



نمو الأطفال في ظل كورونا

اعداد : فريال أبو العمل
المرشدة الاجتماعية.

مقدمه

• السنوات الأولى في حياة كل طفل هي مصيرية لنموه. فالاختبارات والتجارب التي يجتازها الولد في هذه السنين تصوغ حياته كبالغ. وحتى إذا بدأ أن الحجر وحظر التجول في أيام كورونا لا يبقيان لنا الكثير من الإمكانيات لخلق تحديات لأولادنا تساعدهم على النمو، يمكننا أن نستغل البيئة المنزلية كي نفعل الكثير من أجلهم.

مهارة استخدام اليدين

- إحدى قدراتنا الأكثر أهمية هي قدرتنا على استخدام يدينا للقيام بأمور مختلفة في حياتنا اليومية. يكتسب الولد هذه القدرة في أشهره الأولى وطيلة فترة نموه في سنوات الطفولة. وهي تصبح أكثر تطور مع الوقت.
- يكتشف الرضع أيديهم في الأشهر الأولى من حياتهم. فهم يتأملون بها، ثم يبدأون في مدها نحو الأمور الموجودة بجانبهم. من أجل مساعدتهم على تنمية قدرتهم الحركية، قربوا إليهم أشياء مختلفة، وساعدوهم أن يجربوا الإمساك بها. يجدر البدء بأغراض كبيرة نسبياً، يكون سهل الإمساك بها. لا نتفاجأ أن الأولاد يفضلون بشكل عام الأغراض الملونة أو التي تصدر ضجة.

نحو عمر السنة

- يمكننا أن نتحدى أطفالنا وندعهم يجربون الإمساك بأغراض أصغر ولكن ليست صغيرة جدا فنحن لا نريد أن يتلعوها أو يدخلوها للأنف. هذه مرحلة يجدر بنا فيها أن ندع الأولاد يجربون الأكل وحدهم الأكل باليدين جائز ومطلوب ونتيح لهم الإمساك بالطعام الذي تختلف بنيته وحجمه.
- يفضل جعل الأولاد يجربون نشاطات مختلفة ويلمسون مباني مختلفة، صلبة ورخوة ، الرسم بأقلام ماركر، الرسم بالوان باندا، إلصاق ملصقات، معجون، فالمباني المختلفة تشغل عضلات مختلفة في اليدين وتعلم الأولاد أن يقوموا بنشاطات متعددة. نعم، يعني ذلك أن ندعهم يوسخون أحيانا في الأكل والتلوين. فهذه مرحلة نمو هامة جدا، حتى لو تسببت ببعض الفوضى في البيت.

في سن أكبر

يجدر أن يتعرف الولد إلى البازل، الرسم بأنواع مختلفة من الألوان، ألعاب الخرز، شيء موجود في البيت يمكن أن يكون مفيد لتنمية هذه القدرات. لا حاجة لشراء ألعاب غالية. فإدخال البازيلاء أو الأرز لعبة يمكن أن يكون فعالية رائعة. يمكننا أن نخلق تحدياً للأولاد ونمنحهم فرصة تجربة تبدو صعبة لهم. فالإحباط جزء من البلوغ. وإذا كنا لجانبهم، يتحول الإحباط إلى تعلم من الاختبار.

- إذا ساعدناهم في تنمية هذه القدرة على طول الطريق، فسيستخدمونها كثير في المهارات اليومية: في الأكل بشكل مستقل باليدين، ثم باستخدام الملاعقة والشوكة، اللبس، الاستحمام، وفي الرسم والكتابة بعد سنوات.

- يتعلم الأولاد بأفضل شكل من النشاطات اليومية. فإذا أتحنا للأولاد أن يجربوا القيام بالأمور بأنفسهم، بوجودنا نحن الوالدين الطبخ معاً، تصليح الأغراض معاً في البيت، البناء معاً نكتشف المساهمة الرائعة لذلك في نموهم وفي تنمية قدراتهم وثقتهم بالنفس.

التحرك والتنقل

- إحدى أهم القدرات التي تتطور في السنوات الأولى لحياة الأطفال هي القدرة على تحريك العضلات والتنقل من مكان إلى آخر.
- ينمو جميع الرضع بنفس الترتيب، لكن كل شخص ينمو بوتيرته الخاصة، وهذا طبيعي.
- من أجل مساعدة الرضع على التقدم والنمو، علينا أن نقدم لهم حوافز ملائمة ونتيح لنا تجارب متنوعة في بيئتهم. كل ذلك خلال اللعب، لأن هذه هي الطريقة الأكثر إمتاعاً ومكافأة، لنا وللرضيع، للعمل على العضلات، التمرن، التجربة، والتقدم.

- منذ الأيام الأولى في حياة الرضع، مهم تعريفهم على عدد كبير من الوضعيات والإستلقاء على البطن أو على الظهر، حملهم على كتفنا، أو وضعهم على بطننا، البطن على البطن. يجدر بنا أن نتيح لهم الاستلقاء والإحساس بالسطوح ذات المباني المختلفة سجادة، فرشاة دقيقة، لحاف، وما شابه. كل وضعية كهذه هي فرصة بالنسبة لهم لاختبار العالم من زاوية مختلفة، وهي تتيح لهم تحريك الأعضاء المختلفة بشكل مختلف.
- تساهم هذه النشاطات جميعها في تحسين قدراتهم على التحرك والتنقل مستقبل.
- مثلنا نحن البالغين، يحتاج الرضع إلى حوافز ومكافآت.

• حين ندع الرضيع يستلقي على بطنه ربما على سجادة أو على جسمنا، لنضع شيئاً مثير للاهتمام مقابله، حتى يكون لديه سبب لرفع رأسه. الأمر الأكثر إثارة للاهتمام هو نحن، الوالدين! مع وجه بشوش وصوت مشجع، أغنية، أو حركة.

• حين يكون الرضيع على وشك أن ينقلب أو يزحف، نضع ألعاب مثيرة للاهتمام أبعد قليلاً من متناول يده، ليمينه ولييساره وأمامه. فستساعده الرغبة في الحصول على مبتغاه، سماع صوت اللعبة، أو سماع صوت تشجيعنا حين يصل للعبة، على القيام بمحاولات للتقدم والوصول.

• يمكن استخدام ما لدينا في المنزل لجذب انتباه الولد ضجيج الأدوات طنابجر، والأواني، خشخشة وعاء مغلق فيه أرز أو عدس مثلاً، الكتب المفعمة بالألوان مفتوحة قرب الرضيع. فهذه طرق رائعة لمنح حافز للتحرك وتنمية العضلات. والأهم أن نكون معاً! في التحدث، الغناء، الحركة، والابتسام.

يتمكن من المشي

- يمكننا أن نلعب معًا ونحسّن القدرات الحركية: بناء مسار حواجز من وسائد، أو أنفاق زحف من كراتين وكراسي. يمكننا نزول الدرج وصعوده، التسلق على كراسي مرتفعة، القفز مثل الضفادع، المشي مثل الفيلة، أو أية فكرة أخرى تخطر على بالكم.
- لا تنسوا أن تشجعوا الولد حين يبلغ هدفه بكلمة طيبة، ابتسامة، صوت حماسي، وقبله. فلا حافز أفضل من ذلك.