

5/8/14

(أعدّ هذا الملف لأولياء الأمور، ومن المفترض أن يرسله طاقم المدرسة إليهم قبل أسبوع من بداية السنة التعليمية)

أولياء الأمور الأعزاء،

تحية وبعد،

سُتفتتح السنة التعليميّة بعد أيام طوال من الترقب والخوف والقلق، مما يحتمّ عليكم أنتم أولياء الأمور، وعلينا نحن الطواقم التربويّة والنفسية، جاهزيّة خاصة وبناء أسس تعامل مع الحالة التي يعيشها ابناؤكم/طلابنا. جاهزيتنا وتعاملنا مع هذه الحالة، يحملان طابعاً تربوياً ونفسياً هاماً يهدف الى إعادة الرتابة والعودة الى مجرى الحياة الطبيعي، سد فجوات التواصل التي نتجت عقب هذه الايام، ومدّ يد العون لأبنائكم في مواجهة تخوفاتهم.

نحن كطواقم تربويّة، نفسية وتعليميّة، نضع نصب أعيننا سلامة طلابنا النفسية كهدف اساسي. لذلك، ستبدأ الأطر التربوية بكافة طواقمها، بمحادثات من قبل المربين مع الطلاب، وذلك بالتشاور مع الطاقم النفسي والاستشاري في المدرسة. لقد تم توجيه المربين للإصغاء للطلاب، دعمهم ورصد صعوبات تكيفهم مع الوضع الراهن، وذلك من خلال فعاليات أُعدّت من أجل أبنائكم بهدف احتواء مشاعرهم، افكارهم واحتياجاتهم النفسية. سيتم ذلك خلال الأسبوع الأول من السنة التعليمية لتتسنى العودة الى رتابة تعليمية اعتيادية، خالية من كل ما يمكن أن يعكّر صفو السيرورة التعليمية.

أنتم، أولياء الأمور، تُعتبرون في نظر أبنائكم القدوة الأهمّ والمثال الحسن. ولهذا، عليكم تعزيز حصانتهم النفسية، وتزويدهم بآليات نفسية، اجتماعية معرزة. هناك عدة مبادئ وتوجيهات يمكنها أن تعزز حصانة أبنائكم وتكيفهم بشكل أفضل:

1. توجد لدى ابنائكم القدرة على التكيف: ثقتم بقدرة ابنائكم على التكيف وحصانتهم النفسية، تزيد من قدرتهم على تجنيد طاقاتهم، والعودة لرتابة (روتين) صحيّة في الحياة اليومية. يحتاج الابناء الى الرتابة، لأنها تمنحهم إحساساً بالأمان والسيطرة.
2. يجب الانتباه لسلوكيات تختلف عن العادة والتي يمكن ان تشير الى قلق او ضائقة يعاني منها الابن، والتوجه للتشاور في مثل هذه الحالات. جدير بالذكر أنه من الطبيعي ان تكون ردود فعل غير اعتيادية في البداية.

3. يتأثر أبنائكم بمشاعركم وحالتكم النفسية، فتنقل اليهم حتى وان لم تحدثوهم عنها بصراحة. كلما صغرت سنهم كان تأثيرهم أكبر. ولذلك، احرصوا على أن تبعثوا الأمل والتفاؤل في نفوسهم. اذا احسستم انكم تواجهون صعوبة في دعمهم، فتوجهوا لطلب المساعدة من الاختصاصيين النفسيين في قسم الخدمات النفسية ومن مستشارة المدرسة.
4. نقل المعلومات: من المهم مشاركة الابناء والحديث معهم حول ما حدث باختصار، بشكل يتلاءم مع جيلهم، تطورهم وقربهم من الحدث. يجب التمييز بين الحقائق والإشاعات، ومنع غمر الأبناء بسيل من المعلومات غير الضرورية.
5. حتى بعد انتهاء الاحداث يجب ضبط الاطلاع على وسائل الاعلام، ويُنصح دائماً بمرافقة ومراقبة محدودة لشبكات التواصل الاجتماعي، لنجتنب الابناء كل ما هو سلبي من الرسائل.

أنتم مدعوون للتوجه للطاقم التربوي في المدرسة، المستشار/ة، قسم الخدمات النفسية او مراكز الدعم الجماهيرية في كل تساؤل او تخبّط.

نتمنى لكم ولنا ولأبنائكم/طلابنا أياماً ملؤها الهدوء والسلام.