

玩耍  
学习  
成长

相互  
了解



# 相互了解

在宝宝出生后的两周里,你和宝宝都要学很多东西——尤其是要相互了解。

- 宝宝需要你的关注: 给他/她喂奶、让他/她觉得舒适、哄他/她睡觉并且陪他/她玩。你迅速且充满爱意的回应让他/她知道,他/她能信任你。
- 搂抱、拥抱和很多温暖的肌肤接触是你和宝宝建立亲子关系并享受特殊时光的好方法。
- 你的宝宝爱听你的声音。和宝宝聊天并给他/她读书和唱歌。用平静温柔的声音告诉宝宝正在发生的事。
- 照顾好你自己。你的妇幼保健护士 (Maternal and Child Health nurse) 能为你解答关于照顾宝宝和当父母的问题。

若要了解更多信息,请联系你的妇幼保健护士,致电**13 22 29** 或访问 [raisingchildren.net.au](http://raisingchildren.net.au)