دليل العاملين والعاملات في سجون النساء

فيما يتعلق بالصحة النفسية للسجينات

نجلاء فاضل
ناشطة حقوقية يمنية

United Nations Entity for Gender Equality and the Empowerment of Women
YEMEN

المحتويات

الهدف من إصدار الدليل 04
الجمهور المستهدف بهذا الدليل 04
المقدمة 05
ما هي الصحة النفسية؟ 06
الضغوط النفسية 07
أبرز أعراض الضغوط النفسية 07
- الأعراض الجسدية 07
- الأعراض النفسية 07
- الأعراض الاجتماعية 07
أنواع الأمراض النفسية 08
- الاكتئاب 08
تدخل العاملين والعاملات لحل مشكلة الاكتئاب بين السجينات 09
- القلق 10
- اضطرابات الشخصية 10
- اضطراب كرب ما بعد الصدمة (PTSD) 10
- اضطرابات الطعام 10
الإشارات التي يجب العلم بها والانتباه إليها والتي تشير للاعتلال النفسي لدى السجينات 11
الأعراض الشائعة لاعتلال الصحة النفسية 13
1) الانتحار وإيذاء النفس 13
2) السلوك التخريبي والعدواني 13
أبرز المؤثرات على الصحة النفسية للسجينات 14
1) ظروف الاحتجاز السيئة 15
أ. التفتيش المذل 15
ب. الحبس الانفرادي 15
ج. استخدام الأغلال 16
2) المنع من التواصل مع العالم الخارجي 16
3) منع السجينة من رؤية أطفالها أو اصطحابهم في السجن 17
دور الموظفين / الموظفات في السجون في توفير بيئة آمنة للسجينات 18
1) إجراءات السلامة لمنع الانتحار وإيذاء النفس 18
2) تحسين المعاملة ومنع التنمر وتسلط الأقران 19
3) تعزيز الأنشطة الهادفة 20
4) مراعاة منظور النوع الاجتماعي 21
المراجع: 22

دليل إرشادي للعاملين في سجون النساء

- **الهدف من إصدار الدليل:**

يهدف هذا الدليل إلى دعم ومناصرة السجينات المحتجزات في السجون اليمنية من خلال مساعدة العاملين والعاملات في السجون على فهم اعتلال الصحة النفسية للسجينات وكيفية التعامل معه.

- **الجمهور المستهدف بهذا الدليل:**

العاملون والعاملات في سجون النساء ويشمل:

- ضباط وجنود الأمن والشرطيات العاملين/ ات في سجون النساء.
- موظفو وموظفات الوحدات الصحية التابعة لسجون النساء.
- العاملون / ات في سلك الدعم القانوني من المحامين والمحاميات الموكلين بقضايا السجينات.
- موظفو وموظفات الشؤون الإدارية والتغذية والنظافة في سجون النساء.

العاملون / ات في مجال الضبط في أقسام الشرطة والبحث الجنائي.

المقدمة

يعتبر تعزيز الصحة النفسية في السجون من التدابير الحيوية الهامة التي تفيد في إعادة تأهيل النزلاء وإدماجهم في المجتمع.

وتعاني السجينة اليمنية من الضغوط النفسية الناتجة عن الصدمات التي واجهتها بسبب التعنيف الذي أصبح سمة التعامل مع النساء في مجتمعنا اليمني نتيجة افتقاره لثقافة دعم المرأة والاهتمام بمتطلباتها وإشباع حاجاتها النفسية.

ومما يزيد من صعوبة المشكلات التمييز الذي تعاني منه المرأة السجينة في المجتمع وأماكن الاحتجاز والوصمة التي تلحق بالمرأة لمجرد دخولها السجن ولو في حالة الاشتباه.

وتم إعداد هذا الدليل لمساعدة العاملين / ات في سجون النساء للتعامل مع الاعتلالات النفسية التي تصاب بها السجينات وإجراءات التدخل الصحيح من أجل توفير بيئة آمنة للسجينات.

ما هي الصحة النفسية؟

مفهوم الصحة النفسية: تعرف منظمة الصحة النفسية أنها (حالة من العافية يستطيع فيها كل فرد إدراك إمكاناته الخاصة، والتكيف مع حالات التوتر العادية، والعمل بشكل منتج ومفيد والإسهام في مجتمعه المحلي).

والصحة هي حالة من اكتمال السلامة بدنياً وعقلياً واجتماعياً لا مجرد انعدام المرض، والصحة النفسية جزء مكمل للصحة البدنية.

ومن العلامات التي يستدل بها على الصحة النفسية أن يشعر الإنسان بالسعادة والرضا ويستطيع تكوين علاقات صادقة مع الآخرين، وأبرز مظاهرها قدرة الإنسان على العودة لحالته الطبيعية بعد التعرض لأي صدمة أو ضغط نفسي.

وبالمقابل فإن اعتلال الصحة النفسية هو:(مجموع الظروف الصحية التي تنطوي على تغييرات في التفكير أو المشاعر أو السلوك أو خليط من ذلك.) وهو ما سنركز عليه من خلال هذا الدليل الموجه للعاملين والعاملات في سجون النساء في اليمن.

الضغوط النفسية:

قد تتعرض السجينة لحالة من الضغوط النفسية بسبب ظروف الاحتجاز أو تعرضها للعنف اللفظي والجسدي مما ينتج عنه مواقف ضاغطة شديدة ومصادر للقلق والتوتر وعوامل الخطر والتهديد.

وتعرف الضغوط النفسية بأنها: استجابة الجسم غير النوعية لأي مطالب دفاعية أو الطريقة اللاإرادية التي يستجيب بها الجسم لأي حدث يتعرض له.

ومما يساعد العاملين والعاملات في سجون النساء في التعرف على السجينات الواقعات تحت الضغط النفسي التعرف على أعراض الإصابة بالضغوط النفسية والتي تتفاوت شدتها من وقت لآخر وأيضا من شخص لآخر وسنورد هنا

أبرز أعراض الضغوط النفسية:

- **الأعراض الجسدية:**
  - اضطرابات في المعدة والقولون.
  - الإرهاق الجسدي المزمن.
  - صداع مزمن بدون أعراض واضحة.

- **الأعراض النفسية:**
  - الشعور بالحزن.
  - الاكتئاب والنظرة السوداوية لكل شيء.
  - فقدان الأمل.
  - قد يقدم على الانتحار.

- **الأعراض الاجتماعية:**
  - العزلة والانطواء.
  - الشك في الآخرين وتوهم أنهم يحيكون المؤامرات ضده.
  - الاعتداء على الآخرين.

أنواع الأمراض النفسية:

يغلب أن تكون النساء المحتجزات في السجن قد تعرضن للعنف المنزلي والاعتداء البدني أو الجنسي إضافة إلى الوصمة التي توصم بها المرأة السجينة وفقدانها الأمل في إعادة الاندماج مع المجتمع الذي يرفضها ويتعامل معها بصيغة لاتسامحية وهذا يجعل المرأة السجينة أكثر عرضة للمرض النفسي من غيرها.

وأكثر الأمراض النفسية الشائعة التي يتعامل معها العاملين والعاملات في السجن ما يلي:

الاكتئاب:
هو تدني الحالة المزاجية لفترات طويلة، الأمر الذي يمكن أن يؤثر على الحياة اليومية، وفي بعض الحالات يؤدي إلى إيذاء النفس أو الانتحار.

- يعاني المصاب بالاكتئاب في كثير من الأحيان من القنوط، والشعور بانعدام القيمة، وغياب الدافع.
- وأبرز علامات الاكتئاب هي الشعور بالحزن معظم اليوم وفقدان الشعور بالمتعة.

وهناك أنواع من الاكتئاب ترتبط بالحمل والنفاس ولذا يجب إيلاء الحامل والنفساء عناية خاصة مع التنبه لتجنب إعطائهما مضادات الاكتئاب قدر الإمكان واللجوء للعلاج النفسي الاجتماعي.

تدخل العاملين والعاملات لحل مشكلة الاكتئاب بين السجينات:

- مواصلة الأنشطة المعتادة والتي كانت مثيرة للاهتمام أو تمنح السرور.
- الحرص على أن تكون دورة النوم منتظمة.
- دفع السجينات إلى للقيام بنشاط بدني لمدة معتدلة (٤٥ دقيقة) بانتظام قدر الإمكان.
- دفع السجينات للانخراط في الأنشطة الاجتماعية بانتظام.
- منح السجينة فرصة التحدث ويفضل أن يكون في مكان يراعي الخصوصية.
- سؤال السجينة عن الضغوطات النفسية والاجتماعية الحالية، وحل المشاكل المرتبطة بالضغوطات النفسية والاجتماعية أو صعوبات العلاقات مع الآخرين.
- تحديد أفراد الأسرة الداعمين وإشراكهم بأكبر قدر ملائم.
- تقييم ومعالجة سوء المعاملة أو الإقصاء والتنمر.
- يجب استشارة الطبيب النفسي المختص في مضادات الاكتئاب.

- **القلق:**
هو الشعور بالتوتر أو الخوف الشديد، ويمكن أن يعاني الشخص القلق من الضغط النفسي الناتج عن الحياة اليومية، ومن الخوف من الأمور المستبعد حدوثها. يؤدي القلق في بعض الأحيان إلى الأرق ونوبات الهلع وتسارع في نبضات القلب.

- **اضطرابات الشخصية:**
يفكر المصاب باضطراب الشخصية ويشعر ويتصرف بشكل مختلف عن باقي الناس، مما يسبب ضيقاً أو مشاكل في محيطه.

- **اضطراب كرب ما بعد الصدمة (PTSD):**
هو اضطراب تسببه أحداث وظروف صادمة، ويعتبر واحد من اضطرابات القلق. قد يصاب الإنسان باضطراب ما بعد الصدمة بعد أشهر أو سنوات من الحدث الصادم الذي يستحضره المصاب بشكل اقتحامي ومتكرر من خلال مشاهد الارتجاعية والكوابيس، وتصاحب بعض الإحساسات الجسمانية هذا الاستحضار المتكرر للأحداث بما في ذلك الألم والتعرق والغثيان والارتجاف.

- **اضطرابات الطعام:**
ينتشر هذا الاضطراب بين السجينات ويتضمن فقدان الشهية، والشره المرضي، والأكل بنهم الذي غالباً ما يكون تعبيراً عن الألم وصعوبات الحياة.

الإشارات التي يجب العلم بها والانتباه إليها والتي تشير للاعتلال النفسي لدى السجينات:

من المهم جداً أن يتعرف العاملون والعاملات في سجون النساء على علامات أمراض الصحة النفسية الخطيرة لدى الأفراد والتي تتطلب اهتماماً فورياً حيث يمكن للسجينة أن تقدم على الانتحار أو إيذاء النفس ويمكن أن تشمل هذه الأمارات ما يلي:

- التعبير عن أفكار أو مشاعر بشأن الرغبة في إنهاء الحياة، أو الحديث عن الشعور بفقدان الأمل أو انعدام الداعي للحياة.
- وجود تاريخ من تعاطي الكحول أو مواد الإدمان في الوقت الراهن أو دليل على ذلك.
- ارتفاع مستوى الشعور بالعار أو الذنب أو القلق.
- الامارات المنذرة بالاكتئاب أو الخوف من المستقبل.
- محاولات الانتحار في وقت سابق أو مؤخرا.
- سوء العلاقة مع سائر السجينات أو العاملين والعاملات في السجن وانعدام الدعم الأسري أو أشكال الدعم الاجتماعي الأخرى خارج السجن.

كما يجب الانتباه والتيقظ لرصد عوامل الخطر وهي المواقف التي تؤدي إلى تردي حالة السجينة المصابة بالمرض النفسي حيث يزداد مع تلك المواقف خطر الانتحار وإيذاء النفس ومن تلك المواقف:

- **عوامل شخصية اجتماعية:** مرض أو وفاة أحد أفراد الأسرة أو الأصدقاء أو انهيار الزواج وقيام الزوج بالتخلي عن السجينة وتطليقها وتفكك الأسرة، وعند تلقي أخبار الديون وخاصة للمعسرات اللاتي تم احتجازهن في قضايا مالية كالنصب والاحتيال وتراكم الديون.

- **ومن العوامل التي يجب أخذها بعين الاعتبار:** السجينة التي يتم إبعادها عن أطفالها سيما إذا كان بعد الولادة مباشرة.

- **عوامل تتعلق بنظام العدالة الجنائي:** وذلك عند صدور الحكم في الدعوى وخاصة النساء اللاتي تصدر في حقهن أحكاماً بالإعدام أو حكما بالإفراج مشروط وأحيانا تزداد وتيرة الخطر في الفترة التي تسبق الإفراج وعلى الأخص إن شعرت السجينة أن أسرتها لن تتقبلها ولن تتسامح معها وفي مجتمعنا اليمني تتخوف الكثير من السجينات من لقاء أسرتها بعد الإفراج عنها وقد تلجأ للانتحار في السجن لاعتقادها أن أسرتها سيقومون بقتلها حال خروجها من السجن.

- **العوامل المتعلقة بظروف الاحتجاز:** وذلك عند التعرض لإجراءات عقابية كالتقييد بالأغلال أو الحبس الانفرادي والعزل، وكذا التعرض للإذلال وتنمر الأقران والتعرض للاعتداء الجسدي أو الجنسي. وأيضا يجب أخذ الاحتياطات اللازمة في أوقات عدم توافر العدد الكافي من العاملين كأيام الأعياد وعطلة نهاية الأسبوع.

الأعراض الشائعة لاعتلال الصحة النفسية:

١. الانتحار وإيذاء النفس:

الانتحار هو الفعل الذي يتضمن تسبب الشخص عمدا في قتل نفسه. وهو رد فعل مأساوي لمواقف الحياة المسببة للضغوط ويرتكب الانتحار غالبا بسبب اليأس والذي كثيرا ما يعزى إلى اضطراب نفسي مثل الاكتئاب أو الهوس الاكتئابي أو تعاطي المخدرات.

وقد تقدم بعض السجينات على الانتحار بسبب اليأس كما هو في حالة المحكوم عليهن بالإعدام أو السجينات بتهمة ممارسة النصب والاحتيال إذا اشترط للإفراج عنهن تسديد مبالغ مالية تعجز السجينة عن دفعها وكذا السجينة التي تخشى ردة فعل ذويها والتي قد تصل حد التهديد بالقتل.

وقد سبق الإشارة إلى العلامات الخطرة التي تشير إلى احتمالية إقدام السجينة على الانتحار وإيذاء النفس.

(يجب أن يشكل إعداد وتنفيذ الاستراتيجيات، بالتشاور مع الدوائر المعنية بتقديم خدمات الرعاية الصحية العقلية وخدمات الرعاية الاجتماعية، من أجل الحيلولة دون إقدام السجينات على الانتحار وإيذاء النفس وتوفير الدعم المناسب والمتخصص والمراعي لاحتياجات النساء اللواتي يحتمل أن يقمن بذلك، جزءا من سياسة شاملة في مجال الرعاية الصحية العقلية في سجون النساء. قواعد بانكوك . قاعدة رقم ١٦)

٢. السلوك التخريبي والعدواني:

تتسم بعض السجينات بالعنف وفظاظة التعامل ويشير ذلك في أغلب الأحيان إلى الإصابة باعتلال الصحة النفسية لهؤلاء السجينات حيث يظهر الاضطراب السلوكي في صورة عنف وعدوانية تجاه الآخرين. وقد يشكلن خطرا على أنفسهن وعلى غيرهن سواء من النزيلات أو من العاملات في السجون، وفي التحليل النهائي يستطيع موظفو السجن فرض السيطرة على السجناء بأساليب الإكراه ولكن هذه الأساليب لا ينبغي أن تكون القاعدة العامة إذ لا تكفي السيطرة الإكراهية لكفالة النظام في حالة السجناء الأسوياء فكيف بحالة السجينة المصابة بالاعتلال النفسي والتي تحتاج إلى معاملة إنسانية خاصة وتحت إشراف الطبيب النفسي المختص.

أبرز المؤثرات على الصحة النفسية للسجينات:

ا. ظروف الاحتجاز السيئة:

يلعب اكتظاظ السجون وتردي ظروف الاحتجاز دوراً في اعتلال الصحة النفسية كما لبعض العوامل الأخرى أثرها على الصحة النفسية كالصمت المطبق أو الضجيج المستمر أو الروائح ودرجة الحرارة أو التهوية، مستويات النظافة والوصول إلى المراحيض وترتيبات النوم وعدم إمكانية التمتع بالخصوصية بشكل واسع، ويرتبط تدني الصحة النفسية وعدم وجود العلاج المناسب باعتلال الصحة النفسية بشكل وثيق، وقد تتعرض السجينة لضغط نفسي أكبر إن كانت حاملاً أو لديها أطفال حديثي الولادة في ظروف احتجاز سيئة لا تمكنها من الاعتناء بنفسها أو بصغيرها داخل السجن.

(يجب ان تتوفر للمرأة الحامل المسجونة قبل الوضع واثناء الوضع وبعده العناية والرعاية الطبية اللازمة وفقا لتوجيه الطبيب المختص وبحسب اللائحة ويجب على السلطات المختصة أن تعطي المسجونة الحامل او الأم الغذاء المقرر لها وفي جميع الاحوال تعفى المرأة الحامل والمرضع المشمولة بأحكام هذه المادة من التدابير التأديبية المقررة على السجناء طبقا لأحكام هذا القانون. قانون تنظيم السجون ـ القاعدة ٢٧ ـ القانون اليمني)

(يجب أن توفر للسجينات في أماكن إيوائهن المرافق والمواد الضرورية لتلبية احتياجاتهن الخاصة من حيث النظافة الشخصية، بما في ذلك الحفاضات الصحية مجانا والإمداد بالمياه بصورة منتظمة لأغراض العن اية الشخصية للأطفال والنساء، ولا سيما النساء اللواتي يقمن بأعمال الطهي والحوامل أو المرضعات أو اللواتي يجيئهن الحيض. قواعد بانكوك القاعدة ٥)

(تُزوَّد سجون النساء بالمرافق الخاصة الضرورية لتوفير الرعاية والعلاج قبل الولادة وبعدها. وتُتَّخذ، حيثما أمكن، ترتيبات لولادة الأطفال في مستشفى خارج السجن. وفي حالة ولادة طفلٍ داخل السجن، لا يُسجَّل ذلك في شهادة الميلاد. قواعد مانديلا القاعدة ٢٨)

ويزداد الأمر سوءا في بعض الممارسات التي تمارسها إدارة السجن كإجراءات عقابية وتتسبب في دفع السجينات للعنف والسلوك العدائي أو تتسبب في شعور بالإذلال والانكسار والانسحاب لدى السجينة ومن تلك الممارسات:

A. التفتيش المذل:

قد تتعرض السجينات للتفتيش البدني والذي قد يكون مخيفاً ومذلاً ويخلق موقفاً يشتد فيه خطر الإساءة وسوء المعاملة مما يدفع السجينات إلى المقاومة بعنف والتصرف بفظاظة.

(تتخذ التدابير الفعالة لكفالة حماية كرامة السجينات واحترامهن أثناء عمليات التفتيش الجسدي التي لا تجريها سوى موظفات تلقين التدريب المناسب على استخدام أساليب التفتيش الملائمة ووفقا لإجراءات التفتيش المقررة. قواعد بانكوك القاعدة ١٩)

(تستحدث أساليب فحص بديلة، من قبيل استخدام أجهزة مسح تحل محل عمليات التفتيش التي تنزع فيها الملابس وعمليات التفتيش الجسدي الذي يتخطى حدود الحرمات، من أجل تفادي الآثار النفسية الضارة والآثار البدنية التي يحتمل أن تترتب على عمليات التفتيش الجسدي الذي يتخطى حدود الحرمات. قواعد بانكوك القاعدة ٢٠)

(لا يُلجأ إلى إجراءات التفتيش الاقتحامي، بما في ذلك تفتيش الجسد العاري وتفتيش تجاويف الجسم، إلاَّ في حالات الضرورة القصوى. وتُشجَّع إدارات السجون على وضع بدائل مناسبة للتفتيش الاقتحامي وعلى استخدام تلك البدائل. ويجب أن تنفَّذ إجراءات التفتيش الاقتحامي في مكان تتوفَّر فيه الخصوصية، وأن يتولى القيام بها موظفون مدرَّبون من نفس جنس السجين. قواعد مانديلا القاعدة ٥٢)

B. الحبس الانفرادي:

(إن الحبس وغيره من التدابير التي تفضي إلى عزل الأشخاص عن العالم الخارجي تدابير مؤلمة من حيث إنها تسلب الفرد حقه في تقرير مصيره بحرمانه من حريته. ولذلك لا ينبغي لنظام السجون، إلا في حدود مبررات العزل أو الحفاظ على الانضباط، أن يفاقم من المعاناة الملازمة لمثل هذه الحالات. قواعد مانديلا . القاعدة ٣)

(لا يُستخدَم الحبس الانفرادي إلاَّ في حالات استثنائية كملاذ أخير ولأقصر فترة ممكنة ويكون رهناً بمراجعة مستقلة للحالة، وبمقتضى تصريح من سلطة مختصة. ولا يُفرض استناداً إلى الحكم الصادر في حق السجين.

. يُحظَر فرض الحبس الانفرادي على السجناء ذوي الإعاقة العقلية أو البدنية إذا كان من شأن هذه التدابير أن تؤدي إلى تفاقم حالتهم. وينطبق حظر استخدام الحبس الانفرادي والتدابير المماثلة عندما يتعلق الأمر بنساء أو أطفال، على النحو المشار إليه في معايير الأمم المتحدة وقواعدها في مجال منع الجريمة والعدالة الجنائية. (قواعد مانديلا . القاعدة ٤٥)

C. استخدام الأغلال:

إن النساء اللواتي يكن في خلاف مع النظام القضائي يحتجن إلى الكرامة والعدالة ولا يجب اللجوء إلى السجن إلا في الحالات القصوى وبشكل يكون مناسباً للجريمة

- إن دخول السجن هو العقاب ولا يجب أن تكون ظروف السجن عقاباً إضافياً خاصة عندما تكون ذات طابع تمييزي في أي شكل أو ضرب.

(لا يجوز أبدا أن تستخدم أدوات تقييد الحرية كعقوبة تأديبية. قواعد مانديلا القاعدة ٤٣/ ٢)

(يحظر استخدام السلاسل والأصفاد وأدوات التقييد الأخرى التي تكون بطبيعتها مهينة أو مؤلمة. قواعد مانديلا القاعدة ٤٧/١)

٢. المنع من التواصل مع العالم الخارجي

إن انقطاع الاتصال مع العائلة والأصدقاء والشبكات الاجتماعية يعد عاملاً مساهماً في اعتلال الصحة النفسية في السجن لأن من شأنه أن يقلل من قلق النزيلات حول أفراد الأسرة والمسائل الشخصية الأخرى.

(تشجع السجينات على الاتصال بأفراد أسرهن، بمن فيهم أطفالهن وأولياء أمور أطفالهن وممثليهن القانونيين، وييسر هذا الاتصال بكل الوسائل المعقولة. وتتخذ حيثما تسنى تدابير تكفل التعويض عن المضار التي تعاني منها النساء المحتجزات في سجون بعيدة عن ديارهن. قواعد بانكوك القاعدة ٢٦)

(. يُسمَح للسجناء، في ظل الرقابة الضرورية، بالاتصال بأسرتهم وأصدقائهم على فترات منتظمة على النحو التالي:

- بالمراسلة كتابةً، وحيثما يكون متاحاً، باستخدام وسائل الاتصال والوسائل الإلكترونية والرقمية وغيرها.
- باستقبال الزيارات.

. حيثما يُسمَح بالزيارات الزوجية، يُطبَّق هذا الحق دون تمييز، وتُتاح للسجينات إمكانية ممارسة هذا الحق على قدم المساواة مع الرجال. وتُوضع إجراءات وتُوفَّر أماكن لضمان إتاحة فرصة عادلة ومتساوية للانتفاع من هذا الحق، مع إيلاء العناية الواجبة للحفاظ على السلامة وصون الكرامة. قواعد مانديلا القاعدة ٥٨)

٣. منع السجينة من رؤية أطفالها أو اصطحابهم في السجن.

يعد وضع النساء اللواتي يضعن مولودا في السجن أو السجينات المصطحبات لأولاد صغار أو الأطفال الذين تم إبعادهم عن أمهاتهم بسبب السجن من أصعب المسائل التي تحيط بالسجن فالعديد من السجينات هن أمهات وغالبا ما يكن مقدم الرعاية الرئيسي أو الوحيد.

(لا تشمل العقوبات التأديبية التي تفرض على السجينات منعهن من الاتصال بأسرهن، وبخاصة أطفالهن. قواعد بانكوك القاعدة ٢٥)

وتنص القاعدة ٢٩ من قواعد مانديلا على:

- يُستند في اتخاذ قرار بشأن السماح للطفل بالبقاء مع أحد والديه في السجن إلى مصلحة الطفل الفُضلى. وفي حال السماح ببقاء الأطفال في السجن مع أحد الوالدين، تُتَّخذ ترتيبات لتأمين ما يلي:
  - مرافق داخلية أو خارجية لرعاية الأطفال يقوم عليها أشخاص مؤهَّلون يودع الأطفال فيها عندما لا يكونون تحت رعاية والديهم.
  - خدمات رعاية صحية خاصة بالأطفال، بما في ذلك الفحص الصحي عند الدخول ورصد نموهم باستمرار من قِبَل متخصِّصين.
- لا يُعامَل الأطفال الذين يرافقون أحد والديهم في السجن إطلاقاً كسجناء.

دور الموظفين / الموظفات في السجون في توفير بيئة آمنة للسجينات:

ا. إجراءات السلامة لمنع الانتحار وإيذاء النفس.

يجب على العاملين تطبيق خطة شاملة للوقاية من الانتحار تتضمن العناصر التالية:

- التدريب على الوقاية من الانتحار من خلال التعرف على إشارات التحذير والاستجابة لحالات الأزمات على نحو ملائم.
- قطع سبل الوصول إلى وسائل الانتحار وتوفير بيئة آمنة من قبيل الزنزانات وعنابر النوم ودورات المياه الخالية من مواضع التعليق أو إمكانيات الوصول دون مراقبة إلى مواد يمكن استخدامها في محاولة الانتحار.
- الفحص عند دخول المعتقل أو السجن أو الفحص المستمر أثناء الاحتجاز لتحديد الأشخاص المعرضين لمخاطر شديدة، ورصدهم من خلال الاختبارات والمقاييس النفسية.
- الآليات اللازمة للتواصل المنتظم بين الموظفين بشأن رفاهية الأشخاص المعرضين لمخاطر شديدة وقنوات التواصل الجيد بين العاملين الطبيين وعاملي الصحة النفسية ممن يعملون داخل السجن أو المعتقل.
- تدعيم علاقات الثقة بين الموظفين والسجينات لزيادة احتمالات تحدث السجينات مع العاملات إذا كُنَّ يفكرن في الانتحار.
- إتاحة خدمات الصحة النفسية الداخلية والخارجية للمحتجزات المصابات باعتلالات الصحة النفسية.
- وضع استراتيجية لاستعراض الإجراءات بصفة منتظمة ولا سيما في أعقاب حوادث الانتحار أو محاولات الانتحار.

فإذا شعر الموظف أو اشتبه بأن هناك سجينةً معرضةً لخطر الانتحار أو إيذاء النفس فإنه لابد من اتخاذ الإجراءات الفورية التالية:

- تأمين المنطقة وتوفير أي إسعافات أولية لازمة
- إبلاغ موظفي الرعاية الصحية فوراً
- الشروع في محادثات هادفة مع السجينة
- إزالة أي مواد يمكن استخدامها للانتحار أو إيذاء النفس
- إعلام الموظفين الآخرين عن الحالة
- عدم ترك السجينة بمفردها
- ومن التنبيهات الهامة أنه يجب عدم معاقبة أي سجينة على حوادث إيذاء النفس أو محاولات الانتحار.

(يتلقى موظفو السجون التدريب في مجال الكشف عن احتياجات السجينات من الرعاية الصحية العقلية واحتمال إيذائهن لأنفسهن وإقدامهن على الانتحار وفي مجال تقديم المساعدة إليهن عن طريق توفير الدعم لهن وإحالة مثل هذه الحالات إلى الأخصائيين. قواعد بانكوك القاعدة ٣٥)

٢. تحسين المعاملة ومنع التنمر وتسلط الأقران.

التنمر هو شكل من أشكال الإساءة والإيذاء موجه من قبل فرد أو مجموعة نحو فرد أو مجموعة أضعف جسدياً

شكل من أشكال المضايقات التي يرتكبها المسيء الذي يمتلك قوة بدنية أو اجتماعية وهيمنة أكثر من الضحية.

والتنمر ثلاثة أنواع لفظي وجسدي وعاطفي

والواجب على إدارة السجن إنشاء مساحة آمنة تستطيع فيها أي نزيلة التحدث مع شخص تثق فيه ويتاح لهن تقديم الشكاوى والتبليغ عن أي مضايقة أو استقواء يصدر عن زميلاتهن أو الموظفين داخل السجن.

وفي العادة يلجأ العاملون السجون إلى استخدام العنف لإيقاف المتمر دون إدراك أن مواجهته بالعنف قد يعزز التمر ويقابل بعنف أشد.

والواجب على العاملين في السجون أن يتخذوا إجراءات إدارية لفرض النظام والسيطرة ووضع الحدود بشكل واضح أمام السجناء لمنع تجاوزها والعودة لاستشاريين نفسيين لوضع استراتيجية لعلاج المتمر تقوم على:

- مشاركة الفرد بالتحدث معه وإشعاره بالراحة والدعم.
- تعزيز الثقة بالنفس واحترام الذات.
- المشاركة في أنشطة متنوعة كالرياضة والموسيقى حيث تساعد هذه الأنشطة في بناء الصداقات وتحسين المهارات الاجتماعية .

٣. تعزيز الأنشطة الهادفة:

ينبغي أن يكون الهدف الرئيسي لسلطات السجن من معاملتهم للسجناء هو تشجيعهم على إصلاح أنفسهم وإعادة تأهيلهم اجتماعياً، وينبغي أن يكون نظام السجن لمساعدة السجناء على العيش في إطار القانون وكسب عيشهم بعد الإفراج عنهم

ومن الممكن أن يصاب النزلاء بالاعتلال النفسي بسبب انعدام النشاط البدني والذهني، في حين تجد أن النزلاء القادرين على المشاركة طوعاً في جوانب الحياة المختلفة في السجن أقل عزلة وأكثر مشاركة، وعلى الموظفين والموظفات أن يعرفوا أن المصابين بالمرض النفسي يواجهون عوائق تحول دون مشاركتهم بالأنشطة البدنية أو التعليمية وقد يكون هذا نتيجة انعدام الثقة بالنفس أو التوتر أو الإرهاق ولذا يجب أن يراعى في الأنشطة أن تكون مصممة بشكل يلبي ويراعي الاهتمامات والقدرات ومستويات الثقة المختلفة وأن تتنوع ما بين الرياضة والترفيه والعمل والتدريب.

إذا تم شغل وقت السجناء وسمح لهم بفرصة قضاء وقتهم بطريقة إيجابية فإنهم يستجيبون للقواعد واللوائح المعقولة والمبررة اللازمة في أي مجموعة كبيرة من الناس من أجل كفالة الحفاظ على النظام وهو غاية ما يرجوه العاملون في السجون.

(يجب أن تتاح للموظفين في سجون النساء، عن طريق بناء قدراتهم، إمكانية الوفاء بالمتطلبات الخاصة بإعادة إدماج السجينات في المجتمع وإدارة مرافق آمنة تكفل تأهيلهن. قواعد بانكوك القاعدة ٣٩)

يوجا السجون:

ومن الأنشطة التي تساهم في تحسين الحالة النفسية والعقلية للنزيلات ممارسة رياضة اليوجا؛ حيث أثبت بعض الدراسات النفسية أن ممارسة اليوجا يعد أداة مثالية لإعادة التأهيل البدني والعقلية للسجناء، وأنها تساعد على إنشاء علاقات صحية مع زملائهم في الزنازين وتقلل من ميلهم للسلوك العدواني، كما أنها تخفف من مستويات التوتر لدى السجناء وتساعدهم على النوم.

٤. مراعاة منظور النوع الاجتماعي.

عرفت الأمم المتحدة تعميم مراعاة منظور النوع الاجتماعي في العام ١٩٧٢كما يلي:

عملية تقييم تداعيات أي إجراء مخطط له على النساء والرجال، بما فيه التشريعات أو السياسات أو البرامج في كافة المجالات وعلى جميع المستويات تهدف هذه الاستراتيجية إلى مراعاة مخاوف وتجارب النساء وكذلك الرجال كبعد أساسي من تصميم السياسات والبرامج وتنفيذها ورصدها وتقييمها في كافة الميادين السياسية والاقتصادية والمجتمعية.

(يجب أن يتلقى جميع الموظفين المكلفين بالتعامل مع السجينات تدريبا يتعلق بالاحتياجات الخاصة للنساء وحقوق الإنسان للسجينات. قواعد بانكوك القاعدة ٣٣)

(تمكن السجينات من الالتحاق ببرنامج أنشطة متوازن وشامل يأخذ في الاعتبار الاحتياجات الملائمة لنوع الجنس. قواعد بانكوك القاعدة ٤٢)

المراجع:

١. الصحة النفسية في السجون ـ دليل إرشادي موجز للعاملين في السجون. المنظمة الدولية للإصلاح الجنائيPRI .

٢. أماكن الحرمان من الحرية والنوع الاجتماعي. مركز جنيف لحوكمة قطاع الأمن DCAF.

٣. الوقاية من الانتحار في المعتقلات والسجون. منظمة الصحة العالمية.

٤. الصحة النفسية لدى النزلاء وعلاقتها ببعض المتغيرات. بحث علمي لنيل درجة الماجستير في علم النفس الجنائي ـ جامعة الرباط ـ المغرب ـ الباحثة رانيا عثمان.

٥. حقوق الإنسان والسجون ـ دليل تدريب موظفي السجون على حقوق الإنسان ـ مفوضية الأمم المتحدة لحقوق الإنسان.

٦. النساء في السجون ـ تقرير المنظمة الدولية للإصلاح الجنائي.

٧. دليل تدخل برنامج رأب الفجوة في الصحة النفسية mnGAP منظمة الصحة العالمية.

٨. قواعد الأمم المتحدة لمعاملة النساء السجينات والتدابير غير الاحترازية للمجرمات (قواعد بانكوك) ـ الجمعية العامة للأمم المتحدة.

٩. قواعد الأمم المتحدة النموذجية الدنيا لمعاملة السجناء (قواعد نيلسون مانديلا) ـ الجمعية العامة للأمم المتحدة.

١٠. قانون تنظيم السجون ـ الجمهورية اليمنية.