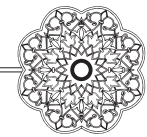

الحرب وتأثيرها على نفسية الطفل

الحرب!

هذه الكلمة التي لا يعرف معناها الأطفال الأبرياء، لكنهم يعرفون أنها دمرت نفسيتهم وقلوبهم وعقولهم، فالطفل الذي عاش الحرب وأيامها، عرف ورأى أن الحرب هي التي دمرت بيته وألعابه، وهي التي دمرت المساجد والمباني والمشافي والمدارس والحدائق والأسواق، وهي التي قتلت النساء وبعثرت الدماء والأشلاء، وهي التي قتلت أباه فجعلته يتيماً، أو قتلت صديقه وجعلته وحيداً، أو بترت رجل صديقه الآخر وجعلته يمشي على العكاكيز!

ما ذنب هذه الأطفال في كل هذا؟!

الأطفال هم ضحايا هذه الحروب البشعة، وحتى إن لم يصابوا بأي أذى جسدي فهم يصابون بأذى نفسي يؤثر عليهم

وعلى مستقبلهم على حياتهم على المدى الطويل؛ لأنه يؤثر على أحلامهم التي دمرت بسبب الحرب، وعلى مدارسهم التي كانوا يلعبون بفنائها.

ما ذنب الأطفال الذين قتلوا على مقاعد الدراسة؟!

هناك أطفال كثيرون حالفهم الحظ فلم يُقتلوا، لكنهم أصبحوا خارج المدارس بسبب الصراعات التي دمرت المدارس في بلادهم!

الأطفال يدفعون الثمن، والناجون منهم يواجهون مشاكل نفسية كبيرة جراء الحروب وآلات الدمار التي شاهدوها، ناهيك عن الآثار الناتجة عن نقص الغذاء والماء والدواء.

كثير من الأطفال صاروا يخافون أن يناموا كي لا يستيقظوا مرعوبين من أصوات رصاص الذين يعيثون في الأرض فساداً.

الأهل الذين لديهم أطفال عانوا من حالات وظروف صعبة، يجب أن يبذلوا جهدهم كله لكي يعيدوا للطفل حقه في العيش بسلام.. لكي يعيدوا له طفولته.

في ظل مثل هذه الظروف الصعبة ينصح الخبراء بما يلي:

ـ محاولة تهدئة الأطفال وإشعارهم بالأمان والسلام والحماية.

ـ استغلال بشاعة الحرب لتعليمهم أن النزاعات لا تحل بالقتال والإجرام، وأن عليهم أن يحلوا النزاعات التي تواجههم في حياتهم بطرائق سلمية.

ـ تعليمهم الصبر والتحمل.

ـ توفير ما يمكن توفيره من الغذاء والشراب والدواء لهم.

ـ مساعدتهم في تعلم أمور وهوايات متعددة، وإشغالهم بأمور تفيدهم بالمستقبل، وذلك من أجل إبعاد تفكيرهم عن الماضي المرعب.

ـ تبسيط الأمور التي تحدث من حولهم لكي يستطيعوا استيعابها لتحقيق الاطمئنان في نفوسهم.

ـ استمرار العمل بروتين الحياة اليومية من أجل تخفيف التوتر.

ـ الاستماع إلى الأطفال والحديث معهم عن مخاوفهم، ومحاولة إزالة هذه المخاوف أو تخفيفها.

ـ إبعاد الأطفال عن المشاهد الدامية والقاسية على التلفاز، لأنها تؤثر على تفكيرهم وتزيد من قلقهم وخوفهم.