

عندما يأكل طفلك

بالإكراه

طفلي الصغير لا يأكل ...

إنها شكوى الأمهات التي ترسم صورة للمتاعب التي تنتظر الطفل الصغير الهزيل ... في المستقبل .

وعندما تحشد الأم أمام طفلها أكواماً من الطعام ... فهو يرفض ... وهي ترجوه وتتوسل إليه أن يأكل !

ويصر الطفل على الرفض ... وقد تضطر الأم إلى ضربه .. وهو لا يزال مصراً ... لا يأكل .

ولكن : لماذا يفعل الأطفال ذلك ؟

وفي أية مرحلة من أعمارهم يهربون من تناول الطعام ؟

وما هو التصرف السليم مع مثل هؤلاء الأطفال ؟

أولاً قد يبدأ هذا النوع من التصرف في مرحلة الرضاعة ...

ولكن في نفس الوقت قد تستمر هذه الظاهرة في مرحلة الطفولة المبكرة ، وهي التي تقع في الفترة التي يتراوح فيها عمر الطفل بين عامين وستة أعوام - بل قد تمتد هذه الفترة إلى مرحلة الطفولة المتأخرة « التي تصل إلى سن اثنى عشر عاماً » .

من المعروف أن الخوف له تأثير بالغ على وظيفة المعدة .

بل إن الخوف يلعب دوراً كبيراً في مقدار إفرازاتها . . . وجانب ذلك يؤثر الخوف في حركة الأمعاء

ومن المعروف أن بعض حالات الشعور بالامتلاء ... أو الإحساس بالحوضة ... أو

حتى القيء ... والإمساك والإسهال ..

كل هذه الحالات تدل على وجود خلل نفسي ... وتزول في حالات كثيرة برؤيا حالة القلق .

والآن حان دور الكلام عن الظروف التي يجب أن تتوفر خلال فترة الرضاعة .

يجب أن تجلس الأم في مكان هادئ أثناء إرضاع الطفل ... على أن تم الرضاعة في مواعيد منتظمة ... كل ٤ ساعات مثلاً ... وذلك حسب احتياج الطفل .
ولكن إذا لوحظ أن الطفل لا يرضع الكمية الكافية ...
أو أن صحة الأم لا تتأدها عن إرضاع الطفل بشكل كامل ...

فإن هذه الحالة يجب الاتجاه إلى تهيئة الرضاعة الطبيعية بالرضاعة الصناعية ...
وقد يدعه الحال إلى الاقتدار على هذه الرضاعة الآتية .

وفي حالة الاتجاه إلى الرضاعة الصناعية يجب أن تشمل هذه التوزيع بالعظام والحداد أثناء رضاعته من الزجاجه ..

وبذلك تصح في النوم الذي يدهم الإحسان بأنه يرضع رضاعة طبيعية .

وعندما يبدأ الطفل إلى الفصم يجب أن يكون النظام تدريجياً .

سالملاقة وثيقة بين الطفل ووالديه الأم لا يجوز أن تتزوج هكذا ... فبعضه ... أن
الغذاء المتاحي ، مصدر أكيد للقلق النفسي ..

كما أنه يعطي الطفل الشعور بالحرمان ... ولكن من الممكن أن يصحح الطفل
تدريجياً على ترك الرضاعة من تدي الأم .

وفي نفس الوقت يجب أن تقرر حقيقة أخرى ، وهي أن الاستمرار في الرضاعة لفترة
أطول من اللازم يضر الطفل ، لأن ذلك يزيد من اعتماد الطفل على أمه .

كما أنه لا بد من هذه الحالة لا تكون مناسبة لصحة الطفل .

وعندما يبدأ الطفل في استخدام اللعقة ... يجب أن يكون ذلك وهو جالس في

حجر أمه ... وبعد فترة يمكن إطعام الطفل باستخدام المعلقة أثناء جلوسه على كرسي أمام المنضدة .

التسنين واضطراب التغذية :

ومن الملاحظ أن فترة التسنين كثيراً ما تكون مرتبطة بحدوث صعوبات في التغذية والتسنين مجرد مثال ...

فأي مرض عضوي قد يسبب اضطراباً في عادات التغذية السليمة ... وفاق الأم نتيجة لذلك يزيد من حدة هذه الاضطرابات ..

ولكن يجب أن نعرف أن الطفل يشمر بأذى موضعية شبيهة للتسنين ، وكثيراً ما تكون هذه الآلام سبباً في اضطرابات المرتبطة بالتغذية

- الاهتمام الزائد عن الحد :

ويزيد اهتمام الأم بتغذية طفلها ... خاصة بعد انتهاء فترة الرضاعة . فهي تريد أن يأكل ابنها أكبر قدر ممكن من الطعام حتى يكبر بسرعة ..

وقد يتجاوز اهتمامها الحد المعقول فنجد أنها تستحث صغرها باستمرار على تناول المزيد من الطعام .

وهي تطلب من الطفل أن يمضغ ويلع بسرعة ... ويحدث ذلك بصورة أوضح بين الأمهات العاملات ... فالوقت ضيق !

ويلاحظ الطفل شدة اهتمام الأم ... والقلق الواضح في حركاتها وعلى وجهها ... والغضب الحقيقي في تقطيع حاجبيها ، فيصطنع الصغير العناد ...

ويتباطأ في الأكل ... بل وقد يرفض تناول الطعام ... وهنا تنفعل الأم وتحث تأثير هذه المشاعر قد تستعمل العنف .

والعنف يولد الخوف والغضب في نفسية الطفل الصغير ...

وهذا بالتالي ينتهي إلى فقد الشهية !

وهكذا تصبح وجبة الطعام مثاراً للرعب ... بدلاً من أن تكون ماسة سارة بشيخ
فيها الطفل، حاجة الجوع .

وبتكرار مثل هذه المواقف تتكون عند الطفل عقدة نفسية غذائية قد تكون سبباً في
صعوبات بالغة تطهر في مستقبل الطفل الذي يرفض أنواعاً معينة من الأغذية ... بدون
سبب واضح ... أو طاهر .

- عندما يأكل الطفل أكثر :

والملاحظ أن الأطفال يأكلون أكثر مع أقرانهم ، في دور الحضانه ... لاسمها حين
تكون المشرقة على الدار هادئة ، الأعصاب .

وهذا بالطبع أفضل من وجود الطفل مع الأم القلقة والوالدين اللذين يريدان ملء
بطن الطفل طوال الوقت بالطعام .

وهكذا يفهم الطفل في النهاية أن عدم الإتصال على الطعام يصبح سلاحاً ناجحاً
يكسب عن طريقه كل طلباته .

وليس هذا التصرف في مصلحة الطفل بأي حال .

وقد يتعود الطفل بعض العادات مثل سماع الراديو ... أو وضع اللعب «حوله ...
خلال فترة تناول الطعام ... ولكن هذا يزيد من متاعب الأم أو من يشرف على إعداد
الطعام له .

والذي يجب أن تعرفه أن الطفل لن يصاب بسوء إذا لم يأكل شيئاً خلال يوم ... أو
يومين وعلى هذا يجب ألا يصاب الوالدان بالفزع إذا رفض الطفل وجبة بأكلها ... فإن
حائته الصحيه إذا كانت سليمة فإن شعوره بالجوع سوف يتغلب على أي شعور آخر .

لم الأكل بالإكراه .. فإن هائته عدم حدوث الهضم أو الامتصاص بالطريقة
الطبيعية .

إن النجاح في عملية التغذية يتطلب سعة صدر من جانب الوالدين ... وخاصة
الأم ... إذ إن عليها أن تكون هادئة دائماً ... تراقب الصغير وهو يتناول طعامه ...
دون أن يشعر هو بذلك ...

وبذلك يمكن أن يأكل طفلك بسهولة ... وبلا إكراه ... ولا متاعب! ...!

