

الجزء الثاني

تأمين بيئة تعليمية ملائمة لعقول الفتيان



## الفصل الثالث

### مساعدة الفتيان على التعلّم قبل التحاقهم بالمدرسة

إنّ أوّل من يقوم بتعليم الأطفال هما الوالدان. في قلب كلّ وليّ أمر الرغبة بتحضير الأطفال لحياتهم المدرسية. في قلب كلّ مدرّس الأمل باستجابة أولياء الأمور لهذه الرغبة.

ماريا مونتيسوري

يقطن الشانّي مارشا وستيفن في كولورادو سبرينغز، حيث يعملان في مجال الكمبيوتر. لهما ثلاثة أبناء مراهقين هم روبرت (18 عاماً)، وآدم (17 عاماً) وجوش (15 عاماً). شارك الفتيان الثلاثة في تجربة عائلية منذ سنوات. منذ ولادة روبرت ولدى مارشا وستيفن العزم بتربية أبنائهم على حبّ التعلّم، ممّا دفعهما إلى بدء تقليدٍ عائليّ متمثّلٍ باجتماع العائلة للقيام بالمطالعة. تمّ ذلك كلّ ليلة لمدة نصف ساعة، وامتدّ إلى ساعة واحدة عند التحاق الفتيان بالمدرسة. قام الوالدان بقراءة القصص لأبنائهما وهم أطفالٌ يجلسون في حضنيهما، ومن ثمّ وهم أكبر سنّاً. استمتع الفتيان بالإصغاء إلى التعبيرات اللغوية المصحوبة بالصور الملوّنة.

تقول مارشا إنّهم كانوا يجلسون معاً على الكنبه والسعادة تغمرهم، إلّا أنّ الفتيان تمللوا إلى حدّ كبير.

ما لفت نظر مارشا وستيفن هو أنّ روبرت كان أوّل من بدأ بالتملّم. لاحظت مارشا أنّ الشعور بالملل أثناء المطالعة سيطر على روبرت عندما كان في السنة والنصف من عمره.

أطلعنا ستيفن على الرغبة الشديدة بأن تستمر العائلة بالقيام بهذا النشاط القيم، إلا أنّ ذلك ازداد صعوبةً، خصوصاً عندما بدأ آدم بتقليد روبرت.

قاما برمي الوسادات على بعضهما البعض وبضرب الكرات على الجدران لترتدّ إليهما. طغى التملّم على روبرت وآدم وبدأ بالتذمر. لم يقبل بالجلوس والتركيز على الكتاب والاستمتاع بالتقليد العائلي. كان روبرت عندها في السادسة من عمره، وآدم في الرابعة، وجوش في الثالثة. ماذا حلّ بالسعادة التي كانت تغمرهم في السابق؟ توصّل الوالدان إلى أنّ على هذا التقليد العائلي أن يتوقف، خصوصاً وأنّهما كانا يشعران بالإحباط من جرّاء محاولاتهما الفاشلة بإقناع الفتيان بالجلوس والإصغاء بهدوء إلى القصص. حتى وإن روبرت لم يقتنع بقراءة قصة قصيرة قبل مشاهدة البرامج التلفزيونية، ممّا أدّى إلى شعور مارشا وستيفن باليأس.

إلا أنّ هانك، والد ستيفن، قام بزيارتهم في ذلك الوقت، وأطلع الزوج على ما كان يجري في صغر ستيفن. كان يتصرف بالطريقة نفسها عندما كانت والدته تقرأ القصص أمامه. في إحدى المرات، حاول ستيفن أن يثني يديه ويبقيهما في مكانهما وكأنّه في كرسيّه المدرسي. إلاّ أنّه لم يستطع السيطرة على نفسه واستمر بتحريك يديه، ممّا جعله يحاول الجلوس عليهما. قررت كلير والدته في النهاية أن تسمح له بالتحرك، وبات يصغي إليها بشكل جيد.

لم يتذكر ستيفن حصول ذلك في صغره، إلاّ أنّه ومارشا لاحظا أنّ ذلك قد حصل فعلاً مع أبنائهما.

كان والد ستيفن محقاً، إذ إنَّ أحدَ الفتيان كان دائم الحركة في معظم الأحيان.

قام ستيفن ومارشا بتعديل التقليد العائلي على الفور. سمحا لأولادهما بالقيام بأمرٍ آخرى بينما كانوا يصغون إلى القصص. كان بوسعهم الاستمتاع بألعابهم المختلفة أو الرسم أو اللعب بواسطة الكرة، وكل ذلك كان مسموحاً لهم أثناء جلوسهم في الكرسي أو استلقائهم على الأرض. بعد هذا التعديل، استعاد التقليد العائلي فعاليته.

يستمر فخر مارشا وستيفن بهذا الطقس العائلي التعليمي، حتى الآن وقد كبر أبنائهما.

كان الفتيان يستمعون إلى القصص في صغرهم ومن ثمَّ بدؤوا بمطالعة الكتب بأنفسهم، وتعبّر مارشا عن مدى تأثير سنوات المطالعة على حياة أبنائها. استخدموا وقائع من القصص في أوقات اللعب وفي أحاديثهم، وساهموا في سرد هذه الوقائع في اليوم التالي لقراءة القصة. عندما بدؤوا بمطالعة كتب أطول، ازدادت قدرتهم على تذكر الأفكار والصور، حتّى عندما كانت القصص معقّدة ومركّبة. إنّ أكثر ما يسعد مارشا وستيفن هو إصرارهما على عدم التخلّي عن هذا التقليد العائلي بالرغم من المصاعب. كما وأنَّهما مسروران بإيجادهما للأساليب التي أدّت إلى فعالية هذا التقليد وتأثيره الإيجابي على أبنائهما.

يشدّد الثنائي أنّ أبنائهما قاموا بتكوين شخصياتهم بأنفسهم، ولم يكن لهما تأثير على ذلك. أصبحوا اليوم شبّاناً لكلّ منهم شخصيته المنفردة. لا تزال الحركة من أهمّ عناصر الحياة الذكورية، فإنَّهم دائمو التملل وشديدو الولع بألعاب الفيديو. لم يغير تقليد القراءة العائلي طبيعة الفتيان أو تكوين أدمغتهم. إلا أنّ هذا النشاط العائلي الذي ابتكرته الفرقة التربوية حضّر الفتيان للتعلّم قبل

التحاقهم بالمدرسة. إننا نسعى في هذا الفصل إلى تعزيز هذه النشاطات، خصوصاً وأنّ الموضوع الرئيسي هو ما يحتاج إليه الفتى قبل أن يصبح طالباً.

### حماية وإمكانية التعلّم عند الصغار

يترأس الثنائي مارشا وستيفن فريقاً تعليمياً، ومن خلال ذلك، اكتشفا ما تبرهنه الدراسات الحديثة الخاصة بالدماغ والقدرة التعلّمية: يتعلّم الأطفال بشكل أفضل إذا وجدوا في بيئة تشدّد على التعلّم وتغلب عليها العلاقات الوثيقة. لدى جميع الأطفال القدرة على التعلّم المتمثّل بتحويل التجارب الحسيّة إلى معرفة وتعبير. بوسع أيّ إنسان التعلّم، في أقسى الظروف كسوء المعاملة والجوع والعزلة. الدماغ هو العضو الوحيد الذي ينمّي نفسه باستمرار، ومن المذهل أنّ التفكير عملية مستمرة.

إلا أنّ الدماغ، كأى عضو آخر، قد يكون ناجحاً أو فاشلاً. هناك مؤثرات تجعله أكثر فعالية من خلال تطوير المعرفة والتعبير، وإن افتقرت البيئة إلى هذه المؤثرات، يكون الدماغ عندها عضواً غير فعّال. يشدّد ستيفن ومارشا على أنّ الأطفال قادرون على النجاح في مجتمعاتهم بمجرد كون أهاليهم أشخاصاً محبّين. ما يضيف نسبة النجاح في حياة الأطفال وما يجعلهم يتفوقون هو التشديد على التقاليد التعليمية التي يبتكرها أولياء الأمر بدافع رعاية أبنائهم ومنحهم ما يكفي من الحبّ.

تغلب على تقليد القراءة العائلي الكلمات المتنوعة التي تزيد من قدرات الفتيان اللغوية. من الطبيعي أن تتكوّن هذه المهارات اللغوية في عقول الفتيان، إلا أنّ الطقس التعليمي هذا يجعلهم يكتسبونها بشكل أسرع وأكثر فعالية. من خلال ربط الكلمات والصور، تقوم القصص بربط نصفي كرة الدماغ الأيمن والأيسر. كما وأنّها تساعد على تخزين الصور والمعلومات بشكل أفضل، ويتمّ ذلك بأسلوب أكثر فعالية من الصور السريعة التي يشاهدها الطفل على شاشة التلفاز.

يمضي هؤلاء الأطفال أوقاتهم في منازل ومدارس تشدد على العلاقات السليمة والوثيقة وعلى المؤثرات التعليمية الفاعلة. إن ذلك يؤثر على قدراتهم الفكرية، إذ إن الدماغ وأقسامه المختلفة تنمو مع التجارب التي تتم في هذه البيئة الداعمة للطفل ولعقله. ما يزيد هذا الأمر أهمية هو دور الدماغ وأجزائه في تعلم الطفل وفي وصوله إلى النجاح.

علينا التفكير بالسبل التي يمكننا من خلالها رفع مستوى تجربة الفتى التربوية، وسيبحث القسم التالي من الفصل أهمية العلاقات الوثيقة والمحبة في المنازل والمدارس.

### أهمية الروابط السليمة والوثيقة

بيتسي فلاغليير معلّمة للصفوف التمهيديّة في دايفيسون، كارولينا الشمالية. بعثت لنا بيتسي رسالةً وفيها أنّ كلّ طفل، قبل دخوله المدرسة وأثناء المرحلة التمهيديّة، يرغب بالتعلّم، وأنّ لكلّ من يهتمّ لأمر الطفل دوراً في رسم مستقبله. من المؤكّد أنّ كلّ ولي أمر يدرك هذه المسؤوليّة ويعرف أنّ لديه القليل من الوقت، الذي لا يزيد عن ثلاث سنوات، لزرع حبّ التعلّم في نفس الطفل.

أطلعنا بيتسي على أنّ معظم المشكلات في مدرستها تتعلّق بالفتيان. تحاول المدرسة حلّ هذه المسائل بالتعاون مع أولياء الأمور، خصوصاً وأنّهم أوّل من يعلم الطفل وأوّل من يتعلّق به الولد أثناء تعلّمه.

تشدد مدرسة بيتسي على العلاقات الوثيقة بين الأطفال وذويهم، خصوصاً وأنّ الدراسات الحديثة تركّز على أهمية تلك الروابط التي تُعتبر أساساً ينطلق منه حبّ الأطفال للتعلّم. يعترف الكثير بدور هذه العلاقات الوثيقة في النموّ الجسدي والنفسي، إلاّ أنّهم لا يدركون أهميتها في تكوين القدرة الفكرية والتعلّمية.

تشكّل هذه الروابط الشديدة الأهمية بين الأهل والأولاد من لحظة لقائهم ومن أوّل مرة يلمسون فيها بعضهم ومن الوقت الذي يبدأ فيها تكوين علاقاتهم. تزداد وثاقة هذه الروابط مع مرور الزمن وكلّما استمرّت الرعاية والمحبة.

يتوق معظم الأهالي إلى الاستمتاع بهذه العلاقات الوثيقة مع أولادهم. يرغبون بالتقرّب من أبنائهم ويريدون بشدّة تكوين روابط تقوم على الشعور بالأمان وتشجع سلامة الطفل العاطفية والفكرية والجسدية. من خلال هذه العلاقات، يقوم الأهل غرائزياً بتحضير أولادهم لمستقبلٍ يعلو فيه مستوى التعلّم، ويتمّ ذلك عبر تنظيم الروابط وضمّانها. لا تعتمد عملية التنظيم هذه على شخصٍ واحد أو علاقةٍ واحدة، بل على عددٍ من الأفراد الذين يشكلون الفريق التربوي المسؤول عن تنمية الطفل.

في السنوات الثلاثين الماضية، قامت جامعات مينيسوتا وهارفرد وأوكسفورد، إضافةً إلى مؤسسات تعليمية أخرى، بدراسات حول أهمية الروابط السليمة والوثيقة. تتفق جميع هذه الأبحاث على أنّ لهذه الروابط المنظمة بين الأهل وأولادهم تأثيرات إيجابية منها الثقة بالنفس، والاستمتاع بعلاقات سليمة مع الآخرين، والشعور بالمسؤولية، والفضولية. من أهمّ النتائج المتأتية من هذه الروابط هو التعلّم بشكل أكثر فعالية، وهذا ما نسعى إلى الوصول إليه من خلال هذا الكتاب. إنّ العلاقات الوثيقة بين الأولاد وذوئهم تجعلهم يستفيدون من تجاربهم التعلّمية بشكل أكبر، ويحدث ذلك لسبب بيولوجي هو أنّ وظائف الدماغ العضوية المسؤولة عن التعلّم تحتاج إلى الروابط السليمة لتكتمل.

تؤثّر العلاقات الوثيقة هذه على الجهاز العصبي عند الطفل، وتقوم بتعزيز أو بتقليص نموّه النفسي والاجتماعي والفكري بشكل سليم. عندما يفتقر الطفل إلى الروابط السليمة، يتأثر الدماغ سلبياً، وقد بدا ذلك في صور الأشعة. تكون

نتيجةً هذا الخلل صعوبةً في التحكم بالعواطف وفي فهم العمليات السببية. كما وأنّ هذا الخلل يؤدي إلى عدم الثقة بالنفس وإلى زعزعة احترام الذات في المراحل المدرسية المتقدمة.

### مخطّط يضمن تكوين الروابط الوثيقة:

وفقاً لهذه الدراسات الخاصة بالدماغ وبالقدرات الفكرية، فإننا نشجع أولياء الأمور وفرقهم على الاعتماد على مخطّط يضمن تكوين الروابط الوثيقة. على هؤلاء تطبيق هذا المخطّط في سنوات الطفل الأولى، إذ إنّه يساعد العائلات على تحديد الأساليب التي يريدون اتباعها لتنظيم العلاقات وضمانها. تقوم هذه الاستراتيجيات التي يريدون استخدامها على مواهب كلٍّ منهم وعلى ميوله وشخصيته، ويكون الهدف الأساسي تنمية قدرة الطفل الفكرية.

إنّ الخطوة الأولى في هذا المخطّط هي استمتاع الوالدين بروابطهما مع الطفل. إلّا أنّ ذلك لا يتمّ دون تكوين علاقاتٍ وثيقة مع أعضاء الفريق التربوي المتألف من الأقارب والجيران والأصدقاء وكلّ من يُعنى بالرعاية بالطفل. كثيراً ما يشعر الأهالي بضرورة توجيه هؤلاء الأفراد إلى كيفية إنشاء علاقاتٍ وثيقة مع الطفل، وتزداد أهمية ذلك في حالات الطلاق والانفصال. في الماضي، لم تكن مهمة الوالدين توعية أفراد المجتمع حول أهمية وثيقة العلاقات بينهم وبين الطفل، خصوصاً وأنّ الروابط كانت قائمةً عندها على الطبيعة القبلية للمجتمع. كان هناك، في معظم الأحيان، عدد كافٍ من الأشخاص في حياة الطفل، حتى وإن توفّقت الأم اثناء عملية الولادة. كان الطفل قادراً على التعلّق بجميع هؤلاء الأفراد، ولكنّ هذا الواقع قد تغيّر. في أيامنا هذه، أصبح من واجبنا التأكّد من سلامة الطفل الجسدية، وما زال علينا العمل على حصوله الدائم على الحب والأمان. علينا العمل على تكوين الروابط الوثيقة في حياة الطفل لتساعده على النموّ الفكري ولنوصله إلى مستقبلٍ تعلّمي ناجح ومتين. باتت مدارسنا وتقنياتنا

متطلّبةً إلى حدّ كبير، ممّا يحتمّ علينا التأكّد من وجود أكثر من شخص يساعد الطفل وينمّي قدرته الفكرية بشكل كامل.

تكمن أهمية الفرّق التربوية في تأمين تلك البيئة الداعمة للطفل. نأمل أن يستطيع الأهل، بعد ولادة الطفل أو حتى قبل ذلك، الاجتماع مع الفريق التربوي لتحديد دور كلّ عضو في تنمية القدرة الفكرية وفي تكوين الروابط الوثيقة والسليمة. كان هذا الاجتماع جزءاً طبيعياً من حياة أسلافنا، إذ إن وجود العرّابين في حياة الأطفال كان أمراً محتمّاً. ما زال بعضنا يطبّق فكرة العرّابين في أيامنا هذه، قبل ولادة الطفل أو بعدها. كما وأننا نستطيع الاعتماد على مخطّط لتكوين الروابط، بالتعاون مع ثلاثة أو أربعة اشخاص بوسعهم منح الطفل ما يحتاج إليه من حب ورعاية. يمكن لمن على وشك إنجاب طفل تدوين لائحة بأسماء أفراد قادرين على تولّي هذه المهمة التي تقوم على ارتباط حياة كلّ منهم بحياة الطفل. كما وباستطاعة من لديهم أطفال تكوين فريق مماثل في أيّ وقت.

### تفادي حصول خلل في الروابط:

من أوجه تنظيم الروابط تحديد الوقت الذي يجب أن يمضيه الأهل وأعضاء الفريق مع الطفل. إن كان الوالدان سيعملان لمدة تتراوح بين الثماني والعشر ساعات، فإنّ ذلك قد يؤدي إلى خلل في الروابط.

إن كان الوالدان يعملان خارج المنزل طوال اليوم، فمن الخطر عدم انضمام شخصين آخرين إلى الفريق كالمربية أو الأجداد الذين يقطنون في أماكن قريبة، أو متخصصين آخرين يستطيعون التعويض عن غياب الوالدين. هناك بعض الحالات التي يتمّ اصطحاب الطفل فيها إلى مركز رعاية بعد ولادته ببضعة أشهر. عند حصول ذلك، على الفريق التربوي إيجاد حضانة تشدّد على تعزيز البيئة للعلاقات الوثيقة وللتعلّم.

يتطرق الفصل الرابع إلى المعايير الخاصة بدور الحضانة. إنَّ أوَّل ما عليكم التأكد من وجوده في الحضانة، قبل أن يتمَّ اختيارها لأطفالكم، هو عامل اللّمس. إنَّه معيار تشدّد عليه الأبحاث الحديثة القائمة على العلوم البيولوجية. على العاملين في الحضانة إدراك أنَّ الطفل، البالغ من العمر الشهرين، بأمسِّ الحاجة إلى اللّمس وإلى أن يحمله الآخرون لمدة لا تقل عن ساعتين إلى أربع ساعات يومياً. لا ترتبط هذه الحاجة بمجرد الشعور بالأمان والحنان، بل إنَّها من أهمِّ العوامل التي تساعد العقل على النمو المتكامل.

عند زيارتكم لدار الحضانة، تأكّدوا من أنَّ عدد العاملين كافٍ لمنح جميع الأطفال الكمية اللاّزمة من اللّمس والحنان. انتبهوا إلى تفاصيل هذه الحضانة كوجود أطفالٍ سيكون في مهودهم دون تلقيهم العناية اللاّزمة أو آخرين يتمّ حملهم من قبل المربّين.

### إيجابيات اللّمس:

أثناء التفكير بالمخطّط الخاص بتكوين الروابط وضمّانها، قد تركّزون على أهمية أن يكون اللّمس من النوع الجيّد. من الواضح أنَّ كون اللّمس جيّداً يعني بطبيعة الحال ابتعاده عن النوع المؤذي الذي نحاول دوماً حماية أطفالنا منه. في تدريبنا للأهل والمدرّسين، أخصّص وكاثير جلساتٍ خاصة بمنافع اللّمس وبتأثيره الإيجابي على الروابط والقدرة الفكرية. نصرّ على التطرّق إلى هذه المسألة بسبب خوف مجتمعتنا من اللّمس، الأمر الذي يحرم الأطفال من فوائده.

أطلعتني إحدى المعلّمات على قلق مديرة مدرستها من هذا الأمر، ممّا جعلها تطلب من جميع المدرّسين عدم لمس أي طفل من الجنس الآخر. حتى وأنَّها منعتهم من لمس أيِّ طالب على الظهر تعبيراً عن المدح أو التقدير. بات اللّمس مسألةً مثيرة للجدل في مجتمعاتنا، إلّا أنَّه يساعد الدماغ على النمو، ويزرع في الأطفال حبّ التعلّم، وفي نفوسهم المحبة.

آلان ن. شور باحثٌ وأستاذٌ محاضرٌ في جامعة كاليفورنيا - لوس أنجلوس. إنّه أوّل متخصص بالروابط والعلاقات استعان بصور الأشعة لدراسة ما يجري في الدماغ عند عدم تلقي الطفل ما يكفي من اللمس. لاحظ د. شور أنّ الدماغ يمتصّ جميع المعلومات وأنّ القدرة الفكرية تنمو، حتى عند الجنين في رحم أمّه. إلاّ أنّ تعلّم الجنين والطفل من خلال مراقبة ما حولهما لا يكون بمستوى التعلّم باللمس، خصوصاً وأنّ العينين لا تكونان كاملتي التكوين أحياناً أو أنّ الرؤية لا تكون شديدة الوضوح. إنّ هذا الكلام منطقي للغاية، إذ إنّ الكلمات التي يتفوه بها الوالدان مثلاً تكون مجرد ذبذبات صوتية لا يفهمها الطفل.

يشير د. شور إلى أنّ أكبر نسبة من نمو الدماغ عند الأطفال في صغرهم تتمّ نتيجةً للّمس. إنّ متقبّلات الجلد واللمس عند الأطفال شديدة الحساسية، ممّا يجعلها ترسل إشارات مباشرة للدماغ تجعل الطفل متلهفاً لأن يتمّ حمله أو عناقه أو لمسه. لذلك، يطالب د. شور، وأمثاله من المتخصّصين بعلم الأعصاب عند الأطفال، بأن نحمل أطفالنا أكثر ممّا يفعل العديد منّا حالياً.

عند التفكير بأسلافنا، نلاحظ أنّ اللمس ونموّ الدماغ لم يكن بالصعوبة الحالية. كان من الطبيعي في العديد من المجتمعات قبل الثورة الصناعية أن يتمّ لمس الأطفال وأن يكون ذلك أساساً للعلاقات ولوثافتها. اعتنت الأمهات والجّدات والخالات والعمّات بالأطفال من خلال حملهم على الأوراك أو الظهر أو الصدر أو الجانب، بينما كنّ يعملن في الحقول أو الأسواق طوال اليوم. في عالمنا الصاخب، لا يزال الأهالي والمربّون يحبّون أولادهم تماماً كاسلافنا. إلاّ أنّ كثرة العمل بعيداً عن الأطفال أدّت إلى عدم حملهم كما كان يتمّ في الماضي.

قد يكون أثر تلك المسألة شديد الخطورة على حياة أولادنا. يعاني بعضهم من المشكلات النفسية التي تؤدّي إلى صعوبات تعلّمية، ممّا دفع بعلماء الأعصاب إلى مطالبة الأهالي بتذكر مسببات هذه الاضطرابات عند الأطفال. توجد هذه

العوامل المسببة للصعوبات النفسية والتعلمية من الدماغ، الذي لم يستمتع بما يكفي من اللمس في السنوات الأولى من حياة الطفل. روبين كار موريس، مؤلفة كتاب «أشباح من دار الحضانة»، هي أحد المتخصصين في الروابط الذين يشيرون إلى أن عدم وثاقة العلاقات في السنوات الثلاث الأولى من حياة الطفل قد تؤدي في ما بعد إلى إجرائه أو إلى كونه أداؤه الأكاديمي سيئاً. يلعب جنس الطفل دوراً في هذه المسألة، تماماً كجميع ما تطرقت إليه الأبحاث الحديثة الخاصة بالدماغ والقدرة الفكرية.

### الفتيان والروابط

إنّ الافتقار إلى اللمس وإلى الروابط الوثيقة أمرٌ يؤثر سلبياً على جميع الأولاد، إلا أنّ هناك اختلافاً بين الجنسين في ردة فعل الدماغ على عدم وجود هذه العلاقات. تشكّل الفتيات النسبة الأكبر من حالات فقد الشهوة إلى الطعام أو الشره المرضي أو الاكتئاب. أمّا الفتيان، فإنّ التأثير يمتدّ إلى التعلّم، خصوصاً وأنهم يستعملون عادةً عدداً أقل من الكلمات، مقارنةً بالفتيات. ت. باري برايزلتون هو متخصصٌ بطب الأطفال وبالرضع بشكل خاص. يشير برايزلتون إلى مسألة تثير الاهتمام، وهي أنّ مدة نظر الفتيان إلى أهاليهم ومربيهم أقل من تلك الخاصة بالفتيات. لذا، فإنّ الذكور معرّضون بشكل أكبر إلى عدم اللمس أو العناق أو الاتصال الجسدي.

إنّ ما يقوله برايزلتون أمر منطقي، إذ إنّ الفتيان يتعلمون ويتعدون عمّن حولهم أكثر من الفتيات. كما وأنّ لديهم فضولاً أكبر لاستكشاف ما حولهم. قد يؤدي ذلك إلى ألاّ يبذل الأهل والمربّون مجهوداً كبيراً لحمل الفتيان أو لمسهم كما يفعلون مع الفتيات. لذلك، فإنّ الذكور يحصلون على نسبة أقل من اللمس وعلى علاقات أقل وثاقَةً، ممّا قد يؤثر على التعلّم فيما بعد. قد يتعد الطفل عمّن

حواله وقد يعبر عن عدم رغبته بالتقرب الجسدي، كما وأنه قد لا ينظر إلى أهله ومربيّه لمدة طويلة. إلا أن ذلك لا يلغي حاجته إلى الكثير من اللمس والحنان.

قامت نانسي بايلي بدراسة في جامعة كاليفورنيا، وقد أظهرت أبحاثها أن هناك صلة بين الصعوبات التعلّمية وعدم حصول الطفل على روابط متينة ووثيقة في صغره. إلا أن بايلي توصّلت إلى أن هذه الصلة بين المسألتين تكون أكثر بروزاً عند الفتيان. من خلال دراستها، وجدت بايلي أن هؤلاء الفتيان تمتعوا بعدد أقل من المهارات الفكرية في مراهقتهم، وكان هذا التأثير واضحاً عندهم أكثر من الفتيات. بالرغم من أن الإناث قد يعانين من مشكلات حادة أو من اضطرابات خطيرة، إلا أن تأثيرات عدم وجود روابط وثيقة في مرحلة الطفولة أكثر وقعاً على الفتيان وعلى قدراتهم الفكرية. هذا مثال آخر يظهر الاختلاف بين الجنسين مع التشديد على حساسية الذكور ومع عدم إنكار وجود تلك الحساسية عند الإناث.

### عشر استراتيجيات لتوثيق الروابط

تكمن مسؤولية الأهل وفرقهم في تكوين الروابط وتوثيقها وفي لمس الطفل بطرقٍ تساعده على النمو. هناك عشر استراتيجيات من الممكن تطبيقها مع الفتيان منذ نعومة أظفارهم. إن هذه التقنيات تضمن الرعاية التي يحتاج إليها الفتيان لتمو قدراتهم الفكرية بشكل سليم. ابتكر مركز غوريان هذه الأفكار بالتعاون مع بات كرام وهو مدير مركز ميشيغان للتنمية العائلية.

1- الاهتمام المركز: امنحوا ابنكم يوماً خمس فترات طويلة من الاهتمام المركز، وقد تصل مدة هذه الفترات إلى العديد من الدقائق. كما وعليكم القيام بذلك في عدة أوقات متقطعة من النهار.

2- الكثير من الدعم: أظهروا له أنكم تلاحظون جهوده وتدعمونها من خلال

تعليقاتكم الشفهية وعبر مكافآت أخرى مثال معانقته، على أن تكون هذه المكافأة ملائمةً لما أنجزه.

3- الشرح الشفهي: قوموا بوصف ما يفعله ابنكم بشكل شفهي، مثال «تعجبي الطريقة التي تتبعها في وضع الكتب على الرفوف». أصغوا إلى الكلمات التي يستعملها ابنكم وكرروا ما يقوله، مثل «إنك محق. إنها سيارة كبيرة الحجم».

4- الألعاب الجسدية: يعتبر اللعب وقتاً ممتازاً يقوم فيه الفتى بالتحرك والتفكير في الوقت نفسه. لذا، فمن المهم أن تشاركوا وابنكم عدة مرات في اليوم في ألعاب جسدية تنمي جسمه وقدرته العقلية.

5- إدارة الطفل للنشاطات: أثناء مشاركتكم الطفل في ألعاب ونشاطات أخرى، اسمحوا له بأن يدير الأمور مثلكم. قوموا بتقليده مما يظهر أنكم تتبعون تعليماته. دعوه يقلدكم.

6- الحماسة: فليكن تفاعلكم مع الطفل مليئاً بالسعادة والحماسة وبجوٍّ من الاستمتاع بوجودكم سوياً. ابحثوا عما يمكنكم القيام به سوياً على أن يبعث ذلك شعوراً بالحماسة والسعادة في نفسه. يصدر هذا الشعور من الدماغ، لذا فإنّ تنميته تؤدي إلى استمتاع الفتى بالتعلم في المستقبل.

7- الثبات: فلتكن هناك حدودٌ واضحة ومهماتٌ ثابتة (سنشرح هذه المسألة لاحقاً). يعزز ثبات الوظائف شعور الصغار بالروابط الوثيقة.

8- السيطرة على النفس: قوموا بتطبيق استراتيجيات سلوكية خاصة بالسيطرة على النفس، على أن تكون ملائمةً لمرحلة نمو ابنكم. من غير المناسب أن تتوقعوا ممن يبلغ الثالثة من عمره أن يعبر عن غضبه شفهاً. قد يكون بحاجة عندها إلى الصراخ أو إلى ضرب الأرض بواسطة قبضتيه إلى أن يزول غضبه.

9- القيام بالخيارات: علّموا ابنكم كيفية القيام بخيارات مقبولة، الأمر الذي ينمي القسم الأمامي من الدماغ. ساعده في اتخاذ القرارات عندما تسنح الفرصة لذلك، مع تشديدكم على أن يقوم بمفرده بما بوسعه.

10- النظام السلوكي المناسب: تفادوا استخدام تقنيات تهذيبية قد تخيف ابنكم. لا تقوموا، في صغره، بالصراخ في وجهه أو بشتمه أو بضربه على المؤخرة. إنّ ذلك يؤذيّه ويؤثّر على شخصيته بشكل سلبي ولا يساعد القدرة الفكرية على النمو. قبل بلوغه الثمانية عشر شهراً، لا يكون عقل الفتى قد نما بشكلٍ يسمح له بأن يفهم ما يقصده الأهل الصارمون.

### أهمية المشاعر في الفترة التعليمية المبكرة

في حديثنا عن أهمية الروابط وتنظيمها في حياة الفتى، ناقشنا حتى الآن دور الأفراد والخطوات التي يجب اتباعها لحماية نموّ الفكري المبكر. كما وأشرنا إلى ما توصلت إليه الأبحاث من براهين على ارتباط المحبة الإنسانية بالتعلّم. لاحظنا أهمية إدراك الأهالي وفرقهم لدور اللمس، وأطلعناكم على وسائل يمكنكم اتباعها لتكوين روابط وثيقة مع الطفل. كان الهدف من كلّ ذلك التأكيد من أن تعلّم الفتى في المستقبل في المدرسة وفي العالم، سيكون قائماً على أساس متين وصالح. لم نقم حتى الآن بالتطرّق إلى المشاعر بشكل واضح. إلا أنّ للمشاعر علاقةً بكلّ ما ناقشناه في الفصول السابقة. سيتمحور هذا القسم من الفصل على المشاعر المبكرة في حياة الفتى.

إنّ الفتيان أشخاصٌ عاطفيون بشكلٍ فريدٍ من نوعه. تختلف طبيعتهم عن طبيعة الفتيات، ممّا يؤدي إلى عدم ارتباط تجاربهم بالأحاسيس، خصوصاً وأنّ أولوياتهم الفكرية لا تنصبّ على المشاعر وفهمها. بالرغم من ذلك، إلا أنّ الفتيان شديدي الحساسية في ردود فعلهم ومشاعرهم حيال كلّ ما حولهم.

في جميع فصول هذا الكتاب، سنقوم بدراسة حياة الفتيان العاطفية من زواياها المختلفة، وسنركز بشكل خاص على الصلة بين أحاسيسهم وتعلّمهم. سنظهر لكم أنّ الشعور اذي يخالج الفتى في لحظة ما من تجربته التعلّمية يؤثّر على قدرته على التعلّم. كما وسنشير إلى كيفية تنمية المعرفة العاطفية عند الفتيان.

يبدأ هذا الفصل بمناقشة الموضوع من خلال مقارنة التجارب التي يمرّ بها الفتيان أثناء استكشافهم للحياة وللعالم، إذ أنّ منها ما تغلب عليها الضغوطات الإيجابية التي تزيد الذكور، ومنها ما تسيطر عليها العوامل السلبية التي تضغط على الأفراد وتضرّهم.

### مخاطر الأجواء المنزلية الضاغطة:

قامت سوزان، وهي أمٌّ لولدين، بإطلاع كاثي على تجربتها، وذلك أثناء ورشة عمل في فلوريدا. بعد بلوغ ابنها جايك السنة من عمره وعندما بدأ بالمشي، وضعت سوزان بعضاً من ألعابه على الطاولة في غرفة الجلوس ليلعب بها، بينما كانت في المطبخ المجاور للغرفة. كانت هناك أغراض أخرى على الطاولة نفسها وعلى طاولات أخرى في غرفة الجلوس. لم ترغب سوزان بأن يلمس ابنها هذه الأغراض التي منها الثمين ومنها ما يسهل تعرّضه للكسر كالمصاييح وما شابه ذلك. طلبت من جايك ألاّ يمسّ هذه الأغراض وأن يلعب بأغراضه فقط.

لسوء الحظ أنّ هذه المسألة أصبحت تثير جواً من التوتر بين سوزان وجايك. كثيراً ما لم يلتزم جايك بما طلبته والدته، إذ إنّّه كان يحاول حمل الأغراض الثمينة والسهلة الكسر. قامت سوزان عندها بتوبيخه، ممّا ولّد فيه شعوراً بالإحباط والخوف. عندها، كانت سوزان تقوم بتهدئته من خلال التكلّم معه أو تحمّل نوبة غضبه. في بعض الأحيان، كانت تعاقبه بعدم التحدث إليه لبعض الوقت.

من الواضح أنّ مجرد الطلب من جايك ألاّ يلمس بعض الأغراض وأنّ يقتصر ذلك على ألعابه الخاصة أمرٌ غير نافع، إذ إنّ مرحلة النمو في هذا العمر لا تسمح باستيعاب ذلك. ناقشت سوزان المسألة مع والدته ذات خبرة أوسع مع الأطفال، وقررت عندها تغيير أسلوبها. للتأكد من عدم فشل جايك في تنفيذ طلبها، أبعدت سوزان جميع الأغراض الثمينة والسهلة الكسر عن متناول يد جايك. ما تبقى في غرفة الجلوس كان أغراضاً لم تقلق سوزان من تعرّضها للضرر، فتركها على الطاولة ليلعب بها جايك كما يريد. لقد مرّ معظم الأهل في بداية تعاطيهم مع أطفالهم بهذه التجربة التي أجبرتهم على التأقلم مع أولادهم ومع محاولاتهم التعلّمية. اضطرت سوزان إلى تعديل أسلوبها مع ابنها لأنّ كونها أمّاً حريصة جعلها تلاحظ تعرّض ابنها إلى ضغوطات كثيرة ومضرة لمشاعره.

### محاسن الأجواء المنزلية الخالية من الضغوطات:

من المفيد لنمو القدرة التعلّمية عند الأطفال هو القيام بخيارات صحيحة ومناسبة لمراحل نموهم، إذ إنّ ذلك يساعد نمو الدماغ بشكل عام، وأقسامه الأمامية، بشكل خاص. يؤدي تعرّض الدماغ لكثير من الضغط، المتمثل بالفشل أو بالأذى الجسدي، إلى تعلّم الطفل لمهارات تأقلمية كالهرب أو تهدئة النفس أو لمس الأغراض في غرفة الجلوس. إلاّ أنّ هذا الضغط يؤدي إلى توقف عمل بعض أقسام الدماغ التي تعزز التعلّم، نتيجةً لضطرار الطفل إلى مواجهة الضغط النفسي.

في هذه الحالات التي يغلب عليها عامل الضغط النفسي، تسيطر الأحاسيس على الوظائف الفكرية بسبب ارتفاع نسبة الكورتيزول في الدماغ. تزداد عندها العمليات الهادفة إلى البقاء كإفرازات الغدد، وتقلّ تلك التي تتطلب جهداً فكرياً عالياً. بما أنّ النمو الفكري للطفل يتطلّب قيامه بوظائف فكرية

معقّدة عوضاً عن تلك الأكثر بساطةً، فإنّ الأجواء الخالية من الضغوطات تساعد هذا النموّ الذي يعيقه الضغط الجسدي.

قامت سوزان في البداية بالضغط على ابنها، ولم يستطع هذا الطفل، البالغ من العمر السنة الواحدة، استيعاب ما طلبته منه. إلّا أنّ التعديل الذي قامت به سوزان في ما بعد أدّى إلى نتائج أفضل. في هذا العمر، بدأ عند ابنها نموّ القدرة على اختيار الأغراض عوضاً عن لمس كل ما كان بمتناول يده. عندها طبّقت سوزان استراتيجية إزالة الأغراض الثمينة والسهل كسرّها، أصبح باستطاعة ابنها اختيار ما يريده من ألعابه. سمح ذلك لابنها بالإحساس بالنجاح دون تعرّضه لأيّ ضغط نفسي.

إنّ العالم التعلّمي المبكر الخاص بالأطفال هو بمثابة نموذج مصغّر للعالم المستقبلي الضخم. لذلك، فإنّ السماح للطفل في هذه المرحلة باتخاذ القرارات وبالاختيار أمرٌ يودّي إلى فهم عالمه التربوي المستقبلي في منزله. في هذا العالم الذي يتمّ فيه نمو الطفل الفكري والاجتماعي، يعتبر القيام بالخيارات من أهمّ ما يوسع الطفل تعلّمه.

### أهمية الاختيار

في السنوات المدرسية، يحتاج الطالب إلى القيام بالكثير من الخيارات. أثناء تنفيذ فروضه المنزلية، يسأل الولد زميله إن كانت الإجابة 23 أو 24. كما ويحاول الطالب في صف اللغة معرفة المعاني التي تحملها التعبيرات والكلمات المستخدمة في القصص والروايات. أما حصص التاريخ، فيقوم فيها الطلاب بتقييم الخيارات التي قام بها الزعماء.

إنّ الخيارات جزء أساسي من حياة الإنسان، والقيام بها مهارةٌ لا يتمّ التعلّم من دونها. إنّ القسم الأمامي من الدماغ هو المسؤول عن هذه الوظيفة الفكرية،

والفصّ الجبهي عند الفتيان ينمو بشكل أبطأ من نموّه عند الفتيات. لذلك، فإنّ الخيارات أمرٌ أساسي على الذكور تعلّمه. من الضروري مساعدة الفتيان على الاختيار من بين الأفكار والأغراض والأحاسيس، إذ إنّ ذلك يعزّز نمو الفصّ الجبهي. يتمّ ذلك بشكل أكثر فعالية عندما يكون الخيار متوافقاً ومرحلة النموّ عند الطفل. على سبيل المثال، فإنّ الطلب من الفتى البالغ من العمر الأربع سنوات اختيار الطعام الذي يرغب بتناوله خيارٌ لا يتناسب ومرحلة نموّه. من الأفضل في بعض الأحيان ألاّ يُطلب من الطفل الاختيار وأن يلتزم بالخيار المتوفر له. إلاّ أنّ ذلك يعزّز القدرة الفكرية عندما يكون قد وصل إلى مرحلة نموّ معينة.

عندما يسمح عمر الطفل بفهم اللغة، يجب على الأهالي وفرقهم أن يطلبوا منه، وبشكلٍ شفهي، القيام بخيارات لا تشكّل أيّ ضغط نفسي عليه.

- هل تودّ تحضير الجزر أو البازيلا في طبق العشاء؟

- هل تريد تقطيع شطيرتك إلى نصفين أو إلى أربعة أجزاء؟

- هل تريد المربى أو زبدة الفستق في شطيرتك؟

- إنّ قيامكم بهذه الخيارات بالنيابة عنه لا يساعد نموّ الفصّ الجبهي كما يحصل عندما تكون هذه الاختيارات من مسؤوليته. عند تولّي هذه المهمة، يتركّز عمل الوظائف الفكرية على ذلك الأمر، ممّا يؤدي إلى نموّها بشكل سليم. يمكنكم استخدام الأسئلة والتجارب الأخرى التي تعزّز نمو أقسام أخرى من الدماغ، منها المسؤول عن العمليات الحسيّة أو العلمية أو الحسائية.

على سبيل المثال، يمكنكم أن تسألوا الفتى عن لون الجزر وعن لون البازيلا. لا يقوم الفتيان بتمييز الألوان كما يجب استخدامها في المواضيع الإنشائية في ما بعد. لذا، فإنّ تشجيع الفتى على التفكير بالألوان في سنواته المبكرة يساعده في استعماله للوصف في المستقبل.

يمكنهم سؤاله عن عدد أقسام الشطيرة في صحنه. يخزن دماغ الذكور عادةً رسماً صورياً لما تختبره حواسه، كما ويقومون بلوائح ذهنية ويعتمدون على العدّ. لذا، فإنّ السؤال المتعلّق بأجزاء الشطيرة يعزّز عمل الدماغ، فيقوم الفتى عندها بربط الكلمات والعمليات الذهنية. من المهم أن تنمو القدرة على ربط الكلمات بالتجارب الشخصية، إذ إنّ ذلك يؤدي إلى مزيد من النجاح الأكاديمي في المستقبل. إنّ الفتيان هم أكثر من يستفيدون من هذه المهارة وتنميتها، خصوصاً وأنّهم يستخدمون عدداً أقل من الكلمات مقارنةً بالفتيات.

بوسعكم أن تسألوه عمّا يحصل للخبز داخل آلة التحميص. تثير الفيزياء اهتمام الفتيان وفضولهم ممّا يجعلهم يستمتعون (كالعديد من الفتيات) بمحاولة الإجابة على أسئلة وظائفيه. لذلك، فإنّ الأهل قادرون على استغلال هذا الفضول من خلال طرح أسئلة عن التحميص والحرق ودور الأوكسجين في الحرارة. تنمو عند الفتى القدرة على استخدام الكلمات بشكل أفضل عندما يقوم الأهل في صغره بطرح الأسئلة التي تربط العبارات اللغوية بفضوله الفطري.

هناك قاعدة أساسية في الخيارات وفي نمو الفصّ الجبهي وهي ألاّ يطلب الأهالي من الطفل القيام باختيارات على إدراك بأنّها لا تعجبهم وبأنّهم يرفضونها.

على سبيل المثال، إن كان هدفكم أن يشرب ابنكم الحليب أثناء تناوله وجبة الغداء، لا تسألوه إن كان يرغب بذلك. قد يعبر عن عدم رغبته بشرب الحليب، وهذا أمرٌ لا تريدونه وقد يؤدي إلى خلافٍ لا حاجة له. في هذه الحالة، من الأفضل أن تسألوه إن كان يريد نصف كوب أو كوباً كاملاً من الحليب. لا ينحرم الطفل عندها من حقّ الاختيار وتزداد إمكانية وصولكم إلى الغاية المبتغاة. يستخدم الطفل في هذه الحالة وظائفه الفكرية دون تعرّضه إلى أيّ ضغط نفسي يتأتّى من نزاعه مع والديه.

من مسؤولياتكم الوالدية تعزيز النمو المبكر لفكر الطفل قبل التحاقه بالنظام المدرسي الذي يعتمد على التعلّم المنزلي المبكر كأساسٍ له في مراحل متقدّمة. من الممكن استخدام استراتيجيّة الخيار وتنمية قدرات الفتى الفكرية من خلال تفاعلكم معه. يتمّ هذا التواصل عبر حوارات ونقاشات تتطلّب قيام الفتى بخيارات مختلفة وتزيد من استخدامه للكلمات.

يعرض القسم التالي أموراً أخرى تستطيعون القيام بها في صغر ابنكم ليتمّ تحضيره للتعبير عن نفسه عند التحاقه بالمدرسة.

### تنمية قدرة الفتيان على التعبير اللغوي

تظهر الأبحاث أنّ الفتيات يتفوقن على الفتيان على الصعيد اللغوي، وعند الالتحاق بالمدرسة، بحوالي السنة والنصف. يشمل ذلك المهارات اللغوية الخاصة بالقراءة والكتابة ومَلَكَة الكلام. بالرغم من أنّ الفتيان يجيدون هذه المهارات فطرياً، إلا أنّ في الدماغ الذكوري عدداً أقل من الأقسام المسؤولة عن اللغة والقراءة والكتابة.

بما أنّ المرحلة الإعدادية تقوم على تنمية المهارات اللغوية، فإنّ طبيعة الفتيان الفكرية تؤدي إلى عدم تفوّقهم الأكاديمي في هذه المواد. عليكم استغلال جميع الفرص، تماماً كما فعل ستيفين ومارشا، لتساعدوا أبناءكم على تحسين أدائهم الأكاديمي. لقد أصبحت القراءة والكتابة والمهارات اللغوية مسبباتٍ للضغط النفسي الذي يصيب فتياننا في نظامنا التعليمي. سنطلعكم على وسائل تستطيعون من خلالها الحؤول دون وقوع هذه المشكلة وحلّها بسرعة وفعالية إن وُجدت في منازلكم.

تتركز هذه الاستراتيجيات على تنمية الأقسام اللغوية في الدماغ، أي تلك المسؤولة عن القراءة والكتابة:

● عندما يطرح ابنكم الأسئلة عليكم وعندما تجيبونه بأسئلةٍ جديدة، أصغوا إلى أجوبته، ومن ثمّ ردّوا عليه مستخدمين بعض العبارات والكلمات الأساسية في ما قاله. إنّ إعادة صياغة كلامه تساعد على تنمية مهاراته اللغوية. ننصح بتدريب ما لا يقل عن شخصٍ آخر من الفريق لتطبيق هذه التقنية مع الطفل.

ولي الأمر: ماذا يحدث للخبز في آلة التخميص؟

الابن: يصبح ساخناً.

ولي الأمر: ذلك صحيح. إنّه يصبح ساخناً. ماذا يحصل أيضاً؟

الابن: يحترق الخبز في بعض الأحيان.

ولي الأمر: إنّك محق، فإنّه يحترق أحياناً. لماذا يحصل ذلك برأيك؟

إن تكراركم للعبارات يساعد الفتى على النموّ الفكري، إذ إنّهُ يسمع الكلام مجدّداً، ممّا يرسّخه في عقله.

● اسألوا ابنكم عن تجاربه اليومية. قد يتحوّل أيّ سؤالٍ إلى حوار.

ولي الأمر: بني، هل تريد البازيلا أو الجزر؟

الابن: الجزر.

ولي الأمر: هل تحبّ الجزر أكثر من البازيلا؟

الابن: لا، لكنني أرغب بتناول الجزر.

ولي الأمر: لماذا؟

الابن: لا أعلم. إنني أحبّ الجزر فحسب.

إنّ هذه الأحاديث القصيرة تعزّز نمو الأقسام اللغوية في الدماغ، كما وأنّها تصبح أحاديث أطول مع الوقت.

● انظروا إلى ابنكم عند حديثه معكم وشجعوه على النظر إليكم. يشعر الفتيان عادةً بعدم الراحة عند تبادل النظرات، ويختلف الأمر عند الفتيات. قد يحتاج الذكور إلى التمرين ليشعروا براحة أكبر عند تبادل النظرات في المرحلة التمهيدية. يساهم النظر إلى الآخرين في تسهيل التفاعل اللغوي في المستقبل. ينبغي توخي الحذر من مسألة مهمة وهي أن إجبار الفتى على النظر إليكم قد يؤدي إلى تمرده. لذا، عليكم ألا تؤثر غايتكم الاجتماعية على نفسيته وعلى إحساسه بالراحة.

● حوّلوا استخدام الكلمات إلى لعبة. في نفوس الكثير من الفتيان روح التنافس الفطري، ومن عاداتهم استخدام الصور للتعلم. لذلك ننصحكم باستغلال هذين العاملين لإضافة عنصر التسلية إلى تعليم المهارات اللغوية.

في قسم الاقتراحات التالي تمرين يهدف إلى ربط الكلمات واللغة بالتجارب الحركية. تغلب على الدماغ الذكوري في معظم الأحيان الوظائف المكانية المعتمدة على الحركة. لذلك، يتفاعل الفتى عادةً مع البيئة بواسطة جسده ويتعلم من خلال تخزين الصور الناتجة عن هذا التفاعل. من خلال تطبيق الاستراتيجيات التي قمنا باقتراحها عليكم، تساعدونه على ربط هذه التجارب الحسية مع المراكز اللغوية في الدماغ. تكمن أهمية ذلك في أن نمو هذه الأقسام الذهنية يكون بطيئاً في معظم الأحيان، إضافةً إلى أن عليه استخدام هذه الأجزاء لينجح أكاديمياً.

إنكم لا تحاولون من خلال ذلك تغيير طبيعته القائمة على ولعه باختبار العالم. إلا أنكم تساعدونه على استكشافه وفقاً لميوله الخاصة مع تشديدكم على أن يربط تجاربه مع اللغة التي ستستحوذ الكثير من حياته في المستقبل.

### اقتراحات

اقطعوا مستطيلات من الكرتون على أن يكون حجمها بين الأربعة والستة إنشات. قصّوا بعض الصور من المجلات والصحف، على أن تظهر أغراضاً موجودة عادةً في المنزل مثال الثلاجة والسرير والخزانة وسلّة المهملات والأريكة والكرسي. (إن كانت لديكم آلة تصوير، تستطيعون التقاط الصور لهذه الأغراض). الصقوا الصور على البطاقات. أعطوا ابنكم كلّ بطاقة على حدة وساعده على البحث في أرجاء المنزل على الغرض الذي يشبه الصورة. إن كنتم تحاولون تدريب ابنكم على دخول الحمام وعلى النظافة، يمكنكم استخدام صور الحمام وحوض الاستحمام.

عندما يجد الفتى الغرض الموجود في الصورة ساعده على قول اسمه. شجّعوه على التحدث عن الغرض من خلال طرح الأسئلة. يمكنكم أن تسألوه عن غاية هذا الغرض أو عمّا يفعله به. إن بدأت حديثاً عن الثلاجة، بإمكانكم أن تفتحوها وتسمّوا بعض ما فيها. أغلقوا بابها واسألوه عمّا رآه داخل الثلاجة. يمكنكم استخدام هذه الاستراتيجية بأشكال مختلفة.

### التوازن بين النمو الحركي البسيط والمتقدّم

أرسل لنا أحد الآباء تساؤله عن السبب الذي يجعل خطّ الفتيات أجمل من كتابة الفتيان. سألنا إن كان لذلك علاقة بما يجري في الدماغ من وظائف. أضاف هذا الأب أن خطّه لا يزال سيئاً وأنّ ابنه يكتب بالرداءة نفسها، ممّا دفعه إلى التفكير بأن ذلك قد يكون ظاهرة ذكورية.

يتّسم خطّ العديد من الفتيان بالوضوح، إلّا أنّ هذا الوالد لاحظ فرقاً في هذه المسألة بين الجنسين، وهو اختلاف من المهم الإشارة إليه. تتطلّب التجربة المدرسية أن تنمو المهارات الحركية البسيطة لدى الفتى، خصوصاً وأنّه

سيستخدمها للقيام بوظائف عديدة منها الكتابة. بوسع الكثير من الفتيان والفتيات تنمية هذه المهارات دون أي تشجيع. إلا أن في الدماغ الأنثوي عدداً أكبر من المراكز المسؤولة عن هذه المهارات الحركية، بينما يعتمد الذكور على عدد أكبر من المراكز الخاصة بالمهارات العامة. تتفوق الفتيات على الفتيان في مسكهن للأقلام أو في الكتابة بخطّ مقروء منذ صغر سنهنّ. يعود ذلك إلى أن الدماغ الأنثوي يربط المهارات الدقيقة بالوظائف اللغوية بشكل أفضل من الذكور.

على الأهل والأشخاص المحيطين بالأطفال تنمية مهاراتهم اللغوية، إلا أن هذه المهمة تمتدّ إلى حماية القدرات الفكرية لدى الأطفال من خلال مساعدتهم وتشجيعهم على تنمية المهارات الدقيقة التي يحتاجون إليها في المستقبل. تستطيعون وفرقكم القيام بذلك من خلال منح الفتى فرصاً لاستخدام يديه في وظائف حركية دقيقة تعمل على تشغيل العضلات الصغيرة. من هذه الوظائف:

. سلّك الخرز (مع التأكد من أن حجمها يتناسب وعمر الفتى).

. الألعاب المعتمدة على بناء أشكال مختلفة.

. الألعاب المعتمدة على جمع الأجزاء لتشكيل صورةٍ معينة مع زيادة عدد الأجزاء كلما تقدّمت مرحلة النمو.

. الصور المركّبة من مختلف أشكال وأحجام الفاصوليا والبازيلا والمعكرونة أو من أغراضٍ وأحرف صغيرة الحجم (مع التأكد من تناسب الأحجام وعمر الفتى).

. الحياكة.

على الأهل الالتفات إلى المهارات الحركية الدقيقة مع عدم تجاهل المهارات العامة كالركض والقفز والتسلّق وركل الكرة وركوب الدراجة والتأرجح. إن هذه المهارات الحركية تقوم بتمرير العضلات الأكبر حجماً، وذلك أمرٌ يحتاج إليه

الجسم والعقل. في الواقع، يجيد الفتیان الكلام والقراءة والكتابة بشكل أفضل بعدما يكتسبون هذه المهارات العامة. يعمل الدماغ الذكوري بشكل أكثر فعالية عندما يكون الجسم قد تحرّك وأثر على مختلف أجزاء الدماغ، من المهم أن يقوم الفريق التربوي بتوجيه الطاقة الذكورية وبتشجيع الفتیان على استخدامها في البيئة المحيطة بهم. لعلّ أهم عناصر هذا الدعم هو حثّ الذكور على القيام بالوظائف الحركية الدقيقة والعامة، إذ أنّ تجاهل المهارات الدقيقة يؤدي إلى عدم تمرّن الفتیان كما يجب وإلى احتمال عدم النجاح التعلّمي في المستقبل.

للتأكد من أنّ العائلة تهتم بالمهارات الحركية الدقيقة والعامة بشكل متوازن، يمكنها الاعتماد على جدول أسبوعي يذكر الوظائف التي يقوم بها الفتى. يُظهر هذا الجدول إن كان عدد المهارات الدقيقة والعامة متساوياً، ممّا يسمح للعائلة بالتخطي لنشاطات تعزّز التوازن بين نوعي المهارات. إن كان الفتى قد بلغ السنتين والنصف من عمره، يمكنكم العمل على جعل البيئة المنزلية معتمداً، بنسبة عشرين بالمئة، على الوظائف الحركية الدقيقة. إنّ هذه النسبة تضمن أنّ الفتى سيكتسب المهارات الضرورية التي يحتاج إليها في الوظائف المستقبلية، ولعلّ أهمّ وظيفتين تتأثران بهذا الأمر هما القراءة والكتابة.

### السيطرة على العوامل الخفية الضاغطة على الفتیان

من خلال اعتماد مارشا وستيفن على عادة القراءة الليلية، منحنا أبناءهم وقتاً هادئاً ينمي قدراتهم الفكرية ويجعلهم ينسون أيّ عوامل تضغط عليهم نفسياً في المنزل وفي حياتهم بشكل عام. في حياة الطفل الكثير من العوامل الضاغطة ومن المؤثرات المتنوعة، لذا فإنّه يحتاج إلى بعض الهدوء. إنّ التقليد العائلي القائم على المطالعة يشكّل أفضل فرصة للاستمتاع بهذه السكينة.

آمل وكاشي أن تكون الاقتراحات المطروحة في هذا الفصل قد ساعدتكم على السيطرة على المؤثرات المحيطة بالطفل. كما ونأمل أن تبتكروا بعض

التقاليد العائلية كتلك التي اعتمد عليها ستيفن ومارشا. نقترح تخصيص بعض الوقت العائلي للقراءة أو لتناول العشاء أو للذهاب في نزهة في الطبيعة أو حتى للصلاة. بوسع هذه النشاطات أن تكون الوقت الهادئ الذي يجعل الأطفال ينسون المؤثرات التي تضغط على نفسيتهم أثناء النهار.

هناك مئات النشاطات التي يستطيع الأهل الاعتماد عليها، ومن المستحيل تنفيذ كل ما ينصح به الخبراء. إلا أننا نأمل أن تساعدكم اقتراحاتنا وإرشاداتنا على اختيار بعض الأفكار التي قد تنفذوها في منازلكم. عليكم ألا تنسوا أن البيئة المنزلية هي المدرسة الأولى التي يكتسب فيها الطفل المهارات الأساسية من خلال توجيهكم لهم.

لقد قمنا بالتركيز على الاستراتيجيات التي تنمي الفص الجبهي، لأننا نعتقد أن هذا الجزء من الدماغ هو ما يسمح للطفل بالاستمتاع بالأوقات الساكنة. من خلال التأثير على هذا القسم الذهني، تتم تنمية القدرات الفكرية من خلال تطوير المهارات اللغوية والسماح للطفل بالقيام بخيارات مختلفة. كما وتعتمد تنمية الفص الجبهي على العلاقات الوثيقة وعلى فهم الطفل للتفاصيل الحسية كالألوان، ولا يمكننا تجاهل أهمية المهارات الحركية العامة والدقيقة. تكمن أهمية هذه الوظائف المختلفة في أنها تتم عبر أهم أجزاء الدماغ على الصعيد التعلّمي، وهو الفص الجبهي.

مهما كانت وظيفة الفتى المستقبلية، فإن البيئة المنزلية تعتبر أساساً للوصول إلى تنمية كاملة للعقل الذكوري. سنتطرق في الفصل التالي إلى البيئة التي ستحيط بالطفل بعد الالتحاق بالمدرسة. سنركّز على المعايير التي على أية حضانة ومدرسة تمهيدية التفكير بها إن كان هدفها الأساسي مساعدة الفتى على التعلّم بأفضل شكل ممكن. على هذه البيئة المدرسية منح الفتيان جوّاً يغلب عليه الهدوء، الأمر الذي يسعى إليه كل طفل.

## الفصل الرابع

### البيئة المناسبة لتعليم الفتيان

#### في المراحل المبكرة

لعلّ الهدف التربوي الأساسي هو تعليم الصغار القدرة على تنمية قدراتهم الفكرية بأنفسهم.

إليون و. آيزنير، أستاذ محاضر في كلية التربية في جامعة ستانفورد

منذ أربع سنوات وتدير نانسي شيريدان مركز العناية والتربية المبكرة في ويسكونسين، في المركز اثنان وسبعون طفلاً، وقد تمّ تقسيمهم إلى مجموعات مختلفة وفقاً لأعمارهم (سنتان أو ثلاث أو أربع سنوات). يصل العديد من الفتيان والفتيات في السادسة والنصف صباحاً، ويقلّهم إلى المركز أهاليهم وهم في طريقهم إلى أماكن عملهم. لا يغادر هؤلاء الأطفال المركز قبل السادسة إلاّ ربيعاً من مساء كل يوم. لكلّ مجموعة من الأطفال شخصٌ مسؤول يصل عند السابعة والنصف صباحاً ويبقى معهم حتى الرابعة من بعد ظهر كل يوم، من الاثني وحتى الجمعة. يمضي المدرّس، بمساعدة شخص آخر، حوالي 45 ساعة أسبوعياً وهو يقوم بالاهتمام بالأطفال وبالتأكد من جميع التفاصيل (الوجبات، التعلّم والراحة). تركّز مدرسة نانسي على أن يكون في كل صف عددٌ كافٍ من الراشدين ليستطيعوا الاهتمام بجميع الأطفال، ويتمحور العمل في هذا المركز على الفتيان وحاجاتهم. أرسلت لنا نانسي رسالةً تتحدث فيها عن تجربتها، وفيها:

«اخترت مهنة التعليم في الصفوف التمهيديّة لأنني مولعةٌ بالأطفال. إلا أنني لم أكن مؤهلة بشكلٍ كافٍ للعمل مع الكثير من الفتيان، خصوصاً وأنهم أكثر حركةً من الفتيات. كما وأنهم لم يقبلوا الجلوس بهدوء أو الإصغاء إلى قراءتي للقصص، ولم يكملوا التمارين الخاصة بالحروف أو الأرقام. كان اهتمامهم منصّباً على اللعب، وكانت جميع الألعاب صاخبة. أمّا الفتيات، فكنّ يمضين الوقت في الأقسام المخصّصة للتدبير المنزلي أو لاختيار الملابس المناسبة للدمى. كانت الفتيات هادئات في معظم الأحيان، بينما كان الفتيان يركضون في مختلف أرجاء الصف وهم يبنون الأشكال الهندسية ويهدمونها. تتجح بعض المعلّّات في السيطرة على الفتيان، إلا أنني أعتقد أنّ جميعنا غير قادر على إنجاز تلك المهمة على أكمل وجه. بدأنا الآن الإدراك بأننا نحتاج إلى بعض المساعدة لفهم كيفية منح الفتيان ما يحتاجون إليه».

من الممكن أن يجزم بعض من يقرأ رسالة نانسي أنّ مدرستها ليست بالمستوى الأكاديمي المطلوب. إلا أنّ ذلك غير صحيح، إذ إنّ طاقم المدرسة يقوم على عناصر مؤهّلة. إلا أنّ القليل منها، ولسوء الحظ، قد تلقى التدريب المناسب في الجامعة لاستيعاب الفروقات التعلّمية بين الجنسين.

بيتسي فلاغليير معلمة في إحدى المدارس التمهيديّة في دايفيدسون، كارولينا الشماليّة. لاحظت بيتسي مشكلةً في مدرستها، وهي أنّ المدرّسين يظنّون أنّ الأطفال في هذه المرحلة لا يفشلون، نظراً إلى صغر سنّهم. إلا أنّها أشارت إلى أنّ عدم إدراك المعلّمين للأسلوب التعلّمي لدى الذكور سيؤدّي في ما بعد إلى فشلهم.

يعتبر المدرّسون في هذه المرحلة المبكرة بمثابة حلفاء للأهالي. يتمحور هذا الفصل حول الإجابة على سؤال يطرحه المدرّسون في المرحلة التمهيديّة وفي دور الحضانة وهو: ما هي البيئّة التعلّمية المناسبة التي تسمح للفتيان، في هذه

المرحلة المبكرة، أن ينمو اجتماعياً وعاطفياً وفكرياً لتتكامل تجربتهم الأكاديمية بالنجاح؟ سيثير محتوى هذا الفصل اهتمام الأهل الذين يحاولون اختيار المدرسة المناسبة لطفلهم، كما ومن الممكن تطبيق ما يقترحه هذا الفصل في جميع المراحل المدرسية من الحضانة وحتى المرحلة الثانوية. لكنّ الجزأين الثالث والرابع يهدفان إلى إعطاء النصائح الخاصة بالفتيان في المراحل الإعدادية والتكميلية والثانوية. يتوجه هذا الفصل إلى كل من يشارك في تربية وتعليم الصغار.

على مرّ السنين، وصلني وكثي الكثير من الرسائل من مدرّسين في المرحلة التمهيديّة وفي دور الحضانة. يغلب على هذه الرسائل عادةً الشعور بالإحباط والحزن من جرّاء الصعوبات التي يواجهها الفتیان في هذه المراحل المبكرة. يعتبر المدرّسون في هذه المرحلة أوّل من يقوم بتعليم الفتیان، ولذلك، فإنّ الأهالي يحملونهم المسؤولية الأهمّ في تجربة الذكور التعلّمية.

لاحظنا من خلال عملنا مع مدرّسي هذه المرحلة المبكرة أنّ فهم القدرة الفكرية الذكورية يؤدّي إلى معرفة الوسائل التي تجعل العمل مع الطلاب أكثر متعة. كما وتقوم هذه المعرفة بتعزيز الثقة بين الأهالي والمدرّسين. عندما يدرك المعلّم الأسلوب التعلّمي عند الذكور، يصبح مؤهلاً لخلق بيئة مناسبة للفتیان. كما ويغدو قادراً على إسداء النصائح للأهالي وللأفراد المهتمين بسلامة الفتیان التعلّمية والفكرية.

### منح الفتیان بيئة تعليمية تتناسب وعقولهم

ما هي عناصر البيئة التعليمية المناسبة للقدرة الفكرية عند الذكور؟ في أيّة بيئة يستطيع الفتی تنمية عقله بنفسه؟

لعلّ أهمّ مظاهر هذه البيئة المتوافقة والفكر الذكوري هي المساحة.

## الصّف:

يمضي الفتى معظم حياته المبكرة وهو يلعب ويقوم بوظائف صغيرة تنمي قدرته الفكرية وتعلّمه ما يحتاج إلى اكتسابه. يعتبر اللّعب أهم العوامل التعليمية في هذه المرحلة ويحتاج الفتى إلى القيام بذلك في مكانٍ ذي مساحة ملائمة وكافية.

يحتاج الكثير من الفتيان إلى أماكن واسعة، خصوصاً وأنّهم يكتسبون المعرفة من خلال اللعب والحركة الجسدية. بينما تكتفي الفتيات بمساحة صغيرة، يشعر الفتيان فيها بالتململ وبالانزعاج، ممّا يؤدّد مشكلات سلوكية. إنّ الوظائف اللغوية تتطلّب مساحة صغيرة، إذ أنّها لا تعتمد على الحركة. إلاّ أن الوظائف التي تشغّل الأقسام الحركية من الدماغ تحتاج بطبيعتها إلى مساحة واسعة، ويطلب الفتيان بهذه المساحة وقد يقومون بذلك من خلال السلوك الرديء.

إن كنتم تودّون فهم الاختلاف بين الفتيان والفتيات في استخدامهم للمساحة التي حولهم، راقبوا ما يجري في مدرسة ابنكم. لا تحتاجون إلى أكثر من عشرين دقيقة لتلاحظوا استغلال كل طفل لهذه المساحة. قوموا بذلك لعدة مراتٍ يومياً على مدار ثلاثة أيام، ودوّنوا كل ما يلفت نظركم. بعد بضعة أيام، ستتوصّلون إلى معرفة لا بأس بها عن الطلّاب في المرحلة التمهيديّة. مقارنةً بالفتيات، يستخدم الفتيان مساحةً أوسع من الأرض والجدران والطاولات.

إنّ ملاحظة هذه المسألة أمرٌ مهم للغاية إذ إنّ الكثير من المدارس التي عملنا معها قد وسّعت الأماكن التعليمية بعدما اطّلت على ضرورتها. أدّى هذا التعديل في المساحة إلى انخفاض عدد المشكلات السلوكية.

هناك مسائل أخرى عليكم الالتفات إليها في المساحة التعليمية. على سبيل المثال، هناك اختلاف في استخدام الجنسين للطاولات، إذ أنّ الذكور بحاجةٍ إلى

طاولات أكبر. يحبّ الفتيان أن ينشروا أغراضهم على الطاولة، إذ إنهم يتعلمون من خلال ذلك كيفية تنظيم الأمور وتحليلها.

نقترح أن تنتبه المدارس التمهيدية إلى كيفية استخدام الألواح التي تشر عليها مختلف الأوراق. إنّها وسيلة تعليمية مفيدة لجميع الأطفال، وتكمن أهميتها عند الفتيان في سعادتهم الشديدة إن قاموا بتعليق كتاباتهم ورسوماتهم. من المفضّل ألا تكون هذه الألواح عاليةً مما لا يسمح للفتى بتعليق الأوراق بنفسه وبتغييرها كلّما أراد ذلك.

### الكتب والألعاب والكراتيه:

يحتاج جميع الأطفال إلى الكتب، والفتيان يحتاجون بشكل خاص إلى رؤية الكتب في البيئة المحيطة بهم. يجب أن تكون هذه الكتب مليئةً بالصور أو أن تقوم على تقطيع الأوراق وإصاقها بأشكال مختلفة يمكن قياسها. كما ويحبّ الفتيان قراءة الكتب التي تشرح مختلف العمليات أو التي تصف نموّ الأشياء، إضافةً إلى تلك التي تتكلم عن الأبطال. من أهمّ عناصر الكتب التي تثير اهتمام الفتيان هو حثّها إيّاهم على الإبداع أو على التساؤل.

كما ويحتاج الذكور إلى قطع من مختلف الأحجام على أن يستطيعوا استخدامها لتكوين أشكال مختلفة بوسعهم فكّها بعد ذلك وتشكيلها مرّةً أخرى. توافق معظم المدارس التمهيدية أو كلّها على أهمية الكتب والقطع المختلفة. إلّا أنّنا لاحظنا عدم ارتياح معظم المدرّسين في هذه المرحلة تجاه استخدام الكراتيه في الصف.

بدأت وكاثي بالتطرّق إلى هذه المسألة في العام 2001 بعدما وصلتنا رسالة عن عدم سماح إحدى دور الحضانة للكراتيه في الصف وخارجه.

في الرسالة تشديد على أنّ المسؤولة عن الحضانة لم تقبل بذلك، إذ إنّ

شكل من أشكال العنف. تحاورنا وهذه المعلّمة وقمنا بزيارتها. لاحظنا وجود الكثير من الكتب والقطع المختلفة في المكان إلا أنّ أكثر ما لفت نظرنا هو إصرارها على عدم السماح بأيّة حركات جسدية عنيفة.

من الشائع وجود هذا الرفض في المدارس التمهيدية وفي دور الحضانة. هناك حاجةٌ لدى العاملين في هذه المؤسسات التعليمية، وتقوم هذه الحاجة على الحفاظ على السلوك الصالح للطلّابّ والحوُول دون تعرّضهم إلى أية إصابات. كما وفي هذه الصفوف انتشارٌ للفكرة التي تحتمّ ازدياد العنف عند الفتیان إن سُمح لهم بالقيام بحركات جسدية عنيفة.

لكنّ معظم الفتیان يودّون التواصل مع بعضهم البعض من خلال هذه الحركات الجسدية العنيفة. كثيراً ما يقومون بركل بعضهم أو بدفع الآخرين، ويعتمدون في معظم الأحيان على المصارعة أو على ضرب بعضهم البعض بواسطة الكرات. يشعرون بالسعادة عند قيامهم بهذه النشاطات الجسدية العنيفة ويستمتعون بهذا النوع من التفاعل الجسدي.

في العام 1996، بدأت بالتحدّث عن الحركات الجسدية العنيفة، وتمحور كلامي على أنّ الفتیان، الذين لا يجيدون استخدام الكلمات للتعبير عن المشاعر الحميمة، يعتمدون على النشاطات والحركات العنيفة للقيام بذلك. إنّ طبيعة الذكور وهرموناتهم تجعلهم يعبّرون عن مشاعرهم تجاه الآخرين عبر هذه الحركات العنيفة، بينما تعتمد الإناث على عناق الآخرين لتوثيق العلاقات. تعزّز هذه الحركات الجسدية الثقة بين الذكور ويتنافسون فيما بينهم عبر هذا النوع من العنف الذي يظهر من الأقوى. يعتمد الفتیان على هذا النوع من الحركات كوسيلة آمنة وغير مؤذية لتوثيق الروابط مع الآخرين، وهناك بعض الفتيات اللواتي يلجأن إلى هذه الطريقة نفسها للتعبير عن المشاعر الطيبة. إن قام فتیان

بدفع بعضهما والضحك حيال ذلك، فإنّ هذه الحركة الجسدية تحمل الحبّ نفسه الذي نشعر به بين فتاتين تتحدثان معاً.

هل توافقون على ذلك؟ هل سبق وأحسستم بهذه المسألة في مدارسكم؟ من الممكن تقييم فعالية هذه الحركات العنيفة في المدارس التمهيدية وفي دور الحضانة. تشكل هذه المؤسسات التعليمية أفضل الأماكن ليتمّ فيها تحديد ما يجب القيام به لإدارة الحركات العنيفة بين الفتيات كي لا يصاب أحد بأيّ أذى.

إنّ أحسستم برغبةٍ عند الفتيان باستعمال الكاراتيه والحركات الجسدية العنيفة، يمكنكم تدوين ملاحظاتٍ مختلفة عن مدى استخدام الذكور في مدرستكم لهذه الحركات. كما وتستطيعون تحديد تأثير هذه الحركات الجسدية العنيفة على الروابط، وإن كانت تقوم بتعزيز الصداقات بين الفتيان. انتبهوا إلى تواصل الذكور مع بعضهم البعض وإلى ما يقومون به أثناء تفاعلهم. قد تكون بعض الحركات التي يقومون بها عنيفةً للغاية، وقد لا يكون بعضها متوافقاً والمساحة الصغيرة التي يتواجد فيها الفتيان. ستلاحظون أنّ بعض الحركات الجسدية مؤذية إلى حدّ كبير. إلا أنّ ذلك لا ينفي أنّ هذا النوع من العنف يساعد الذكور على النموّ على الصعيدين الجسدي والعاطفي.

تكمّن مهمة الأهل والمدرّسين، على حدّ سواء، في مساعدة الفتيان على التعبير عن الحبّ من خلال حركاتهم الجسدية. إن كانت المدرسة وسياستها تسمح باستخدام الكتب والقطع المختلفة وتمنع الحركات الجسدية العنيفة، فعليكم عندها تنظيم اجتماعات على المستويين المدرسي والمحلي لتفسير أهمية هذا النوع الآمن من العنف. عليكم تنوير الأهل حول المسألة من خلال شرح الميول الذكورية ومن خلال اقتراح أساليب إدارية من الممكن اتباعها للإشراف على هذه الحركات الجسدية. تستطيع أية مؤسسة تعليمية السماح بهذه الوسيلة التعبيرية السائدة بين الذكور، مع تشديدها على قوانين معينة وعلى تواجد بعض

المتطوعين من الأهالي في المدرسة أثناء أوقات اللعب. من المهم أن يدرك الجميع أهمية الحركات الجسدية العنيفة، إذ أن ذلك يساعد الفتيان على النمو وعلى توثيق الروابط مع الآخرين.

### الإضاءة:

لا يختبر الجنسان الإضاءة بالطريقة نفسها. يستفيد جميع الأطفال من الإضاءة، إلا أن الفتيان يرون بشكل أفضل عندما يكون الضوء قوياً. لذا، فإنهم يحتاجون إلى الكثير من الأضواء عند قيامهم بالقراءة واللعب والتعلم. للإضاءة تأثير على أداء الفتيان الأكاديمي وعلى نفسياتهم. يؤثر الضوء الخافت على مستوى السيروتونين في الدماغ، مما يجعل التعلم أمراً شديداً الصعوبة. في هذا الجو المظلم نوعاً ما، تكثر المشكلات السلوكية عند الذكور.

في جامعة بينسلفانيا، قام روبين غور بدراسة مثيرة للاهتمام عما يجري داخل الدماغ الذكوري مادة بيضاء أكثر من الدماغ الأنثوي، وتتأثر هذه المادة عند الفتيان بشكل أسرع عند تعرض العيون وأعصابها للضوء. لذلك، فإن الذكور شديداً التاثر بالإضاءة، خصوصاً وأنّ النظر هو أقوى الحواس لديهم وأكثر ما يساعدهم على اكتساب المعلومات الجديدة. تعتمد الفتيات على الحواس الأخرى للتعلم. لذلك، فإنّ الإضاءة شديدة الأهمية عند الذكور الذين يتعلمون بواسطة القسم المسؤول عن النظر في الدماغ. من المهم أن تكون المدرسة التمهيدية مضاءة بشكل جيد، وتشتد مسؤولية المدرسين والأهالي في تأكيد هذه المسألة في الشتاء عندما يمضي الطلاب معظم أوقاتهم داخل الصفوف.

### المسؤولية الشخصية:

من المفيد للنمو الفكري السماح للفتى بالقيام بالخيارات المختلفة في منزله وفي مدرسته التمهيدية. إن مواعيد تناول الوجبات هي أكثر الأوقات أهمية في

تتمية المسؤولية الشخصية لدى الفتيان. عند وصولهم إلى العمر المناسب، يمكنكم أن تطلبوا من الذكور تحضير الطاولة لتناول الطعام، بعد أن تعلّموهم كيفية إنجاز ذلك. جانيت ريدجواي هي والدّة لولدين تقوم بالرعاية بالأطفال في منزلها. تستخدم جانيت مواعيد تناول الطعام لمساعدة ابنيها، البالغين الثالثة والسابعة من عمريهما، ليتعلّما الرياضيات والأرقام. أطلعتنا جانيت على تجربتها في رسالتها التالية:

«على امتداد بضعة أسابيع، لاحظت أنّ الفتيات مهتمات بتحضير الطاولة أكثر من الفتيان. قررت تغيير ذلك الواقع. أشجع الفتيان على تحضير الطاولة حالما يسمح طولهم بذلك، وأعتمد على ذلك لتعليمهم الرياضيات. ذات مرّة، طلبت من تشاد، وهو ابني الأكبر، أن يعدّ الأواني الفضية بصوت عالٍ. قام الأطفال الآخرون بمشاركته تلك المهمة. يستمتع تشاد بإعطاء أخيه الأصغر تاكير التعليمات المختلفة. عندما كبر الفتيان الأصغر سنّاً وعندما باتوا قادرين على الوصول إلى الطاولة، بدأ تشاد بتعليمهم كيفية عدّ الأواني الفضية».

إنّها بيئة تدعم الفتيان وتحترم قدراتهم الفكرية. يكتسب الفتيان في منزل جانيت وعياً لمسؤوليتهم الشخصية ولا يكبرون وفي رأيهم أنّ بعض المهمّات هي من واجب الفتيات فقط. كما وترتبط نشاطات الفتيان المختلفة بالرياضيات، ممّا يساعدهم على اكتساب المعرفة الحسابية.

تعلّمت جانيت الأساليب التعليمية التي قامت ماريا مونتييسوري بابتكارها، وهي متخصصة في المسائل التربوية. ابتكرت مونتييسوري الكثير من الوسائل التي تربط التعلّم بحسّ المسؤولية وبالحوافز الذاتية. في المدارس المعتمدة على مفاهيم مونتييسوري استخدامٌ للتقنيات التي تنمّي الحوافز الذاتية عند الأطفال، ومنها الاستراتيجية التي اعتمدها جانيت في منزلها.

## الفتيان والحواس

تؤثر المدارس التمهيدية أكثر من المنازل على الفتيان في تعريضهم إلى ما يكفي من التجارب الحسية أو في افتقارها إلى هذه التجارب. تزداد أهمية هذه المسألة لدى الفتيان الذين يواجهون مصاعب في المرحلة التمهيدية. أطلعتنا بيتسي فلاغليير على تجربتها، وهي معلّمة تكتب مقالاتٍ صحفية خاصة بتوجيه الأهالي:

«التحق تشارلي بمدربتنا وهو في الثالثة من عمره. بدأت السنة الدراسية بصعوبة، إذ أننا كنّا مضطرين إلى توبيخه طوال الوقت. كان عنيفاً في بعض الأحيان، لكنّه كان يهدأ بعد ذلك. كان يكره الصخب في الصف ولم يرغب بارتداء الأحذية. كما وأنّه لم يكن مدركاً للمساحة المحيطة به وأراد ارتداء بعض الملابس دون أخرى. إضافةً إلى ذلك، كانت لدى تشارلي حاجةٌ ماسة إلى أن يرتطم بالأثاث وبزملائه. كان من الصعب أن نكون داعمين له في الأوقات التي ازداد فيها عنفه أو حركته.

بعد ذلك، حضرنا جلسة تدريب عن الدماغ والحواس، واكتشفنا أن لدى تشارلي مشكلة في دمج الحواس. كانت هذه المعلومات مهمة للغاية بالنسبة إلينا. إننا نتعاون الآن مع والديه اللذين جعلاه يحضر جلسات علاجية في مورسفيل. كان استيعابنا وأهله لكيفية عمل دماغه أمراً نورّنا وساعدنا على حلّ مشكلته. قمنا بعد ذلك بتعديل وسائلنا التعليمية التي نستخدمها مع تشارلي، وبتنا نفهم قدرته الفكرية وحواسه وتصرفه. أصبحت الأمور على أفضل ما يرام منذ ذلك الوقت.

إنّ تجربة بيتسي مع تشارلي شديدة الأهمية. في أيّ صفٍ يحتوي على 25 طفلاً، سيكون هناك عدد من الفتيان الذين يحتاجون إلى فهمكم لعقلهم وجنسهم وحواسهم وتصرفاتهم. إنّ الذاكرة عند الراشدين كاملة النمو، إلاّ أنّها تستطيع

تخزين عدد أقل من المعلومات عند الأطفال. لذلك، فإن حياة الفتى الصغير تتمحور حول ما يجري الآن ومع ما تختبره حواسه في الوقت الحالي.

هناك الكثير من الحلول التي يمكن اتباعها لإنهاء المشكلات المختلفة في المرحلة التمهيديّة، ومنها ما يذكره قسم الاقتراحات التالي.

من خلال مراقبة الصف، يمكنكم الانتباه إلى ما يؤثر فيه على الأطفال وإلى ما يثير الحواس بطرقٍ تفيد التعلّم أو تعيقه. نأمل أن تستمتعوا في مراقبتكم للصف وفي إدراك ما يساعد الفتيان والفتيات على التعلّم. إضافةً إلى ذلك، نأمل أن تتمكنوا من تحديد ما يمكنكم تعديله لتصبح البيئة التعليمية أكثر توافقاً والفتيان وقدراتهم الفكرية. كما ونتمنى أنكم ستقدرون، من خلال مراقبة الصف، أن تاخذوا بعين الاعتبار أن هناك أطفالاً ذوي حواس شديدة التأثر في الصف.

عند قراءة الملاحظات التي قمتم بتدوينها أثناء مراقبتكم للصف، قد تقومون بعدة تعديلات فيه. سنطلعكم على بعض ما يمكنكم القيام به لحلّ المشكلات الحسيّة التي يواجهها بعض الفتيان:

- تتفوّق الفتيات على الفتيان في القدرة السمعية. لذلك، عليكم تعديل نبرة صوتكم لتضمنوا أن الفتيان قد سمعوا تعليماتكم بشكل كامل. يمكنكم أن تطلبوا من الفتيان تكرار ما طلبتموه منهم للتأكد من أنهم سمعواكم جيداً.

- لا يتأثر الفتيان بلمسكم أيّاهم بشكل رقيق. لذلك، قد لا يكون من الكافي أن تلمسوا الذراع ليعيركم الفتى اهتمامه. لذا، بوسعكم النظر إليه وتوجيه الكلام إليه عند لمسكم لذراعه، ممّا يعني أنكم ستؤثرون على ثلاث حواس في الوقت نفسه. إن هذا التواصل المتعدّد الاتجاهات يضمن استيعاب الفتى لما تريده منه.

### اقتراحات

- اجلسوا في أحد كراسي الأطفال الموجودة بقرب باب الصف.
- ما أوّل ما يلفت انتباهكم؟ كم يستحوذ هذا الغرض على اهتمامكم؟
- ما هي الأغراض التي تلهيكم عن الدرس؟
- كم من الوقت يحتاج دماغكم للانتقال من غرض إلى غرض؟
- هل هناك لون طاعٍ يثير اهتمامكم؟ ما هي الألوان الأقل أهمية؟
- هل الغرفة مكتظة بالأغراض؟ اعتمدوا على حواسكم للإجابة على هذا السؤال.
- حدّدوا الأصوات التي تسمعونها في الصف. التفتوا إلى عددها ومن ثم انظروا إلى الأطفال، خصوصاً وأنّ الدماغ الطفولي يجذب عادةً إلى المؤثرات السمعية أكثر من دماغ الراشدين.
- كيف ترون مختلف أقسام الصف من حيث أنتم؟ هل هي متوافقة وحاجات الفتيان وميولهم؟ هل هناك طاوولات كبيرة الحجم وصور يستطيع الصغار الوصول إليها؟ هل هناك ما يكفي من المساحة في الصف؟

- لا ينظر الفتيان إلى الآخرين عند التكلّم معهم. لذلك، لا تتوقعوا من أيّ فتى أن يقوم بتبادل النظرات معكم. إن ذلك سيؤثر عليه وعلى نفسيته، ممّا قد يرفع مستوى الكورتيزول ويقلّص من تركيزه على العمل الذي يقوم به. إن أخذتم هذه المسألة بعين الاعتبار، قد يزداد إحساس الفتى بالراحة في صفكم.

- لا ينتقل الفتيان من عملٍ إلى آخر بسرعة انتقال الفتيات، إذ أنّهم بحاجة إلى بعض الوقت بين العملين. يولّد ذلك بعض المشكلات السلوكية لأنّ المدرسين والأهل سيطلبون من الفتى إنهاء العمل السابق والبدء بالجديد. إلاّ أنّه لن يقوم

بذلك في الوقت الذي يحدده الشخص الراشد . من المفضل الانتظار حوالى ستين ثانية (أو أكثر) بين العملين.

- يعتمد الفتيان على حاسة النظر، لذا يجب على المدرسين التأكد من تعليق الكثير من المساعدات البصرية على الجدران. إن ذلك يضمن استيعاب الفتيان للمعلومات ويساعدهم على التعلّم. تظهر الدراسات أنّ الإنسان قادر على تذكر عدد غير محدد من الصور بالرغم من عدم قدرته على تخزين الكثير من الكلمات في آنٍ واحد. ينطبق ذلك على جميع الأطفال، إلاّ أنّه من المفيد مساعدة الفتيان على التعلّم بواسطة استخدام الصور والبيانات والتصاميم. تكمن أهمية ذلك في أنّ الدماغ الذكوري يربط المؤثرات البصرية والذاكرة.

- إنّ التكرار وسيلةٌ فعّالة أثناء تعليم جميع الأطفال، إلاّ أنّ جعل الفتيان يكررون تعليماتكم ثلاث مراتٍ على الأقل أمرٌ قد أثبت فعاليته. يستطيع الفتى تكرار التعليمات بصوتٍ عالٍ أو بشكل ذهني. على الأهالي والمدرّسين تكرار الأمور للأطفال بشكل مستمر، إلاّ أنّ عليهم تعليم الفتى تكرارها، ممّا يساعده على توجيه نفسه نحو الهدف. تزداد أهمية ذلك عندما يكون الطالب شخصاً يتعلّم بشكل أفضل عند سماع المعلومات عوضاً عن رؤيتها.

### النشاطات القصيرة

هناك نشاطات قصيرة تساعد على التخفيف من وطأة الضغط المدرسي على الطفل. من نتائج الدراسات المثيرة للاهتمام أنّ العقل الذكوري يحاول تخزين المعلومات في أوقات التعلّم التي تكثر فيها المؤثرات وفي تلك التي يغلب عليها الهدوء والراحة. إنّ سرعة العمل الذهني عند بعض الفتيان تعيق عملية تنظيم الأفكار. أمّا الآخرون، فقد يكونون في فترة يغلب عليها الشعور بالملل وعدم الانتباه. قد تتعرّض الفتيات أيضاً إلى هاتين التجربتين.

في كلتا الحالتين، من المفيد الاعتماد على نشاطات قصيرة هي بمثابة استراحة للعمل الذهني. لكنّ عدداً كبيراً من هذه الاستراحات قد يؤدي إلى عدم التركيز إلى زيادة المشكلات. لذلك، يجب استخدامها بطريقة مناسبة للتخفيف من الضغط الأكاديمي ولتقليل المشكلات السلوكية.

في قسم الاقتراحات التالي نشاط يمكن تطبيقه في الصفوف بشكل منتظم أي في وقت محدد من كل يوم أو عندما يلاحظ المدرّس حالة من التملل أو الانزعاج.

يعمّ الصف جوّاً من الضحك أثناء هذه النشاطات، ممّا قد يخفف حدّة الضغط لدى الأطفال الذين يعانون من صعوبات تعلّمية. في غضون عدّة دقائق، ينخفض الضغط النفسي ويقلّ التملل ويصبح الأولاد أكثر قدرةً على العمل والتركيز. إنّ هذه الوسيلة فعّالة مع الفتيان الذين لا يميلون إلى الدروس اللغوية، إذ أنّها تساعدهم على التركيز مباشرةً قبل النشاط القائم على القراءة أو التهجئة أو أية مهارة لغوية أخرى. في فترة ما بعد الغداء، يغب على الأطفال الشعور بالنعاس، ويمكنكم عندها استخدام تقنية الاستراحة الذهنية، التي توظف الذهن وتشكل نوعاً من حافز للتعلّم من جديد.

### الموسيقى والعقل

لتكون البيئة مناسبة للفتيان، يجب أن تمتلئ بالكتب والقطع المختلفة وبالحركة الجسدية المناسبة. كما يجب أن تكون الإضاءة قوية وأن تكون المساعدات البصرية كثيرة. من المهم أن تكون في هذه البيئة فرصٌ عديدة لتوثيق العلاقات وللشعور بالمسؤولية الشخصية. على هذه البيئة أن تنمّي المهارات الحركية الدقيقة والعامّة وأن تسمح بالتحرك المستمر، خصوصاً وأنّ الأطفال يحتاجون إلى الحرية في التحرك كما يحلو لهم ليتعلموا بشكل أفضل. في هذه

البيئة فرصٌ عديدة تسمح للطلاب بالقيام بالخيارات المختلفة. على المشرفين على هذه البيئة إدراك الصعوبات الحسيّة الذكورية، وعليهم احترام قدرة العقل على التركيز لفترات معينة وحاجته إلى الاستراحة.

### اقتراحات

#### اللجوء إلى الاستراحات الذهنية

اطلبوا من الأولاد الوقوف خلف كراسيهم مع الانتباه إلى أن تكون هناك مساحة كافية لتحريك الذراعين والساقين. ضعوا بعض الموسيقى التي تدفع إلى الحركة واجعلوا الطلاب يصفقون وهم يمدّون أيديهم إلى الأمام، ثم إلى الشمال ثم إلى اليمين. بعدها، اطلبوا منهم التصفيق في أسفل الجسم قرب الأرجل. قفوا وصفقوا ثم اطلبوا من أحد الطلاب أن يقوم بالتوجيه الحركي. شجعوا الطلاب على ابتكار حركات جسدية جديدة من الممكن القيام بها في المساحة المتوفرة؛ اطلبوا من كل طالب توجيه زميل له لمدة تتراوح بين الدقيقتين والأربع دقائق. من خلال ذلك، تتأكدون من أنّ كل طالب استطاع القيام بالتوجيه لبعض الوقت. دوّنوا أسماء من وجّه الصف بأكمله لتسمحوا للآخرين في اليوم التالي بتولّي هذه المهمة. من خلال ذلك، يصبح بوسع كل الطلاب القيام بذلك في أيام مختلفة.

إضافةً إلى كل تلك الأمور، على البيئة التعليمية أن تقوم على عنصر الموسيقى. هناك صلة وثيقة بين الموسيقى والتعلّم، وإنّها مسألة لا نعيها دوماً. يعتبر الباحثون أنّ الموسيقى تؤثر على جميع الحواس أي على مختلف أجزاء الدماغ في قسميه الأيمن والأيسر. لذلك، بإمكانكم استخدام الموسيقى في طرقٍ مختلفة. سنطلعكم في الفصول التالية على تقنيات تعتمد على الفنون ومنها الموسيقى. تزداد أهمية الموسيقى في المرحلة التمهيديّة، إذ أنّها بمثابة اللغة الثانية للطفل.

من الممكن أن تعمّ الموسيقى في المدرسة أثناء وصول الطلاب إليها، ممّا يحضّر الدماغ للنشاطات المختلفة وممّا يساعد على إفراز مواد ذهنية تهدئ الأطفال. من المهم أن تكون في المدرسة التمهيدية مكتبة مليئة بمختلف أنواع الأسطوانات الموسيقية - الكلاسيكية والحديثة والجاز والفولكلور. تحتاج المدرسة إلى موسيقى تحثّ الطلاب على الرقص وأخرى تتوافق وحصص الرسم أو فترات الاستراحة. هناك مجموعات مذهلة لموسيقى من مختلف الثقافات، ومن الممكن استخدامها في الصف.

إضافةً إلى الموسيقى المسجّلة، من الممكن أن تسمح المدرسة للطلاب بتلحين موسيقاهم الخاصة وكتابة الأغاني المختلفة. من المهم استخدام ذلك مع الفتيان، إذ أنّ ذهنهم يخزن عدداً أقل من الكلمات. لذا، فإنّ ربط الكلمات بالموسيقى يساعدهم على حفظها واستخدامها في ما بعد.

في الدين الإسلامي، يحفظ المسلمون الكثير من الأفكار وآلاف الكلمات عبر تجويد القرآن. أمّا الكاثوليكية، فإنّها تعتمد على التراتيل التي تساعد على حفظ الأفكار الدينية. من الممكن مساعدة الطلاب على تخزين الكلمات وحفظها من خلال الأغاني والمسرحيات الغنائية.

في الطبيعة موسيقى يستفيد الأطفال منها إلى حدّ كبير. فهناك صوت المطر والرياح وحفيف الأغصان في الملاعب. إنّ ذلك مفيدٌ للغاية وفي طرق مختلفة. تعتبر العلاجات القائمة على الطبيعة أنّ هذه الأصوات تهدئ النفوس. إنّ الإصغاء إلى المياه وهي تتدفق على الصخور يعمل على إفراز مواد كيميائية مهدّئة في الدماغ. قد يفيد ذلك الفتيان ذوي الحركة المفرطة في الصف.

يمكن للمدرسة التمهيدية السماح للأهل والأقارب بمشاركة الطلاب في النشاطات الموسيقية عبر تعليق ورقةٍ على باب الصف. يستطيع الأشخاص

المهتمون تدوين أسمائهم، وقد يكون هؤلاء أجداد الطلاب أو إخوانهم أو أصدقاءهم، إضافةً إلى أهاليهم. بوسع المتطوعين العزف على آلة ما أو مشاركة الأطفال الغناء. يمكنهم أيضاً قراءة القصص للأطفال بينما يتم تشغيل المسجّلة. قد يقرأ أحد أولياء الأمور القصة بينما يعزف آخر على آله.

تفيد الموسيقى الطلاب الذين يواجهون مشكلات سلوكية أو تعليمية. أطلعنا إحدى المعلمات على تجربتها مع فتى يبلغ من العمر الأربع سنوات ونصف السنة. كانت هذه المعلمة تواجه الكثير من الصعوبات في السيطرة على هذا الفتى، وكانت على وشك إخبار الوالدين أنّ ابنهما لا يستطيع الاستمرار في حضور صفها. بعد حضورها لجلسة تدريب حول القدرة الفكرية عند الذكور، قررت إحدى المعلمات استخدام الموسيقى والعلاج الطبيعي مع الطالب. ساعدته على تركيب آلة موسيقية بواسطة الخشب والرز. تحسّن سلوك الفتى وسُمح له بالبقاء في المدرسة.

### الصف الخارجي في رحاب الطبيعة

أطلعنا بيتسي فلاغليز على قصة مذهلة عن دودة:

«ذات يوم، قامت مستشارةً بزيارة مدرستنا. كانت مهمة بمراقبتنا والطلاب لتعرف إن كنّا ننجز مهمتنا كمدرسة وإن كنّا ننفذ الأهداف التي كنّا قد حدّدناها في السابق. حصلت حادثة أثناء تواجد الطلاب خارج الصف. تحدثت المستشارة إلى بعض الطلاب، ممّا أدّى إلى تشتت أفكار مجموعة من الفتيان، وأثر ذلك على تركيزها أيضاً. استمرّت في محاولة حثّ الفتيان على الانتباه. بقيت الفتيات على المستوى نفسه من التركيز إلا أنّ عدد الفتيان الذين توقّفوا عن الانتباه ازداد. خرجت لأرى ما يجري وعند وصولي إلى موقع الفتيان، وجدت المجرمة وهي دودة كبيرة الحجم. حاولت المستشارة باستمرار أن تجعل الفتيان يعيرونها اهتمامهم، لكنّهم أرادوا اللعب بالدودة ومراقبتها.

أحسست بتفاقم المشكلة وفكرت بتحويل اهتمام الجميع إلى الدودة، ممّا قد يشكّل درساً جديداً ومحمّساً. حصل ذلك واستمتع الجميع بالدرس، وارتاحت المستشارة بعد معاناتها من التوتر. في ذلك اليوم، طلبنا من الطلاب كتابة بحث عن الديدان».

كما لاحظت بيتسي، فإنّ أصغر تفاصيل الطبيعة قد يثير اهتمام الطلاب ويعلمهم أكثر من المنهاج الأكاديمي المقرّر. إنّ الدماغ الإنساني يميل نحو التعلّم في الطبيعة، ممّا يجعل الأطفال مولعين بالبيئة التعليمية الخارجية، وينطبق ذلك على الفتيان والفتيات. تكمن أهمية تجربة بيتسي في أنّ العقل الذكوري يميل إلى التعلّم في الخارج بشكل مذهل، نظراً إلى أنّ الفتيان والرجال يهوون الصيد والطبيعة. إنّ الدماغ الذكوري يؤهلهم لاستكشاف ما يحيط بهم أكثر من الإصغاء إلى الكلمات. بالرغم من أنّهم يتعلمون من التعليمات والكلمات والتعابير، إلا أنّ الذكور لا يميلون كالإناث إلى الأصوات المسموعة. إن توفر للفتيان بيئة تعليمية قائمة على الطبيعة، فإنّهم يسعون إلى التواجد فيها والاستمتاع بكلّ دقيقة من هذه التجربة.

بوسع المدارس التمهيديّة الاعتماد على الطبيعة لتعليم الطلاب. لا يجب أن يقتصر عنصر الطبيعة على اللعب أو الحركة الجسدية، بل بإمكانها أن تمتد لتشمل الدروس التطبيقية المختلفة. قد يمضي الطلاب ساعة واحدة في الطبيعة في الشتاء. إلا أنّ تلك المدة تطول في الربيع والصيف والخريف وقد تصل إلى ساعتين أو أكثر من النشاطات الخارجية. كما ويستطيع المدرسون الاستفادة من العناصر الطبيعية داخل الصف كالحیوانات الأليفة والنباتات. من الممكن استخدام الكتب التي تتحدث عن الطبيعة، كما وبوسع المتطوعين إحضار حيواناتهم إلى الصف للتحدث عنها وعن الحيوانات الأخرى.

## هل استعمال الكلمات برهان على التفكير السليم؟

أطلعتنا معلّمة من مدرسة برينستون على تجربتها في صفها المعتمد على نظرية مونتيسوري، وذلك بعد حضورها لحلبة تدريب حول تعلّم الفتيان:

«تعتمد مدرستنا على حثّ الطلاب على استعمال الكلمات. إنّ ذلك أنثوي للغاية، أليس كذلك؟ ليس من السيء أن يستخدم الفتيان الكلمات، وما زلت أعتقد أنّه من الجيد أن تشجع مدرستي على ذلك الأمر. لكن بعدما استمعت إلى مناقشات الجلسة التدريبية، بدأت أتساءل عن دور الكلمات في حياة الفتيان. هل تشديدنا على استخدام الكلمات في مدرستنا يؤدي إلى تخلّف بعض الفتيان عن غيرهم؟».

إنّ هذه المعلمة تطرح سؤالاً يطاننا جميعاً. إنّنا أشخاص نميل إلى التعلّم والعمل عبر استخدام الكلمات. كما وأننا أولياء أمور ومدرّسون وطلاب نشدّد على هذه المسألة. إنّنا حضارة قائمة على الكلمة، وما يفرّق الإنسان عن غيره من الكائنات هو اعتماده على الكلمات.

إلا أنّ هناك مبالغة في استخدام الكلمات في تعليم الأطفال وفي مراحلهم المبكرة. توصلت الدراسات الخاصة بالاختلافات الفكرية بين الجنسين إلى أنّ الكلمات لا تؤدّي إلى النتائج التي نريدها وخاصةً مع الفتيان. نأمل أن تتغير المدارس وأن يقلّ اعتمادها على الكلمات في تعليمها للذكور. نأمل أن تقوم الفرق التربوية بالاجتماع لمناقشة ما يمكن تنفيذه في الصفوف والمنازل من الاقتراحات التي قدّمناها لكم ومن الأفكار المختلفة التي قد توصل إليها الكثير من الأهالي والباحثين.

إن كان المدرّسون والأهالي يعتمدون على الكلمات ويحثّون الفتيان على استخدامها، وإن كان ذلك يزعجكم، نأمل أن تراقبوا ما يجري وأن تدوّنوا

الملاحظات. إنَّ أسبوعاً من وقتكم قد يؤدي إلى معرفة الوسائل التي يمكن اتباعها لمساعدة الفتيان والفتيات على تحفيز أنفسهم للتعلّم.

حضرت إيفيت كيل جلسة تدريب عن الدماغ الذكوري. قامت كيل بعد ذلك، وبصفتها نائب مدير مدرسة في جورجيا، بتقييم صفوفها وأطلعتنا على ما توصلت إليه من أفكار:

«يغلب على الصفوف التي تتألف من الذكور أو التي يحضرها بعض الفتيان الكثير من الصخب والحركة. قبل استيعابي لما يجري حقاً، كنت أظن أنَّ الفتيان لا يقومون بأعمالهم الأكاديمية على أكمل وجه. في نظري، لم يكن من الممكن إتمام هذه المهمات وهم يشيرون هذا الكمّ من الضجة. إلّا أنني فهمت الآن أنَّهم ينجزون كل شيء وبشكل كامل. إنَّهم يشاركون في الصف ويتعلمون باستمتاع شديد. كان ذلك بمثابة مفاجأة، وتعلّمت الكثير ممّا سمعته في الجلسة التدريبية. أصبحت اليوم أستمع بحماسهم. أجلس إلى الطاولة وأطرح بعض الأسئلة ومن ثمَّ أشاركهم الحماس نفسه.

إنَّ هؤلاء الفتيان مذهلون. قد لا يعبرون عن حكمتهم من خلال استخدامهم للكلمات. إلّا أنني غدوت قادرةً على الإحساس بهذه الحكمة وبفضوليتهم وحبّهم للتعلّم، وأصبح ذلك ممكناً بعدما بتّ أعي أنَّ لديهم مواهب ومهارات أخرى. من المؤسف أنَّ النظام التعليمي الحديث لا يلتفت إلى الكثير من هذه القدرات المذهلة التي يتمتع بها الذكور».

## الفصل الخامس

### إزالة العوامل البيئية الضاغطة من حياة الأولاد

لكل ما نقوم به مع أطفالنا وحولهم تأثير إيجابي أو سلبي على طريقة تفكيرهم. إنّ عقولهم شديدة التأثر بجميع ما يأكلونه أو يشربونه أو يشاهدونه على شاشة التلفاز أو يلمسونه أو يسمعونه.

دانييل آيمين، مؤلف كتاب «غير طريقة تفكيرك لتتغير حياتك»

أذكر المرة الأولى التي قرأت فيها كتاباً عن الدماغ في العام 1981. كان كتاباً عن علم الأعصاب فيه شرح عن وظائف الدماغ وأجزائه وقشرته وعن تطوره عبر ملايين السنين. احتوى الكتاب على مواضيع كانت يومها غامضةً بالنسبة لي - تكوين الدماغ من عدد كبير من الأعصاب كعدد النجمات في المجرة؛ كون الدماغ العضو الوحيد في جسم الإنسان القادر على إلحاق الأذى بنفسه؛ تفاعل أدمغتنا مع الكون ومع العالم الخارجي وتأثيرهما على بعضهما البعض من خلال ما نقوم ونشعر ونفكر به. بالنسبة إلى طالب جامعي مثلي يدرس الفلسفة والأدب وعلم النفس، كان الدماغ أكثر ما أدهشني في الإنسان ممّا جعلني أقيّم كلّ ما تعلّمته في العقدين التاليين وفقاً إلى تماشيه مع ما تعلّمته عن دماغ الإنسان.

تذكرت ذلك الكتاب الأوّل الذي قرأته عن علم الأعصاب وتذكّرت الشغف

الذي وُلِّد في داخلي خلال جلستي الأخيرة مع دانييل آيمين، وهو طبيب متخصص بالأمراض النفسية والعصبية. يعالج آيمين الأطفال والبالغين ويزيل الضواغط من حياتهم بشكل ناجح وفعال من خلال اعتماده على صور الأشعة التي تظهر الصحة الفيزيولوجية لأدمغة المرضى. تكوّنت بيني وبين دانييل، خلال السنتين الماضيتين، معرفة مهنية، وذلك عبر تواصلنا على شبكة الإنترنت وعلى الهاتف. التقينا أخيراً على مائدة غداء في مطعم في سبوكاين.

قال لي دانييل إنّه لا يعالج أي مريض يعاني من اعتلال في الدماغ دون تصويره بالأشعة. أعتقد أنّ هذا المبدأ شديد الأهمية وقد بدأنا القرن الواحد والعشرين. تعتمد عيادات آيمين على هذا المبدأ للتأكد من دقّة ووضوح أيّ تشخيص اعتلالات الدماغ. (سنعطي شرحاً مفصلاً عن اعتلالات الدماغ لدى الأطفال في الفصل التاسع). خلال محادثتنا، أطلعني دانييل على النتائج الإيجابية الكثيرة التي وصلت إليها عياداته الأربعة المنتشرة حول الولايات المتحدة، وذلك في ما يختص بالاستراتيجيات التي يجب الاعتماد عليها للوصول إلى صحة الدماغ. كما وأخبرته عن النتائج التي وصلنا إليها في مركز غوريان للأبحاث لتوفير البيئة الأفضل في المنزل وفي المدرسة، وذلك من خلال أبحاثنا العملية التي تتشابه والأبحاث التي يقوم بها هو وغيره والتي سنطلعكم عليها في هذا الكتاب.

تذكرت ودانييل أول كتاب عن علم الأعصاب قرأه كلُّ منّا هو في كلية الطب، وأنا أثناء القيام بأبحاثي العلمية. شمل هذان الكتابان معلومات مهمة، إلا أنّ دانييل وافقني الرأي بأنّ معظم كتب علم الأعصاب لا تدرّب القراء على كيفية حماية صحة الدفاع عند الأطفال. أشار دانييل إلى أهم عناصر صحة الدماغ التي لا تتحدث عنها الكتب وهي العلاقات الوثيقة مع الآخرين والحاجة إلى حماية الأطفال من أية إساءة. أطلعت على ما توصلت إليه وهو أنّ أهم كتابين في

عالم علم النفس التربوي لا يتطرقان إلى أي تحليل عن مدى تأثير البيئة التعليمية على صحة دماغ الفتيات والفتيان، وعن اختلاف هذا التأثير بين الجنسين. كما وكان لنا الرأي نفسه بما يتعلق بالطعام والبرامج التلفزيونية وعدم تطرق معظم الكتب إلى تأثيرهما على صحة الدماغ.

يعتقد دانييل أنه من الصعب الاهتمام بصحة دماغ الطفل، فتى كان أم فتاة، إن استمرت كتبنا بعدم التركيز على كثير مما يواجهه دماغ الأطفال من عوامل ضاغطة. أضاف دانييل: إن على الأهل والمدرسين الانتباه بشكل أكبر إلى هذه العوامل التي تضغط على الدماغ والتي تتواجد في المنازل والمدارس. نأمل أن يمنحك كتاب دانييل «غير طريقة تفكيرك لتغيير حياتك»، إضافة إلى الكتاب هذا، معرفة أكاديمية عن الدماغ، خصوصاً وأن هذه المعرفة ضرورية ومبنية على أحدث الأبحاث المتعلقة بصحة الدماغ عند الأطفال.

### تعزيز الصحة العقلية والفكرية

لقد قمنا في الفصول الأربعة السابقة بمناقشة الصحة العقلية والفكرية دون استخدام عبارات علمية دقيقة أو تفاصيل واضحة. تحدثنا حتى الآن عن العناصر البيئية التي تحمي عقل الفتيان وقدرتهم التعليمية. تطرقنا إلى إمكانية التأثير على وظائف الدماغ من خلال توثيق العلاقات الإنسانية، الحماية من أية إساءة قد يتعرض لها الفتى، تأمين بيئة تعليمية تتوافق واحتياجات الفتيان، إضافة إلى الانتباه إلى اختلاف الدماغ بين الجنسين. ما لم نعلم به حتى الآن هو تحديد أجزاء الدماغ التي تؤثر بشكل سلبي أو إيجابي على قدرة الفتى على التعلم. لقد حان الوقت لمناقشة هذا الموضوع بشكل مفصل.

لقد قام مركز غوريان للأبحاث بتدريب المدارس والأفراد ولفت نظرهم إلى تأثير اثنين من العوامل التي تضغط على دماغ الفتيان وتؤثر على وظائفهم

اليومية، وهما التغذية وما يشاهدونه من برامج تلفزيونية وألعاب فيديو وأفلام وبرامج كمبيوتر. أضاف د. دانييل آيمين إلى هذين العاملين عاملاً ثالثاً، شكره على لفت نظرنا إليه.

### الإصابات التي يتعرض لها الدماغ

إن العامل الذي أضافه آيمين وعياداته إلى لائحة العوامل الضاغطة على النمو الفكري والعقلي عند الأولاد هو انتشار الإصابات التي يتعرض لها الدماغ. يقوم آيمين وفريق عمله بتصوير أدمغة الفتيان بواسطة الأشعة وإيجاد الكثير من الإصابات المذهلة التي يعتبرونها أساساً للكثير من المشكلات التعليمية والسلوكية التي تعاني منها العائلات والمدارس مع الأطفال. يعتبر آيمين أنه من المنطقي أن يكون الفتيان أكثر عرضةً لهذه الإصابات من الفتيات، خصوصاً وأنهم أكثر حركةً منهنّ، ممّا يزيد من نسبة تعرّضهم إلى حوادث جسدية كتلك التي تصيب الرأس. إنّ طبيعة معظم الرياضات التي يقوم بها الفتيان والتي تميل إلى العنف تزيد من احتمال تعرّضهم إلى إصابات كهذه.

شرح لي آيمين تغيير عملية التشخيص التي تتم في عياداته وذلك نتيجةً للمعلومات الجديدة التي يتوصلون إليها عبر دراستهم للدماغ وللإصابات التي يتعرض إليها:

منذ حوالي عشر سنوات، وعند معاينة أيّ ولد يعاني من نوبات غضب أو من اضطرابات أخرى، كان أوّل ما ينصبّ اهتمامنا عليه هو عائلته وأفرادها. على سبيل المثال، إن واجهتنا حالة ولد يتصرّف بعنف، كنّا نطلب من أفراد عائلته حضور جلسات علاجية خاصة. لم يكن ذلك أمراً سيئاً أو من دون فائدة، إلا أنّنا الآن، وبعد استعانتنا بصور الأشعة، بدأنا نكتشف أنّ بعض هؤلاء الأولاد يعاني من إصابات في الدماغ. لذا، لم تعد الأمور غامضة كما كانت سابقاً وأصبح كل

شيء واضحاً بسبب هذه الصور. أصبحنا قادرين على معرفة إن كان الولد قد تعرّض لإصابة في الدماغ وذلك بعد بضعة ساعات من وصوله إلى عياداتنا. بعد رؤية الإصابة، لم يعد علينا محاولة حلّ المشكلة مع العائلة لمدة سنة أو سنتين قبل معرفة إن كان الولد وعائلته يعانون من خلل مسبب لاضطرابات الابن. أصبحنا الآن مسلّحين بصورة الأشعة التي حوّلت مهمتنا من مهمة نفسية علاجية إلى مهمة محورها الإصابة.

استناداً إلى آيمين، هناك مليوناً أميركي يعانون من إصابات في الدماغ، ومعظمهم لا يدري بوجودها. إن كان الولد يتصرّف بشكل غريب في المنزل أو في الصف، وإن لاحظتم تغييراً في تصرفاته، فقد يكون ذلك دلالةً على وجود إصابة في الدماغ. إن كان الولد يعاني من مشكلة في التعلّم (سنتطرق إلى الصعوبات التعلّمية في الفصل التاسع)، فقد يكون السبب إصابةً في الدماغ. الأمر نفسه ينطبق على الولد الذي يستمرّ بالتحرك في الصف وبافتعال المشكلات مع الآخرين. الإصابة المسببة لهذه الاضطرابات قد تكون نتيجة لضربة قوية أو خفيفة تعرض لها الرأس خلال حوادث مختلفة نذكر منها:

. سقوط الولد من على أرجوحة أو شجرة ممّا تسبب بضربة على الرأس أو على العنق.

. تعرّضه للضرب على رأسه من قبل شخص ما .

. تعرّضه لحادث سيارة أو درّاجة نارية.

في ظروف كهذه، تتأثر صحة دماغ الولد بقوة الضربة التي تسبب بها الحادث، ممّا يؤدي إلى مشكلات تعلّمية. من الممكن التفكير باحتمال لوجود إصابة في الدماغ من خلال التحدث عن السنوات الأولى في حياة الابن وذلك مع الأهل أو المربّين أو مع الولد نفسه إن كان بعمر يسمح له بالتعبير عن أفكاره

بشكل واضح ودقيق. إن اكتشاف الأهل أن هناك احتمالاً لوجود إصابة، فينبغي مراجعة شركة التأمين لتوافق على تغطية تكاليف صور الأشعة الخاصة بالدماغ، ذلك إن لم تكن العائلة قادرة على تحمّل المصاريف.

من الممكن تجنّب التعرّض للإصابة في معظم الأحيان كتلك الناتجة عن العنف. إلاّ أنّ ذلك غير ممكن في جميع الحالات، خصوصاً وأننا لا نستطيع منع الأطفال من اللعب والركض وركوب الدراجة الهوائية. يمكننا أن نحاول حماية الأطفال ولكننا لا نستطيع منع جميع الحوادث من الوقوع. في الكثير من الأحيان، لا يكون بمقدرتنا الحفاظ على درجة معيّنة من الأمان تضمن عدم حدوث الإصابات. كلّ ما يمكننا القيام به هو التوصل إلى تشخيص دقيق والتصرف على أساسه لإيجاد الحلول المناسبة.

إلاّ أننا نستطيع تجنّب مصدر واحد لإمكانية تعرض فتياننا (أو فتياتنا) للإصابات في الدماغ. قام آيمين بتشبيه الدماغ بالزبدة وبدقّة الوصول إلى درجة لزوجة معيّنة لها. من الضروري أن ندرك أن الأطفال غير متشابهين وأنّ إمكانية تعرضهم للإصابة تختلف في ما بينهم وإن كانت الظروف متشابهة. من الضروري أن نتذكّر أن الفتيات كالفتيان معرّضات للإصابة، إلاّ أنّ الفتيان أكثر عرضةً لذلك بسبب طبيعتهم الأكثر مغامرةً وعدوانية.

عندما ناقشت وآيمين سبب ارتفاع نسبة الاضطرابات التعلّمية، الحركة المفرطة والنقص بالانتباه والمشكلات الفكرية الأخرى في العقدتين الأخيرين، وضعنا لائحة من الأسباب (وستتطرق إلى جميعها في مختلف أجزاء الكتاب). فاجأني أحد العوامل التي تحدث عنها آيمين وهي مسألة الإصابات الناتجة عن الحوادث الرياضية. لم ينفِ أنّه ليس من إثبات علمي بأنّ هناك صلة بين الإصابات الرياضية وزيادة الاضطرابات الفكرية، إلاّ أن باعتقاده، وبعد خبراته

التي تصل إلى حوالي ثلاثين سنة، أنّ لهذه الإصابات الرياضية وخصوصاً ضرب الكرة بالرأس أثراً كبيراً في ارتفاع نسبة الاضطرابات.

بالرغم من لجوئكم إلى الخبراء، فإنّ القرار الأخير يعود إليكم. لقد بدأنا هذا الفصل بملخص عن آراء آيمين وخاصةً ما يختص بإصابات الدماغ. نأمل أن يكون ذلك قد ساعدكم كأهل أو كمدربين على الانتباه إلى الفكرتين التاليتين وذلك في تعاملكم مع أطفال يعانون من اضطرابات تعلّمية أو سلوكية.

. قد تساعدكم صور الأشعة على تحديد القسم الذي يعاني من خلل ما في الدماغ. كما وقد تشير هذه الصور إلى احتمال وكيفية حصول الإصابة، إلى نسبة تأثيرها على الولد وإلى ما جعلها شديدة التأثير عليه.

. حماية رؤوس أطفالنا هي من الأوليات الأساسية والضرورية خصوصاً وأنّ حياتهم اليومية مليئة بالرياضة ككرة القدم التي تزداد شعبيتها يوماً بعد يوم.

بما أنني أعشق كرة القدم وأمارس هذه الرياضة مرتين أسبوعياً مع فريق مؤلف من مجموعة رجال، أستطيع الاعتراف بأنني لم أتألم عندما أضرب الكرة برأسي، خصوصاً وأنها تأتي إليّ عادةً بسرعة هائلة. أشعر عندها، والأدريينالين يتدفق في عروقي، أنني غير قادر على إيقاف نفسي من ضرب الكرة، بالرغم من شعوري بعد ذلك وكأنّ دماغي سيتناثر داخل جمجمتي. أشعر بكلّ هذا وأنا في السابعة والأربعين من عمري، لذا أستطيع أن أتخيّل ما يحصل برؤوس الأطفال وبرقابهم وعمرهم لا يزيد على الخامسة أو العاشرة.

إنّ الحذر من جميع أنواع الحوادث التي قد تصيب الرأس أمرٌ بغاية الأهمية قد ينقذ الطفل من محنة تعلّمية. تقوم الصفحتان الإلكترونيتان التاليتان بمناقشة جميع المسائل المتعلقة بكرة القدم والضربات الرأسية:

<http://www.safety-council.org/info/sport/soccer/html>

<http://www.med.unc.edu/chms/projectsSH/htm>

## التلفاز وشرائط الفيديو وألعاب الفيديو والكمبيوتر

كنت أشاهد في صغري البرامج التلفزيونية باللونين الأبيض والأسود، وكانت هناك أربع محطات تلفزيونية فقط وهي: أن بي سي، آي بي سي، سي بي أس وبي بي أس. كان التقاط الجهاز لهذه المحطات سيئاً في معظم الأحيان مما تسبب بعدم وضوح الصورة. كانت البرامج التلفزيونية، مثل «جزيرة غيلغان» و«المهمة المستحيلة» و«رجل عبر النجوم» (ستار تريك)، هي مصدر سلوتي ونشوتي التي أرى أبنائي يشعرون بها الآن عند مشاهدتهم لبرامج مماثلة. في تلك الأيام، كانت رؤية إشعاع شاشة التلفاز الأزرق في كل منزل ظاهرة في مختلف أرجاء البلاد. كنت مثلكم أشاهد التلفاز لمدة ساعة أو ساعتين يومياً.

لقد تغير الوضع الآن. يمكنكم الاطلاع على الإحصائيات في «هل كنت تعلم؟».

لا بد وأن الجميع قد قرأ التقارير التي تشدد على أن مشاهدة التلفاز وشرائط الفيديو، إضافة إلى استخدام الكمبيوتر، تزيد من المشكلات الصحية ومنها البدانة. لكن هناك معلومات جديدة غير متداولة بالشكل نفسه وهي تُشير إلى علاقة بين مصادر التسلية هذه وارتفاع نسبة المشكلات النفسية والتعلمية عند الأطفال وخاصةً عند الفتيان.

### العلاقة بين مصادر التسلية ونمو الدماغ:

يشير ديميتري كريستاكيس أنه، ومن خلال دراسته للدماغ في مستشفى الأطفال وفي المركز الطبي المحلي في سياتل، قد استنتج أن الدماغ بحاجة إلى اللمس والسمع والنظر والشم والتذوق. إن لم يتم التفاعل بين الحواس الخمس والبيئة الخارجية، فإن أنسجة الدماغ لن تنمو بالشكل الصحيح. يضيف كريستاكيس أن أهم مرحلة يجب أن تتفاعل فيها هذه العناصر مع بعضها

هي السنوات الثلاث الأولى. في هذه المرحلة، تكون الوظائف التجريدية في الدماغ غير مكتملة النمو، مما يزيد من التأثير السلبي للتلفاز والفيديو والكمبيوتر على الأطفال. إلا أن كريستاكيس وجد من خلال أبحاثه أن خطورة المسألة هذه تنطبق على مختلف المراحل التي يتم فيها نمو الدماغ والتي تمتد حتى العقد الثالث من العمر.

من خلال دراستهم لنمو الدماغ ولتأثير التلفاز والفيديو والكمبيوتر عليه، أظهر كريستاكيس وباحثون آخرون أن مشاهدة الصور تتحرك على الشاشة قد تؤدي إلى مشكلات تعليمية تستمر مدى العمر. في عدد نيسان/أبريل 2004 من مجلة طب الأطفال، قدّم د. كريستاكيس بحثاً قام فيه بمراقبة ألفين وستمئة طفل من الولادة وحتى السابعة من عمرهم. توصل كريستاكيس في هذه الدراسة إلى أن احتمال إصابة الطفل بالحركة المضطربة والنقص بالانتباه تزداد بنسبة عشرة بالمئة مع كل ساعة يقضيها الطفل أمام شاشة التلفاز. إن ذلك رقم شديد الخطورة!

لمساعدة أولادنا على النجاح في المدرسة وفي الحياة، علينا كمدربين وأهل وفرق عمل تربيّة أن نكون أكثر حذراً ممّا نحن الآن عند تحديدنا للوقت الذي نسمح لأولادنا فيه بمشاهدة التلفاز أو الفيديو أو باستخدام الكمبيوتر. لم تكن هذه المسألة أمراً يدعو إلى القلق في زمن أسلافنا. كان أطفالهم يتعلمون من الطبيعة ومن لمس الأشياء واختبارها بأنفسهم. بالرغم من إيجابيات التطور الصناعي والمكننة في مجالات الترفيه والتسلية والطب، فإن ذلك التطور قد قلّص عدد الفرص المتاحة للأطفال والتي تعمل على نمو الدماغ. يعاني بعض أطفالنا من عدم القدرة على التركيز ومن مشكلات أخرى لأنهم لم يستخدموا حواسهم لاختبار ما حولهم ولتعلم الأشياء بأنفسهم.

### هل كنت تعلم؟

- يمضي الطفل الأميركي سنوياً حوالي 900 ساعة في المدرسة، ولكنه يمضي 1.023 ساعة في مشاهدة البرامج التلفزيونية.
- إن معدل مشاهدة التلفاز في المنازل الأميركية يصل إلى 6.7 ساعات يومياً.
- عند بلوغ ابنكم الثامنة عشرة من عمره، يكون قد أمضى 22 ألف ساعة في مشاهدة التلفاز وتلك مدة تفوق الوقت الذي يمضيه الفتى في أي نشاط آخر باستثناء النوم.
- يصل عدد أشرطة الفيديو والأفلام التي تستأجرها كل عائلة أميركية إلى ضعف عدد الكتب التي تتم مطالعتها.
- عند بلوغ ابنكم السادسة عشرة من عمره، يكون ابنكم قد شاهد مئتي ألف فعل عنيف على شاشة التلفاز، ويصل عدد جرائم القتل فيها إلى 33 ألف جريمة.
- في غرف ربع الأطفال الأميركيين (تحت عمر السنتين) جهاز تلفاز.
- يمضي ثلثا الفتيان في المرحلة التمهيديّة ساعتين أو أكثر وهم يشاهدون التلفاز يومياً. ويشكل هذا الرقم ثلاثة أضعاف الوقت الذي يمضونه وهم يقومون بالمطالعة.

تظهر صور الأشعة كتلك التي تؤخذ في عيادات آيمين أنّ تحفيز الدماغ على العمل من غير حاجة الإنسان إلى الحركة تؤدي إلى نموّ خلال في الدماغ وفي مناطق النمو الأساسية فيه كتلك المسؤولة عن القدرة على التركيز. سنشرح لكم الآن كيف يتم ذلك.

إنّ مشاهدة التلفاز وشرائط الفيديو أو استخدام الكمبيوتر لا تتطلب من

الإنسان أيّ مجهود، لذا فإنّها لا تحفز وظائف الدماغ المسؤولة عن التركيز على العمل. لذا، فالدماغ غير مضطر إلى العمل عضوياً للوصول إلى درجة معينة من التركيز. بما أنّ الدماغ في هذه الحالة لا يكون نشيطاً ولا يتفاعل مع البيئة الخارجية، فذلك يعني أنّه لا يشعر بما يمسّ جلده، لا يسمع الأصوات التي حوله ولا يقوم بأيّة وظيفة تتطلّب درجةً معينة من التركيز. وتعتمد على عمل الحواس جميعها في الوقت نفسه. إنّ تقنيّة التلفاز تؤثر بشكل مفرط على الأعصاب وخاصةً على حاستي النظر والسمع، إلّا أنّها لا تتطلب أية حركة جسدية. لذا فإنّ التلفاز يقوم بنصف وظيفة الدماغ، وبسبب ذلك، فإنّ الدماغ لا ينمو بشكل كامل ولا يستفيد من المؤثرات البيئية التي تساعده عادةً على النمو السليم عندما يكون عضواً فعّالاً.

تؤثر هذه المشكلة على الذكور والإناث إلّا أنّ التأثير على الذكور أكبر، خصوصاً وأنّ نموّ الدماغ عندهم لا يتمّ بدون حركة جسدية. بما أننا نعرف الكثير عن طبيعة الدماغ الذكوري، فإنّ ذلك يجعلنا نتوقّع أن الفتيان هم أكثر من يعانون من عدم القدرة على التركيز ومن الحركة المفرطة. لا تنمو أقسام الدماغ المسؤولة عن هذه الوظائف بشكل سهل أو طبيعي كما يجري مع الفتيات، لذا فإنّهم معرّضون بشكل أكبر إلى مشكلات التركيز المرتبطة بوسائل التسلية وبالمؤثرات البيئية التي لا تتطلب أية حركة جسدية أو أيّ مجهود.

### وضع حدود ملائمة:

إن كنت أباً أو أمّاً لولد، نأمل أن تتّخذ الإرشادات المعطاة في قسم الاقتراحات التالي.

ارتأى أحد الآباء في ورشة عمل أشرفت عليها كاثيري بأنّ الاقتراحات التي تقدّمها صارمة ومتشدّدة. إنّ دعم النتائج الطبيّة والعلميّة لآرائنا لم يغيّر وجهة

نظرة التي تتضارب واقتراحاتنا. إذ إنه اعتبر أن تعرّض أولاده لمختلف الأمور في صغرهم يضمن وصولهم إلى درجة كبيرة من النضج والوعي. عند وصولهم إلى سنّ المراهقة، يكونون قد اكتسبوا معرفةً واسعة تشمل معظم التفاصيل الحياتية، ممّا يؤكد كونهم أشخاصاً أكثر استقلالاً ونضجاً في المستقبل.

إنّ وجهة النظر هذه هي مسألة مهمة وعميقة على الأهل والمدرّسين التفكير فيها. بما أنّه قد تمّ التأكيد على وجود صلة مباشرة بين وسائل التسلية وارتفاع إمكانية وقوع مشكلات تعلّمية، فإنّ التفكير في الاعتدال بات أمراً لا بدّ منه. إننا نعتقد وبشدة بأن سلامة الولد العاطفية والنفسية والتعلّمية أكثر أهمية من أي استقلال أو وعي قد يكتسبهما من مشاهدة التلفاز أو استخدام الكمبيوتر بشكل غير محدّد، وخصوصاً في صغره.

عبّر والد آخر عن تفهمه لتشدّدنا بما يختص بالتلفاز، إلّا أنّه لم يوافقنا الرأي بما يتعلق بالكمبيوتر. قال إنّه يريد أن يكون ابنه ماهراً في استخدامه للكمبيوتر في أبكر عمر ممكن، خصوصاً وأنّ ذلك سيضمن له الأفضلية في المدرسة وأنّ هذه التكنولوجيا هي المستقبل. لم يكن هذا الأب على علم بما أظهرته عالمة النفسية جاين هيلي، من خلال دراستها التي تحمل اسم «الفضيل في التواصل»، أثبتت هيلي بأنّ الولد، وإن بدأ باستخدام الكمبيوتر بعمر المراهقة، سيكتسب المهارات نفسها التي يملكها أي ولد آخر بدأ باستعمال هذه التكنولوجيا في عمر مبكر. لذا، فإنّ المهارة في هذا المجال لا تعتمد على بدء استخدام الكمبيوتر في عمر مبكر. توصلت جمعية التحالف من أجل الأطفال في دراسة قامت بها في العام 2004 إلى النتائج نفسها التي أظهرتها هيلي.

بما أنّه أصبح من الواضح أنّ للاستخدام المفرط للكمبيوتر وللتلفاز ولوسائل التسلية الأخرى تأثيرات سلبية على نموّ دماغ الأولاد، نأمل أن يأخذ جميع الأهل هذا الأمر بعين الاعتبار وأن يتخذوا التدابير الوقائية اللازمة.

## منع الأولاد من مشاهدة التلفاز:

لا بدّ وأنكم سمعتم الكثيرين يقولون إنهم بحال جيّدة بالرغم من مشاهدتهم للتلفاز في صغرهم. أمّا أنا، فلقد شاهدته باعتدال في صغري وها أنا بصحة لا بأس بها. إن قرر أهلي التخلص من التلفاز وإزالته من المنزل لاشتدّ غضبي كما كان ليحصل مع أيّ ولد آخر.

ماذا يحصل فعلاً في المنازل والمدارس عندما يُزال التلفاز من حياة الأطفال؟ قرّرت إحدى الباحثات محاولة الإجابة عن هذا السؤال وهي د. باربرا بروك، وهي أستاذة محاضرة لمادة إدارة وسائل الاستجمام في جامعة واشنطن الشرقية. تطوّع خمسون طالباً من الصفين الرابع والسادس وتوقفوا عن مشاهدة التلفاز لمدة ثلاثين يوماً. (كان عدد الساعات التي كانوا يمضونها في السابق وهم يشاهدون التلفاز بين الساعتين والأربع ساعات). كانت موافقة الأهل والمدرّسين على هذه الدراسة أمراً مهماً حصلت عليه بروك التي أشارت أيضاً بأنّ المدرّسين طلبوا ألاّ يجلس الأولاد أمام أية شاشة كانت لمدة ثلاثين يوماً، توقف الأطفال عن مشاهدة التلفاز، استخدام الكمبيوتر واستعمال ألعاب الفيديو.

توصلت بروك إلى النتائج التالية:

من المفاجئ أنّ 75 بالمئة من المشاركين استطاعوا أن يمضوا في المسألة لمدة ثلاثين يوماً، وكانت النتائج مذهلة:

. تحسّناً ملحوظاً في الدرجات المدرسية.

. تحسّناً ملحوظاً في النوم.

### اقتراحات

- تتصح المنظمة الطبية الأميركية إضافةً إلى المنظمة الأميركية للطب النفسي بعدم مشاهدة الأطفال للتلفاز قبل بلوغهم السنتين من عمرهم.
- لا تسمحوا للفتى بوضع جهاز تلفاز في غرفته في طفولته أو حتى في مراهقته.
- عندما تسمحون لابنكم باستخدام ألعاب الفيديو، حدّدوا المدة التي تقبلون بها والجوؤا إلى استعمال ساعة إن لزم الأمر.
- شاهدوا التلفاز مع ابنكم وحدّدوا البرامج التي تتناسب ونموّه. بعد ذلك، ناقشوا ما شاهدتموه مع الطفل.
- تجنّبوا استخدام أفلام الفيديو كوسائل تلهي الطفل في بعض الأحيان. إن اعتاد الفتى على ذلك، فإنّه قد يولّد لديه مشكلات أكاديمية في المستقبل.
- اعملوا على ألاّ يتعلّق الفتى بالكمبيوتر منذ صغره. تشجّع النظريات التربوية الحديثة على أن يستخدم الطفل في الثالثة من عمره الكمبيوتر لدقائق معدودة يومياً. إلاّ أنّ استخدامه له لساعة أو ساعتين قد يؤدي إلى التأثيرات السلبية نفسها التي تتسبّب بها البرامج التلفزيونية وألعاب الفيديو. قد يحدث ذلك ضرراً في قدرة الفتى الفكرية.
- تجنّبوا اصطحاب الأطفال إلى السينما عندما يكون استيعابهم للفيلم أمراً صعباً، وخصوصاً عندما يكونون في الثانية والثالثة والرابعة من عمرهم. إن كنتم تعتبرون بعض مشاهد الفيلم عنيفة، فإنّ ذلك يعني أنّها ستكون شديدة العنف بالنسبة إلى الأطفال. عليكم الالتفات إلى أن الأطفال غير قادرين على التركيز على أية وظيفة بما في ذلك مدّة الفيلم الواحد. ليتعلّم الطفل بشكل جيد، يحتاج دماغه إلى الحركة الجسدية، ممّا يعني أنّ تعلّمه سيتوقف أثناء

مشاهدته للساعة الأخيرة من الفيلم. سيخزن العنف ولكنه لن يتعلم من الفيلم إلا تقليد هذه الأفعال العنيفة في خياله أو حتى في حياته.

● عند بلوغ ابنكم عمراً تعتبرونه مناسباً لمشاهدة التلفاز أو أفلام الفيديو، تأكدوا من مشاهدتكم المسبقة لها. عليكم القيام بالأمر نفسه مع البرامج التلفزيونية. تحدثوا إلى أفراد الفريق التربوي أو إلى أهالٍ آخرين ومدربين وجيران للتأكد من أن ابنكم سيستفيد من مشاهدته للبرنامج. للفريق التربوي دور في الإشراف على كل ما يتعلمه الطفل ويتعرض إليه أثناء سنواته المبكرة.

. تحسناً ملحوظاً في المزاج.

. زيادة ملحوظة في الوقت المخصص للمطالعة.

. زيادة ملحوظة في الحركة الجسدية.

. زيادة ملحوظة في التفاعل مع أفراد العائلة.

كما ورأت بروك بأنّ النشاطات الثلاثة البديلة للتلفاز كانت:

. اللعب في الخارج.

. التحدث مع الأصدقاء وأفراد العائلة.

. المطالعة والرسم والألعاب.

لاحظت بروك وفي اثنتين من النشاطات البديلة أمراً شديداً الأهمية لنمو الدماغ. أمضى الأطفال الذين توقفوا عن مشاهدة التلفاز وقتاً أطول وهم يختبرون ما حولهم بحواسهم وبأجسامهم. تذكر بروك في كتابها «لا مشكلة إن اختفى التلفاز من حياتنا» دراسةً أخرى قام بها توماس روبنسون من جامعة ستانفورد في العام 2002. شارك تسعمائة طفل في دراسة روبنسون التي كان أساسها تقليص مدة مشاهدة التلفاز إلى ست ساعات أسبوعياً. بعد ستة أسابيع

من بدء الدراسة، توصلت الدراسة إلى انخفاض اللغف الكلامي والجسدي تصل نسبته إلى 25 بالمئة. وفي العام 2004، توصل الباحثون إلى نتائج إيجابية في دراسة كان محورها تقليص الوقت الذي أمضاه طلاب روضة الأطفال بمشاهدة التلفاز في الصف، وذلك في حي كوبرز في نيويورك.

في خلاصة دراسة بروك، تقول: إن إطفاء جهاز التلفاز طوال الوقت أمر غير معقول وإن ما لا شك فيه هو قيمة الكمبيوتر وأهميته والمتعة التي تمنحها ألعاب الفيديو للأطفال. إن الدراسات لا تطلب إجراءات متطرفة وقاسية بل تحثنا على الانتباه إلى المسألة بشكل أكبر، خصوصاً وأن ما يؤثر على تكوين أطفالنا وعلى كيانهم هو ما يقومون به. ينطبق هذا الأمر على ما يشاهده الأطفال من برامج تلفزيونية وعلى ما يفعلونه في أوقات فراغهم، وحتى على ما يأكلونه ويشربونه.

### تأثير ما يأكله الولد ويشربه

ها نحن قد بدأنا قرناً جديداً يحمل معه تطورات صناعية كثيرة، ولكن علينا ألا ننسى أن 16 بالمئة من الأطفال الأميركيين يعانون في هذا القرن من البدانة. إن العنصرين اللذين يساهمان في زيادة نسبة البدانة بين الأطفال هي: (1) وسائل التسلية التي سبق وتحدثنا عنها و(2) ما يأكله الأطفال ويشربونه.

### ما نعرفه الآن: طرح الأسئلة المناسبة:

كتب تيري وهو أب من يوتاه رسالةً إلى مركز غوريان للأبحاث يقول فيها إن كل مرة يذهب فيها إلى مطعم يقدم الوجبات السريعة، يتساءل إن كان أباً صالحاً. قرأ تيري كتاباً اسمه «بلد الوجبات السريعة» فيه عرض شامل وكامل عن مدى تأثير الوجبات السريعة على بلدنا وعلى أطفالنا. في هذا الكتاب، يتحدث المؤلف عن الموضوع وكأننا نسمم أطفالنا ومجتمعنا بواسطة ذلك الطعام.

بعد مطالعته لهذا الكتاب، شاهد تيري فيلماً وثائقياً عن الوجبات السريعة وأرعبه ما قدمه هذا الفيلم. في نهاية رسالته، وبعد شرح ما يلوج في نفسه من تساؤلات، طلب تيري من مركز غوريان الإجابة على السؤال التالي: «ما هي حقيقة تأثير الطعام على الأطفال؟».

منذ عشرين عاماً، لم نكن نحمل جواباً لهذا السؤال. في صفري، كنت أجلس أمام جهاز التلفاز وأنا ألتهم البطاطس. لم يتوفر لأهلي عندها معلومات أو إرشادات واضحة. عندما كانت كاثي تساعد ابنها كارل مايكل على حلّ مشكلاته التعلّمية، لم تكن تعي أيّ جزء من نظامه الغذائيّ ساهم في تفاقمها.

من حسن الحظّ أنّ الأبحاث المتعلّقة بالدماغ قد قامت بتوضيح تأثير الأنظمة الغذائية غير المدروسة على السلامة الفكرية وعلى القدرة التعلّمية. لقد أعلنت الجمعية الأميركية الطبية إضافةً إلى مجموعات طبية أخرى أنّ هناك صلة بين ما نأكله ونشربه من جهة وطريقة تفكيرنا من جهة أخرى.

سنقدّم لكم الآن أربعة أسئلة يطرحها الفريق في مركز غوريان على الأهل ليفكروا بها، إذ أنّ الإجابة عليها قد تغيّر تجربة الطفل التربوية.

السؤال الأول: هل يشرب ابني ما يكفي من المياه؟

تشكل المياه حوالي 80 بالمئة من تكوين الدماغ، لذا فإنّه يحتاج يومياً إلى مياه عذبة ونظيفة للوصول إلى أفضل مستويات التعلّم. بالرغم من أنّ بعض المشروبات الأخرى قد تروي عطش ابنكم، إلا أنّ المياه وحدها قادرة على أن تروي الدماغ! إنّ الجسم يمتصّ المشروبات الغازية والشاي المتلجّ وعصير الفاكهة على أنّها أطعمة، وإن كانت هذه المشروبات تحتوي على الكافيين (كالمشروبات الغازية والكثير من أنواع الشاي)، فإنّها مدرةٌ للبول وتقلّص كمية المياه في الجسم.

يتسبب العطش بمشكلات تعلمية لأنها ترفع مستوى الكورتيزول، مما يؤثر الطالب. يجري الكورتيزول في الدماغ ويجعل من عملية التركيز أكثر صعوبة. من الممكن أن يتم خفض مستوى الكورتيزول في غضون خمس دقائق من شرب المياه.

من خلال مساعدة ابنكم ومن صغر سنّه على شرب كمية أقل من المشروبات «السيئة» وكمية أكبر من المياه، يمكن له أن يتعلم بطريقة أفضل مهما كان الموضوع الدراسي. كما وأنه يكتسب بواسطة ذلك عادات غذائية تساعد دماغه بشكل أكبر وتؤثر إيجابياً على جسمه بشكل عام عند ذهابه إلى المدرسة. شرب كمية أكبر من المياه يحثّه أيضاً على التصرف بطريقة أفضل في مختلف المراحل المدرسية إذ إن ذلك يحسّن عمل أقسام المخ المسؤولة عن تنظيم المزاج والسلوك.

يمكنكم أن تجعلوا الماء متوفراً لابنكم في المنزل حالما يصبح بعمر يسمح له بأن يمكسب بالأكواب بشكل جيد، مما يضمن ارتواءه عند الحاجة. عند وصوله إلى عمر مناسب، يمكنكم أن تضعوا في الثلاجة قارورة يمكنه شرب المياه الباردة منها بسهولة. عندما يبدأ الطفل بالذهاب إلى الحضانة، تأكدوا من أن يتم توفير المياه له بشكل منتظم. اسألوا طاقم العمل هناك عن كمية المياه التي تُعطى للأطفال مقارنةً بكميات المشروبات الأخرى، وأطلعوهم على رغبتكم بالأشرب ابنكم المشروبات الغازية. كما من المستحسن أن تطلبوا منهم أن يُعطى ابنكم يومياً كوباً واحداً فقط من عصير التفاح أو من أي مشروب مماثل. إن العصائر غير الطبيعية مليئة بالمياه المحلاة بالسكر وليس بالمياه الصافية وسنكلمكم بشكل أكثر تفصيلاً عن السكر بعد قليل. إن البرامج التعليمية الخاصة بالأطفال قد بدأت بالتركيز على معايير غذائية معينة تمنع مثلاً إعطاء الأطفال المشروبات الغازية، وإن هذه السياسة المتبعة ستساعد كل أطفالنا.

السؤال الثاني: هل يتناول ابني ما يكفي من مصادر البروتين؟

إنّ الفطور التقليدي الذي يتناوله أولادنا هذه الأيام هو قطعة من الحلوى مع

كوب من العصير غير الطبيعي. بالرغم من أن هذا الفطور هو أسهل ما يمكن إعطاؤه للولد، إلا أنه قليل التأثير على جهوزيته للتعلّم. لا يحتوي فطور كهذا على مياه نقيّة بينما فيه كمية كبيرة من النشويات التي تؤخر عمله الفكري وتزيد من صعوبة التركيز خلال النهار. إن البروتين هو ما يزيد من قدرته على التعلّم.

لقد قامت جوديث وورتمان، وهي عالمة باحثة في قسم العلوم الفكرية والعقلية في جامعة MIT، على دراسة الطرق التي تقوم من خلالها الحوامض الأمينية في البروتين بتعزيز التعلّم في الدماغ. التريوسين هو أحد الحوامض التي ترفع القدرة على التفكير، أمّا التربيتوفان فهو أحد الحوامض المهدّئة. هناك الكثير من الحوامض الأمينية غيرهما التي تساعد على الحؤول دون حدوث تأثير سلبي للسكر الذي يتناوله الأطفال عادة بانتظام.

إن المجتمع الياباني يشدّد على تناول البروتين وخاصةً الحوامض الدهنية التي يحتوي عليها السمك. هناك دراسات كثيرة تتمّ في اليابان وتظهر نتائج إيجابية، ومنها دراسة تمت مؤخراً وأظهرت أن لدى اليابانيين مشكلات تعلّمية أقل من تلك التي يعاني منها الأميركيون. تركّز هذه الدراسة على تقليص اليابانيين لسعرات الحرارية اليومية (وهي عند الأطفال اليابانيين ثلث تلك التي لدى الأميركيين) وعلى تأكيدهم على تناول البروتين. من المذهل أن هناك عدداً أقل من الاضطرابات الفكرية لدى الأطفال اليابانيين وأن متوسط العمر المتوقع هو 32.78 سنة للرجال و32.85 للنساء، وهذا أعلى رقم في العالم. يستهلك الأطفال اليابانيون سعرات حرارية ونشويات أقل، بينما يتناولون كميات أكبر من البروتين وخاصةً في الصباح. إن عاداتهم الغذائية هذه تساعدهم على تجنّب الكسل الفكري الذي تتسبب به النشويات وعلى حصولهم على ما يكفي من الحوامض الدهنية التي يحتاج إليها الإنسان ليتعلّم بشكل جيد.

إنكم وحدكم على معرفة بالمأكولات التي يفضلها ابنكم وبأية حساسية قد

يعاني منها وبأية مسألة أخرى خاصة به، إلا أن الإرشادات المذكورة في قسم الاقتراحات التالي تعطيك طرقاً سهلة للتأكد من حصول الدماغ على ما يكفي من البروتين.

### السؤال الثالث: هل يتناول ابني كميات فائضة من السكر؟

يعطي السكر شحنة كبيرة من الطاقة لمدة قصيرة إلا أنه يبدأ بعد ذلك بالتأثير سلبياً على القدرة التعلّمية. يعتبر تناول قطعة واحدة من الحلوى أو من أي طعام محلىّ أمراً مقبولاً، لكنّ تجاوز هذه الكمية يومياً قد يعرّض فكر الطفل للخطر (وقد يزيد من احتمال البدانة). لم يتناول أسلافنا كمية السكر نفسها التي نتناولها الآن. كانوا يأكلون ويشربون وفقاً لحاجات الجسم الطبيعية. بالرغم من أننا مختلفون عن أسلافنا، إلا أننا نستطيع أن نتعلّم منهم التجاوب

### اقتراحات

- أضيفوا زبدة الفستق إلى شطيرة ابنكم (أو اطلبوا منه القيام بذلك)، خصوصاً وأنّ هذه الزبدة تمنحه كمية لا بأس بها من البروتين.
- أبقوا وعاءً من الجبنة في الثلاجة، إذ إنكم تستطيعون وضعها على الخبز وتسخينها متى أردتم.
- اسلقوا البيض في نهاية الأسبوع لتكون متوفرة أثناء تحضيركم للأطباق خلال الأسبوع.
- اجعلوا اللبن والجبنة مأكولات متوفرة دوماً في ثلاجتكم. شجعوا ابنكم على تناولها.
- نظّموا مواعيد عملكم ليتسع لكم الوقت في بعض الأيام لتحضير فطور كامل ولتناوله مع ابنكم قبل ذهابه إلى المدرسة.

مع حاجاتنا وليس مع رغباتنا. من المؤكد أن الجميع يرغب بتناول الحلوى والاستمتاع بطعمها، إلا أن تأثيرها السلبي على التعلّم يحتمّ عليكم التجاوب مع حاجات ابنكم فحسب، خصوصاً وأنّ الهدف المرجو هو مستوى عالٍ من التعلّم والنموّ.

إنّ أكثر العادات خطورةً هو تناول السكر مباشرةً قبل الدرس إذ أنّ ذلك يشكل صعوبات على المستويين الفكري والسلوكي. إنّ السكر يؤخر عمل المناطق المسؤولة عن التعلّم في الدماغ ويرفع من مستوى الأدرينالين المطلوب ليجلس الولد ويتعلّم. إنّ هذا الأدرينالين يزيد من إمكانية وجود اضطرابات سلوكية عند الولد. قد يكون السكر بمثابة دفع داعم لمتسلّق الجبال إلا أنّ ذلك لا ينطبق على الطلاب.

السؤال الرابع: هل يتبع أفراد العائلة والطاقم العامل في المدرسة نظاماً غذائياً صحياً؟

من الضروري أن يتعلّم الولد عاداتٍ غذائيةً صحيةً كتناول فطور صباحي يغذّي الفكر ويساعده طوال سنواته المدرسية وفي حياته المستقبلية. من المهم أيضاً تأمين بيئة هادئة وخالية من التوتر يستطيع الولد فيها تناول فطوره وتحضير نفسه للمدرسة. إنّ حياتنا الصاخبة التي تغلب عليها السرعة لا تسمح بهذا الهدوء كل يوم إلاّ أنّه من الضروري أن يتمّ توفير هذه البيئة عدّة مرات في الأسبوع. إنّ العادات الغذائية هذه تضمن تناول الطعام الصحي في معظم الأحيان.

إن كان وقتكم لا يسمح بتناول الفطور مع الأولاد كل صباح، فمن الممكن أن تطلبوا المساعدة من الجدة أو الجد للقيام بذلك. لا بدّ وأنّ هناك جاراُ أو صديقاً أو مربيةً أو عمّةً أو خالاً يستطيع التأكد عوضاً عنكم تناول طفلكم الطعام الصحي في جوّ هادئ.

من الضروري أن يعي جميع الأهل والأشخاص الذين يتعاملون مع الأطفال تأثير الطعام على القدرة التعلّمية، وإنّ ذلك ينطبق على الفتيان والفتيات على حدّ سواء. إنّ مسائل التغذية هذه شديدة الأهمية بالنسبة للفتيان لأنّهم يعانون من عدد أكبر من المشكلات التعلّمية في أيامنا هذه. لذا علينا التقليل من عدد مسببات هذه الاضطرابات للوصول إلى مستوى أفضل من التعلّم.

يمكنكم الاهتمام بالطعام الصباحي لطفلكم ابتداءً من يوم غد. تستطيعون التعاون مع المدرّسين لتحديد خطة غذائية مناسبة تضمن عادات سليمة. إنّ أوّل ما عليكم التفكير فيه هو مدى اعتمادكم على المأكولات السريعة، إذ أنّ ذلك يدلّكم على مدى اهتمامكم واهتمام الطاقم التعليمي لسلامة أطفالكم الفكرية. إن كانت إحدى عاداتكم العائلية الذهاب إلى مطاعم تقدّم المأكولات السريعة، فعليكم إعادة النظر فيها، خصوصاً وأنّ هذه الأطعمة تحتوي على كمية كبيرة من السكر والدهون والنشويات. إن كانت عائلتكم تقصد مطاعم المأكولات السريعة أكثر من اعتمادها على تناول وجبات منزلية صحية، فإنّ ذلك يزيد من احتمال المشكلات التعلّمية والسلوكية عند أطفالكم. ليس تيري الوحيد الذي بدأ بمطاعة ما ينشر عن الموضوع مثل كتاب «بلاد المأكولات السريعة» لإيريك شلوسر. من الجيد أنّ مجتمعنا ككل قد بدأ بالوعي حيال المشكلات الفكرية والجسدية التي يلحقها بنا نظام التغذية الأميركي. لا ضرر من تناول ابنكم للمأكولات السريعة المليئة بالدهون والنشويات مرّةً في الأسبوع، إلاّ أنّ تناولها بشكل أكبر قد يؤدي إلى مشكلات فكرية أكثر خطورة.

### تشجيع الحوار عن التغذية في المدارس:

للمدرسة أيضاً دور في تغذية الأطفال. سهولة حصولهم على المشروبات الغازية وتقديم المدارس للمأكولات العالية الدهون والنشويات أمران يدعوان إلى القلق. إلاّ أنّ بعض المدارس قد بدأت بتغيير لائحة الطعام التي تقدّم للطلاب

وبخفض عدد ماكينات المشروبات والحلوى، ومن ضمن هذه المدارس مؤسسات تعليمية تعاون معها مركز غوريان للأبحاث. بدأت هذه المدارس تعي بأنه من غير المعقول أن نطلب من أولادنا تعلّم أمور تتطلب عقلاً تمّ تغذيته بشكل جيد، بينما تقوم المدارس بتسميم الصحة الفكرية لهؤلاء الأطفال من خلال تقديم الأطعمة المؤذية. كما تتجاوب هذه المدارس مع الأبحاث المخيفة الخاصة بالبدانة وذلك من خلال تغييرها للمأكولات التي تقدم لطلابها.

هناك الكثير من المدارس التي لم تبدأ بتغيير لائحة الطعام المقدّمة للطلاب، ذلك لأنّ هذا الأمر يعني زيادة في الكلفة. سيزداد في العقد التالي عدد المدارس المطبّقة لهذه الإجراءات، إلا أنّ مهمة الأهل في غضون ذلك هي مساعدة الأطفال على أخذ أطعمة مغذية إلى المدرسة. كما على الأهل تشجيع الأطفال على مناقشة المواضيع الغذائية مع المدرّسين والأفراد، خصوصاً ما يتعلّق بتأثير الطعام والشراب على السلامة الفكرية.

### أهمية الصحة الفكرية

لقد قمت وكاثي في هذا الفصل بإطلاعكم على أحدث نتائج الأبحاث الخاصة بالعوامل الضاغطة على التعلّم. لقد تعاوننا مع عدد لا بأس به من أهم الخبراء في بلادنا. ونأمل أن نكون قد قدمنا لكم معلومات مفيدة وعملية قد تساعدكم على فهم العوامل الثلاثة الضاغطة على قدرة فتياننا الفكرية والتعلّمية. إنّ هذه العوامل تؤثر أيضاً على الفتيات، إلا أنّ تأثيرها على تعلّم الفتيان أشدّ خطورة. إنّ القدرة الفكرية والتعلّمية شديدة التأثر بما يأكله الولد ويشربه، بما يشاهده من برامج تلفزيونية وبالإصابات الرأسية التي قد يتعرض إليها. إنّ هدفنا هو منح أولادنا بيئةً تعليمية عالية المستوى، لذا علينا التعاون معاً لنضع قوانين ولنرسم حدوداً خاصة بوسائل التسلية وبالتغذية وبالانشغاطات البدنية.

بينما أشرف موعد الغداء في سبوكاين مع دانييل آيمين على النهاية، تفوه بتعليق معيّر عن صور الأشعة الخاصة بأدمغة الأطفال. قال: ليس هناك أجمل من صورةٍ لدماعٍ قد تمّ الاهتمام به بشكل جيد.

فكّروا بالنظام الغذائي وبوسائل التسلية وبإصابات الرأس، وعند قيامكم بذلك، انظروا إلى طفلكم وكأنكم تطلعون على صورة أخذت بواسطة الأشعة. إن كنتم تتعاملون مع ولد يعاني من أية مشكلة تعلّمية أو سلوكية في المنزل أو في المدرسة، فنأمل أن تشعروا بحافز يحثّكم على بذل مجهود أكبر لتحسين النظام الغذائي ولخفض كمية المشروبات الغازية والساعات التي يمضيها الطفل أمام جهاز التلفاز. من خلال قيامكم بهذه التغييرات، بالتعاون مع المدرسة والطاقم التعليمي، يمكنكم أن تحموا القدرة الفكرية للولد وأن تجعلوا من دماغه أكثر جمالاً.