

التصرفات التربوية في حالات الطوارئ

في حالات الطوارئ في زمن الحرب، يركز نهج والدورف على "التربية الطارئة" لتحقيق الاستقرار في الصحة البدنية والإيقاعية والعاطفية للأطفال من خلال الهياكل المألوفة والتعبير الفني.

في منهج والدورف التعليمي، تُعدّ التربية الطارئة بمثابة "إسعافات أولية للروح"، إذ تستخدم الإيقاع والفن لتهدئة الأطفال وعائلاتهم خلال فوضى الحرب. انها 1خطوات بسيطة لكن بفوائد جدا كبيره و مهمه للآباء والأطفال:-

- تأسيس روتين يومي منتظم: إعادة وضع جدول يومي ثابت مع أوقات محددة للوجبات والنوم و الدراسة والأنشطة.
- استخدام طقوس مثل الاناشيد الصباحية والغناء والدعاء لتوفير شعور بالأمان والتوجيه.
- إعطاء الأولوية للتوازن الجسدي: استخدام الحركة الإيقاعية للتخلص من "شلل الصدمة". عدم البقاء على الشاشات لأنها تقوم بكبت المشاعر و ليس تصريفها حيث ان التعرض الزائد للشاشات يعكس سلبا و يرفع نسبة التوتر و الغضب و العنف عند الاطفال.
- أنشطة: الدوس بالأقدام، والتصفيق، والقفز بالحبل، أو تمرير الكرة لمساعدة الأطفال على إعادة التواصل مع أجسادهم. من الممكن الذهاب في نزهة بالطبيعة او اي مكان متوفر و المشي و التواصل الجيد مع الطفل ان كان الامر امنا.
- تمكين التعبير الإبداعي: توفير منافذ غير لفظية لمعالجة الصدمات.
- أدوات: استخدام الرسم بالألوان المائية، أو النحت بالطين، أو الملتينيه و من المفضل تركهم لعمل و رسم ما يريدون لاجراج ما في داخلهم دون اللجوء الى الحكم ان كان العمل الفني جميل ام لا. الرسم التشكيلي لتمكين الأطفال من التعبير عن مشاعر يصعب عليهم التعبير عنها بالكلام. إنشاء "ملاذات آمنة": أنشئ مساحات منظمة ماديًا، مثل "ركن هادئ" مزود ببطانيات أو أوشحة حريرية، لتوفير شعور بالخصوصية والحماية.
- تعزيز الاستقلالية و التفاعل باعمال لها معنى و فائده من خلال مهام صغيرة: أشرك الأطفال في أعمال منزلية بسيطة ومناسبة لأعمارهم، مثل غسل الأطباق أو مساعدة إخوتهم، لبناء ثقتهم بأنفسهم وشعورهم بالمسؤولية.
- سرد القصص "صور مريحة": اروي قصصًا وحكايات خرافية ذات نهايات واضحة وآمنة لمواجهة الصور المزعجة للحرب فالقصص تعيد النظام و تخرج الخوف من خلال الخيال ليتجاوز الطفل الصدمات لتنتمي النور الداخلي و توازن صور الحرب بصور السلام و الامل داخل الطفل . (من الممكن توفير بيئه جميله في المنزل لرواية حكاية مثل اضاءة شمع او ترديد انشوده قبل القصة تكرر ها بشكل ايقاعي و دائم عند رواية القصة يوميا).
- الحد من التعرض لوسائل الإعلام: احمِ حواس الطفل من خلال الحد من الأخبار والصور المخيفة.

ممارسة الرعاية الذاتية للوالدين: يعتمد استقرار الطفل على قدرة البالغين على البقاء هادئين ومنضبطين؛ يجب على الوالدين إيجاد لحظات راحة قصيرة لتكون بمثابة "مرساة هادئة".

و يبقى التواجد و اظهار الحب(حتى لو كان أطفالنا يعلمون أننا نحبهم، فمن المهم أن نذكرهم ونخبرهم دائما
فالحب الشعور بالامان للاطفال هما من المراسي الاساسية لنمو و توازن صحي اكثر للاطفال الذين يعيشون
في بيئات تتكاثر فيها الحروب و حالات الطوارئ و التغيير الكثير في حياتهم اليومية

دتمم بخير

منار غ وهاب

جمعية رؤيا للثقافة و الفنون -بيت الامل

مؤسسه و مديرة التطوير التربوي

تخصص تربية والدورف

Truama informed education

Emergency Pedagogy

-: لا تترددوا للتواصل معي

Manar.nwv@gmail.com

:واتس+972-505613200

- :مرفق قصتين من الممكن استخدامهم في اوقات الطوارئ و الازمات و الحروب

قصة الفانوس الصغير الشجاع

في قديم الزمان، عاش فانوس صغير في كوخ خشبي دافئ. داخل الفانوس، كانت تسكن شعلة ذهبية صغيرة. في إحدى الأمسيات، هبت ريح عاتية باردة، فارتجفت الأشجار وأظلمت السماء.

شعر الفانوس الصغير بصغر حجمه. همس قائلاً: "كيف لي أن أبقى مضيءً والريح تعصف هكذا؟"
لكن الشعلة ظلت هادئة. كانت تعلم أن جدرانها الزجاجية قوية وشفافة. لجأ الفانوس إلى زاوية هادئة، وكنم أنفاسه، وانتظر. حتى عندما هبت الرياح في الخارج، رقصت الشعلة برفق، ناشرة دائرة ذهبية دافئة على الأرض. سرعان ما تبع عصفور صغير متعب الضوء ليجد مكاناً جافاً يستريح فيه. أدرك الفانوس أنه مهما اشتد الظلام، فإن نوره الصغير يكفي لإرشاده.

القصة: الفتاة ذات الفانوس الزجاجي

في وادٍ هادئ يشبه وادنا، غطى ضباب رمادي كثيف المكان. كان كثيفاً لدرجة أن الشمس لم تستطع اختراقه، واضطر الجميع للبقاء في منازلهم حفاظاً على سلامتهم وجفافهم. شعر الناس ببرودة قارسة، وبدأ القلق يساورهم من أن النور قد نسيهم.

في منزل صغير على حافة الغابة، عاشت فتاة صغيرة تُدعى إيلارا. كان لديها فانوس زجاجي صغير أهداها إياه جدها. لم يكن به بطارية أو قابس كهربائي؛ كان يضئ فقط عندما يُقدم له أحدهم معروفاً.

مع ازدياد كثافة الضباب، شعرت إيلارا بقشعريرة في قلبها. لكنها تذكرت جارها، رجلاً مسناً يعيش وحيداً. أخذت قطعة صغيرة من الخبز الدافئ الذي ساعدت في خبزه، ولقّتها بقطعة قماش، ووضعتها على عتبة بابه. وبينما هي تفعل ذلك، بدأت شرارة صغيرة - لا تتجاوز حجم حبة رمل - تتوهج داخل فانوسها.

رأت آخرين يفعلون الشيء نفسه: صبي يشارك أخته كتابه المفضل، وأم تغني له تهويده هادئة، وأب يصلح لعبة مكسورة. مع كل عمل صغير، تضاعفت شرارات فانوس إيلارا. وسرعان ما أصبح زجاجه شديد السطوع لدرجة أنه يُرى من خلال أشد الضباب كثافة.

واحدًا تلو الآخر، أضاء الجيران الآخرون فوانيسهم الخاصة من ضوءها. لم يكونوا بحاجة إلى الشمس ليهتدوا؛ فقد ساروا على الضوء الذي صنعوه معاً. عندما انقشع الضباب أخيراً، أدركوا أنهم لم يكونوا ينتظرون عودة الضوء فحسب، بل كانوا هم من يُضيئون الوادي طوال الوقت.