

## تعليم استخدام السلالم

يونيو 21, 2022

قد يبدو الأمر وكأنه شيء مجنون تماماً، ولكن تعليم طفلك الصعود والنزول على السلالم قد يكون أفضل طريقة للحفاظ على سلامته.

قد يبدو الأمر وكأنه شيء مجنون تماماً، ولكن تعليم طفلك الصعود والنزول على السلالم قد يكون أفضل طريقة للحفاظ على سلامته. أولاً: بمجرد أن يبدأ طفلك في التحرك بنفسه، تأكدي من تثبيت بوابات الأمان في أعلى وأسفل السلالم في منزلك. عند الانتهاء من ذلك، يمكنك البدء في تعليميه كيفية الصعود والنزول على السلالم، فقط في حالة ما إذا وجد نفسه في مواجهة السلالم ولم تكوني في الجوار. تعليم الطفل كيفية استخدام السلالم هو بديل أفضل بكثير من الركض خلفه باستمرار ومنع استخدامه تماماً.

ابدئي بيطء. دعيه يتدرّب مع السلالم الثلاثة السفلية حيث لن يتسبّب السقوط الكثير من الضرر. علميه كيف يمسك الدرازبين أثناء الصعود أو النزول. من الأسهل عليه أن يتعلّم كيفية صعود السلالم (النزول يتطلّب توازنًا أكثر)، لذا دعه ينزل من السلالم إلى آخر أثناء جلوسه. دعيه يتدرّب بقدر ما يستطيع. في حين أن السلالم الثلاثة الأولى آمنة نسبياً، ابقي بالقرب منه وقدمي له الدعم عند الحاجة.

بمجرد أن يشعر بالراحة تجاه الخطوات القليلة الأولى، فقد حان الوقت لأخذنـه إلى القمة. ذكره بالتمسك بالدرازبين والبقاء خطوة أو خطوتين للخلف لمنع أي اهتزاز محتمل. في طريقه للأعلى، ابقي أمامه بعض خطوات حتى تتمكنـي من اللحاق به إذا لزم الأمر.

ابقـي البوابـات في مكانـها حتى يتقنـ الصعود والنزول بمفردهـ، خاصةً إذا كانـ يميلـ إلى الاستيقاظ ليلاًـ والتجـول.

### مرجع:

<http://www.whattoexpect.com/toddler/growth-and-development/up-stairs-down-stairs.aspx>