

Success Story: Case Study

Date of Report: 22/6/2017

Code: GF17.p2 (R.T)

أسرة (ر.ع) تتكون من 9 أشخاص الأم والأب وأربع بنات و3 أولاد (تم الامتناع عن ذكر رموز الاسماء وأعمارهم بناء على طلب الحالة).

رب الأسرة: (60 عام)، الأم.(55) عام. أكبر الأبناء الابن أ. (36) عام، الابن ج.(30) عام، الابنة د.(28) عام، الابنة ن.(24) عام، الابنة هـ.(22) عام، الابنة ر.(19) عام، أما أصغر الأبناء م.(8) أعوام، أما مستوى الدخل فهو الفقر المدقع. تسكن الأسرة غرب مدينة غزة (معسكر الشاطئ للاجئين)، هذا المخيم الشاهد دائماً على قصص الصمود المكلفة بالنجاح المؤلم الذي يأتي بعد الحرمان الشديد وتحدي المعاناة .

بدأت الابنة (ر.ع) حديثها قائلة: "معاناتي بدأت عندما تزوجت صغيرة بعمر 14 عام، كنت طفلة أنهيت المرحلة الإعدادية، وبدأت مرحلة جديدة لم تكن كالمراحل السابقة، كان زوجي عقيماً، ولكنه لم يكن رحيماً فقد كان ينزل غضب عجزه عن الإنجاب على جسدي النحيل بالعنف والإهانة اللفظية المتكررة، اختلفت علي كل المواقف والوجوه، كانت دموعي الحارقة تسري على الكدمات المؤلمة في وجهي وجسدي النحيل جراء ضرب زوجي الشديد وتعنيفه الدائم لي، كانت الظروف جميعها تتحدانا، فقد أفقدتنا حرب 2012 مصدر رزقنا فقد دمرت ورشة الحدادة التي يعمل بها زوجي، ممازاد من حدة زوجي، وعنفه، كمافقدنا منزلنا المستقل ومأوانا، مما دفعنا للسكن مع أم زوجي، التي لم تدخر شيئاً من عذابات الإهانة، والتهديد بتزويج زوجي لأنني لم أنجب، عذابات مستمرة ومتكررة لمدة 5 أعوام، كنت أخفيها عن عائلتي والجميع، لكنني حاربت عجزتي وأكملت دراستي الثانوية، سمح لي زوجي بذلك بعد عناء شديد، بالرغم من تهكمه الدائم والمستمر، لكنني نجحت، واستمرت الحياة مابين مد وجزر، حتى كانت الواقعة، فمازلت أذكر تلك الليلة السوداء التي رزق الله أخاه فيها بولد، ليلة أفقت فيها من النوم على صوت بكائه المنتحب، وعرفت السبب وأشفتت عليه وعلى حالنا، ولكنني لم أدرك أن نظرات الشفقة بأن لاحول لنا ولاقوة إلا الدعاء لله ستتحول لعنف شديد ولكمات ودماء متناثرة هنا وهناك، استجديت منه الرحمة لكن غضبه الشديد كان أقوى من كلماتي، وهربت من المنزل واستجدت بالجيران، لكنني لم أقوى على أكثر من ذلك وفقدت الوعي، أفقت بعدها على صوت أبي وأمي بالقرب مني، تشبثت بأبي تشبث المفجوع الجزع من استكمال تعذيبه مرة أخرى، أصبحت كلماتي وأنفاسي متسارعة بشدة، وأنا أقول "يا بابديش اياه، خذني معك يا بابا، جسمي وراسي انهلك من الضرب"، كانت صورة أبي وأمي غير واضحة في عيني المتورمتين، لكنني لمحت في وجوه الغضب الممزوج بالدموع والصدمة من كتمانتي لكل هذه المعاناة عنهم، هذا كان آخر مشهد لي ولم أفق بعدها إلا في المستشفى، كان أبي وأمي يجلسون بقربي في حالة ذهول من هذا الضعف الذي يلف جسدي وشخصيتي، فأنا المدللة كثيرة الحديث، القوية

دائماً، أشققت عليهم من التساؤل بكلماتي المتقطعة وأنفاسي البطيئة، وأخبرتهم بأنني أثرت الرضا بقدر الله والكتمان عسى الله يغير بعد ذلك أمراً، ويتغير زوجي مع الوقت للأفضل لكنه لم يتغير .

بعد يومين في المستشفى لم ألاحظ وجود أبي، وبكيت بكلمات منتحبة لأمي "مأنا بنته المدللة الي بزعلش منها، وينه أبويا، بديش اخبي عليه اشي بعد هيك، خليني أشوفه"، وبدأت أتعافى، ولكن زاد الألم..فقد أصيب أبي بجلطة جراء حزنه الشديد علي،..شعرت بالذنب الشديد "صرت أقول أنا قتلت حالي بالحياة، وكمان قتلت أبويا"، كانت أمي تهون عليا وتقول "انه ابتلاء من رب العالمين أكثرني الدعاء لعل الله يحدث بعد ذلك أمراً"، وبعد فترة خرجنا من المستشفى معاً.

"جلسنا جميعاً في المنزل، قال لي أبي أنتي أميرتي كما كنتي سابقاً، وهذا بيتك السعيد، ارجعي كما كنتي بضحكاتك وحياتك، وسنكون كلنا معك....أجهشت بالبكاء، انه سندي الدائم، لكنني أرى نفسي مكسورة الآن، شعرت كمن لاسند له، أيقظت كلماته بداخلي الانكسار...والخوف من نظرة الناس المحيطة لي كمطلقة...وقد أشققت في هذه اللحظات على نفسي وأمي....".

شاركت (ر.ع) في جلسات التركيز المنعقدة في النشاط النسائي والتي تنفذها الميسرة غادة رضوان، من مركز فلسطين للصدمة النفسية، خلال الفترة (2017-1-26 حتى 2017-5-29)، حيث حظيت بالمشاركة باثني عشر جلسة، بواقع جلسة واحدة أسبوعياً، مما ساعدها على تغيير نظرتها اتجاه نفسها من انكسار المطلقة الحزينة إلى باحثة عن الأمل، حيث أصبحت على قدرة على تقبل مشاعرها وتجربتها، باحتضان المشاعر والتقرب من نفسها ومن العائلة.

كان من ثمار ونتائج العمل مع المشاركة (أ) ما يلي:

*من خلال سلسلة جلسات التركيز استطاعت المشاركة (ر.ع) استحضار مشاعر الألم بالعنف المتواصل عليها من قبل زوجها فكانت تقول: "لقد استحضرت مشاعر مختلطة اتجاه زوجي وعنفه، فتارة كنت أكرهه وتاره اكره نفسي واشفق عليه من معاناته مع الانجاب، كنت أرى نفسي في بعض الأحيان كالضحية التي تعلقت بالجاني عليها، لكن في جلسات التركيز أصبحت مشاعري بالنسبة لي أكثر وضوحاً بدأت بالاستماع للحكمة الداخلية لمشاعري بأنها كانت تجربة وانتهت...، لقد تخطيت هذا الألم وسابحت مجدداً عن حلمي وأملي من جديد" ساعدت جلسات التركيز المشاركة على تخطي أزمة وصمة المجتمع اتجاه المطلقة باستحضار مشاعر إيجابية اتجاه وجودها مع عائلة تقدرها وتحترمها وتحبها، مما ساعدها على التعويض بالاعتزاز بنفسها وإنجازاتها.. فأصبح لديها القدرة على التواصل مع الذكريات الحزينة والمشاعر السلبية وتحجيمها، حيث تقول (ر.ع): "لقد كنت ضعيفة لكنني استرجعت قوتي من جديد وقدرتي على البحث عن الأمل من جديد".

أيضاً ساعدت جلسات التركيز الجماعية (ر) على الصمود النفسي من خلال استماعها لتجارب الآخرين في مجموعة التركيز، حيث نسجت علاقات جديدة مع صديقات جديدات، كما تم تعليم مجموعة التركيز بما فيهم المشاركة (ر.ع) استخدام بعض الأساليب و المهارات التي من شأنها التخفيف من حدة الضغط النفسي، من خلال أسلوب المسافة، وتجزئة المشاعر السلبية والتواصل معها ومشاركة هذه

الأساليب مع أسرهم، حيث ساعدت مشاركة مهارات التركيز بين المشاركات وأسرههم على خلق أجواء جيدة في الأسرة، تساعد على ملئ بعض أوقات الفراغ والملل واستبدالها بأوقات حيوية، تزيد من حميمية العلاقات في الأسرة، حيث تقول (ر.ع): "في السابق كنت أغرق في مشاعري وفكري وكتماني لكن الآن خاصة بعد جلسة الغصن الأخضر واليابس أصبحت أرى نفسي مثل الغصن الأخضر وسأبقى كذلك.

* استكمالاً للأثر البعيد لجلسات التركيز، أصبحت (ر.ع) تقوم بدور الميسر مع عائلتها والبيئة المحيطة، وكانت تتواصل مع الميسرة عادة رضوان لإنجاح جلسات التركيز في الاستماع الجيد والمساندة لهن من خلال تكرار مهارات التركيز بشكل دوري، مما ساعد الأسرة على خلق أجواء جديدة كما ذكرنا سابقاً.

* في نهاية الجلسات أثنى السيدة (ر.ع) بالشكر الجزيل على ما قامت به الميسرة عادة بالتدخل لمساعدتها في فهم مشاعرها والتواصل معها والتكيف قائلة: "بالفعل أنا الآن تحررت من ألمي وحزني، وخطبت لابن عمي الذي اتمنى ان يعوضني عن الحياة السابقة بالفرح والسعادة، والتحق بالجامعة لاستكمال دراستي الجامعية، إنه الأمل في أن أبقى غصناً أخضر على الدوام وسأبقى كذلك"، وقد تمننت في نهاية برنامج الجلسات أن تصل خدمات مشروع برنامج التركيز لتعزيز الصمود النفسي والاجتماعي لكل الأسر.

* تم تزويد المشاركات بأرقام هواتف المركز في حال احتياجهم للمساعدة في أوقات لاحقة.

نهاية قصة النجاح

ميسرة ومنسقة مشروع التركيز : عادة محمود رضوان