



دراسة: الأفضل أن يلهو الأب مع الأطفال وتفرغ الأم للعناية بهم

واشنطن / 14 أكتوبر / متابعيات:
نصحت دراسة أن يركز الآباء على اللعب مع أطفالهم لأن محاولاتهم العناية بهم تنتهي عادة إلى مشاجرة كلامية مع الزوجة. اكتشف فريق من علماء النفس أن علاقة أقوى وأكثر تعاضدا تنشأ بين الزوجين عندما يقضي الأب وقتاً أكثر في اللعب مع الأطفال ومجهوداً أقل في محاولة إطعامهم أو تغسيلهم. وتشير الدراسة إلى أن الأدوار التقليدية المناطة بالأم والأب ما زالت هي الأجدى وأن الرجل الذي يصر على مساعدة زوجته في العناية بالطفل في الحقيقة يربك عملها. ونقلت صحيفة الديلي تلغراف عن



قوس قزح

إعداد / محمد فؤاد

كيف تعلمين طفلك آداب تناول الطعام

الاجتماع حول مائدة الطعام أول أشكال التواصل التي يواجهها الطفل

التغاضي عن بعض الأمور يعلم الطفل الطريقة السليمة في الأكل

مكافأة الطفل بالطعام قد يولد لديه مشاكل صحية وسلوكية



يشكل التجمع حول مائدة الطعام الشكل الأول للتواصل والتفاعل الذي يواجهه الطفل في حياته. ولهذا ينبغي على الأسرة والأم بشكل خاص، أن تحسن تعليم طفلها قواعد وآداب المائدة منذ سن مبكرة بحيث يتحول الاجتماع حول مائدة الطعام إلى درس اجتماعي يومي يفيد الطفل مستقبلاً في حياته العامة. وعندما يصبح الطفل في عمر السنة على الأم أن تحرص على تعريفه بالمبادئ الأساسية لتناول الطعام والهدف من هذه المشاركة في وجبة طعام مع آخرين. فمائدة الطعام هي عبارة عن عالم صغير يضم أشخاصاً من مختلف الأعمار يجتمعون معاً من أجل هدف واحد هو تناول الطعام والنقاش حول موضوع يهمهم جميعاً. ومن المتوقع أن يتصرف الجميع بتهذيب. وقد تجتمع العائلة الواحدة لتناول وجبة خفيفة لكن الاجتماع في حد ذاته هو الذي يعد الطفل للحياة خارج جدران المنزل.

فيمكنها مثلاً أن تشيد بالطفل في بداية الوجبة وتهنته على نجاحه في التصرف كالكبار وذلك عند أي مبادرة طيبة منه فتقول مثلاً تعجبني طريقة جلوسك على المائدة وينصحونها بعد ذلك بالأمر بالتركيز عينيهما عليه وكأنها تراقبه للتصيد أي خطأ يرتكبه فإذا ارتكب الخطأ المتوقع فيمكنها أن تصححه له بطريقة رقيقة وموجزة ويجب أن تركز على السلوكيات الأقل قبلاً موقفاً حتى تتأكد من انصراف الطفل عنها واستعداده لتلقي المزيد من التوجيهات. وهنا بعض الاقتراحات التي قد تساعد الأم على تحسين طريقة تناول الطفل للطعام في المستقبل:

التنوع في أنواع الطعام والحرص على تقديم صنف جديد بانتظام: الأم تستطيع التحكم في ذوق طفلها في الأكل. فقد تحب البطاطا أحياناً ثم يرفض تناولها أحياناً أخرى. ولكن تنوع أصناف الطعام وتقديم أطباق جديدة بين فترة وأخرى، يساعد الطفل على تناول كل ما يقدم له من طعام في ما بعد. ومن المكافأة التي ياكلها ولكن إذا حاولت أن تجبره على الأكل عندها تتحول أوقات الأكل إلى معارك دائمة، وصراع مستمر بين الأم والطفل الأمر الذي يولد مشاكل للطفل مع الطعام في ما بعد أو يؤدي إلى عدم الانتظام في أكله. ويقول علماء النفس إن الأم يمكنها أن تغير من أسلوبها في التوجيه الإيجابي وليس السلبي وفي ما تأكله: من المعروف

مخاوف الأطفال من الحيوانات والحشرات والأصوات ليست فطرية

القاهرة / 14 أكتوبر / متابعيات:
ذكرت دراسة أمريكية حديثة أن الأطفال يتعلمون الخوف والفرح من الأفاعي والعناكب بشكل سريع من الآخرين، على عكس ما هو سائد بأن الخوف أمر فطري يوجد منذ الولادة. وفي إحدى التجارب التي أجرتها تلك الدراسة، قدم الباحثون أفلام فيديو لأطفال في عمر سبعة أشهر، وظهر أحد هذه الأفلام مجموعة أطفال ينظرون إلى صور ثعابين وقيلة، وفي الوقت نفسه يسمعون أصواتاً، تارة (مخيفة) وتارة أخرى تبعث على (الفرح)، ومع ذلك بقي أولئك الرضع ينظرون إلى تلك الصور دون أن يبدو أي علامات للخوف.



وفي تجربة أخرى تم عرض 9 صور لأطفال في عمر 3 سنوات، وطلب منهم اختيار إحدى الصور. وقد قام الأطفال بالتعرف على الثعابين بشكل أسرع من الزهور ومن الحيوانات الأخرى التي تشبه الثعابين مثل الضفادع وبقراق الفراشة (اليسروع).
وتعلق إحدى المشاركات في الدراسة - فانيسا لويو- من جامعة رينجرز بنيوجيرسي، على هذه النتائج قائلة إن "دراسات سابقة أوضحت قدرة البالغين على التمييز بشكل سريع وفوري بين المخلوقات المخيفة وغير المخيفة، وهذه الدراسة تثبت أن الأطفال يفعلون الشيء نفسه إلا أنها أمور مكتسبة وليست فطرية".

معظم الأطفال يصبحون مستعدين للبدء في تعلم مهارات آداب المائدة الصحية بعد بلوغهم سن الثالثة. إلا أنهم يستوعبون الكثير مما يقال لهم عند جلوسهم مع العائلة حول مائدة الطعام قبل هذه السن.



وأول ما يفعله الطفل عند وضعه على الكرسي هو حمل ملعقة بيده بالمقلوب ليتناول طعامه بنفسه، وهو ما ينسب في فوضى عارمة إذا لم يلق من يوجهه بالطريقة الصحيحة وهنا يأتي دور الأم حول هذا السلوك ومن هذا المنطلق لا بد لنا من تعلم آداب المائدة. ولكن لا بأس من التغاضي عن بعض الأمور حتى يتعلم

صباح الخير

بالحب والتأديب تعالون غضب أطفالكم



محمد فؤاد راشد

بعض تصرفات الطفل فطرية، بمعنى أنه خلق ليتصرف بهذه الطريقة. ولكن هناك عوامل عديدة أخرى تؤثر في تصرفاته، إضافة إلى العامل الجيني، منها مثلاً، الأسلوب الذي يتبعه الأم في تربية وتنشئة الطفل، والأشخاص الذين يصادفهم، والذين قد يؤثرون فيه إلى درجة تقليد،هم، ووسائل الإعلام، كالتلفزيون والأفلام السينمائية، والإنترنت. ولظروف العائلية أهمية أيضاً في سلوك الطفل، كما الضغوط التي يتعرض لها، والتحويلات التي قد يشهدها، بما في ذلك الالتحاق بالمدرسة، والمرض في حال أصيب به. لذا لا يمكن الفصل بين تصرفات الطفل وكل هذه المؤثرات. ومهما كان السبب الأساسي وراء تصرفه، أو الرسالة التي يريد إيصالها إلى أمة من خلاله، فإن على الأم أن تتعامل مع الأمور السلبية والإيجابية بحكمة وصبر. كل شخص فينا نتناهب مشاعر الغضب والعداونية، بمن في ذلك الطفل. وموجبات الإهتياج هذه تعتبر طبيعية وصحية ومتوقعة، خصوصاً من الطفل. وبما أنه لا يزال صغيراً، فهو لا يملك القدرة على ضبط نفسه والتعبير عن غضبه بطريقة مناسبة، بل على العكس، فهو قد يثور في حال شعوره بالغضب، ويقوم بتصرفات غفوية من ركل وضرب وعض. وعلى الأم أن تتوقع مثل هذه التصرفات خلال المراحل الأولى من حياته.

إن مهارات الطفل الغوية، وقدرته على التعبير عن مشاعره العاطفية، مثل السعادة والغضب والحزن، لا تكون متطورة بشكل جيد، عندما يكون في العمر ما بين السنة ونصف السنة والستين ونصف السنة. لذلك، فهو يشعر بالإحباط، ويثور لأتفه الأسباب، كان يحاول أي شخص، الحد من رغبته في لمس أي شيء، أو القيام بعمل يرغب فيه. لأنه يفتقر إلى الاستقلالية، فهو يثور غضباً بسرعة، ويفقد السيطرة على نفسه. وهنا يحتاج إلى الأم لتتولى زمام الأمور، ولتساعده على ضبط نفسه، والتعبير عن مشاعره بطرق مقبولة ومناسبة لعمره.

ليس من السهل على الأم القيام بذلك، خصوصاً أن الطفل كان قبل هذا العمر، محباً ولطيفاً ويتفاعل بشكل جيد مع المحيطين به. لذا، قد يعتقد بعض الأهل أن الطفل الوديع المحب تحول فجأة إلى وحش. خلال هذه الفترة يجب أن يتركز اهتمام الأم على وضع حدود لتصرفاته المثورة حتى لا يؤدي نفسه أو الآخرين، أو إلحاق الضرر بالمنزل، لكن عليها ألا تعاقبه. ويعتقد الأهل أن التأديب والعقاب هما الشيء نفسه. إلا أنها في الحقيقة مختلفان. فالتأديب هو وسيلة للتعليم وإقامة علاقة جيدة بين الطفل والأهل. وأثناء تأديب الطفل، على الأم أن تمتدحه إلى جانب توجيهه، بصوت حازم وواضح، بنية تحسين تصرفاته. على العكس من ذلك، العقاب هو عمل سلبي، حيث تقوم الأم بحماكة العقاب السلبية لتصرف الطفل، أو عدم إطاعته أو أمرها. والعقاب هو جزء من التأديب، لكنه جزء صغير فقط. ولن يفهم الطفل الهدف من العقاب إلا بعد أن يبلغ الثالثة من العمر، أو ربما بعد هذه السن. إن وضع حدود للطفل أفضل بكثير من معاقبته، ومعظم الأطفال يتجاوبون مع الحدود والقوانين الواضحة والهادفة.

وعلى الأم أن تدرك أن من المقبول والطبيعي أن يثور ويغضب الطفل أحياناً، لكن من غير الطبيعي أن تتكرر نوبات غضبه، فقد يتسبب في أذية نفسه وغيره. ومعظم الأطفال لا يغضبون إلا إذا استفزوا، وما لم يكن الطفل متعباً أو واقعاً تحت ضغط كبير، يمكن تهدئته بسهولة. وهو عادة ينسى غضبه بسرعة. وقد يبكي أو يصرخ في وجه الأم ويجادلها، لكنه لا يلجأ إلى العنف إلا في حال كان محبطاً جداً.

وبعض الأطفال يكونون حساسين جداً، لذا فهم ينزعجون بسهولة ويغضبون بسرعة. ومعظم هؤلاء يولدون وهم بهذه الصفات. وغالباً ما يكون من الصعب تهدئتهم ومواساتهم. ففي المدرسة، يبدون عدائين نحو الأطفال الآخرين والبالغين، وهم ينفجرون غضباً فجأة من دون أي سبب، وقد يبدون سيئ الخلق أو سريع الانفعال معظم الوقت. أما إذا تسببوا في أذية أحد أثناء ثورة غضبهم، فقد يعتذرون إليه وقد يعترفون، ولا يشعرون بمسؤوليتهم عن الأضرار التي يحدثونها، ويلقون باللوم دائماً على الآخرين في محاولة لتبرير أفعالهم.

نادي الرسامين للصغار



ملتقى الأصدقاء

وصلت عبر البريد الإلكتروني لصفحة (قوس قزح) هذه الصورة الجميلة للصديقة الحبوبة صفية حسين صيف الله الغيش من مواليد عدن مديرية العلا تبلغ سبع سنوات وهي في الصف الأول ابتدائي بمدرسة ريدان وتحصلت على المركز الأول بمعدل 100%. بهذه المناسبة السعيدة تهنئ أسرة الصفحة وجميع الأهل والأصدقاء الحبوبة صفية ويتمنون لها دوام التقدم والنجاح. وكل عام وأنت بخير يا صفية.



اتفاقية حقوق الطفل

المادة (44)
3) لا حاجة بدولة طرف قدمت تقريراً أولياً شاملاً إلى اللجنة أن تكرر، في ما تقدمه من تقارير لاحقة وفقاً للفقرة 1 (ب) من هذه المادة، المعلومات الأساسية التي سبق لها تقديمها.

