مجلة الأسرة والمجتمع
مجلة دولية محكمة نصف سنوية
تصدر بثلاث لغات
الترقيم الدولي: ISSN:2392-5337 الترقيم الإلكتروني: EISSN: 2602-6716
FAMILY AND SOCIETY JOURNAL
International Biannual Journal
refereed Issued in three languages
https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/236

المجلد: 10/ العدد: 01 / 2022	تاريخ إرسال المقال:11 / 11/ 2019	تاريخ القبول: 19 / 06/ 2022	تاريخ النشر: 30/ 06/ 2022	الصفحة: 20 – 29

النمو العاطفي في مرحلة الطفولة وأثره على التماسك الأسري

Childhood Emotional Development and its Impact on Family Cohesion

حجاج محمد الأمين	المدرسة العليا للأساتذة ، ورقلة 5 الجزائر	Amine_3000@hotmail.com

ملخص:

يسعى هذا البحث إلى دراسة أثر النمو العاطفي في مرحلة الطفولة المبكرة على التماسك الأسري، ومراحل بناء الرابطة العاطفية أم – طفل ودور الرضاعة الطبيعية وأهميتها البالغة في التأسيس لهذه العلاقة.

كما تطرق الباحث إلى حالة الطلاق العاطفي بين الزوجين وأثره على الأبناء وعلى استقرار وتماسك الأسرة. وقدمت الدراسة جملة من الأبحاث والدراسات الحديثة حول نمو الدماغ في مرحلة الطفولة وعلاقته بالنمو العاطفي.

وقد أظهرت الدراسة ضرورة العناية العاطفية المناسبة بالطفل خاصة في المراحل الأولى من الميلاد، وهذا بتوفير بيئة أسرية تتسم بالمحبة والحرية والتقبل. وكما بينت الدراسة أهمية الرضاعة الطبيعية لبناء علاقة عاطفية متميزة تساهم بشكل رئيسي في الاستقرار والتماسك الأسري.

الكلمات المفتاحية: النمو العاطفي، الطفولة، الرضاعة، الطلاق العاطفي، التماسك الأسري.

عنوان المقال : النمو العاطفي في مرحلة الطفولة وأثره على التماسك الأسري	المؤلف : محمد الأمين حجاج	المجلد : 10 / العدد:01 / 2022	الصفحة: 20 – 29

Abstract:

The present study aims to investigate mainly the impact of early childhood emotional development on family cohesion, the stages of building the mother-child emotional relationship and the role as well as the critical importance of breastfeeding in establishing this relationship.

Based on number of recent research and studies on brain development in childhood and its relationship to emotional development, The researcher tries to account for the state of emotional divorce between spouses and its impact on children, on the stability and cohesion of the family.

As a result, the study reached to the necessity of appropriate emotional care for the child, especially in the early stages of birth, which can be achieved by providing a family environment rich with love, freedom and acceptance. The study also showed the importance of breastfeeding in building a powerful emotional relationship that contributes mainly to stability and family cohesion.

Keywords: emotional development, childhood, breastfeeding, emotional divorce, family cohesion.

مقدمة:

الأسرة هي الوحدة الاجتماعية الأولى والأساسية للمجتمعات التي تتكون من زوج وزوجة وأبناء، وهي المحضن الأول لتنشئة اجتماعية سليمة للطفل والتي في خلالها ينمي كل جوانب شخصيته ويكتسب السلوك السوي وينشئ علاقات اجتماعية مع أفراد الأسرة والمجتمع.

ويجمع علماء النفس أن مرحلة الطفولة وخاصة السنوات الأولى بعد الميلاد مرحلة حاسمة في حياة الفرد، حيث في خلالها توضع الأسس الأولى لشخصيته. ومظاهر نمو الفرد متعددة ومتكاملة ومستمرة من الفترة الجنينية إلى الشيخوخة، فلا يقتصر هذا النمو على الجانب البيولوجي والجسمي فقط، بل تتعده إلى أبعاد أخرى: عقلية، انفعالية، اجتماعية...

ومن مظاهر النمو: النمو الانفعالي أو العاطفي، حيث يشير مصطلح الانفعال إلى الحالة الوجدانية التي يعيشها الفرد كاستجابة لمثيرات داخلية كالجوع، والتذكر أو خارجية كالتشجيع أو السخرية. وقد يصحب هذا الانفعال تغيرات فيزيولوجية أو حركية.

والانفعالات هي الوسيلة الأساسية للتواصل الاجتماعي للطفل مع محيطه، وتتطور بدأ من التهيج العام إلى النضج الانفعالي. فماهو تأثير النمو الانفعالي وانعكاساته على التمسك والاستقرار الأسري؟

أولا:مراحل النمو العاطفي خلال فترة الطفولة الأولى (فترة الرضاعة):

1– من الميلاد إلى ستة (06) أشهر:

ينمو الجانب العاطفي أو الانفعالي في الشهور الأولى من ميلاد الطفل من العام إلى الخاص، ففي الشهور الأولى من حياة الرضيع تكون الاستجابات الانفعالية تهيجا عاما، بحيث لا نستطيع أن نميز انفعلا محددا عن الآخر. وكلما تقدم الرضيع في العمر تتمايز انفعالاته تدريجيا.

ويمكن أن نلاحظ ابتسامات الرضيع في الأسبوع الثامن من الميلاد وهذا عند رؤيته لوجوه معينة أو سماع أصوات سارة. وفي الشهر الرابع يبدأ في الضحك، حيث أظهرت الدراسات النفسية أن الرضيع يستطيع في الشهر الرابع أن يميز بين انفعالات وإيماءات الوجوه، فيفرح ويضحك للوجوه السارة ويحزن أو يبكي للوجوه العبوسة. بمعنى أن الطفل يبدأ تعلم الاستجابات الانفعالية من خلال التفاعل الاجتماعي مع أسرته ومحيطه فيبدأ الرضيع بالتعلق والارتباط بالأفراد الذين يتسمون بالمرح والفرح والتقبل. إن تعلق الطفل بالأم في هذه الفترة يسميه الباحثون بالتعلق الآمن وهو أساس النمو العاطفي السليم، "يعني أن الطفل الأكثر أمنا واستقرارا في علاقته بأمه يكون أكثر نضجا وسويا من الناحيتين الانفعالية والاجتماعية". **(مريم سليم (2002)، ص 166)**

فغياب الأم في هذه المرحلة الحرجة كلية عن حياة الطفل يكون له آثار مدمرة على نموه الانفعالي والاجتماعي وحتى العقلي.

2– من الشهر السادس (06) إلى الشهر الثامن عشر (18):

خلال هذه المرحلة يبدأ الطفل بالتعلق بالآخرين، فالشخص الذي يشبعه باللعب والابتسامة والاحتضان يتعلق به هذا الرضيع أكثر من الفرد الذي لا يهتم به إلا بيولوجيا من غذاء ولباس دون تفاعل عاطفي سار. مما نتج مفهوم الأم البيولوجية والأم الحقيقية. لهذا نلاحظ في أحيان كثيرة تعلق الأطفال بمربيات حاضنات الأطفال أكثر من تعلقهم بأمهاتهم وخاصة إذا التحقوا بالحضانة منذ الشهور الأولى من الميلاد. "إن انفصلت العلاقة في هذه الفترة الحساسة عن الأم، فإن هذا الانفصال يسبب جرحا عميقا أليما عند الطفل تاركا آثاره النفسية". **(مريم سليم (2002)، ص 163)**

وقد بينت عدة دراسات أن السلوك الاجتماعي يظهر بوضوح في الشهر التاسع أو العاشر من عمر الطفل.

لذا سعت كثير من الدول إلى إعادة النظر في عطلة الأمومة، بحيث أصبحت تأخذ بعين الاعتبار حاجات الطفل الأساسية وضرورة وجود الأم مع وليدها لفترة مقبولة، فالأشهر الأولى فترة حاسمة من أجل طفولة سليمة جسميا ونفسيا وانفعاليا.

وذكر الباحثون أن عند بلوغ الطفل الشهر التاسع يظهر عنده قلق الانفصال، أي خوفه من فقدان الأم أو الأب لقدرته على التمييز بين الأشخاص الغرباء وأفراد أسرته وبعدما تكون لديه مفهوم دوام الشيء والذي معناه أن الأشياء تضل موجودة حتى لو غابت عن مجاله البصري.

3– من الشهر الثامن عشر إلى السنتين:

في سن العامين تتضح مظاهر الاستقلالية النسبية للطفل عن الكبار ورغبته في التفاعل مع أقرانه وخاصة مع زيادة قدرته على المشي و استمرار نموه اللغوي. فيزداد تمايز الاستجابات الانفعالية ووضوحها فتحل الاستجابات الانفعالية اللفظية محل الاستجابات الانفعالية الجسمية من حركات عنيفة وضرب وقفز.

وهذه كذلك مرحلة دقيقة جدا في علاقة الطفل بوالديه وخاصة الأم، فالتدرج في استقلالية الطفل ومعرفة الوقت المناسب لهذه الاستقلالية أمر ضروري للمحافظة وتنمية العلاقة العاطفية أم – طفل. فلا ينبغي للأم أن تترك طفلها لفترات طويلة متتالية، لكن يجب أن تساير نموه العقلي والانفعالي وتبقي حرارة الحب ودفء العاطفة تجاه ابنها بالرغم من رغبته في شيء من الاستقلالية، مما يزيد من ثقته بنفسه وزيادة الأمن العاطفي.

ثانيا: الرضاعة الطبيعية ودورها في بناء العلاقة العاطفية أم – طفل:

تشير كثير من الدراسات إلى أهمية الرضاعة الطبيعية للأطفال من جميع الجوانب الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، فحليب الأم في تركيبه الكيميائي هو أغنى وأفضل وأسلم غذاء للطفل خاصة في الأشهر الأولى بعد الميلاد. فهذا الحليب يتناسب ويتغير تركيبه الكيميائي بشكل فريد حسب احتياجات الطفل من الطاقة والعناصر الحيوية الغذائية الأساسية بتغير سنه وحالته الصحية. ويمكن أن نذكر بعض مزايا حليب الأم من الناحية الفيزيولوجية في النقاط التالية:

1- حليب الأم معقم طبيعيا فليس هناك احتمال لتلوثه.

2- يحتوي حليب الأم في الأيام الأولى من الميلاد على المضادات الحيوية النوعية ومن مقويات جهاز المناعة.

3- حليب الأم مناسب في تركيبه الكيميائي وكمياته لاحتياجات الطفل طوال فترة الرضاعة، فهو يتغير ويتطور حسب عمر الطفل، فاحتياجات الطفل في عمر شهرين ليست كاحتياجاته عندما يبلغ سنة من عمره.

4- الرضاعة الطبيعية تحمي الأم من الإصابة بسرطان الثدي، كما تحمي الطفل من الإصابة بسرطان الجهاز الليمفاوي ومن إصابته بمرض الإسقربوط والكساح.

من جهة أخرى، فإن للرضاعة الطبيعية زيادة على الفوائد الفيزيولوجية أهمية نفسية وانفعالية عميقة وخاصة في بناء الرابط العاطفي أم – طفل. فثدي الأم هو مصدر إشباع غذائي وعاطفي على السواء، فيشعر الرضيع وهو في حضن أمه بحرارة الحب وأمان الأمومة التي تقدمه.

فبإرضاع الأم لطفلها تتكون لدى الرضيع من خلال تجربة الرضاعة صورة جميلة ناصعة للأم والأسرة. تتعزز هذه الصورة وتقوى كلما طالت مدة الرضاعة. فالأطفال الأطول مدة في الرضاعة هم الأكثر تعلقا بأمهاتهم، ومنه استقرار نفسي وعلاقات أسرية اجتماعية متماسكة. "فإذا كانت هذه التجربة – أي تجربة الرضاعة الطبيعية– مليئة بالسعادة والاطمئنان والإشباع العاطفي، تكونت لدى الطفل صورة ايجابية عن الأم... أما إذا كانت هذه التجربة محبطة، وخالية من مشاعر الاطمئنان والراحة، تكونت لدى الرضيع صورة سيئة عن الأم". (**مرسلينا شعبان حسن، (2018)، ص42**)

إضافة إلى ذلك فإن الرضاعة الطبيعية تعبير للأم عن مدى تقبلها لطفلها، مما ينمي الثقة لديه ويعززها. ولكن شعور الرضيع بعدم التقبل بحرمانه من حقه في الرضاعة ينمي عنده الشعور بالإحباطات والإهمال، وهذا ما يؤثر مباشرة بعلاقته العاطفية بأمه وبالمحيطين به. ولقد أثبتت كثير من الدراسات النفسية والاجتماعية الحديثة دور الرضاعة الطبيعية في تنمية وتمتين العلاقات الاجتماعية داخل الأسرة. ففي دراسة أمريكية استعمل فيها جهاز التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي IRMF طبقت على 17 من الأمهات خلال الأشهر الأولى من وضعهن، بينت هذه الدراسة أن الأمهات اللاتي يرضعن أولادهن رضاعة طبيعية يظهرن نشاط واضح في المناطق الدماغية المسؤولة عن العواطف أكثر من النساء اللواتي يرضعن أولادهن بالحليب الاصطناعي وهذا عند سماعهن لبكاء أولادهن. وأهم هذه المناطق هي التلفيف الجبهي العلوي الأيمن واللوزة المسؤولة عن الانفعالات.(**Lianne J.Woodward & Kathleen A.Liberty, (2017), P4**)

وأوضح كل من ليان وودوارد Lianne J.Woodward باحث في كلية الطب بجامعة هارفارد وكثلين ليبرتي Kathleen A.Liberty من جامعة كنتربوري Canterbury في دراسة لهما بعنوان " الرضاعة الطبيعية والنمو النفسي الاجتماعي عند الأطفال" أن هناك علاقة ايجابية بين الرضاعة الطبيعية والرابط الإيجابي أم –طفل في المدى القصير. (**Lianne J.Woodward & Kathleen A.Liberty**, (**2017**), **P4**)

وفي نفس السياق أظهرت دراسة أمريكية طولية طبقت على 1300 عائلة أمريكية، أن الأمهات اللاتي يرضعن أولادهن رضاعة طبيعية هن أكثر حساسية وتعلقا بأولادهن في سن 6، 15، 24، 36 شهرا.

ثالثا: العلاقة بين الزوجين وأثرها على الصحة العاطفية للأبناء:

تعتبر الأسرة المحضن الأول والأهم لتنشئة اجتماعية سليمة للأبناء، فوظيفة الأبوة والأمومة التي يمارسها الزوجين يمكنها توفير بيئة مناسبة لصحة نفسية سليمة للأطفال التي تمكن من إنشاء علاقات أسرية متماسكة. فمسؤولية الأسرة الأساسية إشباع حاجات الأطفال من أبسطها (الحاجات الفيزيولوجية) إلى أعلاها (الحاجة إلى تحقيق الذات) . فالطفل لا يمكنه أن يعيش مستقرا إلا في جو من الحب والتقدير والحنان الذي توفره أسرته وخاصة الوالدين، فهناك حاجات نفسية ملحة يجب أن تشبع لدى الطفل لنمو انفعالي وعقلي سوي، حيث أنه إذا لم تشبع هذه الحاجات سيبحث عن طرق وأساليب لإشباعها. "فالطفل لا يمكن أن يعيش بلا حب وانتماء فحين يفقدهم في أسرته يكون سعيه حثيثا ليملئ هذا الفراغ العاطفي ببدائل تعويضية أبعد ما تكون عن الصحة النفسية". (**مرسلينا شعبان حسن، (2018)، ص92**)

رابعا:الفتور أو الطلاق العاطفي بين الزوجين وأثره على النمو العاطفي للطفل:

من الأمور التي توفر البيئة النفسية المستقرة للأطفال العلاقة الجدية الحميمية بين الأبوين، فالطفل شديد التأثر بهذه العلاقة، "العلاقة الزوجية علاقة انسجام ووئام لأنها رابطة بين قلبين ووصلة بين جسدين، وهي علاقة مستمرة ومتصلة لها متطلبات متبادلة تقضي الإشباع المتزن عاطفيا وجنسيا واقتصاديا". (**عفران إبراهيم خليل العبيدي، (2015)، ص24**)

والملفت للنظر أن في واقعنا المعاصر انتشرت ظاهرة الفتور والطلاق العاطفي. وهما مصطلحان جديدين دخلا إلى القاموس الاجتماعي والتداول الإعلامي، ويعني فقدان الشعور بالمحبة ورغبة الوصال بين الزوجين وعدم التفاهم في معظم الأمور الحياتية.

وتبدأ هذه الحالة من أبسط صورها بغياب الابتسامات الصادقة والكلمات العذبة واللمسات اللطيفة ... لتصل في نهايتها إلى علاقة باردة تحكمها الرسميات الجافة وتغيب فيها الصراحة، فتسقط الأسرة في شراك الفتور العاطفي وحتى الطلاق العاطفي. فهما يعيشان مع بعضهما جسديا لكن متباعدين روحيا وعاطفيا، ولا يستطيع أي من الطرفين اتخاذ قرار الانفصال بسبب الأبناء أو نظرة المحيط العائلي أو المكانة الاجتماعية. وللطلاق العاطفي بين الزوجين أسباب كثيرة نذكر منها:

- الضغوط الاقتصادية والمالية على الأسرة، الذي يؤدي إلى استغراق الزوجين في البحث على الموارد المالية لسد حاجات الأسرة، مما ينتج عنه إهمال الواجبات الزوجية.
- العلاقات الحميمية السرية لأحد الزوجين أو كيلاهما مع أفراد آخرين والتي تساهم في إيجادها الأنترنات ووسائل التواصل الاجتماعي.
- سوء التوافق الجنسي مما يؤدي إلى غياب المتعة الجنسية في العلاقة الزوجية.
- الحالة الصحية لأحد الزوجين، والإصابة بأمراض خطيرة مهددة للحياة.
- نقص النضج العاطفي للزوجين.

للطلاق العاطفي تأثيرات سلبية على النمو العاطفي للطفل ومن ثم على استقرار الأسري. فبسبب الهوة العاطفية بين الأب والأم تصدر منهما سلوكات غير مفهومة للطفل تؤثر على استقراره وتوافقه النفسي، وتجعله يعيش نوعا من الغربة النفسية والجوع العاطفي. فيغيب في مثل هذا الجو العبارات الحميمية وخطاب الحب والذي من أهم حاجات الطفولة المبكرة، فلا يسمع من أمه أو أبيه عبارة "أنا أحبك" وإذا سمعها كانت عبارة فاترة جافة لا تصل إلى قلب الطفل فلا تشبع حاجته العاطفية.

ورغم كل ما يجده الزوجين من متاعب وإشكاليات بسبب هذا الفتور العاطفي من نقص الإشباع العاطفي والجنسي وغياب جو الراحة النفسية... الخ فإن معاناة الأبناء في ظل هذا الجو المشحون أكبر وأعمق وذو تأثير شامل على نموهم الانفعالي والاجتماعي والعقلي.

فينشأ الطفل تنشئة اجتماعية غير سليمة وتتشكل شخصية غير سوية مضطربة، وتكون بذلك لبنة ضعيفة هشة في البناء الأسري والمجتمعي، تفقد هذا البناء بريقه وقوته والذي يمكن أن يتهاوى في أي صدمة مستقبلا.

خامسا: نمو الدماغ في مرحلة الطفولة وتأثيره على العلاقة العاطفية أم–طفل:

تعتبر مرحلة الطفولة فترة حرجة في نمو الدماغ ووظائفه حيث ذكر محمد عودة الريماوي (2014) أن من أهم القواعد التي يقدمها علماء الأعصاب والمختصين في علم النفس العصبي حول الجانب الانفعالي وعلاقته بنمو الدماغي ما يلي:

1- السنوات الثلاثة الأولى من عمر الطفل سنوات حاسمة في نمو دماغه. فمثلا ما بين الميلاد والشهر الثامن من العمر يتزايد عدد الشبكات أو الوصلات العصبيةٍ Synapses من 50 تريليون إلى 1000 تريليون مما يشير إلى إمكانية تكيف الطفل مع أي بيئة يمكن أن يوضع فيها.

2- التعلق الآمن للرضيع بمن حوله وخاصة الأم ذو أهمية بالغة في النمو المعرفي والانفعالي والاجتماعي. وقد أثبتت البحوث الأخيرة أن العلاقة المضطربة داخل المحيط الأسري تدفع دماغ الطفل إلى استهلاك كمية أكبر من الجلوكوز لمواجهة الضغوط النفسية بدلا من استهلاكه في الأنشطة المعرفية.

3- التعرض المتكرر للطفل للضغوط النفسية والعنف يجعل الدماغ يطور مواقع مستقبلات الاستثارة لبعض المواد الكيميائية وهذه الأخيرة ترتبط بالاندفاعية والعدوانية.

4- الوصلات بين الخلايا العصبية أو المشابك العصبية تشكل ممرات عصبية أو خرائط للتعلم Learning Maps ومعظم هذه الشجيرات تتواجد في نهاية السنة الثالثة من العمر. ويتوقف ذلك حتى سن العاشرة. بعد سن العاشرة تختفي المشابك التي لم تستخدم. **(محمد عودة الريماوي (2014)، ص147)**

فالحالة الانفعالية السارة للطفل تؤثر بشكل كبير في التركيب الكيميائي للدماغ وتحدث تغيرات عميقة ودائمة في القشرة الدماغية وخاصة في المناطق الدماغية المسؤولة عن الانفعالات، مما يؤدي إلى زيادة القدرة على إدارة الانفعالات والذي نعبر عنه بالذكاء الانفعالي.

فنمو الدماغ الانفعالي عند الأطفال يستدعي ضروريا توفير بيئة انفعالية تتسم بالحب والسرور والتفاهم، فتأثير الأسرة في عواطف أبنائهم له بصمة عميقة في استقرارهم النفسي والانفعالي، وهو ما يحقق التماسك الأسري مستقبلا.

خاتمـــة:

الصحّة النفسية واحدة من أهم المؤشرات التي تسمح للباحثين في العلوم النفسية بالتنبؤ بالوضعية التي سيؤول إليها الفرد على أصعدة مختلفة في حياته، من أهمها مستوى ونوعية العلاقات الاجتماعية التي تربطه بالآخرين سواء داخل الأسرة أو خارجها.

وللنمو العاطفي السليم في مرحلة الطفولة تأثير عميق في دماغ الطفل وخاصة في المناطق المسؤولة عن الانفعالات، والذي يؤدي بدوره إلى نمو اجتماعي متوازن وربط علاقات أسرية متميزة ومتينة. وهذا النمو العاطفي توفره البيئة النفسية السارة داخل الأسرة وخاصة الأبوين من جهة، والرضاعة الطبيعية الكافية التي تمكن بشكل واضح من تنمية وتقوية العلاقة العاطفية أم– طفل والذي ينتج عنه استقرار وتماسك الأسرة والمجتمع.

المراجـــع:

1. حامد، عبد السلام زهران (1986). **علم نفس النمو: الطفولة والمراهقة**، جمهورية مصر: دار المعارف، ط4.
2. حجاج، محمد الأمين (2015). "**صعوبات تعلم الرياضيات: مقاربة نفس عصبية معرفية مع تصميم برنامج حاسوبي ذكي**"، أطروحة دكتوراه، الجزائر: كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجزائر2. علم النفس، زتشي عبد الحفيظ.
3. فتحي، محمد الطاهر (2013). **هكذا يبلغ الحب بينهما، دليلك إلى السعادة الزوجية**"، جمهورية مصر: دار الأندلس الجديدة، ط2.
4. محمد كمال، السيد يوسف (2006)."**مزايا وفوائد الرضاعة الطبيعية**"، مجلة أسيوط للدراسات البيئية، العدد 30، جمهورية مصر.
5. ماريال، م. هارديمن (2013). **ربط أبحاث الدماغ بالتدريس الفعال**، ترجمة/ صباح عبد الله عبد العظيم، دار النشر للجامعات، ط1.
6. مريم، سليم (2002). **علم نفس النمو**، بيروت–لبنان: دار النهضة العربية، ط1.
7. مرسلينا، شعبان حسن (2018). **الصحة العاطفية ومعوقات التكييف في الحياة المعاصرة**، عمان:الأردن: دار الرضوان للنشر والتوزيع، ط1.
8. الريماوي، محمد عودة (2014). **علم نفس النمو الطفولة والمراهقة**، ط3، دار المسيرة.
9. الشقيرات، محمد عبد الرحمان (2005). **مقدمة في علم النفس العصبي**، دار الشروق، ط1.
10. العبيدي، عفران ابراهيم خليل (2015). "**الطلاق العاطفي في ضوء بعض المتغيرات لدى الطلبة المتزوجين في جامعة بغداد**"، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 13، جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي.
11. Chris, Weller (2016). **"These 10 countries have the best parental leave policies in the world"**,World Economic Forum, Geneva: Switzerland, 20 August.
12. Hamidi, Rachida (2014). **" Allaitement maternel"** Mémoire de Doctorat en Médecine, Tlemcen –Algérie : Département de Médecine, Université Abou Bakr Belkaid, Faculté de Médecine, Promoteur /Dr. Kabou.

13. Organisation Internationale du Travail OIT (2014). " Maternité et paternité ou **travail Loi et pratique à travers le monde"** Guy Ryder, Directeur général de l'OIT.

14. Lianne J. Woodward & Kathleen A. Liberty, (2017). " **Breastfeeding and Child Psychosocial Development** ", Encyclopedia on Early Childhood Development, June.

15. Kim Fleischer Michaelsen & all (2003). "**Breast-feeding and brain development** ", Scandinavian Journal of Nutrition. N°47