

# متلازمة الطفل الأوسط تهدده بفقدان الثقة في النفس والانفصال عن الوسط الأسري

## ضعف العلاقة بالأهل تجعل الطفل الأوسط يلتجئ إلى الإخوة والأخوات عوض الوالدين



يؤكد علماء النفس على أن فقدان الوالدين لمهارات التعامل مع أطفالهم على قدم المساواة يصيب الطفل الثاني بما يعرف بمتلازمة الطفل الأوسط، الذي لا يجد الاهتمام المخصص للطفل الأكبر، ولا الحنان الممدود على الطفل الأصغر. ويشير علماء النفس إلى أن علاج "متلازمة الطفل الأوسط" يتم داخل الأسرة التي تحرر الطفل من أحاسيسه السلبية ما يجعله شخصا سويا.

### راضية القيزاني

بجامعة عين شمس، أن الطفل الأوسط يكون عُرضة لهذه المتلازمة عندما يمنح الوالدان ابنهما الأكبر كثيرا من الاهتمام والتقدير، لأنه الابن الأول، ويدلون الابن الأصغر بدرجة كبيرة، في الوقت الذي لا يلقى فيه الطفل الأوسط نفس الاهتمام أو التلذذ من والديه أو حتى الأجداد. وأشارت الشهاوي إلى أنه من ضمن أسباب متلازمة الطفل الأوسط أن الوالدين غالبا ما يثقان في ابنهما الأكبر أكثر من الأوسط، ما يدفعهما إلى تكليفه ببعض المهام أو المسؤوليات. وقالت الشهاوي "كثيرا ما يصطحب الأب أو الأم الطفل الأكبر عند الخروج أو الزيارات العائلية، في حين لا توكل للطفل الأصغر أي مهام ويتم التغاضي عن أخطائه في الغالب، بينما لا يحظى الابن الأوسط بنفس الثقة التي يحظى بها أخوه الأكبر، وربما يُعاقب إذا ارتكب نفس أخطاء أخيه الأصغر، ما يشعره بالاضطهاد".

وأوضح الدكتور شاهين رسلان، أستاذ الصحة النفسية المصري أن الأم تكون قد اكتسبت خبرة من تربيتها للاكبر، فلا تتابع في حمل الطفل الأوسط معظم الوقت، بل ربما تتركه حتى أثناء صراخه لأنها ترى أنها أخطأت في تعويد طفلها الأول على حمله طوال الوقت، وتحاول تجنب هذا الخطأ مع الثاني، وبالتالي يتكون لدى الطفل الأوسط صورة ذهنية سلبية عن أمه ويشعر بانها لا تمنحه رعاية واهتماما كافيين، وترسخ لديه هذه الصورة بولادة الطفل الأصغر. ويؤكد علماء النفس أن مشكلة "متلازمة الطفل الأوسط" تحدث عندما يهمل الوالدان أو أفراد العائلة الطفل المتوسط بصورة ما، وذلك وقت ولادة طفل آخر.

ويشير علماء النفس وأخصائيو التربية إلى أن تكليف الطفل الأكبر ببعض المهام المنزلية البسيطة، وكذلك الأعمال السهلة، ما يجعله محط فخر واهتمام وتشجيع من قبل الآخرين، يولد

لا يتوفر للوالدين اللذين لهما أكثر من طفلين الوقت ولا الدراية الكافية للتعامل بهم على قدم المساواة. وعادة ما يفقد الوالدان إلى مهارات التعامل معهم بالعدل فيمنحان اهتماما كبيرا للطفل الأكبر في حين لا يلقى الطفل الأوسط نفس الاهتمام، سواء منها أو من بقية أفراد الأسرة كالجد والجدة، ما يتسبب في انفصاله عن المحيط الأسري والحاق الأذى بنفسيته فيصاب بمتلازمة الطفل الأوسط، وفق ما تؤكد الدراسات العلمية.

وتشير إحدى الدراسات التي أجريت على عينة مكونة من أكثر من 350 طالبا جامعا إلى أن الأولاد المتوسطين تكون علاقتهم بالأهل ضعيفة.

### عدم وجود إجابات واضحة للطفل الأوسط عن دوره في العائلة يؤدي إلى فقدانه الثقة في نفسه، وإصابته بالغيرة والعناد

ويوجه القائمون على الدراسة سؤالا لعينة البحث عن الشخص الذي يلجأون إليه عند طلب المساعدة، هل هم الآباء أم الأشقاء؟ وكانت إجابات الإبناء البكر وغيرهم، أنهم يلجأون إلى الأم أو الأب، في حين أن الإبناء المتوسطين اختاروا الإخوة والأخوات، واعتبروا ذلك الصداقة جزءا مهما من حياتهم بشكل أكبر من الإبناء البكر. وفسر القائمون على الدراسة هذا الأمر بأن الإبناء المتوسطين ربما قضا وقتا أقل مع والديهم، وهو الأمر الذي ينعكس عليهم بانهم أقل قربا منهم. وأكدت الدكتورة هبة الشهاوي، أستاذة الطب النفسي بكلية الطب

### ضرورة إيلاء الإخوة نفس القدر من الاهتمام

ونصح الوحيشي الوالدين بالعدل في التعامل مع الأبناء وعدم إيلاء عناية أكثر من المطلوب لأحدهما حتى لا تتولد مشاعر الغيرة بين الإخوة. كما نصح خبراء علم النفس بالحصول على استشارة معالج نفسي في الحالات التي تتحول فيها مشاعر الطفل المصاب إلى سلوكيات عدوانية تجاه والديه وأشقائه. ويُعرف الأطباء متلازمة الطفل الأوسط بانها اضطراب يصيب الكثير من الصغار خلال مرحلة الطفولة، ويتسبب في الكثير من الأوضاع المشوهة أو غير الطبيعية داخل الأسرة. ويمكن أن يكون لهذا الاضطراب تأثير في التطور النفسي والعاطفي والجسدي للطفل، ما يؤثر على مستقبل حياته وحياة الأسرة.

عن شيء يلفت به الانتباه كان يتميز في الدراسة أو يحرص على النجاح في مجال ما ويتموقع ضمنه". ويؤكد الأطباء النفسيون أن علاج متلازمة الطفل الأوسط يتم داخل الأسرة، حيث إنه بإمكانها تحرير الطفل من أحاسيسه السلبية وذلك بمنحه نفس الاهتمام والثقة التي تمنح لشقيقه الأكبر. وقال الحبيب الوحيشي المختص النفسي في علم النفس لـ "العرب" إن "إسناد بعض المسؤوليات والمهام إلى الطفل الأوسط يكسبه الثقة في نفسه ويجعله إنسانا سويا، كما أنه يشعر بأن الآخرين يثقون فيه، ويتوازى هذا الأمر مع عدم المبالغة في تدليل الشقيق الأصغر، لأنه ربما يتسبب في توليد أحاسيس الغيرة داخله".

وقد ينفصل الطفل عن دائرة الأسرة، ويصبح عنيدا بصورة كبيرة إلى درجة يرفض فيها تلبية أي طلب من أمه، حتى لو كان في مصلحته. كما يمكن أن تصل الأمور في بعض الحالات المتطرفة إلى شعور الطفل بالسعادة، عندما يتشاجر والداه؛ حيث إن هذا يعد تعويضا له عن إهمال الأم. ويشير أحمد الأبييض، اختصاصي في علم النفس من تونس، إلى أن الطفل الأوسط يعيش حالة تيه وضياح حيث لا هو في وضعية القيادة مثل الطفل الأكبر ولا هو في وضعية الاهتمام والتدليل مثل الطفل الأصغر. وقال الأبييض لـ "العرب"، "في هذه الوضعية يمكن أن يدخل الطفل في صراع مع أخوية ليثبت ذاته أو أن يبحث لنفسه

لدى الأوسط شعورا بالنقص والدونية، فيتعزل عن والديه، وربما تتملكه مشاعر الغيرة والحقد نحو إخوته، وهو ما ينتهي به إلى الإصابة بهذه الحالة. ويدفع هذا الوضع المضطرب الطفل إلى إشارة العديد من الأسئلة، كان يتساءل عن مكانه في الأسرة ودوره بين أفرادها ولماذا يهمله والداه ولا يهتمون به مثل إخوته وما المطلوب منه تحديدا. ويؤدي عدم وجود إجابات واضحة لهذه الأسئلة لديه إلى فقدانه الثقة في نفسه، وإصابته بالغيرة والغضب، وانعدام المبادرة لديه، والميل إلى الخجل والانطواء، فيسيطر عليه اليأس ويتملكه الحزن، وكلها أعراض لمتلازمة الطفل الأوسط.

## ديكور الدرجات الطبيعية تتربع على عرش الألوان في 2021



الآزياء، موضحة أنه يتم تنسيق ملابس النصف العلوي مع ملابس النصف السفلي من الجسم بنفس الدرجة اللونية، على سبيل المثال: أبيض مع أبيض أو بيج مع بيج. ومن التوليفات الرائجة أيضا الرمادي الفاتح مع البيج، وإطلالة أكثر جاذبية يمكن اختيار الأخضر السندسي أو الأصفر الفاتح؛ حيث تضيف هذه الدرجات المغمة بالحوية طابعا نابضا بالحياة على المظهر.

برلين - تتربع الدرجات الطبيعية على عرش الألوان في عالم الآزياء والديكور على حد سواء لتضيق أجواء من الهدوء والراحة النفسية والسلام الداخلي، ولاسيما في ظل جائحة فيروس كورونا. وأوضح الباحث في علم الألوان أكسيل فين أل الرمادي يلعب دورا كبيرا في عالم الآزياء وكذلك عالم الديكور، إلى جانب الدرجات اللونية، التي تقع بين الكتان والطين والرمل. وتشهد درجة "جريج" (Greige) روجا كبيرا هذا العام، وهي مزيج بين الرمادي والبيج، وتمتاز هذه الدرجة بطابع محايد، وهي تشكل أساسا ممتازا لإضفاء لمسات لونية جذابة على الغرفة. ومن الدرجات الرائجة أيضا في عالم الأثاث والديكور: الأصفر المنطفي ودرجة الكراميل الحيوية ودرجات الأخضر النابضة بالحياة. ومن جانبها أشارت خبيرة الألوان غابرييلا كايوز إلى أن الإطلالات الأحادية (المونوكروم) تشهد روجا كبيرا في عالم

## الزراعة في أماكن الظل تحول حديقة المنزل إلى جنة



### برلين -

يعتقد الكثير ممن يمارسون أعمال البستنة أن توفر كمية كبيرة من أشعة الشمس، يعد أحد الأسباب المثالية لكي تتحول حدائقهم إلى جنة. في الحقيقة عادة ما تترس الحدائق بفترات مختلفة على مدار اليوم، حيث يخيم الظل على الأشجار والمباني في أوقات مختلفة من النهار، وأحيانا يزيد أو يقل بحسب الموسم، ما يؤدي في بعض الأحيان إلى حدوث نقص في توفر أشعة الشمس المباشرة. ولكن مثل هذه الظروف ليست سببا للإصابة باليأس. ويقول توماس فاجنر من الجمعية الاتحادية لأصدقاء الحدائق الألمانية "غالبا ما ترتبط الأماكن التي يخيم عليها الظل بفكرة أنها غير مناسبة لزراعة أي شيء فيها، إلا أن ذلك ليس صحيحا... فبالإضافة إلى الكثير من النباتات الزينة، هناك الكثير من الفواكه والخضروات والأعشاب التي تزدهر في الأماكن الظليلة". ويؤكد حرفيو البستنة أن نباتات الطماطم بشكل خاص تحب الموقع المظلل وغالبا ما يكون أداؤها أفضل في الشرفات من الحدائق. وأكد فولفغانغ ديكسندورف من أكاديمية راينلاند بفالتس للبستنة بالمانيا، في حوار مع وكالة الأنباء

سقيه مرة في الأسبوع أو كل أسبوعين. كذلك تحتاج نبتة الخضرة الصينية فقط إلى أن تسقى بشكل أسبوعي وتكون أوراقها بعدة ألوان، مثل الأخضر الكامل أو الأخضر المزوج بالزهري أو الأصفر.

كما يعتبر الإسبرجس أو مثلما يسمى في بعض الدول العربية بكف الهوى من نباتات الزينة التي تتمتع بجمال خاص، وذلك بسبب شكل أوراقها الرقيقة الجذابة ولمسها الناعم. كما يوجد من هذا النبات صنف يسمى نانس ويعتبر من أحسن الأصناف التي تستعمل داخل المنازل، أو في الحدائق نظرا إلى رقة الأوراق ولونها الأخضر الناصع. ولا تحتاج هذه النبتة إلى الشمس ويكفيها أن تكون في مكان حرارته معتدلة داخل الغرفة إضافة إلى سقيها عن طريق المرش لتبقى على قيد الحياة مدة طويلة.

نبات السرخس نوعا كلاسيكيا آخر للمواقع التي يخيم عليها الظل بالكامل. ويعتبر نبات الثعبان أيضا من النباتات المنزلية التي تحظى بشعبية كبيرة في الدول العربية، ويتميز بأوراقه الخضراء الكبيرة على شكل

شكل "الرمح". ويعد نبات الثعبان مثاليا جدا لوضعه في غرف النوم، لكونه يمتص ثاني أكسيد الكربون من الجو ويطلق غازا يسمى الأوكسجين بكميات كبيرة، كما أنه لا يحتاج إلى الشمس ليظهر، ويكفي أن يتم

الألمانية، أن الفلفل بأنواعه والبانجان من الخيارات الجيدة لغراسها بالحدائق، لأنها تزدهر في التربة الدافئة ويمكن زراعتها في أوعية نباتات أو أحواض زراعية في الحديقة. وأوضح ديكسندورف للوكالة، أن الفاصوليا الخضراء والذرة الحلوة والكرنب والسلق تنمو بشكل جيد للغاية في مساحة مقيدة، إلا أنه عند زراعة الخس ينصح بتهيئة مكان متسع، لأن جذوره بحاجة إلى مساحة كبيرة للغاية. وأشار ديكسندورف في حديثه مع الوكالة، إلى أن الخضروات بحاجة إلى الري أكثر من المعتاد عند زراعتها في الحدائق أو الشرفات وخصوصا في الطقس المشمس والدافئ وهذا يعني سقيها يوميا. ويؤكد البستانيون على أن تنتهي أواني زراعة الخضروات الصرية بتقريب تصريف ماء السقي، وتكون سعتها عشرة لترات على الأقل. ويمكن ملؤها بتربة الزراعة العادية. وتعتبر أنواع من نباتات الزينة مثل المعروفة باسم "الخميلة" (Alchemille) و"الأنقولية" المعروفة أيضا بـ"زهرة الحوض"، من النباتات المناسبة للنمو في الظل، إلا أنها لا تحظى بشهرة واسعة. وإذا كان الشخص يبحث عن غطاء أرضي قوي، فينصح بزراعة نبات الـ"أبيمبيدون" أو الـ"أراولا"، كما يعتبر

