مركز الميزان لحقوق الإنسان
AL MEZAN CENTER FOR HUMAN RIGHTS

ورقة بعنوان

بموازاة الهجمات الحربية الواسعة

إسرائيل تشن حرباً نفسية منظمة وتوظفها في سياق الإبادة الجماعية

مايو 2025

تواصل قوات الاحتلال الإسرائيلي هجماتها الحربية واسعة النطاق على قطاع غزة، في سياق حملة الإبادة الجماعية المستمرة منذ تسعة عشر شهراً، مستهدفة السكان المدنيين بشكل مباشر وممنهج من خلال القصف الجوي والمدفعي، والتفجير، وإطلاق النار العشوائي على المدنيين وفي منازلهم ومناطق نزوحهم، ما أسفر عن عشرات آلاف الضحايا من الشهداء والجرحى، وتستخدم التجويع كسلاح، وسط أوامر التهجير القسري المتكررة، وتدمير واسع للبنية التحتية والمرافق الحيوية، كالمستشفيات، والمدارس، ومصادر، ومخازن الغذاء، ومحطات المياه، والكهرباء.

ولا تقتصر هذه الهجمات على الأبعاد المادية والجسدية فحسب، بل تصاحبها حرب نفسية ممنهجة، تستهدف تدمير السكان معنوياً وإلحاق الأذى المضاعف في صفوفهم، نتيجة استمرار القصف، وأصوات الغارات الجوية، وفقدان الأسرة، وانعدام الأمان، فضلًا عن الظروف الإنسانية الكارثية التي يعيشونها يومياً تحت النزوح والحصار والجوع والمرض، وتتخذ وسائل تهدف إلى تدميرهم نفسياً، من خلال استخدام التهديدات الإعلامية، وبث الشائعات، والتلاعب بالمعلومات، ما أدى إلى ارتفاع ملحوظ في مستوى التوتر النفسي، والصدمة، والاضطرابات النفسية، خاصة لدى الأطفال والنساء.

فمنذ اللحظات الأولى للعدوان الإسرائيلي المتواصل على قطاع غزة، لجأت قوات الاحتلال إلى شن غارات جوية متواصلة باستخدام صواريخ شديدة الانفجار، وكثفت عمليات القصف على نحو متتال وعنيف ومتعمد فيما يعرف بالأحزمة النارية، مستهدفة مناطق سكنية مكتظة بالسكان المدنيين، ويسفر هذا النمط من القصف، الذي يحدث دوي انفجارات هائلة ومتكررة، عن خلق

حالة دائمة من الرعب والهلع والصدمة النفسية لدى السكان، نتيجة استمرار سماع أصوات الانفجارات دون انقطاع لساعات متواصلة، الأمر الذي يفاقم مشاعر القلق والخوف وقد يؤدي في بعض الحالات إلى انهيارات نفسية أو أزمات صحية حادة، وعلى سبيل المثال لا الحصر، توفيت الإعلامية هيا مرتجى بتاريخ 2025/4/1، جراء تعرضها لنوبة قلبية حادة ناجمة عن حالة هلع شديدة أصابتها عقب سلسلة من الانفجارات العنيفة التي هزت محيط سكنها.

أفادت السيدة كلارا العوض للمركز، أثرت الحرب على حياتنا الصحية والنفسية، وأصبح عندي خوف دائم وقلق وتوتر وقلة نوم واكتئاب، خاصة عندما اسمع أصوات انفجارات الأحزمة النارية، التي من الممكن أن تبقى متواصلة من نصف ساعة لساعتين، نتجمع كلنا بمكان، ولا نقوى على الحركة من الخوف والقلق والتوتر، نشعر بأن جميع البيوت دمرت وننتظر دورنا.

تؤكد منظمة الصحة العالمية أن جميع الأشخاص الذين يعانون من حالات الطوارئ يتعرضون لضغوط نفسية شديدة مثل القلق والحزن واليأس وصعوبة النوم، ويزيد بشكل ملحوظ في أوساط النساء والأطفال والأشخاص المعرضين للعنف والتشريد، حيث يعاني الأطفال الواقعين تحت الإبادة الجماعية في غزة من اضطراب في النمو، واضطرابات عاطفية وصدمات نفسية صعبة طويلة الأمد.

ويعد الأطفال من أكثر فئات المجتمع تأثراً بالهجمات الحربية، ويشعرون بضغوط نفسية هائلة بسبب الخوف الشديد، إذ نشر مركز التدريب المجتمعي وإدارة الأزمات CTCCM، دراسة أظهرت أن 96% من أطفال قطاع غزة يشعرون بأن الموت وشيك، و79% يعانون من الكوابيس، و73% يظهرون سلوكاً عدوانياً، 87% يظهرون خوفاً شديداً، 77% يتجنبون الحديث عن الحرب، 49% يتمنون الموت بسبب الحرب.

وفي سياق تعميق الأثر النفسي، تقوم قوات الاحتلال بنشر خرائط أو بث رسائل إخلاء جديدة بشكل يومي من خلال المنسق العام لجيش الاحتلال، أو بإسقاط المنشورات الورقية من قبل الطائرات، أو إرسال رسائل عبر الهواتف المحمولة، وينتشر الذعر بين سكان المناطق المستهدفة، كما تستخدم الطائرات المسيرة (الكوادر كابتر) التي تقوم ببث تسجيلات صوتية لصراخ النساء والأطفال وطلب الاستغاثة لتضاعف الخوف والذعر بين الناس وتجبرهم على النزوح الجماعي وتفقدهم الروابط الاجتماعية، وتعود ذكريات النزوح المتكرر وما يصاحبها من معاناة ما يزيد من الضغط النفسي على الأسر وتقرر بعضها البقاء ومواجهة الموت. وتواصل الطائرات الإسرائيلية المسيرة بدون طيار تحليقها في أجواء قطاع غزة بشكل دائم وبدون انقطاع، وتصدر أزيزاً متواصلاً ما يخلق حالة من التوتر لدى السكان بشكل دائم، ويعيد إلى أذهان المدنيين الخبرات السابقة الصادمة، التي مروا فيها التي انطوت على أعمال قتل وحشية للمدنيين ولاسيما الأطفال والنساء، وهدم وتدمير المنازل والممتلكات.

أفاد الدكتور محمود البراغيتي، أستاذ الصحة النفسية ومدير برامج الدعم النفسي الاجتماعي لمركز إبداع المعلم: حالة الترقب للأحداث والبحث اليومي مع واقع استمرار الحرب وتصاعد الأحداث تركت آثاراً واضحة على جميع العائلات بقطاع غزة، حالة النزوح والتنقل من مكان إلى آخر في ظروف اقتصادية صعبة ومعيشية مؤلمة، وضعت الناس في حالة من عدم الشعور بالأمان والاستقرار والتأهب النفسي المستمر، وتعتبر كلمة إخلاء هي حالة موت وشعور بالعجز النفسي وأعلى حالات الإجهاد والقهر النفسي بالنسبة للعائلات، ولذلك فأن التأثير على المتعرضين لحالة النزوح لما يترتب عليها من العجز في توفير الاحتياجات الأساسية، وغياب الأماكن الآمنة، وخاصة العيش في الخيام، هو شعور بحالة من الإنهاك النفسي، وتفقد الناس السيطرة والتحكم بمشاعرهم، ما يدفع الكثير منهم إلى المخاطرة بحياتهم ورفض الإخلاء وقد يكونوا ضحايا للقصف والموت بأي لحظة وهذا ما تكرر باستمرار في مناطق مختلفة التي أصبح يفضل فيها الناس البقاء ولو كان تكلفة ذلك الموت.

وتواصل سلطات الاحتلال استخدام سياسة العقاب الجماعي من خلال إغلاق المعابر ومنع إدخال المواد الغذائية والدوائية، ما تسبب في انعدام الأمن الغذائي لدى غالبية السكان، وفاقم من المعاناة النفسية والاجتماعية، وعمدت إلى خلق أزمة اقتصادية وحرمان السكان من الوصول إلى النقد والسيولة المالية، ما جعل الآلاف يعيشون في ظروف فقر مطلق أدى إلى تفاقم الأزمة الإنسانية، مما زاد من شعور الناس باليأس والاكتئاب لعدم قدرتهم على توفير احتياجات الأسرة وقضاء ساعات طويلة في الجهد الجسدي والنفسي.

أفادت جنات نوفل من معسكر جباليا وصاحبة عمل حر، أنا في أسوء مراحل حياتي، ولا أعتقد أحد يعيش أسوأ من حياتنا، طاقتي انتهت، ولا أستطيع التحمل أكثر من ذلك بعد ما كنت منبع للأمل والتفاؤل، التعب النفسي بدء يظهر على جسدي فأنا دائماً مريضة ومجهدة ولا أستطيع التعافي، أعاني نفسياً من الجوع والموت والدمار وأسعار السلع الغالية، وصلنا لمرحلة لا نستطيع الخروج من البيت، ولا نستطيع الحصول على احتياجاتنا، لا يوجد معنا سيولة نقدية، وكل مناحي الحياة أصبحت مأساة، لا مياه ولا كهرباء ولا مقومات عيش، ننتظر معجزة لنستطيع تحمل هذه الحياة.

وزاد شعور الطلبة والأسر بالعجز والإحباط وفقدان الثقة حيال المستقبل جراء توقف العملية التعليمية وسط مهاجمة المدارس والجامعات، وفقدان الأصدقاء والمعلمين، وانقطاع الكهرباء والانترنت والنزوح المستمر، ومساعدة الأسرة في توفير المتطلبات اليومية الجديدة التي فرضتها حرب الإبادة من ماء ومستلزمات الطهي وغيرها، وباتت تترسخ قناعة لدى العديد من الطلبة بأنهم أقل من أقرانهم في أماكن أكثر أماناً، ما يعزز شعورهم بالنقص والعزلة نتيجة التراجع الأكاديمي أو الانقطاع عن الدراسة لفترات طويلة، ويزيد من الضغوط النفسية على الأهل.

وتتحمل النساء أعباء مضاعفة تتجاوز أدوارهن التقليدية، ويجدن أنفسهن مضطرات للقيام بأدوار مختلفة، كدور المعيل بعد فقدان الزوج أو الأب أو الأخ، ورعاية الأطفال وكبار السن وتحمل أعباء النزوح، وتأمين المأوى والغذاء، والتعامل مع الآثار النفسية لأفراد أسرهن في ظروف قاسية تفتقر لأدنى مقومات الحياة، في الوقت الذي يعانين فيه هن أيضاً من مشاعر الخوف والحزن وعدم الأمان، ويتسبب ذلك كله بضغط نفسي حاد يصاحبه القلق والاكتئاب، والإحساس بالعزلة والإرهاق العاطفي.

تقول (ر.ز)، وهي نازحة في مواصي خان يونس، النزوح المتكرر والعيش في الخيم من أكثر الأشياء التي تضغط على نفسيتي، ونفسية أطفالي الذين يفتقدون لمدارسهم ولأنشطة تفرغ طاقتهم، تغيير المكان مع كل أمر إخلاء وعدم الاستقرار الذي نعيشه هو دمار نفسي كبير

جداً، أشعر وأنني أفقد قدرتي على التحكم ويختل توازني، وفي بعض الأحيان أشعر أنني أريد أن انفجر، ويخرج هذا الصراخ والتوتر على أبنائي، وخاصة عندما لا أستطيع توفير الانترنت لمتابعة دروسهم وعندما يطلبوا مني الأكل ولا أستطيع شراءه، فأقوم بالصراخ عليهم أو أذهب للنوم وأبدأ في البكاء، أشعر أنني أصبحت مريضة نفسياً.

ويعاني المعتقلون الفلسطينيون ممن أفرجت عنهم قوات الاحتلال بعد اعتقالهم في سياق عملياتها البرية في قطاع غزة، من أعراض نفسية شديدة، كالأرق، والذعر والقلق المستمر، ويواجهون صعوبة في إعادة الاندماج في المجتمع أو بناء علاقات طبيعية مع أسرهم نتيجة الشعور الدائم بالتهديد، بسبب التعذيب الجسدي والنفسي الذي تعرضوا له داخل السجون الإسرائيلية، والتي تركت لديهم آثار نفسية عميقة.

أفاد المعتقل المفرج عنه (م.م)، منذ الإفراج عني قبل حوالي أربعة أشهر وأنا لا أستطيع النوم، وإذا نمت أحلم بأحلام مزعجة، وفي بعض الأحيان أستيقظ وأنا أصرخ، حتى ابنتي الصغيرة وزوجتي أحس بأنهما يخافان مني، في بعض الأحيان أحاول الانعزال في غرفة وحدي لأني أريد البكاء، لقد مررت بظروف قاسية في السجن، وما زالت آثار التعذيب على يدي وساقاي، لقد فكرت في الانتحار أكثر من مرة داخل السجن، وأشعر الآن بأني في حاجة ماسة إلى علاج نفسي.

وتسبب استهداف المنظومة الصحية وتدمير المستشفيات والمرافق الطبية في قطاع غزة إلى كارثة إنسانية ذات أبعاد نفسية عميقة، ولم يعد المرضى قادرين على تلقي العلاج الأساسي، بما في ذلك من يعانون من أمراض مزمنة أو يحتاجون إلى عمليات جراحية أو رعاية طارئة، وفاقم من مشاعر الخوف والعجز لدى المرضى، خاصة أولئك الذين يدركون أن فرص نجاتهم أصبحت معدومة في ظل غياب الرعاية الطبية. وتعاني أسر المرضى من توتر دائم وقلق شديد على أحبائهم، نتيجة عدم القدرة على إنقاذهم أو توفير العلاج البديل. كما أن رؤية المستشفيات تتحول إلى أنقاض عمق الإحساس بانعدام الأمان، ويؤدي إلى صدمة نفسية جماعية تمتد آثارها إلى جميع أفراد المجتمع، خصوصاً مع غياب الأمل في تحسن الأوضاع على المدى القريب.

وطالت الهجمات مستشفى الصحة النفسي الوحيد في قطاع غزة، وتسبب في تدميره وخروجه عن الخدمة، وفي الوقت ذاته تمنع إسرائيل دخول الأدوية ومنها الضرورية للمرضى النفسيين، والمرضى الجدد الذين تأثروا بفعل الإبادة الجماعية، ما فاقم من أوضاعهم الصحية وأصبح بعضهم يشكلون خطراً على حياتهم وحياة من معهم، ما ألقى عبئاً مضاعفاً على ذويهم، الذين اضطروا لمراقبة سلوكهم وتحمل مصاعب التعامل معهم.

يشير الدكتور ريك بيبركورن، ممثل منظمة الصحة العالمية في الأرض الفلسطينية المحتلة، بأن الجميع في غزة متأثرون بهذا الصراع، بما في ذلك فريقي، يعانون من التوتر والقلق والشعور بالوحدة والاكتئاب، وما إلى ذلك، في كل مكان". ويضيف أن "مستشفى الأمراض النفسية، الذي كان يقدم الرعاية للمرضى في غزة، تعرض للتدمير، وهو ما فاقم من تدهور الأوضاع النفسية في القطاع. (المؤتمر الصحفي اليومي – منظمة الصحة العالمية) ***وتشير تقديرات منظمة الصحة العالمية أن جميع الأشخاص تقريباً ممن تضرروا من حالات الطوارئ يعانون من ضوائق نفسية، مثل الشعور بالقلق والحزن، واليأس، وصعوبة النوم، والتعب، وسرعة الانفعال أو الغضب، والأوجاع والآلام.***

وحول نقص الأدوية النفسية، أفاد الدكتور محمد عفانة، أخصائي الصحة النفسية ورئيس وحدة الصحة النفسية بمجمع ناصر الطبي، يوجد هناك نقص شديد بالأدوية النفسية وإن وجدت فهي شحيحة جداً ولا يوجد فيها ديمومة أو استمرارية، وهناك الكثير من الحالات المزمنة التي

تحتاج الأدوية النفسية باستمرار، وأي خلل في توفير أدويتها يعرضها للانتكاسة من جديد. كما أن هناك حالات أخرى جديدة تولدت بفعل الحرب تحتاج لأدوية نفسية مكثفة بالإضافة لخدمات العلاج غير الدوائي كتقديم الدعم النفسي والاجتماعي لهم. وبعض الحالات تشكل خطراً على نفسها أو على الآخرين.

مركز الميزان لحقوق الإنسان، إذ يدين بشدة تصاعد آثار الحرب النفسية الممنهجة ضد سكان قطاع غزة، فإنه يؤكد على أن ما يتعرض له المدنيون في قطاع غزة لا يقتصر على عمليات القتل والتدمير المادي، بل يتجاوز ذلك إلى مستوى أعمق من الحرب النفسية المنظمة التي تمارسها إسرائيل بهدف إلى إيقاع الأذى وأقصى ضرر يمكن بلوغه في صفوف المدنيين، وتدميرهم نفسياً ومعنوياً بالتوازي مع التدمير المادي، في سياق حرب الإبادة الجماعية التي تباشرها، ما ينذر بآثار وأضرار نفسية عميقة وطويلة الأمد قد تهدد حياة السكان.

ويشدد المركز على أن ما تقوم به سلطات الاحتلال لا يعد فقط انتهاكاً للحق في الحياة والسلامة النفسية والجسدية، بل يرقى إلى استخدام ممنهج للأدوات النفسية كجزء من سياسة العقاب الجماعي، وهي جريمة بموجب اتفاقيات جنيف، تستوجب المساءلة والمحاسبة.

بناءً عليه، يطالب المركز المجتمع الدولي لا سيما الأطراف السامية المتعاقدة على اتفاقيات جنيف الرابعة، بتحمل مسؤولياتهم القانونية والتدخل العاجل لوقف حرب الإبادة الجماعية التي طالت في أبعادها كل مكونات المجتمع الفلسطيني، وتوفير الحماية الدولية العاجلة للمدنيين الفلسطينيين، والضغط على إسرائيل لإنهاء الحصار وفتح المعابر بشكل فوري ودائم. ويطالب المحكمة الجنائية الدولية بفتح تحقيق فوري في الجرائم المرتكبة بحق المدنيين في غزة.

كما يدعو المركز إلى إطلاق خطة استجابة شاملة تشمل الدعم النفسي والاجتماعي للمتضررين، وضمان حقهم في التعافي والكرامة والعدالة.