

بيننا وبينكم

كيف نصنع الحماس؟

عدوية الهلالي

في المرحلة المتوسطة. كنا انا ومجموعة من زميلاتي نهوى المطالعة الخارجية. ذات يوم فكرت احدانا في تأسيس رابطة للمطالعة يكون مقرها مكتبة المدرسة التي كانت محشوة بالكتب الدسمة وتديرها امينة مكتبة تشبه دودة الأرضة التي لتهم الكتب.. في الحال دبت الحماسة في الجميع فاقترحت واحدة اسما للرابطة وشرحت صاحبة الفكرة الأسلوب الذي سيتم بموجبه مناقشة الكتب التي سنقرأها واقترحت الثالثة نوعية الكتب التي ستجري مناقشتها.. ولم يمر اسبوع حتى اجتمعت الرابطة ووضعت لها اسلوبا للعمل وتطورت الفكرة بسرعة لتصبح مشروعاً جميلاً اثنت عليه ادارة المدرسة واجتذبت هاويات المطالعة من طالبات المدرسة...

في المرحلة الاعدادية، اقترح احد اشقائي ان نعمل بما نمتلكه من خبرات ومواهب بسيطة على اصدار مجلة.. لم تكن فنون الكمبيوتر ولامواقع الانترنت التي تسهل مهام الإعلاميين حالياً موجودة آنذاك لكن الفكرة وجدت فوراً من يتلقاها بحماس ويصنع منها حقيقة واقعة.. بعد اشد شقيقي يرسم ويصمم اغلفة المجلة ولم نلبث ان تحولنا جميعاً نحن الأشقاء وجيراننا من مدينتنا في مدارسنا الى مجلة تحرير مصغرة فتولّى من يحب القلم كتابة واحدة وتولى هاوى الشعر كتابة قصيدة وارتأت جارتنا ان تعد صفحة للفتيات ضمنتها معلومات

جمعتها من الصحف والمجلات وجمعت لها صوراً مناسبة ولم يفنتنا طبعاً اعداد صفحة تسلية ولدى انجاز مجلتنا بجهود يدوية خالصة سلمناها الى دار الثقافة الجماهيرية التي كانت فرعها منتشرة في كل المحافظات ليقراها مرتادي الدار من الاطفال والأحداث...

لم اقصد من سردي هذه الأحداث المقارنة بين الماضي والحاضر من حيث تطور التقنيات او الاهتمامات بل من حيث الحماسة المقفودة حالياً.. هل سمع احدهم مؤخرًا مقترحاً من اولاده يشبه ما سبق وتحسن له كما كنا نفضل وانجزه معهم ان لم ينجزونه بانفسهم؟.. اظن ان الاجابة ستكون (كلا) في الغالب لأننا ما عدنا نمتلك الحماسة التي تحرك المجتمعات وتطورها منذ ان ربطتنا سلاسل " العيشة " الى جدار الملل وصار اولادنا ضحية لماراثون نشارك فيه رغمين دون محاولة التوقف لالتقاط انفاسنا، فمن يتوقف يوماً، سيقصر في دفع قسط مولدة الشراخ او تكاليف الوقود او اجور خطوط النقل وغير ذلك كثير...

المشكلة ان اولادنا انفسهم لا يمتلكون تلك الحماسة رغم امتلاكهم مفردات الحضارة الحديثة فسرعان ما يملون اي مشروع يتحمسون له وينقلون الى سماع اغنية جديدة او ملاحقة العاب الكومبيوتر او اي شيء آخر يطفئ حماسهم الى بذل جهد اضافي مهما كانت النتيجة التي تصدر عنه...

خطوات لمساعدة الاطفال على تجاوز الخوف من المرحلة الابتدائية؟

تختلف مرحلة الحضنة عن المرحلة الابتدائية، إذ ان المطلوب من الطفل الجلوس على مقعد برسماسة والتركيز لساعات طويلة، ولم يعد لديه الحق في ان يدور في الصف لينشط رجليه كما كان مسموح له في



العام المنصرم او يخرج من الصف ساعة يحب... يتعلم الطفل في المرحلة الابتدائية متعة التعلم لكنه يعاني احيانا من الخوف ويبيكي حين تفارقه والدته

محمّد /طالب دكتوراه قال: وجودي في الدراسات العليا سببه الرد على طموحات الفتاة التي احبها وانوي الزواج بها... ربما هي منافسة مشروعة ينظر من لا يعرف ماهية تفكير حبيبي لكنني اراها على العكس من ذلك تماماً فقدرتبطت عاطفياً بفتاة اثناء وجودنا في الجامعة على امل ان نتزوج لكن ظروف الابدال لم تتح لنا الفرصة فتأجل الزواج. مارست عملاً تجارياً بينما التحقت الفتاة بدراسة الماجستير وبعد تخرجها صارت تنظر لي بمستوى اقل منها.. فقررت الألتحاق بالماجستير وانهيته في حين التحقت فتاتي بالدكتوراه وهائنا التحق بها وكلما حاول تقديم موعد الزواج تعمل على تأجيله... حاولت هجرها لكنني احبها لذا قررت الرد عليها بطريقة الانتصار علمياً والحمد لله اري ان وسيلتي في المواجهة تلقى نجاحاً...

الشباب عزت /طالب جامعي، قال: بصراحة ابحث عن فتاة جميلة وغير مهم ان تكون ذكية ام لا. والمرأة الذكية تصبح قنبلة موقوتة من المشاكل... فتراها تؤول لا يعرف ماهية تفكير حبيبي لست مستعداً للمفصّلات.. وأنا اريد العيش بسلام وحب مع امرأة جميلة... اثناء التي تقصدونها هي المرأة التي تناقش الرجل وتجاهله وتحاول فرض رغباتها وأرائها عليه... عماد /مهندس، يقول: لا يههم ان تكون جميلة او ذكية بل المهم عندي ان تكون حسنة السيرة ومن عائلة جيدة وسعمتها طيبة، لأن مسألة الجمال والذكاء هي مسألة نسبية عندني... وبصراحة اقول ان الحصول على امرأة تقيّة ورزينة وشريفة اعده اكبر مكسب اليوم في ظل الظروف الصعبة التي يعيشها المجتمع... لأن هذه الظروف تشجع على ارتكاب

الخطأ... لذا لا بد لشباب اليوم ان يحرصوا على انتقاء امرأة المستقبل بعيداً عن الأفكار التي لا تفني ولا تسمن... علي محسن / طبيب قال: انا لي شرط مهم هو ان تكون ذكية ومتعلمة وتحمل شهادة جامعية او علياً من أجل ان تكون افكارنا متقاربة وتفهمني وتعيني على تكوين اسرة صالحة ومتقفة لأن ذلك سينعكس ايجابياً على ابنائنا الذين سيجدون أجواء العلم والثقافة منتشرة في اروقة المنزل مما يحفزهم على الأرتقاء بذكائهم من أجل تحقيق التفوق في دراستهم....

الشروط... وعموماً، نتمنى لكل شبابنا ان يعيشوا على مبتغاهم ويقدموا على الزواج وأن يضعوا في حسابناهم دائماً ضرورة اختيار المرأة التي تقف معهم في مواجهة مصاعب الحياة وتساندهم

بالقناعة والصبر وكل ما يستمر ولايزول فالجمال وحده زائل لامحالة والذكاء وحده لا يدوم الحياة الزوجية اذا لم تحسن المرأة استغلاله او استخدمته سلبياً....



بالقناعة والصبر وكل ما يستمر ولايزول فالجمال وحده زائل لامحالة والذكاء وحده لا يدوم الحياة الزوجية اذا لم تحسن المرأة استغلاله او استخدمته سلبياً....

خفي وزنك بشرب الماء

هي شرب المزيد من الماء. كذلك الأمر في ما يتعلق بزيادة استهلاك ملح الطعام، فهو يؤدي الى نفس أعراض الانتفاخ، ولا يمكن التخلص منها الا بشرب المزيد من الماء. وأخيراً... ان الماء يساعد على شد العضلات ويمنع الجلد من الترهل والجفاف، لاسيما بعد فقدان الوزن... فاذا كنت مهتمة بوزنك عموماً او كنت تمارسين الرجيم حالياً فليك شي تناول كميات كافية من الماء تقدر بحوالي لترين، اي ما يعادل 8 أقداح، وتزداد هذه الكمية مع زيادة الوزن، بنسبة قرح واحد لكل ١٢ كيلو جراماً من الوزن الزائد....

هل تعلمين ان زيادة شرب الماء تساعد على انقاص مخزون الشحوم في الجسم... والعكس صحيح ايضاً، فقلة شرب الماء تؤدي الى زيادة خزن الشحوم وبالتالي زيادة الوزن... وقللة الماء تعرق عمل الكلية وتقلل من قدرة الكبد على حرق الشحوم، وهذا مما يؤدي الى خزن الشحوم غير المرغوب في داخل الجسم... من ناحية، ان قلة شرب الماء تؤدي الى الاصابة بحالة احتباس السوائل في الجسم، التي تظهر بصورة انتفاخات مظهرها، ودوافع، والتفسيرات النظرية لهذه الظاهرة السلوكية. وهناك تفسيرات لاهم تصنيفات وأشكال السلوك الذي يوصف بأنه عدواني - او عنيف- ودوافع هذا السلوك واسبابه، والنظريات او التفسيرات النظرية التي قدمت في هذا المجال. وبعد ذلك يمكن ان تتم الإجابة المقترحة لسؤال الذي يراود اغلبنا.

مظاهر السلوك العدواني (العنيف): لقد صنف فيلسون مظاهر السلوك العدواني (العنيف) فهو يرى أن الفرد يمكن أن يلجأ للوسائل التالية للتعبير عن عدوانه: - وسائل لفظية (مباشرة) مثل السب والتهديد. - وسائل بدنية مثل القرص والعض والصفع والمكّم والرفس. - وسائل لفظية غير مباشرة مثل الغيبة والنميمة (Felson, ٢٠٠٢). وميز هذا الباحث بين العدوان الوسيلي- Aggression Instru- mental والعدوان البين شخصي Interpersonal Aggression. فقد عرف العدوان الوسيلي على أنه وسائل لتحقيق غايات وليس غاية في حد ذاته. و يعرف العدوان البين شخصي على أنه "أي مظهر من مظاهر السلوك التي تتضمن نية اإيذاء شخص آخر" (Felson, ٢٠٠٢). أما (باربرا كراه) فقد قدمت تصنيفاً أكثر شمولية للسلوك المضطرب إلى الأفراد او الممتلكات لأغراض التدمير أو العقاب أو السيطرة". كما تقدم تعريف آخر للعدوان المادي. فهي تعرف العنف على أنه "توجيه القوة المضطربة إلى الأفراد او الممتلكات لأغراض التدمير أو العقاب أو السيطرة". كما تقدم تعريف آخر للعنف باعتباره "الاعتداءات المادية المسببة للضرر التي تعتبر غير مشروعة اجتماعياً على أي وجه من الوجوه" (Barbara Krahe, ٢٠٠١). ويقرر فيلسون أن مصطلح العنف Violence يستخدم للإشارة إلى الأفعال التي تتضمن التهديد أو ممارسة الوسائل البدنية للتعبير عن العدوان، كما قد يستخدم العنف أو أشكال العدوان الأخرى لإيذاء

التي يطلب منه توقعها، ففي هذه السن يعمل الطفل بجهد كي يسعد والديه، ويخجل من الشعور بأنه "خارج من المألوف ...". وعدم تصيد فترة القراءة حتى المساء فيوم الطفل كان متعباً ويجب عدم ارباغه على تعلم اسلوب جديد للقراءة اذا لم يكن مستعداً لذلك فهذا الأمر يرهكه... الانتباه الى صحته عن طريق وضع برنامج يومي منظم لما يأكله من اغذية صحية، فهذا ضروري من أجل جعله يستوعب دروسه بشكل جيد... ومنحه وقتاً للاستجمام كالسباح له بممارسة الرياضة كي يطلق مكنوناته، شرط عدم الأكتثار من النشاطات خارج اطار المدرسة، فالطفل في حاجة الى الراحة والى وقت الفراغ الذي يشعره بالحرية...

لذا يمكن للأهل اتباع الوسائل التالية لمساعدته على تجاوز صعوبات هذه المرحلة: -طمأنة الطفل وتشجيعه والتأكيد له انه سوف ينجح. فالطفل يتعجل في تعلم القراءة والكتابة والعد، لذا يجب ان يمنح الأهل الأدهم الثقة بأنفسهم وعدم اظهار توترهم... حضور اجتماعات الأهل التي تعقدتها ادارة المدرسة مع بداية العام الدراسي، فهذا الأمر يظهر للطفل مدى اهتمام الأهل بدخوله المدرسة... بمساعدته من أجل الاستقلال الذاتي والأتكال على نفسه كأن يغتسل دون مساعدة احد ويرتب غرفته. فهكذا يتعلم ان يأخذ على عاتقه تحمل اعباء المدرسة... الاهتمام بما ينجزه والأطلاع على دفاتره وتهنئته عندما يتلقى تقديراً من المعلمة وتوقيع الأوراق المدرسية

عندما تكون الأجواء التي يعيشها افراد مجتمع كمتحمنا العراقي مشحونة بعنف وارهاب مخطط لهما من قبل دول عديدة وقوى تحاول ان تهدم هذا البناء العظيم وهذا النسيج الرائع من مكونات الطيف الذي ظل وعلى مدى التاريخ متمسكا بهويته الوطنية ، فلا بد ان يكون لهذا العنف تأثير سجاء داخل الاسرة ، كما هو الحال في كل المجتمعات التي عانت وتعانى من تصاعد وتيرة العنف لاسباب متعددة...

العنف الأسري في مجتمعاتنا .. أسبابه ودوافعه

ان علماء النفس والمهتمين بهذه المواضيع قدموا كل ما لديهم من دراسات وتفسيرات لظاهرة العنف الاسري ولم تقتصر مجالاتهم في البحث عن دوافع أو أسباب العدوان على العوامل النفسية أو الاجتماعية، أو الفيزيائية بل امتدت -تحت تأثير الكثير من النظريات والتوجهات النظرية- لتشمل الجوانب البيولوجية أيضاً، وبصفة خاصة تأثير الهرمونات. وفي هذا الصدد أظهرت نتائج بعض الدراسات التي اهتمت بجذور العدوان وجود ارتباط بين مستوى الهرمونات الذكورية؛ والسلوك العدواني، وينطبق هذا على الذكور والإناث (Hugh Wagner, ١٩٩٩). وبقصد ظهرت الدراسات والمحاولات التفسيرية كانت الغاية منها وضع أنماط لضحايا العنف المنزلي أوالأشخاص المهتمين في إطار العنف المنزلي، كدراسة شازوأخرون (Chase et.al, ٢٠٠١)، التي قدمت نموذجاً يصنف الأزواج العنيفين إلى فئتين: هما: النمط التفاعليReactive والنمط المبادر Proactive. اللذان يعتمدان على بعض الأبعاد هي: الضالعية والشخصية والعنف في الأسرة الأصلية للزوج، وأظهرت النتائج أن النمط المبادر كان أكثر سيطرة وأقل غضباً أثناء التفاعل مع الزوجة خلال العشرة دقائق الأولى، أكثر عدوانية سيكوباتية وأقل اعتمادية. وبعد مراجعة المحاولات السابقة لتتميط الأزواج اللذان يوجهون العنف ضد زوجاتهم، توصلت أمي هولزورث (Amy Holtzworth, ٢٠٠٠) إلى ثلاث أنماط هي:

١- نمط المعتدين في نطاق الأسرة فقط. ٢- نمط المعتدين بوجه عام. ٣- نمط المعتدين الذين يعانون من اضطرابات في الشخصية. كما أجريت عدة دراسات تتبعية حول هذا الموضوع، منها الدراسة التي أجراها كويجلي وليونارد (Quigley and Leonard, ١٩٩٦)) لفحص معدلات ترك الأزواج العدوانيين للسلوك العدواني على مدى الثلاث سنوات الأولى من الزواج. أظهرت النتائج أن ربع هؤلاء الأزواج العدوانيين توقفوا عن هذا السلوك خلال العامين الثاني والثالث من الزواج. اختلفت معدلات التوقف عن العدوان تبعاً لاختلاف نمط العدوان حيث توقف الذين قاموا باعتداءات بسيطة أو نادرة في السنة الأولى عن العدوان في السنتين التاليتين، حين استمر الذين قاموا باعتداءات بأفعال عدوانية شديدة في السنة الأولى بالاستمرار في نفس السلوك خلال السنتين التاليتين. ففي دراسة قام بها فريترز وأولباري (Fritz and O'Leary, ٢٠٠٤)، لم

العنف الأسري في مجتمعاتنا .. أسبابه ودوافعه

د. رضا الموسوي

ر: من حيث نوع الضرر: مادي (أو بدني) مقابل نفسي. ح- من حيث طول مدة العواقب: مؤقتة مقابل طويلة المدى. ط- من حيث الوحدات الاجتماعية المتضمنة: أفراد مقابل جماعات (كراه) شكلاً خاصاً من أشكال العنف يطلق عليه العنف البنيوي Structural Violence يشير الى الظروف المجتمعية التي تنطوي على عواقب ضارة لجماعة اجتماعية معينة، إذ يظهر مثل هذا العنف البنيوي في الأنظمة الاجتماعية التي تعاني من الظلم وعدم المساواة، مثال ذلك الظروف التي تركز القوة في أيدي الرجال مما يجعل النساء يفقدن الحماية من الانتهاكات المختلفة لحقوقهن المستهدف بدنياً أو نفسياً أو مادياً. وهنا ثمة سؤال يراود الأغلبية منا مضاده ما الفرق بين مصطلح العدوان ومصطلح العنف؟ واقول بادئ ذي بدئ ان الإجابة على هذا السؤال لا تتم إلا في ضوء: مظاهر، ودوافع، والتفسيرات النظرية لهذه الظاهرة السلوكية. وهناك تفسيرات لاهم تصنيفات وأشكال السلوك الذي يوصف بأنه عدواني - او عنيف- ودوافع هذا السلوك واسبابه، والنظريات او التفسيرات النظرية التي قدمت في هذا المجال. وبعد ذلك يمكن ان تتم الإجابة المقترحة لسؤال الذي يراود اغلبنا.

شخصية واجتماعية خطيرة (Irene, Belaga, ٢٠٠٤). ومما لا شك فيه ان هذه الظاهرة موجودة منذ قديم الزمان، بعبارة أخرى، لا تعتبر ظاهرة حديثة، ولكنها لم تظهر على السطح بالبحاح إلا في سياق المد الجديد لتيارات عدة من أهمها: المساواة Feminism، والمناداة بحقوق الإنسان بوجه عام، وحقوق المرأة والطفل بوجه خاص، والمناداة بمناهضة التعصب والتحيز والتمييز بكافة أشكاله، والمطالبة بالمساواة بكافة أشكالها لبعض الفئات التي من ضمنها النساء. ونتيجة لذلك، تغيرت نظرة المجتمعات الحديثة للعنف المنزلي تغيراً دراماتيكياً، ولم يعد ينظر إليه على أنه مسألة خاصة بين الزوجين (Leticia Chavez, ٢٠٠٤). ورغم أهمية وخطورة ظاهرة العنف بين الزوجين، فإن هنالك حدودها بسبب عدم التقاطع على تعريف دقيق للعنف، وقد يرجع ذلك لتداخل مفهوم العنف مع بعض المفاهيم الهامة الأخرى مثل العدوان والقهر والإكراه، كما قد يرجع لتعدد مظاهر العنف (بدني، نفسي، جنسي... على سبيل المثال)، ولا ننسى قضايا دوافع العنف، ومدى مشروعيته بوصفها قضايا جدلية تزيد من صعوبة الاتفاق على تعريف محدد له. ولعل من أهم المحاولات التي أجريت للتمييز بين العدوان والعنف ما قامت به كراه التي اعتبرت مصطلح العنف نمط فرعي Subtype من أنماط العدوان يقصد به أشكال العدوان المادي. فهي تعرف العنف على أنه "توجيه القوة المضطربة إلى الأفراد او الممتلكات لأغراض التدمير أو العقاب أو السيطرة". كما تقدم تعريف آخر للعنف باعتباره "الاعتداءات المادية المسببة للضرر التي تعتبر غير مشروعة اجتماعياً على أي وجه من الوجوه" (Barbara Krahe, ٢٠٠١). ويقرر فيلسون أن مصطلح العنف Violence يستخدم للإشارة إلى الأفعال التي تتضمن التهديد أو ممارسة الوسائل البدنية للتعبير عن العدوان، كما قد يستخدم العنف أو أشكال العدوان الأخرى لإيذاء

عندما تكون الأجواء التي يعيشها افراد مجتمع كمتحمنا العراقي مشحونة بعنف وارهاب مخطط لهما من قبل دول عديدة وقوى تحاول ان تهدم هذا البناء العظيم وهذا النسيج الرائع من مكونات الطيف الذي ظل وعلى مدى التاريخ متمسكا بهويته الوطنية ، فلا بد ان يكون لهذا العنف تأثير سجاء داخل الاسرة ، كما هو الحال في كل المجتمعات التي عانت وتعانى من تصاعد وتيرة العنف لاسباب متعددة...

د. رضا الموسوي

عندما تكون الأجواء التي يعيشها افراد مجتمع كمتحمنا العراقي مشحونة بعنف وارهاب مخطط لهما من قبل دول عديدة وقوى تحاول ان تهدم هذا البناء العظيم وهذا النسيج الرائع من مكونات الطيف الذي ظل وعلى مدى التاريخ متمسكا بهويته الوطنية ، فلا بد ان يكون لهذا العنف تأثير سجاء داخل الاسرة ، كما هو الحال في كل المجتمعات التي عانت وتعانى من تصاعد وتيرة العنف لاسباب متعددة...



تعريفاً موجزاً يراعى بعض الاعتبارات كالتية من قبل القائم بالعدوان وعدم تقبل العدوان من قبل الواقع عليه الفعل- حيث اقترحا ان يستخدم مصطلح العدوان لوصف "اي شكل من أشكال السلوك يوجه بهدف إلحاق الأذى أو جرح كائن حي آخر تكون لديه الدوافع لتجنب مثل تلك المعاملة"

الهرب أو إهبات الوجود (Michael Argyle, ١٩٩٤).