



# دائرة التربية والتعليم مركز الخدمات النفسية



## كيف نقدم الدعم والرعاية النفسية والجسدية للأطفال في ظل الظروف الصعبة:

- إيجادا طرق إيجابية لمساعدة الأطفال، التعبير عن مشاعرهم كالخوف والحزن.
- كل طفل لديه طريقة بالتعبير عن المشاعر كاللعب، الرسم وفعاليات متنوعة.
- كلما استطاع الطفل التعبير عن هذه المشاعر ضمن بيئة داعمة وتحفيز على التواصل يساعد الطفل أن يجتاز الأزمة بسلام وأمان نفسي.
- على الأهل إدارة مخاوفهم والتصرف بهدوء بعيداً عن الفزع أمام أطفالهم خوفاً من تقليد سلوك الأهل.
- تقديم المعلومات على ما حدث بطريقة مطمئنة وصادقة وتجنب تداول الشائعات والمعلومات الغير مؤكده.
- استغلال الوضع الحالي أي الالتزام بالبيت للعب مع الأطفال، التحدث والتواصل مع بعض.
- التعامل مع الأطفال في ظل تفشي فايروس كورونا يجعل تحدي لكثير من الأهالي في كيفية الإجابة على تساؤلات الأطفال بطريقة واضحة ومبسطة.

## مثل:

### لماذا لا نذهب الى المدرسة؟

بسبب انتشار فيروس كورونا وهو مرض معدى وينتشر بشكل سريع، والشخص المصاب لا تظهر عليه العوارض مباشرة وخلال هذا الوقت يكون الشخص قادراً أن يُعدي الآخرين.

### أن يسألني طفلي متى سنعود الى المدرسة؟

لا نعطي إجابة محددة أو تاريخ محدد بل نقول: سنعود إلى المدرسة حتى يتم السيطرة على فيروس كورونا وحسب تعليمات وزارة الصحة.

### هل سأمرض؟

جميع الناس معرضة للإصابة بفيروس كورونا، لكن عدد الأطفال الذين مرضوا حتى اليوم قليل جداً، وهم قادرون على الشفاء لأن أجسامهم قوية وقادرة على الدفاع عن نفسها.

لطلب المساعدة والاستشارة للإرشاد النفسي والتربوي

عليكم التوجه لمركز الخدمات النفسية التربوية

04-6580100