

أكثر من يعاني تداعيات الحروب

التعلم الاجتماعي العاطفي «شهادة ضمان» لطفل آمن مستقر

يعاني الأطفال في مناطق النزاعات
صعوبة في تكوين صداقات

التعرض المستمر للعنف والمآسي يسبب
الحزن واليأس والغضب المكبوت

في خضم الصراعات التي تشهدها عديد من الدول في عالمنا العربي، يتحمل الأطفال عبئًا ثقیلاً من تداعيات الحروب؛ حيث تتأثر حياتهم على جميع المستويات. يتعرضون لفقدان الأمان والاستقرار، ويعيشون في ظل ظروف قاسية تحرمهم من طفولتهم الطبيعية. هذه الأوضاع تشكل تحديًا كبيرًا، ليس لتطورهم النفسي والعاطفي فحسب؛ بل أيضًا لقدرتهم على بناء مستقبل أفضل لأنفسهم ولمجتمعاتهم. من هنا يبرز التعلم الاجتماعي العاطفي كأداة فعالة لإعادة بناء ما دمرته النزاعات؛ من خلال تعزيز مهارات، كالتعاطف وإدارة المشاعر والتواصل البناء؛ حيث يمكن للأطفال أن يصبحوا عوامل تغيير إيجابي، يتجاوزون آثار الحروب ويشاركون في صنع السلام. هذه المهارات ليست مجرد وسيلة للتأقلم مع الواقع الصعب، بل هي استثمار حقيقي في مستقبل الأجيال القادمة نحو عالم أكثر تفاهمًا واستقرارًا.

التداعيات الاجتماعية والعاطفية للنزاعات

والاجتماعي للأطفال لا تتوقف عند حدود الطفولة، بل قد تستمر معهم لسنوات؛ ما يستدعي تدخلات عاجلة لتوفير الدعم النفسي والاجتماعي لللازمين لهم، بهدف تمكينهم من تجاوز هذه الأزمات والإسهام في بناء مجتمعات مستقرة.

بناء السلاح

تساعد مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي الأطفال على تجاوز آثار الحروب؛ من خلال توفير الأدوات التي تمكّنهم من التعامل مع مشاعرهم وتجاربهم الصادمة بشكل صحي وبناء. ومن هذه المهارات:

● **إدارة المشاعر والتعامل مع الصدمات:** أحد أهم جوانب التعلم الاجتماعي العاطفي هو تعليم الأطفال كيفية إدارة مشاعرهم، خاصة في ظل الصدمات النفسية التي قد يتعرضون لها بسبب الحروب. تعلم مهارات مثل التعرف إلى المشاعر، كالخوف والحزن والغضب، وكيفية التعامل معها بطريقة صحية يمكن أن يساعد الأطفال على تقليل تأثير الصدمات النفسية. كما يمكن للأطفال - بدلًا من الانغماس في مشاعرهم السلبية أو الهروب منها - تعلم تقنيات مثل «التنفس العميق» أو «التأمل» للحد من القلق والتوتر.

● **بناء الثقة بالنفس:** تساعد برامج التعلم الاجتماعي العاطفي الأطفال على تعزيز تقديرهم لذاتهم من خلال تعزيز مهاراتهم في التعامل مع الصعاب. قد يشعر الأطفال الذين يعانون تأثيرات الحرب بالإحباط أو العجز، لكن من خلال تعلم مهارات، مثل حل المشكلات واتخاذ القرارات، يمكنهم استعادة شعورهم بالقوة والقدرة على مواجهة التحديات. كما أن تعزيز الثقة بالنفس يساعدهم على تطوير مرونتهم العقلية والعاطفية؛ ما يساهم في قدرتهم على التعافي من المحن.

ترك النزاعات المسلحة أثرًا عميقًا في التطور العاطفي والاجتماعي للأطفال؛ إذ تتجاوز آثارها الجوانب المادية لتتغلغل في حياتهم النفسية والعلاقات الاجتماعية. يعيش الأطفال في بيئات تسيطر عليها الفوضى والخوف؛ ما يُشعرهم دائمًا بعدم الأمان. ويؤثر هذا الشعور سلبيًا في قدرتهم على تطوير الثقة بالآخرين، وهو عنصر أساس لتكوين علاقات اجتماعية صحية.

على الصعيد العاطفي يؤدي التعرض المستمر للعنف والمآسي إلى مشاعر الحزن واليأس وحتى الغضب المكبوت، وقد يصبح الأطفال أكثر عرضة للاكتئاب والقلق واضطرابات ما بعد الصدمة. كما أن هذه المشاعر قد تجعلهم غير قادرين على التعبير عن أنفسهم بشكل سليم؛ ما يعيق قدرتهم على التفاعل مع محيطهم بطرائق إيجابية وبناءة.

أما على الصعيد الاجتماعي، فإن انقطاع الأطفال عن بيئتهم التعليمية أو انفصالهم عن أسرهم بسبب النزاعات يُضعف قدرتهم على التفاعل مع أقرانهم. غالبًا ما يعاني الأطفال في مناطق النزاعات صعوبة في تكوين صداقات أو بناء شبكات دعم اجتماعية. قد يؤدي هذا الانقطاع إلى عزلتهم ويعرقل نموهم الاجتماعي؛ الأمر الذي يحد من قدرتهم على التكيف مع الحياة الطبيعية لاحقًا.

إضافة إلى ذلك يعاني الأطفال قلة النماذج الإيجابية في بيئاتهم. في ظل النزاعات، قد يفقدون القدوة التي توجههم نحو القيم الإنسانية، مثل التعاون والتسامح. وبدلًا من ذلك قد يتعلمون أن العنف هو الوسيلة الوحيدة لحل الخلافات؛ ما يشكل تهديدًا كبيرًا لمستقبلهم كمواطنين فاعلين ومسالمين. لذلك فإن آثار النزاعات والحروب في التطور العاطفي

التأقلم مع بيئات جديدة، مثل اللجوء إلى مناطق آمنة أو تغيير المدرسة بسبب النزوح؛ ما يجعلهم أكثر مرونة وقدرة على التأقلم بسرعة مع التغيرات الجذرية في حياتهم. تساعد هذه المهارات على تقليل شعورهم بالقلق حيال المستقبل، وتمكّنهم من الاندماج بشكل أفضل في بيئات جديدة.

● **تحسين الأداء الأكاديمي:** لا يقتصر التعلم الاجتماعي العاطفي على تعزيز المهارات الاجتماعية والعاطفية، بل يساهم في تحسين الأداء الأكاديمي؛ فالأطفال الذين يتعلمون كيفية تنظيم مشاعرهم والتعامل مع الضغط النفسي بشكل أفضل يستطيعون التركيز على دراستهم وتحقيق النجاح الأكاديمي، وهو أمر مهم لبناء مستقبل مستقر بعيداً عن تأثيرات الحرب.

● **إعادة بناء المجتمعات:** عندما يكتسب الأطفال المهارات الاجتماعية والعاطفية يصبحون قادرين على إحداث تغيير إيجابي في مجتمعاتهم. ومن خلال المشاركة الفعالة في أنشطة مجتمعية وحملات توعية، يمكن للأطفال أن يكونوا جزءاً من عملية بناء السلام في مناطقهم. وعبر العمل الجماعي والتعاطف مع الآخرين والقيادة المسؤولة، يستطيع الأطفال الإسهام في خلق بيئة أكثر سلاماً وتعاوناً.

السبل المستقبلية لتحقيق الأثر

لضمان تحقيق أثر التعلم الاجتماعي العاطفي لا بد من توسيع برامج التعلم الاجتماعي العاطفي للأطفال المتأثرين بالحروب في مناطق النزاع؛ إذ لا بد من تبني استراتيجيات شاملة تضمن الوصول إلى أكبر عدد من الأطفال، وتساعدهم على التغلب على آثار الحروب وبناء مستقبل أفضل. ومن هذه الاستراتيجيات الفعالة:

■ **تكامل البرامج مع التعليم الرسمي وغير الرسمي:** يجب إدماج التعلم الاجتماعي العاطفي ضمن المناهج الدراسية في المدارس في مناطق النزاع، مع تقديم محتوى مرّن يمكن تعديله حسب احتياجات الأطفال المتأثرين بالحروب. كما يمكن دمج هذه البرامج في الأنشطة غير الرسمية، مثل الأندية الشبابية أو المخيمات الصيفية، لتوفير بيئة تعليمية شاملة تتضمن اللعب والمشاركة المجتمعية.

● **تعزيز التعاطف وفهم الآخر:** مهارة التعاطف جزء أساسي من التعلم الاجتماعي العاطفي؛ حيث تساعد الأطفال على فهم مشاعر الآخرين ومعايشتها. في مناطق النزاع يتعرض الأطفال عادةً إلى بيئات قاسية مليئة بالتوترات بين المجتمعات المختلفة. يمكن أن يساهم تعليمهم مهارات التعاطف في تعزيز التسامح وفهم اختلافات الآخر؛ ما يساعد على بناء علاقات اجتماعية صحية ومستقرة. يعزز هذا التعاطف مع الآخرين أيضاً من قدرة الأطفال على التواصل بشكل إيجابي والعمل الجماعي.

● **تحقيق الشعور بالانتماء والارتباط:** من خلال التعلم الاجتماعي العاطفي يمكن للأطفال أن يتعلموا كيفية بناء علاقات إيجابية مع أقرانهم ومع أفراد المجتمع. في مناطق الحروب، حيث يعاني الأطفال التهميش والعزلة، يمكن أن تساعد مهارات التواصل والتعاون على إيجاد شعور بالانتماء. تؤدي هذه العلاقات الاجتماعية إلى تعزيز الدعم الاجتماعي بين الأطفال؛ ما يساهم في تحسين صحتهم النفسية ويجعلهم يشعرون بأنهم ليسوا وحدهم في مواجهة صعوباتهم.

● **تعليم مهارات حل المشكلات والتفكير النقدي:** في ظل الظروف التي تفرضها الحروب، يجد الأطفال أنفسهم في مواقف مليئة بالتحديات. يمكن أن تساعدهم مهارات التفكير النقدي وحل المشكلات على تحديد الحلول المناسبة للتعامل مع هذه التحديات. من خلال تعلم كيفية تحليل المواقف واتخاذ القرارات بناءً على الخيارات المتاحة، يكتسب الأطفال أدوات عقلية تساعد على اتخاذ قرارات أفضل والتعامل مع الصعاب اليومية بطريقة فعّالة.

● **تعزيز الأمل والتفاؤل بالمستقبل:** يمكن أن تخلق الحروب بيئات منغمسة باليأس، لكن من خلال مهارات مثل تحديد الأهداف يمكن للأطفال إعادة اكتشاف أملهم في المستقبل. يعزز تعلمهم كيفية وضع أهداف صغيرة وقابلة لتحقيق شعورهم بالتقدم والتحسين. قد تتعلق هذه الأهداف بتحسين وضعهم التعليمي والاجتماعي أو العاطفي، وتمنحهم شعوراً بالتحكم في حياتهم حتى في أوقات الأزمات.

● **التكيف مع التغيير:** القدرة على التكيف مع التغيير هي مهارة حيوية أخرى تساعد الأطفال على تجاوز آثار الحروب. تعلم الأطفال كيفية

كيف نحول الأطفال من ضحايا للظروف إلى صانعي سلام وقادة تغيير في مجتمعاتهم؟



الأنشطة الفنية والرياضية تعزز التعاون وتعلم الأطفال كيفية التعبير عن مشاعرهم

■ **التقييم المستمر والتكيف مع الاحتياجات:** لا بد من تقييم برامج التعلم الاجتماعي العاطفي بشكل دوري لمعرفة مدى فعاليتها، وتحديد التحديات التي يواجهها الأطفال في التطبيق. وبناءً على هذه التقييمات يمكن تعديل البرامج لتناسب احتياجات الأطفال المتغيرة، خاصةً في مناطق النزاع التي قد تتعرض ظروفها لتحويلات سريعة.

السلم يبدأ من الطفل

لا يخلو عالمنا اليوم من الحروب والصراعات، ويبقى الأطفال هم الأكثر تأثرًا. لكنهم في الوقت ذاته يحملون القدرة على التغيير وبناء المستقبل؛ فمن خلال تعلم المهارات الاجتماعية والعاطفية يمكنهم أن يتحولوا من ضحايا للظروف إلى صانعي سلم وقادة تغيير في مجتمعاتهم.

إن الاستثمار في تعليم الأطفال كيفية التعامل مع مشاعرهم وفهم الآخرين وحل المشكلات بشكل بناء، ليس وسيلة لشفائهم فحسب؛ بل هو أساس لبناء مجتمعات أكثر تسامحًا واستقرارًا. وكلما توسّع نطاق هذه البرامج في مناطق النزاع كان الأمل في غدٍ أفضل أقرب؛ فالأطفال هم مفتاح السلم، وإذا منحناهم الأدوات التي يحتاجون إليها، فإنهم سيصنعون المستقبل الذي يستحقونه، ويكونون هم أنفسهم القوة التي تنقلب بها مجتمعاتهم من الدمار إلى الأمل، ومن الحرب إلى السلم.

■ **التدريب المستمر للمعلمين والمرشدين:** من الضروري توفير تدريب مستمر للمعلمين والمرشدين على تقنيات التعلم الاجتماعي العاطفي، بحيث يكون لديهم الأدوات والمهارات اللازمة لدعم الأطفال المتأثرين بالحروب. يمكن أيضًا تقديم ورش عمل تدريبية تركز على كيفية التعامل مع الأطفال الذين يعانون الصدمات النفسية، وكيفية دمج مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي في حياتهم اليومية.

■ **المشاركة المجتمعية والشراكات المحلية:** يجب أن تشمل استراتيجيات التوسع التعاون مع منظمات المجتمع المدني والمؤسسات المحلية والحكومات؛ لتوفير بيئة داعمة لتنفيذ هذه البرامج، ويمكن لهذه المنظمات أن تساعد على نقل البرامج إلى المناطق التي يصعب الوصول إليها، وتقديم الدعم النفسي للأطفال في مخيمات اللاجئين أو المناطق المتضررة من النزاع. كما يمكن إشراك أولياء الأمور والمجتمع المحلي في تنفيذ البرامج لتعزيز ثقافة السلم والوعي العاطفي.

■ **التنمية المهنية للأطفال عبر الأنشطة الفنية والرياضية:** يمكن تعزيز برامج التعلم الاجتماعي العاطفي من خلال الأنشطة الفنية والرياضية التي تعزز التعاون، وتعليم الأطفال كيفية التعبير عن مشاعرهم بطرائق إيجابية. على سبيل المثال يمكن تنظيم ورش عمل للرسم أو الدراما أو المسرح، إضافة إلى الأنشطة الرياضية التي تعلم الأطفال العمل الجماعي والتحمل والتعامل مع الضغوط النفسية؛ حيث تسهم هذه الأنشطة في تعزيز الثقة بالنفس والقدرة على التعامل مع التحديات.

■ **تقديم الدعم النفسي بالتوازي مع برامج التعلم الاجتماعي العاطفي:** من المهم أن تكون برامج التعلم الاجتماعي العاطفي جزءًا من إطار أكبر يشمل الدعم النفسي للأطفال المتأثرين بالحروب. ويمكن تقديم خدمات الإرشاد النفسي والمشورة للأطفال وأسرهم، خاصةً في المناطق التي تعاني الصدمات النفسية العميقة، وإتاحة بيئة آمنة للأطفال تمكّنهم من التعبير عن مشاعرهم بطرائق تساعد على التعافي العاطفي والاندماج في البرامج التعليمية.

■ **توظيف القصص والحكايات لتعليم السلم:** يمكن استخدام القصص - حقيقية كانت أو خيالية لنقل دروس عن التسامح والتعاون وفهم الآخر. هذه القصص يمكن أن تكون أداة قوية لتعريف الأطفال بمفاهيم السلم وكيفية بناء مجتمعات خالية من العنف. يمكن للأطفال أيضًا كتابة أو تمثيل قصصهم الخاصة لتشجيعهم على التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم بشكل إبداعي.