

الأزمات تحرم الأطفال من طفولتهم بينما تعدهم لنجاح طويل الأمد

الحرمان في فترة الطفولة ليس بالضرورة ذا نتائج مدمرة



مستقبل يلفه الغموض

أن يصبحوا ناضجين بصورة أسرع من نظرائهم، مما كان يزيد من تحفيزهم وتركيزهم الذي كانت له نتائج مثمرة. وأشار إلى أن شيئاً مماثلاً حدث بالنسبة إلى الأطفال الإناء، اللاتي تحملن مسؤوليات الكبار في سن صغيرة نسبياً، وأصبحن بسهولة يتحملن مسؤولية أسر خاصة بهن. واختتم إيلدر دراسته بأن الكساد العظيم حرم الأطفال بالفعل من طفولتهن بينما أعدهم لنجاح طويل الأمد. وأشارت اليونيسف إلى أن الأزمات أظهرت إلى أي درجة قد يصل تعرض الأطفال للخطر في حالات الركود الاقتصادي، لأنهم قد يُنتزعون من المدارس للعمل أو رعاية الأسرة أو يعانون من سوء التغذية عندما تنسحب الأغذية. وقد تحدثت هذه الحالات، مهما كانت مؤقتة، تأثيراً دائماً على نمو الطفل وتطور إمكانياته في المستقبل.

وعندما أصبح الأطفال الذين شملتهم الدراسة رجالاً، صعدوا السلم الوظيفي بصورة أسرع وأقوى من نظرائهم الأكثر حظاً منهم، كما أنهم استغلوا الفرص التعليمية بصورة أسرع أيضاً. وحتى فتيات الفئة غير المحظوظة صقلتهن تجارب المعاناة وحققن نجاحات ملحوظة بعد أن أصبحن في عمر العمل والزواج. وتوصلت الدراسة إلى أن الرجال والنساء الذين عانوا من الحرمان وهم أطفال، حصلوا على نتائج أعلى في الاختبارات النفسية التي تقيس القدرة على التحمل، والإصرار، والثقة بالنفس. كما اتضح أنهم كانوا أكثر رضا وسعادة في حياتهم. وفسر إيلدر هذه النتائج بأنه بالنسبة إلى الأطفال الذكور، أدت تجربة البحث عن عمل لبعض الوقت والمساهمة في زيادة دخل الأسرة إلى

وكانت الحكمة التقليدية في ذلك الوقت هي أن هذه التجارب سوف تترك أثرها على الأطفال طوال حياتهم. وقد استندت أحد المحللين النفسيين من ثلاثينات القرن الماضي إلى "التأثيرات المدمرة لانهايار الروح المعنوية لدى الوالدين"، وتوقع أن هذا الجيل سوف يعاني من القلق، والخوف، والإحباط وفقدان الثقة على الدوام. وببساطة، يعني هذا أنهم لن يتعافوا مطلقاً. ولكن ذلك لم يحدث بالفعل. وفي الحقيقة وجد إيلدر أن هؤلاء الأطفال الذين شبوا وسط الحرمان الاقتصادي، حملوا معهم معاناة طفولتهم، فعلى سبيل المثال، كان من المرجح أن يظهروا قلقهم بالنسبة إلى وضعهم الاقتصادي. ولكن الأمر الأكثر أهمية في النتائج التي توصل إليها إيلدر هو حقيقة أن الحرمان الاقتصادي كان يلازمه المزيد من النجاح.

العظيم، حيث فقد الوالدان عملهما، وفقدت الأسر وضعها الاجتماعي، كما كان التحرك الاجتماعي نحو الطبقات الأدنى سائداً، على الرغم من أن بعض العائلات نجت ولم تتضرر بدرجة كبيرة. أما العائلات غير المحظوظة فقد حاولت التكيف، دون نجاح في الغالب. وعلى سبيل المثال سعت الأمهات إلى العمل خارج المنزل للمساعدة على تدبير المعيشة، بينما الآباء رضوا بالقيام بأعمال متدنية لا تليق بهم. وأسفرت هذه التغييرات عن تحولات إضافية، فقد اضطلعت الكثير من الفتيات بمسؤوليات مهمة في المنزل في غياب الأمهات، بينما سعت الصبية البعض قد يذهب إلى أبعد حد لاستعطف الطرف الذي رفضه حتى يصفح عنه. ولاحظ الفريق المشرف على الدراسة أن منطقة النواة المتكئة المرتبطة بالإيمان في الدماغ نشطت لدى المشاركين، رجالاً ونساءً، وكانوا يفكرون بشكل مبالغ فيه في شركاء حياتهم الذين رفضوهم ويتلهفون للعودة إليهم.

أمام التحذيرات المتتالية بشأن التأثيرات النفسية التي قد يخلفها فيروس كورونا وما انجر عنه من فزع وإجراءات غلق كانت لها تداعيات مباشرة وغير مباشرة على جميع البشر وخاصة منهم الفئة الهشة ومن بينها الأطفال، كشف مختصون أن هذه التأثيرات قد لا تكون سلبية في مجملها، حيث أنها قد تُعدّ الأطفال لنجاح كبير في المستقبل.

لندن - أكدت منظمة الأمم المتحدة للطفولة (يونيسف) أن الأطفال الأشد ضعفاً في العالم سيعانون من الوطأة الشديدة التي خلفتها التأثيرات الاجتماعية والاقتصادية الناجمة عن كوفيد - 19، ويعيش العديد منهم في الفقر، كما أن تبعات إجراءات الاستجابة لكوفيد - 19 تُعرضهم لخطر المعاناة من المزيد من المصاعب. وتعتبر الأزمات من الأحداث المهمة والمؤثرة في حياة جميع الأشخاص وخاصة منهم الأطفال، حيث أكد أخصائيو علم نفس الأطفال أنهم يتضررون في الكثير من البلدان تضروا شديداً من جراء الأزمات، وأوضحوا أن تأخير أزمة فايروس كورونا المستجد لا يقتصر على الكبار فقط، فالأطفال أيضاً يعانون وربما بصورة أكثر، فهم في عمر التحور والانطلاق يجدون أنفسهم مقيدين بإجراءات تحرمهم من التمتع بطفولتهم. ونبه المختصون إلى أن حياة معظم الأطفال لن تعود لطبيعتها في الأشهر القليلة المقبلة، حيث ستؤدي الضغوط النفسية التي تفرضها العزلة في ظل الحجر الصحي، إلى تبعات جسدية، مثل تآخر النمو المعرفي والعاطفي والاجتماعي. وقد تزيد هذه الضغوط في مرحلة المراهقة من مخاطر الإصابة بالأمراض النفسية.

فقدان الوالدين لوظائفهم، يحمل هذا الـ"الجيل". وشدد ميم، وهو أيضاً أستاذ مساعد لمادة التاريخ بجامعة جورجيا، على ضرورة النظر لهذه المخاوف بجدية ولكن ينبغي أيضاً النظر بجدية لتأثيرات الأزمات المماثلة السابقة. فمن قبيل المفارقة أن الأزمات الجماعية بقدر ما تدمر بناء الشخصية لدى الأطفال تكون لها أحياناً تأثيرات إيجابية عليهم. وأضاف أنه إذا كان لدى المرء شك في ذلك، فربما عليه أن يرجع لقراءة الدراسة المطولة الكلاسيكية التي تحمل عنوان "أطفال الكساد العظيم" التي كتبها عالم الاجتماع جلان إيلدر، لافتاً إلى أن تلك الدراسة غاصت في أعماق بيانات تم جمعها في دراسة لعدد 167 من المراهقين الذين يعيشون في أوكلاند، بولاية كاليفورنيا في ثلاثينات القرن الماضي. وهذه المجموعة التي ولدت في عامي 1920 و1921 انتقلت من رخاء ذلك العقد إلى الكارثة الاقتصادية التي أعقبتها. وشهد 1929 أسوأ التجارب الاقتصادية في العالم وهو ما يطلق عليه "الكساد العظيم"، حيث بدأت أسواق الأسهم الأمريكية في الانهيار، وسرعان ما تبعها العالم كله. وجمعت الدراسة كميات مذهلة من المعلومات عن كل فرد من أفراد هذه المجموعة، وعن أفراد عائلاتهم، وعن حالاتهم النفسية، ودخلهم ونفقاتهم، وحياتهم الاجتماعية. وقام باحثون متعاقبون بتتبع مجموعة الأطفال حتى أصبحوا في الستينات من العمر وأكثر. وتمثل إسهام إيلدر في التعامل مع تلك المعلومات التي تم جمعها عن حياة المجموعة على المدى الطويل، وقام بتحليل هذه المعلومات، وعقد مقارنات بين مختلف المجموعات الفرعية على أساس معايير مثل الطبقة الاجتماعية والوضع الاقتصادي للأسرة. ثم قارن كيف تشعبت تلك التجارب عبر حياة هؤلاء الأفراد مع زيادتهم في العمر وبدء تكوين أسر خاصة بهم. وعاش الكثير من هؤلاء الأطفال بصورة مباشرة الآثار المدمرة للكساد

الرجال والنساء الذين عانوا من الحرمان وهم أطفال، حصلوا على نتائج أعلى في الاختبارات النفسية التي تقيس القدرة على التحمل

وقال الكاتب ستيفن ميم في مقال نشرته وكالة بلومبرغ للأخبار، "رغم أنه ما زال هناك الكثير الذي لا نعرفه عن التأثيرات الصحية لأزمة فايروس كورونا على الأطفال، هناك إجماع متزايد على الضرر النفسي الذي لحق بهم فعلاً. ففي ظل التوقف عن التوجه للمدارس والحجر القسري وصدمة رؤية

موضة

السروال الكتان الواسع يمنحك راحة فائقة

أوردت مجلة "أل" أن السروال الكتان الواسع يعد خياراً مثالياً خلال فصل الصيف؛ حيث أنه يمنح المرأة تهيوية جيدة وإحساساً بالراحة الفائقة في ظل ارتفاع درجات الحرارة.

وأوضحت المجلة المعنية بالموضة والجمال أن السروال الكتان الواسع يكتسي بطبيعة الحال بدرجات البيج والكريمي الهادئة، في حين تتألق بعض الموديلات باللون الوردي المفعم بالبرقة والأنوثة. ويمتاز السروال الكتان الواسع بتنوع إمكانيات التنسيق؛ حيث يمكن تنسيقه مع تي شيرت أبيض أو قميص أكبر من المقاس "Oversized" أو توب كاشف للبطن للحصول على إطلالة كاجوال ومتحررة. ويمكن أيضاً الحصول على إطلالة أنيقة تناسب العمل من خلال تنسيق السروال مع بليرز بنفس درجة اللون وقميص أو بلوزة باللون الأبيض.



الحنين إلى الشريك السابق.. احتجاج عاطفي على الرفض

الحب لا ينتهي بعد الرفض، بل إن الطرف المرفوض قد يتيم عشقا بالشخص الذي رفض الارتباط به

السابق وزادت الرغبة في إعادة المياه إلى مجاريها. ويرى غيل سالتز، أستاذ الطب النفسي بكلية وايل كورنيل للطب في نيويورك، أن "مواقع التواصل الاجتماعي، مثل فيسبوك وغيرها تسهل العثور على شريك الحياة أو الحبيب السابق وإحياء العلاقة مجدداً". ويشير إلى أن وسائل التواصل الاجتماعي تحول دون طي صفحة الماضي والبدء من جديد، إذ يظل رواد هذه المواقع يراقبون خفية منشورات شركاء حياتهم أو رفقاتهم السابقين. وينصح الكثيرون بالابتعاد تماماً عن شريك الحياة بعد الانفصال لفترة تتراوح ما بين 30 و60 يوماً، أو حتى للأبد، على أساس أن هذه الفترة سيستغلها الطرفان لإصلاح نفسيهما. ويقترح الكثيرون إرسال رسائل نصية لرفقاتهم أو أزواجهم السابقين لتذكيرهم بالأوقات الممتعة التي أمضوها معاً، وإثبات أنهم تغيروا أثناء هذه الفترة. وعن مزايا الانقطاع عن التواصل بشريك الحياة السابق، تقول فيشر "إن التعافي من انكسار القلب يشبه علاج الإدمان، إذ يتطلب الأمر الابتعاد عن كل ما يذكر بشريك الحياة السابق، والتوقف عن متابعة حساباته على مواقع التواصل الاجتماعي وقطع الاتصال به". وترجع فيشر ذلك إلى أن هذه الفترة تساعد على تخفيف حدة المشاعر السلبية، كالغضب وخيبة الأمل وما إلى ذلك.

من الدماغ". لذا يزداد إفران الدوبامين والناقل العصبي نوريبترفين المرتبط بالضغط العصبي، وتزداد الرغبة في ملاحقة الشخص الذي رفضنا وجعلنا نشعر بالإحباط. ولهذا تقول فيشر إن العلماء نشطوا في المناطق المرتبطة بالمكاسب والخسارة والاشتياق وتنظيم المشاعر من الدماغ، وكذلك المناطق المرتبطة بالعاطف. وتقول فيشر "لا ينتهي الحب بعد الرفض، بل إن الطرف المرفوض قد يتيم عشقا بالشخص الذي رفض الارتباط به، وتنشط المنطقة المرتبطة بالإيمان

وأجرت فيشر ومجموعة من العلماء دراسة أخضع فيها 15 شخصاً تعرضوا للرفض من شركاء حياتهم مؤخراً لأجهزة مسح الدماغ. وعندما شاهد المشاركون صور عشاقهم الذين رفضوهم، لاحظ العلماء نشاطاً في المناطق المرتبطة بالمكاسب والخسارة والاشتياق وتنظيم المشاعر من الدماغ، وكذلك المناطق المرتبطة بالعاطف. وتقول فيشر "لا ينتهي الحب بعد الرفض، بل إن الطرف المرفوض قد يتيم عشقا بالشخص الذي رفض الارتباط به، وتنشط المنطقة المرتبطة بالإيمان

وتعطل هيلين فيشر، عالمة الأعصاب في معهد كينسي بالولايات المتحدة الأميركية، ذلك بالقول "عندما يحدث الانفصال يدخل المرء في طور 'احتجاج'، إذ يتملك الطرف المرفوض رغبة جارفة لاستعادة حب الطرف الذي يقرر إنهاء العلاقة"، وفقاً لتقرير نشرته "بي. بي. سي".



محاولة لإحياء العلاقة