

تناولها يعرض الأطفال للإصابة بالحساسية الوجبات السريعة تحتوي على مستويات عالية من الدهون المشبعة ذات التأثير السلبي على الجهاز المناعي

لندن / متابعات:
أشار باحثون إلى أن تناول الوجبات الجاهزة ثلاث مرات أسبوعياً قد يؤدي إلى إصابة الأطفال بأزمات الربو والإكزيما الجلدية. وقد أظهرت البيانات التي جمعت عن أكثر من 500 ألف شخص يعيشون في 50 دولة، أن سوء النظام الغذائي قد يكون وراء زيادة حالات الإصابة بالحساسية في العالم. بينما تناول الكثير من الفاكهة يضمن نوعاً من الحماية من مثل تلك الأمراض، كما ذكرت الدراسة التي نشرت مؤخراً بجريدة - Th fax.



هذا القدر من الطعام غير الصحي في سن ستة وسبعة أعوام تزيد لديهم مخاطر الإصابة بأزمات الربو بنسبة 27%، في حين أن تناول ثلاثة أو أربعة أجزاء من الفاكهة بالأسبوع يمكن أن يقلل مخاطر الإصابة بأزمات الربو الحادة والإكزيما التهاب العين والأنف بنسب تتراوح بين 11 و 14%. وقال كاتبيا الدراسة البروفيسور إينس آش من جامعة أوكلاهون نيوزيلندا، والبروفيسور هايويل ويليامز من جامعة نوتنجهام بالمملكة المتحدة "إذا كانت العلاقة بين الوجبات السريعة الجاهزة وأعراض الربو والإكزيما وحساسية العينين والأنف سببية فإن نتائج هذه الدراسة تكون لها أهمية كبيرة على الصحة العامة، خاصة مع زيادة تناول الوجبات الجاهزة السريعة في أنحاء العالم".



وأن تكون قريبة منه دائماً واللمس الجسدي يوطد العلاقة ويوتقها بينها وبين طفلها فينام بهدوء على لسات يدها بعد أن تشببه بالماء والغذاء دائماً.

الاختصاصية النفسية فتحية سروري تتحدث لـ (14 أكتوبر): الحنان عنصر مهم لمنح الطفل الاستقرار والنجاح في مراحلها القادمة

هناك انتران في التعامل الطيب الخلاق.

تجنب الطفل بعض البرامج

ماهو تأثير التلفزيون على الطفل؟
للتلفزيون تأثيرات ايجابية وسلبية وعلى الأسرة منذ الطفولة المبكرة إعطاء الطفل مواضيع وقصص مغزاهها الاخلاق والامانة والصدق وحب الإيثار والتعاون، والاتجاه الصحيح هو الذي يجعل الطفل يحب التلفزيون في الاتجاه السليم.
والأسرة تلعب دوراً مباشراً وغير مباشر في تجنب الطفل العنف وسلوكيات العنف وبرامج العنف والمصارعة غير الهادفة، وتعلمه أن يتجنب الأفلام السيئة فهناك برامج دينية تتضمن موعظ وتعليم القرآن وغيرها من المواضيع المهمة بدلا من الأفلام السيئة.

العنف تجاه الأقران

ماهي الأسباب التي تدفع الأطفال إلى استخدام العنف تجاه أقرانهم؟
يتعرض كثير من الأطفال في بلادنا للعقاب البدني مما يؤدي ببعضهم إلى الإصابة الجسيمة مثل الإعاقة في أحد أعضاء الجسد وألقت الانتباه هنا إلى الممارسة العنيفة التي انتشرت في الأونة الأخيرة في المدارس حيث يتعرض التلاميذ الصغار للضرب بواسطة أو من خلال الأدوات التالية (الحزام والسطر أو العصا وغيرها) فيتولد لدى الصغير سلوك عدواني يتمثل برد الفعل المتفجر في داخله فيخرجه إلى واقع الصغار من أقرانه فيعتدي على هذا ويضرب ذاك ويهرب من هذا ويعنف ذاك.

وأضافت سروري قائلة: إن ظاهرة العنف تختفي عندما يشعر الطفل بالأمان من أهله والديه ويتخفى المشاكل الأسرية القوية التي تفرز نفسها داخل إطار البيت الذي يكون فيه هذا الطفل أو الطفلة. والضرب ليس وسيلة مقترضة للتربية والتأديب، فهناك وسائل غيرها تستند إلى العقاب السليم وعلى الأباء أن يدرکوا أن الأبناء أمانة وديننا الحنيف يحث على تربية وتعليم الأطفال على الاخلاق الحميدة والقيم النبيلة حتى يكبر الطفل خالياً من العدوانية والعنف.

من أسباب الخجل

ماهي أسباب الخجل عند الأطفال؟
الخجل يرجع إلى أسلوب التربية فالطفل الذي تبعده الأسرة عن

ثبت أن التوحد عند الأطفال ناجم عن إصابات حقيقية لبعض خلايا المخ

أعين الآخرين خوفاً من الحسد فينشأ وحيداً منفرداً، وقد يكون الطفل الوحيد في الأسرة فيحظى بالتدليل الزائد من قبل الأسرة وأيضا تكون هناك معاملة ناعمة على عكس ما يتعامل به الأباء مع أقرانه، لذلك يهرب منهم ويشعر بالنقص فتتأهب سمة من سمات الخجل. وأضاف: أن بعض الأطفال يعانون من مشاعر ونقص نتيجة عاهات جسيمة بارزة، ومنها ضعف البصر وضعوبة السمع والتأتأة والتلعثم بمعنى اللجلجة في الكلام أو الشلل الجزئي العرج السمنة المفرطة وما إلى ذلك من الملامح الشاذة، مضيفة أن الطفل أحيانا يعاني من الخجل نتيجة نقص في أدوات المدرسية وكتبه ومن ثم يكون التأخر الدراسي دائما نقصا في معدل ذكاء الطفل فكم من طفل ذكي يتأخر دراسيا ليس بسبب نقص في قدراته العقلية ولكن لأنه يعاني من القلق

وضع الأطفال أصابعهم في أفواههم ظاهرة طبيعية

والثقة في البيئة ليشعر بالأمن والأمان لأنه إذا شعر بالقبول والتعامل الطبيعي دون إهراج في التدليل ولا قسوة شديدة، كان مرنا وصديقا للأسرة من حيث أنه لن يتصرف بخجل فهنا يجب تدريب الطفل الخجول على الأخذ والعطاء وإمداده بالثقة لتنمية قدرته عن طريق الرسم وقراءة القصص لطيفة وتنمية قدراته في

والرياضة والاختلاط لأنه يتجسد في إقائه لهذه المواقف دافعا يشجعه على الظهور فخورا به أقرانه.
ظاهرة مرضية أم طبيعية
لما يضع بعض الأطفال اصابعهم في أفواههم، وهل هي ظاهرة مرضية أم طبيعية؟

العلماء أكدوا في أبحاثهم أن الجينات تلعب دوراً كبيراً في التوحد

عندما يضع الطفل أصابعه في فمه فهذا جانب ايجابي وهو تدريب عضلات فمه لتعبئه على تناول الغذاء، وتدريب نفسه على الحركة وانتعاش وظيفة الفم في مضغ الغذاء، وهذا يحدث في الطفولة وشيئا فشيئا تقل هذه الحركة في المرحلة أثناء التسنين أو بعدها بقليل فهذه العملية تساعد على نمو الأسنان وتخفيف الألم، وهذه ظاهرة صحية في اعتقاد الباحثين وعلماء النفس طالما أنها في أعوام مبكرة.

اضطرابات النوم عند الأطفال

ماهي اضطرابات النوم عند الأطفال؟
الاضطرابات تكون في الشهور الأولى عند الطفل وتأخذ صورة ارتباك فينام نهارا ويستيقظ ليلا ويعود هذا إلى سوء التعود من الأم، وقد تتركه بدون عناية بالنهار. واستطردت قائلة: وفي المقابل قد نجد أمه بجانبه كلما استيقظ وتبقى عليه مستيقظا لكي تداهيه حتى ولو كان يحتاج إلى النوم وقد يبكي بعدها كثيرا، فالتعامل الحضاري يتدخل في ترتيب نوم الطفل وتعوده على الأوقات التي يجب ان ينام فيها بنظام بعيدا عن الفوضى،

الطفل يعجبه تقليد الآخرين

هناك مشكلة تتعلق بخروج الأطفال إلى الشارع للعب دون ارتداء الأحذية، ماهي الأسباب والحلول لهذه المشكلة المنتشرة في الأونة الأخيرة؟

الطفل يعجبه تقليد الآخرين وخاصة شلة الرفاق الذين يخرجون من بيئات غير متعلمة ومتفقة وواعية، فيجب على الأم التي تعتبر أكثر ارتباطا بالصغير أن تعلمه أن لا يكون كرفاقه الآخرين، فالسلوك الخاطئ قد يدمي قدميه، وقد يعطي للآخرين انطباعا انه غير منظم وأن الآخرين لن يحترموا ان هو عمل على عدم ترتيب ملبسه وتوجيه الطفل إلى الاعتناء بملابسه بما فيه لئس الحذاء يجعله يعتاد على السلوك السوي والصحيح، والاهتمام بمظهره فاي فعل في الصغر كانتش في الحجر.

وقالت: يجب إعطاء الطفل حوافز مادية إن هو اعتاد على العمل الطيب بما فيه الاهتمام بالمظهر وعندما يكبر قليلا يجب تعليمه أن المجتمع يحترم ويعطي الاعتبار لكل من هو جيد في السلوك، وجيد في الدراسة وطموح وغيرها.

التوحد عن الأطفال

وعن التوحد عند الأطفال تقول الدكتورة فتحية سروري الاختصاصية النفسية: إنه قد ثبت أن التوحد عند الأطفال ناجم عن إصابات حقيقية لبعض خلايا المخ وأن ثمة عوامل وراثية وجينية مساعدا إضافة إلى اضطرابات في نظام المناعة عند الطفل، وفي السنوات الماضية تم احراز تقدم في مجال أبحاث التوحد وأكد العلماء من خلالها أن الجينات تلعب دورا كبيرا في التوحد، ولهذا تبين لهم أن هذا المرض لا يصف من ضمن الاضطرابات النفسية والعصبية وإنما مرض قائم في حد ذاته. وماذا عن الكذب عند الأطفال؟
قبل سن السابعة يكون كذابا في حدود الخيال ولا يكون كذبا، فالخيال عند الأطفال يلعب دوره وكذلك تقليد الآخرين، واخذ الاغصاب من الابوين يلعب دوره بعد ذلك يرى الطفل أن الكذب يخلصه من مشاكل مع والديه فيقرر افعاله بالكذب تقاديا لأي إهانة أو أذى من الآخرين، لكن يجب أن تتلى عليه القصص الدينية التي تقوي عنده حب الله ورسوله وحب الأمانة ونتاجها وكذلك الصدق ونتاج الصدق وحب الآخرين له وحب الله له عندما يكون صادقا حتى يكبر وينضج ويتجه إلى الصواب واليجابية في كل موقف.



ثبت أن التوحد عند الأطفال ناجم عن إصابات حقيقية لبعض خلايا المخ



كما وصلت عبر البريد الالكتروني لصفحة (قوس قزح) هذه الصورة الرائعة للصديقة الدائمة انهار نجيب عبده سلام المقطري تبلغ من العمر ثمان سنوات تدرس الصف الثاني في مدرسة حمزة بمديرية المعلا محافظة عدن. أسرة الصفحة ترحب بصديقتنا وتتمنى لها دوام التقدم والنجاح.



وصلت عبر البريد الالكتروني لصفحة (قوس قزح) هاتان الصورتان الرائعتان للصديقين الأخوين ربي وأنور أحمد محمد المطري، تبلغ ربي من العمر 10 سنوات وتدرس الصف الثالث في مدرسة الطويلة بمديرية كريتر محافظة عدن، ويبلغ أنور 6 سنوات وهو في الروضة. أسرة الصفحة ترحب بصديقينا وتتمنى لهما دوام التقدم والنجاح.



وصلت عبر البريد الالكتروني لصفحة (قوس قزح) هاتان الصورتان الرائعتان للصدیقین الأخوين ربي وأنور أحمد محمد المطري، تبلغ ربي من العمر 10 سنوات وتدرس الصف الثالث في مدرسة الطويلة بمديرية كريتر محافظة عدن، ويبلغ أنور 6 سنوات وهو في الروضة. أسرة الصفحة ترحب بصديقينا وتتمنى لهما دوام التقدم والنجاح.

سلوك الطفل سواء المقبول والمرفوض يتعزز بالمكافآت التي يتلقاها من والديه خلال العملية التربوية وفي بعض الاحيان وبصورة عارضة قد يلجأ الوالدان إلى تقوية السلوك السيئ للطفل دون أن يدركا النتائج السلوكية السلبية لهذه التقوية.

صحيفة (14 أكتوبر) التقت بالدكتورة فتحية سروري الاختصاصية النفسية وتركت لها حرية الحديث فإلى التفاصيل:

لقاء /أشجان المقطري

الحنان عنصر مهم

حديثنا عن حاجة وفائدة الحنان للطفل؟
الحنان له منفعة عظيمة تعود على الطفل الصغير، فهو يمنحه أولاً الأمان والإطمئنان والارتزان في مراحل حياته القادمة ويخلق في داخله الثقة شيئا فشيئا، لكن الحب المفرط فيه المستمر والذي يعيق نشأة الصغير، هذا لا يجنده علماء النفس فالتدليل الزائد للصغير تنتج عنه إعاقة أثناء استمرارية الحياة قد تجعله يقدم على أي خطوة يتردد أو يخوف، فالاعتدال هو الأهم في التعامل لكن الحنان لا بد منه فهو عنصر مهم لمنحه الاستقرار والنجاح في مراحلها القادمة بعد الطفولة المبكرة.

اكتئاب الأطفال

ماهي أسباب الاكتئاب عند الأطفال؟
بعض أولياء الأمور لا يدركون أن التفرد بين الإخوة ينتج عنها سلوك اكتئابي حزين عند أطفالهم الذين يشعرونهم بالنقص وأنهم ليسوا جديرين بالاحترام.. وتشير التفرد بين الأطفال داخل البيت الحقد والأناية فهؤلاء يكونون مفضلين وبعضهم مبهودين، فاللغة الأخيرة حتماً تشعر بالكرهية للحياة وتنظر للحياة بلون أسود ويصاب بعضهم ممن حساسيتهم مفرطة بالحزن والاكتئاب.. أن السلوك الأمثل أن يكون

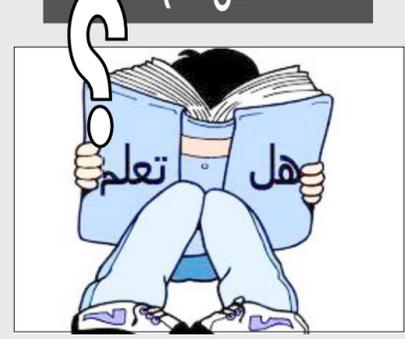


اتفاقية حقوق الطفل

المادة (28):

لدم تنفيذ الاتفاقية على نحو فعال وتشجيع التعاون الدولي في الميدان الذي تغطي الاتفاقية: تضمن الدول التي تقرر أو تجيز نظام التبني إيلاء مصالح الطفل الفضلى الاعتبار الأول والقيام بما يلي:
ج) جعل التعليم العالي، بشتى الوسائل المناسبة، متاحاً للجميع على أساس القدرات.
د) جعل المعلومات والمبادئ الإرشادية التربوية والمهنية متوفرة لجميع الأطفال وفي متناولهم.
هـ) اتخاذ تدابير لتشجيع الحضور المنتظم في المدارس والتقليل من معدلات ترك الدراسة.

هل تعلم



أن الحصان يموت إذا قطع ذيله
أن السلحفاة هي الحيوان التي يحفظ عظمه في لحمه
أن الدولفين يخلق عينا واحدة عندما ينام
أن السلحفاة والذباب والأفعى لا تمتلك حاسة السمع
أن أقوى عضلة في جسم الإنسان هي عضلة الفك
أن الجسم يتحمل حرارة حتى 128 درجة مئوية
أن الأذن اليسرى أضعف سمعا من الأذن اليمنى