

اضطراب الرجل نفسيا.. خطر يهدد الأسرة



اختيار الدكتورة بلقيس جباري
ضمن أبرز (8) نساء في العالم
يعملن بالمجال الإنساني

بهدف مناصرة احتياجات الصحة النفسية في اليمن
مؤتمر الذهاب إلى أبعد من المساعدات الإنسانية..
يضع النقاط على الحروف



رئيس التعاون الإنمائي بالخارجية الهولندية
مخاطبة مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري:
تقومون بعمل عظيم لليمن

THE MAN'S MENTAL INSTABILITY... A THREAT TO THE FAMILY

Dr. Bilqis Jubari is chosen among the
most prominent (8) women in the world
working in the humanitarian field.



ADVOCATING FOR MENTAL HEALTH NEEDS IN YEMEN...

"GOING BEYOND HUMANITARIAN ASSISTANCE"
CONFERENCE DOTS THE I'S AND CROSSES THE T'S



Head of Development Cooperation at the Netherlands
Foreign Ministry addressing the family counseling & d
evelopment foundation:

You are doing a great job for Yemen





لا تتردد بالاتصال بنا مجاناً
على الرقم

1 3 6

من أي خط ثابت أو يمن
موبايل ، وآي ، سبأ فون
.MTN

يوميّاً عدا الجمعة

من الساعة 8:00 صباحاً حتى 8:00 مساءً



لا تتردد بالاتصال بنا مجاناً
على الرقم

1 3 6

من أي خط ثابت أو يمن
موبايل ، وآي ، سبأ فون
.MTN

يوميّاً عدا الجمعة

من الساعة 8:00 صباحاً حتى 8:00 مساءً



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

آثار نفسية ناتجة عن العنف الأسري
والاجتماعي.

اضطرابات نفسية أو انحرافات سلوكية.
ضغوط نفسية أو اجتماعية أو حياتية.
مشكلات زواجية أو أسرية.
مشكلات وصعوبات دراسية.

www.fcdf-ye.org

إدارة المؤسسة
+967 1 418 403

info@fcdf-ye.org

مركز صنعاء
+967 1 418 404

[/Family.C.D.F/](https://www.facebook.com/Family.C.D.F/)

مركز عدن
+967 2 307 828

الجمهورية اليمنية - صنعاء تقاطع شارع حدة مع الخمسين
خلف الملحقة المصرية بالقرب من بنك الكريمني

عدن - دار بسعد - جولة السفينة
حي الانشاءات (شارع المحافظ) خلف مخبر الانشاءات

www.fcdf-ye.org

إدارة المؤسسة
+967 1 418 403

info@fcdf-ye.org

مركز صنعاء
+967 1 418 404

[/Family.C.D.F/](https://www.facebook.com/Family.C.D.F/)

مركز عدن
+967 2 307 828

الجمهورية اليمنية - صنعاء تقاطع شارع حدة مع الخمسين
خلف الملحقة المصرية بالقرب من بنك الكريمني

عدن - دار بسعد - جولة السفينة
حي الانشاءات (شارع المحافظ) خلف مخبر الانشاءات



بسبب ضغوط الحياة..
الرجال في دوامة الاضطرابات النفسية

تقرير ص 5



اضطراب الرجل نفسياً..
خطر يهدد الأسرة

تقرير ص 6-7



بهدف مناصرة احتياجات الصحة النفسية في اليمن
مؤتمر الذهاب إلى أبعد من المساعدات الإنسانية..
يضع النقاط على الحروف

تقرير ص 8-9



وكيل الأمين العام للأمم المتحدة والمدير التنفيذي
لصندوق الأمم المتحدة للسكان:

مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري
مكان مثير للاهتمام

خاص ص 15

حوار

ص 12-13



المدير التنفيذي لمؤسسة التنمية والإرشاد الأسري
الدكتورة نجلاء جباري (الإرشاد الأسري):

- تقديم خدمات العلاج النفسي يحتاج إلى دعم ثابت ومستمر
- لدينا آلية تقييم من شأنها تحسين جودة الخدمات التي نقدمها
- هناك محاذير يجب مراعاتها عند تقديم خدمات العلاج النفسي.

الجمهورية اليمنية
وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل



مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري
Family Counseling & Development Foundation

مجلة

الإرشاد الأسري

الإشراف العام

د. بيلقيس الجباري

هيئة التحرير

عبدالرحمن صبر
أمجد الأكحلي

حقوق الطبع محفوظة لدى
مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري

العنوان:

الجمهورية اليمنية - صنعاء
شارع حدة - تقاطع حدة مع الخمسين
خلف الملحقة المصرية

الإدارة: 418403

المركز اليمني للإستشارات الأسرية: 418404

البريد الإلكتروني:

info@fcdf-ye.org

Republic of Yemen
Ministry of Social Affairs



F.C.D.F.
مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري
Family Counseling & Development Foundation

Magazine

FAMILY COUNSELING

General Supervision

Dr. Bilqis Jubari

Editorial Board

Abdul Rahman Saber
Amjad Alakhali

All rights reserved
Family Counseling &
Development Foundation

Address:

Republic of Yemen - Sana'a
Hadda Street - Intersection with the fifty
behind the Egyptian Embassy
Management: 418403

Yemen Center for Family
Consultancy: 418404

E-mail:

info@fcdf-ye.org

BECAUSE OF LIFE STRESSORS,
MEN ARE IN A VORTEX OF MENTAL
DISORDERS

Report Page....5



THE MAN'S MENTAL INSTABILITY...

A THREAT TO THE FAMILY

Report Page....6-7



ADVOCATING FOR MENTAL HEALTH NEEDS IN YEMEN...

"GOING BEYOND HUMANITARIAN ASSISTANCE"
CONFERENCE DOTS THE I'S AND CROSSES THE T'S

Report Page....8-9



United Nations Under-Secretary-General Executive
Director of the UNFPA Visits FCDF:

"It's great that FCDF was able to have
all these psychological services in
one place. I'm interested"

Special Page....15



Interview

Page....12-13



Executive Director of Family Counseling and Development Foundation,
Dr. Najla Jubari, for (Family Counseling):

- Providing psychological treatment services requires constant and continuous support,
- We have an evaluation mechanism that will improve the quality of our services,
- There are caveats that must be taken into account when providing psychotherapy services,

THE FRUITS OF PLANTING HAPPINESS

Three years ago, the Dutch government funded the project "Psychological Response to People Affected by Conflict", which was implemented by FCDF. This project was a seed of hope that the foundation turned into a fruit that more than (54) thousand cases of men, women and children reaped the fruits receiving mental health and psychosocial services during the period of the project. Active members of the family and society. The project brought happiness to the families of those cases, who, after recovering from psychological disorders, became active elements in the family and society.

Some of them returned, after their recovery, to planting their fields and providing for their family, and some of them returned, after their recovery, to complete their education and continue their lives normally, after their life was dark and their future unknown.

The troubles and difficulties of three years of continuous work during the implementation of the project diminished once we saw the joy of a mother for the recovery of her son, the happiness of a wife for the recovery of her husband, and the joy of an old man for the recovery of his daughter. These scenes reduced all the troubles and difficulties we faced. They motivated us to move forward to continue our humanitarian mission hand in hand with our partners to implement new projects and provide our MHPSS services to the largest possible number of people in our Yemeni society who have been psychologically affected by the conflict that has been going on for more than seven years.

We are now on the cusp of the end of this project, in which we are proud of the great achievements we have made, and there is no doubt that hope leads us with other seeds of hope, to turn them into fruits that will be harvested by the largest possible number of cases in need of psychological treatment services that we provide.

I wonder what happiness is comparable to our happiness in making this number of people and families happy? I don't think there is anything better than this. It is true that "the happiness of others is an implant that you sow for others and it bears fruit in your heart."



By the Founder Chairwoman
Dr. Bilqis Mohammed Jubari

ثمار غرس السعادة

قبل ثلاثة أعوام من الآن، مولت الحكومة الهولندية مشروع "الاستجابة النفسية للمتضررين من الصراع"، والذي قامت بتنفيذه مؤسستنا، وكان هذا المشروع بذرة أمل حولتها مؤسستنا إلى ثمرة قطفت ثمارها آلاف الحالات من الرجال والنساء والأطفال ممن استفادوا من خدمات العلاج النفسي التي قدمتها المؤسسة خلال فترة المشروع، وأدخلت السعادة في نفوس أسر تلك الحالات التي أصبحت بعد تعافيها من الاضطرابات النفسية، عناصر فاعلة في الأسرة والمجتمع..

فمنهم من عاد بعد تعافيه إلى زراعة حقله وإعالة أسرته، ومنهم من عاد بعد تعافيه لإكمال تعليمه ومواصلة حياته بشكل طبيعي، بعد أن كانت حياته مظلمة ومستقبله مجهولاً..

متاعب ومصاعب إحدى عشرة أعوام من العمل المتواصل والدؤوب في خدمة المواطنين اليمنيين الذين هم في أمس حاجة إلى المساعدة والعلاج النفسي، هانت بمجرد رؤيتنا فرحة أم بتعافي ولدها من اضطرابه النفسي، وسعادة زوجة بتعافي زوجها، وابتهاج كهل طاعن في السن بتعافي ابنته.. مشاهد كانت كفيلة بتهوين كل المتاعب والمصاعب التي واجهتنا، ودافعا لنا للمضي قدما لمواصلة رسالتنا الإنسانية يدأ بيد مع شركائنا لتنفيذ مشاريع جديدة، وتقديم خدماتنا العلاجية لأكثر عدد ممكن من الناس في مجتمعنا اليمني الذين تضرروا نفسيا من الصراع الدائر منذ أكثر من سبع سنوات..

نحن الآن على أعتاب نهاية المرحلة الثانية للمشروع والدخول في المرحلة الثالثة لهذا المشروع والذي نفخر بالإنجازات الكبيرة التي حققناها خلاله، ولا شك أن الأمل يحدونا ببذور أمل أخرى، لنحولها إلى ثمار يقطعها أكبر عدد ممكن من الحالات المحتاجة لخدمات العلاج النفسي التي نقدمها..

أتسائل أي سعادة تضاهي سعادتنا بإسعاد هذا العدد من الناس والأسر؟

لا أعتقد أن هناك سعادة تضاهيها.

وصدق من قال: "اسعاد الآخرين غرس تزرعه لغيرك فيثمر في قلبك".



بقلم .. مؤسس / رئيس المؤسسة

د. بِلْقِيسُ مُحَمَّدُ جُبَارِي

BECAUSE OF LIFE STRESSORS, MEN ARE IN A VORTEX OF MENTAL DISORDERS

Family Counseling Report

Within a man's psyche, there are hidden groans, which the man deliberately conceals, due to his manhood, which necessitates him to do so. He prefers to suffer silently from life stressors, and he does not prefer to express himself much. He does not like to ask for help, as he tends to help himself on his own; this unfortunately leads many men to resort to addiction. But what is inside a man's psyche? And what is he suffering from silently? To probe the psychology of men, we shed light on this topic and monitored the following report:



Common Disorders among Men

Dr. Haitham Al-Khulaba, a psychiatrist at Family Counseling & Development Foundation, says that given that life stress is one of the main reasons that affect the mental health of men, it is noted that the age groups most vulnerable to mental disorders among men are from adolescence to the age of 25, and from age 45 and over.

In a statement to (Family Counseling), he added that men's concealment of their suffering and their retention of it within their souls caused the spread of many psychological disorders among them. The most prominent of which are: anxiety disorders: especially general anxiety disorder, and social anxiety disorder. This is generally one of the most common psychological disorders that affect women and men alike, but it affects the psyche of men more.

Depression is also a common psychological disorder among men, as depression in men is more severe in terms of symptoms, as they resort less to help than women, and they usually seek specialized help late. Also, the tendency of men to treat psychological disorders that they may suffer - such as anxiety and depression - themselves, makes them resort to addiction: therefore, addiction is one of the most common psychological disorders that affect men with a much greater percentage than women.

Dr. Haitham continues saying that among the disorders prevalent among men also is schizophrenia, which affects about 20 million people all over the world. He notes that the severity of schizophrenia varies from patient to patient; some people live relatively normal lives between psychotic episodes, while others have greater problems with functioning and symptoms may get worse over time. Regarding the seriousness of this disease, the World Health Organization indicates that people with schizophrenia are 2 to 3 times more likely to die prematurely than normal people.

Tips and Recommendations

Dr. Haitham advises the man, when exposed to shocks or problems, should not to suppress his feelings, but rather he must share what he feels for his wife or friends. This will help him to stay away from the psychological problems that may affect him as a result of these events.

If a man feels that mood swings are clearly affecting his family, social or professional life, such as quickly noticing irritation of his nerves, or if he notices the emergence of physical problems such as signs of high blood pressure or diabetes, or frequent sleep problems, he, in this case, must visit a specialized doctor in order to help him properly.

بسبب ضغوط الحياة.. الرجال في دوامة الاضطرابات النفسية

الإرشاد الأسري.. تقرير

بداخل نفسية الرجل، ثمة أهات مخبئة يعمد الرجل على إخفائها، لرجولته التي تحتم عليه القيام بذلك.. فهو يفضل أن يكابد بصمت ضغوط الحياة بمفرده، ولا يفضل التعبير عن نفسه كثيراً، كما أنه لا يحب طلب المساعدة، فهو يميل إلى مساعدة نفسه بنفسه، وهو ما يدفع الكثير من الرجال إلى اللجوء للإدمان. لكن ما الذي يوجد بداخل نفسية الرجل؟ وما الذي يعاني منه بصمت؟ لسبر أغور نفسية الرجل، سلطنا الضوء على هذا الموضوع ورصدنا التقرير التالي:



ويسترس الخيبة أن من ضمن الاضطرابات المنتشرة بين الرجال أيضاً هو مرض الفصام أو ما يسمى بـ (الشيزوفرينيا) الذي يعاني منه نحو 20 مليون شخص في جميع أنحاء العالم.. مينا أن شدة مرض (الشيزوفرينيا) تختلف من مريض لآخر؛ إذ يعيش البعض حياة طبيعية نسبياً بين النوبات الذهانية، بينما البعض الآخر يعاني من مشكلات أكبر في الأداء والعلاقات الاجتماعية المختلفة وقد تزداد الأعراض سوء مع مرور الوقت.

وحول خطورة هذا المرض، تشير منظمة الصحة العالمية إلى أن الأشخاص المصابون بـ (الشيزوفرينيا) أكثر عرضة للوفاة المبكرة بمقدار 2 إلى 3 مرات عن الأشخاص العاديين.

نصائح وإرشادات
ينصح الدكتور الخيبة الرجل بالآتي:
مشاعره عند تعرضه للصدمات أو المشكلات، بل يجب عليه مشاركة ما يشعر به لزوجته أو أصدقائه، كون ذلك سيخفف وطأة الضغوط لديه ويساعده في التخفيف عن المشكلات النفسية التي قد تتناوبه جراء هذه الأحداث. أما في حال شعور الرجل بأن التقلبات المزاجية أصبحت تؤثر على حياته الأسرية، الاجتماعية أو المهنية بشكل واضح، كأن يلاحظ تهيج أعصابه بشكل سريع، أو إذا لاحظ ظهور مشكلات جسدية مثل بوارد ارتفاع ضغط الدم أو السكري، أو تكرر معه حدوث مشكلات في النوم، فإنه يجب عليه في هذه الحالة زيارة الطبيب النفسي المختص من أجل الحصول على المساعدة المتخصصة والسليمة.

اضطرابات منتشرة بين الرجال
يقول الدكتور هيثم الخيبة الذي يعمل طبيباً بالعيادات النفسية لمؤسسة التنمية والإرشاد الأسري، إن الضغوط الحياتية هي أبرز الأسباب التي تؤثر سلباً على الصحة النفسية لدى الرجال وتجعلهم عرضة للاضطراب، وإنه يلاحظ من خلال عمله بالمؤسسة أن الفئات العمرية الأكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية بين الرجال هي من سن المراهقة وحتى عمر الـ 25 عام، ومن سن 45 فما فوق.

وأضاف في تصريح لـ (الإرشاد الأسري) أن كتمان الرجال لمعاناتهم واحتفاظهم بها بداخل نفوسهم، تسبب بانتشار الكثير من الاضطرابات النفسية بينهم، والتي أبرزها: اضطرابات القلق؛ خاصة اضطراب القلق العام، واضطراب القلق الاجتماعي، وهذه بشكل عام من أكثر الاضطرابات النفسية التي تصيب النساء والرجال على حد سواء، ولكنها تصيب الرجل بشكل أكبر.

وكذلك الاكتئاب، الذي يعد من الاضطرابات النفسية المنتشرة بين الرجال والنساء، ولكن يمكن إن الاكتئاب لدى الرجال أكثر جدة فيما يخص الأعراض، كونهم أقل لجوء إلى التعبير عن ألمهم ومعاناتهم وأقل بحثاً عن المساعدة من النساء، وعادة ما يطلبون المساعدة المختصة في وقت متأخر. كما أن لدى بعض الرجال الميل إلى معالجة الاضطرابات النفسية التي قد تتناوبهم - مثل القلق والاكتئاب - بأنفسهم، مما يجعلهم ينجون إلى الإدمان بأنواعه المختلفة، ولذلك يعد الإدمان من أكثر الاضطرابات النفسية التي تصيب الرجال بنسبة أكبر بكثير من النساء..

قد تقتصر مشكلات صحة المرأة النفسية على حالتها المزاجية التي تتأثر تبعاً بالتغيرات التي تمر بها المرأة بطبيعتها، من فترات حيض إلى حمل وولادة وغيرها.. لكن ماذا عن صحة الرجل النفسية؟ وهل هناك أمور يمكن أن تؤثر على الصحة النفسية للرجل يمكن أن نغفل عنها؟ وما أبرز الاضطرابات النفسية المنتشرة بين الرجال؟

لا شك أن أكثر ما يؤثر على صحة الرجل النفسية هي الضغوط الحياتية، ففي مجتمعنا اليمني تمثل الضغوط الحياتية أحد أهم الأسباب التي تؤثر على صحة الرجل النفسية، خصوصاً منذ نشوب الحرب والصراع الدائر منذ سبع سنوات، والذي بسببه زادت بشكل كبير الضغوطات الحياتية على الرجال وأثقلت كاهلهم، نتيجة تدهور الوضع الاقتصادي والمعيشي وانقطاع المرتبات وشحة فرص العمل، الأمر الذي جعل معظم الرجال عاجزين عن إعالة أسرهم وتوفير قوتهم اليومي..

إن عجز معظم الرجال عن إعالة أسرهم ومواجهة ضغوط الحياة، مثل لهم معاناة كبيرة وضغوط نفسية شديدة، ولحرصهم على عدم اظهار عجزهم وضعفهم، يعمدون إلى إخفاء معاناتهم بداخلهم ويكابدونها بصمت بمفردهم، لتلقي بظلالها على صحتهم النفسية..



The man is the main individual in the family, and his suffering from a psychological disorder is not confined to him alone, but its impact extends to include the entire family. A man's mental illness turns into a factor that may threaten the stability and permanence of family life in the future, unlike a woman whose effect of psychological disorder is limited to her alone and often does not affect the rest of the family in a significant way.

Most men do not accept the feeling of weakness or that they need help. They also find it difficult to seek help when they suffer from depression resulting from daily stressors, because they may feel weak or unmanly. So, they prefer to endure and hide their suffering, which exacerbates their suffering and turns them into dangerous people to their families.

THE MAN'S MENTAL INSTABILITY... A THREAT TO THE FAMILY

Family Counseling Report

Zikra (pseudonym), a 24-year-old woman, went through a marriage experience that ended in divorce after only two months, during which she experienced various forms of torment at the hands of her husband, who discovered that he was a "psychopath", and he and his family hid the matter from her when they proposed to her. Zikra says, "his family did not tell us that he had a psychological problem. When my family asked about him, as usual, they did not hear anything suspicious about him. On the contrary, everyone stressed out that he is a good person."

She adds that his psychological problem began to become clear from the first days of marriage, "I noticed that he said something and then denied that he had said it; he quickly gets angry, without reason. Sometimes he gets into a state of agitation and he does not hesitate to destroy everything in front of him, then the situation developed and he started beating me".

One day, Zikra's husband fell into a

hysterical fit of anger and severely beat her, which caused her severe injuries. She was subsequently taken to the hospital, an incident that she said made her resolve her case and ask for a divorce, indicating that he complied with her desire fearing of the consequences of his crime. Her mother and father accompanied her the next day to court and granted her a divorce.

LONG SUFFERING

Samar (a pseudonym), who is 36 years old, has lived twice as hard as (Zikra) over 15 years of marriage. She had five children, who shared with her various forms of torment and humiliation under the hands of their psychopath father.

Samar narrates her suffering from her husband, "he used to beat me and insult me constantly and in front of people.

He used to lock me up in the house, and take the key with him, to make sure that I would not talk to his family or speak to any of my family. I was trying to please him by all means, and I never debated him in any matter because I feared bad consequences."

Samar continues, saying, "I was silent and tolerated everything he did to me, but this came to an end when it extended to my children. Then, I made up my mind and decided to go away from him. Now, I take responsibility for my children as a father and mother. I work and provide for them. I have now regained my dignity and respect for myself and in front of others, after a long time I meant nothing to my husband."



إذ يتحول المرض النفسي الذي يعاني منه الرجل، إلى عامل قد يهدد مستقبلاً استقرار وديمومة الحياة الأسرية، كما أن اضطراب الرجل قد يتسبب في اضطراب نفسي لعدد من أفراد الأسرة من حوله، أم، أب، أخوان، زوجة، وأطفال من شدة معاناتهم إذا ما طالت فترة المرض النفسي للرجل دون علاج. وبطبيعة الحال في مجتمعنا اليمني خاصة فإن معظم الرجال لا يرضون بقبول أنهم يشعرون بالضعف أو أنهم يحتاجون المساعدة، ويجدون صعوبة في طلب المساعدة عندما يصابون باكتئاب ناتج عن الضغوط اليومية، لأنهم قد يشعرون بالضعف أو عدم الرجولة، فيفضلون التحمل وكتتمان معاناتهم، الأمر الذي يفاقم معاناتهم ويتحولون إلى أشخاص خطرين على أسرهم..

اضطراب الرجل نفسياً.. خطر يهدد الأسرة

الرجل هو الفرد الأساسي في الأسرة، ومعاناته من اضطراب نفسي، لا تقتصر عليه وحده، بل يمتد أثرها لتشمل الأسرة بأكملها..

الإرشاد الأسري.. تقرير

وتتابع سمر قائلة "كنت أصمت وأحتمل كل ما يفعله بي، ولكن الكيل طفق عندما تجاوز الأمر إلى أبنائي، حيث حزمت أمري وقررت الانفصال عنه، وأنا الآن أتحمّل مسؤولية أولادي كأب وأم، وأعمل وأنفق عليهم، وقد استعدت الآن كرامتي واحترامي لنفسي أمام الآخرين، بعدما كنت عند زوجي مجرد لا شيء".



المستشفى، وهي الحادثة التي قالت إنها جعلتها تحسم أمرها وتطلب الطلاق، مبيّنة أنه انصاع لرغبتها خشية تبعات جريمته، ورافقها مع والده في اليوم التالي إلى المحكمة ومنحها الطلاق..

معاناة طويلة

أما سمر (اسم مستعار) البالغة من العمر 36 عاماً، فقد عايشة أضعاف معاناة (ذكرى) على مدى 15 سنة من زواج رزقت خلاله بخمسة من الأبناء، والذين تقاسموا معها ألواناً من العذاب والمهانة على يد أبيهم المختل نفسياً.

تروي سمر عن معاناتها من زوجها "كان يضربني ويهينني باستمرار، وحتى أمام الناس، ويغلق باب المنزل عليّ، ويأخذ المفتاح معه، ليضمن أنني لن أتحدث مع أهله أو أكلّم أحداً من أهلي، وكنت أحاول إرضاءه بأية وسيلة، ولا أراجع في أي أمر لخشيتي من سوء العاقبة".

ذكرى (اسم مستعار)، سيدة تبلغ من العمر 24 عاماً، مرت بتجربة زواج انتهت بالطلاق بعد شهرين فقط، ذاقت خلالها صنوفاً من العذاب على يد زوجها الذي اكتشفت أنه كان "مريضاً نفسياً"، وأخفى هو وأهله الأمر عنها حين تقدموا لخطبتها.

تقول ذكرى "أهله لم يخبرونا أن لديه مشكلة نفسية، وحينما سأل أهلي عنه وعن سمعته وسلوكه قبل الزواج، لم يسمعوا عنه شيئاً مريباً، بل على العكس، شهد له الجميع بأنه إنسان جيد".

وتضيف أن حقيقة مشكلته النفسية راحت تنجلي منذ الأيام الأولى للزواج "بدأت لاحظ أنه يقول شيئاً ثم ينكر أنه قاله، كما أنه كان سريع الغضب، وبلا سبب، وأحياناً يدخل في حالة هياج لا يتورع معها عن تحطيم كل شيء أمامه، ثم تطور الأمر وبات يضربني".

وذات يوم، وقع المحذور حين اعترت زوج ذكرى نوبة غضب هستيرية انهال معها بالضرب المبرح عليها، ما تسبب لها بإصابات بالغة نقلت على إثرها إلى



WOMEN... MOST AFFECTED

The psychotherapist at the Yemeni Center for Family Counseling, Souad Al-Rukhmi, explains that mental illness is an expression of "suffering, anxiety, tension and a high response of a person to life stressors more than ordinary people, but his life seems normal to people who are not in direct contact with him as he goes to his work and does the daily life duties but with suffering".

She said that psychological illness is unlike mental illness, with which "familial and marital life is impossible in a normal way, even if medicines are taken."

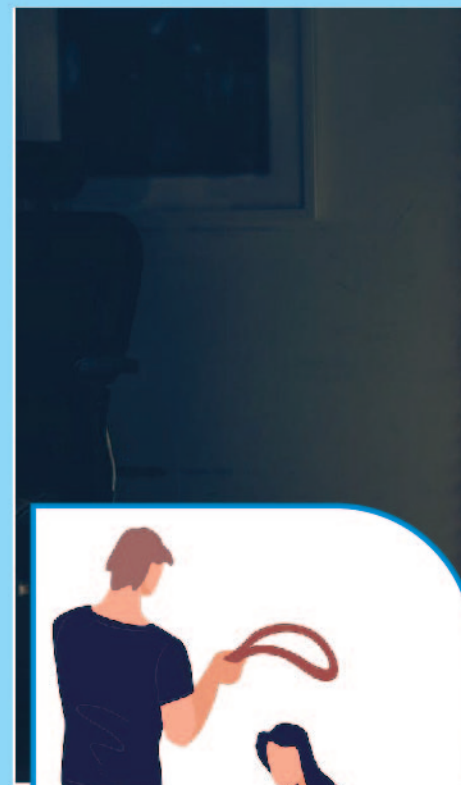
Al-Rukhmi considered that "the woman is not necessarily the weakest link if the husband is mentally ill, but she is the most affected," noting that "the cases that reach out to the center are usually the ones that they no longer able to bear suffering. The fact that she resorted to counseling, it means that she has reached a stage with which she can no longer bear any more."

She attributed the patients' reluctance to consult specialists to "the lack of awareness of psychological diseases, as the patient believes that what he suffers is just a behavior and perhaps considered bad manners and character. He does not think that it is a disease that needs therapy." She stressed out that the impact of the husband's mental illness is not limited to the wife, but it extends to the children.

She said, "in addition to the possibility of genetic roots, which are very likely in the cases of mental and psychological illness, there is the long suffering of children and the feeling of insecurity as a result of experiencing constant screaming, delusions and hallucinations that may plague the sick father. These acts sometimes push the father to use violence against the mother in front of their children, or against them as well."

"Moreover, she considered that "this consequently creates, in children, psychological suffering that translates into academic delay, bedwetting, lack of self-confidence, and weakness in life and social activities due to family isolation, as well as other forms of emotional disorders with which children need to be monitored by Psychologist".

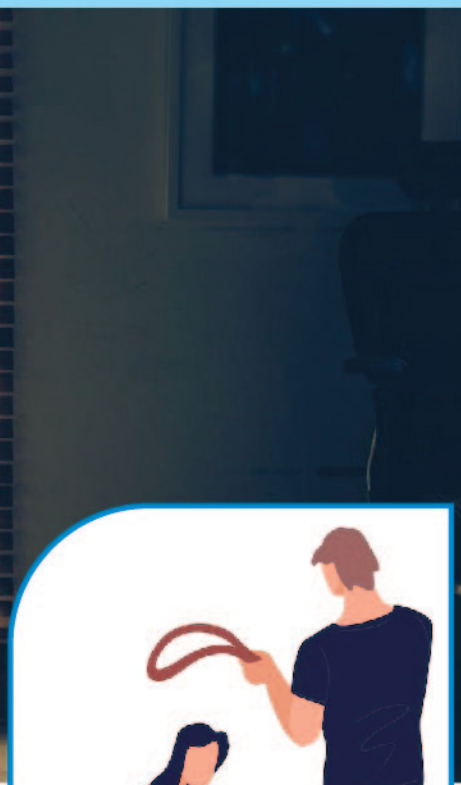
Al-Rukhmi criticized the use of some wives by charlatans, assuming that the husband's suffering is caused by hidden-souls. She rather advised them to "go to psychological counseling, and not to take opinions that depend on jinn and issues that link symptoms to metaphysical powers, magic and sorcery, and they miss the opportunity to follow treatment at the beginning of the symptoms."



GREATER DANGER

In some cases, the danger of a man's psychological disorder is not limited to the beating of his family members only, but it may go beyond that; some attempt to kill their family members, others, unfortunately, did kill. This has already happened in separate incidents that occurred recently in a number of Yemeni governorates. The latest of which is that a mentally disturbed patient in the Al-Hasaba area in the capital, Sana'a, killed his mother and brother and stabbed his sister.

In Al-Dhalea governorate, a father, suffering from a mental illness, killed his daughter. In Ibb governorate, a mentally ill teenager killed his mother.



خطر أكبر

وفي حالات متطورة لا يقتصر خطر اضطراب الرجل نفسياً على الاعتداء بالضرب على أفراد أسرته وحسب، بل قد يتعدى ذلك ليصل في بعض الأحيان إلى محاولة قتلهم بل وقتلهم في أسوأ الأحوال.. وهو ما حدث بالفعل في حوادث متفرقة حدثت مؤخراً في عدد من المحافظات اليمنية، آخرها قيام أحد المرضى النفسيين بمنطقة الحصة بالعاصمة صنعاء بقتل والدته وشقيقه وطعن شقيقته..

وفي محافظة الضالع، قام أحد الآباء بقتل طفله، والذي تبين بعدها أنه يعاني من مرض نفسي..

أما في محافظة إب، فقد أقدم أحد المراهقين على قتل والدته، والذي تبين فيما بعد أنه أيضاً كان يعاني من مرض نفسي..



المرأة الأكثر تضرراً

وقالت "عدا عن احتمال الوراثة، وهو أمر وارد بشكل كبير في حالتي المرض العقلي والنفسي، هناك المعاناة الطويلة للأطفال والشعور بانعدام الأمن نتيجة معاشتهم للصراخ المستمر والأوهام والهوسات التي قد تعترى الأب المريض، وتدفعه أحياناً إلى ممارسة العنف بحق الأم أمامهم، أو بحقهم هم أيضاً".

وقالت إن المرض النفسي يكون بخلاف العقلي الذي "تستحيل معه الحياة الأسرية والزوجية بشكل اعتيادي، حتى مع تناوله للدواء". واعتبرت الرخمي أنه "ليس بالضرورة أن تكون المرأة هي الحلقة الأضعف في حال كان الزوج مريضاً نفسياً، لكنها الأكثر تضرراً"، مبيّنة أن "الحالات التي تصل إلى المركز، عادة هي التي تفوق قدرة المرأة على الاحتمال، وكونها لجأت الاستشارة، فهذا يعني أنها بلغت مرحلة لم تعد تحتل معها المزيد".

وعزت إحجام المرضى عن مراجعة الأخصائيين إلى "قلة الوعي بالأمراض النفسية، حيث يعتقد المصاب أن ما يعاني منه هو مجرد سلوك وربما سوء خلق وطباع، ولا يخطر بباله أنه مريض يحتاج إلى المتابعة"، مشددة على أن تأثير مرض الزوج النفسي لا يقتصر على الزوجة بل يتعدى إلى الأبناء.

ورأت أن "هذا بالتالي يخلق لدى الأطفال معاناة نفسية تترجم على شكل تأخر دراسي، أو تبول لا إرادي، وعدم ثقة بالنفس، وضعف في الحياة والأنشطة الاجتماعية بسبب انعزال الأسرة، فضلاً عن أشكال أخرى من الاضطرابات الانفعالية التي يصحب الأطفال معها بحاجة إلى متابعة من قبل الأخصائي النفسي".

وانتقدت الرخمي استعانة بعض الزوجات بالمشعوذين ظناً أن ما يعانيه الزوج سببه أمور غيبية، ووجهت نصيحة إليهن "بالتوجه إلى الاستشارة النفسية، وعدم الأخذ بالأراء التي تعتمد على الشعوذة والجن والقضايا التي تربط الأعراض بالقوى الغيبية والسحر والشعوذة، وتضع عليهن فرصة متابعة العلاج في بداية ظهور الحالة لدى الزوج قبل تفاقمها".



CROSSROADS MARITAL PROBLEMS...

Happiness was overflowing with Manal (a pseudonym) when she was associated with the one she loved. Her happiness did not last long and quickly faded, as the difference in their ideas and interests and their incompatibility caused a lot of disagreements and quarrels between them.

As soon as they had children and life stressors increased on them, their differences worsened even more, and the family became on the verge of disintegration and the loss of their children between them.

But what might these marital disputes lead to? How do they affect children and the family as a whole? And how can we appropriately deal with those differences?



THE IMPORTANCE OF COUPLE THERAPY

Couple therapy is necessary to avoid the impact of marital and family problems, whether at work, school or social relationships, and individuals on a personal level.

Couple therapy can treat personal psychological problems and disorders, reduce their complications on family members at the personal and family levels, reduce marital disputes and help spouses to understand and rapprochement. Additionally, couple therapy helps people avoid the risk of physical diseases associated with mental disorders in the event of aggravation. It also helps avoid the impact of complications on the pattern of the lives of individuals and their protection from addiction, in addition to strengthening the blending and cooperation among all family members.

The family constitutes the nucleus of society, and in light of the many challenges it faces and the daily pressures, psychological problems are increasing and therefore they can negatively affect the relationship of the two partners with each other, and their relationship with their children as well.

Some couples in our society face many disagreements that occur between them, as a result of their different ideas and incompatibility in addition to life stressors. These differences make the spouses in front of three options: the first is that both spouses undergo marital therapy sessions, during which they find common points between their ideas that make them in constant harmony and live their lives happily and in agreement, and this is the best option.

If husband refuses to undergo marital therapy sessions and decides to abandon her, then the wife has two options: either she undergoes marital counseling sessions in order to help her overcome the shock of her husband's abandonment and forgetfulness and adapt to living normally and loving herself as she should, or she collapses, surrenders and becomes a hostage her sorrows.

CONSEQUENCES OF MARITAL PROBLEMS ON FAMILY

Marital problems are not limited to that, as Abdullah Al-Baadani, a psychotherapist at FCDF, points out that there are many problems facing spouses during their marriage, which increase with the birth of children and the increase in life and daily stressors. He said that there are reasons that arise and under which differences and problems grow when family finds fertile soil for that. Weak culture of marital relations can further escalate these problems.

He explained in a statement to (Family Counseling) that these psychological problems and disorders can greatly affect the relationship of the spouses with each other. They negatively affect their relationship with their children. If these problems are neglected, then spouses may reach the point of separation, which threatens the family with disintegration and loss of communication between its members.

Moreover, he pointed out that children are psychologically affected by marital problems, which may cause bedwetting, stubbornness, low self-esteem, and low social skills. They are also cause low confidence in themselves and others, in addition to the negative effects that may affect the child's life in the future.

كانت السعادة تغمر منال (اسم مستعار)، عندما ارتبطت بمن تحب، لكن سعادتها تلك لم تدم طويلاً وسرعان ما تلاشت، إذ إن اختلاف أفكارهما واهتماماتهما وعدم توافقهما، تسبب بحدوث الكثير من الخلافات والمشاحنات بينهما..

وبمجرد أن أنجبا أطفالاً وتزايدت الضغوط الحياتية عليهما، حتى تفاقمتا خلافاتهما أكثر، وأصبحت الأسرة على شفا التفكك وضياع أولادهما بينهما..

لكن ما الذي قد تؤول إليه تلك الخلافات الزوجية؟ وما مدى تأثيرها على الأطفال والأسرة ككل؟ وكيف يمكن التعامل المناسب مع تلك الخلافات؟

تضع الأسرة أمام مفترق طرق المشكلات الزوجية..

الإرشاد الأسري.. تقرير



تبعات المشكلات الزوجية على الأسرة لا تقتصر المشكلات الزوجية على ذلك وحسب، إذ يشير عبدالله البعداني المعالج النفسي بمؤسسة التنمية والإرشاد الأسري، إلى أن هناك مشكلات كثيرة تواجه الزوجين خلال زواجهما، والتي تزداد مع ولادة الأطفال وتزايد الضغوط الحياتية واليومية، وقال إن هناك أسباباً تنشأ وتنمو في ظلها الخلافات والمشكلات العائلية حين تجد تربة خصبة لذلك، ولا أكثر تهية لهذه التربة المريضة من ضعف ثقافة العلاقات الزوجية..

ويعد العلاج الزوجي ضرورياً لتفادي تأثير المشكلات الزوجية والعائلية على حياة الأشخاص سواء في العمل أو المدرسة أو العلاقات الاجتماعية، ولا سيما التأثير الأبرز الذي يطل الأفراد على صعيد شخصي. ويمكن للعلاج الزوجي معالجة المشكلات والاضطرابات النفسية الشخصية، والتخفيف من مضاعفاتها على أفراد العائلة على الصعيدين الشخصي والأسري، وكذا الحد من الخلافات الزوجية ومساعدة الزوجين على التفاهم والتقارب، بالإضافة إلى تفادي خطر الإصابة بالأمراض الجسدية المرتبطة بالاضطرابات النفسية في حال تفاقمها، وتجنب تأثير المضاعفات على نمط حياة الأفراد وحمايتهم من الإدمان، إلى جانب تعزيز الترابط والتعاون بين أفراد العائلة جميعاً.

تشكل العائلة نواة المجتمع، وفي ظل التحديات الكثيرة التي تواجهها والضغوط اليومية، تزداد المشكلات النفسية التي يمكن أن تنعكس سلباً على علاقة الشريكين ببعضهما، وعلاقتهما بأطفالهما أيضاً.

حيث يواجه بعض الأزواج في مجتمعنا العديد من الخلافات التي تحدث بينهم، نتيجة اختلاف أفكارهم وعدم توافقهم بالإضافة إلى الضغوط الحياتية، وما أكثرها..

تلك الخلافات تجعل الزوجان أمام خيارات ثلاثة: أولهما خضوع كلا الزوجين لجلسات العلاج الزوجي، ليتم خلالها إيجاد نقاط مشتركة بين أفكارهما وتجعلهما في توافق مستمر ويعيشا حياتهما بسعادة وتوافق، وهو الخيار الأفضل..

لكن في حال رفض الزوج الخضوع لجلسات العلاج الزوجي وقرر التخلي عنها، حينها تكون الزوجة أمام خيارين: إما أن تخضع لجلسات الإرشاد الزوجي ليتم مساعدتها على تجاوز صدمة تخلي زوجها عنها ونسيانها والتأقلم على العيش بشكل طبيعي وأن تحب نفسها كما يجب، أو أنها تنهار وتستسلم وتصبح رهينة أحزانها..

DIRE DILEMMAS

Mr. Al-Baadani affirms that spouses can reach - after undergoing marital therapy - compatibility and marital happiness. During which, the two partners feel contentment, affection, mercy, harmony, emotional affiliation, satisfaction, happiness and agreement in their married life. The ability to successfully deal with life problems is also assured through couple therapy. Family is the essential nucleus of society, and therefore the growth and progress of the society depends on family interdependence, cohesion, and its ability to prepare a unique generation for social life. Moreover, the high level of marital compatibility increases the ability of both spouses to withstand life stressors and overcome the crises they face. This makes them able to use their energies and abilities to play more effective roles, and to accomplish the tasks entrusted to them as efficiently as possible.

COUPLE COMPATIBILITY AND CHILDREN

Compatible emotional relationship between spouses forms a positive and effective impact on the behavioral status of their children's health, psychological or social life. It also reduces the possibility of their

misconduct. This is clearly evident in homes and families that adopt love as a principle that governs the relationship between fathers and mothers, which helps in the well-raising of children who enjoy security in their present and future. On the other hand, according to some studies, children of incompatible parents suffer more from academic, family and health problems. Moreover, they are also miserable and unhappy because unhappy parents cannot make their children happy.

Therefore, compatibility between spouses is of particular importance in the upbringing of children. Parents' agreement, cooperation, and preservation of the family entity are among the most important factors that affect the type of treatment that children receive from their mothers and fathers. This family balance often entails giving the child the confidence in himself and in the world he deals with.

مآلات وخيمة

انحرافهم، وهذا يتضح ملياً وجلياً في البيوت والأسر التي تعتمد الحب مبدأ يحكم العلاقة بين الأب والأم، مما يساعد على نشأة أبناء يتمتعون بالأمان على حاضرتهم ومستقبلهم.

بالمقابل يكون أبناء الأزواج غير المتوافقين زواجياً - بحسب بعض الدراسات - أكثر معاناة من المشكلات الدراسية والأسرية والصحية، ويكونون أيضاً أشقياء وتعساء، كونه لا يمكن لوالدين تعيسين أن يسعدوا أبنائهم.

لذا فإن التوافق بين الزوجين له أهمية خاصة في تنشئة الأطفال، كون اتفاق الوالدين وتعاونهما وحفاظهما على كيان الأسرة من أهم العوامل التي تؤثر على نوع المعاملة التي يتلقاها الأبناء من أمهاتهم وأبائهم، كما أنها تخلق جواً هادئاً مستقراً ينشأ فيه الطفل نشأة مترتبة، وهذا الاتزان العائلي يترتب عليه غالباً إعطاء الطفل الثقة في نفسه وفي العالم الذي يتعامل معه فيما بعد.

ليس ذلك وحسب، فكما يؤكد البعداني أن الزوجين يمكن أن يصلوا - بعد خضوعهما للعلاج الزوجي - إلى التوافق والسعادة الزوجية، والتي يشعر خلالها الشريكين في تفاعلهما معاً بالسكن والمودة والرحمة والانسجام والانتماء العاطفي والرضا والسعادة والاتفاق في حياتهم الزوجية، والقدرة على التعامل الناجح مع مشكلات الحياة الزوجية، حيث أن الأسرة هي النواة الأولى للمجتمع، ويتوقف نمو هذا الأخير وتقدمه على ترابطها وتماسكها، وقدرتها على إعداد جيل فريد للحياة الاجتماعية..

كما أن ارتفاع مستوى التوافق الزوجي يزيد من قدرة كلا الزوجين على تحمل الضغوط الحياتية، واجتياز الأزمات التي يواجهونها، ويجعلهما أكثر قدرة على توظيف طاقتهما وقدراتهما للقيام بأدوار أكثر فاعلية، وإنجاز المهام المنوطة بهما بأكبر قدر من الكفاءة.

انعكاس التوافق الزوجي على الأطفال
ويشكل وجود علاقة عاطفية توافقية بين الزوجين، تأثيراً إيجابياً وفعالاً على الحالة السلوكية لأبنائهما سواء صحياً أو نفسياً أو اجتماعياً، ويقلل من إمكانية

Dr. BilqisJubari during her participation in the conference:

- (5) out of (23) Yemeni governorates have basic mental health services.
- In the past six years, FCDF has served more than (246) thousand beneficiaries.
- Mental health should be a priority for donors.
- I call on countries and international organizations to invest in mental health.

ADVOCATING FOR MENTAL HEALTH NEEDS IN YEMEN...

“GOING BEYOND HUMANITARIAN ASSISTANCE”
CONFERENCE DOTS THE I'S AND CROSSES THE T'S

Family Counseling Report

When it comes to mental health in Yemen, there is no doubt that Dr. Bilqis Muhammad Jubari - the pioneer of mental health in Yemen and the founder and chairwoman of the Family Counseling and Development Foundation - will be at the top of the list of invited participants, as she is the best representative of this field in international forums. At the global conference organized by CordaidInternational in the Kingdom of the Netherlands in December 2021. Dr. BilqisJubari participated in response to an official invitation as one of the most prominent participants.

The conference was held in the Dutch city of The Hague with the participation of many specialists, researchers and interested persons from all over the world, including Mr. Peter Derek Hof, Ambassador of the Netherlands in Yemen, Dr. Ashraf Badr, Country Director of Marie Stopes Organization in Yemen, Ms. Laila Al-Zwaini, an independent researcher and a former diplomat at the United Nations, and Mrs. Thana Farouk, a Yemeni photographer in the Netherlands. The conference aimed to draw the world's attention to the importance and necessity of advocating mental health needs in Yemen as a result of the conflict that has been going on in it for more than seven years.

At the conference, Dr. BilqisJubari gave a speech in which she reviewed, in numbers, the mental health situation in Yemen. She said that Yemen has never witnessed disasters like the one it is witnessing now. Such disasters are accompanied by trauma of war, hunger, poverty, unemployment and disease.

She added that Yemen is a country with a population of more than 30 million, and 24 million of them need at least one form of humanitarian assistance, indicating that 82% of the population is now living below the poverty line. The unemployment rate among young people has reached 65%. In addition, there are 4 million internally displaced persons who are victims of the war, 70% of whom are women, and about 2.5 million children have been deprived of education.

She explained that all Yemenis are now going through a difficult time, especially women and children, noting that there is not a single family in Yemen that has not been mourned by war, and at least one family member was either killed, arrested, or died of disease or starvation.

CONFLICT ESCALATES VIOLENCE
Dr. Jubari also briefed on gender-based violence in Yemen, saying that due to cultural boundaries, social norms, legislation and the judicial system, gender-based violence has always been a complex conflict in the Yemeni home. This has furthered this problem since the escalation of the conflict in 2015, and unfortunately it has reached its highest level during the COVID-19 pandemic.

She cited “the women we serve are victims of early or forced marriage, domestic violence, and deprivation of education, work, and inheritance. Most of their suffering comes from a male relative who sometimes suffers from psychological problems himself, or he is unable to get help, or his pride does not allow him to ask for help”.

Dr. Jubari added that in Yemeni culture, no one questions male control, or how it is enforced. Masculine control can take several forms such as scolding or beating. Needless to say, when a male suffers from a mental illness that pushes him to extreme acts to control women, it is still considered “normal”.

She stressed out that “if you treat a mentally ill father, you also relieve the suffering of his wife and daughters. Therefore, we need to take care of both men and women equally. 35% of the beneficiaries of the foundation are men and this number should be higher”.

Dr. Bilqis questioned: “what do we expect? How will all these affect the mental health of people?”

She added, “according to a research conducted by FCDF in 2017, there was one person out of (5) people who is in need for psychological help. Now after (7) years of war and psychological trauma, I leave the calculation to you!”

MENTAL HEALTH IS NOT AMONG DONORS PRIORITIES!

The head of FCDF also indicated in the context of her speech that international donors still focus a lot on humanitarian assistance, such as (food and shelter). She said that despite the importance of this assistance, mental health should be among their focus and priorities as well.

She stressed out that there is a shortage of mental health services in Yemen, as only (5) out of (23) Yemeni governorates have basic mental health services. Moreover, there are only (46) psychiatrists which means that one psychiatrist is for every (600) thousand people in the entire country. This means that psychiatric patients have to travel hundreds of kilometers in order to get treatment.

- الدكتورة بلقيس جباري خلال مشاركتها في المؤتمر:
- (5) فقط من أصل (23) محافظة يمنية لديها خدمات أساسية للصحة النفسية.
 - خدمات المؤسسة في السنوات الست الماضية أكثر من (246) ألف مستفيد.
 - ينبغي أن تكون الصحة النفسية ضمن أولويات المانحين
 - أدعو البلدان والمنظمات الدولية إلى الاستثمار في الصحة العقلية.

بهدف مناصرة احتياجات الصحة النفسية في اليمن

مؤتمر الذهاب إلى أبعد من المساعدات الإنسانية...
يضع النقاط على الحروف

الإرشاد الأسري.. ريبورتاج

عندما يتعلق الأمر بالصحة النفسية في اليمن، فلا شك أن الدكتورة بلقيس محمد جباري - رائدة الصحة النفسية في اليمن ومؤسس ورئيس مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري - تكون على رأس قائمة المدعوين المشاركين، كونها خير ممثل لهذا المجال في المحافل الدولية.. ففي المؤتمر العالمي الذي نظّمته مؤسسة “كورد إيد” الدولية بالملكة الهولندية مطلع ديسمبر الماضي، شاركت الدكتورة بلقيس جباري بدعوة رسمية كأحد أبرز المشاركين فيه..

مؤكد أنه “إذا عالجت أبا مريضاً عقلياً، فإنك تخفف أيضاً من معاناة زوجته وبناته.. لذلك نحن بحاجة إلى رعاية الرجال والنساء على حد سواء على قدم المساواة.. إذ إن 35% من المستفيدين من المؤسسة هم من الرجال ويجب أن يكون أعلى”.

الصراع ضاعف العنف
كما تطرقت الدكتورة جباري في سياق كلمتها إلى العنف القائم على النوع الاجتماعي في اليمن، حيث قالت إنه لطالما كان العنف القائم على نوع الاجتماعي صراعاً معقداً في البيت اليمني، بسبب الحدود الثقافية والمعايير الاجتماعية والتشريعات والنظام القضائي، والذي تضاعف هذا الصراع منذ تصاعد الصراع في العام 2015، ووصل إلى أعلى مستوى له على الإطلاق خلال جائحة COVID-19.

متسائلة بالقول: ماذا نتوقع؟ كيف ستؤثر كل هذه الآثار على الصحة النفسية للناس؟

وأردفت إلى أنه: وفقاً لبحث أجرته مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري في العام 2017، كان هناك شخصاً واحداً من أصل (5) أشخاص بحاجة إلى مساعدة نفسية.. ناهيك الآن بعد (7) سنوات من الحرب والخدمات النفسية، أترك الحساب لكم!

الصحة النفسية ليست ضمن أولويات المانحين!
رئيس مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري أشارت في سياق كلمتها أيضاً إلى أن المانحين الدوليين لا يركزون كثيراً على المساعدات الإنسانية، مثل (الغذاء والمأوى).. وقالت إنه على الرغم من أهمية هذه المساعدات، إلا أنه ينبغي أن تكون الصحة النفسية ضمن تركيزهم وأولوياتهم أيضاً.. وأكدت أن هناك نقصاً في خدمات الصحة النفسية باليمن، إذ أن (5) من أصل (23) محافظة يمنية لديها خدمات أساسية للصحة النفسية، كما أنه لا يوجد سوى (46) طبيباً نفسياً فقط لكل (600) ألف شخص في البلاد بأكملها.. وهو ما يتعين على المرضى النفسيين قطع مئات الكيلومترات من أجل الحصول على العلاج.

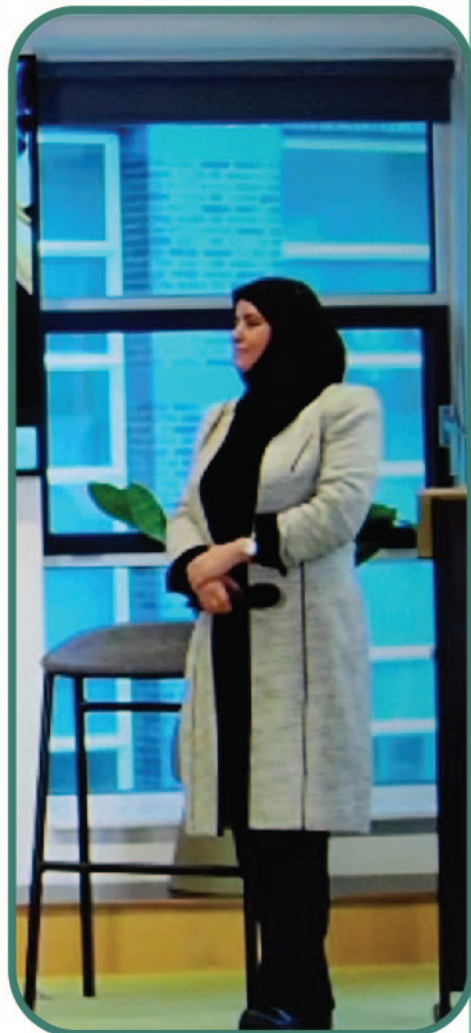
وأوضحت أن جميع اليمنيين يمرون الآن بوقت عصيب، خصوصاً النساء والأطفال.. مشيرة إلى أنه لا توجد أسرة واحدة في اليمن لم تتدبها الحرب، وقد قتل أحد أفراد الأسرة أو ألقي القبض عليه أو مات بسبب المرض أو الجوع.

مستشهدة بالقول: “النساء اللواتي نخدمهن هن ضحايا الزواج المبكر أو القسري، والعنف المنزلي، والمحرمات من التعليم والعمل والميراث، معظم معاناتهن تأتي من ذكر قريب لها يعاني بذاته في بعض الأحيان من مشكلات نفسية، أو أنه غير قادر على الحصول على المساعدة، أو أن فخره لا يسمح له بطلب المساعدة”.

واستطردت الدكتورة جباري أنه في الثقافة اليمنية لا أحد يشك في سيطرة الذكور، أو كيفية إنفاذها، أن يكون توبيخاً أو ضرباً، ناهيك عن ذلك عندما يكون الذكر يعاني من مرض عقلي يدفعه إلى أقصى الحدود، فإنه لا يزال يعتبر “طبيعياً”.

المؤتمر الذي أقيم في مدينة لاهاي الهولندية بمشاركة العديد من المختصين والباحثين والمهتمين من جميع أنحاء العالم من بينهم السيد بيتر ديريك هوف سفير هولندا في اليمن، والدكتور أشرف بدر المدير القطري لمنظمة ماري ستوبس في اليمن، والسيدة ليلي الزويني باحثة مستقلة ودبلوماسية سابقة في الأمم المتحدة، والسيدة ثناء فاروق المصورة اليمنية في هولندا، هدف إلى لفت انتباه العالم لأهمية وضرورة مناصرة احتياجات الصحة النفسية في اليمن نتيجة الصراع الدائر فيها منذ أكثر من سبع سنوات..

وفي المؤتمر ألقت الدكتورة بلقيس جباري كلمة لها استعرضت خلالها بالأرقام وضع الصحة النفسية في اليمن.. حيث قالت إن اليمن لم يسبق أن شهد كوارث قط كالتالي التي يشهدها الآن، والتي اشتركت فيها صدمة الحرب والجوع والفقر والبطالة والمرض. وأضافت أن اليمن بلد يتجاوز تعداد سكانها 30 مليون نسمة، ويحتاج فيه 24 مليون نسمة منهم إلى شكل واحد على الأقل من أشكال المساعدات الإنسانية.. مبيّنة أن 82% من السكان أصبحوا يعيشون تحت خط الفقر، بينما وصلت نسبة البطالة بين الشباب إلى 65%، إلى جانب أن هناك 4 ملايين من المشردين داخلياً هم من ضحايا الحرب، 70% منهم من النساء، كما حرم نحو 2.5 مليون طفل من التعليم.



- Improving access to comprehensive health services, especially for women and children, in all governorates of Yemen, by expanding the scope of services and interventions to empower women.

- Reducing stigma towards people with mental health problems, through community outreach activities on mental health and psychosocial support.

- Looking at mental health and psychosocial support as complementary and intersecting components in all humanitarian and health interventions.

- Not neglecting the psychological needs of men in mental health and psychosocial support programs.

MEETINGS ON THE SIDELINES OF THE CONFERENCE

During her visit to the Kingdom of the Netherlands which lasted for a week, Dr. Jubari held - on the sidelines of the conference - several meetings with the Dutch Ministry of Foreign Affairs and Cordaid management to discuss the strategy of providing psychological support in Yemen.

On the sidelines of the conference, a number of different Dutch and international media outlets conducted press interviews with Dr. Jubari, which highlighted many important points about mental health in Yemen.



Dr. Belqis added that Yemen also suffers from a high illiteracy rate, 65%, and it is even higher among women, 77%. Because of these high rates of illiteracy, people who suffer from mental health problems believe that they are haunted by evil spirits, and therefore they turn to mediators for treatment. As a result of this lack of awareness, psychiatric patients still live with their pain for years that may reach (10) years before they seek psychological help, which makes their mental condition ever worse. This calls for work to raise awareness among people of the importance of mental health.

UNREMITTING EFFORTS

Regarding the prominent role that the Family Counseling and Development Foundation plays in providing psychological services in Yemen, Dr. Jubari said that FCDF is the only non-governmental organization that provides comprehensive and integrated mental health services for free in the entire country. She added that with all these difficulties, the Foundation served, in the past six years, more than 246,000 beneficiaries. "Although this number may seem great, it is only less than 4% of the total need", she said.

OVERCOMING STIGMA

Stigma prevents people from getting psychological help. However, after 11 years of work, I am happy and proud to see the change in people's mindsets and attitude towards psychotherapy. We have learned that stigma can be overcome by raising awareness and providing quality mental health services that guarantee dignity, privacy and confidentiality. As a result of our efforts, the number of people who come to seek help is doubled. However, it is frustrating when FCDF cannot provide these services to all those who knock on our doors due to lack of funding.

THANKS AND GRATITUDE

At the conclusion of her speech, Dr. Jubari, on behalf of all Yemenis, thanked the Dutch government

for its generous and continuous support to Yemen, praising the role played by the Netherlands in alleviating the suffering of Yemenis. She said that the Dutch government has been the first to support mental health in Yemen since 2014, and it was the first country to support FCDF.

She also expressed her gratitude to the United Nations Population Fund and Cordaid organization for their support and response to Yemeni needs, calling on other countries and international organizations to invest in mental health.

She continued, "when you invest in mental health, you protect women from their abusers, and treating one person relieves their suffering and the suffering of those around. They become productive members of society and no longer a burden; responding to mental health needs is a real investment."

WORKSHOP

As part of the conference, a workshop was held for the conference participants, during which they discussed mental health and psychosocial support for Yemen. During the workshop, Dr. Jubari reviewed visual flashes that tell of the tragic mental health situation in Yemen and the suffering of Yemenis as a result of the conflict.

CONFERENCE RESULTS

At the conclusion of the conference, participants came up with several recommendations and proposals, most notably:

- Integrating mental health services as a priority within the service package and considering it as a life-saving intervention.

- Allocate sufficient resources for capacity building and training of psychiatrists and psychotherapists to bridge the gap.



الهولندية، على دعمها السخي والمستمر لليمن، مئمة الدور الذي تلعبه هولندا في التخفيف من معاناة اليمنيين..

وقالت إن الحكومة الهولندية كانت السبابة بدعم الصحة النفسية في اليمن وذلك منذ العام 2014، وكانت أول بلد يدعم المؤسسة..

كما أعربت عن امتنانها لصندوق الأمم المتحدة للسكان، ولمنظمة "كورد إيد" مؤخرًا، على دعمهم واستجابتهم للاحتياجات اليمنية..

داعية البلدان الأخرى والمنظمات الدولية إلى الاستثمار في الصحة النفسية..

واستطرت بالقول: "عندما تستثمر في الصحة النفسية فأنت تحمي النساء من المعتدين عليهن، ومعالجة شخص واحد يخفف من معاناتهم ومعاناة من حولهم، فهم يصبحون أفراداً منتجين في المجتمع وليس عبئاً؛ إنه استثمار حقيقي".

لافتة إلى أنه لكي يكون السلام خياراً لليمن، يجب على الشعب اليمني المصدم والنحوب أن يعرف السلام داخل نفسه، وكل واحد منهم أداة للسلام، ولكنه لن يتمكن أبداً من المساهمة إذا لم يتمكن من العثور عليه.

والصحة.

- عدم إهمال الاحتياجات النفسية للرجال في برامج الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي.

للقاءات على هامش المؤتمر

خلال زيارتها للمملكة الهولندية - والتي استمرت لأسبوع- عقدت الدكتورة بلقيس جباري - على هامش أعمال المؤتمر- اجتماعات عديدة مع وزارة الخارجية الهولندية، وقيادة منظمة (كود إيد) الدولية، لمناقشة استراتيجية تقديم الدعم النفسي في اليمن..

كما أجرت عدد من وسائل الإعلام المختلفة الهولندية والدولية على هامش المؤتمر، مقابلات صحفية مع الدكتورة بلقيس جباري، والتي سلطت الضوء في محور حديثها مع تلك الوسائل الإعلامية على العديد من النقاط الهامة حول الصحة النفسية في اليمن..

نتائج المؤتمر

وفي ختام كلمتها، توجهت الدكتورة بلقيس جباري باسمها ونيابة عن جميع اليمنيين، بالشكر الجزيل للحكومة

واسترسلت الدكتورة بلقيس أن: اليمن يعاني أيضاً من ارتفاع معدل الأمية بنسبة 65%، بل وأعلى بين النساء بنسبة 77%.. وبسبب هذه المعدلات العالية من الأمية، فإن الأشخاص الذين يعانون من مشكلات الصحة العقلية يعتقدون أنها بسبب أرواح شريرة، ويتجهون إلى وسطاء لعلاج البلاء لطردهم.. ونتيجة لهذا النقص في الوعي، لا يزال المرضى النفسيون يعيشون مع آلامهم لسنوات قد تصل لـ (10) سنوات قبل أن يلتمسوا المساعدة النفسية، مما يجعل حالاتهم أسوأ.. وهو ما يستدعي الحاجة إلى العمل لرفع الوعي بين الناس بأهمية الصحة النفسية..

جهود حثيثة

وعن الدور البارز الذي تلعبه مؤسسة التنمية والإرشاد الأسري في تقديم الخدمات النفسية في اليمن، قالت الدكتورة جباري إن FCDF هي المؤسسة غير الحكومية الوحيدة التي تقدم خدمات شاملة ومتكاملة في الصحة النفسية مجاناً في البلاد بأكملها.. وأضافت أنه مع كل هذه الصعوبات، خدمت المؤسسة في السنوات الست الماضية أكثر من 246 000 مستفيد، ورغم أن هذا العدد قد يبدو كبيراً، إلا أنه أقل من 4% فقط من إجمالي الحاجة.. حد قولها.

التغلب على وصمة العار

وقالت إن: وصمة العار تحرم الناس من الحصول على المساعدة النفسية.. ولكن بعد 11 عاماً من العمل، أنا سعيدة وفخورة لرؤية التغيير في عقليات الناس وموقفها تجاه العلاج النفسي.. وقد تعلمنا أنه يمكن التغلب على وصمة العار من خلال زيادة الوعي وتقديم خدمات جيدة للصحة النفسية تضمن الكرامة والخصوصية والسرية.. ونتيجة لجهودنا، تضاعف عدد الأشخاص الذين يأتون لطلب المساعدة.. ومع ذلك، فمن المحبط عندما لا تستطيع المؤسسة تقديم هذه الخدمات لجميع الذين يطرقون أبوابنا بسبب نقص التمويل.

شكر وعرفان

وفي ختام كلمتها، توجهت الدكتورة بلقيس جباري باسمها ونيابة عن جميع اليمنيين، بالشكر الجزيل للحكومة

وفي ختام كلمتها، توجهت الدكتورة بلقيس جباري باسمها ونيابة عن جميع اليمنيين، بالشكر الجزيل للحكومة