

# بلوغ الفتيات في الدول العربية مصحوب بالخوف والعار ونقص المعلومات

## الوصم الاجتماعي المقترن بالحيز والدورة الشهرية يؤثر سلبا على حياة النساء وطموحاتهن



الشعور بالخجل يصاحب الفتيات عند الحيز الأول

والشرباب في شهر رمضان خلال فترة طمئنتها أمام أفراد عائلتها، وتقول "ذهبت مرة لشراء عصير وأخي كان صائما وسألني لماذا أطلب عصيرا في شهر الصيام، وعندما قلت له إنني في فترة الطمئنت تقبل الأمر بشكل جيد جدا".

ومع ذلك، تدرك صابرين الحاجة إلى التحدث بشكل أكثر علانية عن الطمئنت، وتقول "لقد علمتني أمي كيف أتعامل مع دورتي الشهرية بما يخص اللباس والنظافة، لكنها في الواقع لم تعلمني كيفية إخبار الناس عنها".

وتضيف "لم أبدأ بالحديث مع الناس حول الدورة الشهرية سوى مؤخرا، إنه موضوع من المحرمات، لكن جعل الأمر طبيعيا، يقع على عاتقنا".

ويتوافق وصم الدورة الشهرية مع ظهور مصطلح "فقر الدورة الشهرية" للإشارة إلى عدم القدرة على شراء منتجات صحية أثناء الحيز، ولا تقتصر هذه المشكلة على دول المنطقة العربية، فحتى في بريطانيا لا تتمكن واحدة من بين كل عشر فتيات بريطانيات من شراء قوط صحية، وتضطر بعضهن إلى استخدام الجوارب ومناديل المطبخ.

وتعمل الكثير من وكالات الأمم المتحدة والجمعيات غير الحكومية الدولية والمحلية على تزويد العائلات المحتاجة بالقوط الصحية اللازمة.

وعلى المستوى العالمي هناك اهتمام متزايد بإدراج إدارة النظافة الشخصية الإنسانية، وبعد توزيع مواد تنظيف الدورة الشهرية من العوامل الفاعلة للاستجابات المقدمة من الفتيات والنساء أكثر الأنشطة شيوعا في أغلب حالات الطوارئ.

وأشارت دراسة بعنوان "الخلص من الدورة الشهرية إدارة المخلفات والغسيل في الحالات الطارئة" إلى أنه يجب على النساء والفتيات الحصول على المعلومات اللازمة بشأن الصحة والنظافة الشخصية أثناء الدورة الشهرية، بالإضافة إلى القدرة العملية على استخدام المواد المتاحة للتنظيف أثناء الدورة الشهرية على النحو المنشود.

وقالت المدونة في مجال الجمال والموضة صوفيا جميل "البعض لا يريد الاعتراف بوجود هذه المشكلة لأنهم يرون أنها قد تعكس صورة سلبية عن الدين الإسلامي، لكن في واقع الأمر هناك مشكلة".

لكن بعض النساء يشعرون بانهن لا يمكن أن يكن صريحات حول موضوع الدورة الشهرية مع الذكور في عائلاتهن. وأضافت جميل "اعتقدت أن الدورة الشهرية يجب أن تكون أمرا طبيعيا، يجب أن يتحطم هذا التابو. يجب أن يكون هناك المزيد من الحوار حول هذه القضية، إن جيلنا معني بإحداث هذا التغيير".

وقالت رئيسة جمعية الطلاب المسلمين صابرين إمتارين إنها تريد مساعدة الناس على التحدث عن السلوكيات والمواقف تجاه موضوع الدورة الشهرية، وإنها نشرت تغريدة على موقع تويتر لتشجيع الحوار على الإنترنت.

وتابعت إمتارين "عائلتي منفتحة جدا على مواضيع كهذه، لكن بعض الفتيات، خصوصا خلال شهر رمضان، لا يأكلن حتى أمام أقاربهن الذكور ويشعرون بالندس والعار خلال فترة الطمئنت".

وأردفت "هناك وصمة عار كبيرة، وإخفاء الفتاة لواقع أنها في دورتها الشهرية وشعورها بالعار يرسخ اضطهاد النساء، إنه يناقض مفهوم الأنوثة".

وتبدو تجربة صابرين الخاصة تجربة مختلفة، فهي قادرة على تناول الطعام

المدارس المختلطة بعد أن علمت بانهن لا يستخدمن دورات المياه رغم توفرها بكل المستلزمات، لتعلم أن الفتيات يخجلن من الذهاب إلى الحمام على نحو متكرر "كي لا يحس أحد أن لديهن الدورة الشهرية".

وتعتبر إدارة فترة الحيز أكثر صعوبة في الظروف الإنسانية، وقد تكون الخصوصية نادرة وغالبا ما تكون مرافق الصرف الصحي غير متوفرة، وفي مخيمات اللاجئين والنازحين، أو في حالات الطوارئ الأخرى، قد تكون المراحيض ومرافق الاستحمام غير آمنة، حتى أنها تعرض النساء للاعتداء الجنسي.

كما تؤثر المصاعب الاقتصادية على الوصول إلى مستلزمات صحة الدورة الشهرية والنظافة، مما يجد من تنقل النساء والفتيات، ويقيد حضورهن في المدارس ومشاركتهم في الحياة المجتمعية، ويضر بصحتهم ويقفل من مساهمتهم في الاقتصاد.

وخلال الأزمات الإنسانية، يوزع صندوق الأمم المتحدة للسكان "حقائب الكرامة" التي تحتوي على مستلزمات النظافة مثل مسحوق الغسيل، والمناديل الصحية والملابس الداخلية التي يمكن إعادة استخدامها والتي يمكن التخلص منها. كما يعمل صندوق الأمم المتحدة للسكان على تحسين التعليم والمعلومات حول الدورة الشهرية وما يتصل بها من مخاوف تتعلق بحقوق الإنسان أيضا. فعلى سبيل المثال، يعمل الصندوق على زيادة الوعي بأن الدورة الشهرية صحية وطبيعية من خلال برامج تمكين الشباب وجهود التثقيف الجنسي الشاملة.

ويعمل على تبديد المعلومات المغلوطة المنتشرة على نطاق واسع بأن الحيز يشير إلى الاستعداد للزواج أو الإنجاب. وقال المشاركون في الاستطلاع إن هذه المعلومات هي التي يرغبون في الحصول عليها.

وكتبت امرأة في العراق "ترى الناس يبالغون في الأمر ويعاملونك كامرأة لأنك وصلت إلى مرحلة النضج الجنسي".

وقدمت هذه النصيحة للفتيات الصغيرات اللاتي يواجهن هذه الضغوط "لا تهتمي وعيشي حياتك. لا داعي للشعور بالخجل... إنها عملية بيولوجية طبيعية".

تصور العادة الشهرية على أنها حالة أقرب إلى القذارة".

ودون معلومات دقيقة، وصفت العديد من الفتيات طرقا مرتجلة لإدارة دم الحيز. وقالت فتاة من اليمن "لطالما استخدمت الآفشة القطنية. أنا من أسرة غير متعلمة، لذا لم أكن أعرف أن هناك قوطا صحية لهذا الغرض".

وقالت امرأة في المملكة العربية السعودية "كنت أستخدم الملابس القديمة كمناديل صحية. عندما بدأت ملبسي تنفذ واكتشفت والدتي وأختي أنني أستعمل أقمشتهما، سخرتا مني دون أن تقدم لي بديلا".

وتؤكد جوليت توما المديرية الإعلامية لمكتب اليونيسف لمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، هذه النظرة السلبية المنتشرة في المنطقة، حتى إنها تقول إن الدورة الشهرية تعتبر "وصمة عار" في بعض الأماكن، لذا تسعى المنظمة إلى تغييرها من خلال برامج عدة.

ويبدو أن جذور المشكلة تعود إلى مراحل مبكرة تنقص فيها مواد تعليمية أو توعوية حول الجانب البيولوجي للمسالمة، ففي الكثير من البلاد العربية تمر الكتب المدرسية بسرعة على موضوع الدورة الشهرية سواء أكان ذلك في مادة العلوم، أم في مادة التربية الدينية، فيبقى الحديث العنتي عن الدورة الشهرية "عيبا" في معظم المجتمعات.

وتقول شفاء أحمد الطبيبة البينية المشرفة على برنامج "الإصحاح البيئي" مع منظمة كير أنترناشونال، إنها زارت مرة إحدى المناطق الريفية في اليمن وعندما سألت أمهات نازحات عن المشكلات التي كن يواجهنها خاصة بسبب نقص المياه، كانت معظم الأجوبة حول الإسهال وأمراض الأطفال.

وتقول "نحن مجتمع محافظ تصعب فيه مناقشة موضوع الدورة الشهرية حتى بين النساء. لذا سألتهن بشكل مباشر عن الموضوع بحكم عملي وادركت أن كل امرأة تعاني وحدها من مصاعب تتعلق بالحيز".

وتضيف "تمر الكثير من النساء والمراهقات بمواقف محرجة جدا بسبب ذلك، حتى إن فتيات لا يجدن ماء لغسيل قطع الثياب التي يستخدمنها فيضطررن لدفنها بحفرة في التراب لإخفائها".

كما تقول إن فريق عملها منع مرة من قبل رجال إحدى المناطق من توزيع رزم مساعدة تحوي قوطا صحية عندما علموا بأن فيها "أشياء تتعلق بالدورة".

والأمر لا يقتصر على المناطق الريفية أو مناطق النزاع، بل تنتشر هذه الثقافة حتى في المدن.

كما أكدت كارول عوض مسؤولة المياه والصرف الصحي في مكتب فلسطين لمنظمة اليونيسف، أنها تحدثت مرة مع مجموعة طالبات في بعض

يعد الحيز حقيقة بيولوجية في حياة النساء، إلا أن المعلومات الخاطئة والحرمان من المعلومات والوصم والتمييز تحول هذه العملية الطبيعية إلى ضائقة جسدية وعاطفية واقتصادية تؤثر على حياة الفتيات وتفيد طموحاتهن. ويرجع الخبراء جذور المشكلة إلى مراحل مبكرة تنقص فيها مواد تعليمية أو توعوية حول الجانب البيولوجي للمسالمة.

القاهرة - ما زال الحيز يمثل وصمة للمرأة في بعض المجتمعات العربية، وما زال الحديث عنه يرتبط بالقتل والخوف والشعور بأن المرأة كائن يفكر للطهارة.

وقد لا يصدق بعض الأشخاص حتى اليوم أن نساء في بعض المناطق الريفية في اليمن يقع منهن من الحصاد والزراعة في فترة الحيز "كي لا تنشف الشجرة"، ومن إطعام المشية "كي لا تمرض الحيوانات"، ومن تحميم أطفالهن "كي لا يمرضوا"، أو أن نساء وفتيات في منطقة الأغوار في الضفة الغربية يضطررن للمشي بين الجبال أحيانا للوصول إلى مصادر للماء؛ فغالبا لا ماء في بيوتهن المهدة بالهدم، ليستخدمنه في فترة الدورة الشهرية.

كما أن البعض لا يتخيل مدى صعوبة الوصول إلى القوط الصحية خاصة في أماكن تعاني من النزاعات التي تدفع بالعائلات إلى مغادرة منازلها، ولا يعرف أن فتيات في عمر الـ12 تقريبا لا يجدن سوى ثيابهن لاستخدامها بديلا للقوط، فلا يستطيعن التحرك ومغادرة المنزل.

إخراج وسوء معاملة

ورغم أن الحيز يعتبر حقيقة بيولوجية في حياة المليات من البنس حول العالم، إلا أن المعلومات الخاطئة والحرمان من المعلومات والوصمة والتمييز يمكن أن تحول هذه العملية الطبيعية إلى ضائقة جسدية وعاطفية واقتصادية لا داعي لها.

استجابات المشاركات من الجزائر والعراق ومصر والأردن والكويت ولبنان والمغرب وفلسطين واليمن والسعودية والسودان وسوريا وتونس والإمارات العربية المتحدة واليمن. وتظهر تجاربهن الأولى السلبية مع الدورة الشهرية مدى الحاجة إلى التغيير لضمان حقوق الفتيات وكرامتهن.

وقالت امرأة في المملكة العربية السعودية "تزوجت والدتي في سن مبكرة، وحتى الآن لا تعرف حتى أساسيات الدورة ولا تريد أن تتعلم".

وتقول سنتيا خوري اختصاصية الصحة المجتمعية في جمعية مرسى مركز الصحة الجنسية بلبنان "النظرة إلى العادة الشهرية تختلف من مجتمع إلى آخر، فبعض المجتمعات تعتبرها عيبا وأمر يجب إخفاؤه والتستر عليه وعدم الحديث عنه، في حين أن مجتمعات أخرى تربط الدورة الشهرية بالولادة وتجدد الحياة، ومنها من يقيم للفتيات اللواتي يبلغن احتفالات تسمى احتفالات الخصوبة".

وتنسى إلى أن تلك الدول التي تحتفل ببلوغ فتياتها، تعتبر المرأة التي تنتهي خصوبتها أنها دخلت سن الأمل.

وتتابع "نريد التأكيد أن الدورة الشهرية ليست لغزا، بل هي أمر طبيعي بيولوجي مقترن بجسد المرأة، هو ليس عيبا أو عارا". كما تشير إلى أن "المجتمعات الذكورية التي تتسلط على جسد المرأة مظلما تتسلط على أفكارها،

سنتيا خوري: المجتمعات الذكورية تصور العادة الشهرية على أنها حالة أقرب إلى القذارة

وقالت شابة من فلسطين وهي تتذكر دورتها الشهرية الأولى في سن الثانية عشرة "شعرت بالخجل من جسدي. لم أكن أعرف كيف أنظفه أو كيف أعنتي به. لم أفهم الغرض من دورتي الشهرية لأنني لم أتلق أي معلومات عن الصحة الجنسية في ذلك العمر". وتابعت "شعرت بالعجز في كل شهر ولسنوات. لم يتغير الأمر حتى وقت متأخر، عندما أصبحت في العشرينات من عمري، وبدأت الأمور منطوية أكثر".

وتعتبر تجربة هذه المرأة شائعة جدا في منطقة الدول العربية.

وقد نشرت دراسة استقصائية غير رسمية حديثة على الإنترنت أجراها



سنتيا خوري: المجتمعات الذكورية تصور العادة الشهرية على أنها حالة أقرب إلى القذارة

صناعة القوط تحارب فقر الدورة الشهرية

صناعة القوط تحارب فقر الدورة الشهرية

صناعة القوط تحارب فقر الدورة الشهرية

صناعة القوط تحارب فقر الدورة الشهرية



صناعة القوط تحارب فقر الدورة الشهرية



في الكثير من البلاد العربية تمر الكتب المدرسية بسرعة على موضوع الدورة الشهرية سواء أكان ذلك في مادة العلوم، أم في مادة التربية الدينية



وتناقش نساء مسلمات عبر وسائل التواصل الاجتماعي التحديات المتعلقة بالأكل أثناء الدورة الشهرية خلال شهر رمضان.

وأشار البعض إلى أنهم يخشون بعيدا عن الأقارب الذكور لتجنب التعرض للإحراج أو الإضرار إلى الكتب حيال الدورة الشهرية.