידות על חוסר שקט או על

חוסר ביטחון.

- תנועות גופו של התינוק עשויות ללמד על צרכים פיזיים או רגשיים:
תנועות אלו כוללות, בין היתר, הסטת ראש לשם הימנעות, הרמת רגליים העשויה להעיד על כאבי בטן, בעיטות ונפנופי ידיים המעידים על משהו מטריד, השתטחות – העשויה להעיד על עייפות אצל תינוקות צעירים ועל תסכול וכעס אצל תינוקות מגיל שנה ומעלה.
- מצב עורו של התינוק (צבע, טמפ., מרקם) וקצב נשימתו מעידים על מצבו הפיזי והנפשי של התינוק:
 - עור חם ואדום – עשוי להעיד על מחלה.
 - עור קר, בעיקר באזור העורף – קר לתינוק.
 - עור יבש וקמוט – עשוי להעיד על מצב התייבשות.
 - עור מתוח או חיוור – עשוי להעיד פחד ובהלה.
 - עור אדום – עשוי להעיד על כעס ומאמץ.

התפתחות השפה

- השלב הקדם-מילי: מתרחש בשנתו הראשונה של הילד וכולל הפקת קולות שונים והגאים כמו בא-בא-בא, דא-דא-דא, ררר. זהו מלמול חזרתי חסר משמעות, אך דרכו ובאמצעות משחק, חיקוי ותשומת לב התינוק מפתח תקשורת עם סביבתו. ראשית הופעת המילים מופיעה בין גיל שנה (או כמה חודשים קודם לכן) לגיל שנה וחצי, אז משתמש התינוק באופן עקבי בהגאים מסוימים בעלי משמעות קבועה.
- השלב הדו-מילי: מתרחש בין גיל שנה וחצי לשנתיים וכולל צירופי מילים כגון "הנה אמא", "עוד פעם" ו – "אין אור".
- השלב הרב-מילי: מתרחש סביב גיל שנתיים וכולל דיבור במשפטים שלמים.

כמה עובדות מעניינות:

- לרוב הבנות מקדימות את הבנים ברכישת הדיבור.
- לעיתים קיימת נטייה משפחתית לדבר מאוחר.

☒ אין קשר בין דיבור מאוחר לבין אינטליגנציה.

כיצד ניתן לסייע להתפתחות השפה ולרצון לתקשר?

- דברו עם התינוק במשפטים קצרים, הקשיבו לו תוך מתן זמן לענות ושמירה על קשר עין.
- השתמשו מן ההתחלה בשפה תקינה ולא במילים "תינוקיות".
- הביעו קבלה והכירו ברגשותיו של התינוק והילד.
- עזרו לתינוק ולילד לפתח אוצר מילים של "רגשות".
- שלבו שיחות בחיי היומיום.
- הרבו במשחק בהבעות פנים ובשירי משחק.
- עודדו קריאת ספרים.
- התחילו בספרים קשיחים או ספרי בד הכוללים תמונות.
- בהדרגה עיברו לספרים הכוללים משפטים קצרים אך בעלי עלילה.
- סביב גיל שנה וחצי ניתן להתחיל בקריאת ספרים "קלאסיים", כגון:
"מיץ פטל" – חיה שנהב, "מעשה בחמישה בלונים" – מרים רות,
"תירס חם" – מרים רות, "איה פלוטר" – לאה גולדברג.
- חשוב לשים לב שהספרים אותם בחרתם לקרוא כוללים שפה עשירה ורצף עלילתי ומתאימים לרמתו של הילד.
- ספרו מה אתם עושים באותו הרגע ומה עשיתם במהלך היום.
- תארו את הפעולות שהילד עושה.
- עודדו "משחקי כאילו".
- היו ברורים ופשוטים בדרישות מהילדים והתאימו את הדרישות לגיל וליכולת של הילדים.
- הגיבו לג'סטות של התינוק, למבטו ולקולותיו.
- היו מודל טוב עבור התינוק והילד – השפה, הסגנון והטון שלכם הם מודל החיקוי שלו.