

## Blog Post

هل يمكنك أن تخبرنا قليلاً عن نفسك، على الصعيدين الشخصي والمهني؟

أنا من المناطق الحدودية في جنوب لبنان، وهاي الخلفية أثرت كثير على نظرتي للحياة وعلى اختياراتي المهنية. العيش في بيئة فيها عدم استقرار وضغوطات مستمرة خلّاني أقدر أهمية الأمان، والدعم، ودور التعليم كمساحة ممكن تعطي الأطفال شعور—لو بسيط—بالاستقرار.

درست ماجستير في التعليم وكان عندي فضول أفهم كيف فينا نشغل بطريقة أقرب لواقع الأطفال، خاصة اللي عم يعيشوا ظروف صعبة. حالياً أعمل كـ Technical Officer في مجال التعليم، وشغلي قريب جداً من الميدان، مع المعلمين والمدارس والمراكز. بشتغل على تدريبات ومرافقة للمعلمين، وبحاول معهم لاقى طرق عملية للتعامل مع الصفوف المتنوعة والضغوط اليومية.

اللي بيميز تجربتي هو القرب من الناس. جزء كبير من شغلي هو الاستماع: للمعلمين، لقصصهم، وللتحديات اللي بيواجهوها كل يوم. بالنسبة إلي، الشغل مش بس دور مهني، هو التزام إنساني إنني أكون حاضرة وأحاول أساعد بالحد الأدنى الممكن. وأكثر شي بيعنيني هو الإحساس إنني عم بعمل فرق صغير، حتى لو ما كان كبير أو واضح دائماً.

**كيف توازنين بين الحفاظ على سلامتك الشخصية وبين دعم الأطفال والعائلات في ظلّ النزاع؟**

بصراحة، الموازنة صعبة. القلق موجود دائماً، خاصة لما تكون عائلتي نفسها بمناطق غير آمنة. في أوقات بحس إنني مشتتة بين خوفي عليهم وبين مسؤوليتي بالشغل.

اللي بعمله هو إنني حاول أكون واعية قدر الإمكان: أتابع الأخبار، ألتزم بإرشادات الأمان، وما آخذ مخاطر غير ضرورية..

بالنسبة إلي، الحفاظ على سلامتي مش شي منفصل عن شغلي، هو جزء منه. لأنه إذا أنا مش بخير، ما بقدر أكون موجودة لدعم حدا ثاني. ووجودنا مع الأطفال — لو لفترة قصيرة — بيفرق، لأنه بيعطيهم إحساس إنه في حدا بعده حدّهم.

**كيف تتعاملين مع التوتر والخطر وحالة عدم اليقين الناتجة عن العيش في منطقة متأثرة بالنزاع والاستجابة له في الوقت نفسه؟**

الضغط موجود بشكل يومي، وأوقات ببيكون ثقيل. في لحظات ببصير فيها التفكير كثير، خصوصاً لما يكون في خوف على العيلة أو عدم وضوح بالوضع.

ما بقدر أقول إنني “بتعامل” مع الموضوع بشكل مثالي، بس بحاول أتمسك بأشياء بسيطة. وجود روتين—لو بسيط—بيساعدني. الشغل بيعطيني إحساس بالهدف، وبيخليني أحس إنني عم بعمل شي له معنى بدل ما أضل غارقة بالقلق.

كمان الوقت مع ابني مهم جداً. هاي اللحظات، اللعب، الضحك، وحتى التفاصيل الصغيرة، بتخلق نوع من التوازن. وبصراحة، دعم الزملاء بالشغل بيفرق كثير. مجرد إنو في ناس فاهمة شو عم نمر فيه بيساعد نفسياً.

كيف يؤثر العيش في منطقة متأثرة بالنزاع على الطريقة التي تتعاملين بها مع عمك؟  
الوضع يفرض علينا تغيير أولوياتنا. بكثير من الحالات، ما فينا نبأش من "التعليم" بمعناه التقليدي. الأطفال اللي عم نشغل معهم غالبًا نازحين أو عايشين بمراكز إيواء، وحاملين تجارب صعبة.

لهيك، تركيزنا الأول بيكون على الدعم النفسي والاجتماعي. نحاول نخلق مساحة آمنة، حتى لو كانت بسيطة. من خلال اللعب، الرسم، أو بس الجلوس معهم. أوقات الحضور بحد ذاته بيكون كافي كبدائية.

الشغل بيصير أقل "منهجي" وأكثر مرونة وإنسانية، لأن الواقع يفرض علينا نشغل حسب احتياج الطفل بهديك اللحظة، مش حسب خطة جاهزة.

ما أبرز التحديات التي تواجهينها في تقديم الدعم التعليمي للأطفال بينما يستمر النزاع في لبنان؟  
أكبر تحدي هو غياب الاستقرار. الأطفال مش بيينة ثابتة، كثير منهم بعيدين عن بيوتهم، وبعضهم ما عنده وصول منتظم للتعليم.

بهالحالة، بيكون صعب نطلب منهم يركّزوا أو يلتزموا بتعلم تقليدي. الأولوية بتكون لمشاعرهم: الخوف، القلق، والتعب. نحاول ندمج التعلم بأنشطة خفيفة وبسيطة.

التحدي هو كيف نوازن بين "بدنا يضل في تعلم" وبين "هيذا الطفل هلا بحاجة لشي ثاني أهم".

كيف ترين أن عمك يحدث فرقًا حقيقيًا في حياة الأطفال والعائلات الذين يعيشون هذه الأزمة؟  
الفرق مش دايماً واضح، وغالبًا بيكون بتفاصيل صغيرة. طفل كان ساكت وبلّش يحكي، أو طفل كان خايف وبلّش يلعب مع غيره.

هاي التغييرات البسيطة هي اللي بتخليني حس إنه في شي عم يتغير. يمكن ما منقدر نغير الواقع الكبير، بس إذا قدرنا نخلق لحظة راحة لطفل، أو مساحة آمنة—مؤقتة—هيذا بحد ذاته فرق.

هل يمكنك أن تشاركينا قصة من عمك مؤخرًا بقيت عالقة معك على المستوى الشخصي؟  
في طفلة بقيت عالقة ببالي. كانت تعاني من صعوبة بالحركة، وما كان عندها كرسي متحرك مناسب، فكانت أغلب الوقت قاعدة على الأرض داخل مركز الإيواء. ما كانت تشارك مع باقي الأطفال، وكان واضح قديش حاسة بالعزلة.

لما تمكنا نأمن لها كرسي متحرك، التغيير ما كان فوري وكبير، بس تدريجي. بلّشت تطلع على المساحة المشتركة، تقرب من الأطفال، وتشارك شوي شوي.

اللي أثر فيني مش بس الابتسامه، بل كيف تغير حضورها. هيدا الموقف ذكرني اِنو اوقات، تدخل بسيط جدا ممكن يفتح باب لشي اكبر، خاصة على مستوى شعور الطفل بنفسه وانتائه.