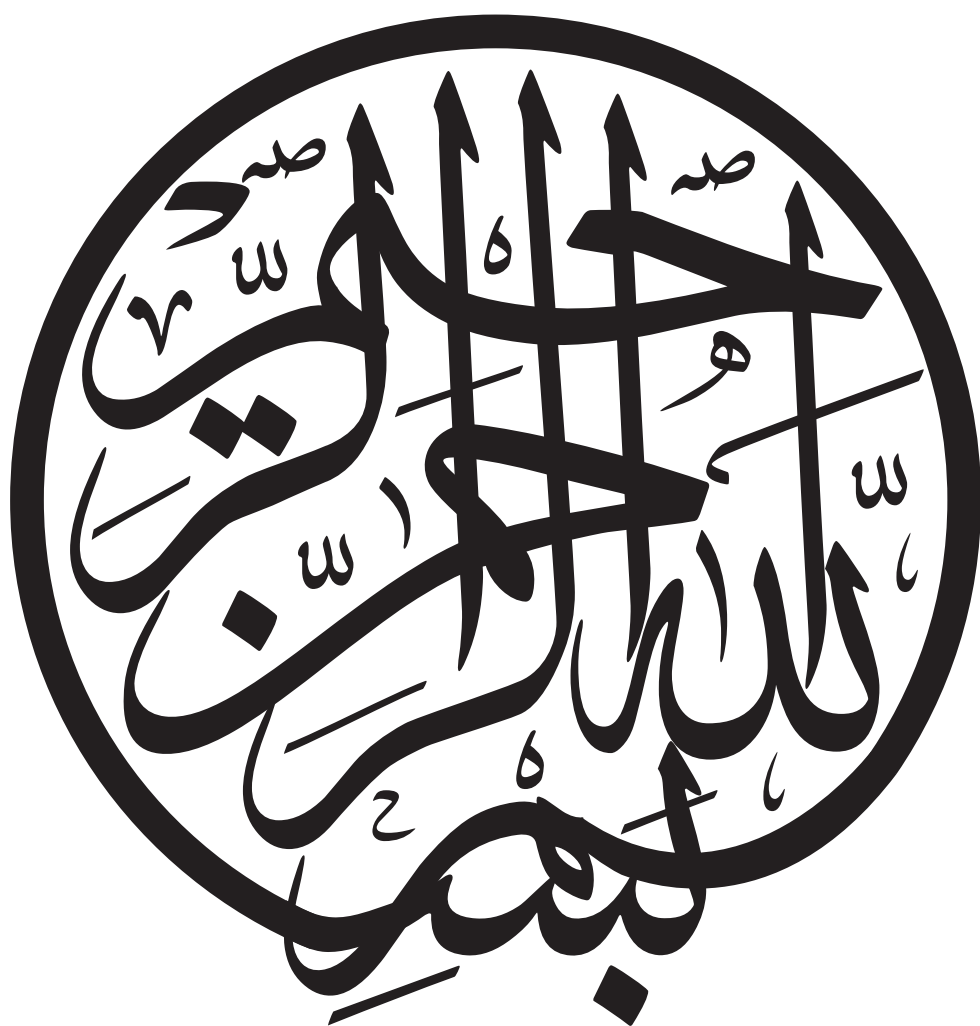


التهيئة والدعم النفسي لعودة أمانة لطلاب

المرحلة الابتدائية والطفولة المبكرة

إدارة التوجيه والإرشاد بتعليم مكة المكرمة







مقدمة

يعود أبنائنا الطلبة إلى مقاعدهم الدراسية هذا العام في ظل ظروف استثنائية غير مسبوقة بعد ما عشنا وإياهم جميعًا جائحة عالمية ألفت بظلالها وأثارها على الجميع؛ هذه الآثار التي لا يزال المختصون ينبهون عليها وأنَّ منها ما سيمتد لسنوات طويلة. وأيضًا يعود أبنائنا الطلبة إلى مقاعدهم الدراسية بعد ما يقارب العامين من الانقطاع عن الدراسة الحضورية. إنَّ هذا وذاك يحتم على المسؤولين والمختصين أن يبذلوا غاية الجهد لتخطي هذه التحديات وهذه الآثار بكل سلاسة وانسيابية وهدوء في سبيل عودة نفسية آمنة.



والسؤال المهم :

متى يتحول الاهتمام بالصحة إلى هوس غير صحي ؟

إن الاهتمام بصحة أبنائنا وصحة من حولنا هو مطلب صحي ولكن يجب ألا يطغى ذلك على كل حياتنا الاجتماعية حتى لا يؤدي إلى عدم القدرة على التفكير بإيجابية والشعور بعدم الرغبة في ممارسة الأعمال اليومية .
إنَّ العائدين إلى الدراسة من ابنائنا الطلبة نستطيع أن نصنفهم إلى صنفين اثنين هما:

١. **الفرحون المستبشرون** بالعودة وبالحياة الواقعية والدراسة الحضورية والعيش في ظل الزملاء والأصدقاء والأقران.

٢. **الخائفون القلقون** الذين لم يتأقلموا ويتكيفوا بعد مع الإجراءات الاحترازية ولم يغيروا روتينهم اليومي ليتناسب مع العودة الحضورية وربما يكون لبعضهم خبرات صادمة مع الفايروس.

إنَّ ابناءنا الطلبة مهما كانت مشاعرهم وأفكارهم فهم نتاج لبيئات أسرية مختلفة، ونتاج لعوامل تأثر مختلفة، يتفاوتون في الأفكار والمشاعر والسلوكيات الإيجابية منها والسلبي وهذا أمر ينبغي أن يأخذه المختصون بالحسبان.



وفي هذه العجالة سنضع بين أيديكم بعض آليات الدعم النفسي التي من الممكن أن يكون لها الأثر الإيجابي في التهيئة والعودة النفسية الآمنة. ومن ذلك:

١. الدور الأسري البارز والمهم جدًا والمتمثل في تهيئة الأسر لأبنائهم للعودة الحضورية بالحوار الهادي والعقلاني والاستماع لهم ولمخاوفهم ومناقشتهم فيها وتخفيف الروتين اليومي والعادات السلوكية لتناسب مع العودة الحضورية للمدارس ، لذا يجب علينا كأ أسرة مساعدة أبنائنا في التغلب على القلق والتوتر لكي يصبحوا أكثر قدرة على تحمل الضغوط في حياتهم ، وفتح قنوات الحوار بغض النظر عن أعمارهم والتشجيع دوماً وبقوة على الاعتداد بأنفسهم مما يولد لديهم تحمل المسؤولية .

٢. الجوانب الوقائية داخل المدرسة لها أثر ودور كبير، فالوقاية خير من العلاج وتتمثل الجوانب الوقائية في توفير بيئة صحية داعمة من خلال إشاعة التفاؤل والنظرة الإيجابية للأمور وعدم إشاعة الخوف والقلق والتوتر داخل المدرسة مع الحرص على اتخاذ جميع الاجراءات الاحترازية داخل المدرسة.

٣. خلق بيئة إيجابية داخل المدرسة فتستطيع المدرسة الاحتفاء بعودة طلابها لمقاعدهم الدراسية وتقديم الإجراءات الاحترازية لهم في قوالب جذابة وغير منفرة ودعم طلابها اجتماعيًا من خلال المؤامة بين تفاعلهم الاجتماعي مع أقرانهم وزملائهم والمحافظة على التباعد الاجتماعي.



٤. **المعلمون و المعلمات هم خط الدفاع الأول** وهم أول من يلاحظ سلوكيات ابنائنا الطلبة المتكيفة وغير المتكيفة فيستطيعون من خلال الحديث الهادي داخل الفصول الدراسية وإشاعة السكينة بين ابنائهم الطلبة أن يصنعوا لابنائنا الطلاب أجواء من التفاؤل والاستبشار ويستطيعوا أن يحولوا للموجه الطلابي مبكرًا الحالات التي تحتاج إلى مزيد من الدعم و العناية ، كما على المعلم والمعلمة إذا أراد أن يكون ناجحاً أن يشبع الأمن والأمان في قلوب من يقوم بتعليمهم وتربيتهم وتكون الطمأنينة هي الركيزة الأساسية أثناء التعامل ، لأن شخصية المعلم والمعلمة لها انعكاس كبير في مشاعر وسلوكيات الطفل سواء بالاضطراب أو بالهدوء النفسي والتواصل الاجتماعي الجيد .

٥- التعامل بايجابية مع ما قد يعانيه بعض طلابنا من فاقد تعليمي وأليكون ذلك مدعاة لتنمر زملائه أو جعله وسيلة للتذمر والسخرية.

٦-التأكد على التهيئة الإرشادية وعدم البداية مباشرة بالدروس العلمية بل يكون الأسبوع التمهيدي ملي بالانشطة والفعاليات المحببة مع الأخذ بالأحترافات الوقائية .

٧. **يجب فتح قنوات من التواصل المباشر مع الأسر** وتفهم مخاوف الأسر على ابنائهم والاستماع لهم بعناية والتعاون معهم في سبيل تحقيق نتائج إيجابية مثمرة.



٨. **الاستماع الفعّال والنشط** من قبل الموجه الطلابي لأبنائه الطلبة وإشعارهم بالأمن وإعطائهم فرصتهم في الحديث عن مشاعرهم وأفكارهم ومناقشتهم فيما قد يكون لديهم من أفكار سلبية مشوهة.

٩. **وأخيرا فالعودة النفسية الآمنة تتحقق في ظل التناغم والانسجام بين الأسرة والمدرسة والجهات ذات العلاقة في ظل جهود حكومية مميزة وقل مثيلها في أقطار العالم. نسأل الله تعالى أن يحفظ لنا أمننا وإيماننا ويسبغ علينا نعمه ظاهرة وباطنة.**



وزارة التعليم
Ministry of Education

التهيئة والدعم النفسي لعودة أمانة لطلاب المرحلة الابتدائية والطفولة المبكرة

إدارة التوجيه والإرشاد بتعليم مكة المكرمة