

دليل إرشادي للتعامل مع الأطفال في أوقات الحروب

في الحروب والصراعات يكون الضرر النفسي الواقع على الأطفال عميقًا جدًا وقد يجد الأهل صعوبة في التعامل مع الأطفال في مثل هذه الظروف.

وتؤكد الدراسات أن الأطفال هم الفئة العمرية الأكثر عرضة للإصابة بصدمات نفسية من مَشاهد الحروب لأنهم لا يزالون في مرحلة التطور العاطفي والجسدي والسلوكي، وقد يؤدي تعرضهم للتوتر الشديد والخوف إلى التأثير على التطور الطبيعي للدماغ والذي يؤثر بدوره على صحة الطفل النفسية والجسدية.

يُقدّم الأخصائيون النفسيون بعض النصائح للآباء والأقارب حول كيفية التعامل مع الأطفال في أوقات القصف والغارات الجوية، نذكر منها:

1. تَجَمُّع العائلة معًا في غرفة واحدة: لكي يشعُر الطفل بأنه مُحاطٌ بجوٍّ من الحُبِّ والأمان.
2. التَّخْفِيفُ من الحديث عن الحرب: يجب أن يحاول الأهل قَدْرَ المُستطاع تَجَنُّبَ الحديث عن الحرب والدمار والقصف والموت أمام الطفل، ويُفَضَّلُ مُمازِحَتَهُ والتَّحَدُّثُ معه بأشياء مُسَلِّية.
3. إشغال الطفل بالنشاطات المختلفة: كإشغاله بإعداد الطَّعام أو بالرَّسْم أو بآيَّةِ العَابِ أُخْرَى حتَّى لا يظَلَّ خائفًا طَوَالَ الوقت.
4. صَرْفُ الانتباه: في حال حَدَثَ قَصْفٌ في أثناء السَّير في الشَّارع وكان هناك ضحايا وأَسْلَاءٌ، فإنَّ على الآباء صَرْفَ انتباهِ الطِّفل عن مُشاهدة أيِّ مَشْهَدٍ صادمٍ أو دَمَوِيٍّ.



5. الحِوَار: يجب مُحَاوَرَةُ الطِّفْلِ وَسؤالُهُ عن مشاعِرِهِ وجَعْلِهِ يُعَبِّرُ عنها بالكلام.
6. حكايةُ القِصص: إنَّ قِراءَةَ القِصصِ التَّرفيهِيةِ والمُبهِجَةِ أو حكاياتِها للطفْلِ يُسَلِّيه وَيَصْرِفُ عنه مشاعِرَ الخوفِ والدُّعُر.
7. احتضانُ الطِّفل: فالاحتضانُ يَمْنَحُ الطِّفْلَ شعورًا بالأمان وَيَعزِّزُ ثِقَتَهُ بِنَفْسِهِ.

Lessico	معجم
guida	دليل إرشادي
conflitti	صراعات
danno psicologico	ضرر نفسي
inflitto ai bambini	واقَعُ على الأطفال
fascia di età	فئةٌ عُمريَّة
più vulnerabile a	الأكثرُ عُرضَةً للإصابةِ بـ
trauma psicologico	صدمةٌ نفسيَّة
fase	مرحلة
sviluppo	تَطوُّر
bombardamento	قصف
attacco aereo	غارةٌ جويَّة
circondato	مُحاط
ridurre	تخفيفٌ = تقليل
il più possibile	قَدْرَ المُستطاع
evitare	تَجَنَّب
distruzione	دمار
scherzare con	مازح/ يُمَازح/ مُمازِحَة
divertente	مُسَلِّ = ترفيهِ
tenere occupato, impegnato	إشغال
distrarre l'attenzione	صَرَفُ الانتباه
parti del corpo	أشلاء

scioccante	صَادِمٌ
sanguinoso	دَمَوِيٌّ
allegro	مُبْهَجٌ
intrattenere	سَلَّى / يُسَلِّي
allontanare	صَرَفَ / يَصْرِفُ
panico	دُعْرٌ
rafforzare	عَزَّزَ / يُعَزِّزُ
autostima, fiducia in sé stessi	الثِّقَّةُ بِالنَّفْسِ

التَّدرِيات

التَّدرِيبُ الأوَّلُ: أسئلةُ الفهم

1. لماذا الأطفال أكثر عُرضَةً من غيرهم للإصابة بصدمةٍ نفسيَّةٍ من مَشاهدِ الحرب؟
2. ماذا على الآباء أن يفعلوا مع أطفالهم أمام مشهدٍ صادمٍ أو دمويٍّ؟
3. ما فائدة احتضان الطِّفل في أوقات الحرب؟

التَّدرِيبُ الثَّانِي: أنشطة شَفَوِيَّةٌ

1. استعملوا التَّراكيب التَّالية في صياغة جُمَلٍ مُفيدة:
توكُّدُ الدَّرَاسَات - قَدْرُ المُستطاع - أكثرُ عُرضَةً (أو: أقلُّ عُرضَةً)
2. تحدَّثوا عن موقفٍ تعرَّضتم فيه لخوفٍ شديدٍ وكيف تعاملتم مع الأمر.
3. هل لديكم نصائحٌ أخرى تقدِّمونها للأهل حول كيفية التَّعامل مع الأطفال في أوقات الحرب؟

التَّدرِيبُ الثَّالِثُ: ألفوا جملةً باستخدام (بدورٍ + ضمير متَّصل) على نمط المثل التَّالي

سَلَّمَ عَلِيٌّ بِرُودٍ، وَأَنَا بِدَوْرِي رَدَدْتُ عَلَيْهِ بِرُودٍ.

.....

التدريب الرابع: ما مُفرد الكلمات التالية؟

.....	مَشَاهِدٌ
.....	أَقَارِبٌ
.....	ضَحَايَا
.....	أَشْلَاءٌ
.....	قِصَصٌ
.....	نِصَائِحٌ

التدريب الخامس: صَعُوا حرف الجر المناسب

- أ. الطفل هو الصَّحِيَّةُ الأولى والحلقة الأضعف مجتمعاتٍ تمرُّ صراعاتٍ ونِزاعاتٍ مُسَلَّحَةً.
ب. لا بُدَّ حماية الطفل وتقديم الدعم النَّفْسِيِّ والعاطفيِّ له.
ت. أدَّت الحروب مناطقٍ عديدةٍ العالم آثارٍ كارثيةٍ المؤسسات التعليمية.
ث. سَبَبِ الخوفِ يمنعُ الأهلُ أبناءَهُم الذَّهابِ المدارس.
ج. إنَّ تجنيد الأطفال الحروب يُثيرُ قلقَ وخوفَ العديد المنظمات الدوليَّة.

التدريب السادس: صلوا كل كلمة في العمود الأول بِضِدِّها في العمود الثاني

الأقوى	خوفٌ
مُحزِنٌ	تَجَمُّعٌ
أَضْعَفُ	الأضعف
أَمَانٌ	يمنعُ
يَسْمَحُ	مُبْهَجٌ
لَطِيفٌ	عَرَزٌ
تَفَرُّقٌ	عَنِيفٌ

التدريب السابع: استخرجوا من النص ما يلي

1. خبراً لـ "كان" من المقطع الأول:
2. الصفات من المقطع الثالث:
3. مفعولاً به من التعداد رقم (6):

التدريب الثامن: اختاروا الكلمة الصحيحة واملؤوا بها الفراغ

- صدمة الحرب تترك نفسيًا عميقًا
أ. جُرْحُ
ب. جُرْحًا
ت. جُرِحَ
- لقد نشأ اليومَ لا يعرفُ سوى الحرب
أ. جيلًا
ب. جيلِ
ت. جيلُ
- تُدمِّرُ الحربُ والأسرَ
أ. المُجْتَمَعَاتِ
ب. المُجْتَمَعَاتُ
ت. المُجْتَمَعَاتَ

التدريب التاسع: قلبوا حروف كلمة "حَرْب" وانظروا كم كلمة جديدة يمكن أن تُكوّنوا

حَرْب



التدريب العاشر: حوّلوا الفعل الماضي إلى فعل مضارع في الجمل الآتية

- أ. خاف الأطفال من أصوات القصف. -
- ب. احتضنت الأم طفلها أثناء القصف. -
- ت. حكّت الجدّة حكايةً مُسليةً لأحفادها. -
- ث. نام الأطفال جائعين. -
- ج. منَعَ الأهل أطفالهم من مشاهدة أخبار الحرب. -
- ح. أحاط الأهل أبناءهم بالرعاية والاهتمام. -

التدريب الحادي عشر: املؤوا الفراغات بأداة الاستفهام المناسبة مستفيدين من المثال

- أ. استيقظ الطفلُ خائفًا. - كيف استيقظَ الطُّفلُ؟
- ب. سببت الحربُ موجةً نُزوحٍ. - سببت الحربُ؟
- ت. نعم، أحبُّ رعايةَ الأطفال. - تُحبُّ رعايةَ الأطفال؟
- ث. مساءً البارحة. - حدت القصفُ؟
- ج. استمرت ست سنواتٍ. - سنةً استمرت الحربُ العالميةُ الثانيةُ؟
- ح. اللونُ الأحمر. - اللونُ الذي يرمزُ إلى الدّم؟

التدريب الثاني عشر: حوّلوا الاسم من مُعرّفٍ بآلٍ إلى مُعرّفٍ بالإضافة كما في المثال

أعملُ في مجالِ الرعاية .	أعملُ في مجالِ الرعاية .
	قَطَعَ المُستوطنون الأشجار .
	كانت الأخبار مُروعةً.
	اجتمعتِ العائلةُ في العُرفة .

التدريب الثالث عشر: دُونُوا فِي الْجَدُولِ التَّالِيِ كَلِمَاتٍ جَدِيدَةً وَتَعْبِيرَاتٍ أَدَبِيَّةً جَمِيلَةً تَرُونَ أَنَّهَا نَمَّتْ
حَصِيلَتِكُمُ اللُّغَوِيَّةَ

كلماتٌ جديدةٌ	تراكيبٌ أو تعبيراتٌ جديدة

التدريب الرابع عشر: للحروب تأثيراتٌ كارثيةٌ على البيئة، اكتبوا موضوعًا عن ذلك

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....