

الفصل
الحادي
عشر

obeykandl.com

الشهر

11

الثامن

● ما سيفعله طفلك هذا الشهر:

بنهاية هذا الشهر، سيكون باستطاعة طفلك فعل التالي:

■ تحمل بعض الثقل على الساقين لدى حمله فى وضع عمودى.

■ إطعام نفسه بسكوتة.

■ تمهيد مكعب أو شيء آخر من يد إلى آخر (٨,٥ شهر).

■ تحريك حبة زبيب أو شيء آخر من يد إلى أخرى (٨,٥ شهر).

■ الاتجاه نحو مصدر الأصوات (٨,٥ شهر).

ملاحظة:

إذا لم يحقق طفلك أياً من هذه الأشياء ابحثى الأمر مع الطبيب. ففي أحوال نادرة يكون هذا دلالة على وجود مشكلة، رغم أنه، فى معظم الأحوال، يكون أمراً عادياً. يصل من ولدوا مبكراً إلى هذه المراحل فى وقت متأخر عن الآخرين

ويحتمل أن يتمكن من فعل ما يلي :

■ الوقوف مستنداً على شخص ما أو شيء ما (٨,٥ شهر).

■ الاحتجاج لدى أخذ لعبته منه.

■ محاولة الوصول إلى لعبة بعيدة عنه.

■ لعبة الاستغماية.

■ الجلوس في وضع الرقاد على البطن.

وقد يتمكن من فعل التالي :

■ النهوض واقفاً من وضع الجلوس.

■ التقاط شيء ما بجزء من الإبهام والسبابة.

- نطق ماما وبابا دونما تمييز .
- وقد يكون باستطاعته أيضاً ، فعل التالى :
- التصفيق باليدين (سوسة .. كف عروسة) ، وأن يشير «باى بى» .
- المشى مستنداً على الأثاث .
- الوقوف وحده لدقائق .
- فهم معنى «لا» رغم عدم إطاعته لها دائماً .
- توقعاتك لدى الكشف الطبى عليه هذا الشهر :
- لا يجرى معظم الأطباء كشفاً نظامياً على الأصحاء من الأطفال فى الشهر الثامن .
- إذا كان ثمة ما يقلقك اتصلى بالطبيب .

● تغذية الطفل هذا الشهر

● الأكل بأصابعه

من حسن الحظ أن معظم الأطفال يكونون على استعداد لبدء إطعام أنفسهم بأصابعهم منذ الشهر السابع، ويفعل البعض هذا في وقت مبكر عن الشهر السابع.

الانتقال إلى هذه المرحلة يحدث فجأة غالباً، فبمجرد أن يكتشف الطفل أن باستطاعته وضع الطعام في فمه بنفسه، يتسع مدى أصناف الطعام التي يضعها في فمه بمهارة وسرعة. في البداية، يحمل معظم الأطفال قطعة من البسكوت أو الخبز في قبضتهم ويمضغوها حيث إنهم لا يكونون قد تعلموا بعد التنسيق بين حركة الأصابع لالتقاط الأشياء وحملها إلى أفواههم. ويكفي الأطفال لدى مواجهتهم مشكلة كيفية إيصال قطعة الطعام التي يقبضون عليها في أيديهم إلى أفواههم. ويحل بعض هذه المشكلة بفتح قبضته على فمه، بينما يضع الآخرون الأكل على سطح ما يلتقطونه ثانية.

لا تتطور المقدرة على وضع شيء ما بين الإبهام والسبابة بقبضة محكمة لدى معظم الأطفال إلا فيما بين الشهر التاسع والثاني عشر، رغم أن البعض يتمكن منها في وقت مبكر عن هذا، ولا يمكن منها آخرون في وقت متأخر، وحينما يتمكن الطفل من هذه المهارة، تُتاح له فرصة التقاط أشياء شديدة الصغر مثل حبات البازلاء والعملات الصغيرة ووضعها في فمه مع مخاطر الشرقة.

إن تعلم الطفل التعامل مع الطعام الذي يُحمل بالأصابع هي الخطوة الأولى إلى الاستقلال على مائدة الطعام. وفي البداية، تقتصر فائدة الطعام الذي يتناوله الطفل بأصابعه على دعم تغذيته فقط. وحينما تنمو هذه المهارة يقوم الطفل بتوصيل معظم ما يأكله إلى فمه بنفسه ويتعلم معظم الأطفال الاستعمال الصحيح للمعلقة في منتصف العام الثاني، وربما قبل هذا، كما يواصل البعض استعمال أصابعهم لوضع الطعام في أفواههم لفترة طويلة. أما من لا يسمح لهم بخوض التجربة فيصرون على أن يطعمهم غيرهم حتى بعد أن يصبحوا قادرين على إطعام أنفسهم.

الأطعمة التى تصلح لأن يتناولها الطفل بأصابعه هى تلك التى تتحلل فى فمه بعد مضغها بلسانيه واختلاطها بلعابه أو التى تذوب دون مضغ . لا بد أن تُقطع جميع الأطعمة إلى مكعبات صغيرة فى حجم حبات البازلاء للأطعمة المتماسكة، وحجم البلى للأطعمة الطرية . يمكنك إعطاء الطفل الخبز أو التوست الأسمر والبسكويت الذى يذوب فى الفم (من الأفضل أن يكون خالياً من السكر والملح) ، ومكعبات صغيرة من الجبن الطبيعى وقطع الموز الناضج ، أو قطع صغيرة من الجزر أو البطاطس أو البطاطا أو زهر القرنبيط أو البازلاء بعد سلق جميع هذه الأصناف جيداً ، أو كرات اللحم الطرية (اطهيها فى المرق) ، أو صفار البيض المسلوق جيداً أو المضروب ، والبيضة كاملة بعد أن يسمح الطبيب له بتناول البياض . فى نفس الوقت الذى تعطى فيه للطفل ما يأكله بأصابعه ، يمكنك إضافة مزيد من القوام للطعام الذى تغذى به الطفل باستعمال الأغذية التجارية ، أو الأطعمة المنزلية المقطعة قطعاً صغيرة أو المهروسة التى تحتوى على قطع صغيرة طرية يمكن للطفل مضغها .

حينما تقدمين للطفل ما يتناوله بأصابعه ، انثرى أربع أو خمس قطع على طبق غير قابل للكسر أو على صينية إطعامه وأضيفى أخرى كلما فرغ من أكلها ، لأنه حينما يرى المبتدئون كميات كبيرة يحاولون ملء أفواههم بها ، أو يقذفون بها على الأرض . ويجب أن تقدم له هذه الأطعمة ، مثل أى طعام آخر ، وهو جالس ، وليس أثناء زحفه أو تجواله فى أنحاء المنزل .

ولتجنب مخاطر «الشرقان» ، لا تُعطى الطفل أطعمة لا تذوب فى الفم ، أو تلك التى لا يمكن هرسها بواسطة الفكين ، أو التى قد تنتسرب إلى القصبه الهوائية مثل حبات الزبيب والفشار والحبات الكاملة من البازلاء ، أو خضروات غير مطهية مثل الجزر والفلفل الأخضر ، أو الفواكه غير الناضجة مثل التفاح والكمثرى ، أو قطع اللحم والدجاج .

يمكنك ، بمجرد ظهور الأضراس فى وقت ما قرب نهاية السنة الأولى ، إضافة بعض الأطعمة التى تحتاج إلى مضغ باستثناء بعض الأصناف مثل الجزر والفيشار والمكسرات .. إلخ .

لا يجوز إعطاء الطفل الأطعمة غير المغذية أو تلك المضاف إليها السكر والملح أو الخبز الأبيض.

أمور قد تشغلك

أولى كلمات ابنتي

«بدأت ابنتي تردد «ماما ماما» كثيراً وقد سرني هذا، إلا أن جارتى أخبرتني أن تلك هي مجرد أصوات ترددها دون إدراك منها معناها».

من الصعب تحديد الوقت الذي ينتقل الطفل فيه من محاكاة الكلمات الخفيفة التي لا تعنى له شيئاً إلى الألفاظ التي تحمل معنى ما. فقد تكون طفلك تتدرب فقط على نطق «الميم»، أو قد تكون تنادى عليك. إلا أن هذا ليس مهماً، لما يهم هو أنها تنطق الأصوات التي تسمعها وتحاكيها. مع العلم أنها تردد الأصوات التي يسهل عليها ترديدها.

تشابه الألفاظ «العامية» الدالة على الأب والأم «بابا ماما دادا» في لغات عديدة، ويحتمل أن تكون تلك الألفاظ قد تطور من المقاطع التي ينطق بها الأطفال في البداية.

يختلف موعد تكلم الأطفال بالكلمة الحقيقية الأولى اختلافاً كبيراً. وطبقاً للمتخصصين، فبإمكان الطفلة العادية أن تنطق بما تعنى وأن تعنى ما تنطق به في وقت ما بين الشهرين الثامن والرابع عشر، وعلى حين تبدأ نسبة ضئيلة من الأطفال قبل هذا الموعد بشهرين لا ينطق بعض الأطفال العاديين تماماً لفظاً واحداً واضحاً حتى منتصف عامهم الثاني. إلا أن الطفل، غالباً، ما يستعمل مقاطع مستقلة أو مع تركيبات أخرى لتمثيل الأشياء «زا للزجاجة، بابا بدلاً من باي باي، وكب للكلب». إلا أن الوالدين قد لا يلاحظان هذا حتى يتضح النطق. وقد تكون الطفلة المشغولة بتطوير مهاراتها الحركية من الحبو والمشي وتسلق الدرجات أبطأ في البدء في النطق من غيرها الأقل نشاطاً. وهذا أمر لا يشير القلق طالما أنها تستوعب كثيراً من الكلمات التي اعتادت سماعها.

لقد عملت ابنتك ، قبل أن تنطق أولى كلماتها بوقت طويل ، على تطوير مهاراتها اللغوية . فبدأت بتعلم فهم ما يقال . وتبدأ هذه اللغة المتلقاة فى التطور منذ الميلاد مع أولى الكلمات التى تسمعها الطفلة . ثم تبدأ تدريجياً فى استخلاص كلمات مفردة من اللغة المعقدة التى تسمعها ، إلى أن يحدث يوماً فى منتصف العام الأول أن تنطق باسمها ، وتستدير هى نحوك . لقد تعرفت على اللفظ . ثم سرعان ما تتعرف على أسماء أشخاص آخرين . وأشياء تراها يومياً مثل ماما وبابا والزجاجة والعصير والخبز . وقد تبدأ ، فى خلال أشهر ، وربما قبل هذا ، فى إطاعة أوامر بسيطة مثل «بوس ماما .. إلخ» . ويتحرك هذا الإدراك قدماً بخطى أسرع كثيراً من الكلام نفسه ، كما أنه يمهد له . بإمكانك تشجيع تطور اللغة المتلقاة والمنطوقة بأساليب كثيرة (انظرى سابقاً) .

طفلى لا يحبو

«بدأ ابن صديقتى الحبو وهو فى شهره السادس ، ورغم بلوغ ابنى شهره الثامن إلا أنه لم يبد أى اهتمام بالحبو . هل يدل هذا على تأخر تطوره؟» .

- لا يجوز مقارنة الأطفال بخصوص مهارة الحبو إذ إن هذه ليست مهارة ينجزها الأطفال فى سن معينة ، ويمكن بها الحكم على تطوره الكلى . إن التحرك على البطن ، أو الزحف ، يمهدان الطريق للحبو على اليدين والركبتين . يزحف بعض الأطفال فى شهرهم السادس ، ولا يزحف بعضهم مطلقاً بل يقومون بجذب أنفسهم إلى وضع الوقوف ثم يتحركون مستندين إلى الأثاث ، ويبدأون المشى بعد ذلك ، ولأن الزحف ليس جزءاً من النسق التطورى المتوقع ، فإن معظم قياسات التطور التقديرية لا تحويه .

ويختلف أسلوب الزحف الذى يمارسه الأطفال ، يبدأ كثير منهم بالزحف إلى الخلف أو إلى الجانبين دون أن يستطيعوا التحرك إلى الأمام لمدة أسابيع . على حين يتحرك بعضهم على إحدى ركبتيه أو على بطنه ، أو على جزء جسمه الأسفل ، بينما يتحرك آخرون على أيديهم وركبهم (وهى مرحلة يصل إليها الطفل قبل المشى بفترة وجيزة) . إن الأسلوب الذى يتخيره الطفل للتحرك من نقطة إلى أخرى أقل أهمية بكثير من حقيقة أنه يبذل جهداً كى ينجز تحركاً ذاتياً مستقلاً .

يجب أن يتمكن الطفل من الجلوس قبل أن يجبو . وموعد الجبو ، بل والحبو نفسه ، أمر شخصى لا يجوز أن يبعث على القلق إلا إذا كان الطفل متأخراً فى منحيين تطورين على الأقل (المهارات الاجتماعية ، المهارات الحركية الكبيرة والصغيرة ، اللغة .. إلخ) . أو إذا كان لا يستعمل جزئى جسده (الأذرع والسيقان) بنفس الدرجة ، الأمر الذى يستوجب بحثه مع الطبيب . ويتأخر الأطفال الذين يحبون جيداً فى المشى ، على حين أن الأطفال الذين لا يحبون إطلاقاً قد يمضون مبكراً .

بعض الأطفال لا يحبون لعدم إتاحة الفرصة لهم ، فإن الطفل الذى يقضى معظم اليوم مقيداً فى عربته أو سريره أو مشايته لا يتعلم كيف يرفع جسده على يديه وركبتيه أو أن يحركها . تاكدى أن طفلك يقضى وقتاً طويلاً على الأرض تحت المراقبة (لا تقلقى بشأن اتساخه طالماً أنه قد تم كنس الأرض وإزالة الأشياء الخطرة من طريقه) . لتشجيعه على التحرك أماماً ، ضعى شيئاً يفضله على مسافة منه .

غطى ركبتيه لأن الركبتين العاريتين حينما تلامسان الأرض الباردة الصلبة أو السجاد الخشن قد تنبطاه عن الحركة .

التحرك على المؤخرة

« تجول ابنتى على مؤخرتها بدلاً من أن تجبو ، يبدو منظرها غريباً .

- الشكل الذى تستعمله الطفلة للانتقال إلى مكان آخر ليس مهماً . فطالماً أن ابنتك تحاول التجوال وحدها ، فإن الأسلوب لا يهم طالماً أنها تستطيع التنسيق بين جزئى جسدها وتحرك الذراعين والساقين فى اتساق .

المنزل فى حالة من الفوضى

« بدأ طفلى فى الجبو وفى جذب كل ما تصل إليه يدها بحيث أصبحت لا أستطيع التحكم فى منزلى . هل أحاول التحكم فيه ، أم أتركه ؟ » .

- قد تكون الفوضى ألد أعدائك ، إلا أنها أنبل رفاق الطفل المغامر . لا يحفز المنزل شديد التنظيم الطفل أو يشير اهتمامه . فطفلك يحتاج إلى توسيع مجال حب استطلاعهم وتمارين عضلاته (فى حدود المعقول) . إن تركه يصول ويجول ويفسد

النظام بحرية مهم لنموه العقلى ولتطوره الجسدى . ومن المهم تقبلك لهذه الحقيقة من أجل سلامتك العقلية ، بدلاً من أن يربكك القلق والإحباط .

● ابدئى بمنزلة آمن : على حين أنه من المتقبل أن ينثر الطفل ملابسه الداخلية على أرضية غرفته ، أو يبنى منزلاً من المناشف على أرضية المطبخ ، فمن غير المتقبل أن يقوم بقرع الأكواب والزجاجات ، أو بتفريغ آنية الزرع على السجاد ، ومن ثم ، تأكدى من أمن المنزل قبل أن تطلقى ابنتك فى أنحاءه (انظرى لاحقاً) .

● حددى مناطق الفوضى : حددى الغرف التى يتحرك فيها الطفل بوحدة أو اثنتين ولتكن غرفته والمطبخ أو غرفة المعيشة . استعملى الأبواب المغلقة لتحديد المساحات . إذا كانت شقتك صغيرة فليس بوسعك سوى تقبل الفوضى طوال النهار ، والتنظيم ليلاً .

● قللى من الفوضى المحتملة : بتحريك الكتب إلى الأرفف العليا مع ترك كتبه التى لا تفسد فى متناول يديه ، أيضاً احكمى إغلاق الدواليب والأدراج التى تحوى أشياء قابلة للكسر أو أشياء ثمينة . واخلى المناضد المنخفضة من أشياء الزينة الصغيرة . خصصى له أحد الأدراج أو امثليه بأشياء للتنسيلية مثل الأكواب والصحون الورقية والملاعق الخشبية وكوب أو وعاء معدنى وعلب فارغة .

● امنعهم من اللعب بأدوات التجميل والكتب وعلب الأطعمة . إن وضع الحدود سيساعدك على الحفاظ أعصابك ويساعد على تطور الطفل وعلى تعلمه أن للآخرين بمن فيهم والديه حقوقاً .

● محكمى فى نفسك : لا تتبعى خطوات طفلك فى كل الأنحاء أو تحاولى إعادة كل شىء إلى مكانه مباشرة . فسيصيبه هذا بالإحباط ويشعره أن كل ما يفعله غير متقبل وغير ذى جدوى . وسيدفعك هدمه ما نظمته مرة أخرى إلى الغضب . بدلاً من ذلك قومى بالتنظيف والتنظيم مرتين فى اليوم ، واحدة حينما ينام فى الصباح ، والأخرى فى فترة ما بعد الظهر .

● لقبه دروساً فى النظام والنظام : لا تقومى بإزالة آثار ما أحدثه فى حضوره . إلا أنه باستطاعتك التقاط أشياء قليلة مما ألقى به فى نهاية كل فترة لعب . ثم تقولى له

حتى ولو لم يفهم «ساعد ماما في التقاط هذه اللعبة ووضعها مكانها». اعطيه أحد المكعبات ليضعها في الصندوق، أو ورقة ليضعها في سلة المهملات. ورغم أنه يتسبب في قدر أكبر من الفوضى، فستساعده هذه الدروس المبكرة على أن يفهم أن عليه وضع الأشياء التي يستعملها في مكانها مرة أخرى.

● لا تزعجيه: توقفي عن الشكوى وعن انتقاده. لا تتسببي في شعوره بأن التعبير عن حب استطلاع الطبعي الصحي أمر سيء وأنه هو أيضاً سيء. إذا فعل شيئاً لا تودين حدوثه أخبريه بذلك، كمعلم وليس كقاض.

● لا تحاكيه إذا عجزت: لا تقرري أنه من الأفضل ترك الأشياء تتراكم طالما أنه لا جدوى من إعادتها إلى أماكنها. إن العيش بهذا الأسلوب لن يساعد معنوياتك ولن يجدي مع طفلك. فرغم أنه من الصحي أن يقلب الطفل الأوضاع المنظمة، فمن غير الصحي أن يحيطه دائماً بعدم النظام، إن معرفته أنه، رغم تركه حالة من الفوضى لدى ذهابه إلى فراشه. أن سيمود إلى عالم منظم في الصباح التالي يعطيه شعوراً بالأمان، كما أن هذا سيجعل ما يحدثه من فوضى مصدر متعة أكبر لما التحدى في إحداث فوضى في غرفة في حالة من الفوضى أصلاً؟

● احتفظي بملاذ لك: حاولي الاحتفاظ بمكان هادئ وسط العاصفة التي يحدثها وليكن هذا هو غرفتك مثلاً، وذلك، إما بعدم السماح لطفلك باللعب فيها أو بإعادة تنظيمها على الفور.

● حافظي على أمنه: إن الاستثناء لحالة «دعيه يلعب» هو التهديد بحدوث أخطار. إذا سكب الطفل شرابه قومي بتجفيفه فوراً كي لا ينزلق عليه، أيضاً قومي بالتقاط الفرخ الورق والمجلات بمجرد أن يفرغ الطفل من اللعب بها، وكذلك الألعاب المتناثرة في طريقه.

أكل الطفل المتساقط على الأرض

«تسقط ابنتي ما بيدها من طعام ثم تلتقطه وتأكله. هل هذا آمن؟».

«ليس ثمة ضرر من هذا حتى ولو لم تكن أرضيتك شديدة النظافة. ثمة جرائم

على الأرض ، لكنها ليست كثيرة . كما أنها من نوع الجراثيم التى قد تعرضت الطفلة لها من قبل ، خاصة إذا كانت تلعب على الأرض كثيراً وينطبق هذا على أرضيات المنازل الأخرى التى تزورها .

إلا أن هناك استثناءات . فرغم أنه ليس ثمة فرصة للبكتريا للتكاثر على الأسطح الخافتة فإنها تتكاثر سريعاً على الأسطح الرطبة والمبتلة . لا تسمحى للطفلة أن تأكل ما يسقط منها على أرضية الحمام أو أى مكان رطب آخر . إن إصابة الطعام بالرطوبة قد تكون مشكلة فى حد ذاتها لأن البكتريا قد تتكاثر عليه إذا ترك لبعض الوقت ويصح غير صالح للاستهلاك . لا تتركى المخلفات المبتلة على الأرضيات بحيث يسهل على الطفلة التقاطها وأكلها . حاولى ، رغم أنك لن تستطعى ، منع ذلك كلية .

عليك أن تكونى متيقظة خارج المنزل . فرغم أن هناك من الأطفال من يسقطون زجاجاتهم فى الشارع ويلتقطوها مرة أخرى ولا يحدث لهم شيئاً ، فإن هناك مخاطرة فى التقاط الطفلة جراثيم خبيثة من الأماكن التى تبرز وتبول فيها الحيوانات الضالة ويصق فيها الأفراد . قومى بتبديل أو غسل أى طعام أو زجاجة أو بزازة لعبة تسقط من الطفلة فى الطريق خاصة إذا كانت الأرض رطبة . افعلى نفس الشيء فى المنتزهات والحدائق العامة .

بأكل القاذورات وما هو أسوأ

« يضع ابنى كل شىء فى فمه . والآن ، وقد بدأ يلعب على الأرض ، فليس لى تحكم على ما يدخله إلى فمه . »

- يدخل الأطفال كل شىء إلى أفواههم : القاذورات ، الرمل ، وأطعمة الكلاب ، والصراصير والحشرات الأخرى ، وأعقاب السجائر ، والطعام الفاسد ، وحتى محتويات الحفاضات المتسخة . ورغم أنه من الواجب محاولة تحاشي ذلك ، إلا أنه ليس بالإمكان منعه نهائياً وقليلون هم الأطفال الذين يتجاوزون مرحلة الزحف والحبر دوئماً وضع ما يعتبره والدين مقززاً فى أفواههم . ويفعل بعضهم هذا كل يوم .

ورغم ذلك ، فعليك أن تحذرى المواد المطهرة التى تستعملها أكثر من خوفك مما هو غير صحى ، فلا يتسبب القليل من القاذورات فى الضرر إلا نادراً ، إلا أن لعقه من

المنظفات قد يتسبب في الموت، فإن لم تستطعي إبعاد كل شيء عن قبضة طفلك المتطلع، ركزي على المواد التي تحمل الخطر (انظري لاحقاً)، ولا تقلقي من وضعه إحدى الحشرات أو بعض الشعر في فمه. إذا وجدت الطفل وعلى وجهه سمات القطة التي على وشك ابتلاع أحد الطيور، اضغطي على خديه بالإبهام والسبابة بإحدى يديك وأخرجي ما بقمه بإصبع مثني.

وإلى جانب السميات، فإن مصدر الخطر الآخر هو الأطعمة التي على وشك أن تفسد حيث يمكن للبكتيريا والتعضيات المجهرية التكاثر سريعاً في درجة حرارة الغرفة، لذا تأكدي من وضع الأطعمة الفاسدة أو التي على وشك أن تفسد أو الملقاة على أرضية المطبخ غير النظيفة في أكياس القمامة بعيداً عن متناول الطفل.

أيضاً احتاطي بشدة من ابتلاع الطفل أشياء صغيرة يمكنها أن تتسبب في اختناقه مثل الأزوار وأغطية الزجاجات والدبابيس والعملات المعدنية الصغيرة. ابحثي عن أي شيء صغير قد يكون على الأرض قبل أن تضعي الطفل عليه. ابعدي الأشياء التي قد تتسبب في التسمم مثل الصحف والمجلات والأثاث المطلي بالبرصاص.

الانتصاب

«يحدث لابني انتصاب أثناء تغيير حفاظته. هل يعني هذا أنني أكثر من إمساك قضيبه؟»

- طالما أنك لا تسميكن بقضيبه إلا بالقدر الذي يتطلبه تنظيفه وتغيير حفاظته وحمومه فأنت لا تكثيرين من الإمساك به. إن انتصاب قضيب طفلك هو رد فعل عادي للملك عضواً جنسياً حساساً، ويحدث هذا أيضاً في حالة لمس بظر الأنثى الذي قد يمر دون ملاحظة رغم شيوعه. قد يحدث الانتصاب أيضاً لدى احتكاك الحفاضة بقضيبه. أو أثناء الرضاعة أو حينما تقومي بغسله أثناء الاستحمام. ويحدث الانتصاب لكل الأطفال الذكور بدرجات متفاوتة ولا يستوجب هذا اهتماماً خاصاً من جانبك.

اكتشاف الأعضاء التناسلية :

«بدأت ابنتى مؤخراً اللعب بأعضائها التناسلية لدى خلعى حفاظتها عنها . هل هذا أمرى عادى فى هذه السن المبكرة ؟» .

- إن طفلك تفعل ما تشعر معه باللذة . فالأطفال مخلوقات جنسية منذ ولادتهم ، وحتى قبل ولادتهم ، فقد لوحظ حدوث الانتصاب لدى الأجنة الذكور فى الرحم . ويبدأ بعض الأطفال فى اكتشاف طبيعتهم الجنسية فى منتصف العام الأول ويتأخر هذا لدى البعض حتى نهاية العام . ويعتبر هذا الاهتمام جزءاً محتماً وصحياً فى تطور الطفل ، تماماً مثل انبهاره بأصابع اليدين والقدمين . إن محاولتك إبطال حب استطلاع طفلك فى هذه الحالة أمر سئ ، تماماً مثل محاولتك خنق اهتمامها بأصابع يديها وقدميها .

ليس ثمة ضرر جسدى أو نفسى من ممارسة طفلك هذه رغم ما قد يخبرك الآخرون به . ولا يصنف ذلك اللعب على أنه ممارسة للعادة السرية إلا فى سن متأخرة عن هذا . إن جعل الطفلة تشعر أنها سيئة أو غير نظيفة لقيامها بمثل هذا اللعب قد يكون ضاراً وذا أثر سلبى على طبيعتها الجنسية فى المستقبل وعلى تقديرها لنفسها ، كما أن جعلك هذه الإثارة الذاتية (تابو) يجعل هذه الإثارة مرغوبة بشكل أكثر .

أما الخوف من أن الأصابع التى تلمس هذه الأعضاء تصبح غير نظيفة لدى وضع الطفلة لها فى فمها فأمر غير مبرر ، فإن الجراثيم الموجودة فى تلك المنطقة هى جراثيمها ولا تعشل خطراً ، أما إذا شاهدت الطفلة وهى تلعب فى هذه المنطقة بيدين شديداً الاتساخ فإن عليك غسلهما .

أوضحى لطفلك حينما تكبر بدرجة تجعلها تفهم ، أن هذا الجزء من جسدها جزء خاص ورغم أنها قد تلمسه ، فعليها ألا تفعل هذا علانية وألا تسمح لأى أحد آخر بلمسه .

اللعب العنيف

« يجب شقيق زوجى أن يمارس اللعب العنيف مع طفلى بأن يقذفه فى الهواء ثم يلتقطه مثلاً ، يبدو أن الطفل يحب ذلك ، لكن هل هذا آمن ؟» .

- إنه غير آمن، كما أنه ليس بإمكان طفلك أن يخبرك عن احتمال خطورته فمعظم الأطفال يحبون الشعور أنهم يدورون في الهواء، أو أن يُقذف بهم ثم يلتقطون (رغم أن هذا يتسبب في رعب بعضهم). إن هذا قد يكون بالغ الخطورة للذين تقل أعمارهم عن عامين.

هناك كثير من الإصابات التي قد تنتج عن القذف بالطفل في الهواء أو هزه بعنف أو ارتداد جسده. ففي هذه السن، يكون رأس الطفل ثقيل بالنسبة لجسده، ولا تكون عضلات رقبته قد تطورت بدرجة كافية. ومن ثم لا يكون رأس الطفل ثابتاً تماماً. وعلى ذلك فقد يتسبب هز الطفل بقوة والدفع برأسه إلى الأمام والخلف في ارتطام المخ مرة بعد أخرى بالجمجمة. ويمكن للكدمات التي قد تحدث نتيجة لهذا أن تسبب في حدوث أورام، أو في النزف والضغط، وقد تتسبب أيضاً في حدوث التلف العصبى الدائم مع حدوث إعاقة عقلية أو جسمانية. وقد يحدث ضرر آخر ذاتياً ويمثل في الإصابة التي قد تلحق بعينى الطفل الرقيقتين، بحدوث انفصال للشبكية أو جرحها أو حدوث تلف في العصب البصرى قد يتسبب في إصابة بصرية مستديمة أو حتى في العماء. وتتعدد مخاطر الإصابة إذا كان الطفل يبكى، أو يحمل مقلوباً أثناء الهز لأن هذا يزيد من ضغط الدم في الرأس مما يعرض الأوعية الدموية الهشة للانفجار. ورغم أن هذه الإصابات قليلة نسبياً، إلا أن التلف قد يكون حاداً، وبالتأكيد فإنه لا جدوى من المجازفة.

لا تقلقى بشأن ما حدث من ألعاب عيفة في الماضى إن لم تكن ثمة أعراض إصابة. أو استشيرى الطبيب.

هناك ألعاب تكون مصدر خطر على الأطفال، إذ إن عضلات الأطفال فى السن الصغيرة لا تكون ثابتة. لذا، تجنبى أرجحتة من يديه، أو لى ذراعه، أو جذبه منه، لأن هذا قد يتسبب فى خلع الكتف أو الكوع الأمر الذى ينتج عنه آلام حادة.

بيد أن هذا لا يلغى الألعاب العيفة كلية. فقط من الواجب اتباع الحذر. فكثير من الأطفال مولعون بالطيران فى الهواء وهم محمولون بأمان من أوساط أجسادهم، مع انزلاجهم برفق فى الهواء، كما أنهم يشاركون فى حركات مصارعة ودغدغة، وأيضاً

فى مطاردات لهم حينما يتمكنون من الحبو . إلا أن هناك من الأطفال الإناث والذكور من يكرهون جميع الألعاب العنيفة ، ومن حقهم التعامل معهم برفق .

استعمال حظيرة أو شبكة اللعب Playpen

« كان ابنى مغرمأ بقضاء معظم وقته فى حظيرة لعبه فى البداية . أما الآن ، وبعد انقضاء شهرين على شرائنا إياها ، تتعالى صرخاته كى نخرجه منها بمجرد دخوله فيها . »

- منذ شهرين ، لم تكن جدران الحظيرة الشبكية تحد حركة «ابنك» ، بل على العكس . كانت تبدو له متنزهأ خاصأ به ، لكنه الآن قد بدأ يتحقق من أن ثمة عالماً كاملاً خارجها ، وهو مصمم على الخروج إليه ، إن الجدران الأربع التى كانت تحدد فردوسه تمثل الآن حدودأ محبطة وهو جالس فى الداخل يتطلع إلى خارجها .

ابدئى فى استعمال الحظيرة لحالات الطوارئ فقط وطبقأ لرغبة ابنك ، أى فى تلك الحالات التى يحتاج إلى وجوده داخلها من أجل أمنه ، أو لأوقات قصيرة غير منتظمة تناسبك حينما تكونى مشغولة عنه . حددى وقت جلوسه داخلها بمدة تتراوح بين خمسة دقائق وخمسة عشر دقيقة فى المرة ، وهى المدة التى يتحملها طفل نشط فى شهره الثامن . بدلى الألعاب داخلها ونوعيتها حتى لا يمل . إذا فضل أن يراك ويسمعك وهو داخلها ، انقلبيها بالقرب من مكان تواجدك . وإذا استمر غير راض عن وجوده داخلها ، اطلقى سراحه .

تنهى أيضاً إلى أنه قد يجد وسيلة للخروج منها بالتسلق على أحد الألعاب كبيرة الحجم ، لذا لا تبقى على مثل هذه الألعاب داخل الحظيرة .

« ابنتى ترد البقاء داخل الحظيرة طوال اليوم ، إذا أتمت لها هذا ، إلا أننى غير متأكدة من سلامة هذا . »

- إن بعض الأطفال المسالين يرضيهم البقاء داخل حظائر اللعب لساعات طويلة حتى بعد تخطيهم عامهم الأول . وقد تكون ابنتك على غير دراية بما تفتقده بوجودها هناك ، أو أنها لا تعرف كيف تطلب الخروج منها . إن وجود الطفلة داخلها يحول

بينها وبين مزيد من الإنجاز الجسدى والعقلى . لذا ، عليك تشجيع الطفلة على رؤية العالم من منظور جديد . قد تتردد فى البداية وتشعر بالقلق لفقدانها أمان وجودها داخل الجدران . إلا أن جلوسك معها على أرضية الغرفة ، ولعبك معها ، واعطائها أحد لعبها المفضلة ، أو التصفيق لها لدى محاولتها الحبو ، قد تجعل النقلة أكثر سهولة .

القراءة للطفل

«أرد أن يطور ابني اهتماماً بالقراءة، هل مازال الوقت مبكراً لبدء القراءة له؟»

- ليس من المبكر إطلاقاً القراءة للأطفال فى أى وقت فى زمن يغيرهم التلفزيون ويبعدهم عن الكتب ، يعتقد البعض أن ثمة قيمة ما للقراءة للطفل وهو مازال فى الرحم ، بينما تبدأ أمهات كثيرات فى القراءة لأطفالهن بعد ميلادهم بفترة وجيزة . إلا أن الطفل لا يصبح مشاركاً نشطاً فى عملية القراءة إلا فى النصف الثانى من عامه الأول . يبدأ الطفل بمضغ أحرف الكتاب ، ثم ينسبه إلى الكلمات أثناء قراءتك له . وأيضاً تجتذبه الرسومات والصور التوضيحية (تمتعه ألوانها وأنساقها ، إلا أنه لا يجد بالضرورة صلة بين الصور وما يعرفه من أشياء) .

استعملى الإرشادات التالية لتنمية حب القراءة لدى الطفل :

● **اقترنى لنفسك :** لن يكون لقراءتك للطفل أثر كبير إن كنت تقضين وقتاً أطول أمام التلفزيون . ورغم أنه من الصعب على والدى الطفل أن يجدوا وقتاً كافياً للقراءة الهادئة ، إلا أن المجهود مُجز ، كما أن الأطفال يميلون إلى فعل ما تفعلينه وليس ما تقولينه . اقترنى من أحد الكتب وأنت ترضعينه ، وأثناء لعبه ، واحتفظى بأحد الكتب فى غرف نومك لتقرئى منه قبل نومك ، وكى يعرف الطفل أن هذا هو كتاب أمه .

● **ابدئى بجمع كتب الأطفال :** ثمة آلاف من كتب الأطفال ، إلا أن عدداً محدوداً منها هو الذى يصلح للمبتدئين . ابحنى عن التالى :

● **طبعات متينة لا تتلف سريعاً :** تفضل الكتب ذات الأغلفة المسلطنة المصنوعة من الورق المقوى وذات الحواف المستديرة التى لا تتحلل فى الفم التى تقلب دون ان تتمزق ، التغليف اللولبى نافع حيث يسمح بوضع الكتاب مسطحاً لدى فتحه .

والكتب المصنوعة من مادة الفينيل مفيدة فى وقت الاستحمام، لكن عليك تجفيفها جيداً والاحتفاظ بها فى مكان جاف.

● الرسومات ذات الألوان الجريئة والزاهية. والصور الحقيقية لأشياء مألوفة خاصة الحيوانات والعربات واللعب والأطفال. على الصور ألا تكون متداخلة ومزدحمة حتى لا يرتبك الطفل عند إلقاء نظره الأولى عليها.

● على النص ألا يكون مُركباً. تجذب الأغاني انتباه الطفل لدى قراءتها عليه لأنه يستمع من أجل المتعة لا من أجل الفهم. كما أن أمامه شهوراً عديدة حتى يبدأ فى تتبع الخط القصى. تناسبه أيضاً الصحفات التى لا تحوى سوى كلمة واحدة، حيث إنها تعمل على زيادة فهمه للألفاظ، وتعمل فى النهاية على زيادة حصيلته منها.

● الربط بالنشاط: ثمة كتب تحفز بعض الأطفال مثال الاستغماية، وكتب تشجع تمييز البنى والأنسجة عن طريق اللمس والحنس، وأخرى بها مفاجآت تختبئ تحت السنة ورقية، وتلك تشجيع إسهام الطفل فى النشاط.

● اقرئى بأسلوب الأم أو الأب: التنغيم والنبرات مهمة، اقرئى ببطء، وبصوت إيقاعى مرح، وتأكيدات مبالغ فيها على المواضع المناسبة. توقضى عند كل صفة لتزكدى على النقاط البارزة (انظر إلى الكلب وهو يضحك). أو أشى إلى الحيوانات والأفراد وقولى (هذه بقرة، البقرة تقول مومو. هذا مولود صغير، يقول المولود واء واء).

● اجعلى من القراءة عادة: على القراءة أن تصبح جزءاً من برنامج طفلك اليومى (دقائق قليلة مرتين فى اليوم على الأقل حينما يكون هادئاً، ومشبعاً، قبل النوم نهراً، أو بعد الغداء، وبعد الحمام وقبل ميعاد النوم ليلاً).

● عليك اتباع البرنامج: حينما تجدى استجابة من الطفل، لا تفرضى عليه الكتاب فى وقت يريد هو فيه أن يحبو، أو أن يحدث ضوضاء ببعض أغطية الأوعية.

● اتركى المكتبة مفتوحة: قرمى بحفظ الكتب القابلة للتلف على الأرفف العليا فى الأوقات التى لا تقرئى فيها، لكن احتفظى بعدد قليل (لمنع إرباك الطفل) من

الكتب المتغيرة وغير القابلة للتلف حيث يمكنه الوصول إليها والتمتع بها . فقد يسعده قلب الصفحات والنظر إلى الصور بنفسه .

● الأيمن والأعسر (الأول)

« لاحظت أن ابني يستعمل كلتا يديه لالتقاط الأشياء ، هل أشجعه على استعمال يده اليمنى ؟ » .

- نعيش في عالم يُفرق بين الأقليات بمن فيهم نسبة الـ ١٠٪ / والذين يعتمدون على أيديهم اليسرى ، إن معظم الأبواب ، والأدوات مثل المكاوي والمقصات وأدوات المائدة ، مصممة لاستعمال الشخص الأيمن ، كما أن كثير من أولياء الأمور يحاولون إجبار أطفالهم الذين يستعملون أيديهم اليسرى بصفة أساسية على استعمال أيديهم اليمنى .

كان المختصون يعتقدون ، في وقت ما ، أن عملية الإجبار هذه من أجل تغيير أحد السمات الوراثية تؤدي إلى الشائبة وإلى معوقات تعليمية أخرى . أما الآن ، فهم لا يوصون بمحاولة تغيير هذه السمة الطبيعية لاعتقادهم أن سمات إيجابية وأخرى سلبية ترتبط بها وراثياً . ومن الواضح أن الكثير منها له علاقة بالفروق بين الشخص الأعسر والشخص الأيمن فيما يتعلق بتطور فصى المخ الأيمن والأيسر . يكون الفص الأيمن للمخ ، في حالة الأعسر ، هو المسيطر ، ومن ثم يتميز الأفراد في مجال العلاقات المكانية ، وقد يكون هذا هو سبب كثرتهم في مجالات الألعاب الرياضية والمعمار والفنون ، وبما أن ظاهرة استعمال اليد اليسرى أكثر انتشاراً بين الذكور لذا يعتقد أن « التستوتيرون » ، وهو هرمون ذكوري ، يؤثر في تطور المخ واستعمال اليدين بأسلوب ما . وما زالت هذه الظاهرة بحاجة إلى قدر أكبر من الدراسة .

في البداية ، يستعمل معظم الأطفال أيديهم اليسرى واليمنى بنفس القدر ، ويبدى بعضهم تفضيلاً لإحدى اليدين إبان أشهر قليلة ، إلا أن آخرين لا يبدون هذا حتى نهاية السنة الأولى . ويفضل البعض استعمال إحدى اليدين ثم ينتقلون إلى استعمال اليد الأخرى . المهم هو أن تدعى الطفل يستعمل اليد التي يرتاح إليها لا اليد التي

تودين أن يستعملها، وبما أن ٧٠٪ من السكان يستعملون أيديهم اليمنى (يستعمل ٢٠٪ كلتا اليدين بنفس الدرجة) فمن الممكن افتراض أن طفلك سيكون بين هؤلاء إلى أن يبرهن على العكس، قدمى الأشياء إلى يده اليمنى إذا حاول أخذها بيده اليسرى، أو إن أخذها باليمنى ثم مررها إلى اليسرى، فقد يكون فى سبيله إلى أن يصبح أعسر.

● تأمين المنزل من نشاط الطفل.

ثمة خطورة على الأشياء الثمينة التى جمعناها من طفلتى وهى تتجول حافية فى أرجاء المنزل. هل أجمع هذه الأشياء واحتفظ بها معبأة، أو أعلمها أن تبعد عنها؟.

ليس لأشياءك الثمينة القابلة للكسر فرصة للبقاء فى غرفة المعيشة مع وجود ابتك وهى تجو. لذا، إذا أردت لهذه الأشياء البقاء، ابعديها قدر الاستطاعة عن متناول الطفلة حتى تكبر وتدرك قيمتها وتعامل معها بالقدر المطلوب من التقدير. افعلى نفس الشيء بالأشياء الفنية الثقيلة غيرها من الأشياء التى قد تلحق بها الضرر إذا سقطت عليها.

إلا أنه ليس عليكم أن تقضوا السنوات القادمة فى منزل عار من الزينة، وذلك من أجلكم ومن أجل الطفلة أيضاً، إذا أردت لها أن تعايش الأشياء الثمينة فعليك أن تعرضيها لها حتى فى هذه السن. اتركى بعض الأشياء الأكثر احتمالاً وأقل قيمة حيث يمكن للطفلة الوصول إليه. وحينما تصل إليها أخبريها بحزم أن عليها ألا تفعل هذا. ابعديها إذا أصرت وانتظري يوماً آخر. ورغم أنه لا يمكن الاعتماد على انصياعها (للأطفال ذاكرة قصيرة) فستتوعد ابتك هذا فى نهاية الأمر.

أمور من المهم معرفتها

جعل المنزل آمناً للأطفال

الطفل فى شهره السابع أو الثامن أكثر عرضة للضرر والأذى منه وهو حديث الولادة. إن ما طوره حديثاً من مهارات، مع عدم نمو القدرة المناسبة على الأحكام الصائبة، يجعل من النصف الثانى من العام الأول وقتاً مليئاً بالمخاطر بالنسبة للطفل.

يصبح المنزل العادى، بمجرد أن يتمكن الطفل من التحرك بمفرده أو بواسطة مشاية، أرض عجائب مليئة بأخطار والإثارة والشراك المحتملة، والتي قد تتسبب فى الضرر أو حتى فى الوفاة. وتصبح حكمتك وبصيرتك وصبرك ويقظتك الدائمة الحماية الوحيدة للطفل.

عادة ما تتشكل الاخطار وتقع الحوادث نتيجة لتجمع عدة عناصر تشمل شيئاً محتمل الخطورة (درجات سلم، أو دواء ما) وضحية محتملة (الطفل) وظروف بيئية (دولاب أدوية غير محكم الإغلاق). وتقع الحوادث أيضاً نتيجة لغياب اليقظة اولو للحظة واحدة.

للإقلال من تلك الحوادث إلى حدها الأدنى يجب تطوير هذه العوامل مجتمعة. يجب إبعاد الأشياء ذات الخطورة عن متناول الطفل، كما يجب أن يدرّب الطفل المعرض للخطر تدريجياً. على أن يصبح أقل تعرضاً وأكثر أمناً، وأيضاً يجب تعديل المحيط الملىء بالأخطار (إغلاق الدواليب بمفاتيح أو أقفال، ووضع حواجز على درجات السلم). كما أن على من يرعى الطفل أن يكون يقظاً بصفة دائمة خاصة فى أوقات الانشغال التى تقع بها معظم الحوادث. عليك أيضاً أن تعممى هذه الإجراءات فى المنازل الأخرى التى يتواجد فيها الطفل باستمرار (منزل جديده مثلاً) وإليك بعض المقترحات:

● غيرى أسلوبك:

بما أن تعديل أسلوب طفلك يقتضى عملية تعليمية طويلة وبطيئة قد تبدأ الآن لكنها لن تكتمل إلا بعد سنوات عديدة، فإن سلوكك أنت هو الذى سيكون له الأثر الأكبر على أمن طفلك فى هذه المرحلة.

● كونى يقظة على الدوام: تذكرى أنك مهما حاولت تأمين فإنك لا تستطيعى أن تجعله آمناً تماماً ضد الحوادث. لا بد أن يكون انتباهك، أو انتباه من يرعى الطفل متواصلاً خاصة إذا كان طفلك واسع الحيلة.

- ركزى اهتمامك أثناء استعمالك منتجات تنظيف المنزل أو الأدوية أو التجهيزات الكهربائية.. إلخ.. أو أى أشياء أو مواد تحمل معها الخطر حينما يكون طفلك غير مقيد، إن وقوع حادث خطير لا يستغرق أكثر من ثانية.

- لا تتركى الطفل بمفرده أبداً (فى السيارة، أو فى المنزل، أو فى الغرفة)، إلا إذا كان داخل حظيرة اللعب أو سريره أو أى مكان آمن آخر أو كان نائماً. ولا تتركه مع طفل آخر حديث السن سواء كان نائماً أو متيقظاً أو فى أى مكان، أو بصحبة حيوان أليف.

- استعمال الملابس المناسبة للطفل: تأكدى أن بيجامته ليست شديدة الاتساع وأن سراويله ليست أكبر من مقاسه، وأن جواربه لا تنزلق خاصة حينما يبدأ فى الوقوف. تحاشى الخيوط والشرائط الطويلة التى قد تؤدى إلى خنقه.

- تعلمى خطوات الطوارئ والإسعافات الأولية (انظرى لاحقاً).

- امنحى طفلك حرية كبيرة، توقفى عن مطاردته بمجرد أن تجعلى محيطه آمناً إذ لا يصح أن تشبلى ميل الطفل الطبيعى للتجربة. إن الأطفال يحبون التعلم من أخطائهم، ويمكن لعدم السماح لهم بارتكاب الأخطاء أن يمنع نموهم. والطفل الذى يخشى الجرى والتسلق وتجربة الجديد، لا يمنع فقط من التعلم الذى يرافقه اللعب الحر، بل أيضاً من كثير من متع الطفولة.

● غبرى محيط طفلك :

بما أن طفلك ينظر إلى محيطه من منظوره وهو وعلى ركبتيه ويديه، فعليك محاولة النظر إلى هذا المحيط من ذلك المنظور. بإمكانك أن تجشى وتنظرى إلى الأخطار التى لم تتمكنى من رؤيتها سابقاً. والوسيلة الأخرى هى فحص كل الأشياء التى ترتفع عن الأرض لأقل من مسافة متر، أى المدى الذى يمكن للطفل الوصول إليه.

● تغيرات فى أنحاء المنزل :

● النوالد : إذا كنت فى أحد الأدوار المرتفعة احرصى على تأمين النوافذ بحيث لا يمكن فتحها أكثر من قدر ١٥ سم.

● أحبال وأربطة الستائر والأغطية: اربطها حتى لا تلتف حول الطفل، ابعدى المقاعد وسرير الطفل وحظيرة اللعب والكراسى والأشياء الأخرى التى يمكنه أن يتسلقها عنها.

- مقابس (فئس) الكهرياء: أحجبها بقطع الأثاث الثقيلة الضخمة حتى لا يصل إليها الطفل.
- قطع الأثاث غير الثابتة: ضعها بعيداً عن طريقه وأيضاً تلك التي يمكن أن تقع عليه إذا جذبها. ضعى أرفف الكتب والأشياء المماثلة مستندة بأمان على الحائط.
- أدراج التبريحة: احكمى إغلاقاتها حتى لا يفتحها الطفل أو يتسلق داخلها أو يجذبها فتقع عليه التبريحة، إذا كانت التبريحة غير ثابتة، ثبتها فى الحائط.
- الأسطح المطلية التي فى متناول الطفل: تأكدى أنها خالية من الرصاص، أو أعبدى طلاها، أو غطيها بورق حائط.
- طفايات السجائر: ابعديها بحيث لا يصل الطفل إلى أعقاب السجائر والدخان. امنعى التدخين فى المنزل قدر استطاعتك.
- النباتات المنزلية: ابعديها عن متناول الطفل حتى لا يجذبها ويوقعها عليه، أو يأكل منها. احذرى النباتات السامة بشكل خاص (انظرى لاحقاً).
- مقابض الدواب و قطع الأثاث غير الثابتة: ثبتها، أو انزعى أياً منها إذا كانت صغيرة بحيث يمكنه بلعها.
- درجات السلم: حاولى وضع حاجز أو بوابة بعرضها.
- المدافىء: ضعى قضباناً واقية حولها أو أية حواجز أخرى بحيث لا تصل إليها يدي الطفل الصغيرتين.
- الموائد ذات الأسطح الزجاجية: غطيها بمفارش ثقيلة أو أزيحها مؤقتاً بعيداً عن طريق الطفل.
- الحواف الحادة لأركان المائدة والصناديق.. إلخ غطيها بأشرطة مبطنة إذا كان من المحتمل اصطدام الطفل بها.
- قطع السجاد المتناثرة: تأكدى أنها غير قابلة للانزلاج.
- صناديق اللعب: يجب أن تكون لها أغطية خفيفة الوزن، ووسائل إغلاق آمنة

الفصل الحادى عشر : الشهر الثامن

(يمكنك عدم استعمال أية أغطية) وأيضاً ثقبو للتهوية (لاحتمال أن يغلق الصندوق والطفل داخله) . وبشكل عام ، فإن الأرفف المفتوحة أكثر أمناً للاحتفاظ بالألعاب للطفل .

● مرتبة سرير الطفل : بمجرد إبداء الطفل اهتماماً بالوقوف (لا تنتظري حتى يتمكن من هذا) عدلى وضع مرتبة السرير إلى المستوى الأكثر انخفاضاً ، وتخلصي من الألعاب الضخمة والوسائد ، ووسائد مصدات السرير أو أى شيء آخر قد يستعمله للوقوف عليه والقفز من فوق السرير ، استعملى سريراً عادياً لنومه حينما يبلغ طول الطفلة ٨٨ سم .

● الأشياء التى تزحم الأرض : حاولي إبعادها عن طريق تحركه . جففى السوائل التى تسقط على الأرض فوراً ، وأزيلي الأوراق .

● تنبهي أيضاً إلى مجموعة كبيرة من الأشياء توجد فى البيوت بشكل عام وتشكل خطراً على الطفل . احتفظي بها فى مكان آمن . تأكدي ، لدى استعمالك هذه الأشياء ، أنه ليس بإمكان الطفل الوصول إليها ، وتأكدي من وضعها فى أماكن آمنة بمجرد فراغك من استعمالها . احذري ما يأتى بشكل خاص :

● المعدات الحادة مثل المقصات والسكاكين وفتاحات الخنطابات والأمواس والأنصال .

● الأشياء التى يمكن بلعها مثل البلى والعملات المعدنية الصغيرة والدبابيس وأى شيء قطره أقل من ٤ سم .

● أقلام الحبر والرصاص وأدوات الكتابة الأخرى . استبدليها بأصابع طباشير ضخمة غير سامة .

● أدوات الخياطة والأشغال مثل الإبر والدبابيس والأزرار . إلخ .

● الأكياس المصنوعة من البلاستيك الخفيف (يمكن للطفل الاختناق بها إذا وضعها على وجهه) .

- أدوات الإشعال مثل الولاعات وعلب الثقاب، أيضاً أعقاب السجائر الساخنة.
- أدوات الهوايات مثل الألوان والدبابيس والإبر وأدوات النجارة.
- ألعاب الأطفال الأكبر سناً والتي لا تصلح للعب من هم أقل من سنوات ثلاث.
- أحجار البطاريات صغيرة الحجم.
- أشكال الأطعمة الزائفة المصنوعة من الشمع أو المطاط أو الورق المقوى (أيضاً الشموع التي على هيئة الآيس كريم، أو المحمصة التي لها رائحة وشكل الفراولة مثلاً).
- مواد التنظيف.
- الأدوات المصنوعة من الزجاج والصيني.
- لمبات الإضاءة.
- المجوهرات خاصة حبات العقود التي بالإمكان فرطها، والأشياء الصغيرة مثل الخواتم التي يمكن بلعها بسهولة.
- العطور وأدوات التجميل (قد تكون سامة) والأدوية والفيتامينات.
- الصفارات (يمكن للكرات الصغيرة داخلها أن تنفلت وتخنق الطفل إذا بلعها).
- البالونات غير المنفوخة أو المفرقة.
- الأطعمة الصلبة الصغيرة مثل المكسرات وحبات الزبيب والحلوى الصلبة.
- الأحماض والقلويات، يفضل إخلاء المنزل منها.
- الدوبار والحبال وشرائط التسجيل أو أى شيء آخر يمكنه الالتفاف حول رقبة الطفل.
- تحاشي وقوع الحرائق.
- امنع التدخين في السرير.

- ابعدى الثقباب والولاعات عن متناول الطفل .
- لا تسمحي بتراكم القمامة ، خاصة القابل للاشتعال منها .
- تحاشى استعمال السوائل التى تشتعل مثل الكيروسين ومنتجات إزالة البقع من الملابس

● تأكدى من فحص نظام التدفئة سنوياً . أيضاً ، لا تُحملى الدائرة الكهربائية فى المنزل فوق طاقتها ، وانزعى الفيش من المقابس بشكل صحيح . مثلاً لا تشدى أسلاك الأجهزة .

● التغيرات فى المطبخ والحمام

بما أن المطبخ ذو جاذبية خاصة للأطفال ، اجعليه أكثر أمناً باتباع الإرشادات التالية :

● احكمى غلق الأدراج والأماكن التى تحوى أشياء لا يجوز استعمالها مثل الأوعية الزجاجية والمعدات الحادة والمنظفات ، أو الأطعمة الخطرة على الأطفال . ركبى أقفالاً ومزالج عليها إذا أمكن .

● خصصى أحد الأقسام الصغيرة كى يمارس الطفل فيها حب استطلاعها وضعى فيه بعض أوعية الطهو المثينة والملاعق الخشبية والأوعية البلاستيكية كى تمديه بعدة ساعات من التسلية وحب الاستطلاع .

● ابقى على درجة حرارة المياه فى المنزل أقل من ٥٠ حتى لا يُسلخ جلد الطفل . افتحى صنوبر الماء البارد قبل الساخن دائماً . اختبرى درجة حرارة المياه فى البانيو بكوعك بشكل روتينى قبل وضع الطفل فيه . حاولى تأمين قاع البانيو حتى لا ينزلق الطفل .

● غطى المراض فى حالة عدم الاستعمال وابعدى الطفل عنه . فبالإضافة إلى كونه غير صحى ، هناك احتمال انقلاب الطفل داخله .

● لا تتركى الطفل بمفرده فى البانيو أو على مقعد خاص به داخله حتى ولو كان يحسن الجلوس . استمرى فى اتباع هذه القاعدة حتى يبلغ الخامسة .

- لا تتركى مياهها فى البانيو بعد استعماله، فقد يسقط فيه الطفل، يحتمل للطفل أن يغرق فى كمية ماء لا تزيد عن ٢,٥ سم ٣.

● الخروج الآمن

رغم أن المنزل هو البيئة الأكثر خطورة على الطفل، إلا أن الحوادث قد تقع فى ملاعب الأطفال أو أحواش المنازل.

- لا تتركى الطفل الصغير يلعب بمفرده خارج المنزل أبداً.
- أحيطى حمام السباحة، إن وجد، بالأسوار من جميع الجهات مع عمل بوابة له تُغلق ذاتياً.
- الفحصى أماكن اللعب العامة قبل ترك الطفل طليقاً فيها. تأكدى من عدم وجود روث حيوانات أو زجاج مكسور أو أية نفايات تكون مصدراً للخطر.
- تأكدى أن طفلك يعرف أنه لا يجوز له أكل النباتات والزهور داخل البيت أو خارجه.
- تأكدى من أجهزة اللعب خارج المنزل، لا بد أن تكون متينة راسخة ومركبة على بعد مترين على الأقل من الجدران والأسوار. تخيرى له الألعاب الآمنة فقط.

● تغيير الطفل

يقوى احتمال وقوع الحوادث للمعرضين لها. وإلى هذا المصنف ينتمى الأطفال. ليس الوقت مبكراً لتحصين طفلك ضد الحوادث. علمى طفلك ما هى الأخطار، تظاهرى أنك تلمسين طرف الإبرة وقولى «آه» واسحبى إصبعك سريعاً متظاهرة أنه يؤلمك. علمى الطفل أصوات التحذير مثل «آه، واوا، أوف» وعبارات «لا تلمس، وهذا خطر، واحترس» حتى يربط الطفل بينها وبين الأشياء التى هى مصدر خطر. قد لا يلتفت الطفل إلى مشاهدك التمثيلية فى البداية؛ إلا أنه سيبدأ تدريجياً فى اختزان المعلومات وسيجىء اليوم الذى تتبينى فيه أن دروسك قد رسخت. ابدئى فى تعلم طفلك من الآن عن الآتى:

● الآلات الحادة أو المدهبة : لدى استعمالك سكيناً أو مقصاً أو شفرة حلاقة أمام طفلك ، تأكدى من أن تقولى له أنها حادة ، وليست لعبة ولا يلمسها إلا الكبار . حينما يكبر طفلك ويتمكن من المهارات الحركية الصغيرة علمية القطع بمقص آمن أو سكين زيد ، وحينما يكبر علميه التعامل مع الآلات تحت إشرافك .

● المواد الساخنة : يبدأ الطفل ، حتى فى شهره الثامن ، فى استيعاب تحذيراتك المتوالية . اخبريه باستمرار أن قهوتك ساخنة (وكذلك الموقد وعود الثقاب المشتعل المتوالية . اخبريه باستمرار أن قهوتك ساخنة (وكذلك الموقد وعود الثقاب المشتعل والمدفأة) وأن عليه ألا يلمسها . وسرعان ما تعنى له كلمة «ساخن» «لا تلمس» . أوضحي ما تعنيه بجعله يلمس شيئاً ساخناً ، لكن ليس شديد السخونة . حينما يكبر علميه الأسلوب الآمن لحمل فنجان من الشراب الساخن أو الإشعال الصحيح لعود الثقاب .

● درجات السلم : سبق القول إن على الوالدين تسييج درجات السلم داخل المنزل بمجرد أن يبدأ الطفل فى التحرك من تلقاء نفسه . إن الطفل الذى لا يعلم عن درجات السلم سوى أنها محظورة هو أكثر تعرضاً لأخطار الحوادث فى أول مرة يترك فيها الباب المؤدى إلى السلم مفتوحاً . وبما أن هبوط السلم أكثر خطورة من صعوده ، دربي طفلك على صعود الدرجات تحت إشرافك . وحينما يتقن هذه العملية ، اجعليه يتسلق عدداً أكبر من الدرجات مع وجودك أسفله بدرجة واحدة . لدى تمكنه من عملية الصعود ، دربيه على الهبوط الآمن ، وقد يستغرق التمكن من هذا عدة أشهر ، إن الأطفال الذين يعرفون كيف يصعدون الدرجات ويهبطون من عليها هم أكثر أمناً إذا تصادف وجودهم فى مكان به درجات غير مؤمنة . لكن عليك أن تستمرى فى احتياطاتك حتى يتقن الطفل استعمال السلم حينما يبلغ من العمر سنتين تقريباً .

● الاخطار الكهربائية :

لمقابس الكهرباء ، وأسلاكها ، والتجهيزات الكهربائية جاذبية شديدة للأطفال والأيدى الصغيرة . لا يكفى اتخاذ الاحتياطات التى ذكرت سابقاً ، بل إنه من الضروري أيضاً أن تذكرى للطفل مراراً وتكراراً أخطارها بقولك «واو» .

● المسابح وحمامات السباحة وأماكن المتعة المائية: شجعي الألعاب المائية باعتبارها متعة وتعلم. لكن علمي الطفل ألا ينزل إلى مسبح في غير وجود شخص ناضج يرعاه. ويشمل هذا حتى الأطفال الذين تلقوا تدريبات على السباحة في فصول خاصة.

● المواد السامة: رغم حرصك على إبعاد المواد السامة عن متناول طفلك، إلا أن بعض الزائرين قد يتركون الأدوية على المنضدة. أو قد تكوني في زيارة منزل توجد فيه المنظفات في متناول الطفل، ابدئي بتعليم طفلك قواعد الأمن من هذه المواد. اعمدي إلى تكرار ما يلي على سمعه:

● لا تأكل أو تشرب أى شيء سوى ما يعطيك إياه والدك أو شخص آخر كبير تعرفه.

● الأدوية والفيتامينات ليست حلوى.

● لا تضع شيئاً لاتعرفه في فمك.

● المواد السامة لا يستعملها سوى الوالدين والكبار. كرري هذا كل مرة تأخذين فيها دواءً أو تنظيفين فيها الحمام أو عندما تقومين بتلميع الأثاث.

● المحاطر خارج المنزل:

ابدئي الآن بتعليمه مخاطر السير في الشارع، علميه الإنصات إلى صوت السيارات القادمة قبل عبور كما الطريق، أخبريه أيضاً أن العبور يتم لدى الإشارات الخضراء لا الصفراء بمجرد أن يتمكن من المشي، أخبريه ألا يعبر الشارع أبداً دون أن يمسك بيد شخص كبير حتى ولو لم يكن ثمة سيارات في الشارع. إذا سمحت له أن يمشى طليقاً على الرصيف، راقبيه بحيث لا يغيب عن نظرك ولو لثانية واحدة. لا يجوز عدم تأنيبه بشدة إذا نزل إلى الشارع بمفرده. تأكدي أنه يعرف أن عليه ألا يغادر المنزل سوى برفقة شخص ناضج.

● أمان السيارة:

تأكدي من تعويد طفلك على الجلوس في مقعد السيارة الخلفي. اشرحي له ضرورة

الفصل الحادى عشر : الشهر الثامن

هذا حينما يكبر . إذا سمحت له بالاستثناءات أحياناً ، فلن يقنع طفلك أن هذه القاعدة لا يمكن كسرها . اشرح له أيضاً قواعد أمن السيارة مثل عدم نشر الألعاب ، وعدم الإمساك بعجلة القيادة ، وعدم لمس أقفال الأبواب وأزوار النوافذ . علمى الأطفال الأكبر سنأ فتح الأقفال خوفاً من أن تغلق عليهم السيارة وهم داخلها بمفردهم .

• أمن الملاعب :

باستطاعة حتى الأطفال الصغار تعلم أمن الملاعب . أخبريه أن عليه ألا يصعد الأرجوحة بمفرده ، وألا يدفع أرجوحة فارغة ، أو يمشى أمام أرجوحة تهتز . اتبعى أنت هذه القواعد واذكريها لطفلك دائماً . أوضحى له أن عليه أن ينتظر حتى ينزل الطفل الذى أمامه من على ألعاب التزلج قبل أن يتركها هو وألا يتسلقها من القاع .

أفضل أسلوب يتعلم به الطفل العيش الآمن هو الممارسة . لا تقومى بربطه بأحزمة مقعد السيارة مع عدم ربط حزامك أنت . أيضاً ، اتبعى قواعد المرور وتحاشى مسببات الحرائق مثل أعقاب السجائر المشتعلة وغيرها .

• التحكم فى المواد السامة

تقدر حوادث تسمم الأطفال بمليون حالة سنوياً . وتحدث تلك على وجه خاص بين من تقل أعمارهم عن خمس سنوات . يكتشف الأطفال ، خاصة الصغار منهم ، العالم عن طريق أفواههم . وفى هذه السن ، لا يكون الأطفال قد تعلموا تصنيف الأشياء إلى آمنة وغير آمنة ، وأيضاً لا يساعدهم عدم نمو حاسة التذوق على تبين مذاق المواد الخطرة .

لحماية الأبرياء من تلك المخاطر اتبعى القواعد التالية :

• ضعى المواد التى يحتمل أن تتسبب فى التسمم فى أماكن موصدة بمنأى عن الأطفال ، حيث إنه بإمكان حتى الأطفال الذين يحبون تسلق الكراسى المنخفضة أو الوسائد .

• اتبعى قواعد الأمن لإعطاء الأدوية وتعاطيها (انظرى لاحقاً) .

- تجنبى شراء عبوات منظفات منزلية ذات ألوان زاهية حتى لا تجذب الطفل ، أو قومى بتغطية الرسومات بشرائط لاصق أسود .
- ابتاعى المنتجات المعبأة بشكل آمن كلما أمكن .
- أعيدى المواد الخطرة إلى أماكن حفظها بعد الاستعمال مباشرة .
- احتفظى بالمواد التى تؤكل ، وتلك التى لا تؤكل فى أماكن مختلفة . لا تضعى المواد غير الصالحة للأكل فى علب المأكولات الفارغة ، فرغم أن الطفل يميز مصادر طعامه ، إلا أن لن يفهم لماذا لا يستطيع شرب زيت التشحيم الموجود فى زجاجة عصير .. إلخ .
- تجنبى اقتناء الأشياء التى لا تؤكل والمصنوعة على شكل مأكولات (الشموع مثلاً) .
- تخلصى من المواد السمية بإفراغها فى البالوعة ، ثم اشطفى الوعاء وضعيه فوراً فى صندوق قمامة محكم الغطاء .
- ضعى لاصقات عليها رمز السموم على جميع أوعية المنتجات السمية . أو اكتفى بوضع علامة X ، وسيتعلم طفلك مع الوقت أن تلك المواد غير آمنة .
- اعتبرى ما يلى مواداً تسبب فى التسمم :
 - المشروبات الكحولية .
 - مواد التبييض .
 - الأسبرين .
 - حامض البوريك .
 - زيت الكافور .
 - مواد التجميل .
 - مواد فتح البالوعات .

- مواد تلميع الأثاث .
- سموم الحشرات والقوارض .
- أقراص الحديد .
- الكيروسين .
- القلويات .
- جميع الأدوية .
- حبوب النفتالين .
- زيت التربانتينا .
- الأقراص المنومة .
- المهدئات .
- مبيدات الأعشاب الضارة .