

التعافي

مع الأزمات

العدد ٣ / ٢٠١١



تحت المجهر: التعافي هل يساعد حقاً؟

المركز النفسي الاجتماعي

الاتحاد الدولي



لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر

www.ifrc.org

إنقاذ الأرواح وتغيير الآراء



النزوح بعد الكارثة



الدعم النفسي الاجتماعي حول العالم



نيوزلندا بعد كارثة الزلزال



تحت المجهر: التعافي



الحدود التركية - السعودية



ألف كلمة

هذا المنشور من إنتاج المركز المرجعي للدعم النفسي الاجتماعي في الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر.

هيئة التحرير: نانا ويدمان ولاسي نوغارد

التصميم: رضا صدقي، والتخطيط: لاسي نوغارد وأيو ديجيت

تنويه: الآراء المعبر عنها هي من المساهمين وليست بالضرورة آراء العاملين في المركز النفسي الاجتماعي للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر

والهلال الأحمر.

شكراً لوجودكم هنا



من البلدان، لكن، هل نفهم تماماً عواقب العيش في مكان غير آمن وعواقب الهجمات المسلحة والكوارث الطبيعية رغم أننا لم نتعرض لها من قبل؟

هناك العديد من الأمور التي ينبغي أن تثير دهشتنا ورعبنا بعد ما حدث في النرويج، لكن هناك أيضاً الكثير من الأمور التي ينبغي تعلمها والتأثر بها. ولا ينحصر الأمر في التعاون بين المحترفين والمتطوعين لمساعدة الناجين وأسرتهم وجميع المتضررين وفي قرار مواصلة تقديم الدعم مدة سنة على الأقل فحسب، وإنما هناك أيضاً الدور المهم الذي تستطيع وينبغي أن تلعبه جمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر.

وفي هذا العدد، يمكنكم قراءة المواضيع التي تظهر مدى صعوبة قياس تأثير عملنا من ناحية علمية. ورغم ذلك، نحن نحاول بصورة مستمرة إيجاد طرق جديدة وأفضل لتحقيق ذلك. وما يدفعنا إلى الاستمرار في الوقت ذاته هي جميع الشهادات والتقديرية التي نحصل عليها من المستفيدين، كهؤلاء الذين يضعون الأزهار أمام الصليب الأحمر النرويجي والذين يرسلون لنا ملاحظة تقول: « شكراً على وجودكم هنا ».

نانا ويدمان

بقلم نانا ويدمان

قبل بضعة أشهر، تعرضت النرويج لانفجار ومذبحة وحشية أودت بحياة مجموعة من الشباب العزل في مخيم صيفي. ربما قرأتم عن المذبحة في أوتويا.

تأثرت بالحدث كثيراً، ولم أفكر في الصدمة والرعب الذي عانى منهما هؤلاء الشباب فحسب، وإنما شاهدتها أيضاً، لأن الحادثة وقعت بالقرب من وطني وفكرت في أنه كان من الممكن أن يتعرض أصدقائي أو عائلتي أو أقاربي لها. انتظرت لسماع فيما إذا كان من بين القتلى أحد أعرفه.

وأدركت كم نحن آمنون في بلاد مثل الدانمارك التي نادراً ما نسمع فيها عن أحداث عنف أو جريمة وقتل. وفي ذلك اليوم، فقدت نوعاً محددًا جداً من البراءة عندما أدركت أن من الممكن أن نتعرض نحن أيضاً لمثل تلك الحادثة أيضاً.

قال فيلسوف دانماركي ذات مرة أن هناك توازن في كل شيء، أي الشيء هو السبب في وجود الشيء الآخر ولا يمكن تفريقهما أبداً. واستخدم وطني كمثال، فرغم أن الدانمارك لا تعاني من الزلازل أو عصابات مافيا أو الثعابين الجرسية، إلا أن الطقس فيها سيء مدة ١٠ أشهر في السنة.

كان من الممكن أن يضيف أننا لا نعاني من أي نزاعات أو انقلابات أو حروب أو مذابح أو انفجارات. في اسكندنافيا، نحن على وعي تام بالظروف غير الآمنة التي تعاني منها العديد

هل ترغبون في المشاركة؟

نرحب بأفكاركم ورسائلكم ومقالاتكم... قوموا بمراسلتنا على الموقع

psychosocial.centre@ifrc.org.

للمزيد من المعلومات عن المركز النفسي الاجتماعي ودورنا، الرجاء زيارة

الموقع الإلكتروني: www.ifrc.org/psychosocial.

[wealldit](http://wealldit.com)

شركة ويبيل ادت قامت شركة ويبيل ادت بمنحنا إذن استخدام برمجيتهم لترجمة المجلة بحرية.

تجدونا على تويتر ويوتيوب!

انضموا إلينا في مركز الدعم النفسي الاجتماعي على تويتر ويوتيوب، واحصلوا على مستجدات الأخبار والأحداث على المواقع الإلكترونية التالية:



[ifrc_ps_centre](https://twitter.com/ifrc_ps_centre)



[psychosocialcentre](https://www.youtube.com/psychosocialcentre)

[hp MagCloud](http://www.magcloud.com/user/IFRC)

هل ترغبون في نسخة عن المجلة؟ يمكنكم الحصول على عدد محدود من النسخ عن طريق الاتصال بالمركز النفسي الاجتماعي. أو يمكنكم

طلب نسخة مطبوعة عبر الانترنت أو قراءتها على القرص باستخدام التطبيق:

MagCloud app.

<http://www.magcloud.com/user/IFRC>

الدعم النفسي الاجتماعي حول العالم

ملاحظ تسلط الضوء على الدعم النفسي الاجتماعي حول العالم تقدمه الجمعيات الوطنية بناءً على النداءات والتقارير والأحداث الجارية. وتقوم العديد من الجمعيات الوطنية الأخرى بتقديم وتوسيع أنشطة الدعم النفسي الاجتماعي.

والموظفين. ومع وجود فرق الدعم النفسي الاجتماعي في حالات الطوارئ، فإن الخدمة الجديدة ستساعد الجمعية في الاستجابة إلى الحالات اليومية الحرجة. وتم وضع الإرشادات التوجيهية لهذه الخدمة الجديدة بوعي من تعريف الدعم النفسي الاجتماعي كمقاربة لضحايا الأحداث الحرجة من أجل تحسين مرونة الأفراد والمجتمعات بهدف تيسير استعادة الاستقرار والحد من العواقب المرضية المحتملة لحالات الإصابة. وفي الوقت ذاته، ستأكد الخدمة الجديدة من محافظتها على صحة ورفاهية المتطوعين والموظفين من خلال التدريب والدعم.

إسرائيل وفلسطين:

تم دعوة ستة من المسعفين والمشرفين من جمعية نجمة داود الحمراء في إسرائيل من أجل حضور الدورة الدولية لدعم الحياة في الإصابات والتي يتم تقديمها من قبل مدربين وأطباء من جمعية



الهلال الأحمر الفلسطيني. وبينما تتعاون كلا المنظمات بفاعلية في خدمات إسعافات الطوارئ، كانت هذه أول مرة يقدم فيها موظفو الهلال الأحمر الفلسطيني خدماتهم كمدربين لموظفي نجمة داود في إسرائيل. وعقدت الدورة الخاصة بالمعالجة المتقدمة للمرضى المصابين قبل وصولهم إلى المستشفى في مركز شيك جيراخ في القدس مدة ٤ أيام.

رغم كفاءتهم في جوانب عديدة خاصة بمعالجة الإصابات، استفاد المسعفون والمشرفون من تعلم المقاربات المختلفة في إسعاف المرضى والتي

التدخلات الوطنية للدعم النفسي الاجتماعي في حالات الطوارئ.



أوروبا:

سيستضيف الصليب الأحمر البريطاني المنتدى السنوي للشبكة الأوروبية الخاصة بالدعم النفسي الاجتماعي خلال شهر تشرين الأول - أكتوبر في يورك. وأطلق على منتدى هذا العام عنوان «المرونة في التطبيق العملي: استكشاف روابط الدعم النفسي الاجتماعي»، وسيتم مناقشة كل من مبادئ وممارسات المرونة. وقد دعا المنتدى ممثلين خارجيين بالإضافة إلى الجمعيات الوطنية في بلجيكا وجورجيا وبريطانيا من أجل مناقشة تجاربهم. وستضم الندوات المتناظرة النقاش حول دعم الأسر، استقبال النازحين والدعم النفسي الاجتماعي في الاستجابة للكوارث. كما سيقوم مركز الدعم النفسي الاجتماعي بإلقاء عدد من العروض.

الشبكة الأوروبية الخاصة بالدعم النفسي الاجتماعي موجودة منذ أكثر من ١٠ سنوات، وجميع الجمعيات الوطنية الأوروبية والبالغ عددها ٥٢ مدعوة للمشاركة.

إيطاليا:

يواصل الصليب الأحمر الإيطالي توسيع نشاطاته الخاصة بالدعم النفسي الاجتماعي من خلال خلق خدمة نفسية اجتماعية للمستفيدين والمتطوعين

بريطانيا:

تم الترحيب بدورة ماجستير فريدة من نوعها كأول دورة في العالم يتم المشاركة فيها من خلال الانترنت وتترأسها جامعة "أيست لندن". حيث تزود الدورة العاملين في مجال الإغاثة بالإدراك النفسي الاجتماعي للبيئات المخيفة التي يعملون فيها.

وتهدف دورة الماجستير الدولية في الاستشارة الإنسانية النفسية الاجتماعية إلى نشر الوعي بالعوامل النفسية الاجتماعية ضمن سياق العمل الإنساني من أجل السكان المتضررين ورفاهية العاملين الداعمين لهم.

ويدرس العديد من الملتحقين الدورة عن بعد، وفي الوقت ذاته يقدمون المساعدات الإنسانية في مناطق كهاتي وأفغانستان. وتقدم الدورة من قبل الدكتورة سارة دافيدسون، النائبة السابقة لرئيس الصليب الأحمر البريطاني والمستشار النفسي الاجتماعي للصليب الأحمر البريطاني حالياً. وتقول: «يجمع البرنامج خبراء دوليين يتمتعون بخبرات واسعة في مجال المساعدات الإنسانية الدولية والاستشارة وعلم النفس. ونحن نشجع الطلاب على المساهمة وتبادل تجاربهم الذي بدوره يساعد على التخفيف من بعض العزلة التي يعاني منها بعض العاملين في مواجهة تحديات البيئات التي يعملون بها. وقد تم الإعلان عن الدورة في مجلة "التعايش مع الأزمات"، العدد ١/ ٢٠١١.

كولومبيا:

اجتمع المسؤولون عن الدعم النفسي الاجتماعي من ١٨ جمعية وطنية، للجنة الدولية للصليب الأحمر والاتحاد الدولي في بوغوتا مدة ثلاثة أيام في أيلول - سبتمبر، بهدف تبادل المزيد من المعرفة وتعزيز الفرق المرجعية الإقليمية بعد أن قامت معظم الجمعيات الوطنية بإنشاء فرق



النرويج وأيسلندا:

سيقوم كلا البلدين باستضافة ورشات عمل وتدريب المشاركين على استخدام المحتوى النفسي الاجتماعي لوحدة الاستجابة الطارئة في الصحة. وتقوم كل من النرويج وكندا معاً بتنظيم ورشة عمل، بينما تتعاون كل من أيسلندا والسويد في ورشة العمل الثانية. وقد تم نشر جزء الدعم النفسي الاجتماعي لوحدة الاستجابة الطارئة أول مرة أثناء زلزال هايبتي. وقد تم تنفيذ تقييم للزمن الحقيقي ويستمر هذا المحتوى بالتطور. ستضمن ورشة العمل مشاركين من اللجنة الدولية للصليب الأحمر من أجل خلق روابط وثيقة بين مندوبي وحدات الاستجابة الطارئة والزملاء العاملين في إعادة الروابط العائلية أثناء الكوارث.

باكستان:

ألقي السيد كنوار واسم، أمين مقاطعة السند، خلال اجتماع التنسيق الشهري للوكالات العاملة في السند بعد كارثة الفيضانات الضوء على مدى فائدة ونجاح برنامج الدعم النفسي الاجتماعي في دادو. وقد شجع السيد واسم على إدماج الدعم النفسي الاجتماعي في كافة الاستجابات المستقبلية للطوارئ.

روسيا:

علقت سفينة "بلغاريا" المؤلفة من طابقين في عاصفة في تاتارستان يوم الأحد العاشر من تموز- يوليو ٢٠١١. وقد أكد المسؤولون إنقاذ ٧٨ شخص على الأقل. كما أكدت السلطات المحلية عدد الوفيات بحوالي ٦٣ شخص. إلا أن ما يزيد عن ٦٠ شخص ما زال مفقوداً، وأصيب العديد من الناجين بصدمة عميقة وهم بحاجة إلى الدعم النفسي الاجتماعي. وسيتم تدريب ٢٠ متطوع من أجل تقديم الدعم النفسي الاجتماعي لـ ٢٠٠ عائلة على الأقل.

نيوزيلندا:

انتقل الصليب الأحمر النيوزلندي من تقديم التوزيع الفوري للمساعدات والإعانات إلى التخطيط للانتعاش طويل المدى من أجل مساعدة المتضررين في إعادة بناء حياتهم ومجتمعاتهم بعد كارثة الزلازل الثلاثة التي ضربت كرايستشرش في كانتبريري. وتم تجهيز مجموعة عمل لعملية التعافي من أجل توجيه هذا الانتقال من خلال تطوير وتنفيذ إطار عمل التعافي لتلبية احتياجات هؤلاء المتضررين المتوسطة وطويلة الأمد، وبناء المرونة وتعزيز قدراتهم. ومن خلال استخدام الممارسات العالمية الأمثل والدروس المستفادة الرئيسية من الكوارث الأخرى ككارثة فيضانات كوينزلاند وزلزال وتسونامي اليابان، يهدف هذا الإطار إلى تحقيق ممارسات



الانتعاش الأمثل في كانتبريري وضمان استعداد النيوزيلنديين للكوارث المستقبلية بصورة أفضل. ومن الاحتياجات الرئيسية المحددة من خلال الإطار هو الدعم النفسي الاجتماعي. فمن خلال احترام الاستقلالية والكرامة وآليات تكيف الأفراد والمجتمعات، يساعد الدعم النفسي الاجتماعي على تعزيز إعادة التماسك الاجتماعي. ومن أجل دعم هذه العملية وخدمة المتضررين بصورة أفضل، يخطط الصليب الأحمر النيوزلندي لتدريب متطوعيهم وموظفيه على الإسعافات الأولية النفسية الاجتماعية الأساسية والتواصل المساعد. الأمر الذي يزيد من الخدمات المقدمة إلى الأشخاص المتضررين.

يتم ممارستها من قبل جمعية الهلال الأحمر الفلسطيني. وقد قدم الدكتور دجاني، المدير الطبي لهذه الدورة، إلى جانب فريقه المكون من المدرب القادمين من شرق القدس ورام الله ونابلس وقلقيلية محاضرة حول أنواع الإصابات العديدة وارتباطاتها الداخلية وتفاصيل التعامل مع المرضى المصابين قبل وصولهم إلى المستشفى. وتم تكريس اليومين الأخيرين من الدورة للتمارين العملية.

اليابان:

ما زالت مراكز الدعم النفسي الاجتماعي في مياجي ومقاطعة ايوات فاعلة حتى بعد مرور ٤ أشهر على وقوع الكارثة. فمئذ ٢٢ تموز- يوليو، تم إرسال ٥٤٢ موظف يعمل ضمن برنامج الدعم النفسي الاجتماعي إلى ايوات ومياجي ومقاطعة فوكوشيما المتضررة جراء الكارثة. حيث استفاد ٨٥٨، ١٢ شخص من فرق برنامج الدعم النفسي الخاص بالصليب الأحمر الياباني.

الشرق الأوسط وشمال إفريقيا (مينيا):

استمرت الجمعيات الوطنية في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا في تقديم الدعم النفسي الاجتماعي أثناء الاضطرابات التي شهدتها العديد من بلدان المنطقة. ولم يقدم الدعم لضحايا العنف وأسرههم فحسب، وإنما قدم أيضاً للموظفين والمتطوعين العاملين في أوضاع خطيرة للغاية. على سبيل المثال، تم استهداف سائقي سيارات الإسعاف والعاملين في الصحة المتطوعين في كل من ليبيا وسوريا. قام كل من الهلال الأحمر الليبي والهلال الأحمر العربي السوري بتوسيع برامج الدعم النفسي الاجتماعي الخاصة بها من خلال برامج جديدة تم تمويلها من قبل الصليب الأحمر الدانماركي. ويركز البرنامج في ليبيا بشكل رئيسي على مساعدة الناجين في المناطق التي تعرضت لأشد حالات القتال، بينما يتم توجيه البرنامج في سوريا مبدئياً باتجاه الموظفين والمتطوعين في المناطق التي تشهد الاضطرابات.

يوجد نعتان

تنظران إلى بعضهما بطريقة عدائية

فرانسيس ماركوس،

مدير الاتصالات للاتحاد الدولي للصليب الأحمر والهلال الأحمر في شرق آسيا

يقفزون خلال تمارين الإحماء ويراقبون زملائهم المتدربين الذين لديهم هوايات مشابهة ويجمعون وراء الطاولات ويرسمون معاً. بالنسبة إلى أكثر من ٢٠ معلم والعديد من المتطوعين، هذه هي بداية التدريب النفسي الاجتماعي للصليب الأحمر والهلال الأحمر الذي سيدوم يومين.

في أيار- مايو، يكون قد مر على الزلزال الذي ضرب مقاطعة سيشوان الصينية والمناطق المحيطة بقوة ٨ درجات وتسبب بقتل ما يزيد عن ٨٧,٠٠٠ شخص ٣ سنوات، ومع مرور الوقت الطويل منذ وقوع الكارثة، من الممكن أن نسامحك على الظن بأن عمل البرنامج النفسي الاجتماعي قد يتلاشى ببطء. ذلك أمر مستبعد. خلال استراحة الشاي، تتحدث ليويي، إحدى المعلمات العاملات في المدرسة الابتدائية المحلية، كيف أن الأساليب التي تم تعلمها أثناء التدريبات ضمن برنامج الدعم النفسي ساعدتها في مقاربة المسائل التي تواجه طلابها في حياتهم. وتحدثت عن صورة قام طفل برسمها مؤخراً قاتلة



فرانسيس ماركوس / الاتحاد الدولي للصليب الأحمر والهلال الأحمر

يستخدم الأطفال في مدرسة ابتدائية محلية في سويتينغ الفنون المرئية من أجل التعبير عن امتنانهم لكل المساعدة التي حصلوا عليها من الآباء والمعلمين والدولة، حيث ينظر إليها على أنها جزء لا يتجزأ من عملية المسير قدماً في حياتهم بعد الكارثة.

رعاية أجدادهم. فقد أصبح هذا الأمر مشكلة واضحة جداً، إعطاء الديون التي ينبغي على العائلات سداها بعد إعادة بناء منازلها المدمرة جراء الزلزال. والتي أصبحت ظاهرة انتشرت في أنحاء الصين. وقال: ”يحتاجون إلى اهتمام أكثر بسبب الظلم الذي يعانون منه.“ وقد كان التدريب الذي يتلقونه في الأصل جزءاً من برنامج الدعم النفسي الاجتماعي الذي تم إعداده بعد الزلزال الذي دمر مقاطعة سيشوان في أيار- مايو ٢٠٠٨.

«كان هناك تعجبتين تقفان بعيداً وتنتظران إلى بعضهما بصورة عدائية.»
«عندما تحدثنا إلى الطفل بشأن الصورة التي رسمها، تبين أن التعجتان تمثلان والديه اللذان كانا يتجادلان طوال الوقت وانفصلا.»

الديون تعني الانفصال

كان يجلس بجانبها الطالب المتطوع كين سانكسيا. حيث أعرب عن رغبته في المشاركة بهذا التدريب من أجل مساعدة أطفال العمال النازحين الذين تركوا في



تجارب مفيدة

جوانغزو، المسؤول الحكومي المحلي، على ابتسامة هادئة طوال الوقت أثناء حديثه عن مشاهد الصدمة والدمار الذي حل بالبلدة. فقد زوجته والعديد من أفراد عائلته، ويعيش حالياً في سكن مؤقت قبل الانتقال إلى منزل جديد.

تم الإبقاء على بلدة بيشوان القديمة وأبنيتها المنهارة وأنقاضها كنصب تذكاري لهؤلاء الذين لقوا حتفهم أثناء الكارثة وكأنها مخزن للمشاعر المتألمة.

ويوضح يانغ ليمينغ، نائب رئيس الصليب الأحمر من مدينة ميانيانغ القريبة قائلاً:

”تختفي الابتسامات من وجوه الناس عندما يذهبون إلى البلدة القديمة.“

بدأت العديد من المدارس في سيشوان باستخدام رزمة أدوات برنامج الدعم النفسي المطور من قبل الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر وجمعية الصليب الأحمر الصيني من أجل معالجة المسائل العاطفية التي يواجهها العديد من الطلاب، وقد تم ترجمة المواد إلى اللغة الصينية.

بعد مرور ٣ سنوات على وقوع الكارثة، تم الآن دمج الأساليب والممارسات المطبقة في مدارس المنطقة من أجل التعامل مع العديد من الأطفال المصدومين والمصابين في برامج الصليب الأحمر الصيني التي تضم العديد من التطبيقات التي تتناول المسائل الاجتماعية الجارية.

ويقول الدكتور جياثيسان كولاسينغام، مندوب الصحة وبرنامج الدعم النفسي لدى الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر في سيشوان: ”نرى الآن أن رزمة الأدوات التي قمنا بإنتاجها بعد الزلزال قد تم استخدامها من أجل المساعدة في مجموعة مختلفة المدى من المواضيع والجماعات.“

بالإضافة إلى أطفال العمال النازحين، هناك الأطفال الأيتام جراء الزلزال ومجتمعات الأطفال المنحدرة من المجتمعات الضعيفة والفقيرة.

إلا أن المسألة المتعلقة بكيفية دعم الانتعاش النفسي للأشخاص المحليين بصورة أمثل بعد الكارثة حتى بعد تحول الأراضي المدمرة إلى مجتمعات حديثة وأنيقة لا تزال موضوع النقاش.

حتى في النقاشات غير الرسمية بين المساعدين العاملين لدى الصليب الأحمر والهلال الأحمر، يعبر البعض عن آراهم بأن ”الصينيين لا يحتاجون إلى برامج الدعم النفسي الاجتماعي وأنهم أقوى جداً“. والبعض الآخر يرى أنه لا ينبغي فرض الممارسات الغربية على الشعب الصيني.

ما زال الناس يذرفون الدموع

بالنسبة إلى كولاسينغام، تلك الإجابات تعاكس ما يراه على أرض الواقع. ويقول: «ليس من غير المألوف رؤية الناس يذرفون الدموع حتى الآن. لذا، فإنها ليست مسألة محاولة دفع أي شيء تجاه الناس من الخارج.»

من دون شك، و بعد مرور الذكرى الثالثة على وقوع الكارثة، تشجع لهجة الإعلام والسلطات المحلية الناجين على مواجهة المستقبل بتفاؤل وترك المساة وراءهم.

في بلدة بيشوان السيشوانية بالقرب من مركز الزلزال السطحي وحيث توفي ما يزيد عن ١٥,٠٠٠ شخص أثناء الكارثة، يحافظ مو



هوو كينغدونغ البالغ من العمر ١٢ عاماً هو واحد من ملايين الأطفال الصينيين الذين تركوا في رعاية الأجداد بينما يذهب الآباء إلى أعمالهم كامالين نازحين في مقاطعات بعيدة. وتقوم جدته ران شوزين برعايته. إلا أن الأمر ليس سهلاً على أي منهما.



الوقوف إلى جانب المتضررين

بقلم: ماي ميات سوي، مسؤول التقارير لدى الصليب الأحمر في ميانمار ولاسي نورغارد، مركز الدعم النفسي

سألني طفلي قائلاً: ”أمي! هل وصلنا؟ أيمكنني بعد أن نصل، تناول صحن مليء بالمعكرونة المقلية.....؟“ وأجبت قائلة: «تماسك يا بني! أعدك بأن يكون ذلك أول شيء نفعله بعد وصولنا إلى الشاطئ.»

والمساعدة في أداء المهام البسيطة وإشغالها عن البحث والبكاء باستمرار. بقيت قريبة منها ودعتها للمشاركة في برنامج الدعم النفسي الاجتماعي الشامل الذي قام الصليب الأحمر في ميانمار بتنفيذه بعد الكارثة بدعم من الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر. وقد استهدف هذا البرنامج آلاف المستفيدين في مئات القرى. حيث تم تنظيم الوقائع للطلاب والمجتمعات بالإضافة إلى المحادثات الفردية مع الناجين الذين فقدوا أسرهم. كما ضم البرنامج المتطوعين والموظفين الذين غالباً ما كانوا من بين المتضررين أيضاً، إلا أنه حقق النجاح أيضاً بعد أن عبر الناس عن تقديرهم إزاء القدرة على اللعب والغناء والضحك والكلام مرة أخرى. وبعد بضعة أشهر، طلب الرهبان والموظفون المدنيون المحليون والمدرسون من الصليب الأحمر في ميانمار المشاركة في التدريب النفسي الاجتماعي، حيث كانوا جميعاً يواجهون ضرورة مساعدة الناجين في الشفاء من الآثار العقلية العميقة جراء الإعصار.

شخص تشارك الأحزان معه

أصبحت سان سان لوين متطوعة أيضاً لدى الصليب الأحمر وبدأت تدريجياً تشعر بصورة

تذكر سان سان لوين آخر جملة قالتها لابنها بحوية. كانت ليلة عاصفة في الثاني من شهر أيار- مايو قبل أكثر من ٣ سنوات عندما ضرب إعصار نرجيس دلتا ايروادي في ميانمار بقوة رهيبة. حيث لقي ما يزيد عن ١٣٠,٠٠٠ شخص حتفهم أو ما زالوا مفقودين، ومن بينهم زوج وابن سان سان لوين. لقد تمكنت هي من النجاة.

في الأسابيع التي تلت الكارثة، خرجت سان سان لوين بحثاً عن عائلتها في العديد من القرى وعلى ألواح الإعلانات على أمل أن تسمع أخبار عنها. وفي يوم ما، وعند نقطة توزيع الإغاثة الخاصة بالصليب الأحمر في لابوتا، راقبت المديرة الرئيسية سان سان ماو الأم الحزينة بقلق ودعتها للحديث عما جرى لها. وتلك كانت لحظات من الحزن والهم المحطم للقلب، بينما روت لها سان سان لوين قصة الليلة المرعبة التي عاشتها. وقد تم التقاط صورة لهذا اللقاء الأول التي أثرت على جميع من رآها حتى من دون أن يفهموا ما كانت سان سان لوين تحاول قوله بينما كانت تبكي وتحدث في الوقت ذاته.

اللعب والغناء والضحك والكلام

لم تترك المديرة الرئيسية للصليب الأحمر سان سان لوين الحزينة بعد ذلك، ودعتها إلى مكتبها



الصليب الأحمر في ميانمار



الصليب الأحمر في ميانمار



فقدت سان سان لوين زوجها وطفلها أثناء كارثة إعصار نرجيس، وعانت من أجل العودة إلى حياة تتطلع فيها إلى المستقبل وليس العودة فقط إلى الماضي. أصبحت على علاقة وثيقة بمديرة الصليب الأحمر المحلي وجرت بينهما محادثات عديدة.

الطريق ما زال طويلاً

بعد مرور أكثر من ثلاثة سنوات على التقاءهما لأول مرة، بقيت المرأتان على تواصل. وما تزال سان سان ماو في لابوتا وهي مسؤولة عن مساعدة الآلاف من الناجين في البلدة وحولها، لكن هناك رابط وثيق يجمعها بها وغالباً ما عبرت سان سان لوين عن امتنانها، إلا أنها لم تتسنى عائلتها أو ذعر ليلة أيار- مايو ٢٠٠٨. مع ذلك، قررت مواصلة حياتها منذ زمن بعيد. وتقول: ”أحاول ألا أبكي على وفاة ابني. فالحزن لا يساعدني، أرى أمامي طريق طويل، لكن ما زال لدى والدي للاعتناء بهما وحياء ينبغي أن أعيشها“.

أفضل. ما زالت تذرّف الدموع عند رؤية الصور أو الأفلام مع أطفال في عمر ابنها، الأمر الذي يفقدها الشهية ويحرمها من النوم ليال عديدة، لكنها قادرة على التعامل مع الضغوطات أكثر فأكثر وحدها. وفي إحدى الأيام، التقت بصياد أسماك فقد زوجته وأولاده أثناء الكارثة وفهم كل منهما ألم الآخر. وبدأ الاثنان بالالتقاء أكثر وانتقلا للعيش معاً في النهاية. ومن خلال الدعم المقدم من برنامج سبل العيش المنظم من قبل الصليب الأحمر، حظي الاثنان بقارب صيد من أجل بدء حياة عمل جديدة. وبينما تساعد سان سان لوين زوجها الجديد في الصيد، تقوم أيضاً بإدارة مزرعة صغيرة للخنازير من أجل كسب المزيد من المال.

التعافي: الدروس المستفادة من كارثة الصين وميانمار



فرانسيس ماركوس / الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر

الدكتور جيايسان كولاسينغام مع الأطفال في شيفانغ سيشوان في تشرين الثاني-نوفمبر ٢٠٠٨ أثناء تدريب نفسي في غرف الصف المجهزة بصورة مؤقتة. حيث تم إعادة بناء المدرسة الآن، إلا أن رزمة أدوات برنامج الدعم النفسي قدمت إدماجها بصورة متزايدة في المنهج.

الاستمرار من دون الاعتماد على تمويل جمعية الصليب الأحمر الصيني وإدراج البرنامج في برامج المدرسة الاعتيادية والحصول على التمويل من السلطات أو الجهات المانحة الأخرى.

سؤال: هناك تركيز كبير من قبل السلطات على الطلاب الذين تركوا الكارثة وراءهم وعلى التقدير والامتنان في الصين - ما مدى تأثير ذلك على حالة الطفل العقلية؟

هذا الأمر مشابه للهدف الكامل من برنامج الدعم النفسي: السماح للأطفال بإعادة التكيف مع الأوضاع المتغيرة. في البرنامج الحالي، قمنا بإدراج وحدة يقوم فيها المعلمون والطلاب بتنفيذ هذه النشاطات التقديرية التي تركز على المعلمين والآباء والمدرسة والأمة.

ينبغي على الأطفال المضي قدماً والانتعاش من خلال إعادة التكيف مع الأوضاع الجديدة. فهذا النوع من طرق الانتعاش يسمح لهم ببناء المزيد من المرونة ويجعل الشباب أكثر قوة وقدرة على التعامل مع التحديات المستقبلية بصورة أفضل.

تحلوا بالقوة ولا تشعروا بالألم

مقابلة مع الدكتور جيايسان كولاسينغام

بقلم: فرانسيس ماركوس، مدير الاتصالات الإقليمية،

بكين

سؤال: ما هو أعظم إنجاز لبرنامج الدعم النفسي في سيشوان وفقاً لرأيك؟

قدرتنا على الوصول إلى ٣٠,٠٠٠ طالب تقريباً في ٢٠ مدرسة ومساعدتهم على التكيف مع الأوضاع بعد الكارثة. بالإضافة إلى إدراج الأدوات في المنهج الروتيني من قبل المعلمين الذين قمنا بتدريبهم. كما أن بناء قدرات موظفي ومتطوعي جمعية الصليب الأحمر الصيني سيسمح لها بضم نشاطات الدعم النفسي في أي استجابة مستقبلية.

سؤال: ما مدى ثقك بتبني السكان المحليين للملكية واستمرارية البرنامج؟

الأمر الوحيد الذي قد يهدد فعالية البرنامج مدة طويلة هو الطريقة التي تعتمد عليها الفروع المحلية في الاعتماد على التمويل الخارجي. إلا أن المعلمين المحليين ومتطوعي البرامج عبروا لنا مرات عدة عن استعدادهم للقيام بالمبادرات من أجل



أجل، لكن المشكلة تكمن في صعوبة قياس النتائج كعدد الخيام مثلاً. فالدعم النفسي الاجتماعي غير مرئي كمبنى، إلا أنه أكثر أهمية من مبنى قوي. إذا فقد صياد قاربه وكل ما يملك أثناء كارثة، يكون الدعم النفسي الاجتماعي جزءاً من التعافي الذي يحتاج إليه. فلا يكفي أن نوفر له قارباً وأن نقول: «عندما يشعر بالجوع سيصطاد الأسماك لأنه بحاجة إلى القوة العقلية من أجل التعافي والعودة إلى الصيد وبناء حياة جديدة والإيمان بالمستقبل.

الدكتور جياثيسان كولاسينغام هو طبيب من ماليزيا تم إرساله إلى سيشوان بعد الزلزال كمنسوب للصحة والدعم النفسي من أجل مساعدة جمعية الصليب الأحمر الصيني في بناء البرنامج النفسي الاجتماعي الشامل للناجين من الكارثة. وقد عمل في سيشوان حتى حزيران-

يونيو ٢٠١١.

سؤال: هل تعتقد أن موظفو ومتطوعي ومعلمو الصليب الأحمر قد أصبحوا قادرين على التعامل مع احتياجاتهم النفسية الاجتماعية الذاتية؟

ليس بعد، لأن الدعم النفسي الاجتماعي والعقلية وراءها لا تزال نحو التطور في الصين كالعديد من الأماكن الأخرى. فجزء من التحدي في الصين يكمن في أن الحديث العام في البلاد يميل إلى التعبير عن عدم خسارة الوجه و«التحلي بالقوة وعدم الشعور بالألم». لذا، فإن من الصعب أن يكون هناك منهج شامل. ويواجه الدعم النفسي الاجتماعي رحلة شاقة نظراً لسياسة الحكومة الأكثر دعماً لعلم النفس السريري. ومن الناحية الإيجابية، اعترفت الحكومة الصينية ولأول مرة بالصحة العقلية كمنطقة يقوم التأمين بتغطيتها اعتباراً من عام ٢٠١١، وتلك بالتأكيد خطوة إلى الأمام. مع ذلك، ما زال الدعم النفسي الاجتماعي بحاجة إلى تأييد أكبر.

سؤال: لقد شاركت في ثماني عمليات مختلفة خاصة بالزلازل في جميع أنحاء آسيا - وبقدرات متعددة ومختلفة - هل تشعر بخيبة أمل تجاه استمرار الناس في الجدل حول مدى الحاجة إلى الدعم النفسي الاجتماعي؟

سيستمر العمل بعد كارثة إعصار نرجيس

مقابلة مع الدكتور هلا بي، الأمين الفخري لجمعية الصليب الأحمر في ميانمار

بقلم: داو شوي شن مينت، رئيس الاتصالات، ميانمار، الصليب الأحمر.

سؤال: كيف تقدر تأثير البرنامج النفسي الاجتماعي؟

أود إلقاء الضوء على أمرين: يعد الدعم النفسي الاجتماعي من إحدى نشاطات الاستجابة الفعالة والمثيرة للإعجاب. على المدى البعيد، ينبغي أن يقوم الصليب الأحمر في ميانمار ببناء قدرات المتطوعين وبشكل خاص في المناطق المعرضة للكوارث.

سؤال: ماذا عن الانطباعات المتلقاة من المجتمعات؟

مذهل! رحبت المجتمعات بالبرنامج النفسي الاجتماعي وشاركت فيه منذ البداية.

سؤال: هل يمكنك الحديث بشكل موسع عن الدعم النفسي الاجتماعي الجاري في المناطق المتضررة جراء إعصار نرجيس؟

حالياً، نقدم الدعم للأطفال والشباب والكهول الذين تعرضوا للصدمة جراء إعصار نرجيس. وساعدنا الأطفال على اللعب والدراسة ونظمنا عدداً من النشاطات المجتمعية من أجل إشغال الناس وحثهم على التواصل مع بعضهم البعض كما كان الوضع قبل وقوع الكارثة. ورغم رغبتنا في توسيع دعم الصليب الأحمر النفسي الاجتماعي ليشمل كبار السن، إلا أننا لم ننجح في ذلك بعد وعلينا التغلب على بعض التحديات.

سؤال: ماذا عن استمرار نشاطات الدعم النفسي الاجتماعي بعد البدء بتخفيف العملية الخاصة بإعصار نرجيس؟

سيواصل الصليب الأحمر في ميانمار تقديم برامج الدعم النفسي الاجتماعي في أنحاء البلاد بعد أن لاحظنا مدى أهميتها وأنها جزء لا يتجزأ من عملية مساعدة الناجين بعد كارثة أو أزمة.



الصليب الأحمر في ميانمار



قديسة / نور كروس



قديسة / نور كروس

اليأس والكرامة

”إذا كان بإمكان رجل التسبب بكل هذا الألم – تصوروا الحب الذي من الممكن أن تخلقه معاً“. كلمات حكيمة قالتها هيلي جانستاد، فتاة نرويجية تبلغ من العمر ١٨ عاماً، بعد المأساة المزدوجة التي ضربت النرويج في ٢٢ تموز- يوليو. حيث لخصت كلماتها الاستجابة الجليظة لأمة اجتمعت معاً للحداد على الذين لقوا حتفهم في حادثة الانفجار وإطلاق النار التي وقعت في جزيرة اوتويا. وقد ساعد متطوعو الصليب الأحمر النرويجي الناجين الفارين وعائلاتهم كما شاركوا لاحقاً في البحث عن جثث القتلى. حيث عمل ٤٠ متطوعاً نفسياً بالقرب من الجزيرة في مساعدة الناجين وأسرههم، وتم حشد الفروع المحلية في أنحاء البلاد من أجل تقديم الدعم للعائدين وغيرهم من المتضررين. وتم تقدير جهود المتطوعين من قبل سمو الأميرة ووزير الصحة والمواطنين الذين وضعوا الأزهار أمام المقر الرئيسي. وأصبحت الزهرة التي كانت رمزاً لحزب سياسي في السابق رمزاً وطنياً لدولة مستجيبة بالحزن والتضامن والكرامة.



سنواصل تقديم المساعدة

يستمر تقديم الدعم للناجين وعائلاتهم وغيرهم من المتضررين جراء القنبلة وإطلاق النار في النرويج. لعب الصليب الأحمر النرويجي دوراً حيوياً في أعمال الإغاثة، وقد حان الوقت الآن للنظر في الدروس المستفادة والتركيز على احتياجات الأشخاص المتضررين المتغيرة بما في ذلك احتياجات متطوعي وموظفي الصليب الأحمر.

جراء حالات الطوارئ والتأكيد على أن ردود الفعل المبكرة صحية رغم أنها تبدو غريبة وغير مألوفة. وقد تتراوح ردود الفعل ما بين ردود فعل طبيعية إلى أوضاع غير عادية. علاوة على ذلك، قد تكون الحاجة إلى ضم الأيدي أو الاستماع إلى الناجين وعائلاتهم في بعض حالات الطوارئ أكبر من أداء الإسعافات الأولية المعروفة.

الاحتياجات المتغيرة

تم تقدير المساعدة المقدمة من الصليب الأحمر النرويجي علناً من قبل العائلة المالكة ووزير الصحة بالإضافة إلى العديد من الأشخاص المتأثرين من الأحداث. ولم تتوقف المساعدة عند الفندق، بل فتحت العديد من منازل الصليب الأحمر في جميع أنحاء البلاد أبوابها للناجين وعائلاتهم بعد عودتهم إلى بيوتهم أو غيرهم من الأشخاص الذين شعروا بالحاجة إلى مكان للاجتماع وتبادل تجاربهم وأفكارهم.

وقالت: ”كان هذا أمراً غير متوقع واندحش الجميع وتأثروا كثيراً، إلا أننا نرى التأثير الكبير للموظفين والمتطوعين. لم يتلقى جميعهم التدريب على الإسعافات الأولية النفسية مسبقاً، إلا أنهم يملكون المهارات والمعرفة الرئيسية التي حصلوا عليها أثناء عملهم في الصليب الأحمر، الأمر الذي مكّنهم من تقديم الاستشارة العادية». وأضافت قائلة: «أثبتت لنا هذه الأحداث بالتأكيد مدى أهمية التحضير. ويشمل ذلك التدريب على الإسعافات الأولية النفسية التي لا يمكن الموظفين والمتطوعين من توفير الدعم المهم فحسب، وإنما تساعدهم أيضاً في التعامل مع ردود أفعالهم وكشف هؤلاء الذين يعانون من المشاكل». يفكر الصليب الأحمر النرويجي حالياً في ضم الإسعافات الأولية النفسية كجزء من التدريب الإجمالي على الإسعافات الأولية لجميع الموظفين والمتطوعين. وتم التفكير بهذا الأمر بناء على التجارب التي استنتجت حاجة جميع العاملين في الإغاثة إلى الأدوات من أجل التواصل مع الأشخاص المتضررين

بقلم: آيو ديغيت

المركز النفسي الاجتماعي للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر

بعد حادثة الانفجار في مركز أوسلو وإطلاق النار في أوتويا في ٢٢ يوليو، تم إرسال موظفي ومتطوعي الصليب الأحمر النرويجي فوراً للمساعدة في كلا المنطقتين. واستخدمت فرق الصليب الأحمر للبحث والإنقاذ قواربها من أجل نقل الأشخاص من الجزيرة إلى فندق ساندفولن على اليابسة، حيث استقبل المتطوعون الأشخاص الناجين وعائلاتهم وقاموا بمواساتهم. وفي الأيام التالية، خرج فريق الصليب الأحمر للبحث في المياه عن بقايا جثث القتلى بينما كانوا يحاولون الفرار من المسلحين.

رغم أن من الصعب قياس الأثر، إلا أن الشخص المسؤول عن الدعم النفسي الاجتماعي للصليب الأحمر النرويجي، الأنسة ميريت ماهيل، لا شك لديها في أن الموظفين والمتطوعين قد لعبوا دوراً هاماً.

مساعدة

حياتهم. فالتوازن والتماسك أمران في غاية الأهمية ومتصلان بصورة وثيقة في الوقت ذاته من أجل تعزيز الكرامة والأمل.

دعم الداعمين

عبر أخصائي نفسي نرويجي عن ذلك بطريقة مختلفة قليلاً، حيث أخبر إحدى محطات الأخبار الدولية بأن الحدث لن يمحي أبداً من ذاكرة هؤلاء الناجين، وأن الدعم المناسب يمكن أن يقلل مع مرور الزمن ردود الفعل النفسية جراء الحدث.

رغم أن التركيز الأساسي يكمن في مساعدة الناجين والمتضررين جراء الأحداث العنيفة، إلا أن الصليب الأحمر النرويجي يركز كذلك على سلامة المساعدين المشاركين في أعمال الإغاثة. وسيخضع كافة المتطوعين والموظفين البالغ عددهم ٥٦٠ لبرنامج متابعة مدة سنة، حيث سيتم تقديم مجموعات الدعم كمنصة لمناقشة تجاربهم ومشاعرهم بالإضافة إلى الدعم النفسي الاجتماعي. كما يتبادل الصليب الأحمر النرويجي تجاربه مع الجمعيات الوطنية الأخرى التي تعرضت لحالات مماثلة.

مبادرة جيدة

كانت سارة جوانسون من بين الأشخاص الذين طلب منهم مساعدة الصليب الأحمر النرويجي في إعداد الدعم طويل الأمد. حيث عاد العديد من الأشخاص إلى مدنهم وطلب من فروع الصليب الأحمر المحلية مواصلة الدعم النفسي الاجتماعي عند الحاجة. وقالت: ”تكن إحدى التحديات في مدى الإنتاجية اللازمة. هل أنت في الواقع تدعم هؤلاء المتضررين أم تتعبهم عند التواصل معهم؟ وكيف ترى الموازنة، وكم عدد المرات التي يجب أن تقوم فيها بذلك؟

من خلال خبراتها في أعمال الإغاثة بعد حريق نادي الرقص في بلدتها جوثبيرغ وتسونامي المحيط الهندي التي تعرض فيها العديد من السويديين للقتل – بالإضافة إلى معرفتها الأكاديمية – تبادلت سارة جوانسون بعض الدروس المستفادة في مؤتمر عبر الهاتف مع الفروع المحلية قائلة: ”من المهم إقامة الحوار مع الناجين وعائلاتهم ومساعدتهم. ما هي احتياجاتهم الآن؟ ينبغي ألا يقدم الدعم للأشخاص على أساس هوية ”ناجين“ طوال

طلبت السلطات من متطوعي الصليب الأحمر الاجتماع مع الناجين واللاجئين أثناء زيارتهم للجزيرة بعد شهر على حادثة إطلاق النار في اوتويا. وفقاً لسارة جوانسون التي تملك درجة الماجستير في علم النفس الخاص بالصدمات وتعمل الآن في المركز المرجعي للدعم النفسي الاجتماعي الخاص بالاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر، فإن ذلك يعد مبادرة جيدة:

وتقول: ”يعد التواصل الشخصي في الدعم والمتابعة طويلة الأمد في الغالب الرابطة الضعيف. حيث يلاحظ الأشخاص في الغالب أن الدعم يختفي لحظة اختفاء العناوين. فعندما تروي قصتك مراراً ومراراً، يصبح الأمر محزناً كثيراً. ولهذا، يكون توفير التواصل طويل الأمد من قبل المتطوع ذاته مبادرة ممتازة.“



قديمية / نور كروس



اولاف / نور كروس

كاين اليرتسين (على اليسار) والين ماري رود هما من بين مئات المتطوعين في الصليب الأحمر الذين ساعدوا في الساعات والأيام والأسابيع الأولى بعد حادثة إطلاق النار وقتل الشباب في مخيم صيفي خارج العاصمة النرويجية ”أوسلو“.

تغطية الفجوات بعد الزلازل

ما هي الخطوات المجدية حالياً - وما هي الأولوية في غضون ستة أشهر؟ الآثار العقلية في كريستشيرش بعد الزلازل المتكررة تتراوح ما بين معتدلة وحادة، لكن السلطات والوكالات تحاول معالجتها والتعلم من أعمالها من أجل البناء.

الاجتماعية، أو ما نسبة التكاليف التي كان من الممكن تحملها لو لم يتم موازنة هذه النشاطات؟ كانت الأسئلة شرعية وجدية، نظراً لعواقبها على الشعب المتأثر جراء الكارثة وعلى سلامة المنطقة بأكملها. لذا، كيف كانت استجابتنا؟ عملنا معاً لجمع خيوط المعرفة والدراسة في استجابة شاملة من أجل توفير التدخلات التي تعكس ما تبين أنه الأكثر فاعلية. حتى يومنا هذا، تناقش المجموعة أدبيات الأبحاث ذات الصلة، من وجهة نظر أن الانتعاش النفسي يشمل تخفيف الصعوبات النفسية التي تواجه الأفراد والمجتمعات فضلاً عن بناء وتعزيز الرفاه الاجتماعي والنفسي. وقد أنتجنا الوثائق والمدخلات الخاصة بالاستراتيجيات الوطنية والمحلية.

لا بد من تطوير المبادرات

من وجهة نظرنا، تقع جميع أشكال الدعم النفسي

وفي جامعة ماساي في ويلانغتون، أنشأ مركز بحوث الكوارث مجموعة استشارية ونفسية اجتماعية مؤلفة من أكاديميين خبراء بإمكانهم توضيح الإستراتيجية ونتائج البحوث المدروسة المتعلقة بالمعالم من أجل تبادلها مع الوزارات والمجالس المحلية. كما تم تبادل النتائج مع المجموعات الشعبية العاملة في الميدان. وكانت الفكرة من ذلك أن نكون متواجدين ومرنين ونقدم أدلة مادية للذين يحتاجون إلى المدخلات، وساهمت المجموعة الاستشارية في الإستراتيجية والتدريب ومواد الرصد.

ما هي التكاليف؟

سألت الوزارات التي تقود عملية التعافي والمستجيبين المحليين: ما هي الخطوات الفعالة؟ حالياً - ما هي الأولوية الآن - وفي غضون ستة أشهر؟ ما نسبة تكاليف التدخلات الصحية العقلية والنفسية

شهدت مدينة كريستشيرش والمنطقة المحاطة بكانثيربري في نيوزلندا ما بين ٤ أيلول - سبتمبر، ٢٠١٠ وحريران - يونيو ٢٠١١ ثلاثة زلازل رئيسية تلاها العديد من الهزات. وقد تسبب الزلزال الثاني الكبير الذي وقع في شباط - فبراير بمقتل ١٨١ شخص تلاه ١٥ هزة أرضية تجاوزت ٥ درجات وفقاً لمقياس ريختر، وما زالت الهزات مستمرة. وتعد هذه الكارثة المستمرة الكارثة الثانية الأكثر مميتة في تاريخ نيوزلندا وأكثر الكوارث الطبيعية التي نجم عنها الخسائر حتى الآن.

وقد سارع الصليب الأحمر النيوزلندي والعديد من المنظمات الأخرى لمساعدة الجرحى والناجين. ومع ذلك، وكما يحدث غالباً، تأثر المساعدون الذين تعاملوا مع الخسائر والإصابات والحزن والأسى على المدى الطويل. وقد تم تأكيد ذلك وتنظيم الدعم لهم.

بعض الضواحي المقامة على أراضي المستقعات التي تعرضت مدارسها وأحيائها السكنية وشركاتها إلى الغرق، فإن استغلال الأرض هو السؤال الجوهرى في هذا السياق. لقد تم تشكيل هيئة مركزية لإعادة تخطيط مناطق المدينة، وتجري في الوقت الراهن محاولة فعلية في مجال المشاركة المجتمعية عبر عقد ورش العمل المجتمعية التي تركت المجال مفتوحاً أمام اقتراحات السكان المحليين بشأن خطة «بلدة كرايستشيرش الجديدة».

الشرح ليس كافياً

إن إتباع نهج شامل للتعالي يتطلب تعاون الوكالات الرائدة في جميع مستويات الخبرة المتمثلة في الاقتصاد والبناء والبيئة والتعليم والصحة وهندسة البنية التحتية. وسيستفاد الانتعاش النفسي الاجتماعي من المجالات المذكورة أعلاه مع الأخذ بعين الاعتبار العوامل الفردية والمجتمعية القائمة في مجالات اهتماماتهم. فني بلدة كرايستشيرش، أدرك المهندسون أن تقديم الشرح بشأن عدم تحقق شروط الأمان في المنازل والشوارع والمدارس المحلية غير كافٍ، بل يتوجب عليهم الإصغاء إلى سكان هذه المباني والأماكن والتشاور معهم قبل البدء بإجراءات الترحيل. وقد تم تطبيق ذلك فعلياً في أجزاء من المنطقة، إذ تولى أحد المجالس الإبداعية في كايوي بالتنسيق بين المهندسين ووكالات التوظيف ومدراء المدارس والدعم النفسي الاجتماعي هناك لعقد اجتماعات للتشاور مع السكان المحليين من أجل إعادة تخطيط ضواحيهم.

يستغرق الأمر وقتاً

من بعض الدروس المستفادة في هذا المجال هو أننا ما نزال بحاجة إلى التخطيط على المدى البعيد عوضاً عن الاستجابة الآنية وتلبية احتياجات الفترة الراهنة فقط. ويتحتم علينا سن نهج تعاوني وتمكيني لمشاركة المجتمع الفاعلة في الانتعاش والحصول على الميزانية الكافية ليس فقط لإعادة تشييد مساكن المتضررين وإمدادهم بما يحتاجونه من أجهزة ومأوى، بل أيضاً لدعم الأفراد على الصعيد النفسي والاجتماعي. إذ قد لا يكون بوسعنا أحياناً تلبية احتياجات المتضررين من الكوارث لهول حجمها، لذا ينبغي أن تتولى هيئة التنسيق والوساطة الحكومية التعامل مع تضارب المصالح في الكوارث وإدارة هذا التضارب وإتباع أسلوب خلاق في العمل جنباً إلى جنب مع السكان المتضررين.

الانتعاش في كرايستشيرش وكانثيريري مستمر وكذلك أعمال الرصد والتعديل وتقديم الدعم إلى جانب تسهيل انعقاد الاجتماعات وحلقات التدريب. فجزء من هذا العمل يضم استقلال الوقت الضروري الذي غالباً ما كان يتم إهماله من أجل معرفة ما يصلح عمله للتصدي للكوارث والمحن المتوقعة.

مورين موني طبيبة نفسية عملت مع الدعم النفسي الاجتماعي في الصليب الأحمر الفرنسي ودولياً مدة ١٠ سنوات. خلال فترة تفرغها في وطنها نيوزيلندا، طلب منها المساعدة في تحليل التدخلات النفسية الاجتماعية النافعة وكيفية التخطيط لمواجهة الكوارث في المستقبل.

الاجتماعي في سياق جملة من أبعاد الانتعاش الثقافية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية والبيئية والمادية. وتشارك جميع هذه الأبعاد المتناغمة والمتحمرة حول مفهوم الدعم في عملية إحياء المجتمع. ومع مرور الوقت، تتطلب عمليات الانتعاش الدعم النفسي الاجتماعي التطوير المستمر للمبادرات النفسية تماشياً مع تطور الاحتياجات ولتغطية العجز في القدرة على تلبية هذه الاحتياجات. فعلى الرغم من انتشار مراكز الدعم المحلي، إلا أن طاقم العاملين احتاج إلى تدريب إضافي حول كيفية تقديم الدعم النفسي متعدد الأبعاد إلى الأهالي والأفراد المضطربين لمواجهة القضايا الحالية والتعامل معها. وقد أصبح واضحاً حاجة المدراء إلى الدعم المستمر وإلى فترات من الراحة نظراً للأعباء الإضافية التي تقع على عاتقهم كالعامل لفترات طويلة وصعوبة ظروف العمل، فغالباً ما يتم ترحيل الأطفال المعرضين للخطر، مما يحتم على الوكالات الاستمرار في متابعة هؤلاء الأطفال ودعمهم.

ولتلبية هذا الأمر، يجب أن يكون التخطيط على المدى الطويل، بما في ذلك الدعم المستمر وتعيين الوظائف الملائمة لجميع الفرق والمجموعات والموارد البشرية المحلية.

معظمهم قادر على التأقلم

في المراحل الأولى لتقديم الدعم، غالباً ما تقيض الموارد المتاحة ومن ثم تصبح الميزانية المتاحة عاجزة عن تغطية الاحتياجات على المدى البعيد. لذا، يعمل الفريق الاستشاري على ضمان الاعتراف بهذه الاحتياجات بعيدة الأجل وقيام الوكالات بتلبية هذه الاحتياجات، فقد أثبتت الأدلة قدرة السكان المتضررين على التكيف مع الوضع الجديد والتعامل معه إذا حصلوا فعلاً على بعض الدعم والعون. ولما كان تمكين المجتمع من خلال المشاركة في عملية الدعم جزءاً أساسياً في هذه العملية وعلى كافة الأصعدة، فلا بد من توفير الدعم المستمر لها. ولا بد لهذا الدعم الفوري أن يتصف بالفعالية والتنظيم وتخصيص الميزانية الكافية لتغطيته. وفي عام ١٩٨٦، قدم رافاييل تعريفاً لهذا الدعم الفوري وهو: توفير الرعاية الأساسية غير القائمة على التدخل البرامجاتي في الشؤون الداخلية والتركيز على الحوار وحرية التعبير وتقييم الاحتياجات وضمان تلبية الاحتياجات الأساسية منها وتشجيع الآخرين وحمايتهم من التعرض إلى المزيد من الأذى. وعلى الرغم من أن معظم المتضررين سيتعافون مع مرور الوقت، إلى أن نسبة منهم ستكون بحاجة إلى متابعة متخصصة ومنظمة.

المشاركة في ترحيل المتضررين

لقد أكد الفريق الاستشاري على دعم العناصر الخمسة الفاعلة والمؤثرة التي أشار إليها هوبفول وآخرون (انظر المادة صفحة ١٨). مع ذلك، وإلى جانب تعزيز هذه العناصر، يتحتم بعد انقضاء مرحلة التلبية الفورية لاحتياجات المتضررين إنشاء آلية لرصد وتقييم ما يصلح عمله في هذه الشأن. وعلى نحو مماثل، لا بد من ترسيخ مسؤولية المجتمعات المحلية عن النشاطات الحالية لدعم استدامة تلبية الاحتياجات والاستجابة لها. ويمكن للطريقة التي يتم بها معالجة القضايا الفعلية في مرحلة ما بعد الكارثة والمتمثلة بالمشاكل المالية ومشاكل الإسكان والتعليم أن يكون لها تأثير حقيقي على الانتعاش. ونظراً لضرورة ترحيل سكان

مع غياب الدليل العلمي حول كيفية إجراء التدخلات النفسية الاجتماعية، هل ينبغي علينا الامتناع عن اتخاذ أي إجراءات تجنباً لأضرار محتملة؟ أم ينبغي علينا اتخاذ الإجراء المناسب لتلبية الاحتياجات وفقاً لمبادئنا الإنسانية؟ تلك هي:



المعضلة النفسية الاجتماعية

بقلم: فيرديناند جاروف

من لا شيء؟ هنالك دليل واضح بأن الأشخاص تظهر لديهم احتياجات نفسية اجتماعية بعد وقوع الكوارث والخسائر الجسيمة الناجمة عن هذه الكوارث، وهنالك إدراك متنامٍ في حركة جمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر بضرورة تلبية هذه الاحتياجات. وعلى الرغم من توقع انخفاض الاضطرابات النفسية بشكل ملحوظ بين عامة الناس مع مرور الوقت، فإن مجموعة من الأفراد سيظلون ضعفاء وعرضة لتحمل وطأة الآثار النفسية الاجتماعية المترتبة على الكوارث

يتفق معظم الخبراء على أن عدم اتخاذ أي إجراء قد يعرض تعزيز الشعور بقلة الدعم الاجتماعي للمخاطر الذي سينشأ عنه آثار نفسية اجتماعية سلبية. لذا، فإن فعل شيء ما أمر ضروري، على الرغم من نقص الأدلة العلمية حول الآثار المترتبة على هذا التدخل. ويتم التدخل وفقاً للضرورة الإنسانية وبموجب الحق في تلقي المساعدة و تقديمها. لذلك، كيف نتعامل مع الموقف المتمثل في عدم معرفتنا بما ينبغي فعله والسبب الذي يدفعنا لفعل شيء ما، لكن مع العلم أن فعل أي شيء أفضل

لم يتم التوصل إلى الدليل على إمكانية التدخلات النفسية الاجتماعية الموجهة إلى المتضررين بعد وقت قصير من وقوع الأحداث الأليمة من تقليل أعراض الصحة العقلية، ولم يسبق لأحد أن أثبت علمياً تأثير التدخلات بعد وقوع الكارثة أو الأحداث العنيفة واسعة النطاق. لذلك، ألا ينبغي فعل شيء؟ إذا حاولنا تفسير مبدأ "لا ضرر ولا ضرار" بدقة بالغة، فهذا يعني ألا نلجأ إلى طرق التدخل التي تقتصر إلى الأدلة العلمية السليمة لأننا لن نكون واثقين من عدم إيقاع الأذى بالمتضررين. رغم هذا،



ليزلي أومي جريست

وتبعاتها الاقتصادية والاجتماعية. ويصعب تلخيص العوامل التي ستحدد فيما إذا كان أحد الأشخاص سيعاني من آثار نفسية سيئة ويصعب معه قياس هذه العوامل أو حتى التنبؤ بها. فهذه العوامل مرتبطة بحدث ما وتأثر الأفراد بالحدث والخسائر الثانوية الناجمة عن وقوع هذا الحدث والاستجابة المجتمعية له وتوفر الموارد اللازمة للدعم والتاريخ الشخصي للأفراد المتأثرين بالحدث والمعاني المرتبطة بالحدث (كيف يفسر الناس هذا الحدث). يتأثر الناس بطرق مختلفة ولأسباب مختلفة، لذا تختلف احتياجاتهم، واستخدام تدخل أو نموذج واحد قد لا يلاءم جميع الحالات.

المعيار الذهبي

هدفت البحوث السابقة إلى إنشاء تدخل اجتماعي نفسي (معيار ذهبي) وتطبيقه عالمياً لتحسين الصحة النفسية للجميع، وتم التوصل إلى عدم أهلية المرشحين السابقين لهذه القاعدة فيما يتعلق بالتطبيق الشامل ونقص الأدلة حول الآثار الإيجابية على الصحة النفسية التي لم يتم تطويرها بشكل صحيح، فقد أثبتت التدخلات النفسية الاجتماعية تأثيرها بالعوامل المتعلقة بالإعداد لمواجهة الكوارث والجماعات المتضررة من جراء وقوع هذه الكوارث إضافة إلى حاجة بعض التدخلات إلى خبرة عالية المستوى من قبل مزودي الخدمات، الأمر الذي يجد من تطبيقها على نطاق واسع. ولقد تم التوصل إلى أن مجموعة من الأوضاع المختلفة والمتعلقة بالعوامل الاجتماعية والديموغرافية كحجم التعرض للصدمة والتجارب المؤلمة التي عاشها الأفراد قد تؤثر على نتائج الصحة النفسية لبعض الأفراد والسكان.

وهذا يعني ضمناً تفاوت الاحتياجات النفسية واختلاف التدخل المناسب تبعاً لهذا التفاوت. إحدى حلول هذه المشكلة هي فكرة الاستجابة المتدرجة الموضحة في هرم التدخل وقد تم طرح هذا الهرم على سبيل المثال في إرشادات "اللجنة الدائمة للوكالات المشتركة" حول الدعم النفسي والاجتماعي. ويراعي الهرم اختلاف ردود أفعال الجماعات وردود أفعال الأفراد ضمن هذه الجماعات. ويشكل الأمن والخدمات الأساسية المقدمة للمتضررين من الأزمات قاعدة الهرم بينما يقع الدعم المجتمعي والأسري في الدرجة الثانية من الهرم ويعلوها مباشرة الدعم العام إلى الأفراد الأكثر تضرراً. وفي قمة الهرم تظهر الخدمات الخاصة المقدمة إلى النسبة الضئيلة ممن يحتاجون إلى تلقي العلاج والرعاية المختصة بالاضطرابات النفسية الحادة.

الحد من التوتر البدئي

النتيجة التي نستطيع التوصل إليها عند إمعان النظر في هذه المحنة هو أن إيجاد تدخل قابل للتطبيق العالمي قد أثبت عدم جدواه. في الواقع، قد يكون الوصول إلى دليل حول تأثيرات الصحة النفسية بالغ الصعوبة تماماً كإنشاء العلاقة السببية بين الحدث وأحد أعراض الصحة النفسية. لذلك، فإن إنشاء رابط

بين التدخل وواحدة من الآثار الإيجابية للصحة النفسية يتطلب إتباع نهج آخر مختص بالاحتياجات النفسية دون الاقتصار على الصحة النفسية. ويتفق الخبراء على تقديم الإسعافات النفسية الأولية بما يعرف «بخيار التدخل الحاسم» مباشرة عقب وقوع الكارثة أو شن الهجمات الرئيسية المسلحة. فغوضاً عن التصدي إلى مشاكل الأضرار النفسية المعقدة يتم تخصيص هذه الإسعافات للحد من الأضرار الأولية التي تسببها الأحداث المؤلمة وتعزيز التأقلم مع هذه الأحداث ومواجهتها على المدى القصير والبعيد. ويتم التعامل مع هذه الإسعافات باعتبارها نهج مستدير يسترشد بالأدلة والبحاث في تطوير العديد من أجزائه التي يجمع الخبراء على توفيرها لطرق فعالة في مساعدة الناجين.

المبادئ التوجيهية العالمية:

في كل الأحوال، تعد الإسعافات النفسية الأولية ليست إلا تدخلاً فورياً وأنيباً، ومع مرور الوقت وبعد وقوع الكارثة سنجد أنفسنا في مواجهة جديدة مع التناقض الحاصل بين الواجب الإنساني في تلبية الاحتياجات النفسية ومبدأ لا ضرر ولا ضرار الذي يحتم علينا عدم التدخل بسبب نقص الأدلة. في عام ٢٠٠٧، استنتج البروفيسور ستيفين هوفبول رئيس قسم العلوم السلوكية في كلية راش الطبية وزملاؤه أنه من غير المرجح قدرة الدليل العلمي على إيجاد التدخل المناسب وقابلية تطبيق هذا التدخل لتغطية الكوارث المتوقعة والظروف المحيطة بالعنف الجماعي ومن غير المرجح أيضاً زوال هذه المشكلة في الأونة القريبة. وللتحليل على هذه المشكلة، قرر هوفبول وزملاؤه تجميع فريق من الخبراء من جميع أنحاء العالم لاستقراء الأدلة من المجالات المتعلقة بالبحث للإجماع وتأييد المبادئ لتوجيه التدخلات.



على علم الأمراض وكذلك دعمها للتمكين والكفاءة بدلا من تشجيع التدخل الطبي. ويمكننا إلى حد ما تجنب الوقوع في فخ عدم التدخل خوفا من التسبب في إيقاع الأضرار من خلال إتباع مجموعة من المبادئ المسترشدة بالدليل العلمي والتي سترشدنا في الحقل المعقد والمفتقرة إلى الدليل العلمي الشامل. كما يتيح لنا الالتزام بهذه المبادئ التوصل إلى إجماع أخلاقي وتجنب النقاشات المحتدة حول بعض التدخلات أو النماذج. ويمكننا توضيح الدور الداعم الاجتماعي النفسي المحترف على النحو الآتي.

فرديناند جاروف طبيب نفساني فنلندي عمل بصفته منسقاً للتدريب في المركز المرجعي للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر لتقديم الدعم النفسي الاجتماعي. وهو حاليا في مرحلة التحضير للحصول على درجة الدكتوراه ويواصل العمل كمستشار للمركز.

خمس نقاط ينبغي تعزيزها

اتفقت المجموعة على تحديد خمسة مبادئ تدعمهما التجربة والأدلة لتوظيف هذه المبادئ وتوجيه جهود التدخل والوقاية في المراحل الابتدائية والمتوسطة (منذ الساعات الأولى حتى بضعة أشهر) التي تعقب وقوع الكارثة ونشوء العنف الجماعي. وتعزز هذه المبادئ:

- الإحساس بالأمان
- الهدوء
- الإحساس بالكفاءة الذاتية والاجتماعية
- الترابط والتواصل
- الأمل

وتمتاز هذه المبادئ بسهولة فهمها وتوظيفها في توجيه التدخلات الاجتماعية النفسية والتخطيط لها. ويفوق تركيز هذه المبادئ على المرونة والتعالي في تركيزها

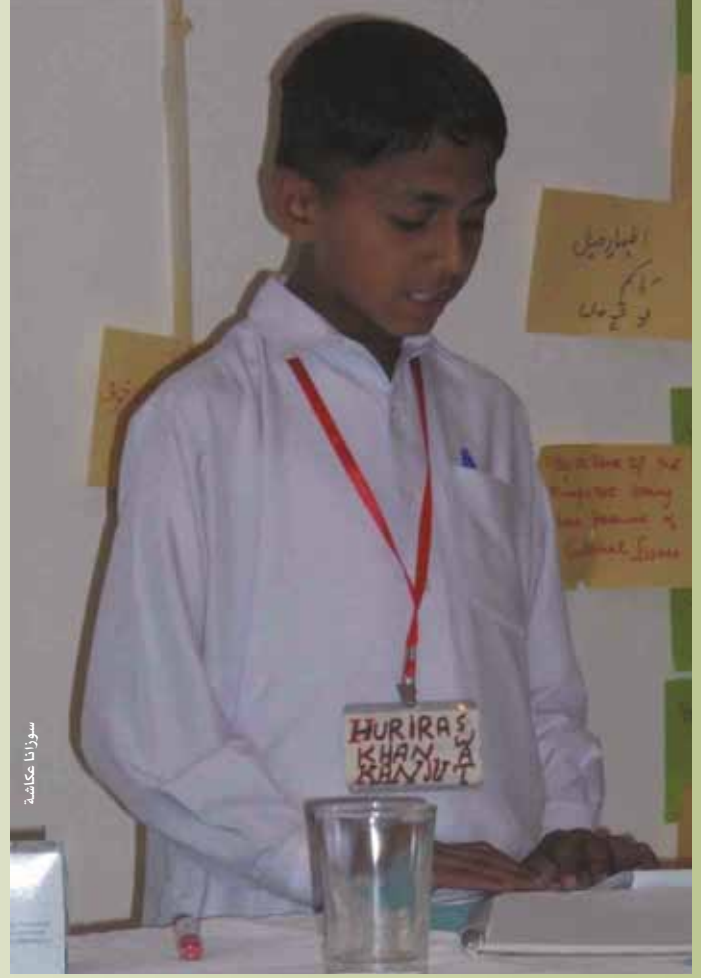
تغيير كبير في حياة طفل صغير

بقلم: سوزان أكاشا

مندوبة للدعم النفسي الاجتماعي في باكستان

لقد سلم إلياس خان، الأمين العام لجمعية الهلال الأحمر الباكستانية، شهادة تقدير إلى هوريراس خان على مشاركته في البرنامج. وكان السيد خان على وشك أن يربط على رأس هوريراس البالغ من العمر ١٢ عاماً عندما بدأ بتوجيه خطاب إلى الحضور من المسؤولين وقيادات المجتمع وأطفال المدارس والمعلمين والمتطوعين والعاملين في البرنامج. ملأ صوت هوريراس صاحب القامة الصغيرة أرجاء القاعة « قبل انضمامي إلى هذا البرنامج كان رأسي يعج بأصوات المدافع الرشاشة ليلاً نهاراً دون توقف، لكنني الآن أمتلك حرية اللعب. قبل انضمامي إلى البرنامج لم أستطع يوماً التعبير عن رأبي أمام والدي وأقاربي ومعلمي، وأنا واثق الآن من قدرتي على التعبير بحرية، كل هذا كان بسبب انضمامي إلى البرنامج ». لقد وقف هوريراس أمام جميع المشاركين في ورش عمل الدروس المستفادة التي نظمها الصليب الأحمر الدانماركي. وكان لحديثه أثر عميق في قلوبنا وقد صمت الأمين العام أمام هذا الحديث لفترة وجيزة ثانية أو اثنتين، إذ تعجب وكذلك أنا للأثر العميق الذي تركه هذا البرنامج المؤلف من ٢٠ جلسة على حياة أطفال المدارس وأبائهم ومعلميهم.

أقيم الآن في فندق في إسلام آباد وأشارك في ورشة عمل مدة يومين حول الأطفال المتضررين بالنزاع المسلح. وتدير هذه الورشة جمعية الهلال الأحمر الباكستاني والصليب الأحمر الدانماركي في وادي سوات في باكستان. بقي وادي سوات لمدة عامين في ظل حكم عنيف للغاية ترك المجتمع بأكمله في قبضة الخوف. وقد تضرر الأطفال بشدة من جراء الحكم المتصف بالقسوة والقتال الذي أدى إلى تعليق التعليم وفرار أهالي المدينة بسبب عمليات الخطف والابتزاز والتهديد. وعندما كان القتال على أشده، نزح العديد إلى مناطق أخرى داخل البلاد وظلوا على هذا الحال أشهراً عديدة. وقد تم إعداد هذه الورشة لجمع كافة الجهات المعنية والنظر إلى نجاحات البرنامج وتحدياته ونتائجه. إذ كان التحاق أعداد كبيرة من الطلاب إلى المدارس السبعة المتاحة في البرنامج واحدة من نتائج البرنامج غير المتوقعة والذي يشكل الآن تحدياً رئيسياً لنا جميعاً وخصوصاً أن الصف الدراسي الواحد يضم ٥٠ طالباً مما يجعل إجراء الحصص التعليمية أمراً صعباً. كما وشكل طلب أعضاء المجتمع الأكبر سنّاً السماح لهم بالالتحاق بالتعليم المدرسي تحدياً جديداً وفرصة في الآن ذاته.



سوزانا عكاشة

قوة الرعاية

للإشادة بالرعاية والدعم النفسي الذي قدمه ما يزيد عن ألف متطوع، فقد أصدر الصليب الأحمر في جنوب إفريقيا كتاباً وقرصاً مدمجاً للتعريف بهؤلاء المتطوعين وأفكارهم وتأثيرهم. ويتحدث المتطوعون من جميع أنحاء البلاد عن دوافعهم وشعورهم بالتغيير الذي يشكلونه، إذ وصلت مساعداتهم إلى ما يزيد عن ٤٥٠٠٠ مستفيد من ضحايا الضياع والمرض والعنف والكوارث الطبيعية أو التي من صنع البشر أنفسهم. ويقول نائب رئيس اللجنة الإقليمية لجنوب شرق آسيا موزيبيني بانينان بشأن ذلك: «إنكم وبسبب العديد من التضحيات التي قدمتموها بكل إنسانية في رعاية الآخرين تمثلون التجسيد الحقيقي لحدث اليوم وموضوعه «قوة الرعاية». أنتم بالفعل جوهر الإنسانية (Ubuntu, Botho) وتخففون جميع أشكال معاناتها».

المرح في أرض المجهول

بالطريقة التي سيستضيفونني فيها بعد عودة الأمور إلى مجراها في سوريا.

لغة جديدة

في كل مرة ألتقي بأصدقائي السوريين، نبذل ما بوسعنا لتخطي حاجز اللغة، ونحاول التعبير عن أنفسنا باستخدام اللغة الجسدية. حيث أقول بعض الكلمات العربية بينما يقولون بعض الكلمات التركية. يتطلب الأمر وقتاً وخاصة بالنسبة إلى

بقلم: بيتيك أكمان، عالم نفسي
الهلال الأحمر التركي

لقد قمت بإجراء النشاطات النفسية الاجتماعية في المخيمات التي تأوي السوريين الفارين إلى تركيا منذ شهرين، وأشعر بأن هناك رابط قوي قد نشأ بيني وبين المقيمين في المخيم. قد تكون هذه العلاقة المبنية على الثقة والمحبة النابعة من تصوراتهم لي. فمنذ اليوم الأول، لم ينظر إلي الأطفال أو البالغون على أنني غريب، وإنما عاملوني كفرد من عائلاتهم. الأمر الذي سهل لي مشاركتهم قصصهم وساعدني على فهم حقيقة ما عانوه بصورة أفضل.

أفضي كل يوم مع المقيمين في المخيمات المختلفة. وفي اللحظة التي تدوس قدمي إحدى المخيمات، يتجمع الأطفال حولي. فهم يعرفونني الآن ويرغبون دائماً في اللعب معي. وتدعوني النساء لشرب القهوة في خيامهن. كما يدعونني إلى سوريا ويخبروني

وبعد العشاء، يتجمع المقيمون معاً لاحتساء القهوة أو مشاهدة الأفلام في السينما المفتوحة.

الحنين إلى الوطن

يتم تلبية الاحتياجات الجسدية أو النفسية في المخيم بصورة فورية. وبالإضافة إلى وجبات الطعام والحليب وطعام الأطفال وغيرها من المستلزمات كعدة النظافة، يتم توزيع الثياب والألعاب بصورة منتظمة. كما تعمل جميع مرافق الخدمات الأساسية كالعيادات ورياض الأطفال والمدارس والمراحيض وصالونات الحلاقة بشكل جيد، بالإضافة إلى المرافق الأخرى كالخيام النفسية وملاعب الأطفال وملاعب كرة القدم وكرة

والانجليزية بالإضافة إلى المباريات الرياضية ومجموعات الكتابة والتدريب على النظافة والتعامل مع الضغوطات للأطفال والبالغين. حيث يوفر التدريب على التعامل مع الضغوطات مناخاً آمناً لتبادل الأفكار والمشاعر بحرية وإرسال البالغين الذين يحتاجون إلى المساعدة النفسية إلى علماء النفس والأطباء النفسيين. بالإضافة إلى ذلك، تساعد النشاطات الجماعية في إنشاء الروابط المشتركة أو تعزيز العلاقات الموجودة.

الروتين اليومي الجديد

خلال الشهر الأول، حاول المقيمون في المخيم التكيف

الأطفال إدراك عدم فهمي لهم، إلا أن الدافع للتواصل مع شخص يؤمنون باهتمامه لهم وقدرته على حل مشاكلهم يدمر بطريقة ما حاجز اللغة. وتجد النساء طرق أخرى للتواصل كالغناق أو القبلة، وأشعر بأنه لا توجد كلمة يمكن أن تعبر عن الحب والامتنان بصورة أفضل.

أظن أن الأطفال يجدون طريقة كلامي وتصرفاتي مضحكة قليلاً نظراً لاختلافها عن تصرفات البالغين من حولهم. مع ذلك، فإنهم يفهمون فوراً مدى اهتمامي بهم وهم يتسابقون دائماً لتبادل السلام أو إمساك يدي.

مكان جديد

أظن أن من الأسهل على الأطفال التكيف مع البيئة الجديدة. فهم يلعبون مع أصدقائهم ويركضون حول المكان ويمزحون. وبينما يقلق الآباء على مستقبلهم، فإنهم يرون المكان كمكان جديد ينبغي استكشافه وهم سعداء ويقضون وقتهم في الملعب. أذكر اندهاش أحد الأولاد باللعب لحظة وصوله إلى المخيم. ظل يحرق به أثناء سيره إلى الخيمة. في تلك اللحظة، ربما لم يكن يفكر في رحيله من المنزل والانتقال إلى مكان مليء بالخيام والغرباء، وكان قلقه الوحيد في اللحظة التي سيحصل فيها على فرصة للعب.

تمثل النشاطات النفسية الاجتماعية أداة لجعل ظروف المعيشة الجديدة طبيعية وبشكل خاص للأطفال. لذلك، يتم تنظيم العديد من النشاطات كالرسم والحرف اليدوية والمسرح والقراءة والكتابة التي تساعد الأطفال في التعبير عن مشاعرهم. الوطن هو الموضوع الرئيسي المتصور والمذكور، فالأطفال الأكبر سناً يعبرون عن اشتياقهم لوطنهم ورغبتهم في العودة، ونحن نقوم بتنفيذ النشاطات النفسية الاجتماعية لكل فئة عمرية وللأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة التي لا تهدف إلى حثهم على قضاء أوقاتهم بصورة فاعلة أكثر فحسب، وإنما تمكينهم على اكتساب مهارات جديدة وتعزيز معرفتهم.

كما يتم تنظيم النشاطات المتعلقة بكسب الرزق كالدورات الخاصة بالزراعة والحرف اليدوية



السلة من أجل جعل حياة المقيمين مريحة أكثر. مع ذلك، نحن نعلم أن المخيمات لا يمكن أن تكون مثل الوطن ويعبر المقيمون عن حنينهم للوطن في كل مرة أتحدث إليهم. على سبيل المثال، تتمثل الضغوطات الرئيسية المذكورة في التدريب على كيفية التعامل مع الضغوطات في المناخ، حيث أن الطقس حار جداً في هذا الوقت من السنة، وفي القلق إزاء أحياءهم في سوريا والمستقبل، والأهم من ذلك كله الحنين إلى الوطن. ويحاول المقيمون في المخيم التكيف مع الحياة في المخيمات، إلا أن المشاعر المقترنة بالوطن والتفكير في العودة تجعل من الصعب تحمل المصير المجهول.

مع ظروف المعيشة الجديدة، لكن، ومع تكيف هؤلاء المقيمين مع حياتهم في المخيم، نقوم بتشجيعهم على أداء دور فاعل أكثر وتحمل مسؤوليات محددة في إدارة المخيم والنشاطات النفسية الاجتماعية بما أن المشاركة المجتمعية تزيد من شعورهم بالسيطرة على حياتهم مرة أخرى ويسمح لهم بقضاء وقتهم على نحو مفيد. وقد أصبح للمخيمات روتين يومي الآن. فبعد الإفطار، وبينما تقوم النساء بأعمال التنظيف، تشارك الفتيات في دورة خاصة بالزراعة، وينضم الأطفال إلى النشاطات المسرحية، ويلعب الأولاد كرة القدم، ويشاهد الرجال التلفاز أو يتحدثون تحت شجرة.

العدد القادم:

المتطوعون في حالات الطوارئ - هل يستطيعون التعايش؟ هل نستطيع التعايش؟



أبو سوادى / جمعية الصليب الأحمر الأندونيسي

باستضافة ودعم

بدعم من

شركاء الأبحاث

المركز النفسي الاجتماعي

الاتحاد الدولي
لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر



مركز الدعم النفسي الاجتماعي للاتحاد الدولي

لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر

الصليب الأحمر الدانماركي

بلغدامسفي ٢٧

ص. ب ٢٦٠٠

٢١٠٠ أوستريرو

كوبنهاغن

الدانمارك

هاتف: +٤٥ ٣٥٢٥ ٩٢٠٠

البريد الإلكتروني:

psychsocialcentre.centre@ifrc.org

الموقع: <http://www.ifrc.org/psychosocial>

الصليب الأحمر الدانماركي

الصليب الأحمر النرويجي

الصليب الأحمر السويدي

الصليب الأحمر الفنلندي

الصليب الأحمر الأيسلندي

الصليب الأحمر الفرنسي

الصليب الأحمر الكندي

جمعية
الصليب الأحمر الياباني



جامعة كوبنهاغن

U.

جامعة داكوتا الجنوبية

مؤسسة الصحة العقلية
لمواجهة الكوارث

جامعة
نوتنغهام

