



طفولة سعيدة رغم الأزمات

الأطفال هم إمتداد الأجيال وأملها وفرحة الدنيا وزينتها ... هم سعادة القلوب وبهجة النفوس ونور في البيوت ... هم شباب الغد ورجال المستقبل بهم تزدهر الأوطان وتفتخر ومن أجل الطفولة يعمل كل المفكرين والعباقر ... وبناء الحضارات ومخططو النهضة الإنسانية الراقية ... فالأطفال نبض الأسرة الدائم ونواة المجتمع وقرّة عينه . ويمر وطننا العزيز بأحداث جسيمة تضعنا نحن الكبار في موقف القلق على أطفالنا خوفاً على سعادتهم . حيث أن الطفل سريع التأثر بكل ما هو حوله من أحداث لأنه يفتقر ويشعر ويتكيف ويتفاعل مع البيئة المحيطة به سواء كان مصدر الخطر من:



الكوارث الطبيعية ..

مثل (الزلازل - الفيضانات
والانهيارات الأرضية والبراكين) .



الكوارث البشرية ..

وهي من صنع الإنسان نفسه مثل
(الحروب والأزمات والكوارث
الصحية) .



آثار الأحداث على الطفل ..

• بسبب الظروف الراهنة فإن الأحداث تجعل
الطفل يغير من حياته اليومية المعتاد
عليها
بسبب ما يسمعه من صفارات الإنذار في
الخارج أو في التلفزيون أو الخوف والهلع
الذي يلاحظه على أهله عند حدوث
الطوارئ .

• تترك الأحداث آثاراً نفسية واجتماعية على
الطفل تؤدي إلى الشعور بالخوف
والاضطراب النفسي وعدم الاستقرار
وفقدان الأمان وكثرة التفكير في المستقبل .
• أن التنشئة المتكاملة للطفل تبدأ من

الاسره والمدرسة والمجتمع الخارجي- كل هذا يوفر له البيئة الملائمة
لنموه النفسي والاجتماعي رغم الأزمات ولقد أكد الإعلان العالمي
لحقوق الطفل على حق الأطفال في الحماية وتوفير ما يحتاجونه
و ضمان مشاركتهم في تنمية مجتمعاتهم وحمايتهم وخاصة وقت
الشدائد والمحن .



منطقة حوثي الصحة
لجنة التوعية الصحية

طفولة سعيدة رغم الأزمات



■ الشعور بالأمان



■ الشعور بالاستقرار



■ الالتزام بالدراسة



■ ممارسة اللعب

دور الأهل في مساعدة الأطفال

- مساعدة الأطفال على الشعور بالأمان والاستقرار والقرب منهم عاطفياً ويفضل عدم البعد عنهم أيام المحن والشدائد والحروب .
- مساعدة الأطفال في التعبير عن مشاعرهم ومخاوفهم بالكلمات والتشجيع على مناقشة ما يحدث بالإصغاء لهم بعناية فائقة .
- منحهم القدرة على الثبات أمام الأزمات (صفارات الإنذار- سماع صوت إنذار) وتشجيعهم على تحمل الصدمة والتحدث عنها بما في نفوسهم دون تردد مع توضيح ما يحدث بأسلوب سهل يناسبهم .
- تمسك الأهل بنمط الحياة المعتادة والنشاطات اليومية بدون تغيير كبير وملحوظ بقدر الإمكان (الأكّل- النوم- النشاط) يؤدي إلى شعور الأطفال بالاستقرار والأمان .
- ذهاب الأطفال إلى المدارس بعد انتهاء فترة الطوارئ أو الأزمة في أقرب وقت مستطاع وتشجيعهم على الالتزام بالنظم المدرسية والتغلب على الصعوبات الدراسية التي قد تواجههم .
- تخصيص أوقات معينة يجلس فيها الأهل مع أطفالهم لتبادل المعلومات البسيطة والسؤال عن الجديد والتباحث في الأمور المختلفة يؤدي إلى تخفيف آثار الأزمة وتقليل نتائجها السلبية .
- مساعدة الأطفال على اللعب وممارسة النشاطات المختلفة مثل القراءة والرسم يؤدي إلى تضيغ الشحنة الإنفعالية لديهم وعلى نسيان مشاعر الخوف كنوع من التدريب على الاسترخاء .
- مساعدة الأطفال في تعزيز روح الاعتزاز بالوطن وبعزته لتحمل كل أشكال المعاناة .
- تفهم خصائص المرحلة العمرية التي يمر بها أطفالك وحاجاتهم الأساسية .
- ضمان تأمين العناية الصحية لأطفالك وتوفير الوجبات الغذائية المتوازنة والقدر المناسب من الراحة .
- وإذا لاحظت أو شعرت أن الأحداث التي مر بها أطفالك مؤثرة في بعض الأحيان ولفترة من الوقت اطلب المساعدة ولا تردد من المتخصصين في المجالات النفسية والاجتماعية لتقديم الدعم والمساندة لتحقيق النمو السليم في بيئة صحية خالية من التوتر والأزمات .

أعداد
مجدي سليمان
الاخصائي الاجتماعي الطبي

مايو ٢٠٠٣



مع تجيات شركة مطعم الديك الرومي

إن الفرص أمامنا الآن ومتاحة لكي نعيد النظر في ...



التحصيل الدراسي

- أسلوب تعاملنا مع أطفالنا بنمط حياة يؤكد قدرتنا على المواجهة وحل المشكلات.
- لأن الأسرة هي نواة المجتمع ورايتها الاجتماعية والنفسية لأطفالنا يخفف من أثر الأزمات ويخلق بيئة آمنة ومستقرة.

مراحل رد الفعل الناجم عن الصدمة بالأزمة



تنشئة الأطفال
في بيئة صحية ضمان للمستقبل

الأزمة تعني



فقدان الأمان

- الظروف وخبرات الأحداث الضاغطة في الحياة والتي تعوق قدرات الفرد على أداء وظائفه بشكل فعال وما ينتج عنها من رد فعل ذاتي.
- وتحدث الأزمة ضغطًا نفسيًا على الأطفال الذين لا يستطيعون بما قد يتوفر لهم من حلول وبما لديهم من نقص الإمكانيات للتصدي لتلك الضغوط مما يؤدي بهم إلى اضطرابات عاطفية أو سلوكية أو معرفية (إذا لم يجدوا المساعدة والدعم من كافة قطاعات المجتمع وبصفة خاصة (الأهل) الأسر...



القلق



فقدان الأسفار



العزلة

مص الأصابع

أعراض أزمة (الحروب) على الأطفال

- القلق وعدم الإيمان.
- الأحلام والكوابيس المزعجة والرغبة من الظلام.
- الإلتصاق المبالغ في بالأم أو (الأهل) والخوف من الافتراق.
- الرجوع إلى أنماط سلوكية سابقة (مص الأصابع).
- التأخر في التحصيل الدراسي وعدم القدرة على التركيز.
- الثأثة والتلعثم في الكلام.
- التبول اللاإرادي.
- قضم الأظافر.
- العنف والعدوانية.
- الصراخ والكلام بصوت عال.
- الخشونة في اللعب والتسلط والتمرد.
- الميل إلى العزلة.