



بيان حقائق كيف تساعد الأطفال/ المراهقين الذين يعانون من الحداد؟

الأطفال/المراهقون في الحروب هم في المقام الأول ضحايا مميّتين، ولكن هناك أيضاً عدد كبير من الأيتام أو الذين فُصلوا عن والديهم الواحد أو الاثنين، وهناك أيضاً أطفال ومراهقون معاقون، والعديد منهم يعانون من إصابات نفسية كبيرة.

ما نعرفه عندما يفقد الطفل والديه في الحرب هو أن المشكلة تتمثل في نقص الرعاية والصدمة، ولكن بشكل خاص في بقائه. الخطر هو التأثير التراكمي للصدمات اللاحقة، والعنف، وسوء المعاملة، وعجز مصادر الدعم.

بالنسبة للأطفال، فإن قبول الوفاة يظهر عادةً عند سن 6-8 سنوات، على الأكثر عند سن 10-11 سنة. الطفل الذي تتراوح أعمارهم بين 8-10 سنوات يظهر لديه قدرة طبيعية على التكيف لأنه يركز على ذاته، وسيميل عادةً إلى طرح سؤاليين:

من سيعتني بي الآن؟
هل سيحدث لي؟

لن يسأل عن أسباب الوفاة إلا في وقت لاحق. الأطفال الذين فقدوا أحبائهم في الحرب يواجهون مخاطر تطوير اضطرابات نفسية لاحقة يجب أن نكون حذرين منها. يمكن أيضاً أن نجد متلازمة الناجي، وشعور بعدم الذنب لعدم الشعور بالذنب، وغياب الشوق لأن الطفل لا يتذكر كيف كان الشخص العزيز الذي فقد.

الحداد الطويل عند الأطفال والمراهقين يشبه إلى حد كبير الحداد عند البالغين مع بعض الخصائص المرتبطة بعمرهم. يمكن مشاهدة سلوكيات انحدار وعزلة وانخفاض في الأداء المدرسي. يتعين علينا أن نحرص على ألا يعزل الطفل أو المراهق نفسه ونشجعه على التواصل مع أقرانه.

كيف نخبر الطفل بالحقيقة؟ كيف نشرح الموت للطفل؟ الطفل ليس مستعداً لفقدان شخص عزيز، فالفقد يضعف توازنه العاطفي. القدرة على التغلب على الفقدان ستعتمد على قدرة الكبار الذين يرافقونه.

هناك أربعة رسائل يجب أن نوجهها إلى الطفل بغض النظر عن عمره (ألان سوتورو، العيش بعد وفاتك، 2017).

1 الوالد (المتوفى) لا يمكن أن يكون معه مرة أخرى.

2 الوالد لا يريد تركه.