موضوع العدد

الدعم النفسي الاجتماعي للأطفال في ظل الكوارث والأزمات والحروب

أ. د/ سعيد عبد المُعِزّ على موسى

الدعم النفسي الاجتماعي للأطفال في ظل الكوارث والأزمات والحروب

أ. د/ سعيد عبد المُعِزّ على موسى*

مقدمة:

تتناول هذه الدراسة مَنْ يُطلق عليهم الأطفال في ظل الكوارث والأزمات والحروب، وبالتحديد الأطفال الواقعون تحت آثار السيول المدمرة، والأطفال الواقعون تحت آثار الحرب والاحتلال.

عندما يتعرض الأطفال إلى خبرات صادمة تتعدى أحداث الحياة العادية، وتهدد الطفل بشكلٍ كبير - مثل السيول المدمرة، وآثار الحرب والاحتلال - فإن حاجاتهم الأساسية - على الصعيدين: الفيسيولوجي والنفسي - تتأثر بما يؤدي إلى زعزعة النمو المتجانس عنده، وربما يترك أثره عليه مدى الحياة.

والمقصود بالأزمة أو الصدمة هنا أو الكوارث هو الخبرة التي تكون خارج نطاق الخبرة الحياتية العادية أو المألوفة للطفل، بحيث تتضمن تهديدًا حقيقيًا لحياة الأطفال الشخصية، وتحطيمًا للممتلكات وتدميرًا للبيئة المحيطة بالإنسان، مع ما يصاحب ذلك من دمار. ومن الخبرات الصادمة "السيول المُدمِّرة"، والحروب.

وقد يعاني الطفل لدى تعرُّضه لأي شكل من أشكال الصدمة - نتيجة تعرضه للأزمة أو الكارثة - الأذى الجسديَّ أو الضغطَ النفسيّ، وتكون مشاعر الخوف واللاحَوْلَ واليأس هي المشاعر المسيطرة في خبرة الحدَث الصادم.

فأثناء الصدمة وبعدها يعاني الطفل مشاعرَ الذعر، والعجز، والرعب التي تؤدي إلى اضطراب

* أستاذ المناهج وطرق تعليم رياض الأطفال، كلية التربية جامعة حلوان.

عاطفي حاد ومزمن. والمعروف أن ردود الفعل الحادة تظهر لدى الأطفال الذين تواجدوا في مكان الكارثة، أو اختبروا تهديدًا مباشرًا لحياتهم أو حياة مَن يحبون، أو تعرضوا لإصابة جسدية خَطِرة، أو سمعوا صراخًا أو استغاثة ولم يتمكنوا من تقديم المساعدة أو فقدوا الدعم من جانب الكبار أثناء الكارثة وشاهدوا ردود فعل الكبار.

مشكلة الدراسة:

تتحدد مشكلة الدراسة فيما يعانيه الطفل من مشاعر الذعر، والعجز، والرعب التي تؤدي إلى اضطراب عاطفي حادّ ومزمن؛ نتيجة لتعرضه للأزمة أو الكارثة وإلى الأذى الجسدي أو الضغط النفسي بحيث تتضمن تهديدًا حقيقيًا لحياة الطفل.

أهمية الدراسة:

تنطلق أهمية هذه الدراسة من ضرورة التصدي لموضوع الأطفال في ظل الكوارث والأزمات؛ وبالتحديد أطفال مدينة درنة بدولة ليبيا الواقعون تحت آثار السيول المدمرة، وأطفال دولة فلسطين الواقعون تحت آثار الحرب والاحتلال في هذه المرحلة الصعبة من حياة المجتمعات العربية للعديد من الأسباب المهمة، في مقدمتها:

- الخبرات التي يمر بها الطفل في سنواته الأولى وتأثيرها على شخصيته وقدراته.
- الأطفال بحاجة للرعاية والتفهُّم والتعاطف والتقبُّل غير المشروط.
- تُعد صحة الطفل النفسية والجسمية ورعايته من المُقوِّمات الأساسية التي تُمكِّنه مستقبلًا من القيام بدوره في التنمية والإنتاج، وزيادة الدخل القومي ورفع المستوى المعيشي للمجتمع.
- صحة الطفل ورعايته هي إحدى المعايير الرئيسة التي تضعها المنظمات والهيئات الدولية لتحديد درجة الرفاهية الاجتماعية لأي مجتمع.
- سوء الأحوال والظروف الصحية والاجتماعية والثقافية والاقتصادية التي يعيشها هؤلاء الأطفال.
- نحن أمام تحديات خطيرة ربما تصل نتائجها - إن لم نتصدَّر لها من الآن - إلى خسارة أجيال من الأطفال.
- الحاجة إلى إجراء مثل هذا النوع من الدراسات؛ خاصةً في هذا الزمان الذي تعاني فيه الطفولة ويلاتِ الكوارث والأزمات التي مُنيت بها كثير من مجتمعات العالم المعاصر.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى التعرف إلى:

- تحديد آثار الظروف الصعبة والأزمات والكوارث على الأطفال.
- الإشارة إلى الآثار النفسية للظروف الصعبة على الأطفال؛ وذلك بهدف الانتباه إليها والتعامل معها في بدايتها، الأمر الذي يفضي عادةً إلى نتائج أفضل من تركها تتفاقم نحو الأسوأ.
- تقديم بعض المعلومات والطرق والأنشطة التي تساعد على التدخل في ظروف الأزمات والكوارث.
- التخطيط لتقديم الدعم النفسي للأطفال في ظروف الأزمات والكوارث.
- تحديد الأساليب وآليَّات العمل التي يمكن بواسطتها مساعدة الأطفال على تجاوز الأزمات والسيطرة على الوضع الضاغط؛ بهدف الوصول إلى التوازن النفسي وبناء المناعة والقدرات الذاتية عندهم.
- تحديد وسائل الدعم النفسي للأطفال في ظروف الأزمات والكوارث.
- مساعدة الأطفال وتشجيعهم على التخلُّص من همومهم وأوجاعهم من خلال اللعب وممارسة الأنشطة المختلفة.
- زيادة الوعي العام بقضايا ومشكلات الأطفال في ظروف الأزمات والكوارث.
- بذل الجهد في سبيل تخفيف الألم عن هؤلاء الأطفال.
- مساعدة الأطفال على استعادة عافيتهم النفسية قدر المستطاع.
- تقديم مجموعة من التوصيات والمقترحات تُسهم في ارتقاء واقع الأطفال في ظروف الأزمات والكوارث، داخل المؤسسات التعليمية والمجتمعية.

تساؤلات الدراسة:

- ما آثار الأزمات والكوارث والحروب على الأطفال؟
- ما أهم وسائل الدعم النفسي للأطفال الناجين من الكارثة؟

مصطلحات الدراسة:

المشكلة: تكمن المشكلة في وجود الاختلاف بين ما نرغب به وبين الواقع، أو هي أمر يسير بطريقة غير معتادة أو بشكل لا نألفه، والمشكلة لا تتحول إلى أزمة طالما قابلة للحل.

الأزمة: الأزمة هي مُكمِّلة للمشكلة حيث إنه عند وجود مشكلة معينة ولا نستطيع حلها أو التعامل معها من خلال حلول موجودة ويتم تنفيذها بالتالي، تغدو هذه المشكلة أزمة.

فالأزمة تُعدُّ حالة غير عادية حيث أنها تخرج عن السيطرة، وتؤدي الأزمة إلى هبوط وتوقف حركة العمل، فهي بالنسبة إلى الدولة والأفراد تعمل على تهديد الأهداف المراد تحقيقها.

الكارثة: الكارثة هي المصيبة التي ينتج عنها خسائر مادية وبشرية ضخمة، والكارثة ليس لها مقدمات بالإضافة إلى أنه لا يمكن توقعها خلال فترة قصيرة، وتكون على نطاق واسع.

ويمكن أن يتم الحد من تأثير الكوارث عن طريق اعتماد استراتيجيات مناسبة للتخفيف من تأثيرها، وممكن أن يكون عن طريق وضع خطط ليتم الإنذار المبكر للحد من الكوارث (عبد الله، 2014، 242)، (الكعبي، 2017، -266 267).

الدعم النفسي الاجتماعي: هو منهج في علاج ضحايا الكوارث أو النكبات أو العنف لدعم مرونة المجتمعات والأفراد، ويهدف هذا المنهج إلى تسهيل عملية استئناف الحياة الطبيعية، وتيسير مشاركة الأشخاص المصابين فترة نقاهتهم والوقاية من الآثار المَرَضيَّة للمواقف المرضية المحتملة.

وهو مساعدة الأطفال والأُسَر والمجتمعات المحلية في تحسين صحتهم النفسية والاجتماعية، وتشجيع اتصالات أفضل بين الناس، وبناء شعور أفضل بالذات وبالمجتمع يعبر عنه من خلال الاعتناء والاحترام في العلاقات التي تنقل التفاهم والتسامح والقبول، وتعزيز الدعم والرعاية اليومية الملائمة ضمن الأسرة والمجتمع (الغويلي، 2023، 1088 - 1089).

وهو المساندة والمساعدة التي يحصل عليها الأفراد من داخلهم وممَّن حولهم.

ولقد قام الباحث بتعريف الدعم النفسي التربوي بأنه حصول الأطفال على المساندة والمساعدة سواء أكانت مادية أم معنوية، ذاتية أم خارجية.

الإطار النظري للدراسة والدراسات السابقة:

تمهيد:

تتعرض المجتمعات العربية لأزمات وكوارث عدة سواء أكانت بشرية أم طبيعية، وما تتعرض له دولة فلسطين اليوم من حرب وعدوان ظالم، وما تعرضت له دولة ليبيا - مدينة درنة - من سيول مُدمِّرة تركت آثارها المختلفة على مناحي الحياة كافة.

إن الضغوط النفسية والأحداث الصعبة ظاهرة بارزة في الحياة الإنسانية، يعايشها الإنسان في أوقات ومواقف مختلفة، وهو لا يستطيع أن يبقى بمنأى عن الأحداث الضاغطة طالما أنه يسعى إلى تحقيق أهدافه في الحياة عبر شبكة من التفاعل مع الآخرين في المجتمع، حيث يجابه في طريقه العديد من العقبات والصعوبات.

فالإنسان لا يستطيع أن يبقى بمنأى عن الأحداث الضاغطة والخبرات الصادمة أو أن يهرب منها؛ لأن ذلك يعني نقص فعَّاليته وقصور كفايته، ومن ثَمَّ الإخفاق في الحياة؛ وبالتالي فإن عمل الإنسان يفترض أن يتجه نحو تجنُّب التعرض للظروف الضاغطة وأن يسعى إلى إعادة التوافق مع البيئة.

وتشمل الأحداث الضاغطة والخبرات الصادمة وفق التصنيفات العالمية على الأحداث والخبرات التالية:

- الحروب بأشكالها كافة.
- الاعتداء الجسدي على الشخص والذي يشمل: الضرب والتعذيب والأَسْر نتيجة الحرب وأسر المدنيين في معسكرات الاعتقال.
- الكوارث الطبيعية كالسيول المدمرة، والبراكين والزلازل.
- حوادث السيارات الشديدة.
- تشخيص مرض خطير مُهدِّد للحياة.
- الخبرات الجنسية عند الأطفال غير المتناسبة مع مستوى نضجهم؛ خبرات صادمة جنسيًا.

إن المجتمعات التي اعتمد الهرم القيادي فيها على فرَق خاصة في التعامل مع الأزمات، كانت أصلَب عودًا وأكثر قدرةً على المطاوعة والاستمرار من قريناتها التي انتهجت أسلوبًا مغايرًا، تمثل بالتصدي المُرتجَل والتعامل بطرق غير مدروسة سلفًا مع بؤر الصراع والتوتر؛ ما أدى بالنتيجة إلى ضعفها وتفكُّكها.

ويُعدُّ الأطفال الأكثر تأثرًا بالصورة التي يشاهدونها؛ وذلك لعدم قدرتهم على التعبير عن معاناتهم تجاه ما يواجهونه من أعمال عنف وأصوات ومشاهد حرمان.

فالتجارب التي يمرُّ بها الطفل خلال فترة نُموِّه، تترك الأثر الكبير على الطبيعة التي سيكون عليها عند الرشد. حيث أن تحقيق نمو متوازن في شخصية الطفل يتطلب أن يعيش ضمن عائلة تؤمِّن جميع حاجاته الفسيولوجية الأساسية، محاطًا ببيئةٍ ملؤها الحب والمرح والنظام والاتساق.

وتُعد المساندة النفسية مصدرًا من مصادر الأمن النفسي الذي يحتاجه الإنسان في عالمه الذي يعيش فيه، حينما يشعر بالأخطار تحدِّق من حوله وأنه قد استنفد كل ما عليه من جهد (أبو دف، 2011، 48).

وما من شَكٍّ في أن الدعم النفسي المبكر والملائم يساعد الناس في التغلب على الأزمات والمشاكل بشكل أفضل، ويساعدهم على اتخاذ القرارات السليمة والملائمة.

تنوعت أهداف الدراسات السابقة التي تناولت الدعم النفسي للأطفال، كدراسة محمود خليل صالح أبو دف (2011) التي هدفت إلى الكشف عن ملامح منهاج الدعم النفسي في القرآن الكريم، من خلال الوقوف على الآيات الكريمة ذات العلاقة المباشرة في الموضوع؛ ودراسة زردة حسن شبيطة وكوثر عبد الرازق (2016) التي هدفت إلى التعرُّف إلى أشكال الإساءة التي تُمارَس من قِبل قوات الاحتلال الإسرائيلي على الطفل الفلسطيني، ودور الممارسة العامة في التخفيف من المشكلات الاجتماعية التي يعاني منها الطفل في فلسطين من جرَّاء الاحتلال الإسرائيلي؛ ودراسة سهام مطشر الكعبي (2017) التي هدفت إلى التعرف إلى مفهوم الأزمات النفسية الناجمة عن الكوارث والأزمات، والدعم النفسي في الأدبيات النفسية، وأساسيات برامج الدعم النفسي وسُبُل التنفيذ؛ ودراسة علي جبلاق وكندا محمد كمال أبو دان (2017) التي هدفت إلى استكشاف دور التعلم التنظيمي في دعم وتعزيز التمكين النفسي في المدارس الثانوية الخاصة في مدينة حلب؛ ودراسة كريم منصور محمد عسران (2018) التي هدفت إلى التحقق من مدى فعَّالية برنامج الدراسة القائم على الدعم النفسي الإيجابي في تحسين التمكين النفسي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية، وأثر تنمية التمكين النفسي لدى الأمهات في تحسين السلوك التكيُّفي لدى أطفالهن ذوي الإعاقة الفكرية؛ ودراسة ياسر محمد عزب (2019) التي هدفت إلى الوقوف على حجم المعاناة الناتجة عن ويلات الحرب في المجتمع الليبي، والتي أدت إلى إصابة أفراد المجتمع بالاضطرابات النفسية، وتوجيه الاهتمام إلى ضرورة تقديم المساعدة والرعاية النفسية للأفراد الذين يعانون اضطراباتِ ما بعد الحرب، وذلك بتزويدهم بآليَّات التعايش النفسي لمساعدتهم على التعافي وتحقيق المزيد من الصحة والرفاهة؛ ودراسة علي سالم وسيد أحمد محمد الوكيل (2020) التي هدفت إلى التعرف إلى الآثار النفسية والاجتماعية الناتجة عن الحوادث الإرهابية والنزاعات المسلحة، وتحديد أهم برامج الدعم والتأهيل النفسي التي يحتاجها الضحايا؛ ودراسة أنسام بنت حامد بن زكريا وطالب حماد خليل أبو شعر (2022) التي هدفت إلى الكشف عن

المنهج النَّبَويّ في تحقيق الدعم النفسي في المجال الأسري والاجتماعي، من خلال الوقوف على الأحاديث النبوية واستنباط الدلالات النفسية والتربوية منها؛ ودراسة محمد البدوي وزينب الطاهر (2023) التي هدفت إلى التعرف إلى المشكلات الاجتماعية والنفسية لدى الأطفال بعد الاعتداء عليهم، والبرامج المقدمة التي تسهم في حل تلك المشكلات؛ ودراسة نهلة سيد علي (2023) التي هدفت إلى التعرف إلى فاعلية استخدام العلاج بالفن في التخفيف من الحالة المرضية والنفسية لدى أطفال مستشفى 57357 للسرطان.

واختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في أهدافها، حيث هدفت إلى تحديد آثار الظروف الصعبة والأزمات والكوارث على الأطفال، والإشارة إلى الآثار النفسية للظروف الصعبة على الأطفال، وذلك بهدف الانتباه إليها والتعامل معها في بدايتها؛ الأمر الذي يفضي عادةً إلى نتائج أفضل من تركها تتفاقم نحو الأسوأ، وتقديم بعض المعلومات والطرق والأنشطة التي تساعد على التدخل في ظروف الأزمات والكوارث، والتخطيط لتقديم الدعم النفسي للأطفال في ظروف الأزمات والكوارث، وتحديد الأساليب وآليَّات العمل التي يمكن بواسطتها مساعدة الأطفال على تجاوز الأزمات والسيطرة على الوضع الضاغط؛ بهدف الوصول إلى التوازن النفسي وبناء المناعة والقدرات الذاتيَّة عندهم، وتحديد وسائل الدعم النفسي للأطفال في ظروف الأزمات والكوارث.

وتكمُن أهمية الدراسات السابقة في أنها أفادت الدراسة الحالية في توضيح بعض المفاهيم الأساسية المرتبطة بالدراسة؛ مما كان له دور جيد في إثراء الإطار النظري للدراسة الحالية.

أنواع الأزمات:

- **الأزمة من الناحية الاجتماعية**: خلل وعدم توازن في عناصر النظام الاجتماعي يظهر في وجود حالات من التوتر والقلق والشعور بالعجز لدى الأفراد، وعدم القدرة على إقامة علاقات إنسانية واجتماعية.
- **الأزمة من الناحية الإدارية والتنظيمية**: نوع من التوتر والحيرة لدى المسئولين داخل المؤسسة، حيث يظهر هذا الخلل في الجوانب الإدارية وأداء العاملين وكيان المؤسسة ككل، كما أنها تؤثر على علاقة المؤسسة بالجمهور.
- **الأزمة من الناحية الأقتصادية**: الخلل في النواحي المالية والاقتصادية للمؤسسة.

- **الأزمة من الناحية السياسية والقومية**: ترتبط بما يحدث بين الدول وأجهزة صنع القرار القومي، وتتعلق بمظاهر الصراع الدولي والنزاع بين الحكومات والدول، وترتبط أيضًا بعنصر التهديد للمصالح الدولية والأمن القومي للدول.
- **الأزمة والإعلام**: موقف وسائل الإعلام السلبي من الدولة والأزمة عند حدوثها.
- **الأزمة** يخلُفها خسائر وأضرار عديدة لعلَّ أكثرها خطورةً يتمثل في اهتزاز الصورة الذهنية للدولة عند الجمهور (الكعبي، 2017، 267).

خصائص الأزمة:

- الأزمة تؤثر تأثيرًا سلبيًا على الكيان الإداري والمالي للمؤسسات.
- تعمل على نشر حالة من عدم الاستقرار.
- تصيب الأزمة متخذ القرار بفقدان الثقة وبالتالي يؤدي إلى تصعيد حالة الخوف الذاتي عنده، ويُصاب بالشك والحيرة لدرجة أنها تصل إلى الشلل التام بالإضافة إلى الشعور بعدم الانتماء.
- عدم قدرة الكيان الإداري على اتخاذ موقف مواجه للأزمة وسرعة في اتخاذ القرار؛ وبالتالي لن يستطيع أن يتحمل الموقف الأزْمَويّ لفترة طويلة من الزمن.

خصائص الكارثة:

* الكارثة تمثل نقطة تحول جوهرية في الأحداث التي تكون متتابعة ومتسارعة.
* تسبب صدمةً وتوترًا عاليًا في فعَّاليات المجتمع بالإضافة إلى السُّلطات.
* تحتوي الكارثة على نسبة ضغط نفسي مرتفع ونقص في المعلومات؛ مما يؤدي إلى خلق تشكُّك في قدرة المجتمعات والجهات الرسمية لإيجاد بدائل مطروحة.
* إن القدرة على احتواء الكارثة يقتضي تغييرًا فعالًا وأن يكون تغييرًا جذريًا ويكون مستمرًا ومتجددًا في أساليب وأدوات جمع البيانات (عبد الله، 2014، 242).

المبادئ الأساسية لمواجهة الأزمات والكوارث:

- تحديد الهدف.
- حشد القوى وتنظيمها.
- السيطرة المستمرة على الأحداث.

- اتباع الأساليب غير المباشرة.
- ترتيب الأسبقيات.
- حرية الحركة وسرعة المبادأة.
- المواجهة السريعة.

القدرات الذهنية للطفل والتعبير الكلامي:

إذا ما أخذنا بعين الاعتبار أن الطفل لا يملك القدرات الذهنية الكافية التي تسمح له أن يستوعب الخبرات الصادمة. يُضاف إلى ذلك عدم قدرته على التعبير الكلامي عن معاناته، ربما نستطيع أن نفهم مدى خصوصية ما يعتريه من اضطراب في المشاعر والسلوك.

الصدمة/ الكارثة وظهور الاضطرابات:

الصدمات والكوارث تؤدي عادةً إلى ظهور اضطرابات على ثلاثة أنواع (الكعبي، 2017، 271):

* اضطراب ما بعد الصدمة.
* اضطراب الضغط الحاد.
* اضطراب التكيُّف.

واضطراب ما بعد الصدمة ليس الاضطراب الوحيد الذي يعانيه الطفل أثر الصدمة، بل هناك مشاكل أخرى من المحتمل ظهورها بعد الصدمة، مثل: القلق، اليأس، نوبات الغضب المفاجئ، محاولات الانتحار، فقدان الشعور بالأمل، الشعور بالذنب، المشاكل الدراسية، مشاكل الذاكرة ونقص في الانتباه والتركيز، والمشاكل في العلاقات مع الآخرين، كالتعلُّق بأحد الوالدين أو كليهما، أو مَن يقوم مقامهما بالنسبة إلى الطفل. إضافة إلى شكل من أشكال النكوص.

آثار الظروف الصعبة/ الكارثة على الأطفال (البار، 21 ،2013):

* آثار مادية.
* آثار نفسية.
* آثار اجتماعية.
* آثار صحية.

* آثار مرتبطة بالتعليم والتعلُّم.

ويتم توضيح تلك العناصر في النقاط التالية:

1 - عدم تلبية الاحتياجات المادية:

وتتمثل في النقص في الطعام والاحتياجات الأساسية الأخرى كسوء التغذية الذي يحرم الطفل من الطاقة الكافية لِلَّعب والتعلُّم.

2 - النقص في الحنان والأمان: من جانب الكبار الذين يعيشون حال القلق بسبب أوضاعهم الناتجة عن الكوارث والأزمات.

3 - تغيُّر مجرى الحياة العادية: عندما تُجبر العائلة على الانتقال من منطقتها، وتتعرض القيَم الأخلاقية والتقاليد الاجتماعية للانقطاع.

4 - إعاقة عملية التعلُّم، وانعدام التجارب والخبرات الجديدة.

5 - عدم توافق المسؤوليات مع العمر: حيث يضطر الأطفال إلى تحمُّل مسؤوليات كبيرة عند حدوث الكارثة وبعدها.

6 - النقص في الثناء والتقدير من جانب الكبار في ظل الظروف الصعبة والكوارث والأزمات.

7 - العيش في محيط يتسم بدرجة عالية ومستمرة من الضغط - مثال العيش في مناطق منكوبة نتيجةً لحدوث كارثة مثل السيول المدمرة - له مضارٌّ كبيرة على:

- دماغ الطفل تكوينيًا ووظيفيًا، وبالتالي على عملية التعليم والتعلُّم لدى الطفل.
- صحة الطفل الجسدية، ويتجلى ذلك في ظهور أمراض الحساسية والالتهابات، وحدوث اضطرابات في النوم والأكل، والتبوُّل اللاإرادي، والصداع وآلام المعدة.
- صحة الطفل النفسية، ويتجلى ذلك في معاناة الطفل من الكوابيس، التدهور السلوكي، الاكتئاب، العدوانية، الخوف، القلق، التوتر، .....).
- قد يفقد الطفل بعض التوازن في حركة العضلات فتتشنَّج كثيرًا وترتخي.
- قد تزداد ملامسة الطفل لأعضائه الجنسية حيث يجد تهدئة آنيَّة في ذلك.
- حدوث إمساك أو حصر بَوْل من جهة، وإما إسهال، وعدم القدرة على التحكُّم بالتبوُّل.
- النكوص أو التراجع، وذلك بالعودة إلى سلوكيات طفولية غير ملائمة للمرحلة العمرية، مثل مَصِّ الأصابع، الزحف، التبول اللاإرادي.
- فقدان الشهية من جهة أو الإفراط في الأكل من جهة أخرى، مع الإكثار من تناول الأغذية

الحلوة مثل الشوكولا والبسكويت.

- آلام جسدية بالبطن والرأس والأطراف.
- التعلُّق وصعوبة الانفصال، بالأم أو الأهل، والأغراض الشخصية مثل لعبة.

التخطيط لتقديم الدعم النفسي للأطفال الناجين من الكارثة:

إن الدعم النفسي الاجتماعي يساعد الأطفال على التكيُّف والتأقلم والتعامل مع ظروف الحياة الصعبة بالطريقة الملائمة لنُموِّهم النفسي الاجتماعي.

وعلينا أن نأخذ بعين الاعتبار عند تصميم برامج الدعم النفسي الاجتماعي للأطفال، التركيز على أهمية تناول الاحتياجات النفسية والاجتماعية إلى جانب القضايا الأساسية من تأمين الطعام والمأوى والرعاية الصحية.

وهناك العديد من الأساليب وآليَّات العمل التي يمكن بواسطتها مساعدة الأطفال على تجاوز الأزمات والسيطرة على الوضع الضاغط؛ بهدف الوصول إلى التوازن النفسي وبناء المناعة والقدرات الذاتية عندهم.

وفيما يلي أهم وسائل الدعم النفسي للأطفال الناجين من الكارثة:

- العلاج باللعب: اللعب بأنواعه؛ الدرامي، البنائي، التشكيلي، اللعب بالرمل والماء، اللعب بالدُّمَى، ..... حيث أن الطفل يصعب أن يتطور وينمو بدون اللعب، وهذا أمر بديهي.

اللعب يساعد الطفل على: التعبير عن الذات، التعلُّم المباشر وغير المباشر، التنفيس الانفعالي، التطهير الانفعالي، التسامي، تحسين العلاقات، التعاطف،

- العلاج بالتعبير والتواصل، والعصف الذهني.
- العلاج بالقصص.
- العلاج بالموسيقى والرقص.
- العلاج بالرسم والتلوين.
- العلاج بالاسترخاء.
- تخفيف الضغوط على الأهل.
- تطوير تفهُّم الأهل لأبنائهم.
- تقوية الجماعة حتى توفِّر الدعم في تطوُّر الأطفال.

- توفير فرص النمو السليم في المجالات الاجتماعية والصحية والفكرية والعاطفية والأخلاقية في الظروف الصعبة.
- تطوير قدرة الطفل على التكيُّف مع الظروف الصعبة والضاغطة.
- تلبية حاجة الطفل إلى الشعور بالأمان والسلامة (مع الوالدين - في حالة وفاة أحدهما).
- تلبية حاجة الطفل إلى فهم ما يجري حوله. عدم فهم الطفل لما حصل وانعدام معلوماته عن الحدث، هو أحد العوامل الأساسية التي تُسهم في زيادة الخوف وتكريس آثار الحدث الصادم عند الطفل.
- تلبية حاجة الطفل للتعبير عن مشاعره. الخطوة الأولى من خطوات التدخل السريع في أوقات الأزمات والكوارث. لا يوجد في المشاعر صح أو خطأ في هذا الموضوع، فعلينا تقبُّل مشاعر الطفل كما هي.

أضف إلى ما سبق:

التخطيط للبرامج الداعمة للأطفال نفسيًا واجتماعيًا في ضوء "هرم ماسلو للحاجات الإنسانية" (الحاجات المادية اللازمة للبقاء - الأمان والاستقرار - الحب والانتماء - احترام الذات - تحقيق الذات/ التطوُّر الشخصي).

التوصيات:

- توفير الاحتياجات النفسية والاجتماعية للأطفال إلى جانب القضايا الأساسية من تأمين الطعام والمأوى والرعاية الصحية.
- توفير الأساليب وآليَّات العمل التي يمكن بواسطتها مساعدة الأطفال على تجاوز الأزمات.
- تدريب المعلمين والإخصائيِّين على مهارات الدعم النفسي للأطفال؛ وخاصةً في المناطق المنكوبة التي تعرضت للسيول المُدمِّرة.
- الاهتمام بتصميم برامج الدعم النفسي الاجتماعي للأطفال، وتدريب المعلمين والإخصائيِّين على استخدامها.
- استخدام الأنشطة التعليمية والخبرات المباشرة في الدعم النفسي للأطفال.
- توفير وسائل الدعم النفسي للأطفال الناجين من الكارثة، مثل العلاج باللعب، والعلاج بالقصص.

- إشراك الأسرة لا سيَّما الأمهات في برامج الدعم النفسي للأطفال.
- الاستعانة بخبرات الدول المتقدمة في دعم وتشجيع نشر مفاهيم ومهارات الدعم النفسي للأطفال.
- الاهتمام بالرعاية النفسية والجسدية للأطفال ونشر مفاهيم ومهارات الدعم النفسي لدى الأطفال وأُسَرهم.

المراجع:

- أبو دف، محمود خليل. (2011). منهاج الدعم النفسي في القرآن الكريم وكيفية الاستفادة منه في الواقع الفلسطيني المعاصر. مجلة الجامعة الإسلامية للبحوث الإنسانية، يونيه، مج19، ع2، ص47 - 90.
- البار، أحمد بن عبد الرحمن. (2013). الدعم النفسي والاجتماعي لما بعد الأزمة. المؤتمر السعودي الدولي الأول لإدارة الأزمات والكوارث، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض، ذو القعدة/ سبتمبر، ج1، ص18 - 31.
- بركات، ماهر. (2017). تعزيز الدعم النفسي للأطفال من خلال نشر قيَم المحبة والتسامح. مجلة نهج الإسلام، وزارة الأوقاف، مج38، ع145، ص64 - 68.
- بنت حامد، أنسام، حماد، وطالب. (2022). الدعم النفسي الأسري والاجتماعي في ضوء السُّنة النبوية. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات الإسلامية، الجامعة الإسلامية بغزة، مج30، ع4، ص113 - 142.
- جبلاق، علي، أبو دان، وكند محمد. (2017). دور التعلم التنظيمي في دعم التمكين النفسي: دراسة تطبيقية على المدارس الثانوية الخاصة في مدينة حلب. مجلة جامعة القدس المفتوحة للبحوث الإدارية والاقتصادية، كانون الثاني، مج2، ع7، ص215 - 226.
- سالم، علي، أحمد، وسيد. (2020). الدعم والتأهيل النفسي لضحايا الإرهاب والنزاعات المسلحة. دراسة تحليلية. مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ديسمبر، س33، ع127، ص127 - 157.
- السعدي، سحر. (2018). دعم الأطفال السوريين اللاجئين من خلال الإرشاد النفسي في الأردن ومشكلات الدعم من وجهة نظر مديري ومعلمي المدارس. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، 37(180)، ج2، ص207 - 242.
- السيد، نهلة (2023). تأثير العلاج بالفن على أطفال مستشفى 57357 لتحقيق الدعم الفني والنفسي. مجلة التصميم الدولية، الجمعية العلمية للمصممين، يناير، مج13، ع1، ص295 - 305.
- شبيطة، زردة حسن، عبد الرازق، وكوثر. (2016). دراسة للمشكلات الاجتماعية للأطفال المُسَاء إليهم من الاحتلال الإسرائيلي في المجتمع الفلسطيني: دراسة تحليلية من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية. مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للإخصائيين الاجتماعيين، يناير، ع55، ص 15 - 44.
- شقيب، مصطفى. (2012). دليل الدعم النفسي في الكوارث. سلسلة الكتاب الإلكتروني، إصدار شبكة العلوم النفسية، العدد 26/ 2012.
- الصافي، محمد البدوي، هارون، وزينب الطاهر. (2023). الدور النفسي والاجتماعي للإخصائي الاجتماعي تجاه الأطفال بوحدات حماية الأسرة والطفل: نموذج لحل المشكلات الاجتماعية للأطفال: دراسة حالة وحدات حماية

الأسرة والطفل بولاية الخرطوم 2021 - 2022م. مجلة القلزم العلمية، مركز بحوث ودراسات دول حوض البحر الأحمر، مارس، ع30، ص29 - 56.

- عبد الوهاب، السيد السعيد. (2006). استراتيجيات إدارة الأزمات والكوارث دور العلاقات العامة. دار العلوم للنشر والتوزيع، القاهرة.
- عبد الله، محمد قاسم. (2014). الدعم النفسي في حالة الصدمات النفسية لدى الأطفال. مجلة المعرفة، وزارة الثقافة، س53، ع610، ص241 - 252.
- عزب، ياسر محمد. (2019). آليَّات التعايش النفسي مع اضطرابات ما بعد الحرب. مجلة القلعة، جامعة المرقب، كلية الآداب والعلوم بمسلاته، سبتمبر، ع12، ص679 - 710.
- عسران، كريم. (2018). فعَّالية برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي في تحسين التمكين النفسي لدى الأمهات وأثره على السلوك التكيفي لدى أطفالهن ذوي الإعاقة الفكرية. مجلة التربية الخاصة، جامعة الزقازيق، كلية علوم الإعاقة والتأهيل، أكتوبر، ع25، ص137 - 239.
- الغويلي، نجوى سالم. (2023). الرعاية الاجتماعية والدعم الاجتماعي والتربية الإيجابية للطفل. مجلة التربوي، جامعة المرقب، كلية التربية بالخمس، يوليو، ع23، ص1086 - 1098.
- الكعبي، سهام مطشر. (2017). برامج الدعم النفسي في الكوارث والأزمات ضرورة مجتمعية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، ع133، ص258 - 293.
- منظمة الصحة العالمية. (2012). الإسعافات النفسية الأوَّلية. دليل العاملين، ط5، منظمة الصحة العالمية، جنيف.