

## السلامة والعافية في العلاقات الصراعية الحفاظ على سلامة الأطفال

يشهد الأطفال والشباب العنف في منزلهم بطريق عديدة:

### مشاهدتها

- مشاهدة حدوث الاعتداء الجسدي
- مشاهدة التأثير البدني – الكدمات، العظام المكسورة، زيارات إلى المستشفى
- مشاهدة التأثير البدني في المنزل – وجود ثقب في الجدران، أشياء مكسورة
- مشاهدة أحد الوالدين وهو يصرخ أو يقوم بإساءة معاملة الوالد الآخر
- مشاهدة أحد الوالدين وهو يجهد بالبكاء كثيراً
- مشاهدة أحد الوالدين وهو يلتصق أو يذهب بعيداً عن الوالد الآخر
- مشاهدة أحد الوالدين وهو يخفي أشياء عن الوالد الآخر

### سماعها

- سماع ضربة، صفع، لكمة أو سقوط شخص على الأرض
- سماع صراخ، شتائم، تهديد، نقد، كلمات قاسية، اذلال
- بكاء
- أحد الوالدين يكذب على الوالد الآخر خوفاً على سلامته/سلامتها
- وجود خوف في صوت أحد الوالدين
- وجود غضب في صوت أحد الوالدين
- أحد الوالدين دائم الاعتذار

### الشعور بها

- الشعور بالقلق والتوتر في المنزل
- الشعور بالخوف من أحد الوالدين (أو شخص آخر في المنزل)
- الشعور بالخوف على أحد الوالدين أو شخص آخر في المنزل
- الشعور بالخوف على سلامتهم الشخصية
- الشعور بالقلق من القيام بشيء يمكن أن يسبب في رد فعل سلبي
- الشعور بالقلق بينما هم يختبئون من والد مستبد

### يتأثرون بها

- يلاحظون بأن أحد الوالدين خائف دائماً ويحاول عدم مضايقة الوالد الآخر
- قد يتم وضع احتياجاتهم في المرتبة الثانية لمحاولة الحفاظ على السلامة في المنزل

## التأثير على الأطفال والشباب الذين يشهدون العنف في منزلهم:

### التأثير قصير الأجل

#### الأطفال الرضع

- في هذا العمر قد يبدأ الطفل الرضيع بما يلي:
  - تطوير مشاكل النوم
  - لديه تحديات في التعلق (الارتباط)
  - تطوير تحديات في التغذية وتناول الأكل
  - تطوير الفشل في النمو/فقدان الوزن الذي لا يفي بتلبية الاحتياجات
  - يبكي أكثر من المعتاد
  - ارتفاع خطر الإصابة الجسدية

#### الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة

- قد يبدأ في فعل أشياء اعتادوا القيام بها عندما كانوا أصغر سناً:
  - التبول في الفراش
  - مص الإبهام
  - زيادة البكاء والأنين
  - صعوبة الخلود إلى النوم أو الاستمرار في النوم
  - إظهار علامات الرعب، مثل التلعثم أو الاختباء
  - إظهار علامات القلق الشديد من الانفصال

#### الأطفال في سن المدرسة.

- في هذا العمر قد يبدأ الأطفال بما يلي:
  - الشعور بالذنب حول الإساءة ويلومون أنفسهم بها
  - تطوير تدني احترام الذات
  - عدم المشاركة في الأنشطة المدرسية أو الحصول على درجات جيدة
  - يكون لديهم أصدقاء أقل من الآخرين ويقعون في المشاكل في كثير من الأحيان
  - يعانون من الكثير من الصداع وآلام المعدة
  - تطوير تحديات الصحة النفسية مثل القلق، الكآبة، اضطراب الوسواس القهري (OCD)، اضطرابات الأكل، واضطراب ما بعد الصدمة (PTSD)

### اليافعين

- قد يتصرفون بطرق سلبية، مثل:
  - الشجار مع أفراد الأسرة أو الغياب من المدرسة
  - الانخراط في سلوكيات محفوفة بالمخاطر، مثل ممارسة الجنس بدون حماية وتناول الكحول أو المخدرات
  - تطوير تدني احترام الذات وصعوبة في عمل صداقات
  - يبدأ الشجار أو ينتم على الآخرين ومن المرجح الوقوع في مشاكل مع القانون
  - الشعور بالقلق، الانسحاب الاجتماعي، والكآبة
  - تطوير تحديات الصحة النفسية مثل القلق، الكآبة، اضطراب الوسواس القهري (OCD)، اضطرابات الأكل، واضطراب ما بعد الصدمة (PTSD).

### الآثار طويلة الأجل

- تطوير تحديات الصحة النفسية مثل الكآبة، القلق، اضطراب الوسواس القهري (OCD)، اضطرابات الأكل، وتدني احترام الذات
- مواجهة تحديات الصحة البدنية مثل السكري والسمنة وأمراض القلب
- مواجهة تحديات تعاطي المخدرات والادمان
- أن يصبح عنيفاً أو ضحية عنف في علاقاتهم في المستقبل