



فهم خدمات دعم الصحة النفسية في المدرسة لمساعدة طفلك

تتطلب تربية الطفل جهوداً جماعية، وهذه الجهود تشمل بالتأكيد المدارس. يساعد بناء علاقات ثقة وتواصل مستمر بين الأهالي/مقدمي الرعاية والمدارس في التعلم، وكذلك في الصحة النفسية للطلاب. إلا أن أنظمة التعليم معقدة؛ وقد يكون التعامل معها أمراً صعباً.

وُضع هذا المورد لمساعدة الأهالي في دعم الصحة النفسية لأطفالهم في المدرسة، والتعامل معها، والمناصرة من أجلها.

ملاحظة: على الرغم من أننا نستخدم مصطلح "طفل" في هذا المورد، إلا أننا ندرك أن الطفل الذي ترعاه قد يكون مراهقاً أو شاباً بالغاً وأنت قد ترعى أكثر من طفل واحد.

كيف ستدعم مدرسة طفلي عافيته وصحته النفسية؟

هل تعلم أن مجالس المدارس في جميع أنحاء المقاطعة تستخدم نهجاً ثلاثي المستويات لإتاحة الوصول إلى خدمات دعم الصحة النفسية لجميع الطلاب في أونتاريو؟

THIRD TIER

Specialized consultation and assessment, family caregiver support, and therapy services

SECOND TIER

Targeted prevention and brief services

FIRST TIER

Mental health promotion

School Based Mental Health

المستوى الأول (مصمم ليكون جيداً للجميع) - العمل اليومي الذي تقوم به المدارس للترحيب بجميع الطلاب ودمجهم، وتعزيز المعرفة بالصحة النفسية، وتشجيع العادات الداعمة للصحة النفسية، والشراكة مع العائلات والطلاب والمجتمع المدرسي لخلق بيئة داعمة.

المستوى الثاني (ضروري للبعض) - بالنسبة للطلاب الذين يحتاجون إلى دعم إضافي، يعزز المعلمون وموظفو المدرسة المهارات ويعملون على إزالة العوائق التي تحول دون التعلم. بإمكان المتخصصين المرخصين في مجال الصحة النفسية المدرسية (الأخصائيين الاجتماعيين والأخصائيين النفسيين) تقديم خدمات الوقاية والتدخل المبكر في المدارس.

المستوى الثالث (أساسي لقلّة من الطلاب) - تتطابق أعداد أقل من الطلاب دعماً بكثافة أعلى. على الرغم من توفير أخصائيي الصحة النفسية المدرسية لذلك أحياناً في المدرسة، إلا أنه غالباً ما يكون من الأفضل للشباب الحصول على الخدمات المجتمعية أو الصحية المناسبة. بإمكان طاقم المدرسة المساعدة في تنسيق الرعاية المستمرة للطلاب.

إذا كنت قلقاً بشأن الصحة النفسية لطفلك، يمكنك التحدث إلى معلم الفصل أو أحد الموظفين في المدرسة ممن تشعر بالارتياح معهم بشأن خدمات التدخل والدعم المدرسية.



كيف يُقدّم التثقيف بالصحة النفسية في المدرسة؟

يُقدّم التثقيف بالصحة النفسية - أو "التوعية بالصحة النفسية" - بشكل مباشر وغير مباشر في المدرسة:

بشكل مباشر: على مدار العام، يقوم عدد من موظفي المدرسة بتعليم الطلاب عن الصحة النفسية. تركز الدروس على طرق تعزيز الصحة النفسية الجيدة، وعلامات مشاكل الصحة النفسية، وكيفية دعم الأقران، وكيفية طلب المساعدة عند الحاجة.

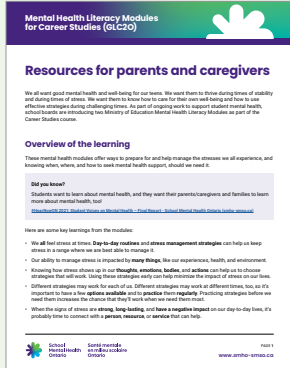
بشكل غير مباشر: يُقدّم التعليم عن الصحة النفسية أيضاً بشكل غير مباشر من خلال ممارسات الصحة النفسية اليومية (مثل استراتيجيات تعزيز العافية في الفصل الدراسي، كالتنفس العميق قبل الاختبار، والملصقات/التذكيرات حول كيفية الحصول على المساعدة لمشاكل الصحة النفسية). إن مساعدة الطالب على فهم مشاعره أو التعامل مع الخلافات استجابةً لمواقف حقيقية يساعد على تطبيق المهارات عملياً.

تقدم وزارة التعليم دروساً إلزامية حول الوعي بالصحة النفسية في الصفوف السابع والثامن والعاشر. هذه المعلومات متاحة لكم كأهالي/مقدمي رعاية لمواصلة الحوار في المنزل.

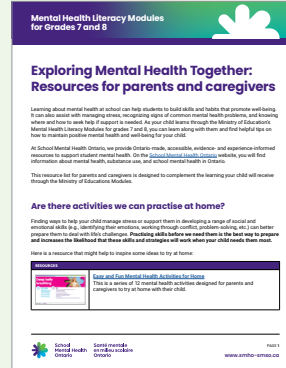


لمزيد من المعلومات حول
علامات مشاكل الصحة
النفسية وكيفية تقديم
الدعم لطفلك، انظر [ملاحظة
المخاوف المتعلقة بصحة
طفلك النفسية](#)

وحدات التثقيف بالصحة النفسية لدراسات التوظيف (GLC20): موارد للأهالي ومقدمي الرعاية



استكشاف الصحة النفسية معاً: موارد للأهالي ومقدمي الرعاية



هل يجب عليّ التواصل مع المدرسة إذا لاحظت تغييرات في صحة طفلي النفسية؟

إذا كنت قلقاً بشأن صحة طفلك النفسية، تحدث إلى معلم فصل طفلك أو إلى أحد الموظفين الآخرين الذين تشعر بالارتياح معهم.

- كن دقيقاً في توضيح مخاوفك حتى تتمكن أنت والموظف من تحديد أفضل طريقة للمساعدة. شارك أي معلومات تعتقد أنها قد تكون مفيدة للموظف.

على سبيل المثال:

- المواقف التي مر بها طفلك والتي قد تؤثر على صحته النفسية
- الأساليب التي يبدو أنها تساعد طفلك
- سلوكيات محددة لاحظتها



School
Mental Health
Ontario

Santé mentale
en milieu scolaire
Ontario



School Mental Health
Ontario By Your Side

صفحة 02
www.smho-smso.ca

قد تساعدك هذه الأداة في تنظيم أفكارك ومشاركة مخاوفك إذا اخترت طلب الدعم لطفلك. ورقة عمل - ملاحظة المخاوف المتعلقة بصحة طفلك النفسية



- أسأل الموظف عما لاحظته في المدرسة. قد يبدو بعض الأطفال على ما يرام في المدرسة، لكنهم يُظهرون سلوكيات مختلفة في المنزل. ناقش ما تراه.
- يمكنك أيضًا طلب اجتماع مع موظفين آخرين في المدرسة (مثل مدير المدرسة / نائب المدير أو استشاري التوجيه) لمناقشة كيفية دعم طفلك.
- استفسر عن خيارات التواصل المستمر (مثل المكالمات الهاتفية، واجتماعات المتابعة، وما إلى ذلك) لمشاركة المعلومات الجديدة مع المدرسة.

المعلمون ليسوا أخصائيين في الصحة النفسية ولا يمكنهم تشخيص مشاكل الصحة النفسية، لكنهم - إلى جانب موظفي الدعم - يلعبون دورًا مهمًا في دعم الطلاب ويشكلون جزءًا حيويًا من فريق الدعم للطلاب الذين يتلقون العلاج. يستطيع المعلمون المساعدة في تقديم الإحالات لتلقي الرعاية الصحية النفسية المتخصصة، كما يمكنهم تقديم الدعم المستمر داخل الفصل الدراسي.

إذا تواصلت مع المدرسة، فهل سيبقى ذلك سرًا؟

يُتوقع من موظفي المدرسة الحفاظ على سرية الأمور الشخصية، بما في ذلك المخاوف المتعلقة بالصحة النفسية.

خدمات الصحة النفسية داخل مجالس المدارس سرية تمامًا؛ وهذا يعني أنه إذا كان طفلك يتلقى خدمات الصحة النفسية في المدرسة، فلن يكون أي من موظفي المدرسة الآخرين على علم بذلك ولن يتمكنون من الوصول إلى أي معلومات دون إذن صريح من طفلك وأو منك بصفتك أحد والديه/مقدم الرعاية له.

هناك بعض الاستثناءات المهمة بالنسبة للسرية:

واجب الإبلاغ: إذا اعتقد أحد موظفي المدرسة أن الطالب معرض لخطر إلحاق الأذى بنفسه أو بالآخرين، فإن عليه التزاماً قانونياً بإبلاغ جمعيات رعاية الأطفال و/أو خدمات الطوارئ ذات الصلة، وذلك حسب طبيعة المشكلة. يشمل ذلك الحالات التي يكون فيها قلق بشأن احتمال إيذاء النفس، أو إلحاق الأذى بالآخرين أو التعرض للأذى منهم أو التعرض للإساءة.

سياسات المدرسة: لضمان سلامة الطلاب، قد يكون لدى مجالس المدارس سياسات محددة فيما يتعلق بتبادل المعلومات بين الموظفين. لمزيد من التوضيح حول السرية، تحدث إلى مدير مدرسة طفلك.

قد يحتاج الموظفون إلى مشاركة معلومات معينة مع موظفي دعم الطالب، أو أخصائيي الصحة النفسية في المدرسة، أو المدراء، أو غيرهم من الموظفين المعنيين لتقديم الدعم المناسب. يمكنك أن تسأل الموظف مباشرة عن الأشخاص الآخرين الذين قد يحتاجون إلى إبلاغهم أو إشراكهم.

من يدعم الصحة النفسية في المدرسة؟

تُعد المدارس أكثر الأماكن شيوعاً للطلاب للحصول على خدمات الدعم النفسي، وهناك العديد من الأشخاص الذين يمكنهم المساعدة. ومن بين هؤلاء الأشخاص:

- **المعلمون** يساعدون في تحديد ومراقبة مشاكل الصحة النفسية ويقدمون الرعاية والدعم المستمر في الفصل الدراسي.
- **المساعدون التربويون** يعملون مع المعلمين لدعم عافية الطلاب الذين يتلقون خدمات التعليم الخاص.
- **المدراء ونواب المدراء** يتعاونون مع الأهالي ومقدمي الرعاية لتوفير مزيد من المعلومات والمساعدة في تنسيق الدعم.
- **معلمو التوجيه والتعليم الخاص** يستطيعون تقديم رعاية إضافية لتلبية الاحتياجات الفردية للطلاب.
- **موظفو دعم الطلاب** مثل ممارسي شؤون الأطفال والشباب ومرشدي التخرج يساعدون في تعزيز العافية وقد يقدمون تنمية المهارات في بيئة جماعية صغيرة.



- **أخصائيو الصحة النفسية المدرسية** مثل الأخصائيين الاجتماعيين والأخصائيين النفسيين، يجرون تقييمات رسمية ويقدمون تدخلات موجزة قائمة على الأدلة في المدرسة.

كما يمكن للمدارس مساعدتك في التواصل مع أخصائيي الصحة النفسية المجتمعية الذين يقدمون خدمات علاجية أكثر كثافة، عند الحاجة.

كيف يمكنني المناصرة من أجل طفلي وصحته النفسية؟

تعني مناصرة طفلك التحدث بصراحة والتأكد من سماع احتياجاته ورغباته.

ويشمل ذلك:

- التواصل مع معلم طفلك وموظفي المدرسة بشأن صحة طفلك النفسية - طرح الأسئلة، وإثارة المخاوف، وطلب المساعدة والدعم عند الضرورة.
- طلب حضور اجتماعات تتعلق بصحة طفلك النفسية والمشاركة فيها، والشعور بالارتياح عند التحدث بصراحة عن طفلك، وطلب نسخة من الملاحظات، وطلب التوضيح، وإحضار مترجم، وحث طفلك على طلب المساعدة.

إذا كان طفلي يعاني من إعاقة أو يتلقى خدمات تعليمية خاصة، كيف يمكنني مناصرة صحته النفسية بشكل أكبر؟

بالإضافة إلى التواصل المنتظم والمستمر مع المعلم، إذا حُدِّدت احتياجات طفلك من خلال عملية لجنة التحديد والتنسيب والمراجعة (IPRC) أو كان يتلقى الدعم بموجب خطة تعليم فردية، فسيكون لديك تواصل إضافي مع موظفي المدرسة. يمكنك المناصرة من خلال الاتصال بموظفي المدرسة مباشرة واستخدام الفرص المتاحة مثل اجتماعات الفريق أو عملية لجنة التحديد والتنسيب والمراجعة IPRC للتعبير عن مخاوفك وأفكارك ومشاركتها من أجل تقديم أفضل دعم لطفلك في المدرسة.

كيف يمكنني دعم طفلي إذا أراد الدفاع عن نفسه؟

- لديك دور مهم تلعبه في العمل مع مدرسة طفلك لضمان أن يكون صوت طفلك محورياً في التخطيط لصحته وعافيته النفسية. قد يرغب الأطفال الأكبر سناً والشباب في التعبير عن احتياجاتهم بشكل مستقل:
- حثه على التحدث إلى أحد المعلمين أو شخص بالغ مهتم في المدرسة. يساعد إشراكه في العملية على بناء القدرات والثقة والمهارات اللازمة للمستقبل.
- فُكِّر في دعوته لحضور الاجتماعات لشرح تجاربه واحتياجاته.
- أشركه في عملية صنع القرار.

موارد مفيدة:

- [Exploring Mental Health Together: Resources for parents – 8 and 7 Mental Health Literacy Modules for Grades and caregivers](#)
- [Mental Health Literacy Modules for Career Studies \(GLC20\): Resources for parents and caregivers](#)
- [About School Mental Health Ontario](#)

