

كثرة الأبناء لا تعني العزوة والسند للآباء في الكبر

المتغيرات الاقتصادية منعت الأبناء من أن يكونوا حصنا لآبائهم ضد الزمن

يؤكد خبراء علم الاجتماع أن كثرة الأبناء لا تعني بالضرورة سندا للآباء عند الكبر، خاصة إذا لم تتم تنشئتهم في ظروف حسنة. ويشير هؤلاء إلى أن الظروف الحالية التي يشهدها العالم من متغيرات وخصوصا الاقتصادية منها أثرت على علاقة الآباء بالأبناء وجعلتهم أقل اهتماما بالديهم.

راضية القيزاني
صحافية تونسية

تختلف الآراء حول ما إذا كان إنجاب عدد كبير من الأبناء أمرا ضروريا وسندا لأهلهم وإخوتهم في الكبر، أم أنه مسؤولي مضاعفة يجب أن تتم دراستها جيدا قبل الإقدام عليها والأخذ بالاعتبار أن دوام الحال من المحال، خاصة في ظل الظروف الحالية التي يشهدها العالم من متغيرات وخصوصا الاقتصادية منها.

وفي حين يرى عدد من خبراء علم الاجتماع أن وجود الأبناء أمر مهم في حياة الآباء، وكلما زاد عددهم تكون العائلة أكثر تماسكا، مشيرين إلى أنه ليس جيدا أن ينجب الشخص طفلين وحيدين خاصة أن الأهل لن يدوموا لأبنائهم، يرى البعض الآخر أن فكرة إنجاب الأطفال لتأمين مستقبل الأب والأم غير صحيحة، إذ يمكن أن يكون لهما 10 أبناء ولا يكون فيهم بار بهما بسبب التنشئة أثناء التنشئة. كما أن طاقة الإنسان الذي يعيش في هذا العصر وزيادة الضغوط والمسؤوليات تجعل من الاهتمام بطفل واحد أو طفلين مسؤولية كبيرة ليكونوا قادرين على بناء مستقبل جيد، فكيف سيكون الحال مع أربعة أو أكثر؟

فكرة إنجاب الأطفال لتأمين مستقبل الأب والأم غير صحيحة، إذ يمكن أن يكون لهما 10 أبناء ولا يكون بينهم من يبرزها

وعارضت بعض الأمهات فكرة إنجاب أكثر من طفلين في الأسرة الواحدة بسبب صعوبات الحياة والضغوط النفسية التي يمر بها الجميع خاصة في ظل الظروف الحالية، مؤكدة أن الاهتمام بتنشئة طفل وتنمية مواهبه ومنحه حياة كريمة أفضل من تربية طفلين في حياة صعبة وفيها تحديات مضاعفة.

وقالت عبد الكريم بن محمد وهو أب لثمانية أولاد، إن عدد الأبناء الكبير لا

يمثل بالضرورة سندا اجتماعيا للآباء، فهو ربسئ ثمانية أولاد ولكنهم تفرقوا بحكم ظروف عملهم وزواجهم، ولم يبق بجانبه سوى ابنه الصغير الذي بدأ هو أيضا يقلق لوجوده معه في نفس المنزل.

وأضاف لـ"العرب" أنه أفنى كامل حياته في خدمة أبنائه ليراهم في أحسن الظروف وأعلى المراتب، لكنهم بحكم تغير مطبات الحياة وظروفها لم يبادلوه نفس التضحية واهتم كل واحد منهم بنفسه وعائلته ولم يعد يعبر اهتماما له. وأشار بن محمد إلى أنه لا يشعر بالندم لتضحياته من أجل أبنائه لكنه مستاء من عدم وقوفهم إلى جانبه في محنته التي مر بها وهي مرض ألم به منذ سنوات وجعله غير قادر على الحركة مثل ذي قبل.

من جانبها أوضحت الأخصائية النفسية والتربوية ناريمان ناجي أن تحديد إنجاب عدد معين من الأبناء قرار يجب أن تسانده العوامل النفسية والبيئية والصحية والظروف المادية لتنشئة طفل يتمتع بصحة نفسية جيدة وتعليم مناسب.

وقالت ناجي "لا يوجد عدد أطفال محدد يوصى به، إلا أن دراسات الصحة

النفسية العالمية أكدت أن زيادة عدد الأبناء تؤثر إيجابا على صحتهم النفسية إن توفرت لهم بيئة آمنة وظروف معيشية جيدة".

ولفتت إلى أن خيار الإنجاب مرتبط بالظروف البيئية والاستعداد النفسي، فالعيشة الجيدة والمسكن الآمن هي من أهم العوامل المشجعة، إلى جانب تأمين نمط حياة جيد خاصة في الفترة الأولى من حياة الطفل، وفهم الذات والقدرة النفسية للابوين وإمكانياتهما لمنح المحبة والرعاية والأمان للأطفال.

وأوضحت أن أهم ما يجب أن يسبق قرار عدد الأبناء الذي سيجهدهم الأم، الأب، التسلسل بالمعلومات العلمية الصحيحة واستقارها من مصادرها العلمية الموثوقة، فقرار إنجاب طفل هو مشروع مستقل، ومن دواعي المسؤولية هو تأمين بيئة صحية له قبل قدومه، وإدراك طاقة الأسرة لتوفير نفس البيئة للإخوة حسب قدرة الوالدين.

وأضافت أنها "لا نستطيع فصل ما نعيشه عن المرجع الثقافي والديني (...)" إلا أن إدراك حاجات الأطفال التي يجب توفيرها يؤثر في قرار عدد أفراد الأسرة (...). خاصة أن العمر من الولادة حتى 5



خيار الإنجاب مرتبط بالظروف البيئية والاستعداد النفسي

سنوات يتطلب رعاية واعية ودعمًا لتكوين أساس الشخصية والضمير والنظام والهوية والقبول عند الطفل، وفي ما بعد يبدأ تأثير عامل المدرسة والثقافة المجتمعية التي يمكن أن تؤثر في الأبناء".

وقال أحمد الأبيض المختص النفسي في علم النفس إن العائلات العربية كانت تنجب عددا كبيرا من الأبناء ليس فقط لاعتقادها أنهم "عزوة"، ولكن أيضا لأنه لم تكن هناك وسائل لتحديد النسل، كما أن بعض العائلات كانت ترى في كثرة الأبناء سندا وقوة.

وأضاف لـ"العرب" أن الآباء عندما يتقدمون في السن ينتظرون من الأبناء أن يبقوا إلى جانبهم كنوع من الاستثمار في الزمن، لكن في أيامنا هذه عوض نظام التغلطة الاجتماعية وشركات التأمين الدور الذي كان يقوم به الآباء سابقا في رعاية أبنائهم ماديا.

وحاجت كبار السن من الآباء والأمهات الرعاية والعطف والبر. لكن بعض السلبات التي تبدو من الآباء والأمهات عند كبر السن قد تعود بانارها السلبية على الأبناء البارين بهم، ما يجعل الآباء يفقدون السند. وقد يقدم أحد الأبناء الرعاية والعتاء لوالديه، لكن عند أول خطأ منه أو غياب

يوجد منهما التائب والتوبخ والغضب الشديد، وعلى العكس فقد يجد نظرتهم لابن الأخر البعيد عنهما أقرب منه إليهما. كما أنه مع كبر السن وكثرة الأمراض لا يستطيع البعض من كبار السن الصبر على مرضه، فلا يتقبله بالرضا ولكن يكثر من الإهات والشكوى حتى يصبح أي لقاء معه عبارة عن شكوى صباحا كان أو مساء، فيظل البيت دائما مئوى للآلام فقط، ما ينفّر الأبناء نفسيا وينقل مهمتهم.

كذلك يتهم بعض الآباء أبناءهم بالتقصير، فلا يجد الابن أي كلمة حسنة ترفع من روحه المعنوية لمواصلة البر مهما قدم من مال أو خدمات أو أي نوع من أنواع البر، فيشعر الأبناء بالانكسار وضيق الجهد بدلا من شعورهم بفرحة البر.

كما أن بعض الآباء المسنين رغم رغد العيش وسعة الرزق لديهم، يقومون باستغلال أبنائهم ماديا بطرق غير مباشرة، فبعض الأبناء قد يفرح بذلك، وبعضهم قد يتأذى من هذا التصنع.

نصائح

تدابير هامة للحماية من الأمراض أثناء السفر

برلين - شدد البروفيسور توماس بيلينك على ضرورة اتخاذ بعض التدابير الهامة للحماية من الأمراض خلال السفر؛ فإلى جانب تلقي التطعيم ضد فايروس كوفيد - 19 المستجد، ينبغي أيضا تلقي التطعيم ضد التهاب الكبد الوبائي A، والذي ينتقل بشكل أساسي من خلال الأطعمة والمياه الملوثة.

كما ينبغي تلقي التطعيم ضد التهاب الدماغ المنقول بالقراد، علما بأن حشرة القراد تنتشر خلال فصل الصيف في المسطحات الخضراء كالحدائق والمتنزهات.

وأضاف أخصائي طب السفر الألماني أنه ينبغي أيضا الحماية من البعوض؛ نظرا لأنه ينقل الأمراض مثل حمى الضنك والملاريا. ولهذا الغرض ينبغي تطبيق مادة طاردة للبعوض على الجلد مثل مادة DEET أو إيكاريدين؛ حيث إنها تطرد البعوض والقراد بسبب رائحتها النفاذة. كما يراعى ارتداء ملابس طويلة واستخدام الناموسية أثناء النوم.

ومن المهم أيضا تلقي التطعيم ضد داء الكلب (السعار) مع مراعاة الابتعاد عن الحيوانات البرية والحيوانات الضالة.

ويعتبر الإسهال من أكثر الأمراض شيوعا أثناء السفر. ولتجنب الإصابة به ينبغي عدم تناول الأطعمة غير المطبوخة أو غير المقشرة، ومن الأفضل شرب المياه من الزجاجات المرشمة أو غلى ماء الصنبور، مع التحلي عن استعمال مكعبات الثلج، بالإضافة إلى ضرورة غسل اليدين جيدا بالماء والصابون وبصورة متكررة.

وأشار بيلينك إلى أهمية اصطحاب صيدلية أثناء السفر تشمل على أدوية لعلاج المتاعب الصحية الشائعة مثل الغثيان والحمى والإسهال والالتهاب، مع مرهم للجروح.

وبالنسبة إلى الأدوية الحيوية والأدوية، التي يتم صرفها بوصفة الطبيب، فإنه ينبغي اصطحابها بكمية زائدة بمقدار الثلث تقريبا، كي يكون المرء في مأمن في حال حدوث أي ظروف طارئة.

كما ينبغي أن تحتوي صيدلية السفر على بعض الأدوات المهمة مثل ترمومتر ومقسط وملقاط وأسبراي تعقيم وإصفاة طبية، وبطبيعة الحال كامات طبية.



جمال

البرونزر.. عصا سحرية لبشرة متوهجة في الصيف

لوس أنجلوس - أشارت علامة مستحضرات التجميل "وت أن وايلد" الأمريكية إلى أن مستحضر البرونزر (Bronzer) يعد بمثابة عصا سحرية للتمتع ببشرة متوهجة في فصل الصيف؛ حيث إنه يتيح للمرأة الحصول على بشرة برونزية ساحرة دون الاضطرار للبقاء تحت أشعة الشمس لساعات.

كما يعد البرونزر مثاليا للحصول على شكل منحوت ومحدد، وإخفاء مشاكل مثل الاحمرار أو البقع الداكنة أو لون البشرة غير المتجانس.

وفيما يلي بعض الملاحظات من خبراء التجميل في "وت أن وايلد" حول كيفية وضع البرونزر بالطريقة السليمة:

اختاري الدرجة الصحيحة: ينبغي اختيار درجة لون لا تزيد عن درجة لون بشرتك أكثر من درجتين، مع الأخذ في الاعتبار أيضا الألوان الأخرى الخافتة لتناسق مقالي.

ضعيه على البشرة: استخدمي فرشاة تجميل رقيقة مع البرونزر وقومي بلفها في دوائر صغيرة بين منابت الشعر



الإفراط في الأبوة يؤثر سلبا على نمو الأطفال

هذا الأسلوب يسرق منهم القدرة على التصرف باستقلالية وتحمل المسؤولية.

وتتمثل العناية المبالغ فيها بالأطفال في مراقبتهم والتواجد بالقرب منهم بشكل متواصل، وحتمهم باستمرار للاستجابة لانتظارات محددة وبلوغ الكمال في كل ما يقومون به.

كما يصبح الأطفال بهذا السلوك مجرد تماثيل يسعى الأبوان لتشكيلها كما يريدون، عبر الحرص على إشراكهم في كل الأنشطة خارج المدرسة من أجل منحهم الإيجابية للنجاح في المستقبل. ومن الأمثلة على ذلك تسجيلهم في معهد أو ناد لتعلم العزف على آلة موسيقية أو ممارسة الرياضة، أو أخذ دروس تقوية للحصول على نتائج ممتازة. كما يتم إجبار الأطفال على الالتزام ببرنامج يومي صارم، حتى يكونوا في مستوى تطعات الأبوين.

ويراقب الأبوان حياة الأطفال ويهتمان بهم بشكل مستمر، من أجل دفعهم للتفوق والتميز في المستقبل، ومنحهم مستوى العيش الذي لم يحصلوا عليه في الماضي؛ كما يمنحان أهمية قصوى للأنشطة التكميلية خارج المدرسة، وإضافة إلى ذلك فهما يحرصان على حماية الأطفال بشكل مبالغ فيه، ويتدخلان لحل كل مشكل يعترضهم.

ويطلق خبراء علم النفس على هذا النوع من الآباء صفة "الهيكويتز" وعلى الأمهات صفة "النمر" للإشارة إلى الأب

من السلوكيات غير الصحية التي يجب تجنبها، أو التوقف عنها في حال كان الآباء يمارسونها.

وليس للإفراط في الأبوة آثار سلبية على الأطفال فقط، فالآباء المفرطون في أبوتهم أكثر عرضة لمستويات عالية من القلق والتوتر والندم، الذي بدوره له آثار سلبية على أطفالهم الذين قد يتحملون قلق والديهم ويجعلون الأمر مرتبطا بهم. وتتسبب الأبوة المفرطة في تحويل الأطفال إلى نماذج من الكمال يمنع المساس بها أو الاقتراب منها. وهذا يؤدي إلى حرمانهم من تجربة تحمّل المسؤولية والتعرف إلى أخطائهم وعيوبهم، كما أن

لنحذ - يؤكد خبراء التربية أن تحكم الوالدين في كل تفاصيل حياة أطفالهم ومنحهم القليل من الاستقلال الذاتي ووضعهم تحت ضغط شديد لتحقيق التقدم الأكاديمي والنجاح الشخصي، يعيق نموهم بشكل فعال.

ويشير الخبراء إلى أن الأبوة المفرطة تعد ظاهرة تخلف آثارا سلبية على تطور شخصية الطفل وتؤثر على تقديره لذاته، خاصة عندما يجين الوقت لمواجهة العالم الخارجي.

ويقول الخبراء إنه من الطبيعي جدا أن يحب كل إنسان أطفاله ويحرص على مساعدتهم؛ ولكن الأبوة المفرطة هي نوع



الاهتمام المفرط بالأبناء سلوك غير صحي