

الإرشاد الأسري

المجلة الدورية الرابعة - صادرة عن مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري



الرسم
فن وعلاج



العلاج الجمعي

الوسيلة الأجدى أثناء الحروب

136

الخط الساخن

النسق الأول لإحياء الأمل

الدكتورة بلييس جباري :

الصعوبات زادتنا إصرارا وتصميما على تقديم
العون والمساعدة لضحايا هذا العنف

للحصول على استشارة نفسية اجتماعية متخصصة
اتصلوا بنا على الرقم المجاني

136

سعادتك واستقرار أسرتك من أهم أولوياتنا

هل تتعرضين لأي شكل من أشكال العنف الجسدي أو النفسي أو الاجتماعي؟

هل تعاني أو أحد أفراد أسرتك أو أصدقائك من إحدى المشكلات التالية:

- آثار نفسية ناتجة عن العنف الأسري والاجتماعي.
- اضطرابات نفسية أم انحرافات سلوكية.
- ضغوط نفسية او اجتماعية أو حياتية.
- مشكلات زوجية أو أسرية.
- مشكلات وصعوبات دراسية.



F.C.D.F.

مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري

Family Counseling & Development Foundation



لا تتردد بالاتصال بنا مجاناً يومياً ما عدا الجمعة

من الساعة 8 صباحاً حتى 8 مساءً

ففي هذا العدد

تعنيف الأطفال

09 «يؤثر على صحتهم ومعيشتهم» في المستقبل



ملف

الخط الساخن

136

النسق الأول لإحياء الأمل

6

صحة



مشروع الدواء..

لفتة إنسانية
لامست قلة
وينتظرها
الكثيرون

05

علاج



العلاج الجمعي..

الوسيلة
الأجدى أثناء
الحروب

14

فنون



الرسم..

فن وعلاج!

10

حوار

الدكتورة بلقيس جباري:

الضغوط النفسية الكبيرة التي واجهها الناس
دفعتنا لتنفيذ مشروع (الاستجابة النفسية
والاجتماعية لليمنيين المتضررين من الصراع)



12

لك ولطفلك

اكتئاب الأطفال..

علاماته وعلاجه

09

الجمهورية اليمنية

وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل



F.C.D.F.

مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري
Family Counseling & Development Foundation

مجلة

الإرشاد الأسري

الإشراف العام

أ. د. بلقيس جباري

هيئة التحرير

نبيل الخياطي
أسامة عطية
عبدالرحمن صبر

المدير الفني

فؤاد الصباحي

حقوق الطبع محفوظة لدى

مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري

العنوان:

الجمهورية اليمنية - صنعاء

شارع حدة - تقاطع حدة مع الخمسين خلف

الملحقية المصرية

الإدارة: 418403

المركز اليمني للإستشارات الأسرية: 418404

البريد الإلكتروني:

info@fcdf-ye.org

لا ريب أن الحرب التي تدور رحاها في اليمن منذ أكثر من ثلاث سنوات، قد تركت آثارها المدمرة على شتى مناحي الحياة، وخلفت كوارث طالت معظم اليمنيين، فبالإضافة إلى الخسائر المادية والبشرية الناجمة عن الحرب، ثمة أضرار اجتماعية ونفسية تفاقمت بشكل لافت، حتى بتنا نستطيع القول إن الاضطرابات النفسية في أوساط اليمنيين، انتشرت حتى صارت ظاهرة تنذر بالكثير من الأخطار والمآسي.

ووفقا لدراسة قامت بها مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري، فإن 19.5% من اليمنيين يعانون من اضطرابات نفسية، وهذا يعد رقما كبيرا بل وصادما.. والمشكلة الكبرى أن هذا الرقم الفاجعة مرشح للزيادة كلما طال أمد الحرب التي لم يخمد أوارها حتى الآن.

ومن المؤسف القول، إن الاضطرابات النفسية ستستمر لفترة زمنية ليست بالقصيرة، حتى بعد أن تضع الحرب أوزارها، وتخرس أصوات المدافع والرصاص.. وقد ظهر ذلك جليا في عدد من الدول التي شهدت حروبا ونزاعات في مراحل سابقة، إذ ظلت آثار تلك الحروب السلبية والسيئة لفترة طويلة خاصة بين الأطفال والأمهات.

وفي الواقع المير الذي تعيشه اليمن، كان لابد لمؤسسة التنمية والإرشاد الأسري أن تضطلع بدورها في الإسهام في الحد من المخاطر والأضرار التي تحدثها الحرب، من خلال قيامها بالعديد من الأنشطة والفعاليات، إذ حققت انجازات كان لها بالغ الأثر في احتواء الكثير من أضرار وآثار الحرب وعلى وجه التحديد، في الجانب الاجتماعي والنفسي، ولعل القارئ سيجد طي هذا العدد أبرز ما قامت به المؤسسة من أعمال، وبالأرقام، والأرقام لا تكذب. وبرغم شحة الإمكانيات ورغم الظروف التي قد تعيق بعضا من أعمال المؤسسة، إلا أنها تخطت الكثير من الصعاب والعقبات بفضل إصرار وعزيمة قيادتها وكوادرها وكل العاملين فيها.

لا ندعي الكمال، فالكمال لله وحده، ولكننا نعد ببذل المزيد من الجهد والعطاء، ويحدونا أمل كبير في أن يتفاعل ويتعاون الجميع، حكومة، ومنظمات مجتمع مدني، ومنظمات دولية، وقطاع خاص، وتتحد جهودهم في سبيل الوصول إلى المبتغى لاحتواء وتقويض مخاطر وأضرار الحرب، وتحقيق الأهداف المنشودة لهذا العمل الإنساني السامي والنبيل.



أ.د. بلقيس محمد جباري
رئيس المؤسسة

عامر: الاضطرابات النفسية زادت بفعل الحرب بين الفئات الأشد فقرا
ومشروع الدواء لم يغط 1% من حجم الاحتياج الكبير

مشروع الدواء..

لفتة إنسانية لامست قلة ومنتظرها الكثيرون



الناس الكبير للعلاج النفسي والأدوية، وأن ما تم توزيعه من الأدوية النفسية لتلك الحالات لم يغط 1% من حجم الاحتياجات والمعاناة.

وأردف أنهم وجدوا أن الفئات الأشد فقرا ينتشر فيها الاضطرابات النفسية بشكل كبير. مشددا على ضرورة أن يتم استهداف تلك الحالات بمشروع أكبر لجميع المحافظات، ويكون تنفيذه على مدار عام وليس خلال بضعة أشهر، وأيضا ربطها بخدمات المراكز الرئيسية.

مستطردا أن الأمراض النفسية التي انتشرت بين الناس خلال الحرب تراوحت ما بين اضطرابات القلق بشكل أساسي، والاضطرابات الذهانية، واضطرابات الاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة، إلى جانب انتشار اضطرابات المخاوف (الفوبيا)، والاضطرابات السلوكية بين الأطفال بشكل ملفت.

إلى جانب عمل جلسات علاجية للمرضى.

مبيناً أن الأدوية التي تم توزيعها كانت خاصة بجميع الأمراض النفسية، سواء الذهانية أو العصبية.

وقال إنه يتم جمع الناس لتوعيتهم ومن ثم يتم تقسيمهم على الأخصائيين والمعالجين الموجودين، والذين بدورهم يقومون بتوزيع عليهم استمارات يتم من خلالها جمع معلومات شاملة عن الحالات لتشخيصها والتي على ضوء التشخيص يتم كتابة الدواء لها، ومنحها كرت تستطيع من خلاله استلام الدواء، وبعد 3 أشهر تستلم الكمية الأخرى من الأدوية، كما تم عمل جلسات جماعية للحالات لتوعيتها بأهمية العلاج النفسي، ومن ثم تم ربطها بالخط الساخن في حال احتياجها لأي استفسارات أو استشارات.

وأكد أنهم لمسوا مدى احتياج

أساس المنطقة الجغرافية، ومناطق النزوح، والمدن الرئيسية.

وأكد أن الاضطرابات النفسية تعد أمراض مزمنة وتحتاج إلى استخدام أدوية لفترة طويلة، مضيفاً خلال حديثه لمجلة «الإرشاد الأسري» أن مشروع الدواء قام بتغطية الدواء للمرضى لأكثر من 8 أشهر، والتي تمكن المرضى عقبها من الوقوف على أقدامهم، حيث تم توزيعها على دفعتين الأولى 3 أشهر، والثانية 5 أشهر.

وأوضح عامر أن الأدوية النفسية مكلفة الثمن، وهو ما لا يستطيع تحمله معظم الحالات، إلا أن مشروع الدواء تم خلاله توزيع الأدوية النفسية على المرضى مجاناً، ساعد الكثير من الحالات على استعادة حالتهم الطبيعية والتمكن من العمل على إعالة أسرهم.

وأشار إلى أن مشروع الدواء تضمن توزيع الأدوية مجاناً،

لا يخلو مجتمع من انتشار الاضطرابات النفسية فيه، إلا أن تلك الاضطرابات تزيد أضعافاً مضاعفة خلال الحروب، إذ تعد الحروب بيئة خصبة ومرتعا لانتشار الاضطرابات النفسية.

في بلادنا كانت 4 أعوام من الحرب وتوقف الرواتب كقيلة بإدخال ثلثي السكان في اضطرابات نفسية.. وهو ما دفع مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري لتنفيذ مشروع الدواء في عدد من محافظات الجمهورية على مدى 3 أشهر، بتمويل من منظمة «أود» العالمية.

حيث استهدف المشروع أكثر من 420 شخصاً يعانون من اضطرابات نفسية من الفئات الأشد فقرا بالمجتمع في 5 محافظات هي (صنعاء، عدن، حجة، تعز، عمران).

وقال محمد عامر - المعالج النفسي في مشروع الدواء- إنه تم اختيار تلك المحافظات لاستهدافها بمشروع الدواء على

«حزن وضيق وألم ومعاناة»، هكذا كانت حياة سوسن (اسم مستعار) التي تعيش بريف إحدى المحافظات الشمالية، حتى سيطر عليها اليأس وظنت أن حياتها ستستمر بهذا البؤس، لكن الأقدار الإلهية قادتها عبر بعض قريباتها للتعرف على الخط الساخن (136) للاستشارات والعلاج النفسي، إحدى الخدمات التي تقدمها مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري.. وما هي إلا بضعة أشهر من العلاج والجلسات النفسية، حتى عادت سوسن إلى حياتها الطبيعية السعيدة التي لا يشوبها البؤس والمعاناة.. لكن ما هو الخط الساخن؟ وكيف يتمكن من علاج الحالات البائسة ويعيد إليها الأمل، في مجتمع لا يؤمن بالعلاج النفسي؟

الخط الساخن 136

النسق الأول لإحياء الأمل



في الوقت الذي أدخلت الأحداث التي عاشتها اليمن منذ العام 2011 وحتى الآن، ثلثي السكان في حالات اضطراب واكتئاب نفسي، لا يزال الكثيرون ينظرون لكل من يذهب إلى الطبيب النفسي للعلاج، بأنه يعاني من الجنون والاختلال العقلي..

تلك الثقافة السائدة جعلت معظم الحالات في بلادنا التي تعاني من الاضطرابات والاكتئاب النفسي، ترضخ وتحتمل المعاناة والضيق والحزن والألم دون أن تذهب إلى طبيب نفسي، حتى لا يقال عليهم مجانيين، الأمر الذي يجعل حالتها تتفاقم جراء تكس وتفاقم ذلك



ثم مشكلات العنف القائم على النوع الاجتماعي. كما أن الحالات التي تواصلت بالخط الساخن، كان أغلبها ناتجة عن اضطرابات القلق 30 %، أما اضطرابات الاكتئاب فشكّلت 20 %، أما الاضطرابات النفسية الأخرى فكانت بنسب متفاوتة، بحسب ما كشفه الجلال.

استشارات عبر الهاتف
عن طريقة استقبال الحالات عبر الخط الساخن تحدثت الأستاذة أطفاف الرداعي - معالجة نفسية في الخط الساخن- أنه يتم إتاحة الفرصة للحالة للتحدث عن كل ما تعانیه، وعن مشكلتها الأساسية لتنفيس انفعاليتها، ويتم التركيز على الأشياء التي تراها الحالة بأنها مهمة، وأضافت أنه في بداية المكالمات يتم طرح عدة أسئلة على الحالة منها أسئلة حول بياناتها الشخصية باستثناء الاسم، ومن ثم يتم الانتقال لطرح الأسئلة الخاصة بالاكتئاب وكذا العنف، ومن خلال الإجابات يتم تشخيص الحالة، فإن كانت المعاناة خفيفة، فيتم إعطاؤها الاستشارات اللازمة، وإن كانت خطيرة فيتم استدعائها لإخضاعها للجلسات النفسية اللازمة وعلاجها.. وأكدت أن أغلب القضايا التي تصلهم عبر الخط الساخن ناتجة عن العنف. مبيّنة أن خصوصية الخط الساخن وسريته تجعل الحالات تسرد تفاصيل معاناتها دون تحرج..

ولفتت إلى أنهم يستقبلون المكالمات من جميع المحافظات، وأغلبها من العاصمة صنعاء، مضيفة أنهم يواجهون صعوبة في فهم لهجات بعض الحالات. وأشارت إلى أن النجاح الذي حققه الخط الساخن يتمثل في تمكنه من إثناء العديد من الحالات عن الانتحار، ولم شمل العديد من الأسر.

الاجتماعية عبر الخط الساخن، متخصصين تم اختيارهم بعناية وحرص شديد، وهم من أكفأ الأطباء والمعالجين النفسيين على مستوى اليمن، كونهم ذو خبرة طويلة في هذا المجال، مبيّنا أن جميعهم من حملة الماجستير والدكتوراه في مجال العلاج والطب النفسي، وحاصلين على العديد من الدورات والبرامج التخصصية المحلية والدولية.

وأوضح الجلال أن عدد المكالمات التي استقبلها الخط

و875 حالة. وقال الجلال إن الحالات التي حصلت على الاستشارات والإرشاد والعلاج النفسي عبر الخط الساخن والموثقة في النظام الآلي خلال فترة مشروع «الاستجابة الإنسانية النفسية والمجتمعية للمتضررين من الحرب»، الذي نفذته المؤسسة بلغ عددها أكثر من 53 ألفاً و702 حالة.

مضيفاً أنه يتم تقديم ثلاثة مستويات من الخدمات النفسية عبر الخط الساخن وهي كالتالي:



الجلال:
المكالمات التي استقبلها الخط الساخن تجاوزت المليون



الرداعي:
نحنا في لم شمل العديد من الأسر وإثناء الكثيرين عن الانتحار

خدمة الاستشارات النفسية والاجتماعية الهاتفية والتي تستغرق 10 دقائق بالمتوسط.. وكذا خدمة الإرشاد النفسي الهاتفي، التي تستغرق من 20 إلى 45 دقيقة.. بالإضافة إلى خدمة العلاج النفسي الهاتفي التي تستغرق الجلسة 45 دقيقة. ولفت الجلال إلى أن أغلب الحالات المستفيدة من خدمات الخط الساخن هي من الإناث، إذ وصلت نسبة مكالمات الإناث إلى 86%، بينما الذكور بنسبة 14%، أما مكالمات المراهقين التي وصلت إلى الخط الساخن فبلغت 10% من إجمالي عدد الحالات.

وعن أبرز مشكلات الحالات التي تتواصل بالخط الساخن قال الجلال إنه يأتي في المقدمة المشكلات الناتجة عن الحرب والصراع المسلح، ويليها المشكلات الأسرية والاجتماعية،

الساخن من مختلف المحافظات منذ إنشائه في العام 2014، تجاوز المليون مكالمات، بحسب ما رصده الكول سنتر الخاص بالخط الساخن.

لافتاً إلى أن متوسط عدد المكالمات التي يستقبلها الخط الساخن يومياً يتراوح بين 400 إلى 600 مكالمات، منها مكالمات للاستفسار عن الخدمة، أو للتأكد من وجودها، ومنها مكالمات بالخطأ، إلا أن معظم المكالمات تطلب الخدمة النفسية الاجتماعية وتقدم بمختلف مستوياتها بمتوسط 200 حالة يومياً.

وأشار إلى أن عدد الحالات التي حصلت على الخدمات النفسية الاجتماعية عبر الخط الساخن منذ افتتاحه وتم توثيقها وأرشفتها في قاعدة البيانات الخاصة بالخط الساخن بلغ أكثر من 112 ألفاً

الاضطراب، إلى أن ينتهي بها الحال للانتحار.

هذه الثقافة المغلوطة دفعت مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري لتقديم خدمة الاستشارات النفسية دون الذهاب إلى طبيب نفسي، وذلك عبر الخط الساخن المجاني (136)، ليصبح بارقة الأمل لحياة الكثيرين.

فاعلية الخط الساخن
عن فاعلية الخط الساخن وجدواه ومميزاته تحدث الأستاذة صفوان الجلال - معالج نفسي في الخط الساخن- إن الخط الساخن مكن جميع أفراد المجتمع في جميع محافظات الجمهورية من الحصول على خدمة الاستشارات النفسية عبر الهاتف مجاناً، على مدار 12 ساعة يومياً عدا الجمعة.

وأضاف أن الأشخاص الذين يقدمون الاستشارات النفسية

متى يصاب الطفل بالتوحد؟

الإرشاد الأسري

يعد مرض التوحد حالة تؤثر في التواصل والتفاعل الاجتماعي والاهتمامات والسلوك للفرد، وتظهر عند الأطفال قبل سن الثالثة، حيث يعتقد أن العوامل الجينية والبيئية قد تكون السبب المباشر لهذا المرض، وقد تم تشخيص هذا المرض في مرحلة الطفولة المبكرة، إلا أنه لا يمكن أحياناً أن يشخص المرض قبل التحاق الطفل بالحضانة أو المدرسة، إذ تظهر عليه أعراض المرض من خلال تفاعله مع المجتمع المحيط، وبعض الحالات لا يمكن تشخيصها قبل البلوغ.

أعراض مرض التوحد

الصعوبة في لفظ الكلمات عند الأطفال: حيث يبدأ الكلام في سن متأخر.
حركات تأرجح ودوران متكرر في نفس المكان.

تجنب النظر للناس في أعينهم.
لا يستجيب عندما ينادى باسمه من قبل والدته أو غيرها.
لا يبتسم، ولا يستجيب لبعض الإشارات الاجتماعية.
يعاني دائماً من مشاكل الجهاز الهضمي كالإمساك.
يرفض العناق وينطوي على نفسه، ولا يدرك مشاعر وأحاسيس الآخرين.
شديد الحساسية للضوء أو الصوت، ولكنه لا يشعر بالألم.

أسباب مرض التوحد

أسباب وراثية: فقد أكدت الأبحاث وجود جينات لها دور في التسبب بالانطواء، بعض هذه الجينات ينتسب بهذا المرض.
عوامل بيئية: فتلوث البيئة وانتقال العدوى الفيروسية، قد يكون مسبباً لهذا المرض.
عوامل أخرى: كالمشاكل أثناء مخاض الولادة أو الولادة نفسها.

علاج مرض التوحد

يتوقع من الطفل المصاب بمرض التوحد بعد العلاج أن يصبح الاتصال والتواصل معه بشكل أفضل، وأن يقل شعوره بالخوف والرغبة من بعض الأضواء الساطعة والأصوات المزعجة، وتحسن المهارات اللفظية والقدرة على التعلم بشكل أفضل، حيث ينقسم العلاج إلى عدة أنواع:

العلاج باستخدام الأدوية: هناك بعض الأدوية لها خصائص علاجية فعالة يصرها الطبيب، تساعد في السيطرة على اضطرابات الدماغ، ومعالجة بعض الأمراض المصاحبة للتوحد كالصرع.

العلاج التربوي: هناك مختصون يقومون بتطبيق بعض البرامج التأهيلية الخاصة للأطفال المصابين بالمرض، حيث يتم دفع الطفل للتواصل مع البيئة المحيطة به.

العلاج النفسي: يتم توفير الدعم النفسي للطفل المصاب بالمرض، عن طريق تعليم أبويه كيفية التعامل معه بشكل سليم.

ولعل أهم أسباب العلاج للطفل المصاب بمرض التوحد بيد الأم والأب، وذلك عن طريق إظهار الاهتمام والعطف والحنان، ودمج الطفل مع المجتمع المحيط في الحي والمدرسة.

اكتئاب الأطفال .. علاماته وعلاجه

علاج الاكتئاب الاستماع للطفل

من الضروري أن تحرص الأم على الاستماع لطفلها ومعرفة المشكلة التي يعاني منها، مع مراعاة عدم التقليل من حجم المشكلة أو الحزن: لأنها عند الطفل شيء كبير حتى وإن بدت صغيرة.

الذهاب لطبيب النفسي.

في حالة فشل الأم في حل المشكلة التي يعاني منها طفلها وجب عليها زيارة الطبيب النفسي للأطفال، حتى يساعد الطفل في حل مشكلته وكيفية التعامل معه.

الوقوف مع الطفل

من الضروري أن يشعر الطفل بأن والدته تقف معه دائماً، وأنها مهتمة كثيراً بما يعانيه، وتحاول إخراجها من حالة الحزن أو الاكتئاب التي يعاني منها.

احترام الطفل

الحرص على أن يحظى الطفل بحب أمه وحنانها، وكذلك الاحترام حتى وإن كان طفلاً، لأنه يريد أن يشعر بعطف ورعاية أمه.

وقلة النوم أو النوم المفرط، وامتلاً مشاعر الطفل بالحزن واليأس، وتصرفه بعنف مع زملائه وأصدقائه، وسرعة غضبه، وعدم رغبته في اللعب، وانعزاله عن حوله، وكثرة بكائه، وعدم رغبته في ممارسة أنشطته المدرسية والمنزلية، كلها علامات تدل على اكتئاب الطفل.

حزيناً، لكن في حالة إطالة هذا الحزن مع تغير في سلوكه فاعلمي عزيزتي الأم أن طفلك مصاب بالاكتئاب، وهنا نقدم لك علامات الاكتئاب عند الطفل وكيفية علاجه.

علامات تدل على أن الطفل مصاب بالاكتئاب
قلة الطعام الذي يتناوله الطفل أو زيادة في كميته،

الإرشاد للأسري

ليس الكبار وحدهم من يصابون بالاكتئاب، الأطفال كذلك قد يتعرضون للاكتئاب.. إذ أن مشاعر الطفل تتطور يوم بعد آخر، لذا فإن الطفل يصاب بالاكتئاب مثله مثل الشخص العادي، لكن يختلف كل منهما عن الآخر، فمن الطبيعي أن الطفل يبدو

تعنيف الأطفال

«يؤثر على صحتهم ومعيشتهم» في المستقبل

الإرشاد للأسري

كشفت نتائج دراسة حديثة أجراها باحثون من كلية لندن الجامعية، أن الأطفال الذين يتعرضون للعنف وسوء المعاملة في طفولتهم يكونون أكثر عرضة لتدهور حالتهم الصحية والمعيشية بعد عقود من الزمن. وللتوصل إلى هذه النتائج تتبع الباحثون 8076 شخصاً منذ ميلادهم في عام 1958 وحتى سن الخمسين، ووجد الباحثون،

أن أولئك الذين تعرضوا للعنف والإساءة يحتمل أن يكونوا أكثر عرضة للإصابة بأمراض طويلة الأمد بنسبة تصل إلى 70%. ووجد الباحثون أيضاً، أن الذين عانوا من أكثر من شكل واحد من أشكال الاعتداء كانت نتائجهم سيئة على نحو مضاعف، بالمقارنة مع أولئك ممن لم يتعرضوا لأي عنف أو إساءة أو سوء المعاملة. وأظهرت الدراسة، وفقاً لـ«bbc»، أن التأثير الاجتماعي

والاقتصادي المحتمل لإهمال الأطفال وسوء المعاملة يمكن أن يستمر لعقود. كما وجد الباحثون، أن الأطفال المهملين غالباً ما تكون مهارات القراءة والرياضيات لديهم في مرحلة المراهقة أسوأ من أقرانهم، مؤكدين، على أن ذلك قد يحول دون عثورهم على عمل والتقدم في سوق التوظيف. وأشارت الدراسة، إلى أن الظروف الاقتصادية للشخص في سن الخمسين مهمة حيث

إنها قريبة من سن ذروة القدرة على الكسب في الكثير من دول العالم، مضيئة، أن تردي أحوال المعيشة في هذه السن يمكن أن يؤثر لاعتلال الصحة في فترة الشيخوخة. وقال الدكتور سنيهال بيننتو بيريرا، الذي أشرف على الدراسة، «نتائجنا تشير إلى أن الأطفال الذين يتعرضون لسوء المعاملة يكبرون ليواجهوا وضعاً علمياً واجتماعياً واقتصادياً سيئاً».

الرسم.. فن وعلاج!

الكل يعلم أن الرسم إحدى الفنون الجميلة، لكن ما لا يدركه الكثير أن الرسم لا يقتصر في كونه فنا وإنما في أنه يستخدم كعلاج للحالات النفسية، بما يسمى «العلاج بالرسم». مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري إحدى المؤسسات النادرة في بلادنا التي تستخدم الرسم كوسيلة في علاج الحالات النفسية..

لكن كيف يمكن للرسم أن يساعد في علاج الحالات النفسية؟ وما مدى جدواه؟

تقرير.. خاص

بعد التطور الملحوظ في مجال علم النفس وتحليل الشخصية تم استخدام الرسم كأحد أساليب العلاج النفسي المتبعة في علاج الأمراض النفسية.

ويعد الرسم من أهم الأدوات للتواصل الحواري مع الأطفال، فهو الأداة الأسهل للتعبير عما يدور في أذهانهم، فيخرجوا ما بداخلهم إلى العالم الخارجي على شكل رسمة معبرة عما يدور بداخلهم من أفكار ومشاعر وأحاسيس.

إذ أن الشخص المريض يعيش في عالم غير واقعي، والرسم يخرج من العالم الوهمي للواقع وبالتالي يسهل علاجه.

وقد أثبت العلاج بالرسم فعاليته في علاج الاضطرابات النفسية، حيث أكدت الدراسات أن الرسم يعمل على تحسين الحالة المزاجية والنفسية للأشخاص المرضى، وأحد العوامل التي تقضي على التوتر الذي يعيشه المرضى النفسيين، بالإضافة إلى مد الإنسان بالطاقة الايجابية

التي تساعده على أن يكون أفضل من الناحية النفسية والصحية بشكل عام.

وسيلة تخاطب الأطفال

لكن الرسم يستخدم غالباً في علاج الأطفال أكثر من الكبار، إذ توضح مختصة العلاج بالفنون في مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري أماني سويد أن «هناك الكثير من الدوافع التي تحرك الأطفال وتجعلهم يمارسون «الشخبة»، والتي يحاول من خلالها أن يخاطب الآخرين بلغة الأشكال عن طريق الخطوط والأقواس والدوائر والمثلثات وكل الأشكال»، مبيّنة أن الطفل يحاول من خلال الأشكال التي يرسمها أن ينقل الكثير من المعاني التي يعكسها في رسوماته..

وقالت سويد خلال حديثها لـ«مجلة الإرشاد الأسري» إن تلك الأشكال هي وسيلة للتعبير عن المشاعر والعواطف والانفعالات، والتي يحاول الطفل من خلالها أن يتواصل مع الآخرين.

وأضافت أن الطفل يلجأ للرسم لإشباع حسه الحركي، وللتعبير

عن الذات والمشاعر والانفعالات، بالإضافة إلى التسلية والإيضاح والاتصال والتقليد.

العلاج باللعب

المختصة النفسية أكدت أن معظم الأساليب المقننة أثبتت فعاليتها وتأثيرها مع الأطفال الذين يعانون من صعوبات معينة.

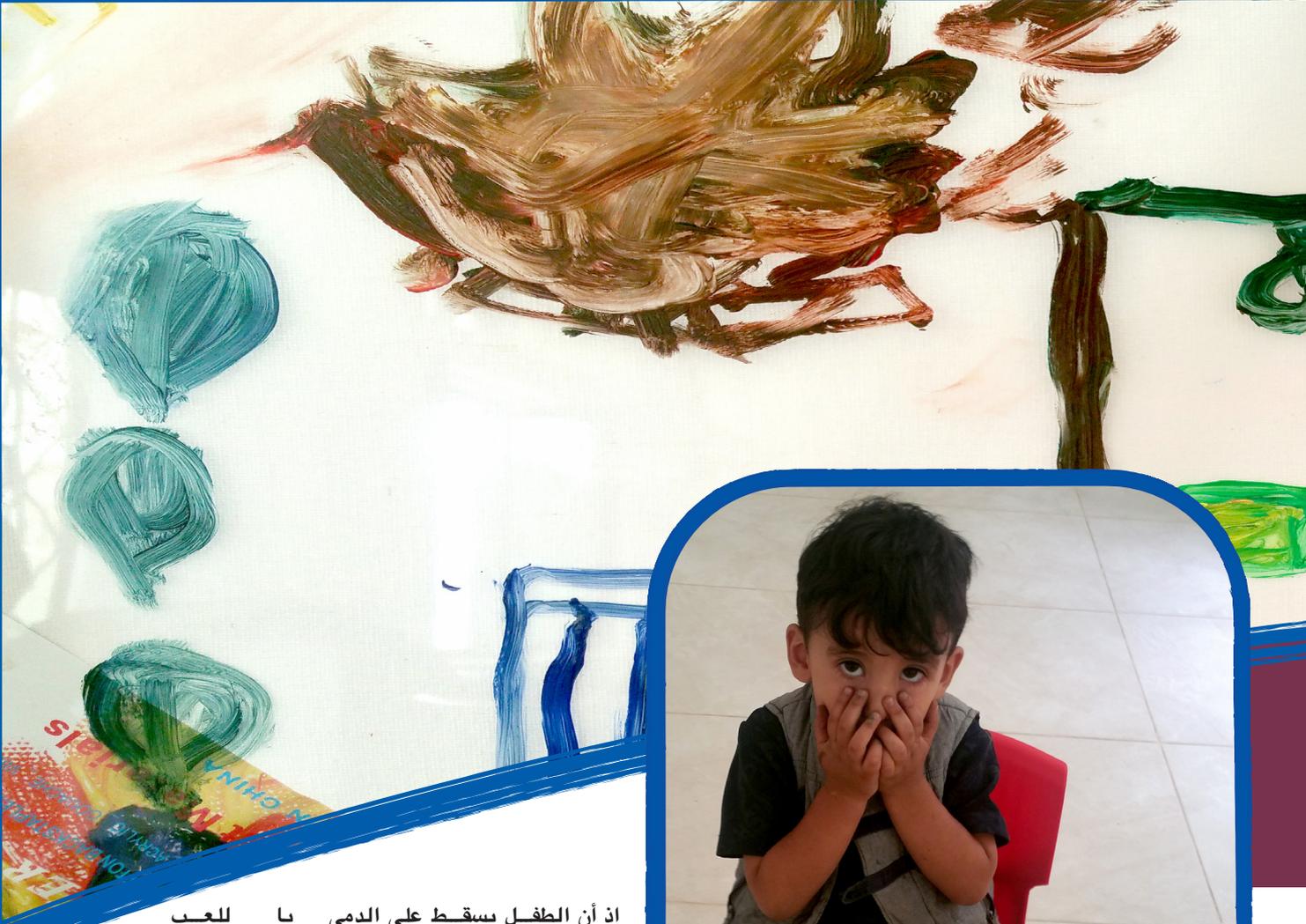
وأردفت إلى أن اللعب يشبع عدة رغبات أهمها ما يسمى بـ«الوظيفة العلاجية»، والتي تعني استخدام اللعب بطريقة مخطط لها بغية تحقيق تغيرات في سلوك الطفل وشخصيته.

سويد عرفت العلاج باللعب بأنه «أسلوب علاجي لمساعدة الطفل الذي يمر بصدمة أو صعوبات انفعالية أو عائلية مثل حالات الطلاق، أو الإساءة، أو العدوان».

وبحسب سويد فإن مرحلة الطفولة تعد من المراحل المهمة في حياة الإنسان، كونها مرحلة تنمو فيها قدرات الطفل وتظهر مواهبه، ويكون خلالها عرضة للتأثر والتوجيه والتشكيل..

مستشهدة بأن العديد من الدراسات والأبحاث أثبتت خطورة هذه المرحلة وأهميتها في بناء الشخصية وتحديد مستقبله. وأشارت المختصة النفسية إلى أن الطفل المضطرب نفسياً يسلك في لعبه سلوكاً يختلف عن الطفل العادي الصحيح نفسياً، لافتة إلى أن الكثير من الألعاب التي يلعبها الأطفال تعبر عن مشكلاتهم التي يعانون منها،





با للعب والرسم لا يكون إلا عندما يكون الطفل مصاب بعدم الثقة، والغضب المتكرر، والقلق، وعند ممارسته سلوكيات غير ناضجة مقارنة بمرحلته العمرية، وكذا عند مواجهته صعوبة في التعلم، بالإضافة إلى مواجهته مشكلات في النوم والأكل، وأيضاً عند خجله الشديد، إلى جانب عدم قدرته على التكيف مع التغيرات الأسرية، بحسب ما ذكرته سويد.

إذ أن الطفل يسقط على الدمى واللعب والرسم انفعالاته تجاه الكبار والتي لا يستطيع إظهارها خوفاً من العقاب، مبيّنة أن هذا الإسقاط للمشاعر يسهّل من التعرف على أسباب الاضطراب.

متى يستخدم هذا العلاج؟

علاج الطفل المضطرب نفسياً وإدخاله في برنامج العلاج

الهدف منه

ويسعى العلاج باللعب والرسم بحسب ما ذكرته سويد إلى تحقيق عدة أهداف منها، «إزالة الألم الانفعالي الناتج عن الإساءة من خلال الأدوات التعبيرية المختلفة، ومساعدة الطفل على التعبير الذاتي، بالإضافة إلى جعل الطفل يستحضر انفعالاته المخفية ويواجهها». مستطردة أن الطفل ينقل عبر أدوات اللعب والرسم ما يشعر به من قلق وخوف وذنوب، أفضل مما ينقله إلى الأشخاص.



ليست الأنفوس وحدها ما أزهقتة الحرب، بل النفسيات أيضا كانت ضحية للحرب، بسبب الضغوط النفسية الكبيرة.. وهو ما أخذته على عاتقها مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري، للتحفيف من معاناة الناس. مجلة «الإرشاد الأسري» التقت برئيسة المؤسسة الدكتورة بلقيس جباري للحديث عن الدور الذي اضطلعت به المؤسسة، وأجرت معها الحوار التالي:

الدكتورة بلقيس جباري في حوار لـ «الإرشاد الأسري»:

الصعوبات زادتنا إصرارا وتصميما على تقديم العون والمساعدة لضحايا العنف

المنتشرة في الوطن العربي، وهنا لابد من الإشارة والإشادة وتقديم الشكر لشركات الاتصالات اليمنية جميعا التي تعاونت مع المؤسسة وخصصت لها الخط الساخن المجاني 136، وكان ذلك مساهمة لا يستهان بها من قبل تلك الشركات، لأن مكالمات الإرشاد عبر الخط الساخن قد تستغرق أحيانا ما بين 20 دقيقة إلى نصف ساعة أو أكثر، وهو ما لا يستطيع تحمل تكلفته المواطن اليمني الفقير ومحدود الدخل. وبعد تزايد الإقبال على الخط الساخن، اضطررنا لتوسعة الخطوط حتى وصلت إلى 15 خطا ساخنا.. كما تعاطف الاعتراف بالمؤسسة محليا وإقليميا ودوليا، وصار لديها شراكات مع عدد من المنظمات النظيرة على المستوى المحلي والإقليمي والدولي..

■ ما مدى أهمية العلاج النفسي؟ وأين تكمن؟

المواطن اليمني، بما يجعل من توازنه النفسي هشاً إلى درجة كبيرة تدفع بالكثير منهم إلى الانتحار، أو الجنون، أو القيام بأفعال وسلوكيات مهددة لأمن وسلامة الأسرة والمجتمع. وقد بادرت مع عدد من زملاء المهنة لإنشاء مؤسسة «التنمية والإرشاد الأسري» كمؤسسة غير ربحية، وذلك في يناير من العام 2011، وذلك بهدف تقديم العلاج والإرشاد للمحتاجين من الأفراد والأسر اليمنية ذكورا وإناثا، وأنشأنا لها خطا ساخنا مجانيا لمنح الإرشاد والنصح عبر معالجات ومعالجات في مجال العلاج والإرشاد النفسي، يعملون على مدار 12 ساعة في اليوم الواحد، وطيلة أيام الأسبوع عدا يوم الجمعة. وكان هذا الخط الساخن المجاني هو أول خط من نوعه بهذه الاحترافية والمهنية ليس على مستوى اليمن وحسب، بل ومن بين القلائد

والعاطفي، فكان لابد من وجود مؤسسة مهنية متخصصة، لتجأ إليها الأسرة وأفرادها لتلقي العلاج والعناية والإرشاد النفسي، شأنهم في ذلك شأن من يعانون من أمراض عضوية، ويجدون الطبيب المختص لمعالجة ما يعانون من مرض عضوي، وهذا ما دفعني لإنشاء مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري، التي من أهم مهامها هو تقديم العلاج والعناية والإرشاد للمعتلين بالأمراض والاضطرابات النفسية، وقد ساعدني في إنشاء هذه المؤسسة الخبرة التي اكتسبتها حينما عملت معالجة نفسية في مركز «جلين وورد» للأمراض النفسية في ولاية «ميرا لند» بالولايات المتحدة الأمريكية خلال 2003-2005، ولاحقا نائبا ثم رئيسا لمركز الإرشاد النفسي والتربوي بجامعة صنعاء في الفترة 2006-2015م. وفي السنوات الأخيرة زادت الضغوط النفسية حدة وعنفا على

■ بداية لتعطينا نبذة مختصرة عن المؤسسة وتوضحي لنا والقارئ الكريم كيف كانت بداية المؤسسة ونشأتها وتاريخها ومراحل تطورها حتى وصلت إلى هذا المستوى؟
- أنشأت المؤسسة في 8 يناير 2011 والذي تزامن مع انطلاق احتجاجات شعبية عارمة عمت معظم محافظات الجمهورية تطالب بالمساواة وسبل العيش الكريم.. وقبل ذلك بسنوات كانت المؤشرات الاقتصادية والاجتماعية تشير إلى الترددي المتواصل لظروف غالبية السكان، وهي التي فجرت تلك الاحتجاجات. فالبطالة والفقير والحرمان تصاعدت بشكل كبير وأصبحت ظروف العيش صعبة وقاسية للغاية على غالبية الأسر اليمنية إلى حد الإملاق.. وتلك أسباب رئيسية كافية لإحداث ضغوطا نفسية هائلة على الأفراد والأسرة والجماعات، ويقود إلى اختلال توازنها النفسي والاجتماعي

- الإنسان هو بنية عضوية وعصبية ونفسية متكاملة مترابطة، والصحة النفسية كما الصحة العقلية بحاجة إلى الاهتمام الرسمي والمجتمعي على القدر ذاته، ذلك أن المرض النفسي شأنه شأن المرض العضوي يحتاج للعلاج والمتابعة إلى أن يتعافى المريض. وينبغي أن يعرض المريض نفسه على الأخصائي المعالج في وقت مبكر، قبل أن يستفحل ويغدو مزمنًا يصعب علاجه.

ولكن ما يميز المريض النفسي عن العضوي، أن الأخير يمثل عبئًا على صاحب المرض ويعاني منه بمفرده.. فيما يمتد آثار ونتائج المرض النفسي على أفراد

خدمات صحة نفسية إسعافية متخصصة لعدد (400) من الأفراد الأشد تضررا وقرأ في الجمهورية اليمنية من فبراير وحتى أبريل من العام 2018، بتمويل من منظمة «أوفد» للتنمية الدولية، والذي نفذناه عبر المخيمات الطبية في خمس محافظات هي «عمران، حجة، صنعاء، تعز، عدن، ولحج».

■ برأيك لماذا تم اختيار تنفيذ مشروع (الاستجابة الإنسانية والاجتماعية لليمنيين المتضررين من الصراع) بالذات في هذا الوقت؟ وما مدى أهميته؟ وكيف استفاد الناس منه؟

- كل فترة تطفو على السطح

الضغوط النفسية الكبيرة التي واجهها الناس دفعتنا لتنفيذ مشروع (الاستجابة النفسية والاجتماعية لليمنيين المتضررين من الصراع)



مع المحرر

مشكلة، وخلال الحرب التي تمر بها بلادنا واجه الناس ضغوطا نفسية كبيرة، ما دفع مؤسستنا للعزم على تنفيذ مشروع (الاستجابة النفسية والاجتماعية لليمنيين المتضررين من الصراع)، حيث تم تقديم المقترح للحكومة الهولندية التي بدورها تفاعلت وقامت بتمويل المشروع.

■ ما المحافظات التي تم استهدافها في هذا المشروع؟ وكيف تم اختيارها؟

- تم التركيز على المحافظات التي كانت وجهة النازحين من المحافظات التي تشهد معارك وصراعات مسلحة، مثل «أمانة العاصمة، ومحافظة صنعاء، وعمران، وعدن، وتعز»، والتي تم القيام خلالها بتوعية الناس حول الآثار النفسية الناتجة عن الحروب، وتقديم بعض جلسات العلاج النفسي الفردي والجمعي،

أسرته وجماعته ومجتمعه، وهنا تكمن أهمية وضرورة التصدي للاضطرابات والأمراض النفسية بشكل أكثر جدية واستمرارية.

■ كم وصل عدد المشاريع التي نفذتها المؤسسة حتى الآن؟

- مشاريع وأنشطة المؤسسة كثيرة ومستمرة منذ إنشائها، إلا أن أهم المشاريع التي قامت بها تضمنت الوقاية والعلاج من العنف القائم على النوع الاجتماعي منذ يونيو 2014 وحتى مايو 2016، بتمويل من الحكومة الهولندية.

والمشروع الحالي هو الاستجابة النفسية والاجتماعية لليمنيين للمتضررين من الحرب والصراع منذ يوليو 2016 وحتى يونيو 2018، بتمويل أيضا من الحكومة الهولندية. كذلك قمنا بمشروع تقديم

بالإضافة إلى الترويج عن الخدمات المجانية التي تقدمها المؤسسة.

■ ما النجاح الذي حققتموها في هذا المشروع؟

- المانحون لمسوا بأنفسهم النجاح الكبير الذي حققه المشروع من خلال الأرقام التي فاقت تحقيق الهدف المطلوب، كما لمسوا مدى كفاءة كادر المؤسسة من خلال قيام المانحين بإجراء تجربة واختبار عملي لكادر المؤسسة، وحينها فوجئ المانحين بالكفاءة العالية التي يتمتع بها الكادر.

■ خلال تنفيذكم كل تلك المشاريع، ما نوع الصعوبات والعواقب والمشكلات التي تواجهكم؟

- من الواضح أننا نعمل الآن في ظروف استثنائية صعبة يمر بها وطننا الحبيب اليمن، وما يمر به أهلنا في هذا البلد الغالي على قلوبنا من معاناة بسبب الحرب والصراع الدائر اليوم.. لكن هذه الصعوبات زادتنا إصرارا وتصميما على تقديم العون والمساعدة لضحايا هذا العنف المحتدم، وخاصة في أوساط الأسرة النواة الأولى والأساسية للمجتمع اليمني.

■ هناك أكثر من 15 ألف منظمة مجتمع مدني في اليمن، لكن أنتم ما الذي يميزكم؟

- الأوضاع السائدة في اليمن، تحتاج إلى جهود العديد من المنظمات والجهات المختلفة تكاتفها وتعايضاها، والعمل بشكل مشترك، لمواجهة حجم التحديات المهولة التي يكابدها اليمنيون اليوم.. لكن ما يميز مؤسستنا عن غيرها المنظمات، أنها متخصصة تخصص حصري في مجال العلاج والإرشاد النفسي، ولديها طاقم متخصص من الذكور والإناث للقيام بهذه المهمة الحصرية، كما أنها تعمل وفقا لأعلى المقاييس والمعايير العالمية في هذه المجال من حيث المهنية وحفظ أسرار المرضى ومتابعة حالتهم، وأنها تغطي جميع محافظات الجمهورية سوى عبر الخط الساخن أو عبر الفروع التي أنشأتها في عدد من المحافظات ونتطلع أن يكون لنا فروع في جميع محافظات الجمهورية اليمنية.

■ ما حجم النجاحات التي

حققتها المؤسسة؟

- حققت المؤسسة نجاحا كبيرا خلال عمرها الذي لا يزيد عن 8 سنوات، فقد ارتفع عدد العاملين فيها من تسعة عاملين في بداية إنشائها إلى 30 عاملا في السنوات القليلة الماضية.. كما صار لدى المؤسسة فروعاً في بعض محافظات الجمهورية وجميعها تعمل بمهنية عالية، وتركيزها الأساسي على المريض النفسي أينما كان في اليمن، بغض النظر عن منشأه أو قناعاته، مراعية في ذلك تعاليم ديننا الإسلامي الحنيف والقوانين والأعراف المحلية والدولية.. وأصبح لدينا شراكات مع عدد من المنظمات المحلية، والإقليمية، والدولية، أبرزها منظمات: الأمم المتحدة، ونساء بلا حدود النمساوية، بالإضافة إلى الحكومة الهولندية.. وبفعل هذا الاعتراف الإقليمي والدولي بنجاح المؤسسة عملنا على رفع كفاءة العاملين فيها أكثر، ورفع مهاراتهم بصورة مستمرة، حيث قمنا ببرامج تدريب متعددة للعاملين في كل من الأردن ومصر، وهذا النهج لا يزال مستمرا إلى الآن.

■ ما هي تطلعاتكم؟ وما الذي تسعون لتحقيقه مستقبلا؟

- أحلم وأتطلع أن يأتي اليوم الذي تكون فيه كل أسرة خالية من الاضطراب النفسي الذي يهدد كيانها وتوازنها واستقرارها. كما أتطلع أن تلعب مؤسستي في المستقبل دورا مركزيا في هذا الحلم الكبير بحيث يكون لنا ليس فقط فروعاً في مختلف محافظات الجمهورية اليمنية، بل وفي جميع مدنها ومراكزها الحضرية والريفية.

وحلمي الأكبر والعظيم أن يعود الاستقرار إلى بلدي الغالي اليمن، وأن يعيش جميع أبناء وطني دون استثناء في خير ورفاه وسلام ومحبة وونام.. وهذه الأمنية العظيمة وإن تكن لتبدو مثالية في نظر البعض، فإنها كقيلة بكبح جماح الأمراض والاضطرابات النفسية المنقضية اليوم وعلى نطاق واسع في بلادنا.. وللعلم هناك شعوب في العالم المتقدم في عصرنا الراهن بلغت اليوم ذلك الشأن إلى حد كبير، وهي ما برحت تكافح جاهدة لبلوغ مستوى الكمال الإنساني.

العلاج الجمعي

الوسيلة الأجدى أثراً



«من رأى مصيبة غيره هانت عليه مصيبتة»، قول مأثور يردده

ويتناقله الكثير من الناس، إلا أن المجال النفسي استفاد من هذا القول في جعله وسيلة

للعلاج النفسي، فكيف يستخدم الجمع كوسيلة للعلاج النفسي؟

تقرير.. خاص

لم يترك المجال النفسي شيئاً تقريباً إلا وحاول الاستفادة منه.. لكنه هذه المرة استفاد مما يسمى بـ«العلاج الجمعي»، حيث توصلت العديد من الدراسات إلى أن عمل الجلسات الجماعية يساعد في تعافي تلك الحالات بشكل أسرع، وذلك لكونه يساعد على إزالة الحواجز والخجل ويشجع الحالات على تقبل الوضع ويخرجها من الصدمة النفسية التي تعاني منها.

كيفية العلاج الجمعي
تقول مخرصة العلاج الجمعي بمؤسسة التنمية والإرشاد الأسري بلقيس مجاهد الفضلي إن العلاج الجمعي ظهر إبان الحرب العالمية، وهو عادة ما

يتم اللجوء إليه عند الحروب والصراعات، خصوصاً عندما يحتاج الناس لتدخلات نفسية، في الوقت الذي لا يتوفر فيه سوى عدد قليل من المختصين النفسيين، والذي لا يستطيعون تغطية احتياجات جميع الناس نفسياً. إذ تتسبب الحروب والصراعات بانتشار الإصابة بالاضطرابات النفسية بين الناس، نتيجة الضغوط النفسية التي تخلفها بينهم. ونظراً لشحة أعداد المختصين النفسيين أمام الكم الهائل من المرضى النفسيين الذين خلفتهم الحروب والصراعات، لجأ المختصين إلى ما يسمى بـ«العلاج الجمعي»، والذي يتم من خلاله معالجة مجموعة من المرضى النفسيين في آن واحد واستيعاب أكبر عدد منهم، من خلال إجراء جلسات العلاج الجمعي، بهدف تقديم العلاج لأكبر عدد ممكن من المرضى النفسيين، وعدم تركهم دون علاج، بحسب ما ذكرته الفضلي. وهو السبب ذاته الذي دفع مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري في اليمن إلى اللجوء لهذا العلاج، في ظل ظروف الحرب التي تمر بها البلاد، خصوصاً أن عدد المختصين النفسيين في بلادنا لا يتجاوز 44 طبيباً و120 مختصاً نفسياً، في الوقت الذي فاقمت فيه الحرب أعداد المرضى النفسيين في بلادنا بشكل كبير، فبحسب ما كشفته دراسة حديثة أجرتها مؤخراً وحدة الدراسات والبحوث التابعة لمؤسسة التنمية والإرشاد الأسري أن 1 من بين 5 أشخاص في بلادنا مصابون باضطرابات نفسية متفاوتة الشدة.

شروط ومعايير

إلا أن اختيار المرضى النفسيين للعلاج ضمن مجموعة واحدة يخضع بحسب الفضلي لشروط ومعايير أهمها، أن المرضى الذي يتم اختيارهم للعلاج ضمن مجموعة واحدة تعاني من الاضطراب النفسي ذاته، والذي حينها يقوم المعالج النفسي بمحاولة تغيير سلوكهم المضطرب من خلال خلق التفاعل فيما بينهم. وأوضحت أن مدة الجلسة الواحدة للعلاج الجمعي تتراوح بين ساعة ونصف إلى ساعتين، وبواقع جلسة واحدة في الأسبوع، بينما يشترط ألا يزيد عدد أفراد المجموعة عن 10 حالات، أما إجمالي عدد الجلسات فيتراوح بين 12 إلى 16 جلسة، وذلك يرجع إلى طبيعة المشكلة وكذا إلى مدى تفاعل

ساء الحروب



أنهم كالفريق الواحد الذي عليه الوصول لهدف معين ألا وهو التعافي من الصدمات النفسية التي أصابتهم.

تميّز الجمعي عن الفردي وعن الفروق التي يتميز بها العلاج الجمعي عن الفردي، أشارت الحالة إلى أن العلاج الفردي كان يشعرها بأنه لا يوجد أحد يحمل هما بحجم الهم الذي تحمله، أما في العلاج الجمعي فتشعر الحالة عند سماعها للآخرين أن هناك هموما ومشكلات أكبر من همها ومشكلاتها.

لافتة إلى أن التقدم الذي لمسوه في حالتهم من العلاج الجمعي، جعلهم يحرصون على الالتزام بحضور جميع الجلسات الجمعية وعدم تفويت أي منها.

مدى فاعليته

للتحقق من مدى فاعلية العلاج الجمعي التقت مجلة «الإرشاد الأسري»، بإحدى الحالات التي تتردد على العلاج الجمعي وتحرص على الالتزام به، والتي أكدت أن اختلاطهم بالحالات النفسية الأخرى خلال العلاج الجمعي يشعروهم بالاستئناس، ويهون عليهم مشكلاتهم النفسية التي يعانون منها عندما يرون ما تعانيه الحالات الأخرى.

الحالة أوضحت أن العلاج الجمعي يتيح لهم تبادل الطول والأفكار التي قد تساعد في تخفيف ما يعانيه كل واحد منهم.. مبيّنة أنه ترك أثرا إيجابيا على كل فرد من أفراد المجموعة التي تتلقى العلاج بشكل جماعي، كما أشعروهم

يكمن بين أفراد المجموعة. إلا أن العلاج الجمعي لا يشمل جميع الحالات النفسية، بحسب ما بيّنته مختصة العلاج الجمعي لـ«مجلة الإرشاد الأسري»، إذ أن هناك أمراض نفسية تستثنى من العلاج الجمعي، ولا تخضع لجلسات العلاج الجماعية، مثل: «الحالات النفسية التي لديها سلوك مضاد للمجتمع وهم ما يطلق عليهم بـ(السيكوباتيين)، وكذا الحالات المصابة بالشك والريبة من الآخرين وعدم الثقة بهم ولا يقتنعوا بما يقوله الآخرين وهم ما يطلق عليهم بـ(البرامية)، إضافة إلى حالات الاكتئاب والهوس الشديد أو الاضطرابات الذهانية التي يعاني المصاب بها من عدم التركيز.

أفراد المجموعة فيما بينهم. وحول ما يتم مناقشته خلال جلسة العلاج الجمعي قالت الفضلي خلال حديثها لـ«مجلة الإرشاد الأسري» إن أهم ما يتم التركيز عليه خلال الجلسات هو التنفيس الانفعالي والتعبير عن المشاعر، إذ أن المجموعة تعد المكان المناسب والأمن الذي يستطيع الشخص فيها التحدث بصراحة عن مشاعره وجروحه دون خجل أو لوم من الآخرين.

الفضلي أكدت في الوقت ذاته أنه كلما انخفضت تدخلات المعالج النفسي بين أفراد المجموعة كانت النتيجة أجدى وأكثر نفعاً، وهو ما يعكس مدى نجاح المجموعة، إذ أن دور المعالج - وفقاً للفضلي- يقتصر فقط في كونه عاملاً مساعداً لا أكثر، فيما العلاج



عادت إليها الحياة بعد 20 عاماً من المعاناة

مساعدها على توسيع رؤيتها أكثر للأمر، وكذا مساعدتها على الاسترخاء والتحكم في القلق والتوتر طوال فترة الجلسات، كما تم الاستعانة بزوجة أخيها خلال تلك الفترة كأخصائية مساعدة بعد البدء معها في العلاج السلوكي، بالإضافة إلى أنه تم تدريبها على العودة لأنشطتها السارة وإعادة دمجها في المجتمع.

تحسن حالتها

علامات التحسن بدأت تظهر عليها خلال أول أسبوعين، ما جعلها تحرص على الجلسات الخاصة بالعلاج النفسي، إلى أن تعافت تماماً بعون الله من اضطرابها النفسي.

سعادة سعاد لم تتوقف بتعافيتها من اضطرابها النفسي وحسب، بل أنها استطاعت إقناع أهل الزوج أن يجدوا حلاً لابنهم، وبالفعل خضع الزوج للمقابلة الإكلينيكية مع الطبيب النفسي بالمؤسسة ذاتها، وتم تشخيص حالته بأنه يعاني من «حالة ذهانية واضطراب بالشخصية»، تحتاج للعلاج، كما تم التوضيح للزوجة كيفية التعامل مع الزوج ومساعدته في العلاج.

بعد ذلك عادت الزوجة لأحضان أطفالها بعد مرور ستة أشهر من العلاج والجلسات النفسية، وكذلك زوجها، فعقب تعافيه من المرض ذهب لاستفتاء الشرع فيما إذا كان قد حل طلاقه من زوجته بعد تهديده لها بالطلاق في حال تكلمت معه بكلمة واحدة، فتم إفتاؤه أن الطلاق باطل، نظراً لعدم أهليته جراء حالته المرضية التي كان يعاني منها في ذلك الوقت.

ليعيش بعدها مع زوجته وأطفاله حياة مستقرة تملؤها المحبة والسعادة.

وإلى الآن لا يزال يتم متابعة حالة سعاد والاطمئنان عليها أولاً بأول عبر الخط الساخن.

السعادة والابتهاج. ففي أحد الأيام وأثناء مكوثها في منزل أهلها بمحافظة البيضاء، تعاطفت معها إحدى نساء القرية، وأخبرتها أن تتصل بالرقم الساخن المجاني التابع لمؤسسة التنمية والإرشاد الأسري، لأخذ استشارة نفسية تخفف عنها حالتها المضطربة.

سعاد في البداية لم تتحسس لذلك، لكنها رأت فيما بعد أنها لن تخسر شيئاً إن هي جربت ذلك.. وبالفعل قامت بالاتصال بالرقم الساخن، ومن هنا بدأ وميض الأمل يضيء أمام سعاد، فبعد سماع المختصة النفسية في الخط الساخن لقصتها وحالتها، طلبت منها الحضور لإخضاعها لجلسات العلاج النفسي.

خضوعها للعلاج

بدأت الأخصائية النفسية بتشجيع سعاد على التنفيس وإخراج كل ما تشعر به وساعدها على عرض حالتها، كما شجعتها على العلاج النفسي، وأخبرتها أنها ليست الحالة الوحيدة التي تواجه مثل هذه المعاناة.

عقب ذلك اتفقت الأخصائية مع سعاد على إجراء علاج نفسي لها، وشرحت لها طبيعة العلاج، كما أخبرتها الأخصائية النفسية بعد استماعها لها، أن سبب معاملة زوجها القاسية لها هو معاناته من اضطراب بالشخصية وكذا من اضطراب نفسي، جراء نشأته يتيماً وانتقاله للعيش مع شقيقته وزوجها الذي كان يقوم بتعنيفه بقسوة.

أي أنه لم يكن يتعمد معاملتها بتلك القسوة، وأنه بمجرد علاجه من ذلك ستنتهي معاملته القاسية لها، وهو ما أشعرها بالاطمئنان وخفف عنها وطأة اضطرابها النفسي.

تطوير قدراتها

لم يتوقف الأمر عند ذلك، بل أنه تم

لم تكن تعلم سعاد (اسم مستعار) ذات الـ 40 ربيعاً، أن حياة بؤس وألم ومعاناة تنتظرها بعد ارتباطها بابتهاج الذي تزوجته قبل 20 عاماً.

فهي منذ ارتباطها به لم تعرف طعم السعادة قط، بسبب معاملته القاسية لها.. إلا أن خوفها على أطفالها الثلاثة ومصيرهم، جعلها تتحمل قسوة زوجها عليها طوال هذه السنين بصبر وتكتم..

ورغم أن زوجها كان مغترباً بإحدى الدول الخليجية، إلا أن الغربة لم تغير من معاملته القاسية لزوجته شيء، بل أن قسوته زادت، لاسيما بعد عودته من الغربة جراء ترحيله من الدولة التي اغترب فيها..

فهو منذ عودته من الغربة بنفسيته التي زادت اضطراباً، أصبح كالكابوس المرعب على زوجته وأطفاله، حيث حرم أطفاله من إكمال تعليمهم وأجبرهم على الذهاب للعمل كي يعودوا له بالمال، ومن لا يعود منهم بالمال يقوم بسجنه بإحدى غرف المنزل لعدة أيام دون طعام أو شراب.

كل ذلك جعل زوجته وأطفاله في حالة نفسية يرثي لها، خصوصاً بعد رميه يمين الطلاق عليها إن هي تكلمت معه بكلمة واحدة. حينها حاولت سعاد البحث عن طريقة تخلصها وأطفالها من هذا العذاب والمعاناة، إلا أنه لم يخطر ببالها إلا طريقة واحدة وهي أن تقتل أطفالها ومن ثم تنتحر.

لكن الأقدار الإلهية تدخلت، فقبل تنفيذها تلك الفكرة، قام زوجها بطردها من المنزل بحجة أنه لم يعد يطيقها ويريد الزواج عليها، ما اضطرها للعودة إلى منزل أهلها..

أصبحت سعاد تعاني من الضيق وفقدان الأمل في كل شيء، بل وأصبحت تكره كل الرجال وتشجع ابنتها بأن ترفض أي عريس، وتقتنعها أن كل الرجال مثل أبيها.

وهي لا تعلم أن ذلك سيكون بداية لتغيير حياتها وأطفالها من المعاناة والعذاب إلى