Egyptian Phychologists Association EPA

رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)

النشـرة الاعلاميـة

أفريـــــل 2009

www.eparanm.org

eparanm@gmail.com

www.arabpsynet.com/journals/PQ/ranmBulAp09.pdf

للمحرر كلمة

وصل للنشرة عدد من الرسائل من الزملاء أعضاء الرابطة وهم : الزملاء حسام كمال محمد ومحمد إبراهيم كمال من بنى سويف ومحمود عادل تحمل هذه الرسائل تعليقات واقتراحات مفيدة للرابطة تدور حول عقد دورات تدريبية . والرسالة المطولة من الزميل حسام كمال محمد تحمل اقتراحات هامة ومفيدة . ويمكن القول ان مهنة الأخصائى النفسى الذى يقدم الخدمة النفسية لمن يحتاج إليها هى مهنة مثل أى مهنة أخرى لها متطلبات من معرفة علمية وتدريب وخبرة عملية تقوم على الممارسة لهذه المهنة . ولذلك إذا أقتنع الأخصائى النفسى بمهنته وأحبها ثم سلح نفسه وأعدها إعدادا علميا ومهنيا ، مع قدر من الصبر والمثابرة على ما يواجهه من معوقات ومشاكل فى هذا الخصوص ، سوف يقنع رؤسائه فى العمل بفائدة الخدمة النفسية لمجال العمل ويجعلهم يتعرفون على مهنته وعلى ما يمكن أن يؤديه لعمله والمؤسسة التى يعمل فيها .

وفيما يتعلق بالندوات الثقافية والدورات التدريبية ، فلقد قامت الرابطة بعقد ندوات ثقافية متخصصة لمجالات الخدمة النفسية المختلفة وأرى أن هذه الندوات يمكن ان تفيد غير المتخصصين مثل المسئولين فى المؤسسات المختلفة فى مجالات الخدمة النفسية المختلفة (مثل السجون ، المدارس ، المستشفيات النفسية ، مؤسسات زو الاحتياجات الخاصة ...) وأقترح عقد مثل هذه الدورات ، ويمكن ان يعمل مجلس الإدارة الجديد على دراسة هذا الاقتراح ... على أن يتقدم العدد الكافى لعقد الدورة . وفيما يتعلق بنشر الميثاق الاخلاقى للأخصائيين النفسيين ، أقترح أن توفر إدارة الرابطة أعداد منه لترسل لمن يطلبه ، مع إمكانية نشره أيضا فى أعداد النشرة تباعا .

وفى النهاية أقدم شكرى الجزيل إلى كل من أرسل باقتراح إلى النشرة كما أرجو أن يستمر التواصل بين أعضاء الرابطة والنشرة ومجلس الإدارة .

د . مصطفى تركى

مجلس إدارة الرابطة

1-	د. السيد عبد القادر زيدان	رئيسا
2-	أ. محمود حسين نصر	نائبا للرئيس ومديرا تنفيذيا
3-	د. مصطفى أحمد تركى	أمينا عاما
4-	أ. على شعبان الشيمى	أمينا للصندوق
5-	د. حسن أحمد عيسى	عضوا
6-	د. صفوت فرج	عضوا
7-	أ. عصمت عبد المنعم الوصيف	عضوا
8-	د. محمد نبيل عبدالحميد	عضوا
9-	أ. مروة عبد القادر البرى	عضوا

النشرة الإعلامية

المشرف العام : محمود نصر

رئيس التحرير : د . مصطفى تركى

لجنة التحرير : د.حسن عيسى

نهى صلاح الدين – تامر جمال الدين

مراسلات النشرة

على عنوان الرابطة

5 شارع امتداد رمسيس

أبراج الملتقى بميدان العباسية

برج (د) دور (4) شقة (4) القاهرة 11381

تليفون وفاكس : 2 40 44 755

2 40 44 788

2 40 44 825

لإرسال فاكس : داخلى 105

الإدارة التنفيذية للرابطة والتليفونات الداخلية للاتصال :

محمود نصر مديرا (103)، والمساعدون : **كامل بهجات:** لشئون الحسابات والبنك واستلام المقبوضات والصرف (108)، **نهى صلاح الدين :** لشئون مجلس الإدارة والجمعية العمومية والعهد والأنشطة المتنوعة (101)، **حسام محمد عثمان** لشئون الأعضاء وسكرتارية مجلة دراسات نفسية (102)، **ريهام عيسى:** لشئون بحوث الحاسب الآلى ومجلة دراسات عربية فى علم النفس (106) ، **تامر جمال الدين :** للجمع على الحاسب الآلى ومبيعات الكتب (107) ، **أحمد عبد البديع :** للجمع على الحاسب الآلى (107)

البريد الإلكترونى : eparanm@g *mail.com*

موقع الرابطة على الإنترنت : http://www.eparanm.org

مواعيد العمل بالرابطة : مساءً من الساعة 4.00 إلى الساعة 9.00 ماعدا الخميس والجمعة

الحساب الجارى للرابطة : فى البنك الأهلى المصرى فرع رمسيس : (01/11180) بالجنيه المصرى ، (11/11186) بالدولار – الحساب الجارى للرابطة فى مكتب بريد العباسية : (50334) .

أنشطة العمل بالرابطة

أ- الجمعية العمومية للرابطة :

تم عقد اجتماع الجمعية العمومية العادية للرابطة يوم 2009/4/29 وتفاصيل أكثر عن هذا الاجتماع ص (5) من هذا العدد ، كما أن تقرير مجلس الإدارة عن عام 2008 المقدم فى هذا الاجتماع على صفحات(6 ، 7 ، 8) من هذا العدد .

ب - اللقاءات الثقافية : نظمت اللجنة الثقافية اللقاءات الثقافية الآتية :

- محاضرة للدكتور خليل فاضل بعنوان : كيف نجعل المستحيل ممكنا فى علاج الأمراض النفسية يوم 2009/3/14 و ملخص لهذه المحاضرة وما دار فيها فى العدد القادم من النشرة .
- محاضرة للدكتور حسين عبد القادر بعنوان : صلاح مخيمر .. العالم الإنسان يوم 2009/3/28 وملخص لهذه المحاضرة وما دار فيها فى العدد القادم من النشرة .
- محاضرة للدكتور عبد الله سليمان بعنوان : الحب فى عيون علم النفس يوم 2009/4/4 وملخص لهذه المحاضرة وما دار فيها ص (9) من هذا العدد .
- محاضرة للدكتور عصام عبد الله بعنوان : الخرس الزوجى والطلاق المعنوى يوم 2009/4/11 وملخص لهذه المحاضرة وما دار فيها ص (11) من هذا العدد .

ج - الدورات التدريبية : عقدت لجنة التدريب الدورات الآتية :

- دورة عن أساليب المعالجة الإحصائية للبحوث واستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss لمدة 4 أيام من 2009/3/15 حضرها 7 من الدارسين وقام بالتدريب د. إبراهيم شوقى .
- دورة عن أساليب علاج الإدمان لمدة 3 أيام من 2009/3/29 حضرها 7 من الدارسين وقام بالتدريب د. علاء فرغلى .
- دورة عن تشخيص الاضطرابات النفسية للأطفال ونماذج لعلاج المخاوف المرضية ونقص الانتباه وفرط الحركة لمدة 4 أيام من 2009/4/5 حضرها 12 من الدارسين وقام بالتدريب د. إيمان القماح .

د - أنشطة أخرى :

- استقبلت الرابطة وفدا من قسم علم النفس بجامعة بنى سويف صباح يوم 2009/4/6 أثناء زيارتهم لبعض المؤسسات النفسية بالقاهرة (90 طالبا وطالبة بإشراف د. صالح عبد الكريم) وكان فى استقبالهم أ. كامل بهجات محاسب الرابطة .
- كما استقبلت الرابطة وفد من قسم علم النفس بجامعة سوهاج أثناء زيارتهم لبعض المؤسسات النفسية بالقاهرة يوم 2009/4/22 (40طالبا وطالبة بالإضافة إلى 5 من أعضاء هيئة تدريس القسم على رأسهم أ.د طارق عبد الوهاب رئيس القسم) كما حضر اللقاء أ.د. محمد خضر وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع والبيئة وقد تولى أ. محمود نصر نائب رئيس مجلس إدارة الرابطة والمدير التنفيذى استقبال هذا الوفد وشرح لهم أنشطة العمل بالرابطة كما تحدث عن المجالات المختلفة التى يعمل بها الخريجون وكان فى حضور هذا اللقاء والتحدث الى الوفد **أ.د. مصطفى تركى ، أ.د. صفوت فرج ، أ.د. عبد الله سليمان ، أ.د. حسن عيسى .**

أخبار متفرقة

- بقسم علم النفس بكلية الآداب جامعة عين شمس نوقشت يوم 2009/2/24 رسالة الماجستير المقدمة من **الطالب احمد عبد المنعم إبراهيم**، حجاج عضو الرابطة بعنوان فعالية برنامج لتنمية مهارات التعلم والاستذكار بإشراف **أ. د. إسماعيل الفقى ، أ.د. بديوى علام ، د. حسين حسن طاحون** وكانت لجنة الحكم والمناقشة **من أ. د . مصطفى محمد كامل رئيسا ، أ. د . جمال محمد على ، أ. د . إسماعيل محمد الفقى ، د. حسين حسن طاحون أعضاء وأجيزت الرسالة بتقدير ممتاز .**

تهنئة

- مجلس الإدارة ولجنة النشرة يهنئون الزميل **أ.د. عبد الله عسكر** رئيس قسم علم النفس بجامعة الزقازيق بمناسبة حصوله على جائزة جامعة الزقازيق التقديرية للآداب والعلوم والدراسات الإنسانية لعام 2009 .
- مجلس الإدارة ولجنة النشرة يهنئون الزميلة **أ.د آمال عبد السميع باظه** وكيل كلية التربية بجامعة كفر الشيخ بحصولها على جائزة الجامعة التقديرية لعام 2009 .
- **عزيزى عضو الرابطة :** لكى تصلك أعداد مجلة دراسات نفسية بدون مقابل عليك سرعة تسديد الاشتراكات المطلوبة منك خلال شهرى مايو و يونية 2009 حيث ان تسديد الاشتراكات بعد هذا التاريخ لن يعطى لك حق الحصول على هذه الاعداد مجانا ولكن عليك تسديد ثمنها : 4 أعداد × 12 جنيه = 48 جنيها وينطبق هذا على تسديد اشتراكات عام 2009 ، 2008 ، 2007 .
- الأعضاء الذين تم إنهاء عضويتهم فى السنين السابقة لعدم تسديدهم الاشتراكات يمكن إرجاع العضوية لهم بنفس أرقام العضوية السابقة فور قيامهم بتسديد هذه الاشتراكات أو جدولة الاشتراكات المطلوبة على أقساط .

عزاء واجب

- مجلس إدارة الرابطة ولجنة النشرة يشاركون الزميل **أ. رجب الشريف** عضو الرابطة الأحزان لوفاة والدته يوم 1/31 ويرجون للفقيدة الرحمة وللزميل وأسرته خالص العزاء .
- مجلس إدارة الرابطة ولجنة النشرة يشاركون الزميل **أ. محمود حمد عبد اللاه** الموجه النفسى بمديرية التربية والتعليم بكفر الشيخ لوفاة والده فى شهر فبراير الماضى ويرجون للفقيد الرحمة وللزميل والآسرة خالص العزاء .
- مجلس إدارة الرابطة ولجنة النشرة ينعون لمجتمع علم النفس الزميل **الأستاذ الدكتور العارف بالله الغندور** أستاذ علم النفس بجامعة عين شمس حيث وافته المنية فجأة يوم 2009/3/12 ويرجون للفقيد الرحمة ولآسرته وزملائه وتلاميذه الصبر والسلوان وقد أقيم للراحل العزيز احتفالية تأبين يوم 2009/4/28 بقاعة المؤتمرات بكلية الآداب جامعة عين شمس .

أخبار الجمعية العمومية

عقد اجتماع الجمعية العمومية للرابطة يوم 2009/4/29 للنظر فى جدول الاعمال المعد لهذا الاجتماع برئاسة د. السيد زيدان رئيس مجلس الإدارة وسكرتارية د.مصطفى تركى الأمين العام ، وحيث لم يكتمل النصاب القانونى للاجتماع الأول الساعة 6.00 مساء (نصف عدد الاعضاء الذين لهم حق حضور هذا الاجتماع + 1) حيث لم يحضر 308 عضو باعتبار عدد الذين لهم حق الحضور 614 عضوافقد تم تأجيل الاجتماع لمدة ساعة وفى الساعة 7.10 بدأ الاجتماع الثانى بحضور النصاب القانونى (52) عضوا منهم (34) حاضرين بأنفسهم الى جانب (18) بتوكيلات للنظر فى جدول الاعمال كالاتى :

أولا : تم تلاوة تقرير مجلس الادارة عن عام 2008 وتم تصديق الحاضرين عليه بالاجماع

ثانيا : قام مراقب الحسابات بتلاوة تقريره عن عام 2008 وقام بعرض بنود الحساب الختامى والمقبوضات والمدفوعات وكذلك الايرادات والمصروفات وحسابات تشغيل المجلة وبعد المناقشة اعتمد الحاضرون بيان الحساب الختامى لعام 2008 .

ثالثا : تم عرض ومناقشة الميزانية التقديرية لعام 2009 وتم التصديق عليها .

رابعا : وافق الحاضرون على استمرار أ. محمد فؤاد عبدالله المحاسب القانونى لعام 2009 بنفس مكافأته عن عام 2008 : و قدرها آلف جنيه .

خامسا : تم الاقتراع السرى لانتخاب عدد 11 عضوا لمجلس الإدارة من 22 مرشحا وكان مجلس الإدارة قد أسند مهمة الإشراف على وقائع الجمعية العمومية إلى أ. أيفون صبحى ، أ. سمية أنور ، د. محمد خضر وقد اختار الحاضرون د. شعبان جاب الله ، أ. كمال حسن لفرز الاصوات وحصرها لكل مرشح أمام **الحاضرين حيث كانت حصيلة الاصوات للمرشحين كالآتى :**

1ـ د. معتز سيد عبدالله (49) ، 2ـ د. عبد الستار ابراهيم (44) ، 3ـ د. صفوت فرج (43) ، 4ـ د. مصطفى تركى (42) ، 5ـ أ. محمود نصر (41) ، 6ـ د. السيد زيدان (37) ، 7ـ د. حسن عيسى (34) ، 8ـ د. محمد نبيل عبد الحميد (31) ، 9ـ أ. على شعبان (28) ، 10 ـ أ. حنان نشأت (26) ، 11 ـ أ. مروة البرى (25) .

12- د. مصطفى العسال (24)،13- أ.عصمت الوصيف (22)،14- د.عزيزة السيد (16) ، 15- د. عبدالله سليمان (16) ،16- د. عبد الفتاح القرشى (16) ،17- د . سميحة نصر عبد الغنى (15) ،18- د. عفاف عويس (14) ، 19- أ. فاطمة خليفة (8) ، 20 - أ.علياء المسلمى (8)،21- د.محمد محمود النحاس (1)،22- أ. شيماء عبد الله(صفر).

وبذلك أعلن رئيس الجمعية العمومية فوز **الـ 11 عضوا المبينة اسماؤهم،** أما باقى المرشحين من الترتيب 12 الى 22 فهم احتياطيون ويتم الاستعانة بهم فى لجان العمل المختلفة بالرابطة .

ويعقد مجلس الادارة اجتماعا خلال شهر مايو 2009 لانتخاب هيئة المكتب

تقـــريـــر مجلـــس الإدارة عـن عـــام 2008

مقدم للجمعية العمومية العادية فى اجتماعها يوم 2009/4/29

الزميلات والزملاء أعضاء الجمعية العمومية العادية للرابطة

يسعدنا ان نرحب بكم وان نتقدم لكم بتقرير مجلس الإدارة عن إنجازات عام 2008 مصنفا فى الأنشطة التالية :

أولا: الأنشطة التنظيمية والإدارية :

1) عقد مجلس الإدارة (9) اجتماعات خلال العام بهدف تخطيط ومتابعة وتقييم أعمال اللجان النوعية للعمل إلى جانب الاجتماع الأسبوعى للجنة التنفيذية لمجلس الإدارة .
2) انضم إلى عضوية الرابطة (246) عضوا من رقم العضوية (2721) إلى رقم العضوية (2966) فى مقـــابـــل(274) عضوا عام 2007 ، (257) عضوا عام 2006 .
3) تم إنهاء عضوية (185) عضوا لعدم تسديدهم الاشتراكات مـــنهم (167) مصـــريين ، (18) غيـــر مصريين فى مقـــابل (83) لعام 2007 .

ثانيا : الأنشطة الإعلامية :

تم إصدار(6) أعداد من النشرة الإعلامية للرابطة التى تصدر فى الشهور الزوجية من السنة ، وتم إرســـال هذه الأعداد إلى كل الأعضاء والى بعض الجهات المهتمة بأنشطة الرابطة وتم طباعة 1800 نسخة من كـــل عدد .

ثالثا : الأنشطة الاجتماعية :

1) استفاد من توفير مصايف مناسبة للأعضاء خلال الصيف (6) أعضاء توزيعهم كالأتى : 3 قرية الريفيرا ، 3 بشقة بنك فيصل بسيدى بشر .
2) تم تنظيم رحلة اليوم الواحد إلى أسكندرية يوم 2008/8/14 اشترك فيها 42 من الأعضاء وأسرهم .
3) تم إقامة حفل لتكريم 45 طالبا من أوائل أقسام علم النفس بكليات الآداب بالجامعات المصرية بدار الضيافة لجامعة عين شمس يوم 2008/11/29 حضرها 16 من رواد علم النفس فى مصر ، وفيها تـــم توزيـــع جوائز مالية قدرها 4500 جنيه على الأوائل إلى جانب اشتراكهم فى قاعدة المعلومات لمدة عام ، وحضر الحفل بعض رؤساء أقسام علم النفس ومندوبون من أقسام علم النفس كما تم فى هذا الحفل توزيع الجوائز الثلاث المخصصة سنويا من د. فرج عبد القادر طه ومقدارها 1200 جنيه على أوائل قسم علـــم الـــنفس بجامعة عين شمس ، كما تم توزيع الجوائز الثلاث التى خصصها المرحوم د. مصرى حنورة وقدرها 1200 جنيه على الأوائل الثلاثة من قسم علم النفس بجامعة المنيا ، كمـــا تـــم توزيـــع الجـــوائز المخصصة من قسم علم النفس بجامعة سوهاج على الأوائل الثلاث .
4) أقامت الرابطة حفل إفطار بمناسبة شهر رمضان المعظم بـــدار الضـــيافة لجامعـــة عـــين شـــمس يـــوم 2008/9/25 حضرها 55 فردا من الأعضاء وأسرهم ، منهم 11 فردا من الجمعية المصرية للدراســـات النفسية وأسرهم .

رابعا : الأنشطة العلمية :

1) تم إصدار الأعداد الأربعة من مجلة دراسات نفسية (المجلد الثامن عشر) بغلاف جديد تضمنت العديد من البحوث والدراسات النفسية المتنوعة فى مختلف مجالات علم النفس حيث تم طبع 1500 نسخة من كـــل عدد وتم إرسال هذه الأعداد إلى الأعضاء المسددين لاشتراك العام .
2) تم إصدار الأعداد الأربعة من مجلة دراسات عربية فى علم النفس (المجلد الســـابع) بغـــلاف جديـــد ، تضمنت أيضا العديد من البحوث والدراسات النفسية المتنوعة .
3) تم تطوير موقع الرابطة على شبكة الانترنت ليتضمن معلومات عن أنشطة الرابطة المختلفة وليكون حلقة الوصل بين الأعضاء وغيرهم وخصوصا خارج مصر فى البلاد العربية والأجنبية .
4) ما زالت قاعدة المعلومات (قمر) التى تم إطلاقها بموقع الرابطة على شبكة الانترنت فى مـــارس 2003 وتحمل للباحثين خلاصة ما قدمه العلماء والباحثون باللغة العربية فى مختلف فروع علم النفس من بحوث

ودراسات فى الدوريات والإصدارات منذ عام 1970وحتى الآن ، مازالت تؤتى ثمارها المرجوة ، وقد بلغ عدد المشتركين فيها خلال العام (91) مشتركا بعائد قدره (10608) جنيه فى مقابل (83) مشتركا بعائد قدره (14763) جنيه خلال عام 2007 .

5) منذ أن تم إطلاق قاعدة معلومات جديدة على موقع الرابطة للمقاييس والاختبارات النفسية بالتعاون مع د. عبد الفتاح القرشى ، يوم 2007/5/5 وهى تؤدى الغرض منها وقد بلغ عدد المشتركين فيها خلال العام(17) مشتركا بعائد قدره (2789.60) جنيه .

6) بلغ عدد المستفيدين من خدمة إنزال المعلومات فى قاعدتى الاختبارات والمعلومات: Search Computer (56) بعائد قدره (1268) جنيه فى مقابل (48) مستفيدا بعائد قدره (985) جنيه عام 2007 .

7) بلغ عدد المستفيدين من خدمة تصوير المستندات بالسعر المخفض للأعضاء (14) بعائد قدره (285) جنيه فى مقابل (63) مستفيدا بعائد قدره (164.60) عام 2007 .

8) تم زيادة عرض الإصدارات التى تتولى الرابطة عرضها للأعضاء بسعر مخفض إلى (65) كتابا بعائد قدره (2675) فى مقابل (30) كتابا بعائد قدره (1736.00) جنيه عام 2007 .

خامسا : اللقاءات الثقافية :

نظمت اللجنة الثقافية بالرابطة المحاضرات والندوات الآتية :

1) ندوة التغيرات فى الشخصية المصرية يوم 3/19 للدكتور أحمد عكاشة .
2) ندوة مناقشة كتاب الإسلامو فوبيا يوم 4/23 اشترك فيها د. سعيد اللاوندى وأدار الندوة د. حسن عيسى .
3) ندوة صالون الفكر للدكتور عبد الستار إبراهيم النشأة التأهيل والخبرات الإسهامات العلمية يوم 2008/11/15 .
4) محاضرة مخاض الانتماءات فى مصر يوم 2008/12/20 للدكتور قدرى حفنى .

سادسا : الأنشطة التدريبية :

نظمت لجنة التدريب بالرابطة الدورات الآتية :

1) العلاج المعرفى السلوكى للقلق من 19إلى 1/24 حضرها 13 من الدارسين وقام بالتدريب د. صفوت فرج
2) العلاج المعرفى السلوكى للاكتئاب من 26إلى 1/29 حضرها 12من الدارسين وقام بالتدريب د. صفوت فرج
3) تشخيص الاضطرابات النفسية للأطفال ونماذج لعلاج المخاوف المرضية ونقص الانتباه وفرط الحركة من 3 إلى 2/6 حضرها 9 من الدارسين وقام بالتدريب د. إيمان القماح .
4) علاج الوسواس القهرى من 11 الى 2/14 حضرها 12 من الدارسين وقام بالتدريب د. صفوت فرج .
5) العلاج المعرفى السلوكى للاكتئاب من 22 إلى 3/25 حضرها 9 من الدارسين وقام بالتدريب د. صفوت فرج .
6) تطبيق وتصحيح الصورة الرابعة لمقياس ستانفورد بنيه للذكاء من 5 الى 4/10 حضرها 2 من الدارسين وقام بالتدريب د. مصرى حنورة ومساعدوه .
7) تطبيق وتصحيح الصورة الخامسة لمقياس ستانفورد بنيه للذكاء من 12 الى 4/17 حضرها 2 من الدارسين وقام بالتدريب د. مصرى حنورة ومساعدوه.
8) العلاج المعرفى السلوكى للقلق من 12 إلى 4/17 حضرها 13 من الدارسين وقام بالتدريب د. صفوت فرج .
9) تطبيق وتصحيح الصورة الرابعة لمقياس ستانفورد بنيه للذكاء من 11 الى 5/17 حضرها 14 من الدارسين السودانيين وقام بالتدريب د. رشا الديدى .
10) أدوات الفحص النفسى للطفل : اختبارات الرسم واللعب والـ كات من 18 إلى 5/21 حضرها 17 من الدارسين وقام بالتدريب د. عادل خضر د. إيمان فوزى .
11) تصحيح اختبار روشاخ من 18 إلى 5/21حضرها 7 من الدارسين وقام بالتدريب د. فاروق أبو عوف.

12) تشخيص وعلاج الاضطرابات الجنسية من 8 إلى 6/12 حضرها 9 من الدارسين وقام بالتدريب د. صفوت فرج .
13) التخاطب وعلاج عيوب الكلام من 7إلى7/10 حضرها11من الدارسين وقام بالتدريب د. صفاء غازى .
14) تطبيق وتصحيح الصورة الرابعة لمقياس ستافورد بنيه للذكاء من 3 الى 8/10 حضرها 18 من الدارسين وقام بالتدريب د. رشا الديدى .
15) العلاج المعرفى السلوكى للقلق من 18 إلى 11/25 حضرها 17 من الدارسين وقام بالتدريب د. عبد الستار إبراهيم.
16) العلاج المعرفى السلوكى للاكتئاب من 21إلى 12/23 حضرها 17 من الدارسين وقام بالتدريب د. عبد الستار إبراهيم .
17) تطبيق وتصحيح اختبار الشخصية متعدد الأوجه من 12/31 الى 2009/1/1 حضرها 2 من الدارسين وقام بالتدريب أ. رانيا فريد .

ومن استعراض هذه الأنشطة لعام 2008 والحساب الختامى المعروض على حضراتكم فى البند التالى لهذا الاجتماع نستطيع ان نستنتج المؤشرات التالية :

أ ــ بلغ إجمالى الإيراد المحصل لبند العضوية والاشتراكات لهذا العام: (54172) جنيه فى مقابل :(51383) جنيه لعام 2007 .
ب ــ بلغ إجمالى مبيعات مجلة دراسات نفسية لهذا العام : (15295) جنيه فى مقابل : (19691) جنيه لعام 2007 .
ج ــ بلغ العائد من تحكيم ونشر أبحاث بالمجلة لهذا العام : (28821) جنيه فى مقابل (15367) جنيه لعام 2007 .
د ــ بلغ العائد من بند التدريب بعد خصم المصروفات من الإيرادات لهذا العام (32524)جنيه فى مقابل (7875) لعام 2007 .
ه ــ بلغ العائد من الأشتراك فى قاعدة المعلومات : (10608) جنيه فى مقابل (14763) جنيه لعام 2007 .
و ــ بلغ العائد من الاشتراك فى قاعدة المقاييس والاختبارات النفسية لهذا العام مبلغ : (2490) جنيه فى مقابل (2789) عام 2007 .
ز ــ بلغ رصيد أول المدة بالبنك فى يناير 2008 : (61801) جنيه وبلغ رصيد أخر المدة ديسمبر 2008 : (37952.00) .
ح ــ بلغ رصيد أول المدة فى الحساب الجارى بمكتب بريد العباسية فى 2008/1/1 :(26069.00) جنيه وبلغ رصيد أخر المدة فى ديسمبر 2008 : (32883.00) جنيه .

وبعد ..... فهذا سرد ملخص لإنجازات لجان العمل بالرابطة خلال عام 2007 نعرضه عليكم بهدف فتح باب المناقشة فيما تضمن من أعمال لنسعد بوضع توصياتكم ورؤاكم موضع التطبيق خلال العام الحالى والأعوام القادمة ولعلنا :

نعرض على حضاراتكم بعض الأهداف المطلوب تحقيقها مستقبلا :

أولا : نقترح عملا جادا ومستمرا لتلبية رغبة الأعضاء فى انشاء نقابة للأخصائيين النفسيين بالاشتراك مع الجمعيات المختصة .
ثانيا : نقترح نقل بعض أنشطة الرابطة إلى الأعضاء فى محافظات مصر لعقد ندوات فى عواصم المحافظات والاجتماع مع الأعضاء فى هذه المحافظات .
ثالثا : نقترح تدعيم أنشطة العلاج المخفض للأعضاء بالاتفاق مع مجموعة من الأطباء والمستشفيات .
رابعا : نقترح تدعيم الأنشطة الترويحية كالمصايف والرحلات والحفلات لكى نلبى مطالب الأعضاء المختلفة مع الاستمرار فى الأنشطة العلمية الحالية .

ابريل 2009 **مجلس إدارة الرابطة**

الحب فى عيون علم النفس

استضافت اللجنة الثقافية بالرابطة مساء 2009/4/4 الأستاذ الدكتور عبد الله محمود سليمان ليتحدث عن موضوع يثير اهتمام الجميع وهو الحب فى عيون علم النفس .وقد بدأ المحاضر بالإشارة إلى تناول موضوع الحب فى الآداب عموما وفى الشعر خاصة وأشار إلى قصيدتين من الشعر الانجليزى تشير إلى أن الحب أساس للحياة وأنه أصل كل الأشياء الجميلة فى الحياة . ثم انتقل إلى الدراسة العلمية للحب وأنه كالإدمان لا يمكن للإنسان أن يعيش بدونه سعيدا ، وقد بدأت الدراسة العلمية له بدراسة أشخاص مقبلون على الحب ، وان الهيئة القومية للعلوم فى الولايات المتحدة ـ وهى هيئة فدرالية ـ تبنت هذه الدراسة العلمية للحب وان هدفها كان هو مساعدة الاسر على الارتباط الصحيح الذى يؤدى إلى تقليل الطلاق والتفكك الأسرى وهو فى النهاية يفيد المجتمع ، وبعد أنشاء الكسندر بوب جائزة عن دراسات الحب تدفقت موجة لدراسة الحب ، ومن أشهرها دراسة المحلل النفسى إريك فروم عن " فن الحب " Art of loving الذى طبع منه 50 مليون نسخة .

وإذا كان الفرق بين الإنسان والحيوان يتركز فى أن الإنسان لديه وعى بذاته . فالطفل يعجز فى بداية حياته عن إدراك أنه منفصل عن الطبيعة ولابد له أن يكون على علاقة بالآخر تتميز بالنشاط المنتج ، فالحب عبارة عن علاقة بين الإنسان والعالم كله خاصة ما يحيط به وهو الأسرة .

ويرى إريك فروم أن الحب هو خاصية لصيقة بالإنسان الناضج الذى يقع فى الحب بإرادته وأن الحب يؤدى إلى أن يصبح الإنسان شخصية منتجة ، وأن الرعاية هى أساس الحب الذى يؤدى إلى الشعور بالمسئولية تجاه من نحبه ، وهى تعنى استعداد الإنسان لأن يستجيب لاحتياجات الآخر . كما أن الاحترام هو أساس الحب ويتضمن أن تكون على وعى بفردية المحبوب وأن تراه كما هو ومحاولة معرفته تلك المعرفة التى لا تتركز على السطح وهى تلك التى تنفذ إلى جوهر الإنسان . فلا يمكنك أن تحب إنسانا دون أن تصل إلى جوهره ، وأن يتوفر لك النفاذ الايجابى لداخل الشخص المحبوب . وقد قام إريك فروم بتحليل كل ما قيل عن الحب ليتحقق من الخصائص المطلوبة للحب .

وكذلك فعل روبرت سترينبرج الذى أخذ عينة تتكون من مجموعة من الناس يتراوح أعمارهم بين 18 سنة وحتى سن الرشد والنضج وتوصل من ذلك إلى استخلاص ثلاثة عوامل للحب هى :

1 ـ الحميمة 2 ـ الوجد 3 ـ الالتزام والقرار .

وكأننا أمام مثلث متساوى الأضلاع قاعدته هى الالتزام وضلعاه هى الحميمة والوجد ، ويتكون منها جميعا بناء واحد يتكرر فى كل علاقة حب من أى نوع ، وليس بالضرورى علاقة الحب بين الجنسين فقط .

وتتضمن الحميمة الرغبة فى تدعيم رفاهية المحبوب والشعور بالسعادة معه والنظر إليه بنظرة إيجابية عالية والاعتماد عليه فى أوقات الحاجة أليه . والفهم المتبادل مع المحبوب ومشاركته فى النفس والممتلكات .

والتواصل الحميم معه . وتقديم المؤازرة الوجدانية له .. والحب هنا ليس هو حب شخص من الجنس الآخر فقط . كما أنه لا يرتبط بأفكار قيمية مثل الحلال والحرام أو العيب أو التقاليد المتخلفة . ويلاحظ أن الحميمة تنمو بالتدريج ولا تظهر فجأة فى لحظة ما ، وأحيانا ما تكون الحميمة كامنة ولا نكتشفها إلا عند الطلاق مثلا . لذا ينصح المحبون بأن يحدثوا انقطاعا (أجازة مثلا) فى الحياة العادية كما تتضمن أيضا أن نحب الآخر وأفكاره . ويلاحظ أن الحميمة تنمو بالتدرج ولا تظهر فجأة ويمكن أن تظل كامنة ولا تكتشف إلا فى موقف عصيب مثل الطلاق . ولذا ينصح المحبون بأن يحدثوا بعض الانقطاعات فى الحياة العادية حتى يحدث اشتياق أحدهما للآخر .

2ـ العامل الثانى هو الوجد Passion : وهو عبارة عن الشوق والرغبة الشديدة فى الاقتراب من الآخر والاتحاد به نتيجة لدافع الاستشارة والشعور بأن هذا الإنسان الآخر قد خلق من أجلى وخلقت من أجله . وهو ينشأ فجأة وبقوة على عكس الحميمة التى تنمو بالتدريج وببطء وحالة الشوق الشديد هذه للاتحاد بالآخر ترتبط بتقدير الذات وتحقيقها وبالحماية والانتماء .

3ـ القرار والالتزام : وهو عنصر يمكن الإنسان من تخطى المشكلات والصعوبات وتجاوزها للارتباط بالاخر . وقد يبدأ بعد الحميمة والوجد .

وفى البداية ينشأ جو رومانسى يؤدى لتدعيم العلاقة ولكن لابد من تكامل العوامل الثلاثة لينجح الزواج . فالحميمة تؤدى لتدعيم الزواج والالتزام يحميه . وهناك سبعة أنواع من الحب تنشأ نتيجة لتفاعل العوامل الثلاثة وفى كل منها يسود عامل منها ويكون وزنه أكبر من غيره فهناك مثلا الحب المادى الذى يسود فيه القرار والالتزام والحب الرومنسى الذى يسود فيه الوجد والحميمة . كما أن هناك الحب الأحمق الذى يسود فيه الوجد والقرار فقط .

والحب المتكامل هو الذى توجد فيه العناصر الثلاثة بشكل متساو تقريبا . والإنسان الفعال هو الذى يحقق ذاته ويملك نفسه ويكون على درجة عالية من الوعى بالآخر وبالسلوك الذى يحقق له أهدافه فى الحياة .

د. حسن عيسى

أعضاء جدد

أنضم إلى عضوية الرابطة خلال شهرى مارس وأبريل2009الأعضاء الآتية أسماؤهم:

رقم العضوية	الاســـــــــــــــم
3027	أ. وسام أحمد عبد الواحد
3028	أ. شيماء محمد السايح حسين
3029	أ. هيثم أشرف ابراهيم طاحون
3030	أ. دينا حسين حسين محمد
3031	أ. أحمد فرج رفاعى عبد السلام
3032	أ. يوحنا عبد المسيح سمعان
3033	أ. ضياء الدين عبد الرءوف عبد الستار
3034	أ. غادة خالد عيد عيد
3035	أ. وائل سوارس لبيب جرجس
3036	أ. ياسمين شاهين سيد أحمد
3037	أ. شيماء حسين عبد المقصود
3038	أ. سالى وجدى محمد أحمد
3039	أ. دعاء فتحى محمد مجاور
3040	د. مها صبرى أحمد إبراهيم
3041	أ. نيفين محمد على طاهر
3042	أ. ياسمين على عبد الرحمن نصر
3043	أ. هند خالد سعد محمد
3044	أ. سعاد صالح بو حمرا
3045	أ. جمال منصور سالم
3046	أ. سها عاطف محمد عبد المنعم
3047	أ. نفيسة فوزى عمر عيسوى
3048	أ. نجلاء عيد عيد عثمان
3049	أ. أحمد محمد محمود على
3050	أ. دعاء على محمد سلام
3051	أ. سويس رمضان محمد سيد
3052	أ. أحمد يوسف محمد على
3053	أ. أحمد شعبان طه متولى
3054	أ. ايمن ربيع صديق عبد المولى
3055	أ. بكرى عبد الظاهر بكرى السيد
3056	أ. محمد على محمد يوسف
3057	أ. داكر محمد رحيم محمد
3058	أ. حنان عبد اللطيف فرحان الدوخى
3059	أ. محمود محمد برنس ابراهيم
3060	أ. هالة عبد الرحيم يوسف جاد
3061	أ. دعاء أحمد حسن متولى
3062	أ. أحمد محمد قدوس الله سند
3063	أ. عبير محمد حسن الصبان
3064	د. حسنية غنيمى عبد المقصود

رقم العضوية	الاســـــــــــــــم
3065	أ. رضوى رفعت محمد أحمد
3066	أ. إسلام عبد الفتاح أحمد حسين
3067	أ. ابراهيم نصر فتح الله
3068	أ. أميرة على محمد مصطفى
3069	أ. نجاة الزعيم مصطفى حسان
3070	أ. الفونس فؤاد عبد الشهيد
3071	أ. منى ماهر ممدوح فؤاد
3072	أ. مصطفى عبد الفتاح زكى على
3073	أ. ياسر محمد حافظ حسن
3074	أ. مصطفى سميح عباس محمد
3075	أ. أنصاف صلاح الدين عبد العزيز
3076	أ. سناء سليمان محمد سليمان
3077	أ. أحمد رمضان أحمد محمد
3078	أ. محمد جمال عوض فودة
3079	أ. دعاء أحمد شكرى محمد
3080	أ. إسراء حسن كمال حسن
3081	أ. ياسمين رجائى طه أيوب
3082	أ. أمانى جابر عرفة خلاف
3083	أ. أمل سيد أحمد قياتى
3084	أ. هناء مدحت شلقامى عبد الحليم
3085	أ. ولاء محمد صديق مهنى
3086	أ. تامتلت ابراهيم حمو
3087	أ. أنعام فتحى سيد محمد
3088	د. رباب عبد الفتاح أبو الليل
3089	أ. رضوى معوض احمد العزبى
3090	أ. ساره شوره يوسف درويش
3091	أ. رشا كمال طه محمد
3092	أ. فاطمة حسن محمد احمد
3093	أ. هبه محمد محمد البيطانى
3094	أ. أسماء عمار محمد نور
3095	أ. مريم أشعيا القس عبد المسيح
3096	أ. الشيماء صلاح جابر محمد
3097	أ. على عبد الباسد عبد الصمد
3098	أ. مروة فوزى عبد العليم حافظ
3099	أ. سارة يسرى عبد النعيم عبد النبى
3100	أ. نشوى سراج الدين أحمد أحمد
3101	أ. أسماء عبد الله عبد اللطيف عبد الله
3102	أ. كمال حسن محمد خضر

الخرس الزوجى والطلاق المعنوى

استضافت اللجنة الثقافية بالرابطة مساء السبت 2009/4/11 الأستاذ الدكتور عصام عبد الله أستاذ الفلسفة بكلية الآداب جامعة عين شمس ليتحدث عن موضوع هام له علاقة بالحياة الزوجية وهو " الخرس الزوجى والطلاق المعنوى " وهى مشكلة تبين لنا التجارب الحياتية وجودها رغم أنه لا أحد يتكلم عنها بشكل مباشر لعدم وجود ثقافة البوح فى مجتمعنا . والواقع أن السكوت على تلك المشكلة جعلها تتفاقم . وغالبا ما يكون الطلاق المعنوى مقدمة للطلاق الفعلى . واذا كانت البحوث والدراسات قد بينت وجود 14 سببا معروفا للطلاق فى مصر ، فإن هناك حالات أخرى يحدث فيها نوع من الطلاق المعنوى ويسود فى الأسرة بين الزوجين نوع من الخرس الزوجى يؤدى إلى انفصال تام أو جزئى يصل فى كثير من الأحيان إلى نوع من الانفصال الجسدى ، يصحب الانفصال المعنوى يؤدى إلى حالة من النفور بين الزوجين ولا يختلف ذلك عن الطلاق الفعلى إلا بأنه ينقصه فسخ عقد الزواج فعلا . وما يحدث فى حالتنا هذه هو تجاهل المضمون الانسانى لهذا العقد الذى لم يتم فسخه رغم غياب التراحم .

وعادة ما يكون الخرس الزوجى الذى يحدث واقعيا بعد عدة سنوات تطول أو تقصر من الزواج الذى يكون الزوجان قد تكلما فى بدايته - وكذلك فى فترة الخطبة - عن كل الموضوعات التى يمكن أن يناقشاها أو يتحدثا فيها . وهكذا يحدث الخرس الزوجى الذى يصبح مقدمة لازمة للطلاق المعنوى الذى قد يعقبه أو يتزامن معه الخيانة الزوجية ، و ينتهى الأمر إلى الطلاق الفعلى فى كثير من الأحيان .

وإذا بحثنا عن أسباب هذه الظاهرة سنجد أنها تتلخص فى ثلاث مجموعات :

1 - أسباب تخص المرأة 2 - أسباب تخص الرجل 3 - أسباب تخصهما معا

فإذا بحثنا فى سيكولوجية المرأة وكيف يتم التعامل معها سنجد ان السائد هو عدم معاملة المرأة كانسان ، بل مجرد أداة لا شباع رغبات الرجل . وسنجد أن الفتاة تهتم بنفسها وجسمها وزينتها قبل الزواج عادة ، وحين تتزوج تنسى ذلك كله . وبعد إنجاب الأبناء يصبح الزوج فى نظر المرأة فى الدرجة الثانية بعد الأبناء وبعد أن يتقدم العمر بالزواج يصبح فى الدرجة الثالثة ... وهكذا .

وهناك سبب بيولوجى وان كنا نهرب منه دائما ، ألا وهو الرغبة الجنسية . فالرجل يكون فى البداية فى حاجة دائمة لاشباع هذه الرغبة . ونظرا لغياب ثقافة البوح يتم تجاهل الحديث عن رغبة المرأة نفسها فى هذا الإشباع لتلك الرغبة ومدى ملائمة الوقت الذى يختاره الرجل عادة لاشباع مثل تلك الرغبة . وينتج عن ذلك عدم وجود توافق وانسجام فى العلاقة الزوجية . ويبدأ الرجل فى البحث عن نقائص واضحة فى تلك العلاقة . ومما يساعد على ذلك غياب ثقافة العاطفة والتعبير عن المشاعر تجاه الآخر .

وتبدأ المعادلة التالية فى الترسخ ، بحيث تتحول العلاقة الزوجية الحميمة اليها وهى : زواج = اعتياد = رتابة = ملل.

فما الذى يكسر الرتابة والاعتياد فى الحياة الزوجية ؟إن الإجابة تكمن فى التحول إلى ثقافة العاطفة والتى تتطلب منا أن نعرف متى نعبر وأين نعبر عن عواطفنا تجاه الطرف الآخر فى تلك العلاقة ؟ وهنا سنجد أن لدينا شعارا ينبغى إتباعه فى هذا العصر هو : تجدد أو تبدد . فإذا لم يتجدد الإنسان (سواء كان الرجل أم المرأة) فى عواطفه وعلاقته الزوجية يتبدد فعلا . ونحن فى حاجة إلى وقفة لمناقشة ذلك الشعار ومحاولة تحقيقه .

وهناك عامل جديد يؤثر فى هذه المسألة تأثيرا خطيرا هو ما نمر به اليوم ويسمى عصر العولمة التى لها تجليات إيجابية ، ولاشك ينبغى أن نستفيد من مزاياها . إلا أن لها سلبيات ينبغى أن نحذرها . ولا محل للسؤال هل نحن داخل العولمة أو خارجها ؟ لأن من سيكون خارجها سيصبح خارج العصر وخارج الجغرافيا والتاريخ . وإذا كانت العولمة التى أتت بفضل ثورة الاتصالات قد قربت الناس من بعضهم البعض وأتاحت لهم فرص ومجالات للاتصال والتواصل لم تكن معروفة له أيضا آثار سلبية . وسنجد أن 70% من مستخدمى الانترنت الآن يمارسون الدردشة (الشاتنج) بحيث أصبحوا يعيشون فى عوالم خاصة بهم وحدهم وتفصلهم عن الحياة داخل أسرهم .

وأصبحت العلاقات الانفصالية داخل الأسرة (و يالـه من تناقض !) هى العدو الأول الذى يؤدى إلى الطلاق المعنوى ، بحيث لكل من الزوجين تلفيزيونه الخاص الذى يختار منه ما يشاء من محطات فضائية يحب أن يشاهدها بمفرده ، مما فاقم من ظاهرة الخرس الزوجى التى تؤدى إلى الطلاق المعنوى . بل حتى انتقل ذلك إلى استخدام كل منهما لكمبيوتر منفصل (لاب توب خاص به) بالإضافة إلى الموبايل ورؤية التلفيزيون والفضائيات الخاصة به ، كل ذلك جعل ظاهرة الطلاق المعنوى ترتفع اليوم إلى 40% بدلا من 13 : 17 % من قبل بسب ثورة الاتصالات التى جعلتنا أول جيل يعمل وهو يسير على قدميه .

وأصبحت مذيعات الفضائيات وفتيات الإعلانات و الكليبات هن " ضرة " الزوجات ويمثلن مشكلة كبيرة للمرأة الزوجة . بحيث أصبح الرجال يعانون صراعا بين ما يرونه فى الواقع وما يراه كل رجل فى صورة زوجته المهملة لنفسها ، وما يراه على شاشة الفضائيات وزادت المسافة بين الرغبة وتحققها وهو ما يؤدى إلى مشكلة نفسية فيها كل الخطورة حيث نشأت مفارقة واضحة بين ما يراه على الشاشات وما يراه فى البيت بالنسبة للمرأة والرجل على السواء .

د. حسن عيسى

أطباء نفسيون ينتفضون لحماية المهنة من الدخلاء

في الآونة الأخيرة أصبحت مهنة المعالجة النفسية مجالا مفتوحا لبعض الفئات غير المتخصصة مثل الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين ومدربي التنمية البشرية ممن قد يتطرقون إلى أمور تتعلق بالطب النفسي، الأمر الذي دعا مجموعة من الأطباء المصريين إلى إعلان حركة "أطباء نفسيون.. لحماية المهنة"، مطالبين من خلالها بضرورة تنظيم العمل في هذا المجال الحيوي ووضع معايير واضحة لممارستها مثلما يحدث في التخصصات الأخرى.

ويشير إعلان الحركة إلى أن الفئة الأخطر والأحدث انضماما إلى ساحة العلاج النفسي تدخل من بوابة ما أسموه "التنمية البشرية"؛ لأن تخصصهم لا علاقة له بالطب النفسي، وينظمون ندوات حول ما يعرف بالبرمجة اللغوية العصبية مدعين أنها طريقة للعلاج النفسي، ورغم عدم اعتراف مراجع علم النفس المتعارف عليها بها.

أضف إلى ذلك أنهم يقومون بمنح الحاضرين شهادة دبلومه في "البرمجة العصبية اللغوية"، ثم في ممارستها، ثم في التدريب على الحصول على هذه الدبلومه، ثم يحاضرون في الاسترخاء والتنويم والعقل الباطن، وكل ما يتعلق بعلم النفس والعلاج النفسي دون ضابط أو رابط، أو احترام لأي تخصص علمي.

أجندة متخمة

من جهته، يذكر مدير مركز الاستشارات النفسية والاجتماعية بالإسكندرية، ومؤسس حركة "أطباء نفسيون لحماية المهنة" الدكتور عمرو أبو خليل أن الحركة تضم مجموعة من الأطباء النفسيين أغلبهم من محافظة الإسكندرية، مشيرا إلى أن الجمعية المصرية للطب النفسي ترفض التدخل، وتؤكد أنها جمعية علمية ولا علاقة لها بحماية المهنة، وأن هذا دور نقابة الأطباء، بينما تؤكد نقابة الأطباء أن الجمعية هي المسئولة عن حماية المهنة، وبين هذا وذاك تضيع القضية.

وأضاف في تصريحات خاصة لـ(إسلام أون لاين.نت): أن "أجندة الحركة بها العديد من الموضوعات الأخرى الخاصة بممارسة مهنة الطب النفسي في مصر، والتي نسعى إلى الحصول على إجماع المنتسبين إلى المهنة عليها، وقد حاول بعض أعضاء الحركة الدخول إلى الجمعية المصرية للطب النفسي لتصحيح الأوضاع، ولكننا لم نوفق في الانتخابات، فقررنا إنشاء الحركة بهدف إجراء حوار بين كل الأطباء النفسيين من جهة، ومحاولة الاتصال والتعاون مع الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين الذين نستهدفهم من جهة أخرى؛ لأننا لا نريد وقف نشاطهم، وإنما نريد تنظيمه كما ذكرنا في الإعلان.

مؤكدا على أنه إذا لم يتم الوصول إلى حلول فسيبدأ الأعضاء في اتخاذ إجراءات قانونية بأن يتبنى أحد أعضاء مجلس الشعب القضية ويعرضها على البرلمان؛ لأجل إيجاد لوائح وقوانين تنظم الأمور المتعلقة بممارسة مهنة الطب النفسي.

تطوير ووقاية

على الجانب الآخر، يقول الدكتور عنتر سليمان، استشاري التدريب والتطوير، وخبير التنمية البشرية، إنهم حين يتناولون موضوعات متعلقة بالنفس البشرية فإنهم يتناولونها من زاوية التطوير والوقاية؛ حيث يسعون من خلال عملهم إلى تنمية المهارات الأخلاقية التي تتعلق بالسلوكيات والجوانب الدينية، والمهارات التخصصية التي تختص بالمهنة، والمهارات الفنية التي يدير بها الإنسان قدراته وإمكانياته وعلاقاته مع الآخرين، والتي يحتاجها كل إنسان إليها، حتى الطبيب النفسي ذاته.

يضيف أننا نتعامل غالبا مع الشخص العادي، وليس المريض، ولكن ذلك لا يمنع أن نتعامل في بعض الأحيان مع الشخص الذي يشتكي من بعض الأفكار أو المشاعر السلبية في حياته؛ حيث نعمل على تغيير أفكاره وقناعاته ونجعله يرتب أهدافه ويتفهم قدراته ويستخدمها بالطريقة الأمثل التي تغير مجرى حياته إلى الأفضل، وكذا مساعدته في التغلب على التفكير السلبي الذي يؤثر على مشاعره، وذلك كنوع من الوقاية المبكرة إن جاز التعبير.

الأمر الآخر، هو أننا نُقدم للأطباء النفسيين ذاتهم أدوات عديدة في التغيير والعلاج المعرفي والإدراكي، والقناعات التي يمكن أن تؤثر على المريض، ونقدم تقنيات سريعة في التخلص من

المشاعر السلبية، وهذا بشهادة أطباء حضروا هذه الدورات واعترفوا بتأثرهم بها على المستوى الشخصي بأن أصبح لديهم أدوات جديدة أكثر تأثيرا من الأدوية، لكننا نقول للناس إن العلاج يخص الأطباء النفسيين، ولا نسمي أنفسنا معالجين، ولكننا نطور الشخصية، ونساعد الإنسان على التواصل الجيد، واستخدام لغة إيجابية في التعامل مع الآخر.

القانون هو الحل

عرضنا الأمر على الدكتور ناصر لوزة، أمين عام الصحة النفسية بمصر، والذي أكد بدوره على الحاجة الماسة إلى تنظيم العمل داخل مهنة الطب النفسي وممارسيها، وهو الأمر الذي يحويه مشروع قانون الصحة النفسية المعروض على مجلس الشعب حاليا.

وأوضح أن النقاش حول الدخلاء على مهنة الطب النفسي لا ينبغي أن يقودنا إلى التنافس بين المهن المختلفة، وإنما إلى التكامل بين الطبيب النفسي والأخصائي النفسي والاجتماعي من أجل مصلحة المرضى، فالأخصائي يعمل تحت إشراف طبيب، وله دور أساسي في الفريق العلاجي، ولكنه بأي حال من الأحوال لا يجوز لأي شخص أن يقوم بكتابة الأدوية للمرضى غير الطبيب.

وأما بخصوص الأشخاص الذين يمارسون البرمجة اللغوية العصبية، والتنمية البشرية فإننا يجب أن نحترم كل وجهات النظر وعدم التقليل من أهمية التخصصات الأخرى، بل علينا أن نجلس سويا ونبحث أوجه التعاون معهم.

وعن رؤيته للحركة قال إنها يجب أن تأتي في شكل تعاون بين الأطباء والنقابة والجمعية المصرية حتى يتم خلق جو من التعاون يقود إلى حل مشاكل المهنة، وألا يتحول الأمر إلى حرب داخلية، داعيا الأعضاء الذين انتسبوا للحركة ووقعوا على إعلانها إلى الاجتماع مع أمانة الصحة النفسية للتباحث حول مطالبهم والتعاون معهم في حل مشاكل المهنة.

وطالب الأطباء النفسيون في نهاية بيانهم بضرورة تنظيم الأوضاع وإصدار القوانين لإنشاء الهيئات التي تراقب العمل في هذا المجال، مخاطبين أعضاء مجلس الشعب المسئولين عن الرقابة على ما يجري ويهم مصالح الناس، مطالبين بإصدار التشريعات المنظمة لذلك، ثم نقابة الأطباء والجمعية المصرية للطب النفسي وكل من يهمه الأمر، بالتحرك بكل السبل السليمة والقانونية حتى ينتظم العمل في هذا المجال.

أنواع الدخلاء

ورد في الإعلان الذي تلقت شبكة (إسلام أون لاين.نت) نسخة منه بعض التخصصات الدخيلة على مجال الطب النفسي، وأولها الأخصائيون النفسيون من خريجي كليات الآداب قسم علم النفس، والذين لا تؤهلهم دراستهم للقيام بما يسمى علم النفس الإكلينيكي الذي يحتاج ممارسه في بريطانيا من أجل التأهل لهذا التخصص للالتحاق بالكلية الملكية للأطباء النفسيين لمدة ثلاث سنوات حتى يتمكن من القيام بالعلاج النفسي بأشكاله المختلفة من السلوكي والمعرفي والتحليلي والقياسات النفسية واختبارات الذكاء.

أما في مصر فالأمور تسير بشكل عشوائي يعتمد على الاجتهادات الشخصية، حتى إن بعض كليات التربية قامت بعمل دبلومات للقياسات النفسية والتعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة، وتوسعوا في ذلك حتى قاموا بفتح مراكز وعيادات يقومون فيها بالتشخيص وإعطاء الأدوية والعلاج.

والفئة الأخطر في هؤلاء هم من حصلوا على الدكتوراه في علم النفس وفتحوا مراكز للعلاج، وتكمن المشكلة الكبرى في أن الجمهور لا يفرق بين هذا الدكتور في علم النفس والطبيب النفسي، بل قد يتعمد بعضهم إغفال الأمر، خاصة في ظل وجود قانون يجيز لمن حصل على الدكتوراه في علم النفس القيام بفتح مركز للعلاج النفسي، ومن المعلوم أنه لا يقوم بالتشخيص إلا الطبيب فقط.

وهناك فئة أخرى من الدخلاء على مهنة الطب النفسي –كما ورد في الإعلان– وهم خريجو أقسام علم الاجتماع من كليات الآداب والخدمة والاجتماعية وغيرهم ممن حصلوا على دبلومات التعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة، أو دورات من بعض الجمعيات الأهلية التي تعمل في هذا المجال.

وتكمن المشكلة في أن هؤلاء يرون في أنفسهم القدرة على فتح مراكز للتعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة، والبعض منهم يحاول الاجتهاد وتغطية المساحة المتروكة من اهتمام أي جهة، والكثير منهم يستغل حاجة الناس الملحة، وبين هؤلاء وهؤلاء لا تُقدم خدمة حقيقية للمرضى.

عن موقع اسلام أون لاين على شبكة الانترنت www. Islamon lie . net

لغة جديدة ... للحياة

لا أدرى . . لماذا أجدنى مندفعة الأفكار لمجرد أننى أمسكت بقلمى لأعبر أو لأعلق على حضورى الدورة التدريبية الخاصة بالوسواس القهرى لمحاضرها أ . د . عبد الستار إبراهيم.

وكأن مفرداتى اللغوية تسابقت ، لتنال كل منها منحة أن تكون غزل فى نسيج دانيلى يجسد مدى الكسب المعنوى الذى أضيف إلى مقتنيات ذاكرتى .

وقد يظن البعض أننى أشير فقط إلى كم الثراء المعرفى المضاف ، وقد تكون هناك علامة تعجب لأننى أعلق على تدريب فى أيام قلائل لهذا التدريب من التقدير . وقد يرجعه البعض لأنها أول دورة تدريبية أحضرها بالرابطة ، وأول لقاء مع الأستاذ الدكتور المحاضر ، أو لكيف المعلومات الذى أكتسبته فى مدى زمنى وجيز ؟ !

غير أنه لا هذا ولا ذاك ، فا عياداتى كثيرة من هذه التكثيفات المعرفية خلال القراءات الاسبوعية فى مدى أوجز من ذلك ، كما أنه فى السابق امتدت جسور من التواصل بيننا وبين أساتذة محاضرين .

إنما تمثل الكسب المعنوى المتفرد الذى دفعنى للتعبير عنه فى كوكيل من مكتسبات معرفية تروى العقل فكرا ، ومكتسبات وجدانية تروى الروح فتجعل الحياة تتدفق فى شرايين الحياة .

وأظنها الحياة التى علمتنا دائما أن القيمة ليست بالكم الذى نضيفه لذاكراتنا ، ولكنها الكيفية التى أقتنيناها ، هذه التى تجعلنا ونحن نتصفح ذاكراتنا نسعد بمقتنياتها الثمينة ألا وهى الصور الذهنية التى تساعدنا على أساليب التفكير والمشاعر الايجابية مما يحافظ على صحتنا النفسية طبقا لمقولة أستاذنا الدكتور / عبد الستار إبراهيم باعتبارها احد المضادات الحيوية الطبيعية للاكتئاب وغيرها كثير مما قاله العالم الجليل ، كالسهل الممتنع ينساب من منابع المعرفة لمصبات العقول .

لذا أجدنى أحيى بكل صدق نبل ورقى سلوكيات أستاذنا الدكتور . التى ترجمت عمق تواضع العلماء كسمة أصيلة فى شخصيته . . يستحق بها منا كل الاحترام والتقدير .

كذلك ما كان يأسرنى فعلا خلال تواجدى بالرابطة . . روح خلية النحل ، التى كان يعمل بها كل فريق الرابطة ، وكأن كل الأيدى تعمل كضفيرة مجدولة من مشاعر التضامن والعطاء والجهد ، محلاة بشريط من رونق الحب كضوء ينساب بين طياتها .

وهنا أسجل كل الشكر لكل أفراد فريق الرابطة ، بدءا من الأستاذ الفاضل رئيس مجلس الإدارة الذى لم نلتقيه ، إلا أنه كان لنا حظ التحادث مع المايسترو والقائد لأوركسترا الرابطة السيمفونى الأستاذ الفاضل / محمود نص وذلك لوهلة من الزمن أتاحت استنباط مدى الحرص على استيفاء الممكن والمستطاع من وجهات نظر المتدربين ، حتى تجعل الإطار حول صورة الرابطة ، ويتابع أداء كل فرد وهو يعزف وان لم أستطع الالتقاء بكل الفريق إلا أن بصمات الجميع واضحة سواء بعيدا عنا أو أمامنا مثل الزميلة فهى الفراشة الوثابة بين جنبات المكان .

فشكرا للمايسترو وفريقه المنسق لكل الدورات . . . التى لاشك بانها كل منها ، يبدأ كل منا تعلم لغة جديدة . . . للحياة .

شكرا . . كلمة حقا علينا لهم . . . شكرا بكل حروفها وبريقها .

فايزة حلمى

عندما يكون التفكير فى الأمور أسوأ من الأمور ذاتها

بقلم : د. عبد الستار إبراهيم

ذكرت لى إحدى السيدات أنها تعانى من اضطراب شديد منذ أسبوعين قبل حضورها، وخلال هذه الفترة كما ذكرت ، وكما ذكر لى زوجها ، وهى لم تتوقف عن البكاء وتأنيب الذات لدرجة جعلتها تهمل فى حياتها الأسرية ، ورعاية أسرتها أو نفسها . كان أول ما فعلته عندما قدمت للعيادة أنها دخلت فى نوبة من البكاء والدموع كان واضحا أنها تعانى من نوبة اكتئاب حادة ، وعندما هدأت علمت منها أن هذه الحالة تملكتها منذ أسبوعين عندما أصرت على دعوة أسرة صديقة لزيارتها ، ولأمر ما تعرضت تلك الأسرة الصديقة فى الطريق لحادث سيارة مؤلم أدى لدخول أفرادها غرفة الطوارئ بالمستشفى ووفاة أحد أطفالهم فيما بعد . ومن ساعاتها أصبحت هذه السيد فريسة لشعور شديد بالذنب لأن كل ذلك " حدث بسببى ، لو لم أصر على دعوتهم لما كانت هذه الأسرة قد تعرضت لما هى فيه الآن ".

أذكر هذه الحالة لأنها تمثل نموذجا جيدا لما نلاحظه فى حالات كثيرة من الاضطراب النفسى والمزاج . فعلماء العلاج النفسى وعلماء النفس يعرفون الآن أن وراء كل نجاح شخصى أو فشل ، ووراء كل أحساس بالسعادة والصحة ، أو الشقاء والاضطراب يوجد بناء ونمط من التصورات والمعتقدات يتبناها الفرد عن الحياة وما يواجهه من مواقف وخبرات فيها . كل الفرق أن المعتقدات ووجهات النظر التى يتبناها السعداء والناجحون فى الحياة تدعو هم للنشاط والانجاز والتفاؤل والصحة ، أما تلك التى تسبب الاضطراب والفشل فهى عادة تمثل وجهات نظر يجئ بعضها فى شكل تصورات خاطئة من التفكير فى الأمور كالمبالغة ، وإدانة الذات لأمور ليست من مسئولياتهم كما فى حالة السيدة التى بدأنا بها هذا المقال، ومن ثم يكون القلق والتعاسة واضطراب الحياة النفسية والعقلية للفرد .

راقب نفسك فى بعض حالات التوتر الشديد وعندما تشعر بان الضغوط تراكمت عليك بصورة شديدة.ستجد كمية كبيرة من الخواطر والأفكار السلبية تطفو على الذهن أكثر بكثير مما لو كنت فى حالاتك المعتادة من الاعتدال المزاجى . وبالغرم من أن هذه الأفكار قد تكون نتيجة لحالة التوتر التى أنت فيها ، فإنها تودى بدورها إلى زيادة حدة الشعور بالتوتر والقلق . وهذا معناه أن طريقة التفكير فى الأمور يكون فى أحيان كثيرة سببا مباشرا فى الحالة الوجدانية ايجابية كانت أو سلبية.

يعكس هذا المثال السابق استجابات مضطربة نتيجة للربط بين وقائع ليست لها علاقة منطقية بالاضطراب ، إنها مجرد تصورات بوجود علاقة لا توجد أدلة على صحتها . فمرة ننسب تعاستنا لأسباب تبدو علمية كالوراثة ، أو الخبرات الماضية ، ومرة ننسبها لحوادث عارضة كرؤية شخص معين ، أو حدوث أمر تافه ليست له صلة منطقية بالاضطراب والتشاؤم " كالعين " و " الحسد " ، ومرة ننسبها لضعف فى خاصية أخرى من خصائصنا الشخصية ، ولكن ليست لها علاقة هذه المرة بالموضوع أو بالشعور المرتبط بالاضطراب النفسى و الانفعالى .

ولا يكفى أن نعرف ذلك ، بل يجب أن نحاول أيضا أن نتوقف عن هذه الأساليب الخاطئة من التفكير . ربما يعتقد القارئ أن هذه نصيحة الكلام عنها أسهل من تنفيذها عمليا !!! وأستطيع أن أوكد للقارئ هنا ــ ومن خلال سنوات الخبرة بالعلاج النفسى ــ أننى عادة ما كنت أجد أن العلاج ــ بالنسبة لعشرات المرضى يتحول للفاعلية ، وينحو منحى ناجحا إذا ما قام الشخص بتعديل بعض أنماطه الخاطئة من التفكير .

وقد تتساءل عما يمكن ان تفعله لتعديل أساليبك فى التفكير . الحقيقة أن موضوع تعديل أساليب التفكير يشغل فى الوقت الراهن حيزا ضخما من اهتمامات المعالجين النفسيين وخبراء الصحة النفسية والعقلية . ولحسن الحظ فقد أدت هذه الاهتمامات إلى نتائج لا تقل ضخامة ، عندما اكتشفوا وبلوروا العديد من الطرق أذكر لك من بينها الطرق الأربع التالية :

- مراقبة الذات وتوجيه الانتباه إلى خطأ الربط بين جانبين غير مترابطين فى حقيقة الأمر . ولاشك أن مراقبة الذات عند القيام بعملية الربط بين واقعتين أو أكثر ، ستوجه انتباه الشخص إلى أحد أخطائه الأساسية فى التفكير ، وستبين له مبكرا أن جزءا كبيرا من الحالة الوجدانية التى تتملكه ينبع لا من وجود خبرة سيئة فعلية ، بل من مجرد خطأ فى التفسيرات التى تصبح بمثابة فيروس يشوه كل إدراكاتنا التالية للمواقف . ليست له أى علاقة بما يحدث أو سيحدث مستقبلا .

- الفصل بين الوقائع وأن يدرك الشخص أن لكل خبرة أو واقعة مرت أو تمر به بظروفها الخاصة التى تمت أو تتم على نحو مستقل . ونتيجة لهذا الفصل بين الوقائع ، سيتمكن من عزل المشكلة التى يواجهها الشخص عن السياق السلبى الذى تنسب له المشكلة ، سيمكنه فى فترات قصيرة نسبيا ان ينتبه إلى أخطائه الذهنية فيتعامل الشخص مع مشكلته على انها معزولة عن كل الأفكار الضبابية التى كان تبناها عنها من قبل . ويصبح نتيجة لهذا قادرا وربما لأول مرة فى حياته على ان يتحمل بعض المسئوليات التى كان يهرب منها من قبل ، وان ينظر لبعض الشروط الحقيقية التى تساعده بالفعل على مواجهة مصادر الاضطراب ، أو أن تقل إحباطاته وقلقه عندما يواجه خبرة غير سارة فيرى أن تأثيرها على حياته تأثيرا منعزل ومحدود بالنتائج التى يثيرها هذا الموقف فى لحظتها ليس أكثر .
- ولهذا من الضرورى أن نساعد الشخص على توظيف أفكاره الجديدة المنطقية حالما تحدث ، وذلك بدفعه وبتكليفه بواجبات منزلية home work يسعى الشخص من خلالها إلى ممارسة أفكاره المنطقية عمدا وفى مواقف حية ، اى يتصرف بطريقة تعكس اتجاهه الجديد ، وتغيراته الذهنية الايجابية . لهذا فقد نوصى المريض أن يقوم بتأمل ما يقوله لنفسه فى موقف معين .
- وتتحسن الحالة الوجدانية عندما ننتبه إلى إحدى الحقائق النفسية الهامة وهى أن التفكير فى الأمور عادة ما يكون أحيانا كثيرة أسوء من الأمور ذاتها ومن ثم درب نفسك على الحوار الايجابى مع النفس وتجنب تفسيرك للأمور بصورة مبالغ فيها لان أسوء ما فى الأمور أن نسمح لمبالغتنا وتهويلاتنا أن تحكم حياتنا ، وان يمتد تأثيرها ، بسب تفكيرنا فيها بصورة سلبية مبالغ فيها . والحوار الداخلى والحديث الايجابى مع النفس فن يمكن إتقانه والتدريب عليه بإتباع هذه الخطوات :
- مراقبة الذات عندما تواجه الأمور الصعبة أو البسيطة أو عندما تشعر بتراكم الضغوط ، انتبه بشكل خاص للمشاعر الانفعالية التى تتملكك . هل هى غضب ؟ أم اكتئاب وإحساس بالذنب ؟ أم قلق وخوف .
- حدد الخبرة أو الموقف المباشر ــ الذى ارتبط حدوثه بالحالة الانفعالية السيئة التى تشعر بها .. قد يكون هذا الموقف الذى ارتبط بهذه الحالة : افتقاد الأهل ــ فشل فى الدراسة ــ اكتشاف مرض الم بك أو بأحد الأعزاء ــ وفاة احد أفراد الأسرة ــ تورط فى قضية قانونية أو اجتماعية ــ رفض خارجى لالتماس عمل أو زواج أو خطوبة ــ رفض التماس تقدمت به لطلب ما ــ مشكلات مهنية أو دراسية حدثت لحد أفراد أسرتى المقربين ــ مشاحنات أسرية ــ خلافات فى العمل .. الخ .
- سجل حواراتك الداخلية ، وأنواع التفسيرات التى وضعتها للموقف أو المواقف التى تواجهك . حاول الآن أن تتذكر خبرة أو واقعة مرت بك منذ فترة قريبة اليوم مثلا أو الأمس ولازالت تثير لديك القلق والخوف لنفرض مثلا أن الموقف الذى أثار الاضطراب تعلق بتوجيه نقد لك فى العمل . وكانت النتيجة هى ما تشعر به الآن من قلق واضطراب ، ما الذى يدور فى ذهنك ، عندما تتذكر هذا الموقف . توقف وسجل تفسيرك لهذا الموقف . لا تكن نظريا أو عاما ، اى اكتفى بوضع تفسير واحد أو تفسيرين لهذا النقد من وجهة نظرك .
- تبين الصلة بين ما يتملكك قلق ، وبين محتوى الأفكار وأنواع التفسيرات التى تضعها للمواقف التى تواجهك . هل تعتقد أن النقد الذى وجه لك ربما عنى شيئا خطيرا يتم فى الخفاء ضدك ، أو أن معنى ذلك انك إنسان مقصر لا يعرف مسئولياته تماما .
- أعد وكرر هذه العملية بالنسبة لمواقف أخرى شعرت بعدها بالقلق والخوف ، وسجل تفسيراتك لها وما يدور فى ذهنك الآن أو ساعة مرورك بهذه الخبرة . ستجد غالبا ان لك نمط موحد من التفكير فى الامور وهو الميل للمبالغة وتوقع الأخطار .
- تجنب ، بعد ذلك ، استخدام نفس التفسيرات (المبالغات فى تصور نتائج رهيبة) التى ارتبطت لديك بالحالة النفسية السيئة .

الإنقاص من الأفكار السلبية

طريق التوقف الفورى عن التفكير فى الأمور السيئة :

- انك تشعر بالضيق والغضب وتريد أن تتخلص من مشاعر الضيق الناتج عن هذه الخبرة ونسيانها .
- قم فورا بالتدخل لإيقاف هذه الصورة الذهنية . بالبدء فى ممارسة هذا الأسلوب فى مكان خاص لا يسمعك فيه احد كالمنزل أو مكتبك .

- استرجع هذه الخبرة فى الذهن بصورة حية متبلورة تماما ، وبكل تفاصيلها .
- عندما تتأكد من استعادتها تماما ، ردد هذه العبارة " اننى سأوقف هذه الفكرة الآن " أو "توقف " أو " كفى هذا "قل ذلك بحزم وبصوت مسموع خاصة فى البدايات الأولى من سيطرة هذه الصورة .
- بعدها إبدء تدريجيا فى خفض صوتك ، مع المحافظة على قوة النبرة . استمر فى هذه العملية ، حتى تصبح عبارة " قف " تتم بشكل هامس ثم بشكل غير مسموع . وفى هذه المرحلة يصبح بإمكانك أن تستخدم هذه الطريقة الأخيرة حتى فى المواقف العامة .
- انتقل بهدوء ، ودون أى اضطراب إلى ما كنت تفكر فيه من قبل ، أى قبل أن تطفو هذه الصورة السلبية على الذهن .
- كرر هذا الأسلوب أكثر عدد ممكن من المرات يوميا حتى تختفى الصورة الذهنية تماما وتختفى المشاعر المرتبطة بها من قلق أو توتر .

عقاب الذات

- وهناك من ينصح ، باستخدام أساليب من العقاب الذاتى للعمل على إيقاف الفكرة السلبية ، مثل صفع اليد ، أو إحاطة معصم اليد بإطار من المطاط (أستك) تشده لنهايته وتتركه ينزلق بشدة على المعصم فى كل مرة تسيطر عليك خلالها الفكرة السلبية ، أو الذكرى والصورة الذهنية التى تمهد أو تؤذن بحدوث الاضطراب .

الدحض والتفنيد

- مارس أسلوبا يقوم على دحض وتفنيد الأساليب والتفسيرات اللاعقلانية عن نفسه أو العالم . ويهدف الدحض الى اطلاعنا على الجوانب السلبية أو المبالغ فيها من التفكير . و بالتالى يكون الطريق ممهدا لاستبدالها بأفكار واقعية ومعقولة تلائم الموقف ، وسنلاحظ أن فحص الأفكار الخاطئة قد ينتهى بنا إلى اعتقادات واقعية عاقلة ، فضلا عن نتائج انفعالية وسلوكية معدلة ومعقولة . ومن فوائد القيام بعملية دحض وتفنيد الأسلوب الخاطئ من التفكير انه يطلعنا على الجوانب السلبية أو المبالغ فيها من التفكير . ومن خلال الدحض المستمر للأفكار الخاطئة نكتشف ان طرق تفكيرنا السابقة لم تعد تجدى ، وأننا باستمرارنا فى تبنيها لا نكرر اضطراباتنا وأخطائنا بحز فيرها فحسب ، بل أننا نعمل على زيادتها وقوة تأثيرها .
- تذكر دائما أن الإنسان لا يمكن أن يكون منطقيا فى أفكاره ولا منطقيا فى نفس الوقت ، ولا يتبنى فكرة سلبية وايجابية عن نفسه فى نفس الوقت ، كما لا يمكن أن تكون أفكاره عن الآخرين هادئة وغاضبة فى نفس الآن . ولهذا يعتبر أسلوب استبدال الفكرة السلبية بأخرى مناقضة و تثير الهدوء من الطرق التى ننصح بها للتقليل من الأفكار السلبية التى نحملها عن أنفسنا وعن العالم . مثال هذا ان موظفا انتابته مشاعر الضيق الشديد من العمل لدرجة انه كاد ان يتقدم باستقالته ، وقد تبين ان العمل لديه ارتبط بفكرة انه واجب ثقيل لا يتناسب مع ميوله ، وسواء كانت استنتاجاته صحيحة ام خاطئة فقد اكتشف ان هذه الخواطر كانت تسيطر عليه يوميا عند ذهابه للعمل مما ضاعف من نفوره من عمله .وقد وجدت ببعض المناقشة مع ان نستبدل هذه الخواطر بأفكار أخرى معارضة هى " ومتى كان هناك عمل لا يخلو من الملل والواجب ، انه على اى حال عمل ياتى منه راتب ، فيمكننى أيضا أن أجد به بعض المتعة حتى تسنح الظروف لوجود عمل أخر " لقد تغيرت أساليبه فى التفكير وبدأت بعدها مشاعر الهدوء النفسى تسيطر عليه ، وقد حاول خلال ذلك ان يتدرب على بعض المهارات التى كان يعزف عنها فى السابق لتحسين علاقاته بالزملاء ، لم يعد يفكر فى ترك عمله.
- وهناك مثال أخر أيضا يتعلق بحالة شاب متدين ، كان يشعر بالذنب إذا ما قضى وقتا طيبا، أو إذا كان من حوله جو يتسم بالمرح . لقد كان يظن أن هذا المناخ لا يتناسب مع معتقداته عن المرح الذى كان يراه علامة على الضياع والتفاهة، وقد أخذ سلوكه فى التحسن، وأخذت مشاعر الذنب عنده تتناقض بشكل واضح عندما أستبدل هذا التصور للمرح بتصور آخر بأن الوقت الطيب لا يعنى الضرر بالآخرين، كما أن المتعة لا تعنى إيقاع ضرر بأحد حتى ولو بدا أن أصدقائه لا يتفقون معه فى هذا الرأى . وتعتبر هذه الطريقة طريقة فعالة فى إحداث التعديل السلوكى المطلوب، فضلا عن أنها تحسن من استخدام البيئة بإدراكها – فى مواقف التهديد – على أنها أقل مدعاة للإضراب والتخوف.

مستشارك النفسى .. يركز على ما يقابلك من مشكلات

بقلم: د.عــادل خضر

اختبار رسم الرجل

منذ ظهور اختبار رسم الرجل عام 1926 ، وهو يستخدم على نطاق واسع مع الأطفال في المدارس والمؤسسات الاجتماعية ، ومع ذوي الفئــات الخاصــة لقياس الذكاء ، وقد استخدم في أغلب دول العالم ، نظــراً لكونــه اختبــار عبــر حضاري .. ولم يتم استخدامه فقط لقياس الذكاء ، بل أن بعض الباحثين اســتخدمه أيضاً للتعــرف على نواحي الشخصية ، وفيما يلي نعرض لاســتخدام اختبــار رسم الرجل في قياس كل من الذكاء والشخصية :

أولاً : استخدام اختبار رسم الرجل في قياس الذكاء :

- يعد اختبار رسم الرجل لجودانف (1926) Goodenough من أشهر الاختبارات التي اهتمت بقياس الذكاء لــدى الأطفال ، حيث يطلب من الطفل أن يرسم رجلاً ، ثم يتم تحليل الرسم وفقاً لقائمة تتضمن (51) عنصراً ، حيث يتم تقدير العمر العقلي ونسبة الذكاء ، إلا أنه تم إدخال تعديلات على قائمة التحليل بالاشتراك مع هــاريس (1963) ، فأصبحت القائمة تحتوي على (73) عنصراً .
- ولاختبار رسم الرجل مزايا عديدة لعل أهمها :

1. أنه اختبارغير لفظي ، أي أنه لا يعتمد على الألفاظ والقراءة والكتابة في قياس ذكاء الأطفال موضع الاختبار .
2. أنه اختبار رخيص الثمن .
3. بسيط في إجراءات تطبيقه .
4. يمكن إعطاؤه كاختبار فردي لطفــل واحد أو كاختبار جمعي لمجموعة من الأطفال .
5. لا يحتاج إلى وقت كبير في أدائه ولا في تصحيحه ، حيث تستغرق إجراءات أدائه وتصــحيحه فــي المتوسط حوالي عشر دقائق تقريباً .
6. يتميز بدرجة عالية من الثبات والصدق .

- وينطلق اختبار رسم الرجل (لجودانف) لقياس الذكاء من مسلمة مؤداها أن الطفل يرسم ما يعرفــه ، وأنــه يمكن أن نحدد ذكاء الطفل من خلال ما يعرفه ويضمنه من تفاصيل ونسب ومنظور تتصل بأعضاء الجسم والملابس الخاصة بالرجل المرسوم . وربما وقع اختيار جودانف على رسم الرجل لقيــاس الــذكاء إلــى اعتبار أن هيئة الرجل مألوفة لجميع الأطفال ، وأعضاء جسمه أكثر وضوحاً له من المرأة .
- وقد اتضح بناء على هذه النظرة المعرفية لرسم الرجل أن رسوم الأطفال مرتفعي الــذكاء يظهــر فيهــا تفاصيل أكثر ونسب واقعية ومنظور جيد ، وذلك بعكس رسوم الأطفال منخفضي الذكاء والتــي يظهــر فيهــا تفاصيل أقل ونسب محرفة ، ومنظور رديء ، والأمر على هذا النحو يشير إلى أن اختبار رســم الرجــل لجودانف يقيس القدرة العقلية التي تتمثل في كم ما يعكسه الطفل من تفاصيل، وكيف ما يشكله من علاقات لهذه التفاصيل التي يرسمها .
- وقد أثيرت بعض المشكلات الحضارية في استخدام اختبار رسم الرجل لقياس الذكاء ، ولعل أهمها مشكلة الملابس التي يرتديها الرجل (حيث الملابس التي تغطي أجزاء من جسم الرجل ، والتي يتم التقدير وفقاً لها ، كالجلباب والعمامة) ، مما دعا البعض إلى اقتراح مفاتيح خاصة بتصحيح رسم الرجــل الــذي يرتــدي جلباباً أو الذي يرتدي ملابس غير أوروبية ، وهو ما يعد حلاً ومشكلة منهجية في آن واحد .

- وعلى أي حال فإن اختبار رسم الرجل لجودانف لا يعدو في تقييمه لذكاء الأطفال سوى أن يقدم لنا مؤشراً سريعاً لمدى الذكاء لدى الطفل وليس بالتأكيد نسبة الذكاء التي تعبر عن قدرته العقلية العامة ، ولذا فإننا لا نعتمد عليه بمفرده في قياس ذكاء الأطفال .
- وبالرغم من ذلك فإن هذا لا يقلل من أهمية هذا الاختبار فهو مازال يعد من أكثر الاختبارات عبر الحضارية انتشاراً ، وأنه لا غنى عنه في التقييم السريع لذكاء الأطفال ، وخاصة المصابين بالتخلف العقلي .

ثانياً : استخدام اختبار رسم الرجل في قياس الشخصية :

- لقد تبين من مراجعة العديد من الدراسات أن رسوم شكل الإنسان بما فيهم رسم الرجل إنما تتضمن عوامل انفعالية يعكسها القائم بالرسم ، ويجب أن نضعها في اعتبارنا أثناء تطبيق اختبار رسم الرجل لقياس الذكاء .
- وتشير ماكوفر إلى هذه النقطة حيث تصرح بأنه قد اتضح من خلال استخدام اختبار رسم الرجل لجودانف للحصول على نسبة الذكاء ، أن النتائج كثيراً ما تكون غنية من الناحية السيكولوجية ، وأنها لا تتعلق فقط بالمستوى العقلي للمفحوص ، فالأطفال الذين يحصلون على نفس درجة العمر العقلي هم في الغالب يقدمون رسوماً مختلفة ملفتة للنظر ، وذات طابع فردي يتضح من خلالها تخييلاتهم الخاصة وقلقهم وآثامهم وخرجت من ذلك بأن الفرد حين يقوم برسم شكل الإنسان يكون خاضعاً لكافة الجوانب الشعورية واللاشعورية لصورة جسمه ، وبالتالي يسقط مفهومه عن ذاته في رسومه . ومن ثم قامت ماكوفر بتطوير اختبار رسم الرجل تحت مسمى آخر هو : اختبار رسم شكل الإنسان Human Figure Drawing Technique وهو المعروف باختبار رسم الشخص Draw –A- Person Test الذي ظهر عام 1949 بهدف دراسة الشخصية .
- كذلك وجد أن جودة الرسم وإتقانه إنما تعبر بشكل ما عن مدى توافق الطفل القائم بالرسم ، وفي هذا يقرر هاريس أن الأطفال سيئي التوافق الاجتماعي والانفعالي يكونون أكثر فقراً نوعاً ما فيما يتعلق بأدائهم على اختبار الرسم من الأطفال جيدي التوافق في نفس السن العام والمستوى العقلي .
- إذاً ليس العامل المعرفي فقط هو الذي يتحكم في صياغة الشكل الإنساني المرسوم ، ذلك أن هناك عاملاً لا يقل أهمية عنه ، بل ربما يزيد وهو العامل الانفعالي الذي يأخذ دوره في صياغة الشكل . ويدعم هذا الرأي هامر حيث لاحظ من خلال استخدامه لاختبار رسم الرجل لجودانف أن هذا الاختبار يعكس عوامل انفعالية أكثر مما يعكس من عوامل عقلية .
- ونظراً لما أشارت إليه الدراسات من أن عناصر رسم الرجل في صياغتها على نحو معين إنما تعكس بعض النواحي الانفعالية كذلك ، فقد قام عادل خضر و مائسة المفتي 1990، بدراسة بعنوان : " عناصر اختبار رسم الرجل وعلاقتها بالعوامل المعرفية والانفعالية " ، واتضح منها أن كمية التفاصيل هي أقرب ما يكون للتمييز بين الأطفال للتعرف على مدى ذكائهم ، باعتبار أن الطفل سوف يعكس ما يعرفه من تفاصيل خاصة بوحدة الرسم المطلوبة ، بينما نجد أن كيفية تناول هذه العناصر ، أي المنظور الخاص بالتناول لهذه الكمية من التفاصيل ، هي أقرب ما يميز الأطفال من حيث مدى التوافق (أي من الناحية الانفعالية) ، وربما يعطينا هذا مؤشراً بأنه إذا ما كان اهتمامنا هو قياس الذكاء والتعرف على الناحية المعرفية للأطفال يمكن أن ندرج في قائمة تحليل رسم الرجل أكبر قدر من العناصر التي تقع ضمن فئة التفاصيل (يليها المنظور ، فالنسب) .. بينما إذا كان اهتمامنا هو قياس مدى التوافق والتعرف على الناحية الانفعالية للأطفال ، يمكن أن ندرج في قائمة تحليل رسم الرجل أكبر قدر من العناصر التي تقع ضمن فئة المنظور .

مفهوم الشرف فى الشرق ، ومعنى العذرية

" شرف البنت زي عود الكبريت، ما يولعش غير مرة واحدة ".. على هذه القاعدة نشأت أجيال وتأسس من أركانها الخفية وجداننا الاخلاقى فعند غشاء رقيق تميز به جسد الانثى تركز مفهوم العذرية فى الشرق، وتعاظمت قيمة هذا الغشاء لتلخص كل ما تعنيه عذرية المرأة لأنه ببساطة " ما يولعش غير مرة واحدة ".

وبغض النظر عن كل ما يتنافى مع منطق الأخلاق الحميدة أو ما يمكن ان يسئ لسمعة المرأة دون ان يمس عذريتها بالمعنى السابق ، فقد حصرت نظرية " عود الكبريت " معنى الشرف الواسع فى خانة ضيقة هى خانة عذريتها التى تتوقف على سلامة غشائها .

ثم تمادى المجتمع الشرقى فى منظوره ليجعل من " شرف البنت " الركيزة الأساسية لشرف العائلة ، ويصبح شرف الرجل مستمد من شرف زوجته وأمه وأخته وابنته قبل أن يكون من نتاج عمله هو .

ولتتضح الصورة بشكل أكبر تلقى عفاف مطيراوى فى مقالها " ليلة الدخلة تكرم المرأة أو تهان " على واقع الاهتمام بالعذرية بمفهومها المحدود من خلال ما يحدث فى بعض الأقاليم المصرية وتقول (كثيرة هي تلك الحكايات والقصص التي تكون فيها المرأة نفسها هي الراوية تحكي عن نساء تعرضن إلى أنواع عدة ومختلفة من العنف " ليلة الدخلة".من نزفت كثيرا بعد أن أصاب زوجها رحمها في صولاته لا فتضاض بكارتها، محتفلا بفحولته، منتشيا بدم ضحيّته التي حافظت له على مهره من خطر المارقين والفاسدين والفاسقين...!!!

كثير من الدم كثير من العفّة...وأخرى طردها زوجها ليلة الزفاف شر طردة بعد أن باءت محاولاته لإراقة دم بكارتها بالفشل. وأخرى قتلت، وأخرى ضربت وعنفت وكثيرة هي الأيدي التي شاركت في تعنيف تلك الأجساد الأنثوية التي لم تسل من بين أفخاذها الدماء وكثيرة هي الأفواه التي لاكتها وشتمتها وأهانتها وكثيرة هي الأسماع التي شنفت الآذان مصغية إلى حكاياتها مستمتعة شامتة غامزة.. وتدور طاحونة العنف لا تكل ولا تمل ، فيها تسحق المرأة وتذل وتهان وتداس .. ولا تزال العائلات في أعراسنا في بعض ربوعنا تقف أمام غرفة نوم الزوجين منتظرة للقميص الملون بدم العروس، لتأخذه الأم مزغردة راقصة رقصات هوسية بمشاركة الأخوات والخالات والعمات فرحا وإغاظة لكل من شكك في أخلاق ابنتها والطريف أن الأم في بعض جهاتنا تحتفظ بفستان ابنتها إلى مماتها ليدفن معها عند موتها، ربما لتقدمه إلى الخالق دليلا على براءة ابنتها من الرذيلة أو لتدخل الأم بموجبه الجنة...!!

فمما لاشك فيه بحسب ما يقوله عمرو قدور فى مقاله " ثقافة العفة .. ثقافة الاستنماء ".. أن ثقافة العفة تظهر انحيازا أخلاقيا إلى الرجل، فتتسامح معه في الحقل الجنسي ، يصرح الكثير من الرجال بممارستهم الجنس خارج المؤسسة، على العكس من النساء حيث لا تتجرأ إلا قلة منهن على التصريح بذلك

وعن شخصية الرجل فى مجتمع ذكورى يتحدث مقال " نحو موت العذرية " لعبد الصمد الديالمى ، حيث يقول إن وطء فتاة قبل الزواج رمزيا لكل رجال الموطوءة إلى نساء، أي تحويل أبيها وأعمامها وإخوتها إلى ذكور دون فحولة ، إلى مفعول بهم جنسيا. إن الرجولة قدرة على الفعل، والقدرة على الفعل هي القدرة على الوطء والقدرة على منع الوطء في آن. ففعل المراقبة نفسه يدرك كفعل رجولي بامتياز، أي كفعل جنساني ويشكل الإخفاق فيه إخفاقا جنسيا ينال من رجولة الذكر.

ومن ناحيته يساهم الدين بدور مهم فى تأصيل الأفكار الشرقية حول العذرية وعلاقة الرجل بالمرأة ، لهذه الفكرة يشير حميد نزار فى مقاله " العربى المسلم : أنا أفض إذن أنا موجود " فيقول (لا يمكن أن نطرح قضية العذرية والبكارة بمعزل عن تأثير التصورات الإسلامية للمرأة وعلاقتها بمالكها الرجل إذ لا يوجد دين ولا فلسفة في الدنيا تمجّد العذرية مثل ما تفعل الإيديولوجية الإسلامية.

وبالرغم من الاعتبارات الاجتماعية والدينية التى تطوق بعقل الرجل الشرقى إلا أنه أحيانا ما يقع فى فخ اختلاف مفهوم الشرف بين المجتمعات الشرقية والغربية فيكشف لنا عن نظراته المتناقضة للمرأة وتوضح هذه الزاوية هالة أحمد فؤاد فى مقال لها حين تقول (والسؤال الذي لم أجد عليه جوابا حتى اليوم، لماذا يقبل الرجل الشرقي بالزواج من امرأة أوربية، غير عذراء، ويعرف أن لها تاريخها الجنسي قبله، ولا يقبل بذلك مع المرأة الشرقية ؟ يقول أحدهم ، هذه عاداتهم ! ولكن كيف هو نفسه، يقبل هنا، ولا يقبل هناك ؟ لم أفهم هذه النقطة

حتى الآن. حتى أن بعض الرجال الشرقيين ، هنا في فرنسا ، تتغير معاملتهم لي حين يعرفون أني لست فرنسية ، ويحاولون فرض الثقافة الشرقية علي في التعامل مع المرأة، باعتبارها أقل ، وقابلة للمساومة ، كما لو أنها " أقل " من المرأة الأوربية في الدفاع عن حقوقها، أو أنها " أرخص " ، بل ، وكأنه يستعيد حماية الشرق له ، وتعاطفه معه ، في حال أي خلاف، فالمرجعية الشرقية، ستنتصر له) .

ولعل ازدواجية الرجل الشرقى فى التعامل مع المرأة تعتبر دليلا قويا على أن الفروق بين الرجل والمرأة أو الذكورة والأنوثة لها أبعاد تاريخية وثقافية تحتمل التغيير، وهو ما تؤكده كارلا سرحان أستاذة الألسنية فى جامعة البلمند البنانية فى مقالها صورة الرجل والمرأة : بين الإرث الثقافى والواقع " ، فتقول كارلا عبر العصور التصقت صفات ومميزات بالمرأة من جهة ، وبالرجل من جهة أخرى ، وشكلت الصورةَ التي يرى كل واحد منا نفسه والآخر من خلالها. وحين قسم المجتمع البطريركي المواصفات، فإنه قسمها بشكل ثنائي قاطع وفقا للمعادلة التالية : إذا كان الذكَر هو القوي ، فالأنثى هي الضعيفة ؛ وإذا كان هو صاحب القرار والرأي الصائب، فهي المتقلبة المزاج ؛ وإذا كان هو العقلاني ، فهي العاطفية؛ وإذا كان هو المعيل ، فهي التي تتم إعالتها. والمعجم الوسيط يعلن أن " الأنثى هي خلاف الذكَر من كل شيء".. ارتبطت الصفات أعلاه بالأدوار التي لعبها كل جنسٍ على حدة. فكانت أدوار الطباخة والمربية وربة المنزل ، مع ما يستلزمها من صفات كالحنان والصبر والترتيب والهدوء، ملازمة، بل محددة، لهوية المرأة. وأما أدوار المحارب والمعيل والمسئول والمنقذ، مع ما يرافقها من مواصفات كالقوة والشجاعة والقرار الصائب، فملازمة لصورة الرجل... بيد أن المجتمع الكوني يشهد تحولا من حيث توزيع الأدوار. فمنذ أن خرجت المرأة من بوتقة منزلها، لم يعد دورها مقتصرا على التربية والأعمال المنزلية، بل تعداه ليطاول الكثير من الميادين التي كانت حكرا على الرجال. والأسئلة الجديرة بالطرح هي: ألا تتطلب هذه الأدوار الجديدة مواصفات تَخرج عن نطاق الأنماط التقليدية ؟ ألا يؤدي أي تغير في أحد عنصري المعادلة (أي النساء) إلى خلل في توازن هذه المعادلة ؟ بمعنى آخر، هل يستطيع الرجل الاستمرار في احتكار صفات القوي والشجاع والمعيل وصاحب القرار متى أثبتت المرأة أنها ليست ضعيفة ولا محتاجة إلى من يعيلها ، بل شريكة في القرار ؟) .

وفيما يخص اللغة وهى عماد أى ثقافة وواجهتها تقول (إن اللغة تَعتبر المذكر هو الصيغة الأصلية التي يتفرع منها المؤنث عبر إضافة علامة التأنيث، ولا تعتبره مشتقا من المؤنث عبر حذف تلك العلامة. وهذا أمر يؤكده علماء الألسنية ، بمن فيهم أكثر المطالبين بحقوق المرأة ، كمارينا يا غلو التي صرحت بأن " أحدا لا يشك في أن المؤنث مشتق من المذكر." وهنا تتضح علاقة هذا التصنيف اللغوي بالواقع الاجتماعي والثقافي . فقد فسر عالم الألسنية أنطوان ميي هذه الظاهرةَ منذ عشرينيات القرن الماضي ، قائلاً : " إذا أردنا أن نَفهم لماذا يكون المؤنث ، في اللغات التي تميز بين المذكر والمؤنث، دائما مشتقا من المذكر، لا الصيغة الأساسية ، فإننا لا نستطيع ذلك إلا إذا فكرنا في الوضع الاجتماعي للرجل والمرأة في العصر الذي تكرست فيه تلك الصيغتان).

وتستطرد كارلا فتقول (إنها إرادة لغوية واضحة تهدف إلى حفظ مكانة القيم الذكورية من خلال إزاحة كل ما هو غير عاقل من إطار المذكر اللغوي !) .

ثم تستشهد فى بحثها بجزر تروبريان فتقول (يتحدث عالم الأنثروبولوجيا مالينوفسكي عن الأب في شمال غرب بلاد الميلانيزيا، فيقول إنه " الرجل المتزوج من الأم ، ويعيش معها تحت سقف واحد... وصف لي الأب... كغريب... وعندما يكبر الطفل... يعلم أن اسمه الطوطمي مختلف عن اسم والده ومطابق لاسم أمه. ويتعلم أيضا أن كل الواجبات والممنوعات ومدعاة فخره تجمعه بأمه وتَفصله عن أبيه . " هذا النمط الاجتماعي مختلف تماما عما نعيشه في مجتمعاتنا . وما يعتبره البعض طبيعيا و بدهيا ليس في الحقيقة إلا نمطا اجتماعيا و ثقافيا يختلف باختلاف المجتمعات. ففي جزر تروبريان ليست صورة الرجل مرتبطة بالفوقية، ولا صورة الأب ملازمة للسلطة ؛ فالأب ليس رب الأسرة ولا زعيمها).

وفى ختام بحثها تقول كارلا (وهكذا أثبتت المرأة كفاءتها من خلال قيامها بعملها، وأقنعت حتى أكثر المشككين فيها بأنها أهل لممارسة أية مهنة. وبذلك برهنت خطأ كل النظريات القديمة التي صورتها كائنا ضعيفا ، مسلوب الإرادة ، ذات قدرات فكرية محدودة . وما كان يخشاه فرويد أو غيره من أن " ترمى المرأة في معترك الحياة " أثبت أنه يخبئ استئثارا ذكوريا بكل مكاسب العمل المهني ، الفكري والمادي ، واستئثارا

من ثم بقيم إثبات الذات والنجاح والثقة بالنفس . وهكذا يكون الواقع قد أثبت سقوط مبدأ التقسيم الثنائي للمواصفات، مؤكدا بذلك أنه اجتماعي بحت، يختلف من مجتمع إلى آخر (كما هو الحال بالنسبة إلى جزر تروبريان)، ويتطوّر مع تطوّر المجتمعات (كما هو حال مجتمعنا) وبعيدا عن أقلام الصحفيين والعارفين ودفاعا عن المرأة الشرقية فى واقعها الخانق تهتف مئات الأصوات على شبكة الانترنت بضرورة الرجوع للمفاهيم الحقيقية لكل هذه المصطلحات التى اختلط علينا الأمر فى تحديد معانيها ، وأولها العذرية والشرف .

فعن الشرف يقول البعض ان الشرف له أوجه كثير وأنه ثوب فضفاض ضيقه المجتمع المتخلف وجعله يرتبط بقضايا الجنس وما أشبه ، وأنه فى الأصل يعنى منظومة متكاملة من القيم المتضافرة لكن هذا المعنى العام الذى تشترك فيه غالبية الثقافات البشرية قد انحرف عن معناه كثيرا فى الثقافة العربية المعاصرة بسبب قرون طويلة من التخلف والانحدار .

والبعض يرى أن الشرف لا يقتصر عندنا أى كعرب على العلاقة الجنسية ولكنه أوضح صفة لمفهوم الشرف ، وأن مفهوم الشرف عند الغرب يختلف عن الشرق بسبب غياب الدين ويختلف عن ذى قبل بسبب ظهور أنظمة سياسية واقتصادية جديدة غيرت فى الفكر الغربى بشكل عام .

أما بالنسبة لشرف الرجل فيرى كثيرا من شباب الانترنت أنه قد انحسر فى " السلوك الجنسى للمرأة "، التى هى إحدى قريباته اللواتى يحملن اسمه ونسبه ، وأن المنطق العقلى الذى يقف خلف هذا يعنى أن الرجل ليس له شرف خارج عن نطاق مهبل المرأة و بالتالى ، فلا يعيب الرجل فى نظر الثقافة السائدة أن يكون قد خاض من التجارب الجنسية ما يشيب له شعر فى حين يعيب المرأة كثيرا ويدنسها مجرد الهمس أو الأقاويل حول سلوكها الجنسى .

ومن أهم ما طرحته صفحات الانترنت مسألة جرايم الشرف التى تنتشر فى أنحاء مختلفة من دول الشرق ، وبسببها تروح البنات والنساء ضحايا لانتقام العائلة بعد أن تتخذ إحداهن سلوكا يتعارض مع الآداب العامة أو تقاليد الأسرة ، وفى أحيان كثيرة يتم الاتهام ظلما والقتل أيضا .

ورغم قلة الارقام المتوفرة فإن التقارير تشير لأن عشرات النساء يقتلن سنويا فى بعض الدول مثل تركيا وباكستان وفلسطين والأردن وسوريا بسبب " جلب العار" للعائلة ، ورغم أن الاسلام يشترط توفر أربعة شهود فى حادثة الزنا ، إضافة إلى الظروف المختلفة حتى يتم درء الحدود عن الناس إلا أن هذه العمليات لاتزال تلقى تأيدا فى بعض هذه المناطق ، بل تساندها القوانين فبموجب القانون السورى مثلا ، لايعتبر القتل دفاعا عن الشرف جناية وإنما جنحة ، عقوبتها سنة سجن كحد أقصى ولكن يمكن للقاضى أن يخفض المدة .

وعن مفهوم العذرية تستنكر أراء كثيرة ربط قيمة المرأة بوجود غشاء البكارة أو عدمه لأنه يعتبر احتقار واستغلال وأن النقاش معها عن هذا الموضوع ابتزاز وظلم ، لان المرأة حين تتكلم عن ذلك الموضوع يعنى أنها وضعت فى خانة المتهم .

كما تتعجب هذه الآراء من ربط غشاء البكارة بالشرف فكيف للمرأة المتزوجة أو المطلقة أو الأرملة أن يكون لها شرف مادامت بلا غشاء ! إلى جانب أن القرآن الذى ناقش موضوعات مختلفة تخص المرأة لم يتعرض لموضوع الغشاء .

هذا بالاضافة لوجود أسباب عديدة لتوسع أو تمزق الغشاء غير الممارسة الجنسية كالحوادث وبعض الرياضات العنيفة ، فكيف تصبح بعض نقاط من الدم هى ما يثبت شرف وعذرية الفتاة ! خاصة بعد انتشار عمليات إعادة الغشاء .

تساؤلات كثيرة يطرحها رواد الشبكة للإحتجاج على كل المفاهيم المغلوطة والقاصرة فى هذا الموضوع فهل فعل الزنا لايحتاج رجلا يشترك فيه مع المرأة ، حتى يعاقب القانون ومعه المجتمع المرأة الزانية كفاعل أصلى ويعتبر الرجل شريكا فى الفعل ؟ .

أليس من الازدواجية أن نعتبر المرأة كائن ناقص ثانوى مهمش ونحمله من المسئولية أضعاف ما يحمله الرجل ؟ ... هل من العدل أن نقوم بختان الطفلة للحد من الإثارة الجنسية لديها حين تنضج فى أطار مفهوم الشرف ؟ .... هل من الشرف أن نسلب المرأة حقوقها حتى على جسدها ؟ هل من الشرف أن نقهر إنسان فقط لأن جنسه أنثى ؟

د.خليل فاضل

مصايف عام 2009

* وافق مجلس الإدارة فى اجتماعه يوم2009/2/21 على تأجير شاليه بقرية مراقيا لتكون مصيفا للأعضاء خلال شهور يونيه، يوليو، أغسطس بحد أقصى أسبوع للعضو ويمكن حجز هذا الأسبوع لدى السكرتارية التنفيذية للرابطة اعتبارا من النصف الثانى لشهر مايو .
* كما تم الإعلان عن استعداد الرابطة لتلقى عروض الأعضاء الذين يملكون وحدات مصيفيه لتأجيرها الفترة المحجوزة بالأسعار المخفضة.
* كما عرضت إحدى شركات السياحة برنامجا يغطى مصايف مختلفة بالساحل الشمالى للبحر المتوسط وقرى البحر الأحمر : 16 عرضا وقد تم الاتفاق مع مدير الشركة على منح أعضاء الرابطة تخفيضا قدره 10% من الأسعار المعلنة ، والتفاصيل لدى السكرتارية التنفيذية للرابطة.

ويسرى على هذه المصايف الدفع نقدا أو بالتقسيط على 5 شهور

آخر الكلام ....

ألهت الجمعية العمومية للرابطة أعمالها فى 2009/4/29 فرفيها إقرار تقرير مجلس الإدارة عن انجازات عام 2008 ، كما اعتمدت الجمعية العمومية الميزان الختامى لعام 2008 ، كما اختارت الجمعية 11 عضوا من المرشحين لمجلس الإدارة وعددهم 22 مرشحا ، وكان من توابع هذه النتيجة بلا شك سعادة أحد عشر مرشحا ، هم الفائزون بثقة الجمعية العمومية ، والإحباط لدى أحد عشر مرشحا ، وكان كاتب هذه السطور قد حذر فى اجتماع للمرشحين يوم 4/1 ، 4/15 من توابع عملية إجراء الانتخابات وقدم صيغة توفيقية بمقتضاها ينم الاستعانة بكل المرشحين الـ 22 فى اجتماعات مجلس الإدارة والأنشطة المختلفة للعمل بالرابطة وان يتولى الـ 22 اختيار الأحد عشر مرشحا لتسجيلهم فى السجلات الرسمية للرابطة طبقا لقدراتهم واستعداداتهم وظروفهم ومدى استعدادهم لتحمل مسئولية نشاط من أنشطة العمل ، غير أن هذه الصيغة التوفيقية لم ترق لفصيل من المرشحين وأصر على الاحتكام إلى أعضاء الجمعية العمومية ، وكما أن للانتخابات مزايا فلها أيضا مساوئ وتوابع يعز علينا أن تصيب مجموعة من الزملاء الذين جاء ترتيبهم متأخرا بالنسبة إلى ثقة الجمعية العمومية وباتوا محبطين من جراء ذلك .

وسنعمل على أن يكونوا معنا فى مجلس الإدارة وفى أنشطة الرابطة المختلفة

محمـود نصـــــر