

فعاليات تحضيرية مقترحة للتعامل مع أحداث مرتقبة

أمجد موسى- أخصائي نفسي
مركز عام لحالات الطوارئ في الوسط العربي

التدخل المناسب والمباشر وقت حدوث حوادث طارئه يساعد في تقليل السلبيات والحد من تفاقم الاضرار بجميع أنواعها.

من المهم , تحضير نظري مسبق , يلائم المجموعات المتضرره مع مراعاة الفروقات المختلفة بينها وذلك للحد من ردود الفعل السلبيه المتوقعة في مثل هذه الحوادث.

فعاليات مقترحة لتحضير الطلاب قبل حدوث حوادث طارئة , من المهم أيضاً مراعاة جيل المشتركين: **الهدف ان يعبر الطالب عن مشاعره, مشاعر الخوف, القلق, الغضب, حيث تعتبر جميعها ردود فعل طبيعية لحوادث غير طبيعية .**

نقدم الى الطلاب قائمة تتضمن جملاً ناقصة. يطلب منهم اكمال هذه الجمل, كتابة
أو رسماً أو شفهي .

عندما أسمع الصفارة من الممكن أن أشعر ب- _____

عندما أسمع الصفارة سأقوم ب- _____

عندما أشاهد الطلاب من حولي سأقوم ب- _____

عندما أخرج الى ساحة المدرسة سأقوم ب- _____

عندما أذهب الى البيت سأقوم ب- _____

ومن ثم, اتاحة المجال أمام الطلاب للتعبير عن توقعاتهم الإيجابية. من المهم تلخيص
ذلك أمام الجميع.

نقدم الى الطلاب قائمة تتضمن جملاً ناقصة. يطلب منهم اكمال هذه الجمل, كتابة
أو رسماً أو شفهي .

بالرغم من _____
يمكننا القيام ب_____

حاليا نشعر صعوبه ب_____
لكن يمكننا القيام ب_____

نهاية يقوم كل طالب بتلخيص التصرفات الممكنة في مثل هذه الحالات ونقاشها أمام الجميع:

تصرفات أرغب بالقيام بها:
1. _____
2. _____
3. _____