

ملاحظات لمنسق جلسة مجموعة النقاش مع أولياء الأمور باستخدام كتيب وعرض "رعاية الأطفال الذين خاضوا تجرّبي النزاع والنزوح"



تترك تجربة النزوح وخوض النزاعات المسلحة الأطفال عرضة لخطر توليد صعوبات عاطفية وسلوكية، و يشكل أولياء الأمور والعائلات أول خط دفاع عن الطفل، فيمكن أن يشكل دعم الوالدين القوي والتماسك الأسري أفضل السبل التي يمكن استخدامها لوقاية الأطفال من المشاكل العقلية وسوء المعاملة أثناء خوض تجرّبي النزاع والنزوح. ويدل ذلك على ضرورة تزويد العائلات التي خاضت تجربة النزاع أو التي لا تزال تخوضها بالنصائح التي ستمكّنها من تقوية أواصرهم وتوليد المهارات الأسرية التي تعزز الصحة العقلية والمرونة لدى أطفالهم ومن تحسين آفاقهم المستقبلية.

لا يعتمد أسلوب تكيف الطفل مع الضغوطات التي تولدها تجرّبي النزاع أو النزوح على ردة فعله الفردية وشخصيته فحسب، بل يعتمد أيضا وبشكل كبير على توافر الدعم الذي يستقبله من والديه أو من ولي أمره وجوده هذا الدعم، فقد يؤدي ضعف العلاقة بين الطفل ووالديه إلى تعزيز تأثير الأحداث الصادمة على الطفل. يحمي التماسك الأسري الصحة العقلية لدى الأطفال والبالغين المتأثرين بتجربة النزاعات المسلحة، فيما تهدد العلاقات الأسرية المترعزة الصحة النفسية للأطفال في هذا السياق.

تضغط ظروف العيش في أجواء النزاع والنزوح والموارد المحدودة على الوالدين وتؤثر على قدرتهما على تربية أبنائهم، حيث أنها تجبر الوالدين عادة على الانفصال عن شريحتهم من المجتمع وعن الشبكات الداعمة فيها تاركة إياهم في عزلة وظروف صعبة، فيحاولون التكيف للسياق الذي يعيشون فيه بردود فعل خاصة بهم مما قد يولد صعوبات عاطفية لديهم في ذات الوقت الذي يشهدون فيه تولد صعوبات عاطفية وسلوكية لدى الأطفال الذين يرفعونهم. فضلا عن ذلك، هناك عوامل قد تصعب على الوالدين الحفاظ على أساليب إيجابية في تربية أبنائهم مثل مشاعر القلق والإحباط واليأس الناتجة عن المرور بتجارب صادمة وعن الشعور بالضيق، بالإضافة إلى الظروف المعيشية الصعبة والغموض الخسيع. يعترضون على هذه العوامل. تؤدي هذه العوامل إلى إحباط الأطفال، لئلا ينجسوا إلى حيطار سيئات عدوانية، وقايسة قد تؤدي إلى الإساءة إلى الجسدية والعاطفية. تتعامل مع مخاوفه وشعوره بالقلق، كما أن تشجيع سلوك الطفل الحسن وإيجاد السبل التي تسعى لذلك يساعد الطفل على التأقلم بشكل جيد ويساعد ولي الأمر على الحفاظ على سلامته. إن بناء علاقة إيجابية مع الطفل مبنية على الاحترام المتبادل والتواصل المفتوح وسيلة تضمن لولي الأمر استجابة

الطفل لطلبه عند محاولته الحفاظ على سلامته ورعايته. وتهدف النهج المذكورة في كتيب "رعاية الأطفال الذين خاضوا تجرّبي النزاع والنزوح" إلى مساعدة أولياء الأمور على تحقيق ذلك وإلى السعي وراء إيجاد فرص تولد حس التمكين لديهم من خلال تحسين فعاليتهم وجدارتهم.

قد يفقد الطفل والديه أثناء خوضه تجربة النزاع أو النزوح وبالتالي يقوم أحد أفراد عائلته أو أصحابهم المقربون برعايته. تم استخدام لفظ "ولي الأمر" و"والدين" و"تربية الأبناء" و"الأسرة" في الكتيب لوصف ما يقوم به الأفراد المقربون من الطفل لرعايته، سواء أكانوا والديه الفعليين أو أخوته الذين يكبرونه بالسن أو أقاربه أو أفراد تبنيه ويقومون برعايته.

قمنا في عام 2015 بكتابة منشور من صفحتين بحجم A4 يحتوي على معلومات تربية تراعي الظروف التي يعيش فيها القارئ وثقافته بالإضافة إلى استبيان لجمع بيانات إحصاء سكانية وتعليقات على جدوى المنشور، وعملنا بالتعاون مع منظمة غير حكومية في سوريا على توزيع ثلاثة آلاف نسخة من المنشور للعائلات الفاطنة في مناطق النزاع في سوريا بالإضافة إلى توزيع استبيانات تطلب رأي وتعليقات أولياء الأمور على المعلومات المذكورة في المنشور عن طريق توزيعها مع مؤن المخابز، ولقد وصلنا 1783 نسخة معبأة من الاستبيانات والتي تسلط الضوء على أهمية دور هذه المعلومات التربوية للعائلات في تلك الظروف حيث ذكر الأهالي في التعليقات أنهم يرغبون باستلام المزيد من المعلومات عن كيفية رعاية أطفالهم بشكل أفضل. لقد أضفنا معلومات للمنشور جمعناه على شكل كتيب لشرح أهم المهارات التربوية بشكل بسيط وممتع. يهدف هذا الكتيب إلى تنمية ثقة الوالدين ومهاراتهم التربوية وإلى تعزيز الصحة النفسية لدى الطفل والأسرة، وهو مستوحى من الأساليب التربوية والأسرية المثبتة بالأدلة في أدب تربية الأبناء، ولقد كُتب هذا الكتيب ليلائم ظروف الأسر التي قد خاضت تجرّبي النزاع والنزوح والتي تعيش في بيئة ذات موارد محدودة. ويعطي الكتيب المجالات الخمسة التالية:

- تطبيع ردود فعل أولياء الأمور والسبل التي يمكن لهم من خلالها مساعدة أنفسهم على التعامل مع التحديات التي قد يواجهونها
- تطبيع ردود فعل الطفل والسبل التي يمكن لأولياء الأمور اتباعها لمساعدة أبنائهم مثل إغارة سلامتهم الاهتمام الزائد

- وإشعارهم بالحنان ومدحهم والتحدث معهم والاستماع إليهم وتشجيع سلوكهم الحسن
- التعامل مع تحديات معينة قد يطرأها الطفل مثل مخاوفه وشعوره بالقلق وحدوث الاضطرابات الليلية والمشاجرة والعوانية
- أهمية الحفاظ على الروتين وتشجيع اللعب
- أساليب للاسترخاء

استخدام شرائح عرض مجموعة النقاش:

لقد قمنا أيضا بتصميم عرض لسيستخدم إلى جانب الكتيب في جلسة مجموعة النقاش التي تستمر لساعتين وذلك لتسهيل إدارة هذه الجلسة مع أولياء الأمور، وتهدف الجلسة إلى التوسع في محتوى الكتيب بشكل ممتع ليتم استخدامها معا، بالتالي ستعقد هذه الجلسات للمرور بمحتويات الكتيب بشكل واضح وبمبسط لإبلاء فرصة لأولياء الأمور لمناقشة السبل الأمثل لإعانتهم على خلق أفضل بيئة إيجابية ممكنة لأطفالهم. صممت شرائح عرض مجموعة النقاش هذه لك أنت كمنسّق للجلسة لا لتطبع لأولياء الأمور الذين سيستلمون الكتيب. ويمكن أن يكون منسق الجلسة معلما أو قائدا للشباب أو عالم نفس أو مستشارا أو قدوة في المجتمع أو أي شخص يعمل على تزويد العائلات بالدعم الذي يحتاجونه أو

أي بالغ يشعر أنه متمكن من مفاهيم الكتيب وعرض جلسة مجموعة النقاش بعد الاضطلاع عليهما. لا نقوم بتدريب منسقي جلسات مجموعات النقاش على إدارتها فقد تم تصميم هذه المواد ليتم استخدامها في بيئة ذات موارد محدودة قد لا تتاح فيها فرص للتدريب.

يجب أن يتواجد منسقان لإدارة الجلسة بحيث يحضران لها مسبقاً لبضع ساعات ويتدربان على إدارتها ويقرران متى سيتبادلان الأدوار فيها، ومن الضروري أن يفكر كل منسق بأساليب لشرح النهج المذكورة في الكتيب ليتأكد من فهم أولياء الأمور لها عند تقديمها. كما على كل منسق أن يتعاون مع زميله للتخطيط للجلسة وتنظيم الأدوار فيها قبل عقدها. وقد يكون من المجدي أن يخصص المنسقان بعض الوقت بعد الجلسة لمناقشة الجلسة ورأيهما فيها وفي كيفية تحسين أدائهما في المرة القادمة إن لزم ذلك. ويمكن للمنسق الاستفادة من دليل منظمة الصحة العالمية لتقديم الإسعافات الأولية النفسية والتي تحتوي على معلومات قيمة عما هو مرغوب وغير مرغوب في هذا النوع من الجلسات التي خاض فيها المشاركون النزاعات والكوارث وغيرها من الظروف العصيبة، ولقد ترجمت هذه الوثيقة إلى أكثر من عشرين لغة ويمكن تحميلها من:

http://www.who.int/mental_health/publications/guide_field_workers/en/

قبل عقد جلسة مجموعة النقاش تأكد من أنك قد حضرت لها بدقة ومن أنك قد طبعت نسخاً كافية من كتيب "رعاية الأطفال الذين خاضوا تجربتي النزاع والنزوح" لتوزيعه على أولياء الأمور، كما قد يفيدك أن تحضر معك بعض الأقلام والأوراق لإعطائها لهم إن أمكن. إن كانت الأجهزة متوفرة تأكد من تواجد جهاز كمبيوتر وجهاز عرض لاستخدام شرائح عرض الباوربوينت في غرفة الجلسة. قد تكون غرفة الجلسة صفا في مدرسة أو غرفة في ناد اجتماعي أو أي مكان آخر آمن ومريح للعائلات. يفضل أن تعقد الجلسة مع مجموعة من 25 فرداً ولكن قد تضطر أحياناً إلى عقدها مع عدد أكبر في بعض الظروف. إن رغب أكثر من ولي أمر واحد من نفس العائلة بالحضور فلا بأس بذلك بل شجعهم عليه لكن احرص على أن تكون على دراية بعدد أولياء الأمور المشاركين مسبقاً لتتأكد من قدرتك على إدارة الجلسة مع زميلك. لقد صممت هذه الجلسات لأولياء أمور الأطفال البالغين من العمر من ستة إلى أربعة عشر عاماً وهي فئة عمرية واسعة، لذا يجب أن تجمع بعض المعلومات عن العائلات المشاركة قبل عقد الجلسة مثل فئات أطفالهم العمرية لكي تكون الأمثلة والنقاشات التي ستستخدمها في الجلسة مناسبة. لكن تأكد من أن المبادئ الأساسية لمُدح السلوك الحسن واستخدام النهج المتناسقة مع السلوك السيء تلائم مختلف الأعمار. قد يكون من المجدي أيضاً أن تجمع أولياء أمور الأطفال من الأعمار ومستويات النضج المتشابهة في مجموعة واحدة.

أمور عليك أخذها بعين الاعتبار:

1. قضايا العنف: إن العنف الأسري هو أقوى المنبئات بسوء الصحة النفسية لدى الأطفال المتأثرين بتجربة النزاع كما يعرف أن نسب العنف الأسري تزداد كردة فعل لعوامل الضغط ولتواجد العنف في المجتمع الأوسع، لذا عندما تدير الجلسات احرص على الإصغاء لأية دلالات تشير إلى وجود حالات من العنف الأسري لدى الأسر المشاركة. إن معالجة القضية الأكبر المتعلقة بالعنف المنزلي أمر لا يمكن تناوله في المواد المشمولة في هذا الكتيب، لذا يجب أن نركز على أهمية إيجاد التناغم الأسري كوسيلة لتشجيع نمو النتائج الإيجابية لدى الأطفال.

2. دلالات على شعور الأطفال بالضيق الشديد: قد تصف بعض الأسر خلال الجلسة تصرفات أطفالهم بإحدى السلوكيات المذكورة أدناه، إن حصل ذلك عليك أن تتصحهم بطلب المساعدة من طبيب محلي:

- عندما يرى الطفل أو يسمع عن حادث مخيف قد يحلم بكوابيس عنه وفي بعض الأحيان قد يخيل إليه رؤية مشاهد واضحة أمامه عن الحادث وهو مستيقظ أثناء اليوم مما يزعجه، وقد تذكره رائحة ما أو صوت ما بما حصل في الحادث فيشعر بالهم والحزن، كما قد يقوم الأطفال الأصغر عمرا برسم المشهد المخيف أو تمثيله بشكل متكرر. ويتجنب بعض الأطفال الذهاب إلى مكان الحادث أو الكلام عنه، الأمر الذي قد يؤثر على حياتهم اليومية فهم لا يعلمون أن الحادث قد انتهى.
- قد يتصرف الطفل بحساسية زائدة وقد يظهر العلامات التالية:

- الصعوبة في النوم
- شعور الطفل بالغضب بشكل سريع وعدم قدرته على السيطرة على غضبه
- شعور الطفل بالخطر الدائم والتأهب من حصول أي سوء
- سرعة هيجان الطفل وفزعه عند حدوث أمر مفاجئ
- بكاء الطفل باستمرار وتعب نفسيته
- سرحان الطفل وشعوره بأنه يعيش في حلم لا في الواقع
- تعبير الطفل عادة عن أنه لا يشعر بأي شيء

رأيك بالبرنامج:

سنكون ممتنين لأية تغذية راجعة أو تعليقات عن رأيك في إدارة جلسة مجموعة النقاش وعن تفاعل أولياء الأمور معها ومع الكتيب ذاكرة أية تعديلات توصي بها في الكتيب أو شرائح العرض لتكون أكثر إفادة لأولياء الأمور.

لتحميل كتيب "رعاية الأطفال الذين خاضوا تجرّبي النزاع والنزوح" وشرائح عرض جلسة مجموعة النقاش وللاتصال بنا أو تزويدنا بالتعليقات وللحصول على موارد مفيدة متاحة كمنشور تربية الأبناء اضغط على:

<http://research.bmh.manchester.ac.uk/pfgr/resources/>