الحرب تفاقم الأزمات النفسية في إسرائيل

تقديرات وزارة الصحة : " 30 ألف شخص اضافي سيتوجهون للعلاج النفسي "

كشف النقاب، منتصف الأسبوع، خلال جلسة لجنة الصحة في الكنيست، أنه تم تجنيد 350 معالجا نفسيا (أخصائيون اجتماعيون، أخصائيون نفسيون، وإخصائيو العلاج الوظيفي والعلاج بالفنون) لوظائف كاملة في صناديق المرضى، وذلك ضمن الخطة الوطنية للصحة النفسية في وزارة الصحة. وقال رئيس اللجنة عضو الكنيست يوني مشرقي (شاس) : "تلزمنا الأزمة النفسية التي تسببت بها الأحداث التراجيدية والحرب التي تلتها، كلجنة ومجتمع، التأكد من أن الجهود المتواصلة المبذولة من أجل التأهيل النفسي للمتضررين وأقاربهم لن تتوقف. مسؤوليتنا هي ضمان حصول كل شخص يحتاج المساعدة عليها، ومنح الاستجابة لكل التحديات التي ستطرح خلال تطبيق الخطة بشكل سريع ومهني".

وأشار عضو الكنيست مشرقي في معرض حديثه إلى "شيرئيل جولان الناجية من حفل نوفا والتي انكشفت على الفظائع التي لا يمكن وصفها بالكلمات، وقد حملت بنفسها وجعها الداخلي والصدمة الشخصية ووضعت حدا لحياتها بعد نضال صعب مع ما بعد الصدمة".

وأضاف مشرقي: "قصتها تجسد بشكل واضح وقاطع المغزى الضروري للعلاج النفسي السريع، المتناسب والمتاح لجميع متضرري الصدمات. هي تذكرنا بحجم المسؤولية الملقاة على عاتقنا وضمان وصول الدعم الحكومي لكل من يحتاجه في الوقت الصحيح وبكامل القوة".

"عدد المتعالجين في المجال سيزداد بشكل تدريجي ويصل إلى 300 ألف شخص"

وبحسب تقديرات الدكتور جلعاد بوندهايمر، رئيس جناح الصحة النفسية في وزارة الصحة، فإن عدد المتعالجين في المجال سيزداد بشكل تدريجي ويصل إلى 300 ألف شخص، بمستوى كهذا أو ذاك بسبب الحرب. وخلال السنة الأخيرة، فقد تم المضي قدما بخطط وبرامج كثيرة وتخصيص ميزانيات كبيرة، للمجتمع وللخدمات العامة على حد سواء. وقال الدكتور بوندهايمر، أنه "منذ بداية الحرب وحتى نهاية شهر آب/ أغسطس فقد تلقت مراكز الحصانة نحو 60،000 توجه، بمعظمها فإن مدة الانتظار وصلت إلى أسبوع حتى أسبوعين. بالإضافة إلى ذلك فقد بدأ العمل في خطة تجريبية ضمن خدمات نجمة داود الحمراء لتقديم مساعدات أولية نفسية في لواء تل أبيب، وقد بدأت عملية تجنيد القوى البشرية لتقديم الخدمة ومن المتوقع أن يتم تطبيق الخطة بعد شهر تقريبا".

"تحسين ظروف أجور الأخصائيين النفسيين"

أما بخصوص تحسين ظروف أجور الأخصائيين النفسيين، فقد نشر مخطط لمنح أولوية، لمن يزيد من حجم وظيفته، تم توسيع ميزانية المنح للمتدربين بمجال علم النفس بنحو 30 مليون شيقل (لتصل إلى 70 مليون شيقل) والتي من شأنها أن تتيح لمئات المتدربين الجدد بالانضمام للجهاز الصحي، وفي هذه الأيام يتم صياغة اتفاق أجور جديد للأخصائيين النفسيين والذي سيتضمن تحسينات جدية للأجور وفقا للتطور المهني والإداري في المجال.

يسرين النعامي من رهط .. أم لخمسة تتحدّى الأفكار النمطية وتعمل حارسة بقاعة أفراح في الطيبة : " أولادي يُقدّرون كفاحي من أجلهم "

رغم النظرة النمطية حول عمل النساء في مهن الحراسة، قررت يسرين النعامي من رهط تحدي تلك التصورات، فقد أثبتت نفسها كحارسة مسؤولة في قاعة أفراح بمدينة الطيبة، محققة نجاحًا وحضورًا لافتًا في مهنة غير تقليدية للنساء. وتقول يسرين النعامي في حديث أدلت به لموقع بانيت وقناة هلا حول مهنتها: "بصراحة، يستغرب الناس عندما يرون حارسة عربية، وخصوصًا بدوية، تعمل في منطقة المركز والمثلث. يفاجأ الكثيرون بأنني هنا لحراسة قاعة أفراح، وغالبًا ما يتحدثون معي بالعبرية، معتقدين أنني يهودية، ثم يزداد استغرابهم عندما يدركون أنني أتحدث العربية بطلاقة". ومضت قائلة: "أنا أم لخمسة أبناء، ويعيش أربعة منهم معي هنا في الطيبة. أهل الطيبة يعرفونني جيدًا كحارسة أمن في المركز التجاري "سيفين". كما أن الكثير من سكان المناطق المجاورة، مثل قلنسوة والطيرة، يتوافدون إلى المركز التجاري، ويعتادون رؤيتي هناك. كان لي تعامل متكرر مع الزبائن بخصوص استفساراتهم المختلفة، وأحرص على مساعدتهم وتقديم العون لهم كلما استطعت. بمرور الوقت، تكوّنت علاقة من الثقة والاحترام المتبادل بيني وبين الكثيرين منهم".

يسرين النعامي

وأضافت: "أجد في عملي هذا مصدر فخر ومسؤولية، وأعتبره فرصة لإثبات أن المرأة العربية، وخاصة البدوية، قادرة على النجاح والتميز حتى في المجالات غير التقليدية في مجتمعنا".

" الأمر أصبح الآن اعتياديًا بالنسبة لي "

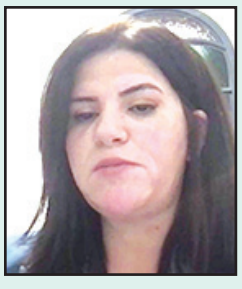
وأوضحت يسرين النعامي "ان الأمر أصبح الآن اعتياديًا بالنسبة لي، لكن لو ذهبت للعمل كحارسة في رهط، لا أعرف كيف ستكون ردود الفعل هناك. في كل الأحوال، وصلت إلى ما أنا عليه الآن بجهودي الشخصية ودون أي واسطات، كان اجتهادي وتعلمي هما سبيلي الوحيد. أعمل كامرأة تعيل أسرتها بمفردها، فأنا الأم والأب لأربعة أبناء. وفي الوقت نفسه، لا يمكن لأي شخص أن يعمل في هذا المجال؛ فهذه المهنة تتطلب شجاعة وثقة بالنفس، بالإضافة إلى إرادة قوية وقناعة بما أقوم به".

" أولادي يكنّون احترامًا كبيرًا لمهنتي "

وتابعت قائلة: "أولادي يكنّون احترامًا كبيرًا لمهنتي ويقدّرون كفاحي اليومي من أجلهم. إنهم يعرفون أنني أعمل بجد لأجلهم، وأن كل ما أفعله هو لضمان مستقبل أفضل لهم".

الاء يونس من عرعرة تقدّم نصائح وارشادات :

هكذا تساعدون أولادكم على مواجهة مشاعر الخوف من الحرب


آلاء يونس

كثيرة هي التحديات التي يمر بها الناس هذه الفترة في ظل استمرار حالة الحرب والتصعيد، الذي شمل توسع دائرة القتال، ودائرة المدن التي تدوي فيها صفارات الإنذار في ساعات مختلفة من النهار، وأحيانا في ساعات الفجر أو الليل .

للحديث عن تأثير هذا الوضع على سلوك الأولاد والبنات، وشريحة طلاب المدارس، وحول السبيل للتعامل بشكل سليم مع مخاوفهم، تحدثت صحيفة بانوراما مع الاء يونس، من عرعرة ، وهي معالجة عاطفية . وقالت الاء يونس في مستهل حديثها لصحيفة بانوراما: "مع ازدياد دوّي صفارات الإنذار في جميع أنحاء البلاد، عملي كمعالجة وظيفية ازداد، فدور المعالج العاطفي يتركز على تحديد الأفكار السلبية وغير المفيدة وتغييرها، مما يساعد الأفراد على تعديل أنماط تفكيرهم. في مثل هذه الظروف، يزداد القلق والخوف بشكل ملحوظ، ولهذا يصبح من الضروري أن أكون من بين الأشخاص الذين يساعدون الآخرين في تعديل استجاباتهم النفسية لمواجهة هذه التحديات، ومساعدتهم على الشعور بالأمان، فوظيفتي كمعالجة تركز على استبدال الأفكار السلبية بأخرى متوازنة وطبيعية".

" مشاعر غير مسبوقة "

ومضت قائلة: "بالنسبة للطواقم التعليمية والطلاب، فإنهم يواجهون مشاعر غير مسبوقة من القلق والتوتر خلال الأزمات، مما يترجم إلى ردود فعل نفسية شديدة، قد تصل إلى حالات من الهلع والاكتئاب. الطواقم التعليمية تتحمل ضغوطا كبيرة، حيث يتعين عليهم الحفاظ على صحتهم النفسية مع تحمل مسؤولية إضافية تتمثل في دعم الاستقرار النفسي للطلاب. لذلك، من المهم أن أوجه لهم رسالة واضحة: يجب أن يتعاملوا مع ضغوطهم الشخصية، وأن يعلموا الطلاب كيفية استعادة هدوئهم الداخلي". وأشارت الاء يونس الى "أن هناك أشخاصا يتمتعون بالوعي الكافي للتحكم بمشاعرهم وأفكارهم، في حين أن البعض قد يلجأ إلى الإنكار وعدم القدرة على السيطرة على الوضع، وهذا يظهر بين المعلمين والطلاب على حد سواء. ولهذا، من المهم أن يكون الأهل والطواقم التعليمية والطلاب واعين للتحديات التي نواجهها. عندما يكون الإنسان واعيًا لمشاعره، فإنه يكون قادرًا على التعامل مع الوضع بشكل أفضل".

" تطوير مهارات التواصل مع الأبناء "

وأوضحت الاء يونس "أنه من المهم أن يعمل الأهل على تطوير مهارات التواصل مع أبنائهم، للملاحظة أي تغييرات غير طبيعية وتشجيعهم على التعبير عن مشاعرهم. بالنسبة للمعلمين، من الضروري أن نكون منتبهين لأي ردود فعل لدى الطلاب، وأن نقدم لهم الدعم من خلال الاستماع الفعّال والتعبير عن الآراء بشكل مفتوح، مما يسهم في مساعدتهم على الخروج من الحالة النفسية الصعبة. بهذه الطريقة، نستطيع تمرير الهدوء النفسي إلى أبنائنا وتعزيز شعورهم بالأمان".

رئيس مجلس دالية الكرمل رفيق حلبي يدعو الى الغاء قانون القومية : " المطلوب منا قدمناه - حان دور الدولة "

من شحادة سامي عازم مراسل صحيفة بانوراما

دعا رفيق حلبي، رئيس مجلس دالية الكرمل المحلي، الحكومة الإسرائيلية الى الغاء قانون القومية. جاء ذلك خلال كلمة ألقاها حلبي في مراسم تشييع جثمان الضابط احسان دقسة، قائد لواء 401، في الأيام الأخيرة، في دالية الكرمل.

رفيق حلبي

وقال رفيق حلبي :" ما هو مطلوب منا قدمناه، وقد حان الوقت ان تحتضن الدولة أبناءها. استبدلوا قانون القومية، لكن ليس باقتراحات قوانين تمس بالآخرين وتستهتر بهم، أعطونا المجال لنبني معا إسرائيل الجديدة ". جدير بالذكر ان أقوال حلبي هذه جاءت في ظل الامتعاض الشديد الذي يسود في صفوف أبناء الطائفة الدرزية من قانون القومية، وفي الوقت الذي بلغ فيه عدد الجنود القتلى من أبناء الطائفة منذ بداية الحرب 12 جنديا، كان آخرهم الضابط احسان دقسة البالغ من العمر 41 عاما والذي قتل في جباليا.