

(اطفال المفاتيح) .. كبروا .. قبل الاوان



بغداد/المدى
على غرار.. اطفال الانابيب يصفهم البعض بانهم اطفال المفاتيح .. لان اهلهم المنصرفين الى اعمالهم يودعونهم مفاتيح منازلهم التي قدر لهم ان يقضوا فيها اغلب وقتهم بعيدين عن اعين الاهل ... خاصة الام المضطربة في غمرة متاعب الحياة اليومية الى مشاركة زوجها اعباء الحياة المنزلية ..

(بيتنا) سلط الضوء على بعض ما يمكن ان يحصل مع اطفال المفاتيح ... ووقف على حوادث ينبغي ان يطالع عليها كل من قدر لهم ان يكونوا ضمن الظاهرة الواضحة في مجتمعنا ..

بداية نروي الحادثة التالية التي حصلت مع الطفل مضر ابن الخمسة اعوام:

منذ العام الثاني لولادته اضطرت والدته للعمل موظفة ادارية في إحدى المؤسسات لمساعدة زوجها في نفقات المنزل التي ازدادت بعد مجيء طفلين للأسرة.. واعتاد مضر ان يعود الى المنزل برفقة شقيقته التي تكبره بعامين .. كانت شقيقته في مدرسة بعيدة قليلا عن روضته .. ودرجت العادة ان تأتي شقيقة اليه وهي منصرفة من المدرسة لاصطحابه للمنزل القريب لكن ما حدث ان لم تأت ذلك اليوم ، انتظرها عند باب الروضة ما يزيد على نصف الساعة ذهب بعدها للبحث عنها في مدرستها المغفلة .. ثم في المنزل ، ولم يخطر في باله ان يعود الى حيث روضته التي وقفت اخته امامها تنتظره وهي تبكي بحرقه . بعد ان تاخرت بسبب الدروس بينما مضى مضر اكثر من ساعتين في البحث المصحوب بالبكاء . وامضت شقيقته امل نفس الوقت في بكاء مرير حتى وصلت الام الى المنزل لتجد مضر وحيدا يبكي وتذهب فورا للبحث عن امل المنتظرة امام روضة شقيقها .

الفتينة الفارغة

مفارقة اخرى حصلت مع الطفل محمد (٨ سنوات) وشقيقته رامي (١١ سنة) وهما حسب راي والدتهما من الاولاد الواعين جدا.. اللذين اعتادا غياب الاب والام.. وحيانا لفترات طويلة.. لكن الطفلين عادا كالعادة في احد الايام ليجهزا طعام الغداء الذي اعتادت والدتهما ان تضعه لهما يوميا على (الطبخ) ليقوما بتسخينه.. وما حصل وقتها انهما حاولا اشعال الطبخ ولكن من دون نتيجة فالقنينة كانت فارغة.. رامي اضرب عن الطعام بسبب ذلك لانه كان متشوقا منذ

الصباح لتناول (البرياني) على الغداء ولا شيء سواه.. وبالطبع لن يقبل تناوله باردا او يتناول الجبن عوضا عنه.. وانتظر مجيء والدته لكنها لم تحضر الا في الساعة العاشرة مساء لتبدل القنينة ونسخ طعامه المفضل ...

البيحاما... الرقيقة
هاتان حادثتان بسيطتان ويتكرران ويتكرر ما يشابههما باستمرار مع اطفال المفاتيح . لكن حوادث اخرى يمكن ان تصنف حقيقة تحت فئة الحوادث .. قد يتعرض لها الاطفال برغم كل الحرص والتوجيه

البصرة.. ولان سامي وحنان وميلاد اعتقدوا بان من يطرق الباب هم اقاربهم الضيوف.. فقد فتحوا الباب لبيحاجاوا بملثمين قاموا بسرعة بتقييدهم وتكميم افواههم من اجل ان يسرقوا من المنزل كل ما هو خفيف وثمين ويتركوهم مقيدين في غرفة داخلية في المنزل حتى جاءت والدتهم التي انشغلت عليهم لان لا احد يرد على الموبايل .. فوجدتهم على حالتهم من الذعر والخوف الشديدتين واستدعت الشرطة للقبض على الذين قاموا بهذه السرقة.

محاولة
وتلك الحادثة قريبة من حادثة اخرى ولكن الهدف في القصة التالية مختلف فهو اكثر بشاعة لان من دخل هذه المرة على نور الطفلة (١٠) سنوات الوحيدة المعتادة يوميا على العودة وحيدة الى المنزل من مدرستها هو وحش ادمى حاول الاعتداء عليها لولا صراخها الذي سمعه لحسن الحظ جارهم الذي كان يدخل في نفس الوقت الى منزله .. واستطاع انقاذ الطفلة من المحاولة ... لكن بعد ان تعرضت هي واهلها لهربة لن تحصى من ذكارتهم ولصدمة تحتاج لعلاج طويل ..

ماذا تقول الامهات
تقول والدة نور :-

- مصاعب الحياة كثيرة.. ودون عملي لا نستطيع ان نوفر لابنتنا الوحيدة ما تريده من متطلبات العيش الكريم لكن الحادثة التي حصلت معها جعلتني اعيد النظر في عملي فالحياة الكريمة لا تعني المادة فقط ... لكنها الى جانب ذلك تعني توفير الاحساس بالامان للطفل.. لذلك منذ ذلك اليوم المرعب لم اذهب الى عملي .. وحصلت على اجازة مفتوحة من دون راتب وانا افكر جديا بتقديم استقالتني من عملي

اما والدة مضر فتقول :

- ماذا افعل اذا كان راتب زوجي لا يكفينا حتى انتهاء الاسبوع الاول من الشهر ؟ هل اجلس في المنزل واضع شهادتي الجامعية في المطبخ الذي لم يحفل بالوان الطعام الشهية منذ ذلك التاريخ ؟ ام احاول ان اقبل يد العون ؟ قدر اطفالنا ان يكبروا قبل اوانهم ويشهدوا متاعب الحياة ومصاعبها في وقت مبكر .. هذا قدرنا ويجب ان نتحملة .. وك من حوادث تحصل مع اطفال تحت وسمع وبصر امهاتهم.. انها الحياة تتطلب حرصا وتتطلب صبرا وعملا ...

الحوادث السابقة تبقى اقل اذ ضررا من حوادث اخرى قد تدخل بها اطراف خارجية تروي الاذى لهؤلاء الاطفال لانها معدومة الضمير ... وما حدث مع الاطفال سامي ، حنان وميلاد يوضح ذلك ...
لم تجر حوادث سلبية مع سامي وحنان الطالبة في الخامسة الابتدائي وشقيقتهما الاصغر ميلاد الذي دخل للتو الى المدرسة فهم حسب ما يؤكد والدهم اطفال اذكياء وينفذون تعليماته بمنتهى الدقة والحذر لكن المصادفة شات ذلك اليوم ان كان والدهم بانتظار اقارب لهم قادمين من

شرفة المنزل بحجة انه يقوم بتحضير الغداء ويحتاج الثوم .. فاذعن ماهر لتعليبه اختصارا للمشاكل بينهما... وعندما اصبح على الشرفة اغلق عهد الباب من الداخل ولم يفتح الا عندما عادت والدته من عملها الاضاي لتنهال بالضرب على عهد الذي لم يشفق على شقيقه من البرد الشديد الذي تعرض له اربع ساعات متواصلة وهو بملابس خفيفة.. الامر الذي سبب له نزلة صدرية حادة جدا جعلته طريح الفراش اكثر من اسبوع .. الاقارب

من الاهل .. واليكم ما حدث مع هاتين الاختين
- تشاجر عهد مع شقيقه ماهر في الطريق من المدرسة الى المنزل .. كان عهد في الصف الرابع الابتدائي وماهر في الصف الثاني الابتدائي ايضا ووصلا الى المنزل وهما في حالة غضب شديد .. فكر عهد وهو في طريقه الى المنزل بطريفة لتاديب شقيقه فلم يجد افضل من ان ينتظره حتى يخلع سترته السمكية وثياب المدرسة ليرتدي بجمامة رقيقه في المنزل الدايم وطلب منه احضار (راس ثوم) من

لحيا تحافظي على صحتك

انتبهي لتغذية الرضيع

بغداد / المدى
يعاني الرضع الاخطاء الغذائية التي تعود عليهم بالضرب ومن تلك الاخطاء اضافة السكر الى غذائهم وهنا تمتد هذه العادة الى الكبر وغالبا ما تلجا بعض الامهات الى تغذية الرضيع باغذية السوق المحتوية على المواد الحافظة الكيماوية ..
تقول الدكتورة هديل طبية نسائية ورعاية حوامل ان تغذية الرضيع يجب ان تبدأ في الشهر الرابع وهنا تصبح متطلبات الرضيع للغذاء كبيرة كما ان مخزونه من الحديد ينفذ لان وزنه بدأ يتضاعف ويجب ان تكون الام حذرة في اعطاء الغذاء الذي يجب ان يكون سائلا وبكميات قليلة وبالمعلقة.
تقول الام تغريد: ابني يبلغ من العمر اربعة اشهر اصيب بنوع من التحسس الجلدي بعد اطعامه لأول مرة ماده البيض وهنا كان اخوف من اصابة ابني بنوع من الحساسية بسبب البيض ولكن بعد اجراء التحاليل المطلوبة اوضحت سلامته من الحساسية ولكن هناك بعض الدواجن التي تناولت اطعمة تحتوي على الاسبدة الكيماوية وليس دائما يحدث الطحج الجلدي وانما في بعض الحالات.
تقول ام مازن: بعد اطعام عمره ستة اشهر عدم رغبته لكل انواع الطعام وبعد وضع السكر عليه تقبله وبدأ يتناوله وبعد عرضه على طبيب الاطفال الذي حذرني من خطورة ذلك لانه قد يؤدي ذلك الى ارتفاع السكر او اصابة بالبدانة بسبب ارهاق البنكرياس .
وتعلق الدكتورة ايمان طبية اطفال من الممكن تعليم الطفل تناول السكريات ولكن غير المحلاة او الكروهيديرات كالحبذ والبطاطا والارز فهذه الاطعمة جيدة

للغذية ويتمص السكر ببط وتحافظ على مستواه في الدم وتولد احساس الشبع للطفل تقول ام سمر: ابني يبلغ من العمر سنة واحدة ولم يتناول الطعام وقد كان جسمه ضعيفا ولا يتقبل غير الحليب وبعد اجراء التحاليل المطلوبة التي اكدت اصابته بنوع من الانيميا (فقر الدم) نتيجة عدم اطعامه بوقت مبكر لهذا بدأ جسمه الصغير يفقد الحديد ويعاني قلة الشهية وعدم تناول الغذاء منذ وقت مبكر..
بينما تعاني فيتامين نقص الكالسيوم والفيتامينات الضرورية لبناء عظامها وقطع الحليب قد يسبب اصابتها بالمستقبل بلين العظام او ترقق العظم ..
تقول الدكتورة هديل هناك بعض الاخطاء التي يمكن ان تكون متوارثة ومنها سقي الطفل الماء والسكر عند ولادته لمعالجة ما يسمى عندنا (ابو صفار) وهناك بعض الآثار السلبية التي ظهرت نتاجها بعد فترة من الوقت هو اصابة الطفل بارتفاع نسبة السكر بالدم والان بدأت هذه الظاهرة تقل تدريجيا بسبب كثرة الملاحظات والتوعية التي تحاول الطبيبة او الطبيب تقديمها الى الام الحامل.
ويمكن ان تكون التغذية السيئة وعدم تنوع الطعام من الاسباب الرئيسية لاصابة الطفل بانواع مختلفة من الامراض لقلة المناعة المكتسبة لمقاومة الامراض فهناك بعض الاطفال يلاحظ انه كثير التعرض الى الازياء بالالتهابات الصدرية وكثرة تناول الدواء ايضا يقلل المناعة لدى الطفل لان الكبتيريا قد لا تتحلل فتبدأ عملية اندماج طبيعية في الفيروس ولا يمكن المعالجة هنا بالمضادات الحيوية وانما بالحقن العضلية ..

كيف تعامل مع الأطفال بعقلية السيطرة والتحكم؟

كثير من العلاقات بين الناس تأخذ طابع سيطرة طرف على الطرف الآخر لتأخذ مثلا العلاقة بين معظم المعلمين وطلابهم، ففي مثل هذه العلاقة ترى ان المعلم يضع نصب عينيه اولا وقبل كل شيء كيف يتحكم وسيطر على طلابه من خلال الاوامر والتعليمات بهدف ادارة الصف بشكل يسهل عليه القيام بواجباته اما الطرف الآخر (الطالب) فعليه ان يطيع في كل ما يطلب منه وعندما نحاول ان نتقرب من هذه العلامة ونتمتع فيها نرى ان الطالب في اجواء تحكمية تسلطية كهذه تنخفض لديه الدافعية لتنفيذ هذه الطلبات لانها مفروضة عليه فرضا كما تؤكد العشرات من الدراسات كما ان محاولة العلم الاجبار دائما امر يصحبه عادة الازياء والغضب اضافة الى انه يستهلك الوقت الكثير في داخل الصف لاجل تنفيذ هذه الطلبات وهذا واضح جدا في كثير من مدارسنا حيث يصرف المعلمين والادارات جهدا وقتا كبيرين في تنفيذ اوامرهم وهم بذلك كانوا يلعبون (دور الشرطي).
ان صعوبة هذا الامر يعود الى ان هذا المعلم يوجه اهتمامه الى ضبط حركة جسم الطالب املا ان يتبعه الدماغ لاحقا ولكن عندهما يوجه المعلم اهتمامه الى عقل الطالب محاولا التخاطب مع عقله وحينما ينجح في التأثير عليه حينئذ سيتبعه الجسم بسلوك مقبول. صحيح ان التوجه الثاني قد يستغرق وقتا اطول لكنه بالنسبة سيقلل الاجهاد لدى المعلم ويزيد فرص نمو الطالب.
ان محاولة السيطرة على الاخرين بموجب التربية التسلطية يستهدف اولا الطاعة وقد ينتج عنها الاحترام احيانا. لكن

هل نتعامل مع الأطفال بعقلية السيطرة والتحكم؟



التربوي/هايك سامونيا أوتيش
عندما تكون العلاقات ايجابية بين الطرفين فان السيطرة في نظر الطرف الثاني تكون مقبولة لانه يشعر ان هذه تصب في مصلحته وهذا واضح عندما نأتمر بأمر شرطي المرور مثلاً. ولكن السيطرة والتحكم (التسلط) من جانب والادعان والطاعة من الجانب الآخر ليست هي ما نسبو اليها من علاقات مبنية على الاحترام المتبادل .
ان التسلط يضع المقابل بالقالب الذي تريده انت وهذا شيء ذو تأثير وقتي في تغيير سلوك الطالب نحو الاحسن لأن

الناس في التحليل النهائي يغيرون انفسهم بأنفسهم من خلال قناعاتهم الذاتية اي ان التغيير يجب ان يبدأ من دافع داخلي. ان هذا النوع من التوجه يتطلب مربيا واعيا له ادواته يستطيع من خلالها ان يحدث التغيير المطلوب في المقابل.
ان استخدام تقنية الرعاية والعناية بالطالب يتطلب من المربي والابوين:
١- الاستماع الجيد للطالب .
٢- الفهم الجيد لما يعانيه.
٣- التشجيع

كيف تعامل مع الأطفال بعقلية السيطرة والتحكم؟

الرجل عديدة منها عدم الشعو بالامن فالطفل لا يستطيع المغامرة لأن الثقة تنقصه فهو يفتقر الى التدريب على المهارات الاجتماعية، وقد يأتي الخجل لتلميحه الاجتماعية الزائدة من الاهل والتي تجعل الطفل غير نشط ولا يعتمد على نفسه بسبب قلة الفرص التي تتعامل بها مع الاخرين ، وقد يظهر بعض الازياء قلة اهتمام بأطفالهم فيشعر الاطفال بالدونية وهذا يشجع على الاعتمادية عندهم، ان عدم الاهتمام بالطفل يولد شخصية خائفة خجولة. اما أسلوب التناقض في معاملة الطفل وتربيته فيساعد على الخجل ايضا، فقد يكون الوالدان حازمين جدا ، وقد يكونا متساهلين في اوقات اخرى والنتيجة يصبح الاطفال غير آمنين ولذئذ يصيبهم الخجل.كما يسهم انتقاد الآباء علانية لاطفالهم في تولد الخوف لديهم ، لأنهم يتلقون اشارات سلبية من الراشدين، فيصبحوا غير متأكدين وخجولين، وبعض الآباء يعتقد أن النقد هو الأسلوب الأمثل لتربية الأبناء، لكن النتيجة للنقد المتزايد هي طفل خجول غير قادر على التفاعل مع غيره. ويشكل التهديد من قبل الآباء للأطفال نوع اخر من الاسباب التي تؤدي الى الخجل وفي بعض الاحيان ينفذ الآباء تهديداتهم، فيصبح لدى الطفل رد فعل على هذه التهديدات المستمرة بالخجل كوسيلة لتجنب إمكانية حدوث هذه التهديدات. وهناك عدة استراتيجيات لعلاج خجل الطفل منها:
تدريب الطفل على المهارات الاجتماعية في وقت مبكر وعلى شكل مجموعات يستطيعون من خلالها إشباع ميوله وتجعله يتفاعل مع الآخرين. وبذلك يتعلم الطفل أن المواقف الاجتماعية غير مخيفة، ويمكن أن يهدئه الوالدان عند المواقف فيبدلك يصبح أكثر اجتماعياً تدريجياً.

وتشجيع الطفل على الاختلاط مع اطفال في نفس عمره ، وان كان الطفل خجولاً فمن المفيد ان يذهب رحلات مع اطفال مفتوحين.
تشجيع الطفل على التحدث الإيجابي مع النفس لان أحد المظاهر المؤدية للطفل ان يعتقد في ذاته بأنه خجول ولا يستطيع الاختلاط بالاطفال، لذا يجب ان تعلم الطفل بأن الخجل هو سلوك يقوم به الأطفال وهو ليس ملازماً لهم، وأنه يمكن مقاومتها بالتدريب على سلوكيات جديدة، تؤدي إلى إمكانية زيادة الاتجاهات الإيجابية وتحسين الاتصال مع الآخرين
تشجيع الطفل على توكيد الذات ونسأله بصراحة عما يريد وكيف يمكن له التغلب على خوفه وارتبائه من اجل التعبير عن نفسه دون خوف.
اجعل بيئة الطفل بيئة دافئة فالحب والاهتمام المعتدل لا يفسدان الطفل، ويجب أن نستمتع إليه، وأن نسمح له بقول: لا، وأن نحترم استقلاليتيه.

تغذية

د. شروق كامل