

## المناهج الدقيقة لعلاج الصدمات في المنزل والمدرسة الفيديو الثاني تقرير حقائق الاستجابة للصدمة

### 1- كيف تؤثر الصدمة على التعليم:

إن الأطفال والشباب الذين تعرضوا لصدمة عادة يتبنون سياسة الأولوية لأمانهم الجسدي، والعاطفي، والنفسي. بالإضافة لمروهم بحالات عجز استيعاب الإشارات والتوجهات الاجتماعية وتحديد أو تعريف مشاعرهم بطرق اجتماعية ملائمة. الصدمة قد تحد من قدرات الطفل على:

- إنجاز المهام
- تنظيم واستيعاب واسترجاع المعلومات
- التركيز وعدم التشتت
- التحكم في الانتباه والعواطف والسلوك
- التحول والميل إلى أنشطة ومتطلبات جديدة

### 2- البحث فيما يكمن خلف السلوك:

غالباً ما يلاحظ البالغون السلوك المضطرب والمقلق عند الأطفال والشباب الذين تعرضوا مسبقاً للصدمة أو الضغط النفسي. قد تفتقر ردود الفعل هذه إلى المنطقية أو التناسب مع الموقف. وأخذ دور ومؤشر هذه السلوكيات بعين الاعتبار لهو امر ملح وضروري جداً.

استفهام: ما هو الأمر الذي يحاول الطفل الحصول عليه أو تجنبه؟ ما هي الاحتياجات الخفية بين السطور؟؟ استجابتك تشكل فارقاً!

### 3- نظام الارتباط – ضبط النفس – الكفاءة (ا.ت.ك.) في معالجة تأثير الصدمة \* 1

- الارتباط: بناء علاقة قوية قائمة على الثقة بين الطفل أو الشاب والبالغين القائمين على رعايتهم.
- ضبط النفس: تمييز العواطف وتعلم كيفية التعبير عنها والتعامل معها.
- الكفاءة: العمل على تدعيم مفهوم المرونة لدى الأطفال والشباب عن طريق بناء المهارات لمساعدتهم على التعامل مع الصدمة والتغييرات الناتجة عنها.

### 4- بناء الروابط يمنع المشاكل

عند عرضها مع مهمات وتحولات صعبة، من الممكن ان يستجيب الطفل أو الشاب بسلوك تخريبي أو غير مهذب أو غير مشارك، تاريخ الصدمة الخاص بالطفل قد يتداخل مع قدرته أو قدرتها على تحقيق التوقعات في المنزل والمدرسة، وخلق العقبات في تطور العلاقة وتنميتها.

خلق علاقة قوية مبنية على الثقة والاحترام من شأنه تسهيل القلق والمخاوف، توطيد الإحساس بالأمان وكذلك منع المخاوف الطفيفة من التحول إلى مشاكل خطيرة في السلوك. البالغون بإمكانهم القيام بأفعال بسيطة لبناء الروابط، تقوية العلاقات، ومنع حدوث المشاكل:

- الإقرارات الإيجابية والمحددة.
- اللجوء إلى الاستماع بإنصات ومبادلة الحوار.
- المصادقية في الأقوال والوعود.
- وضع توقعات وعواقب واضحة ومعقولة.
- إبداء الرحمة في تفهم نقاط القوة والعجز لدى الطفل.

### 5- تبني مبدأ ضبط النفس

يتعلم الأطفال التعامل مع تحديات الحياة عن طريق ممارسة مهارة ضبط النفس من خلال تجربة الإخفاقات والنجاحات كذلك . يحتاج الطلاب إلى التوجيه في تعلم كيفية ضبط العواطف والسلوكيات، و الفرص لممارسة ضبط النفس . يستطيع البالغون المساهمة في هذه العملية وتقديم يد العون والدعم في تطوير هذه المهارة مع الوقت:

- اتباع واستخدام الرسائل المعبرة والمؤثرة في الوصول إلى علاقة السبب والنتيجة بين افعالهم وتأثيرها على علاقاتهم مع الاخرين.
- التركيز على مفهوم التناسب والعلاقة التبادلية من أجل بناء علاقات وطيدة.
- المساعدة في تعليم الأطفال والشباب كيفية تحديد مشاعرهم والتحكم في عواطفهم وسلوكياتهم كذلك.
- تدريبهم على استراتيجيات محددة للتعامل أو التأقلم مع الضغط العصبي والاضطرابات الحادة.
- مشاركة الأطفال والشباب في حل مشكلات سلوكياتهم.
- الاستماع إلى أفكارهم وخواطرهم يساعدهم بشكل كبير على الشعور بالقوة والسلطة
- الانتباه والحذر من المحفزات الشخصية الخاصة أثناء المعاملة
- تمكين الأطفال والشباب من تطوير مفهوم المرونة لديهم عن طريق عرض المزيد من الفرص للاختيار، وبناء مهارة اتخاذ القرار أيضاً.

#### 6- آليات التنفيذ:

- البحث عن الاحتياجات الخفية الكامنة خلف السلوك.
  - يجب ان يكون المنهج المتبع واضحاً، متسقاً، يعزز ويشجع الإحساس بالأمان والطمأنينة.
  - التركيز على العلاقات من الأمور الهامة والضرورية.
  - الاستماع بإنصات إلى الطلاب يعزز ويقوي الارتباط بهم.
  - تسمية المشاعر والعواطف بمسمياتها الصحيحة يسهم في فهمها والتحكم بها.
- عندما ينعكس سلوك الطفل في قول: (لن أفعل) ، فإن الطفل أو الطفلة قد يعني بقوله هذا أنه ( لا يستطيع ) .

1\*\* المرجع : بلوستين وكينيبورغ (Blaustein & Kinniburgh)

2\*\* المصادر: [www.ARCframework.org/](http://www.ARCframework.org/) / [www.Childmind.org](http://www.Childmind.org)

- مقاطع الفيديو متاحة على الموقع الإلكتروني: [www.FormedFamiliesForward.org](http://www.FormedFamiliesForward.org).