

الدليل العملي لرعاية ضحايا الصدمة

عدد 1

التعامل مع الأطفال

(وقت الأزمات)

د. مأمون مبيض

عدد 1 - 2012

التعامل مع الأطفال (وقت الأزمات)

مقدمة

ينمو كثير من الأطفال في معظم أنحاء العالم -مع الأسف - في جو من العنف والإرهاب والنزاعات العسكرية. ولا شك أن تدور في أذهانهم الكثير من الأسئلة الملحة حول الأزمات التي نواجهها مثل الحروب وأسباب النزاعات وموقف الإنسان منها. ويمكن لهذه الأسئلة والأفكار أن تؤثر كثيراً على نمو الأطفال وفهمهم لأنفسهم ولغيرهم وللعالم من حولهم. ولا غرابة أن يسأل الأطفال في وقت الحروب أسئلة معقدة وصعبة، ويتعقد الموقف أكثر في هذا الوقت إذ تعج وسائل الإعلام صباح مساء بأخبار هذه النزاعات والحروب. مع نقل الصور الفورية، والأصح أن وسائل الإعلام هذه تنقلنا وأبناءنا إلى موقع الحدث أو الانفجار أو القتل.

وما يقلق الآباء والمعلمين والمربين هو كيفية حماية صغارهم من التأثيرات الضارة لكل هذه الأحداث. فنجد الآباء يسألون عن الطريقة المثلى للتعامل مع الأبناء والصغار في هذه الظروف الصعبة، وعن المعلومات التي يفيد إطلاعهم عليها.

تفاعل الأولاد مع الحروب والنزاعات



تختلف ردود أفعال الصغار لأخبار الحروب والنزاعات والصور المرافقة لها، بسبب عوامل كثيرة مثل عمر الطفل وشخصيته والتجارب التي مر بها في حياته، وعلاقته بمن حوله كالوالدين وغيرهما. وأكثر ما يزعج الأطفال الصغار قبل المرحلة المدرسية هي المناظر المرعبة والمؤلة وكذلك أصوات الدويّ والانفجارات.

وليس مُستغرباً أن يخلط أطفال هذه السن بين الحقيقة وبين خيالاتهم، وفي تقديرهم لحجم الأخطار والأذى الذي قد يلحق بهم أو بغيرهم. ومن السهل أن تسيطر مشاعر الخوف والقلق على هؤلاء الأطفال، فيصعب عليهم إدراك حقيقة الأمر، وإبعاد الأفكار المخيفة عن أذهانهم.

وبينما يمكن لأطفال المرحلة المدرسية التفريق بين الحقيقة والخيال، إلا أنه يصعب عليهم في بعض الأوقات الفصل بينهما، فقد يخلط الطفل بين مشهد من فيلم مخيف وبين منظر من مناظر الأخبار، مما يدفعه إلى المبالغة في حقيقة الأخبار، وقد لا ينتبه الطفل إلى أن بعض المشاهد الإخبارية يعاد عرضها مرات ومرات، ولا يدرك أنها تتكرر من جديد.

وبسبب وضوح الصور المنقولة فقد يشعر الطفل أن الحدث قريب منه كثيراً. وربما في الشارع الذي يسكنه.

أما أطفال المرحلة الإعدادية وشباب الثانوية فنجدهم أكثر اهتماماً بالناقشات المتعلقة بحالة الأزمة الحالية.

ويمكن لشخصية الطفل وطبيعته المزاجية أن تؤثر كذلك في تفاعله مع الحدث. فبعض الأطفال أكثر عرضة للخوف والقلق بسبب طبيعتهم النفسية. بالتالي يحرك عندهم الخبر الخطر مشاعر الخوف والاضطراب.

و لا ننسى أن الأطفال يتفاوتون كذلك في طبيعة علاقتهم مع الأزمات الواقعة وخاصة الحرب أو النزاع. فقد يكون لبعضهم أقارب أو أناس من نفس الجنسية أو الهوية أو الديانة لهم تدخل مباشر في الحرب أو القتال الدائر. ولا شك أن هؤلاء الأطفال أكثر عرضة للتأثر بالأحداث الدائرة. وقد يميل الأطفال الكبار إلى ربط أخبار الحرب أو القتال بأموورهم وظروفهم الشخصية وكأنها تتعلق بهم مباشرة.



ومن أكثر ما يشغل ذهن الأطفال الصغار هو الخوف من الافتراق عن الوالدين. ومفهوم الخير والشر. والخوف من العقاب. وقد يسأل الطفل الصغير فيما إذا كان سلوكه حسن أو سيء. معتقداً أن الحرب قد وقعت على الأطفال الذين يشاهدهم في الأخبار بسبب أن سلوكهم مع والديهم لم يكن حسناً. لذلك فالحرب عقاب لهم!

وبسبب اهتمام الأبناء الكبار بقضايا السياسة والأخلاق والمبادئ فقد يعمدون إلى التأمل والتفكير في القضايا الفلسفية والأخلاقية العامة. وفي طبيعة الحكومات والسياسات والخدمة العسكرية. ومن الأطفال من يأخذ الموقف المعاكس فيصبح غير مبالي بما يرى أو يسمع من أخبار الاقتتال والدمار. وقد يكون ذلك بسبب كثرة المعلومات والصور والأخبار التي تعرض على هؤلاء مما يصيبهم بشئ من حس الخدر. وبسبب انتشار ألعاب الحاسوب الإلكترونية وغيرها فقد لا يشعر الطفل أنه أمام مناظر حقيقية وضحايا ودماء وقتلى.



كيفية التعرف على أفكار ومشاعر الأبناء وقت الأزمات...

قد لا يكون من السهل معرفة ما يدور في ذهن الأطفال عندما يكونوا تحت تأثير صدمة أخبار شديدة أو مزعجة. وقد يتردد الطفل في الحديث عن مخاوفه. خاصة أنه قد لا يكون قد انتبه إلى مدى تأثير الأخبار عليه.



و يمكن للأطفال أن يشعروا بمخاوف متعددة وبشكل يخالف توقعات الأهل. فقد يخاف الطفل من ركوب الحافلة بعد أن رأى في الأخبار حافلة تنفجر مثلا. أو يخاف من الذهاب إلى المدرسة بعد أن شاهد مدرسة تتعرض للقصف. ويمكن للآباء أن يتنبهوا إلى

المؤشرات التي توحى بكيفية تعامل الطفل مع مثل هذه الأحداث والأخبار. وليس بالضرورة أن يكون لعب الأطفال لألعاب القتال والحروب مؤشراً إلى مشكلة نفسية عندهم. فهذا أمر طبيعي عند الصغار. وقد يزداد هذا النوع من اللعب وقت الحروب. فيحاول الأطفال محاكاة ما يشاهدونه، أو القيام بأعمال الانتقام. معتقدين بأنهم يساهمون في حل بعض النزاعات التي يرونها أمامهم.



ومن المؤشرات القوية لتأثر الأطفال بالحرب والقتال:

- تراجع الطفل أو نكوصه إلى سلوك طفولي كان قد نما وتجاوزته في مرحلة من مراحل عمره السابقة. مثال الخوف من النوم منفرداً، والتبول اللاإرادي، ومص الإصبع وغيرها من تصرفات تميّز من هم أصغر منه سناً.
- التعلق الزائد بأحد والديه أو كليهما، وقلقه إذا ابتعد عنهما ولو لوقت قصير.



- الانطواء الشديد الذي لا ينسجم مع طبيعة نفسيته السابقة.
- اضطراب النوم والكوابيس الليلية.
- التعلق الوسواسي القهري بأمور الحرب كتكرار الأسئلة المتعلقة بهذه الحرب.
- الخوف من أمور لم يكن يخافها من قبل كالظلمة والليل.
- السلوك العدواني من الضرب والاعتداء على الأصدقاء أو غيرهم.



كيفية التحدث مع الأبناء عن الحروب والأزمات الأخرى...



ثمة معتقد خاطئ عند الناس مفاده أن الحديث عن الحرب أو القتال أو أي أزمة أخرى مع الأطفال من شأنه أن يزيد لديهم المخاوف والقلق. ولكن العكس هو الصحيح. وإن كان الأمر يتوقف ولحد كبير على طريقة الحديث والحوار معهم. والأخطر من الحديث المباشر والصريح هو أن يحتفظ الطفل بمخاوفه الخاصة التي لا يتحدث عنها مع غيره.

وكما هو الحال مع المواضيع الأخرى في الحياة، يجب الانتباه للمراحل العمرية المختلفة ولمرحلة نمو الطفل و مدى فهمه واستيعابه للأمور. وبالرغم من أن الأطفال الصغار وحتى الذين في الرابعة أو الخامسة من العمر يمكن أن يدركوا طبيعة أعمال العنف، إلا أنه ليس بالضرورة أن يعرف كلهم كيفية الحديث عما يشغلهم ويقلقهم. ولذلك فقد يحتاج الأهل أحياناً أن يبدووا هم بالحديث مع أبنائهم عن مشاعرهم اتجاه هذه الأحداث، مما يسهل على الأطفال الانفتاح والحديث عما بداخلهم أيضاً.

ويمكن أن يبدأ الوالدان بسؤال الطفل عما يمكن أن يكون قد سمع من أخبار، أو عن رأيه فيما يجري من أحداث. وعلى الأهل أن يمسكوا أنفسهم عن محاولات إلقاء المحاضرات على الأطفال حتى يتعرفوا أولاً على الأمور المهمة التي تشغل بالهم، فقد تكون غير ما يتوقعه الأهل.

ويمكن الاستفادة من بعض الظروف الطبيعية ومنها مثلاً عندما يشاهد الجميع نشرة الأخبار، أو عندما تحدث بعض الأمور كظهور المناقشات على شاشة التلفاز، أو عند جمع التبرعات لصالح ضحايا تلك الأزمات.

وليس من الطبيعي أن يكون النقاش في هذه المواضيع المشحونة بالعواطف في جلسة واحدة، ولكن لا بد من زيارة الموضوع كلما دعت الحاجة. وقد تستجد بين الحين والآخر قضايا وتفصيل جديدة تستدعي الحديث مجدداً.

ويمكن للأهل محاولة التوسع في فتح مواضيع أخرى وثيقة الصلة بما يجري كمواضيع العدل والسلام واللاعنف في الحياة. وقد يتطلب الأمر في بعض الحالات التعرض لمعلومات جغرافية عن منطقة معينة لها صلة بالأزمة الواقعة، أو بعض المعلومات التاريخية، أو الحديث عن ثقافة وتقاليد مجموعات من الناس أو الشعوب أو الدول. ولا بأس من محاولة ربط موضوع حلّ النزاعات الدولية مثلاً بحلّ النزاعات المحلية في البلد الذي يعيش فيه الطفل، أو الخلافات البسيطة التي تنشأ بين الأطفال، وكيف يمكنهم حلّ هذه الخلافات بطريقة سلمية.

وعلى الأهل احترام رغبة الطفل إن لم يُرد الحديث في الموضوع في بعض الأوقات عندما لا يكون مرتاحاً للأمر. وعلى الأبوين الانتباه لبعض المؤشرات الكلامية وغير الكلامية التي ترافق حديث الأطفال. ومنها:



- تعبيرات وجه الطفل.
- حركات جسم الطفل وما يحاول التعبير عنه.
- سلوك الطفل في اللعب.
- طبقة صوت الطفل.
- التعابير والكلمات التي يستعملها الطفل للتعبير عما في نفسه.



يدرك معظم الناس الآن أن المعلومات والأخبار أصبحت أكثر انتشاراً وأسهل في الحصول عليها. وأنها متاحة للصغار والكبار سواءً من التلفاز أو الشبكة الالكترونية أو الصحف والمجلات وغيرها. ويجب الانتباه هنا إلى نوعية وكمية الأخبار التي يتلقاها الأطفال وخاصة الصغار منهم. فإنه لا يُنصح أن يطلع الأطفال على كثير من هذه الأخبار أو على المشاهد المخيفة من الأحداث. وقد يحتاج الأهل الحدّ من كمية هذه الأخبار ونوعيتها.

وسنأتي إلى هذا الموضوع بعد قليل. المهم أن يساعد الأهل أبنائهم على استيعاب هذه المعلومات وفهمها لإدراك الحقائق وتصحيح سوء الفهم لديهم إن وجد. وتمكنهم من الخروج منها بما يعطيهم الأمل في المستقبل. ولا بد من التعرض لمشاعر الأطفال بالنسبة لهذه الأخبار أو الأحداث. وليس مجرد الاهتمام بالجانب الفكري أو المعرفي. ولا ننسى أن مثل هذه المواضيع تتيح فرصة طبيعية ليتحدث الوالدان عن نظرتهم ورأيهما في أمور متعددة مرتبطة بالموضوع كالعدل والظلم، أو العصبية والموضوعية، أو التسامح والكرهية، أو العنف واللاعنف، أو المواقف النمطية عند الناس، وغيرها من أمور الحياة.

ومن المفيد التحلي بالحوار الصريح والمنفتح، دون أن يقدم الأهل آراءهم على أنها حقائق مطلقة. ويجب أن يتيح الحوار فرصة لاختلاف الآراء والتعبير عنها. وإن إشعار الطفل بخطأ أفكاره أو مشاعره قد يدفعه لينسحب من الحوار والنقاش، أو قد يجعله يشعر بأنه طفل سيء أو أنه لا يحسن التصرف.

نصائح بسيطة ومهمة في جلسة الحديث مع أبنائك

- استمع واستمع. واستمع من جديد لما يقوله أبنائك.
- أظهر احترامك لابنائك حتى ولو لم توافقهم على ما يقولون. حيث يمكن الرد على أحدهم بالقول: "أنا أحترم رأيك هذا".
- حاول قدر الإمكان النظر في عيني طفلك أثناء الحوار.
- تصيّد الظروف المناسبة لشرح بعض الأفكار الأساسية.
- قل الحقيقة.
- يتعلم الأبناء بمراقبة الآخرين. فكن قدوة حسنة لهم.
- اقض مع أبنائك وقتاً مشتركاً وحرّاً من دون قيود أو تعليمات.

- أظهر أنك مهتم حقاً بأبنائك.
- حاول ألا تنتقد أي أحد من أبنائك.
- أعط أبنائك كل انتباهك وتركيزك.
- تذكر أنك تتحاور مع أبنائك بالكلمات والتعبير والحركات جميعاً.
- ذكر كل أبنائك بأن لهم مكاناً خاصاً عندك.
- شجع ابنائك على الحديث عن مشاعرهم. مثل أن تقول لابنك: "يبدو أنك منزعج. حدثني عما يشغلك".
- شارك أبنائك أفكارك ومعتقداتك. كأن تقول لهم: "أنا أشعر.. أنا أرى..".

كيف يمكن أن تطمئن أبنائك؟

من المفيد جداً أن يظهر الأهل للطفل بأنهم يدركون مشاعره. وعليهم تجنب التقليل من قيمة هذه المشاعر. فإن هذا، مثل الانتقاد أو غيره قد يشعر الطفل بالخرج. ومن شأن الحديث عن العواطف والمشاعر أن يخفف من شعور الطفل بالقلق والخوف.

ويمكن للوالدين تطمين الطفل بتقديم معلومات وحقائق عما هو متوفر لحماية الناس ومنهم الأطفال. كوجود رجال الشرطة والأمن. ومن خلال ما يمكن أن يقوم به الطفل في حال خوفه كحديثه مع أحد الكبار كوالديه. وليحاول الأبوان تجنب وضع الاحتمالات والافتراضات أمام الطفل. والأفضل منها هو تقديم المعلومات الحقيقية. ولكن البسيطة والواضحة.

ومن الأمور المهمة إدخال الطمأنينة إلى نفس الطفل والأسرة جميعاً عن طريق الحفاظ قدر الإمكان على دأب الأسرة في تفاصيل حياتها اليومية. فهذا ما يعيد شيئاً من الشعور

بالأمن السابق للأزمة الحاصلة. ويتم هذا عن طريق اشتراك أفراد الأسرة في أداء الأعمال اليومية البسيطة كتناول وجبات الطعام. والنوم المشترك. والذهاب إلى المدرسة. وغيرها... فكل هذه الأعمال تعطي الطفل شعوراً بأن العالم من حوله يسير بشكل طبيعي كالمعتاد.



وإذا كان أحد أفراد أسرة الطفل أو قريب له في نفس المنطقة التي حدثت فيها الأزمة من حرب أو غيرها. فإن ذلك قد يعرضه إلى المزيد من القلق والخوف. وما يفيد هذا الطفل هو معرفة معلومات حقيقية عن هذا القريب وظروف حياته. ويفضل أن يتصل الطفل بقريبه بالهاتف أو بالمراسلة إن أمكن ذلك ليزيد اطمئنانه. ولا شك أن ما يعين دوماً هو التقاء المرء وحديثه مع الذين يعيشون ظروفاً مثل ظروفه. فهذا يخفف عن الجميع من خلال المشاركة بالمعلومات والتجربة والمشاعر.

ومن الأمور المطمئنة للأطفال أيضاً أن يروا الكبار من حولهم يشعرون بالأمن والاطمئنان. ومن خلال تلقي الدعم النفسي والمؤازرة من قبل هؤلاء الكبار. لا شك أن هذه فرصة مناسبة لشرح مفهوم التوكل على الله مع اتخاذ الأسباب. وأن الشعور بالأمان يأتي من اليقين بأنه "لن يصيبنا إلا ما كتب الله لنا".

نصائح عامة تتعلق بحالة الحرب أو أي أزمة أخرى

- من نعم الله تعالى أنه وضع في الأطفال قدرة عالية على تحمل الصدمات. فبالرغم من إصابتهم بالانزعاج الشديد وقت الأزمات إلا أنهم قادرون مع الزمن. ومع فرص التعبير عن مشاعرهم. على العودة إلى الحياة الطبيعية بشكل أسرع منا نحن الكبار. وقد لا يستفيد الأطفال من جلسات طويلة مليئة بالأسئلة. وإنما يفيدهم أكثر معلومات بسيطة مباشرة وواضحة على تساؤلاتهم. وأن يُستمع إليهم إذا رغبوا بالكلام.
- يجب عدم الإسراع في افتراض ما يمكن أن يكون قد فهمه الأطفال من الأحداث. وعدم الافتراض بأن مشاعرهم أشد من مشاعرنا نحن الكبار. فردود فعل الأطفال للأحداث تختلف كما ذكرنا سابقاً بحسب أعمارهم. وقربهم من الأحداث. وشخصياتهم. وتجاربهم في الحياة. وما قد سمعوه عن الأحداث. وأسلوب أسرهم في الحوار والخطاب. وقلة المشاعر التي قد تظهر على الطفل لا تعني بالضرورة أنه يخفي حقيقة مشاعره.
- من أفضل ما يعين الطفل عندما يطرح سؤالاً علينا هو أن نفهم تماماً سؤاله قبل الإجابة عليه. وقد يشير السؤال أحياناً إلى مشاعر معينة أو فكرة يحملها الطفل. والأمثل أن نتفهم الدوافع التي تقف وراء سؤاله. وخاصة عندما يكون السؤال صعباً. ويمكننا عندها أن نسأل الطفل مثلاً: "وما الذي يجعلك تفكر في هذا؟" أو "أخبرني بم كنت تفكر لتطرح هذا السؤال!" وعندما نعرف مغزى السؤال سنستطيع عندها تقديم الإجابة الفعالة والمرضية بالنسبة له.
- قد يطرح الأطفال أسئلة لا يستطيع أحد الإجابة عنها. وقد تجعل الأهل يشعرون بالارتباك والانزعاج. ويقلقون لأن الأطفال لن يشعروا بالأمان إذا لم يجابون بالإجابات المناسبة. وعادة ما يرتاح الأطفال والمراهقين. مثلنا نحن الكبار. للحديث المباشر والصريح. لذا يفضل الرد مثلاً بأن نقول له: "لا أدري!" أو "سأحاول أن أبحث لك عن جواب".
- يجب أن لا نتردد في حزمنا للأمور عندما نشعر بالحاجة للحزم. فقد يكون أحياناً هو الخيار

الأنسب. كالتقليل مثلاً من أوقات متابعتنا لنشرة الأخبار والصور المؤثرة التي يتكرر عرضها على التلفاز.

- قد تضطر الأسرة أحياناً إلى تغيير نظامها الحياتي المعتاد لبعض الوقت. لذلك يجب الحرص على إعادة نمط هذه الحياة إلى طبيعتها المعتادة. لما في ذلك إدخال شيء من الاطمئنان إلى حياة الأسرة والأطفال. كما ذكرنا سابقاً.

ترشييد التعامل مع وسائل الإعلام

تكثر في هذه الأيام النشرات الإخبارية والبت الإعلامي وقت الأزمات. فهي على مدار الساعة. وتسبب الكثير من هذه المعلومات والصور المرافقة الانزعاج والألم للكبار. فمن باب أولى أن تؤثر في الصغار. وقد تزداد حساسية بعضهم لمثل هذه المعلومات والصور. ويمكن للآباء والمعلمين والمربين الحدّ من التأثيرات السلبية لوسائل الإعلام بمتابعة ما يتعرض له الصغار من هذه الوسائل.

والإرشادات التالية قد تعين في الحدّ من تلك التأثيرات السلبية:

- لا تفترض أن الأطفال لا يعرفون ما يجري من أحداث من المستحيل تقريباً في هذا العصر ألا يلاحظ الأطفال ما يدور من أحداث. فكثير منهم يرون ويسمعون أكثر مما نتوقع. ومن هنا تأتي أهمية سؤالهم عما رأوه أو سمعوه. وعن مشاعرهم حول هذه الأحداث.

• **تنبيه إلى علامات إصابة الأطفال بالقلق**



بعض الأطفال أكثر عرضة للإصابة بالقلق من غيرهم عندما يتابعون نشرات الأخبار. وذلك بحسب أعمارهم ومزاجهم. ويزداد احتمال تعرضهم للقلق إذا كانوا هم أنفسهم ضحايا للعدوان أو الأذى في السابق. كحرب أو عنف أو غيرها. أو إذا كان لهم أقرباء وأسرة تعيش في نفس المنطقة التي حدثت فيها الأزمة. أو إذا كان لهم أقرباء في الجيش أو خدمات الإسعاف أو ما يشابهه.

• **انتبه لما يشاهده الأطفال**

حاول حماية الأطفال من الصور المؤثرة والمعلومات المزعجة في بعض البرامج المعروضة. وحاول ألا ترتكب الخطأ الذي ترتكبه بعض الأسر عندما يبقون التلفاز أو المذياع يعمل طوال الوقت. حتى ولو لم يكن أحد يشاهد أو يستمع. وتجنب متابعة بعض مشاهد التدمير والعدوان التي تكررهما وسائل الإعلام مرات ومرات.

• **ساعد أبنائك الكبار على تحليل بعض المشاهد الإخبارية**

فهذه فرصة مناسبة ليتعلم الأبناء كيفية عمل وسائل الإعلام. فيمكنك مشاهدة بعض النشرات الإخبارية مع الأبناء الكبار ثم الحديث عنها وتحليلها. وشرح لهم كيف أن الإعلام مهنة. وأن القائمين عليه يسعون إلى كسب العدد الأكبر من الزبائن والمشاهدين.

ولذلك يستعملون وسائل متعددة تؤثر في الإخراج الفني لهذا الإعلام.

• وسع دائرة المعلومات

حاول أن تنوع وسائل الإعلام التي تأتيك بالأخبار بين التلفاز والشبكة الالكترونية والصحف، ما يضمن بعض الحيادية للمعلومات، وربما تحتاج أحياناً إلى الرجوع إلى كتب التاريخ وأطلس الخرائط.

• أكد على مبدأ العدل واحترام الحياة

اشرح لأبنائك كيف تثير بعض الأخبار في الإنسان الكثير من عواطف ومشاعر القلق والخوف والغضب، وأنها قد تكون موجهة إلى مجموعة من الناس أو إلى بلد ما، ونبههم إلى المواقف النمطية التي يتخذها الناس، وكيف أن هذه المواقف هي مجرد تبسيط كبير لأُمور متعددة، وكيف أنها قد تكون خطيرة وضارة، واشرح لهم كيف أن العدل والسلام أفضل من الحقد والانتقام والعدوان.

• أكد على الإيجابيات التي يمكن أن تنشأ عن الأزمة

اشرح لأبنائك كيف أن الأزمات لا شك أنها تسبب عواطف الحزن ومشاعر المأساة مع الضحايا وأسرتهم، وأن كل هذا ينشئ بين الناس مشاعر التعاطف والتضامن والتكافل.

• استحث العزيمة لدى الأطفال عوضاً عن الشعور بالعجز



حث الأطفال على أداء عمل إيجابي في نطاق الأزمة الواقعة كالحرب أو النزاع أو غيرها، كجمع التبرعات وحضور ندوات الحوار، فهذا أنفع لهم، ولنا نحن الكبار أيضاً، من مجرد التعاطف والشعور بالإحباط والعجز عن تقديم ما ينفع.

مؤلف الكتيب

الدكتور / مأمون مبيض

استشاري الطب النفسي، مدير إدارة البرامج - مركز التأهيل الاجتماعي "العوين"، عضو لجنة الدعم النفسي - الهلال الأحمر القطري، محاضر في جامعة الملكة في بلفاست - المملكة المتحدة.

يعمل د. مأمون في المعالجات النفسية والسلوكية منذ أكثر من عشرين سنة، وله خبرة واسعة في تقديم الدعم النفسي وقت الأزمات، وخاصة بعد الحروب والكوارث، حيث زار مناطق منكوبة عديدة مثل الضفة الغربية وغزة في فلسطين، وكشمير بعد زلزال ٢٠٠٥، ولبنان بعد الهجوم الإسرائيلي ٢٠٠٦، ومخيم نهر البارد في لبنان عام ٢٠٠٧، وتونس وباكستان، وغيرها...

ويعدو د. مأمون دائماً إلى ضرورة الاهتمام بتقديم الخدمات الطبية والنفسية لكل إنسان حرم حرته، وله مقالات ودراسات نفسية عديدة ومنشورة في المجالات المتخصصة، كما له العديد من الكتب والمطبوعات، منها:

- الصدمات النفسية والإجهاد النفسي عقب الصدمات.
- دور الإيمان في علاج الإجهاد النفسي عقب الصدمات.
- المرشد في الأمراض النفسية واضطرابات السلوك.
- دليل تربية الآباء في تربية الأولاد.
- أولادنا من الطفولة إلى الشباب.
- هوية الطفل.
- التفاهم في الحياة الزوجية.
- الذكاء العاطفي والصحة العاطفية.
- العقل فوق العاطفة (ترجمة).
- معين الآباء في التربية الجنسية للأبناء.

للتواصل أو الاستفسار:

البريد الإلكتروني: Mobayed@hotmail.com

الموقع الإلكتروني: www.mmobayed.com