

المحاضرة السابعة / إرشاد الأطفال والمراهقين في ظل الحروب والنزاعات المسلحة

تمهيد :

يمثل الأطفال والمراهقون الفئة الأكثر هشاشة في المجتمعات التي تعاني من الحروب والنزاعات المسلحة، حيث يتعرضون لخبرات صادمة تفوق قدرتهم النمائية على الاستيعاب والتكيف. وتؤكد الأدبيات النفسية أن التعرض المستمر للعنف، والتهجير القسري، وفقدان الأهل، يؤدي إلى اضطرابات نفسية عميقة قد تمتد آثارها إلى مرحلة الرشد.

وفي هذا السياق، يبرز الإرشاد النفسي والتربوي كأحد أهم المداخل العلاجية والوقائية التي تهدف إلى حماية الصحة النفسية للأطفال والمراهقين، ومساعدتهم على استعادة التوازن النفسي والاجتماعي. ومن هنا يأتي هذا الفصل لتأصيل الإطار المفاهيمي والنظري لهذه الظاهرة.

1 / - المفاهيم الأساسية للدراسة

- مفهوم الإرشاد النفسي

يُعرّف الإرشاد النفسي بأنه عملية تفاعلية مهنية تهدف إلى مساعدة الفرد على فهم ذاته، وتنمية قدراته، وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي. (Corey, 2013)

وفي سياق النزاعات، يُعرّف بأنه:

مجموعة من التدخلات النفسية والاجتماعية التي تستهدف دعم الأفراد المتأثرين بالصددمات، ومساعدتهم على التكيف واستعادة التوازن النفسي. (WHO, 2013)

- مفهوم الأطفال والمراهقين

- الطفل: كل إنسان لم يتجاوز 18 سنة (اتفاقية حقوق الطفل، 1989)
- المراهق: مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد تتميز بتغيرات بيولوجية ونفسية واجتماعية.

- مفهوم الحروب والنزاعات المسلحة

تشير إلى صراعات منظمة بين دول أو جماعات مسلحة، تستخدم فيها القوة العسكرية، وتؤدي إلى آثار إنسانية خطيرة. (ICRC, 1995)

- مفهوم الصدمة النفسية

هي استجابة انفعالية حادة لحدث مهدد للحياة، تؤدي إلى اضطرابات نفسية مثل القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة. (APA, 2017)

2 / النظريات المعتمدة في الإرشاد النفسي في ظل الأزمات :

تستند عملية الإرشاد النفسي في سياق الأزمات والحروب إلى مجموعة من الأطر النظرية التي تفسّر كيفية استجابة الأفراد للصدمة. وتحدد آليات التدخل المناسبة. ولا يمكن لأي برنامج إرشادي فعّال أن ينجح دون الاعتماد على هذه النظريات، التي تشكّل الأساس العلمي لفهم السلوك الإنساني في الظروف القاسية.

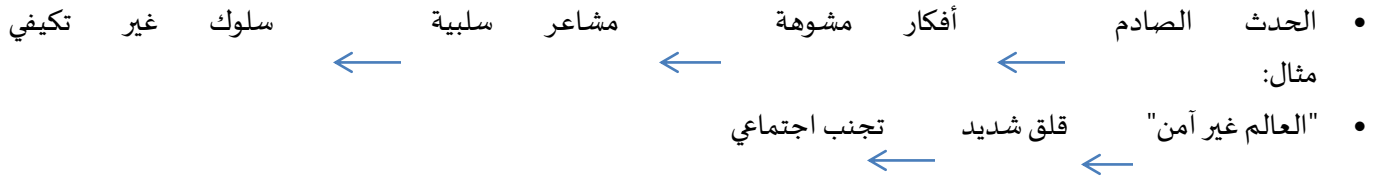
وتتميز هذه النظريات بكونها متعددة الأبعاد، إذ تجمع بين الجوانب المعرفية والانفعالية والاجتماعية والبيولوجية.

2- 1 / النظرية المعرفية السلوكية (Cognitive Behavioral Theory)

أ / الأسس النظرية: تعود هذه النظرية إلى أعمال Beck و Ellis، وتفترض أن:

الأفكار هي المحدد الأساسي للمشاعر والسلوك. في سياق الأزمات، لا يكون الحدث الصادم وحده هو السبب في الاضطراب، بل تفسير الفرد لهذا الحدث.

ب / تفسير الصدمة وفق النظرية



ج / تطبيقها في الإرشاد أثناء الحروب: تعديل الأفكار اللاعقلانية - إعادة بناء التفسيرات الواقعية - تدريب الطفل على مهارات المواجهة
د / أهم التقنيات: إعادة البناء المعرفي - التعرض التدريجي - الاسترخاء - التدريب على حل المشكلات

2- 2 / النظرية الإنسانية (Humanistic Theory)

أ / الأسس النظرية: ترتبط بـ Carl Rogers، وتؤكد على: - لتقبل غير المشروط - التعاطف - الأصالة

ب / تفسير الأزمات: ترى أن الصدمة تعيق تحقيق الذات، وتخلق فجوة بين: الذات الحقيقية - الذات المثالية

ج / تطبيقها في الإرشاد: توفير بيئة آمنة داعمة - الإصغاء الفعّال - تعزيز الثقة بالنفس

د / التقنيات: الإصغاء العاكس - التفريغ الانفعالي - الدعم النفسي

2- 3 / نظرية التعلق (Attachment Theory)

أ / الأسس النظرية: وضعها John Bowlby، وتؤكد أن: العلاقة الآمنة مع مقدم الرعاية أساس الصحة النفسية.

ب / تفسير الأزمات: في الحروب: فقدان الوالدين أو الانفصال - اضطراب التعلق

• يؤدي إلى:

○ القلق - الخوف - اضطرابات سلوكية

ج / تطبيقها في الإرشاد : إعادة بناء العلاقات الآمنة - دعم العلاقة مع الأسرة - توفير بدائل آمنة (مرشد، معلم)
2- 4 / نظرية الصدمة (Trauma Theory)

أ / الأسس النظرية : تفسر كيفية تأثير الأحداث الصادمة على الدماغ والسلوك.

ب / تفسير الصدمة : الصدمة تؤثر على: الجهاز العصبي - الذاكرة - الانفعالات

• تؤدي إلى:

○ فرط اليقظة - إعادة التجربة - التجنب

ج م تطبيقها في الإرشاد : العلاج الموجه للصددمات (TF-CBT) - تقنيات التهدئة - بناء الشعور بالأمان
2- 5 / نظرية الصمود النفسي (Resilience Theory)

أ / الأسس النظرية : ترى أن الإنسان قادر على التكيف رغم الصعوبات.

ب / تفسير التكيف في الأزمات :

ليس كل الأطفال يتأثرون بنفس الدرجة، بسبب: عوامل حماية (Supportive factors) - عوامل خطر (Risk factors)

ج / تطبيقها في الإرشاد : تنمية المهارات الحياتية - تعزيز الدعم الاجتماعي - بناء الثقة بالنفس

2- 6 / النظرية البيئية (Ecological Systems Theory) :

11. الأسس النظرية : وضعها Bronfenbrenner، وترى أن الفرد يتأثر بعدة أنظمة: الأسرة - المدرسة - المجتمع - الثقافة

2. تفسير الأزمات : الحروب تؤثر على جميع هذه الأنظمة، مما يضعف التأثير النفسي.

3. تطبيقها في الإرشاد : العمل مع الأسرة - تحسين البيئة المدرسية - دعم المجتمع المحلي

2- 7 / نظرية التدخل في الأزمات (Crisis Intervention Theory)

أ / الأسس النظرية : تركز على التدخل السريع بعد الحدث الصادم.

ب / مراحل الأزمة : الصدمة - رد الفعل - التكيف أو الانهيار

ج / تطبيقها: الإسعاف النفسي الأولي - التهدئة - توفير الدعم

خلاصة تحليلية تكاملية: يتضح أن الإرشاد في ظل الأزمات يعتمد على تكامل نظري وليس على نظرية واحدة، حيث:

- المعرفية السلوكية → تعديل التفكير
- الإنسانية → الدعم العاطفي
- التعلق → العلاقات الآمنة
- الصدمة → فهم التأثيرات العميقة
- الصمود → تعزيز القوة
- البيئية → معالجة السياق
- التدخل في الأزمات → الاستجابة السريعة

3 / الآثار النفسية للحروب على الأطفال والمراهقين

تُعد الحروب والنزاعات المسلحة من أكثر الأحداث تدميرًا للنمو النفسي السليم للأطفال والمراهقين، حيث لا تقتصر آثارها على الجانب الجسدي أو المادي فقط، بل تمتد لتشمل البنية النفسية والعاطفية والمعرفية والاجتماعية للفرد. ويُعتبر الأطفال الأكثر هشاشة أمام هذه الصدمات نظرًا لعدم اكتمال نضجهم النفسي والعصبي، بينما يواجه المراهقون تحديات مضاعفة تتعلق بتكوين الهوية والاستقرار الانفعالي.

وقد أثبتت الدراسات الحديثة أن التعرض المباشر أو غير المباشر للعنف الحربي يؤدي إلى اضطرابات نفسية قد تستمر لسنوات طويلة إذا لم يتم التدخل الإرشادي المناسب.

3-1 / طبيعة التعرض للحروب عند الأطفال والمراهقين

أ / أشكال التعرض للنزاعات المسلحة: يتعرض الأطفال والمراهقون للحروب بعدة أشكال، منها:

- التعرض المباشر للعنف (القصف، إطلاق النار) - فقدان أحد الوالدين أو كلاهما - التهجير القسري والنزوح - مشاهدة مشاهد العنف - العيش في بيئة غير آمنة

ب / الفئات الأكثر عرضة للتأثر

- الأطفال في سن الطفولة المبكرة - المراهقون في مرحلة تشكيل الهوية - الأطفال الأيتام أو المنفصلون عن أسرهم
- الأطفال المجندون قسريًا في النزاعات

3-2 الاضطرابات النفسية الناتجة عن الحروب

أ / اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD): يُعد من أكثر الاضطرابات شيوعًا، ويظهر من خلال:

- استرجاع الحدث الصادم بشكل متكرر - الكوابيس الليلية - تجنب المثيرات المرتبطة بالصدمة
- فرط اليقظة والانفعال الزائد

$$PTSD = \text{Re-experiencing} + \text{Avoidance} + \text{Hyperarousal} + \text{Negative Cognitions}$$

التفسير النفسي: يرى النموذج المعرفي أن الطفل يعيد تفسير الحدث الصادم كتهديد دائم، مما يمنع الدماغ من معالجته بشكل طبيعي.

ب / اضطرابات القلق وتشمل: القلق العام - نوبات الهلع - الخوف المستمر من الموت أو فقدان

الأسباب: عدم الاستقرار الأمني - التهديد المستمر للحياة - غياب الشعور بالأمان الأسري

ج / الاكتئاب النفسي: يظهر عند الأطفال والمراهقين في صورة: الحزن المستمر - فقدان الاهتمام بالأنشطة - انخفاض الطاقة - الانسحاب الاجتماعي

التفسير: يرتبط الاكتئاب بفقدان الدعم الاجتماعي وفقدان الأمل بالمستقبل.

د / الاضطرابات السلوكية: تشمل: العدوانية - التمرد - السلوك التخريبي - الانسحاب الاجتماعي

التفسير النفسي: يعتبر السلوك العدواني آلية دفاعية ضد الشعور بالعجز والخوف.

ر / الاضطرابات الانفعالية: تقلب المزاج - سرعة الغضب - ضعف التحكم الانفعالي

3-3 / الآثار المعرفية والتعليمية

أ / ضعف الانتباه والتركيز: يؤدي الضغط النفسي المستمر إلى: تشتت الانتباه - ضعف الذاكرة العاملة - صعوبة التعلم

ب / تراجع الأداء الدراسي: انخفاض التحصيل - ضعف الدافعية - التسرب المدرسي

ج / اضطرابات اللغة والتواصل

في بعض الحالات، خاصة لدى الأطفال الصغار: تأخر في اكتساب اللغة - صعوبات في التعبير

3-4 / الآثار الاجتماعية والسلوكية

أ / العزلة الاجتماعية: فقدان الثقة بالآخرين - الانسحاب من العلاقات الاجتماعية

ب / ضعف التفاعل الاجتماعي: صعوبة في تكوين صداقات - ضعف مهارات التواصل

ج / فقدان الشعور بالأمان: يؤدي إلى: انعدام الثقة بالمجتمع - الشعور الدائم بالخطر

3- 5 / : الآثار النفسية حسب المرحلة العمرية

أ / الطفولة المبكرة : تبول لا إرادي - تعلق مفرط بالوالدين - خوف شديد من الانفصال

ب / الطفولة المتوسطة : كوابيس - سلوك عدواني - ضعف التركيز

ج / المراهقة : اضطرابات الهوية – اكتئاب - ميول عدوانية أو انسحابية - التفكير في المستقبل بشكل سلبي

4 / العوامل المؤثرة في شدة الأثر النفسي للحروب على الأطفال والمراهقين

لا يتعرض جميع الأطفال والمراهقين لنفس الدرجة من التأثير النفسي عند مواجهة الحروب والنزاعات المسلحة، بل تختلف شدة الأعراض والاضطرابات النفسية باختلاف مجموعة من العوامل الفردية والأسرية والاجتماعية والبيئية. وتُفسّر هذه الفروق في ضوء نماذج علم النفس الإكلينيكي ونظريات الصدمة والصمود النفسي، التي تؤكد أن تأثير الحدث الصادم لا يعتمد على الحدث نفسه فقط، بل على سياق حدوثه وخصائص الفرد المحيط به.

4 – 1 / : العوامل الفردية (Individual Factors)

أ / العمر والمرحلة النمائية : يُعد العمر من أهم المحددات:

• الطفولة المبكرة: الطفل لا يمتلك القدرة على فهم الأحداث، لذلك تظهر الأعراض في شكل: خوف شديد - تبول لا إرادي - تعلق زائد بالوالدين

○ الطفولة المتوسطة: يبدأ الطفل في إدراك الخطر، فتظهر: كوابيس – عدوانية - ضعف التركيز

○ المراهقة: يكون الإدراك أكثر وعيًا، مما يؤدي إلى: اكتئاب - قلق وجودي - اضطراب الهوية

كلما كان العمر أصغر، زادت هشاشة الجهاز النفسي.

ب / السمات الشخصية : تلعب السمات النفسية دورًا مهمًا في تحديد الاستجابة:

• الأطفال ذوو الشخصية القلقة أكثر عرضة للاضطراب - الأطفال الانسحابيون يميلون للعزلة - الأطفال ذوو المرونة النفسية يظهرون قدرة أفضل على التكيف

ج / الخبرات السابقة : التعرض السابق لصدمة نفسية يزيد من شدة الاضطراب - الأطفال الذين مرّوا بعنف سابق يكونون أقل قدرة على التكيف

د / مستوى النضج النفسي والمعرفي : ضعف الفهم المعرفي للأحداث يزيد من القلق - النضج المعرفي الأعلى يساعد على تفسير الأحداث بشكل أكثر واقعية

4 – 2 / : العوامل الأسرية (Family Factors)

أ / فقدان أحد الوالدين أو كليهما : يُعد من أقوى العوامل المؤثرة:

• يؤدي إلى انهيار الأمان النفسي - يزيد من احتمالية اضطراب ما بعد الصدمة

ب / جودة العلاقة الأسرية : الأسرة الداعمة تقلل من الأثر النفسي - الأسرة المفككة تزيد من الاضطرابات

الدعم العاطفي الأسري يُعد عامل حماية أساسي.

ج / الوضع الاقتصادي للأسرة : الفقر الناتج عن الحرب يزيد الضغط النفسي - الحرمان من الاحتياجات الأساسية يضاعف القلق

د / أساليب التربية : التربية القائمة على العنف تزيد من العدوانية - التربية الداعمة تقلل من آثار الصدمة

4-3 / العوامل الاجتماعية (Social Factors)

أ / استمرار النزاع وشدته : كلما طال أمد الحرب، زادت الاضطرابات النفسية - العنف المستمر يمنع التعافي النفسي

ب / النزوح والتهجير : فقدان الاستقرار المكاني - صعوبة الاندماج الاجتماعي - الشعور بالغرابة

ج / البيئة المدرسية : وجود مدرسة آمنة يقلل من الآثار النفسية - انقطاع التعليم يزيد من الاضطراب

د / الدعم الاجتماعي ك يشمل: الأصدقاء - الجيران - المؤسسات الاجتماعية

الدعم الاجتماعي يُعتبر عامل حماية قوي ضد الصدمة.

4-4 / العوامل البيئية (Environmental Factors)

أ / درجة التعرض المباشر للعنف : مشاهدة القصف أو القتل تزيد من شدة الصدمة - التعرض غير المباشر أقل تأثيراً نسبياً

ب / نوع الأحداث الصادمة : بعض الأحداث أكثر تأثيراً مثل: فقدان أحد أفراد الأسرة - التعذيب - التهجير القسري

13. الاستقرار الأمني : غياب الأمن يزيد من القلق المستمر - الاستقرار النسبي يساعد على التعافي -

د / توفر الخدمات الصحية والنفسية : وجود خدمات إرشادية يقلل من حدة الأعراض - غيابها يؤدي إلى تفاقم الاضطرابات

4-5 / العوامل النفسية الوقائية (Protective Factors)

أ / المرونة النفسية (Resilience) : $\text{Resilience} = \frac{\text{Protective Factors}}{\text{Risk Factors}}$

كلما زادت العوامل الوقائية، ارتفعت قدرة الطفل على التكيف.

ب / الدعم العاطفي : وجود شخص موثوق (أب، أم، مرشد) - يقلل من القلق والاكتئاب

ج / التدخل الإرشادي المبكر : يقلل من تطور اضطراب ما بعد الصدمة - يساعد على إعادة التكيف النفسي

أ / الثقافة المجتمعية : بعض الثقافات توفر دعمًا جماعيًا قويًا - ثقافات أخرى قد تهتمش الصحة النفسية

ب / المعتقدات الدينية : قد تعزز الصبر والمعنى - تساعد على تقبل الصدمات - تخفف من الشعور باليأس

4-7 / التفاعل بين العوامل (Interaction of Factors) : لا تعمل هذه العوامل بشكل منفصل، بل تتفاعل فيما بينها:

- طفل صغير + فقدان الوالدين + بيئة حرب = خطر نفسي مرتفع جدًا
- طفل مع دعم أسري قوي + تعليم مستمر = صمود نفسي أفضل

لذلك تعتمد شدة الأثر النفسي على تفاعل معقد بين عوامل الخطر والحماية.

خلاصة تحليلية

يمكن القول إن شدة الأثر النفسي للحروب على الأطفال والمراهقين ليست نتيجة العامل الحربي فقط، بل هي نتيجة تفاعل متعدد الأبعاد يشمل:

- خصائص الفرد - البيئة الأسرية - السياق الاجتماعي - طبيعة الصدمة - مستوى الدعم النفسي

ويُعد فهم هذه العوامل أساسًا ضروريًا لتصميم برامج إرشادية فعالة تستهدف تقليل الأضرار النفسية وتعزيز الصمود النفسي.

5 / الإرشاد النفسي في بيئات النزاع والحروب

تُعد بيئات النزاع والحروب من أكثر السياقات تعقيدًا من الناحية النفسية والاجتماعية، حيث تتداخل فيها عوامل الخوف، فقدان الأمن، التهجير، والعنف المستمر، مما يجعل الأفراد—وخاصة الأطفال والمراهقين—عرضة لضغوطات نفسية حادة.

وفي هذا السياق، يبرز الإرشاد النفسي كأحد أهم التدخلات الإنسانية والعلمية التي تهدف إلى التخفيف من آثار الصدمة، وتعزيز التكيف النفسي والاجتماعي، وإعادة بناء الشعور بالأمان لدى الأفراد المتضررين.

5-1 / مفهوم الإرشاد النفسي في بيئات النزاع

الإرشاد النفسي في بيئات النزاع هو: مجموعة من التدخلات النفسية والاجتماعية المنظمة التي تهدف إلى دعم الأفراد المتأثرين بالصدمات الناتجة عن الحروب، ومساعدتهم على التكيف واستعادة التوازن النفسي والاجتماعي.

ويختلف عن الإرشاد التقليدي في كونه: سريع الاستجابة - موجه للأزمات - يركز على الدعم النفسي الأولي - يعمل في ظروف غير مستقرة

5-2 / مستويات التدخل الإرشادي في النزاعات

أ / التدخل الأولي (الإسعاف النفسي الأولي) يُطبق مباشرة بعد الحدث الصادم.

أهدافه: تهدئة الطفل - توفير الأمان - منع تفاقم الصدمة

مكوناته: الاستماع - الدعم العاطفي - الربط بالخدمات

ب / التدخل العلاجي: يستهدف الحالات التي ظهرت عليها أعراض نفسية واضحة.

يشمل: جلسات فردية - علاج معرفي سلوكي - علاج باللعب للأطفال

ج / التدخل الوقائي: يهدف إلى: تقليل تأثير الصدمة قبل تفاقمها - تعزيز مهارات التكيف

د / التدخل المجتمعي: يركز على:

- دعم المدارس - تقوية الأسرة - تعزيز التماسك الاجتماعي

3 - 5 / أساليب وتقنيات الإرشاد في بيئات النزاع

أ / العلاج المعرفي السلوكي الموجه للصدمة (TF-CBT): يُعد من أكثر الأساليب فعالية.

مكوناته: إعادة بناء الأفكار - التعرض التدريجي للذكريات - التدريب على مهارات التكيف

ب / الإسعاف النفسي الأولي (PFA)

$$PFA = \text{Safety} + \text{Calming} + \text{Connection} + \text{Self-efficacy} + \text{Hope}$$

أهدافه: تقليل التوتر الفوري - تعزيز الشعور بالأمان - ربط الطفل بالدعم الاجتماعي

ج / العلاج باللعب: مهم جداً للأطفال لأنه: يسمح بالتعبير غير اللفظي - يساعد على تفرغ الصدمة

د / الإرشاد الجماعي: يهدف إلى: تعزيز الدعم الاجتماعي - تقليل العزلة - تبادل الخبرات

4 - 5 / دور المؤسسات في الإرشاد النفسي :

أ / الأسرة: مصدر الأمان الأول - دعم عاطفي مستمر - حماية الطفل من التهديدات

ب / المدرسة: إعادة الروتين الطبيعي - توفير بيئة آمنة - دعم نفسي وتربوي

ج / المنظمات الدولية: مثل: UNICEF - WHO أدوارها: توفير الدعم النفسي - تدريب المرشدين - تمويل البرامج

د / المجتمع المحلي: تعزيز التضامن - دعم الأطفال المتضررين - إعادة دمج الأسر النازحة -

5-5 / التحديات التي تواجه الإرشاد في بيئات النزاع

أ / التحديات الأمنية : استمرار القصف - عدم الاستقرار

ب / التحديات المهنية : نقص المرشدين المؤهلين - ضعف التدريب المتخصص

ج / التحديات المادية : نقص التمويل - ضعف البنية التحتية

د / التحديات الثقافية : وصمة المرض النفسي - رفض بعض الأسر للتدخل النفسي

5-6 / فعالية الإرشاد النفسي في النزاعات

تشير الدراسات إلى أن الإرشاد النفسي يؤدي إلى: انخفاض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة - تحسين التكيف الاجتماعي

- زيادة الشعور بالأمان - تحسين الأداء المدرسي

لكن الفعالية تعتمد على: توقيت التدخل - نوع البرنامج - شدة الصدمة

خلاصة الفصل :

يتبين أن الإرشاد النفسي في بيئات النزاع يمثل ضرورة إنسانية وعلمية لا غنى عنها، إذ يسهم في التخفيف من آثار الصدمات النفسية، ودعم الصمود النفسي للأطفال والمراهقين. غير أن فعاليته تعتمد على تكامل الجهود بين الأسرة، المدرسة، والمؤسسات الدولية، إضافة إلى تطبيق نماذج علمية حديثة قائمة على فهم عميق لخصائص الصدمة في السياقات الحربية.