

تدمير البيوت وتجريفها: سلاح معنوي في الهمجية الإسرائيلية

الأثار النفسية المترتبة على "زوال البيت"

المحتويات

1 مقدمة
2 رمزية البيت في علم النفس
2 البيت في مفهوم كارل يونغ
2 البيت في مفهوم غاستون باشلار
3 هدم البيوت في غزة ولبنان
4 ردّات الفعل على تهديم البيوت
4 تغيير البيئة وأثره على الأطفال والمراهقين
9 آثار تهديم البيوت على الكبار والراشدين
10 نتائج وخلصات
11 توصيات

مقدمة

خلال حرب تموز 2006 استخدم العدو الصهيوني استراتيجيته العسكرية التي تقوم على تدمير البنايات في المدن الكبرى. قبل ذلك، كان من المألوف والمعتاد أن يقوم القصف المدفعي بمهام التدمير والقصف في بعض القرى الحدودية، لكنه كان تدميراً يسيراً إذا ما قورن بالتدمير الممنهج الذي أطلق عليه لاحقاً "عقيدة الضاحية". كان من المألوف أيضاً، أن تدمّر البيوت بغارات الطيران الحربي، فتهوي بيوت من طابقين أو ثلاثة، لكن هيكلا العام كان يبقى، مثل الأعمدة أو الزوايا، وكان بالإمكان أن يسحب المرء أشياء كثيرة من تحت الأنقاض، أولها جثامين الضحايا وآخرها بعض قطع الأثاث.

في حرب 2006 -قبل 18 عاماً- عرف اللبنانيون لأول مرة السلاح الهجّي الإسرائيلي الذي تمثّل بإسقاط البنايات. ما معنى أن يُقصف مبنى ما بصواريخ فراغية أو ارتجاجية، تسحب الهواء لتحول مبنى ضخماً من اثنتي عشرة طبقة مثلاً، إلى كومة من الركام والحجارة؟ آنذاك، لم يكن

أفخاي أدري يرسل التحذيرات المسبقة الشبيهة بأحكام الإعدام، ولا كان التصوير المباشر متداولاً كما اليوم. انتهت الحرب فكانت النتيجة عشرات البنايات التي هدمها الكيان المجرم.

في خريف 2024، سيعيد العدو الإسرائيلي الكرّة بإجرام أكبر، نصف مئات البنايات هذه المرة، التي لم تتحول طوابقها المديدة إلى ركام وحجارة، بل صارت تراباً ناعماً أو حفرة مخيفة. نتج عن هذه الاستراتيجية الإجرامية هدم مئات البنايات، آلاف البيوت، وتشريد آلاف الأشخاص الذين أصبحوا حكماً بدون مأوى. فما هي التأثيرات النفسية والمعنوية التي تنتج عن فقدان الإنسان لبيته؟ مع العلم أن جزءاً كبيراً من مجتمع المقاومة يتكفّف ويتجاوز هذا التحدي، إلا أن هناك فئات تحتاج فعلاً إلى المساندة والإرشادات في هذا المجال.

رمزية البيت في علم النفس

يمثل المنزل أساس الحياة البشرية التي ينطلق منها الإنسان، منذ الطفولة في كنف الأهل والحماية والأمن والدفء مروراً بالمراهقة والصبا وبدايات الشباب انتهاءً بالخروج منه ومن رمزيته، نحو علائق اجتماعية أكثر اتساعاً. وقد أجمعت الدراسات الاجتماعية والنفسية، على أن الأشخاص الذين حظوا بذكرات دافئة وجميلة، عن بيت الطفولة وعلاقات الأسرة، يتمتعون لاحقاً بالثقة بالنفس وبالشخصية القوية التي لا تهتزّ مع الأزمات، بخلاف الأشخاص الذين انحرموا من عاطفة الأهل، وانحرموا من معنى السقف وما يرمز له من الحماية والأمان والسند والدعم العاطفي والمعنوي. لذلك لا عجب، أن "رائز رسم البيت" يعدّ من أهم الاختبارات النفسية التي يخضع لها الطفل أو المراهق لفهم بعض جوانبه الشخصية.

البيت في مفهوم كارل يونغ

في أوائل القرن العشرين، رأى المُنظّر والطبيب النفسي السويسري كارل يونغ أن المنزل ذو أهمية رمزية قوية، وذو أهمية نفسية. وقال إن منازلنا هي أكثر بكثير من مجرد مأوى، فهي انعكاس لأنفسنا وهويتنا. وبالتالي، فإن الطريقة التي ننشئ بها هذا الفضاء مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بسرنا الداخلي وحالتنا الذهنية. تدعم مجموعة كبيرة من الأبحاث الحديثة هذه الفكرة، واضعة الأساس لعلم النفس البيئي، أو دراسة كيفية تأثير البيئة المحيطة على مزاج الفرد وسلوكياته. من المثير للدهشة أن كل شيء بدءاً من كيفية ترتيب الأريكة الخاصة بك شخص، إلى مقدار ضوء الشمس الذي يتدفق عبر كل غرفة، يمكن أن يكون له تأثير على الصحة العاطفية والجسدية للإنسان، سواء كان مدركاً لذلك أم لا.

البيت في مفهوم غاستون باشلار

كتب الفيلسوف الفرنسي غاستون باشلار (1884-1962) واحداً من أهم مؤلفاته الذي سيتحوّل لاحقاً إلى مرجعية أساسية لفهم الأبعاد المكانية، وهو كتاب "جماليات المكان" الذي يشرح فيه الأسباب العميقة لارتباط الإنسان بالمكان، وخصوصاً البيت. إنّ مصطلح "البيت" يرمز للألفة المحميّة الباعثة على الطمأنينة، فهو أكثر من منظر طبيعي، هو ظاهرة نفسية حتى لو رأينا

الصور الخارجية له. ويصنّف "البيت" بالوسيلة التي يرسى بها الإنسان جذوره يوماً بعد يوم في العالم. رأى باشلار أننا منذ وجدنا في العالم كان الوجود هنيئاً في "بيت الطفولة"، وكان الإنسان منخرطاً في الهناءة، حين كانت الهناءة مرتبطة بالوجود، والهناءة في تعريفه تشمل أوقات الضجر والحزن والبكاء والفرح، التي مارسها كل واحد منا في ركن منعزل من البيت. ربط باشلار كل الصور الأليفة المرتبطة بالبيت في خيال المرء وأحلامه ببيت الطفولة، فهو جذر المكان الذي يتشكّل فيه الخيال وتُمارس فيه أحلام اليقظة، وفيه تبدأ الحياة بداية جيدة، مسيّجة، ومحميّة.

هدم البيوت في غزة ولبنان

عمل العدو الإسرائيلي في قطاع غزة على تدميرِ مدروس للممتلكات التي توفرّ عوامل الحياة والبقاء والصمود. لم يقصف العدو الإسرائيلي منشآتٍ عسكريةً فقط، ولم يخض حرباً أخلاقية تلتزم أطر المعارك مع الأشخاص العسكريين المنضوين في جبهات القتال، (هذا دأبه منذ عقود بكل الأحوال)، سرعان ما يعمد إلى ضربات إجرامية ترهيبية لنشر الرعب، ولتذكير الأفراد والجماعات بالثمن الباهظ لكلفة الخيار المقاوم، وبالمناسبة فإن تهديم البيوت والمباني أسهل من استهداف النساء والأطفال، ويأخذ تهديم البيوت منحىً آخر، فهو يعني هدم البيئة الحاضنة، وفقدان الأمان والتهدج والتشريد.

في قطاع غزة، كان البديل التعويضي عن البيت هو الخيمة القماشية، التي لا تردّ البرد ولا الحرّ، هذه الخيمة كانت على رمال الصحراء أو على رمال الشاطئ، من دون مكان لقضاء الحاجة ولا للاستحمام، ومن دور الماء أصلاً والصابون وأدوات التنظيف، وبناءً عليه ستكون الصور التي تختزنها الذاكرة مؤلمة وقاسية، عن "بديل البيت" الذي يرمز للعذاب والقهر والمعاناة والذل.

في لبنان، وبسبب الاختلاف الجغرافي والاجتماعي والسياسي، كان البديل عن البيت بديلاً تعويضياً شبيهاً بالبيت، كأن يكون مساحة مستأجرة لعشرات الأسر في جغرافية مختلفة، أو مساحة في فندق، أو مكاناً لدى بعض المعارف البعيدين جغرافياً عن أماكن النزاع. ولكن، لا يوجد على امتداد القارات الخمس وضعاً يشبه ظروف الحرب في لبنان، وفي الضاحية الجنوبية لبيروت بالتحديد، حيث يرسل العدو إنذارات الإخلاء تمهيداً للإبادة العمرانية المتوحشة، ثم تبدأ غارات الطيران بإلقاء الصواريخ الحارقة والمتفجرة، وينقل المشهد مباشرة على الهواء، وسط حضور المئات من المصوّرين الذين يهتمون بتوثيق الغارات وتصويرها، والأشدّ إيلاماً، أن الهدم يحصل أمام أعين أصحاب البيوت والشقق والمتاجر والأبنية. إنه نوع جديد من الألم الجديد، الذي لم يكابده إلا من جرّبه، وهو فعلٌ يوّد انفعالات غير مألوفة، انفعالات تنبع من آلية التفكير لدى أصحاب الخبرات.

في الوقائع والحقائق: ينتج عن تهديم البيوت الاضطراب إلى تغيير البيئة المكانية، هذا التغيير هو السبب المباشر وراء بعض الانتكاسات النفسية التي تحصل لدى البعض وليس الجميع، بحسب أفكار كل شخص ومعتقداته، لأن الأفكار والمعتقدات هي التي تنتج المشاعر أو الانفعالات.

ردّات الفعل على تهديم البيوت

تقول القاعدة الأساسية في علم النفس إن الأفكار الخاصة بكل شخص هي التي تولّد الانفعالات أي المشاعر، ثم ينتج السلوك بحسب الانفعال.

أفكار ← انفعال ← سلوك

المقاومة أهمّ من بيتي (أفكاري) ← أتجاوز الحزن والشعور بالخسارة (مشاعري) ← أقول الحمد لله (سلوكي).

بيتني أهمّ شيء في الحياة (أفكاري) ← أكاد أموت من الحزن ومشاعر الخسارة والبكاء والقهر (انفعالاتي) ← ألقى باللوم على المقاومة (سلوك).

ينبغي الإشارة إلى أنّ كل النظريات لا تحول بين الإنسان ومشاعر الأسى والحنين والشعور بالخسارة وهو يعاين الخراب والتهديم، لا أحد يفرح بالدمار، لكن التعاطي يختلف باختلاف الحثيات والمسوّغات. بمعنى: إذا أراد العدو كسري وإذلالني من خلال تهديم بيتي وحرقة ونسفه، فإنني لن أنكسر ولن أدل ولا أريد البيت.

تغيير البيئة وأثره على الأطفال والمراهقين

يمثّل الأطفال والمراهقون فئة أكثر عرضة للتأثيرات النفسية الناتجة عن تغيير البيئة أثناء الكوارث. فالأطفال بطبيعة السنّ والخبرة والتجارب غير المكتملة، أكثر عرضة للصدمات العاطفية، التي تظهر من خلال القلق أو الاكتئاب أو بعض المشاكل السلوكية. ويعاني قسم من الأطفال من الكوابيس أو الصعوبات في التركيز أو الانسحاب من المواقف الاجتماعية.

يؤثر تغيير البيئات والأمكنة على مشاعر الأطفال وأفكارهم وتعليمهم وشبكاتهم الاجتماعية وعلى شعورهم بالأمن. وعند تضرر البيوت أو المدارس أو تدميرها، تضطر العائلات إلى الانتقال إلى أماكن أخرى، وهذا ما يتسبّب بانسلاخ الطفل أو المراهق عن بيئته المألوفة والمعتمدة، التي تضمّ أصدقاءه ومعارفه ومكوّنات عالمه الخاص. إنّ التأثيرات النفسية الطويلة الأمد على الأطفال

مثيرة للقلق، لأن التعرّض المبكر للصدمات يسبّب آثاراً طويلة الأمد على الصحة العقلية خلال مرحلة البلوغ.

يعتقد بعض الباحثين النفسانيين أنّ تغيير المعالم العمرانية موضوع واسع ومعقّد، يمكن أن يؤدي إلى الشعور بالعجز، وإلى تفاقم القلق والاكتئاب وكثرة الهواجس والأفكار، أو ما يعرف بـ "التفكير الزائد" Overthinkin، خصوصاً إذا جاء الانتقال إلى بيئات بديلة أكثر سوءاً وأقلّ مرتبة من البيئة الأساسية، فتشكّل نوعاً من التحديات الصعبة التي تتطلب مكابدة للتأقلم، وقد لا يصل كثيرون إلى مرحلة التأقلم أو التكيف، وهنا تقع المشاكل أو المعاناة التي تتطلب المتابعة من خدمات الصحة العقلية في الوقت المناسب.

1. إميلي جرينفيلد (أكتوبر 2024) بحثت في العلاقة بين الكوارث والصحة العقلية، بعدما لاحظت تأثيرات التغيّر المناخي، والتأثيرات الناجمة عن الكوارث الطبيعية التي ترغم الإنسان على التخلّي عن حياته الطبيعية، مثل الأعاصير والحرائق والفيضانات، بالتأكيد هي لم تشر إلى موضوع الحرب على لبنان أو غزة وما نشأ عنها من تغييرات اجتماعية ونفسية. لكنها درست التأثيرات التي يحدثها تغيّر البيئة على الصحة العقلية، فاستنتجت أن التأثير النفسي للكوارث على الأفراد والمجتمعات مثيرٌ للقلق بشكل متزايد، "عندما نتحدث عن الكوارث، نركز على فقدان الممتلكات وسبل العيش، وحتى الأرواح. الكوارث تخلق مشاكل صحية نفسية عاجلة مثل التوتر الحاد والقلق والاكتئاب"¹.

عرضت إميلي جرينفيلد نماذج الأثر النفسي التي خلّفها بعض الكوارث على الناجين من إعصار كاترينا مثلاً، أو حرائق الغابات الأسترالية، إذ أظهرت صدمة عاطفية طويلة الأمد بسبب الانتقال المفاجئ، وفقدان المنازل، والوفيات التي تزيد من الشعور بالعجز والحزن. وأشارت الباحثة إلى أنه غالباً ما يتأثر الأشخاص بهذه الكوارث ويعانون من اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) التي يمكن أن تستمر لشهور أو حتى لسنوات.

2. بسبب تغيير المنزل، دراسة تُحدّر من الآثار السلبية للانتقال المتكرّر - تموز/يوليو 2024.²

حدّرت دراسة نُشرت في موقع science daily، أنّ الأطفال الذين تنتقل عائلاتهم خلال الطفولة من مكان إلى آخر بشكل متكرر خلال فترات طفولتهم يكونون أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب في وقت لاحق من حياتهم. وأشارت الدراسة إلى أنّ الأطفال الذين ينتقلون مرّة واحدة بين سن

¹ - تغيير المناخ والصحة العقلية: فهم التأثير النفسي للكوارث البيئية. دكتور إميلي جرينفيلد. 6 أكتوبر 2024. <https://sigmaearth.com/ar/%D8%AA%D8%BA%D9%8A%D8%B>

² - لديك اكتئاب؟ ربّما لأنك غيرت منزلك مراراً خلال الطفولة. دراسة تُحدّر من الآثار السلبية للانتقال المتكرّر. أماني مبارك. عربي بوست 2024/7/25. <https://arabicpost.live/%D9%84%D8%A7%D9%8A%D9%81-%D8%B3%D8%AA%D>

10 و 15 عاماً هم أكثر عُرضةً بنسبة 41% للإصابة بالاكتئاب في مرحلة البلوغ، مقارنة بأولئك الذين لا تنتقل عائلاتهم. ويمكن أن يكون هناك العديد من الأسباب التي تدفع الأبوين إلى الانتقال بشكل متكرر خلال فترة طفولة أبنائهم، فقد تكون هذه الانتقالات ناتجة عن ترقيات، تعيينات جديدة، أو نقل للشركة التي يعمل بها أحدهم، فضلاً عن الظروف المالية التي قد تضطر العائلة إلى الانتقال لمكان سكن آخر أكثر توفيراً أو الانتقال إلى منطقة توفر فرص عمل أفضل، أو قد تشمل هذه الأسباب بكل بساطة الرغبة في الاقتراب من أفراد العائلة الآخرين، أو الابتعاد عن ظروف معينة غير مرغوبة، أو البحث عن بيئة معيشية أفضل.

إذا كانت هذه المسوّغات العلمية، تتناول تغيير البيت بسبب الظروف المتعلقة بالسعي لتحسين ظروف الحياة، فماذا سيقال إذن عن الانتقال القسري بسبب نكبات الحرب والشعور بالاضطهاد والظلم؟

لا مجال للمقارنة التي ستبدي رفاهية الانتقال الطوعي مقابل نكبات الانتقال القسري، المصاحب لظروف الحرب ومشاهد الدمار والموت والقتلى والصراخ والبكاء، وهي مشاهد ستبقى عالقة في وعي الصغار والكبار على حدّ سواء، خصوصاً بمواجهة عدو مثل العدو الصهيوني، صاحب التاريخ الحافل بالمجازر الدموية.

3. تقول الطبيبة النفسية إيفا سيلمان "الانتقال إلى قارة أخرى مع وجود أطفال يمثل تغييراً جذرياً بالطبع، بسبب تغير كامل البيئة الاجتماعية والثقافية، الانتقال من شقة وسط المدينة إلى بيت في الضواحي أو العكس يمكن أن يصيب الإنسان باختلال في التوازن، إذ يقول المدرب بيرنيل بينكي "إذا أمضيت وقتاً طويلاً في منزل واعتبرته ملاذاً آمناً، فإن مثل هذا التغيير سيكون صعباً حتى إذا بقيت دائرة أصدقائك كما هي". وفي حالات أخرى، ينتقل الناس من المنزل لوداع مرحلة معينة من حياتهم، من الممكن أن تحمل الغرف الكثير من الذكريات مثل غرفة المعيشة، حيث كان المرء يجتمع بأفراد الأسرة، أو الركن في المطبخ الذي اعتاد أن يتناول قهوته، هذه الغرف مملوءة بالمشاعر بحيث من الصعب للغاية تركها".³

من الطريف أن سيلمان تتحدّث عن ضرورة اللجوء إلى تجربة الانتقال السلسة والناجحة، وتنصح بالتخطيط المتمهّل والانتقال التدريجي الذي يجعل العبء النفسي أقل. بالتأكيد غاب عن بال الاختصاصيين هنا، أن الانتقال بفعل الحروب والتدمير الوحشي للمنازل والبيئات المدنية غير العسكرية، لا يكون معه أي مجال لا للتخطيط، ولا للتمهّل، ولا للتجربة التدريجية، التي تخفّف النتائج على الكبار والصغار، الذين يهربون من الموت من دون أن يأخذوا حتى أغراضهم الشخصية أو ملابسهم.

³ - تمر بتجربة انتقال؟ هكذا تتعامل مع الحنين لمنزلك القديم وتعتاد بيتك الجديد. موقع الجزيرة. 2024/8/11

<https://www.aljazeera.net/lifestyle/2024/8/11/%D8%AA->

لذلك، ينبغي للحكومات والمنظمات المدنية والأهلية أن تعطي الأولوية لخدمات الصحة العقلية التي تشمل استشارات الصدمات، ومساعدة النازحين، والمساعدة على تقديم مشاعر التمكين والأمل، والعلاج الصحي النفسي للمتضررين من الكوارث، الذين يعانون من الإجهاد الحاد، واضطراب ما بعد الصدمة، والقلق المستمر.

4. وفقا لدراسة أجرتها مؤسسة "ماك آرثر الأميركية"، فإن "الأطفال في سن ما بين الولادة ورياض الأطفال أصيبوا بمشكلات في الأداء الاجتماعي العاطفي، ولكن ليس الأداء المعرفي في رياض الأطفال، بسبب التنقلات السكنية للأسرة". هذا يعني أن الطفل الصغير سيواجه بعض الصدمات والضغوط بسبب الانتقال، لكن ذلك سيمر بسرعة نسبيا ما دام في طفولته المبكرة. ويكون السبب الرئيس لضيق الطفل الصغير، تغير الروتين اليومي وبيئة المنزل والأصدقاء فقط. وكشفت دراسة -نشرتها المجلة الأميركية للطب الوقائي عام 2016، في بحث أجري على 1.5 مليون طفل لمدة تراوحت بين 20 و25 عاما- عن أن أولئك الذين انتقلوا خلال طفولتهم بصورة متكررة من منزل لآخر، أو مدينة لأخرى، أظهروا معدلات أعلى لمحاولات الانتحار والعنف والإجرام والأمراض العقلية وتعاطي المخدرات، وكان الأطفال في الفئة العمرية من 12 إلى 14 عاما الأكثر عرضة للخطر.⁴

بحسب موقع "فيرى ويل مايند" (Very Well Mind)، الذي يهتم بالصحة النفسية الأسرية، فإن الانتقال لمدينة جديدة حيث لا أصدقاء يُعد تحديا قاسيا للطفل، الأمر الذي قد يثير تبعات سلبية، مثل إصابته بالأرق والذعر الليلي، واضطرابات الأكل، والخجل والانطواء، وفقدان الاهتمام بهواياته. أما في المدرسة الجديدة، فقد يظهر سلوكا عدوانيا أو يفقد التركيز ويعاني من اضطرابات التعلم فجأة، نتيجة الضغط النفسي.⁵

5. نجد في السياق نفسه، دراسة علمية بحثت موضوع "التحديات النفسية للمهاجرين. كيف تؤثر الهجرة وتغير الوطن على النفس؟ (فبراير 2024)،⁶ إذ يعتبر تغيير الوطن من التحديات النفسية للمهاجرين، فعند قرار ترك الموطن والانتقال إلى بيئة جديدة، يتعرض الإنسان لمجموعة من التحديات النفسية التي تؤثر على الحياة الشخصية، ويمكن أن تترك هذه التحديات أثرا على الصحة النفسية والجسدية مما يؤدي إلى الاكتئاب والقلق والتوتر. بينت هذه الدراسة العلمية، التحديات النفسية المرتبطة بالهجرة، والآثار النفسية الناتجة عن تغير المكان. وخلصت إلى نتائج مفادها أن صدمة الانتقال تنتج عن حدث أو سلسلة من الأحداث والظروف المفاجئة الناتجة عن تغيير المكان أو البيئة، والتي لها تأثير دائم على أداء الشخص وسلامته النفسية والجسدية.

4 - تغيير بيئة المنزل والأصدقاء يعرض الأطفال إلى الضغوط العصبية. 25 مارس 2022. موقع العرب. <https://www.alarab.co.uk/%D8%AA%D8%BA%D9%8A%D9%8A%D8%B1>

5 - لماذا تتأثر صحة طفلك النفسية عند الانتقال إلى منزل جديد؟ نيللي عادل. 2022/2/28. موقع الجزيرة. <https://www.aljazeera.net/women/2022/2/28/%D9%84%D9%85%D8%A7>

6 - التحديات النفسية للمهاجرين، كيف تؤثر الهجرة وتغير الوطن على النفس؟ بقلم فريق لابييه. 20 فبراير 2024 <https://labayh.net/ar/the-psychological-challenges-of-immigrants>

واستنتجت أيضاً أن الانتقال المكاني يرتبط بضغط عديدة، تتعلق بالتكيف مع المكان الجديد. وقد أكدت نتائج الدراسة أن معدل انتشار اضطراب ما بعد الصدمة بين المهاجرين مرتفع للغاية ويصيب ما يقارب (47%) من المهاجرين، وخاصة اللاجئين منهم.

يتغير كل شيء عند الانتقال إلى منزل جديد، من رائحة الغرف إلى أصوات ممرات المبنى وحتى الإطلاقات. لذلك لا يميل الناس عادةً لتغيير منازلهم إلا إذا اضطروا إلى ذلك. ومع ذلك، فإن تكيف الفرد مع التغييرات يعتمد على ظروفه.

6. إن "تغيير بيئة المنزل والأصدقاء يعرض الأطفال إلى الضغوط العصبية"⁷، وقد يغفل الأهل عن الاحتياجات العاطفية لأطفالهم عندما يتخذون قرار الانتقال إلى منزل مختلف وبيئة جديدة، وهذا ما يعرض الأطفال إلى الضغوط العصبية. تُظهر بعض الأبحاث أن الانتقال، وأحياناً إلى مدرسة جديدة، قد يؤدي إلى إصابة الطفل بالاكتئاب والتدهور النفسي، وفقاً للمرحلة العمرية. فقد وجدت الدراسة، من خلال بحث أجري على 1.5 مليون طفل لمدة تراوحت بين 20 و25 عاماً، أن تأثير الانتقال لم يتغير عبر الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية، بمعنى أن المستوى الاجتماعي أو مدى رفاهية الموقع الجديد لاستقرار الأسرة لم يكن له أي تأثير. لذلك، بغض النظر عن الوضع المالي للوالدين، لا يزال الأطفال معرضين لخطر نفسي كبير بعد الانتقال المتكرر من منزلهم وبيئتهم، حيث يشعرون بأنهم سيفارقون بيئتهم المحيطة التي يرونها آمنة وهم لا يعرفون عادة ما الذي ينتظرهم في نهاية الرحلة.

كلما تقدم الأطفال في السن زادت حدة الانتقال وتبعاته عليهم. وما بين سن 5 و12 عاماً يتمكن الأطفال من تطوير مهاراتهم الاجتماعية وشخصياتهم، ويبدؤون في إنشاء دوائر الأصدقاء وروابط إنسانية قوية. وبحسب موقع "فيرى ويل مايند" (Very Well Mind)، الذي يهتم بالصحة النفسية الأسرية، فإن الانتقال لمدينة جديدة حيث لا أصدقاء، يُعد تحدياً قاسياً للطفل، الأمر الذي قد يثير تبعات سلبية، مثل إصابته بالأرق والذعر الليلي، واضطرابات الأكل، والخجل والانطواء، وفقدان الاهتمام بهواياته. أما في المدرسة الجديدة، فقد يظهر سلوكاً عدوانياً أو يفقد التركيز ويعاني من اضطرابات التعلم فجأة، نتيجة الضغط النفسي.⁸

7. قام باحثون من جامعة آر هوس في الدنمارك، وجامعتي بليموث ومانشستر في المملكة المتحدة، بتحليل جميع المواقع السكنية لحوالي 1.1 مليون شخص وُلدوا في الدنمارك بين عامي 1981 و2001، والذين أقاموا في البلاد خلال أول 15 عاماً من حياتهم. تتبعت

7- تغيير بيئة المنزل والأصدقاء يعرض الأطفال إلى الضغوط العصبية. الانتقال إلى منزل مختلف يصيب الأبناء بالاكتئاب والتدهور النفسي. الجمعة 25/03/2022. موقع العرب.

<https://www.alarab.co.uk/%D8%AA%D8%BA%D9%8A%D9%8A>

8- لماذا تتأثر صحة طفلك النفسية عند الانتقال إلى منزل جديد؟ نبلي عادل. 2022/2/28. موقع الجزيرة.

<https://www.aljazeera.net/women/2022/2/28/%D9%84%D9%85%D8%A7>

الدراسة هؤلاء الأفراد حتى مرحلة البلوغ، ووجدت أن ما لا يقل عن 35000 من أولئك الذين ما زالوا يعيشون داخل الدنمارك قد تلقوا تشخيصاً طبياً للاكتئاب⁹.

ووجد الباحثون أن البيئة المنزلية المستقرة خلال مرحلة الطفولة، هي إحدى طرق الحماية من مشاكل الصحة العقلية في المستقبل، إذ أن هناك عدة أسباب تجعل الاستقرار المكاني مهماً لهذه الحماية، منها توفير الشعور بالأمان والاستقرار، فالأطفال الذين ينشؤون في بيئة مستقرة يشعرون بالأمان والطمأنينة، ما يقلل من مستويات التوتر والقلق، ويسهم عدم التنقل في التطور الصحي للنفسية، لأنّ الاستقرار في مكان واحد يساعد الأطفال (والكبار أحياناً) على بناء علاقات اجتماعية قوية ومستدامة مع الأقران والجيران. هذه العلاقات توفر دعماً اجتماعياً مهماً يمكن أن يكون عاملاً وقائياً ضدّ مشاكل الصحة العقلية.

ذكر البروفيسور كلايف سابيل، أستاذ البيانات والعلوم المكانية بجامعة بلايموث والمدير السابق لمركز البيانات للبيئة والصحة بجامعة آر هوس: "نحن نعلم أن هناك عدداً من العوامل التي تؤدي إلى تشخيص إصابة الشخص بمرض نفسي، إلا أن هذا أول دليل يشير إلى أن الانتقال إلى حيّ جديد خلال مرحلة الطفولة من بينها، فالأرقام تؤكد ذلك، وما نشهده قد يكون قمة جبل الجليد خلال تلك السنوات التكوينية، حيث يقوم الأطفال ببناء شبكاتهم الاجتماعية من خلال المدرسة أو المجموعات الرياضية أو غيرها من الأنشطة، يجب علينا إيجاد طرق جديدة لمساعدة الناس على التغلب على تلك التحديات"¹⁰.

ليس معنى هذا بالتأكيد، أن أيّ انتقال عائلي من بيت لآخر سيسبب الأزمات النفسية للصغار أو الكبار، فالموضوعية تقتضي القول إن هناك أنواعاً من الانتقال المكاني تحمل معها الفرح والأمنيات والسرور، مثل الانتقال من مكان بانس إلى مكان أجمل وأفضل، لكن المقصود من خلال هذه الدراسة تسليط الضوء على الآثار الناتجة عن تهديم البيوت، والآخر الأول هو الاضطراب للبحث عن مكان بديل، ومن هنا يبدأ الشتات والتشتت عند الكبار والصغار على حدّ سواء

آثار تهديم البيوت على الكبار والراشدين

إن الوقوف على أطلال البيوت والمساكن، التي كانت عامرة ومأهولة ثم آلت إلى الخراب، موضوع قديم جداً، تعود أدبياته إلى العصر الجاهلي، مع العلم أن مفهوم البيت آنذاك، لم يزد

9 - لديك اكتئاب؟ ربّما لأنك غيرت منزلك مراراً خلال الطفولة. دراسة تُحدّر من الآثار السلبية للانتقال المتكرّر. أماني مبارك. عربي بوست 2024/7/25. <https://arabicpost.live/%D9%84%D8%A7%D9%8A%D9%81-%D8%B3%D8%AA%D>

10 - م.ن.

على بضع حجارة وأوتاد الخيمة وأثافي الموقد، لكن تحوّلته إلى طلل دارسٍ كان كفيلاً بإثارة اللواعج والأحزان والشجون.

واليوم بعد آلاف السنين، ما زال البيت المندثر بفعل التهديم أو التفجير يثير لواعج كثيرة، تراوح بين الحزن والحسرة والبكاء والشوق، لكن البيوت المهدومة بفعل الإجماع الإسرائيلي، تثير في النفس مشاعر إضافية، مثل الفخر والمشاركة بالمقاومة وتمني الثأر من العدو. من أبرز الآثار النفسية التي تترتب على تهديم البيوت، يمكن ذكر الأمور التالية:

- الشعور بالخسارة المادية الكبيرة، خصوصاً لدى الأشخاص المتعلّقين بالأمور الحياتية، الذين يصفون الأرزاق والعقارات بتعبير "جنى العمر". ومن الطبيعي أن يشعر الأشخاص الذين قضوا سنوات طويلة في بناء بيوتهم وحقولهم بالخسارة الكبيرة والضياع، لكن هذا الشعور يتضاءل كلما تعاطى الإنسان بثوابت عقائدية وروحانية، ونظر بعين الله وفهم زوال الأمور الدنيوية وفناء الأشياء بخلاف المنظور الدنيوي.
- يشعر بالخسارة والتعب المسبق، كل من يبدأ التفكير بالمراحل الزمنية التي ستتطلبها إعادة البناء من جديد، مع التفكير بالعقبات المادية واللوجستية وخلافها.
- بالنسبة لبعض الناس، فإنّ الخسارة التي لا تعوّض هي الخسارة المعنوية مثل خسارة الذكريات والتفاصيل التي لا سبيل لاستعادتها.
- تنحصر معاناة بعض الناس بالتفكير الناجم عن السعي لإيجاد (المنزل) البديل والمناسب، الذي يلبي الحاجات. إنّ عدم إيجاد البديل التعويضي المناسب، يسبّب الإحباط والمرارة والعجز لدى فئة من الناس لا تستطيع التكيف مع الظروف المتاحة، لأنها تفكر وتحلم بحاجاتٍ على قياسها الدقيق.
- هناك فئات من الناس يتسبّب هدم بيوتها بمشاعر "الانسلاخ" عن الفضاء المادي والروحي الخاص بها. ينتج شعور الانسلاخ بسبب الابتعاد القهري، عن المكان الذي ينتمي إليه ويألفه ويحبه إلى مكان لا ينتمي إليه ولا يرغب به، وهذا ما قد يسبب الكآبة والإحباط.
- أحيانا تكون بيئة البيت مرتبطة ببيئة العمل أو كسب العيش والحياة، (مثل الطبيب الذي يجعل عيادته قرب البيت/ أو الأشخاص الذين يستخدمون تقنيات مخصصة للعمل من المنزل) فعندما يخسر الإنسان بيته يتعرض بالتالي لخسارة فرصة العمل وكسب القوت، وهذا ما ينعكس سلبياً عليه بسبب ازدواجية الخسائر.
- من الآثار السيئة، وجود شرائح من الناس، تستصعب الاضطرار للبدء من جديد. فهناك أشخاص لا يستطيعون الانطلاق مجددا لتعويض خسائر الحياة، هؤلاء تتوقف بهم السبل أو تنقطع، لأنهم يصبحون عاجزين عن التكيف.

نتائج وخلصات

1. تجمع أغلبية الدراسات العلمية على أن تغيير البيت له نتائج سيئة في حالات السلم والاختيار، فمن الطبيعي أن تكون نتائجه مأساوية في حالات الحروب والظروف القسرية.
2. تساعد البيئة المستقرة الأفراد على الحفاظ على روتين يومي في حياتهم، وتوفّر الإحساس بالتحكّم والنظام، وتسهم في تقليل مشاعر القلق والاضطراب، فيما يعرّض التنقّل المستمر الإنسان لتحديات بيئية متغيرة، مثل التكيف مع مناطق جديدة، وفقدان الأصدقاء والمعارف، والشعور بالحنين للمكان الأساس، والاستغراق في الذكريات وتغيرات المحيط الاجتماعي. فكّما كان التغيير أو الانتقال أقلّ، كلما ساعد الأمر على الحفاظ على الصحة العقلية للفرد.
3. يعزّز الاستقرار المكاني الشعور بالانتماء إلى مجتمع معين. هذا الشعور يتحوّل إلى مصدر قوي للدعم العاطفي والنفسي، ويساعد في بناء هوية شخصية متينة وصحية، ولذلك فإنّ هدم الحيّز المكاني يسلبه الشعور بالانتماء.
4. تؤدي العوامل الفكرية والعقائدية دوراً مهماً يتقاطع مع ردّات الفعل الانفعالية ثم السلوكية. والمثال على ذلك أن المؤمنين بخيار المقاومة يتعالون فوق مشاعرهم الخاصة ويتكيّفون بسرعة مع التحدّي لأنهم يعتبرون الموضوع جزءاً طبيعياً من مسار حياتهم وقناعاتهم.
5. تشكّل الخلفية الدينية والعقائدية السلاح الأقوى على مواجهة معظم الضغوط النفسية. بمعنى أن من يهب نفسه وروحه وأمواله وأولاده لله وفي سبيل الله، لن يتوقف كثيراً عند موضع زوال البيت واحترق السيارات وخسارة الرزق، لأنه يعتبر أن الله قدّر ذلك وشاء وقضى.
6. بعض الأشخاص الذين يفقدون منازلهم، يصبحون عرضة للمعاناة ولمشاعر الوحدة وانعدام الأمن.
7. يشعر بعض الأشخاص الذين نجوا من الكوارث، أو ممن لم يقدّموا أيّ تضحيات مثل الشهداء والبيوت والخسائر، يشعرون بما يطلق عليه "ذنب الناجي"، وهو شعور بالتقصير عن الواجب والندم لعدم تعرضهم للبلاء كغيرهم، بينما قدّم الآخرون تضحيات كثيرة.
8. ليس بالضرورة أن تكون النتائج السلبية لدى من فقد بيته سواسية لدى الجميع، فهناك أشخاص يتأقلمون بسرعة ولديهم قدرات على تجاوز المحن القاسية. بل يشكرون الله ويحمدونه على النعمة والابتلاء. ولا يعانون من أي مشكلة ولا يشكون أو يتذمّرون.

توصيات

1. تعزيز الجانب الروحي الذي يسهم بإعطاء الأمور الدنيوية قيمة منخفضة، فتصبح الخسائر أمراً عابراً ولا تترك تأثيراً. فما البيوت إلا محطات عابرة في حياة الإنسان الزاهد.
2. محاولة تعويد النفس على عدم الانشغال والتعلّق بالأمور الدنيوية التي ستنتهي في لحظة ما.
3. أن يفهم الجميع أن المشروع الإسرائيلي التاريخي لن يترك شعوب المنطقة بأمان وسلام، وهذا ما يتطلّب استعدادات نفسية وعملية دائمة. مثلاً: إذا كان بيتي قرب الحدود هل أدفع مليون دولار أو مليونين عليه؟ يوجد هنا أخطاء في الأفكار والنظر إلى الأمور والتعاطي معها.

4. الاستفادة الفردية والجماعية من تجربة الحرب. على الرغم من قساوة الحرب ومراراتها وفضاعة يومياتها لكنها تعلم الإنسان دروساً كثيرة، ينتبه لها البعض ويغفل عنها البعض. التوصية هنا أن يسأل كل فرد نفسه: هل علمتني تجربة الحرب شيئاً جديداً؟ هل أضافت شيئاً إلى شخصيتي؟ أم أن تأثيرها كان فقط سلبياً ومريراً؟ وهنا يفترض التعاطي بميزان الحياة الدنيا والحياة الآخرة.
5. تعويد الجيل الجديد الذي يرى اليوم آثار الخراب والتهديم لأول مرة، على الثمن الطبيعي لخيار الجهاد والمقاومة. فالمطلوب أن نزرع في وعي الأجيال وفي لاوعيهم أيضاً، أن خيار الجهاد في سبيل الله خيار مكلف وشاق، وعلى الإنسان أن يتوقع نتائج خياراته والتزاماته.
6. إعادة النظر والعمل الجدي لتغيير نمط الحياة الاجتماعية والاستهلاكية والتعلق بالمظاهر، التي اجتاحت المجتمع المقاوم في الـ20 سنة الأخيرة، وعدم العودة إلى النفقات غير الضرورية في كل نواحي الحياة بسبب ارتكازنا الجغرافي غير المستقر.