



رح يكون في نور، رح يكون في أمل



- بناء الثقة بين الطفل وأهله ومن يهتم به
- مشاركة الحزن مع الآخرين
- تمييز التواريخ المهمة بطريقة إيجابية

قد توحى الشموع للطفل بنوع من الدفء والدهشة، وقد تذكّره بأوقات سعيدة عاش فيها بالسلام. تبعث هذه الشمعة رائحة مميزة وزيت عطرية مهدئة. من فضلك، لا تدع الطفل يغيب عن نظرك عندما تستعمل فيها الشمعة، واحرص ألا يلعب بها أو يلمسها. إن ذلك في غاية الأهمية إذ أنك تريده أن يشعر بالأمان. اقتبسنا عبارة "رح يكون في نور، رح يكون في أمل" من امرأة عربية قالت هذه الكلمات المعبرة وهي تختبئ خلال غارة جوية.



استعمل الشمعة بهذه الطرائق الثلاثة:

افتتاح الجلسة



قد تشير الشمعة إلى أنكما ستفعلان شيئاً مميزاً معاً أنت خلال استكشاف أدوات هذه المجموعة. يحتاج الأطفال حاجة ماسة إلى قوانين وحدود ونظام ليشعروا بالأمان، خاصة عندما تعم الفوضى في حياتهم. وقد لا يتحملون أو يتقبلون فكرة مواجهة مخاوفهم. فكن دافئاً وشدد قليلاً على الحدود والقوانين لأن ذلك يشعر الطفل بالأمان.

ابحث عن مكان هادي للقاء. وقد يستفيد الطفل من تحدد موعد ومكان ثابت للقاء والالتزام بهما لأن هذا من شأنه أن يساعده لبناء الثقة وشعور بالاتساق. إمكانية توقع الأحداث القادمة أمر مهم عندما تعم الفوضى في حياته. قد يحتاج إلى وجود والد أو شقيق الطفل إن كان ما زال صغيراً ويستصعب التواصل في اللغة الإنكليزية.

- اشرح للطفل أنك تضيء الشمعة عندما يحين الوقت لتكونا معاً و/أو ليكون مع عائلته من أجل أن تجلسوا، وتفكروا، وتحدثوا إذا أراد ذلك. قد يستمر الوقت دقائق قليلة في البداية، وقد يحتاج إلى الوقت ليثق بك قبل أن يفتح قلبه ويتكلم عن أمور يعاني منها. أحياناً قد تجلسا معاً بدون كلمة، وهذا طبيعي. قد تشعر أنّ اللعب أو التلوين أو أي نشاط من هذا النوع ملائم بعد إضاءة الشمعة.

أكد للطفل أنه يقدر أن يطفى الشمعة عندما يريد أن يختم الجلسة. عندما يثق بك، يمكنك أن تقرر أن تمضي الوقت معه في استكشاف الأدوات الأخرى في الصندوق.





رح يكون في نور، رح يكون في أمل

احتفال عائلي على ضوء الشموع



قد تكون هذه المناسبة العائلية مميزة ومؤثرة للمشاركين فيها.

ممارسة عادة إضاءة الشمعة والتحدث بالدور عن الذكريات الماضية قد تقرب أفراد العائلة المهجرة من بعضهم البعض. وقد يرغب أفراد العائلة المضيفة أن ينضموا إليهم ويتذكروا أشخاصاً لعبوا دوراً ما في حياتهم. غالباً ما نقوم بافتراضات حول كيف يشعر الناس في العائلات. قد نقول مثلاً: "ريم ما يبدو أنها مزعوجة"؛ "رامي مو مهتم إلا باللعب وما بحياتو بيحكي عن أبوه"؛ "الماما بتضلل تُعيط علينا" ... لذلك، قد تكون هذه المناسبة فرصة لأفراد العائلة أن يعرفوا حقاً ما في قلوب بعضهم البعض في جو يسوده الاحترام، وقد تتحول إلى جمعة عائلية منعشة تُعقد مرة واحدة أو في الشهر مرة. توجد عائلات يطالب الأطفال بهذه الجلسة مرة كل أسبوع، لكن تجد معظم الأسر هذا أمراً صعباً في البداية.

- اجلسوا معاً على طاولة أو على الأرض في حلقة دائرية. شجع أحد الأشخاص ليضيء شمعة ويحدد الشخص الذي يريد أن يتذكره، وصفة يشتاق إليها عند هذا الشخص. قد يرغب البعض أن يعرضوا صورة عنه أو أي شيء يذكرهم فيه. شجع الطفل أن يحضر الصورة قبل بداية الاحتفال من أجل ألا للمحافظة على جو السكينة والهدوء عند إضاءة الشمعة.

- ليمرر الجميع الشمعة المشتعلة إلى الشخص التالي الجالس بجانبه وشجعهم أن يفعلوا نفس الأمر. قد يرغب بعض الأشخاص أن يكتفي بذكر اسم شخص آخر فحسب: "عم ضوّي هالشمعة كرمال رفيقتي رنا". مهم جداً ألا يشعر أحد أنه مجبر على التكلم، فهو يشارك في المناسبة بمجرد وجوده مع الآخرين.

- تبقى الشمعة مشتعلة بعد تمريرها على الجميع إشارة إلى أن الوقت حان للاستماع إلى أغنية أو مقطع موسيقي، ولتعتيم الغرفة. أثناء تشغيل الموسيقى، أطفئ الأنوار بحيث لا يبقى إلا ضوء الشمعة في جو يحرك المشاعر. لكي يشارك الأطفال في إعداد المناسبة، دعهم يهتمون بتشغيل الموسيقى، ووضع الشمعة في وسط الحلقة، وإغلاق الستائر وإطفاء الأنوار.





- بما أنّ الموسيقى وجو العتمة الحميم قد يحركان مشاعر الحزن والاشتياق للأشخاص أو الحيوانات الأليفة أو الأماكن المفقودة، فقد تسمع صوت بكاء خفيف. لذلك، استبق الأمور وأحضِر علبة محارم لتكون بمتناول الجميع خلال المناسبة.
- ولكي تعطي إشارة النهاية، تستطيع تحضير شيء للاستمتاع به معاً مثل مشاهدة فيلم وأكل الحلويات، أو بنزهة خارج البيت إذا أراد الطفل ذلك.

التواريخ المهمة



- قد ترغب العائلة في إضاءة هذه الشمعة في أيام معينة أو تواريخ مهمة تجتمع بها معاً مبقية في بالها الأمور والأشخاص الذي يفقدونهم.
- حاول أن تسجل التواريخ المهمة بالنسبة للعائلة المهجرة كأيام الأعياد أو الذكرى السنوية حالما تصل إلى المملكة المتحدة. سجل أيضاً تواريخ المناسبات التي كان من "المفترض" أن تحدث، كتواريخ حفلات معينة مثل زفاف أحد الأقارب، واحتفل بها على ضوء الشموع كي لا تمر مرور الكرام.
- اذكر أيضاً إنجازات شخصية قد يحب الطفل أن يحتفل بمناسبتها مع العائلة مثل ربح مسابقة ما أو الحصول على علامات جيدة في المدرسة. فقد تشير إضاءة الشمعة خلال هذه المناسبات إلى أن جميع أفراد العائلة يفتخرون أو كانوا ليفتخروا به.

تواريخ المناسبات خاصة في عائلتنا

- عيد ميلاد الماما - ١٥ حزيران/يونيو
- عيد ميلاد البابا - ٦ تموز/يوليو (٤٠ سنة!)
- أسبوع مع جدي بالمزرعة - آب/أغسطس
- عرس محمد وريم (بنت خالي) - ٣ تشرين الأول/أكتوبر
- عيد ميلادي - ٥ تشرين الثاني/نوفمبر
- تاريخ وفاة جدي السنة الماضية هو ٢٣ كانون الأول/ديسمبر