الفصل العشرون
العناية بالأفراد في المناطق الحمراء (المناطق الخطرة): أمثلة من الشرق الأوسط

بقلم: ريمون هكس

توجد العديد من المناطق الحمراء في الشرق الأوسط وهي تشكل خطراً محتملاً على سلامة أفراد الإرساليات الدينية. المناطق الحمراء هي مناطق محددة تتميز بالضغوط العرقية والسياسية، وعدم الاستقرار، والعنف المحتمل أو الحقيقي. ينظر الكاتب إلى العلامات المُنذِرة بالخطر في مناطق التوتر، ويقدم الاقتراحات للأشخاص الذين يعيشون في المناطق الخطرة، ويقدم الإرشادات للمديرين والقادة لمساعدة هيئات العاملين في المناطق الخطرة.

إن عبارة "منطقة حمراء" تشير إلى مناطق العالم التي يوجد فيها توتر كبير بصفة منتظمة وأحياناً على أساس يومي، ومصدر هذا التوتر خطر مُتصوَّر أو حقيقي وتهديدات تُشكل خطراً على سلامة الأفراد. ينطبق ذلك على العديد من أجزاء عالمنا، ولكنه ينطبق بشكل خاص على منطقة الشرق الأوسط، حيث خدمت طيلة الـ 25 سنة الماضية. إن هذه المناطق خطيرة لمجرد حقيقة أن المعيشة والخدمة في أحد تلك المواقع تُعرِّض الفرد، والزوجين، والعائلة و/ أو فريق العمل للخطر. إن بعض الأمثلة على المناطق الخطرة في الشرق الأوسط تشمل مناطق داخل غزة والضفة الغربية، ولبنان، واليمن، وسوريا. وهذا قليل من كثير.

إن أفراد الإرساليات الذين يعيشون في بيئة متعددة الثقافات يختبرون الكثير من الضغوط التي تفوق مهارات المرونة واحتياطي الطاقة. ليس بالأمر السهل أن تتعلم لغة جديدة، وثقافة جديدة، ومجموعة من المهارات اللفظية وغير اللفظية، بالإضافة إلى تطوير حزمة جديدة من مهارات المعيشة. في حقيقة الأمر، قد يستغرق المرء عامين أو أكثر لاكتساب مهارات كافية قبل أن يرى أي انخفاض في كمية الضغوط التي يتعرض لها. وعند إضافة هذه التعديلات الضاغطة على ضغوط مناطق الخطر، يمكن أن يكون الناتج مسبباً للعجز، ومُولِداً للخوف، والغضب، والتغير الفجائي نحو العنف، واليأس، والعجز حتى بين هيئات العاملين الأكثر تدريباً وتفانياً في العمل. ما يأتي بعض التجارب الخطرة التي يمكن أن تتسبب في تحوُّل أي موقع إلى منطقة خطرة. وعند إضافة التجارب الآتية على الضغوط المعتادة الخاصة بالمعيشة في عالم متعدد الثقافات، فإنها يمكن أن تدفع هيئة العاملين بسرعة نحو منزلق خطر من الإعياء العاطفي، والبدني أو الروحي:

- تهديدات محتملة بالسرقة، والاغتصاب أو الخطف.
- التهديدات بالموت.
- القمع النشِط للمسيحية من قِبَل الحكومات و/ أو القيادات الدينية المتطرفة.
- الإرهاب والإحساس العميق بالكراهية لكل ما هو غربي.
- أعمال العنف المتفرقة، والهجوم، وإطلاق النيران.
- الوجود على مقربة من المحليين الذين ضربوا بالنار، وجرحوا، وشوهوا و/ أو قتلوا. تزداد حدة هذه الضغوط إذا كان بعض الأشخاص الذين تعرضوا لذلك معروفين.
- عدم الاستقرار السياسي والعنف السياسي الذي يخلق أحوالاً شبيهة بحالة الحرب/ الثورة.
- الغضب الجامح، والكراهية، والعنف الموجَّه نحو الغربيين النازحين أو نحو أولئك الذين يرى أنهم يتعاطفون مع الجماعات/ القضايا غير المعتَرف بها.
- الأنشطة الحربية المدنية والحكومية المسلحة التي يدب الصراع فيما بينها في المناطق المدنية، مما يزيد من احتمالات الخطر، والإصابة، أو الموت إذا كان الشخص في المكان الخطأ والوقت الخطأ.
- ارتفاع معدل البطالة، والأجور المنخفضة، ومعدل الجوع والاحتياجات البدنية المصحوبة بالعنف والانقلابات السياسية.
- المواقف الاقتصادية بالغة السوء التي يمكن أن تؤدي إلى الارتفاع العشوائي في السرقة والسطو المسلح، خاصة على الغربيين أو الطبقة العليا.
- فترات حظر التجوال وقيود السفر.

وهكذا يمكن أن تمضي القائمة مع زيادة الحِدة والوضوح. إن أياً من هذه السمات لا يمكن أن تشكل وحدها منطقة خطرة. ولكن، عندما تظهر ضغوط المناطق الخطرة مجمعة على شكل ثلاثة أو أكثر في موقع محدد، فإن المنطقة يمكن أن تُصنَّف على أنها منطقة خطرة.

خير مثال على ذلك قطاع غزة في فلسطين. فعند الإلمام بالصراع بين الفلسطينيين والإسرائيليين، فإن السمات الملحوظة للمنطقة الخطرة واضحة في هذا الموقع.

- تعرض العاملون بالهيئات الغربية والذين يعملون في منظمات مختلفة للتهديد بالموت.
- تم توجيه التهديد بالموت للفلسطينيين المحليين الذين لم يتبعوا "المقاومة الجماعية المفروضة"
- لقد وجد الفلسطينيون والمسيحيون الآخرون أنفسهم هدفاً لمتطرفين يعلنون علناً عن مقتهم الشديد لبيع الخمر أو استعمال أي نوع منها. وبالإضافة لذلك، فإن أفراد المجتمع المسيحي وجدوا أنفسهم يكافحون للحفاظ على هويتهم المسيحية وفي نفس الوقت يشاركون في أنشطة الأغلبية الإسلامية بصدد المظاهرات، والعنف، وإلقاء الحجارة، والقنابل، وأعمال المقاومة الأخرى (المسيحية هنا تشمل غالباً قدراً من التراث الثقافي أكبر من نظام الحياة والعلاقة مع الله).
- الأعمال العشوائية من ضرب النار وإلقاء القنابل تحدث بانتظام. إن المستوطنين الإسرائيليين والجنود يجرحون ويقتلون الفلسطينيين بانتظام في المظاهرات، وإطلاق النار أثناء القيادة، والكمائن، والاغتيالات. إن الفلسطينيين يجرحون ويقتلون الجنود الإسرائيليين والمستوطنين الذين يعيشون ويخدمون في جيش الاحتلال في قطاع غزة. بنهاية سنة 2000، فإن سجلات الموتى في أحدث الصراعات بين الإسرائيليين والفلسطينيين تزيد على 400 شخص، أغلبيتهم من الفلسطينيين.
- إن كل عائلة فلسطينية تقريباً قد تأثرت بجرح و/ أو موت أفرادها. لذلك، فمن الشائع بالنسبة للغربيين العاملين في قطاع غزة أن يعرفوا شخصاً جُرح أو قُتل.
- غلق الحدود بين فلسطين وإسرائيل قد أضر ضرراً بالغاً بالاقتصاد الفلسطيني المحلي.

إن الأعمال الفلسطينية ليست قادرة على الحصول على الإمدادات لشركاتها. ولذلك فإن عمال تلك الشركات ليسوا قادرين على العمل، والفلسطينيون الذين يعملون في إسرائيل لا يستطيعون العبور لمزاولة مهنهم. وكنتيجة لذلك، فإن معدل البطالة بين الفلسطينيين في غزة قد ذكر أنها تقترب من 50%. إن متوسط الدخل حوالي 2 دولار في اليوم. إن الذين يعملون في هذه الأحوال يجدون أنفسهم يشعرون بالتوتر البالغ، والذنب والحزن عندما يرون هذا الفقر الواسع الانتشار والعديد من الاحتياجات الجسدية التي لا يتم تلبيتها 24 ساعة يومياً، وسبعة أيام في الأسبوع.

- الإرهاب واسع الانتشار. لا أحد يعرف أين سيكون الهجوم التالي من قِبَل الجنود الإسرائيليين أو الفلسطينيين. ولكن الحقيقة أنه سوف يحدث ومن المرجح أنه سيكون قريباً جداً. وكنتيجة لذلك فإن خطر التجول وقيود السفر شيء مألوف.
- في قطاع غزة، واحد من أكثر المواقع المزدحمة بالسكان على الأرض، فإن عدم الاستقرار السياسي حقيقة. إن القيادة التي عفا عليها الزمن والشباب الأكثر تطرفاً سياسياً غالباً لديهم أيدلوجيات متصارعة. وفي بعض الأحيان فإن هذه الصراعات يمكن أن تتحول إلى عنف بدرجات متفاوتة، بداية من الصياح والشجار إلى إطلاق النار والموت.
- إن الغضب بسبب الدعم المثير للتساؤل الذي يقدمه الغرب لإسرائيل قد أدى إلى توجيه الكراهية نحو الغربيين والشركات الغربية.

الحياة في المنطقة الخطرة: حالة ميدانية

ما يأتي حالة ميدانية لعائلة توضح ما أعنيه بالحياة في منطقة خطرة والآثار التي تتركها على العاملين. لقد غيرت المعلومات عن العائلة لا محي هويتهم، ولكن تفاصيل المنطقة الخطرة واقعية. روب وكارول عاملان دوليان يعملان للمرة الأولى في منطقة خطرة لمدة 3 سنوات. كلاهما قد حصلا على درجة الماجستير. قبل الخدمة عبر البحار، كانا ناجحين بدرجة كبيرة في بيئتهما الغربية وكانا قائدين في مجتمعهما وكنيستهما. كلاهما نشيطان، ولديهما الكثير من الحوافز، ولديهما تركيز شديد على مهمة الوصول إلى جماعات الناس الذين لا يصل

إليهم أحد. لدى روب وكارول ثلاثة أطفال بلغوا سن المراهقة. وكعائلة فقد تعلموا اللغة المحلية وتناغموا مع الثقافة.

واجه روب وكارول وأطفالهما نصيبهم من العقبات في السنين الثلاثة الأولى. لقد واجه الأطفال صعوبة في البداية في محاولة للتوافق مع الثقافة الجديدة. لقد اختبروا مشكلات التكيف المعتادة بالدخول إلى مدرسة للمغتربين خارج المنطقة الحمراء وفي نفس الوقت يعيشون بداخل منطقة حمراء. إن العلاقة الزوجية بين روب وكارول أضعفت توترات التكيف الأولى لموقعهما الجديد.

ومع ذلك، فإن الضغوط التي اختبرها روب، وكارول وأطفالهما في السنة الماضية والنصف قد امتزجت مع حدة التوترات في موقعهم في المنطقة الحمراء. تقريباً فكل ضغوط المنطقة الحمراء السابق ذكرها كانت موجودة في حياتهم على أساس يومي وأسبوعي. هناك ثلاثة أمثلة أضيفت لتوترهم اليومي وهي:-

(1) كان على روب وكارول أن يشتريا زجاجاً واقياً لسيارتهما لأنهما تعرضا للرجم بالحجارة من قِبَل الشباب المتظاهر. (2) كان عليهما أن ينوعا من طرق سفرهما يومياً، حتى يتجنبا المتاريس العسكرية والمظاهرات من قِبَل الجماهير المقاتلة. و (3) لم يتمكنا في عدة مرات من الاتصال أو أخذ أطفالهما من المدرسة لأن المتاريس أغلقت طرق سفرهما.

كل هذه الضغوط تؤثر بالسلب على العلاقة بين روب وكارول في كل منحى من مناحي حياتهما. دعنا ننظر إلى بعض الجوانب الهامة التي عانيا منها:

- العلاقة مع الله ـ فقد كل من روب وكارول فرحهما في علاقتهما مع الله. لم يكن لديهما سوى القليل من الوقت أو لا وقت على الإطلاق للوقت التعبدي والصلاة. إنهما في "صحراء" روحية.
- العلاقة مع النفس ـ الجوانب "الهامشية" (الحصول على وقت وطاقة للتجديد والإصلاح) في حياتهما الفردية في الحد الأدنى لها. هناك القليل من الوقت للاسترخاء، والعائلة، أو الأصدقاء. ليس هناك وقت للتدريب. هناك نقص واضح في الطاقة والمبادرة.
- العلاقة كزوجين ـ يبدو أن هناك الكثير من الحوارات المؤدية إلى الخلاف أو الجدال. ليس هناك الكثير من التشجيع المتبادل، وقد أصبح التذمر طريقة حياة في الطريقة التي يتعامل بها روب وكارول كل منهما مع الآخر.
- العلاقة مع الأطفال ـ هناك توتر بين الأبوين والأطفال. أصبح التذمر جزءاً من العلاقة أيضاً. يتحدث الأطفال كثيراً عن العودة إلى أوروبا أو ترك المنطقة الحمراء والعيشة أكثر قرباً من أصدقائهم خارج المنطقة الحمراء.
- العلاقة مع الشعب المحلي ـ يبدو أن الحواجز بدأت تنشأ بكثرة في علاقتهما مع الوطنيين. وعند زيادة احتياجات الشعب المحلي زيادة كبيرة، فإن مقدرة روب وكارول على تلبية احتياجاتهم البشرية، والجسمية، واحتياجات الجوع تناقصت بنفس المعدل. يُعد ذلك من أكبر مسببات التوتر، وقد ولّد الشعور بالذنب، والحزن والإحباط لدى كل من روب وكارول.
- العلاقة مع الزملاء: بما أن روب وكارول يعيشان بعيداً عن زملائهما، فإن روب وكارول قد أصبحا أكثر تباعداً، مما جعل مساحة الإحباط أكثر اتساعاً وأصوات التشجيع أكثر ضعفاً وأقل تردداً.

وكما يمكن أن ترى من هذا الوصف الموجز لتجربة المنطقة الحمراء لـ روب وكارول، فإنهما في مسار مليء بالخطر من الإعياء العاطفي، والبدني و/ أو الروحي. أنا لست متأكداً إلى متى بإمكانهما التعامل مع بيئة ضغوط المنطقة الحمراء بدون الحصول على قسط من الراحة أو التدخل لصالحهما. في الحقيقة، فإن الضغوط الحالية لها المقدرة بأن تجعلهما يعيدا تقييم دعوتهما للعمل المرسلي ويمكن أن تقودهما بعيداً عن مجموعة الناس الذين يصعب الوصول إليهم والذين قد دعاهما الله خصيصاً للذهاب إليهم. إن سيناريو المنطقة الحمراء لـ روب وكارول شائع جداً في مناطق الشرق الأوسط وفي المناطق الحمراء الأخرى من العالم.

خطوات للقيام بالمبادرة

ما الذي يمكن أن يقدم المساعدة لسيناريو روب وكارول والظروف المشابهة لهيئات العاملين الآخرين في المناطق الحمراء؟ ما الذي يمكن أن يفعلوه لمساعدة أنفسهم؟ ما هي الخطوات الإيجابية التي يمكن أن يتخذوها للتخفيف من بعض الضغوط عن "حلة ضغط المنطقة الحمراء"؟ هناك خطتان استراتيجيتان رئيسيتان وهما (1) تعلم التعرف على العلامات المنذرة بالضغوط الشخصية في المنطقة الحمراء. (2) تطوير الوسائل للتعامل مع الضغوط، خاصة بتكوين احتياطيات واضحة شخصية، وزوجية، وعلى المستوى العائلي. يعرّف الدكتور كينيث

وليافر (2000 ص171) الاحتياطي بأنه "بدائل كافية من الوقت، والطاقة (روحياً، وعاطفياً، وعلى مستوى العلاقات بين الأشخاص، وبدنياً)، ومال لتدبير احتياجاتنا واحتياجات الآخرين." إن التنمية الشخصية للاحتياطيات تتيح لأجسادنا، وعواطفنا، وحياتنا الروحية أن تشفي، وتسترد عافيتها، وستجدد من آثار ضغوط المنطقة الحمراء.

التعرف على العلامات المنذرة

بمرور السنين في الشرق الأوسط، لاحظت خمس علامات منذرة كبرى لضغوط المنطقة الحمراء. على المستوى الشخصي ولدى الزملاء. وهذه هي الاكتئاب، وكبت المشاعر، وقلة التركيز، والخوف الدائم، والجفاف الروحي.

1- الاكتئاب

بعض الأعراض الكبرى للاكتئاب تشمل كثرة النوم أو قلته، واللامبالاة، ونوبات الصداع، وازدياد حدة الطبع والغضب، وعدم الاهتمام بالأنشطة الباعثة على السرور، والتغيير في عادات الأكل، وتجنب المسئوليات والعلاقات (على سبيل المثال: مشاهدة العديد من أفلام الفيديو أو تمضية ساعات طوال أمام الحاسوب)، وعادات الإدمان، والانسحاب بعيداً عن الآخرين، ونقص الحميمية بين الزوج والزوجة. عندما تبدأ قلة من هذه الأعراض في الظهور مجتمعة في فترة تمتد لعدة أسابيع، قد يكون هناك اكتئاب. من المهم أن تستشير متخصص في العناية بالصحة العامة.

2- المشاعر المكبوتة

إن التعب، والصراع في العلاقات، والاضطرابات العقلية الجسمية، والمشكلات النفسية يمكن أن تكون نتيجة للأفكار والمشاعر المكبوتة. وكلما طال أمد عدم التعامل مع هذه التجارب المسببة للتوتر ـ وعدم مشاركتها/ عدم مناقشتها مع الموثوق فيهم ـ ازداد احتمال المزيد من التعقيدات.

بوب مثال لما يحدث عندما يكبت شخص ما مشاعره وأفكاره. عندما بدأت ضغوط المنطقة الحمراء، أصبح بوب أكثر انطوائية. وبدلاً من أن يجد شخصاً يتكلم معه عن خوفه من الموت إذا تم اختطافه، فإنه اختزن تلك الأفكار والمخاوف بداخله. عندما تم تهديده بالموت عند أحد المتاريس، لم يخبر بوب أحداً، فقام بدفع تلك الأفكار والمشاعر إلى باطنه. وعندما رأى ظلم العسكريين تجاه المدنيين من خلال الضربات غير المبررة للشباب، قام بدفع تلك الأفكار والمشاعر إلى دخيلة نفسه ثم قل حديثه شيئاً فشيئاً مع زوجته وزملائه عن حياته الداخلية وتجاربه. وفي نفس الوقت، وجد نفسه غاضباً بكثرة غير مألوفة، خاصة مع المحليين الذين كان يعمل معهم. كل ما كانوا يفعلوه، ويقولوه، أو لم يفعلوه كان يثير سخطه. لقد وجد نفسه يصرخ في السائقين الآخرين عندما كان يتولى القيادة. كان يخاطب زوجته بحدة وغضب عندما كانت تطلب منه أشياء بسيطة. وكان يستشيط غضباً من أطفاله، وكانوا يسألونه كثيراً "ما المشكلة، يا بابا؟" وكان يجيبهم بسرعة: "لا شيء!" تحولت حياته ببطء ليتخذ أسلوب رد الفعل بدلاً من أن يكون مستجيباً للناس والأحداث من حوله.

بدأ بوب يتعامل مع غضبه بطرق غير صحية. فقد كان كثيراً ما يقول أشياء كهذه: "أنا لست غاضباً"، "إنه ليس خطأي"، "أنت حساس أكثر مما ينبغي"، أو "لا أريد التحدث في هذا الموضوع" أصبحت طريقته للتعامل مع الخلافات عبارة عن مواجهات غاضبة أو الصمت. وعندما بدأ توتر بوب الشخص يكثر، أصبحت معظم محادثاته منبراً للشكوى. كفت الأمور الباطنية عن أن تكون موضوعات تخضع للنقاش.

بعد مرور سنة كهذه، بدأ بوب ينتابه نوبات من الهلع، كان يشعر خلالها بأنه فاقد للسيطرة تماماً وقد اعتقد أنه سيموت. كانت نوبات الذعر هذه مخيفة وفي بعض الأحيان مسببة للوهن والضعف. كان يبدو على بوب واحد أو أكثر من الأشياء الآتية على أساس متكرر بصفة متزايدة: دقات غير منتظمة للقلب، قصر النفس، الخوف من الموت، ضيق الصدر أو ألم في البطن. كان يفكر بالفعل إنه كان يعاني من متاعب قلبية خطيرة.

في البداية، امتنع بوب عن إخبار زوجته وزملائه بالصراعات المخيفة التي كانت تنتابه. ولكن بعد نوبة مروعة بنوع خاص، أفضى بالسر إلى زوجته وذهب إلى طبيبه الخاص طلباً للعون. بعد تقييم بدني شامل، تقرر أنه لم يكن هناك أي خلل بدني. ولكن الأمور لم تكن على ما يرام عاطفياً وروحياً. لقد شجعه طبيبه أن يذهب إلى أحد المشيرين. اتصل بوب بأخصائي رعاية الأفراد في منظمته فأشاروا عليه بالذهاب إلى شخص ما في موقعه كان مؤهلاً ومتاحاً لتقديم العون.

كان التركيز المبدئي للاستشارة على علاقته الشخصية مع الله. كان من الصعب على بوب أن يتقبَّل الفكرة عندما أدرك أن أهم شيء بالنسبة له، علاقته مع الله، كانت واحدة من أول العلاقات التي تأثرت بالسلب.

بالإضافة لذلك، ساعد المشير بوب لكي يلقي نظرة على ضواغط المنطقة الحمراء، وأفكاره، ومشاعره، ومخاوفه من منظور كتابي، كما من منظور بدني ونفسي. بعد أكثر من شهرين بقليل، بدأ بوب في العودة إلى نظام حياته المنبسط والنشط. عادت علاقته مع الله إلى سابق أهميتها الأساسية. ابتدأ دوره كزوج وأب يتخذ معنى جديداً. تعلم بوب أن يشرك أفكاره ومشاعره بحرية أكبر مع زوجته ومع زميل موثوق فيه وتعلم أن يعبِّر عن مخاوفه بصراحة أكبر وبدأ ينظر إلى بيئة منطقته الحمراء كمكان يمكن فيه للمحليين هناك أن يروا الله في حياته بدلاً من رؤيتها كمكان لا يمكن لله أن يتواجد فيه. أصبح بوب بالفعل أكثر واقعية عما كان عليه في الماضي. أصبحت علاقته أفضل مع العائلة، والزملاء، والوطنيين، بلا نوبات رعب تسبب له الإزعاج وتحد من أنشطته.

ليست كل الحالات المشابهة لحالة بوب يمكن التعامل معها في الميدان بداخل المنطقة الحمراء. في بعض الأحيان يكون من الضروري أن تنقل الشخص وعائلته/ عائلتها من المنطقة، حتى يمكن حدوث التدخل بدون الضواغط النشطة للمنطقة الحمراء. مثل هذه الطريقة تساعد الشخص/ الأشخاص بالإقلال من الضواغط فوراً والسماح لهم بالتعامل مع الأفكار، والمشاعر والمخاوف من على بعد ومن موقع الأمان والدعم.

3- نقص التركيز

نقص التركيز عصيب للغاية على العاملين في المناطق الحمراء. إن الذين يعملون عبر البحار عادة يكون لديهم عمل/ خدمة تتسم بالأخلاقيات الرفيعة. بالإضافة لذلك، فإن معظمهم يجدون دعماً مالياً عن طريق الهدايا الخاصة والهبات من المؤسسات أو الأشخاص في وطنهم الأصلي الذين يؤمنون بهم وبعملهم/ خدمتهم. لذلك عندما يبدأ ظهور نقص التركيز ويبدأ العاملون في إدراك أنهم غير منتجين، فإن إحساسهم بالواجب، وتفانيهم، وشعورهم بالمسئولية تجاه الذين يدعمونهم ولقيادتهم تجعلهم يشعرون بالذنب. وعندما يتواصل نقص التركيز، فإن الشعور بالذنب، والفشل، وعدم الإنتاجية، عندما تضاف إلى علامات الإنذار الأخرى للمنطقة الحمراء، يمكنها أن تجعل الشخص يغوص إلى أعمق في رمال اليأس المتحركة.

4- الخوف الدائم

هذا النوع من الخوف يجتاح الحياة خلال لحظات اليقظة وحتى في أثناء النوم. إنه شيء يعمل على تآكل القلب، والعقل، والنفس. يمكن أن يكون الخوف خوفاً شخصياً من الموت، والاحتضار، وقصف القنابل، والإرهاب، والاختطاف، والاغتصاب، والقتل، والسلب، وهجمات الحرب الروحية، أو أي عدد من المخاطر والتهديدات الأخرى المسببة للخوف. يمكن أن يحدث هذا الخوف للشخص نفسه، أو لفرد من أفراد عائلته، أو لصديق، أو لأحد أعضاء فريق العمل. إنه يمكن أن يعوقنا عن القيام بأبسط المهام ويمكنه أن يجعل سلوكنا غريب الأطوار، بعد أن أوقفت وتعرضت للتهديد بوضع فوهة البندقية على رأسي عند أحد المتاريس من قِبَل مقاتلين بعد ظهر أحد الأيام، وجدت نفسي أخاف عند ناصية كل شارع أسير فيه طيلة الشهرين التاليين. أصبحت مهتاجاً جداً بسبب الخوف الذي كان كامناً بالقرب من أفكاري ومشاعري.

5- الجفاف الروحي

كانت صحارى الشرق الأوسط مواقع للتجديد الروحي وتقوية العلاقات بين الإنسان والله لعدة قرون. كان يسوع وبولس مثالين رئيسيين على ذلك. ولقد ذهب الرهبان إلى تلك الصحارى للعيش هناك، حتى يتناجوا مع الله. إن الله يدعونا في بعض الأحيان إلى تجربة محددة على نمط الصحراء لكي يتودد إلينا وينمينا.

ولكن في كثير من الأحيان، فإن الحياة الروحية لهيئة العاملين تصبح جافة وعقيمة مثل تلك الصحارى. أنا أعلم أن الحال كان هكذا معي. وبدلاً من أن أكون في المكان الذي يقربني أكثر إلى الله، كانت هناك فترة تمثل أصعب أوقاتي توتر المنطقة الحمراء عندما ابتعدت فيها عن الله. أصبحت الصلاة صعبة، إن لم تكن مستحيلة. اختلقت الأعذار حتى لا أقرأ كلمته. وبالاختصار، فصلت منبع الرجاء ـ علاقتي بالله ـ في وسط الظلام. تأمل في بعض الأسباب لمثل هذه الأحوال من الجفاف الروحي:

- يمكن أن يكون هناك عدم استعداد روحي للحرب الروحية القائمة في المناطق الحمراء. إما أنه لم يخبرنا أحد أو إننا لم نصغ لحقيقة أن موقع المنطقة الحمراء الذي نجد أنفسنا فيه هو منطقة معارك حرب روحية.
- يمكن أن يكون هناك نقص في عدد المؤمنين أو نقص في خيارات الشركة مع مؤمنين آخرين في المنطقة الحمراء. من أكبر الأخطار التي ترتكبها المنظمات أن ترسل وحدة. إلى المنطقة الحمراء وحدها. إن إرسال زوجين إلى موقع بعيد بدون أعضاء فريق العمل أو بدون قاعدة دعم من قِبَل مؤمنين محليين وصفة لحدوث هجمات شرسة من الحرب الروحية. بدون الدعم الروحي من قِبَل فريق عمل، فإنهما يمكن أن يُهزما ويوخورا بسرعة.

- يمكن أن يكون هناك غياب لوقت التسبيح والعبادة المشتركة والشخصية. كلنا بحاجة للتشجيع، والقوة، والدعم، والقوة التي تُكتسب من خلال التسبيح والعبادة المشتركة. إن ذلك أكثر ضرورة في المنطقة الحمراء.
- يمكن أن يكون هناك نقص في قاعدة الدعم عن طريق الصلاة حول العالم لأجل الاحتياجات والتحديات الخاصة التي تواجه العاملين في المنطقة الحمراء. مثل هذه القاعدة ضرورية للعاملين في المنطقة الحمراء. وبدونها، فإننا نواجه معارك الحرب الروحية وحدنا، بينما يريد الآب منا أن نواجهها مع جسد المسيح.
- يمكن أن يكون هناك نقص في الصلاة الدؤوبة الدائمة ونظام الحياة التعبدية. إن الانضباط الروحي ضروري لكل الناس في المناطق الحمراء. الصلاة، والصوم، وقراءة الكتاب المقدس، والعبادة، والسكون، والوحدة، والخدمة، والوكالة، والكرازة كلها تدريبات سوف تعمل على تعزيز المعيشة في المنطقة الحمراء، وعن طريق ممارسة هذه الأشياء، تنمو علاقة الفرد مع الله وتصبح أكثر حميمية.
- يمكن أن تكون هناك عدم قدرة على عمل أولوية لأنشطة الحياة. إن البيع والشراء، والعمل، والخدمة يمكن أن تكتسب المزيد من الأهمية على الوجود مع الله.

إن هذا الجفاف الروحي يمكن أن يقودنا للتجول في برية المنطقة الحمراء بدون توجيه، ورجاء، ورؤية، والأهم، بدون علاقات مساندة من الآب.

استراتيجيات لأجل المعيشة في المنطقة الحمراء

الاستراتيجية هي خطة لإنجاز غرض محدد. في حالة العيشة في المنطقة الحمراء، فإن تطوير استراتيجيات للمعيشة ضروري. هاك 10 استراتيجيات لمساعدة العاملين على التعامل مع ضغوط الحياة بداخل المنطقة الحمراء.

1- اعطِ للآخرين الإذن بالحديث عن حياتك

من أهم الأشياء التي فعلتها أنا وزوجتي عندما كنا نعيش في منطقة حمراء أننا أعطينا الإذن لزوجين آخرين نثق فيهما بأن يتحدثا بحرية وعلى وجه التحديد معنا عن حياتنا. لقد اكتشفنا أن العيشة في المنطقة الحمراء جعلتنا ننشئ حدوداً غير واضحة المعالم. إن ذلك يعني أننا ظللنا نقول لأنفسنا "الأمور ليست بهذا السوء"، أو "يمكننا التعامل معها". وعندئذ عندما كانت الأمور تسوء، كما يحدث عندما تنفجر قنبلة في الطريق قبل أن نجتاز الطريق ببضع دقائق قليلة، كنا نقول: "لم يكن ذلك سيئاً كما اعتقدت أن يكون". ومع ذلك، عندما ظللنا نحرك حدودنا إلى الوراء، كنا في الواقع نتجه إلى منزلق يومي يتجه بنا إلى أسفل التل، مما جعلنا نفقد الاتصال بأفكارنا ومشاعرنا ويفقدنا القدرة على التعامل بطرق صحية. استطاع أصدقاؤنا الذين كانوا يعيشون خارج المنطقة الحمراء، أن يحثونا على ترك المنطقة الحمراء إذا رأوا أو أحسوا أننا قد بدأنا الإقلال من مخاطرها وحقائقها. فإذا أمرونا أن نخرج، كنا نثق فيهم بالدرجة الكافية التي تجعلنا نتركها لفترة من الوقت (أسبوع أو اثنين)، لكي نعيد تقييم موقفنا لنرى إن كنا قادرين على مواصلة عملنا وخدمتنا. إن الحديث عن حياة شخص آخر مبدأ كتابي موجود في (أف4:25) حيث نؤمر بالقول: "لذلك اطرحوا عنكم الكذب وتكلموا بالصدق كل واحد مع قريبه. لأننا بعضنا أعضاء البعض"

2- احصل على المساعدة

كلنا يشعر بالاكتئاب في بعض الأحيان. وجميعنا تنتابه مخاوف. وكلنا يجتاز في أوقات من التركيز غير الواضح المعالم في أعمالنا. جميعنا يجتاز في أوقات الجفاف الروحي. هذه ظروف معتادة. ولكن عندما تصبح هذه خواص منتظمة، ابحث عن المساعدة، استمع لما يقوله الآخرون لك وما يقوله جسدك وردود أفعالك.اجعل أحد الأطباء يفحص جسدك للتأكد أنه لا يوجد خلل طبي يسبب بعض الأعراض التي تشكو منها. ابحث عن مشير أو عن صديق مؤتمن يمكن أن يساعدك على رؤية ما يحدث في حياتك. افحص مع قائد و/ أو عضو الرعاية في منظمتك، حتى يمكنه/ يمكنها أن يتحدث معك عن ضغوط منطقتك الحمراء.

3- تذكر أعظم وصية وسلطان الله في وسط متاعبك

أولاً، في (مر12: 28-31)، يشركنا يسوع في أهمية العلاقات وفي تواصل العلاقات مع الآخرين. دوناً عن كل الوصايا قال: "إن أول كل الوصايا هي اسمع يا إسرائيل. الرب إلهنا رب واحد. وتحب الرب إلهك من كل قلبك ومن كل نفسك ومن كل فكرك ومن كل قدرتك". "وثانية مثلها: هي تحب قريبك كنفسك". ليس وصية أخرى أعظم من هاتين"

ثانياً، يخبرنا (يو17) أننا لسنا وحدنا أبداً، مهما كانت ظروفنا. نحن لسنا وحدنا في وسط ألمنا ومعاناتنا. الله حاضر دائماً لكي يواسي، ويعضد، ويشجع، سواء كان الألم يحدث لنا أو للآخرين الذين نخدمهم. الله متسلط دائماً في كل ظرف. إنه سوف ينتصر في حياتنا وفي المناطق الحمراء. علينا أن نجعل هذه الحقيقة الكتابية أمامنا دائماً، حتى وإن كنا لا ندركها. إن حقيقة سلطانه لا تتوقف على إدراكنا أو وعينا. إنها تتوقف على حقيقة كلمته وحقيقة وجوده. إن الذين يعيشون منا في المناطق الحمراء يجب أن يظلوا على علاقة مع الله. إنه المصدر الرئيسي للقوة والرجاء. إن ذلك ليس "تعليقاً إلهياً ملزماً" بل تذكاراً هاماً عن علاقتنا معه. ليظل تركيزك على الله وكن مستغرقاً في كلمته بصفة يومية. تواصل معه في الصلاة، حتى عندما يصعب ذلك. إنه سوف يستجيب.

4- كن مستعداً للحرب الروحية

الحرب الروحية، كما هي مدونة في (أف6: 10-20)، ربما تعد أهم جانب نفهمه ونمارسه في حياة المنطقة الحمراء. الصلاة لأجل الإنقاذ، والتمييز الروحي، ومكايد إبليس، والصراعات الروحية "في السماويات" ليست مجرد أفكار مجردة بل حقائق حياتية. إن الهزيمة في معارك الحرب الروحية يمكن أن تكون مدمرة للعاملين في الميدان. ففي تلك المعارك نجبن، ونفقد التركيز، ونفقد محبتنا الأولى.

إن عدداً كبيراً منا في المنطقة الحمراء لم يكونوا مستعدين لما كان ينتظرنا في منطقة الحرب الروحية. هناك مثال شائع لذلك هما الزوجان "تيم ولين، اللذين كانا يعانيان من المشكلات الزوجية. وكما اتضح، كان الزوج مكتئباً جداً. كان دائماً يحط من قدر نفسه ويقلل من قدرته على تعلم اللغة العربية ليكون شاهداً فعالاً. استدعيت أنا وزوجتي زوجين آخرين حتى نستطيع نحن الأربعة أن نصلي معهما لمدة ساعتين. وخلال وقت الصلاة، سمع "تيم" كلمة من الرب أكدت أن "تيم" كان يحاول أن يفعل كل ذلك بدونه. بالإضافة لذلك، أدرك "تيم" أن مدرس اللغة الذي كان يستعين به كان متورطاً في ذكر بعض ألفاظ السباب وقد اختص تيم ببعضها. على الفور بعد وقت صلاتنا، تغير وجه تيم كلية. وقد حدث أيضاً تغيير داخلي هام أثناء الصلاة. عاد تيم وعائلته إلى منطقتهم الحمراء، ودخل معركته الروحية بإيمان ورجاء متجددين. لقد أصبح في علاقة أكثر حميمية مع الآب في وقت صلاته التعبدية، وطور من استراتيجية الصلاة وقاعدة الدعم، وبدأ في عمل بعض الاستراتيجيات للتعامل مع اللعنات الموجهة له من قِبَل مساعده في تعلم اللغة. وفيما بعد ذكر تيم أن موقفه الكلي قد تحسن، وأصبحت علاقته الزوجية أقوى، وزال عنه اكتئابه.

توجد آراء متباينة بشأن الحرب الروحية، ولكن، هناك الكثير من الكتب الجيدة المتوازنة عن هذا الموضوع. استرجع مع راعيك أو زميلك ما هي الكتب التي يمكن أن تكون أكثر فائدة لك من وجهة نظرك الكتابية. ولكن تذكر أهمية سلاح الله. لدى جورج أوتس، الكبير (1998، ص187) وجهة نظر مفيدة: "إن لبس سلاح الله مرادف للخضوع اليومي لربوبية يسوع المسيح... علينا ببساطة أن نكرس أول أفكارنا الواعية كل صباح لإرادة السيد. السلاح الروحي يصبح نظام حياة، عندما نختار أن نسلك، في بقية اليوم، ونحن على وعي تام بحضور الله وقصده"

5- العمل على تنمية العلاقة الزوجية

لا يصح على الأزواج أن يعتبروا العلاقة الزوجية أمراً مسلماً به. فمن السهل أن نهمل هذه العلاقة لأن أشياء أخرى تبدو أكثر أهمية في ذلك الوقت. إن المحتاجين، ومتطلبات الخدمة، والمواعيد الأخيرة، والمهام الأخرى تتطلب وقتنا ومجهودنا. في نهاية اليوم، لا يتبقى سوى القليل من الوقت لشريك حياتك. وعندما تضيف ضغوط المنطقة الحمراء لهذه الصورة، يمكن أن ينتهي بكما المطاف بأن تصبحا مجرد فردين في العلاقة الزوجية قد فقدا الوقت، والجهد والإرادة لإصلاح حال تلك العلاقة.

إن التباعد بينكما لا يحدث بين عشية وضحاها. لقد عملت مع أزواج وزوجات في الإرساليات قد تباعدوا عن بعضهم البعض لدرجة أن كل زوجين قد أصبحا يعيشان لوحدهما معاً. عندما يحدث ذلك، فإن احتمال الخيانة الزوجية يصبح أقرب ما يكون. افسح الوقت لشريك الحياة. حافظاً على النمو الروحي كزوجين.اعملا سوياً لأجل الحفاظ على بقاء فتيل الرومانسية مشتعلاً. واعد شريك حياتك. استمتعا والعبا معاً. كونا وحدكما كزوجين، حتى وإن كان لمدة ليلة واحدة. واظبا على التواصل بوضوح وانتظام. استغلا ميزة فرص الثراء الزوجي والخلوات. إن علاقتك لها الإمكانية بأن تؤازرك في وسط أي عاصفة أو توتر في المنطقة الحمراء.

6- التدريبات الرياضية

في المنطقة الحمراء، يمكن أن تعاني أجسادنا من عدم ممارسة التمارين الرياضية. قد لا يكون آمناً أو مقبولاً أن تخرج وتمارس تلك التمارين. يمكن لتمريناتنا المعتادة وعادات أكلنا أن تتغير. وبالتالي، فإن عواطفنا وحياتنا الروحية يمكن أن تتأثر بالسلب، لأن قلبنا، وعقلنا، ونفسنا وقوتنا كلها متداخلة معاً. فإذا عانى أحد الجوانب، مثل

الجانب الجسدي، تتأثر الجوانب الأخرى. إن السؤال المتكرر الذي أواجه به من قبل كل من الرجال والنساء بشأن التدريبات الرياضية في المناطق الحمراء هو: "كيف وأين أمارس تمريناتي الرياضية في منطقتي الحمراء؟" إن الدراجة الثابتة للتمرينات الرياضية، ومطحنة الدوس بالأقدام، والتمرينات الرياضية على نغمات الموسيقى، كلها وسائل ممتازة للتمرينات الرياضية. يمكن شراء كل شرائط الفيديو التي تغطي كل أنواع التمرينات ويمكن اتباعها في غرفة معيشتك أمام التليفزيون.

7- اتخذ لك أصدقاء حميميين تأتمنهم على أسرارك

إن عدداً كبيراً من المتزوجين يقولون: "إن شريك حياتي أفضل صديق لي" هذا عظيم. ولكن في نفس الوقت، جميعنا نستفيد فائدة كبرى من اتخاذ صديق واحد على الأقل من نفس النوع في حياتنا. وينطبق ذلك أيضاً، بالطبع، على العزاب والعازبات. من أول الأشياء التي صليت أنا وزوجتي لأجلها عندما انتقلنا إلى منطقة حمراء أن تكون لها صديقة ويكون لي صديق. كنت بحاجة إلى شخص ما خارج إطار علاقتي الزوجية أستطيع التواصل معه "كرجل لرجل" كقاعدة عامة، فإن الرجال عادة لا يكونون علاقة حميمة بسهولة. تجد النساء عادة في المناطق الحمراء وقتاً أسهل للعثور على صديقات متميزات. عندما تكون لديك صداقة مثل تلك التي كانت بين راعوث ونعمى أو يوناثان وداود، فإنها سوف تباركك وتحفزك في حياتك وخدمتك. لقد كان أفضل صديق لي في المنطقة الحمراء مصدر قوة ودعم لي، وقد أصبحت هكذا له. إن الأمر يتطلب وقتاً ثميناً وطاقة لتنمية صداقة كهذه، ولكن الفائدة لكليكما سوف تستحق بذل الجهد.

8- قدم التشجيع

هناك عبارتان في الكتاب المقدس تخبرنا أن نفعل شيئاً يومياً. الأولى في (لو9:23) "إن أراد أحد أن يأتي ورائي فلينكر نفسه ويحمل صليبه كل يوم ويتبعني". والثانية في (عب3:13) "بل عظوا (شجعوا) أنفسكم كل يوم مادام الوقت يدعى اليوم لكي لا يقسى أحد منكم بغرور الخطية" بدون التشجيع المنتظم، يمكننا أن نفقد الأمل، والرؤيا، والتركيز. وبالأمل، يمكننا أن نفعل ما لم نكن نعتقد أنه ممكن الحدوث. إن التشجيع طريق مزدوج ـ إنه متبادل. التشجيع تدريب وممارسة. إذا لم نكن نشجع الآخرين يومياً، فإننا نخاطر بأن تتقسى قلوبنا بغرور الخطية. إن شبكة وروح التشجيع ونحن في المنطقة الحمراء ترياق جيد ضد اليأس. إنه يساعدنا على رؤية الخير الممكن وقوة الله في المواقف الصعبة.

9- خذ وقتاً للحديث عن المشكلات وعالجها

عندما يبدأ الغضب، والخوف، والكراهية، والإحباط في الزحف على حياتك في المنطقة الحمراء، ابحث عن شخص ما يمكنك أن تتحدث معه عن تلك المشكلات. ابحث عن شريك حياتك، وأفضل صديق لك، وشريكك في المسئولية، وزميلك، والمتخصص في رعاية الأعضاء، أو آخرين. عندما عشنا في منطقة حمراء في أواخر عقد الثمانينيات وأوائل عقد التسعينيات من القرن الماضي، وجدت نفسي على الأرض الخطرة من كراهية الجنود الذين كانوا يقتلون ويشوهون الناس الذين دعاني الله لأجلهم: وعندما بدأت الكراهية تزداد، أدركت أني كنت أنزلق بعيداً عن محضر الله وإرادته لحياتي. ساعدتني زوجتي وأفضل صديق لي لكي أتعامل مع العديد من المشكلات، وساعداني على تجديد علاقتي مع الرب، وساعداني على الاحتفاظ بوجهة نظر جيدة عن الحياة.

10- العب واستمتع

خصص وقتاً للاسترخاء، والتجديد، والترويح ـ استمتع! هذه الأنواع من التجارب لها الإمكانية أن تجعل الحياة في المنطقة الحمراء أكثر احتمالاً. مارس اللعبات، أو قم بالتمشية، قوما بأنشطة أخرى كزوجين، وكعائلة، ومجموعة من الأزواج والزوجات، ومجموعة من العزاب، أو كفريق، أو أي أنواع المجموعات. إن ذلك يبعد عقولنا بعيداً عن الحياة في المنطقة الحمراء، ويسمح لنا بأن نبتعد بعيداً عن مشاكلنا في الوقت الحاضر، ومخاوفنا، وإحباطاتنا، وأخطارنا، وضغوطنا.

أثناء ذروة "الانتفاضة" (الصراع بين الفلسطينيين والإسرائيليين في أواخر عقد الثمانينيات وأوائل التسعينيات من القرن الماضي) كانت التوترات شديدة. كنا مضغوطين لأن عدداً كبيراً من الناس الذين كنا نعرفهم قد ضربوا، وسجنوا أو ضربوا بالرصاص. وفوق كل ذلك، كنا منزعجين بسبب المتاريس الدائمة، وحظر التجوال والجو المتوتر. في العطلة الأسبوعية، قررت حوالي خمس عائلات أن تقوم بالمشي طوال النهار في صحراء النقب. كنا نهبط في الوديان، وكنا نخوض في المجاري المائية، ونضحك، ونتحدث، ونلعب على طول الطريق. كانت عقولنا وأجسادنا بعيدة تماماً عن توتر الضفة الغربية. عدنا إلى منازلنا منهكين ولكن متجددين. كانت أبداننا منبسطة إلى الحد الأقصى. سمحنا لعواطفنا أن تتحرر ولعبنا في تلال الدولة اليهودية. تجددت أرواحنا عندما كنا

نتكلم ونضحك مع زملائنا، الذين كان يجمع بينهم شيئان ـ إيماننا بالله وتوتر المعيشة الناتج عن المعيشة في المنطقة الحمراء.

إرشادات للمديرين والقادة

لهيئات الإمدادات دور أساسي في حياة العاملين الذين يعيشون في المناطق الحمراء. إن قادة الإرساليات مثل المديرين الميدانيين هم غالباً أول وأهم من يقدم العناية بالأفراد في مواقف عديدة. هاك عدد من الأشياء على المديرين والقادة أن يعملوها، مبنية على تجاربي في العيشة في المناطق الحمراء، والعمل كمدير، والمساعدة كأخصائي في العناية بالأفراد.

اقتراحات
تجنب خمسة أشياء

1- تجنب المبالغات

إذا لم تكن قد عشت في منطقة حمراء لمدة 6 شهور أو يزيد، احذر التأكيد على العبارة القائلة: "أنا أفهم ما تجتاز فيه وما تشعر به". إن الناس في المناطق الحمراء شديدو الحساسية. إن عبارات كهذه لا يتم الترحيب بها من قِبل هيئة العاملين في المنطقة الحمراء وينطبق ذلك بنوع خاص عندما يدلي المديرون والقادة بهذه العبارات وهم يشعرون بالأمان والسلامة في مكاتب بلادهم في الدول الغربية.

تجنب الإقلال من الخطر والتوتر

عندما تتحدث مع هيئة العاملين لديك في المناطق الحمراء، احترس من التهوين أو التهويل من مخاطر المنطقة الحمراء ومن الضغوط التي يختبرونها. إن أفضل شيء يمكن أن تفعله أن تتحدث بقلب عطوف ومبال يشعر بالألم والأذى اللذين يتعرض لهما الشخص الذي يسكن في المنطقة الحمراء وأن تكثر من الاستماع عن الكلام.

3- تجنب الصراع

لا تحاول أن يكون رد فعلك سلبياً إزاء هيئة العاملين في المناطق الحمراء، سواء كان ذلك تجاه شخص، أو في التليفون، أو في البريد الالكتروني. ربما يكون من الصعب التواصل معهم وربما لا يدركون ذلك. إنهم لا يحتاجون للتوتر المتزايد بسبب الصراع مع قيادتهم. يوجد وقت ومكان للتعامل مع القضايا الشائكة، ولكن البريد الالكتروني والمكالمات التليفونية ليست هي المكان الصحيح. استبدل بالمواجهات المقابلات وجهاً لوجه خارج منطقتهم الحمراء.

4- تجنب زيادة أعباء العمل على العاملين

حاول عدم زيادة العمل، والخدمة، أو اللوائح الإدارية للعاملين في المنطقة الحمراء. ففي الكثير من الوقت يحاولون فقط أن يحتفظوا برؤوسهم فوق الماء، وأي مسئوليات إضافية سوف تعمل على زيادة الإحباط، والتوتر، والقلق.. من أكبر مشكلات أعباء العمل التي يواجهها العاملون في المنطقة الحمراء هي"شريك الحياة المسافر". أنا أعرف العديد من المنظمات التي يسافر بعض العاملين فيها من 30-60% من الوقت! هذه تذكرة طيبة للأعباء للشخص المسافر. وهي تذكرة طيبة للأعباء أيضاً لشريك الحياة الذي يبقى في البيت ويتعهده بالرعاية، ويراقب الأطفال، ويتعامل مع كل جوانب الحياة الأخرى. في العادة فإن الشخص الذي يبقى في البيت يكون الزوجة وبالإضافة لذلك، فإن التوتر الناجم عن هذا النوع من الانفصال الحاد بين الزوج والزوجة يمكن أن يلحق ضرراً بليغاً بالعلاقة الزوجية، خاصة بالنسبة لأولئك الذين يعيشون في المنطقة الحمراء. فمن باب الحكمة أن يجعلوا سفر العاملين في المنطقة الحمراء في الحدود الدنيا.

5- تجنب اتخاذ القرارات بدون المعلومات المستقاة من العاملين

لا تحاول أن تتخذ قرارات لأجل العاملين في المنطقة الحمراء بدون مداخلاتهم. حاول دائماً أن تقيم مداخلاتهم، واجعل تلك المداخلات ضمن عملية اتخاذ قراراتك. إن عدم إدراج تلك المداخلات سوف يجعلك كقائد في صراع مع هيئة العاملين في المنطقة الحمراء. حاول أن تتخذ القرارات لهؤلاء العاملين معهم ومن داخل المنطقة الحمراء، وليس من موقع الراحة والأمان لشخص غربي يجلس في أحد المكاتب.

اقتراحات:
عليك بالقيام بعشرة أشياء

1- وفر نطاقاً من دعم رعاية الأفراد

لا تخف من إرسال المساعدة للعاملين في المنطقة الحمراء. إنهم سوف يقدرونها. إن ورش التعامل مع الأزمات، وندوات/ خلوات الحياة الروحية، والحياة العائلية، والاستشارة التعليمية، والثراء الزوجي، وتطور الحرف، واستخلاص المعلومات، وفرص أخرى مماثلة. سوف تقدم المساعدة لهيئة العاملين لديك كثيراً. إن رعاية الأفراد تظهر لهم كم تقدرهم المنظمة وتستثمر طاقاتهم. تذكر إدراج "مصادر رعاية الأفراد" في التخطيط السنوي، والميزانيات، وتطوير الاستراتيجية. إن الرعاية الجيدة للأفراد تتخذ سياسة المبادأة ـ وذلك أكثر من مجرد تقديم المشورة عندما يقع شخص ما في صراعات. كما تحدثت مع العديد من هيئات العاملين بالإرساليات طوال الخمسة سنين الماضية، بمن في ذلك الذين يخدمون في المناطق الحمراء، هناك توسل رئيسي يظل ملحاً على الدوام: "نحن بحاجة للعناية بالأفراد لكي نصنع تلك الرعاية"

2- كن على اتصال تليفوني دائم

البريد الإلكتروني هائل. ولكن العاملين في مؤسستك في المناطق الحمراء بحاجة أن يسمعوا صوتك، وهم بحاجة أن يعرفوا أنك تهتم بهم، وتساندهم وتشجعهم. إن مدى تكرار مكالماتك يجب أن يكون على أساس أسبوعي وحتى مرة واحدة في الشهر، بناء على مدى صعوبة الموقف يكون من المفيد أن تحدد وقتاً معيناً ويوماً يمكنك أن تتكلم فيه تليفونياً، حتى يكون العاملون لديك متوقعين أن يسمعوا منك بدلاً من أن يكونوا مندهشين لمكالمتك. لا تحاول أن تخلط بين مكالمة العمل ومكالمة تفقد أحوال العاملين في المنطقة الحمراء. قد تعتقد أنك تفقدت أحوالهم، ولكنهم سوف يستقبلون مكالمتك على أنها مهمة عمل أولاً وأن تفقدك لأحوالهم فكرة ثانوية.

3- استمع

عندما تتحدث في التليفون، استمع إلى ما يقال وما لا يقال. من منظور رعوي يهتم بأحوالهم، اسأل عن أفكارهم، وآرائهم، ومشاعرهم. استمع إلى علامات المبالغة في التبريرات، والروحنة، والحساسية الزائدة، والحدود غير الواضحة، أو تهميش موقفهم. استمع إلى الصيحات غير المنطوقة طلباً للمساعدة. بالإضافة لذلك، استمع إلى العلامات المنذرة المذكورة سابقاً في هذا الفصل. إن العاملين لديك قد لا يدركون دائماً كم هم محتاجون. إذا لم تستطع أن تحدد ما تفعله، قد ترغب في الحصول على استشارة تليفونية من أخصائي رعاية الأفراد وهيئة العاملين لديك، لمجرد أن تتأكد أنك تقرأ موقفهم بوضوح.

4- كن مشجعاً

قد تكون المصدر الرئيسي للتشجيع لهيئة العاملين لديك، خاصة إذا كانوا في مواقع معزولة بمفردهم. من الأخطاء الكبرى التي ترتكبها قيادة المنظمات في تعيين العاملين، خاصة في المناطق الحمراء، وضع أسرة واحدة في أحد مواقع المنطقة الحمراء بمفردها. نحن نعرض العاملين لدينا لمخاطرة عاطفية وروحية كبرى عندما لا نعد ونرسل عائلاتنا المتجانسة بواقع كل عائلتين معاً." إن العائلة بحاجة إلى الرعاية، والدعم والتشجيع من قِبل عائلة أخرى في مواقع المنطقة الحمراء العصيبة.

5- اتِح فرصاً لفترات الراحة

المعيشة الشخصية في المناطق الحمراء تحتاج إلى الفرصة للابتعاد عن أخطار مواقعها بانتظام. من الصعب على الأفراد، والأزواج والزوجات والعائلات أن يقيموا في "آتون المعركة" بدون رجاء أو الحصول على قسط من الراحة. العديد من المؤسسات تفرض فترات راحة وتقدم دعماً مالياً في بعض الأوقات لمساعدة العاملين على الذهاب بعيداً. إن كمية الوقت المفيد قد تكون أسبوعين كل ستة أشهر، ولكن يجب تحديد ذلك بالاستشارة مع العاملين لديك، ومع هيئة رعاية الأفراد، والقادة الآخرين. في بعض المناطق الحمراء، تحتاج فترات الراحة هذه أن تكون بعيداً عن البلد. وفي حالات أخرى، قد تكون في مكان ما بعيداً عن مناطق الصراع ولكن داخل الموقع الجغرافي للبلد. أقامت بعض المؤسسات "منازل آمنة" متاحة لهيئات العاملين كما أنها متاحة للآخرين من المؤسسات الأخرى.

6- قم بزيارة العاملين كلما استطعت إلى ذلك سبيلاً

الزيارات هامة جداً من قِبل عضو هيئة الرعاية أو القائد في مؤسستك أو شخصاً منتدباً للعمل من مؤسسة أخرى. الإقامة لعدة أيام سوف تقدم لك الكثير من المعلومات المفيدة فيما يتعلق بالمصاعب والخطر في المنطقة الحمراء. إن ذلك سوف يتيح لك أن تسير إلى جوار العاملين لديك وتستمع على ما يفرحهم، ومخاوفهم، ومصاعبهم، وما يؤلمهم. بالإضافة لذلك، فإن ذلك يتيح لك أن تخدمهم. وبعد أن تغادر المكان، فإن المكالمات التليفونية سوف تضفي معنى إضافي لهم ولك، لأنه سوف يكون لك فهم أفضل لموقفهم ولذلك سوف تكون قادراً على أن تقدم دعماً أفضل وتشجيعاً.

7- قدم فرصاً لاستخلاص المعلومات

عندما يبتعد أي واحد من العاملين عن المنطقة الحمراء للحصول على فترة راحة، فإن الاجتماعات، والمؤتمرات، أو ورش العمل، تحاول تقديم نوعاً من فرص استخلاص المعلومات. بالنسبة لبعض المؤسسات فإن قسم استخلاص المعلومات عن ضغوط أحداث الحالات الحرجة قد يعمل بانتظام، بينما بالنسبة لمؤسسات أخرى فإن مجرد الاستماع إلى العاملين ومساعدتهم يوضح أفكارهم/ مشاعرهم/ خططهم ويكون مفيداً.

8- قم بدور القيادة الموجهة

قد يأتيك الوقت كالقائد أن تقوم بدور قيادة أكثر توجيهاً لخدمة العاملين في المواقع الأكثر صعوبة. إذا كانت إحدى العائلات لديك يبدو أنها تتفكك ببطء وتتجه نحو الانهيار، كن مستعداً أن تتصرف لصالحهم. تحدث معهم، وبعد الاستشارة مع الآخرين مثل أحد المتخصصين في رعاية الأفراد، كن على استعداد أن تخرجهم من مأزقهم متجهاً بهم نحو الأمان والسلامة.

9- راقب

من المهم أن تراقب مجموع العاملين لديك أثناء وبعد خدمتهم في المنطقة الحمراء. استخدم أخصائي رعاية الأعضاء لديك للمراجعة معهم بالبريد الإلكتروني، والتليفون، والزيارات الشخصية. إذا لم يكن لديك أخصائي رعاية، أطلب تعاون أخصائي منظمة أخرى لمساعدة هيئة العاملين لديك. أيضاً، عندما يترك أعضاء هيئة العاملين المنطقة الحمراء، تأكد من إتاحة الفرصة لهم للاشتراك في استخلاص المعلومات عن ضغوط أحداث الحالات الحرجة. إن ذلك وسيلة قيمة يمكن أن تقدم المساعدة لهيئة العاملين لديك لتقييم تجارب منطقتهم الحمراء ومن المحتمل أن تمنع عنهم التعرض لمصاعب الضغوط فيما بعد.

10- طوِّر بروتوكولاً واستراتيجية للمنطقة الحمراء

يستحسن أن تقوم كل منظمة بتطوير بروتوكول للمنطقة الحمراء حتى تستطيع أن تراقب بشكل ملائم استقرار المنطقة الحمراء وتستجيب بصورة مناسبة لأزمات المنطقة الحمراء. يجب تطوير البروتوكول وإبلاغه لهيئة العاملين قبل دخولهم المنطقة الحمراء، عادة أثناء التوجيه قبيل الانخراط في ميدان العمل. إن التدريب في أثناء الأزمات وإدارة الطوارئ. إن بعضاً مما يأتي يمكن أن يكون مفيداً لإدراجه في بروتوكولك.

- عرف المنطقة الحمراء واتبع وسيلة لمراقبة درجة الخطر التي يمكن أن يتعرض لها العاملون.
- حدد قائمة بالأعمال المطلوب القيام بها وتوقعات الخدمة المطلوبة من العاملين.
- جهز استراتيجيات الخروج واعلن عن معايير واضحة للرحيل.
- حدد الفرص للحصول على المساعدة من المنظمة ومن أخصائي رعاية الأعضاء.
- هيئ الموارد للمعيشة في منطقة حمراء (كتب عن الضغوط، تدريبات رياضية، النمو الروحي... الخ)
- أوجز استراتيجية إدارية للتعامل مع المناطق الحمراء (خطط الطوارئ). على جميع المديرين وصفوف القيادة أن يحصلوا على التوجيه للقيام باجراءات إدارة الطوارئ.

خاتمة

القيام برعاية الأعضاء رعاية جيدة في المناطق الحمراء هي مسئوليتنا جميعاً. أولاً، فإن رعاية الأعضاء مسئولية العاملين الذين يعيشون في المناطق الحمراء. إن الأفراد، والأزواج والزوجات، والفرق يجب أن يكونوا إيجابيين فيما يتعلق برعايتهم. على كل شخص أن يتخذ خطوات نحو تطوير الاحتياطات الصحية للمعيشة. إن هيئة العاملين بحاجة أن يدركوا العلاقات المنذرة بالخطر والأخطار الكامنة في عدم اهتمام الفرد بنفسه. بالإضافة لذلك، فهم بحاجة أن يكونوا على استعداد لطلب العون عندما يحتاجون إليه. إن الأصدقاء المقربين بنوع خاص يقدمون شبكة أمان لتقديم الدعم والتشجيع.

ثانياً، إن رعاية الأفراد هي مسئولية المديرين وأفراد قيادة المنظمة أو الهيئة. إن القادة الجيدين لا يفترضون أن كل شيء على ما يرام لأنهم لم يسمعوا أي صيحات لطلب المساعدة. إنهم بدلاً من ذلك يتشاورون بانتظام وحساسية مع هيئة العاملين لديهم في المنطقة الحمراء. إن ما يقدمونه كنموذج وكيفية تواصلهم مع هيئة العاملين مؤثرات قوية على الروح المعنوية الكلية وبرنامج رعاية أعضاء الهيئة. إن الدكتور إدى بيت Eddie Pate، صديق وقائد ميداني، ذكر ملاحظة متميزة. قال: "لكي أجعل العاملين معي يحبذون الإقامة في الميدان على المدى الطويل (في المناطق الحمراء)، فأنا بحاجة لأن أفعل ثلاثة أشياء: أعتني بالعاملين معي، أعتني بالعاملين معي، وأعتني بالعاملين معي."

ثالثاً، العناية بالأعضاء في المناطق الحمراء مسئولية أخصائي رعاية الأعضاء من قِبل فريق الميدان، وفريق رعاية الأعضاء المتنقل، أو الفريق المكتبي للمنظمة. لابد أن يكون هؤلاء الأخصائيون متاحين ليقضوا وقتاً متميزاً مع العاملين لكي يساعدوهم. وبالإضافة لذلك، فبإمكانهم مخابرة الهيئات المرسلة بشأن قضايا رعاية واحتياجات الأفراد. إن أخصائي رعاية الأفراد بحاجة لتحديث مهاراتهم الحرفية بشكل منتظم وأن يتأكدوا من حصولهم على فترات الراحة والدعم التي يحتاجوها أيضاً. لا أحد محصن ضد توتر المنطقة الحمراء! يكون من المفيد إن استطاع أخصائيو رعاية الأعضاء أن يعيشوا في المنطقة الحمراء لمدة لا تقل عن من ثلاثة إلى ستة أشهر كحد أدنى لكي يفهموا الحياة وهيئة العاملين بشكل أفضل في المناطق الحمراء.

توجد حياة في المناطق الحمراء. من الممكن للمرء أن ينمو في علاقته مع الله، ومع النفس، ومع الآخرين. من الممكن أن نجد الأمان في الله في وسط الضغوط والخطر. وبالإضافة لذلك، من الممكن تنفيذ المهمة المكلف بها العاملون في المنطقة الحمراء. إن الحب والدعم اللذين يأتيان نتيجة للرعاية الجيدة للأعضاء هما مفاتيح النجاح في تلك البيئات العصيبة. إن المناطق الحمراء سوف تكون دائماً معنا. ليت الرب يعطينا الحكمة وقلوب العطف ونحن نخدم المحتاجين بأمانة في هذه المناطق ونهتم بعاملينا بجد واجتهاد.

تأمل ومناقشة

1- ما أنواع الأخطار والضغوط التي تميز المنطقة الحمراء التي نعيش فيها أو التي يعيش فيها العاملون الذين تعرفهم؟

2- ما هي العلاقات المنذرة المحتملة التي قد تختبرها لكي تساعدك على إدراك أن الحياة في المنطقة الحمراء تؤثر عليك تأثيراً عكسياً؟

3- اكتب قائمة بعدة طرق قليلة يمكن لمنظمتك أن تطبق بها بعض الاقتراحات المقدمة في هذه المقالة.

4- حدد بعض الاستراتيجيات الشخصية المفيدة/ التي كانت مفيدة في تجربة منطقتك الحمراء والتي يمكن أن تكون مفيدة للآخرين الذين يخدمون ويعيشون في المناطق الحمراء.

5- ما هي بعض الطرق التي يمكن بها تقديم المزيد من الدعم للمسيحيين الوطنيين الذين يعيشون في المناطق الحمراء و "الملتصقون" بها؟

مراجع وقراءات مقترحة

Anderson, N., & Baumchen, H. (1999). Finding bope again. Ventura, CA: Regal publishing.

Carlson, E. (1997). Trauma assessments: A clinicians guide. New York, NY: Guilford.

Eriksson, C., Vande Kemp, H., Gorsuch, R., Hoke, s., & Foy, D. (2001). Trauma exposure and PTSD symptoms in international relief and development personnel. Journal of Traumatic Studies, 14, 205-212.

Matsakis., A. (1996). I can't get over it: A band book for trauma survivors. Oakland, CA: New Harbinger Publications.

Otis, G., Jr. (1998). Recognizing and defeating the powers of darkness. International Journal of Frontier Missions, 15, 183-192.

Welch, E. (1997). Wben people are big and God is small. Phillipsburg, NJ: P & R publishing.

Whitney, D. (1991). Spiritual disciplines for the Cbristian life. Colorado Springs, CO: Navpress.

Williams, K. (2000). Sbarpening your interpersonal skills. Colorado Springs, CO: Interpersonal Training Partners.

ريموند هكس Raymond Hicks وزوجته بيفرلي اشتركا لما يزيد عن 25 سنة في المعيشة والخدمة في المناطق الحمراء مع مجلس إدارة الإرسالية الدولية SBC. قام Ray بتقديم المساعدة للعديد من المنظمات

المسيحية الأخرى والمنظمات غير الحكومية كمستشار لرعاية الأعضاء. وهو يخدم الآن كأخصائي/ مستشار رعاية الأعضاء لمجلس إدارة الإرسالية الدولية في شمال أفريقيا والشرق الأوسط. عاشت عائلة هكس في إسرائيل، والضفة الغربية والأردن. حصل Ray على درجة دكتوراه الخدمة في الزواج والعائلة من كلية اللاهوت المعمدانية الشرقية في فيلادلفيا، وبنسلفانيا. وهو يحمل درجة الماجستير في اللاهوت مع التأكيد على تقديم الرعاية الرعوية من كلية اللاهوت المعمدانية الجنوبية في لويزفيل، وكنتاكي. راي وبيفرلي متزوجان لمدة 31 سنة ولديهما 3 أطفال. سومر وميلاكي بنتاهما، وميكاب ابنهما.

البريد الالكتروني: memcare@netzero.net

تشكرات خاصة للآتي أسماؤهم الذين راجعوا هذا الفصل: بيفرلي هكس، وبول وهاريت لورنس، والياس موسى، وإدي، ومايرلابيث، وجيري فولكارت.