

يَدٌ كَبِيرَةٌ.. كَبِيرَةٌ جَدًّا

هنا أسامة أحمد
آلاء الجعبري



يَدٌ كَبِيرَةٌ..
كَبِيرَةٌ جَدًّا





© مؤسسة تامر للتعليم المجتمعي.
نشر هذا الكتاب لأول مرة باللغة العربية في فلسطين، 2026.

© جميع حقوق الطبع محفوظة للناشر.
لا يجوز إعادة طباعة الكتاب أو ترجمة أو نقل أي أجزاء منه بأي شكل من
الأشكال إلا بإذن خطي مسبق من الناشر.

الطبعة الأولى 2026

info@tamerinst.org

www.tamerinst.org

إعداد النص: هناء أسامة أحمد
رسومات: آلاء الجعبري

بالشراكة مع:
شبكة الحماية من الاستغلال والاعتداء الجنسيين ومؤسسة تامر للتعليم المجتمعي



الحماية
من الاستغلال
والاعتداء
الجنسيين

ISBN: 978-9950-27-164-7

يَدُ كَبِيرَةٍ.. كَبِيرَةٌ جَدًّا

هناء أسامة أحمد آلاء الجعبري



يَدُ جَدِّي كَبِيرَةٌ
مَلِيئَةٌ بِالْخُطُوطِ، خَشِنَةٌ،



حِينَ أَمْسُكُهَا أَعْرِفُ مَعْنَى كَلِمَةِ حَظٍّ،
عِنْدِي جَدٍّ...



يَدُ بابا أَيْضاً كَبِيرَةً،
تَضَعُ أَصَابِعَهُ عَلَى يَدَيِ بُلُطَفِي
حِينَ نَقْطَعُ الشَّارِعَ مَعاً
تُصْبِحُ السَّيَّارَاتُ بَعِيدَةً جِداً
أَشْعُرُ بِالْأَمَانِ.







يَدُ مَا مَا حَنُوءَةٌ، دَافِئَةٌ
وَحِينَ تَضَعُ يَدَهَا السَّحَرِيَّةَ
فِي شَعْرِي أَنَامِ،
أَحْلُمُ أَحْلَامًا جَمِيلَةً،
أَخُوضُ مُغَامِرَاتٍ رَائِعَةً
كَمَا لَوْ أَنَّنِي فِي مَمْلَكَةِ
الْحِكَايَاتِ الْعَجِيبَةِ.





لَكِنْ،
أحياناً... هناك يدٌ لا أُحِبُّهَا
حينَ أَقِفُ في الطَّابُورِ
الطَّويييييلِ
أشعرُ بِهَا من وَرَائِي



عِنْدَمَا تَأْتِي الْيَدُ، تُصْبِحُ قَرِيبَةً جِدًّا... جِدًّا...
جِدًّا

تُخِيفُنِي

يَدُقْ قَلْبِي، بِمِ بِمِ بِمِ

يَرْفُضُهَا جَسَدِي

"עוונותינו".



أركض، وأركض
في رأسي
تلاحقني اليد، تريد لمسي



فَأَرْكُضْ أَسْرَعَ اتِّجَاهَ شَخْصٍ يَسْتَمِعُ لِي
وَيُشْعِرُنِي بِالْأَمَانِ.

هَذِهِ الْيَدُ، لَا تُشَبِّهُ يَدَ أُمِّي
وَلَا يَدَ أَبِي .. وَلَا حَتَّى يَدَ جَدِّي
يَدَ لَا أَعْرِفُهَا، وَلَا أَحِبُّهَا



هَذَا جَسَدِي لِي

لا يَجُوزُ لِأَيِّ أَحَدٍ أَنْ يَلْمَسَنِي،
لا مُعَلِّمِي، لا طَبِيبِي، ولا عامِلُ الإِغَاثَةِ
الَّذِي يُعْطِينِي المَاءَ والطَّعَامَ...

يُمْكِنُنِي أَنْ أَقُولَ لا لِلْمَسِ
الَّذِي لا يُشْعِرُنِي بِالرَّاحَةِ





هَذَا جَسَدِي لِي

لِي ..

لِي ..

لِي ..





الأصدقاء الأعزّاء .. صِغاراً وكِباراً

نَضَعُ بَيْنَ أَيْدِيكُمْ هَذِهِ الْقِصَّةَ "يَدٌ كَبِيرَةٌ، كَبِيرَةٌ جَدًّا" الَّتِي اسْتُلْهِمْتُ مِنْ وَرَشَاتِ كِتَابَةِ إِبداعِيَّةٍ وَتَفْرِيعِ نَفْسِي، عَقَدْتُهَا الْمُتَيَسِّرَةَ/الكَاتِبَةَ هُنَاءَ أَحْمَدَ، وَآخَرُونَ مِنْ فَنَّانِينَ وَفَنَّانَاتٍ، مَعَ مَجْمُوعَاتِ أَطْفَالٍ فِي الصِّفَّةِ الْغَرِبِيَّةِ وَقِطَاعِ غَزَّةَ، حَيْثُ شَارَكْنَا الْأَطْفَالَ خِلَالَهَا تَجَارِبَهُمْ مَعَ النِّزَوحِ وَمَخَافَتِهِمْ كَذَلِكَ.

وَنَحْنُ إِذْ نُشَجِّعُ الْأَهَالِي وَالْأَطْفَالَ عَلَى مَزِيدٍ مِنَ التَّوَاصُلِ حَوْلَ تَجَارِبِ الطَّوَابِيرِ وَالزَّحْمَةِ الَّتِي عَاشَوْهَا مُؤَخَّرًا خِلَالَ الْحَرْبِ وَالنِّزَوحِ فِي الصِّفَّةِ وَقِطَاعِ غَزَّةَ؛ فَإِنَّ الْغَايَةَ الْأَسَاسِيَّةَ مِنْ هَذِهِ الْقِصَّةِ، هِيَ تَمْكِينُ الْأَطْفَالِ مِنْ بِنَاءِ مِيعَارٍ دَاخِلِيٍّ لِلأَمَانِ، وَفَهْمِ أَنَّ الشُّعُورَ بِعَدَمِ الْارْتِيَاكِ إِشَارَةٌ تَسْتَحِقُّ الْإِصْغَاءَ، وَأَنَّ طَلِبَ الْمُسَاعَدَةِ حَقٌّ لَا يَتَعَارَضُ مَعَ الْقُوَّةِ وَالْكَرَامَةِ.





تَحَدَّثْ مَعَ وَالِدَتِكَ، أَوْ وَالِدِكَ، أَوْ جَدَّتِكَ، أَوْ خَالَتِكَ أَوْ
عَمَّتِكَ، أَوْ أَيِّ شَخْصٍ بَالِغٍ يَتَوَلَّى رِعَايَتَكَ.

تَحَدَّثْ مَعَ شَخْصٍ بَالِغٍ آخَرَ فِي مَدْرَسَتِكَ أَوْ مَجْتَمَعِكَ
تَشْعُرُ بِالْارْتِيَا ح مَعَهُ.

إِذْ كَانَ بِإِمْكَانِكَ اسْتِخْدَامُ الْهَاتِفِ، يُمَكِّنُكَ الْاِتِّصَالُ
بِمُرْشِدٍ/ةٍ نَفْسِيٍّ/ةٍ عَلَى خَطِّ مَسَاعِدَةِ "سوا" 164،
بَدْعٍ مِّنْ شَبَكَةِ الْحِمَايَةِ مِنَ الْاِسْتِغْلَالِ وَالْاِعْتِدَاءِ
الْجَنْسِيِّنَ/"سَدِّ". نَحْنُ هُنَا لِنَسْتَمَعَ إِلَيْكَ وَنُسَاعِدَكَ.



شَارِكُونَا أَفْكَارَكُمْ وَآرَاءَكُمْ عَبْرَ الْبَرِيدِ الْإِلِكْتُرُونِيِّ حَوْلَ

الْقَضَايَا أَدْنَاهَا:

info@tamerinst.org

مَاذَا يَحْدُثُ لِمَخَاوِفِنَا عِنْدَمَا نَتَحَدَّثُ

عَنْهَا مَعَ شَخْصٍ بَالِغٍ نَتَقُّ بِهِ؟





إِذَا كَانَ لَشَعْرِكَ صَوْتُ مَعِينٍ،
فَكَيْفَ سَيَكُونُ؟

وَإِذَا كَانَ لَهُ لَوْنٌ، فَأَيُّ لَوْنٍ
سَيَكُونُ؟



لِنلَوْن مَعَا!





مِسَاحَةُ الْخَزِيرَةِ

مِن حَقِّي أَنْ أَشْعَرَ بِالْأَمَانِ وَالِاخْتِرَامِ.

أَنَا ذَكِيٌّ وَقَوِيٌّ.

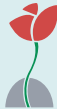
جَسَدِي مِلَكِي، وَأَنَا قَادِرٌ عَلَى حِمَايَتِهِ.

يُمْكِنُنِي التَّحَدُّثُ مَعَ شَخْصٍ بَالِغٍ يَمْنَحُنِي
الشُّعُورَ بِالْأَمَانِ وَيَسْتَمِعُ إِلَيَّ.

ISBN 978-9950-27-164-7



9 789950 271647



مؤسسة تامر للتعليم المجتمعي
Tamer Institute for Community Education



يونسف
لكل طفل



الحماية
من الاستغلال
والاعتداء
الجنسيين