



دليل للمرئيين وأولياء الأمور

كيف أتحدث مع طفلي عن اللاجئين؟

هذا الدليل من إصدار فريق عمل يجوب،
يجوب هو أحد مشاريع حجرة ورقة مقص وهي منظمة اجتماعية
أسست من أجل تعميق التواصل بيننا عن طريق اللعب

حجرة
ورقة
مقص
ROCK PAPER SCISSORS



أهلاً بالعائلة الشُّجاعة

عزيزي المرَبِّي،

أن تصل إلى هذا الملف يعني أنك من أولياء الأمور والمربين الذين لديهم اهتمام بتنشئة طفل ذو معرفة عالمية، طفلاً شجاع يعبر عن رأيه في القضايا الكبيرة بغض النظر عن عمره، متعاطف مع من حوله من الأشخاص المختلفين، يشارك الآخرين قصصهم وتحدياتهم، تأكد بأن وجود مثل هذا الطفل الصغير يُحدث فرقاً لمن حوله من الأطفال الآخرين. في ذات الوقت نود منك أن تعطي بعض الاهتمام لراحتك النفسية كمربي، لذلك خذ نفساً عميقاً و أرح عن كاهلك هم النتيجة واستمتع بتفاصيل الطريق. نتمنى أن يغمر الله قلبك بالرحمة التي تُعينك على مواجهة النقص البشري بكرمٍ و تسامح. حاول تجنب السعي لتحقيق معايير عالية من المثالية والكمال التي تُفقد التجربة عفويتها وبراءتها.

في رحلتكم هذه كُنْ على يقين بأن ...

١- أنك شجاع حقاً لأنك اتخذت قرار الانغماس في هذا العالم بكل ما يحتويه من جمال ، جنون ، مآسي ، وتعقيدات مذهشة لا نهاية لها.

٢- ليس من السهل الخوض في هذه المواضيع مع الأشخاص البالغين ، فما بالك بالصغار؟ ، لكنك ستكون متفهماً بما فيه الكفاية لتعطيهم مساحةً للتعبير والحوار والتساؤل.

٣- الشعور بالتخبط ، الغضب ، الضياع ، عدم القدرة على التعبير ، والحزن على ما يحدث في هذا العالم مسموح به بشكل كامل لك ولطفلك. بإمكانكم أيضاً التوقف قليلاً للتفكير في الحقائق التي قد تكون مؤلمة وللتفكير في الأسئلة التي قد تكون حرجة .



أخيراً، شكراً لأنك قررت
أن تسلك الطريق الأكثر
وعورة بدلاً من الطريق
الأسهل والأضمن، أن
تسمح لنفسك ولطفلك
أن تشعر بالألم بخصوص
مشاكل العالم بدلاً من أن
تخدرا أنفسكما و تهربا
منها، أن تفتح قلب
طفلك على العالم بكل
تناقضاته بدلاً من أن
تُفرط في حمايته وعزله.

لنبدأ الآن...



كيف أتحدث مع طفلي عن اللاجئين؟





ابدأ بالمهم أولاً...

بحث صغير يفيد بالغرض

من الطبيعي جداً أن لا تملك كل الأجوبة لكل أسئلة طفلك، الحرب السورية مثلاً من المواضيع الغير واضحة وضوحاً كاملاً لنا نحن الكبار، لكن من المهم أن تكون لديك معلومات ومعرفة حولها قبل التحدث عنها مع طفلك. فهم الصورة العامة لها قد يساعدك في إيجاد طريقة بسيطة لشرحها.

هنا بعض الروابط الصديقة لك في هذه الرحلة:

اضغط لفتح الرابط

ساعة



اضغط لفتح المقال ١

اضغط لفتح المقال ٢

اضغط لفتح المقال ٣

اكتشف ماذا يعرف
طفلك عن الحرب
السورية قبل أن تبدأ
بشرحها.

هنا مقالات مصورة للأطفال
توضح الحياة من وجهة
نظر طفل سوري لاجئ في
مخيمات اللاجئين في لبنان:



Escaping a war was only the beginning of their story.

SALAM NEIGHBOR



NETFLIX

بإمكانك أيضاً مشاهدة الفيلم الوثائقي Salam Neighbor على
شبكة Netflix والتحاور بعدها مع طفلك.



عندما تتحاور مع طفلك عن اللاجئين
ومآسيهم ، سيدخل في عالم جديد من
المشاعر والأفكار المختلطة ،

و ستراوده الكثير من الأسئلة الوجودية

التي سيقوم بطرحها عليك في سبيل إيجاد
جواب يشفي فضوله و حماسه لحل
المشكلة ، هنا جمعنا لك بعضاً من هذه
التساؤلات وطريقة التعامل معها:

السؤال : لماذا يوجد الكثير من الأشخاص السيئين في العالم؟ هل السيئين أكثر من الطيبين ؟

من المهم أن يعرف طفلك أن هناك الكثير من الخير في العالم وبأن الشر ليس هو الغالب فقط، احكي له عن المتطوعين لنجدة الناس وعن المؤسسات الخيرية الإغاثية وعن الحملات الإنسانية التوعوية، احكي له عن القادة الإنسانيين الذين يسعون ليل نهار لتوفير بيئة صحية وسعيدة لأطفال الحروب. حاول أن تسرد له القصص التي تحتوي على أفعال صغيرة أحدثت فرقاً كبيراً.

لماذا يسمح الله للحروب أن تحدث والناس تُقتل وموت؟

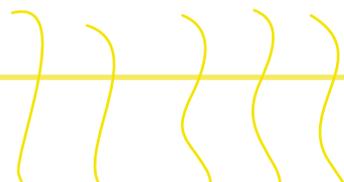
■ إن الله عندما خلق الكون وخلقنا، أعطانا الإرادة وحرية الاختيار حتى نجربنا ويختبر أفعالنا في هذه الأرض. فكلنا لدينا القدرة على أن نبني أو أن نهدم، أن نساعد أو أن نوذي. ومن يستخدم قدراته في التدمير والحرب يفشل في الاختبار ومن المؤكد أن ربنا سوف يحاسبه/يعاقبه في المستقبل أو في الدار الآخرة.

تأمل المشاعر التالية : الحُب، الحزن، الرحمة، الصبر. كُل هذه المشاعر وكُل هذه الصفات السامية لم نكن لنشعر بها لولا أن لدينا قدرة على الاختيار، فلو خُلقنا متسامحين بطبعنا لما تمكنا من الغضب في المواقف الصعبة. اشرح لطفلك بأن الله لم يرضَ بالشر، لكنه سَمَحَ به.

■ ولأن الموت حق، وجميعنا سوف نموت لا يمكن لأي فرد أن يعيش بشكل أبدي والحرب أحد أسباب الموت.

■ لأن الحكاية لن تنتهي فوق سطح الأرض، ولأنه دائماً سيكون هناك جزء ناقص من القصة بالنسبة لك، لذلك لا يُمكنك معرفة كل أجزاء القصة. ويجب أن تتأكد وتؤمن يقيناً بأنك اذا عرفت القصة الكاملة، ستكون مفهومة وعادلة. فالحياة ماضي وحاضر ومستقبل، والآن نحن لا نرى إلا الحاضر ولا يُمكننا استيعاب إلا اللحظة أمامنا وقد تكون هذه اللحظة غاية في الأمل، لكن ربما تكون هذه اللحظة المؤلمة هي بداية لخير في المستقبل ومهييد لحياة أفضل بكثير. ربما الأمل الموجود في الحاضر هو بذرة لمستقبل جيد.

■ ذكّر طفلك بأن الحياة التي نعيشها مؤقتة وقصيرة جداً مقارنة بالحياة الآخرة والتي ستكون حياة أبدية وطويلة. هذه الحياة ليست المنزل الأساسي للإنسان وإنما منزل ودار مؤقتة. فالناس المظلومين في هذه الحياة، ربما سيعيشون حياة هائلة وجميلة في الجنة، والناس الظالمين، ربما سيكافئون بما عملوا في الدار الآخرة.



السؤال: ماذا لو قامت حرب في مدينتنا؟ هل نحن بأمان؟ أنا خائف!

احرص على أن يشعر طفلك بالأمان، من الطبيعي أن يستخدم الطفل مخيلته في مثل هذه الأمور. اشرح له بأن الأوضاع السياسية في بلدكم تختلف عن الأوضاع السياسية في سوريا.

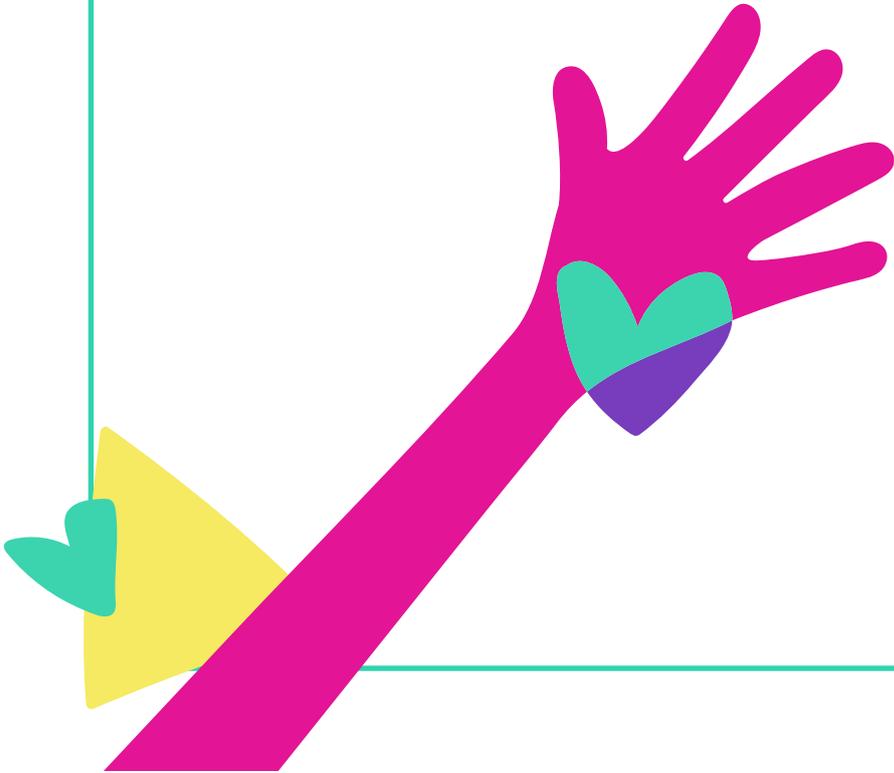
السؤال : كيف بإمكانني تقديم المساعدة؟

يقول السيد روجرز عندما كانت تذاع أخبار مخيفة في التلفاز كانت تخبرني والدي دائماً بأن أنظر إلى الأشخاص الذين يحاولون تقديم المساعدة. شجع طفلك وأخبره أن بإمكانكم التواصل مع من يقدمو المساعدة ليشارك معهم ويكونوا مصدر إلهام له. استفسر منهم كيف بإمكانك تقديم المساعدة للأطفال السوريين الذين تركوا منازلهم ورائهم في سبيل إنقاذ أرواحهم. يشعر الأطفال بالتمكين والأمل عندما يكون باستطاعتهم المشاركة للتخفيف من آلام الآخرين. قوموا بعمل عصف ذهني سوياً واجمعوا فيه كل الأمور

التي بإمكانكم عملها لتقديم المساعدة مثل جمع المال، إرسال الرسائل، التعبير عن تضامنكم في وسائل التواصل الاجتماعي، بإمكانكم أيضاً اقتراح نشاط بازار مدرسي أو ماراثون أو أي فكرة إبداعية قد تُنفس عن عواطفكم و تعبر عن تضامنكم.

من المؤلم لنا جميعاً أن نتحدث عن أمور كالحرب السورية، حتى ولو كنا نقوم بتقديم المساعدة قد يبقى شعور الأمل مشتتلاً فينا.

إذا استمر شعور طفلك بالحزن، أخبره بأنه أمرٌ طبيعي، وأن حزننا هو أحد طرق المساعدة لهم فنحن نشاركهم الشعور ذاته بغض النظر عما إذا كنا حاضرين معهم جسدياً أم لا. اجلس مع طفلك، قوموا بالدعاء سويًا للاجئين أو قم بزيارة المسجد الحرام خصيصاً للابتهال إلى الله أن يخفف عن اللاجئين ويعينهم.



الرسالة

السؤال: أنا لا أستطيع تقبل حقيقة بأن على هؤلاء الأطفال تحمل المعاناة والظلم، إنني غاضبٌ جداً!

اعطِ طفلك حق الشعور بالغضب، علمه كيف يبتكر طرق للتعبير عن هذا الغضب بإبداع. اطلب منه التعبير عما يدور في ذهنه برسمة، أو أن يقوم بالتعبير عن ذلك بالرقص أو تأليف الأغاني وغنائها. تحدّث معه عن كل وسائل التعبير السلمية كالكتابة التعبيرية التي تُطالب بالتغيير. تخيل لو طفلك كتب رسالة إلى طفلٍ سوري يخبره فيها عن تعاطفه مع معاناته وتضامنه مع قصته؟

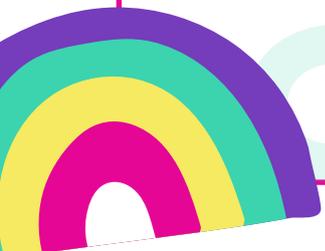




السؤال: كيف يعيش الأطفال اللاجئين بعد ترك منازلهم ؟

علم طفلك بأن هناك قوة فطرية تقوينا لنستمر بالحياة ومُكُننا من مقاومة كل الظروف الصعبة، احكي له عن أن الرغبة في البقاء غريزة موجودة في كل الكائنات تولد معنا وتساعدنا على التعافي من أقسى تجارب الحياة. اشرح له بأن أدمغتنا تحتوي على جزء يسمى Amygdala يشبه حبة اللوز، والذي يعمل على حمايتنا من المخاطر و يدفعنا لعمل المستحيل لنبقى على قيد الحياة، هذا الجزء من أدمغتنا هو الذي يدفعنا للركض بعيداً عندما يقترب منا الخطر. عندما يجد الطفل اللاجئ بيئة آمنة، فإن غريزته هذه ستساعده ليُكمل حياته بغض النظر عن صعوبتها وتدفعه ليجد السعادة والرضا في عالمه الجديد.

بإمكانك أن تقص عليه قصة يسرى مارديني وسلمى يوسف عُمر كمثال لتضح له الفكرة أكثر، أو أن تشاهدو سوياً مدارس اللاجئين في لبنان وكيف استطاع الأطفال فيها إكمال دراستهم وأصبح لكل واحدٍ منهم حُلْمه لحياةٍ جديدة.



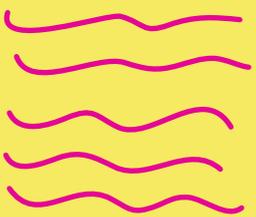




اختتم
الحوار
باهتمام

الهدف من هذه الجلسات المعرفة، التساؤل، التعاطف، ومحاولة إيجاد حلول إبداعية.

لذلك من المهم أن تأخذ بعين الاعتبار أننا لا نسعى لترك الطفل بعد الجلسة في حالة توجس من المحن والمصائب. عند الوصول لنهاية الجلسة راقب لغة جسد طفلك، إذا لاحظت وجود سلوكيات توحى بوجود قلق أو خوف لديه فسيؤدي ذلك إلى نتائج عكسية. من المهم أن يخرج الطفل من الجلسة الحوارية وهو يشعر بالتمكّن والقدرة على التعامل مع مشاعره. إذا لم يزل طفلك قلقاً أو حزيناً أو غاضباً فلا تقلق، أخبره بأنك موجود دائماً لتتحدث معه عن الموضوع في أي وقت يودُّ فيه الحديث مرةً أخرى، دعه يثق بأنك تهتم وتستمع دائماً لأفكاره وخواتمه. قم بتعليمه كيف يتعامل مع هذه المشاعر الجياشة والصعبة. علمه بعض أساليب ضبط الذات. قم بتشجيعه ليستمّر في ابتكار طرق لتقديم المساعدة، أو البحث عن أفكار يمكنه من خلالها نشر المحبة، أو اختراع أساليب تناسبه شخصياً ويحب ممارستها ليعبر من خلالها عن مشاعره تجاه مآسي الآخرين.



وأخيراً،

نشكركم على القراءة حتى النهاية، على تفكيركم في هذه الكلمات. ونتمنى أن يُقرّ الله أعينكم بأبناء طيبين ومتعاطفين وخيرين ومصلحين.



طلب صغير وأخيراً/

نحن ممتنين لوسائل التواصل الاجتماعي لأنها قربتنا منكم وسهّلت انتشار أفكارنا، إلا أننا نشعر - أحياناً - بأننا نتحدث في الفراغ فلا نستطيع سماع أصواتكم ولا قياس تأثيرنا بشكل فعلي. نفتقد النظر إلى وجوهكم لنعرف ردة فعلكم ونفتقد للنقاش المتبادل وللانتقاد الذي يدفعنا للتطوير. لذلك نطلب منكم طلب صغير بأن ترسلونا بأفكاركم وآرائكم وبأن تكرمونا بتعليق أو حتى انتقاد على البريد الإلكتروني التالي:

hello@yajooob.co



ترقبوا

المزيد من المواضيع المهمة
من سلسلة دليل المربيين

المراجع

- https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fnews.un.org%2Fen%2Fstory%2F20202%2F062%2F1066592&psig=AOvVaw18NSTJ4_RYhh6hF2xlOOWO&ust=1592818029012000&source=images&cd=vfe&ved=0CAQQjB1qFwoTCLD0ztrLkuoCFQAAAAAdAAAAABA
- [savethechildren.org/us/what-we-do/emergency-response/refugee-children-crisis/refugee-stories](https://www.savethechildren.org/us/what-we-do/emergency-response/refugee-children-crisis/refugee-stories)
- <https://www.worldvision.org/refugees-news-stories/photos-syrian-refugee-children>
- <https://www.amnesty.org/en/latest/education/201603//seven-free-short-films-about-refugees-recommended-by-human-rights-educators>

كتابة/ رفاه سحاب ومريم رياض

شكر خاص لفريق موكب الجلال على

مراجعتهم للملف والتعديل عليه

انستقرام موكب الجلال

تنفيذ وتصميم/ لجين سيامك



أدوات لتمكين الجيل الناشئ
من المواطنين العالميين

