

" القربى رشت الابيبي ض ي نفع في اليديوم الاسود ؟"

التوفير وفير أساس لتوفير وازن شخصيية الطفل



بغداد / عدوية العلاجي

صرخ الطفل باكياً وبدأ يضرب الباب بكل قوته ممتحنا صبر والدته الذي بدأ ينفذ تدريجياً مع ازدياد حدة الصراخ ، ولما لم تجد الام وسيلة ناجحة لإسكاته سوى تلبية طلبه فقد وضعت في كفه النقود ترافقها ضغطة افرغت بها بعض غضبها ..هرع الطفل الى محل العطازة غير مبال بالالم الذي خلفته الضغطة المدوية على وجنته ولسان حاله يقول : " المهم انني حصلت على النقود "

أمام هذه الظاهرة وشيبتها لتتوقف قليلا ونطرح هذه الأسئلة ...متى يفهم الطفل معنى النقود والغرض منها ؟هل يتوجب علينا سد حاجته اليها متى شاء ؟ بل هل يمكن ان تقود تربية الالهل الى تنمية الحس المادي لدى الطفل ؟

السيدة ام ايهاب قالت :-لدي ثلاثة اولاد آمنحهم مصروفًا يوميًا بين ٥٠٠-١٠٠٠دينار عدا ماياخذونه من والدهم وحين يحتاج أحدهم شيئًا ويطلب نقودًا ، يمد الاثنان الآخران ايديهما معه ...
 *وماذا يشترتون بكل هذه النقود ؟
 -الحلوى والقرطاسية ولوازم المدرسة لكبيرهم ويرغم اني اوفر لهم حلويات وماكنولات في المنزل باستمرار الا انهم يطالبون بنقود ...
 *الا تضايقتكم وتربك ميزانيتكم كل هذه المصاريف ؟
 -بالطبع ، اضافة الى الاحراجات الاخرى فالاطفال يستغلون مجيء ضيوف عتدا او زيارتنا احدا فانهم يطالبون الجدي ...انهم لايعرفون قيمة النقود بينما تأخذ مصاريفهم حيزا كبيرا من ميزانيتنا اضافة الى مانوفره لهم في المصرف...

* ماذا يفعل الطفل حين تمنعين عنه النقود ؟
 -يبكي ويسبب لي الصداق فاضطر الى اسكاته ويرغم اني استخدم الحرامن من المصروف احيانا كعقاب الا انهم لايقدرنون ذلك ..
 سألتها ايهاب ان كان قد حاول توفير المستقبل الى عشيرة مجانين لا يمكن ان يكونوا عقارب في كل مكان ولماذا اوفر ؟ اهلي يمنحوني كل ما احتاجه ولدي حساب في المصرف

..تعرفين انني انفتحت في العيد ٣٠ الف دينار مرة واحدة ؟
 الطفلة ليثا ذات السنوات الاربع لا تترك معنى النقود لكنها توفرها ..سألنا والدتها عن عملها التوفير؟
 فقالت :
 -لم اعودها على مصروف يومي لأنها لاتحتاجه الا ان ولكنها تعمدت اهداها صندوق توفير صغير في عيد ميلادها وبيدات اضع فيه نقودا وبيالتدريج ادركت طفلتي معنى

التوفير حين اشترت لها لعبة بما جمعته لها وبيدات بعد ذلك توفر بنفسها ما تحصل عليه من نقود لتحقق احلامها الصغيرة ..
 * هل كنت توفرين في طفولتك ؟
 -ابدا ، بل كنت انفق كل ما احصل عليه وهذا مادفعني الى تعويد ابنتي على التوفير في هذا الزمن الصعب ..
 السيدة (ام رفل) تستخدم مع اطفالها اسلوبا محابدا فتمنحهم ما يحتاجونه من مأكولات للمدرسة

ويديها من النقود اذا لم تتوفر وتلبى لهم جميع احتياجاتهم فلا يطالبون بمصروف خاص او يتعلمون الانفاق من دون داع ...سألناها :
 *الا يطالبون بمصروف اسوة بزملائهم ؟فقالت :
 -لا يفعلون ذلك لكنهم يحدثنوني عن ظواهر سلبية جدا في المدرسة فهناك طفلة تجلب معها ١٠٠٠الف دينار للمدرسة وتنفقه كله على المأكولات وعلى صديقاتها لأن أسرته

ثرية ، كما يجلب بعض الاطفال فواكه ومأكولات نادرة تثير تساؤلات الطلبة ممن لا يمكنهم الحصول عليها ..وتساءل ام رفل ان كانت تلك الأساليب تسهم في تنمية الحس المادي والفرور لدى الطفل وتخلق فجوة بينه وبين زملائه.
 * والتوفير ..الم تعودي لاولادك عليه ؟
 -لا أجد ضرورة له مادمت اوفر لهم وكذلك والدهم مايتحاجونه ..

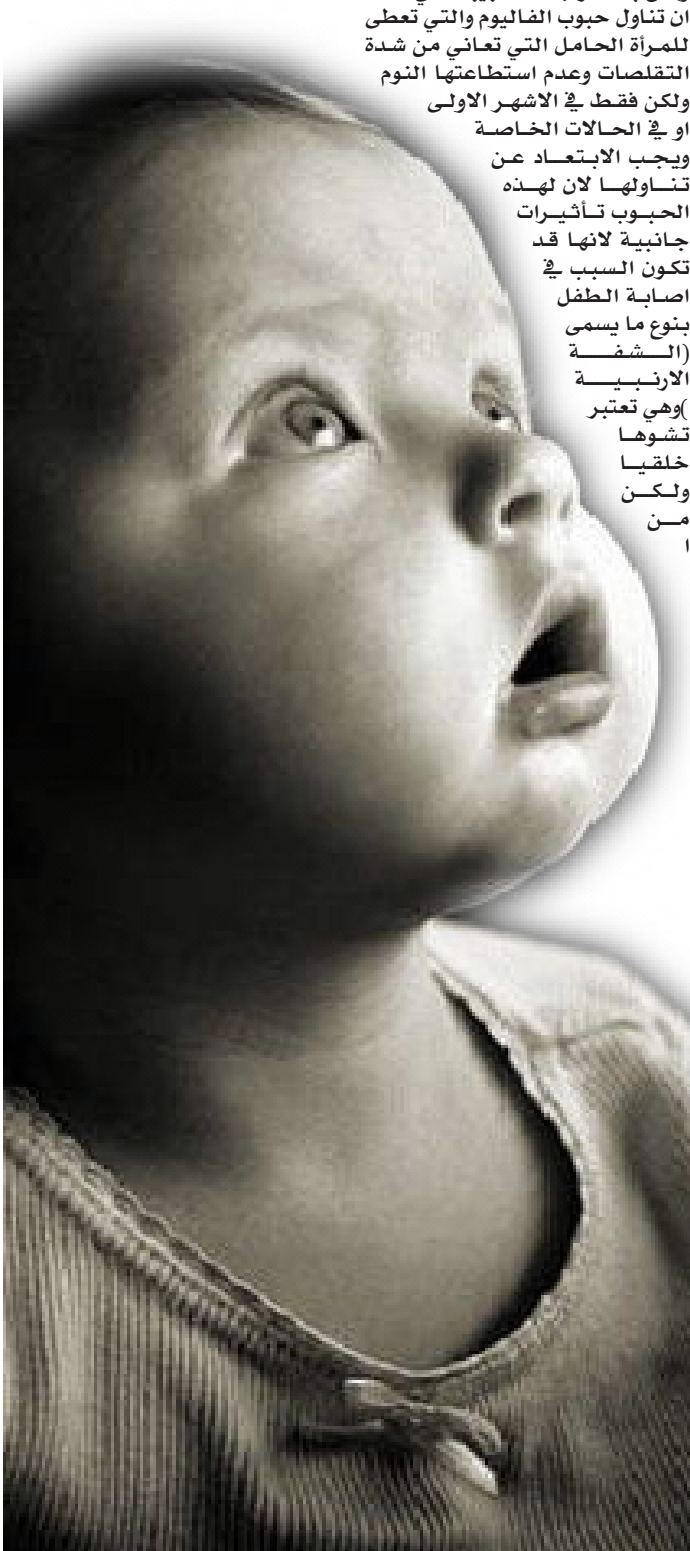
اما والدة الطفلة (زينب فاضل عباس) فتقول :
 -تعودت ابنتي على انفاق مصروفها والمطالبة بالمزيد وشراء كل ماتراه بل انها لاتأكل كثيرا في المنزل وتعتمد في تغذيتها على (النستلة والجبس)اذا لم امنحها ماتريد فانها تبكي لانها الصغيرة المدللة ومع ذلك فأنا استخدم معها احيانا الشدة واحرمها من المصروف او اهددها بذلك كوسيلة للعقاب ...

يتضح لنا ان اغلب العوائل نسبت عادة التوفيروماعاد القرش الابيض ينع في اليوم الاسود برغم ان علم النفس ينصح بعكس ذلك اذ يعتقد بعض الباحثين النفسيين بان التقدير على الطفل يساهم في تقويم شخصيته بالمقدر نفسه الذي يساهم فيه في بلورة ميول عدائية ربما لا تظهر واضحة في حالة النمو الطبيعي.

- وربما يؤدي التقدير الزرعزة ثقة الطفل بمن حوله في حين يرى الفریق الآخر ان سهولة حصول الطفل على المادة واكتشافه للفوائد المباشرة لا يساهم في خلخلة الوازن الاخلاقي لسديه ...ورغم هذه الاختلاف في الآراء ، تذهب جميع النظريات الى ان البيئة هي المسؤولة عن تكوين الطفل او الرجل الناضج مستقبلا ولذا يجب محاولة اقتناع الطفل بان المادة وسيلة والحصول عليها لا يأتي بسهولة ، وربما كان للتوفير معان نفسية مهمة بالنسبة للطفل بكونه من افضل عمليات التمرين النفسي لتوازن الطفل لأنه يجعله يفكر كثيرا في الصبر على تنمية دخله ويؤدي بالتالي الى خلق طفل متوازن ...

الغذاء والرياضة طريقك لجنين سليم

لنوع الخفيف .
 ابتسام (ثلاثين عاماً) وحامل في اطفال الغائتي : انا كثيرة التدخين وحاولت الابتعادعن التدخين ولو خلال فترة الحمل ولكن دون فائدة مما كان السبب في اصابتي بفقر الدم الشديد والذي بسببه دخلت الى المستشفى لمواجهة حالة السقوط المبكرة (الاجهاض) لان التدخين كاد يقتل الجنين لان زيادة نسبة الكافيين تقتل الجنين ولكن بعد ترك التدخين عاد وضع الجنين طبيعياً .
 تقول الدكتورة ايمان ان طبيعة المرأة العراقية التي تمتاز بكثرة الحركة ان كان بالنسبة لمزاولة العمل المنزلي او الخروج الى التسوق كلها من الامور التي تمد جسم المرأة بالحيوية والنشاط ولكن الحرص والانتباة الى الحركة المستمرة وغير المتوازنة قد تؤدي الى فقدان الجنين الى ان المعادلة في الحركة يجب ان تكون معتدلة والابتعاد عن التوترات والمؤثرات النفسية لانها عوامل رئيسية تؤثر في طبيعة المرأة والجنين.



بغداد / ايناس طلاق

تقول الدكتورة ايمان طبيبة اطفال ورعاية حوامل في المركز الصحي في منطقة الشايجية ان الغذاء والرياضة هي تدابير خاصة يجب اتباعها خلال مرحلة الحمل والتي تبدأ منذ الشهر الاول وحتى الاشهر الاخيرة من الحمل وتنصح المرأة الحامل في الاشهر الاولى بتناول الفوليك اسيد وهذه الحبوب ضرورية جدا لأنها تمنع التشوهات في الجهاز العصبي للجنين ولكن مع الاسف الكثير من النساء تتجاهوهذا الادوية وهي تكون بحاجة كبيرة لها وللجنين على وجه سواً يجب ان تكون المرأة الحامل حريصة على شرب السوائل فهي في الأقل تحتاج الى ثلاثة ليترات من الماء بسبب زيادة نسبة الدم في الجسم وهنا سوف يكون الغذاء لشخصين هي والعجنين .

ومعنا ايضا في هذا الموضوع الدكتور سعيد الاعظمي الأستاذ في قسم العلوم النفسية والاجتماعية في كلية التربية جامعة بغداد والذي حدثنا عن رأيه قائلا:
 ولا زال العلم الحديث حتى هذا القرن مكتشف الأبيدي عن ايجاد سبل رادعة وفعالة للقضاء على هذه الظاهرة الوراثية المترتبة على زواج الاقارب والتي غالباً ما يعالجها الأطباء بأنواع من الأدوية والعقاقير.

لذلك نوصي دائما بالابتعاد عن زواج الاقارب حتى الدرجة الثالثة اما الذين يصرون على هذا الزواج عليهم اخذ الحيطة والحذر واتباع تعليمات الطبيب ولنا في هذا الموضوع مثل نفسي يقول (البيت الذي به موقق جميع افراد العائلة هم مرضى مثله).

الفرييب أم القـريب ؟

معايير الزواج بلا مشكلات صموية

اضطرت بحكم مرضه الى (تقديده بالجيل) حتى لا يؤدي نفسه او يؤدي الآخرين وهي اليوم تلعن التقاليد التي ما زالت تزواج بين أبناء العائلة الواحدة حتى أصبحت تشعر بان عشيرتها قد تتحول في مكان للعقلاء فيها بسبب عدم خلو عائلة واحدة من طفل مصاب بالتخلف .
 وتضيف : أتمنى ان يتبعد الآخرين عن التعصب في هذا الموضوع لأنني أصبحت نمودجا للألم والمعاناة وأنا أرى أطفالا يكبرون أمام عيني ويزدادون تخلفا كلما تقدم بهم العمر .
 صلة الرحم أولا
 وراي آخر خرجنا به من حديث نصير العزاوي الذي أكد انه وبالرغم من امراض القلب والسكري اللذين يتوارثهما افراد العائلة جيلا بعد آخر فان زواج الاقارب وحسب وجهة نظره هو افضل بكثير من زواج الأعراب لأنه يديم صلة الرحم ويعزز العلاقات الاجتماعية بين الناس على خلاف زواج الأعراب الذي ينزوي بعيدا عنها ويقطع الطريق أمام هذه العلاقات لذلك فإن من اهم الأشياء التي تميز عائلته والتي يعتز بها كثيرا هو ذلك التواصل الحميم بين الأهل والاقارب نتيجة للتداخل بين مجموع هذه العوائل.

حيث لا مكان للأمراض الوراثية والمشاكل العائلية في مثل هذا النوع من الزيجات وفي مقدمتها طبعاً مشاكل الاختلاف على الميراث وغير ذلك من المشاحنات التي قد تحدث بين الأمهات
 اما بالنسبة لي فقد فقدت زوجي مبكرا جدا بسبب الأمراض التي توارثتها من العائلة غير ان معاناتي لم تقف عند هذا الحد لأنها تعدت ذلك الى ابنتي البكر التي لم يستثنها مرض السكري الذي توارثته من والدها ولك ان تتصورني مقدار ألمها ومعاناتي من هذا الموضوع خصوصا عندما يتذبذب معدل السكر لديها بين الهبوط والارتفاع وهي الطفلة التي لم تتجاوز بعد السبع سنوات وأني أنا أيضا وأنا اضطر الي غرس حقنة الأنسولين في جسدها الغض ماذا يقول الطب
 تقول د.نبأ الهنادوي اختصاصي الأمراض النسائية في هذا الموضوع: لكل من تستعد لدخول القفص الذهبي نؤكد أولا ان عليها الالتزام بأجراء مجموعة من الفحوصات الطبية التي قد يعتبرها البعض روتينية غير انها على قدر كبير من الأهمية لا لشيء الا لأنها تجنب الأبناء مجموعة من الأمراض التي قد تنتقل اليهم في المستقبل .
 ومن هذه الأمراض مرض السكر وارتفاع ضغط الدم والصلع والتي تعتبر من اكثر الأمراض الوراثية شيوعا في حالة زواج الاقارب اضافة الى الأمراض النفسية والعقلية

بغداد / ساجدة ناهي
 بعيداً عما سمعناه من جداتنا من أمثال يقول احدها ان (الاقارب عقارب والقرب اديب) وهو مثل يتحمل تبان الآراء واختلافها ... لان الاقارب وكما يعتقد الكثيرون لا يمكن ان يكونوا عقارب في كل مكان وزمان ولا الغريب ذنب على طول الخط.
 فالأمثال تظلم في احيان كثيرة من قبلت بحقهم لانها ولكننا نعرف تضرب ولا تقاس لذلك فإن الاقارب كثيرا ما يكونون حماثم حقيقية والغريب اصبح في قصص وحالات غير قليلة حملا وديعا ...بل وربما دجاجة تبيض ذهابا ...
 بعض عوائلنا ما زالت لا ترحب بالغريب ولا تفضل ادخاله الى العائلة الكبيرة حتى وان كان كامل الأوصاف والمؤهلات وتفضل عليه ابن العم وابن الخال حتى ان كان مفلسا من جميع النواحي رافعين شعار (الشيخ الذي تعرفه احسن من الزين الذي لا تعرفه) غاضبين النظر عن النتائج المستقبلية لمثل هذا النوع من الزيجات والتي اسفاهنا وكما هو معروف الأمراض الوراثية التي تنتقل بين اجيال العائلة الواحدة .
 عشيرة مجانين
 تقول ام عمار انها ادعتت بحكم تقاليد عشيرتها الى الزواج من ابن عمتها وكانت ثمرة هذا الزواج طفلين يعانيان نقصا عقليا هما اليوم أشبه بالمجانين برغم تجاوز اكبرهما الخمس سنوات وقد

الاكتئاب اسبابه عديدة وعلاجه داخل العائلة

بغداد / أسيل طلاق

الاكتئاب لايرحم حتى الاجنة في ارحام الامهات حيث تؤكد الدراسات العلمية الحديثة ان الحالة النفسية السيئة للام قد تؤدي الى زيادة احتمالات اصابة الجنين بالاكتئاب ولكن هل الانسان العراقي يعاني الاكتئاب وهل هو ضمن الاحصائيات التي نشرتها منظمة الصحة العالمية بان هناك ما يقارب ٣٤٠ مليون انسان في العالم يعانونه.اسئلة عديدة كانت تبحث عن الاجابة ولكن السؤال الاول كان هل الاكتئاب هو الحالة النفسية التي قد تصيب الشخص؟

يقول الدكتور(محمد ط)ليس منطقياً ان نطلق على الحالة النفسية او اضطراب مزاجي اكتئابا ولكن هناك بعض الاحباطات التي تؤدي الى شعور الانسان بالتفكير وانعدام الرغبة في التواصل مع الآخرين وهناك حالات قد تؤدي الى اصابة الشخص بالاكتئاب نتيجة الاصابة بالصداق الدائم والام المعدة ويمكن تمييز هذه الحالات في مجتمعنا والتي تحدث باعداد كبيرة نتيجة فقدان شخص عزيز او فقدان الوظيفة اضافة الى الادمان على المخدرات وانخفاض الترابط الاسري .ويجب ان تكون العائلة اكثر ترابطا وحرصا على ابناءها لانه مع الاسف الشديد بعض المراهقين وهم في اعمار تكون نسبة الاصابة بالاكتئاب قليلة على عزلة الطفل والام المراهق وجود مسيات ساعدت على عزلة الطفل او المراهق والشاب نتيجة الاوضاع الأمنية التي جعلت اشخاصا كثيرون يعتزلون الحياة والابتعاد عن الواقع ولكن بعد مرور فترة من الوقت يمكن العودة الى الحياة الطبيعية ولا نعلم لماذا الى هذا الوقت المريض النفسي لا يحيد الذهاب الى الطبيب النفسي لعرفة اسباب مرضه بعد ان اظهرت الفحوصات والتحليل الطبية سلامته من الامراض .
 تقول سارة طالبة جامعية : مظاهر الاكتئاب عندي

تتمثل في فقدان الشهية والكسل الشديد واحب العزلة قليلا ما اختلط بعائلتي وقد حدثت هذه الحالة بعد تعرض والدي واخي الى الموت في احد الانفجارات في منطقة البرموك.
 دائما اجد نفسي بعيدة عن الواقع واحاول اللجوء الى النوم والابتعاد عن الضوضاء وهذه الحالة تراودني بين فترة واخرى وحتى في ايام الدراسة بدأت اجلس بعيدا عن صديقاتي لا اعلم لماذا وبعد مرور حوالي سنتين اصبحت افضل وعدت الى حياتي الطبيعية ولكن اجد افكاري في بعض الاحيان تسوقني الى الانعزال.
 هيثم موظف بدأ كلامه بنوع من العصبية والتوتر وقال كيف لا اصاب بالاكتئاب وضغوط العمل كثيرة واحيانا من كثرة الإلحاح وعدم اتباع الطرق القانونية في تطبيق الالتزامات الخاصة بالعمل وعدم استطاعتي تصحيح الأخطاء لا اجد منفذ نفسي غير اعلان الكآبة وعدم التكلم مع أي شخص كان ومع الاسف قد اثر ذلك على طريقة معاملي مع عائلتي ولكن بعد يوم او يومين أقول لنفسي سوف اترك كل شي ولا ادخل لي بذلك عبير لم يتجاوز عمرها الاثني عشر عاماً ولكن تجدها في عالم بعيد عن الطفولة ولم يعرف سبب مرضها الذي يتجاوز احيانا الصراخ والبكاء والجلوس وحدها في احد اركان الغرفة وكل محاولات عائلتها لم تنجح في اخراجها من هذه الحالة والسبب كما تقول والدتها انها كانت واقفة لحظة انفجار عبوة ناسفة قرب مدرستها ورؤيتها اصابة الطالبات امامها ومنذ ذلك الوقت وهي لا تتكلم معنا وحتى تناولها الطعام وحدها واكد الطبيب ان حالتها وقتية وتزول بعد مرور الوقت وهذا ما يسمى بالاكتئاب المؤقت .
 وهناك انواع عديدة من الاكتئاب ترتبط بفعل الضغوط الاجتماعية والاقتصادية وحتى السياسية التي لعبت دورا كبيرا في واقعنا وكل يوم نسمع الكثير

من الاخبار التي تجعل القلق والنفور من الواقع وهو ما يدعى الاكتئاب الذي يزول بزوال السبب وكل انسان معرض له بين فترة واخرى وقد تمتد احيانا الى يوم او يومين او اكثر وحسب درجة استجابة الشخص المريض (المكتئب)
 يقول رغيد لا اعلم كيف اصف حالتي فانا انام بشكل طبيعي ولا اشكو من شي ولكن في بعض الايام اصحو وانا لا اربغ بالتكلم مع أي شخص وتصيبيني حالة من العصبية لأقل شي ولهذا اجد انني احتفظ بهدوء أعصابي بعدم الاندماج والتكلم مع أي شخص حتى ان كانت زوجتي التي تتضايق من اسلوبني ولكن هذا الأمر خارج عن سيطرة اعصابي والاحظ انني اعود الى طبيعتي بالتدريج ومرور وقت قصير احيانا لايتعدى ساعات.
 ويضيف الدكتور محمد قد يكون الاكتئاب وراثي او كيميائي وبيولوجي وهذه موجودة في مراكز تحكم المزاج في الدماغ وكذلك نتيجة الاصابة بأمراض القلب والسكري وارتفاع ضغط الدم وغيرها من الأمراض وفي الوقت الحاضر وفي مجتمعنا نلاحظ ان المرأة أصبحت تشكل اكبر من الرجال بالاصابة بحالات الاكتئاب نتيجة الظروف الصعبة التي تحيط بها او بسبب استخدام العنف ضدها ان كان من قبل زوجها او الآخرين وكذلك الخوف من تعرضها الى الخطر في أي وقت كان كل ذلك جعلها تحتاج الى العناية والرعاية الصحية الصحيحة ولكن تجدها تهلك جهازها المناعي بتناول المهدات المختلفة للهرمون من الواقع وان تكون الام اكثر انزاعاً وحرصا على معاملة الطفل اذا كان في مرحلة عمرية يفهم ما يحدث حوله من احداث قد تكون السبب في فقدان احد ذويته وان نهين الظروف الملائمة لتجاوزها لان تعرض الطفل الى الضرب او العنف الجسدي يكون بداية تكون الاكتئاب المزاجم لتكوين شخصيته الحالية والقادمة .