



## توصيات للطواقم التربوية في الأطر المنهجية واللامنهجية عن كيفية التعامل مع الطلاب الطالبات في مرحلة المراهقة

تعتبر مرحلة المراهقة من أكثر المراحل حساسية في حياة الإنسان، وقد تكون حالات الطوارئ في فترة الحروب والأزمات مصدراً للقلق والرغبة لديهم. لذا، يُعد الحديث مع المراهقين حول حالات الطوارئ والأزمات أمراً هاماً. فيما يلي ملف يتضمن بعض النقاط والنصائح المتعلقة بكيفية التحدث مع الشبيبة في حالات الطوارئ.

### توصيات لكيفية تعامل المركز المرشد والمعلم مع فئة الشبيبة:

- من المهم أن نكون صادقين وأن نتحدث معهم بشكل مباشر، يجب تجنب التهويل، التزموا الصدق في الحديث عن الوضع.
- استمعوا إلى مشاعرهم وأسئلتهم، قد يكون لديهم مشاعر مختلطة وأسئلة كثيرة. احرصوا على الإصغاء وعدم التقليل من شأن ظروفهم.
- حثهم على وضع حدود لوقت مشاهدة الأخبار، فالتعرض المستمر لأخبار قد يرفع من مستويات القلق والخوف.
- حثهم على تحمّل المسؤولية فيما يتعلق بنشر والمشاركة والتواصل على شبكات التواصل الاجتماعي، وتذكيرهم باننا نمر بمرحلة حرجة جداً وحساسة على جميع الأصعدة.
- حثهم على الحفاظ على روتين الحياة اليومية، يمكن للروتين أن يوفر شعوراً بالأمان والاستقرار.
- ناقشوا الوضع السياسي بطريقة موضوعية، التحدث عن الأسباب والتأثيرات بدون إظهار التحيز أو التحريض.
- توفير الدعم النفسي، قد يحتاج المراهقين إلى المزيد من الدعم النفسي خلال هذه الفترة، سواء من خلال المحادثات أو الاستعانة بخبراء (يمكن الاستعانة بموقع وزارة المعارف أو المختصين النفسيين في المدارس والسلطة المحلية).
- تشجيع التعبير عن المشاعر، يمكن أن يكون ذلك من خلال المحادثة، الكتابة، الرسم، الرياضة أو أي وسيلة أخرى تساعدهم على التعبير عن مشاعرهم.
- توجيههم نحو الأمل وبناء المستقبل، حتى في الأوقات الصعبة، من المهم التركيز على الأمل وكيف يمكن للشبيبة المساهمة في بناء مستقبل أفضل.

من المهم أن نتذكر أن المراهقين قد يكون لديهم فهم أعمق ورؤية أكبر من الأطفال الصغار، ولكنهم قد يحتاجون إلى المزيد من الدعم والتوجيه لمعالجة مشاعرهم وفهم الوضع بشكل أفضل.



## النقاط المهمة في الحوار مع الشبيبة

التحدث مع المراهقين في حال حدوث حرب، أو حالة طوارئ يحتاج إلى حساسية وتفهم. يجب أن نضع في اعتبارنا أن المراهقين قد يشعرون بمستوى عالٍ من القلق أو الإرباك.  
نقترح بعض الأسئلة التي يمكن طرحها لدعمهم وفهم مشاعرهم في حال لقاء أو محادثة هاتفية:

- كيف تشعر بخصوص ما يحدث الآن؟  
هذا السؤال يمكنه فتح الباب للتعبير عن المشاعر والأحاسيس.
- هل هناك شيء تود الحديث عنه أو تشاركه؟  
يعطي المراهق فرصة للتحدث عن أي أمور محددة تثير قلقه.
- ما هو أشد ما يقلقك في هذه الحالة التي نعيشها؟  
يساعد في تحديد المخاوف الخاصة والتركيز عليها.
- هل هناك أمور تجعلك تشعر بالأمان أو تطمئنك في هذه الظروف؟  
يساعد في تعزيز الإحساس بالأمان.
- هل تشعر أنك بحاجة لمساعدة أو دعم إضافي؟  
يفتح الفرصة للحديث عن الحصول على دعم نفسي.
- ماذا يمكننا فعله لدعمك ودعم بعضنا البعض؟  
يشجع على التواصل والتعاون.
- هل تحتاج إلى معلومات أو توضيحات حول ما يجري؟  
يضمن أن المراهق لديه فهم صحيح للأوضاع وليس لديه مفاهيم خاطئة.



- هل هناك أشياء تساعدك عادةً في التعامل مع المواقف المؤلمة أو المربكة؟

يُظهر الاهتمام بالاحتياجات الخاصة والطرق التي يمكن أن تساعد المراهق على التكيف.

من المهم أن تظل القنوات مفتوحة للتواصل، وأن نتيح الفرصة للمراهقين للتحدث، والتعبير عن أنفسهم بحرية.

حثهم على التواصل مع الجيران والاصحاب والمجتمع والتطوع في المؤسسات المجتمعية: في مثل هذه الأوضاع، يمكن أن يمثل التعاون مع المجتمع مصدر دعم مهم.

يجب أن نتذكر أن كل شخص يمكن أن يتفاعل بشكل مختلف في مثل هذه الحالات، ومن المهم الاهتمام بمشاعره واحتياجاته وتقديم الدعم المناسب.