إذا عاش الطفل في جو من الصدق سيتعلم معنى الحقيقة.

إن قرار إخبار الأطفال بأن أحد أفراد الأسرة في السجن هو قرار صعب، خاصة إذا كان أحد الوالدين هو المسجون. من الأفضل أن يعرف الطفل هذه المعلومة من شخص يعرفه ويثق به على أن يعرفها من ملعب المدرسة أو من وسائل الإعلام. إن لكل عائلة وضعها المختلف وهي وحدها تقرر متى تشارك المعلومات مع الطفل وما مقدار المعلومات التي ستشاركها.

إن الشعور بالخجل أو الخوف من أن يقلّ احترام الطفل لفرد الأسرة المسجون قد يلقي بثقله على النقاشات الصحية. لقد تم إعداد هذا المورد لتقديم اقتراحات ونصائح يمكنك بحثها وأخذها بعين الاعتبار والرجوع إليها عند الحاجة حتى يصبح لديك الثقة بالنفس والانفتاح اللازمين لجعل هذه النقاشات أسهل.

من المهم أن يدرك الأطفال أن قضاء فترة العقوبة في السجن هو أمر لا يتعلق بهم وأنهم محبوبون.

بصفتك مقدم الرعاية للطفل، بإمكانك استخدام وسائل الدعم والمصادر المتوفرة لتثقيف نفسك بينما تستعد لإخبار الطفل بموضوع السجن. لقد تم إدراج خط المعلومات المجاني لشبكة العائلات الكندية والتقويم (Canadian Families and Corrections Network) في بداية هذا المورد. كما توفر جمعية جون هاورد (John Howard Society)، وجمعية إليزابيث فراي (Elizabeth Fry Society)، وذا سلفيشين آرمي (The Salvation Army) المصادر أيضًا. ويتوفر الدعم أيضًا عبر الإنترنت ومجموعات الدردشة.

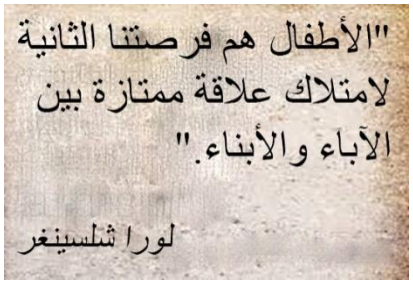
إن قراءة كتب مثل *Let's Talk about Jail* و *My Daddy's in Jail* و *Visiting Day*، و *Nine Candles*، أو كتاب *Jeffrey Goes to Jail* الذي نشرته شبكة العائلات الكندية والتقويم (Canadian Families and Corrections Network) قد يساعد على تهيئتك وتزويدك بموارد لمشاركتها مع طفلك. بإمكانك الحصول على هذه الكتب من أي مكتبة عامة أو مدرسة أو منظمة أو طلبها عبر الإنترنت.

يختلف رد فعل الأطفال لسجن فرد من العائلة باختلاف العمر وما يعرفونه بالفعل وحقائق عملية الاعتقال:

- هل كان الطفل ضحية للجريمة؟
- كم يبلغ عمر الطفل؟
- ما هو مقدار المعلومات التي يعرفها الطفل؟
- ماذا رأى الطفل؟
- ما هي علاقة مقدم الرعاية بالشخص المسجون؟
- ما التغيرات التي أدخلها السجن على حياة الطفل اليومية؟ (مثلًا، وضعه في دار للرعاية، أو مدرسة جديدة، أو أصدقاء مختلفين)؟

قد يظن الأطفال أنه إذا كان سلوكهم سيئ، فسيتسنى لهم البقاء مع والدهم/والدتهم في السجن.

قد يتدهور سلوك الأطفال بفعل التغيرات التي يجلبها السجن إلى العائلة. قد يبدؤون بالتبول في سريرهم، أو يتدهور تحصيلهم الدراسي، أو يصبحون عدوانيين، أو منطوين عاطفيًا، أو مكتئبين، أو رافضين للقواعد. أعطِ الطفل ملاحظات إيجابية حول نقاط القوة لديه وسلوكه الحسن وصحح أفعاله غير السوية بلطف. وفّر له طرقًا للتعبير عن مشاعره (ممارسة الرياضة، الدمى، كرات التنفيس عن التوتر، الألعاب، أو كتب حول التعامل مع الغضب، وما إلى ذلك). أظهر سلوكًا صحيًا عندما تشعر بالغضب تجاه طفلك واشرح له ذلك (على سبيل المثال: "كنت على وشك صفق الباب لإغلاقه لأني كنت أشعر بالغضب الشديد. لكن ما جدوى ذلك؟")



كيف يمكن لمقدم الرعاية مساعدة طفل أحد والديه مسجون ؟

- خذ بعض الوقت لنفسك للتفكير في الحقائق المتعلقة بالسجن.
- احرص على توفير نظام معيّن - إن الحفاظ على نفس الروتين سيمد طفلك بالإحساس بالأمان وسيعلمه كيفية السيطرة على نفسه وعلى وضعه.
- احرص على توفير محيط مليء بالحب كي يساعد على بناء علاقة تتسم بالرعاية والاهتمام.
- شجّع الأطفال على التعبير عن مشاعرهم عن طريق الكلام ورسم الصور واللعب بمعجون اللعب، وما إلى ذلك.
- زود طفلك برسائل إيجابية حول نقاط القوة لديه (على سبيل المثال: "لقد أديت واجبك المدرسي على أكمل وجه!").
- كن صادقًا بشأن سجن الوالد/الوالدة، وإلا فقد يكوّن الطفل تصوره الخاص بشأن ما حدث.
- احتفظ بمورد المعلومات هذا في مكان قريب واقرأه دائمًا لتتأكد من أنك تفعل ما بوسعك.

يحتاج الأطفال إلى أن يعرفوا أن البقاء على اتصال بالشخص المسجون قد يكون ممكنًا عبر الهاتف والبريد الإلكتروني والزيارات.

ماذا عن المدرسة؟

قد يحتاج الأطفال إلى مساعدة بشأن ما يقولونه لأصدقائهم وذلك من أجل حمايتهم من الملاحظات العدائية والمؤذية. إن العائلات المؤلفة من أحد الوالدين فقط منتشرة في كل مكان اليوم، لذا فإن لم تكن الجريمة جريمة عامة ونتج عنها فترة سجن قصيرة، فإن القول بأن الوالدين منفصلين وأن أحد الوالدين يعيش في منطقة أخرى قد يكون كافيًا.

اقتراحات لأخذ احتياجات الطفل بعين الاعتبار:

- أخبر الطفل بأسرع وقت ممكن. قد يشعر الأطفال بأن شيئًا ما قد حدث، كما أن عدم معرفتهم بالأمر قد يسبب التوتر والإحساس بعدم الأمان والارتباك.
- أعثر على مكان هادئ وملائم للأطفال لا يمكن مقاطعتكما فيه وأخبره في وقت لاحق من النهار.
- أنظر في أمر حضور شخص بالغ آخر تربطه أيضًا علاقة محبة مع الطفل، فقد يكون لدى هذا الشخص أسلوب مختلف في شرح الأشياء أو بإمكان كل منكما التكلم عن الحقائق كأسلوب لإخبار الطفل.
- ابدأ بتحذير، كأن تقول: "أخشى أني مضطر لإخبارك بشيء قد يكون حزينًا أو يصعب سماعه".
- إذ كان الطفل يعرف بالفعل بعض أجزاء القصة أو أنه قد استنتجها، سيكون ذلك نقطة جيدة للبدء. (هل رأى الطفل عملية الاعتقال؟ هل كان الطفل ضحية للجريمة؟)
- التزم بالحقائق لكن تحدث بلطف. إذا كنت لا تعرف، أقر ذلك وقل بأنك ستخبره لاحقًا عندما تتوفر لديك حقائق جديدة.
- من المهم أن يفهم الأطفال أن الشخص المسجون ما زال يحبهم.

يجب أن يعرف الأطفال أنهم غير مسؤولين عن أفعال الشخص المسجون.

- أعطِ إجابات واضحة وبسيطة وصادقة تتناسب مع سن الطفل (على سبيل المثال، بالنسبة لطفل عمره 3 سنوات، استخدم عبارة "بابا الآن معاقب" عوضًا عن كلمة "مسجون")
- حاول عدم التكهن بما يفكر أو يشعر به الأطفال. من الأفضل سؤالهم.
- حاول عدم إعطاء الطفل الكثير من المعلومات فقد يولّد هذا توترًا إضافيًا. أخبر الطفل أنه باستطاعتكما إجراء هذه المحادثة مرة أخرى في أي وقت يحتاج فيه لذلك إذا كان لديه المزيد من الأسئلة أو كانت لديك معلومات جديدة.
- فكر بما قد يحتاجه الطفل، مثل الاستشارات النفسية أو مجموعات الدعم أو دعم الأقران وما إلى ذلك. واعرف ما إذا كان مستعدًا لتقبل هذه الأفكار.

أثناء محاولتك جعل تجربة سجن أحد أفراد الأسرة تجربة عادية، لا تجعل السجن أو الجريمة أمرًا طبيعيًا.

توجد وصمة في المجتمع عندما يكون أحد أفراد الأسرة مسجونًا.

قد يحدث أن تشعرا بالحزن جراء خسارتكما وتجدان صعوبة في التأقلم مع التغيرات العديدة التي تدخلها عملية السجن إلى حياتكما اليومية. ومن الطبيعي إظهار مشاعرك، لكن حاول ألا تجعلها تسيطر عليك أمام طفلك. حاول جعل تركيز الحياة اليومية منصبًا على الذكريات السعيدة وخذ الوقت الكافي للمضي في هذا الدرب جنبًا إلى جنب مع طفلك. تذكر أن رحلة الحزن تختلف لدى كل شخص وأن نمط حزن الطفل قد يكون مختلفًا عن نمط حزنك. إن حزن الأطفال غالبًا ما يظهر في تصرفاتهم.

يحتاج البالغون إلى الدعم أيضًا. إذا اعتنيت بنفسك ستكون في وضع أفضل للاستمرار بمساعدة الطفل.

ماذا عنك أنت؟

يتطلب دور مقدم الرعاية الصبر والقوة النفسية. إن احتياجات مقدم الرعاية مهمة أيضًا، لذا فإن حصولك على الدعم يعدّ بدوره طريقة لمساعدة الطفل.

تم إعداد هذا المورد من قبل شبكة العائلات الكندية والتقويم (*Canadian Families and Corrections Network*) بتمويل سخي من مؤسسة المجتمع المحلي في كينغستون ومحيطها (*Community Foundation for Kingston & Area*)

إخبار الأطفال

كيف تتحدث مع الأطفال عن سجن شخص عزيز على قلبهم

وتقوي العلاقة بين الوالدين والطفل

شبكة العائلات الكندية والتقويم
(Canadian Families and Corrections Network)

PO Box 35040 Kingston, ON K7L 5S5
معلومات وإحالات عبر خط الهاتف المجاني:
1-888-371-2326
الموقع الإلكتروني: www.cfcn-rcafd.org
البريد الإلكتروني: national@cfcn-rcafd.org

رقم التسجيل كجمعية خيرية كندية: 875428062RR001
ISBN : 978-0-9948056-9-0