مشاكل نفسية تؤثر على سلوك الطفل

«الرهاب المدرسي» وكيفية معالجته

الوفاق/ وكالات - تتجدد معاناة الأهالي مع أبنائهم مع بداية كل عام دراسي، حيث يرفض بعض الأطفال الذهاب إلى المدرسة بشدة، ويتحول صباح كل يوم إلى معركة تدور رحاها بين الأمهات والأطفال. ويعرف علم النفس رفض الطفل الذهاب إلى المدرسة بما يعرف بـ«الرهاب المدرسي» الذي قد ينتج عنه إذا لم يعالج مبكرا وبطرق صحيحة مشاكل نفسية تؤثر على سلوك الطفل وتطوره النفسي والاجتماعي فضلا عن تأثيره على تحصيله الأكاديمي.

والرهاب هو خوف شديد من شيء ما بدون سبب واضح. والرهاب المدرسي هو أحد أنواع الرهاب الشائعة بين الأطفال بعمر ٥- ٧ سنوات. لكن يمكن أن يعاني اليافعون أيضاً منه. ويعرف حاليا بأنه متلازمة معقدة يمكن أن تتأثر بمزاج الطفل، والوضع في المدرسة، والوضع العائلي، وقد يكون مرتبطا بقلق الانفصال.

ويعاني الأطفال المصابون بالرهاب المدرسي من القلق والأعراض الجسدية عند ذهابهم إلى المدرسة. وعادة يكونون مصرين على التغيب رغم محاولات الأهل، وعند إصرار ذويهم على ذهابهم إلى المدرسة، يعانون من نوبات غضب أو يصابون بالاكتئاب. وقد يهددون بإيذاء أنفسهم إذا أُجبروا على ذلك. وعند السماح للطفل بالبقاء في المنزل، يبقى في منزله ولا تكون لديه نية الخروج واللعب، بل قد يعمد أيضا لإكمال واجباته المدرسية في المنزل. غالبا، لا يقترن رهاب المدرسة بسلوكيات عدوانية كالسرقة والكذب أو الإدمان.

أسباب الرهاب من المدرسة

يهاب الأطفال الذهاب إلى المدرسة لأن القيام بذلك يسبب مشاعر غير مريحة أو توتراً أو قلقاً أو ذعراً. وقد يصاب العديد منهم بأعراض جسدية، مثل الدوخة أو آلام المعدة أو الصداع، عندما يُجبرون على الذهاب إلى المدرسة. ويتطور رفض المدرسة عادة بعد عودة الطفل إليها بعد فترة إجازة نتيجة إصابته بمرض أو نتيجة حدث عائلي مرهق، مثل الطلاق أو مرض الوالدين أو الإصابة أو وفاة أحد الأقارب أو الانتقال إلى مدرسة جديدة.

وعادة ما يتطور الرهاب من المدرسة تدريجيا، حيث يبدي الأطفال مقاومة شديدة بشكل متزايد للذهاب إلى المدرسة مع مرور الوقت. ويعتقد الأطباء النفسيون أنه عند الأطفال الصغار غالباً ما يكون العامل المحفز هو الرغبة في البقاء مع الوالد أو مقدم الرعاية وتجنب المواقف غير السارة في المدرسة.

ولدى الأطفال الأكبر سناً، إذا حدث رهاب المدرسة فجأة، فقد يكون مرتبطاً بتجنب موقف مؤلم في المدرسة مثل التنمر أو المضايقة أو انتقاد المعلم الشديد، أو قد يتبع حدثاً مهيناً مثل التقيؤ في الفصل. وكلما طالت مدة بقاء الطفل خارج المدرسة، زادت صعوبة عودة الطفل.

قد يكون التعامل مع بيئة جديدة أمرا مخيفا للأطفال في سن المدرسة وما قبلها، خاصة مع انفصال الأطفال عن الوالدين، لذا يقع على عاتق الوالدين طمأنة الأطفال ومساعدتهم في تخطي قلق الانفصال ليحظوا بأيام مدرسية ممتعة بدلا من أن تكون أيام مليئة بالبكاء والتوتر، إذ إن دخول الطفل إلى المدرسة هو خطوته الأولى خارج بيئته الآمنة، ويخشى الطفل من فقدان والديه والروتين الذي اعتاده.

رغم أن خوف الأطفال من المدرسة أمر شائع وطبيعي، لكن في الوقت نفسه يجب أن يفرق الآباء بين محاولات الأطفال المخادعة لتجنب الذهاب إلى المدرسة وبين الاحتياج الحقيقي للمساعدة.

قلق الانفصال

وفقا للأطباء المتخصصين، يحدث القلق من الانفصال بسبب مهارة فكرية يكتسبها الأطفال في سن دخول المدرسة تعرف بـ«بقاء الكائن»، وهي مهارة تعزز قدرة الأطفال على تذكر أشياء وأشخاص غير موجودين، ويستدعي الطفل خلالها صور ذهنية للأم والأب في غيابهم، فيفتقد الدفء والألفة المصاحبين لوجوده معهم.

وما يُصعب الأمر على الأطفال أنهم في هذه السن لا يستشعرون الوقت بدقة، فلا يتمكنون من تقدير كم من الوقت غابوا عن ذويهم.

المشاكل النفسية والاضطرابات المختلفة

يعد الخوف الشديد من المدرسة أكثر شيوعاً عند الأطفال الذين يعانون من مشاكل عقلية وتنموية مثل صعوبات التعلم، يخاف هؤلاء الأطفال من العقاب أو اللوم أو عدم التعلم بأنفسهم؛ خاصة إذا لم يتم دعمهم بشكل صحيح في المنزل أو المدرسة أو لم يتم تشخيص مشاكلهم وعلاجها.

لا يمتلك الأطفال القدرة على معالجة أو التعامل مع بعض الأحداث أو الحوادث أو الإصابات العاطفية والنفسية الشديدة، يمكن أن تكون هذه المشكلة أساس رهاب المدرسة والخوف من التواجد في بيئة مختلفة عن الأسرة، إن فقدان أحد أفراد الأسرة المقربين، والخلافات الأسرية القوية، وطلاق الوالدين، وتغيير مكان الإقامة، وتغيير المدرسة المفضلة للطفل، كلها أحداث جديدة تتطلب بناء قدرات الأطفال والمراهقين..

> لا ينبغي أن يصدر أولياء الأمور قلقهم الشخصي لأطفالهم، ويُنصح بإظهار الجوانب الإيجابية من الدراسة، وطمأنة الأطفال بأن هناك ما يدعو للخوف، لكن لا بأس من تسمية مخاوفهم وتفكيكها وتعريفهم أنها مشاعر طبيعية تحدث لكل الناس في المواقف الجديدة

كيف نطمئن أطفالنا؟

في البداية لا ينبغي أن يصدر أولياء الأمور قلقهم الشخصي لأطفالهم، ويُنصح بإظهار الجوانب الإيجابية من الدراسة، وطمأنة الأطفال بأن ليس هناك ما يدعو للخوف، لكن لا بأس من تسمية مخاوفهم وتفكيكها وتعريفهم أنها مشاعر طبيعية تحدث لكل الناس في المواقف الجديدة.

يفضل أن يكون الآباء منفتحين لسماع توقعات الأبناء حول المدرسة دون تدخل منهم، والاستماع إلى الحلول التي يطرحها الأطفال مما يعزز قدرة الأطفال على الاعتماد على أنفسهم وتقليل قلقهم ومخاوفهم. يمكن تذكيرهم بالأوقات التي تحلوا فيها بالشجاعة وكانوا على قدر المسؤولية مهما كانت المسؤوليات صغيرة.

الاعتراف بالمشاعر لا تجاهلها

يحاول بعض الآباء التسفيه من مشاعر الخوف لدى الأطفال أو السخرية منها ظنا منهم أنهم بذلك يساعدون الأطفال على التخلص منها، لكن ما يحدث في ذلك الوقت أن الأطفال يشعرون أنهم وحيدون مع مشاعر الخوف والقلق من دون تعاطف من أحد، مما يعزز هذه المشاعر داخلهم.

ما ينبغي فعله هو الاعتراف بمخاوفهم وإظهار التعاطف معهم، لأن التعاطف يهدئ الطفل ويساعده على تقبل مشاعره وتطوير مسارات جديدة في عقله تساعده على التعافي بعد المشاعر الصعبة.

التركيز على الايجابيات والانشطة الممتعة

يمكن للوالدين التركيز على الأنشطة الممتعة التي سيجربها الأطفال مثل الأشغال اليدوية والرسم والتلوين والزراعة والاستماع إلى القصص وتعزيز الروح التنافسية للأطفال، كما أن تجهيز ما يحتاجه الطفل ليومه الدراسي الأول من أقلام وألوان وملصقات وحتى الملابس المدرسية والحذاء المدرسي الجديد، قد يساعد في خفض توتر الطفل وقلقه ويعزز من سعادته وانتظاره لليوم الذي يستعمل فيه كل هذه الأشياء.

خمس دول تعلن استعدادها للمشاركة في معرض أصفهان الدولي للسياحة

الوفاق/ قال مدير الشؤون الثقافية والعلاقات العامة في مديرية التراث الثقافي والسياحة والصناعات اليدوية في اصفهان: حتى الآن أعلنت دول الإمارات العربية المتحدة وتركيا وماليزيا وروسيا وعمان استعدادها للمشاركة في معرض أصفهان الدولي للسياحة والحرف اليدوية.

وأضاف شهرام أميري: كما تم إجراء مشاورات مع المدن التي لها عقد توأمة مع مدينة أصفهان المعتمدة للمشاركة في المعرض الدولي الثالث عشر للسياحة والحرف اليدوية، ومن المرجح أن تكون هناك أربع مدن متبنيات لم تذكر أسماؤهن.

ولدى مدينة أصفهان اتفاق توأمة مع مدن، شيان في الصين، كوالالمبور في ماليزيا، فلورنسا في إيطاليا، ياش في رومانيا، برشلونة في إسبانيا، ايروان في أرمينيا، الكويت في الكويت، فرايبورغ في ألمانيا، هافانا في كوبا، لاهور في باكستان، سانت بطرسبرغ في روسيا، وداكار في السنغال، وبعلبك في لبنان.

وأعلن عن موعد إقامة معرض أصفهان الدولي للسياحة والحرف اليدوية من٢٦ الى ٢٩ سبتمبر الحالي في الموقع الدائم لمعارض أصفهان الدولية وأشار: في العام الماضي، أقيم معرض أصفهان الدولي الثاني عشر للسياحة والحرف اليدوية من ١ الى ٤ اكتوبر ولكن في هذا العام تم تقديم النسخة ١٣ لتزامن موعد المعرض مع الأسبوع السياحي.

وذكر: حالياً تم تخصيص أكثر من أربعة آلاف متر مربع من مساحة المعرض بالتساوي لنشطاء قطاع السياحة والحرف اليدوية.

وقال شهرام اميري في إشارة إلى العوائق التي وقعت العام الماضي وتزامنها مع معرض أصفهان الدولي الثاني عشر للسياحة والحرف اليدوية: كان العام الماضي أول معرض للسياحة والحرف اليدوية في أصفهان. بعد عصر جائحة كورونا حدثت بالتزامن مع بعض الاحداث، مما جعل نشطاء السياحة والحرف اليدوية يشعرون بالحزن، لكنهم حاولوا هذا العام تعويضها من خلال تحسين جودة المعرض.

وأوضح: هذا العام، تهدف الجهود إلى جعل معرض أصفهان الدولي الثالث عشر للسياحة والحرف اليدوية معرضاً للحوار، ويجري الناشطون السياحيون في مجال الفنادق والمساكن البيئية والمقاصف التقليدية حواراً مع نظرائهم في البلاد.

وأضاف أميري: نأمل أنه بمشاركة دول أجنبية مثل تركيا التي تعد الدولة الأكثر نشاطا سياحيا في الشرق الأوسط، سنتمكن من جذب السياح إلى محافظة أصفهان.

وأشار إلى أن الهدف الأساسي للمعرض ليس إرسال السياح، بل جذب السياح من هذه الدول.

وبحسب أميري، سيتم في معرض أصفهان الدولي الثالث عشر للسياحة والحرف اليدوية، عقد دورات تدريبية للنشطاء السياحيين، خاصة في مجال إدارة الوكالات والفنادق.

ولقد وصف اميري الهدف من معرض هذا العام في مجال الحرف اليدوية بدعم بيع المنتجات وأضاف: هذا العام، في هذا المعرض، الجهد هو توريد وبيع منتجات الحرف اليدوية، وفي نفس الوقت سيكون لدينا أيضاً كشف النقاب عن بعض الأعمال البارزة للفنانين في برنامجنا.

محافظة أصفهان بها أكثر من ٢٢ ألف مبنى ومعالم تاريخية، منها ١٨٥٠ مدرجة في السجل الوطني، وسبعة منها تسمى ساحة الإمام (نقش جهان)، وقصر جهلستون، وحديقة فين كاشان، ومسجد الجامع، وثلاث قنوات وهي وزوان، مزدآباد ومون تم تسجيلها في العالم، وهما محط اهتمام السياح المحليين والأجانب.

كما أنه من بين ٦٠٢ مجالاً من مجالات الحرف اليدوية المحددة في العالم، ٢٩٩ منها مرتبطة بإيران، و١٩٦ من هذه المجالات مرتبطة بمحافظة أصفهان التاريخية والفنية. وقد تم حتى الآن تنظيم ٤٠ ألف شخص يعملون في هذا القطاع من الحرف اليدوية في أصفهان.

● اخبار قصيرة

بعد ٨٥ عاماً على احتجازها

إعادة الألواح التاريخية الإخمينية من أمريكا إلى ايران

استردت إيران مجموعة من الألواح التاريخية الإخمينية التي أرسلت منذ ٨٥ عاماً إلى جامعة شيكاغو في أمريكا على سبيل الإعارة لكن لم تتم إعادتها بالكامل منذ ذلك الحين. وتعود هذه الألواح لعهد السلالة الأخمينية (٧٠٥-٣٣٠ قبل الميلاد) وتعتبر جزءا من الثقافة والتاريخ الايراني.

وارسلت الألواح التاريخية الأخمينية التي تعود ملكيتها لايران منذ أكثر ٨٥ عاماً إلى جامعة شيكاغو على سبيل الإعارة لمدة ثلاث سنوات وذلك من أجل الفحص والدراسة ،لكن مع انتصار الثورة الإسلامية في إيران منعت الإدارة الأمريكية إعادتها منذ ذلك الحين. واعاد الوفد الإيراني، الشحنة الخامسة من القطع الأثرية المكونة من ٣ آلاف و٥٠٦ ألواح إلى البلاد بعد أكثر من ٨٥ عاماً.

وستعود هذه الألواح التي عثر عليها في برسبوليس إلى موطنها الأصلي؛ بعد عشرات السنين من المشاورات التي أجرتها وزارة الخارجية ومنظمة التراث الثقافي بجهود الحكومة الـ١٣.

وهذه الألواح تحمل موضوعات كإدارة موارد الطرق، والعلاقات الاجتماعية، وضروريات الحياة الأساسية، والأجور، واقتصاد المجتمع الأخميني بالكتابة المسمارية واللغات العيلامية والآرامية، وعادت هذه الاثار إلى البلاد في ٩ صناديق وزن كل منها ٧٥ كغم.

التأكيد على حفظ آثار الدفاع المقدس في خوزستان

الوفاق/ في الاجتماع الاستراتيجي لمجموعة عمل السياحة الحربية، الذي عقد بحضور المدير العام للتراث الثقافي والسياحة والحرف اليدوية لخوزستان في المديرية العامة لحفظ آثار الدفاع المقدس لخوزستان ونشر القيم، تم التأكيد على تنفيذ السياحة الحربية خلال أسبوع الدفاع المقدس بتركيزها على طالبات اهواز.

تم عقد الاجتماع الاستراتيجي لفريق العمل السياحي للدفاع المقدس بحضور اللواء عبد الرضا مراداحاجتي، المدير العام لحفظ ونشر آثار الدفاع المقدس في خوزستان، ومحمد حسين أرسطوزاده، مدير عام التراث الثقافي لحفظ ونشر آثار الدفاع المقدس خوزستان.

وفي هذا اللقاء، تناول اللواء عبد الرضا مرادحاجتي السياحة الحربية في المحافظة، وقال: إن خوزستان هي أهم محافظة في البلاد لاستضافة السياح خلال الحرب المفروضة.

وأضاف: عدم وجود خطة شاملة للسياحة الحربية في المحافظة جعل من المستحيل علينا الاستفادة اللازمة من القدرات الكبيرة لملايين السياح.

وذكر مرادحاجتي: خلال أسبوع الدفاع المقدس، سنبدأ جولات سياحية حربية من اهواز مع المجتمع الطلابي، ومن ثم سنوسع هذا البرنامج ليشمل جميع المدن. الموضوع الرئيسي لأسبوع الدفاع المقدس لهذا العام هو جهاد البيان والشعار المركزي هو «نحن متحدون».