



لكل طفل حالاته الخاصة ورغباته الشخصية وطريقته في التعبير.. وحتى تفهمي جيدا سبب بكاء طفلك لابد من مراقبته جيدا.. والاطلاع على إيقاع بكائه.. ومعرفة الطريقة المناسبة التي يمكنك إسكاته بها.. وكيف تعيدين له هدوءه؟ تشعر الأم كثيرا بالإحباط حين تعجز عن إسكات بكاء طفلها.. ولكن الأمر يحتاج منك مزيدا من الصبر.. فكل الأطفال يبكون.. وتختلف الأسباب التي يكون من أجلها.. بل إن البكاء لا غنى عنه كدليل للنمو العقلي والنفسى للأطفال.. فكل مرحلة من مراحل النمو يصاحبها صراعات داخلية يعانى منها أطفالنا، وقد أثبتت الأبحاث أن الطفل الأكثر بكاء هو الأكثر ذكاء فيما بعد.

حيرة كل أم.. لماذا يبكي طفلي؟

يفتقد القدرة على ضبط حرارة جسمه الداخلية.. وضع كف يدك على جبهته لا يحدد درجة حرارته، فكثيرا ما تكون يدك باردتين.

يفضل قياس الحرارة عن طريق الشرج مع استخدام فازلين لتسهيل انزلاق الترمومتر فإذا زادت الحرارة على ٣٨ درجة تأكدى أن هناك أعراضا أخرى ستظهر سواء على صورة كحة أو إسهال أو التهاب اللوزتين أو مشكلة فى الأذن.

يجب مراجعة الطبيب فهو وحده القادر على التشخيص فالحرارة ليست مرضا وإنما عارض لمرض وحتى يصل الطبيب عليك بتخفيف ملاسبه والاكتفاء بالملايس الداخلية القطنية مع غطاء من الملاءة الخفيفة.. أو ضعى قدميه فى الماء البارد أو ابدئى بعمل كمادات من الخل والماء على ساقيه وذراعيه وقيسى حرارته كل ساعتين حتى يمكنك إبلاغ الطبيب بالتطورات.

البكاء بلا سبب: طفلك تناول طعامه بالفعل ولا يشعر بالرغبة فى تناول الماء.. كما أن حفاظته نظيفة ولا يعانى من أى التهابات على الجلد.. يصرخ بلا سبب وعندما تحمله بين ذراعيك يتوقف عن البكاء.. ولكن عدم وجود سبب ظاهر لك لا يعنى عدم وجود سبب لبكائه فقد يعانى طفلك من عدم حصوله على الكمية الكافية من الرضاعة أو يحتاج لوجودك بجانبه فقط.

طفلك لا يحتاج إلا للشعور بالأمان.. اعلمى على تهدئته ولا تتعجلى الأمر ثم دعيه فى سريريه واتركيه قليلا.. ثم عودى إليه من جديد.. تحققى من توفير الجو الهادئ فى حجرته.. وإياك والصراخ فى وجهه.. إذا شعرت بعدم القدرة على المواصله دعى غيرك يقوم بمهمتك فربما يكون أكثر هدوءا منك.

بالمواعيد لتناول الوجبات إلا بقدر حاجته الحقيقية.

العطش: لا يخطر ببال الكثير من الأمهات أن يكون العطش سببا لبكاء الطفل، ويعتقدون أن تناول الطفل للبن يغنيه عن تناول الماء.. عندما يشعر الطفل بالحر يبدأ إحساسه بعدم الراحة وتزداد رغبته فى تناول الماء، فالحرارة وجفاف الهواء يزيدان إحساسه بجفاف الفم والحلق.

قدمى الماء لطفلك خاصة فى فصل الصيف ولا تعتمدى على الأنبان والعصائر كبديل للماء.

التعب: قد تقل عدد ساعات نوم الطفل فلا يحصل على قدر كافى من الراحة لأسباب عديدة.. وعندما يزداد إحساسه بالتعب تزيد نوبات بكائه فهو يرغب فى النوم ولا يستطيع.. بعض الأطفال يحاولون قليلا ثم ينامون من كثرة التعب فيهدأون، بينما يعانى البعض الآخر من عدم القدرة على النوم بسهولة مع الإحساس بالتعب فتزداد حدة بكائه.

احمله بين ذراعيك وهدديه قليلا.. فالملاسة مع جسد الأم تمنحه الشعور بالأمان والهدوء.. يمكنك أن تغنى له بصوت منخفض أو تضعيه فى مهد مع التريبت على ظهره وتوفير جو هادئ فى الحجرة بتخفيض الإضاءة وتجنب الأصوات المزعجة بجانبه حتى ينام.

الآلم: صراخاته الحادة لا يمكن تحملها.. مما يزيدك توترا.. إنه يشعر بالآلم ولا يستطيع التعبير عما يؤلمه.. تشعر الأم بالعجز أمام حدة الصراخ فلا تملك شيئا للطفل.

عليك بتهدئته ومحاولة الوقوف على ما يؤلمه فإن عجزت عن الأمر عليك باستدعاء الطبيب.

الحمى: عندما ترتفع حرارة جسم طفلك يبدأ فى الأنين.. فهو

من تحقيق رغباته.. يرتفع صوتك زاجرا إذا اقترب من مصدر الكهرباء أو النار.. وتبدأين فى نقل بعض الأدوات من مكانها حتى لا تسبب له أى مخاطر.. يتعجب ويثور ويستنكر فهو لا يدرك مدى المخاطر التى يمكن أن تسببها تلك الأشياء كل ما يدركه هو منعه منها فقط، وبالتالي يزيد إحباطه.

هنا لابد من أن يعتاد الطفل تدريجيا مقاومة رغباته وعليك مساعدته فى إيجاد بدائل عن الممنوعات التى تحرمينه منها.. كما يجب أن تتوقفى عن الصراخ فى وجهه كلما أراد اكتشاف ما حوله، فهدوء صوتك يجعله أكثر هدوءا فيما بعد، ويقلل من نوبات غضبه.

الخوف: عندما تصطحبين طفلك إلى الطبيب يبكى ما إن يرى وجهه فهو يشعر بالخوف.. لقد تذكر المرة الأخيرة حين تألم بعد التطعيم أو الكشف.. طفلك إذن يتمتع بذكاء كبير وذاكرة جيدة لا يمكنك لومه أو توبيخه عليها.. كما يبكى طفلك فى أحيان كثيرة عند رؤية الغرباء عنه فعدم معرفته لتلك الوجوه يثير فى نفسه المخاوف.

عليك بتهدئة الطفل لأنه يمر بمرحلة من الخوف والقلق الحقيقى... ضميه بين ذراعيك وابتسمى فى وجهه ولا تجبريه على تقبل الغرباء ولكن تحدثى معه بهدوء.. دعيه يشعر بالفتك معهم حتى يطمئن ودعيه يشعر بالأمان وأنت معه حتى يستعيد ثقته بنفسه.

الجوع: تبدأ نوبات الصراخ بهدوء ثم تزداد حدة، وهو السبب الرئيسى لبكاء المواليد خاصة حديثى الولادة.. فعند الشعور بالجوع يشعر بالآلم حقيقى فى معدته لا يدرك له سببا.. وفردى له الطعام فى مواعيد مناسبة وفقا لما تلاحظين عليه فكل طفل إيقاعه الخاص.. لا تلتزمى

كيف تفهمين بكاء طفلك؟ بعد ستة إلى سبعة أسابيع من ميلاد الطفل يستطيع ضبط إيقاعه.. ويتفهم تدريجيا البيئة المحيطة به.. كما يعتاد وجوه أبويه وإيقاع الحياة من حوله.. وبالتالي يقل بكاءه تدريجيا وتختلف نوعيته.. وعندها يمكنك فهم أسباب نوبات البكاء التى تجتاحه.. وتظهر أيضا أنواع جديدة من البكاء لم تكن موجودة عند الميلاد مما يتطلب منك فك طلاسمها.

أسباب بكاء الطفل وكيفية معالجتها:

الإحساس بالملل: فى سنوات التعلم الأولى يحتاج الطفل عند نمو حواسه لاكتشاف العالم من حوله.. يزداد بكاءه إذا تركته وحيدا فى سريريه لزيادة شعوره بالملل.. اصطحبيه معك وأنت تعدين الطعام فى المطبخ.. ضعيه فى الكرسي الهزاز واتركيه يتابعك أثناء تنظيف المنزل وانقله معك من حجرة إلى أخرى فجأته للاستئناس بك لا تقل عن حاجته للطعام والشراب.. أو ضعى له بعض الألعاب فى سريريه حتى يتسلى بألوانها وأصواتها إلى أن تتمكنى من إتمام ما لديك من أعمال.

الغضب: يشعر الطفل بالغضب وتزداد عصبية عندما تحرمينه من تحقيق رغباته.. قدرات طفلك الجسمانية والعقلية تنمو مع الأيام وتزداد رغبته فى اكتشاف العالم المحيط به فلان منغته تزداد حدة عصبية.. وتتنازع الأطفال قوتان.

– القوة الأولى تتمثل فى عدم القدرة فهو لا يستطيع فعل كل ما يريد لصغر سنه، بينما تزداد رغباته مع النمو، وبالتالي يصبح أكثر حدة فى التعامل مع الأشياء بغضب ويثور عندما يفشل فى تحقيق ما يريد.

– القوة الثانية تتمثل فى منعه له