العرب
الخميس 2020/01/30
السنة 42 العدد 11602

قراءة الكتب للأطفال تعزز الترابط مع الآباء والتعاطف مع الآخر

القراءة بصوت مرتفع تدعم التقارب بين الآباء وأبنائهم حتى ولو كانوا مراهقين

تركز البحوث والدراسات على أهمية قراءة الكتب في تنمية الجوانب الفكرية والتعليمية والسلوكية للطفل في حين أن تأثيرها يتجاوز هذه النواحي لتعزيز الروابط بين الآباء والأبناء إلى تنمية جوانب التعاطف مع المحيط الاجتماعي للطفل.

خير جليس

برلين – تعتبر قراءة الكتب أحد أهم الأنشطة التي من الضروري أن يشجع الآباء والأمهات أطفالهم على القيام بها، ليس لأنها تطور المفردات والمهارات اللغوية لديهم، أو لأنها مسلية وتحفز على التفكير وضرورية للنجاح في الحياة في ما بعد فحسب، بل لأنها بوابة للتعلم عن أشخاص آخرين وأماكن أخرى وأفكار جديدة بإمكانيات غير محدودة تساعد على دعم التقارب بين الوالدين والأبناء وتعزيز تعاطفهم مع المحيطين بهم.

وأكد خبراء التربية أن الكتب التي تقرأ للأطفال والتي تعتبر ذات أهمية بالنسبة إليهم، أصبحت قليلة جدا في وقتنا الحاضر، نظرا إلى انشغال الآباء والأمهات وتفاقم الضغوطات التي أصبحت تسيطر على مجرى حياتهم.

ونبهوا إلى أن قراءة الآباء وقت النوم تساعدهم على الشعور بالتقارب العاطفي والجسدي مع أطفالهم، خصوصاً إذا كانوا مضطرين لقضاء اليوم كله بعيدا في العمل. وشددوا على ضرورة تغذية حب الطفل للكتب في سن مبكرة، حيث تعتبر القراءة بصوت عال في سن صغيرة وسيلة رائعة لتعزيز مهارات التواصل اللغوي بين الوالدين والطفل.

وقال المختصون إنه لا يوجد شيء أفضل من جلوس الأب أو الأم بصحبة الطفل وقراءة كتاب أو قصة ما قبل النوم معا، فالاسترخاء مع الطفل أثناء القراءة يمكن أن يكون وسيلة رائعة لزيادة الترابط بين الآباء والأبناء.

وأشاروا إلى أن قراءة الكتب تعمل على تحسين مفردات الصغار وتعرضهم لأنواع مختلفة من تراكيب الجمل وأساليب الكتابة وطرق التعبير عن النفس. وبالنسبة للأطفال الذين يتحدثون لغتين أو يتعلمون لغة ثانية، تعد القراءة مكونا مهما لاكتساب الطلاقة أو الحفاظ عليها. وقال المختصون إن القراءة تؤثر على نظرة الأطفال لما يدور حولهم وعلى علاقتهم بمحيطهم الاجتماعي، حيث تزيد التعاطف لدى الأطفال الذين لديهم فهم ضيق للغاية للعالم من حولهم. وهذا يرجع إلى خبراتهم المحدودة استنادا إلى الظروف التي نشأوا فيها. ولفتوا إلى أن الكتب التي تتضمن شخصيات مرت بتجارب مختلفة ومتنوعة، لا تسمح بتثمين الاختلاف فحسب، ولكن أيضا تؤدي إلى تنمية التعاطف لدى الطفل وذلك بفهم المواقف عن طريق وضع نفسه في مكان الآخرين، مما يساعده على تنمية قدرته على تقدير الآخرين والتعاطف مع الأشخاص الذين لا يشترك معهم سوى في القليل، ويساعده على أن يتحول لشخص ذي خبرات كبيرة.

وعندما يستطيع الطفل أن يضع نفسه مكان إحدى شخصيات القصة، فإن هذا يساعده على تطوير إحساسه وشعوره، ويبدأ الأطفال في فهم العواطف.

كما نبه المختصون إلى أن القراءة للأطفال تخلق رابطا بين الآباء والأمهات والطفل، كما أنها تساعد على التقارب بينهم وإزالة الحواجز العاطفية إن وجدت، وأشاروا إلى وجود طرق عدة تخلق من خلالها القراءة رابطا بين الآباء والأمهات والطفل، فبداية من عمر الطفل الصغير للغاية، تعزز القراءة بصوت مرتفع القرب والحميمية من خلال قضاء وقت معا إضافة إلى كونهما قريبين جسديا من بعضهما.

وأكد تقرير حديث نشر على الموقع الإلكتروني "لايف هاك" أنه وفيما يكبر الطفل، لا يزال يمكن للأب أو الأم القراءة بصوت مرتفع أو قراءة نفس الكتاب بشكل منفصل والتحدث عن الأشياء التي أعجبت كلا منهما. كما أفاد الخبراء أن قراءة كتاب تتطلب التركيز وهي مهارة ضرورية للعمل عليها، حتى للرضع الذين لديهم مشكلة للجلوس في مكانهم دون حراك، ونبهوا إلى أنها سوف تساعد الأطفال باستمرار على ممارسة تهدئة عقولهم وأجسادهم للتركيز على مهمة ما لفترة من الوقت، وبإبعاد الملهيات عنهم وإعطائهم مساحة للقراءة والفهم، سوف يتحسن مدى انتباههم وقدرتهم على التركيز مع الوقت.

وأفادت دراسة أميركية ن قراءة الآباء والأمهات للأطفال من كتب ورقية تزيد التفاعل بينهم، مقارنة بالقراءة من أجهزة إلكترونية، مشيرة إلى أن الآباء والأمهات الذين يقرؤون لأطفالهم من جهاز لوحي، سواء أكان الكتاب الرقمي تفاعليا أم لا، كان لديهم تفاعل اجتماعي أقل مع أطفالهم، مقارنة بمن قاموا بالقراءة من كتب ورقية.

ولاحظ الباحثون من جامعة ميتشيغان أنه أثناء قراءة الآباء الكتب الرقمية كان الأطفال أكثر عرضة لمقاطعة الجلسة، وذلك عبر إعاقة رؤية آبائهم للجهاز اللوحي حتى لا يتمكنوا من قراءته، أو إغلاق تطبيق الكتاب الإلكتروني أو الاستيلاء على الجهاز اللوحي من آبائهم، وفي مقابل ذلك رد الآباء على تصرفات الأطفال بطريقة سلبية وأقل تفاعلية، حيث كانوا أكثر عرضة وميلا للسيطرة على الأطفال وعلى تحركاتهم أثناء القراءة من الكمبيوتر اللوحي.

وأشاروا إلى أن السلوكيات التدخلية، مثل منع الأطفال من النقر على الجهاز اللوحي أو تحريك أجسامهم بعيدا عن الأطفال حتى يتمكنوا من حملها، يمكن أن تعرقل رغبة الأطفال الصغار في التعاون مع والديهم أو الاستماع إليهم، أي أنها ستقلل التفاعل بين الآباء والأطفال. كما كشف الباحثون أن النتائج الاجتماعية والمكاسب اللغوية للقراءة على جهاز لوحي تختلف كثيرا عن القراءة من الكتاب الورقي، ونصحوا الآباء بالحرص على القراءة من كتاب ورقي إن أمكن ذلك.

> الآباء والأمهات الذين يقرأون لأطفالهم من جهاز لوحي، تفاعلهم الاجتماعي أقل معهم

وتكتسي القراء بصوت عال أهمية بالغة في تعزيز التقارب بين الآباء وأبنائهم، وشدد الخبراء على ضرورة أن يقرأ الآباء بصوت عال لأطفالهم حتى بعد أن يصبحوا قادرين على القراءة إلى أن يبلغوا سن المراهقة.

وفي هذا السياق أوضح جيم تريليز مؤلف كتاب القراءة الجهرية "نحن نقوم بتعليم أطفالنا القراءة جيداً في المدارس، ولكننا ننسى تعليمهم حب القراءة، إن مستوى قراءة الطفل لا يساوي مستوى الاستماع حتى الصف الثامن". وأفاد أنه ينبغي على الآباء قراءة كتب الصف السابع لأطفال الصف الخامس لأن هذا من شأنه أن يحفز الأطفال لمعرفة المزيد عن الخطوط العريضة والعناوين وبالتالي يدفعهم للاستمرار في القراءة.

كما قال إنه كلما يقترب الاطفال من سن المراهقة يزداد خوف الآباء من المخاطر الكامنة والتي يرغبون في مناقشتها مع أولادهم بصراحة، فقراءة قصة معا عن "كفاح مراهق مع الإدمان" مثلا ربما تكون قصة مؤثرة لكنها طريقة آمنة لتعلمهم مواقف الحياة بلا دروس.

ونصح قائلا "استخدم جلسات القراءة الجهرية لتخلق مناقشات وتكشف المشاعر والأفكار حول القضايا الاجتماعية"، مشيرا إلى أن القراءة تعني أن يجلس القارئ والمستمع بالقرب من بعضهما البعض، وهذا لا يعني مجرد الجلوس بجوار بعضهما ولكن قضاء الوقت معا شيء مريح للغاية، وخاصة مع الأطفال في سن ما قبل المراهقة، مما يوفر للطفل الدعم النفسي.

وكشفت الدراسات الحديثة أنه على الرغم من أن الأمهات يقرأن لأطفالهن أكثر من الآباء، إلا أنه عندما يقرأ الآباء لأطفالهم، يميلون للتفاعل بطريقة مختلفة عن الأمهات اللاتي يركزن بطريقة محدودة على محتوى الكتاب الذي يقرأنه، في حين يكون وقت الحوار مع الأطفال عندما يقرأ الآباء أطول وكثيراً ما يستحضرون موضوعات خارج سياق الكتاب.

كما كشفت أن الأمهات يملن إلى سؤال الأطفال أسئلة ذات إجابات محددة عن الحقائق والأحداث في الكتاب، في حين يطرح الآباء أسئلة تتحدى الأطفال لاستخدام مخيلتهم أو ربط ما يقرؤونه بتجارب محيطهم الاجتماعي.

نسخ كربونية

لبنى حرباوي
صحافية تونسية

كانت أفضل إنجازاتي هذا الأسبوع أنني نجحت أخيرا في إقناع ابنتي أن تختار بين أن تكون لها أخت أو أن تتبنى كلبا بعد أن كانت متمسكة بالخيارين معا.

اختارت ابنتي الكلب، الحقيقة أن خيارها لم يكن "ديمقراطيا كثيرا"، لقد دفعتها دفعا لتختار تربية كلب بعد أن بقيت لأيام وأيام وأنا أشرح إيجابيات أن يكون لك كلب بدل أخت لطفلة تبلغ من العمر 3 سنوات ونصف.

كانت ابنتي تلح منذ عام أو يزيد على أنها تريد أختا مثل بقية الأطفال، وهي تريد أختا تحديدا وليس أخا.

بالنسبة لي لا أرغب في إنجاب أطفال، لأن الأمر يتطلب استعدادات كثيرة لعل أبرزها نفسيا وجسديا وماديا. وأنا بعيدة كل البعد عن الاستقرار النفسي، كما أن لي مشاكل صحية عقّدتها بالجلوس المتواصل دون القيام بأي حركة، أما الاستعداد المالي فقد ذهب إلى غير رجعة منذ سنوات.

وكثيرًا ما تساءلت "لماذا ينجب البشر أطفالا أصلا؟ لماذا ننجب أطفلا جددا فيما الأطفال البؤساء يملؤون العالم؟ أليس الأجدر أن ننقذ بؤساء على أن نضيف للعالم من هم أكثر بؤساً؟ نعترف بأنفسنا أننا لسنا سعداء، فلماذا ننجبهم إلى عالم تعيس؟

لماذا ننجب أطفالا لا مستقبل لهم سوى الوقوف على أطلال المجاعات والحروب الطاحنة من أجل طمع فئة من البشر؟ يتمّ الإلقاء بالأطفال بشكل مرعب في هذا العالم نتيجةً لأنانيّة البالغين التوّاقين إلى السّعادة، بعد أن يتمّ إضفاء "معنى ما" على حياة الطفل بشكل تعسّفي.

قدمت نيكول كيدمان في فيلم ستوكر إجابة لسؤالي قد تكون مقنعة بعض الشيء والإجابة النهائية التي وصلت إليها، هي أننا في نقطة ما من حياتنا، ندرك أنها قد فسدت دون طريقة لعلاجها، لذا نقرر أن نبدأ من جديد.

نمزق الصفحة القديمة لنبدأ أخرى جديدة، ولكن حينها لا نملك أي مجهود لكتابة صفحات جديدة فنذهب لطريق إنجاب الأطفال. هذه النسخ الكربونية التي يمكننا أن نوجّهها قائلين: ستفعل ما لم أستطع فعله. ستنجح فيما فشلت فيه. لأننا نريد شخصًا يؤدي الأمر بشكلٍ صحيح هذه المرة. لكن ليس أنا، شخصيًا لا أقدر على انتظار مشاهدة الحياة وهي تمزقك.

تبدو الخلاصة اليقين تلك التي انتهى إليها المفكر الياباني ناوكي ياناسي أنه على المرء ألّا ينجب أطفالا حتّى يتجنّب إشراكهم في هذه الفوضى.. التي لا تبدو خلاقة أبدا.

أسرار الفتيات.. من المكياج إلى علاقات الحب

القاهرة – لا تخلو حياة أي إنسان من الأسرار، لكن هذه الأسرار توجد بدرجة أكبر بين الفتيات، خاصة في مراحل المراهقة والشباب، حيث لا تستطيع الفتاة المراهقة في أغلب الأحيان أن تخبر والدتها بكل أمورها الشخصية وتسعى جاهدة إلى التكتم على الكثير من الأشياء التي تقوم بها خشية ردود أفعالها.

وقالت سهام رمزي (طالبة جامعية) إن العلاقة العاطفية من أهم الأسرار التي يمكن أن تحتفظ بها الفتاة، مضيفة أن فكرة إقامة علاقة عاطفية -بصرف النظر عن عهد العلاقة وشكلها- من أهم أسرار البنات في أي سن وخاصة خلال التجربة الأولى، ويكون سبب إخفائها إما الخوف من التجربة أو عدم تقبل الأهل فكرة الارتباط العاطفي.

ومن جانبها كشفت الطالبة الجامعية حنان رامي أن سرية العلاقة هي بداية سلسلة من الأسرار الأخرى، والتي يمكن أن نطلق عليها تسمية توابع العلاقة، مثل كيفية الاحتفاظ بالهدايا المتبادلة بين الطرفين بعيدا عن أعين الزملاء أو الأهل، وأيضا كيف سنختلق قصصاً وهمية نستطيع عبرها أن نحتفظ بسر المقابلة في أي مكان خارج الجامعة، وخاصة إذا كان موعد المقابلة بعد انتهاء وقت المحاضرات. وأفادت نهى علي (طالبة في المرحلة الثانوية) بقولها "قلم الشفاه هو أهم سر أخفيه عن أسرتي"، موضحة "والدي ووالدتي لا يفضلان استخدام أدوات المكياج للزينة، ودائما يقولان إن الجمال الطبيعي لا يلزمه تكلف، ويرفضان بشدة أن أستخدم المكياج، وعليه لم أكن أفكر في وضع المكياج، وفي إحدى المرات أهدتني إحدى صديقاتي قلم شفاه في عيد ميلادي فجربته ووجدت لونه يزيد وجهي إشراقاً، فقررت ألا أستغني عنه أبداً، وأصبح لا يفارق حقيبتي، وأخفيه في جيب حقيبتي الصغير، وقبل دخولي المنزل أزيله فوراً من على شفتي، والطريف أن هذا السر لا تعلمه أسرتي فقط، أما خارج منزلي فالجميع يعرفون ذلك!".

ويمكن أن يكون السر شيئا تحتفظ به الفتاة كذكرى، حيث قالت الطالبة الجامعية سلوى عاصم "أبتسم دائما عندما أفتش في حاجياتي وأجد ورقة تذكرة السينما التي قطعتها منذ عامين لمشاهدة فيلم عالمي شاهدته مع صديقاتي، فلن أنسى هذا اليوم لأنني اضطررت إلى الكذب على والدتي التي دوما ترفض ذهابي إلى السينما، وتعتبرها مكانا للعشاق وليست نافذة على الفن! وأحمد الله أن اليوم مر بسلام ولم أتأخر عن موعد عودتي إلى المنزل، والحقيقة أن هذا اليوم أسعدني كثيرا وما زلت أتذكر هذا السر كلما صادفتني تذكرة السينما بين حاجياتي".

طفلة ولكن لديّ الكثير من الأسرار

وترى الدكتورة نهى القاضي، أستاذة علم النفس، أن السر قد يكون في ظاهره نوعاً من التسلية أو الرغبة في إثبات الذات من خلال تصرفات بسيطة يمكن أن تكون في نظر الناس والآخرين تافهة وبعد سنوات يمكن أن نضحك عليها بشدة لشقاوتها، إلا أنه يجب ألا يكون السر في باطنه نوعاً من الألم أو إيذاء النفس أو يكون هدف السر تدمير الآخرين.

وتنصح القاضي الأمهات بأن يحاولن بناء علاقة ثقة مع بناتهن، كي تتمكن البنت من مصارحة والدتها بأي أمر، خاصة أن الصديقة المقربة غالبا لا تمتلك الوعي الكافي والخبرة في الحياة كي تقوم بدور الناصح والمرشد الأمين للفتاة.

ديكور

النمط الصناعي أحدث اختيارات الأثاث والديكور

أوردت مجلة "آل" أن النمط الصناعي "Industrial Style" يمثل أحدث اتجاهات الأثاث والديكور هذا العام ليضفي على المنزل طابعا متفردا يثير الحنين إلى الماضي؛ إذ أنه يستلهم ديكور مطلع القرن العشرين.

وأوضحت المجلة المعنية بالموضة والجمال أن مفردات النمط الصناعي تتمثل في الجدران غير المطلية والأخشاب المصمتة الداكنة والمعادن السوداء والجلد البني ومظهر الخرسانة، مما يحاكي ديكورات المصانع في بدايات القرن الماضي.

وأضافت "آل" أن النمط الصناعي يناسب غرفة المعيشة بصفة خاصة، مشيرة إلى أنه يمكن تصميم غرفة معيشة على هذا النمط بحيث تزدان بجدران تحاكي مظهر القرميد الأحمر وتشتمل على أريكة ذات جلد بني بتصميم "Chesterfield" الشهير، الذي يمتاز بشكل المُعين الهندسي ذي العُقد، مع طاولات جانبية معدنية ومصابيح من المعدن تتألق بتصميم الأنابيب.