



الأهم: رسالة تكتبوا لموشبج خاصة بـ"أطفالكم" بية: اليكم اهم الاستراتيجيات

مروة الاسدي 2017-09-12 -

في ظل التطور التكنولوجي المتسارع جداً فقد بات من الضروري تعليم أبنائنا الحكمة منذ الصغر، وإيصالهم إلى مرحلة أو درجة فقه المعرفة وفلسفة العلم ويطلق البعض على ذلك مصطلح الشيخوخة المبكرة، وإن كنت لا أتفق مع هذه التسمية وأرى أنها تحمل معنى سلبياً.

مثلاً، يخاف الآباء من العنف الذي يظهر على تصرفات أطفالهم في سن مبكرة. ويرى الكثير أن هذا الكم من العنف يأتي "من العدم" وليس له مبرر، وغالباً ما يجدون صعوبة كبيرة في فهم دوافعه وأسبابه، وصعوبة أكبر في التصرف، فيظلون حائرين بين الدفاع عن الطفل وتوبيخه.

فيما تُتهم التكنولوجيا بتقليل الذكاء العاطفي والرحمة لدى الأطفال. وبعيداً عن المفهوم المتداول للكلمة، يعرف عالم نفسي التكنولوجيا بأنها آلية خارجية تعطل قدرة الأطفال على أن يكونوا حاضرين بأفكارهم ومشاعرهم، ما يجعل حواسهم متبلدة تجاه العالم والناس من حولهم.

بينما يعلم المتخصصون أن محاولة جعل أطفالك يأكلون الخضراوات يمكنها أن تكون شبيهة بالمعركة. لكن إحدى الدراسات الجديدة، كشفت طريقة تجعل أطفالك يحبون الخضراوات، فقد أثبتت دراسة بريطانية التأثير الإيجابي للرضاعة الطبيعية على سلوك الأطفال، وأظهرت أن الأطفال الرضع الذين تغذوا على حليب الأم حتى عمر 6 أشهر على الأقل يصبحون أذكاء وأفضل سلوكاً من غيرهم في المستقبل.

وذكر تقرير نشرته صحيفة Mail Daily البريطانية أن الباحثين توصلوا إلى أن الأطفال الذين رضعوا رضاعة طبيعية لمدة شهر واحد أو أقل هم أكثر عرضة للمشاكل السلوكية بمقدار الضعف عن أولئك الذين رضعوا رضاعة طبيعية حتى 6 أشهر.

على صعيد ذي صلة، من المهم للغاية حماية العينين خلال ساعات النهار الطويلة في فصل الصيف، ولتطبيق هذا السلوك السليم، لا بد من البدء عند الصغر بتعويد الأطفال على النظارات الشمسية، خصوصاً وأن أعينهم الصغيرة أكثر حساسية من الضوء.

في هذا الإطار، نشرت صحيفة ABC الإسبانية تقريراً حول الموضوع، استعانت فيه بخبرة أستاذة علم البصريات في جامعة سان بابلو في مدريد، سارة بوينو. والتي أوضحت أن "استخدام النظارات الشمسية مهم للغاية



بالنسبة للأطفال أكثر من البالغين، نظراً لأن عدسات أعينهم أكثر حساسية وشفافية، فضلاً عن أن لها قدرة محدودة على تصفية الضوء".

من جانب آخر، الكذبة الأولى للطفل الصغير تعد بمثابة مفاجأة غير سارة للوالدين، لكن لحسن الحظ لا يزال لدى الأولياء فرصة لتصحيح الوضع عبر تغيير الأسلوب التربوي الذي يتبعه، عند اللعب، قد يرتكب الطفل العديد من الهفوات، على غرار كسر شيء ثمين في المنزل أو تلويث الأريكة، فضلاً عن الهفوات البسيطة التي يقوم بها عادة الأطفال الذين يبلغون سن الست سنوات أو دونها. فعلى سبيل المثال، عندما تستدعي الأم طفلها لتسأله عن المسؤول عن كسر المزهرية على الرغم من أنها تعلم من الفاعل، سينكر ويدعي أنه لا يعرف من المسؤول. عادة، هكذا تكون الكذبة الأولى، وغالباً ما تكون ردة فعل الأم متوقعة، كأن تفعل وتقول له إن الكذب والخداع ممنوعان، وتسأله عن سبب عدم قوله للحقيقة. بحسب موقع House Good الروسي

ويعد أحد الأسباب الأكثر شيوعاً لكذب الأطفال هو الخوف والرغبة في الإفلات من العقاب. وفي الواقع، من الصعب أن يكون الطفل صادقاً، إذا كانت ردة فعل أحد الوالدين عنيفة، على غرار استعمال القوة البدنية أو الإذلال أو غيرها من الطرق. وتجدر الإشارة إلى أنه من الصعب على الطفل أن يشعر بالمسؤولية إزاء التصرف الخاطئ الذي قام به إذا ما واجهه الوالدة/ة بردة فعل كهذه.

ومن الأسباب الأخرى التي تدفع بالأطفال إلى الكذب، الخوف من تغيير نظرة الوالدين إليه. وعلى هذا الأساس، لا يريد الطفل تخيب آمال والديه، فيلجأ إلى الكذب عوضاً عن الاعتراف بالتصرفات السيئة التي قام بها. ووفقاً لذلك، يُولي الطفل اهتماماً كبيراً لردود الفعل التي يتخذها الكبار تجاه أفعاله، وبالتالي يقوم باختلاق الأكاذيب بهدف الإقناع، وللأسف، فإن معاقبة الأهل للطفل بسبب كذبه تقود إلى حلقة مفرغة، فكلما قام الوالدة/ة بتأنيب ابنه ولومه وتخويفه، امتنع الطفل عن قول الحقيقة.

الانتصار في معركة الطعام

وصل الباحثون في مركز مونيل للحواس الكيميائية في فيلادلفيا بأميركا، حسب صحيفة Independent The البريطانية إلى أن تناول المرأة الحامل للخضراوات، ينكه السائل الذي يحيط بالجنين، ثم حليب الثدي. وهذا يساعد الطفل في الاعتياد على هذا الطعم.

تقول جولي مينيل، الكاتبة الرئيسية لهذه الدراسة وعالمة النفس البيولوجي إن، "التجربة الحسية لكل طفل فريدة من نوعها، ولكن نكهة طعامهم الأول، بدءاً من الرحم، يعتمد على ما تتناوله الأم"، وفي تجربة نشرها الموقع، طلب الباحثون من 97 امرأة أن يشربن عصير الشمندر أو الكرفس أو الجزر، ثم تتبعوا العادات



الغذائية لأطفالهن عندما كبروا.

فيما قُسمت النساء إلى خمس مجموعات: ثلاث مجموعات شربت نصف كوب من العصير قبل الإرضاع لمدة شهر -بدأت كل مجموعة في وقت مختلف- وإحدى المجموعات بدأت في شرب العصير عندما كان عمر الأطفال أسبوعين، ومجموعة أخرى بدأت عند عمر ستة أسابيع، والمجموعة الثالثة بدأت عند 10 أسابيع.

المجموعة الرابعة من الأمهات شربت العصير لمدة ثلاثة أشهر، بدايةً عندما كان أطفالهن يبلغون أسبوعين، أما المجموعة الخامسة فكانت مجموعة مقارنة لم تشرب أي عصائر، عندما بدأ الأطفال في تناول الأطعمة الصلبة عند سن ثمانية أشهر، عُرض عليهم حبوب الإفطار العادية، وحبوب إفطار بنكهة الجزر وأخرى بنكهة البروكلي. بحسب هاف بوست عربي.

وقد وجد الباحثون أن الأطفال الذين شربت أمهاتهم العصير فضلوا الحبوب بنكهة الجزر على الحبوب العادية والحبوب بنكهة البروكلي غير المألوفة، كما أن التوقيت لعب دوراً مهماً، إذ إن الأطفال الذين بدأت أمهاتهم شرب العصير في مرحلة مبكرة، أكلوا من الحبوب بنكهة الجزر أكثر وأسرع.

ويقدم جروب مساندة الأم المرضع على فيسبوك مجموعةً من النصائح القيمة للأمهات حول الرضاعة الطبيعية ومساعدتهن على تجنب الحليب الصناعي، ومتابعة نمو الطفل وتغذيته في سنوات عمره الأولى، المجموعة تحت إشراف الدكتورة شروق الهيتمي، وهي استشارية الرضاعة الطبيعية، تقدم معلومات مختلفة للأمهات المرضعات وما بعد مرحلة الفطام والتغذية اليومية.

جذب الطفل الى الموضة الطبية

أكدت الصحيفة الإسبانية أن ارتداء النظارات أمر ضروري للغاية حتى وإن كانت الغيوم تحجب أشعة الشمس، نظراً لأن العين ستكون عرضة للأشعة فوق البنفسجية إلى جانب الطيف المرئي. ذلك لأن الغيوم لا تقوم بتصفية الأشعة فوق البنفسجية بشكل كلي.

عموماً، لا يمكن تصنيف النظارات الشمسية على اعتبارها منتجاً طبيّاً، بل تعد بمثابة إحدى أدوات الوقاية الشخصية، وإضافة لذلك لا يمكن اعتبار ارتداء النظارات الشمسية إجراءً من شأنه أن يوفر كل الضمانات الضرورية لحماية العينين، ومن هذا المنطلق، لفتت بوينو إلى أن ارتداء النظارات الشمسية التي لا تستجيب عدساتها الواقية إلى الشروط الصحية المطلوبة أمر في غاية الخطورة، وفي حين قد لا تتناسب النظارات الشمسية في الغالب مع أعين أطفالنا، يمكن الاعتماد على العدسات الملونة التي تحتوي على مرشحات خاصة



فضلاً عن أنها ذات جودة عالية.

كيف تختار النظارات إذاً؟، تعتبر العدسات ذات اللون الأخضر ملائمة للأشخاص الذين يعانون من بعد النظر، إذ تساهم نوعاً ما في تغيير الألوان، أما العدسات البنية فهي تزيد من تباين الألوان، ويوصى بها خاصة للأشخاص الذين يعانون قصر النظر، في حين أن العدسات الرمادية هي أكثر العدسات التي تحافظ على الألوان الطبيعية للأشياء لأنها قادرة على تصفية جميع الأطوال الموجية للألوان بطريقة أكثر توازناً.

في المقابل، تعتمد العدسات الصفراء والبرتقالية في ظل إضاءة منخفضة، لكنها تزيد من التباينات البصرية، وبالتالي، لا ينصح بهذه العدسات للوقاية من أشعة الشمس، بالإضافة إلى ذلك، نجد نظارات شمسية تحتوي على عدسات عاكسة تتوافق مع حالات الإضاءة القصوى أو المضادة للانعكاس، وتتمثل وظيفة هذه العدسات في تجنب توهج الضوء والقضاء على الانعكاسات الخارجية والداخلية للضوء، حتى نستطيع رؤية ما حولنا بشكل مثالي، تقريباً، كما يمكن اعتماد عدسات الفوتوكروميك، التي تصبح بفضلها النظارات الشمسية معتمّة بمجرد تعرضها للأشعة فوق البنفسجية، ناهيك عن العدسات التي تحتوي على مرشحات الاستقطاب، وهي تقضي على الانعكاسات المزعجة سواء على سطح الماء أو في الطريق.

بعيداً عن العقاب.. 7 طرق لجعلهم يقولون الحقيقة

1. لا تصرخ في وجه طفلك

في حال واجه الأبوان الطفل بالصراخ عند أقل هفوة يرتكبها، فسيشعر الطفل بالخوف تلقائياً من قول الحقيقة. لذلك، على الأولياء أن يحاولوا التحدث مع أطفالهم بصوت هادئ (على الرغم من صعوبة ذلك)، كما يجب أن يركزوا على محاولة إيجاد حلول لكل مشكلة، وعدم الاكتفاء بتوجيه اللوم للطفل.

2. حافظ على كرامة طفلك وعلى معنوياته المرتفعة

لا حاجة لطرح الأسئلة في حال كان الوالد يعرف الإجابة مسبقاً، حتى لا يدفع طفله للكذب. وعلى سبيل المثال، بدل توجيه السؤال التالي: "هل أنهيت واجباتك المدرسية؟"، حاول أن تسأله "ماذا تنوي أن تفعل بعد إنهاء واجباتك؟". وبهذه الطريقة، لن يكون الطفل مضطراً للكذب، وإنما سيعرض عليك خطته التالية دون أي إحراج.

3. التركيز على مشاعره



إذا كان الطفل غالباً ما يلجأ للكذب، فعلى ولي أمره أن يحاول فهم السبب الذي جعله غير صادق مع والديه، بدلاً من إدانته. وفي الواقع، سيتبين أن الطفل يخترع الأكاذيب، خصيصاً لوالديه دون سواهم. وبالتالي، يجب أن يتحاور الأولياء مع أطفالهم بغية فهم السبب الكامن وراء لجوئهم للكذب. وفي مثل هذه الحالة سيؤدي الحوار الهادئ مع الطفل إلى الحصول على إجابة صادقة، فضلاً عن الكثير من المعلومات الأخرى التي قد تساعد الأولياء على فهم أطفالهم بطريقة أفضل.

4. الصدق محل تقدير

عندما يقول الطفل الحقيقة مهما كانت بسيطة، وحتى لو كانت غير سارة، فيجب على الولي أن يعبر عن تقديره واحترامه لذلك، كأن يقول لطفله "من المؤكد أنه كان من الصعب عليك أن تقرر قول الحقيقة، إلا أنك قمت بذلك فعلاً. وأنا أحترم للغاية شجاعتك".

5. كن متسامحاً

إن الأخطاء تعدُّ الوسيلة الناجعة التي ستمكّننا مستقبلاً من اتخاذ الخيارات الصحيحة في المستقبل. فإذا كان الطفل يعلم أن أمه لن تثور وتغضب إزاء أخطائه، فسيكون بالتأكيد صادقاً معها. في المقابل، إذا لاحظ الطفل ردود فعل عنيفة وغازبية من أوليائه إزاء أبسط الهفوات، فإنه سيخشى قول الحقيقة.

6. تقديم الحب للطفل

يجب على الأم أو الأب أن يعبراً عن حبّهما لأطفالهما. وفي الحقيقة، يجب أن يتأكد الطفل من أن والديه سيحبّانه دائماً مهما فعل. وبالتالي، لا شيء يمكن أن يغير هذا الحب ولا داعي للكذب.

7. لا تكذبوا

يجب على الأولياء أن ينتبهوا دائماً إلى الأطفال، دائماً ما يراقبون كل ما يحدث من حولهم. لذلك، عندما يكذب الوالدان على أصدقائهما لأي سبب من الأسباب، فإن الطفل سيقنّد ذلك، ولن يفهم الأسباب الكامنة وراء كذب والديه.

التعامل مع سلوكياته الحادة



أخصائية علم النفس، تيريزا بينيديتي، توضح لصحيفة Chedonna الإيطالية طبيعة الغرائز الإنسانية، وكيفية تطورها، لتكون مسؤولة عن السلوك العنيف الذي يظهر عند الطفل في سن مبكرة.

وستقدم الأخصائية ما سيساعد الآباء على فهم هذه الغرائز، لكي يتمكنوا من التدخل عند ملاحظة أي بوادر تصرفات عدوانية عند الطفل.

كيف نُعرّف العنف؟ وما أنواعه؟، عرّفت تيريزا العنف على أنه "سلوك يتولد لدى الإنسان ويطور لديه شعوراً يدفعه إلى إلحاق الضرر بشخص آخر". وقد بينت الأخصائية أن العنف يمكن أن يتخذ عدة أشكال أبرزها العنف اللفظي والجسدي، حيث يمارسه الإنسان بصفة فردية أو ضمن مجموعات، ووفقاً لطريقة انتقائية أو عشوائية.

وينقسم العنف إلى نوعين من السهل التمييز بينهما؛ أولهما العنف العدوانية، الذي يهدف أساساً إلى إلحاق الضرر بالأشخاص وأذية "الضحية". أما النوع الثاني فيتمثل في "العدوان الأساسي"، ويتميز به الأشخاص الذين دائماً ما يعبرون عن غضبهم من خلال أفعال عدوانية تتسبب، في بعض الأحيان في ضرر للآخرين، ولكن دوافعه لا تكون عدوانية، لذلك فهو أقل خطورة من النوع الأول.

في الواقع، تقوم عملية التمييز بينهما أساساً على اختلاف نية الفرد من استعمال العنف. فمن خلال العنف العدوانية، تكون نية الفرد ضرب الطرف الآخر وإلحاق الأذى به، بينما في العدوان الأساسي، يكون الضرب مجرد وسيلة.

أما بالنسبة للأطفال، فيمكن تمييز هذا السلوك في مراحله المبكرة، من خلال أخذ هذه الجوانب الأربعة بعين الاعتبار، ألا وهي: الكمية والنوع وسبب ظهور هذا السلوك ومستوى الإدراك، لحسن الحظ، ليست مسألة التعامل مع العنف المتولد لدى الأطفال ومكافحته أمراً صعب التنفيذ، إذ يكفي على الآباء العمل وفقاً لبعض الخطوات. على سبيل المثال، يمكن للوالدين التخفيف من حدة العنف لدى الطفل من خلال جعله يحتك بالعالم الخارجي ويتواصل مع أقرانه، ويمكن للوالدين التعويل على نمو الطفل كعامل بيولوجي مساعد، من شأنه أن يساهم في محو بعض المظاهر الواضحة للعنف.

وعندما يتعلق الأمر بالعنف اللفظي، خاصةً فيما يتعلق بنوع العدوان الأساسي، فإن كيفية التعامل معه تعد سهلة مقارنة بسابقتها، وتجدر الإشارة إلى أن تفسير الطفل لما يحيط به من شأنه التأثير على سلوكه وتغيير الدوافع التي تكمن وراء سلوكه العدوانية وتطوير إدراكه الحسي. بعبارة أخرى، يساهم التطور المعرفي لدى الطفل في تهذيب سلوكه وجعله يسيطر على انفعالاته قدر الإمكان.



وعلى ضوء هذه المعطيات، يعتبر السلوك العدواني الذي يقوم به الطفل نتيجة لسلسلة طويلة من التصورات التي تشكلت في ذهنه، وأثرت على حواسه وعلى كل من يراه ويسمعه وما يترسخ في ذاكرته.

لذلك، يجب على الأولياء توضيح المعلومات التي يتلقاها الطفل، حتى يسهل عليه استيعابها وترسيخها في ذاكرته، وبالتالي، ستتكون في ذهنه معلومة مفهومة المعنى حول ما رآه وسمعه، قد تستغربون الأمر، كيف ذلك بعد تزويده بكل أساسيات التعليم المثالي كما ترون؟ في هذا المقال نلقي الضوء على الأشياء الأكثر أهمية من عملية تعليمه ذاتها.

إذ إن تعاملك مع طفلك أهم من أي معلومة مدخلة إلى عقله، ولنفسيته السليمة ورؤيته لنفسه الأهمية ذاتها.

ففي دراسة أجريت في جامعة Carolina North الأميركية، قام الباحثون بإخضاع ثلاث مجموعات من الأطفال للبحث، وجاءت على التوالي: مجموعة المنزل، ومجموعة المركز، والمجموعة الضابطة.

المجموعة الأولى (مجموعة المنزل) قدمت لهم الرعاية في منازلهم من خلال أخصائيين اجتماعيين يقومون بتثقيف الآباء والأمهات بصورة تساعد على تحسين جو الأسرة وزيادة التفاعل بين الأم والطفل.

أما المجموعة الثانية (مجموعة المركز) التحق أطفالها بمركز مخصص لهم كبيئة إثرائية، يخضعون لبرنامج يساعدهم على تنمية مهاراتهم اللغوية والاجتماعية والعضلية الكبيرة والصغيرة، والمجموعة الضابطة لم يكن هناك أي تدخل على الإطلاق.

ترى ما هي المجموعة التي حققت أدنى معدل في مستوى ذكائهم ومستوى تحصيلهم الدراسي؟

النتيجة مؤسفة وصادمة، إنها مجموعة المنزل التي حققت أقل مستوى ذكاء بين أطفالها مقارنة بالمجموعتين الأخريين، وهذا يعني أن تأثير الأسرة كبير جداً وهام على نمو دماغ الطفل، وأن أمهات مجموعة المنزل لم يكن على قدرٍ كافٍ من الوعي لمساعدة أطفالهن على النمو والتحسن، فإذا نظرنا للأم التي تكثر من النواهي والأوامر لطفلها أو تصرخ في وجهه هي بذلك لا تؤذيه انفعالياً فقط بل تؤذي النمو المعرفي لعقله أيضاً.

تجنب التمييز "الخفي" بين أبنائك بهذا الطرق 5

يدرك الوالدان جيداً ضرورة تطبيق العدل بين الأولاد، سواء في المحبة أو الرعاية أو الإنفاق، ولكن رغم حرص العديد منهم على هذا الأمر، إذا سألت الأبناء من هو الطفل المفضل لدى الأب أو الأم يجيبونك بسهولة.. فكيف



يعرفون؟

بطبيعة الحال لا يصرح الوالدان لأحد أبنائهما صراحةً "أنا أحبك أكثر" أو "أنت طفلي المفضل"، ولكن تصدر منهما تصرفات عفوية، تُظهر هذا التمييز والمحابة لا شعورياً.

بدورها، تشير خبيرة التربية أليسون للنسخة الكندية من موقع "هاف بوست" إلى هذه التصرفات الخفية، مع نصائحها حول تجنب الأمر منعاً لاشتعال "نار الغيرة"، نستعرضها في ما يلي:

1- عدم المقارنة

عندما نقارن أحد الأطفال بالآخر، فإن نوايانا تكون جيدة، على أمل التحفيز والتشجيع مثل: "أخوك أنهى واجبه، إذا ركزت كنت ستنتهيه أنت أيضاً"، أو "أختك تنظف غرفتها، لماذا لا تفعل مثلها؟".

هي في حقيقة الأمر تصريحات غير مباشرة بأننا نحب تصرفات أشقائهم أكثر.

بالنسبة للأطفال الصغار، هذه الجمل تترجم خطأً: "لا بد أنك تحبهم أكثر أيضاً"، وبدلاً من تحفيزهم، تضعف معنوياتهم ويشعرون أنهم لن يرتقوا إلى تصرفات الأخ المفضل.

2- لا تكن حكماً

غالباً ما يطلب الأطفال منك أن تتخذ موقفاً، مثل: من تبدو صورته أفضل؟ من يمكنه كتم أنفاسه لمدة أطول؟ من يجري أسرع؟

لكن لا يمكن للآباء التصرف كحكم في الألعاب التنافسية حتى ولو كان الفائز واضحاً.

ربما يبدو موضوعياً أنك لا تستطيع التمييز حتى بقول الحقيقة، لكن إذا أحس الأطفال بأن أشقائهم مفضلون أكثر، فهذا يُشعرهم أنهم أقل من أشقائهم.

3- لا تعقد منافسة بينهم



في كثير من الأحيان، نحفز أطفالنا بالمنافسة في إدارة الوقت: "أول من يذهب إلى الحمام يفوز، أو أول من يركب السيارة للذهاب إلى المدرسة يفوز".

هي بلا شك طرق جيدة لتعجيل المتوانين، ولكنها حتماً ستنتهي بفائزٍ وخاسر. وسيشعر الخاسر بأنه أدنى منزلةً من شقيقه.

4- لا تتوقع من أكبرهم أن يكون مثلاً أعلى

يستاء الأطفال عندما يُطلب منهم أن يكونوا مثلاً جيداً لأشقائهم الصغار، بل قد يبدو الأمر وكأنك تقول أنك أكثر اهتماماً بتأمين تجربة الصغار مقارنة بالولد الأكبر. وقد يرى الطفل الأمر تمييزاً بأن "حاجة أخي أكثر أهميةً لدى والدي ووالدي مني".

5- لا تأخذ جانباً في أي عراك

عندما تتورط في شجار أطفالك، فأنت بالفعل تأخذ جانباً معيناً، إذ يعتقد الآباء أنهم يتدخلون لتصحيح ظلم اقترفه أحد الأطفال تجاه الآخر، ولكنها إشكالية يصعب حلها، لأن الشجار يتطلب طفلين أو طرفين كي يندلع، وكل منهما قادر على تغيير اتجاه القتال، إما بتأجيج الصراع أو بالعودة إلى السلام، وعندما تتدخل للدفاع عن طفل، فأنت لا تحمّله المسؤولية عن تواطئه في الشجار.

وغالباً ما يكون ذلك الطفل الذي يلعب دور الضحية هو من بدأ الشجار، ثم سارع بالاحتفاء بالوالدين، لذا فإن تركهم لمكائدهم من دون تدخل يحسم الصراع سريعاً دون شعور التمييز أو المحاباة من الوالدين.

هل ربّنا جيلاً يتواصل مع الشاشات أكثر من البشر؟

فيما يؤكد الطبيب النفسي المعالج، والكاتب الأميركي شون غروفر في مقال على صحيفة Psychology واليوم الأمس جيل سلوكيات في كبيراً فرقا أحدثت التكنولوجيا وسائل أن، Today

تعد القدرة على الانفصال عن بيئة مُجهدة ذات منافع. فعلى سبيل المثال، يمكن للاستماع إلى الموسيقى أن يخفف الضغط من خلال إتاحة الفرصة لأخذ قسط من الراحة، ويُمكن لتطبيقات أخرى الحد من التوتر، ولكن تظهر المشكلة عندما يغلب التفاعل مع التكنولوجيا التواصل الهادف.



ومع زيادة الاعتماد على التكنولوجيا، يتحرك الأطفال في العالم المحيط في فقاعة نرجسية، مبتورين من أفكارهم ومشاعرهم، وكذلك من أفكار الآخرين ومشاعرهم. وفي حين تتلاشى مهارات المحادثة والتفاعلات الإيجابية، تبدأ التكنولوجيا في تشويه الشعور بالإنسانية لدى الأطفال؛ فتقلُّ عندهم الرأفة والرحمة، ويتدنَّى إحساسهم بالآخرين.

أما الطبيب دانيال غولمان، فيُعرِّف مصطلحَ الذكاء العاطفي في كتابه Intelligence Emotional بأنه قدرة الفرد على تحديد مشاعره ومشاعر الآخرين. ويلاحظ أن الأشخاص الأذكياء عاطفياً لديهم علاقات صحية، وقدرة أفضل على التكيف مع البيئات المختلفة، وهم أكثر مهارة في العمل نحو تحقيق أهدافهم.

ويحدد الدكتور غولمان 5 صفات رئيسية تعزز الذكاء العاطفي هي: الوعي الذاتي، والتنظيم الذاتي، والمهارات الاجتماعية، والتعاطف، والتحفيز، وتغيب هذه الصفات بدايةً عند الأطفال الصغار، وهنا يحل دور الأهل والمربين لتعليم الأطفال سبل تعزيز الوعي التام والاهتمام بالآخرين.