أطفال النساء العاملات أكثر استعدادا للبدانة من غيرهم

لندن/14 أكتوبر/متابعات:

كشفت دراسة جديدة أن أطفال الأمهات العاملات لساعات طويلة أكثر استعدادا من غيرهم للبدانة لافتقادهم الى الوجبات الصحية.

وقد سجلت ظاهرة البدانة نموا ملحوظا في بريطانيا إذ تقدر نسبة من يعاني منها في صفوف الصبيان بـ 14 ٪ في حين تصل إلى 17 ٪ بين البنات، وهذا ما بين سن الثانية والخامسة عشرة. ونقلا عن صحيفة التلغراف اللندنية، قال الباحثون الذين شاركوا في هذه الدراسة إن لكل 10 ساعات تعمل الأم فيها يزيد وزن اطفالها بمقدار واحد إلى واحد ونصف في المائة.

وقد زادت البدانة بين الأطفال بشكل هائل منذ الستينيات من القرن الماضي في بريطانيا. لكن الدراسة الجديدة التي أجريت في الولايات المتحدة كشفت عن واقع أسوأ إذ وجد أن نسبة البدانة تزداد مع ازدياد ساعات عمل الأمهات خارج البيت. واستخدم باحثون من الجامعة الأميركية وجامعة كورنيل وجامعة شيكاغو بيانات من "دراسة العناية المبكرة بالطفل وتطور الشباب" حيث نظروا إلى ملفات 900 طفل يعيشون في 10 مدن بالولايات المتحدة.

ووجد الباحثون أن لعدد سنوات العمل الخاصة بالأمهات تأثيرا ضئيلا لكنه متراكم على أوزان أطفالهن وهذا يرجح الزيادة في الوزن إلى حد البدانة. وحسب الدراسة فإن كل 6 أشهر من عمل الأم تضيف ما مقداره رطل واحد على وزن الطفل.

وما يبعث على الدهشة أن التغيرات في النشاطات الرياضية للأطفال والوقت الذي يقضونه من دون رقابة الأم والوقت الذي يقضونه في مشاهدة التلفزيون لا تفسر العلاقة ما بين عمل الأم وزيادة وزن الطفل. ويقدم معدو الدراسة تبريرا واحدا لهذه الظاهرة يتمثل بضآلة الوقت المتوفر لدى الآباء العاملين عند قيامهم بشراء الأغذية ما يجعلهم يعتمدون أكثر على الأكل خارج البيت أو شراء الأطعمة الجاهزة التي تحتوي على نسبة عالية من الدهون والسعرات الحرارية.

شكل السلوك العدواني لدى الأطفال

نظام الحياة اليومية للأطفال يتغير تغيرا حاسما عندما يبدؤون الحياة المدرسية

تعرض الطفل للسخرية والاعتداء من زملائه يشعره بالتعاسة

عدم تلقي الطفل المعاملة التربوية الحسنة في المدرسة يصيبه بالفشل والتقاعس في التحصيل العلمي

المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية الثانية بعد البيت من حيث التأثير في تربية الطفل ورعايته. وتعود أهميتها إلى ما تقوم به من عملية تربوية مهمة وصقل لأذهان الأطفال، حيث أن وظيفتها الطبيعية أن تستقبل الأطفال في سن مبكرة فتكون بذلك المحطة الأولى للتعامل معهم بعد الأسرة مباشرة، ما يضعها في موقع استراتيجي تربوي وتعليمي، ومراقبة شاملة يمكنها من اكتشاف قدرات الأبناء واكتشاف الميول السلبية والإيجابية في شخصياتهم.

ولعل من أكثر جوانب الحياة المدرسية سلبية وتعقيدا وإشكالا هو الجانب المتمثل في السلوك العدواني الذي يمارسه بعض الأطفال نحو أقرانهم في المدرسة.

المعلم هو العنصر الأساسي في اكتشاف التحولات في سلوك الأطفال

الجو الانفعالي الذي يعيشه الطفل في المدرسة أو في البيت يؤثر على تفاعله مع محيطه

عرض/محمد فؤاد:

إن الجو الانفعالي العام الذي يعيشه الطفل في المدرسة أو في البيت له أثر عميق في مدى تحركه وتفاعله وتحصيله، فقد يشعر الطفل بالتعاسة في المدرسة بسبب موقف الأطفال الآخرين كالسخرية منه أو الاعتداء عليه بقسوة أو شعوره بعدم الانتماء أو الشعبية. وقد يعتدي الأطفال أحيانا على زميل لهم لاعتقادهم بأنه لا يستطيع أن يرد الاعتداء أو لشعورهم بضعفه وعدم قدرته على الوقوف أمامهم بنفسه والاعتماد على ذاته. وقد تعود مثل هذه الصفات إلى التركيب البيولوجي للشخصية أو إلى طريقة التربية التي يتبعها الآباء وهم يعملون على قتل الروح العدوانية الطبيعية عند طفلهم بشكل قاس وخطير. وقد يكون الطفل خجولاً، هادئاً يواجه رفاقا له ذوي شخصيات عنيدة عدوانية ونتيجة لذلك قد يكره المدرسة وينفر منها.

فإذا لم يلق الطفل المعاملة التربوية الحسنة في المدرسة ويستوعب المناهج المتطورة، فإن حياته سيصيبها الفشل والتقاعس نحو التحصيل العلمي، ويحل جو السأم والضيق في نفسه، ويخلق علاقات عدوانية سواء مع أقرانه أم مع المدرسين وتنقلب حياة المدرسة بالنسبة له صورة قاتمة للحياة البشرية، نظراً لما يصاب به من إحباط متكرر.

إن نظام الحياة اليومية للأطفال يتغير تغيراً حاسماً عندما يبدأون الحياة المدرسية، كما أنّ عملية التعلم نفسها تزود الطفل بإحساس بالتنافس والاقتدار، وفي ذلك عون على فعالية نوازعه العدوانية، ونشرها على غيره وعلى موجودات المدرسة.

ويظل المعلم العنصر الأساسي في اكتشاف التحولات في سلوك الأطفال وفي التعرف على كثير من أشكال الاضطراب التي تؤذي الأطفال داخل الصف، الأمر الذي يلقي على كاهل المعلم عبء التعرف على مثل هؤلاء الأطفال، وتشخيص ما يواجهونه من مشكلات ومساعدتهم على التكيف مع الحياة الاجتماعية للمدرسة، من خلال مساعدهم على النمو الجسمي والعقلي والعاطفي لتحقيق الأهداف التربوية وتنمية جانب الخير في شخصياتهم وتنمية هذا الجانب عن طريق التشجيع والتوجيه واستغلال طاقاتهم إلى أبعد مدى ممكن ومساعدتهم على الاحتفاظ باتزانهم العاطفي وتنمية اتجاهاتهم السليمة.

بهذا الصدد نستعرض لكم مفاهيم ونظريات وإشكالاً عديدة عن السلوك العدواني كالتالي:

تعريف العدوان:

1 - هو كل سلوك نشط فعال يهدف من ورائه إلى سد حاجات أساسية أو غرائزية. وهذا التعريف يظهر أن العدوان يشمل جميع الفعاليات الإنسانية المتجهة نحو الخارج، المؤكدة للذات، الساعية وراء سدّ حاجات الشخص الأساسية سواء كانت بناء أم تملكا.

2 - هو سلوك هجومي ينطوي على الإكراه والإيذاء. وهو بهذا يكون اندفاعاً هجومياً يصبح معه ضبط الشخص لنوازعه الداخلية ضعيفاً، وهو اندفاع نحو التخريب والتعطيل.

نظريات في العدوان

هناك عدد من النظريات التي بحثت في العدوان وحاولت تفسير دوافعه ومسبباته، واهمها:

- نظرية التحليل النفسي: تقول نظرية التحليل النفسي بأنّ غريزة الموت توجد منذ لحظة الولادة. ويقول فرويد بأنّ الإنسان مزود بغرائز للموت وأخرى للحياة، وأنّ غرائز الموت تسعى لتدمير الإنسان وعندما تتحول إلى الخارج، أي خارج ذات الإنسان، فإنها تصبح عدواناً على الآخرين، وذلك بسبب تأثير الطاقة النفسية التي تقود العدوان. ويقول علماء التحليل النفسي كذلك بأنّ الحرمان والإحباط يؤديان إلى ممارسة سلوك العدوان من قبل الفرد إذا تعرض لهما.

- النظرية الأثولوجية: من علماء هذه النظرية كونارد هورنز، وترى هذه النظرية بأن العدوان استجابة ذات قيمة بقائية، فالحيوان يرد بالعدوان كي يحافظ على بقائه. ولكن العدوان الإنساني أسوأ من ذلك بكثير، إذ إنّ وحشيته تجاه الآخرين من الأمور الأكثر لفتاً للنظر، كما أنها تمثل أساس عدد كبير من مشكلاته الاجتماعية.

- نظرية التعلم الاجتماعي: ترى هذه النظرية بأن معظم العدوان الإنساني يرجع إلى عناصر التعلم الاجتماعي، كما ترى هذه النظرية أن لسلوك العدوان خصائص إجرائية تعمل على استمرار حدوثه إذا كانت النتائج معززة إيجابياً أو ذات فعالية في إنهاء الأحداث المزعجة، أي ذات تعزيز سلبي، ويعتقد أصحاب هذه النظرية بأن العدوان ينتج عن ثلاثة عوامل هي: المبادرة والتعزيز والتعليم عن طريق التقليد.

النظرية الإحباطية: تقول هذه النظرية بأنّ الإحباط يولد دافعاً، ويصبح من الضرورة للعضوية العمل على خفض هذا الدافع. فالإحباط يولد الدافع للعدوان ويمكن خفض هذا الدافع بممارسة سلوك العدوان.

النظرية السلوكية: ترى أنّ العدوان تتعلمه العضوية إذا ارتبط بالتعزيز، ويعرف بوس العدوان بأنه عبارة عن استجابة تقدم فيها العضوية مثيراً مزعجاً إلى عضوية أخرى. فمن وجهة النظر السلوكية إذا ضرب الولد شقيقه وحصل على ما يريد فإنه سوف يكرر عدوانه مرة أخرى كي يحقق هدفه كذلك. ومن هنا فإنّ العدوان من وجهة نظر السلوكية نتعلمه للحصول على شيء ما.

أشكال العدوان

يظهر العدوان الإنساني في عدة أشكال منها:

- العدوان الجسدي: الذي يشترك فيه الإنسان جسدياً على الآخر ومن أمثلته: الضرب، والرفس، والدفع، والقتال بالسلاح.

- العدوان الكلامي: الذي يقف عند حدود الكلام، ومن أمثلته: الشتائم، القذف بالسوء، وفم الإنسان أول أداة يستخدمها للعدوان، حتى وهو لا يزال في نعومة أظفاره.

- العدوان الرمزي: هو الذي نمارس فيه سلوكاً يرمز إلى احتقار الآخرين أو يقود إلى توجيه الانتباه إلى إهانة تلحق بهم.

أنواع العدوان

هناك أنواع عديدة من السلوك العدواني:

- العدوان المخبوء: كعدوان الطفل عندما يأتي له أخ صغير.

- العدوان المحول: وينتج من تدخل الوالدين وحرمان الطفل من تقرير ذاته، ويعالج بمشاركته ببعض أشياء البيت كرأيه في ملابسه أو في وجبات الطعام أو غيرها.

- العدوان التخيلي: وينشأ من الصراع بين المشاعر العدوانية عند الطفل والمعايير الضابطة، ويعالج ببيان أنّ شعور المرء بالغضب أمر طبيعي لا غبار عليه إذا ما ترك للطفل أن يسيطر على مشكلاته بحرية.

وهناك عدة أنواع من السلوك العدواني وهي:

- العدوان الفردي: حيث يسعى الفرد إلى إلحاق الأذى بغيره من الأفراد والجماعات أو الأشياء. وقد يكون جماعياً حيث تسعى جماعة إلى إلحاق الأذى بغيرها من الجماعات والأفراد.

- العدوان العقلاني: يعتمد على مبررات عقلية في موقف محدد. أمّا النوع الثاني بالنسبة لمستوى التبرير العقلي، فهو ينطوي على القليل من المبررات العقلية، ويغلب فيه موقف اندفاعي عاطفي داخلي يدفع الفرد باتجاه العدوان من غير أن يكون تقديره له ولكامل ظروفه تقديراً واعياً واضحاً.

دوافع العدوان

أما بالنسبة إلى العامل الأساسي الذي يدفع إلى العدوان. فقد يكون هذا العامل إحباطاً، كما هو الحال في أكثر حالات العدوان، وقد يكون قلقاً، فالطفل الذي يعاني من الإهمال ويعاني من الإحباط نتيجة ذلك، قد يندفع إلى العدوان كوسيلة دفاعية.

ومن الممكن القول أخيراً إن العدوان قد يبلغ درجة يصبح معها مرضيا، ومن هذه الناحية يمكن التمييز بين المألوف من العدوان والمرضي أو الشاذ منه.

إنّ هذه الأنواع ليست متمايزة كل التمايز، ولا هي مستقلة عن بعضها، فقد يكون العدوان جسدياً وكلامياً ورمزياً في وقت واحد. وقد يتجه في كل هذه الحالات نحو الذات أو نحو الآخرين، وقد تظهر الأنواع الثلاثة معاً مألوفة، وقد تكون مرضية، إلاّ أنّ ذلك لا يمنع من أنّ الحديث عن أنواعها لا بد أن ينطلق من أسس معينة بغية التمييز والتصنيف.

والميل إلى العدوان قد ينشأ من أحد سببين أو من السببين معاً:

- الأول: هو منع الكائن الحي من إشباع حاجاته الطبيعية.

- الثاني: هو تربية الكائن الحي بشكل يقوده إلى المقاتلة.

طبيعة العدوان

يأتي النزوع إلى العدوان نتيجة لشعور بالتهديد يصاب به فرد أو جماعة، أو لتعرض كرامة الفرد أو مكانته لما يجرحها. وقد يأتي مع الشعور بأنّ الآخرين لا يفهمون الشخص أو بأنه يستطيع إفهامهم نفسه... وقد يأتي مع تهديد لقيم عند الشخص.

وقد يتعلم الفرد من حياته كيف يكظم غيظه عند الغضب، ولا يعني هذا أنّ النزعة العدوانية التي تولدت لديه قد تلاشت بل تبقى، وإذا ما ربطنا بين الإحباط والعدوان استطعنا فهم الكثير من الظواهر السلوكية، ونرى أثراً واضحاً للقلق وأثره على العدوان.

أسباب السلوك العدواني

1 - العدوان غريزة عامة موجودة لدى الإنسان وذلك لتفريغ الطاقة العدوانية الموجودة داخل الإنسان والتي يجب التعبير عنها.

2 - العدوان سلوك متعلم. فيتعلمون من خلال الخبرات التي يمرون بها في حياتهم وأحياناً يتعلم السلوك العدواني من خلال استجابة الوالدين لرغبات الطفل الغاضب، وذلك لتجنب المزيد من المشاهد المزعجة، وبهذه الطريقة يتمكن من التحكم في محيطه.

3 - العدوان نتيجة حتمية لما يواجه الفرد من إحباطات متكررة تؤدي إلى تنبيه السلوك العدواني لدى الفرد.

4 - عدم قدرة الأطفال على إدراك متى يشعرون بالانزعاج أو الإحباط، ولا يستطيعون نقل هذه المشاعر للآخرين إلاّ بعد أن ينفجروا في نوبة غضب شاملة.

5 - إن معظم الأطفال الذين يأتون من أسر تستخدم العقاب وتسودها الخلافات الزوجية الكبيرة، يكتسبون صفات عدوانية ويمارسون سلوكاً عدوانيا.

مظاهر السلوك العدواني

1 - يبدأ السلوك العدواني بنوبة مصحوبة بالغضب والإحباط، يصاحب ذلك مشاعر من الخجل والخوف.

2 - تتزايد نوبات السلوك العدواني نتيجة للضغوط النفسية المتواصلة أو المتكررة في البيئة.

3 - الاعتداء على الأقران انتقاما أو بغرض الإزعاج باستخدام اليدين أو الأظفار أو الرأس.

4 - الاعتداء على ممتلكات الغير، والاحتفاظ بها، أو إخفاؤها لمدة من الزمن بغرض الإزعاج.

5 - يتسم في حياته اليومية بكثرة الحركة، وعدم أخذ الحيطة لاحتمالات الأذى والإيذاء.

6 - عدم القدرة على قبول التصحيح.

7 - مشاكسة غيره وعدم الامتثال للأداء والتعليمات وعدم التعاون والترقّب والحذر أو التهديد اللفظي وغير اللفظي.

8 - سرعة الغضب والانفعال وكثرة الضجيج والامتعاض.

9 - تخريب ممتلكات الغير كتمزيق الدفاتر والكتب وكسر الأقلام وإتلاف المقاعد والكتابة على الجدران.

10 - توجيه الشتائم والألفاظ النابية.

ان مثل هذه الظواهر السلوكية التي ترافق الطفل منذ خروجه الى الحياة قد تطرأ عليه عن طريق البيئة الأسرية والاجتماعية حسب النموذج النفسي والسلوكي الممارس عليه أو الذي يشاهده من الناس المحيطين به سواء كان هذا الشيء سينعكس عليه بصورة سلبية او ايجابية.

همسة تربوية

الاعتراف بمعاناة الأبناء

اعترف بمعاناة ابنك عندما يشتكي إليك ، أو يتضايق من أحد .. فمثلاً ، يشتكي من مدرسه بأنه أهانه فقل له : (صحيح أن هذا يزعج ، ولو كنت مكانك لأصابني ما أصابك)، أو :(هذا أمر مزعج وسوف أنظر في الأمر)، وتفاعل مع قضية ابنك لكي يفضي إليك عما في صدره وقلبه دائماً ، ولا تكن سبباً في إبعاده عنك لعدم الاعتراف بمعاناته ، وإن كنت لا توافقه أحياناً .

لعبة حماية الحصن

يقف التلاميذ في دائرة ويوضع في مركز الدائرة صولجان (الحصن) ويختار أحد التلاميذ لحماية الحصن ثم يقوم التلاميذ بالتصويب على الحصن بالكرة بينما يدافع الحارس عنه بإبعاد الكرة،وإذا نجح تلميذ في إصابة الحصن يتبادل المكان مع الحارس.. وهكذا.