

الحالة المزاجية وحسن التصرف

وإذا استمر الطفل في إثارة ضجة حتى عندما تحاولين تشتيت انتباهه، فقد يكون مستوى تشتيته منخفضاً.

3. ما مدى حدة الطفل؟ يختلف الأطفال في الحدة العاطفية. يكون بعض الأطفال حادين ومتفاعلين: عندما يكونوا سعداء وعندما يكونوا فرحين وعندما يشعرون بالانزعاج فإنهم يبكون. ويظهر أطفال آخرون حدة أقل في استجاباتهم العاطفية.

4. هل لدى الطفل أنماط بيولوجية منتظمة إلى حد ما؟ يشير هذا المكون إلى مدى انتظام أنماط نوم الطفل وتناوله للطعام واستخدامه للمرحاض أو إمكانية التنبؤ بها. هل تحدث هذه الأنشطة في الوقت نفسه تقريباً أم في أوقات مختلفة كل يوم؟

5. ما مدى حساسية الطفل للمدخلات الحسية؟ يتفاعل بعض الأطفال بقوة مع المحفزات الحسية، مثل العلامات الموجودة على الملابس أو تصميمات الجوارب، أو الضوء أو الصوت، أو خلطات الطعام. وقد يتسم هؤلاء الأطفال بحد حسي منخفض. ويتمتع الأطفال الذين لا ينزعجون من هذا النوع من المدخلات الحسية بحد حسي أعلى.

6. كيف يتعامل الطفل مع الأشخاص والأماكن والأنشطة الجديدة؟ يكون بعض الأطفال "خجولين وحذرين" في التعامل مع الأشخاص أو في المواقف التي لا يعرفونها. ويتعامل الأطفال المبادرون "مع الأشخاص الجدد والمواقف الجديدة بحماس.

7. ما مدى قدرة الطفل على التكيف مع التغيير؟ يختلف الأطفال في كيفية تعاملهم وتحملهم للتغيرات اليومية (مثل سترة جديدة) والتغيرات الأكبر (مثل الانتقال إلى منزل جديد). ويتكيف بعض الأطفال مع التغيير بسهولة بينما يجد آخرون أن التغيير أكثر صعوبة.

8. ما مدى مثابرة الطفل؟ يستمر الأطفال الذين يتمتعون بدرجة عالية من المثابرة بشكل عام في المحاولة ويظهرون قدراً أقل من الإحباط عند مواجهة تحدٍ، مثل العثور على المساحة المناسبة لقطعة لغز. على سبيل المثال، قد يستسلم الأطفال الأقل في مقياس المثابرة عاجلاً أو يصابون بالإحباط بشكل أسرع عند حل لغز.

9. ما المزاج النموذجي للطفل؟ يحدد هذا المكون ما إذا كان مزاج الطفل النموذجي يميل نحو الانزعاج والسلبية، أو الرضا والإيجابية.

للمزيد من المعلومات، يُرجى مراجعة مقالة الوالدين عن [الحالات المزاجية](#) المقترحة في الزيارة في عمر شهرين. قد تكون أداة التقييم هذه مفيدة أيضاً في الزيارات في عمر 18 شهراً و24 شهراً.

يولد كل شخص ولديه طريقة فردية في التعامل مع العالم وتجربته - المعروفة أيضاً باسم "الطباع". وتعد الطباع جزءاً من طريقة تكويننا، وهي نتيجة لعوامل بيولوجية وبيئية تتداخل معاً. ويتمتع كل طفل بحالة مزاجية فريدة عن غيره، وقد يبدأ الأمهات والآباء في رؤية طفلهم بينما يظهر حالته المزاجية حتى أثناء الأشهر القليلة الأولى من عمره! كما يتمتع الأمهات والآباء بحالتهم المزاجية الخاصة. ويمكن أن يؤثر مدى "تناسب" الحالة المزاجية لأحد الوالدين أو عمله مع الحالة المزاجية للطفل على جودة علاقتهما ويؤثر على النمو الصحي للطفل. وعندما يفهم الأمهات والآباء كيف يكون تتوافق حالتهم المزاجية مع حالة أطفالهم، يمكنهم تعديل أساليب التربية بحيث تناسب تلبية احتياجات أطفالهم.

لا توجد حالة مزاجية صحيحة أو خاطئة، أو حالة أفضل أو أخرى أسوأ.

صحيح أن بعض الحالات المزاجية يكون التعامل معها أسهل من غيرها. ويمكن أن يكون تهديد الطفل العنيف والمتفاعل أكثر صعوبة من تهديد الطفل الهادئ والمرن. وقد يحتاج الطفل الخجول والحذر بدرجة كبيرة إلى مزيد من الوقت والدعم أثناء توصيله إلى المدرسة في الصباح. وأهم شيء يستطيع الوالدان فعله هو السماح للأطفال بمعرفة أنهم محبوبون ومقبولون كما هم. ومن خلال التعرف على الحالات المزاجية، يستطيع الوالدان التعرف على طفلهم الفريد واستخدام أساليب تقديم الرعاية التي تدعم النمو الصحي.

الحالات المزاجية هي الطريقة التي نجرب بها العالم من حولنا.

توجد تسعة عناصر للحالات المزاجية نوضحها بإيجاز أدناه. ويمكن أن يعطي التفكير في هذه العناصر الأمهات والآباء فكرة عن حالة الطفل المزاجية. ويمكن أن يحظى الأمهات والآباء بالمساعدة على فهم الحالات المزاجية الخاصة لأطفالهم عند طرحهم لهذه الأسئلة نفسها على أنفسهم.

1. ما مدى نشاط الطفل؟ لا يركز بعض الأطفال على العمل. ويكونوا بمثابة "مراقبين" وسعداء بالتسكع واللعب بهدوء. بينما يتسم أطفال آخرون بأنهم "متنقلون ومتأرجحون" ويبدو أنهم يزحفون ويتسلقون ويركضون دائماً. ويحب هؤلاء الأطفال الحركة وليسوا "سيئين" أو "خارجين عن السيطرة"، لكنهم قد يحتاجون إلى الكثير من المراقبة.

2. ما مدى القدرة على تشتيت انتباه الطفل؟ يشير هذا إلى مدى سهولة حفاظ الطفل على انتباهه أثناء أداء أحد الأنشطة. على سبيل المثال، إذا كان بإمكانك إعطاء طفلك وسيلة إلهاء (خشخيشة) أثناء تغيير الحفاضات وسرعان ما يهدأ، فقد يكون في مرتبة أعلى في مقياس القابلية للتشتت.

فهم الحالات المزاجية: طفلي وأنا

باستخدام التعريفات الموجودة في الصفحتين 1 و2، يستطيع الوالد وضع علامة X على السطور أدناه للإشارة إلى مدى وصف المكونات المختلفة للحالة المزاجية للطفل. وبعد ذلك، يستطيع الوالدان مراجعة الأسئلة مرة أخرى، مع وضع علامة O في كل سطر للإشارة إلى مدى وصفها لحالته المزاجية الخاصة.

عند الانتهاء، يستطيع الوالدان وأخصائي HealthySteps ملاحظة مجالات التداخل (أو "الملاءمة") بين الوالد والطفل والمجالات التي يوجد تباعد فيها بين الوالد والطفل. هل تؤدي هذه الاختلافات في الحالات المزاجية إلى تحديات بالنسبة للوالدين؟ هل لدى الوالدين أسئلة عن أفضل السبل لدعم أطفالهم في هذه المواقف؟ لعل وضع خطة تربية تأخذ في الاعتبار الحالة المزاجية للطفل، تغذي النمو الصحي للطفل وكذلك العلاقة بين الوالدين والطفل.

مستوى النشاط

منخفض جدًا في حركة متواصلة

القابلية للتشتيت

مركز جدًا من السهل جدًا تشتيت انتباهه

حدة رد الفعل العاطفي

متفاعل بدرجة منخفضة متفاعل بدرجة كبيرة

انتظام الوظائف البيولوجية

غير منتظمة منتظمة جدًا

الحد الحسي

حساسية منخفضة حساسية عالية

التعامل مع الأشخاص والأماكن والمواقف الجديدة

حذر جدًا لا يبالي

القدرة على التكيف مع التغيير

يتكيف بسهولة مع التغيير التغيير صعب جدًا

المتابعة

سهل الإحباط مثابر جدًا

المزاج

سلبية إيجابية