



مركز شؤون المرأة - غزة
Women's Affairs Center - Gaza



ورقة بحثية بعنوان:
الآثار النفسية لحرب أكتوبر 2023
على المرأة الفلسطينية النازحة
في مراكز النزوح والخيام



مركز شؤون المرأة - غزة
Women's Affairs Center - Gaza

ورقة بحثية بعنوان: الآثار النفسية لحرب أكتوبر 2023 على المرأة الفلسطينية النازحة في مراكز النزوح والخيام

يوليو 2024

مقدم ل: مركز شؤون المرأة

المحتويات:

3	ملخص
3	مقدمة
4	أهداف الورقة
4	حدود الورقة
4	مصطلحات الورقة
5	الخلفية النظرية
5	منهجية الورقة
6	النتائج
7	العنف المبني على النوع الاجتماعي
8	١- القلق والتوتر
9	٢- الاكتئاب
10	٣- الأعراض الجسدية
10	٤- العلاقات الأسرية
11	٥- التدخلات متعددة القطاعات
12	التوصيات
13	قائمة المراجع

تداعيات حرب الإبادة على المنظمات الأهلية في قطاع غزة

ملخص:

تهدف الورقة لدراسة الأثار النفسية لحرب أكتوبر ٢٠٢٣ على النساء النازحات في مراكز الايواء والخيام، وتحليل عقبات حصولهن على خدمات الدعم النفسي والاجتماعي.

واستخدمت الورقة المنهج الوصفي التحليلي عبر استخدام أدوات جمع بيانات متعددة منها: (278) استمارة مع نساء نازحات في مناطق وسط وجنوب قطاع غزة، وتم عقد (2) من المجموعات المركزة مع النساء النازحات، شاركت فيها عدد (21) امرأة، وتنفيذ عدد (10) مقابلات معمقة مع نساء نازحات وناجيات من العنف وإجراء عدد (12) مقابلة شبه مهيكلة مباشرة مع مقدمي/ات الخدمة للنساء النازحات، بالإضافة إلى مراجعة الأدبيات السابقة ذات الصلة.

وقد خلصت الورقة إلى جملة من النتائج أهمها:

نصف المستجيبات (٤٧.١٪) من النازحات في المحافظة الوسطى/دير البلح، بينما كانت (٤٣.٩٪) منهن نازحات في محافظة خان يونس. وأكدت غالبية العظمى (٩٠.٦٪) تضرر أو دمار منازلهن خلال الحرب. وأفادت حوالي نصفهن (٤٦.٨٪) بفقدان أحد أفراد ذويهن، وتعرضت أكثر من ثلاثة أرباع المستجيبات وبنسبة (٧٩.٤٪) للعنف، بما في ذلك العنف الجسدي والنفسي والاقتصادي والاجتماعي والجنسي. وعانين من اضطرابات نفسية مثل القلق والتوتر والاكتئاب والأعراض الجسدية، وعانين من اضطرابات نفس جسدية، وشعرت غالبيةهن (٩٢.٤٪) بالرعب من احتمال فقدان أحد أفراد الأسرة. وتضررت معظم العلاقات الأسرية للمبحوثات (٨٥.١٪)، وأصبحت مضطربة بدرجة كبيرة ما انعكس سلباً على أوضاعهن النفسية.

وعليه، توصي الورقة بتدخلات متعددة القطاعات؛ للمساهمة في تحسين الوضع الصحي والنفسي للنساء تشمل: خدمات الدعم النفسي للنساء النازحات، وتوفير التدريب المهني لهن، وزيادة الوعي المجتمعي، وبناء وتعزيز الشبكات الاجتماعية والمجتمعية التي توفر الدعم المتبادل والمساعدة في أوقات الأزمات، وتطوير منصات رقمية تتيح للنساء النازحات التواصل مع مستشارين لتقديم خدمات دعم نفس شاملة وسرية وبكرامة.

مقدمة:

في ظل حرب الإبادة على قطاع غزة، يرى خبراء اجتماعيون ونفسيون، بأن نساء غزة واطفالها، بدأوا يعانون اضطرابات بعد الصدمة كنتيجة لمعايشتهم جرائم الاحتلال، أو مشاهدتهم عبر وسائل التواصل الاجتماعي، بما فيها من صور لأشلاء الشهداء من ذويهم ومعارفهم وآخرين، ما ينعكس على سلوكهم وحالتهم الذهنية والعصبية، ويؤدي للإصابة بحالات اكتئاب¹، وتتأثر السلامة النفسية للمدنيين وتتفاقم معاناتهم نتيجة لما يتعرض له أبناء قطاع غزة من مجازر وحشية وقتل جماعي وفقدان للأهل وتدمير البيوت والتهدية والحرمان من أبسط الاحتياجات الأساسية كالمأكل والمشرب والعلاج وانعدام الأمان، علاوة على تدمير مراكز الخدمات النفسية وعدم إمكانية الوصول للرعاية النفسية وعدم توفير العلاجات النفسية للمرضى².

١. بشارت، حنان (٢٠٢٣) تأثيرات الحرب نفسياً على أطفال غزة تخلف ندوبها على سلوكهم وحياتهم ومستقبلهم. جريدة الغد.

٢. الهيئة المستقلة لحقوق الانسان (٢٠٢٤)، ورقة حقائق حول تأثير العدوان الحربي الإسرائيلي على الصحة النفسية في قطاع غزة.

أهداف الورقة:

- ١- الكشف عن المشاكل المتعلقة بالصحة النفسية التي تتعرض لها النساء النازحات بسبب حرب الإبادة على غزة.
- ٢- التعرف على واقع خدمات الدعم النفسي الاجتماعي المقدمة للنساء النازحات.
- ٣- تقديم مجموعة من التوصيات؛ للتخفيف من حدة الضرر والآثار النفسية للحرب على النساء النازحات.

حدود الورقة:

- ١- الحد الزمني: أجريت الدراسة في يوليو/ تموز ٢٠٢٤.
- ٢- الحد المكاني: مراكز النزوح والخيام المنتشرة في محافظات الوسطي والجنوب (دير البلح، خانونس، مواصي رفح).

مصطلحات الورقة:

الآثار النفسية: "الاستجابات النفسية التي تحدث للأفراد نتيجة تعرضهم لأحداث صادمة بسبب ما يمرون به من أزمات"^٥

"شعور بالانكسار ناتج عن حدث صادم يحطم فجأة الغطاء الخارجي الذي يمثل هوية الشخص"^٦

وتعرفها الباحثة إجرائياً: الآثار العاطفية والانفعالية التي تنتاب الفرد نتيجة ظروف غير ملائمة، وتقاس بدلالة الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الآثار النفسية المستخدم في الدراسة الحالية.

وتواجه النساء خلال حرب الإبادة غياب المستلزمات الأساسية للحياة الكريمة أهمها: عدم وفرة أو سوء خدمات المياه والنظافة والصرف الصحي والكهرباء. ويسوء وضع النازحين في فصل الشتاء حيث يسيل المطر داخل الخيام التي تفتقر إلى وسائل التدفئة الفعالة. وتؤدي هذه الظروف إلى تفشي الأمراض، وخاصة بين النساء اللواتي يحتجن لرعاية وعناية خاصة مريضات السرطان والأمراض المزمنة والحوامل وذوات الإعاقة. وحسب شهادة (نورهان أبو نحل) وهي حامل في شهرها السابع أنها تعرضت لجفاف ونزلات معوية وكادت أن تفقد جنينها لولا تدخل الأطباء. كما أدى الوضع الانساني السيء وانقطاع الوقود والبنزين إلى نقل السيدة (لينا أبو عودة) أثناء مخاضها وبعد ولادتها عبر عربة حيوان إلى المستشفى حيث ذكرت: "فقدت خصوصيتي في أضعف لحظة قد تكون بها المرأة وكنت أصرخ في الشارع من الألم والجميع شاهدي لأنني لم أستطع تحمل الألم خاصة أن حركة العربة كانت تزيد من ألم الطلق في ظل تكسير الشوارع أيضاً"^٣.

وتعاني النساء في قطاع غزة من افتقادهن للخصوصية بمراكز النزوح، وسط ظروف قاسية يواجهنها لتوفير أدنى مقومات الحياة، كما تقوم النساء في ظل هذه الحرب بأعمال شاقة لا تتناسب مع طبيعتهن الجسدية، مثل تقطيع الحطب لطهي الطعام، والجلوس أمام النيران التي ينبعث منها دخان احتراق الخشب والأوراق لساعات طويلة في العراء. إلى جانب ذلك، تشير تقديرات صندوق الأمم المتحدة للسكان إلى حرمان "أكثر من ٦٩٠ ألف امرأة وفتاة خلال فترة الحيض من الحصول إلا بشكل محدود على منتجات النظافة الخاصة بالدورة الشهرية"^٤.

٣. مطر، ميرنا محمد (٢٠٢٤). الأثر النفسي على النساء أثناء حالة الحرب.

٤. وكالة الأناضول (٢٠٢٣). نساء غزة يعشن ظروفًا لا تطاق ويعانين فقدان الخصوصية.

٥. أبو طربوش، ربي (٢٠١٤). الآثار الاجتماعية والنفسية للأزمة السورية على الأطفال السوريين اللاجئين في الأردن.

٦. Esther L. Merwi & Sandra J. weiss (2011). Toward a unifying Definition of psychological pain.

الخلفية النظرية:

تكتسب الصحة النفسية أهمية خاصة في أوقات الأزمات والحروب، إذ تتعرض النساء لضغوط نفسية كبيرة نتيجة فقدان الأمان وعدم الاستقرار المصاحب للتشريد والنزوح المتكرر، وتدمير الممتلكات، وفقدان أفراد الأسرة، وتشير الدراسات إلى أن النساء النازحات يعانين من مستويات مرتفعة من القلق والاكتئاب مقارنةً بالنساء غير النازحات.⁷

للنزوح أبعاد نفسية تعاني منها جميع شرائح المجتمعات في فترات النزاعات المسلحة. فللحروب آثاراً مدمرة كبيرة على المجتمعات، فهي لا تدمر المباني والاقتصاد فحسب لكنها أيضاً تدمر أجسور الأمان في نفوس أبناء المجتمع، فجميع النازحين لديهم شعور عميق بالحزن والأسى وحالة من الإنكار لما لا يتقبله العقل، ويتشركون مبدأ واحد وهو التوق لاستعادة ما فقدوه من وطن وانتماء وامان⁸. وأجبرت سلطات الاحتلال آلاف النساء والفتيات من شمال قطاع غزة على النزوح القسري مشياً على الأقدام مسافة تقدر بـ ٢٢ كيلومتر وسط كثافة النيران نحو مناطق جنوب غزة، التي ادعى جيش الاحتلال أنها آمنة، ففرض النزوح تحديات جديدة على النساء، اللواتي ووجدن أنفسهن في وضع جديد يفتقر إلى ظروف الحياة الأدمية ويفتقر إلى آليات الحماية التقليدية لهن؟

ووفقاً للمفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين (UNHCR) ارتفع العدد العالمي للأشخاص النازحين قسراً إلى ١١٧.٣ مليون شخص في نهاية عام ٢٠٢٣. من بينهم، يُقدر أن حوالي ١.٧ مليون فلسطيني نزحوا داخلياً بسبب حرب الإبادة على غزة بين أكتوبر وديسمبر ٢٠٢٣، مما يشكل أكثر من ٧٥٪ من سكان غزة¹⁰.

لقد نتج عن حرب الإبادة تأثيرات جندرية سلبية كبيرة على النساء والفتيات، بما في ذلك زيادة معدلات العنف القائم على النوع الاجتماعي، وفقدان فرص التعليم، وتدهور الحالة الصحية والنفسية لديهن¹¹.

ولقد أفاد الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني ومكتب الإعلام الحكومي وتصريحات وزيرة شؤون المرأة، أن ٤ من كل ٥ من النساء في غزة خلال حرب عام ٢٠٢٣، لم يأكلن سوى نصف ما كنّ يأكلنه قبل الحرب.

واعتمدت ٨ من كل ١٠ منهن على المساعدات الغذائية، حيث لم تلب (83.5٪) من المساعدات احتياجات أسرهن. تسببت الحرب بنزوح حوالي مليون امرأة، واستشهدت 10,800 امرأة، وشكلت الإناث (75٪) من إجمالي الجرحى، وشكلت النساء (70٪) من الشهداء والمفقودين. وتسببت الحرب بزيادة حالات الإجهاد بين الحوامل بنسبة (300٪)، وزيادة في الولادات المبكرة بسبب الإجهاد والصدمات النفسية. وتضررت جزئياً أو كلياً حوالي (89٪) من مكاتب المنظمات التي تقوم على خدمات للنساء.

منهجية الورقة:

لقياس الآثار النفسية لحرب أكتوبر ٢٠٢٣ على النساء النازحات المسجّلات (18 عاماً فأكثر) المقيمتات والنازحات في مناطق وسط وجنوب قطاع غزة (دير البلح، خانينونس، رفح) كمّاً وكيفاً؛ استُخدم البحث المنهج الوصفي التحليلي، واعتمد على مصادر متنوعة للمعلومات اشتملت على: الأدبيات والدراسات المنشورة ذات الصلة بموضوع البحث، واعتمد على أدوات جمع بيانات ميدانية أربع - كان قد تم تصميمها بعد الإصغاء لعينة استكشافية من النازحات - تمثلت بعدد (278) استمارة مع نساء نازحات في مناطق وسط وجنوب قطاع غزة، وتم عقد (2) من المجموعات المركزة مع النساء النازحات، شارك فيها (٢١) امرأة، وتنفيذ (١٠) مقابلات معمقة مع نساء نازحات وناجيات من العنف. وإجراء (١٢) مقابلة شبه مهيكلة مباشرة مع مقدمي الخدمة للنساء النازحات) الأخصائيات والمهنيون أصحاب القرار والمختصون، بالإضافة إلى مراجعة الأدبيات السابقة ذات الصلة، وتحليل البيانات وتفسير نتائج التحليل وربطها بنتائج الأدبيات السابقة.

٧. المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين (٢٠٢٤). الاتجاهات العالمية الإحصائية حول النزوح القسري.

٨. رديف، سيف محمد، وآخرون (٢٠٢٢). الالم النفسي للمرأة أثناء النزاع وخلال النزوح.

٩. الحلبي، مادلين (٢٠٢٤). نساء غزة خلال الإبادة: النساء والحرب والمقاومة.

١٠. التقرير العالمي للاتجاهات العالمية الإحصائية حول النزوح القسري (يونيو ٢٠٢٤).

١١. تقرير هيئة الأمم المتحدة للمرأة بتاريخ ٩ أبريل ٢٠٢٤ حول تداعيات الحرب على النساء والفتيات في غزة.

النتائج:

تضمن هذا الجزء عرضاً لنتائج الورقة، وذلك من خلال الإجابة عن أسئلة البحث وأهدافه واستعراض أبرز نتائج أدوات الورقة، والتي تم التوصل إليها من خلال تحليل الأدوات الكمية والنوعية، بهدف التعرف إلى "الأثار النفسية لحرب أكتوبر ٢٠٢٣ على النساء في محافظات وسط وجنوب قطاع غزة".

العنف والاضطرابات النفسية:

تعرضت المرأة في قطاع غزة لمختلف أشكال العنف المباشر من الاحتلال بسبب القتل والإصابة والتشريد والاعتقال والفقدان، فضلاً عن تدمير منازلهن¹². ولا شك أن غياب الأمن الاقتصادي والصحي والاجتماعي ينعكس على العلاقات الأسرية، مما يؤدي إلى تحويل الضغوط وترجمتها إلى جرائم عنف أسري ضد النساء¹³. وتضيف علا حلس (الخصائية النفسية) من خلال عملها في مراكز الإيواء أن النساء اللواتي تعرضن للعنف المباشر يعانين من اضطراب ما بعد الصدمة بشكل أكبر، كما شهدت النساء النازحات ارتفاعاً في حالات العنف الأسري نتيجة للضغوط النفسية والاجتماعية المتزايدة¹⁴.

للحرب تأثير كارثي على صحة الأمم ورفاهيتها، إذ تدمر المجتمعات والأسر وغالباً ما تعطل تنمية النسيج الاجتماعي والاقتصادي. وتشمل آثار الحرب الأضرار الجسدية والنفسية طويلة المدى على الأطفال والبالغين. ولهذا حذرت منظمة الصحة العالمية من تفاقم الأوضاع النفسية في قطاع غزة جراء الحرب على الناجين وأسراهم، فبحسب د. احمد المنظري / المدير الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية لشرق المتوسط ان ١٢٠ ألف من سكان قطاع غزة يعانون من امراض نفسية جراء الحرب الأخيرة¹⁵!

الخصائص الديموغرافية:

الفئة العمرية: كانت النسبة الأكبر من المستجيبات وبنسبة (٤٠.٦%) من الفئة العمرية (٢٩_١٨) عاماً، وأكثر من ثلث المستجيبات (٣٥.٣%) من الفئة العمرية (٤٥-٣٠) عاماً، وتتراوحت أعمار (١6.9%) من المستجيبات بين (٤٦_٥٩) عاماً، و٧.٢% من المستجيبات بلغن ٦٠ عاماً أو أكثر.

جدول (١) توزيع أفراد العينة على الفئة العمرية

العمر	29-18	45-30	59-46	60 فأكثر	المجموع
العدد	113	98	47	20	278
النسبة	40.6%	35.3%	16.9%	7.2%	100%

١٢. حيوش، محمد ماجد (٢٠٢٤). الفتيات بيوم المرأة.. أرقام كارثية تعكس فظاعة الحرب.

١٣. إيميلي جاكوب (٢٠٢٠). كيف يمكننا الحد من العنف القائم على النوع الاجتماعي خلال أزمة كوفيد-١٩. منظمة كير.

١٤. مقابلة أ. علا حلس، خصائية الدعم النفسي والاجتماعي، ٢٢-٠٧-٢٠٢٤.

١٥. اليوم السابع (٢٠ أكتوبر ٢٠٢٣) عن الصحة العالمية: ١٢٠ ألف شخص يعانون من أمراض نفسية في قطاع غزة جراء الحرب متاح على الرابط: <https://2u.pw/bss3qsOb>

يتعرضن للعنف دائماً أو أحياناً أو نادراً (٢٥.٢٪ بشكل دائم، و٣٧.٤٪ أحياناً، و٢٤.٨٪ نادراً)، مقابل ١٢.٦٪ فقط ذكرن بأنهن لم يتعرضن للعنف.

العنف المبني على النوع الاجتماعي^٦:

لم يتوقف العنف الموجه ضد النساء والفتيات خلال حرب الإبادة على غزة، ولم تخف حدته، بل ارتفعت معدلاته خلال الحرب، حيث تبين أن ٨٧.٤٪ من المستجيبات

جدول (١٣) توزيع أفراد العينة على العنف المبني على النوع الاجتماعي

التعرض للعنف	دائماً	أحياناً	نادراً	لم أتعرض أبداً	المجموع
العدد	70	104	69	35	278
النسبة	25.2٪	37.4٪	24.8٪	12.6٪	100٪

* "أنا واجهت الكثير من الألم والمعاناة. لم يكن العنف الجسدي هو وحده ما عانيت منه، بل أتهمت بالفحشة بشكل لا يمكن تحمله. هذه الاتهامات زادت من معاناتي، وجعلت من الصعب عليّ التعافي. شعرت بأنني أحكم عليّ مرتين، الأولى من خلال العنف الذي تعرضت له، والثانية من خلال الاتهامات الجائرة التي أُضيفت إلى معاناتي"
حنان (٢٦) متزوجة

وحول أشكال العنف التي تعرضت لها النساء أثناء الحرب، ما زال العنف النفسي يتصدر أشكال العنف الممارس ضد النساء وبنسبة (79.4٪) باعتباره شكلاً من أشكال العنف ولاعتباره أيضاً نتيجة للأشكال الأخرى من العنف، و٣٧.٤٪ يتعرضن للعنف الاقتصادي والحرمان من الموارد، و٢٣.٩٪ يتعرضن للعنف الاجتماعي، و٢٣٪ يتعرضن للعنف الجسدي، وبنسبة اقتربت من خمس النساء اللواتي يتعرضن للعنف ١٨.١٪ يتعرضن للعنف والتحرش الجنسي، و٣.٣٪ يتعرضن للعنف الإلكتروني، والجدير ذكره ان وسائل التواصل والاتصال الإلكتروني ضئيلة في ظل الحرب.

جدول (١٤) أشكال العنف التي تتعرض لها النساء

النسبة	العدد	أشكال العنف التي تتعرض لها النساء
79.4٪	193	النفسي/اللفظي
23.0٪	56	الجسدي
18.1٪	44	الجنسي/تحرش
37.4٪	91	الاقتصادي والحرمان من الموارد
23.9٪	58	الاجتماعي
3.3٪	8	العنف الإلكتروني
100٪	243	المجموع

٦ العنف المبني على النوع الاجتماعي: هو العنف الموجه ضد شخص على أساس النوع الاجتماعي، وهو يشكل انتهاكاً للحق الأساسي في الحياة والحرية والأمن والكرامة والمساواة بين المرأة والرجل، وعدم التمييز والسلامة الجسدية والعقلية، وهو يعكس ويعزز عدم المساواة بين المرأة والرجل.

١. القلق والتوتر:

* "أدت الحرب لزيادة ملحوظة في مستويات القلق والتوتر بين الأفراد، خاصة النساء الفئة الأكثر هشاشة تشعر بعدم الأمان ويواجهن تهديدات متعددة على حياتهم اليومية، والسلامة الشخصية وصعوبة الحصول على الخدمات الأساسية مما يفاقم مشاعر القلق والخوف من فقدان الأحبة وتدمير الممتلكات، هذه الظروف تؤدي إلى اضطرابات نفسية تشمل زيادة في القلق المزمن، مشاكل في النوم، وصعوبة في التركيز، يتطلب هذا الوضع استجابة شاملة لتوفير الدعم النفسي والاستراتيجيات الفعالة للتعامل مع الضغوطات اليومية لتخفيف هذه الآثار النفسية السلبية" . د. نعيم العبدلة

* "أشعر بأنني في حالة دائمة من الخوف من التحرش، بعد أن تعرضت للتحرش اللفظي والجنسي أثناء حصولي على المساعدات وذلك يجعلني أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري للأخريين بسبب الخوف الشديد، الأمر الذي يزيد من توتري اليومي". فاطمة (٣٨ عاماً)

عانت النساء النازحات من القلق كاستجابة طبيعية للتوتر المستمر الناشئ من صعوبة حياة النزوح ومعايشة مفردات الاحداث اليومية الدامية طوال مدة حرب الإبادة، ولهذا تسببت الحرب وتجاربها الصعبة مثل: فقدان الأحباب والمقربين بزيادة مستويات واضرابات القلق الذي يترافق عادة مع التوتر والجزع ونوبات الخوف الشديد بسبب الهجمات الحربية المتكررة.

وفي هذا الإطار، أبرزت النتائج تعرض النساء للقلق والتوتر بدرجة كبيرة وبوزن نسبي ٨٣.٤٪، وتعاني النساء من القلق والتوتر وأصبحن أكثر عصبية وسهل استثارة اعصابهن بدرجة كبيرة وبوزن نسبي ٨٨.٨٪، ويعانين من انشغال البال وتششت التفكير بدرجة كبيرة وبوزن نسبي ٨٨.٧٪، ويفزعن من الأصوات العالية الفجائية بدرجة كبيرة وبوزن نسبي ٨٨.٤٪، وبدرجة متوسطة وبوزن نسبي ٧٦٪ تجد النساء صعوبة في التعبير عن وبنفس الدرجة وبوزن نسبي ٧٥.٢٪ تشعر بالخوف من التعرض للتحرش.

جدول (١٦) المتوسطات النسبية لفقرات محور القلق والتوتر

الوزن النسبي	قليلة	متوسطة	كبيرة	الفقرة
88.8٪	6.5٪	20.5٪	73.0٪	أعاني من القلق والتوتر، وأصبحت أكثر عصبية ومن السهل استثارة غضبي
88.7٪	6.1٪	21.6٪	72.3٪	أعاني من انشغال البال وتششت التفكير
75.2٪	27.7٪	19.1٪	53.2٪	أشعر بالخوف من التعرض للتحرش
88.4٪	6.5٪	21.9٪	71.6٪	أفرع من الأصوات العالية الفجائية
76.0٪	24.5٪	23.0٪	52.5٪	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري
	83.4٪			الوزن النسبي لمحور القلق والتوتر

٢. الاكتئاب:

أظهرت النتائج أن النساء النازحات تعرضن لحالات اكتئاب بدرجات متقدمة واضراباً في أمزجتهن وشعرن بالحزن المتواصل وفقدن متعة الاهتمام بمظهرهن الخارجي. وتبين النتائج تعرضهن لحالات الاكتئاب بدرجة كبيرة وبوزن نسبي ٨٧.٣٪ مع انتشار الموت في كل مكان وبأي وقت، وأصبحن يشعرن بالموت في أي لحظة بوزن نسبي ٩١.١٪، ويلازمهن الخوف المتواصل لأتفه الأسباب وبدرجة كبيرة ووزن نسبي ٨٩.٣٪، ونتيجة لما تتعرض له النساء من ويلات الحرب والخوف والرعب من حالات الموت أصبحن يتمنين الموت لهن ولعائلتهن بدرجة كبيرة ويتمنين أنهن لو لم يعشن أيام الحرب بوزن نسبي ٨٨.٨٪.

هذا الشعور نقل حالات النساء الي مرحلة عدم الاهتمام بمظهرها الخارجي ونظافتها الشخصية بدرجة كبيرة وأصبح يسود قلبها الشعور بحالة من الشيوخة المبكرة بوزن نسبي ٨٧.٥٪، ورغم وجود الناس أكثر قربا من بعضهم بتلاصق الخيام في مخيمات الا ان النساء أكدت أنهن يشعرن بالوحدة بدرجة كبيرة وبوزن نسبي ٧٩.٩٪.

* "رغم أنني أعيش مع الكثير من الناس في مخيم واحد، إلا أنني أشعر بالوحدة المرعبة. فقدت الاهتمام بنفسني وأشعر وكأنني كبرت زيادة عشريين سنة من كثر التعب والهموم حتى زوجي أصبح يعايرني بلوني الأسود المحترق من الشمس" ابتسام (٣٨ عاماً)

* "أشعر أن الموت يقترب مني في أي لحظة، أصبحت أخاف من كل شيء، صغير وطول الوقت بدعي ياريتني متت انا وكل عيلتي وما عشنا الأيام الصعبة" مريم (٤٥ عاماً)

جدول رقم (١٧) المتوسطات النسبية لفقرات محور الاكتئاب

الوزن النسبي	قليلة	متوسطة	كبيرة	الفقرة
٪91.1	٪4.3	٪18.0	٪77.7	أشعر باقتراب الموت في أي لحظة
٪89.3	٪5.8	٪20.5	٪73.7	أصبحت أخوف من أتفه الأسباب
٪88.8	٪9.4	٪14.7	٪75.9	أتمنى لو انني متت انا وعائلتي ولم نعش هذه الحرب
٪87.5	٪7.6	٪22.3	٪70.1	لا أهتم بمظهري الخارجي، وأشعر بأنني أصبت بحالة من الشيوخة المبكرة
٪79.9	٪21.2	٪18.0	٪60.8	أشعر بالوحدة رغم وجود الآخرين حولي
	٪87.3			الوزن النسبي لمحور الاكتئاب

ويشعر 87.5٪ منهن بالآلام جسدية بدرجة كبيرة في مناطق مختلفة في الجسم دون وجود أي سبب مرضي، وسيطر عليهن بدرجة كبيرة الشعور الدائم بالكسل والتعب حتى بدون ان يبذلن مجهود جسماني كبير وذلك بوزن نسبي 85.5٪، وبدرجة متوسطة ووزن نسبي 77.3٪ تشعر النساء بفقدان الشهية ويحدث للعديد منهن نزول في الوزن.

* "لما اركب باقة نت بشوف صور الشهداء والمجازر يبطل قدرة أكل شي وبصير عندي مغمص كثير وبصير عصبية وبأفكش في أولادي بالضرب، حتى وزني نزل كثير وزوجي صرت ما أعجبه واصبح يهددني بالطلاق".
عالية (٣٤ عاماً) متزوجة

٣. الأعراض الجسمانية:

لم تقتصر تداعيات الحرب النفسية على النساء المستجيبات على زيادة مسـتويات القلق والتوتر والاكتئاب والخوف لديهن، بل امتدت لتظهر عليهن أعراض على البنية الجسمانية. وبهذا الصدد ذكرت ميساء الصانع عن ظهور بعض الأعراض الجسدية الناتجة عن أسباب نفسية لاحظتها لدى النساء في مراكز الايواء والخيام¹⁷ أهمها: آلام وأوجاع في العضلات والظهر، وعسر الهضم، واضطرابات في المعدة وفي النوم، تغيرات في الشهية، وإرهاق مزمن، ومشاكل جلدية، وارتفاع ضغط الدم، وصعوبة أو ضيق في التنفس والصداغ النصفي.

وتؤكد النساء المستجيبات بدرجة كبيرة تعرضهن لأعراض تظهر على أجسادهن وبوزن نسبي 83.7٪، ويتعرضن بشكل دائم لنوبات الخوف وضيق في التنفس وانقباض في الصدر بدرجة كبيرة ووزن نسبي 89.8٪،

جدول رقم (١٨) المتوسطات النسبية لفقرات محور الأعراض الجسمانية

الوزن النسبي	قليلة	متوسطة	كبيرة	الفقرة
85.5٪	7.9٪	27.3٪	64.7٪	أعاني من الكسل والتعب معظم الوقت
77.3٪	16.9٪	34.2٪	48.9٪	أشكو من فقدان الشهية، ونزول الوزن
87.5٪	6.1٪	25.2٪	68.7٪	أعاني من آلام جسدية دون سبب مرضي
89.8٪	5.0٪	20.5٪	74.5٪	أشعر بضيق التنفس وانقباض في الصدر عند الخوف الشديد
78.3٪	14.4٪	36.3٪	49.3٪	أشعر بالآلام في معدتي كلما تابعت الاخبار المحلية
	83.7٪			الوزن النسبي لمحور الأعراض الجسمانية

ولازمهن أيضاً الخوف على مستقبل الأولاد بدرجة كبيرة ووزن نسبي 87.9٪؛ مستقبلاً أطفالهن غامض ومجهول. وتسبب تلاصق الخيام بانعدام الخصوصية؛ ما أدى لشعور النساء بدرجة كبيرة ووزن نسبي 84.9٪ بان علاقتها بزوجها تأثرت سلباً؛ لانعدام الخصوصية، ويشعرن بأن الأسرة أصبحت في انهيار وتفكك بدرجة كبيرة وبوزن نسبي 84.3٪.

٤. العلاقات الأسرية:

يرتبط تدهور الحالة النفسية للنساء بسوء العلاقات الأسرية بين الأزواج، فمع فقدان الخصوصية والشعور الدائم بالخوف والتوتر وضغوط الحياة اليومية للبحث عن الطعام والشراب، تؤكد النساء ان العلاقات الأسرية أصبحت مضطربة بدرجة كبيرة وبوزن نسبي 85.1٪، وشعورهن الدائم بالرعب من فقدان أحد افراد الأسرة خلال الحرب بدرجة كبيرة وبوزن نسبي 92.4٪،

ويسيطر عليهن بدرجة كبيرة ويزن نسبي ٧٩.٣٪ الشعور بالعجز أمام ما يكتسبه أطفالهن من سلوكيات والفاظ سيئة نتيجة النزوح والانخراط في بيئات جديدة وأطفال من بيئات مختلفة، ما أجبرهن لممارسة العنف ضد أطفالهن.

* "أنا في وضع صعب جداً، والضغط اللي أنا فيه خلاني أتعامل مع أولادي بعصبية، كل مرة ننزح من مكان لمكان، أولادي يتصرفوا بشكل غريب وبيطلع مني تصرفات قاسية عليهم، صرت أحس إن علاقتي بأولادي ضاعت." هالة (٤٠ عاماً).

* "زوجي طلقني في الحرب وخطف بنتي، أنا أصبحت بلا مأوى بعيدة عن أهلي لأنهم في غزة وأنا في الجنوب التقيت بزوجي في العيادة وأخذت بنتي منه وساعدوني الناس والأمن في العيادة، وأنا حالياً في مدرسة بدون معيل أنا وبنتي فقط." خديجة (٢٥ عاماً)

وتسبب النزوح المتكرر (وصل ل ١٠ مرات أحياناً) لشعور النساء بحالات من الرعب والقلق والتوتر وأثر سلباً على علاقتهن بأزواجهن، ويتعرضن خلال النزوح لمعاملة سيئة من زوجها بدرجة كبيرة ويزن نسبي ٨١.٨٪.

جدول رقم (١٩) المتوسطات النسبية لفقرات محور العلاقات الأسرية

الوزن النسبي	قليلة	متوسطة	كبيرة	الفقرة
٪84.9	٪10.4	٪24.6	٪65.0	علاقتي مع زوجي تأثرت سلباً لانعدام الخصوصية
٪92.4	٪5.4	٪11.9	٪82.7	ينتابني شعور بالرعب على فقدان أحد أفراد أسرتي خلال الحرب
٪84.3	٪13.7	٪19.8	٪66.5	أشعر بأن أسرتي في حالة انهيار وتمكك
٪87.9	٪10.9	٪14.5	٪74.6	أرى بأن مستقبل أطفالي غامض ومجهول
٪81.8	٪18.3	٪17.9	٪63.8	يعاملني زوجي معاملة سيئة خلال فترة النزوح
٪79.3	٪20.7	٪20.7	٪58.5	أشعر بالعجز فأعنف أطفالي لاكتسابهم سلوكيات والفاظ سيئة أثناء النزوح
٪85.1				الوزن النسبي لمحور العلاقات الأسرية

فقد أكدت النساء وبدرجة متوسطة ووزن نسبي ٦٠.٦٪ تلقيها لتلك الخدمات في ظل الحرب، في حين رأت النساء وبدرجة متوسطة أيضاً ووزن نسبي ٦٠.٣٪ بأنهن قد استقدن من البرامج النفسية المقدمة من قبل المؤسسات والقطاعات المتعددة، وبدرجات متوسطة وبأوزان نسبية متقاربة ٥٩.٦٪، ٥٩.٤٪ تؤكد النساء أنهن تلقين دعماً نفسياً كافياً من المنظمات غير الحكومية والمجتمع المدني بعد النزوح، وأن التدخلات النفسية المقدمة في مراكز الإيواء والخيام متناسبة مع احتياجاتهن النفسية والعاطفية على التوالي، وحول استمرارية تقديم الخدمات، فقد أفادت النساء وبدرجة متوسطة ووزن نسبي ٥٨.٥٪ أن الخدمات النفسية الأولية المقدمة من المؤسسات ذات الصلة كانت مستمرة ودائمة، ولم تتوقف عند تقديم الدعم الأولي فقط.

٥. التدخلات متعددة القطاعات:

تعمل تدخلات القطاعات المتعددة على دمج جهود الصحة والتعليم والمجتمع المدني لتقديم حلول شاملة ومستدامة للتحديات المعقدة، مما يعزز رفاهية الأفراد والمجتمعات. وفي ظل حرب الإبادة تعتبر النساء الحلقة الأضعف في الحاجة إلى استراتيجيات فعالة للصحة النفسية والدعم الاجتماعي.

بينت نتائج محور التدخلات متعددة القطاعات للمحافظة على الصحة النفسية للنساء أثناء الحرب أن وصول النساء للخدمات لم يكن مرضياً، حيث تری النساء ذلك بوزن نسبي ٥٩.٧٪ ووصلهن لتلك الخدمات. وفي تفاصيل هذا المحور:

عجز القطاع الحكومي عن تقديم تدخلات صحية فعالة لتوفير الدعم النفسي الأولي اللازم للنساء وأسرهن.

* " حضرت جلسة دعم نفسي أنا وزوجي ولأول مرة في حياتي بعرف ايش يعني دعم نفسي، ياه قديش انبسطنا وارتحنا ورجعت طيارة من الفرحة صرت أحب زوجي كثير، وطلبت من الاخصائية تعطينا جلسات أكثر. عائشة (١) ٤ عاماً متزوجة

"في المخيمات التي تستضيف النازحين، واجهت الأخصائيون النفسيون تحديات كبيرة في تقديم الدعم الفعال، وافترقت مخيمات الإيواء إلى إدارة منظمة، ما يعرقل تنسيق الأنشطة والبرامج النفسية. كما أن عدم وجود أماكن آمنة لتنفيذ هذه الأنشطة يزيد من صعوبة تقديم الدعم في بيئة غير مستقرة. يضاف إلى ذلك غياب القانون خلال فترات الحرب، مما يساهم في تفاقم الفوضى وعدم القدرة على تأمين الحقوق والحماية الضرورية للأفراد في المخيمات. هذه العوامل تضع عبئاً إضافياً على الأخصائيين النفسيين وتجعل جهودهم في تقديم الدعم النفسي أكثر تعقيداً وتحدياً¹⁸.

جدول رقم (٢٠) المتوسطات النسبية لفقرات محور التدخلات متعددة القطاعات

الوزن النسبي	قليلة	متوسطة	كبيرة	الفقرة
٪59.6	٪51.8	٪17.6	٪30.6	تلقيت دعماً نفسياً من المنظمات غير الحكومية والمجتمع المدني بعد النزوح
٪60.3	٪51.1	٪16.9	٪32.0	أشعر بأنني قد استفدت بشكل كبير من البرامج النفسية المقدمة من قبل القطاعات المتعددة
٪59.4	٪50.7	٪20.1	٪29.1	كانت التدخلات النفسية المقدمة في مراكز الإيواء والخيام متناسبة مع احتياجاتي النفسية والعاطفية
٪60.6	٪48.9	٪20.5	٪30.6	كانت تدخلات القطاع الصحي الحكومي فعالة في توفير الدعم النفسي الأولي اللازم لي ولعائلتي
٪58.5	٪54.0	٪16.5	٪29.5	كانت الخدمات النفسية الأولية المقدمة مستمرة ودائمة، ولم تتوقف عند تقديم الدعم الأولي فقط
	٪59.7			الوزن النسبي لمحور التدخلات متعددة القطاعات للمحافظة على الصحة النفسية

ومنصات رقمية تتيح للنساء التواصل مع مستشارين ودعم نفسي بسهولة وسرية، وإنشاء برامج إعلامية تسلط الضوء على قصص نجاح نساء تخطين الصعوبات، مما يلهم الآخرين ويعزز الثقة بالنفس، وتمكين النساء ودعم مبادرات القيادة المجتمعية لتعزيز دورهن في اتخاذ القرارات المجتمعية.

التوصيات:

ومنصات رقمية تتيح للنساء التواصل مع مستشارين ودعم نفسي بسهولة وسرية، وإنشاء برامج إعلامية تسلط الضوء على قصص نجاح نساء تخطين الصعوبات، مما يلهم الآخرين ويعزز الثقة بالنفس، وتمكين النساء ودعم مبادرات القيادة المجتمعية لتعزيز دورهن في اتخاذ القرارات المجتمعية.

قائمة المراجع:

- ١ - بشارت، حنان (٢٠٢٣). تأثيرات الحرب نفسياً على أطفال غزة تخلف ندوبها على سلوكهم وحياتهم ومستقبلهم. جريدة الغد، <https://2u.pw/OFvqoPfs>
- ٢ - الهيئة المستقلة لحقوق الانسان (٢٠٢٤)، ورقة حقائق حول تأثير العدوان الحربي الإسرائيلي على الصحة النفسية في قطاع غزة. <https://www.ichr.ps/reports/8981.html>
- ٣ - عوض، علا (٢٠٢٤). الاستثمار في المرأة لتسريع وتيرة التقدم: <https://www.pcbs.gov.ps/postar.aspx?lang=ar&ItemID=4707>
- ٤ - مطر، ميرنا محمد (٢٠٢٤). الأثر النفسي على النساء أثناء حالة الحرب. <https://edraak-eg.org/1573>
- ٥ - وكالة الأناضول (٢٠٢٣). نساء غزة يعشن ظروفاً لا تطاق ويعانين فقدان الخصوصية. <https://2u.pw/kptbq07B>
- ٦ - أبو طربوش، ربي (٢٠١٤). الآثار الاجتماعية والنفسية للأزمة السورية على الأطفال السوريين اللاجئين في الأردن. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الأردنية، الأردن.
- ٧ - Esther L. Merwi & Sandra J. weiss (2011). Toward a unifying Definition of psychological pain, Published in Journal of loss & Trauma, p.402-12
- ٨ - الإعلام الحكومي: إحصائيات حرب الإبادة الجماعية التي يشنها الاحتلال "الإسرائيلي" على قطاع غزة لليوم (٢٩٠) - الاثنين ٢٢ يوليو ٢٠٢٤ م. <https://alray.ps/ar/post/284090>
- ٩ - شحيب، فؤاد؛ وأبو هين، زياد (٢٠٢٠). تقييم الخدمات المقدمة لذوي الاحتياجات الخاصة داخل مراكز إيواء الأونروا في محافظة خانيونس بقطاع غزة خلال العدوان الإسرائيلي عام ٢٠١٤ حسب معايير اسفير، مجلة الدراسات الاستراتيجية للكوارت وإدارة الفرص، ٢ (٥)، ألمانيا، ٨١-١٠٤.
- ١٠ - صندوق الأمم المتحدة للسكان (٢٠٢٢). الإيواء: خدمات إنسانية. <https://humanaccess.org/a/ht/:.D8%.A7%.D9%.84%.D8%.A5%.D9%.8A%.D9%.88%.D8%.A7%.D8%.A1>
- ١١ - المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين (٢٠٢٤). الاتجاهات العالمية الإحصائية حول النزوح القسري. <https://www.unhcr.org/ar/global-trends>
- ١٢ - رديف، سيف محمد، وآخرون (٢٠٢٢). الألم النفسي للمرأة أثناء النزاع وخلال النزوح. مركز البحوث النفسية، ٣٣ (٢)، ٣٦٠-٣١٧.
- ١٣ - الحلبي، مادلين (٢٠٢٤). نساء غزة خلال الإبادة: النساء والحرب والمقاومة. مؤسسة الدراسات الفلسطينية، لعدد (٣٠).
- ١٤ - التقرير العالمي للاتجاهات العالمية الإحصائية حول النزوح القسري (يونيو ٢٠٢٤): <https://www.unhcr.org/ar/global-trends>
- ١٥ - تقرير هيئة الأمم المتحدة للمرأة بتاريخ ٩ أبريل ٢٠٢٤ حول تداعيات الحرب على النساء والفتيات في غزة. <https://arabstates.unwomen.org/ar>
- ١٦ - حبوش، محمد ماجد (٢٠٢٤). الغزوات بيوم المرأة.. أرقام كارثية تعكس فظاعة الحرب. <https://2u.pw/y3Y2opIV>
- ١٧ - إيميلي جاكوب (٢٠٢٠). كيف يمكننا الحد من العنف القائم على النوع الاجتماعي خلال أزمة كوفيد-١٩. منظمة كير. <https://2u.pw/APnRqEEZ>

- ١٨ - الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، (٢٠٢٤) د. عوض، تستعرض أوضاع المرأة الفلسطينية عشية يوم المرأة العالمي، ٢٠٢٤/٠٣/٠٨، <https://www.pcbs.gov.ps/postar.aspx?lang=ar&ItemID=4707>
- ١٩ - موسى، دعد (٢٠٢٤). الآثار الاجتماعية والنفسية للنزاعات المسلحة على المرأة. <https://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=549558>
- ٢٠ - مامان، مبارك (٢٠٢٣). أهمية الدعم النفسي لضحايا الحروب. <https://moatinoon.com/cgi-bin/sales?arlang=Arabic&arcode=231215091548&type=article>
- ٢١ - المنفي، زاهية فرج علي؛ وحديدان، ابتسام ميلاد (٢٠٢٢). الآثار النفسية والاجتماعية للنزاعات المسلحة على المرأة النازحة (ليبيا نموذجا) دراسة ميدانية على عينة من النازحات في مدينة طرابلس. المجلة الامريكية الدولية للعلوم الانسانية والاجتماعية. ٢٠ - ١.
- ٢٢ - الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، 2021. المرأة والرجل في فلسطين: قضايا وإحصاءات، 2021، رام الله - فلسطين.
- ٢٣ - الأسطل، علا ياسين. (٢٠٢٣). الآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا من وجهة نظر عينة من أفراد المجتمع الفلسطيني العاملين وعلاقتها ببعض المتغيرات. العلوم التربوية، ٣١(٣)، ٥٤٩ - 577.
- ٢٤ - الدميني، أحمد عبد الله علي، وصبر، لوزة محمد (٢٠٢١). الصدمات النفسية الناجمة عن الحرب وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طالبات المرحلة الأساسية في محافظة البيضاء. مجلة جامعة البيضاء، ٣(٢)، ٣٢١-342.
- ٢٥ - السلامين، محمد عبد الواحد (٢٠٢١). الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار جائحة كورونا وعلاقتها بالصحة النفسية لدى العاملين في جهاز الأمن الوقائي في محافظة رام الله. رسالة ماجستير جامعة القدس المفتوحة. فلسطين.