هـذا خـوفـنـا الأعـمـق :
ليس أن نفقد منازلنا فحسب، بل تاريخنا وهويتنا ومستقبلنا

تقرير منظمة أطباء العالم حول الضرر
النفسي اللاحق باللاجئين الفلسطينيين في الضفة
الغربية الناتج عن الاحتلال العسكري الإسرائيلي

MÉDECINS DU MONDE
INTERNATIONAL

جدول المحتويات

ص 02 الملخّص التنفيذي

ص 05 قائمة الاختصارات

ص 06 مقدّمة

ص 12 الجزء الأول: التعرض المتكرر والمتصاعد والدائم لعنف الاحتلال: المعاناة النفسية المزمنة في ظل الخوف والقلق الدائمين

ص 12 1.1. التعرض المتكرر لعنف الاحتلال: حياة التجمعات في ظل يقظة مفرطة وتوقع دائم للهجوم والموت

ص 16 1.2. تصاعد عنف الاحتلال: تضاعف الضغوط وتنامي مشاعر اليأس وفقدان الأمل

ص 19 1.3. استمرارية عنف الاحتلال: تعطيل سير الحياة الطبيعية

ص 24 1.4. دلالة عنف الاحتلال: أفعال التجريد من الإنسانيّة والاضطهاد والقمع النفسي

ص 29 الجزء الثاني: تقويض المقومات الضرورية للتعافي النفسي من قبل الاحتلال الإسرائيلي

ص 29 2.1. لا مجال للشفاء، عبء الصدمة المتواصلة

ص 30 2.2. التفكيك الممنهج للنسيج الاجتماعي الفلسطيني وهياكل الحماية المجتمعية والأسرية

ص 33 2.3. التعطيل الشامل لمساحات الأمان والتعافي بفعل الاحتلال الإسرائيلي

جدول المحتويات

ص 39 الجزء الثالث: وضع المعاناة المستمرة للاجئين الفلسطينيين في سياق طويل الأمد: أثر الصدمة المتوارثة والخوف من المستقبل

ص 39 3.1. الصدمة العابرة للأجيال كتجربة جماعية للتكرار التاريخي للعنف المرتبط بالاحتلال الإسرائيلي

ص 41 3.2. الخوف الوجودي من المستقبل: تهديد محو هويّة وحقوق اللاجئين والفلسطينيين

ص 43 الخاتمة: لا يمكن أن يبدأ التعافي النفسي إلا مع إنهاء الاحتلال ووضع حد للإفلات من العقاب

ص 45 المراجع

تحيّة وتقدير

قدّم الأخصائيون النفسيون والعاملون الاجتماعيون في منظمة أطباء العالم على مدار أكثر من ثلاثة عقود دعماً أساسيًا للتجمعات الفلسطينية التي تعاني من الآثار المستمرة للاحتلال والنزاع والتهجير القسري.

وقد ركز عملهم على تقديم خدمات الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي لعائلات الأسرى، وللناجين من اعتداءات المستوطنين وهدم المنازل، وكذلك للأفراد الذين مرّوا بتجارب فقدان وصدمات عميقة.

يعمل هؤلاء المهنيون داخل التجمعات التي يخدمونها، ويواجهون تحديات معقدة تتمثل في الاستجابة للاحتياجات النفسية، بينما يتعاملون في الوقت ذاته مع واقعهم الشخصي وتجاربهم المعيشية.

ورغم هذه الصعوبات، يواصلون أداء عملهم بمهنية عالية وتعاطف والتزام استثنائي. ويعودون مرارًا وتكرارًا إلى القرى والأحياء والمخيمات ذاتها، لتقديم الرعاية والإرشاد والإحالة عند الحاجة، وغالبًا في ظروف صعبة للغاية.

يأتي هذا التقرير تكريمًا لالتزامهم الثابت، ويعترف بالدور الحيوي الذي يقومون به في تخفيف المعاناة وتعزيز الصمود والحفاظ على كرامة المتضررين. ومن خلال تكريم عملهم، نؤكد أيضًا مسؤوليتنا الجماعية في دعم وحماية من يكرّسون أنفسهم لرعاية الآخرين.

الملخّص التنفيذي

المقدّمة والمنهجيّة

يوثق تقرير منظمة أطباء العالم بعنوان: **" هذا خوفنا الأعمق: ليس أن نفقد منازلنا فحسب، بل تاريخنا وهويّتنا ومستقبلنا"** الآثار النفسية للاحتلال العسكري الإسرائيلي على اللاجئين الفلسطينيين في الضفة الغربية. نشرت منظمة أطباء العالم في عام 2021 تقريرًا ركّز على الصحة النفسية للتجمعات الريفية الفلسطينية المتأثرة بعنف المستوطنين وعمليات هدم المنازل.

يأتي التقرير الحالي كمكمّل لذلك العمل، حيث يسلّط الضوء على الضرر النفسي الذي يتعرض له اللاجئون الفلسطينيون واللاجئات الفلسطينيات، ويعزز خبرة منظمة أطباء العالم في توثيق أثر الاحتلال على الصحة النفسية للفئات المهددة في الضفة الغربية.

يعتمد التقرير على الممارسة السريرية لفريق المنظمة، وعلى بيانات كميّة من برنامجنا، بالإضافة إلى شهادات تم جمعها من لاجئين فلسطينيين ولاجئات فلسطينيات خلال الفترة الممتدة من كانون الثاني 2024 وحتى آذار 2025 في ثماني مخيمات لجوء، وهي: جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة وعقبة جبر وشعفاط والفوّار والعروب.

كما وتم الاعتماد بشكل أساسي على ملاحظات العمل الميداني من أخصائيي الصحّة النفسيّة في المنظمة بدلاً من الشهادات المباشرة والتي عددها محدود، وذلك لتفادي إعادة الصدمة.

أجرت منظمة أطباء العالم خلال فترة جمع البيانات أكثر من 1,600 جلسة دعم نفسي أولي لفلسطينيين تعرضوا للعنف في هذه المخيمات الثمانية.

ومن بين هؤلاء، تلقى 172 شخصًا زيارة ثانية ضمن برنامج الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي (MHPSS)، حيث تم الاعتماد على هذه الزيارات الثانية حصراً لاستخلاص البيانات المتقدمة والإحصائيات المتعلّقة بتحليل الأعراض النفسية.

يرتكز التقرير على أكثر من ثلاثة عقود من التدخلات النفسية والاجتماعية التي نفذتها منظمة أطباء العالم، وعلى جمع بيانات كمية ونوعية محددة، ليقدم رؤى ملموسة وتجريبية حول الآثار النفسية للاحتلال، وليعكس أنماطاً متكررة في الصحة النفسية في عدة تجمعات تقيم في مخيمات اللجوء في الضفة الغربية.

يبيّن التقرير أن **العنف المستمر والمتكرر والمتصاعد من قبل القوات العسكرية الإسرائيلية يؤدي إلى أضرار نفسية جسيمة وواسعة النطاق** بين اللاجئين الفلسطينيين واللاجئات الفلسطينيات الذين يُعدّون من أكثر الفئات هشاشة وتهميشاً المتأثرة بالاحتلال الإسرائيلي.

فقد تم تهجير أكثر من 44,000 لاجئ بشكل قسري في عام 2025 في الضفة الغربية حصراً - وهي موجة التهجير الأكبر منذ عام 1967 – كما تواجه هذه التجمعات العنف المستمر والمداهمات المتكررة والإخلاء القسري وقيود الحركة.

النتائج الرئيسيّة

- يعاني ما نسبته **98% من اللاجئين الفلسطينيين واللاجئات الفلسطينيات الذين زارتهم منظمة أطباء العالم من علامات واضحة للضغط النفسي،** حيث أفاد 96% منهم بأن الاحتلال يؤثر على روتين حياتهم اليومي، ويعاني 58% من مشاكل في النوم، والتي تعد من النتائج الشائعة للضغط النفسي والقلق.

- لاحظت منظمة أطباء العالم في عام 2025 **زيادة حادة في عدد الاستشارات النفسية، مما يشير إلى ارتفاع كبير في الاحتياجات المتعلّقة بالصحّة النفسية،** وهو ما يمكن تفسيره بالعمليات العسكرية الإسرائيلية المكثفة في مخيمات اللاجئين بالضفة الغربية التي تصاعدت في كانون الثاني من العام 2025. وبينما كانت المنظمة تتدخل مع ما يقارب من 100 لاجئ فلسطيني شهرياً منذ أيلول 2023 كحد أقصى، ارتفع هذا العدد إلى 500 لاجئ في شباط من عام 2025.

- سجلت منظمة أطباء العالم **أعراضاً مثل الضغط النفسي المزمن وفقدان الأمل واضطرابات نفسية جسدية والعجز المكتسب** لدى حوالي 70% من أصل 172 لاجئاً فلسطينياً تلقوا زيارة ثانية ضمن برنامج الدعم النفسي والاجتماعي بين كانون الثاني 2024 وآذار 2025.[1]

- **تعرّض 74% من اللاجئين الفلسطينيين واللاجئات الفلسطينيات الذين زارتهم منظمة أطباء العالم لأكثر من حادثة عنف واحدة خلال أربعة أشهر،** مما يبرز الأذى النفسي المتكرر والمهين والمتصاعد والمستمر الذي يفرض عليهم بسبب سياسات السلطات الإسرائيلية، والّذي بدوره يعطل جميع الشروط اللازمة للتعافي، مثل الأمان والاستقرار والدعم المجتمعي والوصول إلى الرعاية بما في ذلك المساعدات الإنسانية.

- **يتضرر النمو المعرفي والعاطفي والاجتماعي للأطفال** بالاحتلال الإسرائيلي، وهو الذي يعطل الوظائف الوقائية للأسرة والبيئة التعليمية ويقوض حقوقهم الأساسية. يعاني الأطفال من فقدان الثقة والتراجع في النمو وعدم القدرة على عيش طفولتهم.

يحدد هذا التقرير ثلاثة أنماط أساسية في الضرر النفسي الذي يلحقه الاحتلال الإسرائيلي على اللاجئين الفلسطينيين واللاجئات الفلسطينيات في الضفة الغربية:

I. يفرض التعرض المتكرر والمتصاعد والمستمر لعنف الاحتلال الإسرائيلي عذاباً نفسياً لا نهائياً على التجمعات الفلسطينية. يتميز ذلك بحالة من اليقظة المفرطة المستمرة، والتوقع الدائم للموت وتعمّق مشاعر اليأس وانعدام الأمل وتعطيل حاد للحياة الطبيعية. ويتفاقم كل ذلك بإدراك أن الاحتلال يهدف عمداً إلى إلحاق الأذى النفسي.

II. يعمل الاحتلال الإسرائيلي بشكل فعّال على تفكيك الشروط الأساسية للتعافي النفسي: الأمان والاستقرار والوقت والمساحة لمعالجة الصدمات، هيكليات الحماية العائلية والمجتمعية والبيئة الآمنة، إضافة إلى الوصول إلى خدمات الصحة النفسية.

III. تتجذر المعاناة النفسية الفلسطينية في تجارب مشتركة من الماضي ومفاهيم مشتركة للمستقبل، وهي مترسخة في الصدمة العابرة للأجيال والمخاوف الوجودية من المحو المادي والرمزي.

الخاتمة والتوصيات

يخلص هذا التقرير إلى أن المداهمات العسكرية المتكررة واقتحامات المنازل والتهجير القسري والقيود المفروضة تُلحق أذى نفسياً مستمراً باللاجئين الفلسطينيين واللاجئات الفلسطينيات، وتستوفي خصائص التعذيب النفسي كما ورد في تعريف المقرر الخاص للأمم المتحدة المتعلّق بالتعذيب.

تؤكد منظمة أطباء العالم مجدداً أن إنهاء الاحتلال يُعد شرطاً أساسياً للتعافي النفسي للشعب الفلسطيني. وبناءً على نتائج التقرير، تدعو المنظمة الدول الثالثة إلى:

- تطبيق الرأي الاستشاري الصادر عن محكمة العدل الدولية في تموز 2024 من خلال اتخاذ إجراءات فورية وملموسة لإنهاء الاحتلال، بما في ذلك الانسحاب العسكري الكامل ووقف سياسة الضم.

- الضغط على السلطات الإسرائيلية لوقف الممارسات التي قد ترقى إلى مستوى التعذيب النفسي، بما في ذلك الاعتداءات على المدنيين والتهجير القسري.

- ضمان الحق في الصحة، بما في ذلك الصحة النفسية، لجميع الفلسطينيين والفلسطينيات بمن فيهم اللاجئين، ودعم حل سياسي يشمل حقوق اللاجئين.

- حماية ولاية وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين باعتبارها ضرورية لتقديم الخدمات الأساسية.

- ضمان الوصول الإنساني الآمن ورفع القيود المفروضة على الحركة التي تؤثر على الفلسطينيين والمنظمات الإنسانية المحايدة

قائمة الاختصارات

ICJ	محكمة العدل الدولية
MdM	منظمة أطباء العالم
MHPSS	الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي
oPt	الأرض الفلسطينية المحتلة
PFA	الإسعاف النفسي الأولي
UN	الأمم المتحدة
UNGA	الجمعية العامة للأمم المتحدة
UNRWA	وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين
WHO	منظمة الصحة العالمية

مقدّمة

لطالما عانى اللاجئون الفلسطينيون واللاجئات الفلسطينيات في الضفة الغربية الواقعة ضمن الأرض الفلسطينية المحتلّة من التعرض المستمر للعنف نتيجة الاقتحامات العسكرية الإسرائيلية المتكررة والإغلاقات المفروضة على مخيماتهم.

حيث صعّدت القوات الإسرائيلية في منتصف كانون الثاني 2025، وبالتزامن مع دخول اتفاق وقف إطلاق النار حيّز التنفيذ في قطاع غزة، هذه الهجمات ضد المخيمات إلى مستويات غير مسبوقة منذ الانتفاضة الثانية (2000-2005)، مما أدى إلى أكبر عملية تهجير قسري جماعي للفلسطينيين في الضفة الغربية منذ عام 1967 [2].

تعمل منظمة أطباء العالمعلى دعم اللاجئين الفلسطينيين المتضررين من عنف الاحتلال الإسرائيلي، من خلال تقديم خدمات الطوارئ في مجال الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي، إضافة إلى الإرشاد الفردي والأسري وبناء القدرات.

تنفذ القوات الإسرائيلية عمليات عسكرية واسعة في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس للاجئين منذ كانون الثاني 2025. وتشمل الأساليب المستخدمة من قبل الجيش الإسرائيلي، والتي تشبه تلك المطبقة في قطاع غزة منذ تشرين الأول 2023، فرض الحصار والقصف الجوي والتدمير الواسع للبنى التحتية المدنية والتهجير القسري الجماعي مع الحرمان غير القانوني من العودة[3] ، وأخيراً، عرقلة وصول المساعدات الإنسانية. تم تهجير أكثر من 44,000 لاجئ فلسطيني قسراً، أي ما يزيد عن 90% من إجمالي سكان المخيمات الثلاثة.[4]

بات معظمهم موزعاً على أحياء وقرى ومراكز إيواء مختلفة، خاصة في محافظتي جنين وطولكرم، حيث يواجهون محدودية الوصول إلى الخدمات الأساسية والمساعدات الإنسانية، ويبقون عرضة لاقتحامات عسكرية إسرائيلية متكررة.

وفي الوقت نفسه، يفرض الجنود الإسرائيليون وجوداً عسكرياً دائماً داخل مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس، ويواصلون إصدار أوامر التهجير القسري لما تبقى من السكان، إلى جانب تدمير البنية التحتية المدنية باستخدام آليات عسكرية ثقيلة. [5]

شرعت الحكومة الإسرائيلية في أيار 2025 في تسجيل الأراضي بشكل أحادي في المنطقة (ج)، متجاوزة حقوق الملكية الفلسطينية ومضفية صفة الشرعية للبؤر الاستيطانية.

أما مشروع القانون غير الملزم الذي أقره الكنيست في تموز 2025، فيمثل خطوة رمزية تكشف الهدف السياسي للحكومة الإسرائيلية بضم الضفة الغربية، في انتهاك لالتزاماتها القانونية الدولية بوقف جميع أنشطة الاحتلال.

وفي آب 2025، جاء التصديق النهائي من الحكومة الإسرائيلية على خطة الاستيطان المعروفة بـE1 في القدس الشرقية المحتلة ليشكل خطوة خطيرة وغير قانونية أخرى نحو تكريس ضم الضفة الغربية المحتلة، في انتهاك للقانون الدولي الذي يحظر الاستيلاء على الأراضي بالقوة.

يتعرض اللاجئون الفلسطينيون في مناطق أخرى من الضفة الغربية المحتلة، بما في ذلك القدس الشرقية بشكل متزايد لبيئة قسرية تتصاعد بوتيرة سريعة.[6]

ففي المخيمات مثل الفوّار والعروب جنوب الضفة الغربية، أصبحت اقتحامات الجيش الإسرائيلي المفاجئة والمتكررة شبه يومية منذ كانون الثاني 2025، مما يعرّض العائلات للعنف العسكري وإلى حالة دائمة من انعدام الأمن والخوف على حياتهم.[7]

كما يشتد الخناق على مخيمات اللاجئين بفعل الحواجز العسكرية الإسرائيلية[8] التي تجبر السكان على الاختيار بين التعرض اليومي للمضايقات العسكرية أو العيش في عزلة داخل أحيائهم.

في حين أن موجة العنف الحالية التي تشنها القوات الإسرائيلية ضد مخيمات اللجوء الفلسطينية تمثل واقعاً خطيراً جديداً من التهجير الجماعي، والتدمير الواسع، والوجود العسكري الدائم، إلا أنه لطالما عانت هذه التجمعات ومنذ زمن طويل من اقتحامات عسكرية منتظمة ووحشيّة، وإغلاقات في جميع الأنحاء وحرمان اجتماعي واقتصادي.

وبينما تكافح العائلات للتأقلم مع الأثر النفسي القاسي للظروف غير المحتملة المفروضة منذ كانون الثاني 2025، فإنها تواجه أيضاً آثار عقود من الحرمان والتعرض المستمر للعنف العسكري.

غالباً ما تتجاوز أشكال الصدمة التي يختبرها الفلسطينيون في الأرض الفلسطينية المحتلة التعريفات الطبية التقليدية. وكما أبرزت دراسة الحالة التي أصدرتها منظمة أطباء العالم عام 2024 بعنوان:[9]

"محرومون من الصحة - كيف تخنق الحواجز العسكرية الإسرائيلية القرى الفلسطينية من الوصول إلى الرعاية الصحية"، فإن المعاناة النفسية التي يعيشها الفلسطينيون تحت الاحتلال العسكري الإسرائيلي يمكن توصيفها بشكل أدق من خلال تأطير الصدمة التاريخية المستمرة الجماعية العابرة للأجيال، والمتكررة والمعقدة والمتراكمة.

السياق التاريخي:
اللاجئون واللاجئات الفلسطينيون في الضفة الغربية المحتلة

تحمل تجمعات اللجوء الفلسطينية صفة اللاجئ منذ عام 1948، حين نفّذت القوات والميليشيات الإسرائيلية عملية تهجير قسري جماعي لمئات الآلاف من الفلسطينيين من أراضيهم الأصلية، إلى لبنان وسوريا والأردن وقطاع غزة والضفة الغربية.

وتعرف هذه التجربة الجماعية للعنف واسع النطاق لدى الفلسطينيين باسم النكبة، وهي كلمة عربية تعني "الكارثة". نتيجة لذلك، يعيش اليوم أكثر من 900,000 لاجئ فلسطيني في 19 مخيماً في الضفة الغربية المحتلة، بما في ذلك القدس الشرقية، أي ما يقارب ثلث إجمالي السكان الفلسطينيين في هذه المنطقة.[10]

هذا الحرمان الجماعي واسع النطاق الذي يعاني منه اللاجئون الفلسطينيون لم يقتصر على فقدان أراضيهم الأصلية وبيوتهم وحقولهم، بل حرمهم وحرم الأجيال اللاحقة من سبل العيش التقليدية والأصول الإنتاجية ومصادر الدخل.

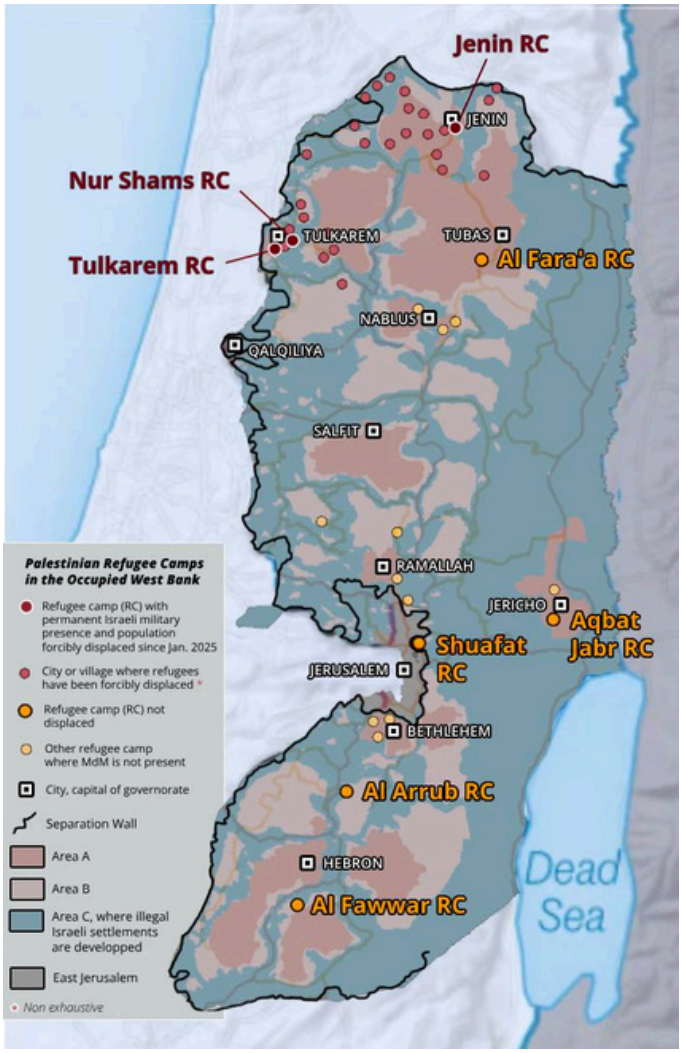
لذلك، أنشأت الجمعية العامة للأمم المتحدة عام 1949 وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (الأونروا) بهدف تقديم الإغاثة الإنسانية الطارئة، إضافة إلى الخدمات العامة والتنموية مثل التعليم والرعاية الصحية والإغاثة والخدمات الاجتماعية، وتحسين البنية التحتية للمخيمات وغيرها من الخدمات الأساسية.

وقد تحولت المخيمات لاحقاً، بعد أن أُنشئت في البداية كملاجئ طارئة في 1948، إلى أحياء خرسانية مكتظة ومزدحمة نتيجةً للقيود المفروضة على توسعها ضمن حدودها الأصلية.

ونتج عن الحرمان الجماعي عبر الأجيال للاجئين الفلسطينيين حالة من الفقر المزمن والمعاناة الاجتماعية والاقتصادية المستمرة، تتسم بالفقر المزمن والبطالة المرتفعة، ومحدودية فرص التنمية. لذلك، تستمر ولاية الأونروا بموجب قرارات الجمعية العامة للأمم المتحدة حتى التوصل إلى حل عادل لقضية اللاجئين الفلسطينيين.[11]

لطالما كانت المخيمات في الضفة الغربية المحتلة عرضة بشكل أكبر لاقتحامات عسكرية إسرائيلية متكررة، والتي أسفرت عن عمليات قتل واعتقال وتدمير للبنية التحتية المدنية، وقطع لخطوط الكهرباء والمياه، وهي ممارسات تصاعدت بشكل كبير في السنوات الأخيرة، ولا سيما منذ تشرين الأول2023 .[12]

وقد وصف خبراء قانونيون ومسؤولون في الأمم المتحدة السياسات المنهجية التي تنفذها السلطات الإسرائيلية، من هجمات وهدم وقيود على الحركة ضد الفلسطينيين في الضفة الغربية بما في ذلك المخيمات، بأنها عقاب جماعي.[13]



التسلسل الزمني للأحداث منذ كانون الثاني *2025*:

***19* كانون الثاني:** دخول اتفاق وقف إطلاق النار حيز النفاذ في قطاع غزة. وفي الساعات القليلة التالية، ينصب الجيش الإسرائيلي عشرات الحواجز الإضافية، مما يعرقل حرية حركة الفلسطينيين والعاملين في المجال الإنساني في الضفة الغربية.

***21* كانون الثاني، مخيم جنين:** يشن الجيش الإسرائيلي عملية نقل قسري جماعي لسكان المخيم، ويقتحم المخيم ويقيم تواجداً عسكرياً دائماً.

***27* كانون الثاني، مخيما طولكرم ونور شمس:** يشن الجيش الإسرائيلي عملية نقل قسري جماعي لسكان المخيمين، ويقتحم المخيمان ويقيم تواجداً عسكرياً دائماً

***3* شباط، مخيم الفارعة:** ينفذ الجيش الإسرائيلي عملية نقل قسري مؤقتة لسكان المخيم حتى *11* شباط.

***23* شباط:** دخول الدبابات الإسرائيلية إلى الضفة الغربية قرب جنين. كما ويعلن وزير الدفاع الإسرائيلي كاتس أن الجيش الإسرائيلي "يستعد للبقاء لفترة طويلة في المخيمات التي تم إخلاؤها، خلال العام المقبل، ولن يسمح للسكان بالعودة".

يقدم هذا التقرير رؤى مباشرة حول الأضرار النفسية التي لحقت باللاجئين الفلسطينيين في الضفة الغربية جراء الاحتلال الإسرائيلي غير القانوني، استناداً إلى الخبرة المهنية لفِرق الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي التابعة لمنظمة أطباء العالم في تدخلاتها اليومية مع ثماني تجمعات لاجئة.

المنهجية

1. خلفيّة عامّة

يستجيب برنامج الطوارئ للدعم النفسي والاجتماعي التابع لمنظمة أطباء العالم منذ عام 2021 لاحتياجات الصحة النفسية لدى الفلسطينيين والفلسطينيات عقب الهجمات التي ينفذها الاحتلال الإسرائيلي، سواء من قبل المستوطنين أو الجيش. يتم إرسال فرق المنظمة ضمن هذا البرنامج إلى الميدان لتقييم الوضع وتقديم خدمات الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي للأفراد أو المجموعات.

وبعد التدخل الأولي، تقدم الفرق الإسعاف النفسي الأولي للأشخاص الأكثر تأثراً بعنف الاحتلال الإسرائيلي[14] أما بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من ضغوطات نفسية منخفضة إلى متوسطة الحدة، فتقوم فرق المنظمة بتقديم تدخلات متقدمة في الصحة النفسية بعد الزيارة الثانية، وتشمل إدارة المشكلات [15] وجلسات الإرشاد النفسي،[16]

بالإضافة إلى الإحالة إلى خدمات الصحة النفسية المتخصصة وإلى منظمات متعددة القطاعات. يتم تنفيذ هذا التدخل الطارئ في مجال الدعم النفسي والاجتماعي للاجئين الفلسطينيين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة وعقبة جبر وشعفاط والفوّار والعروب.

وقد حددت منظمة أطباء العالم هذه المخيمات لتنفيذ استجابتها الطارئة بالتنسيق الوثيق مع المجموعة الفنية للدعم النفسي والاجتماعي (MHPSS Technical Working Group) على مستوى المحافظات ومع الأونروا نظراً لتعرضها لاقتحامات وهجمات مكثفة من قبل القوات الإسرائيلية.

ويضم كل مخيم من هذه المخيمات مركز رعاية صحية أولية تديره الأونروا، يتم فيه تقديم الخدمات الطبية وخدمات الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي معاً. وخلال فترة الدراسة، قامت منظمة أطباء العالم بتشغيل 20 عيادة متنقلة.

منذ عام 2023، تنفذ المنظمة برنامجاً آخر لتطوير خدمات الصحة النفسية بالتنسيق مع منظمات مجتمعية في مخيم الفوّار، يشمل التقديم المباشر لخدمات الإرشاد والدعم النفسي الاجتماعي على مستوى المجتمع والأسرة والفرد وبناء القدرات، بالإضافة إلى الإحالة.

كما تقدم المنظمة منذ كانون الثاني 2025 خدمات الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي للاجئين الفلسطينيين من مخيمات جنين وطولكرم ونورٍ شمس في المدن والقرى التي تم تهجيرهم إليها قسراً من قبل الجيش الإسرائيلي.

2. جمع البيانات

يعتمد هذا التقرير على الملاحظات الميدانية والسريرية لفِرق الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي وإلى جانب شهادات اللاجئين الفلسطينيين والبيانات الكمية التي جُمعت من خلال برامج الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي في المنظمة بين كانون الثاني 2024 وآذار 2025.

أجرت المنظمة خلال فترة جمع البيانات استشارات الإسعاف النفسي الأولي لدعم أكثر من1600 فلسطيني تعرضوا للعنف في هذه المخيمات الثمانية. وقد تلقى 172 شخصاً من بين هؤلاء زيارة ثانية في إطار خدمات الدعم النفسي والاجتماعي، مع العلم أن البيانات المتقدمة والإحصاءات المتعلقة بتحليل الأعراض تستند إلى سجلات الزيارات الثانية فقط.

كما تم جمع البيانات النوعية من أخصائي الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي في منظمة أطباء العالم عبر مجموعات نقاش مركزة شبه منظمة عُقدت بشكل متكرر خلال الفترة من كانون الثاني 2024 حتى آذار 2025.

أما بالنسبة لشهادات اللاجئين الفلسطينيين فقد تم توثيقها من قبل فرق المنظمة عقب التدخلات النفسية والاجتماعية.

3. الإطار التحليلي

ينطلق هذا التقرير من مبدأ أن الحالة النفسية للفلسطينيين الذين يعيشون تحت الاحتلال العسكري الإسرائيلي طويل الأمد لا ينبغي أن تُختزل في إطار مَرَضي.

فعندما يبقى مصدر المعاناة العاطفية أو الجسدية أو النفسية قائماً، مثل استمرار العنف أو التهديد، لا يجب فهم هذه الاستجابات كأعراض لاضطراب ما، بل كردود أفعال وآليات بقاء في مواجهة حالة دائمة من الخطر.[17]

بعبارة أخرى، إن المعاناة النفسية هي استجابة طبيعية ومتوقعة لوضع غير طبيعي يتمثل في التعرض المستمر لعنف الاحتلال.

وتسعى منظمة أطباء العالم من خلال هذا التقرير إلى تسليط الضوء على الأسباب الجذرية للمعاناة النفسية في السياق الفلسطيني.

كما ويتبنى التقرير نهجاً قائماً على الحق في الصحة،[18] مع الاعتراف بالدور الحاسم الذي يلعبه العنف السياسي والقمع الممنهج للاحتلال الإسرائيلي باعتباره الإطار البنيوي الذي تتشكل فيه وتستمر المعاناة النفسية للفلسطينيين.

تُعرّف منظمة الصحة العالمية (WHO) في مقدمة دستورها الصحة بأنها: "حالة من اكتمال السلامة البدنية والنفسية والاجتماعية، وليست مجرد غياب المرض أو العجز". كما ينص دستور منظمة الصحة العالمية على ما يلي:

- يجب أن يتمتع جميع البشر "بأعلى مستوى ممكن من الصحة [...] دون تمييز على أساس العرق أو الدين أو المعتقد السياسي أو الوضع الاقتصادي أو الاجتماعي" وأن
- "صحة جميع الشعوب أمر أساسي لتحقيق السلام والأمن، وتعتمد على أقصى درجات التعاون بين الأفراد والدول".

الجزء الأول: التعرض المتكرر والمتصاعد والدائم لعنف الاحتلال: المعاناة النفسية المزمنة في ظل الخوف والقلق الدائمين

1.1. التعرض المتكرر لعنف الاحتلال: حياة التجمعات في ظل يقظة مفرطة وتوقع دائم للهجوم والموت

لقد عانى اللاجئون الفلسطينيون لعقود من الاقتحامات العنيفة وعمليات القتل التي ينفذها الجيش الإسرائيلي، مع تصاعد خطير في وتيرة هذه الانتهاكات منذ تشرين الأول من العام 2023. فقد نفّذت القوات الإسرائيلية في عام 2021 ما معدله تسع عمليات عسكرية أسبوعياً داخل أحد المخيمات الفلسطينية التسعة عشر في الضفة الغربية أو حولها؛ وارتفع هذا المعدل بحلول عام 2022 إلى 13 عملية أسبوعياً.[19]

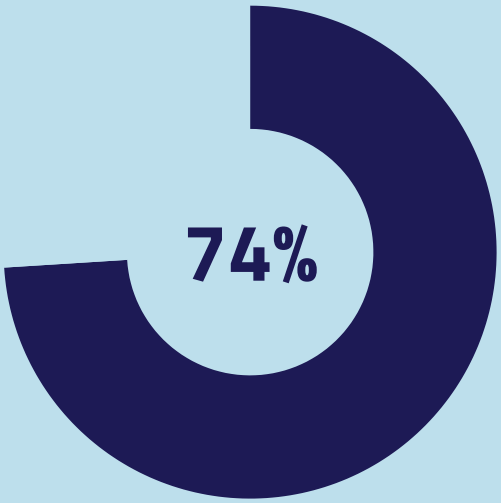
وفي الفترة ما بين 7 تشرين الأول 2023 و30 حزيران 2024، نُفِّذت أكثر من 11,000 عملية اقتحام عسكري في الضفة الغربية، وسُجِّلت ثلث عمليات القتل الناتجة عن هذه العمليات داخل مخيمات اللاجئين الفلسطينيين، ولا سيما في المخيمات الشمالية: جنين ونور شمس وطولكرم.[20]

يتعرض اللاجئون الفلسطينيون خلال هذه الاقتحامات لأشكال متعددة من العنف العسكري.

وتفعّل منظمة أطباء العالم استجابتها الطارئة في مجال الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي داخل المخيمات في مواجهة الأشكال التالية من الانتهاكات التي ترتكبها القوات الإسرائيلية: القتل والإصابات والترهيب والاقتحامات المنزلية والاعتقالات والتهجير القسري والهدم وإلحاق الأضرار بالممتلكات.

"يعيش [اللاجئون المهجّرون في الشمال] في حالة ترقّب دائم، حيث يتوقعون أن ينفذ الجيش الإسرائيلي عملية جديدة ضدهم في أي لحظة حتى بعد أن تم تهجيرهم بالفعل. إنهم يفتقدون الإحساس بالأمان الذي كان لديهم سابقاً، حتى وإن كان ذلك في المخيم، حيث اعتادوا مواجهة العديد من الاقتحامات العسكرية."

أخصائي اجتماعي في منظمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(آذار 2025)*.



من اللاجئين/ات الفلسطينيين/ات الذين زارتهم منظمة أطباء العالم **لأكثر من حادث عنف** خلال فترة قصيرة.

الرسم البياني 1: النسبة المئوية للفلسطينيين الذين أبلغوا عن تعرضهم لأكثر من حادثة عنف واحدة في فترة زمنية قصيرة، من بين 263 فلسطينيًا من ذوي وضع اللاجئ ضحايا الهجمات الإسرائيلية العنيفة الذين تلقوا مساعدة طبية من منظمة أطباء العالم في الفترة من يناير 2024 إلى مارس 2025.

لا وقت للتعافي: أحداث عنف متتالية بلا توقف

يتعرض الفلسطينيون في مخيمات اللجوء للعنف العسكري بشكل متكرر وواسع. وما بين كانون الثاني 2024 حتى آذار 2025، **أفاد 74% من بين ما مجموعه 263 لاجئاً فلسطينياً من ضحايا الهجمات العسكرية الإسرائيلية العنيفة والذين تلقوا الإسعاف النفسي الأولي من منظمة أطباء العالم بتعرضهم لأكثر من حادثة عنف خلال أربعة أشهر فقط.**

"العيش تحت الاحتلال جعل الخوف جزءاً من الحياة اليومية. حيث تواجه العائلات حالة دائمة من انعدام الأمن والاستقرار، مدركةً أن الاقتحامات العسكرية أو التهجير القسري قد يحدثان في أي لحظة دون إنذار. وتتعلق أعمق مخاوف هذه العائلات بأطفالهم، خشية أن يتعرضوا للأذى أو الاعتقال أو الاعتداء. هذا الخوف يطبع كل جانب من حياتهم، من الروتين اليومي إلى طريقة تفكيرهم بالمستقبل."

أخصائي اجتماعي في منظمة أطباء العالم يعمل في مخيم عقبة جبر *(آذار 2025)*.

وهكذا، يجد اللاجئون الفلسطينيون أنفسهم مراراً وتكراراً في مواجهة وجود عسكريداخل أماكن سكنهم، يرتبط دائماً بإمكانية فورية للتعرض للقتل، أو مشاهدة قتل أحد أفراد الأسرة أو المجتمع، دون امتلاك أي وسيلة لحماية أنفسهم أو أطفالهم.

تولّد هذه التجارب المتكررة والعميقة التي يعيشها الآباء في عجزهم عن حماية أطفالهم خوفاً دائماً لا يمكن احتماله من احتمال قتل أطفالهم، وهو ما تحدده فرق الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي كأحد أبرز مسببات القلق في المخيمات. حيث تعيش المجتمعات في حالة ترقب دائم لموعد الضربة التالية التي قد تجلب الأذى أو الموت.

وتؤكد فرق منظمة أطباء العالم أن اللاجئين الفلسطينيين يعيشون تحت تهديد مستمر بالموت، مما يجعل توقع العنف جزءاً من النسيج النفسي والاجتماعي للحياة اليومية.

إن التجربة المتكررة لاحتمال الموت تصبح عنصراً راسخاً في الوجود اليومي، لتخلق واقعاً غير طبيعياً يترسخ فيه التهديد المستمر وانعدام الاستقرار كأساس للحياة اليومية.

"قد يعيش الناس حياتهم اليومية بشكل طبيعي، ثم في لحظة يقتحم الجنود المكان، فيسود التأهب ويرتفع الأدرينالين بسبب شعورهم بالتهديد ومعرفتهم بأنهم قد يواجهون الموت في أي لحظة. وبعد ساعة ينسحب الجنود، وتعود الحياة كما لو كانت طبيعية. سيكون لهذا الإيقاع وتكراره المتزايد أثر بالغ على الصحة النفسية للفلسطينيين."

أخصائي نفسي في منظمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*

يعطل التعرض المتكرر لعنف الاحتلال حياة الفلسطينيين اليومية بشكل كبير، إذ يفرض على الأفراد والتجمعات حالة دائمة من اليقظة المفرطة، التي تتطلب التفعيل المستمر لجهاز الاستجابة للتوتر في الجسم، وهي حالة مرهقة جسدياً يصعب تحملها.

أمّا بالنسبة للأطفال، فيشكّل التعرض المتكرر للعنف العسكري المرتبط بخطر الموت ضغطاً نفسياً شديداً يهدد بشكل عميق نموهم العاطفي والمعرفي والاجتماعي.[21]

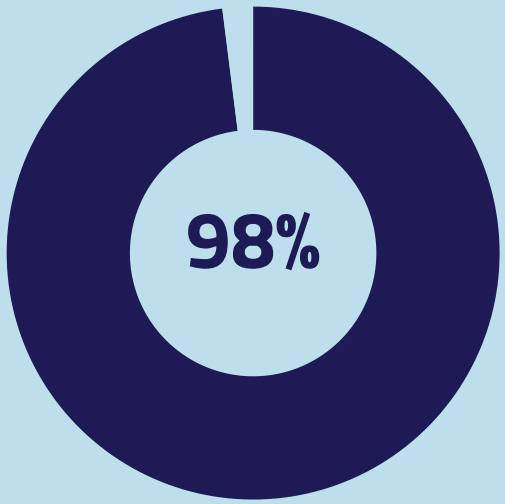
"نرى العديد من الأطفال الصغار يتشبثون بأمهاتهم خلال جلسات العلاج الأسري داخل المخيمات، ويرفضون الذهاب إلى المدرسة أو الحضانة أو حتى مغادرة المنزل. يشعر الطفل بالقلق لأنه يعلم أن لحظة خروجه من البيت تعني فقدان الأمان، وقد يشاهد الجنود.

***(...)* نلاحظ الكثير من حالات التراجع في التطور لدى الأطفال الذين حققوا مراحل معينة من التطور مثل الانفصال عن الوالدين أو النوم بمفردهم في غرفهم. أو أطفال كانوا قادرين على الذهاب إلى الحمام بمفردهم، لكنهم يبللون فراشهم الآن. يتراجع هؤلاء الأطفال في العديد من المراحل حالياً بسبب الواقع الذي يعيشونه.**

***(...)* وهناك أطفال آخرون يتصرفون بطريقة أكثر نضجاً. فقد كثير من الأطفال في المخيمات والديهم، أو تعرض والديهم للسجن والإذلال، الأمر الذي أجبرهم على النضوج بشكل سريع لملء الفراغ وحماية الأسرة. يفقد هؤلاء الأطفال فرصة عيش الطفولة عندما يضطرون إلى التصرف كالكبار، فيكبرون مع اضطرابات عاطفية وسلوكية لأنهم لم يلعبوا ولم يخطئوا، بل اضطروا للنضوج بسرعة"**

أخصائي نفسي في منظمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

يشير انتشار مؤشرات الضغط النفسي والأعراض النفسية التي أبلغ عنها اللاجئون الفلسطينيون ضحايا الهجمات العسكرية الإسرائيلية العنيفة والذين تلقوا زيارات فرق الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي من منظمة أطباء العالم، إلى أن حالة اليقظة المفرطة المستمرة أصبحت تجربة شبه شاملة بين اللاجئين.



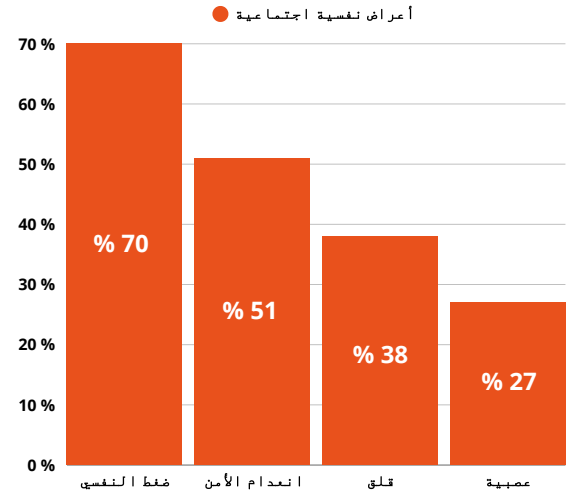
من اللاجئين/ات الفلسطينيين/ات الذين زارتهم منظمة أطباء العالم يظهرون **أعراض قوية للضغط النفسي.**

الرسم البياني 2: نسبة الفلسطينيين الذين أبلغوا عن مؤشرات شديدة على الضيق النفسي، من بين 263 فلسطينيًا من ذوي صفة اللجوء كانوا ضحايا اعتداءات إسرائيلية عنيفة وتلقّوا إسعافات نفسية أولية (PFA) من منظمة أطباء العالم خلال الفترة من كانون الثاني/يناير 2024 إلى آذار/مارس 2025.

محاصرون في دائرة التوتر: الضغط النفسي كمؤشر رئيسي لتأثيرات الصحة النفسية.

أفاد 98٪ من بين 263 لاجئاً فلسطينيًا تعرضوا لهجمات عنيفة من قبل الجيش الإسرائيلي وتلقّوا الإسعاف النفسي الأولي من أطباء العالم، بظهور أعراض قوية وواضحة للضغط النفسي خلال الفترة من كانون الثاني 2024 حتى آذار 2025.

يتم تحديد علامات الضغط النفسي القوية والواضحة من قبل أخصائي الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم عندما يظهر لدى الأشخاص أعراض انفصال عن الواقع، كضعف في التواصل وقصور وظيفي وتفكير بالموت واضطراب عاطفي أو انفعالي.



الرسم البياني 3: الذي يوضح النسبة المئوية من 172 من المرضى الذين تلقّوا الزيارة الثانية من فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي بين كانون الثاني 2024 وآذار 2025، والذين يعانون من أعراض الضغط النفسي وانعدام الأمن والقلق والعصبية.

ويظهر تحليل الأعراض لدى 172 مريضًا ممن تلقّوا الزيارة الثانية من فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظمة أطباء العالم أن حالة اليقظة المستمرة الناتجة عن البيئة القسرية والهجمات العسكرية الإسرائيلية تؤدي إلى شعور بالضغط النفسي/التوتر (لدى 70٪)، وانعدام الأمان (لدى 51٪)، والقلق (لدى 38٪)، والعصبية (لدى 27٪).[22]

تشير هذه النسب المرتفعة لظهور مظاهر الضيق النفسي لدى الفلسطينيين الذين تلقّوا زيارات متابعة من فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظمة أطباء العالم إلى نمط من المعاناة الجماعية التي تشكّلت بفعل التعرض المطوّل والمتكرر لحوادث العنف والحياة في بيئة قسرية.

وعليه، لا ينبغي النظر إلى شهادات الفلسطينيين الذين تلقّوا زيارات الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي من منظمة أطباء العالم، وشهادات الأخصائيين الواردة في هذا التقرير، كحالات فردية معزولة، بل يجب اعتبارها انعكاسًا لتجارب آلاف اللاجئين الفلسطينيين، وجزءًا من صدمة جماعية متجذّرة في تجربة مشتركة من الاحتلال العسكري والحرمان والشعور العميق بالانتماء الوطني.[23]

1.2. تصاعد عنف الاحتلال: تضاعف الضغوط وتنامي مشاعراليأس وفقدان الأمل

اتصاعد العنف العسكري الإسرائيلي في السنوات الأخيرة ضد مخيمات اللجوء الفلسطينية ليصل إلى مستوى خطير ومستمر من التصعيد. قتلت القوات الإسرائيلية بين كانون الثاني ونيسان 2025،[24] من الفلسطينيين ما يعادل إجمالي عدد من قتلتهم في عام 2022 (أكثر من 100 شخص)،[25] وذلك بشكل أساسي خلال الاقتحامات التي استهدفت مخيمات اللجوء

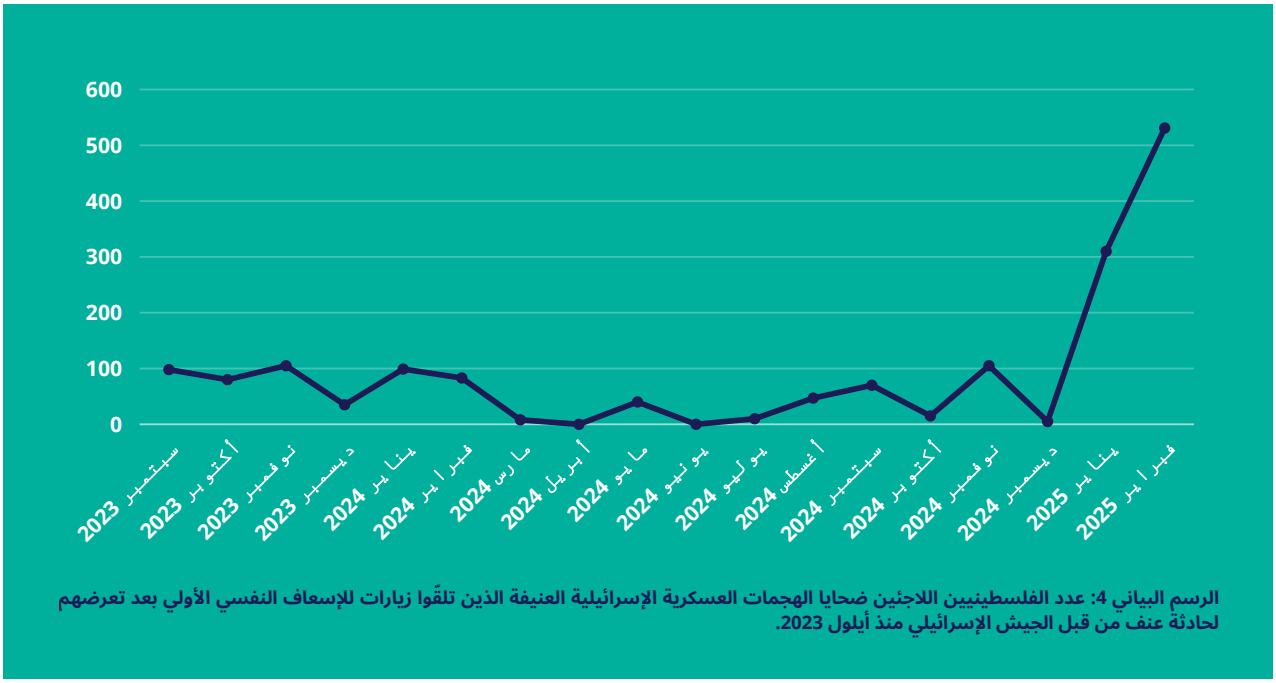
تشير فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظمة أطباء العالم إلى وجود مرحلتين أساسيتين متتاليتين في تصعيد عنف الاحتلال ضد مخيمات اللجوء في الضفة الغربية: الأولى بعد تشرين الأول 2023، والثانية التي بدأت منذ كانون الثاني 2025.

يتميز التصعيد الثاني بزيادة مطردة في وتيرة الاقتحامات وعمليات القتل وتشديد القيود على الحركة، إضافة إلى تحوّل في طبيعته يتمثل في ظهور نمط جديد من التهجير القسري الجماعي للاجئين الفلسطينيين في شمال الضفة الغربية.

أدّى التصعيد العسكري الإسرائيلي في عام 2025 ضد المخيمات في جنين وطولكرم وطوباس إلى زيادة كبيرة في الاحتياجات المتعلقة بالصحة النفسية: **ففي حين تدخلت منظمة أطباء العالم مع ما يقارب من 100 فلسطيني من اللاجئين واللاجئات شهريًا منذ أيلول 2023 في الضفة الغربية، إلا أن هذا الرقم ارتفع ليصل إلى 500 في شباط 2025.**

يعكس هذا الارتفاع في نشاط فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي لدى منظّمة أطباء العالم زيادة موثقة في عدد الأفراد المتأثرين بعنف الاحتلال الإسرائيلي.

فعلى سبيل المثال، سجّلت منظمة أطباء العالم في تشرين الثاني 2024، 113 حادثة عنف محفزة للتدخل النفسي (تُعرّف هذه الحوادث بأنها واقعة عنف من الاحتلال تؤثر على فرد أو أكثر، يتم بعدها تقديم خدمات الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي)، واستجابت بزيارات إسعاف نفسي أولي لـ 105 منها.



الرسم البياني 4: عدد الفلسطينيين اللاجئين ضحايا الهجمات العسكرية الإسرائيلية العنيفة الذين تلقّوا زيارات للإسعاف النفسي الأولي بعد تعرضهم لحادثة عنف من قبل الجيش الإسرائيلي منذ أيلول 2023.

وسجّلت المنظمة في شباط 2025، 556 حادثة واستجابت بزيارات إسعاف نفسي أولي لـ 531 منها. هذا الارتفاع الحاد في كل من الحوادث الموثقة والاستجابات النفسية يوضح زيادة واضحة في الاحتياجات على الأرض، ولا يمكن نسبها إلى تغييرات في قدرة أطباء العالم التشغيلية.

"يقتحم الجيش المخيم مرة أو مرتين كل ليلة. يدخلون المنازل ويقومون بتكسير كل شيء ثم يعتقلون عددًا كبيرًا من شباب المخيم. كانت تحدث هذه الاقتحامات قبل وقف إطلاق النار *[في 18 كانون الثاني 2025]* مرة أو مرتين في الشهر، إلا أنها أصبحت تحدث بشكل يومي.

[...] كما بدأ الإغلاق أيضًا بعد وقف إطلاق النار، حيث لم يعد من السهل الدخول والخروج من المخيم، هناك حاجز وبوابة حيث يقوم الجنود الإسرائيليون بتفتيش الناس وأخذ بطاقات الهوية وتصويرهم. *[الجنود]* يضربون الناس عند اقترابهم من البوابة: الشباب والمعلمين والأطباء. يحاول الناس الخروج من مخيم العروب في بداية كل يوم، مما يولد التوتر عندهم في الصباح. يستغرق الآن الوصول من العروب إلى بيت لحم ساعة ونصف على الأقل، بينما كان يستغرق سابقًا *15* دقيقة فقط.

[...] تُفتح البوابة من الساعة *7* حتى *9* صباحًا، ثم في المساء من *5* حتى *6* مساءً. وتكون مغلقة في غير هذه الأوقات، حتى في حالات الطوارئ عندما يحتاج الناس للذهاب إلى المستشفى. يستخدم الناس طريقًا بديلًا طويلًا ووعرًا وغير آمن عند إغلاقها، وتضطر حتى سيارة الإسعاف إلى أن تسلك هذا الطريق الصعب للوصول إلى بيت لحم."

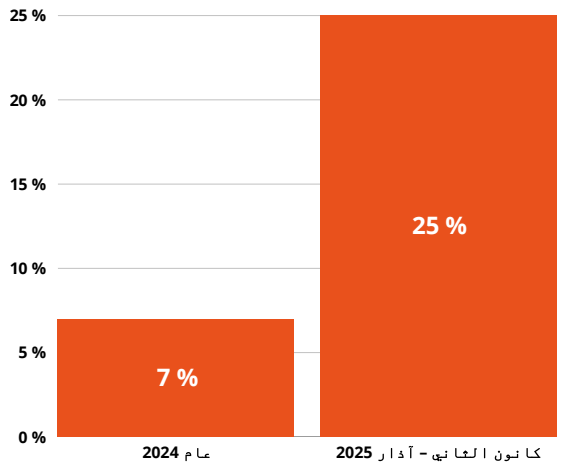
أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل ويعيش في مخيم العروب *(آذار 2025)*.

"يأتي الآن الجنود إلى مخيم الفوّار بمعدل مرة كل يومين. يريدون أن يعرف الناس أنهم موجودون طوال الوقت. البوابة دائمًا مغلقة."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*

كما يشير أخصائيو الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في أطباء العالم إلى تصعيد خطير في الاقتحامات العسكرية الإسرائيلية منذ كانون الثاني 2025 في مخيمات أخرى في الضفة الغربية المحتلة، حيث ازدادت من اقتحام واحد شهريًا إلى عدة مرات أسبوعيًا.

ويترافق ذلك مع زيادة كبيرة في إغلاق الحواجز والبوابات عند مداخل المخيمات والمضايقات اليومية من الجنود، مما يفرض بطبيعة الحال حالة من العزل المكاني القسري على تجمعات تضم آلاف الأشخاص.



الرسم البياني 5: تطوّر مؤشرات الشعور بانعدام الأمل لدى اللاجئين الفلسطينيين الذين تلقّوا زيارة ثانية لخدمات الصحة النفسية والدعم النفسي-الاجتماعي (MHPSS) من منظمة أطباء العالم خلال الفترة من كانون الثاني/يناير 2024 إلى آذار/مارس 2025.

تهديدات الجيش الإسرائيلي المباشرة وغير المباشرة بارتكاب أعمال عنف وتكرارها وتصعيدها تدفع إلى تعميق مشاعر اليأس وانعدام الأمل لدى اللاجئين الفلسطينيين، إذ يجدون أنفسهم عاجزين وبدون حماية في مواجهة أشكال متزايدة من الأذى المتكرر والمتصاعد: فقد ارتفعت مؤشرات انعدام الأمل من 7٪ في عام 2024 إلى 25٪ في مطلع عام 2025 بين 172 فلسطينيًا من اللاجئين ضحايا الهجمات العسكرية الإسرائيلية العنيفة الذين تلقّوا الزيارة الثانية من فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي من منظّمة أطباء العالم.[26]

يتم تحديد حالة انعدام الأمل عندما يظهر لدى الأشخاص الانسحاب الاجتماعي وفقدان الطموح والخطط المستقبلية وتدني تقدير الذات وانعدام الدافعية أو الأفكار الانتحارية.

"نفكر دائماً كيف تركوا منازلهم وكل ممتلكاتهم وهربوا بما يرتدونه فقط."

أخصائي اجتماعي من أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(آذار 2025)*.

"جاء رمضان كصفعة، أصابني بحزن شديد أكثر من أي يوم آخر. بدأنا نجمع أدوات المطبخ من الناس، بعد أن كنا عائلة ميسورة لا ينقص بيتها شيئًا."

أم تتلقى دعم الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي من منظّمة أطباء العالم، من المهجرين قسرًا من مخيم جنين إلى مدينة جنين *(آذار 2025)*.

يُبلغ اللاجئون الفلسطينيون الذين زارتهم فرق منظّمة أطباء العالم أن العائلات المُهجّرة قسرًا تكافح للتعامل مع الأثر النفسي الناتج عن اقتلاعهم من بيئتهم المألوفة ومنازلهم وأحيائهم ومصادر رزقهم.

فاقم هذا الحرمان الجماعي المفاجئ بشكل كبير الصعوبات الاقتصادية لهذه العائلات، إذ أصبحت تعتمد على المجتمعات المحيطة للبقاء، مما أثار مشاعر التبعية ودفع إلى إحساس حاد بالعجز.

"ذهبنا لأخذ بعض الأشياء وتفقد المنزل. [ملاحظة تحريرية: كان الجيش قد سمح للناس بالدخول في ذلك الوقت، لكنه ألغى القرار لاحقًا]. قبل وصولنا، بدأ الجيش بإطلاق النار علينا وأصاب والدتي، بدأت أبكي وأقول: "لا تفعلي هذا، لا تموتي"."

ابنة تتلقى دعم الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي من منظّمة أطباء العالم، من المهجرين قسرًا من مخيم جنين إلى قرية برقين *(آذار 2025)*.

كما يعبّر اللاجئون عن شعور بفقدان السيطرة على حياتهم في مواجهة التصعيد المفتوح لعنف الاحتلال، إذ يدركون تمامًا أنهم لا يستطيعون إيقافه وأنه لن يأتي أي طرف خارجي لحمايتهم وحماية أسرهم.

1.3. استمرارية عنف الاحتلال: تعطيل سير الحياة الطبيعية

يعيش اللاجئون الفلسطينيون عنف الاحتلال كهيكل دائم من خلال التعرض المتكرر والمتصاعد له، وليس فقط كسلسلة من الأحداث أو الضغوطات.

غالبًا ما تتعزز حالة اليقظة المفرطة المستمرة في المخيمات بقلق استباقي، وهو وضع يتميز بالخوف الشديد والقلق والتوتر والاستثارة الجسدية استجابةً لتهديدات مستقبلية متوقعة تمس الحياة أو أفراد الأسرة أو المنزل.

في هذه الحالة، يمكن أن يؤدي التعرض للمثيرات الخارجية مثل الأصوات المفاجئة أو الحركات أو الأشكال الفيزيائية المحددة (تلك التي تذكّر بجنود الاحتلال أو المركبات العسكرية على سبيل المثال) إلى استحضار ردود فعل مرتبطة بتجارب سابقة من التعرض للعنف العسكري الإسرائيلي. ويمكن أن تؤثر هذه الحالة بشكل كبير على القدرة على الأداء الطبيعي، خاصة عندما يُنظر إلى التهديدات المتوقعة على أنها خارجة عن السيطرة أو شديدة الخطورة.

ويُعزز هذا الإحساس بديمومة تجربة عنف الاحتلال من خلال البيئة القسرية التي تفرضها السلطات الإسرائيلية وما ينتج عنها من تفاقم للصعوبات الاقتصادية والاجتماعية.

"يضطرون إلى المرور عبر الحاجز من أجل الوصول إلى العمل، مما يعرّض حياتهم للخطر. وكما سمعنا مرارًا، كثيرًا ما يطلق الجنود النار على الرجال الذين يمرون سيرًا عبر البوابة الرئيسية، إضافة إلى الضرب والإهانة وإجبارهم على خلع ملابسهم والاستلقاء أرضًا. (...) يُوضَع الناس في موقف يضطرون فيه للاختيار بين سلامتهم ومصدر رزقهم."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

كذلك، يصبح الذهاب إلى العمل الذي يوفر عناصر أساسية للاستقرار النفسي مثل الروتين والغاية والتواصل الاجتماعي، أمرًا مستحيلًا بالنسبة للكثيرين نتيجة العزل المكاني الذي تفرضه الحواجز الإسرائيلية.

تدهورت الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية الصعبة للاجئين الفلسطينيين في شمال الضفة الغربية بشكل حاد مع عمليات الحرمان الجماعي لممتلكاتهم ومصادر رزقهم منذ يناير 2025.

فقد حُرم عشرات الآلاف من جميع ممتلكاتهم، مثل المنازل وسبل العيش والمقتنيات، بين ليلة وضحاها، وظلوا منذ ذلك الحين في حالة حرمان اقتصادي كامل واعتماد كلي. أصبح هذا الوضع اليائس دائماً بشكل فعلي، دون وجود أي أفق للحل، حيث أوضحت السلطات الإسرائيلية أن الجيش تلقى أوامر بمنع عودتهم إلى مجتمعاتهم بشكل غير قانوني.[27]

البيئة القسرية

"البيئة القسرية الجيش موجود دائمًا، والاعتقالات مستمرة في مخيم شعفاط."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل في مخيم شعفاط *(آذار 2025)*.

"أحد أهم الأمور هي أننا غير قادرون على الحركة. نعيش في سجن. تشعر أنك إنسان ضعيف، إنسان فقد الأمل، حتى أن بعض الناس لم يعودوا قادرين على الذهاب إلى العمل.

معظم ما يتحدث عنه الناس في المخيم هو البوابة: "هل البوابة مفتوحة؟ هل هي مغلقة؟ قد أتأخر الليلة وربما لن يسمحوا لي بالدخول." يؤثر ذلك على تركيز الناس حيث تنشغل عقولهم بهذه الأمور. الأمر ليس سهلًا على الإطلاق."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعيش ويعمل في مخيم العروب *(آذار 2025)*.

"الناس محاصرون حرفيًا داخل المخيم."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

إن الوجود الدائم للجنود الإسرائيليين داخل المخيمات وحولها يعزز حالة اليقظة المفرطة المستمرة، مما يؤدي إلى تنشيط دائم لاستجابة الجسم للتوتر كآلية للبقاء.

ومع فرض الحواجز العسكرية على مداخل التجمعات، ينتج عن ذلك شعور دائم بالخضوع للمراقبة والسيطرة. **يشير أخصائيو الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظمة أطباء العالم إلى انتشار شعور بالاختناق المكاني والعزل بين اللاجئين.**

حيث يُستهلك قدر كبير من الطاقة الذهنية في مراقبة فتح وإغلاق الحواجز باستمرار، مما يعزز الإحساس بالتحكم الخارجي ويعمّق مشاعر الحصار.

بمعنى آخر، تُختبر البيئة القسرية التي يفرضها الاحتلال كأنها سجن مفتوح بالنسبة لكثير من الفلسطينيين، وهو واقع يستحضر أيضًا الإحساس بالعقاب الجماعي، حيث يُعاقب شعب بأكمله ليس بسبب أي فعل ارتكبه، بل لمجرد وجوده كفلسطيني.

يعكس ذلك تجربة عميقة من الظلم يُحرم فيها الناس من حقوقهم الأساسية ليس بناءً على أفعال فردية، بل فقط بسبب هويتهم وجغرافيتهم.

الصعوبات الاقتصادية والاجتماعية المرتبطة بالاحتلال

"لم يعد بإمكانهم الوصول إلى الخدمات والموارد خارج المخيم لأن كل شيء مغلق، ويتطلب الخروج من المخيم جهدًا ووقتًا كبيرين. إضافة إلى ذلك، لا يملك الناس المال الكافي لهذا النوع من المواصلات، حيث تضاعفت أسعار النقل *[مع زيادة القيود على الحركة]*."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

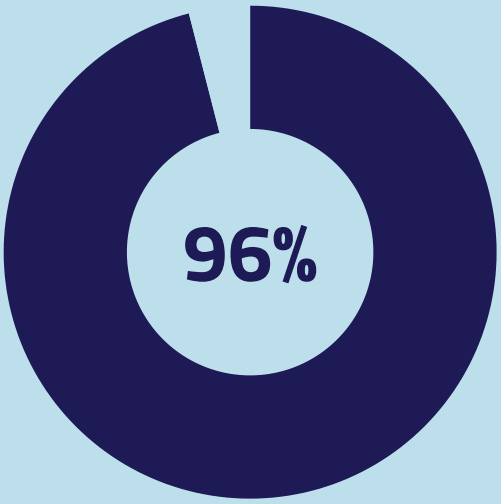
إضافة إلى ذلك، تؤدي القيود المفروضة على الحركة إلى تفاقم الوضع الاقتصادي الهش أصلًا للاجئين. حيث أكد جميع أخصائي الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظمة أطباء العالم عبر الضفة الغربية المحتلة على الأثر النفسي لتزايد الصعوبات الاقتصادية على العائلات اللاجئة، حيث فقد الكثيرون وظائفهم بسبب إلغاء التصاريح الإسرائيلية وتشديد قيود الحركة الإسرائيلية بعد تشرين الأول 2023. [28]

بالإضافة إلى ذلك، فإن الحظر الإسرائيلي على عمليات الأونروا في الأرض الفلسطينية المحتلة،[29] إلى جانب القيود التمويلية الشديدة التي فرضتها دول ثالثة،[30] تجبر الوكالة الأممية على تقليص الخدمات الأساسية في الضفة الغربية. إن غياب الخدمات الأساسية التي كانت مدعومة سابقًا من الأونروا يفاقم من معاناة اللاجئين الفلسطينيين.

"قمنا بزيارة هذه العائلة *[المهجّرة]* في برقين وهي عائلة لاجئة من مخيم جنين. يعيشون في غرفة واحدة يتشاركونها مع عائلتين أخريين، وتقسم الغرفة بستائر *[للفصل بين العائلات الثلاث]*. يعيش الناس بلا خصوصية بوضع مالي سيئ، ولا يستطيع الوالدان توفير احتياجات الأسرة."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(آذار 2025)*.

تعطيل الأداء الطبيعي



من اللاجئين/ات الفلسطينيين/ات الذين زارتهم منظمة أطباء العالم يعانون **اضطرابًا في روتينهم اليومي.**

الرسم البياني 6: نسبة الفلسطينيين الذين يعانون من اضطراب في روتينهم اليومي وعدم قدرتهم على الاستمرار في أدائه، من أصل 263 فلسطينيًا من ذوي صفة اللجوء، ممن تعرّضوا لاعتداءات إسرائيلية عنيفة وتلقّوا الإسعاف النفسي الأولي (PFA) من منظمة أطباء العالم (MdM) خلال الفترة من كانون الثاني 2024 حتى آذار 2025.

حياة يومية محطمة: أثر عنف الاحتلال الإسرائيلي

أفاد ما نسبته **96% من بين 263 فلسطينيًا لاجئاً ممن تعرضوا لهجمات عسكرية إسرائيلية عنيفة وتلقوا الإسعاف النفسي الأولي من منظمة أطباء العالم خلال الفترة من كانون الثاني 2024 حتى آذار 2025 بأنهم اختبروا اضطرابًا في روتينهم اليومي وعدم القدرة على ممارسته مجددًا.**

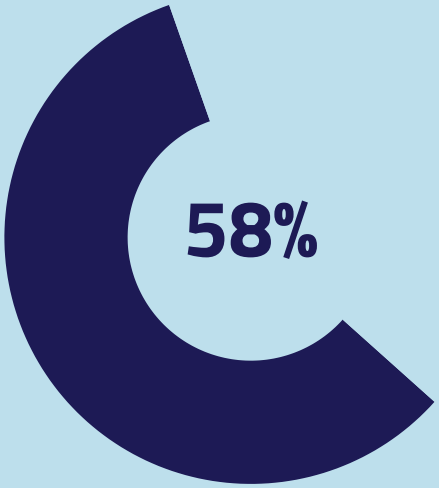
تتعرض العناصر الأساسية للاستقرار الجسدي والنفسي مثل النوم والأكل والعمل أو متابعة التعليم للتعطيل بفعل عنف الاحتلال، نتيجة ثلاثة أنماط مترابطة:

أ. التعطيل المباشر للأداء الطبيعي من قبل الاحتلال الإسرائيلي

إن الاقتحامات العسكرية الإسرائيلية وقيود الحركة تؤدي إلى تعطيل مباشر للعناصر الأساسية للأداء الطبيعي.

"جاء الجنود الإسرائيليون قبل ثلاثة أيام إلى المخيم وأطلقوا قنابل الغاز، فلم يتمكن أحد من النوم."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(آذار 2025)*.



من اللاجئين/ات الفلسطينيين/ات الذين زارتهم منظمة أطباء العالم يعانون من **مشاكل في النوم**

الرسم البياني 7: نسبة الفلسطينيين الذين يعانون من مشكلات في النوم، من بين 172 فلسطينيًا من ذوي صفة اللجوء كانوا ضحايا اعتداءات إسرائيلية عنيفة وتلقّوا زيارة ثانية لخدمات الصحة النفسية والدعم النفسي-الاجتماعي (MHPSS) من منظمة أطباء العالم خلال الفترة من كانون الثاني/يناير 2024 إلى آذار/مارس 2025.

نوم متقطّع، أرواح محطّمة: جراح الاحتلال.

تفيد فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم بأنه غالباً ما يستيقظ اللاجئون الفلسطينيون بفعل الأصوات أو التهديد المباشر للنشاط العسكري، مما يؤدي إلى نوم متقطع وزيادة في التوتر الجسدي.

أفاد 58% من بين 172 لاجئاً فلسطينيًا (أي ما يقارب اثنين من كل ثلاثة) تعرضوا لهجمات عسكرية إسرائيلية عنيفة وتلقوا زيارات ثانية من فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم خلال الفترة من كانون الثاني 2024 حتى آذار 2025 بأنهم يعانون من مشاكل في النوم.

يتم تحديد مشاكل النوم من قبل أخصائي الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم عندما يظهر الأشخاص صعوبة في الذهاب إلى النوم والنوم المتقطع وانقطاع النفس أثناء النوم والتفكير المفرط أو الكوابيس.

"يتناوب الوالدان على متابعة الأخبار: تنام الأم في بداية الليل بينما يراقب الأب الوضع، وعندما تستيقظ يتبادلان الأدوار. يستيقظ الجميع عند سماع أي صوت في الشارع في منتصف الليل. ويقوم الأهالي بهذا التناوب طوال الوقت وبشكل دائم."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(نيسان 2024)*.

تفيد فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم بأن آلية البقاء هذه، والتي تطورت كمحاولة يائسة لحماية الأسرة، يمكن أن تؤدي إلى تعطيل كبير في أداء الوالدين. غالبًا ما تؤثر على قدرتهم على التركيز في العمل، وتؤدي أحيانًا إلى فقدان الوظيفة وتوتر العلاقات الأسرية وتفكك الروتين والعادات اليومية.

يمكن أن يؤدي اضطراب النوم المزمن مع مرور الوقت إلى ضعف الذاكرة، وانخفاض القدرة على تنظيم المشاعر وإضعاف المناعة وتراجع الأداء المعرفي وزيادة القابلية للإصابة بالقلق والاكتئاب واضطرابات أخرى مرتبطة بالتوتر.

"عند حدوث الاقتحامات أثناء وقت الدوام المدرسي، يبقى الأطفال عالقين أحيانًا في المدرسة، وفي أحيان أخرى يطلب الطاقم من الطلاب المغادرة فورًا، ويكون الأطفال في حالة خوف شديد لأنهم قد يواجهون الجنود في أي مكان."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

"يتم تفتيش أطفال المدارس في الصباح. (...) العنف عند حاجز شعفاط واضح جدًا. حيث نرى عمليات تفتيش الناس والطلاب والأطفال عند دخولنا وخروجنا من المخيم من أجل نشاطات (الصحة النفسية). يمكنك رؤية العنف بشكل واضح جدًا."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل في مخيم شعفاط *(آذار 2025)*.

"كلما شعرت العائلات بالخطر، يكون رد فعلها الأول هو نقل أطفالها إلى مكان أكثر أمانًا. يمنع الأهالي الآن أطفالهم من الاقتراب من المناطق التي حدثت فيها عمليات هدم منعاً باتاً، خوفا من وصول الجيش أو المستوطنين واعتقالهم. تعكس هذه اليقظة المستمرة القلق العميق الذي يحكم الحياة اليومية في المخيم."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل في مخيم عقبة جبر *(آذار 2025)*.*

*يحاط مخيم عقبة جبر بالمنطقة *(ج)* من الغرب والجنوب، كما يقع قريب جدًا من مستوطنة إسرائيلية غير قانونية.

"لم يذهب الأطفال الأربعة في العائلة الأخيرة التي قمنا بزيارتها إلى المدرسة منذ آخر اقتحام قام به الجيش للمخيم قبل أربعة أيام. تشعر الأم بالحزن لأن أطفالها لا يذهبون إلى المدرسة، لكنها في الوقت نفسه خائفة جدًا من إرسالهم."

أخصائي اجتماعي من منظمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(نيسان 2024)*.

تشير فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في أطباء العالم إلى وجود نمط من القيود الذاتية على الحركة، بما في ذلك قيام الأهالي بتقييد حركة أطفالهم، بما يشمل الذهاب إلى المدرسة أو اللعب في الخارج.

تؤدي آليات البقاء هذه مثل تقييد حركة الأطفال إلى نشوء ما يُعرف بالضبط الذاتي القسري، حيث تصبح ممارسات المراقبة والقمع التي يفرضها الاحتلال الإسرائيلي جزءًا من الأفراد وتمتد حتى إلى ديناميكيات الأسرة. يقوّض هذا التغلغل النمو الصحي ويضعف القدرة على الحفاظ على تقدير الذات والسيطرة والقدرة على اتخاذ القرار.

في مخيمات اللاجئين، يصبح التهديد المستمر بالموت الذي يفرضه الاحتلال الإسرائيلي شديدًا لدرجة أن الحاجة إلى حماية الأسرة تتجاوز حتى الاحتياجات الأساسية مثل النوم، وكذلك الحقوق الأساسية للأطفال، مثل الحق في التعليم والحق في اللعب.

تؤدي حالة اليقظة المستمرة إلى تغيير الأولويات: حيث تُوجَّه الطاقة نحو الحماية الذاتية وإدارة المخاطر المحتملة وتوفير الاحتياجات الأساسية. ونتيجة لذلك، لا يمكن إعطاء الأولوية لما يجب أن يكون جزءًا من الروتين الطبيعي (مثل النوم والذهاب إلى المدرسة)، وتصبح آلية البقاء هي الروتين اليومي. يتم التخلي عن الأدوار والأنشطة الطبيعية، ليس بسبب عدم القدرة، بل كآلية للتكيّف من أجل البقاء في مواجهة عنف الاحتلال.

ب. إعاقة الأداء الطبيعي المتوقع كأثر نفسي للتعرض لعنف الاحتلال

يحدث تعطيل الأداء الطبيعي أيضًا كأحد عواقب الصحة النفسية الناتجة عن التعرض المستمر لعنف الاحتلال. تعتبر الصحة النفسية حالة من الرفاه النفسي تمكّن الأفراد من التعامل مع ضغوط الحياة وتحقيق قدراتهم والتعلم والعمل بشكل جيد والمساهمة في مجتمعهم، مما يسمح بالأداء الطبيعي.[31] يتم تعطيل هذه المعايير المتوقعة للأداء الطبيعي بشكل منهجي بفعل عنف الاحتلال.

إن الاستثارة المطوّلة الناتجة عن حالة اليقظة المفرطة المستمرة المفروضة على اللاجئين الفلسطينيين تسهم بشكل مباشر في هذا التعطيل، مما يؤدي إلى اضطرابات النوم والإرهاق وسرعة الانفعال وصعوبة التركيز، وهي عوامل تقوّض الإنتاجية واتخاذ القرار والعلاقات الاجتماعية.

ونتيجة لذلك، تشير فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم إلى وجود حالات محرومة من إمكانية تحقيق الأداء الطبيعي على مستوى الأسرة والمجتمع والدراسة والعمل.

وقد حدّد فريق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي التابع لمنظمة أطباء العالم العامل في مخيم الفوّار أن الفلسطينيين الثمانية الذين تلقوا جلسات إرشاد فردية بين تموز وكانون الأول 2024 كانوا يعانون من أعراض نفسية جسدية.

وشملت هذه الشكاوى الجسدية آلامًا في الصدر والكتفين والرقبة والمعدة والساقين وصداعًا وخفقان القلب وضيق التنفس واضطرابات في الجهاز الهضمي وأرقًا واضطراب الشهية. وبعد تقييمات دقيقة، استبعد الفريق وجود حالات طبية كامنة.

وأفاد هؤلاء المرضى الذين تلقوا الإرشاد من أطباء العالم أن ظهور الأعراض تزامن مع ضغوط حادة، بما في ذلك اعتقال أطفالهم من قبل القوات الإسرائيلية واقتحام منازلهم عسكريًا.

تتوافق هذه المظاهر السريرية مع أعراض جسدية مرتبطة بالتوتر، مما يشير إلى أصل نفسي للشكاوى الجسدية.

©Médecins du Monde.

الصداع وآلام العضلات الهيكلية هي شكاوى جسدية نموذجية يمكن أن تسببها أو تفاقمها أنماط النوم السيئة والتوتر والقلق، وهي أمور منتشرة بين اللاجئين كما ذكر سابقاً وترتبط مباشرة بالتعرض المطوّل لعنف الاحتلال. تعيق هذه الأعراض الجسدية التركيز والقدرة البدنية وتنظيم المشاعر مما يجعل من الصعب تنفيذ المهام والروتين اليومي.

تفرض البيئة القسرية وغير المتوقعة والمضطربة التي يفرضها الاحتلال الإسرائيلي عذابًا نفسيًا لا نهائياً من الخوف والقلق المستمر على اللاجئين الفلسطينيين. ويحرمهم هذا التعرض المستمر لعنف الاحتلال من السيطرة على الجوانب الأساسية لحياتهم بشكل مباشر وغير مباشر، ويعطل الأداء الطبيعي، ويعيق أي إحساس بالحياة الطبيعية على كل المستويات.

1.4. دلالة عنف الاحتلال: أفعال التجريد من الإنسانيّة والاضطهاد والقمع النفسي

لا يمكن فهم الأذى النفسي الناتج عن عنف الاحتلال الإسرائيلي فهمًا كاملًا دون النظر إلى دلالته بالنسبة لأولئك الذين يختبرونه، أي كيف يُدرِك الفلسطينيون المتأثرون هذا العنف ويستبطنونه.

أ. ممارسات نزع الإنسانيّة والاضطهاد

"قمنا بالتدخل مع سيّدة مسنّة تبلغ من العمر 73 عاماً قامت قوات الاحتلال الإسرائيلي بضربها على عنقها باستخدام السلاح، وكان الجنود شديدي العدوانية والعنف تجاهها.

تمتلك هذه السيّدة ثوبين غاليين جداً صنعا في فترة السبعينيات من القرن الماضي، لا تمتلك سواهما، قام الجنود بأخذهما وإتلافهما أمام عينيها. تأثرت هذه السيّدة بشدة بما فعلوه بها، وقد قمت بزيارتها لتقديم الدعم النفسي والإسعافات النفسية الأولية، لكنها بحاجة إلى أكثر من ذلك نظراً لاستمرارية الوضع."

أخصائي اجتماعي لدى منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيمات اللاجئين في جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(شباط 2024)*.

"ترك [الجنود الإسرائيليون] جثث الفلسطينيين الذين قاموا بقتلهم ملقاة في الشارع لمدة يومين أو ثلاثة، دون السماح لأي شخص أو لسيارة إسعاف بلمسها أو نقلها. حتى أن الجيران حاولوا فعل ذلك، لكن القناصة وجّهوا أشعة الليزر لتحذيرهم من المحاولة. شاهد الجيران الكلاب تقترب لتنهش الجثث وحاولوا رمي قطع الزجاج على الكلاب لمنعها ولحماية الجثث."

أخصائي اجتماعي لدى منظمة أطباء العالم يعمل في مخيمات اللاجئين في جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(نيسان 2024)*.

"تتحدث جميع مخيمات اللاجئين عن المياه. يقوم الجيش بتدمير البنية التحتية لشبكة المياه عندما يقتحم المخيم. ألحق الجيش مثل هذا الضرر في جنين قبل أسابيع قليلة من تشرين أول *2023*، لكن سُمح للناس بإصلاح الشوارع والشبكات. ولكن تم منعهم بعد ذلك، وقال الجيش للناس "لا تصلحوا أي شيء لأننا سنعود وندمره مرة أخرى".

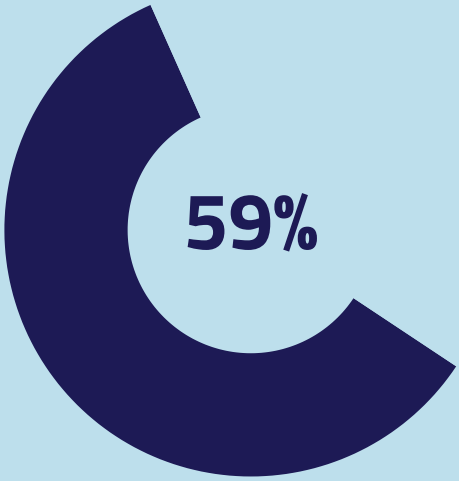
أخصائي اجتماعي لدى منظمة أطباء العالم يعمل في مخيمات اللاجئين في جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(نيسان 2024)*.

يفيد اللاجئون الفلسطينيون الذين تمت زيارتهم من قبل فرق منظمة أطباء العالم وأخصائي الصحة النفسية والاجتماعية على نطاق واسع عن استخدام القوات الإسرائيلية لأفعال منهجية تهدف إلى نزع الإنسانية أثناء اقتحام مخيمات اللجوء الفلسطينية.

وتشمل هذه الاعتداءات على الكرامة الإنسانية: العنف الجسدي أو اللفظي والإهانة والمعاملة المذلّة وانتهاك الخصوصية والتدمير غير الضروري للبنية التحتية المدنية الأساسية للحفاظ على مستوى معيشي لائق، وكذلك حرمانهم الحق من دفن كريم وسريع للمتوفين. في الوقت نفسه، يُحرم اللاجئون الفلسطينيون من أي إمكانية لحماية كرامتهم وسلامتهم الجسدية وسلامة أسرهم ومجتمعاتهم وحتى موتاهم.

تزرع هذه الممارسات القائمة على الهيمنة النفسية شعورًا بالعجز، حيث يخضع الأفراد للقوة القسرية للجيش الإسرائيلي. كما يولد ذلك مستويات مرتفعة من التوتر والقلق وأعراض الاكتئاب.

أبلغ 59% من بين 172 لاجئاً فلسطينيًا (ما يقارب اثنين من كل ثلاثة) تعرضوا لهجمات عنيفة من الجيش الإسرائيلي وتلقوا زيارات ثانية من فرق الصحة النفسية والاجتماعية لدى منظّمة أطباء العالم بين كانون الثاني 2024 وآذار 2025، عن شعورهم بالاكتئاب.



من اللاجئين/ات الفلسطينيين/ات الذين زارتهم منظمة أطباء العالم يعانون من **شعور بالاكتئاب**

الرسم البياني 8: نسبة الفلسطينيين الذين يعانون من مزاج اكتئابي، من بين 172 فلسطينيًا من ذوي صفة اللجوء كانوا ضحايا اعتداءات إسرائيلية عنيفة وتلقّوا زيارة ثانية لخدمات الصحة النفسية والدعم النفسي-الاجتماعي (MHPSS) من منظمة أطباء العالم خلال الفترة من كانون الثاني/يناير 2024 إلى آذار/مارس 2025.

ويتم تحديد الاكتئاب من قبل أخصائي الصحة النفسية والاجتماعية لدى منظّمة أطباء العالم عندما يظهر الأشخاص انسحابًا اجتماعيًا وخمولًا وتغيرات في النوم والشهية ولا مبالاة وصعوبات في التركيز أو فقدان القدرة على الشعور بالمتعة.

يؤثر استبطان رسائل نزع الإنسانية والاضطهاد على تقدير الذات وتشكيل الهوية بالنسبة للأطفال الذين يتعرضون لهذه الممارسات في سنواتهم التكوينية.

علاوة على ذلك، يمكن أن تكون مشاهدة ممارسات نزع الإنسانية والاضطهاد الذي يتعرض له مقدمو الرعاية مؤلمًا بنفس القدر لهم. عندما يتم إضعاف أو إذلال الوالدين، قد يعاني الأطفال من صدمة ثانوية وزيادة في عدم الاستقرار العاطفي.

"أفادنا الأشخاص الذين نزورهم وشركائنا من منظمات المجتمع المحلي بحالات التحرش الجنسي والاعتداءات على السلامة الجسدية من قبل الجنود الإسرائيليين (رجالًا ونساءً) عند الحواجز في مداخل المخيمات. إحدى هذه الحالات كانت ضمن مجموعة نساء أخبرهن الجنود أن النساء اللواتي يمتلكن صدراً وأردافاً كبيرة فقط يمكنهن المرور. أخبر الجنود رجلاً وزوجته أرادا المرور من الحاجز أنه ليس بإمكانهم المرور إلا إذا نزع الرجل حجاب زوجته.

والتقينا مرة بسيّدة تعرضت للتحرش الجنسي عند الحاجز، فأصيبت باضطرابات وبدأ شقيقها يعاني من رهاب الخروج من المنزل وكوابيس ليليّة. امرأة أخرى تبلغ من العمر *20* عامًا لا تغادر المخيم أبدًا لأنها تخشى التحرش الجنسي، وأفادت أنها عندما تقترب من المخرج، يرتفع معدل ضربات قلبها وتتعرق وتشعر بألم في المعدة.

يهين الجنود إنسانية الناس وكرامتهم ودينهم وتقاليدهم وكل القيم الأخلاقية".

أخصائي اجتماعي لدى منظمة أطباء العالم يعمل في مخيمات اللاجئين في جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(نيسان 2024)*.

تسلط فرق الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي لدى منظّمة أطباء العالم الضوء على توجه لانتهاكات كرامة النساء من قبل الجنود الإسرائيليين عند الحواجز العسكرية في مداخل مخيمات اللاجئين.[32]

تُعتبر أجساد النساء ضمن المعايير الثقافية والدينية الفلسطينية كيانات محمية بشكل عميق، ويشكل أي تواصل أو كشف غير مرغوب فيه من الغرباء انتهاكًا خطيرًا.

وعندما تحدث مثل هذه الانتهاكات في سياق يتميّز باختلال ميزان القوى، حيث لا تستطيع النساء الدفاع عن أنفسهن ولا يستطيع أقاربهن الذكور التدخل، ولا يمكنهن طلب العدالة، فإنها تولد مشاعر مكبوتة من الغضب والعجز لدى النساء والرجال على حد سواء.

ويسبب التحرش الجنسي من قبل الجنود الإسرائيليين عند مداخل المخيمات ضيقًا نفسيًا عميقًا. حيث غالبًا ما تشعر النساء اللواتي يتعرضن لهذه الانتهاكات بأنهن عرضة لأي إساءة، مما يؤدي إلى زيادة الشعور بانعدام الأمن الشخصي وفقدان الاستقلاليّة الجسدية وإحساس دائم بالانكشاف.

يمكن أن تؤدي مثل هذه الحوادث إلى تفاقم أو تحفيز حالات صحية نفسية أو عصبية أو جسدية موجودة مسبقًا إلى جانب الأثر النفسي الفوري والمحتمل طويل الأمد، وغالبًا ما تظهر هذه الحالات في شكل أعراض نفسية جسدية (أعراض جسدية ذات منشأ نفسي).

وغالبًا ما تمتد العواقب النفسية إلى ما هو أبعد من الفرد نفسه، لتؤثر على العلاقات الحميمة وتسبب صدمة ثانوية بين أفراد الأسرة. ويمكن أن تخلق هذه الاضطرابات تحديات أمام تماسك الأسرة والاستقرار الاجتماعي.

"يشعر الناس وكأنهم يعيشون في غابة، تحت تهديد الأسود التي تصطاد متى تشاء دون أن يوقفها أحد".

أخصائي نفسي لدى منظّمة أطباء العالم يشرف على فرق الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي العاملة في مخيمات شعفاط والعروب والفوار *(كانون الثاني 2024)*.

أحد العوامل التي تفاقم الوضع النفسي للاجئين الفلسطينيين هو أن هذه الاعتداءات على كرامتهم تقابل بإفلات منهجي وفاضح من العقاب، إذ لا يملك الفلسطينيون أي مسار قانوني موثوق للحصول على العدالة بشأن الانتهاكات التي يرتكبها الجنود الإسرائيليون.[33]

كما تقوّض هذه الاعتداءات المهينة وما يصاحبها من الإفلات من العقاب استقلالية اللاجئين الفلسطينيين وكرامتهم وتضعف إحساسهم بالقدرة على التحكم في حياتهم واتخاذ قراراتهم.

يختبر اللاجئون الفلسطينيون شعورًا عميقًا بانتهاك إنسانيتهم. ومع تكرار هذه الأفعال العنيفة بشكل منتظم ووقوعها على المستوى الجمعي داخل المجتمع، فإنها تثير إحساسًا بالاضطهاد بسبب الانتماء إلى المجموعة الوطنية الفلسطينية.

ب. النيّة الصريحة لإلحاق الأذى

تفيد فرق الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي في منظّمة أطباء العالم بوجود عدة حالات شارك فيها اللاجئون الفلسطينيون أن الجنود الإسرائيليين المعتدين عليهم صرحوا مباشرة، قولًا أو فعلًا، عن نيتهم إلحاق الأذى النفسي بهم.

"شعر الأطفال بالخوف خلال اقتحام منزل إحدى العائلات، فحاولت الأخت الكبرى طمأنة إخوتها الصغار بإلهائهم. أوقفها الجنود. وعندما أخبرتهم أنها تحاول فقط طمأنة إخوتها، قال أحد الجنود: "توقفي، نريدهم أن يخافوا".

أخصائي نفسي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(تشرين الأول 2024)*.

"ركّز الجيش في الاقتحام الأخير على الأطفال وعلى كيفية التأثير عليهم أو تهديدهم، وقام بإتلاف ألعاب الأطفال في مخيم نور شمس. يعلمون أن ذلك سيؤثر على الأطفال، لذلك أتلفوا الألعاب أمامهم داخل المنزل.

تأثر الأطفال بشدة، وكانت الأمهات في غاية الحزن. أخبرتنا جميع العائلات أن الأطفال عانوا من كوابيس وتحدثوا أثناء النوم. جميعهم. كثيرون منهم بللوا فراشهم وآخرون كانوا ينامون مع والديهم لأنهم خائفون."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(شباط 2024)*.

"يقول الجيش دائمًا للناس: "سنعود"، ويقول ذلك للأطفال أيضًا. يحاولون إبقاء الناس دائمًا في حالة توتر شديد وتفكير مستمر في موعد عودة الجيش، ومتى سيكون الاقتحام التالي.

يقول الجنود الإسرائيليون للسكان خلال اقتحام المخيمات: "سنعود، لا تصلحوا أي شيء". تؤثر كل هذه القصص على المجتمع الفلسطيني، لأن الناس يبقون في حالة من الضغط النفسي والقلق والخوف والتوتر لمراقبة موعد الاقتحام التالي.

ويتابع جميع أفراد المجتمع الفلسطيني وسائل التواصل الاجتماعي لمراقبة تحركات الجيش، كل هذه العناصر تجعل الناس يعيشون في حالة ضغط وتوتر دائم."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(نيسان 2024)*.

إن التعبير المباشر من قبل الجنود الإسرائيليين عن استعدادهم لإلحاق الأذى النفسي، وتدمير الممتلكات الشخصية ذات القيمة العاطفية، يشكّل الطريقة التي يُختبر بها عنف الاحتلال من قبل المتأثرين به.

يفهم اللاجئون الفلسطينيون هذا العنف كفعل اضطهاد يستهدف مجتمعاتهم بهدف متعمّد لزعزعة استقرارهم النفسي وإبقائهم في حالة خوف دائم وتوقع للعنف.

إن إدراك هذه النية المعلنة وراء الإيذاء النفسي يعمّق تجربة الخطر المستمر على الحياة، إذ يُنظر إلى المعتدي على أنه يسعى عمدًا لتقويض الاستقرار النفسي والقدرة على التحمل لدى الفرد.

تتشكل المعاناة النفسيّة للفلسطينيين من خلال فهمهم أن عنف الاحتلال ليس عشوائيًا، بل موجّه ضدهم تحديدًا بسبب هويتهم الوطنية الفلسطينية، وبنية صريحة لإلحاق الأذى النفسي.

"هم *[الجنود الإسرائيليون]* يريدون *[للاجئين]* أن يدركوا فكرة الوجود الدائم للجندي، يحاولون زرع الفكرة داخل وعينا بأنه لا يوجد لنا مكان هنا."

أخصائي نفسي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

ج. حالة من السيطرة النفسية عبر العجز المكتسب

تفيد فرق الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي في منظّمة أطباء العالم بأن اللاجئين الفلسطينيين يختبرون شعورًا بأن قدرتهم النفسية على الصمود[34] في مواجهة الاحتلال تُستهدف عمدًا في محاولة لتهيئتهم لحالة من العجز المكتسب.

العجز المكتسب هو حالة نفسية، وفي هذه الحالة تنشأ بفعل العنف الذي يشكّل جزءًا من نظام أو أنماط متكررة من التعرض المستمر لمواقف ضاغطة خارجة عن السيطرة.

يتعلم الفرد حينها أنه خاضع ولا يملك سيطرة حقيقية على حياته، ونتيجة لذلك يفقد الدافع للتصرف، معتقدًا أنه مهما فعل سيحصل على النتيجة ذاتها.

قد يصبح الفرد أكثر سلبية في مثل هذه الحالة، إذ يمكن للتجارب المتكررة من فقدان القوة أن تقوّض الدافع لمواجهة أو مساءلة الظروف القمعية.[35]

"أصيب بعض الناس بالجمود نوعاً ما... إن أخبرت شخصًا: "الجيش عند بيتك"، قد لا يتفاعل في بعض الأحيان *(...)* ليس لأنهم غير مهتمين أو غير مبالين، بل لأنهم أصبحوا منهارين."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(آذار 2025)*.

يرصد أخصائيو الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي في منظّمة أطباء العالم مؤشرات على العجز المكتسب لدى بعض الأفراد داخل المخيمات يتم تحديدها حالةً بحالة.

ورغم إمكانية تحديد هذه الحالة النفسية على المستوى الفردي، يبقى من غير الواضح ما إذا كان هناك نمط مشابه يظهر على المستوى الجمعي. إذ يمكن أن يقوّض العجز المكتسب على المستوى المجتمعي العمل الجماعي بشكل خفي، إذ أن تراجع الإحساس بالقدرة الفردية والجماعية يضعف احتمالية مواجهة الجماعة للبنى القمعية.

إذا حدث هذا التحول على المستوى الجمعي، فقد يؤدي إلى نشوء مجتمع سلبي ومنفصل، حيث يعمل عنف الاحتلال الإسرائيلي كأداة للسيطرة النفسية على السكان من خلال وسائل نفسية.

©Médecins du Monde.

الجزء الثاني: تقويض المقومات الضرورية للتعافي النفسي من قبل الاحتلال الإسرائيلي

يؤثر استمرار عنف الاحتلال وتكراره وتصاعده على التجمعات بشكل جماعي داخل بيئاتها المعيشية. وبذلك، يقوّض الاحتلال الإسرائيلي بشكل منهجي الشروط الأساسية اللازمة للتعافي النفسي: الأمان والاستقرار والوقت والمساحة لمعالجة الصدمات، بالإضافة إلى هياكل الحماية الأسرية والمجتمعية والبيئات الآمنة وكذلك الوصول إلى خدمات الصحة النفسية.

2.1. لا مجال للشفاء، عبء الصدمة المتواصلة [36]

لا يملك اللاجئون الفلسطينيون الوقت لمعالجة العنف الذي يتعرضون له، إذ تتوالى الهجمات العسكرية الإسرائيلية الواحدة تلو الأخرى دون توقف، وتعيش التجمعات في حالة ترقب دائم لاستمرار الاعتداءات.

إن حالة اليقظة المفرطة المستمرة والتنشيط المستمر لجهاز الاستجابة للتوتر التي يختبرها اللاجئون الفلسطينيون تمنع بدء أي عملية تعافٍ، وذلك لأن الجسم يبقى في حالة تأهب قصوى.

يعتبر الوقت اللازم لمعالجة الصدمة هو ضرورة بيولوجية، إذ لا يمكن للدماغ أن يشفى وهو في حالة تهديد دائم. وبدون فترات من الأمان والاستقرار، يبقى الجهاز العصبي عالقًا في وضعية البقاء، مما يمنع دمج التجارب الصادمة ويغلق الطريق أمام التعافي. [37]

"يشكّل ذلك تحديًا بالنسبة لفرق منظّمة أطباء العالم لأننا نذهب مرة أو مرتين أو ثلاث مرات إلى نفس الشخص الذي مرّ بثلاث حوادث خلال بضعة أسابيع. تذهب لإجراء الزيارة الثانية، لكنك تكتشف حدوث واقعة عنيفة أخرى في هذه الأثناء."

مدير الصحة النفسية في منظّمة أطباء العالم مشرفًا على فرق الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي العاملة مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(شباط 2024)*.

"التحدي في فلسطين هو أنه يجب أن يتم التدخل النفسي الاجتماعي بعد انتهاء الهجوم، لكن لا يوجد نهاية للحوادث هنا لأنها هجمات مستمرة وتكرار لنفس العنف. ربما تحدث حرب وتنتهي في مناطق أخرى من العالم، فتتمكن من تقديم خدمات الصحة النفسية. لكن ليس هذا هو الحال هنا."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(شباط 2024)*.

تشمل المرحلة الأولى من الاستجابة الطارئة للصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي في منظّمة أطباء العالم زيارتين: الأولى تتم مباشرة بعد حادث العنف الذي أثر على الشخص، والثانية بعد أسبوعين.

تفيد فرق الصحة النفسية والدعم النفسي والاجتماعي في منظّمة أطباء العالم بأن الأشخاص غالبًا ما يتعرضون لإعادة الصدمة بفعل هجمات عسكرية إسرائيلية جديدة بين الجلسات، مما يعطل استمرارية الرعاية ويمنع خلق مساحة مستدامة ضرورية للتعافي والدمج.

تُقوّض جهود منظّمة أطباء العالم لبناء أساس للتعافي مع اللاجئين الفلسطينيين أثناء تقديم الإسعاف النفسي الأولي باستمرار نتيجة للاحتلال الإسرائيلي.

> **"الجيش الإسرائيلي موجود الآن في المخيم. يمكنك أن تتخيل كيف يؤثر ذلك على حياة الأفراد اليومية. عليهم أن يكيفوا حياتهم وفقًا لتوقعاتهم بشأن موعد الاقتحام المحتمل."**
>
> أخصائي نفسي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

تعتبر القدرة على إعادة تأسيس الروتين الذي يعزز الإحساس بالحياة الطبيعية والاستقرار جزءً أساسياً من الخطوات اللازمة للمساعدة في تنظيم الجسم وجعل التعافي ممكنًا.[38]

ومع ذلك، يشكّل الاحتلال الإسرائيلي الحياة اليومية للاجئين الفلسطينيين ويعطل أداءهم الطبيعي وقدرتهم على تنفيذ الروتين كما تم التوضيح في الجزء 1.3 من هذا التقرير.

غالبًا ما يفتقر اللاجئون الفلسطينيون إلى الوقت والأمان الجسدي والنفسي اللازم لمعالجة الصدمات أو المشاعر مثل الحزن أو الألم أو الغضب نتيجة للطبيعة المتكررة والمستمرة لعنف الاحتلال الإسرائيلي.

يمكن أن يؤدي ذلك إلى حالة من الحزن المعلّق أو المؤجل، كما يتم تأجيل أي استجابات عاطفية للفقد أو الصدمة أو كبتها أو مقاطعتها. ويتم في مثل هذه الحالات تأجيل المعالجة العاطفية بدلًا من دمجها، مما يترك الأثر النفسي لعنف الاحتلال بلا حل.

تتوافق ملاحظات فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم مع مفهوم الصدمة المستمرة الذي طوّره ستراكر وفينتشيلسكو في سياق الفصل العنصري في جنوب إفريقيا،[39] والذي وضع الأساس المفاهيمي لفهم الصدمة ليس كحدث ماضٍ، بل كحالة مستمرة تتشكل بفعل التهديد الدائم، وهو إطار ثبتت صلاحيته في السياق الفلسطيني.[40]

في ضوء نتائج هذا التقرير، وبينما تظل خدمات الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي ضرورية لمعالجة الأذى النفسي الناتج عن التعرض المستمر والجماعي لعنف الاحتلال، **فإن التعافي النفسي الحقيقي للاجئين الفلسطينيين واللاجئات الفلسطينيات لا يمكن أن يبدأ فعليًا إلا عند انتهاء الاحتلال الإسرائيلي غير القانوني.**

2.2. التفكيك الممنهج للنسيج الاجتماعي الفلسطيني وهياكل الحماية المجتمعية والأسرية

تمثل العلاقات الداعمة ركيزة جوهرية في عمليّة التشافي النفسي.[41]

أ. تآكل هياكل الدعم الجماعي: التفكيك الجغرافي/ الفيزيائي للمجتمعات وتقويض الثقة المجتمعية

يُعدّ الدعم الاجتماعي والتماسك المجتمعي من العوامل الوقائية الراسخة التي تخفف من الضغوط النفسية، وتحظى بقيمة خاصة في الثقافة والتقاليد الفلسطينية.

قامت السلطات الإسرائيلية بقطع هذه الشبكات الاجتماعية الحيوية من خلال التهجير الجماعي للاجئين من مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس وتشتيتهم في مواقع متعددة. كما وعملت على حرمان اللاجئين المهجّرين قسرًا من أنظمة الدعم المجتمعي، وهو عامل أساسي في التعافي النفسي.

©Médecins du Monde.

"أذهب إلى جنين هذه الأيام لأرى أي شخص من المخيم. أنظر وأفكر: "إلى متى؟"."

أب يتلقى دعم الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي من منظّمة أطباء العالم، مهجّر قسرًا من مخيم جنين إلى قرية عقّابة(آذار 2025).

"لم يزرنا أحد في القرى المحيطة بجنين سوى [فرق منظّمة أطباء العالم]."

أم تتلقى دعم الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي من منظّمة أطباء العالم، مهجّرة قسرًا من مخيم جنين إلى مدينة جنين (آذار 2025).

"تفتقد [العائلات المهجّرة] الأشخاص الذين كانوا يساندونها، والمجتمع الذي اعتادوا العيش فيه وجيرانهم والمتجر الذي كانوا يذهبون إليه لجلب حاجيات المنزل. كل ما يتذكرونه لم يعد في متناولهم."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة (آذار 2025).

"المرأة التي زرناها تلقت خبر مقتل شقيقها في السجن الإسرائيلي للتو: لم تستطع البحث عن حضن صديقة أو جارة، جلست على الأرض وانفجرت بالبكاء. هذا الانفصال عن الدعم المجتمعي صعب بقدر صعوبة التهجير والمعاناة الاقتصادية."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة (آذار 2025).

يفيد اللاجئون الفلسطينيون وفرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم بأن تعطيل نظام الدعم المجتمعي يُعدّ من العوامل الرئيسية وراء المعاناة النفسية الممتدة للاجئين، حيث يصبح الأفراد أكثر عرضة للاكتئاب والقلق والصدمة الممتدة والحزن المطوّل عندما تتعطل هذه الشبكات.

يؤدي ذلك في حالات التهجير القسري إلى تفكيك النسيج الاجتماعي وحرمان الأفراد من الدعم العاطفي الذي كانوا يحصلون عليه من الأسرة والمجتمع، كما يعيق تآكل الهياكل المجتمعية التكيف الجماعي وبناء القدرة على الصمود، مما يجعل معالجة الصدمات وإعادة بناء رأس المال الاجتماعي أو تحفيز التعافي الجماعي أكثر صعوبة.

لا يقتصر تعطيل النسيج الاجتماعي الفلسطيني بفعل عنف الاحتلال العسكري على التفكيك الجغرافي للاجئين في شمال الضفة الغربية، بل يشمل أيضًا ممارسات الجنود الإسرائيليين التي تقوّض الثقة المجتمعية داخل المخيمات في الضفة الغربية المحتلة.

"أخبرنا أحد الأشخاص الذين نقدم لهم دعم الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي أن الضابط الإسرائيلي المسؤول عن مخيم الفوّار يقوم بنشر منشورات على فيسبوك للتواصل مع سكان المخيم.

حدث أن نشر منشورًا يقول فيه إن الجيش سيدخل المخيم لإجراء اختبار: سيمر الجنود عبر المخيم ويجب ألا تحدث أية مشاكل. في حال حدثت، سيبقون البوابة مغلقة، وإن لم يفعل أحد شيئًا سيقومون بفتحها."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار (تشرين الأول 2024).

"يخلق الجيش الشك بين السكان، إذ يسهل عبور الحاجز لبعض الأفراد ليعتقد المجتمع بأنهم متعاونون، مما يكسر الانسجام والتماسك المجتمعي."

أخصائي نفسي من منظّمة أطباء العالم يشرف على فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي العاملة في مخيمات شعفاط والعروب والفوّار *(آذار 2025)*.

"الدعم المجتمعي الذي نحظى به هو ما يجعل الفلسطينيين يصمدون، والآن يحاول الاحتلال استهداف ذلك أيضًا."

أخصائي نفسي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

تفيد فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم بأن بعض ممارسات الجنود الإسرائيليين تفرض فعليًا نوعًا من "المقايضة" على المخيمات، بحيث تُربَط تسهيلات الحركة بالخضوع الجماعي الصامت وبالتطبيع مع الوجود العسكري الإسرائيلي.

يمكن لهذه الديناميكيات القسرية المصممة لفرض الامتثال السلوكي الجماعي أن تقوّض الثقة المجتمعية بشكل كبير وأن وتؤدي إلى تآكل النسيج الاجتماعي. عندما يحتج بعض الأفراد على تطبيع الوجود العسكري، مما يؤدي إلى فرض إجراءات عقابية مثل الإغلاق المطوّل لمخارج المخيم، قد يُعاد توجيه الإحباط الجماعي نحوهم، الأمر الذي يعزز اللوم الداخلي ويضعف التماسك الاجتماعي.

يمكن أن تولد هذه الممارسات مشاعر الامتعاض والاستياء والخيانة أو الذنب، وهي مشاعر تسهم في تفكك المجتمع[42] وزيادة التوتر بين الأفراد وتقليل القدرة الجماعية على الصمود.

ب. تقويض منظومة الحماية داخل الأسرة

تُعدّ العلاقات الداعمة داخل الدائرة الأسرية القريبة أكثر أهمية في عمليات التعافي النفسي وفي النمو الصحي للأطفال. يتطلب النمو النفسي السليم وجود ارتباط آمن بمقدمي الرعاية يوفر إحساسًا بالحماية إلى جانب القدرة على الانفصال الآمن، مما يسمح للطفل بالاستكشاف وتكوين الهوية الفردية ثم إعادة الاتصال لاحقاً بثقة.[43]

"بالنسبة للوالدين، فإن رؤية أطفالهم اللذين يدركون أنه لا أحد قادر على حمايتهم يُعد أمرًا مُحطّمًا من الناحية النفسية. فعندما يقتحم الجنود المنزل ويعتدون على الأب، يفهم الأطفال أنهم بلا حماية. يكسِر القيام بذلك أمام الأطفال صورة القدوة والشخص الحامي. ويكسِر رمز الكرامة والقوة، وهو ما يسبّب ضررًا يتجاوز بكثير مجرد كسر لرمز: إنهم يدمّرون بنية كاملة."

أخصائي نفسي من منظّمة أطباء العالم يدعم فرق العمل في مخيمات شعفاط والعروب والفوّار *(كانون الثاني 2024)*.

"أحيانًا لا يكون الوالدان بجانب أطفالهم لحمايتهم خلال الاقتحامات العسكرية. تخيّل مدى صعوبة ألا تكونوا معًا أثناء الاقتحام. إن تكرار الاقتحامات وعدم القدرة على التنبؤ بها يجعل الانفصال تجربة مثيرة للقلق لأي شخص في أي لحظة."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

تؤكد فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم بشدة على الأثر السلبي لعنف الاحتلال الإسرائيلي على تطوير الروابط الآمنة بين الأطفال والوالدين.

بينما يبحث الأطفال بشكل يائس عن الإحساس المطلوب بالأمان في صورة والديهم، يُجرّد الوالدان من القدرة على حمايتهم.

يمكن أن يسهم التعرض المطوّل للعنف إلى جانب غياب الإحساس بالأمان من مقدمي الرعاية خلال السنوات التكوينية في تطوير أنماط ارتباط غير آمنة أو غير منظمة، مما يعيق النمو الإيجابي والعلاقات المستقبلية. كما تحمل مشاهدة العنف أو المضايقات من قبل القوات الإسرائيلية تجاه الوالدين آثارًا عميقة على الأطفال: فهم لا يتعرضون فقط لصدمة ثانوية، بل يُحطّم أيضًا الأمان الرمزي الذي يمثله مقدم الرعاية.

وقد يؤدي ذلك في بعض الحالات إلى انعكاس الأدوار حيث يشعر الطفل بأنه مضطر لتولي أدوار وقائية أو أدوار البالغين بشكل مبكر. يغيّر ذلك الديناميكيات الأسرية ويضع أعباء إضافية على الطفل (انظر الجزء 1.1).

بالإضافة إلى ذلك، يطوّر الأطفال مهارات تنظيم المشاعر من خلال النمذجة (التعلّم بالملاحظة)، عبر ملاحظة كيفية إدارة مقدمي الرعاية لمشاعرهم والتعبير عنها وتعليمهم كيفية فهمها بشكل أساسي. ومع تقويض وضعية البقاء لقدرات التنظيم العاطفي، لا يتمكن الوالدان إلا من نقل نموذج الصدمة لأطفالهم، مما يعيق تطوّر قدراتهم على التنظيم الذاتي.

الأمان بصعوبات في توفير احتياجات الأسرة في ظل الضغوط الاجتماعية والاقتصادية الناتجة عن الحرمان طويل الأمد من الحقوق والممتلكات. أما بالنسبة لمقدمي الرعاية من الذكور، فإن استحالة توفير الحماية الجسدية والاقتصادية الاجتماعيّة تقوّض الصورة الذاتية والأدوار الجندرية الثقافية، مما يمكن أن يسهم في زيادة مشاعر الخجل والذنب وتدني احترام الذات وتدهور العلاقات بين الوالدين والأطفال وبين الشركاء أنفسهم.

يعطل عنف الاحتلال الإسرائيلي بشكل منهجي الاحتياجات الأساسية للاجئين الفلسطينيين في التواصل الاجتماعي والعاطفي على المستويين المجتمعي والأسري، مما يقوّض التماسك المجتمعي والثقة ويزعزع الشبكات الداعمة الحيوية اللازمة للتعافي النفسي والنمو.

2.3. التعطيل الشامل لمساحات الأمان والتعافي بفعل الاحتلال الإسرائيلي

السلامة ليست مجرد مرحلة في التعافي من الصدمة، بل هي الأساس الجوهري الذي تُبنى عليه كل عمليات الشفاء. بدون الأمان الجسدي والنفسي، يبقى الناجون عالقين في حالة من الخوف واليقظة المفرطة، غير قادرين على معالجة صدمتهم.[44]

إضافةً إلى تفكيك الإحساس بالأمان من خلال التدمير المادي والاقتحامات العسكرية للمخيمات، كما ذكر أعلاه، يتعرض الفلسطينيون في جميع أنحاء الضفة الغربية المحتلة لسياسة الهدم التي تنتهجها سلطات الاحتلال الإسرائيلي؛ ومع ذلك، فقد ازداد استهداف منازل اللاجئين بشكل كبير في الفترة الأخيرة.[45]

© Médecins du Monde.

"عندما يفقد الناس منازلهم في المخيمات، غالبًا ما تنقسم الأسرة إلى جزأين. يشعر الأطفال بالأمان عندما يعيش الوالدان معًا في نفس المنزل. ويشعر الطفل بعدم الأمان عندما يعيش مع أحد والديه فقط، وتظهر العديد من المشكلات لدى الأطفال بعد ذلك."

أخصائي اجتماعي لدى أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(أبريل 2024)*

تؤكد فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي لدى أطباء العالم على الأثر المدمّر بشدة لسياسة الهدم الإسرائيلية على بنية الأسرة، إذ يرتبط الترابط العاطفي داخل الأسرة ارتباطًا وثيقًا بالمساحة المادية للمنزل، الذي يحمل الذكريات المشتركة والروتين اليومي والإحساس بالاستقرار.

غالبًا ما يؤثر فقدان المنزل سلبًا على التواصل والعلاقات داخل الأسرة، حيث تنقسم العديد من الأسر لأن مضيفهم لا يستطيع استيعابهم معًا، مما يقوض نظام الدعم لديهم. يسبب هذا الحرمان ضغطًا نفسيًا حادًا، خاصة عند اقترانه بعدم اليقين بشأن الوجهة التالية.

"المنزل هو المكان الآمن. تفقد الأسرة أمانها عند فقدان منزلها، كما تفقد التواصل داخل الأسرة والكثير من القيمة العاطفية. هناك ارتباط وشعور عاطفي بين المنزل ككيان مادي وبين الأسرة، وحياتها وذكرياتها واستقرارها."

أخصائي اجتماعي لدى أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(شباط 2024)*.

تشير فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي لدى أطباء العالم إلى أن عمليات الهدم تؤثر على ما هو أكثر من مجرد الهياكل المادية، فهي تفكك إحساس الأسر بالاستقرار.

بالنسبة للأسر التي عاشت في المنزل لأجيال، فإن القيم الأساسية التي نشأت عليها متجذرة في تلك المساحة المادية، ويمكن أن يزعزع فقدانها إحساسها بالهوية.

أما بالنسبة للآباء الذين بنوا المنزل، فإن الهيكل يمثل سنوات من الجهد المادي والعاطفي، وتدميره يعني فقدان المأوى، وكذلك الوقت والطاقة والتوقعات التي استثمرت في بناء المستقبل. لا يكون التأثير ماديًا فحسب، بل شخصياً بعمق، يؤثر على كيفية رؤية الناس لأنفسهم ولمكانهم في العالم.

"على الرغم من أن الأطفال لم يشهدوا عملية الهدم نفسها، إلا أنهم يصرون على العودة إلى المكان المهدوم بمجرد أن يعلموا بما حدث.

يطرحون أسئلة صعبة: "لماذا تم تدميره؟ لماذا أخذوه؟ لماذا لا يمكننا العودة؟" يجيب الآباء بأن المكان لم يعد آمنًا. تعكس هذه المحادثات مدى الارتباك والخسارة التي يشعر بها الأطفال، محاولين فهم أحداث يعجز حتى الكبار عن تفسيرها."

أخصائي اجتماعي لدى منظمّة أطباء العالم يعمل في مخيم عقبة جبر *(آذار 2025)*.

تبلغ فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظمة أطباء العالمبالأثر الضار بشكل خاص على الأطفال، الذين يجدون صعوبة في معالجة هدم منازلهم على المستويين المعرفي والعاطفي.

وبينما يحاول الوالدان الإجابة على أسئلة أطفالهم، يواجهان مهمة صعبة تتمثل في شرح واقعٍ متجذر في القمع والعنف والتجريد من الحقوق، وهو واقع قد يزيد من تقويض شعور الأطفال بالأمان.

"تدخلنا مع والدي طفلة تبلغ من العمر خمس سنوات في اليوم الأول من التدخل بعد الهجوم على مخيم نور شمس. اقتحمت القوات الإسرائيلية المنزل وأطلقت النار داخله.

كانت الطفلة مختبئة تحت غطاء سريرها، وبقيت في سريرها تحت الغطاء لمدة ثلاثة أيام دون أكل أو كلام. ولا تزال لا تتحدث إلى أحد. لأنها كانت في غرفتها عندما أطلقوا النار داخلها، وكان صوت الرصاص عاليًا ومرعبًا."

أخصائي اجتماعي لدى منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(نيسان 2024)*.

"في المخيمات، يخشى الآباء ترك أطفالهم في المنزل لأنهم لا يعرفون ما إذا كان الجيش سيقتحم المخيم اليوم."

أخصائي اجتماعي لدى منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(نيسان 2024)*.

بالإضافة، يتعرض الفلسطينيون في مخيمات اللجوء بشكل كبير لاقتحامات عسكرية لمنازلهم. **تبلغ فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي لدى منظّمة أطباء العالم أن الاقتحامات العسكرية الإسرائيلية لمنازل اللاجئين الفلسطينيين تسبب اضطرابًا شديدًا في الإحساس بالأمان والاستقرار العاطفي.**

إذ تُلغي هذه الاقتحامات العسكرية لمركز أمان الناس وخصوصيتهم الحدود بين ما ينبغي أن يكون بيئة آمنة ومكانًا للخطر. بالنسبة للأطفال، غالبًا ما كان المنزل يمثل المساحة الوحيدة المتبقية التي توفر شعورًا بالأمان وسط الغارات العسكرية المنتظمة على أحيائهم.

تؤدي الهجمات العسكرية الإسرائيلية على المنازل الفلسطينية إلى تقويض الشروط الأساسية اللازمة لإرساء شعور بالأمان والتنبؤ بالبيئة المحيطة. حيث عادةً ما يكون المنزل هو الإطار الأساسي الذي يتعلم فيه الجهاز العصبي الوصول إلى حالات التنظيم الذاتي والاسترخاء.

عندما تعطل الاقتحامات العسكرية الإسرائيلية هذه البيئة، لا يتمكّن الجهاز العصبي الدخول بشكل موثوق إلى حالات الراحة والتنظيم، مما يؤدي إلى تنشيط مزمن لحالة التهديد.

بمرور الوقت، يمكن أن يؤدي ترسيخ فكرة أن المنزل مكان غير آمن إلى إعادة تشكيل البنى المعرفية الأساسية (الهياكل الذهنية التي توجه كيفية تفسير الأفراد للعالم الخارجي والاستجابة له)[46] مما يدفع الأفراد إلى تطوير صعوبات في التعلق والعلاقات، وانخفاض تقدير الذات والثقة بالنفس، وإمكانية الإصابة باضطرابات نفسية.

من حيث المساحة المادية، يعمل المنزل كمصدر أساسي للأمان النفسي والاستقرار. وتعمل القوات الإسرائيلية على تفكيك الشروط الأساسية التي يحتاجها الفلسطينيون لتطوير أساس الإحساس بالأمان والحفاظ عليه من خلال تدميره أو اقتحامه أو تهجير الناس منه قسرًا.

المدارس كمساحات غير آمنة

تشير فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي التابعة لمنظّمة أطباء العالم إلى انتشار شعور واسع بالخوف المرتبط بالمدارس لدى الأطفال والأهالي، نتيجة الاقتحامات العسكرية الإسرائيلية التي تحدث داخل المساحات التعليمية أو في محيطها داخل المخيمات الفلسطينية.

"يتغيّب عدد كبير من الأطفال عن المدرسة لأسباب متعددة. خلال اقتحام مخيم جنين في تشرين الثاني *[2023]*، تم احتجاز الأطفال داخل المدرسة من الساعة الخامسة حتى العاشرة مساءً بسبب مداهمة الجيش للمخيم. ظلّوا محاصرين حتى الساعة العاشرة ليلاً في حالة من الرعب الشديد. وأخبرنا الأهالي عن قلقهم الكبير من إرسال أطفالهم إلى المدرسة."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(نيسان 2024)*.

"يتغيّب عدد كبير من الأطفال عن المدرسة لأسباب متعددة. خلال اقتحام مخيم جنين في تشرين الثاني *[2023]*، تم احتجاز الأطفال داخل المدرسة من الساعة الخامسة حتى العاشرة مساءً بسبب مداهمة الجيش للمخيم. ظلّوا محاصرين حتى الساعة العاشرة ليلاً في حالة من الرعب الشديد. وأخبرنا الأهالي عن قلقهم الكبير من إرسال أطفالهم إلى المدرسة."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة *(نيسان 2024)*.

"*[عندما يبدأ اقتحام عسكري]*، يقوم مدير المدرسة بإغلاق جميع الصفوف بينما يكون الطلاب في الداخل، للتأكد من عدم وجود أي تهديد من الجنود ولضمان سلامة الأطفال."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل ويعيش في مخيم العروب *(آذار 2025)*.

أصبحت المدرسة بالنسبة للأطفال فضاءً يختبرون فيه الخوف والخطر، في حين ينبغي أن تكون لهم مكانًا للرعاية والاستقرار.

كما وأصبحت وظائف المدرسة الأساسية بوصفها مساحة تتيح للأطفال اللعب والتعبير عن المشاعر والتعلّم وبناء علاقات آمنة مهددة.

لا يعرقل الاحتلال الإسرائيلي فقط الدور الوقائي للبيئة التعليمية، بل يقوّض أيضًا التطوّر المعرفي والعاطفي والاجتماعي للأطفال، وكذلك حقهم الأساسي في التعلّم في بيئة آمنة ومستقرة.

الحرمان من المساحات الطبيعيّة والترفيهيّة

تشير فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي التابعة لمنظّمة أطباء العالم أيضاً إلى أن القيود العسكرية الإسرائيلية المفروضة على الحركة في عدد من المخيمات الفلسطينية تحرم السكان من الوصول إلى البيئات الطبيعية والترفيهية الضرورية لتعزيز الصحة النفسية، خصوصاً في سياق التعرض المستمر للعنف.

"اعتاد اللاجئون الذهاب سابقاً إلى المناطق المفتوحة للتنفيس عن أنفسهم وللاسترخاء ولكي يلعب الأطفال. لم يعد ذلك ممكناً منذ بداية الحرب بسبب الحواجز الإضافية والبوابات: ما يعني أنهم محاصرون داخل المخيم."

أخصائي نفسي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

"يُمنع اللاجئون من التحرك خارج حدود المخيم، حتى إلى المناطق الطبيعية المفتوحة المحيطة به. فقد قيّد الجيش الإسرائيلي وصولهم إلى هذه المساحات بالكامل، الحركة ممنوعة بالكامل، ولا يسمح لهم الرعي ولا الترفيه ولا البناء ولا القيام بأي أمر آخر. تزيد هذه القيود من عزلة السكان وتحرمهم من حقهم الأساسي في التواصل مع بيئتهم."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم عقبة جبر *(آذار 2025)*.

أصبح اللاجئون يواجهون قيوداً شديدة على الحركة المفروضة من قبل القوات الإسرائيلية معزولة عن المساحات الترفيهية التي كانوا يعتمدون عليها للتخفيف من الضغوط النفسية. ويعتبر الوصول إلى الطبيعة والبيئات الهادئة التي تساعد الجهاز العصبي على تنظيم نفسه والتعافي أمراً أساسياً لوقف الاستجابات المزمنة للتوتر ودعم الأفراد في معالجة تجاربهم المرتبطة بالتعرض للعنف.[47]

يحوّل الاحتلال الإسرائيلي المساحات الحيوية للتعافي النفسي والتنظيم العاطفي والنمو الصحي للأطفال إلى بيئات موسومة بالخوف المزمن من الموت والعنف.

قسم خاص - تعطيل بنى الدعم النفسي الاجتماعي: بالتركيز على وضع عمليات منظمة أطباء العالم

تُعدّ الإسعافات النفسية الأولية التي تنفّذها منظّمة أطباء العالم في المخيمات الفلسطينية شرطاً أساسياً يقوم على إرساء الشعور بالأمان؛ إذ يجب على مقدّمي خدمات الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي ضمان شعور الشخص بالأمان قبل المضي في التدخّل.[48]

إلا أنّ الاحتلال الإسرائيلي جعل المخيمات بيئات غير آمنة بشكل مزمن (انظر الجزء 2.3.)، مما يجعل تحقيق هذا الشرط الأساسي أمرًا مستحيلًا، وبالتالي تقويض فعالية التدخّل وقدرة الشخص على الانخراط في عمليات التعافي.

بالإضافة إلى ذلك، أصبح وصول فرق منظّمة أطباء العالم إلى اللاجئين أكثر تقييدًا بفعل نظام العوائق العسكرية الإسرائيلية المتشدّد وتزايد وتيرة الاقتحامات العسكرية للمخيمات.

سجّلت منظمة أطباء العالم بين كانون الأول 2024 ونيسان 2025 خمس حوادث اقتحام عسكري لمخيم الفوّار أثناء وجود فريق خدمات الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي التابع لها داخل المخيم، ما شكّل تهديدًا مباشرًا على حياة العاملين واضطرهم إلى الإخلاء الفوري.

وفي غضون شهري آذار ونيسان 2025 فقط، وثّق فريق المنظمة العامل في جنوب الضفة الغربية فقدان 25 ساعة عمل، تعادل نحو ثلاثة أيام عمل كاملة، بسبب الإغلاقات العسكرية والتهديدات الأمنية الناتجة عن الاقتحامات المستمرة.

"حدث معي ما لا يقل عن *5* مرات أن اضطررتُ لإنهاء جلسة دعم نفسي اجتماعي بسبب اقتحام الجيش منذ أن بدأت عملي مع أطباء العالم... إما أننا لا نصل إلى المنطقة بسبب الحواجز، أو أننا نتلقى تنبيهًا أمنيًا بوجود اقتحام أثناء الاقتراب من المنطقة، فنضطر إلى إلغاء الجلسة. الأمر يتطلب الكثير من المرونة والقدرة على التكيّف من جانبنا ومن جانب الأفراد."

أخصائي نفسي في منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

في حين تعد الاستمرارية عنصراً أساسياً في بناء علاقة ثقة مع الأشخاص الذين يتلقّون خدمات الدعم النفسي الاجتماعي، فإن التأجيل المتكرر للجلسات بسبب الاقتحامات العسكرية والعوائق على الحركة يعزز الشعور بعدم القدرة على التنبؤ، وهو شعور يطغى أصلًا على البيئة الخارجية.

"كنت متوجّهاً قبل أيام لتقديم دعم نفسي لطلاب كانوا في حالة حزن على صديق لهم، وما إن دخلنا المخيم حتى وجدنا جيبًا عسكريًا أمامنا في الشارع.

أثار ذلك قلقي الوجودي من الموت، ولكن كان عليّ أن أكون بعد *15* دقيقة في مساحة مع أطفال يعيشون هذا القلق ذاته وأن أضع تجربتي جانبًا، وأجد طريقة لاستخدام أدوات التنظيم النفسي ومتابعة الجلسة."

أخصائي اجتماعي لدى منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*.

في حين تعد الاستمرارية عنصراً أساسياً في بناء علاقة ثقة مع الأشخاص الذين يتلقّون خدمات الدعم النفسي الاجتماعي، فإن التأجيل المتكرر للجلسات بسبب الاقتحامات العسكرية والعوائق على الحركة يعزز الشعور بعدم القدرة على التنبؤ، وهو شعور يطغى أصلًا على البيئة الخارجية.

بالإضافة إلى ذلك، يؤثر تعرّض مقدّمي خدمات الدعم النفسي الاجتماعي في منظّمة أطباء العالم للعنف خلال محاولتهم الوصول إلى اللاجئين على حالتهم الشعورية وإحساسهم بالأمان قبل تقديم التدخلات. فالتعرّض لمسبّبات الضغط مثل الحواجز العسكرية والاقتحامات يمكن أن يؤثر سلبًا على حضورهم الانفعالي وتركيزهم العلاجي عندما ترتفع مستويات قلقهم المرتبط بتقييد الحركة والمخاطر التي تهدّد حياتهم بفعل الوجود المستمر للجيش الإسرائيلي.

"لم يعد [اللاجئون الفلسطينيون] الآن قادرين على الوصول إلى الخدمات والموارد خارج المخيم لأن كل شيء مغلق، ويستغرق الأمر جهداً ووقتاً كبيرين للخروج من المخيم.

أمّا بالنسبة لحالاتنا، إذا أردنا تحويل أحدهم إلى مركز الصحة النفسية في حلحول، فلم يعد السكان قادرين على الوصول إلى هذه الخدمات. نحن نتحدث عن خدمات الصحة النفسية، ناهيكم عن الخدمات الطبية."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار *(آذار 2025)*

©Médecins du Monde.

وأخيراً، فإن الوصول إلى الخدمات الأساسية خارج تجمعات اللجوء، بما في ذلك الرعاية النفسية المتقدمة والخدمات الصحية المتخصصة، خاضع للتقييد الشديد في المخيمات المحاصرة بفعل عقبات الحركة التي تفرضها القوات الإسرائيلية.

وغالباً ما تمنع هذه القيود الفلسطينيين الذين يحتاجون إلى رعاية نفسية عالية المستوى من متابعة التحويلات التي يجريها فريق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي التابع لمنظّمة أطباء العالم، ما يحرمهم في نهاية المطاف من الدعم الحيوي.

تهدّد الاقتحامات العسكرية الإسرائيلية والعقبات المفروضة على المخيمات الفلسطينية العمل الإنساني الذي تقوم به منظّمة أطباء العالم لهذه التجمعات، إذ تؤدي إلى تعطيل الرعاية النفسية والدعم النفسي الاجتماعي من خلال منع الوصول بشكل متكرر، وتشكّل خطراً على حياة فرق المنظّمة أثناء تقديم التدخّلات.

الجزء الثالث:وضع المعاناة المستمرة للاجئين الفلسطينيين في سياقها طويل الأمد: أثر الصدمة المتوارثة والخوف من المستقبل

3.1. الصدمة العابرة للأجيال كتجربة جماعية للتكرار التاريخي للعنف المرتبط بالاحتلال الإسرائيلي

لا يمكن فهم المعاناة النفسيّة للاجئين الفلسطينيين واللاجئات الفلسطينيات إلا من خلال وضعها في سياق الصدمة الممتدة التي عاشتها عائلاتهم عبر أجيال متعددة.

"لا توجد رؤية للمستقبل. يواجه [اللاجئون الفلسطينيون] صدمة مستمرة: 1948، 1967، 2002، والآن 2025. الوضع الذي عاشته الأم والأب والأخت والأخ والجد يشكّل قصة متواصلة تنتقل إلى الجيل التالي. وتكرر [القصة] نفسها كل عقدين تقريباً. تتغير بعض التفاصيل، لكن يبقى الشكل نفسه، وفي كل مرة تكون أصعب من السابقة. هذا يترك الأشخاص بلا أمل وبلا ثقة."

مدير الصحة النفسية في منظّمة أطباء العالم المشرف على فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي التي تتدخل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة (آذار 2025).

"يتحدث الجميع في المخيم عن خطط لإنشاء طريق أو طريقين رئيسيين في جميع المخيمات، ما يعني تدمير العديد من المنازل. يزيد هذا من القلق ويوقظ الصدمة الأصلية لفقدان الأرض والمنازل مرة أخرى، وأن الناس سيعيشون الأعراض نفسها مجدداً."

أخصائي نفسي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار (آذار 2025).

تشير فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي التابعة لمنظّمة أطباء العالم إلى أن اللاجئين الفلسطينيين يربطون بشكل طبيعي تجربتهم الحالية من التعرض المستمر لعنف الاحتلال الإسرائيلي كتكرار للصدمة الجماعية التي عاشها آباؤهم أو أجدادهم خلال التهجير القسري الجماعي وفقدان الممتلكات عام 1948 على يد القوات والميليشيات الإسرائيلية.

تتردد التجربة الجماعية الأخيرة للتهجير القسري وتدمير مخيمات اللاجئين في جنين وطولكرم ونور شمس بقوة مع الذكريات المشتركة والمتناقلة للنكبة.

حيث استمر الفلسطينيون بعد عام 1948، وخاصة العائلات اللاجئة، في التعرض لحلقات من العنف الجماعي التي تتكرر، لا سيما التهجير القسري عام 1967 والتدمير الواسع لعدة مخيمات للاجئين على يد القوات الإسرائيلية خلال الانتفاضة الثانية.

بالإضافة إلى ذلك، تستمر العائلات اللاجئة عبر الأجيال بالتعرّض للوجود العنيف للقوات الإسرائيلية ذاته، بالإضافة إلى سياسات هدم المنازل والتحديات الاجتماعية والاقتصادية التي تنتقل من جيل إلى آخر بسبب غياب الحل السياسي للتجريد الأصلي للعائلات اللاجئة من ممتلكاتها.

يمكن فهم هذه الظاهرة من خلال مفهوم الصدمة العابرة للأجيال، الذي يشير إلى انتقال الضغط النفسي للمعاناة من جيل إلى آخر.[49]

تظهر الصدمة العابرة للأجيال، المتجذرة في التجارب الجمعية للعنف الجماعي، من خلال أنماط عاطفية وسلوكية وآليات مواجهة موروثة تشكّلت بفعل الصدمة الأصلية، مع آثار طويلة الأمد على الصحة النفسية والرفاه للأجيال اللاحقة.

يولد أطفال اللاجئين الفلسطينيين في عائلات تشكّلت بفعل صدمات امتدت عبر جيلين أو ثلاثة تحت الاحتلال الإسرائيلي. يؤثر هذا التعرض التراكمي على السلوكيات الاجتماعية والتطور العاطفي والإحساس العام بالأمان والانتماء.

وفي محاولة إعداد الأطفال للتعامل مع بيئة غير آمنة بشكل دائم، ينقل الآباء وأفراد المجتمع بشكل لا إرادي مخاوفهم واستراتيجيات البقاء التي ورثوها هم أنفسهم من الأجيال السابقة.

يتشبّع كل جيل جديد ليس فقط بمعاناته الخاصة، بل بالمعاناة الجماعية للأجيال السابقة داخل الأسرة والمجتمع، مما يكرّس دورة تشكّلت بفعل التعرض الطويل الأمد لعنف الاحتلال الإسرائيلي.

يعيش الفلسطينيون ما يُعرف بـ "النكبة المستمرة"،[50] أي فهم النكبة ليس كحدث تاريخي واحد، بل كعملية متواصلة من العنف ونزع الملكية والتهجير تُنفّذ بشكل منهجي من خلال سياسات وممارسات السلطات الإسرائيلية، وتؤثر على جيل بعد جيل منذ عام 1948.

3.2. الخوف الوجودي من المستقبل: تهديد محو هويّة وحقوق اللاجئين والفلسطينيين

"لم يعد الأفراد قادرين على التخطيط لحياتهم. لديك الحق في تقرير المصير عملياً، لكن مع ما يُفرض عليك، عليك أن تجد طريقة لعيش اللحظة واليوم، لكنك لا تستطيع أن تملك أي أفق للمستقبل ولا أي وسيلة لتخطيط حياتك. إنه حق أساسي للآخرين، لكنه بالنسبة لـ [اللاجئين الفلسطينيين] امتياز لا يمكنهم ممارسته."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم الفوّار(آذار 2025).

في ظل ظروف الصدمة المستمرة والعابرة للأجيال، تصبح القدرة على تصور المستقبل محدودة للغاية. إذ يؤدي العيش في حالة من عدم اليقين المزمن، وبغياب الاستقرار العاطفي والاجتماعي والاقتصادي اللازم لدعم الدافعية والتفكير الموجّه نحو المستقبل، إلى تقويض الأمل ويعيق تطوير الطموحات.

الأخطر من ذلك، أن التدمير والتهجير الجماعي الأخير لمخيمات جنين وطولكرم ونور شمس، والذي يُنظر إليه كـتطبيق "لنموذج غزّة" يتشكل تدريجياً في الضفة الغربية، يثير خوفاً جماعياً عميقاً وضيقاً وجودياً بشأن مستقبل اللاجئين الفلسطينيين.

"بدأ القلق من استهداف هوية اللاجئين منذ [حظر السلطات الإسرائيلية] الأونروا وذلك قبل التهجير الجماعي [في كانون الثاني 2025]. بدأت الخشية من اختفاء الأونروا وما تقدمه من دعم طبي وتعليمي ومالي... وبعد ما رأوا ما حدث في جنين وطولكرم والفارعة، أصبح السكان على قناعة تامة بأن المشقة قادمة نحوهم".

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة (آذار 2025).

"إن لم يحدث شيء [لحماية] الناس في غزة، فلن يحدث شيء لنا في الضفة الغربية. نتمنى أن تنتهي كل هذه الهجمات، لكن لا حكومة توقف الفظائع الجماعية في غزة، ولذلك نعلم أنه لا يوجد أمل للضفة الغربية."

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل مع اللاجئين في مخيمات جنين وطولكرم ونور شمس والفارعة (شباط 2024).

تشير جميع فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي التابعة لمنظّمة أطباء العالم إلى أن هذه التطورات الأخيرة في الضفة الغربية، إلى جانب المشاهدة اليومية لتدمير الحياة الفلسطينية في قطاع غزة بفعل سياسات السلطات الإسرائيلية وحظر الأونروا، تتردد في المخيمات الثمانية التي تتدخل فيها المنظمة كإشارات لمحو وشيك.

ويُذكر تقاعس الدول الثالثة عن منع الفظائع الجماعية في قطاع غزة كعامل رئيسي يثير الخوف الوجودي من المستقبل، إذ يُنظر إليه كدليل على أن تصعيد عنف الاحتلال الإسرائيلي لن يتم وقفه، بما في ذلك في الضفة الغربية.

"يعبّر السكان عن خوف عميق في جميع المخيمات، بما في ذلك عقبة جبر، من المحو الممنهج لهويتهم وحقهم في العودة. وهناك قلق متزايد من حدوث غزو عسكري مشابه لما حدث في جنين وطولكرمقد يؤدي إلى التهجير القسري، والاستيلاء على المخيمات، والإلغاء الرمزي لوضع اللاجئ.

هذا هو الخوف الأعمق بالنسبة للكثيرين: ليس فقط فقدان المنازل، بل التاريخ والهوية والمستقبل. يقوم الأطفال بطرح أسئلة مؤلمة، سواء عاشوا هذه الأحداث أو شاهدوها فقط على التلفاز، مثل: "إلى أين سنذهب؟ كيف سنموت؟" ".

أخصائي اجتماعي من منظّمة أطباء العالم يعمل في مخيم عقبة جبر (آذار 2025).

يتجلى هذا الخوف من المحو على مستويات متعددة. هناك خوف من المحو المادي، كالقتل على يد الجيش الإسرائيلي والتهجير القسري ومشاهدة تدمير المجتمع، الذي يظهر من خلال الشائعات في المخيمات المنتشرة وسط وجنوب الضفة الغربية.

ويتوازى ذلك مع الخوف من المحو الرمزي لهوية اللاجئ والحق في الحل السياسي الذي يجسده. وبما أن كلاهما مرتبط بولاية الأونروا والوجود المادي للمخيمات، فإن تفكيكها يهدد الهوية الجماعية والاعتراف السياسي بتجربة اللاجئ.

هذا التهديد المركّب بالمحو المادي والرمزي يخلق حالة من الخوف الوجودي، حيث تعيش مخيمات اللجوء الفلسطينية في توقع دائم للتدمير والإبادة.

الخاتمة

لا يمكن أن يبدأ التعافي النفسي إلا مع إنهاء الاحتلال ووضع حد للإفلات من العقاب

يحدد هذا التقرير ثلاثة أنماط أساسية في الأذى النفسي الذي يفرضه الاحتلال الإسرائيلي على اللاجئين الفلسطينيين في الضفة الغربية:

(I) يفرض التعرض المتكرر والمتصاعد والمستمر لعنف الاحتلال الإسرائيلي عذاباً نفسياً لا نهائياً على التجمعات الفلسطينية. يتميز ذلك بحالة من اليقظة المفرطة المستمرة، والتوقع الدائم للموت وتعمّق مشاعر اليأس وانعدام الأمل وتعطيل حاد للحياة الطبيعية. ويتفاقم كل ذلك بإدراك أن الاحتلال يهدف عمداً إلى إلحاق الأذى النفسي.

(II) يعمل الاحتلال الإسرائيلي بشكل فعّال على تفكيك الشروط الأساسية للتعافي النفسي: الأمان والاستقرار والوقت والمساحة لمعالجة الصدمات، هيكليات الحماية العائلية والمجتمعية والبيئة الآمنة، إضافة إلى الوصول إلى خدمات الصحة النفسية.

(III) تتجذر المعاناة النفسية الفلسطينية في تجارب مشتركة من الماضي ومفاهيم مشتركة للمستقبل، وهي مترسخة في الصدمة العابرة للأجيال والمخاوف الوجودية من المحو المادي والرمزي..

تشير فرق الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي التابعة لمنظّمة أطباء العالم التي تعمل في جميع أنحاء الضفة الغربية، إلى أن أنماط الأذى النفسي التي تم تحديدها بين اللاجئين الفلسطينيين في المنطقة المصنّفة (أ) هي نفسها التي لوحظت في التجمعات الفلسطينية في المنطقتين (ب) و(ج) المعرضتين باستمرار لعنف المستوطنين والجيش الإسرائيلي.

هناك حاجة إلى مزيد من البحث لفحص كيفية ارتباط هذه الاتجاهات المشتركة وما إذا كانت تعكس نمطاً منهجياً أوسع من الأذى النفسي المفروض على الفلسطينيين في كامل الضفة الغربية المحتلة من قبل السلطات الإسرائيلية.

تتوافق العديد من العناصر الواردة في هذه الورقة مع تقرير المقرر الخاص المعني بالتعذيب وغيره من ضروب المعاملة أو العقوبة القاسية أو اللاإنسانية أو المهينة (2020)، الذي يقدّم تعريفاً للتعذيب النفسي مع إطار تحليلي لتحديد الأساليب أو التقنيات أو الظروف التي قد ترقى إلى مستوى التعذيب النفسي.[51]

من بين العناصر الأربعة المكوّنة لجريمة التعذيب النفسي، يبرز هذا التقرير بوضوح أنه يتم اختبار الألم أو المعاناة الشديدة والعجز على نطاق واسع من قبل اللاجئين الفلسطينيين. أما العنصران الآخران، القصدية والغرضية في التعذيب، فيجب أن يحددهما الخبراء القانونيون، إلا أن الجزء 1.4 من هذا التقرير يقدّم رؤى واضحة حول النوايا المعلنة لإلحاق الأذى من قبل الجنود الإسرائيليين وكذلك الآثار المحتملة لعنف الاحتلال كآليات نفسية للسيطرة على السكان.

التوصيات

يخلص هذا التقرير إلى أن المداهمات العسكرية المتكررة واقتحامات المنازل والتهجير القسري والقيود المفروضة تُلحق أذى نفسياً مستمراً باللاجئين الفلسطينيين واللاجئات الفلسطينيات، وتستوفي خصائص التعذيب النفسي كما ورد في تعريف المقرر الخاص للأمم المتحدة المتعلّق بالتعذيب.

تؤكد منظمة أطباء العالم مجدداً أن إنهاء الاحتلال يُعد شرطاً أساسياً للتعافي النفسي للشعب الفلسطيني. وبناءً على نتائج التقرير، تدعو المنظمة الدول الثالثة إلى:

- تطبيق الرأي الاستشاري الصادر عن محكمة العدل الدولية في تموز 2024 من خلال اتخاذ إجراءات فورية وملموسة لإنهاء الاحتلال، بما في ذلك الانسحاب العسكري الكامل ووقف سياسة الضم.

- الضغط على السلطات الإسرائيلية لوقف الممارسات التي قد ترقى إلى مستوى التعذيب النفسي، بما في ذلك الاعتداءات على المدنيين والتهجير القسري.

- ضمان الحق في الصحة، بما في ذلك الصحة النفسية، لجميع الفلسطينيين والفلسطينيات بمن فيهم اللاجئين، ودعم حل سياسي يشمل حقوق اللاجئين.

- حماية ولاية وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين باعتبارها ضرورية لتقديم الخدمات الأساسية.

- ضمان الوصول الإنساني الآمن ورفع القيود المفروضة على الحركة التي تؤثر على الفلسطينيين والمنظمات الإنسانية المحايدة.

المراجع

[1] يحصل ما نسبته *6.5%* و*8.5%* من الأشخاص الذين يتلقون الزيارة الأولى على زيارة ثانية.

[2] أكبر تهجير قسري في الضفة الغربية منذ عام *1967*، أوكسفام | أوكسفام الدولية؛ منظمة العون الطبي للفلسطينيين تدين أكبر تهجير قسري في الضفة الغربية منذ عام *1967*، وتدعو إلى تحرك دولي عاجل لوقف العنف العسكري الإسرائيلي – آخر الأخبار والتطورات – منظمة العون الطبي للفلسطينيين.

[3] إسرائيل كاتز، وزير الدفاع في الحكومة الإسرائيلية منذ *5* نوفمبر *2024*، يقول إنه أصدر تعليماته للجيش الإسرائيلي بالبقاء لمدة عام في مخيمات اللاجئين بالضفة الغربية وعدم السماح لـ *40,000* من السكان بالعودة إلى منازلهم | *The Times of Israel*

[4] تحديث الوضع الإنساني *#262* | الضفة الغربية *[إنجليزي/عربي]* | مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية؛ لمحة شهرية عن الضفة الغربية – الإصابات، أضرار الممتلكات والتهجير | فبراير *2025* | مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية – الأرض الفلسطينية المحتلة.

[5] تحديث الوضع الإنساني *#287* | الضفة الغربية *[إنجليزي/عربي]* – الأرض الفلسطينية المحتلة | *ReliefWeb*

[6] الأمم المتحدة لحقوق الإنسان في الأرض الفلسطينية المحتلة: مقتل *1001* فلسطيني في الضفة الغربية منذ *7* تشرين الأول/أكتوبر *2023* – واحد من كل خمسة منهم طفل | تشرين الأول/أكتوبر *2025*.

[7] الأمم المتحدة لحقوق الإنسان في الأرض الفلسطينية المحتلة: مقتل *1001* فلسطيني في الضفة الغربية منذ *7* تشرين الأول/أكتوبر *2023* – واحد من كل خمسة منهم طفل | تشرين الأول/أكتوبر *2025*.

[8] تحديث الحركة والوصول في الضفة الغربية | أيار/ مايو *2025* | مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية – الأرض الفلسطينية المحتلة.

[9] د. سلام الخطيب، استكشاف التأثيرات النفسية والاجتماعية للصدمات الجماعية والمستمرة وانتشار اضطرابات ما بعد الصدمة بين الفلسطينيين في الضفة الغربية خلال حرب غزة، 2024.

[10] مكان عملنا | *UNRWA*.

[11] قرار الجمعية العامة للأمم المتحدة *A/RES/72/80*، ديسمبر *2017*.

[12] في عام *2023* وحده، سجّلت الأونروا *1,145* عملية للقوات الإسرائيلية داخل وخارج مخيمات اللاجئينفي الضفة الغربية، بمستوياتجديدة من الشدة ودمار واسع للبنية التحتية،مما أثر بشكل كبير على أكثر من *20,000* من سكان المخيمات،انظر تقرير المفوض العام للأونروا، *1* يناير – *31* ديسمبر *2023*. ووفقًا لبيانات مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية *(OCHA)*، شكلت عمليات القوات الإسرائيلية *42%* من جميع حالات التهجير الموثقة بين يناير *2023* وديسمبر *2024*، مقارنة بأقل من *2%* في العامين السابقين، ما يدل على تصعيد حاد، انظر تحديث الوضع الإنساني *#260* | الضفة الغربية | مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية – الأرض الفلسطينيةالمحتلة.انظر *Humanitarian Situation Update #260 | West Bank | United Nations Office for the Coordination of Humanitarian Affairs - Occupied Palestinian Territory*.

المراجع

[13] ***Israel: Collective Punishment against Palestinians | Human Rights Watch, February 2023; and*** UNRWA Situation Report #170 on the Humanitarian Crisis in the Gaza Strip and the West Bank, including East Jerusalem | May 2025. See A/HCR/43/NI/2;

[14] الإسعاف النفسي الأولي – منظمة الصحة العالمية، دليل الميسّر لتوجيه العاملين الميدانيين | 2013.

[15] الإسعاف النفسي الأولي – منظمة الصحة العالمية، دليل الميسّر لتوجيه العاملين الميدانيين | 2013.

[16] نموذج ماناس للمستشارين الصحيين، N. Chowdhary، S. Chatterjee، V. Patel، 2011.

[17] الصحة النفسية تحت الاحتلال: تحليل لإلغاء الطابع السياسي للخطاب النفسي في فلسطين ودعوة لاعتماد نهج قائم على حقوق الإنسان | Emerald Insight، M. Helbich، S. Jabr، يوليو 2021.

[18] تقرير المقرر الخاص المعني بحق كل فرد في التمتع بأعلى مستوى ممكن من الصحة البدنية والنفسية | 2017.

[19] oPT : West Bank | Protection Analysis Update | August 2022.

[20] UNRWA oPt Flash Appeal Progress Report | June 2024

[21] Hughes, Karen، وآخرون. "تأثير التجارب الطفولية السلبية المتعددة على الصحة: مراجعة منهجية وتحليل تلوي." The Lancet Public Health، المجلد 2، العدد 8، 2017، الصفحات e356–e366. The Lancet,, https://doi.org/10.1016/S2468-2667(17)30118-4.

[22] تعريفات: الضغط النفسي: علامات قوية وواضحة من الضيق يتم تحديدها من قبل مختصي الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في منظمة أطباء العالم عندما يظهر الأشخاص أعراضًا مثل الانفصال عن الواقع، ضعف التواصل، قصور وظيفي، تفكير بالموت، اضطراب عاطفي أو انفعالي. القلق الاستباقي: حالة تتميز بزيادة الخوف والقلق والتوتر والاستثارة الجسدية استجابةً لتهديدات مستقبلية متوقعة تتعلق بالحياة أو أفراد الأسرة أو المنزل. التوتر العصبي: حالة عاطفية وفسيولوجية مؤقتة تتميز بمشاعر عدم الارتياح أو القلق أو التوجس، وغالبًا ما تكون مصحوبة بأعراض جسدية مثل زيادة معدل ضربات القلب والتعرق والتململ وصعوبة في التركيز. تحدث عادةً عند توقع تهديد أو تحدٍ أو موقف غامض، وتُعتبر استجابة طبيعية للضغط النفسي ومختلفة عن اضطرابات القلق السريرية. الجمعية الأمريكية لعلم النفس، APA، 2023). انعدام الأمان (الشعور بعدم الأمان): يشير إلى غياب متصور للأمان أو الاستقرار أو الحماية في البيئة أو العلاقات أو الظروف المحيطة. يتميز بالخوف والهشاشة واليقظة المفرطة، وغالبًا ما ينشأ عند تهديد الاحتياجات الأساسية الجسدية أو العاطفية أو الاجتماعية. (ماسلو، 1943).

[23] IAHIP - Inside Out العدد 102، المقال 9.

[24] تقرير حالة الأونروا #168 حول الأزمة الإنسانية في قطاع غزة والضفة الغربية، بما في ذلك القدس الشرقية | UNRWA | أبريل 2025.

[25] بين الأعوام الأكثر دموية للفلسطينيين في الضفة الغربية، كما أفاد منسق عملية السلام في الشرق الأوسط لمجلس الأمن – بيان صحفي (SC/15086) – مسألة فلسطين | أكتوبر 2022.

المراجع

[26] خلال عام *2024* بأكمله، تلقى *82* لاجئًا فلسطينيًا زيارة ثانية من فريق خدمات الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي لدى منظّمة أطبّاء العالم، حيث أفاد *7%* منهم بشعورهم باليأس. من كانون الثاني إلى آذار *2025*، تلقى *82* لاجئًا فلسطينيًا زيارة ثانية من فريق منظّمة أطبّاء العالم وأفاد *24.3%* منهم بشعورهم باليأس.

[27] يقول كاتز إنه أصدر تعليماته للجيش الإسرائيلي بالبقاء لمدة عام في مخيمات اللاجئين في الضفة الغربية وعدم السماح لـ *40,000* من السكان بالعودة إلى منازلهم | *The Times of Israel*، المرجع نفسه.

[28] *Gaza and West Bank Interim Rapid Damage and Needs Assessment | February 2025* **| شراكة من أجل تطوير البنية التحتية وصندوق بناء الدولة.**

[29] إيجاز صحفي من المفوض العام للأونروا فيليب لازاريني | *UNRWA*.

[30] رئيس الأونروا يقول إن أزمة السيولة النقدية قد تجبره على اتخاذ "قرار غير مسبوق" | *Reuters*.

[31] الصحة النفسية | منظمة الصحة العالمية | أكتوبر *2025*.

[32] **الصفحات *39* و*40***
https://www.ohchr.org/sites/default/files/documents/hrbodies/hrcouncil/sessions-regular/session58/a-hrc-58-crp-6.pdf

[33] انعدام المساءلة | *B'Tselem*;

[34] التحمّل النفسي يشير إلى قدرة الشخص على الحفاظ على القوة العقلية والعاطفية على المدى الطويل، خصوصًا في مواجهة الضغوط أو الصدمات أو الصعوبات أو الأزمات المستمرة. ويشمل ذلك القدرة على الحفاظ على الصمود والتركيز والعمل تحت الضغط دون الاستسلام للإرهاق أو الانهيار النفسي. ويحتوي هذا المفهوم على عدة عناصر أساسية: تنظيم العواطف، المرونة الإدراكية، الصمود، الدافعية المستمرة، والأمل.
https://www.researchgate.net/publication/373863988_Psychological_endurance_how_grit_resilience_and_related_factors_contribute_to_sustained_effort_despite_adversity

[35] العجز المكتسب هو حالة نفسية يصبح فيها الفرد، بعد التعرض المتكرر لأحداث مؤلمة لا يمكن السيطرة عليها، مؤمناً أن أفعاله لا تؤثر على النتائج. ونتيجة لذلك، يظهر الشخص سلوكًا سلبيًا وانخفاضًا في الدافعية وصعوبة في تعلم أن المواقف المستقبلية قد تكون قابلة للتحكم، حتى عندما تتاح فرص للتغيير.*Seligman, M. E. P. (1972).*

[36]
https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/e7e129fb-b306-496d-84a5-67bb70abc130/content

[37] ***Bessel A. van der Kolk***، الجسد يحتفظ بالذاكرة: الدماغ والعقل والجسد في شفاء الصدمات النفسية. *Penguin Books، 2014*.

[38] ***Bessel A. van der Kolk***، المرجع نفسه

المراجع

[39] Gill Straker وSusan Finchilescu. "عواقب التعرض للعنف على الأطفال الصغار في جنوب أفريقيا: تحقيق تمهيدي." *International Journal of Mental Health*، المجلد 17، العدد 2، 1988، الصفحات 16–25.

[40] Samah Qouta، Raija-Leena Punamäki، وEl Sarraj. "تقدمات في نظرية الصدمة المستمرة: التأثيرات النفسية والجسدية للصدمات المزمنة بين المراهقين الفلسطينيين." *Journal of Loss and Trauma*، المجلد 18، العدد 3، 2013، الصفحات 207–222؛ Samah Qouta وEl Sarraj. "الصدمة المستمرة في فلسطين: التأثيرات النفسية للحرب المستمرة والاحتلال على الأطفال الفلسطينيين." *World Psychiatry*، المجلد 21، العدد 1، 2022، الصفحات 52–53؛ **Save the Children**. "الجروح الخفية للأطفال الفلسطينيين." *Psychiatric Times*، 2018. مقتبس في *Psychiatric Times*، 2024؛ Samah Jabr. "المعاناة النفسية والاجتماعية لجيل آخر من الأطفال الفلسطينيين الذين يعيشون تحت الاحتلال." *Humanitarian Health Review*، 2024.

[41] John Bowlby. الارتباط والفقدان: المجلد 1. الارتباط. *Basic Books*، 1969؛ **Daniel J. Siegel**. العقل النامي: كيف تتفاعل العلاقات والدماغ لتشكيل من نحن. *Guilford Press*، 1999.

[42]
https://www.researchgate.net/publication/226456470_Understanding_Culture_Resilience_and_Mental_Health_The_Production_of_Hope

[43] John Bowlby. الارتباط والفقدان: المجلد 1. الارتباط. المرجع نفسه.

[44] Judith L. Herman. الصدمة والتعافي: تبعات العنف – من الإساءة المنزلية إلى الإرهاب السياسي. *Basic Books*، 1992.

[45] الضفة الغربية: عمليات هدم المنازل واسعة النطاق من قبل القوات الإسرائيلية المستمرة تؤثر تأثيرًا غير مسبوق على اللاجئين الفلسطينيين | *UNRWA*.

[46] الخرائط المعرفية والمعتقدات الأساسية في المشاكل النفسية، **Open Library | Dan J. Stein**.

[47] *Bessel A. van der Kolk*، المرجع نفسه

[48] الإسعاف النفسي الأولي: دليل للعاملين الميدانيين | *2018* | *EMT*.

[49] الصدمة العابرة للأجيال والصمود الجماعي: تحليل نوعي لتجارب العنف الاستعماري الاستيطاني بين ثلاثة أجيال من اللاجئين الفلسطينيين – *PubMed*؛ الصدمة العابرة للأجيال في الأراضي الفلسطينية المحتلة: تأثيرها على الأطفال وتعزيز التعافي.

[50] رأي | فلسطين: تاريخنا يطارد مستقبلنا | *Common Dreams*.
الهجوم على رفح: أحدث الأدلة على أن النكبة الفلسطينية لم تنتهِ في *1948*.

[51] *A/HRC/43/49*.