قوس قزح

إعداد/ محمد فؤاد

تنفيذا لخدمة "نسمعك"

(سياج) توقع اتفاقية تعاون مع مستشفى الرسالة للأمراض النفسية بصنعاء

14 اكتوبر/متابعات:

وقعت منظمة سياج لحماية الطفولة مع مستشفى الرسالة للأمراض النفسية والعصبية بصنعاء اتفاقية تعاون لتنفيذ خدمة "نسمعك" لتقديم الاستشارات والدعم النفسي للأطفال ضحايا الانتهاكات والجرائم و العنف أو الجانحين مجاناً عبر المقابلات المباشرة أو عبر خط المساندة النفسية.

ونصت الاتفاقية التي وقعها عن المنظمة المدير العام أحمد القرشي وعن المستشفى الدكتور منصور علي الشرجي المدير التنفيذي للمستشفى على فتح خطين هاتفيين لاستقبال مكالمات ضحايا العنف والجانحين وتكليف اختصاصيين نفسيين للرد عليها وتقديم الاستشارات النفسية لهم وإحالة من يحتاج الى جلسات مباشرة أو تدخلات علاجية الى الطبيب المختص مع خصم 30 - 40٪ من تكاليف المعاينة والرقود إن لزم الأمر.

وتسعى منظمة سياج الى بناء قدرات وتطوير أداء العاملين في قسم المساندة النفسية بالمستشفى مهنيا وتحسين الأداء الإداري لخدمة "نسمعك" والسعي لتخصيص غرفة استماع خاصة بالمشروع مزودة بما تحتاجها من أدوات.

كما تسعى المنظمة إلى تنفيذ العديد من المواد الدعائية لكسر الحاجز بين الضحايا وطلب التدخلات النفسية أو مقابلة الطبيب النفسي التي يتهيبها الكثيرون أو يرون أنها غير مهمة في حياتهم وذلك من خلال توعيتهم بأهمية الاستشارات والعلاج النفسي من خلال سعي الطرفين لتنفيذ أنشطة وفعاليات وبرامج مشتركة وذات صلة بالدعم النفسي.

ويلتزم الطرفان بالحفاظ على سرية جميع البيانات والمعلومات المتعلقة بالضحايا حسبما تمليه أخلاقيات المهنة في المستشفى وسياسة الحماية والمناصرة لدى منظمة سياج.

وتأتي هذه الاتفاقية تدعيما للشراكة التي وقعها الطرفان في 27 / 7 / 2009 م لتقديم العون النفسي للأطفال ضحايا الجرائم والعنف واستجابة للواجب الإنساني تجاه هذه الشريحة التي تزداد يوميا في ظل ثقافة مجتمعية لا ترى في الدعم النفسي ضرورة إن لم تكن تراه شيئاً معيبا.

وتأتي أهمية الاتفاقية في أنها محاولة عملية لتقديم العون النفسي للأطفال الضحايا أو الجانحين وستسعى منظمة سياج الى تطوير هذه الخدمة وتوسيع نطاقها من خلال البحث عن شركاء والاستفادة من خبرات وتجارب مؤسسات دولية وإقليمية سبقت في هذا الاتجاه والتشبيك والتعاون مع المؤسسات المحلية ذات الصلة.

صباح الخير

قصة صبي خرج لينسى الخوف !!

قصة / ايرميلا بريندر

كان هناك صبي يخاف من كل شيء ومن أي شيء يخاف من الظلام ،ومن السيارات ،ومن الناس ومن الحيوانات ،ممن هم مثله ،مثلك ومثلي .

ولكنه كان يتمنى أن يكون شجاعا ،فخرج ذات يوم لينسى الخوف..

ففي أول الأمر ذهب إلى طيار ، كان يقود طيارته عاليا في الهواء ، هناك في الطبقات العليا فوق البحر ، فقال الغلام : " من يفعل ذلك لابد وأنه لايخاف " ..

وسأل الطيار : "هل تخشى شيئا ؟ " .

فأومأ ذلك برأسه ثم أجاب : "إنني أخشى أن يتوقف جهاز الإرسال عندي بسبب الضباب ، وأظل معلقا عند جبل .. إنني اخشى أن يدس احد قنبلة في الطيارة .. إنني أخاف الإصابة بالمرض ، وأحيانا يعتريني خوف لا اعرف مصدره ".

وسأله الغلام : "وماذا تعمل حينئذ ؟ فأجاب الطيار :"إنني أطير باحسن ما يمكنني ،وأكون حذرا كلما أمكن ذلك ، وفيما عدا ذلك اترك الأمور تسير كما هي ".

وبعد ذلك ذهب الصبي إلى بطل في سباق السيارات ، يقطع بسيارته نفس الطرق التي طالما صرع فيها متسابقون غيره ، وثم راح يسأله :" هل تخشى شيئا ؟ " .

وأومأ ذلك برأسه ثم أجابه : "إنني أخشى أن انحرف عن الطريق فتنقلب سيارتي وتشتعل ، إنني أخشى أن يصطدم آخر بسيارتي ،فنقضي كلانا بقية حياتنا مشوهين.

فسأله الغلام : "وماذا تعمل حينئذ ؟ "

فأجاب بطل سباق السيارات : " إنني ابذل كل طاقتي ، وفيما عدا ذلك اترك الأمور تسير كما هي " .

وبعد ذلك ذهب الصبي إلى مصارع ثيران ،طالما وقف أمام ثور هائج ، يحاول قتله حتى لا يصرعه الثور أو على الأقل يؤذيه .

وسال الغلام مصارع الثيران : "هل تخشى شيئا ؟ ".

وأومأ ذلك برأسه ثم قال :" إنني أخشى أن يكون الثور أسرع مني ويخطفني فوق قرنه.. إنني أخشى أن أقدم عرضا رديئا فيسخر مني الجمهور . إنني أخاف من اللحظة التي لا استطيع فيها أن أصارع الثور ،وأحيانا يعتريني خوف لا اعرف مصدره " .

فسأله الغلام : " وماذا تعمل حينئذ ؟"

فأجاب مصارع الثيران : " إنني اصرع الثور بكل ما أوتيت من قوة ،وفيما عدا ذلك اترك الأمور تسير كما هي ":

وقارن الغلام الإجابات الثلاث فوجد أنها متشابهة جدا ،فتوقف عن السؤال ..وبذل كل طاقته ..ثم ترك الأمور تسير كما هي.

اللعب بالأنف ومص الإبهام.. سلوكان لا نحبهما في أطفالنا !!

30 إلى 60 ٪من الأطفال والمراهقين يقضمون أظفارهم

عادة اللعب بالأنف شائعة في الطفولة إلا أنها قد تستمر إلى مرحلة البلوغ

14 اكتوبر/متابعات:

العادة السيئة هي نمط سلوكي متكرّر يقوم به الشخص دون وعي. ولكن بالرغم من أن الأطفال قد لا يكونون مدركين لعاداتهم السيئة إلا أن آباءهم ليسوا محظوظين جدا.

وإذا كان طفلك الصغير يحشر إصبعه في انفه، أو يمص إبهامه، أو يلعب بشعره طوال الوقت، فلا تتفاجأ إذا قلنا لك إن هذا التصرف شائع جدا بين الأطفال .. وهذه بعض من العادات غير المستحبة التي يقوم بها الأطفال والمراهقون أحيانا:

قضم الأظفار

إذا كان طفلك يهوى قضم أظفاره فأنت لست وحدك، إذ تعتبر عادة قضم الأظفار إحدى عادات الطفولة الأكثر شيوعاً.

تقدر بعض الدراسات أن 30 ٪ إلى 60 ٪ من الأطفال والمراهقين يقضمون أظفارهم ، ومن حين لآخر يمكن أن ينتقل الطفل الى قضمّ أظفار قدمه.

الأولاد والبنات على حد سواء عرضة للوقوع في هذه العادة السيئة في سنوات الطفولة؛ وعلى أية حال، فكلما تقدموا في السنّ، يزداد عدد الأولاد الذين يقضمون أظفارهم

لف الشعر

اغلب الأطفال الذين يلهون بشعرهم أو يشدونه هم الفتيات.

لف الشعر قد يظهر في مرحلة الطفولة المبكرة كبادرة إلى شد الشعر لاحقا، (مع أو بدون فقدان الشعر). لكن العديد من الذين يلهون بشعرهم يتوقفون عندما يكبرون. بالنسبة لهؤلاء فأن أي تعديل سلوكي بسيط يمكن أن يساعدهم في التخلي عن هذه العادة بالنسبة للأطفال الأكبر سنا والمراهقات فإن عادة شد ولف الشعر قد تعني إشارة إلى وجود مشاكل نفسية مثل القلق، الكآبة، أو اضطرابات استحواذية إلزامية (OCD).

اللعب بالأنف

بالرغم من أن عادة اللعب في الأنف شائعة في الطفولة، إلا أنها قد تستمر في مرحلة البلوغ أيضا. إذا وجدت أن ذلك صعب التّصديق، فيجب أن تقرأ دراسة أجريت عام 1995 على مجموعة من البالغين وجدت بأن 91 ٪ منهم لعبوا بأنوفهم بانتظام - وحوالي 8 ٪ منهم مضغوا ما استخرجوه من أنوفهم! أمر مقزز بالفعل.

مصّ الإبهام

يبدو أن شعبية مص الإبهام تفوق أي أصبع آخر، فالجميع يفضل مص الإبهام (ربما طعمه أفضل) من الخنصر مثلا . ولكن يبدو أن تفضيل مص الإبهام محض صدفة، وناجم عن سهولة التحكم بالإبهام خصوصا بالنسبة للأطفال الرضع.

بعض الأطفال قد يمصون كل أصابعهم، أيديهم، أو حتى قبضة يديهم، بالإضافة بالطبع إلى الإبهام. واغلب الأشخاص الذين يمصون الإبهام هم أطفال اقل من سن عامين، وفي الحقيقة، فإن ربع إلى نصف الأطفال من عمر سنتين إلى أربع سنوات يمصون إبهامهم.

يلجأ الأطفال إلى مص الإبهام لتهدئة أنفسهم. لكن مص الإبهام المتكرّر أو الحاد ما بعد سن 4 إلى 5 سنوات يمكن أن يسبب المشاكل، بضمن ذلك مشاكل الأسنان (مثل overbite)، التهابات الأصابع أو الإبهام.

الطفل يلجأ إلى مص إبهامه لتهدئة نفسه.. وتكرار هذه العادة ما بعد سن الرابعة يمكن أن يسبب له مشاكل

أي تعديل سلوكي بسيط يمكن أن يساعد طفلك في التخلي عن هذه العادة

كيف نساعد أطفالنا على التخلي عن العادات السيئة

الخبر الجيد هو أن هذه العادات السيئة غالبا ما تختفي لوحدها بعد سن معينة ، خصوصا عند البدء في المدرسة.

لكن إذا كانت سلوكيات الطفل تزعجكم وترغبون في التخلص منها باكرا فيمكنكم القيام بالتالي:

تحدثي مع الطفل بهدوء حول العادة السيئة التي يقوم بها. ويمكن استعمال هذا الأسلوب مع الأطفال من سن 3 - 4 سنوات لزيادة الوعي حول المشكلة.

مثلا قل للطفل لا اشعر بأن قضم أظفارك أمر جيد، انظر لقد أفسدت شكلها الجميل. كذلك بالنسبة لمص الإبهام يمكنك أن تقول للطفل بأن أسنانه ستصبح معوجة.

ساعد الطفل في التخلص من العادة السيئة. مثلا إذا جاء الطفل من الحضانة أو المدرسة باكيا لأن زملاءه سخروا منه بسبب عادة مص الإبهام. ذكر الطفل بأن هذه العادة غير مستحبة وهي مرتبطة بمرحلة الطفولة الباكرة بينما الطفل اليوم كبير ويذهب للمدرسة ويجب أن يكون على مستوى قدراته الحالية.

اقترح سلوكا بديلا. إذا كان الطفل مثلا يحب قضم أظافره، فمثلا قول له بأنه يستطيع قضم الجزر أو القيام بحركات رياضية لتمرين اليدين بدلا من تعريضهما للتلف والتآكل. يمكنك تلوين أظفار الفتيات وبهذا لن يفسدن شكل الأظفار الجديد الجميل .

المكافأة على التصرف الجيد. مثلا إذا تمكن الطفل من النوم دون استعمال الإبهام، فيجب أن تمدح سلوكه وتعزز قدرته على التخلص من هذه العادة السيئة.

ثابر على رفض العادة السيئة. لا ترضخ لرأي الطفل. ثابر على تعليمه بأن هذه العادة السيئة ستسبب مشاكل صحية له مثل اعوجاج الأسنان أو المرض بسبب تناول ما يخرجه من انفه.

«المباعدة بين الولادات تضمن نمواً صحياً وجسدياً للأم ولطفلها»

اتفاقية حقوق الطفل اليمني

unicef

المادة (21)

((تتخذ الدول الأطراف في هذه الاتفاقية التدابير الملائمة لتكفل للطفل الذي يسعى للحصول على مركز لاجئ، أو الذي يعتبر لاجئا وفقا للقوانين والإجراءات الدولية أو المحلية المعمول بها، سواء صحبه أو لم يصطحبه والداه أو أي شخص آخر، تلقي الحماية والمساعدة الإنسانية المناسبتين في التمتع بالحقوق المنطبقة الموضحة في هذه الاتفاقية وفى غيرها من الصكوك الدولية الإنسانية أو المتعلقة بحقوق الإنسان التي تكون الدول المذكورة أطرافا فيها)).

ملتقى الأصدقاء

أرسلت لنا هذه الصورة الرائعة للإخوة الثلاثة سارة وسعيد ودانة أبناء نبيل سعيد الحربي ونحن نرحب بهم أصدقاء جددا للملتقى وكل عام وانتم بخير يا آل الحربي .

نادي الرسامين الصغار

وصلتنا عبر البريد الالكتروني لصفحة "أطفال قوس قزح" هذه اللوحة الجميلة من الصديق عزيز عبده إسماعيل من محافظة عدن وهو بمشاركته هذه أصبح عضوا جديدا للصفحة ولزاوية نادي الرسامين الصغار ونحن بدورنا ندعوه إلى الاستمرار والتواصل ،ومبارك النجاح والتفوق ياعزوز.