

النهج العام للتدخل مع المجموعات (الطلاب) بعد حالات الطوارئ والتجارب الصادمة

1. يقوم الاختصاصي أو المعلم بتلخيص مقتضب، تلخيص التفاصيل بشكل صحيح وواضح عن الحادثة. (التلخيص بهدف إزالة الشوائب والإشاعات. دون الاستفاضة بالشرح).
2. إعطاء الفرصة للطلاب للتعبير عن الأفكار والمشاعر التي تبعت الحادثة. على الاختصاصي النفسي توجيه الطلاب بواسطة طرح أسئلة، مثل ماذا، كيف شعرت؟ ماذا فكرت؟ ماذا فعلت؟ كيف كان رد فعلك؟ ...
3. إعطاء الفرصة لجميع الطلاب بالتعبير عن أنفسهم، ومن يصعب عليه التعبير لغوياً، يعطى له الفرصة للتعبير بالكتابة أو بالرسم.
4. توجيه الطلاب لاستغلال قدراتهم في العمل والانتاج، من خلال دعم الطلاب وتهدئتهم مثل أن الحادثة صعبة ولكن نستطيع مواجهة الأحداث الصعبة، وسوف نتغلب على الحادثة وأبعادها كذلك.
5. التنبيه للطلاب المصابين بشكل مباشر، أو الذين لا يعبروا عن أنفسهم، كذلك الذين يبادرون الى رد فعل ملفت، مثل: التقليل من أهمية ما حدث، الضحك بصورة مبالغة.
6. الاستماع إلى آراء الطلاب واقتراحاتهم، إعطاء الأهمية لما يذكرون والى ما يريدون فعله، ودفعهم بالاتجاه الإيجابي.
7. دفع الطلاب لعدم التخلي عن الحياة اليومية والطبيعية. عمل برنامج يومي وتقسيم الوقت.

على المساعد أن يتصرف حسب الخطوات التالية:

- (1) أن يكون الأذن الصاغية مع الاحترام والتقدير والجدية .
- (2) أن يعطي الشرعية لما يقوله الآخر.
- (3) إعادة وضع فكرة الآخر بصورة واضحة. وبصياغة جديدة "reframing"
- (4) الارتباط مع الآخر بنبرة صوته وتشبيهاته ورموزه.
- (5) التطرق إلى المسلمات الإنسانية ومنظومة الإيمان والمعتقدات.
- (6) مساعدة الآخر أن ينتقل من المحور الفكري إلى التجربة النفسية والمحور الانفعالي.
- (7) محاولة الوصل بين عنصرين غير متصلين.
- (8) محاولة إبطال حديث داخلي سلبي.
- (9) ألا يدخل في صدام مع الآخر.
- (10) دائماً الانتهاء بالدعم للآخر
- (11) ان يقوي ويدعم كل ما يفعله الآخر.
- (12) سؤال الآخر ماذا يساعدك عندما تمر بحالة صعبة؟ ماذا فعلت في السابق وساعدك؟
- (13) أن يقول نعم توجد صعوبة ولكننا أقوىاء وسنكمل دون شك. وقد مررنا بمصائب أخرى وها نحن مستمرين وموجودون.

ما هي المشاعر الطبيعية التي تتبع حالات الطوارئ؟

- (1) الشعور بالعجز وبانعدام الأمن والأمان.
- (2) الشعور بانقطاع , أو كسر الاستمرارية والثبات بالحياة, ما بين, قبل وبعد الحالة الطارئة .
- (3) الشعور بخيبة الأمل واليأس.
- (4) الشعور بالذهول والصدمة.
- (5) الشعور بتوتر وضغط نفسي داخلي شديد.
- (6) الشعور بالتشويش والغموض, وعدم صدق المسلمات مثل الإنسان جيد وطيب ويحافظ على حياة الآخرين أو لا يعيثر بها.
- (7) الشعور بغموض المستقبل وفقد التوازن النفسي.
- (8) الشعور بالخوف والقلق معلوم المصدر أو العام؟
- (9) الشعور بغضب وعدائية.

صعوبات أمام المعلم

بدوره:

- (1) ان يقوم بدور الداعم , المتفهم والمساعد للآخر , في حين انه هو يمر بحالة الطوارئ , وهو بحاجة لما ذكر .
- (2) وجود فجوة بين أفكاره ومشاعره وتصرفاته الشخصية من جهة وبين المطلوبة منه رسمياً .
- (3) على المعلم أن يقوم بأداء واجبه التعليمي بالرغم من الطارئ العام.
- (4) أن يكون النموذج.
- (5) أن يصغي لما لا يحب أن يسمع, وأن يبقى أمام ويكمل بثبات واحترام كنموذج.

د. محمود سعيد

اختصاصي نفسي