

يعتبر ضعف معدل التراجع في التسعينيات

## منظمة الصحة: تراجع وفيات الأطفال عالمياً بنسبة (7.2%)

2009 مقابل ٤.٢١ مليون في عام 1990. وتراجع عدد السيدات اللاتي يتوفين من مضاعفات الحمل والولادة بنسبة ٢.٢ في المئة في العام منذ عام 2000 مقارنة بتراجع بنسبة 2 في المئة خلال التسعينيات. وقالت المنظمة إن الأمراض المزمنة مثل السرطان وأمراض القلب والسكري وصلت إلى نسب وبائية عالمية وإنها تسبب المزيد من الوفيات أكثر من كل الأمراض الأخرى مجتمعة، وإن الظروف المهنية للإصابة بالأمراض تتفاقم بسبب التدخين والبدانة وغيرها من العوامل.

ودعا التقرير إلى ضخ المزيد من الأموال على الخدمات الصحية خاصة في البلدان الفقيرة، وقدر الإنفاق الصحي على الفرد في البلدان ذات الدخل المنخفض بمبلغ ٢٣ دولاراً أو نحو ٤.٥ في المئة من الناتج المحلي الإجمالي مقابل 4590 دولاراً أو ١١ في المئة من الناتج المحلي الإجمالي في البلدان ذات الدخل المرتفعة. وصرح التقرير تراجع وفيات الأطفال بنسبة ٧.٢ في المئة في العام منذ عام 2000 وهو ضعف معدل التراجع في التسعينيات، وتراجعت وفيات الأطفال تحت سن خمسة أعوام إلى ١.٨ مليون في عام

في تقرير إحصائيات الصحة العالمية السنوي أن الخدمات الصحية حول العالم لا تزال مثقلة بأعباء مضاعفة جراء الأمراض المعدية وأمراض العصر مثل أمراض القلب. وقال مدير الإحصاءات في المنظمة تايز بيورما: «لقد أنجز الكثير بعد عام 2000 ولقد تكمل العمل بالنجاح». وربط بيورما التقدم بالإنفاق الكبير على الرعاية الصحية وبرامج التحصين والتعليم وغيرها من العوامل، وأضاف أنها مجموعة من التدخل الصحي والتطوير الاجتماعي والاقتصادي.

**جنيف/مسابقات:** أضافت المنظمة أنه تم تسجيل معدل انخفاض مشابه مثير للإعجاب في عدد السيدات اللاتي يتوفين من مضاعفات الحمل أو الولادة وزيادة في معدل متوسط العمر المتوقع إلى ٨٦ عاماً في عام 2009 عن ٤٦ عاماً في عام 1990، ولكنها ذكرت



## قوس قزح

إعداد/ محمد فؤاد



الألعاب وآثارها النفسية والصحية على الأطفال

## التأكد من عدم وجود حواف ورؤوس حادة في الألعاب يقي الطفل من مخاطر الإصابات

-أن تكون جذابة: بما أن اللعبة الجيدة هي التي تجذب انتباه الطفل وتنمي عنده دافع الاستكشاف، يفضل أن تتميز بالغموض والاستثارة ما يدفع الطفل إلى التفاعل معها واللعب بها، وتوثيق الصلة بينه وبين أحضرها له. أن ترتبط اللعبة بواقع الطفل: تفرض ثقافة الطفل مجموعة خاصة من الألعاب، التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً ببيئته التي يعيش فيها، فهناك ألعاب خاصة بأطفال الريف، وثانية خاصة بأطفال المدن، وثالثة تقتصر على أطفال الصحراء.

بينهم من الناحية الجسدية والعقلية والثقافية، لهذا فإن اللعبة المناسبة تختلف من طفل لآخر، ويجب علينا أن نختار اللعبة المناسبة للمستوى العقلي والثقافي للطفل، لأن اللعبة إذا كانت سهلة أكثر من اللازم فإنها تصيبه بالملل، وإذا كانت أعلى من مستواه فسوف تصيبه بالإحباط، وهذا الإحباط يولد لديه السلوك العدواني تجاه هذه اللعبة، أو تجاه الأطفال الآخرين ولذا فإن من أسس اختيار أي لعبة أن تناسب الطفل وتنمي قدراته. وأن تولد عنده دافع الاستكشاف. وأن تمنحه الفرح والمرح.

مشاهد العنف لا تنتهي وطفلك محاصر بها إما في الشارع أو التلفاز وربما في المنزل ، لا تزيدي الطين بللاً وتهديدي بنقدنا ينمي عنفه ، بل فكري في إهدائه لعبة تدخل عليه السرور وتداعب روح الابتكار لديه. قبل أن تعقي في حيرة أو اختاري خطأ يقدم لك الدكتور مايكل درويت أستاذ التربية الفكرية بجامعة ماسوشيستس ، كتاباً تناول في فصل كامل منه لعب الأطفال وكيفية اختيار اللعبة المناسبة التي يجب أن تتوافر فيها ثلاثة شروط وهي: - أن تلائم الطفل: فالأطفال يختلفون في ما

## صباح الخير

شجار الوالدين  
وأثره العميق في  
نفسيات الأبناء



محمد فؤاد

لقد ذهب بعض الآباء إلى التشاجر أمام أبنائهم دون مبالاة بالنتائج التربوية المترتبة على ذلك والآثار المستقبلية التي قد تؤثر بشكل أو آخر على شخصيات هؤلاء الأطفال وما قد ينقلونه من مظاهر سلوكية غير مقبولة من عامة المجتمع إلى مواقف سلوكية مقبولة يتفاعلون بها مع المجتمع، لأن المظاهر غير المقبولة قد تؤثر على علاقتهم الاجتماعية وصحتهم النفسية في المجتمع من خلال فهمهم الخاطئ لطبيعة العلاقات الأسرية بين الآباء.

لذا على المربين والتربويين والمختصين في المجالات ذات العلاقة توجيه الآباء عن طريق وسائل وطرائق متعددة تتضمن أساليب علمية مدروسة ودقيقة بالكيفية التي يمكن من خلالها التفاهم بينهم في المشاكل التي تواجههم بعيداً عن مسامح الأطفال.

وقد يعتقد بعض الآباء أن الشجار الذي يتطور أحياناً في بعض الأسر ليس إلى مستوى الاعتداء البدني خاصة من الأب لايؤثر على الحالة النفسية للأبناء على أقل تقدير في المديت القريبة، على الرغم من إظهار هؤلاء الأبناء مظاهر سلوكية تدل على تأثرهم بهذا الشجار كالبكاء أو الصراخ أو الكآبة أو الانطواء. أن الطفل في المراحل المبكرة من حياته يقوم بتقليد ومحاكاة الكبار في المظاهر السلوكية المختلفة وبالتالي فإنه يكتسب ويقبل أي مظهر سلوكي يبديه الكبار سواء كان هذا السلوك مقيولاً من المجتمع أو غير مقبول ، وهنا ممكن الخطورة ما يتطلب من الآباء أن يحرصوا الشد الحرص على نقل العادات والمظاهر السلوكية المقبولة من المجتمع إلى أبنائهم. كما أن هذا الأمر يتطلب من التربويين أن يلاحظوا المظاهر السلوكية المختلفة للأطفال خاصة في المراحل الدراسية المبكرة لتشخيص المظاهر السلوكية غير المقبولة والتي تدل على أخطاء تربوية لغرض معالجتها تربوياً كي لا تنتقل إلى الأطفال الآخرين في المدرسة ، والذين تربوا في عائلات تؤكد

## الألعاب يجب أن تساهم في تطوير قدرات الطفل وطاقاته العقلية والإدراكية

## ترك مساحة للطفل للعب الحر يشير إبداعه ويساعده على النمو السليم

ونظرياتهم إلى الحياة . وتنتقد إحدى اختصاصيات الطفولة المبكرة ما تتضمنه بعض الألعاب الإلكترونية من قصص لا تمت إلى الواقع بصلة وتقول : إن إدمان اللعب لم يعد مقتصر على البيوت من خلال (Play Station) بل تعدى ذلك إلى أمانة خاصة بهذه الألعاب يتقمص فيها الطفل شخصية المحارب الشرس الذي يقتل كل من يمر بقربه دون تفكير، وتكون الأدوار الخيالية في هذه الألعاب قتالاً وورشاشات وخناجر . وتعطي مثلاً على إحدى الألعاب الإلكترونية التي تدور أحداثها حول أسطورة عقيمة لا فكرة فيها أو عبرة كالرجل الذئب الذي يتحول إلى وحش عند اكتمال القمر في نهاية الشهر فيمتص الدماء ويكسر العظام . وتؤكد أن التوتير فقط وليس المتعة هو الذي ينتج عن قضاء الأطفال أوقاتاً في ممارسة هذه الألعاب ذات المضمون الدموي والتخريبي . وطالبت برعاية دائمة من قبل الأهالي على دخول الأطفال إلى عالم الألعاب الإلكترونية، مشيرة إلى أن أهالي الأطفال يتحملون مسؤولية اختيار مضامين هذه الألعاب . ولفتت إلى أن دراسة في بريطانيا دلت على أن الألعاب الإلكترونية ذات المضمون الدموي تؤثر سلباً في سلوك الأطفال واتجاهاتهم وتعميق أحداث عادات جديدة عندهم، كما أن الانفعال السلبي والتوتر اللذين يعيشهما الطفل مع هذه الألعاب يجعلان منه شخصية ذات قدرة أقل على التفاعل الاجتماعي السليم . وتطرح بدائل عن الألعاب الإلكترونية بالرجوع إلى الألعاب القديمة المصنوعة يدوياً أو العمل في البستنة والرسم بمختلف أشكاله وألوانه والألعاب التركيبية والتشكيل بالصلصال إضافة إلى القراءة . وتشير أم لاربعة أطفال اعتاد أبنؤها الجلوس أمام الألعاب الإلكترونية لأكثر من 3 ساعات يومياً إلى أنها كانت في بداية شرائها إحدى الألعاب الإلكترونية فرحة بتضمين أطفالها أوقاتهم، لكن مخاوفها تزايدت عندما أخذ أطفالها بتطبيق ما يرونه في هذه اللعبة على أرض الواقع من خلال إجراء مسابقة بينهم يتنافسون فيها على تكسير وتحطيم أكبر عدد ممكن من أواني المطبخ . وتقول الاستشرت طبيباً نفسياً وصحني باختيار قصة تعطي فكرة رياضية . في النهاية نبه مشرفو التقرير على الأهل وواضعي الخطط التربوية على حد سواء إلى ضرورة التركيز على حاجات الطفل الأساسية، وتشجيعه على ممارسة اللعب بحرية لإعطائه فرصة لتنشيط خياله وإحلامه وتركه يبني عالمه بيديه.

مخاطر السمنة، وربما تصيب الأطفال بالاكنتاب. وقد تزايدت تحذيرات اختصاصيي الطفولة المبكرة والطب النفسي من التأثيرات السلبية في شخصية الأطفال جراء إدمانهم على الألعاب الإلكترونية وقضاء أوقات طويلة في تقمص شخصيات دموية تسعى لقتل أكبر عدد ممكن من الأشخاص أو تدمير ما يمكن تدميره بطريقة بارعة ومتقنة . وقال بعض المحللين أن ممارسة الألعاب الإلكترونية ذات مضامين العنف أو الخيال تعمل على توليد نزعة الجبن لدى الأطفال وتقوي إرادتهم لتوليد العنف وتبعدهم عن قصص وأفكار واقعية . وفي استطلاع محدود قال أحد المحللين أن آثار ممارسة هذه الألعاب تعود على الأطفال بنتائج بدنية ونفسية سلبية مع ظهور مشاكل صحية تتعلق باليدين والظهر ، وقد تسبب السمنة ومشاكل في البصر فضلاً عن التوتر والتركيز الشديدين . أما الدراسات العربية عن خطورة الألعاب الإلكترونية فهي مفقودة وقد تكون الأقرب تلك الدراسة للمجلس العربي للطفولة والتنمية التي أكدت ضرورة الإهتمام بإعداد الطفل العربي لاستيعاب العلم والتكنولوجيا ومواكبة التطورات السريعة والمتلاحقة في هذا المجال أو تحلل الأطفال من خلال برامج الجبن لدى الأطفال وتقوي التفاعل مع الكمبيوتر والإنترنت ليس كوسائل للتسلية فحسب بل كوسائل تعليمية وثقافية . ويؤكد مدير أحد معارض ألعاب الأطفال سيف وصفي أن كثيراً من الأهالي ينسكرون ألعاب أطفالهم دون أن ينتبهوا إلى ما يمكن أن تحصله اللعبة من فكرة، وقال إنسي أنتجيب أي لعبة إلكترونية أو غيرها قد تحمل فكرة سلبية أو قد تحض على عنف وتعطي انطباعاً للطفل بأنه الأفضل والأقوى من غير منافسة شريفة وعادلة . ويرى مستشار الطب النفسي والأمراض العصبية الدكتور محمد الشويكي أن تأثير الألعاب الإلكترونية يعتمد على مضمون ومحتويات هذه الألعاب . وقال : إن هذه الألعاب عادة تعالج قضية أو قصة خيالية أو تعرض حرباً تنتهي بالتدمير والقتل وفي كلا الموضوعين فإن تأثيرها يكون كبيراً من خلال المدة التي يقضيها الطفل في ممارسة هذه الألعاب . وأضاف أن إدمان الأطفال على الألعاب الإلكترونية يتمد من خلال قضاء أكثر من ساعتين يومين . وأشار إلى أن بعض مضامين الألعاب الإلكترونية الخيالية تعمل على التأثير في نفسية الأطفال وتجعلهم يبتعدون عن الواقع ويقتربون من عالم خيالي غير موجود كما تعزز فيهم التفكير الخيالي على حساب الواقعية ليظهر من خلال سلوكياتهم وأقوالهم

إعداد/ محمد فؤاد

**تطوير قدرات الطفل**

الدكتور مايكل درويت أشار في كتابه أيضاً إلى خمسة أسس علمية أخرى تساعدك على اختيار أفضل اللعب وأكثرها نفعاً ، وهي كالآتي: أولاً:الأسس النفسية: أن ترضي اللعبة دوافع الطفل وحاجاته النفسية، وأن تتعب له القدرة على التلقي والتعليم وذلك بتسمية ميوله و رغباته، وأن تتيج له الفرصة للتعبير عن حاجاته. ثانياً:الأسس العقلية: يجب أن تساهم اللعبة في تطوير قدرات الطفل وطاقاته العقلية والإدراكية وأن تساعد على الابتكار والإبداع، وتنمي قدرته على التفكير المستقبلي. ثالثاً: الاسس الاجتماعية: يجب أن تنمي اللعبة عند الطفل الروح الجماعية بدلا من الفردية، وأن تشجعه على المشاركة والمنافسة، وأن تساعد على القيام ببعض الأدوار الاجتماعية. رابعاً:الأسس الصحية: عند اختيار أي لعبة يجب التأكد من عدم وجود حواف ورؤوس حادة بها قد تجرح الطفل ويجب التأكد من أن اللعبة ليست ثقيلة، والتأكد من أن ألعاب الركوب مستقرة ومتوازنة بصورة جيدة، والأ تكون اللعبة مصنوعة من مواد سريعة الاشتعال، تجنب الألعاب التي تحتوي على قطع صغيرة يمكن أن تبتلع، أو تستنشق مع الهواء، أو توضع في الأذن، والتأكد من أن جميع الألعاب المطيلة مهدونة بمواد غير سامة. خامساً:الأسس الجالية: ينبغي أن تكون اللعبة متناسقة في شكلها، وجذابة في تصميمها وقريبة من الواقع، ويراعى أن تكون ذات ألوان جذابة ومحبة لنفس الطفل، ويجب التأكد من أن لها هدفاً جالياً.

**اختبرها بنفسك**

عند شراء أي لعبة لطفلك ينصحك الأطباء بفحص لعب طفلك بنفسك، للتأكد من مواصفات الأمان .

- تأكدني أن العيون والأذن والمكونات الصغيرة الأخرى في الدمية محكمة التركيب ولا يمكن فصلها، وتجنب الألعاب ذات الحواف الحادة لمن هم دون الثامنة وأيضاً الألعاب التي بها أحزمة وأربطة أطول من 7 سم لأنها قد تلتف حول رقبة الصغير.

- اختبري الألعاب التي تصدر عنها أصوات عالية تضر الأذن (ما يبدو صوته عالياً لك بالتأكد هو عال على طفلك).

- تأكدني قبل الشراء أن التوصيات الخاصة بالسلامة والسن المناسبة ملتصقة وواضحة على العلبة واتبعيها.

- إذا اشتريت دراجة لوحات تزلج أو سكوتر لا تهملني شراء خوذة الرأس والوسائد المبطنة الحامية للركبتين والكوعين.

- تخلصي فوراً من أكياس التغليف البلاستيكية.

- اتبعي التعليمات أثناء تجميع وتركيب الألعاب بحرص شديد.

- اختاري ألعاباً معلومة المصدر فبعض أنواع البلاستيك الرديء بها مكونات سامة، وأخيراً من المهم جداً أن تراقبي سلامة الألعاب وتأكدني أنها ليست مكسرة أو مفككة وأصلحي أو تخلصي من المحطم فوراً.

اللعب الحر يشير إبداعه

إلى جانب الألعاب المصنوعة اتركى لطفلك مساحة للعب الحر ، إنه يثير إبداعه ويساعده على النمو السليم . لقد أفاد تقرير للأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال أن اللعب الحر والمواصل، سواء كان مطاردة الفراشات أو اللهو بالمكعبات والعرائس أو حتى الجري بصحبة الآباء والأمهات، غالباً ما يفقد في ظل لهات الواجبات المدرسية المترابطة. كما أن اللعب غير المحظ له يؤدي إلى منافع كثيرة، ويساعد على إثارة الإبداع لدى الأطفال، وإطلاق العنان لمشاعرهم، وتطوير مهاراتهم في حل المشكلات، وزيادة التوافق مع المدرسة. وحذر التقرير من أن تناقص الوقت المخصص للعب التلقائي يمكن أن يقام الضغوط والتوتر على الأطفال والعائلات، مشيراً إلى أن ألعاب الفيديو تزيد من التوتر لدى الأطفال الصغار، وتعزز

**ملتقى الأصدقاء**

وصلت عبر البريد الإلكتروني لصفحة (قوس قزح) هذه الصورة الجميلة للطفلة الحبوبة ليزا أمير ردمان التي تبلغ من العمر تسعة أشهر من مديرية المنصورة محافظة عدن. ونحن نتمنى لصديقتنا ليزا دوام الصحة و أن تكون ذخراً لوالديها.

