



**Kikundi Kazi cha Usimamizi wa Kesi za Ulinzi wa Mtoto Lebanon**  
**Mwongozo kwa ajili ya wafanyakazi wanao simamia Kesi za Ulinzi wa Mtoto**  
**Jinsi Walezi wanaweza Kusaidia Watoto kipindi cha COVID-19**

Machi 2020

**Ulinzi wa Mtoto COVID -19 DropBox [LINK](#)**

Kama wafanyakazi wanaosimamia kesi za ulinzi wa mtoto, kutoa huduma moja kwa moja kwa jamii zilizo katika hatari wakati wa mlipuko wa COVID<sup>1</sup> 19 kuzuka, ni muhimu kuhakikisha kuwa una vifaa na taarifa sahihi kusaidia familia kwa wingi iwezekanavyo.

Muongozo huu<sup>2</sup> unalenga katika **namna ya kumsaidia mlezi wakati wa mlipuko ili wawewe kuwaelewa watoto wao**, mahitaji yao na tabia zao na njia ambazo wanaweza kuwasaidia. Muongozo huu unaweza i kutumika:

- Kama ilivyo katika familia ambayo utaona ipo katika mazingira magumu sana na haijapata taarifa muhimu;
- Kama sehemu ya uutiliaji wa kesi wa mara kwa mara.

Kumbuka: Muongozo huu unaweza kukamilishwa na shughuli zingine za MHPSS ambazo huanzishwa na kutolewa na mashirika mbalimbali

**Kumbuka:** Pia ni muhimu kutumia muongozo huu kama nafasi ya kufuutilia ustawi wa wazazi na juu ya wao wenyewe wanavyokabiliana na hali hii kabla ya kuanza mazungumzo juu ya jinsi gani wanavyoweza kusaidia watoto wao. Kwa hiyo, Wafanyakazi wanaosimamia kesi wanaweza pia kurejelea **Mwongozo Utoaji wa Msaada wa Kisaikolojia kutokea mbali kwa walezi wakati wa COVID-19 [inapatikana katika IA COVID-19 drop box](#) [LINK](#)**

**1. UJUMBE WA MUHIMU wa kuwaeleza wazazi na walezi kupitia simu au wakati wa kuwatemebelea nyumbani.**

**ELEZEA** wakati wa kuwatemebelea nyumbani au kuongea na simu<sup>3</sup> lengo la mazungumzo mwombe mzazi / mlezi **kama unaweza kuzungumza naye peke yake bila watoto kuwepo**. Mwelezee mzazi / mlezi kuwa upo hapa kuwapa baadhi ya taarifa kuhusu COVID-19 na kwamba moja ya njia ambazo utakuwa ukiwasaidia ni kuelezea baadhi ya mienendo ya kawaida sana ya watoto kuhusiana na hali ya wakati huu.

<sup>1</sup> Tafadhal kumbuka maudhui yamechukuliwa kutoka Kituo cha Kudhibiti na Kuzuia Magonjwa (tovuti ya CDC), kwa ajili ya habari kuwa na manufaa kwa wafanyakazi wanao shughulikia kesi aidha kwa kupiga simu kwa familia, kutembelea kaya na kuongeza ufahamu kwa walezi nchini Lebanon kuhusu madhara ya COVID- 19 kwa watoto. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/communication/guidance-list.html?Sort=Date%3A%3Adesc>

<sup>2</sup> Tafadhal kumbuka kuwa muongozo huu umetengenezwa kama sehemu ya Jitihada za pamoa za mashirika mbalimbali yanayo simamia kesi za ulinzi wa mtoto nchini Lebanon ambayo ni pamoa na Save the Children, Himaya, IRC, UNICEF na UNHCR

<sup>3</sup> Tafadhal kumbuka kama kutembelea nyumbani hayawezekani kwa sasa, tafadhal fikisha maelezo haya kwa njia ya simu.



**Kikundi Kazi cha Usimamizi wa Kesi za Ulinzi wa Mtoto Lebanon  
Mwongozo kwa ajili ya wafanyakazi wanao simamia Kesi za Ulinzi wa Mtoto  
Jinsi Walezi wanaweza Kusaidia Watoto kipindi cha COVID-19**

Machi 2020

**ELEZEA** kwamba ni muhimu kwao kufahamu **kwamba watoto huenenda, kwa sehemu, kulingana na tabia wanayoona kutoka kwa watu wakubwa karibu nao** kama vile walezi wao, ndugu na majirani na kwamba walezi wanapokabiliana na tatizo kwa upole na kwa ujas, wanaweza kutoa msaada bora kwa watoto wao. **ELEZEA** kuwa wana **jukumu la muhimu sana katika kujenga msingi wa mtoto wao kukabiliana na hali yenye changamoto** kwa kuwa mfano wa baadhi ya tabia na kwamba jinsi unavyo enenda katika jambo inaathiri namna ambavyo watoto wataenenda katika jambo hilo, kwa sehemu, kwa kile wanachokiona kutoka kwa watu wakubwa karibu nao.

**ELEZEA** kwamba bila kujali umri wa **mtoto**, anaweza kuhisi wasiwasi au hisia nyingine kali baada ya dharura. **Pia, baadhi ya watoto huonyesha hisia muda huo huo, wakati wengine inaweza kuonyesha dalili baadaye.**

**ELEZEA** kwamba jinsi mtoto anavyo onyesha hisia, na ishara za kawaida za kuathirika zinaweza kutofautiana kulingana na umri wa mtoto, uzoefu wa awali, na jinsi ambavyo mtoto hukabiliana na mawazo kikawaida.

**ELEZEA** kuwa katika hali hii kama mfanyakazi unayesimamia kesi za ulinzi wa watoto, uko hapa kuisaidia familia kupata rasilimali za msingi.

**ELEZEA** kwamba walezi wanaweza zaidi kutia moyo wengine walio karibu nao, haswa watoto, kama wamejiandaa vyema.

## 2. ELEZEA ATHARI ZA KAWAIDA AMBAZO WATOTO WANAWEZA KUPATA<sup>4</sup>:

**Elezea kwa mlezi au walezi kwamba si watoto wote hukabiliana na matatizo kwa njia moja na kwamba baadhi ya watoto wanaweza hata wasionyeshe dalili zozote za kuwa wameathirika na jambo na kwamba hii inaweza pia kutokea, hata hivyo, wanapaswa kutoa msaada kwa watoto wote.**

**Baadhi ya changamoto za kawaida kwa ujumla za kuangalia kwa watoto:**

- Kulia sana
- Kurudia tabia walizo kwisha acha (kwa mfano kujisaidia kitandani)
- Wasiwasi au huzuni iliyopitiliza
- Kutokula au kulala vizuri
- Kuwashwa na tabia za kuigiza
- Matokeo mabaya shulenai au kuacha shule
- Shida katika usikivu na umakini

<sup>4</sup> Sababu ambazo huathiri matokeo ya kihisia kwa watoto walio katika dharura

Kiasi cha uharibifu kinaosababishwa na matatizo kama vile Covid-19 unaweza kuwa mkubwa. Usumbu kwenye ratiba ya mtoto, kutengwa na shule, familia, na marafiki kunaweza kujenga kiasi kikubwa cha mawazo na wasiwasi kwa watoto. Mtikisiko wa kiuchumi na shinikizo wanaloopata watoto wanaofanya kazi. Athari za kihisia kwa mtoto zinazo tokana na dharura hutegemeana na tabia ya mtoto na uzoefu wake, hali ya kijamii na kiuchumi ya familia na jamii, na upatikanaji wa rasilimali za kijamii. Si watoto wote hukabiliana na dharura kwa njia hiyo hiyo na ni muhimu kuto kumtaja mtoto, au kumuaibisha kwa sababu ya kuwa na hofu. Sote watu wakubwa na watoto tunaweza kuathirika kwa zaidi na kwa muda mrefu. Walezi wanaweza kutia moyo zaidi wengine walio karibu nao, haswa watoto, kama maweandaliali vyema. Wote, watu wazima na watoto wanaweza kupata mashaka zaidi wakiona na kusikia picha na ushahidi wa mgogoro katika vyombo vya habari, katika mitandao ya kijamii, ama kwenye redio. Mwanzoni kabisa, fikiria kupunguza kiasi cha matumizi yako na ya wapendwa wako katika vyombo vya habari



**Kikundi Kazi cha Usimamizi wa Kesi za Ulinzi wa Mtoto Lebanon**  
**Mwongozo kwa ajili ya wafanyakazi wanao simamia Kesi za Ulinzi wa Mtoto**  
**Jinsi Walezi wanaweza Kusaidia Watoto kipindi cha COVID-19**

Machi 2020

- Kuacha kufanya mambo ambayo walifurahia kufanya katika siku za nyuma
- Maumivu ya kichwa na mwili yasiyoelezeka
- Matumizi ya pombe, tumbaku au dawa zingine za kulevyta kwa vijana
- Watoto wenyewe mahitaji maalum wanaweza kuwa na matatizo makubwa zaidi, wasiwasi au hasira kuliko watoto wasio na mahitaji maalum kwa sababu wana uangalizi mdogo katika ustawi wao wa siku hadi siku kuliko watu wengine.
- Kumbuka: Watoto wenyewe mahitaji maalum wanaweza kuhitaji maneno ya ziada ya kutiwa moyo, maelezo zaidi kuhusu tukio, na faraja zaidi na miguso mizuri ya kimwili kama kukumbatiwa na wawapendao

**Kuna baadhi ya mambo maalum ambayo yanaweza kumuathiri mtoto kihisia, hizi ni pamoja na lakini si tu:**

Mifano ya Mambo hasi	Mifano ya Mambo chanya
<ul style="list-style-type: none"><li>• Uzoefuwa moja kwa moja na Covid-19</li><li>• Maumivu ya zamani au matukio ya kufadhaisha</li><li>• Imani kwamba mtoto au mpendwa anaweza kufariki</li><li>• Kumpoteza ndugu, rafiki wa karibu, au mnyama</li><li>• Kutengwa na walezi</li><li>• Mawazo yanayoendelea kutokana na mabadiliko katika ratiba zilizozoleka na hali ya maisha ikiwa ni pamoja na matatizo ya kiuchumi</li><li>• Kusikia kutoka kwenye vyombo vya habari mara kwa mara kuhusu hatari na madhara yake</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jinsi walezi wanavyo enenda wakati wa mlipuko wa Covid-19 kuzuka - kwa mfano kudumisha utulivu</li><li>• Kujenga uhusiano baina ya wanafamilia</li><li>• Umoja wa kijamii</li></ul>

**3. KUELEZEA JINSI MLEZI ANAWEZA KUSAIDIA MTOTO WAO:**

- Kuchukua **muda wa majadiliano** na mtoto wako kuhusu mlipuko wa COVID-19 kueleza virusi ni nini, jinsi gani hivi vya Corona ni tofauti na vingine. Jumuisha taarifa zinazotolewa katika vipindi vya kukuza ufahamu
- Kulingana na umri wa mtoto **fikiria kumuonyesha** baadhi ya vidokezo vya uhalisia kuhusu kujikinga na COVID-19 katika njia ambayo mtoto anafahamu na yenye kumfurahisha. Kwa mfano, kwa watoto



**Kikundi Kazi cha Usimamizi wa Kesi za Ulinzi wa Mtoto Lebanon**  
**Mwongozo kwa ajili ya wafanyakazi wanao simamia Kesi za Ulinzi wa Mtoto**  
**Jinsi Walezi wanaweza Kusaidia Watoto kipindi cha COVID-19**

Machi 2020

wadogo wape videkezo kuhusu jinsi ya kunawa mikono kama mchezo, kukubaliana juu ya sheria ndogo kati yako na mtoto wako jinsi gani wanaweza kufanya mazoezi ya kujiweka mbali kijamii (kudumisha umbali wa mita moja).

- Hakikisha **unajibu maswali ya mtoto wako** kuhusu COVID-19 kwa njia ambayo mtoto wako anaweza kuelewa, kulingana na umri wa mtoto chagua maneno ambayo yanaeleweka.
  - **Mhakikishie** mtoto wako kuwa yupo salama. Wajulishe kwamba ni sawa na nikawaida kama wanajisikia vibaya.
  - **Mshirikishe mbinu chanya za kukabiliana na msongo wa mawazo** mwanao, au mtoto unayemlea kulingana na jinsi unavyokabiliana na matatizo yako mwenyewe. Mtoto unayemlea anaweza kujifunza jinsi ya kukabiliana na jambo kutoka kwako. Jaribu kuonyesha hizi tabia, watoto huwatazama walezi. Kwa mfano, kutumia muda na wapendwa wako, kucheza michezo na kusoma, kusikiliza muziki, na kuomba.
  - **Jaribu kupunguza uwezekeno wa mwanao kupata habari** za matukio kwenye redio, TV, mitandao ya kijamii kama vile Facebook na pia majadiliano katika jamii ambapo watu wazima hujadili COVID-19 kupita kiasi. Kumbuka kwamba watoto wanaweza kutafsiri vibaya kile wanachosikia kwenye TV, kwenye redio, na katika jamii na wanaweza wakaogopeshwa na kitu wasichokielewa.
  - Msaidie mwanao **kuwa na hali ya kuwa na utaratibu mwanao** kadri uwezavyo katika kipindi hiki. Kwa mfano:
    - a) Kuamka katika wakati ule ule kila siku, kucheza mchezo wakati fulani, kula chakula katika wakati ule ule, hatua yoyote chanya unaweza kuchukua ili kutengeneza uthabiti na utaratibu ni muhimu.
    - b) Pata mapumziko muda wowote unapoweza, pata muda wa kutosha wa kulala kadri uwezavyo na mhimize mwanao kufanya hivyo pia, fanya mazoezi kwa kutembea, kukimbia, au kula chakula chenye afya pale inapowezeekana.
    - c) Wasiliana na marafiki zako na wanafamilia kupitia simu, kusikia sauti zao na kutegemea mfumo wako wa msaada wa kijamii.
- Ukiwa **umejiandaa, umejituliza, na umepumzika unaweza kukabiliana** vyema na matukio yasiyotarajiwa na unaweza kufanya maamuzi kwa maslahi bora ya familia yako na wapendwa wako.

#### 4. VIDOKEZO VINGINE KWA AJILI YA WAFANYAKAZI WANAO SIMAMIA KESI:

Wafanyakazi wanaoshughulikia kesi wanapaswa kusambaza videokezo vifuatavyo ambavyo vinaweza kusaidia kupunguza mawazo kabla, wakati na baada ya maafa au tukio la kuumiza:

**Kabla:**

- **ELEZA** kwamba kama mfanyakazi unayesimamia kesi za ulinzi wa mtoto kesi upo hapa kusaidia familia, kuangalia mambo mbalimbali ambayo yanaweza kuathiri familia wakati wa mlipuko na kama familia ingeathirika. Kwa mfano, kama mlezi akiwa mgonjwa wa Covid-19 wangefanya nini, nani angwaangalia watoto na ni msaada gani wangehitaji.
- **ELEZA** kwa mlezi kwamba kwa kufanya nao kazi kwenye mpango wa kukabiliana na hatari ambao utatoa ufumbuzi kwa ajili ya matukio mbalimbali, na hatua halisi za kuchukua katika hali ya



**Kikundi Kazi cha Usimamizi wa Kesi za Ulinzi wa Mtoto Lebanon  
Mwongozo kwa ajili ya wafanyakazi wanao simamia Kesi za Ulinzi wa Mtoto  
Jinsi Walezi wanaweza Kusaidia Watoto kipindi cha COVID-19**

Machi 2020

changamoto, watakuwa wameandaliwa vizuri kukabiliana na jambo, na kuzungumza na watoto wao kuhusu mipango yao ya kuwaweka salama.

- **\*MUHIMU SANA:** Pitia mipango ya usalama na mlezi kwa simu au ana kwa ana kwa kufuata itifaki ya usalama za maandalizi iwapo mtu katika familia ameathirika na COVID-19. Kuwa na mpango utaongeza uthabiti wa familia na ujasiri wa mtoto pamoja na kusaidia kuwapa hali ya udhibiti.

**Elezea kuwa kadri mlipuko unavyozidi kusambaa ni muhimu:**

- Tulia na mtie moyo mtoto wako.
- Zungumza na watoto kuhusu kinachoendelea kwa njia ambayo wanaweza kuelewa. Fanya hivyo kwa urahisi na usahihi kulingana na umri wa kila mtoto.

**Baada:**

- Kwa wazazi kuwapa fursa watoto ya kuongea kuhusu kile wanachokipitia wakati wa mlipuko wa Covid-19, jinsi wanavyojihisi. Wahamashe kuelezea wasiwasi wao na kuuliza maswali.
- Wazazi wanaweza kuwasaidia watoto wao kuhisi hali ya kujidhibiti na kusimamia hisia zao kwa kuwahimiza kuendeleza ratiba zao kama ilivyokuwa kabla ya hali ya matatizo yaliyokithiri (COVID-19 katika kesi hii) na kurejelea kufanya kila kitu walichokuwa wakifurahia binafsi na / au kama familia ..

---

**HUDUMA ZA AFYA YA AKILI:** Kumjulisha mtoto na mlezi namba maalumu zilizotolewa na Wizara ya Afya ya Umma (**Piga 1564**) kama wanahitaji msaada wa kihisia, kama wenywewe au watoto wao wanakabiliwa na mawazo ya kujiua. Mjulishe mlezi kuwa kuna nyenzo zingine nyingi zinazotengenezwa na kuwa unaweza kuwaunganisha wawasiliiane na wenzako amba watakuwa wakitoa msaada juu ya hili hasa.

**Kumbuka kuhusu Usalama Data:**

Kama wafanyakazi wanaosimamia kesi za ulinzi wa mtoto atajaza fomu yoyote wakati wa mazungumzo, ni muhimu kuhakikisha uhifadhi salama wa taarifa yoyote inayomtambulisha mtoto. Nyaraka zilizoandaliwa wakati wa usimamizi wa kesi kutokea mbali zinapaswa kutunzwa kama ilivyo kwa usimamizi wa kesi wa ana kwa ana. Katika hali kama hizo, tafadhali weka taarifa katika mahali salama yenye kufuli. Katika hali ambayo mfumo wowote wa elektroniki wa usimamizi kesi (kama vile PRIMERO) upo, tafadhali fuata makubaliano ya hatua za usalama wa data.

**Mawasiliano:**

Tafadhali kumbuka ukihitaji mwongozo wa ziada kwa ajili ya wafanyakazi wanaosimamia kesi za ulinzi wa mtoto, wataarifu viongozi wa kikundi kazi cha Taifa cha Usimamizi wa Kesi za Ulinzi wa Mtoto:

[Sara.mabger@rescue.org](mailto:Sara.mabger@rescue.org)

[Monica.Martinez@savethechildren.org](mailto:Monica.Martinez@savethechildren.org)

Au kiongozi wa Kikundi Kazi cha Ulinzi ya watoto katika Dharura:

[jatwi@unicef.org](mailto:jatwi@unicef.org)