## التخلف الذهني يُعرف التخلّف الذهني بكونِه وضع معين من عدم اكتمال نموّ الخلايا الدماغيّة، أو توقّف نموها خلال مرحلة معينة من مراحل الطفولة لسبب ما، وعلى عكس الاعتقاد السائد بأنّ التخلف العقلي حالة مرضية مستقلّة بحدّ ذاتها، إلا أن العلماء قد أجمعوا على كونها مجموعة من الأمراض التي تتسبّب بانخفاض حادّ في معدل ذكاء الطفل مقارنةً بمعدل الذكاء العامّ، بالإضافة إلى عدم القدرة على التكيّف مع المحيط الخارجيّ. ****أعراض التخلف**** الذهني

* التأخر في النمو اللغوي والشفوي والنطق.
* عدم القدرة على الفهم والتذكر بطريقة طبيعية.
* وجود خلل في مهارات حل المشكلات.
* عدم القدرة على تعلم معظم القواعد الاجتماعية.
* عدم القدرة على العناية بالذات أو التكيف مع البيئة المحيطة أو القيام بخطوات العناية العادية بالنفس.
* التعلم بصورة أبطأ من الأشخاص العاديين، وهذا يظهر واضحاً في الأطفال، كما أنهم يأخذون وقتاً أطول في اكتساب اللغة والمهارات الاجتماعية والقيام بالأشياء العادية مثل تناول الطعام أو ارتداء الملابس.
* ضعف الإنتاج الأكاديمي أو انعدامه.

**اسباب التخلف الذهني عند الاطفال**

إنَّ أسباب الإصابة كثيرة وأي شيء يمكن أن يتداخل مع تطور الدماغ أثناء الحمل قد يؤدي إلى التخلف العقلي وفي بعض الحالات يكون السبب غير معروف، ومن أسباب التخلف العقلي البسيط عند الأطفال:

* مشاكل وراثية مثل الإصابة [**بمتلازمة داون.**](https://weziwezi.com/%D9%85%D8%B9%D9%84%D9%88%D9%85%D8%A7%D8%AA-%D8%B9%D9%86-%D9%85%D8%AA%D9%84%D8%A7%D8%B2%D9%85%D8%A9-%D8%AF%D8%A7%D9%88%D9%86/)
* حدوث مشاكل أثناء الحمل تؤثر على نمو الدماغ، مثل تعاطي المخدرات أو الكحول أو [**سوء التغذية**](https://weziwezi.com/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%8A-%D8%A3%D8%B9%D8%B1%D8%A7%D8%B6-%D8%B3%D9%88%D8%A1-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%BA%D8%B0%D9%8A%D8%A9/)الشديد.
* نقص الأكسجين أثناء الولادة.
* التعرض لإصابات شديدة في الرأس.
* حدوث عدوى مثل **[السحايا](https://weziwezi.com/%D8%B9%D9%84%D8%A7%D8%AC-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%87%D8%A7%D8%A8-%D8%A7%D9%84%D8%B3%D8%AD%D8%A7%D9%8A%D8%A7/)** فهي تصل إلى الدماغ.
* اضطراب تمثيل الدهون مثل اضطراب تاي ساكس ومرض جوشر، واضطراب تمثيل الأحماض الأمينية واضطراب تمثيل الكربوهيدرات واضطراب الكروموسومات مثل زيادة عدد الكروموسومات الجسمية مثل مرض متلازمة داون، أو نقص عدد الكروموسومات الجنسية مثل مرض مواء القطة، أو وجود تغير في الكروموسومات الجنسية، ومن الأمثلة على هذه الحالة متلازمة تيرنر (XO)، ومتلازمة كلاينفيلتر (XYY).
* وجود خلل جيني لدى الطفل مثل خلل الجينات السائدة، ومن الأمثلة عليها: مرض التصلب الحدبي ومرض التورم الليفي العصبي.
* أسباب ما بعد حدوث إخصاب للبويضة، أي أثناء نمو الجنين في بطن أمه، ويحدث هذا بسبب إصابة الأم بمرض ما أو تعرضها للسموم أو تناولها لنوع من الأدوية.
* أسباب تحدث أثناء الولادة مثل نقص الأكسجين، أو حدوث شد على رأس الجنين أثناء الولادة.
* حدوث عوامل عدة أثناء الطفولة المبكرة أو ما بعدها مثل الإصابة بمرض السحايا أو بمرض [**اليرقان**](https://weziwezi.com/%D9%85%D8%B9%D9%84%D9%88%D9%85%D8%A7%D8%AA-%D8%B9%D9%86-%D9%85%D8%B1%D8%B6-%D8%A7%D9%84%D9%8A%D8%B1%D9%82%D8%A7%D9%86/)أو أي التهابات في المخ أو مرض القصاع أو [**الصرع**](https://weziwezi.com/%D9%85%D8%B1%D8%B6-%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%B1%D8%B9-%D8%A3%D8%B3%D8%A8%D8%A7%D8%A8%D9%87-%D9%88%D8%B9%D9%84%D8%A7%D8%AC%D9%87/).
* التعرض للتسمم بالمعادن الثقيلة مثل الرصاص والزئبق.
* النقص الشديد ببعض العناصر الغذائية نتيجة سوء التغذية.
* الإصابة بمرض هيللر أو ذهان تحلل الدماغ الطفولي.

يطلق على حالة التخلف العقلي اسم عجز التعلم العامّ أو  الاضطراب العقلي الإنمائي، يعرّف على أنه اضطراب في النمو العصبي يظهر أثناء فترة النمو الأولى، وهو مصطلح يشير إلى الأفراد الذين يتصفون بأنهم ذو أداء عقلي وظيفي دون المتوسّط، يصاحبه قصور في مستوى السلوك التكيّفي، ممّا يؤثر على نشاطات الحياة اليومية والعامّة، حيث يصعب على الفرد تسيير أموره بنفسه لتدني كفاءته الاجتماعيّة، ويعنى هذا المفهوم بقياس مدى القصور العقلي للفرد، وقدرته على ممارسة مهاراته الوظائفية في محيطه على حدّ سواء، وتختلف حالات التخلف العقلي فيما بينها بقدرة تكيّفها مع بيئتها وتعايشها مع ظروفها الاجتماعيّة، وسنذكر في هذا المقال طرق علاج التخلف العقلي.

**تصنيف التخلف العقلي**

* التخلف البسيط: يكون لهم القدرة على الاستفادة من البرامج التعليميّة، وتقدّر نسبة الذكاء فيها ما بين (69-55 درجة).
* التخلف العقلي المتوسّط: يمكن تعليمهم على رعاية أنفسهم، وأداء بعض الواجبات المنزليّة البسيطة، وتقدّر نسبة الذكاء فيها ما بين (54-35 درجة).
* التخلف العقلي الشديد: يمكن تعليمهم أساليب الدفاع عن أنفسهم، ويبقى لديهم قصور في اتخاذ القرارات، وتقدّر نسبة الذكاء فيها ما بين (34-20 درجة).
* التخلف العقلي الحادّ: يحتاجون إلى إشراف وعناية تامّة، وقد يمكنهم القيام ببعض المهارات الضعيفة، وتقدّر نسبة الذكاء فيها ما بين (19 درجة فما دون).

**تشخيص التخلف العقلي**

تشخّص الإعاقة الذهنية بقياس معدّل الذكاء والسلوكيات التكيّفية، ويؤخذ بعين الاعتبار المنشأ منذ الطفولة، لتمييز الإعاقة فيما إذا كانت الناتجة من أمراض العته **[كالزهايمر](https://weziwezi.com/%D9%85%D8%B9%D9%84%D9%88%D9%85%D8%A7%D8%AA-%D8%B9%D9%86-%D9%85%D8%B1%D8%B6-%D8%A7%D9%84%D8%B2%D9%87%D8%A7%D9%8A%D9%85%D8%B1/)**أو إصابات الدماغ.

**أسباب التخلف العقلي**

* **العامل الوراثي**: يمكن أن يرث الطفل التخلف العقلي عن طريق الجينات السائدة او الجينات المتنحية من أحد الأبوين.
* **عوامل أثناء الولادة**: مثل نقص الأكسجين، أو الصدمات الجسدية الناتجة عن طول فترة الولادة.
* **عوامل ما بعد الولادة:** مثل [**سوء التغذية**](https://weziwezi.com/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%8A-%D8%A3%D8%B9%D8%B1%D8%A7%D8%B6-%D8%B3%D9%88%D8%A1-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%BA%D8%B0%D9%8A%D8%A9/)، واستخدام أدوية غير ملائمة، وظهور أمراض والتهابات لدى الطفل.

**الوقاية من التخلف العقلي**

* **وقاية الحامل:**
* اعتماد نظام غذائي مناسب.
* تجنب الأمراض المنتقلة عبر الجنس.
* الوقاية من الولادة المبكّرة.
* الابتعاد عن التدخين والكحول والأدوية.
* **وقاية الطفل:**
* ضمان تغذية صحيّة ومناسبة.
* علاج الأمراض أو الالتهابات فور ظهورها.
* توفير اللقاحات اللازمة.

**علامات التخلف العقلي**

* صعوبات التعلّم والتركيز.
* ضعف القدرة على التخيّل، والتذكّر، والتصرّف، والتمييز، والانتباه للمثيرات المحيطة.
* بطء اكتساب قواعد اللغة، وتوظيفها في بناء أفكار واضحة ومتسلسلة.
* ضعف القدرة على إدراك العلاقات بين الأفكار والأشياء.
* العدوانيّة، والتردّد، وفرط النشاط البدني.
* تدنّي الكفاءة الاجتماعيّة وتأخّر تطوّر مهارات التواصل ومهارات حلّ المشكلات.
* تأخر في النمو الجسمي، وتختلف درجة التأخّر باختلاف شدّة الإعاقة.
* تدنّي الحالة الصحية العامّة، حيث تظهر عليهم علامات التعب والإجهاد بسرعة.
* خلل في النموّ والاتزان الحركي، وصعوبة في استخدام العضلات الصغيرة في أداء المهارات الدقيقة، كاليدين والقدمين.

**أسباب التخلف العقلي**

* **العامل الوراثي**: يمكن أن يرث الطفل التخلف العقلي عن طريق الجينات السائدة او الجينات المتنحية من أحد الأبوين.
* **عوامل أثناء الولادة**: مثل نقص الأكسجين، أو الصدمات الجسدية الناتجة عن طول فترة الولادة.
* **عوامل ما بعد الولادة:** مثل [**سوء التغذية**](https://weziwezi.com/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%8A-%D8%A3%D8%B9%D8%B1%D8%A7%D8%B6-%D8%B3%D9%88%D8%A1-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%BA%D8%B0%D9%8A%D8%A9/)، واستخدام أدوية غير ملائمة، وظهور أمراض والتهابات لدى الطفل.

**علاج التخلف العقلي**

يتم علاج التخلف العقلي عن طريق:

* عقار الإنسيفابول والنوتروبيل، يسهم في تحسين أداء المخّ والذاكرة.
* الأدوية المهدّئة، مثل: الهلوبريادول أو الرزبريدون، تقلّل من فرط النشاط البدني والاضطراب السلوكي.
* تنظيم برامج ملائمة لكلّ حالة، مثل: برامج تعديل السلوك وتنمية المهارات، والبرامج التعليمية والتأهيل المهني.

صعوبة النطق

صعوبة النطق يعاني بعض الأطفال من العديد من الصعوبات المتعلقة بالتعلم مثل صعوبات الكتابة، والقراءة، والرياضيات، والنطق، مما يؤدي إلى تدني تحصيلهم العلمي، أو صعوبة انخراط الأطفال مع البيئة المحيطة بهم، بالإضافة إلى توتر الأهل وخوفهم على أطفالهم، ولا بدّ من الإشارة إلى أنّ هناك عدة أسباب تؤثر في نطق الأطفال سنعرفكم عليها في هذا المقال، إضافة إلى بعض طرق العلاج.  
  
أسباب صعوبة النطق لدى الأطفال الأسباب العضوية وجود نقص في الجهاز العصبي المركزي، أو حدوث اضطراب في الأعصاب المسؤولة عن الكلام مثل تلف المراكز الكلامية في المخ، أو وجود ورم فيها، أو حدوث نزيف، أو اضطراب في أربطة اللسان. عيوب في أعضاء النطق، مثل اللسان، أو الفم، أو الشفتان، مثل عيوب الشفة العليا، أو الأسنان، أو الفكان وسقف الحلق. عيوب في الأعضاء السمعية، مثل ضعف السمع، مما يؤدي إلى عجز في فهم الأصوات الصحيحة للكلام. إهمال التغذية الصحيحة للطفل. وجود لحمية في الأنف. كبر حجم اللوزتين. وجود خلل في الجهاز التنفسي. قصور في العقل. بطء النمو وتأخره.  
  
الأسباب النفسية الإحساس بالنقص. نقص الحنان من أحد الوالدين. الخوف من أحد الوالدين الذي يزيد التلعثم. التعرض لصدمة عاطفية، مثل موت أحد الأقارب. الدلال الزائد، وقبول جميع رغبات الطفل حتى دون الحاجة إلى الكلام، فالإشارة لديه تغني عن الكلام. إجبار الطفل على التكلم في السنة الأولى من عمره. إجبار الطفل على الكتابة بإحدى اليدين دون الأخرى خاصة إن كان أيسر. تدني التحصيل الدراسي. الابتعاد عن الآخرين والإنطوائية. وجود مشاكل عائلية بشكلٍ دائم. أسباب عامة الكلام مع الطفل في أشياء أكبر من عمره ولا يفهمها، وبالتالي لا يستطيع التعبير، وتكون اللجلجة وسيلة للهروب في حال لم يجد اللفظ الصحيح. إهمال تصحيح الأخطاء اللفظية التي يقع فيها الطفل، وتشجيعه على ذلك في بعض الأحيان، مثل قلب الحروف، أو تبديل حرف مكان حرف. تقليد أطفال آخرين لديهم مشاكل في النطق. تداخل اللغات عند الطفل نتيجة تعليمه أكثر من لغة قبل أن يصل إلى عمر الست سنوات، مما يؤدي إلى ضعف استقامة لسانه.  
  
 علاج صعوبة النطق لدى الأطفال توجيه الطفل إلى طبيب مختص في حال كان السبب عضوياً. الحرص على تغذية الطفل تغذية صحية ومتوازنة. التوسط في التعامل مع الأطفال بين الدلال والقسوة. انتظار الطفل إلى أن ينطق، وعدم الضغط عليه وإجباره على النطق قبل أوانه. تجنب السخرية من الطفل عند نطقه لبعض الكلمات الخاطئة. تجنب الحديث مع الطفل في شيء أكبر من عمره؛ لأنّه سيواجه صعوبة في التعبير عن رأيه. إبعاد الطفل عن الخلافات والنزاعات الناشبة بين الوالدين. منح الطفل الثقة بقدراته، حتى وإن كان يعاني من حالة مرضية. إبعاد الطفل عن الانطوائية وتشجيعه على اللعب مع أقارنه. تصحيح الأخطاء اللغوية التي يقع فيها الطفل فورياً. تجنب تعليم الطفل أي لغة أخرى غير لغته الأصلية قبل تجاوزه عمر السادسة. تجنب اختلاطه بالأطفال الآخرين الذين يعانون من صعوبات النطق. تشجيع الطفل كلما تجاوز مشكلة النطق. السماح للطفل للتعبير عن مشاعره بطريقة تفكيره هو. الصبر على الطفل، وتعليمه التحدث ببطء وبحرية.  
  
صعوبة النطق عند الأطفال يعاني بعض الأطفال من مشكلة ثقل اللسان وصعوبة النطق، وهناك الكثير من الأطفال لديهم صعوبة في نطق بعض الأحرف وعدم المقدرة على الحديث والتلعثم في الكلام بسبب وجود بعض الثقل في ألسنتهم، مما يؤدي إلى منع خروج بعض الأحرف بالطريقة الصحيحة، وعدم وضوح الكلام الذين يريدون الحديث به، وتظهر مشكلة صعوبة النطق وثقل اللسان عند الأطفال نتيجة بعض الأسباب المختلفة، حيث إنّ بعضها ما يكون مرضياً ويمكن علاجه، والبعض الآخر يكون خلقي يصعُب علاجه وقد يكون مؤقتاً أو دائماً. في العادة يتطلب الكلام السليم قيام الدماغ والفم واللسان والحبال الصوتية بوظائفها الطبيعية بالشكل الصحيح، حيث إنّ أي مرض أو مشكلة يصيب أي من تلك الأجهزة يمكن أن يتسبب في صعوبة النطق لدى الطفل. أسباب ثقل اللسان وصعوبة الكلام عند الأطفال أسباب فيزيولوجية قد تكون بسبب وجود تشوهات في الفم أو الأسنان أو الفك تمنع نطق عدد من الأحرف، كما أنّه يمكن أن يكون نتيجة عن وجود مشكلة في سمع الطفل، بحيث يمنعه من سماع كلام المحيطين به بالشكل الصحيح، بالإضافة إلى أنّ الاضطرابات الدماغية والعضلية والعصبية لها أكبر الأثر في إصابة الأطفال بالمشكلة، والتي يمكن أن تتسبب في التصلب الضموري في اللسان. أسباب نفسية واجتماعية يكون السبب الرئيسي هو تطبع الطفل بالبيئة المحيطة به، وفي الغالب يكون نتيجة تقليد الطفل لأحد أفراد العائلة يكون مصاباً بهذه المشكلة، والذي غالباً ما تكون الأم، كما أنّ الأطفال الذين يعيشون في أسرة تعاني من التوتر والخلافات والمشاكل الأسرية هم الأكثر عرضة للإصابة بثقل اللسان وصعوبة الكلام، بالإضافة إلى أنّ أسلوب التربية والتنشئة التي تتبعه الأسرة له أكبر الأثر في الإصابة، حيث إنّ الأسرة التي تتبع نهجاً قاسياً وشديداً تجاه أطفالها يمكن أن يكونوا يصابوا بالمرض، أو في الأسر التي تعتمد أسلوب التدليل المفرط، وفي كلتا الحالتين يكون الطفل ضحية لأسلوب التربية الخاطئ.

الخجل عند الاطفال

الخجل، حالة انفعالية تصيب الطفل عند احتكاكه بالآخرين، تنطوي على شعور بالنقص والعيب، ويصاحبها شعور بالقلق وعدم الراحة، في مواقف لا تستدعي حدوث ذلك لدى الطفل الطبيعي، ويظهر في صورة أعراض جسمية، كاحمرار الوجه وتقطع الأنفاس والشعور بالغثيان أو الرجفان، وسلوكية، كنقص المهارات الاجتماعية والثقة بالنفس، والالتصاق بالوالدين والاعتماد عليهما في أبسط الأمور، والانسحاب من المواقف الاجتماعية لتجنب التعليقات والهرب من أنظار الناس.

ن أي موقف جديد يستدعي الارتباك والخجل عند الأطفال، حتى وإن كانو يتمتعون بثقة عالية في النفس، كمان أن جميع الأطفال من عمر 18 شهرًا إلى ثلاث سنوات يشعرون بالقلق إزاء أي إنسان غريب، فالخجل طبيعي حتى عمر 3 سنوات، أما إذا استمر أكثر من ذلك فيصبح مشكلة تحتاج لعلاج.

وأكثر ما تظهر مشكلة الخجل في مرحلة المدرسة، فإذا استمرت لمرحلة طويلة قد تتفاقم وتحول دون تقدم الطفل ونجاحه، وتعيق قدرته على التعلم واللعب، وعلى بناء علاقات مع الجنس الآخر وأي اختبار للتقدم في الحياة.

والخجل يختلف عن الحياء، الخلٌق الذي حض عليه الإسلام بفعل أوامر الله واجتناب المعاصي لقول الرسول (ص) “إذا لم تستح فاصنع ما شئت”.

## لماذا يخجل الأطفال****؟****

يظهر الأطفال فروقًا فردية منذ الولادة في ردود فعلهم واستجاباتهم للمحيط من حولهم، وتختلف أسباب الخجل بحسب شخصية كل طفل والظروف البيئية التي يعيش بها:

أسباب جينية (الوراثة): تحمل الجينات سمات الوالدين أو أحدهما، وأحيانًا تكون السمات للأقارب، فالطفل الذي لديه جينات وراثية يكون استعداده للمشكلة أكبر من طفل ليس في جيناته سمات الخجل.

أساليب التربية: القسوة الزائدة أو الإهمال الزائد أو عدم الثبات والتأرجح في التربية.

الإفراط في توجيه الطفل وتأنيبه لأتفه الأسباب، والسخرية منه أمام الناس، فذلك يشعره بضعف الثقة بالنفس وعدم قدرته على القيام بشيء، فيزيد مشاعر القلق والخوف عنده.

وجود إعاقة جسدية، أو مشاكل في النطق، كالتلعثم أو التهتهة.

إفراط الأم في العناية بطفلها واعتماده عليها في المأكل والمشرب وعدم السماح له بالاختلاط مع الأصدقاء بحجة الخوف عليه من الأذى، كل ذلك يجعله طفلًا اتكاليًا ويعزز شعوره بالخجل.

السكن في مكان بعيد يجعل الاحتكاك بالناس ضعيف جدًا.

التقليد: وجود نماذج خجولة في المنزل كالوالدين أو أحدهما قد تدفع الطفل لتقليدها فيصبح خجولًا.

## كيف يعالج الخجل****؟****

علاج  أي مشكلة يبدأ بالبحث عن السبب، فإذا عرف السبب وتمت إزالته، فإن ذلك يقطع نصف الطريق إلى العلاج.

منح الطفل فرصًا لتنمية الثقة بالنفس، كتدريبه على القيام بواجباته بنفسه، حسب سنه، (ارتداء ملابسه، استخدام الحمام، وغير ذلك).

الابتعاد عن مقارنة الطفل بغيره، سواء بالقدرات أو التحصيل أو الذكاء.

تجنب وصف الطفل بالخجول، فتكرار هذه الكلمة أمامه يغذي شعوره بالخجل. يجب استبدال ذلك بعبارات إيجابية.

مكافئة الطفل في كل مرة ينجح فيها بالاندماج.

يجب عدم تجنب المواقف المثيرة للخجل عند الطفل، بل مواجهتها وتدريبه على تحديها، وتشجيعه على تكوين الصداقات والاختلاط بالناس.

تناول الغذاء الذي يساعد على التخلص من الإجهاد، والأطعمة التي تحتوي على فيتامين C، كذلك المكسرات والسمك والدواجن والفيتامينات المتعددة.



الخوف عند الاطفال

الخوف إنَّ الشعور بالخوف أمرٌ طبيعي جداً يشعر به الإنسان في بعض المواقف أو الظروف التي يشعر بأنّها تشكل خطراً على حياته بشكل أو بآخر، فيُعرفه علماء النفس على أنّه حالة انفعالية طبيعية يشعر بها الإنسان؛ ليأخذ حذره دائماً، ويفكر قبل أن يتفوه أو يتصرف بأي شيء، ويبدأ الشعور بالخوف عند الإنسان منذ أول أيام حياته

أسباب الخوف عند الأطفال هناك مجموعة من الأسباب والعوامل التي تؤدي إلى الخوف عند الأطفال، وتتضمن ما يلي:[٢] معاملة الأهل السيئة، بحيث يتبع الوالدان أسلوب التهديد والتخويف والعقاب السيء، بشكل مستمر ومتكرر. السماح له بمشاهدة الصور المخيفة أو حتى أفلام الرعب، أو لجوء بعض الأهل إلى سرد القصص والحكايا المخيفة حتى ينام الطفل، وهذا أكبر خطأ، كما أنّ الأمور التي اخترعها مجتمعنا لتخويف الطفل من الاقتراب من مكان معين، تعتبر سبباً مباشراً للخوف عند الأطفال. افتقاد الحب والحنان والرعاية، وتحديداً عند الأطفال الأيتام الذين فقدوا الأم أو الأب أو كليهما، إضافةً إلى الأطفال الذين انفصل آباؤهم عن أمهاتهم، وهذا لا يولد الخوف فقط، بل الكراهية والحقد والعنف. التأثر من الآخرين، وهذا ما يسمّيه أطباء وعلماء النفس بمسمّى "الخوف بالعدوى"، فعلى سبيل المثال إذا أظهرت الأم خوفها من حيوانٍ ما سوف ينتقل هذا الخوف مباشرةً للطفل، حتى لو كان لا يخاف منه في السابق. الخوف الكبير والمبالغ فيه من قبل الأهل على أطفالهم، عند تعرضهم للوقوع والجرح، وتحديداً إذا ظهر على الأم مثلاً آثار الخوف والارتباك، علماً بأنّ بعضهن يبكي، وهو ما يزيد من خوف وارتباك الطفل وتوتره. وجود الطفل في بيئة عائلية تسودها النزاعات والمشاحنات والخلافات، وتحديداً بين الأم والأب، فهي تزيد من خوفه وتفقده كثيراً من ثقته بنفسه. وتكون هذه الأسباب في المجمل إمّا محسوسة وموجودة على أرض الواقع، وهذا يطابق الأطفال الذين يخافون من الشرطي أو حتى الطبيب، وقد تكون غير محسوسة كالموت والعفاريت.  
  
أسباب ودواعي الخوف عند الأطفال للخوف عند الأطفال أسباب ودواعٍ مُتعددة منها:[٣] تعرّض الطفل لأشياء ومواقف لا يستطيع تفسيرها، فيشعر الطفل بتهديد هذه الأشياء له، وقد نجد طفلاً لا يخاف من أشياء تُخيف أخاه الآخر أو أخته. ما يراه الطفل من ردود فعل الآخرين تجاه شيء ما، حيث يشعر الطفل بالخوف عندما يرى ردّة فعل الشخص الكبير تحاه أمرٍ ما، أو حتى طفل آخر، عندما يرى ثعباناً أو أسداً مثلاً. رؤية الطفل لحدث مُخيف ومؤلم، كمشاهدة الطفل لحادث سير مُخيف، أو قطة دهستها سيّارة، من الطبيعيّ أن يشعر الطفل بالخوف، فهذا النّوع من الحوادث تبقى عالقة في ذهن الطّفل حتى يكبر. عدم احترام الطفل وانعدام شخصيّته، فالكثير من التصرّفات التي تخرج من الوالدين أو أفراد الأسرة قد تعدم شخصية الطفل، وتقلِّل من احترامه، بل وتجعله لا يحترم نفسه، ويفقد الثّقة بها، لذلك على الوالدين وأفراد الأسرة دعم الطفل، وتعزيز ثقته بنفسه، وإشعاره بقيمة نفسه، حتى يتجنّب الطفل الخوف. مشاكل الأسرة الدّائمة، فالمشاكل الأسريّة الدائمة تُعرّض الأطفال إلى التّوتر، وتجعلهم عُرضة للخوف، وهذه مشكلة مهمة يجب على الأسرة أن تعالجها وتتجنّبها للحفاظ على أطفالهم. القلق الذي يعاني منه الطفل يرجع إلى مستوى خوفه من أحداث ماضية، ومن سعة خياله، حيث هناك الكثير من الأطفال يتَّصفون بخيالٍ جامح يخافون منه.  
  
كيف يُعالَج الخوف عند الأطفال إنَّ الطريقة التي يُعالَج بها الخوف عند البالغون تُستخدم في الكثير من الأحيان لعلاج الأطفال، ومن هذه الطرق ما يأتي:[١] تعريض الطفل للمواقف التي يخاف منها تدريجياً، ومن المهم الكشف عن سجلّ الطفل القديم، ومعرفة ما كان يخافه قبل البدء بالعلاج. عدم معاقبةِ الطفل على خوفه قد يزيد من مخاوفه التي يعاني منها؛ بل قد تؤدي به إلى كتم مشاعره، وهذا الأمر يؤدي إلى نتائجَ خطيرةٍ على الطفل، لذلك على الوالدين تجنُّب هذه الطريقة السيئة واستبدالها بدعم الطفل، وتنمية قدرته على مواجهة الخوف. ممارسة الأنشطة التحفيزيّة مع الطفل الخائف، مثلاً: أن يلعب الوالدان وطفلهم مع الأشياء التي يخاف منها، فيكون الوحش على شكل لعبة، لأن الأطفال أكثر استجابة عند اللعب. عندما يكون الطفل خائفاً بشكلٍ شديد، فعندها يَستخدم الذي يُعالج الطفل طُرق الاسترخاء، وكذلك يقوم بعرض مقاطع فيديو بحيث يُشجّعه على مواجهة خوفه بشكل خياليّ، فذلك يساعد الطفل على تخيّل طرائق مواجهة المواقف والأشياء التي يخاف منها، قبل أن يتعرّض لها في واقعه الحقيقي.  
  


العدوانية الاطفال

 مع اقتراب نهاية العام الدراسي وبدء الأجازة تحتار الأمهات في إيجاد سبب للسلوك العدواني لدي طفلها ، وقدأشارت دراسة علمية حديثة إلى أن الطفولة التعيسة، والتعرض للإساءة البدنية واللفظية ، تجعل الأطفال والمراهقين أكثر  عرضة من سواهم للإدمان على "الإنترنت"، ورجحت احتمالات حدوث ذلك بين الأطفال "العدوانيين" ومن يعانون من الاكتئاب والرهاب الاجتماعي.

## ماهو السلوك العدواني

السلوك العدواني هو تصرف سلبي يصدر من الطفل تجاه الاخرين ويظهر على صوره عنف جسدي أو لغوي أو بشكل ايماءات وتعابير غير مقبوله من قبل الاخرين .

## من أسباب ظهور السلوك العدواني عند الاطفال والمراهقين:

**أولا**:شعور الطفل بانة مرفوض أجتماعيا من قبل أسرته أو أصدقائه أو معلمية نتيجة سلوكيات سلبية صادرة من الطفل ولم يتم التعامل معها بالصورة الصحيحة في حينها.

**ثانيا :** التشجيع  من قبل الاسرة للسلوك العدواني بأعتبارة دفاعا عن النفس .

**ثالثا:** شعور الطفل بالنقص نتيجة وجود عيب خلقي في النطق أو السمع او اي عضو اخر من جسمه او نتيجة لتكرار سماعه للآخرين الذين يصفونه بالصفات السلبية كالغباء او الكسل أو غيرها من الاوصاف السيئة علي نفس الطفل.

**رابعا**:تقليد الطفل لمن يراه مثله الاعلى وقد يكون من الاسرة او صديقا له او من الشخصيات الكرتونية التي يشاهدها ويتعلق بها.

**خامسا :** عدم مقدرة الطفل عن التعبير عما بداخلة من أحاسيس وعجزه عن التواصل لاسباب قد تكون نفسية كالانطوائية او لغوية كأن يتحدث الطفل بلغة مختلفة عن من يتعامل معهم خلال وجودة في المدرسة.

**سادسا:** شعور الطفل بالاحباط والفشل نتيجة عدم قدرتة لانجاز بعض المهام أو التاخرفيها يجعله يعبر عن تصرفاته بالعدوانية .

**سابعا :**كبت الطاقة الكامنة في جسم الطفل من قبل الاسرة أو المدرسة مما يدفع الطفل الى أفراغ هذه الطاقة بصورة عدوانية على غيره.

**ثامنا:** تعرض الطفل نفسه للقهر والعدوانية من قبل الاخرين .

## كيفية علاج السلوك العدواني:

**هذه بعض الطرق التي يمكنها أن تساعد في تخفيف السلوك العدواني**

**أولا:** التوقف عن التعامل مع الأطفال باسلوب صارم وقاسي كالضرب او التوبيخ الدائم.

**ثانيا:**أبعاد الطفل عن القدوة السيئة التي يتعامل معها كالاصدقاء أو بعض برامج التلفاز، مع توضيح ذلك للطفل.

**ثالثا**:أبعاد الطفل عن مشاهدة النزاعات الاسرية، والمشاجرات بين الوالدين.(تعد من أهم أسباب شعور الطفل بالإنطواء)

**رابعا:**تعزيز شعور الطفل بالسعادة والثقة بالنفس.

**خامسا:**تفريغ الطاقة البدنية لدي الطفل من خلال ممارسته لبعض الانشطة البدنية كالجري أو قيادة الدراجة والخروج للحدائق أو غيرها .

**سادسا:** محاورة الطفل وإرشاده لكيفية التعبير عن نفسه ، من خلال حركات او رسم او كتابة بعض االكلمات على ورقة تظهر غضبه. ومن المهم أن تساعد الأم في ذلك .

**سابعا:**أشعار الطفل باهمية ما يقوم به وتشجيعه ، وعدم أرباكه بمهام لا يستطيع القيام بها ، نظرا لصغر السن والبنية الجسدية.

**ثامنا:**عدم مناقشة مشاكل الطفل مع الاخرين بوجوده ،فهذا يودى إما الى شعور الطفل بالانتصار نتيجة عدم قدرة أهله على حلها أو شعوره بالاحراج مما يودي الى زيادة المشكلة في كلتا الحالتين .

**كلها خطوات بسيطة لكنها هامة لنقدم للمجتمع شخصيات سوية وغير مرضية تعاني ونعاني معها، فمن الممكن تدارك الأمر والعواقب الوخيمة فقط لوتنبهنا لأطفالنا منذ الصغر.**

المشاكل الجنسية لدي الطفل

## أسباب السلوكيات الجنسية غير الطبيعية عند الأطفال

قد يكون أول شيء يتبادر إلى ذهنك، هو تعرض الطفل لاعتداء جنسي، وهو أحد الأسباب بالفعل، ولكن هناك أسبابًا أخرى عديدة، تشمل:

### ضعف أو انعدام التوعية الجنسية:

إن التثقيف الجنسي للأطفال لا يقصد به الإباحية، بل تهذيب سلوكياتهم. وقد أكدت البحوث والدراسات الاجتماعية الحديثة التي قامت بها منظمة اليونيسكو (2007) أن التربية الجنسية تؤدي إلى تأخير ظهور السلوك الجنسي عند الأطفال واتسامه بمزيد من المسؤولية. ويرجع السبب في اتجاه الغرب نحو وضع منهج للتربية الجنسية في المدارس إلى رغبتهم في منع الممارسات الجنسية غير القانونية وحماية الأطفال من التحرش.

### التعرض للمواد الجنسية في وسائل الإعلام:

ففي غياب التربية الجنسية في المنزل والمدرسة، وضعف رقابة الأهل على ما يشاهده الأطفال في التليفزيون والإنترنت، أصبح الإعلام مصدرًا يستمد منه المراهقون والأطفال كثيرًا من المعلومات التي غالبًا ما تكون مضللة وغير دقيقة، وغير مناسبة لسنهم.

### الأسر غير الآمنة:

ترتبط السلوكيات الجنسية غير السوية عند الأطفال بشكل واضح بأساليب التربية التي تعتمد على الإيذاء البدني والجنسي، والبيوت التي يتعرض فيها الأطفال للإهمال، ويسودها العنف تجاه الطفل أو بين الزوجين.

### رد فعل الوالدين تجاه السلوك:

يسعى الأطفال إلى نيل الاهتمام، وقد يستمتعون بما يبديه الوالدان من عدم ارتياح نحو سلوكياتهم الجنسية، فيكررونها لاستثارة رد الفعل المرغوب من قبل الوالدين.

### بعض الظروف المحيطة بالطفل:

كميلاد إخوة جدد، أو تغير الأشخاص الذين يعتنون بالطفل، والذين قد يكونون أكثر ملاحظة لمثل تلك السلوكيات. كذلك، فإن الأطفال المقيمين في منازل يسودها الانفتاح وتقبل السلوكيات الجنسية ربما يظهرون سلوكيات جنسية أكثر من غيرهم.

### التعرض للاعتداء الجنسي:

الذي يجعل لدى الطفل نشاطًا جنسيًا زائدًا، حيث يقوم بسلوكيات سيئة مقلداً أو مجبراً وليس بغريزة حقيقية. وعلى الرغم من أن السلوكيات الجنسية تعد أكثر شيوعًا بين الأطفال الذين تعرضوا للاعتداء الجنسي، إلا أنه ليس كل الأطفال الذين يظهرون سلوكيات جنسية مشكلة قد تعرضوا للاعتداء الجنسي، وليس كل الأطفال الذين تعرضوا للاعتداء الجنسي يأتون سلوكيات جنسية شاذة.

وغالبًا ما تكون السلوكيات الجنسية مصحوبة بمشكلات سلوكية أخرى، كالعدوانية، والاندفاع، وضعف العلاقات مع العائلة والأصدقاء.

## كيف نتعرف على السلوكيات الجنسية غير السوية عند الأطفال؟

هناك عدة عوامل تحدد إن كان السلوك مشكلًا أم عاديًا، مثل: سن الطفل، درجة تطوره، الأسرة، سلوك الوالدين وردود أفعالهما تجاه سلوكيات الطفل. الجدول أدناه -والمترجم عن الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال- يوضح أمثلة للسلوكيات الجنسية عند الأطفال من سن سنتين إلى ست سنوات، مبينًا ما هو طبيعي وما هو غير طبيعي.



**مشاكل الأكل عند الأطفال**