



تهنئةً بمناسبة
يوم المرأة العالمي

من هو صاحب الكلمة داخل المنزل ..

الرجل ام المرأة؟

ملف خاص
عن الصحة النفسية



احلى التهاني بمناسبة اليوم العالمي للمرأة

باقة ورد معطرة بأريج الأمل والمحبة والسلام نهديها لكل امرأة عراقية قريبة منا أو بعيدة حاضرة بيننا او غائبة .. نقول لها كل عام وانت بخير .. كل عام وابداعاتك حاضرة .. كل عام وعطاؤك يتزايد .. ليكون شوكة في عيون كل من يريد مصادرة حقوقك.

نه وروز مبارك

تهاني خاصة لأخواتنا الكرديات بمناسبة حلول عيد نوروز، مع تمنياتنا بدوام التقدم وتحقيق جميع مطالبهن المشروعة.

تعزية

يقدم التجمع النسائي العراقي المستقل وأسرة مجلة نون تعازيهم الحارة لكل من الزميلة سحر الصالحي لوفاة والدها، والزميلة حسینة بنیان لوفاة والدها، والزميلة حلیمة النعيمي لوفاة زوجها د.شاکر محمود، والصديقة رند الرحيم لوفاة شقيقها باسل. الهمهم الله الصبر والسلوان واثنا الله واثنا اليه راجعون.

مجلة نسوية شهرية مستقلة تعنى بقضايا النساء في العراق
تصدر عن
التجمع النسائي العراقي المستقل
(السنة السادسة)

E-mail:iiwg_baghdad@yahoo.com
www.iiwg.org

رئيسة التحرير
م. ميسون سالم الدملوجي
 مدير التحرير
بشرى يوسف

هيئة التحرير
عضوات التجمع النسائي العراقي المستقل

الهيئة الاستشارية
د. فوزية العطية
خلود العبيدي
د. سهام الزبيدي

التصميم الفني
انور نمر

تصميم الغلاف
رسلان سالم

رقم الاليداع في المكتبة الوطنية ٨٠٣
لسنة ٢٠٠٥

الآراء والمقالات المنشورة تعبر عن وجهة
نظر كاتبها وليس بالضرورة
عن رأي المجلة

نعم نعم نعم



نعم نعم للعراق!

قبل أن أنهى نساء العراق باليوم العالمي للمرأة، وكل الأمهات بعيدهن هذا العام.. وقبل أن أعلن عن أسفه لما وصلت إليه العملية السياسية من تهميش خطير للنساء، وحذف دورهن بالكامل من مجلس الوزراء، والاستهانة بكل مطالباتهن وتضحياتهن قبل وبعد عام ٢٠٠٣، وما قدمنه من شهيدات ومعتقلات، وبالرغم من الكفاءات العالية في صفوفهن في كل المجالات العلمية وغير العلمية..

وقبل أن أشجب تجاوزات مجلس محافظة بغداد المخجلة على اتحاد الأدباء أكثر من مرة، ولعل رئيس المجلس لم يسمع يوماً بالجواهري أو النواب أو السياج أو نازك الملائكة أو بلند الحيدري.. ولم يخجل من عمالقة الأدب والفكر الذين وطأت قدماتهم يوماً هذا الاتحاد، ولم يتوقف لحظة عند تاريخه ودوره في ترسیخ الهوية الوطنية العراقية، فأرسل بعد ذلك من يتطاول على جمعية آشوريان ببابل الثقافية ليزيد الطين بلة.. تاركاً توفير الخدمات للبغداديين وراء ظهره ومعها الأربال تملأ الشوارع وبائعو الكبسول والأدوية المغشوشة.

وقبل أن أنهى أهالي بابل والبصرة الذين أقالوا من منع عنهم كل مظاهر الجمال والرقي والتزفيف العائلي والحرفيات المدنية التي كفلها الدستور..

وقبل أن أدفع عن الصحافة التي تنتهي كل يوم، وما تتعرض له الأسرة الإعلامية من ملاحقات واعتقالات وتهم جاهزة، وأقرّا الفاتحة على كل شهداء نقل الحقيقة في مهنة المخاطر..

وقبل أن اعتذر للقارئات والقراء الكرام عن تأخر صدور المجلة بسبب شحة الدعم المادي ونقص التمويل على المشاريع الثقافية والتوعوية..

قبل هذا وذاك.. أضم صوتي إلى شاب بغدادي يقف إجلالاً تحت نصب الحرية، يسير ساعات طوال بسبب منع التجوال وإغلاق الجسور على المارة، ويتحدى السمتيات والقنابل الصوتية ورذاذ الماء، وسياسيين يسخرون بمساته، ليرفع عالياً لافتة كتب عليها بخط يده: نعم نعم للعراق...!

كل عام ونساؤنا مرفوعات الرأس والجبين..

م. ميسون سالم الدملوجي

المرأة البرلمانية



لقاء العدد

نزيهة أديب:

لا تستغنى اي سيدة عن هذا الكتاب الذي ينقذ
حيرتها في الكثير من الاوقات



أخبار وتقارير

نرمين عثمان
تفوز بمنصب الأمين العام للجنة شؤون عمل
المراة العربية

اربع عربيات
بين اقوى سيدات في العالم



عراقية
في البرلمان السويدي

شاعرة عراقية
تفوز بجائزة الكتاب العربي الامريكي



رسائل المحافظات

المبادرة المدنية للحفاظ على الدستور

منظمة بنت الرافدين تنظم دورة حول تكريس الاعلام
للمفاهيم الخاطئة عن المرأة

حملات توعية للكشف المبكر عن سرطان الثدي

١٨

تحقيقات ..

اللاجئون العراقيون في الأردن
 مجتمع منقسم بين الشراء والرفاهية وبين الفقر وانتظار
 المجهول

من هو صاحب الكلمة داخل المنزل..
 الرجل أم المرأة؟

طفولة تستغيث..
 في أروقة المحاكم!



٢٦

ملف خاص عن الصحة النفسية ..

د. ناهدة عبد الكريم:
 اقبال الاطفال على اقتناء اللعب الناريه ظاهرة خطيرة

تقارير منظمة الصحة العالمية:
 المرأة اكثر عرضة للإكتئاب من الرجل

الكشف المبكر عن الامراض النفسية والوقاية منها

في مستشفى ابن رشد:
 المريضات.. ضحايا العنف الاسري وعنف الشارع العراقي



٠٥

ثقافة نون ..

وداعاً غادة حبيب
 الفنانة التي عبرت عن ظلم المرأة بالقلم
 والفرشاة فوّقت فريسة الظلم

٠٨

صحة نون ..

٢٠

من هنا وهناك ..

٢٢

بريد القراء ..

٢٤

دردشة ..

آراء حرة ..

هل الكوتا النسائية أفضل الوسائل المتاحة لخدمة قضايا المرأة؟
 بقلم: حميد الكفائي

المراهقة.. فترة حرجية فكيف نتعامل معها؟
 رافدة المختار/مشفرة التربوية

”قصص مليون ليلة وليلة“ البروفيسور والحمار
 بقلم: صباح الاتروشي

قتل الحضارة في وضع القيود على المرأة والثقافة..
 بقلم: بلقيس حميد حسن

اربع عربيات بين ١٠٠ أقوى سيدة في العالم



التلفزيونية الأمريكية الكوميدية الدين ديجينيرس. ولوالسيدات الخليجيات لخلت اللائحة من أي شخصية نسائية عربية، سوى واحدة "من بلاد الشام" هي الملكة الأردنية رانيا العبد الله التي احتلت المرتبة ٧٦. وجاءت قبلها في المرتبة ٧٠ الشيخة لبنى القاسمي، وزيرة التجارة الخارجية في الإمارات العربية المتحدة، تلتها الشيخة موزة بنت ناصر المسند، عقيلة حاكم قطر الشيخ حمد بن خليفة آل ثاني، ثم تلتها في الدرجة الأخيرة بين العربيات، فوربس" الكويتية منها الغنيم. ففي ٢٠٠٧ حازت منها الغنيم على جائزة "الصناديق الإسلامية المتميزة" من بنك البحرين المركزي "لإسهاماتها في تطوير صناعة الصناديق الاستثمارية الإسلامية" بحسب ما ورد في حديثات وموجبات منحها للجائزة. ومها خالد الغنيم هي رئيس مجلس الإدارة والعضو المنتدب في "مجموعة غلوبول".



ضمت لائحة أقوى ١٠٠ سيدة في العالم ٤ عربيات، بينهن ٣ خليجيات، إضافة إلى الملكة الأردنية رانيا العبد الله. وتترأس اللائحة التي نشرتها مجلة "فوربس" الأمريكية، السيدة الأمريكية الأولى ميشال أوباما، قافزة من المرتبة ٤٠ التي احتلتها في لائحة العام الماضي إلى المرتبة الأولى هذا العام، تلتها في المرتبة الثانية الأمريكية آيرين روزنفلد، وهي الرئيسة التنفيذية لمجموعة "كرافت فودز" للمواد الغذائية، المرتبة الثالثة احتلتها أوبيرا وينفري، الشهيرة وهي صاحبة إمبراطورية إعلامية ومقدمة برنامج توك شو يحمل اسمها، تلتها المستشاررة الألمانية وزعيمة الحزب المسيحي الديمقراطي، أنجللا ميركل، التي نزلت لأول مرة منذ ٥ سنوات عن مرتبة أولى احتلتها منذ ٢٠٠٦ حتى العام الماضي، إلى أن أذاحتها عنها زوجة الرئيس الأمريكي في لائحة هذا العام التي ضمت ٦٩ أمريكية ولم تخل اللائحة من الشخصية الأمريكية الأشهر بعد ميشال أوباما، وهي وزيرة الخارجية هيلاري كلينتون، التي احتلت المرتبة الخامسة هذا العام، وتلتها في المرتبة السادسة أمريكا أيضاً، هي الهندية الأصل إيندرا نوبي، رئيسة "مجموعة بيبسي كولا"، وبعدها حلت في المرتبة السابعة المطربة الأمريكية، ليدي غاغا أما المرتبة الثامنة فاحتلتها الأسترالية غيل كيللي، الرئيسة التنفيذية لمجموعة "ويست باك"، وتلتها في المرتبة التاسعة المغنية ومصممة الأزياء الأمريكية، بيونس نولس، وفي المرتبة العاشرة جاءت الإعلامية والممثلة





في أوروبا والمطالبة بحقوقهم الإنسانية. أهلها نشاطها السياسي للحصول على دعم حزب الوسط السويدي للترشح للبرلمان الأوروبي لتكون بذلك أول عراقية عربية في السويد تخوض هذه الانتخابات لتفوز بمقعد في البرلمان السويدي.

سياسية ليبرالية لعبت دوراً ناشطاً في تأسيس التحالف الوطني الديمقراطي وشاركت بالانتخابات العراقية عام ٢٠٠٥ لكنها لم تفز. الا ان تهديدات الوضع الامني جعلها تقرر في عام ٢٠٠٧ العودة الى السويد فكانت ناشطة في الدفاع عن المهاجرين

عراقية في البرلمان السويدي

عبير السهلاوي عراقية تحمل شهادة الماجستير في برامجيات الحاسوب، وتجيد العربية والسويدية والإنكليزية والبلغارية والفرنسية والروسية، فازت بانتخابات السويد بمقدونيا. وكانت عبير قد عملت في مؤسسة البرلمان السويدي مسؤولة سياسية لنائبة رئيس وزراء السويد مود أولفسون، كما ساهمت في نشاطات أحزاب سياسية سويدية ديمقراطية وانتخبت لقيادة الحزب الديمقراطي للسويديين الجدد وحصلت على دعم حزب الوسط السويدي في ترشيحها للبرلمان الأوروبي. وكانت عبير وهي من أهالي الناصرية قد عادت إلى العراق بعد سقوط النظام عام ٢٠٠٣ فنشطت كسياسية وفي مجال المجتمع المدني والمنظمات النسائية، وساهمت في الكثير من الأنشطة المجتمعية. وبوصفها

شاعرة عراقية تفوز بجائزة الكتاب العربي الأمريكي

تعمل بجد“ قد فاز كذلك بجوائز عديدة ومهمة ولacci انتباهاً كبيراً في الوسط الثقافي الأمريكي من خلال المقالات التي كتبت عنه بأقلام كتاب معروفيين وكذلك الدعوات التي تتلقاها الشاعرة للقراءة والتي تحظى عادة بجماهيرية كبيرة.

وبحسب رأي الناقدة فوبي بيتنجيل في مقالتها المنشورة عن ” يوميات موجة خارج البحر“ في مجلة نيو ليدر“ متى سيأتي مجتمع آخر ينتج شعراء مثل دنيا ميخائيل؟“ قصيدها تعبر عن ثقافة عميقة أكثر من أي فيلم كلip أو قصة أو خبر أو كتاب عن الشرق الأوسط. فالشعر يصبح أحياناً اللغة الوحيدة الصالحة للتعبير عن مثل هذه التطورات الداروينية والصراعات الإنسانية.



المذكورة كتاباً باللغتين العربية والإنكليزية. والكتاب صادر بجزئين- الجزء الأول كتب في العراق والثاني كتب بعد مغادرة الشاعرة بلدها في منتصف التسعينيات. وكان كتابها ”الحرب

فازت الشاعرة العراقية دنيا ميخائيل بجائزة الكتاب العربي الأمريكي عن كتابها ” يوميات موجة خارج البحر“ . وحسب موقع ”كيكا“ الثقافي أن حفل تسليم الجائزة سيعقد في العاصمة واشنطن في معهد كارنيجي حيث دعيت الشاعرة لألقاء كلمة قبل بالجائزة.



وكان كتابها ” يوميات موجة خارج البحر“ قد صدر في العام الماضي عن ”نيو دايركتشن“ وهي أحدى أهم دور النشر في الولايات المتحدة وهذه أول مرة تنشر الدار

المهد العراقي يتبنى مشروع تدريب وتأهيل الارامل

بعد النجاح الذي حققه المعهد العراقي في مشروعه الاول الذي شمل دعم وتأهيل الارامل وعلى مدى سنتين، والذي تم من خلاله تاهيل ٤٧٥ ارملة، في بغداد و٢٠٠ في محافظة البصرة، شرع المعهد العراقي ثانية بتبني مشروع اوسع واكثر شمولًا لتدريب وتأهيل الارامل يشمل هذه المرة خمسة محافظات. وقالت السيدة ايمان عبد الرحيم / المسئولة عن تنفيذ المشروع في محافظات الوسط والشمال ”توسيع مهام مشروع الارامل هذه المرة لتكون اهدافه ابعد و شامل من مجرد تدريب وتأهيل الارامل، ليتوزع على جانبين احدهما تعليمي والآخر مهني، حيث يتضمن الجانب التعليمي تعليم المهارات الحياتية مثل صحة الاسرة، علم الصحة والرعاية الوقائية وتربية الاطفال والخدمات القانونية والمواطنة وحقوق المرأة بينما يشمل الجانب المهني تمكين الارامل من المشاركة بصورة فعالة في الاقتصاد وتمويل المورد المالي“.

يشمل المشروع بغداد في جانبي الكرخ



والرصافة وقضاء بعشيقه في محافظة نينوى اضافة الى قضاء الجبايش في ميسان وقضاء المدينة في البصرة كون المشروع بدأ بالاهتمام بالنساء المهمشات في القرى

والاريات وخصوصا من الاقليات اضافة الى المدن. واوضحت السيدة ايمان ”ان المشروع امتد ليشمل القرى كونه يهدف الى استهداف الارامل في المناطق المتضررة من العراق لتحسين نوعية الحياة للارامل المهمشات في القرى والاريات عن طريق اعدادهن للنهوض بواقعهن وجعلهن ادوات فعالة في بناء الاقتصاد العراقي. كما يهدف المشروع الى الاكتفاء الذاتي للأرامل من خلال تدريبيهن على كسب المهارات التي تدر المورد المادي والتي من الممكن تسويقها في بيئات معينة الى جانب مساعدة الارامل في الحصول على وظائف وفرص لتنظيم المشاريع. اما من الجانب والتوعوي فهو يسعى الى تشغيل الارملة في مجال حقوق المرأة، وغيرها من المهارات الحياتية والاجتماعية“.

ومن خلال احصائية اجرتها المعهد واتصالات قام بها يتوقع القائمون على مشروع الارامل إقبالا كبيرا من الارامل للاستفادة من المشروع، حيث أكدت السيدة ايمان قائلة ” ان هذا المشروع تم وضعه بالتشاور مع الفئات المستفيدة والجماعات المدنية والسلطات المحلية كونه يستجيب للظروف الاجتماعية والاحتياجات للمناطق شبه الريفية في البصرة والمناطق الفقيرة في بغداد وسيعمل على الاستفادة من مختلف المصادر الحكومية وغير الحكومية في المجتمع“. يشرف على تطوير الجانب التثقيفي وتأهيل الارامل كادر متخصص في المعهد العراقي اضافة الى الاستعانة بوزارة الصحة ووزارة العمل والشؤون الاجتماعية ووزارة المرأة ولجنة المرأة والطفل في مجلس النواب وال المجالس المحلية في المحافظات التي تم الاتفاق على التعاون معها اضافة الى التعاون مع التجمعات النسوية المحلية والمنظمات غير الحكومية“ . وبينت السيدة ايمان ” ان العديد من السلطات المحلية والمنظمات النسوية قد طلبت من المعهد العراقي تقديم المساعدة لتحسين حال الارامل في مجتمعاتهم بعد ان لمست هذه الجهات النجاح الذي حققه مشروع الارامل الاول الذي تبناه المعهد في الاعوام السابقة. ومن المتوقع ان تشارك في المشروع ما لا يقل عن ١١٢٠ ارملة تتوزع على سبع مواقع في محافظات العراق وبواقع ١٦٠ ارملة في كل موقع كما ستلتقي ما لا يقل عن ٢٨٠ ارملة تدريبيا مهنيا.“

معاً لحماية النساء العنف



النوع الاجتماعي”.

وتطورت مديرية معهد المرأة القيادية د. سندس عباس الى تعريف مفهوم العنف المبني على النوع الاجتماعي واتواهه واشكاله مشيرة الى الآيات الحد من العنف المبني على النوع الاجتماعي. وفي ختام اعمال الاجتماع قالت كل من رئيسة جمعية نساء بغداد ومديرة معهد المرأة القيادية ” علينا أن نتذكر دائمًا أن قضية العنف ضد المرأة هي قضية المجتمع بأكمله وأن قضية المرأة ليست ضد الرجل وإنما هي ضد الجهل، والتخلف، والظلم الموروث ”.

انتقلت رئيسة الجمعية الى تعريف المشاركات بالأنشطة التي ستنتفذ خلال المشروع والمتمثلة بتدريب المشاركات لمدة يومين لثلاثة أشهر متتالية، مضيفة ” أن جمعية نساء بغداد ومعهد المرأة القيادية سيعقدان لقاء مع المشاركات بعد الانتهاء من التدريب وذلك لأجل التوصل الى مبادئ أساسية، يليه مؤتمر يشارك فيه ١٠٠ شخصية ” . وقالت رئيسة الجمعية ” خلال فتره تنفيذ المشروع سيتم عقد ٦ لقاءات مع عدة وزارات عاملة في مجال العنف المبني على

نفدت جمعية نساء بغداد بالشراكة مع معهد المرأة القيادية اجتماعاً تحضيرياً أول ضمن مشروع (معاً لحماية النساء العنف) بحضور ٣٤ سيدة من منظمات المجتمع المدني وأحزاب سياسية والاعلام على قاعة جمعية نساء بغداد، قدمت خلاله رئيسة الجمعية نبذة مختصرة عن المشروع للمشاركات قائلة: ” إننا نهدف من خلال هذا المشروع الى تشكيل هيئة شبه رسمية متكونة من باحثات اجتماعيات من المجتمع المدني وصناع القرار ووزارة المرأة ووزارة العمل ووزارة الداخلية ووزارة العدل ومحاميّات من مراكز الاستماع، بعد ان يتم اكسابهن الخبرات في مجال البحث الاجتماعي من خلال بناء قدراتهن في كيفية التعامل مع كل أشكال العنف الموجه ضد

برنامج أقرأ وأربح يختتم موسمه الثالث

بتوزيع الجوائز واستضافة ناديي الأمل والسلام



وبتبادل الخبرات وتوثيق الصلات بين شطاء المجتمع المدني، وقد ألقى السيد محمد الجيزاني رئيس مركز عراق الأمل والمؤسس والراعي لهذين الناديين كلمة عن تأسيسهما وأهمية البرامج التي تدعم الأطفال والشباب كما شارك أعضاء الناديين بتقديم عروض تعرف ب فكرة آل (H-4) والدول التي تتعامل مع هذا البرنامج وعددها ٨١ دولة من ضمنها العراق، كما استعرضوا نشاطات أنديةهم خلال الفترة الماضية.

شارك في الحضور وتوزيع الجوائز كل

من السيد مازن عبد الكريم عضو مجلس محافظة بابل، ومدير مؤسسة الشهداء ومدير هيئة استثمار بابل ومدير شرطة بابل، إضافة الى نخبة من النشطاء المدنيين والمثقفين.

أختتم قسم الشباب في منظمة بنت الرافدين الموسم الثالث لبرنامج (أقرأ وأربح) الثقافـي بتوزيع الجوائز على المشاركـين على قاعة مركز التاهيل الصحي في محافظة بابل.

حضر الاحتفالية وزير الثقافة الاسبق مفید الجزائري مفتتحا الحفل بكلمة أكد فيها على ضرورة الاهتمام بالثقافة والمطالعة وأهمية هكذا برامج في تطوير المجتمع. وجاءت الكلمة قسم الشباب التي ألقتها الآنسة دنيا الحداد، تؤكد أهمية هذا البرنامج ومدى النجاح الذي حققه خلال موسمه الثلاثة الماضية، علما ان الموسم الواحد يمتد الى ثلاثة أشهر، وأثبتت ممثلة القسم على جهود مدير صحة بابل د. محمود عبد الرضا في دعمه للبرنامج اضافة الى دعم السيد محمد جفلاوي أحد وجهاء المحافظة بتبرعه بمبلغ الجوائز.

وكانت هناك مشاركة مميزة لناديي الأمل ونادي السلام من محافظة بغداد، والذي تم استضافتهما لعرض تجربتهما



جمعية الثقافة لجميع

تواصل نشاطاتها من خلال مراكز النصيحة والارشاد

النصيحة والإرشاد في الرصافة نشاطاً ومهرجاناً للشعر للطلابات مما جعلهن أكثر بهاء وتطلعاً إلى القادم من الأيام. وصار للمرأة حضور ومكانة متميزة في فهم دورها بتوفير عدد كبير من المحامين والمستشارين القانونيين والباحثين الاجتماعيين.

وتعود الحملات المتنوعة الأشكال في التوعية القانونية والصحية والفحص المجاني لأكثر من خمسة عشر طبيباً متفرغاً وبدوام جزئي من أكثر النشاطات صلة باحتياجات النساء والعوائل والمواطنين في المناطق الشعبية.

ولعله يحدث لأول مرة مع المراكز الصحية والعيادات الشعبية، وزخرت النشاطات بوجود متطوعين ومتبرعين محلين في توفير الأدوية واحتياجات ضرورية للمواطنين في المناطق الشعبية.

ويذكر أن نشاطات خاصة كانت لثلاث المعوقين ذوي الاحتياجات الخاصة في ندوات ولقاءات ثقافية وتوفير بعض احتياجاتهم والاشتغال على دمجهم بالمجتمع.

٣٥٠٠ رياضي شاب في ندوات ومحاضرات ولقاءات عن المواطننة ودور الشباب في تخفيف التوتر والخوف ومعالجة الأزمات والتراكمات الثقيلة لأربعة عقود خلت من الديكتاتورية والهيمنة والخوف، وتأثير ذلك على السلوك الإنساني في الركون إلى العزلة واليأس والشعور بعدم جدوى الحياة.

وتحتضن الموهب والطاقات الشابة في الإبداع والكتابة والشعر والرسم كما جرت العادة في نشاطات مدينة الصدر ومركز

الرصافة، ولعلها المرة الأولى إذ يقيم مركز فاكتسبت تلك المراكز الثقة من خلال انتشارها في بغداد الرصافة والكرخ في: قضاء المدائن والزعفرانية وأبو دشير والرصافة الأولى وأحياء ٩ نيسان والصدر، وأصبحت مؤثلاً ومكاناً للدفاع العراقي والاستماع إلى الآراء ونشر مفاهيم المواطننة

والدفاع عن حقوق الإنسان والمجتمع المدني وتعزيز دولة القانون والمؤسسات الحكومية لمواجهة العنف ومضاعفاته ومخاطر انتشار الجهل والأمية والخوف.

وتسعى جمعية الثقافة لجميع في مراكزها هذه إلى استيعاب طاقات الشباب الرياضي في الفرق الشعبية إذ تحفي بأكثر من



نرمين عثمان تفوز بمنصب الأمين العام للجنة شؤون عمل المرأة العربية

وأضافت رانيا فاروق بأنه بعد مناقشة البند الأول فازت بمنصب الأمين العام للجنة شؤون عمل المرأة العربية في جامعة الدول العربية لمدة عامين ٢٠١٠ - ٢٠١٢ معالي الوزيرة نرمين عثمان حسن من العراق ومنصب الأمين العام المساعد لسيدات الأعمال اريج نصر من لبنان والامين العام المساعد عن العمال هدى الملاشي من سورية وكما فازت ثلاثة ممثلات عن الدول العربية وهن الانسة سلامة الخليل من فلسطين والسيدة صفية اليد احمد من مصر والسيدة زينة خياط من الأردن .

وأشارت رانيا فاروق بان فعاليات المؤتمر شهدت كذلك تقديم عروض قطرية بالجوانب ذات العلاقة بدور الاعلام في احداث التغيير المطلوب بنهاية المرأة ثم اختتم المؤتمر بمناقشة محور المؤتمر وعرض التقرير الخاتمي للدورات التدريبية للعام ٢٠١٠ - ٢٠١١ .



محو الأممية القانونية: البرنامج الزمني
للدورات التدريبية للعام ٢٠١٠ - ٢٠١١ .

انطلقت في مدينة الفردقة المصرية فعاليات الندوة الإقليمية حول (دور الإعلام في إحداث التغيير المطلوب للنهوض بعمل المرأة) والتي نظمتها منظمة العمل العربية (ادارة الحماية الاجتماعية) بمشاركة وفود الدول العربية كافة ومنها وقد من العراق ترأسه معالي وزيرة البيئة السابقة نرمين عثمان والسيد احمد عبد الزهرة السوداني المدير العام للتوعية والاعلام البيئي .

وأكملت الاستاذة رانيا فاروق المنسق العام للمؤتمر في اتصال هاتفي مع PUKmedia بأن المؤتمر ناقش ستة بنود وهي: تشكيل الأمانة العامة للجنة شؤون عمل المرأة العربية لمدة عامين (٢٠١٢ - ٢٠١٠) - اختيار شعار اللجنة للدورة الخامسة (٢٠١٢ - ٢٠١٠) - تقرير واقع المرأة العربية - الأنشطة المدرجة في خطة منظمة العمل العربية الخاصة بالمرأة لعامي ٢٠١٠ - ٢٠١١ - مشروع

اول مدرسة في العراق لتعليم ذوي الاحتياجات الخاصة



افتتحت في وزارة التربية اول مدرسة لتعليم ذوي الاحتياجات الخاصة في العراق وهي مدرسة النبراس الأهلية الابتدائية للتربية الخاصة، اعلنت ذلك السيدة نبراس ذهنوں مديرية معهد الرحمن لرعاية



كباقي اقرانه ونحن ولدة خمس سنوات نسعى جاهدين للحصول على هذه الاجازة والسماح لهؤلاء الاشخاص ان يكون لهم مكانتهم في المجتمع خاصة وان كثيراً منهم يستحق التعليم ، وأضافت ”ان المدرسة مجهزة بأحدث الاجهزه والاحدث المتطورة في تعليم هذه الشريحة كما ان المنهاج المتبعة هو نفس منهاج وزارة التربية المتبعة في المدارس النظامية“ علما ان وزارة التربية مشترفة على المدرسة التي تفتح ابوابها لكل المحافظات.



الجمعية الموقعة في العراق يقيم جلسة عمل

قبل الأجهزة الرسمية في توفير أبسط مستلزمات الجيش الكريم لهذه الشريحة. أبدى النائب عبد الخضر تعاطفه وتأييده للمطالب الخاصة بالتشريعات المعوقين العراق ووعد باتصال التوصيات إلى مجلس النواب.

المجتمع وعدد كبير من المعوقين وبعض القنوات الاعلامية، لإطلاعهم على حقوق المعوقين في الاتفاقيات الدولية والدستور العراقي. وطرح عدد من المعوقين مشاكلهم ومعاناتهم، والتقصير الواضح من

في خطوة ايجابية باتجاه انصاف حقوق معوقي العراق أقام تجمع المعوقين في العراق (المقر العام) جلسة عمل حوارية حضرها السيد عبد الخضر الطاهر عضو مجلس النواب ود. ليلي كهية وعدد من شيوخ العشائر ورجال الدين ووجهاء

وزارة المرأة: خطة عمل لاملاك استراتيجية مناهضة العنف ضد المرأة

عقدت وزارة الدولة لشؤون المرأة يوم ١٠ شباط الماضي اجتماعاً هاماً لمناقشة خطة عمل اعداد استراتيجية مناهضة العنف ضد المرأة. وضم الاجتماع بحسب المكتب الاعلامي للوزارة ممثلي عن صندوق الامم المتحدة للسكان وهيئة الامم المتحدة للمرأة، وممثلاً عن فريق الخبراء العراقي المشارك في اعداد الاستراتيجية.

وتوصل المجتمعون إلى وضع خطة عمل متكاملة من شأنها الاسهام في اكمال الاستراتيجية قبل نهاية العام الجاري، ليتم تطبيقها خلال أعوام ٢٠١٣-٢٠١٤.

وتتضمن الخطة عدة نشاطات أهمها اجراء مقابلات مستفيضة مع جميع الوزارات التي لها صلة بالتعامل مع المعنفات كالصحة، والداخلية، والعمل والشؤون الاجتماعية، وال التربية، والعدل، والخطبيط، وحقوق الإنسان، لغرض جمع بيانات كافية عن الوضع القائم في العراق.

وزارة الصحة تقيم احتفالية لمناسبة اليوم العالمي للصحة النفسية

العاملة في هذا المجال ” داعياً وزارة التعليم العالي والبحث العلمي الى تخریج كوادر واختصاصات ترفد المستشفيات العراقية التي تعاني من نقص الاطباء النفسيين. كما اقى مستشار الصحة النفسية د. عماد عبد الرزاق كلمة أكد فيها ”أن الغرض من اقامة هذه الاحتفالية هو تسليط الضوء على معاناة المرضى النفسيين وعواقبها على العائلة والمجتمع مؤكداً على وجوب الاهتمام بالمرضى من الرعاية الصحية ومتابعة علاجهم بشكل سليم“.

(نون)- برعاية وزير الصحة اقامت الهيئة الوطنية للصحة النفسية ومكتب المستشار الوطني للصحة النفسية احتفالية لمناسبة اليوم العالمي للصحة النفسية حضرها الوكيل الاداري للوزارة الذي أكد في كلمته بهذه المناسبة ”أن الهدف من هذه الاحتفالية تعزيز واقع الصحة النفسية في العراق وترسيخه والتي شهدت اهتماماً كبيراً من قبل وزارة الصحة من خلال انشاء وتأهيل المستشفيات والمؤسسات الصحية النفسية فضلاً عن تدريب الملوكات الطبية

ندوة في مكتبة الطفل

التي يتركها العنف المنزلي والمدرسي وكذلك تأثير المسلسلات التلفزيونية حيث إن مجموعة كبيرة من الأطفال الذين أصيبوا بحوادث في العين والأسنان كانت نتيجة متابعتهم لبعض المسلسلات التي تحرض على العنف.

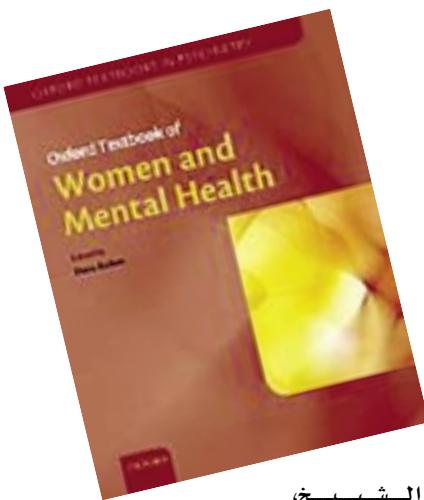
في سعيها الجاد من أجل تقوية الجانب الاجتماعي والثقافي لدى الأسرة والطفل عقدت مكتبة الطفل في مدينة الصدر ندوتين بمناسبة بدء العام الدراسي الجديد حول أهمية المدرسة بالنسبة للطفل وكذلك ندوة عن الآثار النفسية

جامعة أوكسفورد

تشنی على بحث طبیبة عراقیة

الدكتورة آلاء الشیخ تصدر كتاباً عن النساء والطب النفسي ترکز فيه
عن وحدة العائلة المسؤولة عن تنمية المجتمع وتطوره

ميدل ايست اونلاين



الشیخ

المتزوجة من الاعلامي العراقي المقيم في بريطانيا د. عبدالهادي جياد التميمي ولديها طفلان، إن دور المرأة العائلي "لا يشكل عائقا أمام الابداع والتقدم وتحقيق النجاحات المهنية وإنما هما مهنتان مكملتان لبعضهما الآخر".

وأوضحت "إن المصاعب التي تعاني منها بلادها العراق قد شكلت أحد الدوافع على المثابرة وإثبات القدرات الشخصية والمهنية في مجتمع وبلاط غريبة عنها".

وتستعد د. آلاء الشیخ لنشر بحث جديد عن "الامراض العصبية والنفسية" وتأثيرها على التعليم والتنمية الذهنية د. آلاء

الامراض التي تعاني منها المرأة المعقة

ذهنيا وخصوصا الكتابة والزروع للانتخار والاضطرابات المرضية المقلقة التي تعيق تعليق المرأة ودورها في التربية والتطور مما يؤثر سلبا على محفل الحلقات المحيطة بها ابتداء من الأطفال حتى موقع العمل".

وبعد أن تخرجت من كلية الطب بجامعة بغداد عام 1997 مسيرة كتابها المهني في بريطانيا عام 2001 وتفوقت خلال سنوات قليلة لتصبح استشارية في الامراض العصبية والنفسية في المؤسسات الصحية والطبية البريطانية في العاصمة لندن.

وهذا الكتاب هو المؤلف الثاني بعد مساهمتها في كتاب العوق الذهني والاعتلال الصحي الذي أصدرته جامعة كمبريدج البريطانية بمشاركة اطباء ومتخصصين من مختلف أنحاء العالم.

وتعتبر آلاء الطبيبة الاستشارية د. آلاء

لندن- كلفت جامعة أوكسفورد الطبيبة الاستشارية العراقية المقيمة في بريطانيا آلاء الشیخ باصدار كتاب متخصص عن الامراض النفسية التي تصيب النساء.

ووصفت الجامعة البحوث التي نشرتها الشیخ في كتاب "النساء والطب النفسي" "Women and Mental Health" "استثنائية" ومنحته صفة "الكتاب التدريسي" حيث يقدم فهما مؤثرا للصحة النفسية للمرأة والامراض التي تتعرض لها.

وقالت د. آلاء الشیخ لوكالة الانباء البريطانية إن بحثها ركز على المرأة "بوصفها عنصرا رئيسيا في المجتمع وبالتحديد في وحدة العائلة المسؤولة عن تنمية المجتمع وتطوره".

وأضافت آلاء "إنها ركزت على أهم



رسالة المثنى

المبادرة المدنية لحفظ الدستور



حضر ثلاثة اعضاء مجلس المحافظة الاعتصام وهم السيدة منتهي الزريجاوي والسيد عبد الحسين الظامي والسيد احمد مرزوق الصلال وأعلنوا مساندتهم وتأييدهم للمبادرة المدنية وترحيبهم بالناشطين المدنيين في مجلس المحافظة وضم اصواتهم الى اصوات المعتضمين. اتسم الاعتصام بالالتزام والانظام والتعاون بين المعتضمين وسائل الاعلام. رفع المعتضمون لافتات تحمل شعارات الحملة المدنية لحفظ الدستور وارتدى بعضهم الاوشفة البنفسجية تذكيرا بـ بحر الالكتخابات ووعودها.

الديمقراطي في محافظة المثنى- جمعية الاعلاميين الاكاديميين- رابطة المهجريين والمهجرين من الكويت- منظمة الصحفيين والثقفيين الشباب فرع المثنى- جريدة الاتحاد المستقلة- جريدة السماوة- منظمة حقوق الانسان فرع المثنى.

(ماجد ابوكلل)

ضمن فعاليات المبادرة المدنية لحفظ الدستور العراقي قامت المنظمات المدنية العراقية في محافظة المثنى باعتصامها الدوري في اليوم السابع من كل شهر وذلك في مجلس محافظة المثنى، وقد اشتراك المنشآت التالية في الاعتصام: مركز ذر للتنمية- الاتحاد المستقل لنساء العراق فرع المثنى- مركز حقوق المرأة في السماوة- نقابة المعلمين فرع المثنى- رابطة المرأة العراقية- مؤسسة الرسالة التربوية- مؤسسة ام البنين- مؤسسة العهد الصادق- منظمة ساوه لحقوق الانسان- التيار



انتشار الامية في جنوب غرب كركوك

الإرهابية، والمناطق والقرى التي لا يوجد فيها مدارس، والنقص في الكوادر التدريسية، وكذلك القرى والمناطق التي هي بحاجة ماسة الى مدارس للمرحلة المتوسطة والإعدادية أو الثانوية لاستمرارية التعليم فيها، وضرورة مواصلة تعليم البنات في القرى والأرياف.

المجتمع المدني مع منظمة الشباب للحوار الديمقراطي وحقوق الإنسان وبالتعاون والتنسيق مع مديرية تربية الحويجة بوضع دراسة ميدانية للواقع التعليمي لمناطق جنوب غرب كركوك. تضمنت الدراسة موقف الطلبة المتسربين من المدارس، بالإضافة الى اعداد المدارس المتضررة من العمليات

بين دراسات ميدانية للمناطق المهمشة أن من أهم المشاكل التي تتطلب تدخلا من جانب الجهات الحكومية والمنظمات الدولية ووكالات الأمم المتحدة هي (التعليم) في جنوب غرب كركوك والذي أدى إهماله إلى انتشار الأمية بشكل واسع، لاسيما بين البنات. وقامت شبكة الحويجة لمنظمات

رسالة نينوى

بناء مجمعات سكنية لحل أزمة السكن

أكد محافظ نينوى اثيل النجيفي انه تم الانتهاء من بناء ثلاثة مجمعات سكنية بالموصل لمعالجة أزمة السكن التي تعاني منها المحافظة.

ونقل مصدر في المحافظة عن النجيفي قوله ”ان المحافظة انتهت من بناء المجمعات الثلاثة، حيث يقع الاول في منطقة الكفاءات والثانى في الحدباء والثالث في منطقة اليرموك، وبخبرة وكميات مهندسي وفنيي محافظة نينوى دون الاعتماد على الشركات الأجنبية“ . وقال ”أن كل مجمع يحتوي على ٧٧٠ وحدة سكنية ملحقة بها جميع الخدمات والمستلزمات الخاصة بالسكن“ .

رسالة كردستان

قلعة اربيل تطلق رسالة السلام من أجل العراق

اختارت بعثة الأمم المتحدة في العراق ”يونامي“ قلعة اربيل الأثرية في مدينة اربيل كبرى مدن اقليم كردستان العراق لاطلاق رسالة السلام من أجل العراق.

وأقيمت بهذه المناسبة احتفالية حضرها رئيس اقليم كردستان العراق مسعود البارزاني، وكريستين مكتاب، نائب الممثل الخاص للأمين العام للأمم المتحدة في العراق، التي أعربت عن تمنياتها ان ينعم العراق بسلام مبني على التفاهم والتنوع والاحترام الآخر.

واشارت المسؤولة الاممية الى إمكانية ان يسود السلام في المستقبل العالم برمته وفي العراق، مؤكدة أهمية الملاجئ الى الطرق السلمية لحل اي نزاع او خلاف، اثر تعرض مركز ”غريب على البيت الكوردي“ مررتين الى الحرق خلال هذا العام على يد مجهولين في قرية ”شيوبي“ بمنطقة ”قرداغ“ .

رسالة كربلاء

منظمة بنت الرافدين تنظم دورة حول تكريس الاعلام للمفاهيم الخاطئة عن المرأة



اقامت منظمة بنت الرافدين الدورة الـ ٣٦ للمهارات القيادية في محافظة كربلاء على قاعة المنتدى العربي للتنمية البشرية، لمجموعة من اعضاء مؤسسات المجتمع المدني والاحزاب الاسلامية وطلبة الجامعات في المحافظة. تناولت الدورة الاعلام الذي ساهم في تكريس المفاهيم الخاطئة المتعلقة بالمرأة من خلال عرضها بصورة سطحية بحيث ربطت المرأة من خلالها بالضعف واعتبرت كائن تستباح حرماته ويسلب حقه في بعض البرامج والمسلسلات، اما في الاعلانات عبر عن المرأة بهيئة بضاعة او سلعة تباع وتشتري بسهولة وبخس.. ولكن دور الاعلام اسمى من ذلك كله ويجب ان يعطي كل ذي حق حقه من خلال نشر الاعلانات بصورة بسيطة تعبّر عن اهمية دور المرأة في اي تبيّح ظلم المرأة.

حملات توعية للكشف المبكر عن سرطان الثدي

اقامت دائرة صحة كربلاء نشاطات توعوية وتحقيقية تزامنا مع حلول شهر التحدي السنوي العالمي لسرطان الثدي الامر الذي يسهم بامكانية اتخاذ الاجراءات الطبية المناسبة قبل تطور حالات المرضى ، واضافت خضر ”ان دائرة صحة كربلاء ستستمر خلال الاشهر القادمة بإجراء الندوات والمحاضرات التحقيفية على شرائح مختلفة من النساء لزيادة الوعي لديهن، انطلاقاً من المقوله الشهيرة ”الوقاية خير من العلاج“ .

رسالة النجف

إنشاء قصر للثقافة في النجف

وضع وزير الثقافة حجر الأساس لقصر الثقافة في النجف بكلفة ١٠٠ مليار دينار يضم قاعة للمؤتمرات ومبني لقناة تلفزيونية وبنائيات أخرى للنقابات والاتحادات وحدائق وساحات للعبارات.

ويقع المشروع خلف رئاسة جامعة الكوفة على طريق نجف بغداد الجديد، ويبلغ مساحة المشروع الذي تنفيذه شركة تركية ٦٢ دونماً ومساحة البناء ٤٥٠ يوماً.

معلمات مدرسة (أحد الابتدائية) الواقعه في قرية (المعيرة) جنوبى مدينة الحلة رفعن شکوى الى (نون) لمطالبة المسؤولين بتزويد المدرسة بالرحل الدراسية لأن الرحل الموجودة قليلة ومكسرة مما يضطر الاطفال الجلوس على الارض، علماً أن كل شعبة تضم (٦٥-٧٠) طالباً، ولا يوجد أثاث في غرف الهيئة التدريسية، ولا توجد مجاميع صحية (حمامات) للطلبة. أما أنابيب الماء الصالحة فهي تالفه أو معدومة. تناشد الهيئة التدريسية مديرية تربية بابل للالتفات الى هذه المدرسة وتقديم الخدمات المطلوبة لها.

استقالة محافظ بابل بعد احتجاجات ضد الفساد



(بغداد - وكالات) - قدم سلمان ناصر الزركاني محافظ بابل استقالته، ليكون ثالث محافظ يقدم استقالته منذ بدء التظاهرات احتجاجاً على نقص الخدمات والفساد والبطالة في العراق.

وقال المحافظ الزركاني في مؤتمر صحفي إن "هذه الاستقالة تأتي بسبب ضعف الخدمات البلدية وجود مشاكل فنية في إنجاز عدد من المشاريع التي تفتقد حالياً خاصة في مجال إنشاء الجسور والطرق الرئيسية وعدم وجود التفاصيم والانسجام بين مسؤولين المحافظة".

ونظم المواطنون وبمشاركة الآلاف عدداً كبيراً من المظاهرات في المدن العراقية بينما ببغداد، احتجاجاً على الفساد والبطالة ونقص الخدمات والتضييق على الحريات.

ندرة مياه الشرب

يعاني اهالي ناحية المشخاب والقرى التابعة لها من ندرة مياه الشرب وانقطاعها اكثراً الاحياناً وسوء التصفية في مركز الناحية وانعدامها تماماً في اكثرا القرى.. كما تفتقر اكثراً الطرق التي تربط الناحية بالقرى التابعة لها الى التبليط والتعديل مما يؤدي الى صعوبة تنقل الاهالي وخاصة الطلبة منهم حيث ان اكثراً مدارسهم نائية لأن هذه القرى تفتقر الى المدارس القرية.

اطلعت (نون) على بعض المستشفيات في النجف ووجدت انه بالرغم من وجود حملات الاعمار في المحافظة فإن بعض المستشفيات الحكومية الرئيسية تفتقر الى الاجهزة التي تخص مرضى القلب والسكر.. وقد علمنا بأنه قد تم تحصيص مبالغ باهضة لتزويد المستشفيات بهذه الاجهزة ولكن لم يتم المصادقة عليها من قبل المسؤولين، ولم يتم جلبها مما يؤدي الى اضطرار المواطن裡ين بإجراء الفحص على حسابه الخاص وهي عملية مكلفة لنذوي الدخل المحدود وللمعدمين.

رسالة ظلي قار

منتزه الناصرية الكبير

تشكو الناصرية من الاهمال التام للمنتزهات والتي كانت مرتعاً لتوافد العوائل ولهم الاطفال.. وقد لحق الخراب بهذه المنتزهات وخاصة متنزه الناصرية الكبير الذي يقع على نهر الفرات ويعتبر اقدم موقع ترفيهي في المحافظة حيث أنشئ في ستينيات القرن الماضي وكان موقعاً جميلاً يلجم اليه الطلبة للدراسة تحت ظلال اشجاره في فترة المراجعة اضاعتها سياسة الاهمال.

التجارية الكبيرة في عمان الغربية يسمع اللهجة العراقية في تبادل أطراف الحديث بين رواد هذه "المولات" ويرى بوضوح حجم الإنفاق الذي تقوم به هذه العوائل من الشراء أو ارتياد المطاعم السياحية الفاخرة أو المقاهي (الكونفي شوب)، فهم يعيشون حياة بذخ وترف ويملكون المال ولديهم قدرة شرائية لارتياد جميع الأماكن، إضافة إلى أن أبناء هذه الفئة يتلقون تعليمهم في أفضل المدارس الخاصة ذات الطابع الأوروبي أو الأميركي ويعالجون في أفضل المستشفيات والمراكم الطبية، ولا ينقصهم شيء سوى انهم يحنون للعودة ل渥طن.

ساهمت هذه الفئة في التأثير على نمط الحياة إذ أصبحت عمان لا تنام بعد أن كانت تغلق المحال والأسوق منتصف الليل، وصارت حركة الليل مثل النهار إذ أشارت إحصائية لدائرة السير أن هناك ٢٨٠ ألف سيارة تتوجول في عمان خلال الساعات المتأخرة من الليل من أصل مليون و٢٠٠ ألف سيارة في الأردن.

وقام رجال الأعمال بتشكيل مجلس للأعمال العراقيين ليكون بمثابة نقطة تجمع يتواصلون من خلاله مع السلطات الأردنية التي توفر التسهيلات من إقامات أو استقدام زائرين وأحياناً

اللاجئون العراقيون في الأردن

المجتمع منقسم بين
الشراء والرفاهية وبين
الهجر والانتظار الضربي

فروا من عهد النظام السابق منذ عام ١٩٩٠ واستقروا مع عوائلهم في المناطق الراقية في عمان الغربية وهذه الفئة رتبت شؤون حياتها للعيش في الأردن، وتدبر أعمالها فيه وتتنقل من الأردن إلى العراق أو الدول الأخرى لإنجاز أو إدارة أعمالهما التجارية والاقتصادية، وهذه الفئة يصل تعدادها إلى مائة ألف أو أكثر وقد لعبت دوراً في تحسين الوضع الاقتصادي للأردن وحركت أسواق العقارات والأراضي ونشطت في الاستثمار في السوق المالي. والزائر إلى "المولات" أو المراكز تضارب الإحصائيات حول أعداد العراقيين المقيمين في الأردن، فبعد أن كانت السلطات الأردنية تقول إن لديها ٧٥ ألف عراقي مقيم على أراضيها جاءت منظمة فافو النرويجية لتعلن قبل عامين أن العدد يصل إلى ٤٥٠ ألفاً، لكن السفارة العراقية في عمان تقول إن العدد لا يتعدى ٢٥٠ ألفاً استناداً إلى جداول الناخبين العراقيين في الانتخابات النيابية التشريعية الأخيرة. ومهما كان الرقم الحقيقي لل العراقيين الموجودين في الأردن الآن فإن السلطات بدأت تقennen من منح الإقامات الدائمة حفاظاً على التوازن الديموغرافي في البلاد حيث إن الأردن لديه أكثر من نصف عدد السكان من قدموا إليه من فلسطين والدول المجاورة وإن استيعاب المزيد يؤثر على معادلة توزيع الخدمات اللوجستية من تعليم وصحة وسكن وغيرها. لقد حاول الأردن في اجتماعات دول الجوار للعراق والمنظمات الإنسانية طرح مشكلة ازدياد العدد وطلب تقديم المساعدات المالية والعينية لل العراقيين خاصة أنه بلد محدود الموارد الطبيعية ومن أفق البلدان للمياه واقتصاده يرتكز على المساعدات والحوالات الخارجية.

المجتمع العراقي في الأردن منقسم إلى فئتين إذا جاز التقسيم فهناك الطبقة الغنية من رجال الأعمال والماليين



تصدر لهم جوازات سفر مؤقتة على غرار الفلسطينيين من أبناء الضفة الغربية وذلك لتسهيل حركتهم بين الدول العربية والأجنبية.

وتنظر السلطات الأردنية إلى هذه الفئة على أنها الدجاجة التي تبيض ذهباً فهي تنفق الأموال وتحرك الأسواق وتنشطها وتستثمر في المجالات الاقتصادية وتتوفر فرص عمل للأردنيين وال العراقيين.

كما نجد أعداداً كبيرة من المطاعم العراقية المشهورة والمنتشرة في مدن عمان، خصوصاً في شميساني ومنطقة الرايبة والتي تدعى مدينة العراقيين البرجوازية حيث يرتادها ويسكنها الأغنياء من العراقيين، وتشهد انتشار الكثير من المطاعم العراقية المشهورة. وعلى الطرف المقابل هناك فئة

محدودة الدخل وفقيرة تنتظر المساعدات من قريب في الخارج أو من منظمة إنسانية أو تنتظر تحسن الوضع الأمني للعودة إلى العراق وتسكن الأحياء الفقيرة أو العادمة في مناطق عمان الشرقية وتحاول الاندماج في المجتمع الأردني بعاداتهم وتقاليدهم، ومنهم من يعمل في مهن الإنشاءات أو البناء أو الزراعة، ويأتي أن تمد يده، والبعض منهم يقوم بالبيع على الطرقات أو زوايا الأسواق في المدن الأردنية البعيدة عن أنظار الدوريات الأمنية والتي عادة ما تغض النظر عنهم خاصة إذا كانوا من النساء المسنات أو غير قادرین على قوت أنفسهم.

والزائر إلى مناطق وسط البلد في عمان أو المدن الكبرى مثل اربد والزرقاء والرصيفة وغيرها يلاحظ النسوة العراقيات يفترشن الأرض بين المارة لبيع السجائر أو الأشياء البسيطة لكسب دراهم معدودة لسد عوزهن ويمكن تمييز العراقية عن الأردنية من خلال العباءة التي هي من سمات زينة المرأة العراقية.

تقول أم جاسم: «جئت إلى الأردن وسكنت عمان عام ١٩٩١ بعد غزو النظام السابق دولة الكويت وفرض الحصار الاقتصادي، كانت أوضاعنا الاقتصادية



لأنهم لا يسمحون لل العراقيين بالمعالجة في المستشفيات الحكومية الأردنية. وقد اضطررت إلى الاستدانة واستجداء أثاثاً أحياناً من بعض العراقيين».

وأوضحت أم حيدر: «أما ما نسلمه من الأمم المتحدة فضئلاً جداً مقارنة بأسعار السوق الأردنية، فسعر علبة الدواء الخاصة بارتفاع ضغط الدم يصل أحياناً إلى ٧٠ ديناراً أردنياً، وما نتقاضاه من مساعدات ١٦٠ ديناراً أردنياً، وبقى ندور في حلقة ملائمة بالحيرة والتفكير في الأيام القادمة وما تحمله من مفاجآت».

ويؤكد عراقيو الأردن أنهم رغم مشكلاتهم يشعرون بالامتنان للملاذ الآمن الذي يوفره الأردن لهم. لكنه مع انعدام الأمل في تحسن الحالة في العراق على المدى المنظور يبدو أن اللاجئين العراقيين سيمكثون في الأردن لفترة قد تطول.

وتقول رنا سويس من مفوضيةشؤون اللاجئين إن الكثير من العراقيين في عمان يعيشون حالة الخوف من إرجاعهم إلى بلادهم قسراً ولكن لا داعي لخوفهم هذا دائماً. وتضيف: «في الواقع، الأردن بلد متسامح جداً ولم يشرع بعملية إعادة جماعية لل العراقيين الذين يقيمون بشكل غير نظامي على أراضيه».

صعبه جداً ويقاد عملنا اليومي في مدينة الكوت، وهي منطقة سكناً، لا يسد رمق العيش ومصاريف أولادي الخامسة، فقررنا الرحيل واللجوء إلى عمان لعلنا نستطيع العيش برفاهية وسلام، لكنهم قتلوا زوجي وتركوا أولادي مشردين في الشوارع واستطعت الهرب لوحدي، لعلي أستطيع توفير المال وإرساله إلى أولادي في العراق، ومنذ ذلك الوقت وأنا أفترش هنا الرصيف ببسطة صغيرة لبيع السجائر».

وأم حيدر من البصرة أيضاً انضمت إلينا وتكلمت عن معاناتها قائلة: «لماذا تركتنا الحكومة العراقية حتى الآن على هذه الحالة؟ هل تمثل نحن وجه المرأة العراقية أم وجه العراق؟ نقولها بكل صراحة إننا النساء الوحيدة في عمان اللواتي نبيع السجائر، لماذا لا يدرسون أو يناقشون أو ضاعنا خصوصاً

أن أماكننا معروفة لكل من هب ودب، وحتى عندما يأتي مسؤول عراقي يمر علينا مرور الكرام ويقول: سوف نساعدكم. ويرحل ولا نراه!! نحن نسأل: ما العمل؟ هل نبقى بعيدين عن العراق؟ وطننا جنة والغربة صعبه. هنا كل واحد يقول: يا روحى». وأضافت: «قبل فترة تدهورت حالي الصحية ما استدعي دخولي المستشفى الخاص،



من هو صاحب الكلمة داخل المنزل ..

الرجل ام المرأة؟

للرجل والمرأة الحق في اتخاذ القرارات فهناك قرار مصيري وهناك قرارات أخرى
بسقطة داخل المنزل، فهل للرجل الحق ام للمرأة باتخاذها؟ وهل كلمة المرأة مسموعة
وتؤخذ بعين الاعتبار مثل الرجل؟ هذه الاستئلة وغيرها دارت بذهني قبل ان اتوجه الى
مجموعة من السيدات، لأجد لها اراء واصداء اختلاف مستويات النساء اللواتي
التي تهمني في رحلتي مع أصحاب القرار داخل جدران المنزل.

البسيطة وحدى، اما القرارات الصعبة والمصيرية فكنت اشركه بها ونناقشها سراً وحدها، وبهذا سارت سفينة الحياة والحمد لله. وها انا الان جدة وأولادي واحفادي خريجون منهم الطبيب والمحامي. وللسيدة سميرة عبدالله معاناة من نوع مختلف فهي امرأة ذات مكانة اجتماعية مرموقة اكتسبتها بتحصيلها العلمي ومثابرتها على الدراسة والبحث، وهي الان تحضر لرسالة الدكتوراه في جامعة البصرة، حيث تصنف لنا معاناتها مع زوجها بالقول: كنا نعيش انا وزوجي على الند دائمًا، ففي الوقت الذي كنت انا اهتم بالدراسة والتحصيل العلمي، كان هو قد اكتفى بتحصيل علمي بسيط، وصار يقف ضد اي قرار اتخذه لاكمال دراستي، ويحاول دائمًا ان يبسط من عزيمتي ويخلق المشاكل ويتهمني باهتمال بيتي وواجباتي ان رأني ادرس، ويقلل من قيمتي امام الناس، ولا يأخذ برأيي بل كان يخالفني الرأي والقرار على الدوام، ليحاول ان يثبت انه الرجل وهو صاحب الكلمة والقرار، لكنني هذه المرة اتخذت قراري بالرحيل الى البصرة لاكمال دراستي والحصول على شهادة الدكتوراه التي كانت حلمًا من احلامي لم اتنازل عنه لإرضاء رجولة زوجي.

د. هدى حسن اختصاص نسائية تقول: ان القرارات والحمد لله مشتركة بيني وبين زوجي فهو طبيب ايضاً ويتمهم بظروف عمله، ونحن دائمًا نتعاون بيننا لحل اي اشكالات تمر بها اسرتنا، وادرك ان أقول ان الشراكة هي أساس الزواج وتكون الاسرة.. فبناء اسرة سليمة معاشرة يعتمد على مشاركة الزوجين قراراتهما، اما اذا انفرد احدهما باتخاذ القرار او ان يكون هو صاحب الكلمة في البيت والشريك الآخر لا كلمة له، فهذا يعني توقيعه اسس الشراكة الزوجية وتهديد بناء الاسرة وتعريض الزواج للفشل.

المشاركة بهذه المسؤولية او حتى اتخاذ اي قرار داخل البيت، وبالتالي فهو يحملها كامل المسؤولية ويلومها ان اتخذت قراراً خطاطناً او اهملت قليلاً بمسؤولياتها الجسم. وتقول السيدة أمل أحمد وهي ام لأربعة اولاد ”ان الكلمة الاولى والأخيرة للرجل لأنه صاحب القرار أولاً وأخيراً“ . لكن السيدة منها لها رأي مختلف فهي تقول: أن القرار الذي يتعلق بأمورى الخاصة هو قراري انا وحدي ولن اشارك به احداً حتى زوجي، اما القرارات التي تتعلق بالبيت والأولاد فنحن الاثنين أصحاب القرار ونتناقش فيه قبل اتخاذها. وقالت السيدة وسن الموظفة في وزارة النفط: ان زوجي سريع في اتخاذ القرارات المختلفة، وانا على العكس منه بطبيعة في اتخاذ اي قرار لأنني أفكر بعمق وبعد نظر لذا غالباً ما يكون القرار الأول والأخير لي، فأنا صاحبة القرار داخل المنزل وخارجها.

اما د. أيمان فتقول: بحسب انشغالي الدائم في العيادة والمستشفى فالقرارات تكون انفرادية.

وتقارب وجهات نظر السيدتين شيماء وندم وهما تريان ان الزوج غالباً ما يتترك مسؤولية البيت والأولاد على الزوجة حتى وان كانت موظفة دون ان يكلف نفسه عناء

الجدة أم حمد التي تجاوز عمرها سبعين عاماً تقول: أنا متفقة مع ابو احمد بكل صغيرة وكبيرة، وعلى الرغم من انني غير متعلمة لكنني استطعت ان ادير امور بيتي واشارك زوجي في كل القرارات التي تخص الارادات، كان ابو احمد يعود الى البيت عصراً وكانت أنظم كل شيء واتخذ القرارات



طفلة تستخف..

في أروقة المحاكم!

ماجدة الجبوري

حين تطأ قدمك بباب محكمة الكرادة تستقبلك المياه الاسنة والحفر، بعدها تلاقيك نقطة تفتيش في الباب الرئيس، واحدة للرجال، والاخرى للنساء، وبعد ان تسير عبر ممر ضيق فيه طوابير من الناس لترويج معاملاتهم من قبل ”العرضحالجية“ وما اكثرهم، وباعة يصطفون لبيع الماء والمشروبات الغازية، والبسكويت واشياء اخرى، ثم نقطة تفتيش أخرى، بعدها بناية المحكمة.



حين دخلت الباحة، أثار اطفالهم ساعتين، كل اسبوعين مرة، داخل المحكمة.
ثم بادرتها بسؤال: زين انت اشنعدنج أنها؟ قالت: ”عندي بنتي المظلومة، تزوجت من قريب لها، منذ سبع سنوات، رواهاها الويل! يضرها، ويهينها يوميا، اخر مرّة سب لها عاشه في احدى عينيها، لا ترى الان بها، ثم جلب لها ”ضرة“ .
سألتها اين ابنتك؟ اشارت الى امرأة شابة في عقدها الثلاثين، وهي تتحدث مع رجل، أشارت الأم، انه زوجها!.
ثم أكملت حديثها، أقام عليها دعوى يريد الطفلة، وبعد مراجعات طويلة عريضة حكمت المحكمة لها بالحضانة، ثم اردفت قائلة، يمه هي هاي وضعية اللي عايشين بيها، ماكو مكان زين ايشوف بيها الاطفال اباءهم، الحكومة ماعدهما مكان مال أوادم، بالصيف كاتلته الحر ونجلس على الصبه بالتراب، وبالشتباء تمطر عليهن الدينية، معقوله الدوله ماعدها حل ثانى؟“.

حلمها الوحيد.. حريتها

زهراء شابة جميلة، تجلس بالقرب منا كانت تستمع لحديثنا، الى جانبها والدتها، كانت قد جلت طفلتها لترى

انتباхи منظر غريب بعض الشيء، أطفال بمختلف الاعمار، نساء ورجال، عوائل تفترش الأرض، منهم من هو واقف، او يستند على سيارات أحد الموظفين او على جدار، ماعدا ”ثلاث مساطب“ متباude، سعيد الحظ منحظى بالجلوس عليهم!.
قلت بيبي وبين نفسي يمكن تجمع الناس هنا لغرض ترويج معاملات او لعقد زواج، ولكن فضولي دعاني ان اعرف سبب هذا التجمع، فذهبت نحو نسوة واطفال يلعبون حولهن، سألت امرأة في عقدها الستين تقريبا: من فضلك خالة، ليش كاعدين أنها؟ ضحكت المرأة واجابتني بسؤال: انت اشتشتلين؟ اجبتها: صحفية. قالت: عيني هاي ”للمشاهدة“. وأضافت: هاي الاطفال، اباوهم وأمهاتهم مطلقون، وحكمت المحكمة، للأباء بمشاهدة

ليست بعيدة وأثناء زيارة هبة له في داخل المحكمة سألهما: هل اشتربت أمك سيارة؟ أجابته بخوف وعفويه: لا.. كانت ردة فعله ان ضربها بقوة على وجهها. بكت خوفاً حد التبول على نفسها، حينها شكته في المحكمة واخبرت القاضي بذلك، ولكن لم يفعل له شيئاً سوى التأنيب!

وأشارت زهراء الى ان ابنتها تخاف من والدتها بشدة، وتقول لأمها يوم المشاهدة "هم تأخذيني لهذا الظالم؟" اشارة الى والدتها.

روان، زهراء، علي، هبه، أحمد، أطفال يلعبون ببراءة بين السيارات، يدورون هنا وهناك، وينظرون بعيون حزينة، يركضون مرة حول الاب، ومرة حول الأم، في حين يجلس الآباء في جهة، والأمهات في الجهة الأخرى.

اطفال يبحثون عن الحب الضائع، وينشدون الدفء في ظل محكمة وحكومة لم توفر لهم ابسط الامور من مكان نظيف، يوووهم لساعتين فقط كل أسبوعين، يساعدهم على الخروج من وضعهم غير الطبيعي، بفقدانهم أحد الوالدين.

بعض الأمهات يرافقن أطفالهن خوفاً من ابتعادهم، خوفاً من أن يكون مصيرهم كما حصل مع هبة.

منظر لا يسر، عدوا ولا صديقاً، عوائل تتمرغ في التراب وكلهم يجلسون في شارع عام في حالة مزرية، في حين من الممكن توفير قاعة كبيرة على الأقل فيها العاب للأطفال، كراس يجلس عليها الاهالي مراعاة لظرف الأطفال وما يمرون به من فقدانهم احد الابوين رغم انه ما زال معهم في هذه الحياة.

طفلتني مني، وذهب الى محافظة أخرى، لم أرها لمدة سبعة أشهر، كان يعتذبني من خلالها، أتوسل به لأسمع صوتها، فيجيبني، تلحمين أتشوفيها مرة ثانية، لم تستطع زهراء منع دموعها، وفي داخلها حسرة وألم!

وتواصل حديثها قائلة: عشت في عذاب وألم من فراق طفلتي، بقيت أحترى، وأسأل عن مكان تواجده الى أن اهتدي اليه، ذهبت الى المكان وأخذت الطفلة بدون علمه، ثم أقمت عليه دعوى قضائية، وأصبحت الطفلة في حضانتي.

وأضافت زهراء "لم أصدق يوماً، اتنى سوف اتخلص من عذابه ووحشيته، نذرت النذور للحصول على الطلاق، أزيح هم كبير من روحي وقلبي، وبدأت حياتي من جديد، اشتريت سيارة، أسوقها بنفسي، غير خائفة، بينما هو لم يغير من أسلوب حياته. قبل فترة

والدها، علقت بهم: حتى نفسية الاطفال تتحسن! سألتها ما هي مشكلتك؟ اجابت بمرارة وحسرة، حظي العائزونطن ويه واحد ميخاف الله وما كورحمة ابداً له. قلت هل هو من اقربائك؟ اجابت: لا. القسمة يا اختي جابتني عليه. واقامت: البنت منا تمنى الستر وبناء اسرة. آني موظفة، كنت وحيدة امي وأبي والمدللة لعائلتي، تعرفت على زوجي عن طريق صديقة لي، ثم تزوجنا وانجبنا طفلتنا هبة، اول شيء قام به هو اجباري على ارتداء الحجاب و"البوشي"، قلت ميخالف اتحمل، بعد زواجنا بفترة قصيرة تغيرت معاملته، بدأ يضربني، يتخرج ويقذف في خلق المشاكل، يضربني ولاته الأسباب مثلاً اذا رأى الحنفيه تقطر ماء، او طفلتي تلعب وتصدر صوتاً، او عدم ارتدائي للجواريب!.

سألتها: كيف يضربك؟ اجابت: يقفل الأبواب، ويحاصرني في غرفة ويبداً بضربي، مرّة بدأ يضربني من الساعة السادسة مساءً الى الساعة الواحدة صباحاً، ورفعت يدها لتربيني اصبعاً من يدها مبتورة، قالت هذه أفعاله!.

وأكمّلت حديثها: زوجي لديه مطعم، لبيع الفلافل، وفي بيتنا "مشرامة" لهذا الغرض، في احد الايام، قال لي وبتودد: تعالي ساعدبني في الشرم، لم اعرف حينها ما يبيته لي، ثم وضع اصبعي في المشرامة وفتح زر الكهرباء،رأيت الموت في عيني، صرخت وفقدت الوعي لحظتها، وبعد نقلني الى المستشفى، لم يستطعوا فعل شيء لأصبعي، مما اضطرهم لبتره! وتضييف زهراء، سرق



ام اثير

.. ملكة تربع على عرش المرمي والكرانيت



الى منشار التقطيع ومعدات التحميل والخزن، اما عن امكانيات الانتاج فبعد ان فتحت الحكومة مجال الاستيراد قل العمل بالانتاج، خصوصا وان اسعار المرمي المستورد باتت تقارب اسعار الكاشي المنتج محليا.. والمرمي بطبعية الحال اجمل من الكاشي الموزائيك وحتى المطعم بالمرمر، لذا صار التوجه نحو المرمر المستورد اكثرا من الطلب على الكاشي، مما اثر كثيرا على الانتاج، اضافة الى الصعوبات التي باتت تواجهنا في الانتاج، فنحن نعاني من صعوبة الحصول على الكاز وارتفاع اسعاره لتشغيل المولدات، ورداة نوعيات الاسمنت المستورد، وان تعطلت ماكينة لا اجد من يصلحها واسعار التصليح مرتفعة جدا تصل من ٥٠٠ - ٦٠٠ الف خصوصا وان الماكينات صارت قديمة وبحاجة الى تبديل، لكن الدولة لا تسمح باستيراد الاجهزة، هذه المشاكل وغيرها ادت الى تقليص الانتاج المحلي من الكاشي، وبال مقابل قمنا بتقليل عدد العمال وبعد ان كان عندي ٣٦ عاملأً أصبحوا الان عشرة عمال فقط يعملون في المعمل و٢٦ منهم باتوا بدون عمل.

نون: باعتبارك المرأة الوحيدة في هذا المجال هل تجدين صعوبة في التعامل مع محيط العمل من زبائن وعمال وشركات؟
انا اتعامل مع شركة السالم لاستيراد المرمر وهي شركة عراقية مستوردة للمرمر

والقصة تبدأ قبل ٢٢ عاما حين اضطرت ام اثير بسبب الظروف الصعبة وحاجتها للعمل الى ولوح هذا الميدان لتعمل في انتاج الكاشي كموظفة في معمل، وتمر السنون وام اثير التي تعلقت بعملها وأجادته تشارك صاحب المعمل بمبلغ ادخرته من عملها.. وما هي الا سنوات اخرى وتحديدا بعد ٢٠٠٣ حيث تعرض صاحب المعمل الى التهديد بالقتل باعتباره - عربي الجنسية- فاضطر الى عرض المعمل للبيع والعودة الى بلده، لتشتري ام اثير حصته وتملك المعمل بعماله ومكائنه ومعداته، فتدبره بعزم من حديد.. وهي اليوم اسم لها شهرته في عالم الرخام وال Kashi والمرأة الوحيدة في هذا المجال.

مجلة نون كانت لها زيارة لمعمل الاسيوطي الاصناعي للمرمي والكرانيت وال Kashi للقاء السيدة ام اثير التي ابهرتنا بحق ياسلوب تعاملها مع زبائنها وادارتها لشركتها، وهي تتنقل بخفة بين مكتبيها في غرفة الادارة وساحة التجهيز لتشرف بنفسها على كل صغيرة وكبيرة في العمل فتقول: احب عملي الذي قضيت فيه ٢٢ عاما حتى صار عملي هذا عبادي.

نون: وما طبيعة عملكم وامكانيات الانتاج والاستيراد؟
يحتوي المعمل على مكائن لتصنيع الكاشي وجلايات لجلي الكاشي اضافة

(نون)- لم تكن العديد من النساء العراقيات يتصورن أن الأوضاع الأمنية ستمكنهن من تجاوز حاجز الخوف بالخروج إلى ميادين العمل ومنافسة الرجال كسيدات أعمال محترفات وصاحبات مشاريع ومعامل لها رأس مال كبير كانت حكرا على الرجال فقط، لكن.. ام اثير "أمراة بعشرة رجال" في تحديها للظروف وادارتها لمعلم ضخم لانتاج الكاشي (البلاط) والمرمر.





اول امرأة عراقية تمتلك شركة للمرمر والكاشي وتدیرها بنفسها

نفسية سيئة لذا وفرت لها الامان هناك، ابنتي الكبيرة تأتي احياناً من الجامعة الى الشركة مباشرةً كي تقضي معه بعض الوقت ونعود معاً الى البيت.

**نون: وهل أعادت ترميم الوضع الامني
عملك؟**

لم انقطع عن العمل في احلك الظروف التي مرت علينا، رأيت الكثير من القتلى والمصابين وكنت انقلهم بسيارتي الى المستشفى حتى اتنى تعرضت لحادث خطف ونجوت منه باعجوبة ومع ذلك لم اغلق معملي يوماً واحداً.

بقي ان نقول ان ام اثير كانت بطلة العراق بالقفز بالمظلات للعام ١٩٨٥ - ١٩٨٨ وهذا ما يفسر لنا بالضبط شجاعة هذه المرأة في مواجهة المصابع لاسيما الامنية.. فكيف لا تكون اذن بكل هذه القوة والصلابة في ادارتها لشركتها؟

الا بعد الرابعة عصراً فانتظر حتى تأتي التريلاط ويتم تفريغها احياناً تكون هناك ٦-٥ "تريلاط" مما يضطرني الى المبيت في الشركة. فانا امرأة عملية، احب عملي الى درجة اني اعيش فيه، كما ان قدرتي على المساعدة والعطاء كبيرة ايضاً، فانا اساعد كل من أراه بحاجة للمساعدة، ففي الشركة كان شخص يملك جلاية للكاشي وبسبب قلة انتاج الكاشي توقف عمله، لذا شغلته عندنا خصوصاً وانه صاحب عائلة واولاده في الجامعات، وانا الان اشجعه كي يشتري كريرن واساعده فيه.

نون: وأين هي اثاثتك من كل هذا العمل الذي يأخذ منك وقتك بالكامل؟

لي اربعة ابناء.. ولدان وابنتان، أولادي يعملون معي وابنائي اداهما في الجامعة والآخرى تدرس الثانوية في عمان وذلك لأنها تعرضت لحادث احتطاف ونجت منه، فاصابها رعب شديد وباتت بحالة

والكرانيت، والحق يقال انهم ساعدوني كثيراً في عملي حيث كانوا يعطونني المرمر بارباح قليلة باعتباري اول امرأة في هذا المجال والمرأة الوحيدة فيه، ولازنني لا اشتري بالدين واسدد للشركات مباشرةً بعد البيع، لذا كسبت ثقتهم واخذوا يتعاملون معي بمبدأ الافضلية على الاخرين.

كما اتنى نلت ثقة زبائني من خلال تعاملى المرن معهم وتسهيلي لامورهم.. والأهم من ذلك هامش الربح البسيط الذي اضعه على البضاعة، ومن لا يستطيع ان يسدد كل مبلغ البضاعة اسلمه لها على بطبيعى لا ادقق على النقود ويهمنى اكثر ان ارضى زبائني باية طريقة، لهذا بنيت علاقات طيبة مع الجميع ولي سمعتي في السوق.. حتى صار الزبائن لا يتعاملون الا معى وان كنت مسافرة او غائبة في عمل ما، يرفضون التعامل مع زوجي او اولادى وينتظروننى حتى اعود، وهي ثقة اعتز بها أكببتني صداقات وعلاقات افادتني في محيط عملي وسهلت لي الكثير من الاعمال والمضائق التي تتعرض لها في عملنا.

اما بالنسبة للعمال فانا اتعامل معهم كما اتعامل مع اولادى وحين اقول كلمة تنفذ على الفور، لم ادخل غريباً معى في الادارة فأولادى يجهزون البضاعة وزوجي يعمل معى لكننى لا اسمح لهم بالتدخل في طريقة ادارتى للمعمل ولا حتى بالبيع والتسليم للناس وانا وحدى من يقوم بهذه الاعمال. اعمل من الخامسة صباحاً حتى الساعة ١١ أو ١٢ ليلاً احياناً.. ذلك ان المرور لا يسمح بدخول سيارات الحمل



الآثار النفسية التي تركتها الحروب على أطفالنا ومسؤولية الأهل بحمايتهم

د. ناهدة عبد الكريم:

اقبال الأطفال على اقتتاء اللعب الناريه ظاهرة خطيرة

تتراوح خطورتها بقدر استيعاب ووعي الأهل لكيفية مساعدة الطفل على تجاوز المشاهد التي مرت به. ومن الممكن تفادى هذه الحالات فقط إذا ذكر أحدهم الجانب النفسي للطفل في هذه الأوقات العصبية. فمثلاً في العراق وحسب ما ورد على لسان أحد ممثلى الأمم المتحدة، فإن أكثر من نصف مليون طفل عراقي على الأرجح بحاجة إلى علاج نفسي من جراء الصدمة التي تعرضوا لها خلال الحرب، حيث يقول (كاريل دي رو) : ” هناك ٥,٧ مليون طفل عراقي في المدارس الابتدائية ونتوقع أن يحتاج ١٠٪ على الأقل من هؤلاء الأطفال إلى علاج نفسي من صدمات تعرضوا لها خلال الحرب ” . وتأكد د. نعمة البدراوي أخصائية الطب النفسي: تعتبر الصدمات التي يتعرض لها الطفل بفعل الإنسان أقسى مما قد يتعرض له من جراء الكوارث الطبيعية، وأكثر رسوخاً بالذاكرة، ويزداد الأمر صعوبة إذا تكررت هذه الصدمات لتترافق في فترات متقاربة. تعيق الكشف عن هذه الحالات لدى الأطفال صعوبة تعبيرهم عن شعورهم أو الحالة النفسية التي يمرون بها بينما يختزنها العقل وتؤدي إلى مشاكل نفسية عميقة خاصة إذا لم يتمكن الأهل أو البيئة المحيطة بهم من احتواء هذه الحالات ومساعدة الطفل على تجاوزها.

من أهم الحالات التي يتعرض لها الأطفال خلال الحروب:

- سوء التغذية في المناطق الفقيرة
- المرض
- التشرد
- اليتم والمفاجأة
- المشاهد العنفية
- الإرغام على ارتكاب أعمال عنف
- الاضطراب في التربية والتعليم

وقد يصاحب هذه الحالات نوع من

الممارسات الوحشية والحروب التي لا تحمل في أحشائها سوى الألم والموت والمعاناة للأنفس البريئة. وبينما تتعلق أمين الجميع بشاشات الفضائيات لمتابعة أخبار الحرب التي تدور رحاها في عدد من دول العالم، فإن في ثنياً الخبر ما شاهده وما لا شاهده، فما شاهده هي تلك الصور المؤلمة للمصابين والقتلى والدمار، قد يكون الزمان كفيل بتجاوزها ونسيانها، وما لا شاهده ولا يمحوه الزمن هو الأثر النفسي الذي تتركه هذه الحروب بداخل كل من عاصرها وعايش الرعب والقلق، وقد عزيزاً أو قريباً أو متزلاً يستظل بظله ليجد نفسه في العراة. فالسلاح الأشد فتكاً في الحرب هو التدمير الذي يخل بالتوازن النفسي للمدنيين بشكل عام، والأطفال على وجه الخصوص. ولعلنا لا نعطي اهتماماً كبيراً بالرعاية النفسية والوسائل المطلوبة لاحتواء ردة فعل الصدمات على الأطفال أثناء الحرب، في حين أن غالبية المختصين يؤكدون أن أخطر آثار الحرب هو ما يظهر بشكل ملموس لاحقاً في جيل كامل من الأطفال، سيكبر من ينحو منهم وهو يعاني من مشاكل نفسية قد

(نون)- يسهل التنظير عن الآثار التي تصيب الأطفال من جراء الحروب، بينما تجارب الآباء والأمهات مع هؤلاء الأطفال هي تحد كبير يواجه كل أسرة، وتحتفظ تداعياتها من طفل إلى آخر. ومن السهل أن ننصح الآباء والأمهات: لا تدعوا أطفالكم يرثون مشاهد القتل والدمار في نشرات الأخبار، لكن ماذا تقول أم لطفلها عندما يرتج بيته من القصف، وينهار بيت مجاور، ويموت زملاء وأصدقاء أطفالها الذين يسألون عنهم؟ لا شك أن واقعنا المعاش أكثر تعقيداً من نظريات التحليل والتنظير.

تعريف الطفل حسب اتفاقية حقوق الطفل التي اعتمدتتها الجمعية العامة للأمم المتحدة (بموجب قرارها المرقم ٢٥/٤٤ المؤرخ في ٢٠ تشرين الثاني / ١٩٨٩) في مادتها الأولى، بأنه كل إنسان لم يتجاوز الثامنة عشرة، ونص المبدأ الثاني أنه يجب أن يتمتع الطفل بحماية خاصة، وأن يمنح بالتشريع وغيره من الوسائل الفرص والتسهيلات اللازمة لإنجاح نموه الجسمي والعقلي والخليقي والروحي والأجتماعي، تنمو طبيعياً سليماً في جو من الحرية والكرامة، وتكون مصلحته العليا محل الاعتبار الأول في سن القوانين لهذه الغاية.

ونص كل من المبدأ السابع والثامن والتاسع على أن للطفل حقاً في تلقي التعليم، وتمكنه على أساس تكافؤ الفرص، من تنمية ملكاته وشعوره بالمسؤولية الأدبية والأجتماعية، ومن أن يصبح عضواً مفيداً في المجتمع، وأن تكون مصلحة الطفل العليا هي المبدأ الذي يسترشد به المسؤولون عن تعليمه وتوجيهه. تقع هذه المسؤولية بالدرجة الأولى على أبويه، وأن يكون في جميع الظروف بين أولى المتعين بالحماية والاغاثة. كذلك نص المبدأ العاشر بأن يحاط الطفل بالحماية من





اقبال الاطفال على اقتناء العاب العنف

نفسى، عن طريق الحديث المتواصل معهم وطمأنتهم بأن كل شيء سيكون على ما يرام وأنهم لن يصيبهم شيء، مع التركيز على بث كلمات من الحب أو تشتيت فكرهم عن التردد في الحدث المروع خاصة في أوقات الغارات المخيفة في حال وقوعها على مقربة منهم، فهذه اللحظة هي الأهم في حياة الطفل النفسية، وكلما ترکناه يواجهها لوحده يزداد أثرها السلبي بداخله على المدى القريب والبعيد. وبالنسبة للأطفال الأكبر سنًا يمكن مناقشة ما يجري معهم واقناعهم بأنهم في مكان آمن أو أن القصف لن يطالهم وأن الأهل بين كافة الاحتياطات لحمايتهم، مع ضرورة عدم منعهم من البكاء أو السؤال عن ما يجري والحديث عنه، فمن الضروري معرفة ما يدور في تفكير الطفل وأن نترك لمشاعره العنان في هذه الأوقات حتى لا تراكم الصدمة، ويمكن تشجيعهم على الحديث بمبادرة من الأب أو الأم للتعبير عن مشاعرهم مع اختيار الأسلوب واللenguage التي يمكن للطفل استيعابها والتجاوب معها. ومن المهم أيضًا أن يراقب الآباء تصرفاتهم ويحاولون المحافظة على الحالة الطبيعية وقوه التحمل وتلطيف الأجواء ليبيتوا الثقة في نفوسهم، وأن لا يتغير أسلوب الحياة بشكل كبير وبقدر المستطاع.

دور الأهل

تلخص توجيهات المختصين في هذا المجال أن على الأهل في حال تعرض أطفالهم لظروف مروعة أن يبدأوا مباشرة بإحاطتهم بالاطمئنان ولا يتركونهم عرضة لمواجهة هذه المشاهد دون دعم

الفوبيا المزمنة من الأحداث أو الأشخاص أو الأشياء التي ترافق وجودها مع وقوع الحدث مثل الجنود، صفارات الإنثار، الأصوات المرتفعة، الطائرات، الخ. وفي بعض الأحيان يعبر الطفل عن خوفه بالبكاء أو العنف أو الغضب والصرخ أو الانزواء في حالة من الاكتئاب الشديد، إلى جانب الأعراض المرضية مثل الصداع، المغص، صعوبة في التنفس، التقيّق، التبول اللاإرادي، انعدام الشهية للطعام، قلة النوم، الكوابيس، آلام وهمية في حال مشاهدته لأشخاص يتأنون أو يتعرضون للتعذيب، وفي حال مشاهدة الطفل لحالات وفاة مرروعة لأشخاص مقربين منه، أو جثث مشوهه أو حالة عجز لدى مصادر القوة بالنسبة له مثل الأب والأم يصاب عندها بصدمة عصبية قد تؤثر على قدراته العقلية، غالباً ما تظهر هذه المشاعر التي يختزنها الطفل أثناء اللعب أو الرسم، فنلاحظ أنه يرسم مشاهد من الحرب كأشخاص يتقاتلون أو يتعرضون للموت والإصابات وأدوات عنيفة أو طائرات مقاتلة وقنابل ومنازل تحترق أو مخيمات، وينمليون إلى اللعب بالمسدسات واقتناء السيارات والطائرات الحربية، حيث يجدون في العاب العنف هذه خير ملاذ للتعبير الحي عن انعكاسات تلك المظاهر.

(نون)- تشير تقارير منظمة الصحة العالمية ان التركيز على "الصحة الانجابية"- على أهميته- أغفل الصحة النفسية والقلبية للمرأة وخصوصاً في المجتمعات النامية. حيث تظهر أهمية الصحة النفسية في الأنماط الطبية والمجتمعية بشكل جلي، فالمرأة أكثر عرضة من الرجل للإصابة بالإكتئاب والقلق والهلع واضطرابات الأكل والعنف المنزلي والتحرش الجنسي.

وتفسر الدراسات هذا التمييز بأسباب بيولوجية واجتماعية وثقافية، خاصة ان الاضطرابات النفسية عند النساء ترتفع بارتفاع اعمارهن وانخفاض مواردهن الاقتصادية والاجتماعية، قد يكون ذلك مرتبطة ايضاً بطريقتها في التعبير.. حيث تُعبر المرأة عن معاناتها النفسية بأعراض جسدية كالصداع وسوء الهضم وألم الظهر والمفاصل واضطراب الخصوبة واللجوء الى سلوكيات غير صحية. من المهم لا تؤخذ هذه الاعراض على محمل التبسيط و"التشكي" ، بل أن تُعطى الأهمية والانتباه، خاصة اذا ما علمتنا بخطورة اكتئاب ما بعد الولادة وإصابات الامراض القلبية. ويعتقد الجميع ان إصابات القلب أكثر شيوعاً بين الرجال، لكنها تصيب النساء بمعدلات عالية وبنسبة (٤,٥% - ١,٥%) أكثر عند الاكتئاب وفي ظروف اقتصادية واجتماعية متدينة، لتشكل سبباً رئيسيّاً للوفيات.

اما اهم الاضطرابات النفسية التي تتعرض لها المرأة بحسب دراسات الصحة النفسية هي:

- المرأة والاكتئاب: المرأة عرضة للأكتئاب أكثر من الرجل بنسبة ٢ : ١، وربما يكون السبب وراء ذلك التكوين العاطفي للمرأة أو خبرات التعلق والفقد الكثيرة في حياتها أو التغيرات البيولوجية المتلاحقة أو العمل المستمر بلا راحة أو كل هذه الأسباب مجتمعة.

- نوبات الهلع (الزلزال النفسي): هي حالات مفاجئة ومزعجة جداً تأتي في صور مختلفة أهملها الشعور بالاختناق، وسرعة ضربات القلب أو هبوط حاد ومفاجئ في ضرباته وكأنه قد توقف أو كاد أن يتوقف، أو برودة وتنميل في الأطراف وعرق غزير أو ضعف في اليدين والقدمين مع الشعور

تقارير منظمة الصحة العالمية:

المرأة أكثر عرضة للإكتئاب من الرجل

الفقر يولد اضطرابات نفسية حادة





الظروف. ولذلك نحتاج كمجتمع أن نعيد النظر في موقفنا من الأرملة و موقفها من الحياة.

- **الشكلي:** كثيراً ما تقع المرأة الشكلي فريسة للأكتئاب أو القلق أو كلّيهما دون أن يدرّي بها أحد على اعتبار أن حزنها يتجاوز حدود الحزن المعتاد إلى الأكتئاب المرضي الذي يحتاج بالضرورة إلى تدخل طبي نفسي.

مقترنات للنهوض بواقع الصحة النفسية

- إنشاء فرع طب نفس المرأة كتخصص فرعي في الطب النفسي
- تشجيع الدراسات والأبحاث في الأضطرابات النفسية للمرأة العراقية
- عمل دورات منتظمة للأطباء العاملين وأطباء الأسرة وأطباء النساء والتوليد لزيادةوعيهم بالأضطرابات النفسية لدى المرأة.

- زيادة الوعي العام باحتياجات المرأة النفسية وأيضاً الأضطرابات التي تصيبها وذلك من خلال وسائل الإعلام المقرورة والمسموعة والمرئية.

- تبني منظمات المجتمع المدني برامج مساعدة المطلقات والأرامل والشالى
- تشجيع الجمعيات الخيرية على العناية بالفئات الهشة من النساء من كل الجوانب الطبية والنفسية والاجتماعية.

في قمة الرأس مع اضطراب في النوم والشهية للطعام. وأحياناً تكون الأعراض بسيطة وتمر بسلام وتختفي حدتها مع الوقت، وأحياناً أخرى تكون شديدة مما يستدعي العلاج الطبي والنفسى. والعلاج التعويضي بالهرمونات يحسن الحالة الجسدية وال الجنسية ولكنه لا يؤثر بشكل مباشر على الحالة النفسية.

- **المراة المطلقة:** وهي تعاني من الطلاق ثم من نظرة المجتمع لها على أنها فاشلة، أو من شكوكه على أنها أكثر قابلية للغواية، ثم تعاني من حرمانها من إشباع حاجاتها العاطفية وال الجنسية والأسرية ومن مسؤولية العناية بالأبناء إن تركهم لها الزوج، أو الحرمان منهم حين يأخذهم زوجها، ولا توجد في مجتمعنا وسائل مساعدة للمرأة المطلقة غير ما يوجد به أهلها من الطعام والشراب والمأوى ونظارات الشفقة. والوصمة التي يلحقها المجتمع بالمطلقة تجعل زواجه ثانية أقرب إلى المستحيل. كل هذه الأمور تعرضها لازمات نفسية.

- **الأرملة:** وهي التي ينسى الجميع احتياجاتها ويعتقدون أنها قد ماتت أو على الأقل ماتت مشاعرها واحتياجاتها منذ مات زوجها، لذلك تعاني حرماناً عاطفياً وجنسياً بقية حياتها إضافة إلى حرمانها الاقتصادي والاجتماعي هي وأولادها، ويصبح من العار عليها أن تفك في نفسها أو في احتياجاتها في مثل هذه

فقد التوازن واحتمالات السقوط، وتشعر المريضة أنها على وشك الموت أو أنها تموت فعلاً، أو أنها على وشك فقد السيطرة أو الجنون، ولتها تهرب إلى أقرب مستشفى أو طبيب فيقال لها بعد عمل الفحوصات أنها سليمة تماماً، ولكنها لا تهدأ ولا تستريح لأن النوبة تباغتها في أي وقت وفي أي مكان فتهدد سلام حياتها فتلزم بيتها وتصاب بالأكتئاب. وللأسف الشديد يتأخر ذهاب هذه المريضة للطبيب النفسي وتدخل في دوامة الفحوصات والتحاليل وتتردد على أطباء القلب والباطنية والمصدر دون جدو.

- **الأضطرابات النفسية ذات الشكل الجسدي:** فالمعاناة النفسية تحول بلاوعي لأعراض جسمانية فتأخذ مشروعاً عصبياً وبالتأني العلاج والمساعدة خاصة الشكوى وبالتالي العلاج والمساعدة، خاصة في مجتمعات لا تعترف المعاناة النفسية وتعتبرها ضعفاً في الشخصية أو الإيمان، أو أن المرأة تسب أو آخر لا تستطيع التعبير عن مشاعرها فيتولى جسمها هذه المهمة عنها وبذلك تكون الأعراض الجسمانية صرخة استغاثة.

- **سن اليأس:** نتيجة لانخفاض مستوى الهرمونات الأنثوية خاصة الأستروجين بعد انقطاع الدورة الشهرية تحدث بعض الأعراض النفسية مثل الأكتئاب والقلق يصاحبه بعض الأضطرابات الفسيولوجية كالإحساس بالسخونة يتبعه إحساس بالبرودة والعرق الغزير، والإحساس بالصداع والحرقان والساخنة



الكشف المبكر عن الامراض النفسية والوقاية منها

آخر. تتعكس هذه الحالات على السلوك الجماعي وبيدو جلياً في الممارسات اليومية مثل الأساليب غير الحضارية في قيادة السيارات أو التعاملات في السوق والشارع، وعكس ذلك فإن السلوك الجماعي يزداد أධأاً ولباقة في المجتمعات التي تتمتع بالاستقرار والرفاية.

إن من أهم المخاطر التي تواجه المريض النفسي هو عدم اعترافه بمرضه، وعدم اعتراف العائلة بوجود مريض نفسي في داخلها، بسبب القسوة المجتمعية على مريض من هذا النوع، وما تتصف به من مفردات مثل (الخبيل، الجنون، الخ)، مما يؤثر على إمكانيات تتمتع المريض بحقوقه كإنسان في الزواج مثلاً أو فرص العمل أو القبول بين الناس.

هناك الكثير من المعتقدات الخاطئة لتحليل الأمراض النفسية كالاعتقاد بأن الجن والقوى الشيطانية والسحر

انتشاراً واسعاً في جميع المجتمعات النامية والمتقدمة على حد سواء، فقد يصاب البعض منا بالاضطراب العاطفي في أوقات مختلفة، وقد يشعر البعض الآخر بالحزن لأسباب متعددة بينما يحس البعض الثالث بالقلق والتوتر في أوقات أخرى، وقد يصبح عصبياً أو يغضب ل موقف ما أو يتصرف بطريقة غريبة تحت ظروف معينة. إن أغلب عوارض التوتر تعكس في بداية الأمر على الصحة الجسدية، فيعاني الإنسان من أوجاع في الرأس أو المعدة أو أمراض البشرة، وقد تكون مقدمة للانهيار العصبي أو النفسي إذا لم تعالج بالشكل الصحيح.

ومن دون شك فإن المجتمعات التي تمر بظروف استثنائية مثل الحروب التي مرت على العراق، تزداد فيها حالات التوتر العصبي الذي قد يؤدي بدوره إلى أمراض نفسية مختلفة تتباين من فرد إلى

(نون) - يمكن تعريف الصحة النفسية السليمة بأنها قدرة الإنسان على الشعور بالسعادة وأيمانه بقيمه مع نفسه وضمن المجتمع، وتكوين علاقات متوازنة مع الآخرين، وكذلك قدرته على العودة إلى حالته الطبيعية بعد التعرض لصدمة أو ضغط نفسي. إن عالم اليوم مليء بالضغوط النفسية والاجتماعية والانفعالات المستمرة التي قد تؤثر على صحة الإنسان سواء الجسدية أو النفسية، كما أصبح التحول الحضاري وتغير أنماط الحياة العصرية والتفكك الأسري من العوامل التي تساعد على إحداث تغيرات كبيرة في السلوك الاجتماعي وال النفسي للشخص. ونتيجة لهذا فقد بدأت أعداد المرضى النفسيين والمدمنين تتزايد يوماً بعد يوم بالرغم من الجهود المضنية لمكافحة هذه المشكلة.

تسجل الأمراض النفسية والعقلية

أنواع الذهان وأعراضه

- أ- الفصام شيزوفرينيا ومن أعراضه:

 - العزلة والانسحاب عن الناس
 - سماعه أصوات غريبة ورؤيه أشياء غير موجودة في الواقع
 - سلوك سلبى تجاه الأحداث وانعدام المسئولية
 - يهمل نفسه وملبسه ونظافته الشخصية
 - قلة التركيز

- ب- التوهمات (ضلالات أضطهادية) ومن أعراضه:

 - وساوس وهمية مرتبطة بشعور الفرد بالمخاوف والاضطهاد والظلم والحسد من حوله
 - شعور الفرد بعدم فهم الآخرين له
 - إحساس الفرد بأن الناس تتكلم عنه بالسوء
 - المغالاة والغرور وينسب لنفسه شخصيات عظيمة مثل (أنا قائد عظيم)

- ج- ذهان هوسى اكتئابي ومن أعراضه:

 - حالات متعاقبة من الشعور بالحزن الشديد أو الفرح الشديد دون سبب مباشر
 - حالات نشاط مستمرة غير عادية
 - كثرة الكلام في مواضيع غير مترابطة
 - أحياناً يشتت في الصياغ وينفعل ويزعق وقد يحطم الأشياء وقد يصبح عدوانياً
 - يضحك كثيراً وبصوت عالٍ
 - حالة ضيق شديد وانعزال عن الناس (في حالة اكتئاب)

علاج الذهان

هناك أدوية فعالة لعلاج الذهان قد تكون على هيئة حبوب أو حقن من الضروري تناولها بانتظام بالإضافة إلى الرعاية المناسبة والتأهيل المبكر والدعم والإرشاد من الأسرة.

نفسى في صورة أعراض نفسية وجسمية مختلفة منها القلق والاكتئاب والوسواس والأفكار المتسلطة والمخاوف الشديدة والتردد المفرط والشكوك التي لا أساس لها يجد المريض نفسه مضطراً إلى أدائها رغم أنه.

هي المسبب للأمراض النفسية والعقلية، ويلجأ البعض إلى المشعوذين والدجالين لعلاج المرض النفسي مما يؤدي إلى تأخر حالة المريض وتدورها، بينما توفراليوم أحدث الأدوية لعلاج المريض النفسي وأعانته لأداء دوره في بناء المجتمع، ولكن تفتقر إلى سياسات وبرامج للتوعية والتثقيف بهذا النوع من الأمراض وأسبابها وأساليب الوقاية منها وعلاجها.

إن أغلب الأمراض النفسية والعقلية يمكن الوقاية منها أو السيطرة عليها بشكل أفضل إذا تم التعرف عليها مبكراً وبالتالي من الضروري عدم التأخير في طلب المساعدة والاستشارة النفسية من المختصين حتى لو ظهرت المشكلة فجأة. وتلعب الرياضة الجسدية دوراً مهماً في التخفيف من التوتر النفسي الذي يعني منه كل إنسان في يومياته، ومثلها تمارين الاسترخاء وتحصيص فترات كل يوم للهدوء والتأمل، ويلجأ الكثير من الناس للصلوة والابتهاج للتخفيف من الضغوطات، أو ممارسة هوايات مثل القراءة أو الرسم أو المشي حيث يختلي الإنسان فيها مع نفسه في محاولة لتصفية ذهنه مما يتربّض فيه من شوائب.

العوامل التي تسبب الأمراض النفسية والعقلية

- هناك عوامل كثيرة تلعب دوراً مباشراً أو غير مباشر في أصابة الفرد بالأمراض النفسية والعقلية منها:
- × تغيرات كيمائية في المخ.
- × عوامل وراثية.
- × في الطفولة.
- × الجو الأسري المضطرب أو المفكك.
- × عوامل اجتماعية كفقدان شخص عزيز أو الوحدة أو الفقر والبطالة وعدم توفر السكن الملائم
- أكبر الأمراض العقلية والنفسية شيوعاً:

 - ١- العصاب: هو اضطراب وظيفي

أنواع العصاب وأعراضه

- أ- الاكتئاب
- الخوف والضيق والتوتر
- الارق وفقدان الشهية
- نوبات بكاء مستمرة
- العلاج
- جلسات نفسية
- مضادات الاكتئاب
- علاج اجتماعي
- ب- القلق
- الشعور بالتوتر العام
- توقي الأذى والمصاب
- ضعف القدرة على التركيز
- الارق واضطراب النوم
- العلاج
- جلسات نفسية
- مضادات القلق
- علاج اجتماعي (سلوكى - تمارين - استرخاء)
- ج- الوسواس القهري
- الدقة والتنظيم إلى حد مفرط
- أفكار وسواسية غريبة
- أفعال متكررة بدون سبب ظاهر.
- العلاج
- أدوية تخفيض شدة التوتر.
- العلاج النفسي.
- جلسات كهربائية.

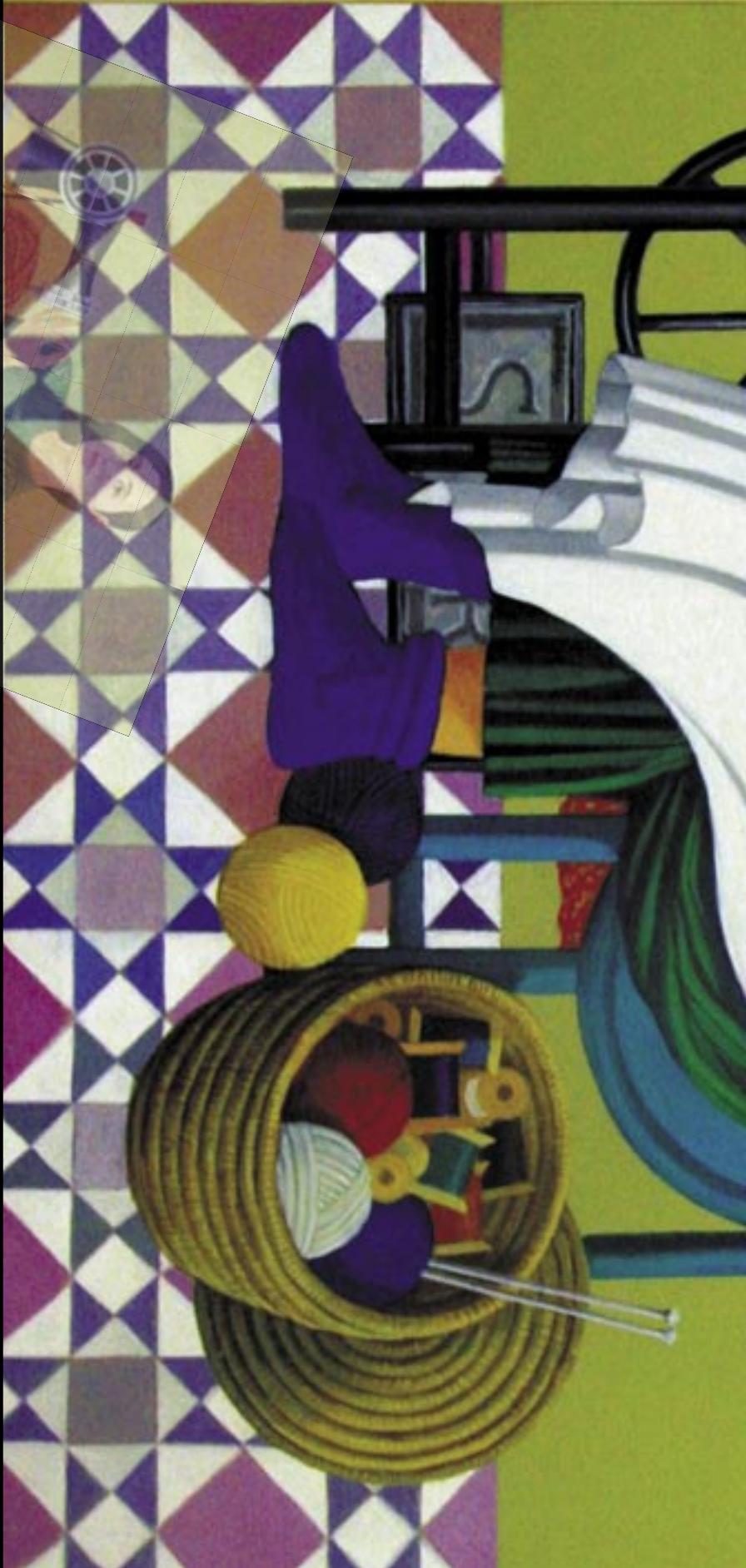
- ٢- الذهان: وهو نوع من الأمراض العقلية الشديدة ينتج عن تغيرات كيمائية أو تلف في المخ والمصاب له يتكلم ويتصرف بشكل غير طبيعي ووظائفه العقلية والجسدية تكون في المخ في حالة اضطراب شديد بالإضافة إلى أنه يكون غير مدرك كلياً لعواقب تصرفاته ولا يدرك بأنه مريض لذا يرفض في الغالبأخذ الدواء والعلاج.





جريدة العارق

من أعمال الفنان فيصل نعيمي



مركز الإسناد النفسي والاجتماعي في مستشفى اليرموك التعليمي

حالات الاضطراب والصدمة النفسية

أكثر بكثير مما تستوعبه المراكز



كبير وتعب من الجميع.

(نون)- ما أكثر الطبقات الاجتماعية التي تراجع المركز؟

- كل الطبقات والحمد لله فأنا التقي بالتعلم وغير المتعلم كلهم يجمعهم انهم يرغبون بالشفاء والتحسن لا غير.

(نون)- ماذَا عن حالات الانتحار؟

في مركزنا ومنذ افتتاحه في ٢٠٠٨ لم تمر علينا حالة انتحار ولكن في ردهة الباطنية والنفسية توجد بعض محاولات انتحار، اما في المركز لا يوجد غير مرضى تراوهم أفكار بالانتحار وليس محاولات. الأطباء والمعالجون بدورهم يقومون بامتصاص هذه الافكار. بصراحة نحن نهتم كثيرا بمثل هذه الحالات ونعطيها عناية خاصة ووقتا طويلا لحين تخلص المريض منها.

(نون)- هل زادت نسبة حالات الامراض النفسية بعد ٢٠٠٣

رنا منير غزال

(نون)- بعد سنوات من العنف والقتل والإرهاب الذي عانينا ونعاني منه، من الطبيعي ان تكثر وتنتشر حالات الاضطراب النفسي والكتابة والانتحار لاسباب موضوعية. مركز الإسناد النفسي والاجتماعي في مستشفى اليرموك افتتح في سنة ٢٠٠٨ لعلاج دراسة الأمراض النفسية ويستقبل مرضى بجميع الأعمار، وهو مركز متخصص من حيث الردّهات والأطباء الأخلاقيين والباحثين الاجتماعيين الذين يشهدون على راحة المرضى بكل إخلاص وسرية، وبالطبع هذه هي صفات الطبيب العراقي المعروفة.

بحاجة الى علاج دوائي يحوله الى الطبيب المختص،اما اذا لا يحتاج فيستمر بالجلسات لحين تحسنه او احساسه بالراحة. نحن نجد ان حالات التحسن والشفاء تصل الى ٨٥ او ٨٠٪ في المركز.

(نون)- هل هناك مراكز علاج نفسية في بغداد والمحافظات كافية لاستيعاب جميع الحالات؟

- في الحقيقة لا توجد.. برأيي نحتاج الى اكثر مما هو موجود اليوم. هذا المركز يغطي منطقة الكرخ فقط، ويوجد مركز اخر في مستشفى الامام علي في الرصافة، واخر في البصرة والسليمانية وكركوك، وهي قليلة جدا نسبة الى الحالات الكثيرة.

(نون)- ما هي برأيك درجةوعي العراقيين اليوم بالنسبة للصحة النفسية؟

- لا استطيع القول انه لا يوجد وعي ولكن هناك تطور المجتمع العراقي ما زال يحتاج لتعب كبير وثقافة من هذه الناحية. برأيي هناك طرق عديدة للتثقيف كالبواسترات والاعلانات وال مقابلات التلفزيونية وإقامة دورات داخل المستشفيات للمنتسبيين لتعريفهم بالطب النفسي واهميته، وهم بدورهم ينشرون الوعي لاقarبهم وجيرانهم وهكذا.. فهي سلسلة تحتاج الى تعاون

في المركز التقينا مديره د. علي عباس السعيدي المختص بالأمراض النفسية والعصبية حيث أشاد بعمل المركز وأهميته واهميته، قائلاً: ان من أهم اسباب سعيناانا وزملائي الأطباء النفسيين لفتح هذا المركز هو ما تعرض له الإنسان العراقي من ظروف صعبة واضرار نفسية بعد الاحتلال، واعمال عنف دارت رحاها على كل العراقيين، صغاري وكبارا، نساء ورجالا، فباتوا بحاجة الى دعم كبير ومعالجة نفسية. لذا فإن هذا المركز لا يعني بالأمراض الذهنية فقط وإنما العصبية والنفسية من كاتبة وصدمة نفسية وغيرها.

(نون)- ماهي ابرز الحالات التي تم عليكم في المركز؟

- أكثر الحالات التي ترددنا هي الصدمة التي يعني منها الأطفال بسبب رؤيتهم جريمة قتل احد ذويهم، أو شخص لا يعرفونه، اضافة الى حالات كثيرة لنساء فقدن ازواجاً هن أو ابناءهن.

(نون)- كيف تتم معالجة هذه الحالات؟

- في البداية تحول الحالة الى باحث اجتماعي يجلس مع المريض عدة جلسات (من ٤ الى ٥ جلسات) وبعدها يقوم بتشخيص حالته، فإذا كان المريض

هناك احصائيات ودراسات اجريت قبل ٢٠٠٣ وبعدها بالنسبة للأضطرابات النفسية التي يعاني منها الاطفال، حيث ان ٧٠٪ من الاطفال يعانون من اضطراب نفسي في حين لم تتجاوز ٥٪ قبل هذا التاريخ. والمشكلة تكمن في ان هذه الاضطرابات النفسية سوف تزداد بمرور الوقت وتكبر كلما كبر الطفل، ويستمر بتذكر حادثة قتل والده او والدته او فرد من افراد اسرته ويفتقد وجودهم حوله فتزداد مشاكله النفسية واضطراباته. وكذلك بالنسبة للمرأة فكلما كبر اولادها وازدادت اعباء الحياة وهي وحيدة من دون معيل فأن أزمتها ستكون أكبر من الصدمة الاولى.

النساء والاطفال هم الاكثر تاثرا بالصدمات

نواصل جولتنا في المركز لنلتقي اقبال خميس اختصاص علم النفس، وهي احدى اهم الباحثات الاجتماعيات العاملات في المركز، فتقول: ان أكثر الحالات التي تمر علينا هي لنساء، وسببها الرئيسي هو ظروف الحرب (قتل، تشريد، اختطاف) وبالدرجة الثانية لأطفال عانوا اما من اختطاف او وفاة احد ذويهم وبالدرجة الثالثة الرجال.

(نون)- ما أكثر حالة تأثرت بها؟

- حالة فتاة عمرها ١٥ سنة تعرضت للخطف في طريقها للمدرسة من قبل عصابة، اقتادوها وهي مغصوبة العينين الى منزل لا تعرف مكانه وأدخلوها الى غرفة وكانت لاترى احدا الا فتاة معها في الغرفة. كانت تسمع اصوات فتيات يبكيين ويصرخن ومن ثم تسمع صوت طلاق ناري وبعدها هدوء فتعرف انهم قاموا بقتلهن، حتى انهم اقتادوا الفتاة التي تشاركتها الغرفة الى الخارج وسمعت صوت طلاق ناري فأنهارت واحسست بانها سوف تقتل لا محالة. هذه الحالة استمرت ٣ أيام وانتهت عندما قام ابوها بدفع الفدية المطلوبة، وعادت سالمة الى بيتها. ولكن عند عودتها اصيبت بأزمة عصبية فاصبحت لا تكلم اهلها ولا تنام ولا تأكل ولا تشرب ولا تقوم بأي شيء. والدها قاما بتغيير مسكنهم ومنعاها من العودة للمدرسة خوفا عليها، فأزدادت



د. علي السعدي: نحن بحاجة لوعي صحي وتشقيق باأهمية الصحة النفسية



هدف، منعت من إكمال دراستي من قبل أهلي بحججة سوء الوضع الامني بالرغم من حبي للدراسة وطموحي الكبير.. من الأفضل ان انهي حياتي بيدي ..

القصص كثيرة تدمع لها العيون وترق لها القلوب، واعترف انتي احسست باضطراب نفسي عندما انهيت يومي داخل هذا المركز، فمعاناتنا كبيرة وجراحاتنا عميقة، ونتساءل كيف سنشفيهما ..

حالتها سوء، واصبحت علاقتها مع أهلها وبالتحديد والدها سيئة جدا. عندما تعاورت معها في عدة جلسات علاجية، أقنعت والدها بان يعيدها للمدرسة، والحمد لله وافق، وهياليوم بصحة جيدة وتحسن علاقتها بأهلها لاسيما والدها ولا تعاني من اضطراب نفسي.

والاليوم رأيت فتاة عمرها ١٧ سنة حاولت الانتحار برشاشة سرقتها من احد افراد الجيش في الشارع، وبعد ان حاورتها قالت: أنا بلا مستقبل ولا

في مستشفى ابن رشد

المريضات.. ضحايا العنف الاسري وعنف الشارع العراقي

هناك علاجان: دوائي وسلوكي، فنحن نحاول نشر الوعي بين صفوف الأهلية بموازاة معالجة المريض. على الطفل أن يتناول غذاء متوازناً من الفواكه والخضار واللحوم لينمو جسده والا فإن نوعية الغذاء السيئ تؤثر على أعضائه. يعاني بعض الأطفال في هذه الحالة من الكآبة فينخفض او يرتفع افراز هرمون الدوبابين الموجود في الدماغ. نحن نعالج ونسطير على كمية الدوبابين اولاً ومن ثم يخضع المريض الى برنامج التوجيهات والأرشادات.

(نون)- ما الفرق بين حالات انفصام الشخصية والاكابية؟

المريض الكثيب يكون بكمال قواه العقلية بينما يفقد من تنقصه شخصيته الوعي او الأدراك بحيث لا يتذكر ما يفعله فيما بعد.

(نون)- ماذا عن الأهل كيف تتبعن توجيههم وهل يتجاوبون معكم؟

احياناً يتباينون ويلتزمون بالعلاج واحياناً اخرى يعاندون وينفذ صبرهم خصوصاً وان المرض النفسي بحاجة الى وقت طويل وطول البال كي يتحقق نتائجه، لذا نرى بعض أهالي المرضى يتذرون العلاج بعد فترة وجيزة ليتجأوا الى المرافقين وغيرهم فتتدور حالة المرضى أكثر لنسمع أن فلاناً من الناس ذهب مع امه او أبيه للعرف الذي ضرب الطفل او الرجل او المرأة لأعتقاده ان الجن يسكن جسده. هذا أمر شائع لا سيما في القرى والأرياف. لهذا وضعنا برنامجاً جديداً من نوعه لتشجيع المرضى على الالتزام بتناول الدواء بشكل منتظم ومنح تسعه من السيدات والساسة المرضى جوائز قيمة.

وتستمر جولتنا لنلتقي في ردهة النساء الممرضة نجاة حيدر التي حدثتنا عن حالة مريضة تعرضت لضغط نفسى شديد مما افقدتها رشدها: كانت المريضة مصابة بانهياب عصبى شديد، وبعد ان زرقتها ابرة في الوريد خرجت من الردهة لتسحبني من شعرى طوال الممر الطويل. يومذاك ركض الممرضون والأطباء في محاولة لانقاذى منها، كانت امراة ناعمة البنية لكنها قوية. أضطر كادرنا بعدها

بداية الحوار كان مع الباحثة أميرة صالح رئيس أبحاث أقدم والتي حدثتنا عن الصعوبات التي تواجهها المرأة العراقية:

تعاني المرأة بحسب الحالات التي تصلنا الى المستشفى من سوء تعامل الرجل معها سواء كان اباً او اخاً او زوجاً مما يؤدي بها الى الاكتئاب واحياناً انفصام الشخصية، والأمثلة على ذلك كثيرة اذكر منها حالة سيدة صيدلانية جاءت الى المستشفى وهي تعاني من الإدمان بسبب سوء العلاقة مع زوجها، وكان رجلاً قاسياً يضربها ويهينها طوال الوقت. الزوج كان عسكرياً في زمن النظام السابق، والضرب بالنسبة له وسيلة التفاهم بينهما حسب قوله، وقد أثرت الحرب العراقية الإيرانية على قواه العقلية. وبعد طلاقها منه صارت تعاني من مرض الكآبة الشديدة لتدمي فيما بعد على الأدوية التي تناولتها أثناء فترة علاجها من الكآبة.

(نون)- كيف تعاملتم مع هذه الحالة خصوصاً وان المريضة صيدلانية؟

في الأزمات النفسية الحادة يتساوى المرضى سواء كانوا متعلميين او جاهلين، وبالطبع تختلف قدرة الشخص على تحمل الأزمة وتحطيتها بحسب قوة شخصيته وقدرتها على التحمل، وتختلف اساليب العلاج المتبعة مع المرضى فهناك أسلوب الكلام في جلسات عديدة للتوجيه لها الى السلوك المعتمد مع ارشادات والدواء المناسب.

الاطفال عرضة للكآبة ايضاً

تقول الباحثة أميرة صالح: تأتي الى المستشفى حالات لأطفال يعانون من مرض يدعى فرط الأطفال فأهلهم يشكرون من ان اطفالهم يفرطون في تناول المشروبات الغازية والشوكولاتة ويمتنعون عن تناول الاغذية الأخرى، وهذا يعني ادمانهم على الكافيين الموجود في هذه الاطعمة والمشروبات.

(نون)- وما هو العلاج المناسب؟

ندى مهدي شكر

(نون)- بين ردهات مستشفى ابن رشد تكمن قصص اغرب من الخيال، حين غاب عنها المنطق وساعت حالة النساء، منها ضحايا العنف الاسري وآخريات ضحايا العنف السياسي الذي ساد في الشارع العراقي خلال هذه السنوات فالنساء الرائقات او الزائرات يعانين امراضًا نفسية مختلفة، وهن يبحثن عن العلاج الشافي كي يواصلن حياتهن. وتعد مستشفى ابن الرشد من المستشفيات الحديثة التي تحتضن خيرة الأطباء والمصالحين النفسيين مع أحدث الأجهزة الطبية، والمختبر النفسي الذي يعتبر ثانى مختبر في الوطن العربي. في هذه المستشفى كانت لنا جولة لقاء مع باحثين وأطباء ومرضى من النساء لإلقاء الضوء على حالاتهن والظروف التي أدت الى تدهور صحتهن النفسية.



حالاتهن علينا. والبعض منها يأتينينا بعد زيارة مستشفى ابن الهيثم القريبة من هنا.
(نون)- كيف تعالجون هذا الكم من النساء المعنفات؟

نقيم العديد من المحاضرات في وزارة الصحة وخارجها، وأود أن أشير هنا إلى ضرورة التعاون ومد الجسور مع منظمات المجتمع المدني في بغداد وبقية المحافظات لإقامة المزيد من الورش عن العنف ضد المرأة، وما يسببه من ازمات نفسية واجتماعية.

في لقاء مع د. علي عبد الرزاق مدير مستشفى ابن الرشد وهو طبيب نفسي تحدث فيه عن المستشفى: تعد مستشفى ابن الرشد من أحد المستشفيات نسبة للأجهزة الحديثة والتدريب المستمر لأحدث طرق العلاج النفسي داخل وخارج العراق. كما أدخل فريق عمل بأشراف د. محمد حقي التوثيق الإلكتروني كبديل عن طبلة المريض. وبذلك أصبحنا أول مستشفى تستخدم هذه الطريقة الحديثة في العراق.

(نون)- وماذا عن حالات النساء المرضيات اللواتي يرقدن أو يراجعن المستشفى؟
أعتقد أن الوضع الأمني في بغداد هو السبب الرئيسي لظهور صحة النساء النفسية وأغلب الحالات التي تصطلي هي الحالات المستعصية التي تظهر بعد زوال الخطر وكم ذكرت سببها الرئيسي هو التعرض للخوف والرعب في حال الإرهاب.

المختبر النفسي

بقي ان نذكر ان مستشفى ابن رشد تحوي مختبرا للصحة النفسية تحدث عنه الباحث النفسي علي عبد الله: ان هذا المختبر يعد ثاني اكبر مختبر في الوطن العربي فهو مزود بأحدث الأجهزة عالميا منها أربع منظومات Vena Test او جهاز الاختبار او جهاز Cobna System الذي يختبر قدرات المريض مثلاً المعرفية والبصرية. وجهاز التدريب Plus وهو يدرب المريض الذي يعاني من الشروド او عدم الانتباه وفقدان الذاكرة. ويحتوي هذا الجهاز على برامج تشفيط الذاكرة لتوسيعه انتباه المريض. والجهاز الثالث لتنمية الذكاء عند الاطفال ويدعى Roha coin ويستمر استخدام برنامجه لمدة 100 ساعة.اما الجهاز الرابع فيستخدم لتطوير ومعالجة الذكاء بكفاءة عالية ويدعى Bio feedback ومن إسمه نجد أنه يسحب معلومات من المريض في جلسات عديدة ليتطور مستوى تعليمه ويحسن قواه اللاحادية كالتنفس والتبول ومن ثم يرفده بمستوى تعليمي عالي.اما مدة برنامج الحديث فهي سبع سنوات.



تعريضها لصدمة كهربائية.

(نون)- ماذا عن حالات أدمان السيدات؟ هناك العديد من السيدات اللواتي يعاني من الأدمان على شراب التيسيروم وهو شراب للسعال والحبوب المهدئة للهروب من الواقع المر الذي يعيشونه.

(نون)- هل تتبعون حالة المرضى بعد خروجهم من المستشفى؟ بالتأكيد، فغالباً ما تأتي المريضة حسب تعليمات الباحثة أو الطبيبة مع بطاقة مراجعة، وكل واحدة منها تتبع حسب وعيها وأدراكيها لأهمية علاجها وخطورة المرض الذي تعاني منه. وفي يوم جاءت مريضة تعاني من اكتئاب حاد جعلها لا تأكل أو تغسل مند أسبوعين، فوضعتنا لها المخذلي فوراً. عرفنا فيما بعد أن أهلها حجزوها في غرفة ثومها لعقابها بحيث عانت من انيميا حادة..

اما المريضة آسيا حسين فقد تزوج زوجها بامرأة ثانية ليعاملها أهلهما وأهل زوجها كالفانقة، وهي تتقول: لي ولدان وبنت جميلة. حملتهم معى الى بيت أهلي بعد ان ترکني زوجي ليتزوج بأخرى، وكانت مجبرة على العودة الى دار أهلي لأنني لا املك عملاً او داراً ولكن أهلي استقبلوني بتألق وكأنني غريبة عنهم. عشت معهم على مضض وهم ينحصرون حياتي وحياة اطفالي حتى حصل شجار بيني وبين والدي الذي أخذ يسب ويشتم زوجي بكلمات بذيئة امام اولادي فانفجرت وصرت اصرخ بوجه الكل حتى اخذتني زوجة أبي الى المستشفى لتهدئتي وانا الان أشعر مشتة فلا أعرف أين أذهب بعد خروجي من المستشفى وماذا أفعل بحياتي وحياة اولادي.

أغلب الحالات سببها العنف الاسري

وهي المستشفى التقينا د. رفيف فرحان التي حدثتنا عن أكثر الحالات النفسية للنساء اللواتي يراجعن للعلاج: تعاني المرأة العراقية من حالة تعسفية إلا وهي التعرض للعنف من قبل زوجها في أغلب الأحيان. ولقد عالجت سيدات تعرضن للضرب والسجن ل أيام عديدة.

(نون)- وما السبب في ربك؟ غالباً ما نجد الزوج مدمناً على الكحول أو بلا وظيفة.

(نون)- الا تجدين أن حضورهن الى مستشفاكما حالة صحية بمثل ظروفهن الصعبة التي تذكرها؟
نعم هي حالة صحية لكن أغلبهن يأتين الى هنا خلسة اي دون موافقة أزواجهن. وقد يأتي البعض بحجة الحصول على ارشادات لاولادهن بينما الحقيقة هي أنهن يعرضون

في ردمة النساء

ومن قصص النساء في مستشفى ابن رشد حدثتنا السيدة مادلين داود عن حالة ابنتها سوسن جوزيف التي ترقد في المستشفى: أنا نعاني من ازمة السكن وكننا نسكن في بيت بسيط قرب أحدى كنائس الكرادة الشرقية. صحيح أنه ليس دارنا الا اعني اعتبرته دارنا لأننا سكنا فيه لأكثر من عشر سنوات، وبعد عودة المالك من الخارج هددنا بأخلاء الدار في فترة قصيرة. وطبعاً لم نتمكن من تدبير حالتنا في الحصول على سكن ثانٍ. جاء يوماً ومعه لوري ضخم ليقوم صاحب اللوري بوضع اثاثنا وحاجياتنا في اللوري ثم وضعونا فيه لترحيلنا. فقدت ابنتي وعيها اثناء هذه الحادثة فجئت بها الى هنا للعلاج من الصدمة التي تعرضنا لها، خصوصاً وانهم تصرفوا معنا كالغوغاء لاجبارنا على الاعلام حتى ان

الامراض النفسية والعصبية لدى النساء في العراق

ال الزمني والمكاني والثقافي الذي بينهما إلا أنهم تتحملن نفس الإرث الحضاري والقيمي المُقلل بالتحفظ وسوء الفهم لمنطق الأشياء وهذا تحملن أجياً من التفكير الخاطيء للمشاكل الاجتماعية وتصالن إلى النقطة صفر في القدرة على الاستيعاب بسبب الكم الهائل من المشاكل الاجتماعية والإقتصادية وعلى مدى فترات طويلة من الزمن تحملنها معهـما أينما ذهبتـا كما تحملن إسمـيهـما، فالـقهر الإجتماعـي هو نفسه في البيت العـراقي والنـظرـة الدـونـية للمرأـة مع التـكـيف المستـمر لأـيدي المرأة العـاملـة، وتحـمـلـ العـائلـة العـراـقـيـة مـفـاهـيمـها معـهاـ أـينـماـ ذـهـبـتـ، وـبـقـىـ أـنـ نـنـظـرـ في الواقعـ الحـضـارـيـ للمـجـتمـعـ وـسـوـءـ الـحـالـةـ الإـقـتصـادـيـ وـتـدـنـيـ مـسـتـوىـ الـمعـيـشـةـ عـلـىـ أـنـهـ مـسـبـبـ أـسـاسـيـ لـمـشـاكـلـ الـنـفـسـيـةـ وـالـعـصـبـيـةـ، وـيـلـاحـظـ إـتـشـارـ الـقـيـمـ الـجـديـدـ الـمـسـتـورـدـةـ منـ الإنـفـتـاجـ عـلـىـ الـعـالـمـ الـخـارـجـيـ، وـعـلـيـنـاـ أـنـ شـيـرـ إـلـىـ الـقـيـمـ الـمـسـتـورـدـةـ السـلـبـيـةـ وـلـيـسـ إـيجـابـيـةـ (ـكـبـبـ الـعـلـمـ وـالـعـلـمـ وـاحـتـرـامـ الـوقـتـ)ـ هـيـ الـتـيـ دـخـلـتـ إـلـىـ الـمـجـتمـعـ الـعـراـقـيـ كـالـبـحـثـ عنـ وـسـائـلـ الـهـرـوبـ منـ الـوـاقـعـ عنـ طـرـيقـ الـمـخـدرـاتـ أوـ إـنـفـلـاتـ الـجـنـسـيـ أوـ فـاسـفـةـ الـإـنـتـحـارـ إـلـيـخـيـارـ النـهـاـيـةـ وـأـشـكـالـ اـخـرـىـ منـ الـفـسـادـ الـإـجـتمـاعـيـ وـالـقـيـمـ غالـبـاـ ماـ يـبـنـاـهاـ الرـجـلـ الـعـراـقـيـ، وـقدـ تـخـشـيـ المرأةـ أـنـ تـمـارـسـهاـ لـاعـتـباـراتـ كـثـيرـةـ فـتـقـمـ فيـ بـيـتـهاـ وـتـبـدـأـ هـذـهـ المـرـأـةـ بـقـطـمـ أـظـافـرـهاـ ثـمـ تـدـخـلـ فيـ مـتـاهـةـ منـ الـأـمـرـاضـ الـنـفـسـيـةـ وـالـعـصـبـيـةـ.

إنـ الحالـتـينـ قدـ إـتـخـذـتاـ شـكـلـينـ مـخـتـلـفينـ لـعـدـمـ التـنظـيمـ الـعـقـليـ وـإـمـتـلاـكـ البرـمـجةـ الـقـيـلـيـ.ـ الـحـالـةـ الـأـولـىـ إـسـتـمـرـتـ طـوـالـ حـيـاتـهاـ فيـ عـلـمـ عـشـوـائـيـ أـوـصـلـهاـ إـلـىـ الـإـنـهـيـارـ،ـ وـالـحـالـةـ الثـانـيـةـ إـتـخـذـ العـقـلـ لـدـيـهاـ قـرـارـاـ يـدـلـ عـلـىـ إـنـفـجـارـ بـرـمـجيـ فيـ وـظـائـفـ الـعـقـلـ فيـ التـكـيـرـ وـالـتـحلـيلـ وـالـإـسـتـعـابـ وـأـلـغـتـ كـلـ بـرـامـجـ التـكـيـرـ وـالـتـحلـيلـ وـكـانـ الـكـوـمـبـيـوتـرـ الـعـظـيمـ الـذـيـ هوـ الـعـقـلـ الـإـنـسـانـيـ قدـ دـخـلـ إـلـيـهـ (ـفـايـروـسـ مـدـمـرـ)ـ وـأـلـغـيـ كلـ الـعـلـمـيـاتـ الـعـقـلـيـةـ وـالـتـيـ يـسـودـهاـ الـمـنـطـقـ وـأـوـحـيـ لـهـاـ بـفـكـرـةـ وـاحـدةـ وـهـيـ (ـالـإـنـتـحـارـ)،ـ عـلـمـاـ بـأـنـ الرـجـلـ الـعـراـقـيـ يـسـيرـ

يـكونـ هـمـجـيـاـ وـشـرـسـاـ مـثـلـ أـنـوـاعـ الـحـربـ أوـ عمـلـيـاتـ القـتـلـ الـعـشـوـائـيـ أوـ الـمـنـظـمـ،ـ وـبـتـكـرـارـ هـذـاـ يـصـابـ المـخـ بـعـدـ الـقـدـرـةـ عـلـىـ ضـبـطـ مـسـتـوىـ رـدـ الفـعـلـ فـيـقـدـمـ رـدـودـ أـفـعـالـ قـوـيـةـ لـأـفـعـالـ هـامـشـيـةـ وـيـصـبـحـ الـفـرـدـ مـخـلـفـاـ فيـ رـدـودـ أـفـعـالـهـ وـغـيـرـ مـتـحـمـ بـهـاـ،ـ بـلـ يـسـرـ السـلـسلـةـ الـتـيـ تـرـبـطـهـ بـالـقـوـاـعـدـ الـإـجـتمـاعـيـةـ أوـ الـقـيـمـ وـحتـىـ السـلـوكـ الـدـينـيـ،ـ وـتـأـخـذـ هـذـهـ السـلـسلـةـ بـالـقـنـكـ وـيـصـبـحـ الـإـرـتـبـاطـ غـيـرـ مـسـيـطـرـ عـلـيـهـ فـيـتـخـبـطـ الـفـرـدـ بـسـلـوكـ عـشـوـائـيـ غـيـرـ مـنـظـمـ تـسـيـطـرـ عـلـيـهـ الـوـسـاـوسـ وـأـشـبـاحـ الـرـعـبـ وـالـخـيـالـاتـ الـمـرـضـيـةـ .ـ

٣ـ الـظـرـوفـ الـذـاتـيـةـ لـلـفـرـدـ الـإـجـتمـاعـيـ مـنـهـاـ وـالـإـقـتصـادـيـ حـيـثـ تـنـهـاـيـ خـصـصـيـةـ هـذـهـ الـفـرـدـ أـمـامـ هـذـهـ الـضـغـوطـ،ـ وـقـدـ تـأـخـذـ مـسـارـاـ طـوـيـلـاـ وـفـتـرـاتـ طـوـيـلـةـ طـوـيـلـةـ حتـىـ تـصـلـ بـالـفـرـدـ إـلـىـ الـإـنـهـيـارـ وـعـدـمـ الـإـنـضـبـاطـ بـسـلـوكـهـ الـعـامـ،ـ وـيـأـخـذـ هـذـهـ اـيـضـاـ أـشـكـالـ مـخـلـفـةـ وـسـلـوكـيـاتـ مـخـلـفـةـ .ـ

أـقـدـمـ نـمـوذـجـينـ لـهـذـهـ الـحـالـاتـ،ـ النـمـوذـجـ الـأـوـلـ فيـ الـعـرـاقـ وـالـنـمـوذـجـ الـثـانـيـ لـإـمـرـأـ عـرـاقـيـةـ مـغـتـرـبةـ فيـ نـيـوزـيـلـانـدـ .ـ

الـنـمـوذـجـ الـأـوـلـ:ـ أـحـسـتـ هـذـهـ الـمـرـأـ بـإـنـهـيـارـ فيـ وـضـعـهاـ الـإـجـتمـاعـيـ كـإـمـرـأـ مـتـزـوجـةـ وـبـالـتـالـيـ بـوـضـعـهاـ الـإـقـتصـادـيـ فـأـصـبـيـتـ بـالـوـسـاـوسـ الـقـهـريـ وـأـخـذـتـ تـقـومـ بـتـنـظـيفـ الـبـيـتـ وـكـنـسـهـ لـسـاعـاتـ طـوـيـلـةـ أـثـنـاءـ النـهـارـ وـبـقـيـتـ عـلـىـ هـذـاـ الـمـنـواـلـ حتـىـ مـمـاـتـهـ،ـ وـمـنـ المؤـكـدـ أـنـ هـذـهـ الـمـرـأـةـ كـانـتـ تـتـعـذـبـ وـتـعـدـبـ مـنـ حـولـهـاـ .ـ

الـنـمـوذـجـ الـثـانـيـ:ـ إـكـشـفـتـ هـذـهـ الـحـالـةـ أـنـ زـوـجـهاـ يـقـومـ بـخـيـانتـهـاـ مـعـ إـمـرـأـةـ أـجـنبـيـةـ،ـ فـقـامـتـ بـإـبـاعـدـ أـطـفـالـهـاـ إـلـىـ الـحـدـيـقـةـ وـرـمـيـ المـفـتـاحـ إـلـىـ الـخـارـجـ ثـمـ صـبـتـ الـبـانـزـينـ فيـ أـرـجـاءـ الـبـيـتـ وـقـامـتـ بـإـحـرـاقـ نـفـسـهـاـ مـعـ الـبـيـتـ،ـ لـكـنـ وضعـ هـذـهـ الـمـرـأـةـ لـمـ يـأـخـذـ سـلـسلـةـ طـوـيـلـةـ فيـ مـسـارـ التـعـذـبـ بـلـ إـنـ مـاـ حـصـلـ هوـ عـدـمـ إـنـظـامـ وـإـنـهـيـارـ فـورـيـ فيـ عـمـلـيـاتـ المـخـ فـإـتـخـذـتـ قـرـارـاـ عـشـوـائـيـ لـلـحـظـاتـ وـنـفـذـتـ هـذـاـ الـقـرـارـ،ـ وـلـوـ كـانـ عـقـلـ هـذـهـ الـمـرـأـةـ قـدـ حلـ وـفـرـ وـإـسـتـخلـصـ النـتـائـجـ بـشـكـلـ طـبـيـعـيـ وـغـيـرـ مـرـضـيـ لـكـانـتـ النـتـيـجـةـ مـخـلـفـةـ تـمـاماـ .ـ

لوـ حـلـلـنـاـ الـحـالـتـينـ لـوـجـدـنـاـ رـغـمـ الـبـعـدـ

دـ.ـ نـاهـدـهـ مـحمدـ عـلـيـ

تعـانـيـ الـمـرـأـةـ الـعـرـاقـيـةـ مـنـذـ أـمـدـ بـعـيدـ مـنـ أـنـوـاعـ عـدـيـدـةـ مـنـ الـأـمـرـاضـ الـنـفـسـيـةـ وـالـعـصـبـيـةـ وـمـنـهـاـ مـرـضـ الـكـآـبـةـ وـالـعـصـبـ

الـذـهـنـيـ وـأـنـوـاعـ الـوـسـاـوسـ الـقـهـريـ فيـ كـثـيرـ مـنـ مـظـاـهـرـ الـحـيـاةـ كـالـغـسـلـ وـالـتـنـظـيفـ

الـمـسـتـمـرـ وـغـسـلـ الـيـدـيـنـ الـمـتـكـرـ وـبـتـكـرـ غـلـقـ الـأـبـوابـ وـالـشـبـابـيـكـ وـإـعادـةـ الـنـظـرـ مـنـهـاـ فيـ

إـنتـظـارـ أـيـ قـادـمـ يـحـمـلـ الـأـذـىـ،ـ وـتـنـاـولـ الـطـعـامـ بـكـمـيـاتـ كـبـيرـةـ مـنـعـاـ لـلـجـوعـ الـقـادـمـ أوـ الـتـقـيـيـرـ

الـمـرـضـيـ مـنـعـاـ لـلـفـقـرـ،ـ وـتـصـابـ الـمـرـأـةـ أـيـضـاـ

بـالـقـسـوـةـ الـمـفـرـطـةـ (ـالـسـاـيـكـوـبـاشـيـةـ)ـ فـتـقـوـمـ بـبـصـرـ الـأـفـرـادـ الـأـضـعـفـ وـخـاصـةـ الـأـطـفـالـ

وـقـدـ يـصـلـ الـأـمـرـ إـلـىـ التـلـذـذـ بـكـيـ أوـ جـرـحـ الـأـخـرـيـنـ وـالـتـسـبـ بـالـأـلـمـ الـمـرـبـحـ .ـ

كـلـ هـذـهـ عـلـامـاتـ مـرـضـيـةـ تـدـفـعـ بـالـمـرـأـةـ إـلـىـ الشـعـورـ الـمـؤـقـتـ بـالـإـسـتـرـخـاءـ مـنـ التـشـنجـ

الـعـصـبـيـ شـمـ الـعـودـةـ إـلـىـ بـدـاـيـةـ دـائـرـةـ مـظـلـمـةـ مـنـ الـأـلـمـ وـالـخـوـفـ وـالـرـعـبـ الذـاـقـيـ مـنـ الذـاـتـ

وـمـنـ الـأـخـرـيـنـ وـقـدـ يـتـنـهيـ الـأـمـرـ إـلـىـ الـجـنـونـ الـتـامـ أوـ الـجزـئـيـ وـالـإـسـتـمـارـ بـهـذـاـ يـسـتـزـفـ طـاقـةـ الـشـخـصـ وـالـأـشـخـاصـ الـمـحـيـطـيـنـ .ـ

وـتـصـابـ هـذـهـ الـمـرـأـةـ بـالـتـعـبـ الـدـائـمـ إـلـىـ حـالـاتـ التـوـفـزـ حـيـثـ تـسـتـزـفـ مـعـظـمـ أـسـبـابـ الـطـاـقةـ لـدـيـهاـ ثـمـ تـعـدـمـ إـلـىـ إـتـهـامـ الـطـعـامـ بـشـرـاهـةـ لـتـعـوـيـضـ هـذـهـ الـطـاـقةـ وـالـتـعـوـيـضـ عـنـ الـأـلـمـ أوـ الـحـزـنـ الـذـيـ تـعـانـيـهـ أـثـنـاءـ الـعـمـلـ الـوـسـاـوسـ الـقـهـريـ وـالـتـكـرـارـ إـلـىـ الـأـفـعـالـ أـوـ الـكـلامـ وـبـعـدـ دـلـلـكـ تـنـزوـيـ هـذـهـ الـمـرـضـيـةـ فيـ زـاوـيـةـ مـنـ الـبـيـتـ لـإـحـسـاسـهـاـ بـأـنـهاـ مـنـبـودـةـ مـاـ تـقـوـمـ بـهـ،ـ وـلـكـنـهاـ فيـ كـلـ الـأـحـوالـ تـشـعـرـ بـالـنـدـمـ

وـالـأـلـمـ الشـدـيدـ وـلـاـ يـمـكـنـهاـ الـعـودـةـ إـلـىـ الـوـرـاءـ إـذـ أـنـ مـسـبـبـاتـ سـلـوكـهاـ تـكـمـنـ فيـ الـعـمـلـيـاتـ غـيـرـ الـمـنـظـمـةـ وـغـيـرـ الـمـنـضـبـطـةـ بـالـمـخـ وـلـهـذـاـ أـسـبـابـ كـثـيرـةـ مـنـهـاـ:

١ـ أـسـبـابـ وـرـاثـيـةـ حـيـثـ أـنـهـاـ قـدـ تـتـوـارـثـ إـمـكـانـيـةـ عـدـمـ الـتـنـظـيمـ مـنـ وـالـدـيـهـاـ إـذـ أـحـاطـتـهـاـ نـفـسـ الـأـسـبـابـ وـالـظـرـوفـ وـأـحـيـانـاـ بـدـوـنـ أـسـبـابـ وـاضـحةـ .ـ

٢ـ الـجـوـ الـإـجـتمـاعـيـ الـمـرـبـحـ وـالـذـيـ يـشـكـ حـالـةـ مـنـ التـوـفـزـ الـدـائـمـ وـيـؤـدـيـ إـلـىـ أـنـ تـكـوـنـ هـنـاكـ رـدـودـ أـفـعـالـ قـوـيـةـ وـمـتـشـنـجـةـ وـبـمـسـتـوىـ الـفـعـلـ الـمـحـيـطـ وـالـذـيـ غالـبـاـ مـاـ



في مجتمعها حتى وإن لم تفهمه أو تستطع تحليله، ويُسبب هذا العديد من الأمراض العصبية الحادة وربما الموت المبكر بالإضافة إلى الأمراض الجسدية المستعصية والتي بدورها تجعل المرأة العراقية تبحث عن الموت كخلاص لعنابتها أو رؤية عذابات أطفالها، لذا فالواقع المجتمعي العراقي يحتاج إلى ترميم كبير قبل أن تستطيع الحديث عن إمرأة عراقية بكل قوتها العقلية والنفسية لا تشكل خطراً في بيتها أو في مدرستها أو في مجتمعها.

على نفس التفكير المرضي للأشياء فهو مجتمع واحد وقيمته واحدة، والخيانة هنا تساوي دائماً مفهوم القتل، وقد إطلعت على حالات عديدة في وسائل الإعلام بأن رجالاً عراقيين مثقفين ومُغتربين قاموا بقتل زوجاتهم وصديقاتهم بسبب الخيانة.

إن بعض الرجال العراقيين يقومون بدور بارز في قيادة الإنفلات الاجتماعي، فمراكز الدعاارة تنتشر في المدن العراقية ويدبرها الرجال وبعض النساء، خاصة

واقع الصحة النفسية للأطفال العراقي



(نون)- عاش أطفال العراق مراحل متتابعة من الحرروب والتواترات العسكرية والاقتصادية والإعلامية، انعكس بشكل واضح على صحة وسلوك الطفل العراقي وتوجهاته عبر مراحل زمنية مختلفة وصولاً إلى المرحلة الحالية. ولم تغفل المنظمات العالمية المعنية بصحة الطفل والمختصين النفسيين في العراق والعالم التنبئ إلى الآثار المدمرة التي تنجم عن هذه الانتهاكات النفسية الخطيرة التي يتعرض لها من جراء ما مر ويعمر به من أوضاع مأساوية.

للدلالة على الواقع النفسي شديد التأزم للطفل العراقي، ذلك الواقع المثقل بمشاهد القتل والتدمير والدماء والجثث المتاثرة في الشوارع وأصوات القصف ودوي القنابل والحرائق ورعب المفخخات والمداهمات وشظايا الزجاج المتطاير وحالات الاختطاف والاغتصاب والتهجير... فكل ما ذكر وأكثر يشكل حالة من الضغط النفسي والعصبي والعقلي المتواصل على الذات الطفولية تنعكس على سلوك الطفل وانفعالاته وتوجهاته الحالية والمستقبلية عبر ردود أفعال مختلفة تصب جميعها في بؤرة التدمير المنهجي لهذه الذات كونها النواة الأولى والأهم استراتيجياً في نماء المجتمع وبنائه حاضراً ومستقبلاً.

فما الذي يتعرض له الطفل العراقي وما هي انعكاسات الواقع عليه؟

أجرى أطباء نفسيون عراقيون بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية دراسة بشأن الصحة العقلية للأطفال العراقي بحثوا خلالها انعكاسات الحرب وتداعياتها على للأطباء النفسيين: هناك حاجة ماسة إلى زيادة أعداد العاملين في قطاع الصحة النفسية. وأجرى مقارنة بين استراليا (٢٠ مليون نسمة) وال伊拉克 (٢٢ مليون نسمة) حيث "تمتلك الأولى ٢٨٠٠ طبيباً نفسياناً و١٠٠٠ معالجاً نفسياً، بينما يوجد في العراق ١٠٠ طبيب نفساني، وليس هناك أي عيادة للعلاج النفسي.

كما نبه المنسق السابق لبرنامج الأمم المتحدة الإنساني هائز فون سبونيك في تقرير له إلى أن الوضع القائم في العراق سوف يؤدي إلى ظهور جيل من الشباب أكثر تطرفاً وعنتاً من أي وضع سابق معروف، فهولاء الشباب يشعرون بالماردة والغضب، ويحسون أن العالم كله قد تخلى عنهم، مما هو حال أطفال البارحة شباب اليوم الذين ذكرهم في تقريره في خضم حمام الدم الذي مر على العراق؟.

الواقع النفسي
لا يحتاج الباحث إلى الكثير من الجهد

فاق جميع الإمكانيات الذاتية المتيسرة في أعقاب الحرب السابقة وما تلاها من حصار، فقد شكلت الضغوط النفسية بما يومياً للجميع، بحسب المصادر الرسمية العراقية، فقد تضاعفت الحالات النفسية بين عام ١٩٨٩ وعام ٢٠٠٢. وفي تقرير أعدد فريق من الخبراء الحقوقيين وختصاصيي الصحة العامة في جامعة هارفارد، صدر في تشرين الأول / أكتوبر ١٩٩١، أي بعد ٧ أشهر على انتهاء حرب الخليج الثانية، كشف بأن الأطفال العراقيين يشبهون الناجين من قبلية هيروشيمما. وقد علق البروفسور د.ماغن راوندان- مدير برنامج بحوث الأطفال في مركز علم نفس الأزمات التابع لجامعة بيرغن بالنرويج: إن الأطفال في العراق يشبهون "الأموات الأحياء"، وإنهم "فقدوا مشاعرهم، ولا يتمتعون بحياتهم". كما نبه الباحث جيف سيمونز إلى إرتفاع حالات السلوك العدواني وسط التلاميذ من ٢٤٪ عام ١٩٨٩ إلى ٦٠٪ في عام ١٩٩٣. وقال جيمس سكالي رئيس الجمعية الاميركية

الصحة العقلية لأطفال العراق من خلال دراسة أوضاع الأطفال في ثلاث مدارس ابتدائية في بغداد والموصى ودهوك. كشفت الدراسة التي تمت في بغداد أن حوالي نصف الـ ٦٠٠ تلميذ محل الفحص يعانون من خدمات كبيرة منذ بداية الحرب. واحد من كل عشرة يعانون من اضطراب عقلي ناجم عن خدمات ضاغطة، ووُجدت أن الأطفال الأكبر سنًا في الموصى يعانون بشكل أسوأ: ٣٠٪ من الأطفال محل المسح الميداني وعددهم ١٠٩٠ أظهروا علامات اضطراب عقلي تاجم عن خدمات ضاغطة. تقريراً كل هؤلاء يعانون من أعراض مرضية عقلية وأن ٩٢٪ منهم لم يحصلوا على أي علاج.

لقد تركت هذه الفظائع على حياةأطفالنا الأبراء آثاراً مدمرة فالآلاف منهم يعانون من حالات مرضية وخيمة، أبرزها الحالات النفسية والعصبية والتي أصبحت سمة مؤلنة جلية للعيان، خصوصاً لهم يفتقرن إلى الرعاية الصحية الالزمة، نتيجة تداعي الهياكل الصحية الأساسية التي أخذت تترنح أمام إهمال المرافق الصحية وفقرها وأمام العدد المتزايد من الضحايا المراجعين المصابين بأمراض نفسية مما يجعل من الصعب التعامل معهم على نحو مناسب. يُضاف إلى ذلك، أن الكثير من أفضل وأمع أطباء العراق ليسوا مُحصّنين ضد مخاطر هذا العنف، وتعرض كثير منهم للقتل المنهج والتهجير القسري.

حالات تعكس الواقع

في عيادة د. حيدر محسن فتاة عمرها ثمانى سنوات تدعى زهرة يظهر عليها الهدوء.. لكن والدتها أخبرت د. محسن أن هذا السلوك الهدئ للطفلة يختفي حالما تسمع تفجيرات القنابل في المنطقة. تُهانى الفتاة من نوبات مرضية مع سمعها التفجيرات. في حين تُهانى مريضة أخرى - ختام (١٣ عاماً) - من رد فعل مختلط عند سماعها التفجيرات: إنها تهاجم أمها. ويعلق الطبيب "أصبح أطفالنا عنيفين جداً، ويتكلمون ببداءة ويتصرفون عدوانيين جداً، يتكلمون ببداءة ويتصرفون بسلوكية سيئة. ونحن نرى أن هذه الأعراض هي حصيلة تداعيات الحروب". وبذكر الدكتور حادثة أخرى لفتاة أحببت على النوم إلى جانب جثة هامدة اسمها زمان (١٦ عاماً) اختطفت خارج مدرستها في المنصور بضواحي بغداد. احتجزت على مدى تسعة

أمثلة كثيرة لا تكاد تحصى يمكن إيرادها حول المعاناة المستمرة للأطفال العراقيين فقد ذكرت أم احمد وهي مهجرة من سكان حي العامل في بغداد أن طفليها (٨ و ٦) سنوات كانوا كلما عاود القصف يرتجفون ويبكون ممسكين بوالدتهم بقوه. ولكنهم في الفترة الأخيرة بعد تعرض بيتهما في بغداد للقصف المباشر فوق رؤوسهم وسقوط صاروخ على قسم منه، ومقتل جار لهم وابنه الصغير وهو من أصدقاء الأطفال صاروا يلتجأون إلى سلوك جديد مستغرب فبمجرد سماع القصف يبدأ الأطفال بالركض والضحك والصرخ بشكل هستيري وبصوت عال جداً. وبعد توقف القصف يبدأن بالبكاء وكأنهما انتهيا من أداء طقوس صعبة" ، وتقول الأم " بأنها تخاف عليهما ولا يمكنها في هذه الظروف الصعبة التفكير بمراجعة طبيب نفسي فقد قالت بهم وحزن عندما نستطيع إطعامهم نفكر بالطبيب النفسي" . أما السيدة ابتسام فقالت : بأن أي من أطفالها الثلاث لم يعد يرغب في الذهاب إلى المدرسة رغم كل محاولاتها والسبب أن أطفالها والبالغين من العمر ١١ و ٩ و ٧ سنوات مصابين بتوتر عصبي شديد وسلس بولى يجعلهم يبولون بملابسهم دون أن يشعروا أثناء النوم واليقظة مما يسبب لهم حرجاً شديداً أمام زملائهم، وجعلهم يكرهون المدرسة إضافة إلى تأخرهم وتراجعهم الدراسي. تقول ابتسام: رغم أنني أحمل شهادة جامعية وأبذل جهداً كبيراً معهم إلا أن ذلك لا يجدي، وبقضى (حمودة) في إشارة لابنها الصغير طوال ساعات الدوام بالبكاء المستمر. ماذا أفعل؟ تتبع "لقد رأوا أشياء تفوق تحملهم وتحملني أيضاً فقد قتل زوجي أمامنا عند مداهمة منزلنا من قبل عصابة بعد منتصف الليل، احتجزونا في غرفة وانهالوا على زوجي ضرباً بالبنادق وركلة بأرجلهم هو يصرخ أمامنا ويستغيث ونحن نصرخ دون أن يهتم أحد بضرارنا. وبعد سرقة ما نملك شدوني من شعرى وأطفالى يصرخون ويبكون فشتتهم زوجي وبصق عليهم عندها أطلق أحدهم عليه النار بكل بساطة وهو ينزف وراس أحدهم عليه قصداً، وتركونا وخرجوها. مات زوجي في الحال، وأنا وأطفالي انتقلنا إلى بيت أهلي، ومازال الوضع سيء جداً وأطفالى مند الحادثة وهم على هذه الحال، واتمنى أن أجدد سبلاً لعلاجي لقد تعبت ولا أعرف ماذا أفعل؟

كشفت نتائج الدراسات التي أجريت على الأطفال ضحايا سوء المعاملة والإهمال عن صورة إكلينيكية واضحة المعالم تمكن بؤرتها في صدمة الإساءة التي قد تبدي آثارها فيما يعرف باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة عند الأطفال، وهو اضطراب يظهر في متلازمة من الأعراض مثل (الخوف الشديد والهلع والسلوك المضطرب أو غير المستقر وجود صور ذهنية أو أفكار أو ادراكات أو ذكريات متكررة وملحة عن الصدمة والأحلام المزعجة - الكوابيس- أثناء النوم والسلوك الانسحابي والاستثناء الزائد وصعوبة التركيز وصعوبات النوم)، إن المشكلات النفسية والسلوكية الناتجة عن صدمة الإساءة تظل قائمة ونشطة التأثير على الصحة النفسية للطفل لأنها بقيت كثيرة، والصدمة تعيش مع الطفل والطفل يعيش معها.



الرياضة علاج بديل عن ادوية الاكتئاب

يوجا الضحك..

الحدث الاساليب في العلاج النفسي

(تون)- للرياضة فوائد لا تحصى فهي تغير سلوك الفرد وتعزز الثقة بالنفس وتساعده على التردد في اتخاذ القرارات، كما ان ممارسة الرياضة في صورها المختلفة تعد من أفضل وسائل الترفيه عن النفس. وقد توصل باحثون في جامعة "فرى" ببرلين إلى أن أفضل طريقة لعلاج الاكتئاب الشديد هي ممارسة التمرينات الرياضية الحركية. وذكر الأطباء الألمان أن ممارسة التمرينات على جهاز لحركة القدمين لمدة ٣٠ دقيقة يوميا يمكن أن تخفف من الشعور الشديد بالاكتئاب بصورة أسرع من كثير من العقاقير وأنها يمكن أن تكون علاجا بديلا.

أسباب فان تمرينات الحركة كان لها نتائج أسرع، ويمكن للتمرينات أيضا أن توفر بديلاً للمرضى الذين لا يستجيبون للعقاقير.

نظام جديد للعلاج النفسي

وتشير الدراسات ايضا الى ان أخصائي الطب النفسي الأمريكي "جاسبر شمييت" يطور نظاماً جديداً للعلاج النفسي الخاص بمكافحة الاكتئاب، يحاول من خلاله تجنب النتائج الجانبية للأدوية العادبة التي تؤدي إلى تبدلات في الوزن وأنماط النوم، وذلك من خلال التركيز على الرياضة البدنية فحسب للتغلب على المرض الذي يصيب ملايين الأشخاص حول العالم.

وقال "شميت" الذي يعمل من عيادته في دالاس، أنه يعتمد على بيانات سبق وظهرت في دراسة أجرتها جامعة "ديوك" عام ١٩٩٩، أكدت خلالها أن المكتئبين الذين انضموا لبرنامج تمارين سويدية تحسنوا بنفس مقدار المرضى الذين تناولوا عقار

أجريت على ١٢ شخصاً كانوا يعانون من الاكتئاب الشديد لمدة تسعه شهور في المتوسط، حدوث تحسن في نظرتهم إلى الحياة بعد ممارسة التمرينات على جهاز للحركة لعشرة أيام. مشيرة إلى "أن من بين الأشخاص موضوع الدراسة خمسة لم يفلح معهم تناول مضادات الاكتئاب، وبشكل إجمالي انخفضت مستويات الاكتئاب لدى هؤلاء المرضى بحوالي ٢٥٪ المئة"، وقال "ديميتو": تشير النتائج المحققة إلى فائدة إكلينيكية لا تتيحها أساليب العلاج الدوائية المتاحة حالياً، وعلى عكس معظم مضادات الاكتئاب التي قد لا يظهر مفعولها قبل أسبوعين إلى أربعة

وقال الدكتور "فرناندو ديميتو" في تقرير نشرته المجلة البريطانية للطب الرياضي "يمكن للتمرينات الحركية أن تؤدي إلى تحسن جوهري في وقت قصير في الحالة المزاجية لمرضى الاكتئاب الشديد".

وأظهر التقرير
ان دراسة



فيها روح الدعابة والضحك كنوع من أنواع العلاج، والشفاء من بعض الاضطرابات الجسدية والعقلية والروحية، والنفسية، من دون الاقتصار على المتخصصين فقط.

لأنها تحفز على إفراز مواد كيميائية في المخ تعرف باسم ”الاندروفينز“ تجعل المرء يشعر براحة نفسية. والرياضة البدنية تساعد كثيراً على التوازن

تمرين للعلاج بيوغا الضحك

يوجد شبه كبير بين التأمل بالضحك وبين التأمل العادي في اليوغا.. وهذا العلاج يمكن أن يقوم به الشخص بمفرده من دون اللجوء إلى المشورة الطبية أو المساعدة المتخصصة. وهو عبارة عن تمرين يستمر لمدة (١٥) دقيقة ويُجذب أكثر مع الأشخاص الذين يجدون صعوبة في الضحك، أو يعانون من قلق وتوتر نفسي، ويكون تمرين الضحك من ثلاثة مراحل:

المرحلة الأولى هي مرحلة الإطالة، حيث يقوم الشخص بتوجيه كل طاقاته إلى إطالة كل عضلة من عضلات جسده من دون ضحك. أما المرحلة الثانية هي مرحلة الضحك، ويبدا الشخص في الضحك تدريجياً بالابتسامة حتى يصل إلى الضحك العميق من المعدة أو الحاد. أما المرحلة الثالثة هي مرحلة التأمل، ويقوم الشخص بالتوقف عن الضحك ويغلق عينيه ويتنفس من دون صوت مع التركيز الشديد.

الضحك رياضة فعالة

وقد أظهرت دراسة علمية حديثة أن الضحك يحسن من الصحة ويعتبر رياضة فعالة يمارسها الجسم من الداخل، إذ يساعد على وصول الأوكسجين إلى الدم بصورة أفضل، كما يؤدي إلى إفراز الهرمونات المثيرة للنشوة ومنها هرمون ”الأندروفور“ الذي يسمى بهرمون السعادة ويشبه تأثيره تأثير المورفين (أقوى مسكنات الألم)، وهو عبارة عن مادة باعثة على النشوة والراحة والرضا النفسي، ويقلل أثناء الضحك إفراز هرمونات الضغط النفسي والجسدي، كالأدرينالين وغيرها، التي تعلو نسبتها في حالات الاستثارة الزائدة مما يسبب مشاكل في جهاز المناعة والقلب والغدد والدماغ.“

كما تشير الدراسة على ”التأكد على ضرورة زيادة مساحة الضحك في حياتنا عامة وذلك ما له من أهمية في تغيير المزاج، وتحسين الحالة الصحية النفسية للإنسان“.

البيولوجي وال nervoso حيث تنظم توزيع السوائل والدهون في الجسم، وهي وصفة علاجية قوية ومؤثرة.. ولكن للأسف الشديد لا تمارس كثيرة من السيدات التمارين الرياضية رغم أهميتها لهم في ظل الظروف القاسية التي يعيشنا.

يوغا الضحك لعلاج التوتر النفسي

”العلاج بالضحك أو كما يسميه البعض ”يوغا الضحك“ هو أحدأحدث الأساليب لعلاج النفس والبدن معاً، ففي كثير من دول العالم أصبح وجود أندية للضحك يديرها أطباء ومحترفون نفسيون أمر شائع. العالم الأنثاني ”أتو فاربورج“ الذي فاز بجائزة نوبل عام ١٩٣١ لبحثه في علم وظائف الأعضاء في مجال أمراض السرطان، قال إن نقص الأوكسجين هو سبب كافة أنواع السرطان. وإن الضحك هو أفضل وسيلة لضمزيد من الأوكسجين لخلايا الدم“. وفي عام ١٩٩٩ بدأ الطبيب الهندي ”كاتاريا“ السفر حول العالم للترويج لحركة ”يوغا الضحك“ بدءاً بالولايات المتحدة، إلا ان ألمانيا صارت أول بلد خارج الهند يطلق نادياً ليوغا الضحك.

ثم انتشرت نوادي ”يوغا الضحك“ بشكل كبير على مستوى العالم، ويوجد في الهند وحدها ١٠آلاف نادي، ويؤكد المشاركون في هذه الأندية على ”أنهم تخلصوا من الكثير من الأمراض عن طريق الضحك فضلاً عن علاج البدانة والحالات النفسية وذلك فقط من خلال التدرب على الضحك لمدة ١٥ دقيقة يومياً“ ومع ”يوغا الضحك“ يوجد الآن العديد من أنواع العلاجات المستخدمة من قبل الأطباء والمعالجين النفسيين والمختصين في مجال الصحة العقلية، التي يستخدم

”золوفت“ الذي تبلغ مبيعاته السنوية ثلاثة مليارات دولار.

وذكر شميت أن الأبحاث التي يجريها لا تؤكّد قدرة التمارين الرياضية بمفردها على معالجة الاكتئاب الراهن فحسب، بل يمكن أن يكون لها دور أساسي في عدم عودته مستقبلاً. وأضاف شميت: ”منذ أن بدأت في دخول هذا المعترك والذهول يزداد لدى حيال عدم وجود علماء يدرسون هذه النتائج بجدية“، وفقاً لما نقلته عنه مجلة ”تايم“.

وتشير الأبحاث إلى أن التمارين تدفع الدماغ إلى القيام بنفس العمل الذي تقوم به أقراص الدماء، فبعد أسبوع من التمارين المنتظمة تظهر في الجسم تبدلات جينية معينة تؤدي إلى ارتفاع إفراز الدماغ ثلادة ” غالانز“ التي ثبت أن لها الدور الأساسي في الحد من التوتر العصبي.

ويقول ”شميت“ إن الرياضة لمدة ثلاثين دقيقة متواصلة في اليوم يحسن الشعور النفسي ويرفع المعنويات بشكل كبير، مضيفاً أنهلاحظ تزايد رضا الناس عن أدائهم كلما تزايدت سرعة دقات قلوبهم.

استبدال الطاقات السلبية بطاقات إيجابية

وأظهرت دراسات أخرى أن التمارين البدنية الرياضة مفيدة في استبدال الطاقات النفسية السلبية بطاقات إيجابية، وهي تساعد على الاسترخاء والراحة النفسية، تحسن النوم لدرجة كبيرة، وتزيل الآلام الجسدية وسوء الترکيز،



الظروف القاسية

وتأثيرها على صحة المرأة النفسية



(نون)- عدد غير قليل من العراقيات بتن يعانين امراض نفسية بسبب الظروف القاسية التي مرت على العراق من قتل وتشريد وترهيب.. يضاف اليها الوضع الاجتماعي والتكوني البايدولوجي للمرأة الذي يضعها تحت ضغوط مستمرة ومتعددة قد تؤدي في النهاية إلى إصابتها بالعديد من الاضطرابات النفسية والعصبية والجسدية.. وهي بعد ذلك أكثر عرضة من الرجل للإصابة بالإكتئاب والقلق والهلع واضطرابات الأكل والعنف المنزلي والتحرش الجنسي.

الدكتور علي العبيدي: ٥٠٪ من العاملات في العراق مصابات بالاكتئاب



السدس من التلاميذ مشيراً إلى "انها نسبة عالية بالنسبة لدول العالم بسبب كثرة الخدمات النفسية من موت وقتل وتوجير اضافة الى الاف المغوعين".

اما الامراض التي ترافق الصدمة النفسية فهي الاكتئاب والقلق النفسي واضطرابات الوسواس القهري وكانت الزيادة القصوى لاضطرابات الصدمة لنفسية خلال الاعوام ٢٠٠٥-٢٠٠٦-٢٠٠٧ وهي سنوات اقصى حالات العنف الطائفي وممارسة التعسف.

(نون)- هل فكرتم بایجاد مراكز للتأهيل والدعم النفسي للنساء اللواتي فقدن ازواجهن او ابناهن مما ادى الى

?

- من خلال عملنا في الصحة النفسية نجد ان معظم الحالات في هذه السنوات تمثلت بالنساء اللواتي فقدن ازواجهن او اولادهن او اباءهن او اصيب احد هؤلاء باضطرابات جسدية او نفسية بسبب الانتقامات الامني. والحقيقة تقال اننا بحاجة الى قادر طبي متخصص في الصحة النفسية، وتوفير مثل هذا الكادر علينا توفير الدعم المطلوب لهم للانخراط في هذا التخصص من خلال التشجيع والحاواز المادية للاطباء النفسيين اضافة الى قادر الباحثين النفسيين والاجتماعيين ومساواتهم في المخصصات بالقدر الطبي او الاداري على الاقل.

وتهجير القوول وتفريح البلد من خبراته والهجمة المنظمة على رجالات العراق وتغيير المفاهيم الفكرية والعقائدية للناس وما صاحبه من عنف شديد مارسته قوات الاحتلال ضد ابناء الشعب العراقي دون تمييز بين رجل وامرأة اضافة الى التعسف واستخدام الاسلحة الفتاكه وارهاب العوائل وبسط حالت هذا الارهاب الطiran المنخفض واستخدام الاسلحة المختلفة واقتحام البيوت الآمنة وانتهاك الحرمات والاعتدالات العشوائية كل هذه ادت الى زيادة المعاناة لدى المرأة والطفل، لأن هذه الشريحة هي الشريحة الضعيف في النسيج العراقي.

(نون)- هل هناك ابحاث او إحصائيات تشير الى نسبة النساء المصابات بامراض نفسية؟

- من الابحاث التي شاركت بها بالتعاون مع مركز البحث النفسي والتربوية في جامعة بغداد (الاكتئاب لدى المرأة العاملة في بغداد للعام ٢٠٠٧) الذي اظهر ان ٥٠٪ من النساء العاملات مصابات بالاكتئاب وهذه النسبة تفوق النسب العالمية بأكثر من الضعف.

ويتحدث د. علي العبيدي عن بحث اخر اجري على تلاميذ المدارس الابتدائية في بغداد للاعوام ٢٠٠٦-٢٠٠٥ لقياس مستوى الصدمة النفسية، كانت النتائج ان عدد المصابين بين ١٤-١٧٪ اي بمعدل حوالي

فهل وجدت المرأة العراقية الاهتمام الكافي بصحتها النفسية او اجراء البحوث الالازمة من حيث إيجاد فهم جديد يلهم بكل مكونات صحة المرأة النفسية والمجتمعية والارتقاء بمفهوم الصحة الانجابية ليشمل الصحة العامة للمرأة... هذه الاسئلة اجابنا عنها د. علي العبيدي استشاري الامراض النفسية والعصبية في مستشفى اليرموك:

المرأة على مستوى العالم بشكل عام وال العراق بشكل خاص تعاني من اضطرابات نفسية بمعدل ضعف ما موجود لدى الذكور، والسبب وراء ذلك هو العامل البايونوجي المتمثل بالتغييرات الهرمونية التي تصيب المرأة خلال فترة الانجاب بين ١٤-٥٠ سنة، وهي الفترة الانجابية ممثلة بالدوره الشهرية وفترات الحمل والنفاس والارضاع وما يتعقبه من تغيرات جسدية فسلبية تؤدي الى زيادة الاضطراب النفسي وخصوصا الاكتئاب لدى المرأة، اضافة الى العامل الاجتماعي المتمثل بالتمييز الجنسي بين الرجل والمرأة على مستوى العائلة والمجتمع من خلال تفضيل الذكور على الاناث وكذلك عدم المساواة في فرص العمل بين الجنسين، اضافة الى العنف الاسري ضد الاناث والنظرة المتخلفة والمسؤولة عن تنشئة و التربية الاطفال.

في العراق لا زالت النظرية الى المرأة عشائرية متخلفة على انها "حرمة" تعاني من التمييز الجنسي والعنف الاسري، وهي من الظواهر الشائعة جدا في المجتمع العراقي، مسببة الكثير من المشاكل النفسية لدى الاناث اضافة الى ما تتعرض له المرأة من الاسباب البايونوجية.

يضاف الى كل ذلك اسباب اخرى قاسية وشديدة مرت على العراق منذ عام ١٩٨٠ حيث دخل البلد في حروب متالية وما صاحبها من مأساة اجتماعية متمثلة (بالترمل، اليتم، العوق، الفقر). الاحتلال البغيض عام ٢٠٠٣ كان الطامة الكبرى على العراقيين حيث القتل العشوائي والطائفي

هل الكوتا النسائية أفضل الوسائل المتاحة لخدمة قضايا المرأة؟



بِقَلْمِنْ بِقلم: حميد الكفائي

يجب أن تشعر المرأة التي تصل إلى الواقع القيادي بأنها وصلت إليها بجدارة ووفقاً للمنافسة الديمقراطية، وبذلك تكون متساوية فعلاً مع الرجل ولم يوث بها مجرد الالتزام بقانون الكوتوتا النسائية أو لأنها تابعة لهاؤ هذا الحزب أو ذاك أو لأنها قرية من هذا السياسي أو ذاك، بالإمكان أيضاً إنشاء مؤسسات تدعمها الدولة تهدف لتعزيز دور المرأة ودعم طموحها في التميز والابداع. هناك طاقات نسائية كبيرة في العراق بإمكانها أن تفوز في الانتخابات بجدارة لو توفر لها الدعم ووسائل الفوز من دعاية وفرض إعلامية. هناك آلاف النساء العراقيات المتعلمات والقديرات على تولي أعلى المناصب، فالعراقيات كن في طليعة المجتمع منذ تأسيس الدولة العراقية حتى الآن، ويسجل للعراق أن أول وزيرة في العالم العربي كانت عراقية وهي المرحومة نزيهة الدليمي التي شاركت في حكومة المرحوم عبد الكريم قاسم. قبل أسبوع بث تلفزيون "الآن" فلما قصيراً عن إمرأة عراقية شابة تطمح لأن تكون رئيسة للوزراء في المستقبل، وهي الآنسة بان الدليمي التي أكملت تحصيلها العلمي في العلوم السياسية وحصلت على شهادة الماجستير. إن مجرد أن تفكر المرأة بأنها قادرة على بلوغ المناصب العليا هو أمر في غاية الأهمية بالنسبة للمجتمع العراقي الذي عليه أن يستعد لدور أكبر وأهم للمرأة في المستقبل، عبر استحقاق وجدارة وليس الفرض بالقوة كما هو الحال الآن. مرة أخرى يجب التأكيد على أهمية مشاركة المرأة بنسبة ٥٠٪ في إدارة الدولة باعتبارها نصف المجتمع، وليس بنسبة ٢٥٪ المفروضة حالياً بقوه القانون.

خاص، إذ شجعهن على الانخراط في السياسة والسعى لتولي الواقع القيادي. المشكلة التي نواجهها في العراق أن القانون يفرض على الأحزاب أن تأتي بنساء إلى البرلمان وينص على أن تكون نسبة النساء بين أعضاء البرلمان ٢٥٪ كحد أدنى حتى وإن لم يكن قد فزن بجدارة على تظرافهن الرجال، أو حتى على منافسائهن النساء من القوائم الأخرى غير الفائز. قانون الانتخابات الحالي يسمح للمرأة المتمممة إلى كتلة فائزة أن تصل إلى كتلة غير فائزة تفوقها بعدد الأصوات، وذلك لأن القانون ينص على أن يكون ربع الأعضاء من النساء. بل هو يسمح أن يأتي أي مرشح إلى البرلمان مع وجود مرشح آخر حائز على أصوات أعلى منه. وهناك إشكال كبير في هذا القانون لأنه يتعارض في الحقيقة مع المبادئ الديمقراطية المنصوص عليها في المادة ٢٤ الفقرة ب من الدستور، وهناك حاجة ملحة لتعديل هذه المبادئ، إذ يمكن من الفوز في الانتخابات لثلاث دورات متتالية، لأول مرة في تاريخه الطويل الذي يمتد لقرن من الزمن. ولا ننسى أن الحزب قد مال كثيراً إلى اليمين من ذيادة تولي زعامتها، والنساء في بريطانيا بشكل خاص يملن إلى المحافظة منها إلى الليبرالية واليسارية، لذلك فإن ميل حزب العمال إلى اليمين قد استقطب الكثير من النساء،خصوصاً مع وجود مرشحات قادرات على تمثيل قضايا المرأة في البرلمان وزارات الدولة.

يجب الاعتراف أن الكوتا، مهما كان نوعها ومما كانت أهدافها نبيلة وإنسانية، هي نوع من أنواع التمييز الذي يطلق عليه عادة بالتمييز الإيجابي لتجميده وتفريقه عن التمييز الذي له صفة سلبية في العادة. الحصة النسائية هي بالتأكيد ذات أهداف نبيلة لأنها تهدف لمساعدة المرأة في أن تلعب دوراً أكبر في قيادة المجتمع الذي قد لا يجد تولي المرأة مناصب عليا في الظروف الطبيعية. لكنها في الوقت نفسه تتعارض مع المبادئ الديمقراطية لأنها عادة ما تأتي بالمرشح الأقل شعبية إلى البرلمان أو المنصب مع وجود الأكثر شعبية منه، مع الاعتراف أن مشاركة المرأة في الشؤون العامة، عبر الكوتا أو غيرها، هو أمر في غاية الأهمية وقد ساهم في خدمة المجتمع والنساء بشكل

المراهقة..

فتررة حرجية فكيف نتعامل معها؟

نـ رافدة المختار / مشرفة التربوية

بالكذب نتيجة للضغط، وعدم الانفتاح بين المراهقين وذويهم فيكتب مشاعره الحقيقية ويلجأ إلى حيل أخرى وأحياناً يحصل على فوائد لكن عندما يكبر ويستيقظ ضميره يشعر بالألم والاثم وعندما يرتفع مستوى تفكيره يتالم لما مضى. والمراهق كالاسفنج يمتص كل شيء يدور حوله وعلى الآباء التعرف على التغييرات المتسارعة ومعرفة الإيجابيات والسلبيات.

المراهق حساس جداً وخاصة حين يتم انتقاده أمام الآخرين، ودور الأهل مهم جداً باختيار المدرسة الجيدة ومراقبة أولادهم واصدقائهم لأن تأثير الصدقاء كبير في هذه المرحلة. وفي المراهقة يتغير الشكل سواء بالظهور أو بالمطالب وعلى الأهل مسؤولية توفير مستلزمات المراهق قبل أن يطلبها. والشدة تؤدي إلى العناد وأحياناً تصبح المسافة بعيدة بين الآباء والمراهقين. وفي الختام أود أن أقول إن لعبة تبادل الأدوار ضرورية في هذه المرحلة أي أن يتذكر الآب أو الأم فتررة شبابهم ودور المراهقة التي مرروا بها.. فتعاملي عزيزتي الأم مع ابنتك أو ابنك على هذا الأساس.. وبالتأكيد تختلف الظروف اختلافاً كبيراً بين مراهقتك ومراهقة أبنائك، وهي مهمة باتت صعبه جداً في الوقت الحاضر مع صعوبة الحياة والظروف التي يتعرض لها المراهق سواء في البيت أو في المجتمع الكبير.

يخطيء المراهقون لا تستخدمو الرضا والعقوب وسيلة، بل التحاور ومناقشتهم، خاصة إذا كان ولد الامر متعملاً فعليه اداء واجبه من خبرته ونجاحه في الحياة، فهو يهيء الكلام مسبقاً ويقيم رد الفعل بدون انتفعال كي لا يثير المراهق ويصبح متمراً. فالصراحة بين الآباء وأبنائهم مهمة جداً في هذه المرحلة لأن الشاب لا يعترف ولا يعرف ان يقيم سلوكه وأحياناً يدور في حلقة مفرغة اذا لم يوجد من يقف الى جانبه ويسنده. وهناك أدوات الاولاد يقدرونها اذا احترمت ذاتهم وان تمنح هذه الأدوات قبل الخطوات والبحث عن المحفزات التي تؤدي للسعادة.. ومن هذه الأدوات تعزيز العلاقات العاطفية الايجابية بين الاولاد وذويهم، والتعامل معهم بالأساليب الهدافة (قبل بلوغ المراهقة) مثلًا اذا غضب المراهق يجب ان يمتص غضبه آنياً وتوظيفها لوقت المناسب، وبالتالي فإن الحوار العقلاني المتسم بالحب والحنان مهم جداً. ويجب التعامل مع المعطيات الجديدة للمراهق، ومنها تفكيره بالاستقلالية في سن الحادية عشر لأشباع رغباته الهدافة أحياناً، او التعلق بالرمز كالفنانين والسياسيين والمدرسين، وعلى الآباء عدم محاسبتهم على الاعمال المباحة مما يؤدي الى تعلقهم بالاعمال غير المباحة فيستخدم الحيل الدفاعية، وأحياناً يكذب المراهق ويستمتع

المراهقة فتررة حرجية، من الممكن ان تمر بسهولة دون مشاكل ان عرف الأهل كيفية التعامل مع ابنائهم المراهقين.. فالكرة في ملعب الأهل. بالتأكيد تختلف تربية الأسر بحسب المجتمع وتكونياته من أعراف وعادات، ويختلف مجتمع المدينة عن القرية.. مع ذلك يبقى دور الأهل مهمًا جداً لتقليل فتررة المراهقة والوصول بأولادهم الى مرحلة النضج التي تختلف من شخص الى آخر، حيث نجد ان فتررة المراهقة تستمر احياناً لدى بعض البناء في حين تنتهي بمجرد الزواج وتحمل المسؤولية. من الجدير بالذكر ان مرحلة المراهقة اربع احتياجات أساسية.. نفسية، اجتماعية، قيادية وعاطفية تتكون من خلالها شخصية المراهق ويطبع من الآخرين تحقيقها، فاحياناً المحفزات الذاتية تجعل الانسان سوياً عندما تتحقق له الحاجات الاربعة.. وهنا يأتي تفعيل دور الأهل كي لا يحدث فقر عاطفي بين الابناء وأبنائهم خاصة عندما يشغل الاب بخوجه المستمر من البيت في هذه الحالة ينعدم الاخذ والعطاء بينهم، كما على الاب ان لا يكون عسكرياً مع اولاده. ومن المسائل المهمة التي يتوجب على الأهل الانتباه اليها هي عدم استخدام المال للتأديب فالراهق او الشاب بحاجة للدعم المادي من اولياء الامر وطبعاً حسب الامكانيات.. فالرسالة التي نريد توصيلها للأباء انه عندما



صباح الاتروشي

spedebotani@yahoo.com

“قصص مليون ليلة وليلة” البروفيسور والحمار

الفاظهم البذرية بالفاظ تلقي بمنصبهم
ومقامهم.

اتمنى ان يعرف بعض الاطباء ان
المرضي يحتاجونهم ويحتاجون الى اجمل
الكلام واجمل الابتسامات كي يقللون من
هموم مرضهم ويخففون اوجاعهم.

الشعب عامته يحترمكم وباحترامه
يحترمون انفسهم، الشعب يحس
بصلابتكم وبداءة كلامكم ولكن لا يردون
عليكم.. شعبي يستحق ان نخدمه ونتكلم
معه بكل ود واحترام.

أنهى القصة مع هذا الدرس حيث
اجتمع بعض الصحفيين العراقيين مع
صحفية أجنبية فاخرجت من جيبها
٢٥٠ دينار عراقي اي ٢٠ سنت امريكي
وسألت الصحفيين ما قيمة هذه العملة في

العراق؟
لضالة قيمة المبلغ ضحك الجميع وقال
احد الصحفيين ” اذا أعطيته لطفل لا
يقبله منك لأنه بثمنها لا يشتري الطفل
ما يريد ” .

فقالت الصحفية الأجنبية ”ذهبت
لشراء سيدي اغاني ام كلثوم في اسواق
محافظة دهوك وأعطيته ٢٠٠٠ دينار
عربي وخرجت من الدكان الى حشد
المتسوقين، وفجأة احسست ان شخصاً
يناديني ” خاله خاله ” باللهجة الكردية
وأنمسك بذراعي قائلاً بلهجهة التي لم
افهمها الا بالإشارات ” سيدتي سعر
السيدي ١٧٥٠ ديناراً وتحن ندين لكى
ب ٢٥٠ ديناراً ” فوضع هذه الورقة قليلة
القيمة في يدي وانصرف.

وقالت ” فرحت كثيراً وانصدمت ايضاً،
اين يمكن ان تجد شعباً نبيلًا شهماً كهذا؟
هذه إحدى النقاط المهمة كي تخدموها هذا
الشعب الذي يستحق كل الخير ويستحق
ان تضحوا من اجله ” .

جدوى ومحاولات صاحب البرادو باعت
بالفشل من استخدام المنبه، اما فريق جمع
النفايات فكان منشغلًا بعمله ولا يبالي بما
يجري ويطلب من سائق البرادو التحمل
والصبر حتى ينتهي من عمله.
ولكن صاحب سيارة البرادو لم يتحمل،
نزل من سيارته بشياكه واناقة ملابسه
وذهب نحو سائق الشاحنة وقال: ” هل
انت حمار لا تستمع منبه السيارة الا ترى
شاحتتك واقفة امام باب الجامعة؟ ”

اندهش سائق الشاحنة النفايات من
كلامه البذرية وتحير لا يعرف من هذا
وبأي حق ينعته بالحمار فاخذ يده مشيراً
لصاحب سيارة البرادو وقال: ” لماذا تتعنتي
بالحمار وبأي حق؟ ”
وفي هذا الوقت عرف موظف استعلامات
الجامعة الموضوع فتدخل بسرعة وقال
لصاحب الشاحنة: ” انصرف من هنا ولا
تكلم مع البروفيسور هكذا، انه استاذ
جامعي ” .

انضم سائق الشاحنة عندما عرف ان
الشاتم هو بروفيسور واستاذ جامعي فنزل
من شاحنته بسرعة ووقف امامه وقال له:
(اعتذر منك سيدي البروفيسور لم اكن
منبهما ولم اكن اعرف انتي واقف امام
باب الجامعة... اتمنى لو كنت بروفيسوراً
مثلك، ولكنني لو كنت بروفيسوراً ما
وصف الناس بالحمير).

هذه عبرة لأصحاب العقول اتمنى ان
يعرف البروفيسور وأمثاله ان لكل انسان
على وجه الأرض عزة نفس ايَا كان، ولتعلم
البروفيسور ان الزبالي كان ياما كانه الرد
” بل انت الحمار ” ولكن ما ان عرف انت
تحمل لقب البروفيسور احترمك.

اتمنى ان يعرف بعض الحكمان ان المتهم
لديه عزة نفس ايَا كان ذنبه ولا يقول
له ” يا قليل الشرف ” اتمنى ان يبدلوا

يتمنى كثير من الناس الذين فاتتهم
قطار التعليم الحصول على شهادة ولو
بسقطة، ويتمنى اصحاب الشهادات الأدنى
الحصول على شهادات أعلى، ويتمنى
صاحب البكالوريوس نيل شهادة الماجستير
واصحاب الماجستير يتمتنون الحصول
على الدكتوراه والدكتورة يتمتنون لقب
البروفيسور، اي بالدرج شيئاً فشيئاً...
ولكن الغريب ما سمعته من عامل جمع
نفايات ” زبال ” لا شهادة ولا تعليم ولا
يعرف الالف من الالاء يتمتنى بدون تدرج
ومراحل: ” اتمنى ان اصبح بروفيسوراً ” .

نبدأ بقصة الزبالي وحلمه الكبير
ولماذا يتمنى ان يصبح بروفيسوراً، انها
قصة حقيقة حدثت في الشرق الأوسط
وبالضبط في العراق بلد الرشيد، بلد
الانقلابات والارقام القياسية، بين عشية
وضحاها يصبح البروفيسور زبالاً والزبالي
بروفيسوراً والقائد صلوكاً والصلوك
قائداً والقاتل حاميًّا للأرواح والأمين
بين قضبان السجون، قصص مليون ليلة
وليلة. سندأها هنا.

جائت هذه القصة بعد ان قام فريق
من الزباليين بجمع النفايات من الدوائر
الحكومية وشوراع المدينة، توقيف الفريق
امام باب احدى الجامعات العراقية لنقل
نفاياتهم وتنظيف الجامعة من مخلفات
الطلبة والاساتذة، ولكن بسبب الاسراع في
تنظيف موقعه الجغرافي وعدم التركيز في
الموقع الذي توقفت فيه شاحنة النفايات اذ
توقفت امام باب رئاسة الجامعة مباشرةً.
لوسو الحظ وفي الوقت نفسه توقفت
سيارة ” برادو ” من الموديل الحديث وراء
شاحنة النفايات حيث كان صاحبها ينوي
دخول الجامعة ولم يتمكن من المرور فقام
باستخدام منبه السيارة لكي تعطيه شاحنة
النفايات طريقاً للمرور، ولكن بدون

الطمأن لطمة امريرة

بقلم: حسينة بنيان

سيدة النجا .. متى تنقذين العراق؟

بقلم: أ.د. سيار الجميل

سيدي العظيمة.. يا سيدة النجا، أتضرع وأتوسل إليك إنقاذ العراق من هول الكوارث التي تصعف به.. سيدي الأم الحزينة أراك حزينة منذ أزمان طوال، وأنت تشهدين هول المأساة.. لقد قتل أهلك وهم يتضرعون إليك.. وهم يؤدون صلاتهم في رحابك الجميل.. ما ذنبهم؟ وما ذنب كل الأبرياء ليكونوا طعاماً رخيصاً للصراعات المقيمة على أرض بلاد الرافدين التي صبغها الأحمرار؟ ماذا نفعل مع هؤلاء القتلة الذين لا يعرفون إلا الموت طريقاً لهم؟ ماذا يفيد الأسى وإعلان بيانات الاستنكار؟ إن السنين العجاف تمر، وكل يوم وبلدنا يغرق في بحر الظلمات كالذى قلته وكتبته قبل شهراً إن العراقيين المسالمين الطيبين يتمتنون أن تستقر هذه العاصفة الهوجاء التي جلبها الأشوار وهم لا هم إلا نحر الأبرياء.. لم يزل الإرهاب يتربص بالعراقيين، نعم، إن الإرهاب ضدكم، يقف بكل خططه وبرامجه بالمرصاد كي يحصد أرواحهم ويعصف بمستقبل أولادهم وأحفادهم؛ ما الذي يريده المجانين؟ ما الذي يرمي إليه كل القتلة؟ إنهم يحصدون الأرواح بدم بارد.. إنهم يخططون لإفناء البلاد والعباد.. لماذا يريدون خطف الطيف المسيحي من العراق؟ من أعطاهم الحق بتصفية الأبرياء نساء ورجالاً، وهم يؤدون شعائرهم في دور عبادتهم التي أذن الله أن يذكر فيها اسمه؟

سيدي الحنونة.. أيتها الأم الحزينة، أراك تذرفين دمعة على خديك بعد أن ذرفت الدموع طويلاً.. وأنت تشهدين مأساة العراق والعراقيين.. متى تهدأ هذه العاصفة الهوجاء؟ متى تزول الأحقاد وتتحمي الكراهية من الصدور؟ متى يهب النسم علياً على كل العراق؟ متى تسود الحكمة والعقل عند حكام العراق؟ كم كنت أتمنى أن تعالج المحنّة مع الإرهاب والإرهابيين بغير هذا الأسلوب الهمجي الذي حول كنيستك الجميلة إلى ساحة حرب! كم كنت أتمنى أن لا يخرج بعض المتشددين وهو يمتحن "الفرقة الذهبية" في الذي صنته من جنون! المأساة ستبقى إن اكتفينا بالصمت القاتل.. المأساة ستبقى ما بقي الإرهاب؛ الإرهاب سيبقى ما بقيت جماعات وأحزاب تحكم بمصيرنا باسم الدين! المصير سيبقى قاتماً ما بقي العراق يتضئ فرقاً وجماعات وكتلاً وأعراقاً!

سيدي الكبيرة يا سيدة النجا.. أنقذني العراق.. ادعوك وأتوسل إليك لا تتركي أهلك وسط غابة يبعث بها اللوحوش ويتحكم بمصيرها الزناة.. وأهل العراق يتقطعون أرباً أرباً وقد استعد الناس للمواساة وكلمات الرثاء وإلقاء المواتظ السخيفة! متى يشعر كل العراقيين أنهم عراقيون قبل أن يكونوا شيئاً آخر؟ وأخيراً.. متى الضربة القاضية لكل العابثين والإرهابيين والمتواطئين والانقساميين والحاقددين والمجانين.. كي يذهبوا إلى الجحيم، وتشرق الشمس، ويسدل الستار على أقدر مسرحية شهدتها تاريخ العراق؟

نشر على موقع الدكتور سيار الجميل
www.sayyalarjamil.com

أبان الاحتلال الانكليزي للعراق وببداية دخوله إلى المناطق الجنوبية أرسل أحد شيوخ العشائر في العمارة (من الذين يغزوون الانكليز) طلباً إلى أهالي أحدي مناطق الأهوار بقصد تفريغ هذه المنطقة لمسك الانكليز متناسياً كرامة الناس وحقوق الشرب المزروعة حول الأهوار المناسبة بهذه محطة بهذه الحقوق الجميلة التي تفوح برائحة العنبر العراقي الأصيل. تهياً رجال الهرور لمقاومة دخول الانكليز لحقولهم وأرسلوا رضاً لطلب الشيخ. فما كان من الانكليز إلا ان حشدوا بعض رجالات الشيخ المتآمر واصطحبوهم لفرض الدخول عنوةً إلى حقوق الشرب. احتار الأهالي بكيفية وضع خطة حاسمة لمنع هؤلاء العتدين من الدخول إلى أراضيهم. وتجمع الرجال والنساء والاطفال وكان من بينهم امرأة ذات همة وشخصية متمكنة في الكلام وقول الشعر الشعبي والأمثال وذات صلابة وشجاعة، تدعى (امريرة) فأقتربت على الرجال ان يسمحوا لنسائهم بحمل المهاروات والمحجار والتقدم امامهم لأن الانكليز واعوانهم يتراجعون عندما يرون النساء في المقدمة.. فوافق رجال الهرور وتجمعت النساء وتقدمن حيث حقوق الشرب واخترن مكاناً عالياً يدعى (الإيشان) أو التل العالى، وأختبن خلفه.. أما الرجال فقد وقفوا خلفهن حاملين أسلحتهم البسيطة.. وكان الانكليز ومن صاحبهم قد تجمعوا في مكان منخفض وعلى بعد امتار قليلة من تجمع نساء الهرور.. وهنا بدأت امريرة بتوزيع النساء بشكل حلقات حول المنخفض الذي تجمع فيه الانكليز ومن صاحبهم، كان ذلك في وقت السحر حيث باقى العدو برمي الحجارة عليهم ومن كل جانب.. ولما احس الانكليز بذلك اخذوا يأخذوا يطلقون العبارات التارية الى الاعلى محذرين المهاجمين فأندفعن النساء بالهراوات والحجارة وأخذن يضربن الجنود بشجاعة واندفع وبدون تردد وكانت امريرة تهتف (امريرة اتكول.. احجيرة اصغريرة امن الحد لا تنطون)..

واندفع رجال الهرور خلف نسائهم فما كان من جنود الانكليز الا ان ينسحبون من مكانهم.. وفي الصباح تجمع رؤساء العشائر واجروا الانكليز على ترك المكان وفشلوا محاولتهم في احتلال الهرور. وعندما اجتمع رؤساء العشائر فيما بينهم اخذوا يتقاربون بكل منهم منعوا المحتل من الدخول الى الهرور، ولم يذكر احد منهم قط دور امريرة والنساء في صد الانكليز.. ولما سمعت امريرة بذلك ثبتت نفسها وجعلت تلطم وتقول (عيي اعله الزلم لو نكرت النسوان.. عيي اعله الزلم لو نكرت امريرة).. ومالنا الا ان نقول للبرلمانيات العراقيات (الطمأن لطمة امريرة).

أي عار يغسلون؟

بقلم: رضا الظاهر

المختلفة، وبينها العراق. ولا حاجة بنا الى تأكيد حقيقة أن جرائم "الشرف" مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بسيادة الثقافة البطرياركية، وجوهرها إدامة "الحقائق" والتشريعات التي تؤيد التمييز ضد النساء والتعامل معهن كائنات فاصرة وناقصات عقل ودين! فهذه الثقافة، التي يعززها غياب التشريعات التقديمية وتدني الوعي الشعبي، تتستر على الجرميين، وتشترك في هذا التستر قوى تمتد من سياسيين متفذين في المجتمع، و"مرشدين" مستغلين للدين ومصدرين فتاوى وتحريمات ضد النساء، و"سياسيات" يتطلعون بحماس لانجاز مهمة تبرير اضطهاد بنات جنسهن.

* * *

ستظل معركة حرية المرأة من أعظم المعارك الاجتماعية، حيث يرفع رياط التحدي كل نساء ورجال ثقافة التنوير، المنتصرين لحياة عادلة، لائقة بالبشر. وسيظل شبح مقاومة النساء الثقافة الأبوية يقض مضاجع مؤيدي هذه الثقافة المقيتة، حامية امتيازات المتعumin الطفيليين، العاشين على مأساة اضطهاد النساء.

ويتوهم من يظن أن كتائب فكر التقدم، التي تسير في طليعتها حاملات مشاعل التنوير، يمكن أن تقلي رياط المقاومة.. وأوصياء التخلف لن يفلحوا في إرغام أهل النور على الصمت. فهولاء هم الذين سيهزون، في موكب اقتحامى متعاظم، عروش الساعين إلى فرض ثقافة التمييز واليأس والخنوع.

يغسل سدنة فكر الظلام عار البريئات ليستروا على عارهم.. أولئك المناهضون لحقوق المرأة، بل المناهضون للحياة، هم من ينبغي أن يُغسل عارهم! ما من قوة بوسعها، مهما طال الزمن وعظمت الصعب، أن توقف الزحف المقدس صوب حرية المرأة وتحرر الإنسان.. ما من قوة بوسعها أن تقف بوجه رياط الأمل والتنوير!

نصت عليها المادة ١٤ من الدستور العراقي، ناهيك عن نصوص الشريعة الإسلامية ومبادئ القانون الدولي وتشريعات الأمم المتحدة وهيئات ومنظمات حقوق الإنسان. وفي بلاد لا تحترم الأحصاء وتغيّب فيها مثل هذه الثقافة يسهم التكتم على جرائم "الشرف" من جانب النساء الضحايا وعوائلهن في إرباك صورة المعلومات الرسمية التي لا بد أن تكون ناقصة وقاصرة.

ومن المعلوم أن الكثير من الجرائم تنفذ تحت ستار الدفاع عن "شرف" العائلة والعشيرة، وتفتقرا إلى الأدلة وتُبني على تهم باطلة ووشایات مغرضة تهدف إلى النيل من سمعة الخصم. ولا يندر أن ترى تعريضاً مباشراً من الأهل والأقارب وأفراد العشيرة لارتكاب الجريمة التي تشارك فيها، أحياناً، بعض نساء العائلة على نحو يكشف عن فظاعات الثقافة الذكورية وتشويهها شخصية المرأة ومشاعرها، وتحويلها من ضحية إلى جلاد ينظر إلى جريمة غسل العار باعتبارها حقاً عائلياً يتم في إطاره تمجيد الجندي بوصفه حامي لشرف العائلة والعشيرة.

ولا يندر أن يجري التمثيل بجثة المرأة الضحية إمعاناً في الانتقام والترويع، وتقديم عرض مروع لـ "مسرحية" استرداد شرف العائلة أمام الآخرين، بينما تحرّم الضحية من أية فرصة للدفاع عن نفسها، بل وتُقتل أحياناً دون أن تعرف سبب قتلها.

ومن باب السخرية أن بعض "الرجال" القادمين من "الشرق" إلى بلاد الغرب، التي منحتهم اللجوء ووفرت لهم حياة آمنة كريمة، ينقلون ممارسات غسل العار ويرتكبون الجرائم في تلك البلاد التي عرفت قوانينها بحماية حقوق المرأة. وكم من جريمة "شرف" هزت تلك المجتمعات، حيث قتل "الأوصياء" بذاتهم أو زوجاتهم أو أخواتهم بالطريقة البشعية والتبشيرات المخزية ذاتها التي يمارسونها في بلدانهم

باتت مأسى النساء جلية لكل ذي بصر وبصيرة، ابتداءً من إشاعة أجواء العنف والخوف والخنوع، وتفاقم العوز المادي والروحي، ومعاناة الملايين من الأرامل واليتامى، وازدهار سوق عبودية الجنس داخل البلاد وخارجها، مروراً بالتمييز الصارخ ضد النساء وانتهاك حقوقهن في مختلف الميادين وعلى كل المستويات، وليس انتهاءً بتتويج هذا الانتهاك بما يسمى غسل العار.

وتبقى مشكلة "غسل العار" مشكلة مزمنة تفضح، من بين ظواهر أخرى، انحطاط الثقافة السائدة التي تسكت عن عار من يلهثون وراء المال والجاه، ولكنها تقيم الدنيا ولا تقعدها صخبًا بشأن "عار" ضحايا الثقافة البطرياركية التي تنظر إلى المرأة باعتبارها كانتا تابعاً، وتبرر العنف المنزلي الذي تعاني منه ثلاث العراقيات، وتهدر كرامة المرأة وإنسانيتها، وتتضمن "حق تأديب" الرجل لزوجته التي يملكون سلعة، ولا تبالي بجرائم القتل حرقاً والانتحار والختان في أجواء ترويع قل نظيرها، حتى تصل إلى "غسل عارها"، بل تغسلها كلها لأنها، كلها، "عورة". وكل هذا، بالطبع، في خشية من تهوض النساء وهتكهن ستر الصمت وارتفاع أصواتهن العادلة التي ترعب سدنة تأييد ظلام الراهن، وتهدد نزعات استحواذ المقررين واقصائهم "الآخر".

فقد وصل عدد ضحايا جرائم غسل العار إلى ٨٤ قتيلة خلال العام الماضي، مقابل ٨٧ قتيلة في العام السابق. هنا ما كشف عنه التقرير السنوي الذي أصدرته دائرة رصد الأداء وحماية الحقوق في وزارة حقوق الإنسان، ونشرته الصحف مؤخراً. وأشار التقرير إلى أن عشر قضايا فقط وصلت إلى الأحكام النهائية، مما يوضح الحماية القانونية لمرتکبي جرائم غسل العار ضد النساء.

وتدل الإحصائية، من بين حقائق مروعة أخرى، على استمرار ثقافة العنف والاستهانة بحقوق المرأة الأساسية التي



قتل الحضارة في وضع القيود على المرأة والثقافة..

٦٠ بقلم: بلقيس حميد حسن

اعترف بدور المرأة بشكل جدي ودافع عن حرية وحقوق المرأة وكيانها كإنسان متكامل، واقتصر اهتمامهم فقط بالنساء المتحببات في ذات الأحزاب وقربيات بعض المسؤولين غالباً، اللواتي شكلن نسبة غالبة من كوتا البرلمان العراقي، واللواتي لا يؤمنن أصلاً بحرية المرأة، بل شكلن اعاقبة حقيقة لحصول المرأة العراقية على المساواة في الدستور والقانون العراقي..

وقد استمعنا لشهادات أهل الفن في العراق والتي قدموها بكل جرأة على شاشات بعض الفضائيات العراقية حين قالوا ما يدمي القلب عن واقع الفن في العراق، فالمسرح يعني من الظروف العصيرة، والموسيقى من نوعة إذ صارت من المحرمات الموسيقى التي قال عنها الحكيم الصيني كونفوشيوس: إن أردت أن تعرف مدى رقي أمة من الأمم فاستمع إلى موسيقاها..

لقد أصبحت الفنون والاستعراضات الشبابية من نوعة في العراق، العراق الذي بنى الحضارة الاولى والذي كان أول من ابتدع الأداء المسرحي والاستعراضات والفنون في ملتقيات بابلية كانت مواكب الاستعراضات تسير بها على طول شارع معبد الإله مردوج وهي ترتدى أشكالاً مختلفة ومهرجانات تذكرية وسوهاها، وتقوم برقصات وحرकات تعبر عن توقع الإنسان للحركة والفن والابداع.

العراق، الذي اشتهر في تاريخ العرب بالشعراء والمفوهين والمدارس الثقافية، تمنع فيه النوادي الثقافية التي تمارس فيها المواهب الادبية والترفيهية..

فأين نحن اليوم من مفهوم الحضارة ونحن نقتل الأدب والفنون، ونجرد روح الشباب من الدخول الى بوابات المحبة والطيران بخفة نحو دروب الخيال والتحليق نحو عالم الابتكار والابداع والامتناع الروحي الحقيقي والذي فطر عليه الانسان برغبته لا بغسيل دماغه على يد شيوخ نصفهم غارق في الفساد والرذائل بجميع انواعها.

هل بعد كل ما يحصل نعجب من ازدياد اعداد الارهابيين وعدم القدرة من السيطرة على الارهاب القاتل؟..

لا يشك أحدٌ منا بأن المرأة ما زالت هي العنصر الأضعف في مجتمعنا العراقي خاصة حينما تهجم الفوضى والتعصب والفلتان الأمني الذي يجعل العصابات تتحرّك ابتداء من النقطة الضعيفة الا وهي المرأة مع الاسف، حيث أنها في مجتمعنا لم تتحصن بحقوق دستورية وقانونية تجعلها بمركز القوي، كما تضعفها تقاليد وعادات وأعراف بلداننا التي ما زالت لم تخلص من سطوة البداوة وتقاليد الصحراء القاسية وعاداتها اللا إنسانية مهما أبتعد العالم عن تلك العادات التي أصبحت خطراً على الحضارة الحديثة وفيها. فحينما حلّت الفوضى في العراق وغياب السلطة بعد سقوط النظام السابق، أصبح انتهاك القانون في العراق أمراً سهلاً على التجمعات والعصابات والاحزاب المتسلدة باسم الدين والمستترة تحت لواء الحق، فذبحت وطوردت النساء أولًا، وقطعت رؤوسهن ودفنن بدم بارد، ووُجدت بالعشرات جثث مقطوعات الرؤوس دون معرفة الفاعل، وضاعت حقوقهن اليوم كما ضاعت في زمن الطاغية الذي علق رؤوس النساء على ابواب بيوتهن بحجة الحملة اليمانية الكاذبة التي اشعاعها ضد نساء العراق وحراره.

والى يوم يسير وضع المرأة من سيء الى أسوأ، وحينما يكون وضع المرأة بهذا الشكل البائس تكون الحضارة العراقية مهددة في كل جوانبها، فحضارة اي بلد من البلدان تقاس حسب حالة ووضع المرأة فيها، وللأسف ما زالت النظرة الدونية للمرأة في العراق هي السائدة بل تزداد كلما سيطر الاسلام السياسي بتعصبه وأحزابه على المشهد العراقي. حقيقة قد تزعج الكثير من شخصيات واحزاب الحكومة العراقية، لكنها واقع لابد من الالتفات اليه اذ بلغ حد يهدد وجود العراق اصلاً، اذ لا يعترف هؤلاء بمتطلبات الحضارة الحديثة فهم ما زالوا يعتبرون الحضارة الاسلامية هي المodium الوحيد للحضارة الانسانية.. ولو تابعنا الأمر بواقعية لرأينا انه لا يوجد حزب من الاحزاب الدينية في السلطة

٩ غادة حبيب

الفنانة التي عبرت عن ظلم المرأة بالقلم والفرشاة فوقعت فريسة الظلم

هنا نستطيع أن نعد منظر المشهد العالم الذي تواجهه. ومن خلال هذا المشهد نرى أشخاصاً مستلقين كزعر المهانة زاحفين ليزحف بعضهم للنهرس بينما يفتح آخرون في حركة ملتوية، أليس هذا ما يحدث في حقيقة الحياة؟ وتبقي عازفة الناي قائدة الاوركسترا تعزف وهي تدرس الضحايا المزروعة أمامها في إطار الشباك وكأنها تعالجهم بموسيقى الناي.

استخدمت الفنانة غادة حبيب الواناً براقة، فقائدات الاوركسترا ترتدي فستانها احمر يرمز للرغبة لأنها ترغب العيش بالرغم من الصعوبات التي تواجهها في الواقع حياتها المرأة وتبقي قائدة الناي او بطلة اللوحة تتأمل هؤلاء الضحايا من بعيد لتغزل من الاممهم موسيقى خاصة بها.

وفي لوحة أخرى تستلقي امرأة حاملة وهي تطوف في مستنقع أخضر يمتد فيه الزرع ببطء. أنها تقاوم الغرق بعنودية واضحة البيان على ملامح وجهها وبيد واحدة تلوح وكأنها تودع الحياة، علماً أن هذه اللوحة منقولة من لوحة مشهورة من المدرسة الرمزية. ترتدي الغارقة في المستنقع فستانها ابيض كأنه فستان الزفاف، فهل تنبأت غادة بمصيرها على يد طليقها؟

اما اللوحة الثالثة فتمثل بورتريت امرأة تغمض عينيها بألم واضح يغلف ملامح وجهها الحزين بينما ينمو الزرع المتسلق من نقش ثوبها حتى وجهها البريء وهي ترفع يداً فوق رأسها دفاعاً عن ذاتها وحالها المتعثر، فيالحظها المتغير. لقد اختلطت وأحنت الالوان الزرقاء مع البنية في حرب متموجة تتنفس تارةً تلتقطي في موسيقى خافتة يكاد يسمعها الرائي تارةً أخرى. هكذا طفت الموسيقى الحزينة التي خلقتها في أبداع مميز من أنرام صورها وأشكالها وصورها السريالية الواضحة للعيان معبرة عن عقلها الباطن من حنانيا الامها الفاجعة ولعلها نجحت بعكس الامها الصادقة وحزنها الدفين.

رحم الله الفنانة العراقية غادة حبيب التي تركت فراغاً في عالم الفن.. رحم الله التي حصدت جائزة حلم الايف بل ملايين الفنانين العرب والأجانب الحصول عليها الا وهي جائزة السلام في لندن عام ٢٠٠٨ . وبذلك أصبحت اول عراقية واول عربية تحصد هذه الجائزة .



بقلم: ندى مهدي شكر

ومنذ ذلك أصبحت غادة حبيب ضحية قدرها مرتين، الأولى ضد مرضها الذي قاومته وأنصرت عليه بسلام الفن، والثانية ضحية الهجرة والواقع في مطامع رجال أرادوا استغلالها.

ولا يسعني هنا كنادقة وفنانة تشكيلية إلا ان أستعرض بعضًا من لوحاتها التشكيلية لعلني أحذني امام تجربة فنانة عراقية قديرة عبرت بخطوطها وألوانها خير تعبر لنتركتنا مذهولين بكلام وضريح الاوصوات البديلة عن صيتها. لقد كان الفن أفضل وسيلة للتعبير عن الظلم الذي حاربه بالقلم والفرشاة والتعبير عن ذاتها ووسيلة اتصالها بمن حولها.

وما علي هنا الا استعراض ثلاثة من أعمالها الفنية بأسلوب تحليلي لعلي أقرب من عاليها الوفير الذي أمتد من خيالها الشاسع. ففي لوحة عازفة الناي نجد امرأة تواجه شباك عرفتها وهي تعزف الناي وتتأمل مشهد الشباك.



من من لا يحب النجاح والوصول اليه؟ من من لا يطمح لجني الجائزة والحفاظ على مستوى الربيع بعد جهد جهيد؟ من من لا يسعى الى الخلود منذ زمن ملحمة كلماش حتى اليوم ولو ليبق اسمه عالقاً في الذكرة؟ كل هذه الأسئلة وغيرها دفعتي لهذا الموضوع حالما قرأت خبر الوفاة المأساوية للفنانة التشكيلية غادة الحبيب في المهر. التقيت غادة حبيب مرات عديدة في اروقة المعارض التشكيلية في بغداد وهي تخفي خلف ابتسامتها كلاماً بليناً لا منها كانت تعاني من مشكلات النطق والسمع، فبالابتسامة كانت تتحدى العالم بعدمها تضع كل أفكارها وأماناتها في لوحاتها. كان خيالها الشاسع يحدثنا من خلال لوحاتها البهية عن معاناتها بأسلوبها السريالي المعهود. ولا أذكر أن لوحات غادة عبرت بأفضل صورة وصوت ينبع من حنانيا خطوطها الجريئة وألوانها البراقة. هاجرت غادة حبيب الى لندن بحثاً عن علاج مشكلة سمعها ونطقها وبحثاً عن حلم الخلود والإبداع الذي شاكست معظم الفنانين العراقيين في ظل الإرهاب وال الحرب الباردة في وطن ما زلت نبحث عن ملابسات وجه الإنسانية فيه لمحاربة العنف والفساد.

رحلت عن الفنانة غادة بتاريخ ٦ ايلول الماضي أثناء زيارة مشؤومة من طليقها (صلاح) الذي كان يطمع بالحصول على حق الإقامة البريطانية عن طريق زواجه منها. لم تستجب غادة لمطامع صلاح لتجبيه بأنها أبلغت دائرة الهجرة في لندن بطلاقهما قبل مقدمه. وجهت المحكمة تهمة القتل لصلاح بعد أن وجدوا غادة مغدورة في بيتها بأبشع طريقة.

أنقطعت غادة حبيب عن الرسم سنوات عديدة في تسعينيات القرن الماضي نتيجة لاحباطات ذاتية وموضوعية، فبعد تألقها في سبعة معارض شخصية في قاعات بغداد أمثال قاعة عشتار - شيراتون وصالوة فندق الرشيد وميليا منصور، أضافة الى مشاركتها في معرض فنانيات من العالم الإسلامي الذي أقيم في قاعة أسلنغيتون في لندن عام ١٩٩٤ . بعدها انتكست غادة لتقوقع على الامها ثانية وذلك لعدم عودة نعمة السمع لها بعد عملية جراحية

”حقوق المرأة في الشرائع العراقية القديمة“

دراسة لاحوال المرأة ومركزها القانوني

في المجتمع العراقي القديم في ضوء النصوص القانونية

”جرمو“ و ”تل الصوان“ والتي يرقى زمنها إلى
الالف السادس قبل الميلاد.

وفي شريعة حمورابي كان للمرأة مركز مرموق
فقد كانت تتمتع بالشخصية القانونية الكاملة
فلها اموالها الخاصة وتتمتع بالشهادة الكاملة
 تماماً كما للرجل ولها الحق في التصرف باموالها
كما تشاء وهذا الوضع ضمن لها حق التقاضي، بل
كان يجوز لها العمل بالتجارة وممارسة الوظائف
العامة.. كما كان للكتابة الأثر الكبير في الحفاظ
على القواعد القانونية من الضياع وضمان تطبيقها
بمختلف المدونات القانونية. وهذا ما يؤكّد ويزرس
لنا ما يتجلّي في تلك العصور من روح الديمقرatie
والناس سواسية أمام القانون، يحكم فيهم الحاكم
ويذعن المحكوم في ظل الشرائع والقوانين، فضلاً عن
ذلك أن ماتميّز به الحضارة في بابل وأشور لا يقف
عند ما انجبوه من سنن وشرائع نسبت إلى حمورابي
وغيره، تضمنت فيما تضمنت تأكيداً لحكم القانون
وتعزيزاً للمساواة بين سائر المواطنين، فقد تميّزت
إيضاً بالتقدم العلمي في ميدان الفلك والنجوم
والبناء والزخرفة والموسيقى والفناء، فضلاً عن ذلك
مارست المرأة العمل الكهنوتي إذ كان الدافع الديني
إي التقرب إلى الآلهة من الأسباب الرئيسة لعمل
النساء في العباد، فكثير من الاميرات كن كاهنات
يمارسن الطقوس الدينية في العباد وكانت هذه من
الامور المستحبة في المجتمع آنذاك..

واخيراً لعل كل ما قدّمه المؤلف تاريخياً وحضارياً
في (حقوق المرأة) والشرع القديمة التي خلدتتها على
مر الأجيال في حضارات سادت وعمرت وخلدت ثم
بادت، تؤكّد الاجماع على خطورة مكانة المرأة وأهمية
موقعها في الحياة.

سيبقى موضوع (المرأة) له أبعاد إنسانية
المتكاملة بالرغم مما يبدو من تعارض الأبعاد
وتناقضها في أحياناً كثيرة، بسبب ما يتعارض مع
هذه الطبيعة.. إلا أنها ستثبت جدارتها في المجتمع
وستبقى هي (الروح والجوهر) يحضر في كل مكان
ومنذ.

للسيد احمد هاشم العطار

الموسوعة الثقافية: العدد ٩١

اصدار: دار الشؤون الثقافية العامة/ ٢٠١٠

عرض: نجلة محمد

ان الرؤية المعاصرة والنظرة المستنيرة والاحساس
الانساني العميق، هي محاور او فصول منتخبة من
تراث حضارتنا في القانون.. حرص المؤلف في اختيارها
على ان تكون مع ايجاز مادتها وصغر حجمها ممثلاً
لذلك السيل العظيم من النتاج والعطاء، موفياً
باكبر قدر من البحث في تلك المراحل العلمية
للعصور القديمة عاكساً فيها الجوانب المشرقة من
هذه الشروة الفكرية والقانونية، بحيث بين مكانة
المرأة وقدرتها على تمثيل الصور بحداثتها الواقعية
ورسمها صوراً إنسانية واضحة تثبت نوازع الإنسان في
مختلف ألوان الحياة مع كشف تصوارته سلباً وايجاباً
في دراسة كانت تسود تلك المجتمعات، أفرد المؤلف فيها
فضلاً خاصاً عن حقوق المرأة كأم وشرح فيها غريزة
الامومة واستشهد بمثل سومري يقول ”الرجل
المريض لا يقلق البال أما المرأة التي في المخاض فهي
المريضة حقاً“. كما ظهرت في مرحلة من مراحل
التطور الفكري والاجتماعي للإنسان عقيدة عيادة
الام. الآلهة اذ عبدت الام من خلال فكرة الخصوبة
والتكاثر.

كذلك كشفت الحفريات الاثرية عن تماثيل
ودمى تمثل المرأة في مختلف مراحل الامومة فمنها
نساء حبالي صنعتها الانسان لغرض التشبيه بالقوى
الخلاقة في الطبيعة ومنها نساء ذات ثديين كبيرين
ممثليين يشيران إلى وفرة الغذاء والارضاء، كما
مثلت قسم من هذه الدمى في وضعية القرفصاء،
ربما قد يكون اشارة الى حالة ولادة طفل. ويعتقد
علماء الآثار ان موطن هذه العبادة كان غرب آسيا
وسهل روسيا ووادي الدون.. كما ان في العراق اقدم
دمى الطين التي عشر عليها في الموقع الاثري المسمى

شاعرة عراقية: متلقي الأمس كان مزاجه أكثر انضباطا

فِيُوس

فائق تعرف بأن المجال الإلكتروني يحتوي على جرأة فارغة وأن العربية بحر تسبح فيه عندما تكتب بها



هي
ليست في الكتابة
بقدر ما هي في الفعل وتطبيق ما
كتبه.

لا أسهل من الكتابة، ولا أصعب من الفعل،
والأصعب أن تكتب ما نحن نفعله أو نمارسه
بجرأة على أرض الواقع، وليس العكس.
وبطبيعة الحال إن مجتمعنا الشرقي أوسطي
المغلق على أفكار رجعية يعتبر المرأة الجريئة
غير مرغوب بها، وخارجة على الموروث والمجتمع
والدين، وهي بنظرهم، تستحق اللعن.
أكثر ما يقلقني هم الكتاب الذين يتقدرون
بالآراء الكبيرة والتي تندرج تحت خانة الجرأة
لكنك لا ترى لهم أي تطبيق على أرض الواقع.
فيماً عندها عندما أخاطب عقلية رجعية في كتاباتي،
يجب أن أوجهها أيضاً على أرض الواقع بالفعل،
وهذا الشيء لا نمسه لدى الكثير من الكتاب. وفي
هذا المجال لا أحب أو تركت الكتابة الإلكترونية،
لأن المجال الإلكتروني مجال خصب للتعبير
الحر والجراة الفارغة، وهو مجال للنشر
المستعار، والأسماء الوهمية التي تخفي نفسها،
فليس من الجرأة أن أتجرأ وراء اسم مستعار،
يجب أن أواجه الواقع المتختلف على أرض الواقع
بنفسي وهذا ما أحاب أن أجسده كإنسانة.

(نون)- قضيت الأولى في كتاباتك الأدبية
والسياسية، ما هي؟

قضية إنسان، عاش الظلم والقهر والقمع،
وهو اليوم يعيش نفس الواقع لكن تحت مسميات
أخرى. قضيتي هي خلاص هذا الإنسان من
ظلم نفسه لنفسه. قضيتي هي قضية فئة من
الناس، إما كان ضحية جرائم الإبادة الجماعية
ونجي منها أو أنه أحد ذوي وأهالي ضحايا

حاورها: بسام الطعان

شاعرة وصحفية عراقية من مدينة السليمانية، مقيمة في هولندا، حاصلة على بكالوريوس فلسفة - كلية الآداب جامعة بغداد، عضو اتحاد الصحفيين العالميين عضو في حركة شعراء العالم، حاصلة على عدة جوائز أدبية، ولها عدة كتب ودواوين شعرية.

(نون)- إلى جانب الشعر تكتبين المقالة والريبورتاج الصحفية، وتعملين مذيعة ومحررة ومقدمة برامج، وأيضاً ناشطة في العمل التطوعي، لماذا كل هذا، وما هدفك أو رسالتك من وراء ذلك، ثم إلا يفهم هذا في إضعاف المبدعة التي في داخلك؟
لست أهارس كل هذا في وقت واحد، ربما قرأت سيرتي الذاتية، كان هنا كله بالتدريج فقد كانت بدايتي مع العمل الإعلامي في التلفزيون مذيعة أخبار باللغة العربية ومعدة برامج ومتدرجة، وبعد ذلك مقدمة برامج في الإذاعة. ثم تركت العمل الإعلامي وتوجهت إلى الصحافة المكتوبة، مراسلة لصحيفة الإتحاد، أيضاً باللغة العربية، في كوردستان. وبعد أن تركت كوردستان، عملت الآن صحافية مستقلة، وأكتب المقالة. هذا كل شيء.
أما من حيث الإبداع، طبعي جداً أن الجمع بين عدد من المجالات يترك أثراً سلبياً على المستوى الإبداعي، وتمكنـت بقدر معقول أن أتجنب هذه الحالة، وحالياً أمارس الصحافة بشكل مستقل، وأكتب القصيدة.

(نون)- أيهما أنت، الشاعرة؟ الكاتبة؟
المذيعة؟ الناشطة؟

العمل الإعلامي هو اهتمام بالنسبة لي، النشاط في مجال حقوق المرأة وقضية جرائم الإبادة الجماعية (الأنفال) هي قضيتي التي من خلالها أخدم بلدي. أما أحب صفة إلى نفسي هي صفة شاعرة، أشعر أنني كائن آخر، الكاتبة بداخلني تحمل هم وطني وقومي، أما الصحافة فإنني أحياناً اعتاش منها وهي المهنة القريبة إلى نفسى وشخصيتي ولا أعرف أن أزاول أي مهنة أخرى غيرها.

(نون)- أغلب الكتاب والمبدعين يخافون

تلك الجرائم، هؤلاء الذين عندما تزورهم حيث يقطنون، تشعر أنك في كوكب آخر، كوكب منسي.

(نون)- للك ديوان باللغة الكردية عنوانه ”الخطايا الجميلة“ لماذا اختارت هذا العنوان، وهل اللغة الكردية لها قراءة كثيرة؟ فأنا أعلم أن أغلب الشعب الكردي لا يتقن لغته كتابة وقراءة؟

أحب أن أصحح معلومة صغيرة، وهي أن الشعب الكردي يتقن لغته قراءة وكتابة، خصوصاً أكراد كوردستان العراق، لكنهم يكتوبونها بالحروف العربية، وأكراد تركيا محرومون من استخدام لغتهم، لكنهم يكتوبونها ويقرأونها، وكذلك الحال بالنسبة لأكراد سوريا وأيران. هذه الحالة تتبع الوضع السياسي والأنظمة السياسية الحاكمة في المنطقة وإلى أي مدى تهتم باللغة الكردية التي يتحدثون ويكتبون بها أكثر من خمسة وثلاثين مليون إنسان في العالم. وللكورد ميثولوجيا غنية مكتوبة أيضاً بلغتها الفنية.

أما عن عنوان ديوان ”الخطايا الجميلة“، فهذا عنوان قصيدة في الديوان.

(نون)- تتقنين الإنكليزية والهولندية أيضاً، فهل تكتفين بهاتين اللغتين، وما اللغة التي تعتبرينها الأقرب إليك؟

أكتب باللغتين العربية والكردية والهولندية أكتب بها لكنني لا أستطيع التفكير بها، ولا حتى الإنكليزية. أقرب لغتين إلى نفسي هما الكردية والعربية. والعربية لغة غنية جداً أحبها كثيراً وهي عبارة عن بحر أسبع به كما أشاء عندما أكتب بها.

(نون)- هل للكتابة أيًّا كانت هذه الكتابة. فإذا إذا لم تعالج من خلالها هموم الإنسان العادي؟

الكتابة في اعتقادى الشخصى فعل خال من الجدوى، إن لم يقتربن بالفعل، فما جدوى ممارسة اللاجدوى إن لم أطبق ما أدعوه إليه. فمن غير الممكن أن أكتب عن الفساد مثلًا إن لم أقترح آلية للحد منه، وإن كنت أقف بعيدة عن الأحداث ولا أشارك في التغيير. الكتابة يعني ممارسة فعل التغيير على أرض الواقع، والكاتب الذي يكتب فقط، سرعان ما ينتهي بسرعة ولا يترك أيًّا أثرًا بعده.

(نون)- كشاعرة وكاتبة وصحفية، ما العالم الذي تريدين أن ترسمينه للأخرين؟

من الصعب جداً أن أحدد لك ملامح العالم الذي أريد أن أرسمه للأخرين، لأن الصور التي يتخيلها الشاعر تكون دائمًا غير مرغوب بها عند الآخر خصوصاً التقليدي. والصور عند الشاعر متغيرة باستمرار، فالعالم الذي أحلم له يتغير باستمرار وفق تطورات المسر، وأنقطع دائمًا إلى عالم مثالي لا مكان فيه للكره والضفينة، يحارب الفساد بشكل خاص، بكل

الشعر اليوم لا يقياس بالشكل التقليدي مثلما كان يقاس سابقاً. فالشعر اليوم يرفض الهوية والحدود السياسية والجغرافية، وحتى يرفض القوافي والنظم والأعراف. فهو يسافر بأجنحة لا تون لها ولا أرض. الشعر اليوم يبحر داخل النص المفتوح وقصيدة الصورة. لكنني أرى حالة أخرى تقلقني وهي تقلب ومزاجية المتلقى، فالمتلقى لم يعد يتذوق الشعر كما كان من قبل، فأنا أحب الشعر نفسه بثوبه الحديث، لكنني أحب متلقى الأمس لأن مزاجه كان أضبهط، وكان يتذوق القصيدة بكل جوارحه.

الشعر العربي المعاصر في تطور، مرحلة انتقالية، يحاول فيها أن يتخلص من القوافي، ولكنه يريد متلقى يتنفس فن القراءة وفن البحث عن النص الجميل ويتنفس فن التذوق. ففي الندوات لا تجد مستمعي الشعر، لكنك تجدهم كلهم يرقصون للأغنية وليسوا يماكانهم الجلوس لنصف ساعة والإستماع إلى قصيدة.

(نون)- الكرد لهم خاصية في الفلكلور، كالدبكات والموسيقى والأغاني والأزياء والعادات الاجتماعية الموروثة، ما مدى استفادتك إبداعياً من هذا الفلكلور الجميل؟

بطبيعة الحال هذه كلها أدوات تغنى الشاعر والكاتب بشكل عام، على الشاعر أن يكون ملماً إن لم يكن بكل، لكن بمعظم موروثه الثقافي، من فولكلور، موسيقى، دباتات وأزياء، وأن يتذوقها ويوظفها في القصيدة وإبداعاته إجمالاً. والعادات الاجتماعية تحدد جانباً منها من شخصية الكاتب والشاعر، وتتجدد آثار هذا في إبداعاته وإنتاجه الإبداعي.

(نون)- إذا كانت لغة الخطاب في القصيدة الحديثة تقترب من لغة الكلام الحية التي يتكلمتها الإنسان العادي في الواقع، هل يمكن أن نسمي هذه القصيدة شعر؟

كما أشرت في جوابي السابق، القصيدة الآن ترفض القوافي والنظم الشعرية، نحن الآن أمام نص مفتوح هو القصيدة، وهذا لا يعني أن الشعر أصبح يشبه لغة الكلام العادي، وإنما قد يكون الشعر ارتقى واقترب من الإنسان بشكل حميمى أكثر، بحيث حول لغة الكلام إلى شعر، وليس العكس.

(نون)- يقول البعض يجب أن يخلو الكلاسيكيون أمكنتهم لشعراء الحداثة؟

ليس صحيحاً، لأن الشعر في النهاية إبداع، وهذا الإبداع يمر بمراحل معينة، والكلاسيكيون كانوا المرحلة التي قبلنا، وتعلمنا على أيديهم الكثير، وشعراء الحداثة لا يمكن أن يجلسوا مكان الكلاسيكيين، وإنما فلن يترك الكلاسيكيون مكانهم حداثيين، ولكن يترك الكلاسيكيون مكانهم لشعراء الحداثة، لأن شعراء الحداثة ليسوا خلفهم. هذه مراحل تطور الشعر، وكل جديد هو حديث، من يدرى ماذا سنسمى المرحلة التي ستأتي بعد الحداثة؟

أنواعه، خصوصاً السياسي والإداري.

(نون)- تاريخ الأدب الكردي حافل بأسماء كبيرة من الشعراء الكرد أمثال: علي حريري، ملا أحمد الجوزي، أحمد ملا باتي، أحمد خاني، جكر خوين.. الخ، وكلها أسماء تستحق التقدير والاحترام، ولكن هل يوجد شاعر كردي يمكن أن يقال إنه مثل هؤلاء الكبار أم أن الشعر الكردي توقف عندهم؟

هناك أسماء لشعراء كبار أمثال فائق بيكه س، أحمدى خاني، كوران، هيمن، أحمد هردى، شيركوب بيكه س، جمال غمبار، دلدور قرة داغى، وأخرون. الشعر الكردي لم يتوقف، فهو يمر بمراحل في تاريخه، شأنه شأن الأدب التركي والعربي والفارسي وغيره من آداب المنطقة، إنما نفتقر إلى التعريف بهذا الأدب الغنى. نفتقر للمتلقى العربي والفارسي والتركي لكي يطلع عليه متلقي القصيدة الكردي مطلع على آداب المنطقة كلها.

(نون)- القصيدة الكردية (التي تكتب باللغة الكردية)، هل تعانى من صعوبات، وهل ترقى إلى مستوى القصيدة العربية؟

بطبيعة الحال هناك فرق بين القصيدة الكردية والقصيدة العربية، وهنالك فرق بين القصيدة العربية والقصيدة العربية، وهي ليست قضية ارتقاء إلى مستوى البعض، لأن بنظري ليست هناك لغة أرقى من لغة أخرى، فكل لغة خاصة بها، وبالتالي للموروث الشعري والاجتماعي وحتى السياسي سمات، تؤثر في تحديد خصائص ومقومات القصيدة في اللغة التي تكتب بها.

من أهم أدوات القصيدة هي اللغة التي تكتب بها، ومن أهم ما يحتاجه الشاعر مستوى من الإلمام بأسرار اللغة وأن يكون متمكناً منها، بالقدر الذي يمكنه من احتواء صوره الشعرية وأحساسه ونقلاته العاطفية، بحيث تتمكن اللغة من احتضان كل هذا الذي ينتج الشاعر قصيده. شخصياً، تختلف قصيدياتي الكردية عن قصيدياتي العربية، تبعاً لاختلاف خصائص وسمات اللغة التي أعتبر بها، هذا الشيء الذي يترك أثراً مباشراً في الصور الشعرية، فهناك صور شعرية تقال باللغة الكردية لا تقال باللغة العربية، وصور أخرى شعرية تقال في العربية ولا تقال في الكردية.

القصيدة الكردية تحمل صفة الملحمية والميل إلى النفس الأسطوري. وهي بالنسبة أكثر جرأة مثلاً في وصف المرأة والحالة العشقية، وتحتوي جانباً إيروتيكياً كبيراً. في قصائدي الكردية كثيراً ما أوُظف الحالة العشقية في خدمة قضية قومية، أو أوُظف مفاهيم سياسية بين سطور قصيدة عشقية. وهذه الحالة كل ما أجدها في قصائد بلغات أخرى.

(نون)- هل تبشر التجارب الشعرية للجيل الجديد بآفاق خيرة؟

الفنانة وداد الاورفه لـ

تطلق البوемها الموسيقي



صعوبة في
متابعة الرسم بسبب
آلام في اليد. ورغم
معاناتها من الالم
والغرابة وألام يدها إلا
انها مازالت ترسم لوحات لبغداد وتسرد
حكاياتها الوانا واحلاما، اما حلمها
هي ان تعود في يوم ما الى بغداد وتعيد
الحياة لكاليري الاورفه لي فتفتح ابوابه
من جديد رئة ثقافية تتفسس الحب
والسلام.

والفنانة وداد الاورفلي متعددة المواهب
 فهي مغربة بالموسيقي والفناء الى جانب
 الرسم، وهي تجيد تأسيس مساحات من
 الألفة والتواصل ونشر الفرح في النقوش،
 وبرغم الثمانينات من عمرها تواصل دأبها
 التشكيلي والفنى من خلال إصدار ألبوم
 خاص يضم مختارات من بعض المعزوفات
 التي الفتها منذ نحو سبعين عاما.

وغالبا ما تسميتها الاورفه لي:
 بمنمنمات مدن
 الحلم.

أسست
 الاورفه
 لي اول
 قاعة عرض
 تشكيلية خاصة
 في بغداد مطلع
 الثمانينات والتي
 تحولت في ما بعد
 الى مركز ثقافي شهد العديد

من المعارض لكبار الفنانين العراقيين،
 فضلا عن نشاطات ثقافية وفنية ودورات،
 ومحاضرات في مختلف المجالات لم تتوقف
 لغاية حرب ٢٠٠٣.

تقول الاورفه لي: "أشعر ببغداد، فلطاما سحرتني وألهمنتني هذه المدينة الجميلة
 القديمة الحاملة، لذلك كنت دوماً أريد ان
 أرسم لها شيئاً جديداً جميلاً لم يرسمه
 احد، شيئاً ينصف تلك المدينة التي قضيت
 فيها اجمل ايام حياتي". وتقيم الرسامه
 العراقية منذ نحو خمس سنوات في عمان،
 الا انها بدأت تعاني من تفاقم الوضع

(نون)- ما يميز السيدة وداد الاورفه
 لي، المولودة في بغداد عام ١٩٢٩، أنها تصب
 كل من يعرفها ويتبعها، بعذوى الوع
 بالأشياء الجميلة وحب الحياة والإنسان،
 فهي تحرض عوامل القوة والأمل بالرغم
 من الصعوبات والأوجاع التي تواجهنا.

تعلقت الفنانة وداد الاورفه لي بالموسيقى
 والرسم منذ السابعة من عمرها، حين
 تعلمت العزف على البيانو، وبدأت تخبرش
 رسوماتها كلما وجدت لذلك فرصة في
 بيت العائلة التي رأعت هواياتها، حتى صار
 الرسم مهنتها وكل حياتها.
 تطغى البيئة البغدادية على لوحات وداد
 الاورفه لي التي تتميز بأسلوب خاص يشعر
 المشاهد معه كما لو أنه جالس في بغداد
 يقرأ أحدى قصص ألف ليلة وليلة. وكان
 لإقامة وداد برفقة زوجها الدبلوماسي
 حميد العزاوي في إسبانيا خلال سبعينيات
 القرن الماضي الفضل باكتشافها عوالم
 الجمال التشكيلي والمعماري الإسلامي
 في قصر الحمراء وغيره من علامات
 الفن في إسبانيا، ما أثر على منهجها في
 الرسم، ونقلها من الأسلوب الواقعى إلى
 تنفيذ المثاث من لوحاتها التي عرفت بها،

قصيدة

حسينة بنيان

عندما

من غربان لا تعرف غير الجوع
 فتنقض علينا جميرا
 لنائف هندي القدارة
 نرميها تحت صفوف الأولاد

باركني الإله
 وأعز بي ان أنام
 لأن الجنّة تحت اقدامي
 والقيود تشد العقل
 في تحليل الطيران
 باركني الفجر
 لأنّ مع هدير الظلام
 وزقة الزييف

لتحمل الجذور
 في موجة الضياع..
 وتسعد الاغنية
 محفوفة بأذرع الجفاف
 في غربة الأصليل
 حيث أقول الذاكرة
 يجردني البردي
 لكي أقدر حالي
 لوعـدـ الفراق

وعندما تعود.. ويأذن الخريف
 بالبوج بالاسرار
 في غربة الليل المزيـف
 ياتـفـ سـاعـدـاـكـ
 حول الوريقات الصغيرة
 ليـرـحـلـ الجـمـيـعـ
 الى حيث أراكـ
 هـنـاكـ.. أمـ هـنـاـ
 بـيـسـهـمـ المـجـهـولـ
 فـوقـ خطـاكـ الخـائـفـةـ
 في سـعـةـ الـبـكـاءـ

وقالوا



على روح أمي وروح "الحضر"
فيطاً كان لي صاحباً مشيناً سوياً على الماء
هبة ريح حرير رخاء
شموع العذاري تجاذبنا في خفر
ودجلة في هدعة ينحدر
وببغداد تغفو وتتصحو على الضفتين
ترانيم فِيروز في الصبح أو في السحر
هروبُ أهجر منك إلى عالمٍ أطاحك في
قعر بتر أشر
عقمت روحه فانضوى ماؤها واندر ؟
تهومُ فيه الخفافيش تأكل أبعاضها
تكره النور عفن طبعها و قذر ؟
هروبُ إلى عالمٍ يرفضني من جواز
السفر
فيعبرُ غيري بكل احترام
وأحجزُ في هامشٍ كجرثومةٍ معديةٍ
تحضر ؟
أناديك ... بغداد
تأريخُ أرضي حكايات عمري ومثلي
محبين كثر
تأبى رؤانا برغم الظلامات أن تنتحر
إليك نفر
أناديك أَم العراق
لم يبق فيك سوى العشاقي والسرّاق
وغيرنا... من يستطيع الهجر فر
السارقون بسطوة المحتل صرت لهم مقر
والعاشقون على لطى كالقابض الجمر
الكل يرحب بامتلاكك إنما كل على أمر
شتان بين المشق والعهر.

ودمعٌ تحجر في بؤبؤ العين
تغضُّ به النائحات الدرر
رثاءً يناغم حزن الوتر
إلى أين ؟
أين المفر ؟
أناديك بغداد
بغداد..... أين المفر ؟
هروبُ... وأنت على مأتم دائمٍ قائمٍ
مستمرٌ
هروبُ ودّامة العنف تخطف لمح البصر
؟
هروبُ وحرمة بيتي نهب الحواسِ والرعاع
البقر ؟
هروبُ وما تعودت أن استكين على عابثين
إذا مالظلام على باطل ينتشر ؟
هروبُ وطبعي "لا"
نداءً ماذن فرض صلاة حضر
"الله أكبر"
لكل عقيم يُجبر الحب أن ينحسر
فيبقى حبيس الفكر
وما ضرَّ لو يُصبحَ الحبُّ ديناً يقيناً
منهجاً لحياة أَبْرَر
نُقدم بين يديه النذر
نعمَّر باقي ما قدْ هدر ؟
لعل تعود ليالي القمر
فأسرُّ بين الرصافة والكرخ في خطوة
الواشق المقتدر
أَعْبُرُ كل الجسور وعند الشريعة أَهْمَسُ
بالفاتحة

د. فوز النعيمي
سحابة صيف تمر
عارض ممطر
مزنة عابرة ما بها من خطر
وظلوا طويلاً يقولون
قالوا حكايا آخر
 وكل الذي "قولوه"
كل الذي على بألنا ما خطر
يلوك الكلام
يردد في زهوة النزق المنتصر
"أتينا لنبني عراقاً جديداً"
وبغداد حاظرة تزدهر
وها هي بغداد
من بعد سبع شداد غُبر
صمتها ناطق وهجٌ مستعر
عصفورة النار في عربتها تستتر
كأن حريم السماءات فيها انتصر
بدرِّب، خلا من ثابت في قوامه
فليس لنا "اللهم" منه
سوى الموت والإسمَّ والتاطقُ الحجر
على وجنتيه السمر يقتات الجذام
وتغور نازلةُ الحفر
يلوح للعابرين
عيون توائه لا تستقر
بلا محور على كدر تنتظر
ترقب من له في كل نازلة نصيب
و من كل مُرّ له قدر
يُراحمها في كل طالعة شر

كيف تتعامل السيدة المصابة بالسكري مع الحمل؟

وما مضاعفات المرض على الحامل وجنينها؟

لمدة ستة اشهر لينزل الوزن.

سكري الحمل

والحالة الثانية التي يشير اليها د. علاوي هي أن بعض السيدات يصبن بالسكري في الأسبوع ٢٤ من الحمل، لذا يتوجب على كل حامل ان تفحص نسبة السكر في دمها اما عن طريق فحص الدم صباحاً بعد صيام مدته ١٢-٨ ساعة بحيث تكون النسبة اقل من ١١٠ ملغم، واذا كانت النسبة اكثراً من ١١٠ ملغم فيجب معاملة هذه السيدة كمصابة بالسكري، وللتتأكد من أنها مصابة بالفعل قد يطلب الطبيب المعالج اجراء فحص قدرة التحمل لكمية من السكر بقدره ٧ ملغم من الكلوكوز تعطى للسيدة ويفحص الدم بعد ساعتين فإذا كانت النسبة ١٨٠ ملغم حينها يتتأكد الطبيب من أنها مصابة بسكري الحمل. وهنا يؤكّد د. عصر علاوي الى ان ٤٠% من هذه الحالات تشفى من المرض عند الولادة و٦٠% يستمر المرض معهن، والاربعين بالمائة يتوجب عليهم الفحص كل ستة اشهر لاحتمال عودة المرض، وتعامل المصابة بسكري الحمل معامل المصابة بالسكري وتنطبق عليها نفس النصائح والارشادات.

أحدث العلاجات

ويشير د. علاوي الى ان العلاج في السابق كان يعتمد الحمية والرياضة والغذاء واذا لم تتمكن من السيطرة على السكري كما نصف الانسولين، لكن خلال الاربع سنوات الماضية استحصلت اغلب المؤسسات على امكانية استعمال حبوب المتفورمين وقد ثبت ان هذه الحبوب لا تأثير سلبي لها على الجنين، واذا لم تستطع السيطرة على السكري بهذه الحبوب فممكّن الاستعاة بحقن الانسولين. اما بالنسبة لجنين المرأة المصابة بالسكري فيقول د. علاوي انه يجب ان يكون في كل مؤسسة طبية ترعى المرأة المصابة اخصائيين بالأمراض النسائية وجهاز سونر لفحص الجنين وقياس نمو جسمه ورأسه وضربات القلب واذا حافظت السيدة على علاج السكري في فترة الحمل فانها ستتجنب جنينها بلا المضاعفات الكثيرة التي قد تحصل له، ومن اخطر هذه المضاعفات كبر حجم الجنين مما يضطرها الى اجراء عملية قيصرية، وتفضل الولادة في المستشفى لاحتمال التعرض لمضاعفات سوء للحامل او الجنين.

للغذاء والرياضة والعلاج، وكيفية الوقاية من مضاعفات المرض، والعلاج الصحيح لها مراقبة السكر بعد الوجبات الرئيسية بحيث لا يرتفع السكر اكثر من ١٥٠ ملغم بعد ساعتين من الاكل. اما بالنسبة للحامل فالمطلوب ان لا يرتفع اعلى من ١٤٠ ملغم بعد الاكل بساعتين، لحماية السيدة وطفليها، كما يفضل ان تعالج السيدة بالانسولين الذي يعطى اربع مرات يومياً جرع سريعة المفعول، مع كل وجبة غذائية ثلاثة مرات يومياً تعتمد هذه الجرعة على نوعية الغذاء، وحقنة من الانسولين الذي يعمل ٢٤ ساعة ليلاً، وهذه الطريقة هي الافضل للحفاظ على السكر بالنسبة للسيدة الحامل بحيث تكون نسبة السكر في الدم بين ١٤٠-٧٥ ملغم قبل وبعد الاكل بساعتين.

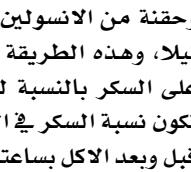
فيتامين D وعلاقته بالسكري

يشير د. عصر علاوي الى "ان الاستudies في الدول المتقدمة قد لاحظت نقصان شديد عند السيدات الحوامل وغير الحوامل لفيتامين "D" وهناك بعض الدراسات اثبتت ان نقصان هذا الفيتامين قد يكون من الاسباب الاساسية لانتشار مرض السكري الوبائي في العالم العربي اضافة الى فقر الدم ونقصان الحديد وفيتامين "B" هذه الفيتامينات يتوجب فحصها قبل الحمل للمصابات بالسكري في المراكز الطبية المتخصصة، وان تعطى المصابات بالمرض معلومات كاملة عن علاج المرض وتقارير هبوط السكر خلال الحمل والافضل ان تكون هذه التعليمات والارشادات قد تم اليفاء بها قبل الحمل بشهرين".

وينصح بعدم الاكثار من اللحوم الحمراء واللح والدهون والاطعمة المقلية لأنها مضررة كما ينصح باجراء التمارين الرياضية الهدئة قبل الاكل مع المحافظة على الوزن ان لا يزيد عن ٨٪ من الوزن العام والاهتمام بالرضاة الطبيعية

(نون)- أسئلة كثيرة تراود اية سيدة مقبلة على الحمل خصوصاً ان كانت مصابة بالسكري او احتمال اصابتها به اثناء الحمل، وللإجابة على هذه الأسئلة وغيرها كان د. نون "فرصة لقاء الدكتور عصر علاوي استشاري امراض السكري والعدد الصماء في جامعة لندن اثناء زيارته لمدينة بغداد ليجيئنا عن هذه الأسئلة قائلاً: مرض السكري نوعان، النوع الاول يشمل المرأة المصابة بالسكري، والنوع الثاني سكري الحمل الذي غالباً ما يبدأ في الأسبوع ٢٤ من الحمل.

بالنسبة للسيدة المصابة بالسكري المفروض ان تكون واعية تماماً بالنسبة





النساء أكثر تعرضاً لها من الرجال هشاشة العظام أو ترقق العظام

إذ يؤدي ذلك إلى نقص هرمون الانوثة، ويمكن أن تظهر الهشاشة في سن مبكرة إذا أجريت للفتاة جراحة إستئصال المبيضين.

٣- زيادة نشاط الغدة الدرقية.

٤- نقص عنصر البروتين في الطعام: كما يحدث في الطبقات الفقيرة، وذلك لحاجة العظام

إلى البروتين في عملية البناء.

٥- الحالات المرضية التي تقتضي ملازمة الفراش لمدة طويلة، وتظهر الهشاشة أيضاً في الأطراف إذا وضعت في الجبس لفترات طويلة، ولو أن الهشاشة في مثل هذه الحالات تكون مؤقتة إذ لا تثبت العظام أن تعود لحالتها الطبيعية بعد مغادرة الفراش أو إزالة الجبس و مباشرة الفرد لحياته بصورة طبيعية.

الأعراض:

- آلام في الظهر والاطراف، الشعور بضعف عام، حدوث تقلصات في العضلات، زيادة انحناء الظهر مقارنة مع الوضع الطبيعي.

ترقق أو سبل الوقاية من ترقق العظام أو هشاشة العظام:

• ينصح كل من تعدد سن الخمسين لا يركن للراحة وعدم الحركة معتدماً اعتماداً كلياً على السيارة في جميع تحركاته، بل عليه أن يمارس أي رياضة مراحلها المبكرة.

عظام الإنسان في الواقع ليست سوى نسيج حي من أنسجة الجسم، بالرغم من أن مظهرها الصلب المميز قد يوحي بغير ذلك، ولأنها نسيج حي، فالم diligيات الحيوية من فقد والبناء لا تتوقف فيها، وما يفقد منها يقوم الجسم بتعويضه أولاً بأول من خلال عملية البناء، حتى تظل العظام محفوظة بشكلها وقوامها وحالتها الطبيعية.

وفي حالة ترقق العظام أو هشاشة العظام أو وهن العظم، يكون الفقد أكثر من البناء، فقل كمية العظام وتضعف صلابتها مما يعرض الإنسان لاضطرابات نتيجة لذلك، وأهم هذه المضاعفات حدوث كسر عند التعرض لأي اصابة مهما كانت بسيطة، كالوقوع على الأرض نتيجة التعثر أثناء المشي، واهم جزء يخشى عليه من الكسر هو عنق عظمة الفخذ، خصوصاً في السن المتقدمة، والموضع الآخر بالجسم الذي كثيراً ما يتعرض للكسور هو فقرات العمود الفقري (الفقرات الصدرية والقطنية) خصوصاً في السيدات المصابات بحالات الهشاشة الشديدة، إذ أن مجرد ضغط الفقرات المثيرة على بعضها دون أي اصابة كفيل بإنهيار فقرة أو أكثر ليزيد تقوس العمود الفقري وتزداد تبعاً لذلك الام الظهر.

أسباب ترقق العظام أو هشاشة العظام أو وهن العظام :

- ١- التقديم في السن: في هذه الحالة يصبح الفقد في العظام أكثر من البناء.
- ٢- انقطاع الدورة الشهرية في السيدات:

عقار روسي لتأخير الشيخوخة عشر سنوات

تساعد على ايقاف تلك العملية. وأضاف أنه ابتكر مادة مضادة للمؤكسدات منحها اسم "سكولاتشيفزيون" بعد ٤٠ عاماً من العمل المضني. وتقوم هذه المادة بتحييد الشكل الخطير من الأكسجين داخل الخلايا وهي مصممة كي تصل إلى الموقع الذي يقع فيه هذا الأكسجين على بعد عدة نانومترات حيث يكون أكبر اثر لها داخل الخلية.

يلحقها الأكسجين بخلايا الجسم. وهذا ما سيقصي كل الأمراض ذات العلاقة بتقدم العمر مما يجعلنا في الأخير نتسب سنين إضافية.

وقال البروفسور سكولاتشيف أن ٩٩% من الأكسجين يتحول إلى ماء لكن ١% يتحول إلى مادة سوبر أكسيد تتحول لاحقاً إلى مواد سامة جداً. لذلك فإن المهمة كانت إيجاد مادة مضادة للمواد المؤكسدة والتي

موسكو: كشف البروفسور الروسي سكولاتشيف بجامعة موسكو أنه بعد عاملين على الأكثر ستتوافق في الأسواق حبة دواء يمكنها تأثير الشيخوخة لمدة عشر سنوات، قائلًا "الأمر حقيقة وليس خيال". ونقلت صحيفة "الدبلي ميل" عن البروفيسور الروسي قوله أن العقار يعمل من خلال ايقاف التأثيرات المؤذية التي

لأنها الأكثر وقوعاً..

نصائح تجنبك حوادث المطبخ



- نظفي فوراً ما ينسكب قبل التعرض للتزحلق بسببه، وإذا انسكت دهون على الأرض فقومي برش ملح أو دقيق فوقها فذلك كفيل بامتصاص الدهون، بحيث يسهل تنظيفها بعد ذلك.

- اعلمي أن السيراميك يقوم بتجميع البخار، ولذلك يستحسن وضع حصيرة أو سجادة صغيرة تعوق التزحلق، كذلك فإنها إذا وضعت تحت الحوض يمكنها استيعاب المياه المتساقطة.

• نصائح هامة

- الأغطية مطلوبة لأواني القلي والشووي لأن مثل هذه الأواني إذا اكتست بالدهون كانت سبباً مباشرًا لحرائق المطبخ.
- اهدأي عند مواجهة الأخطار ولا تسرع في إذا جرحت يدك فخذني قطعة قماش نظيفة واضغطي بها فوق الجرح ما بين خمس إلى عشر دقائق، وعند وقوع أي حرق فأفضل تصرف هو وضع قطعة ثلج أو ماء بارد فوقه لتقليل حرارة الجلد وتنظيفه. أما إذا اشتغلت النيران في أواني القلي مثلًا فلا تصبى الماء نهائياً عليها بغير اطفائها، وإنما عليك وضع غطاء محكم.

• الحروق

الحرائق هي ثاني أنواع الخطير الموجودة داخل المطبخ، ولتفاديها عليك باتباع التعليمات التالية:

- أجعلني مقابض الأواني متوجهة للداخل فوق المواقف، وإذا كان لديك أطفال فلا تركي فوق المائدة احرصي على تحذير أهل البيت للأطفال الوصول إليها. وعند ترك آنية ساخنة فوق المائدة احرصي على تحذير أهل البيت من سخونتها، ويفضل أن تتركي على المقابض قطعة قماش لاثارة الانتباه.

- احضرني البخار، فهو أكثر سخونة من الماء المغلي، وعند فتح غطاء القدر حاولي ان ترفعيه قليلاً أولاً بحيث يتسرع البخار المكتوم، وتذكرني أيضاً أن تديري وجهك عندما تفتحين باب الفرن.

- تأكدي من جفاف حمالات القدر فالليل ينقل الحرارة فوراً إلى يدك.
- لا تستخدمي أجهزة تكون إسلاماكها مكشوفة وبشكل عام ابتعدي بالأجهزة عن أي حوض مليء بالماء.

• الترخلاف

من أجل تجنب التعرض لأي من الحوادث أو الحرائق البسيطة التي تتعرض لها ربة البيت في المطبخ يقدم إليك الخبراء مجموعة من النصائح للحد منها:

تعتبر الجروح أول الأخطار التي يمكن أن تحدث داخل المطبخ، لذلك:

- لا تحاولي الإمساك بسكين افلتت من يدك، وفي طريقها للسقوط على الأرض لأنك يمكن أن تتعرضي للجرح، فإذا وقعت السكين من يدك فارفعي يدك في الهواء وتراجعي إلى الخلف واعلمي أن محاولة تلقي السكين تتيجتها جارحة، واحرصي دائمًا عند شراء السكاكين على اختيار الانواع ذات المقابض الثقيلة لتضمني أنها إذا وقعت فإنها ستصطدم بالارض بسرعة بدلاً من أن تجرح راحة يدك أو تقع على قدمك.

- عند التقاطيع استخدمي سطحًا ممهداً أو لوحًا خشبياً، وتجنبني تماماً مسك شمرة طماطم أو أي شيء آخر لكى تقطعيه إلى شرائح واجعلي التقاطيع دائمًا فوق السطح الممهد، ولتكن راحة يدك ميسوطة فوق أطراف أصابعك التي تتولى التقاطيع.

- عند فتح المعلبات تأكدي من تمام فتح العلبة كلها قبل رفع الغطاء، لا تركي الغطاء معلقاً بالعلبة بجزء صغير من المعدن، فعند محاولة تزعمه يمكن أن يجرح الأصابع الخمسة كلها.

- تعاملني مع الشفرات في الخلطات والقطاعات بنفس الحرص الذي تعاملين به مع السكاكين، وعند تنظيف هذه الأجهزة قومي بتنكيكيها أولاً.

المضيفات القطريات يتربعن على عرش الأناقة الجوية

الإناقة الباريسية، والللاتي لم يحصلن إلا على المرتبة الثانية، وعلى مضيفات البرتش ايرويز اللاتي حصلن على المرتبة الثالثة. أما مضيفات ايبيريا الاسپانية فقد جنن في المرتبة الرابعة، يليهن مضيفات "الإيطالية" الإيطالية اللاتي حصلن على المرتبة الخامسة، أما مضيفات لفتھانزا الألمانية فلم يحصلن الا على المرتبة العاشرة مع غياب كلي لمضيفات الخطوط الجوية العربية الأخرى.

الدوحة: تربعت مضيفات الخطوط القطرية على عرش الأناقة الجوية، وحصلن بدون منازع على لقب أفضل المضيفات أناقة بين قمم الخطوط الجوية العالمية الأخرى، في استطلاع أجرته موقع "سكاي سكتر" عن أكثر مضيفات العالم أناقة.

وجاءت مضيفات الخطوط القطرية في المرتبة الأولى متقدمات وفق الترتيب على مضيفات الخطوط الفرنسية، رغم كون الفرنسيات مدربات من كبرى محلات



الاغذية الملونة تؤخر الشيخوخة

تلعب الاغذية دورا هاما في تأخير ظهور الشيخوخة ومن أهمها قائمة الشمار الارجوانية التي تشمل على العديد من الأصناف مثل الجزر والباذنجان الارجوانى والملفوف والبنجر والتوت الاسود والكرز الاسود والخوخ والتين والزبيب والرمان. وذكرد. جمال نوب أستاذ الغذائية بالمركز القومى للبحوث "أن العنب يعد من أكثر الفواكه المهمة في علاج أمراض



ومن تلوث البيئة والتعرض للأشعة والبيادات الحشرية. وتتسبب هذه الشوارد في تدمير خلايا الجسم والأسراع بظهور الشيخوخة وأمراضها وخاصة التهاب المفاصل وأمراض القلب والشرايين فيساعد العنب في الوقاية والعلاج من كل هذه الأمراض". وأضاف أنه ثبت من خلال الدراسات العلمية الموثقة أن للشمار الارجوانية دورها في منع عمليات الأكسدة والالتهابات والحد من مظاهر الشيخوخة لخلايا وتنشيط الجسم للدفاع ضد الاجهاد والعمل على التئام الجروح.

الشيخوخة وذلك لاحتوائه على مضادات الأكسدة التي تقضي على الشوارد الحرة بالجسم والتي تتسبب في ظهور الأمراض وخاصة في المرحلة المتأخرة والمقصود بها أنها مواد ضارة وتنتج من مخلفات عملية التمثيل الغذائي بالجسم

خسارة الوزن بشكل طبيعي وسريع

أن الفاكهة مثل التفاح والبرتقال والكمثرى والمشمش غنية بالألياف التي تساعد على خسارة الوزن، إضافة إلى أن الأرز الأسمر وخبز القمح الكامل والشعير والحبوب الهشة تساعد على خسارة الوزن لغناها بالألياف. والأطعمة الغنية بالبروتينات مثل السمك (السلمون) والدجاج والفستق فهي غنية بالحاومض الدهنية (الدهون الصحية).

في الجسم. ومن المهم أن تتفوق الوحدات الحرارية التي تخسرها بالرياضة الوحدات الحرارية المكتسبة لنتتمكن من خسارة الوزن.

وتساعد ممارسة الرياضة الصباحية المرأة على مضاعفة معدل حرق الوحدات الحرارية، كما تساعد ممارسة رياضة المشي على خسارة الوزن بشكل طبيعي وسريع. أما الجري والسباحة، فتعرف بقدرتها على حرق الوحدات الحرارية بشكل كبير وخلال فترة قصيرة. بينما تعتبر التمارين الرياضية القاسية، مثل العدو والقفز وركوب الدرجات الهوائية، من أهم الوسائل التي تساهم في حرق الدهون ويجب عليك ادراجها في برنامج خسارة الوزن. كذلك مدة التمارين مهمة، ويفضل أن تكون حوالي ٥٠ دقيقة يومياً.

تغيير النظام الغذائي هو الخطوة الأولى لخسارة الوزن بشكل طبيعي، لأن الغذاء غير الصحي يعتبر السبب الرئيسي لزيادة الوزن، لذلك يجب اتباع نظام غذائي محدد اذا قررت تحفيض وزنك. فما الأطعمة التي يجب تناولها أو الامتناع عنها لخسارة الوزن بشكل صحي؟

الأطعمة التي يجب الابتعاد عنها:
الأطعمة السريعة مثل الممبرغر والبيتزا من الوجبات المفضلة لدى المراهقين والشباب، إلا أنها تحتوي على الدهون ويجب تفاديتها لخسارة الوزن بشكل طبيعي وسريع. كما أن الأطعمة المقلي، مثل البطاطا المقلي والدجاج المقلي والكعك المحلى والأطعمة المحلاة مثل الحلويات، لا تفيد إلا بزيادة الدهون غير الصحية في الجسم مما يؤدي إلى زيادة الوزن.

الأطعمة الصحية

الأكل بشكل مفرط هو السبب الرئيسي في زيادة الوزن. لذا على المرأة أن يكتب شهيته من خلال تناول الأطعمة الغنية بالألياف، إذ تساهم الألياف في معدل عملية الهضم الطبيعي وتبطئه تدريجياً. مما يساعد على تخفيف حدة الجوع، ما يمنع بدورة المرأة من الأكل بشكل مفرط.
ولخسارة الوزن بشكل طبيعي وسريع، عليك بتناول الخضروات ذات الأوراق الخضراء الداكنة مثل السبانخ والسلق. كما



رسالة إلى والي الزمان

اسقطت الظالم وابدله بفرعون مصر او سفاح البلاط.. لن اتكلم عن من حررنا فانتم كثروا وأخاف ان أنسى واحداً لأنتحول الى بعثية او يمينية او يسارية او من أي الجهات.. يا سيدى نفت الخبر في أفران حارتنا فمن يملاً سلة الفقر من بطاقته الخاوية الإثمان.. يا سيدى لا تغضب على من كتب هذه الكلمات فالياس علمنا الصمت والصبر والصلادة.. يا سيدى أناشدك بحق كل طفل نام جائع ورواتبكم جاوزت المليار دينار.. يا سيدى لن اتكلم عن مفخخات هزت مدینتی الفيحاء لن اتكلم عن شهداء شارع المكتبات ومسجد ابن النما وشارع الأربعين والعيادة الشعبية وعشرات الأمثال.. يا سيدى عمرنا اقصر ما في الوجود فكيف سنعود كلنا الى الله.. كيف نعود.

مها الخطيب

العراق.. لست بحاجة لأذركم بماضي قريب رجمتموه ثم أعاد سيدى بعض رجالكم بناء أركانه كما كان مؤلم وظالم وجبان.. لن أقول شيء عن سجون سرية.. وأقبية مجھولة النهايات حملت أرقام الله يعرف سرها هذا ثلاثة وألف ذاك مليون بعد كم رقم الى أين تمضي بنا يا سيدى الحاكم بأمر الله.. كم صريح ثادى يا علي او يا بكر او يا عثمان.. من يسمعني من ينوح لتعذيبى الذي ضج منه سكان السماوات.. كم نحن بحاجة اليك يا أيها الغيب في سر الكون لتعود وتملاً بالعدل ما ملئت باتباع أوصياء وأنبئاء الله.. يا سيدى لن اتكلم عن فساد مزق أحساءنا وثقب جيوبنا وازكم أنوفنا وأطاح بكل شيء ذا معانى الجلاله والسمو.. لن اتكلم عن ابن فلان او أتباع فلان او المناضل فلان الذي

عنرا يا سيدى ان خاطبتك بدون تكلف او بدون ألقاب.. فسنتين الغربة والترمل واليتيم أذاقتني صنوف العذاب.. وجعلتني أقوى لا اضعف لكي اكتب رسالة موجهة لك وحدك دون بقية أصحاب القرار.. انا أعيش في مدينة يا مولاي كل شيء بها تحول الى تراب ونشيج العنكبوت عشش فوق أطيارانا التي أبت ان تغفر الى بقرار من مجلس النواب.. وتراثنا وأثارنا زهقت خنقا تحت حلم كل من مر بظله فوق حجارتها والإطلال.. لست بحاجة الى مياه جارية او كهرباء مستمرة او أنابيب مجازي لإمطار رفضت الهطول فوق بقايا نخيلنا والأعناب.. لست بحاجة لتماثيل وصور تجسد حضرتكم وغعوا على التجاوز على المقامات.. لست بحاجة لتشكيل مجالسك ومليشياتكم وإحصاء عدد حمایتكم التي نافست عدد سكان

تصوري بغداد

تصوري.. كم أحبك.. كثيرة تلك الامنيات لك لأنك ريفي وعالى الذي اتمناه.. العالم كله بكفة والانهار والبحيرات.. حبيبي انت على مدى العصور فكيف لي ان أراك غريبة تحيطكظلمة والحزن ايكون ثوبك الاييض قد تلطخ بدماء الابرياء.. واسودت سماؤك بدخان طائرات الغرباء؟ الصبح انت فكيف يخلق الليل فيك.. عراقية انا.. وانت امي.. لحبك امي هل ارى ان اودعك.. لي ان ابقى معك دائماً لا استطيع فراقك.. فانت وطني واهلى.. الكلام عنك يختنقني.. مازلت اراك مملكة الثقافة والترف.. انا اشتاق اليك وانت بقربى فكيف بالبعد اوراقى حدائقك.. وكلماتي شجيراتك الخضراء.. وكل يوم اراك اشراقة فجر جديد فليأت الليل بأحلامي اليك

حبك... رحيلي
فكيف ارحل عنك
اجعلني جسدي في ترابك
وادفنيه حباً
لأنني منك.. وانت مني
وانت نهرى.. ومستقرى
بغداد.. بغداد

رسل محمد/بابل

بابل في رقتها الأخيرة

وقت وحين.. فذاك يعشق (الرقص على الجراح) . وهذا يقلب بطين فراتي لعله يجد الملح الذي اذابه الاجداد.. وأولئك يخلدون (البدع الكونية) بانتظار المارد الطائر الذي يحملهم الى الأفاق.. وهولاء يحرمون كل شيء جميل ينطبق بالحياة والشباب والجمال والعلم والفن والادب.. لتظل بابل طيراً (يرقص مذبوحاً من الالم).. فانتبهوا إليها (الجاثمون على عروشك الوهمية) انتبهوا الى الذرات التي تطابرت مع ارواحها لتسلك طريق السماء وتشكو المرارة لخالقها.. وانتبهوا الى الشباب الذين يبحثون عن لقمة العيش الهازبة من (شهاداتهم الجامعية) . ودعوا كل شيء لأهلهم .. دعوا الاختصاص لأهل الاختصاص .. دعوا الفن لأهل الفن والجوامع لأهل الجوامع.. فليس كل ما يقال مقبول .. فللأثار حياتها وللمهرجانات الواوانها وللشعب ارادته وحريته.. وانت تعلمون بأن (كل حزب بما لديهم فرحون) ..

حسينه بنيان

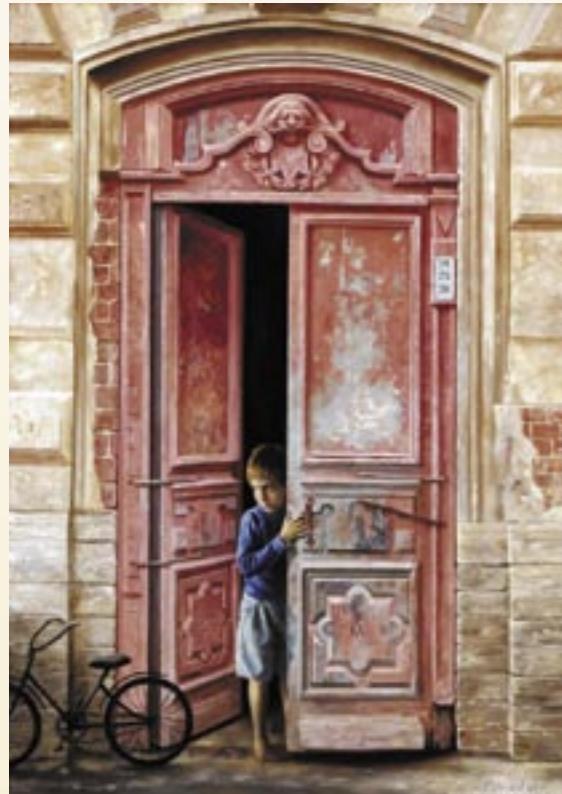
كما يقولون.. ارض الحضارة ومنبع المدرسة الاولى وتقوى السياسة المنفتحة على الاكتشافات المرتبطة بجبال كردستان من جهة.. وبرمال الجزيزة المتحرك من جهة اخرى .. عرفت العترة لأول مرة من خلال العقول التي صنعتها وأستطاع اهلها من سقي المزارع التي أنشأت على المدرجات العالية للجبال الصناعية المسماة (بالجنائن المعلقة) .. وحسبها الاجداد سحراً.. واعتبرتها الحضارة الانسانية من العجائب السبع خلال القرن الماضي.. لم يأت احد ما لكي ينصفها .. فبحكم العقول (الغير نيرة) سرقت معانها في فترات تاريخية مختلفة وظل (هاروت وماروت) معلقين بها لعل شمس الضحى تشرق عليهم في يوم ما لكي تحررهما من خطيئة ترتكب يومياً بل لحظة بلحظة .. فذابت القصور في (سلامة من ماء مهين) ورحلت الطيور التي انهكتها التلوث البيئي وضاعت معانها الراقية التي تحدث زائرها عمما كان ويكون وتققطعت الاسباب فصنع لها مهرجاناً مزيفاً له صورة مختلفة في كل

رسوم الأطفال واتجاهاتها عند التعبير

الرغم من أن بعض الدراسات عنيت بدراسة ما يتصل بقدرة الطفل العضلية وأثرها في التعبير وبعضاها اهتم بخصائص رسوم الأطفال واتجاهاته عند التعبير، في كل مرحلة من مراحل نموه (حمدي : ١٩٦٥ ، ص ٤٥)، ومنها ما اهتمت بقياس أثر تلك الخصائص الفنية لرسوم الأطفال برسوم الكبار فضلاً عن إجراء دراسة علاقة خصائص رسوم الأطفال الصم بمراحل التعبير الفني للأطفال الاعتياديين.

وبعد الاطلاع على العديد من الدراسات، وجدت المختصين قد اتخذوا العمر الزمني أساساً لتصنيف خصائص رسوم الأطفال، وأهملوا علاقة تلك الخصائص بذكائهم. ومع إن (كود إنف) Good Enough استخدمت خصائص رسوم الأطفال لقياس نسبة ذكائهم من خلال اختبار يعرف باختبار (رسم الرجل)، إلا أنها أهملت جوانب عديدة من خصائص الرسوم، والتي يمكن أن تكون لها علاقة وثيقة بذكاء الأطفال، واقتصرت على بعض الخصائص كالتفاصيل والنسب.

نضار الطريفي - كربلاء



للأطفال. لذا كان من الضروري العناية بدراسة تلك الخصائص وتعريف الآباء والأمهات ببعض الحقائق عن خصائص رسوم أطفالهم، فقد يتمكنون من توجيههم بشكل صحيح وتوفير كل ما يساعدهم على نمو فنونهم التشكيلية بشكل جيد. وعلى

تعد الطفولة مرحلة أساسية في تكوين الشخصية الإنسانية لما تتصف به من سرعة في نمو الجوانب الجسمية والعقلية والوجدانية، فكانت مجالاً خاصاً للعديد من الدراسات والبحوث التي تناولت الكشف عن خصائصها وعلاقة تلك الخصائص بالمتغيرات المختلفة، وكان في الطفل أحد الموضوعات المهمة، إذ يرى ريد بأنه: لا توجد سوى مادة الفن قادرة على إعطاء الطفل شعوراً تترابط وتتحدد فيه الصورة الذهنية والمفهوم والإحساس والتفكير.

ومع أن هذه الموضوعات قد حظيت باهتمام المدرسين والباحثين في مطلع القرن الماضي، إلا أن هناك الكثير من جوانبه لا تزال يكتنفه الغموض، ويتركز حوله الخلاف والجدل، وتعد خصائص رسوم الأطفال إحدى أهم تلك المجالات التي لا تزال تفهم فهماً خاطئاً يقوم أساساً على فهم طبيعتها، إذ ينظر إليها على أنها أخطاء في رسوم الأطفال ولا تتناسب مع فنون الكبار، ويعود هذا المفهوم الخاطئ مشكلة يتسبيب في عرقلة النمو الطبيعي للفنون التشكيلية

المرأة عند الطوارئ

الي طريقتين مختلفتين للخلاص من وضع مفاجئ صعب وهما القوة والعقل. اعتقاد ان المرأة غالباً ما تلجأ الى استعمال عقلها في معالجة حالة طارئة تتعرض لها اسرتها أو في عملها وتتجنب استعمال القوة، ولذلك هي تفلح في أغلب الاحيان والله في خلقه شؤون.

سراب الحارس
مقيمة في الاردن

تحسباً لأي طارئ أو نقص بالأوكسجين وصاروا يرفعون المصعد يدوياً من سطح العمارة وهم يكلموننا ويسألون عن احوالنا ويطمئنوننا، واخيراً استطاعوا رفع المصعد الى الحد الذي انفتحت عنده الباب وانقذونا. شكرناهم وتمتنينا لهم الموقفية واخذنا اسماءنا وتركونا وذهبوا مواصلة عملهم بعد ان تأكروا من سلامتنا. فكرت بهذه الحادثة فوجدت اننا لجأنا

ذهبنا خمسة اشخاص من نفس العائلة لتهنئة اقرباء عائدين من الحج واذا بالمصدع الكهربائي يتوقف بنا فجأة.. حاولنا الضغط على الزر لتحريره فلم نفلح، حاول زوج ابنتي فتح الباب بالقوة ولم يستطع. أما ابنتي جوان فاتصلت بشرطة النجدة، ووضحت لهم حالتنا وعدناها وعنوان العمارة وخلال دقائق قليلة وصل رجال الشرطة ومعهم سيارة اسعاف

دردشة

الغضب الشعبي

عفاف عبد الرحمن

كل عام والمرأة العراقية بألف خير.. فهي بطلة بكل معنى الكلمة..

انها اشهر الغضب الشعبي بلا منازع.. بدأت ثورة الشعب في تونس الخضراء التي تميزت برقي شعبها ومودته.. ولكن عندما يفيض الغضب ويريد الشعب الحياة الكريمة التي يستحقها لا شيء يقف امامه.. وكانت ثورة الياسمين وهي اسم على مسمى ثورة بيساء والمطالب واضحة.. التخلص من البطالة والفقير ورحيل الرئيس بن علي الذي حقق للشعب مطالبه ورحل.. ثم جاءت ثورة مصر وشبابها الذي اكلته هموم الفقر والبطالة وتختمة البعض من زبانية الحكم، وبالرغم من معاندة الرئيس مبارك في بداية الامر وبالرغم من محاولة اتباعه القيام باعمال شغب لكن الشباب المصري لم يتاثرو تكافف واستمر بمطالبه حتى تحققت.. وهذه الثورات اثبتت بما لا يقبل الشك انه وبالرغم من كل المحاولات التي جرت على الانسان العربي لا يزال هذا العربي روحه القومية وثابة ولا زال من في مشرق الوطن العربي يحس بمن في مغربه ويتعاطف معه.. ونحن نعرف ان تونس لا تملك من الثروات غير السياحة وربما بعض المعادن البسيطة.. ومصر تتواء باللابين وبإبراد قناة السويس والسياحة ايضا وربما القليل من النفط والغاز.. ومع هذا ثار الشعب على الفقر والبطالة.. فعلى ماذا يثور الشعب العراقي.. على الفقر والبطالة ام على انعدام الخدمات حيث يعيش العراقي منذ ثمانى سنوات بكهرباء تقطع عليه باستحياء ساعة او اكثر باليوم.. ام الوقود الذي لا تنهى الاسباب يصبح في خبر كان.. ام الماء الذي ينتظره اهل البيوت بالساعات.. هل يثور الشباب العراقي لأنه لا يستطيع العمل بشهادته والوزارات يملؤها من تعين بواسطه الاحزاب بشهادات مزورة او بلا شهادات.. هل يثور العراقي وواردات العراق تقدر بالمليارات وهو يستجدي مفردات البطاقة التموينية، لعل الحكومة تعطف وتوزع مكوناتها.. ام يثور بسبب انعدام الامان الذي اصبح من احل الاحلام التي تراود الناس اثناء اليقظة.. على اي من الاسباب يثور العراقي.

على الأغلب خطير في بال احدكم مسألة دخول العراق خانة الأرقام القياسية لكتاب غينيس أو غيره من الكتب المهمة بالأرقام القياسية.. لعلها احدى حسنات الديمقراطية التي لم نعرفها.. فالعراق عاش اطول فترة زمنية بالعالم بين انتهاء الانتخابات وتشكيل الحكومة التي جاءت عرجاء فلم نر اي امرأة في هذه التشكيلة.. وهناك عدد كبير من المجالات التي سجل العراق في زمن الديمقراطية ارقامه القياسية مثل مقتل ٩٢٦٠ مدني في العراق لالسنوات من ٢٠٠٣ الى ٢٠٠٨ .. وكم اعداد المدنيين الذين قتلوا من ٢٠٠٨ ولحد الان.. طبعا لا يوجد متهم واحد ائمه تقيد ضد مجاهول هذا اذا قيدت اصلا.. ورقم آخر.. اطول مدة زمنية لتصليح الكهرباء ثمانى سنوات كاملة.. وأكبر مبالغ مالية رصدت لهذا الغرض ملايين الدولارات.. والنتيجة لا يوجد كهرباء.. العراق وهو البلد النفطي بل ثانى اكبر خزين نفطي في العالم يستورد منتجات النفط كلها من الآخرين ويشكو من أزمات مستمرة في الوقود بكل انواعه.. ربما كان يمكن تسجيل اطول طابور على محطات تعبئة الوقود.. العراق حق الرقم القياسي بالهدم وبعدم البناء.. لكنه ايضا حقق اكبر بلد به عوارض كونكريتية يمكن بناء مدينة كاملة بها.. وكذلك حقق العراق على ما أظن الرقم القياسي بالبطالة والرقم القياسي بعدد الشرطة نسبة الى السكان والنتيجة افجارات وقتل وخطف وسرقات.. ورقم يثير الاستغراب وهو ان الراتب الشهري لأي مسؤول كوزير او نائب او رئيس الجمهورية يوازي رواتب سنة كاملة لأي قرین في دول العالم كلها.. وهناك ارقام قياسية من نوع آخر مثلا.. العراق اكثرب بلد في العالم يحكمه اشخاص يمتلكون جنسيات أخرى غير العراقية فهم يمثلون غالبية الوزراء والنواب والسفراء لا بل حتى رئيس الجمهورية ورئيس الوزراء ونواب الرئيس وكما يقول المثل العراقي ما حب قلبك واشتئي من الجنسيات. القائمة تتصل بالكل يعرفها لا تحتاج الى من يشرحها لنا...

الايات لها معناها في الدول المستقرة فهذا يوم الشكر وذاك يوم الحب ويوم القدس فلان ويوم السحره ويوم الاستقلال وكل من هذه الأيام هي سبب للمتعة.. ينتظره الناس للإستمتع بها بشتى الاشكال من انواع الألبسة والرقصات وانواع الطعام وتنشارك كل القطاعات لجعل هذه الايام ممتعة فالمحال التجارية تعلن تخفيضات حقيقة والمطاعم تعلن عن وجبات جديدة وتقديم اسعار مختلفة.. والكل صغارا وكبارا يجعلون لهذه الأيام معنى جميل وممتع يدخل الفرحة لكل البيوت... اما نحن ماذا نفعل بأيامنا.. اتنا نجعلها الأحد الدامي والثلاثاء الدامي والأربعاء الدامي ولا تكتفي بل تعيد الكرة الأحد دامي آخر وثلاثاء آخر وتدخل الدمعة في كل البيوت.. والحق يقال لا فرق بين دين او مذهب.. الكل يقتل ويجر.. وتزيد عدد الأرامل المليون.. وتزيد عدد الأيتام أربعة ملايين.. ولا احد يحرك ساكنا.. وكان دماء الناس الأبرياء ليست الا ماء مسکوب.. ثمان سنوات وكل شيء خراب حتى النقوس خراب.. الى متى؟.. اين الحل؟ كل الذي حل بنا في العراق ولا زال البعض مني يبكي على من الماضي.

اعرف ان الحال محزن وعليها ان تتحلى بالإيمان وننتظر الى المستقبل بعين الأمل والا أصبحنا جميعا بحاجة الى علاج للصحة النفسية.. هناك اشاعة مضحكة... وهي ان العراق لن يعطي جواز السفر من يملك جنسية أخرى.. أي ان الرئيس وكل الحكومة من وزراء وسفراء ونواب سيكونون بلا جوازات سفر.. أليست اشاعة مضحكة.. كما ان امتيازات الجواز العراقي ستجعل الحاصلين على جنسيات أخرى يهرعون لرميها والحصول على الجواز العراقي الذي لا يمكنك الدخول به الى اي مكان غير العراق.. اقاتل الحزن اغلبه مرة يغلبني مرات.. ولكنني ابقى مشتاقا لك اكثر من الشوق نفسه.

احذروا ثورة النساء

بشرى يوسف

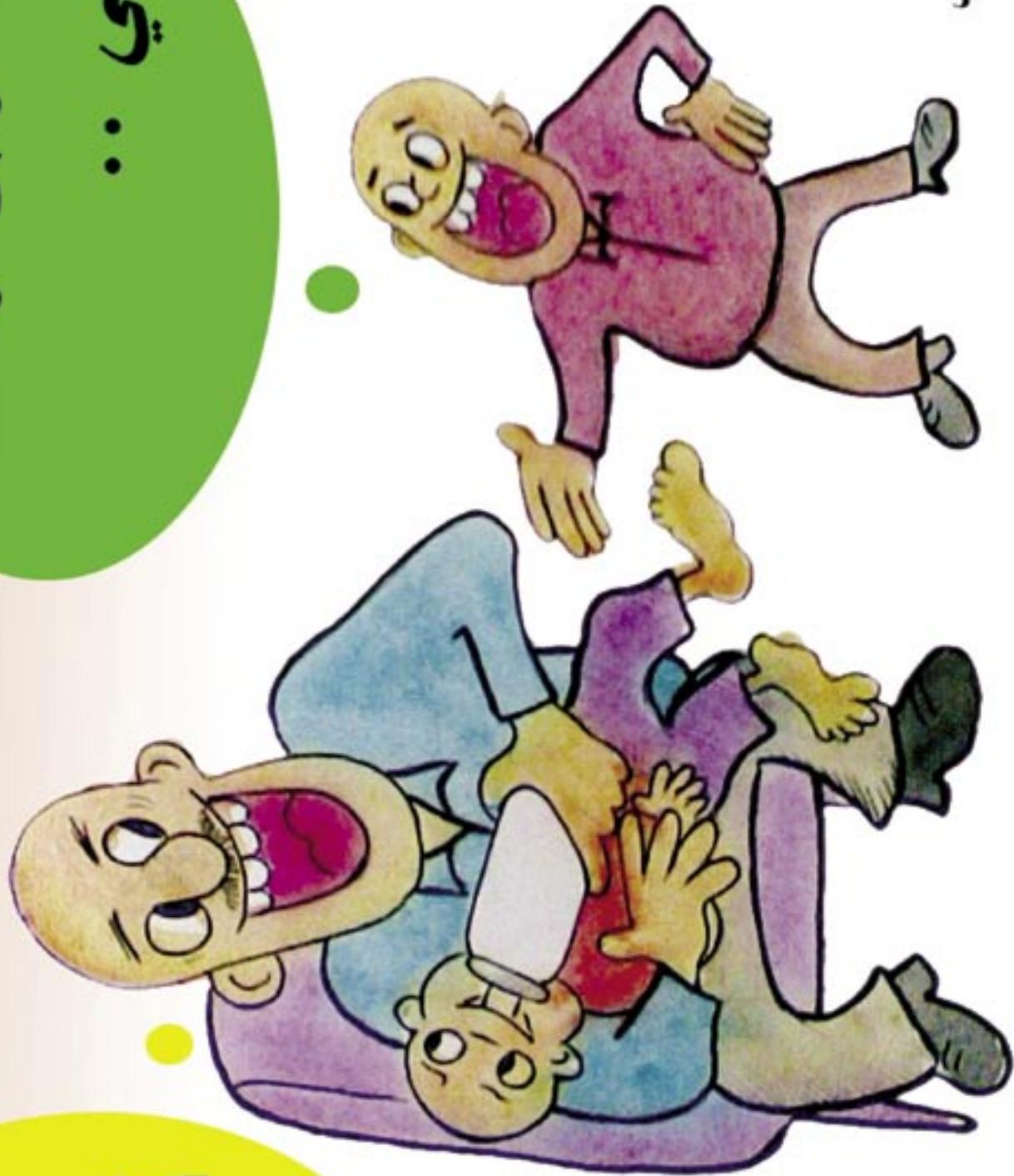
بعد ان أعلنت التشكيلة الحكومية الذكورية مع سبق الاصرار والترصد.. ثارت ثورة النساء في البرلمان.. فاستنكروا.. وشجبوا.. واحتاجوا على تهميش دور المرأة العراقية ومصادرها حقوقها.. ولا ادري لم لم يشنن على كتلهم وأحزابهن حين مارس قادة هذه الأحزاب التمييز ضدهن، ورددوا فقط لوليمة الوزارة الدسمة؟ وإنما هي أسماء المرشحات ملء الحقائب الوزارية، وكم مرشحة للوزارة قدمت تلك الكتل والأحزاب؟ ولماذا لم تتم الموافقة على المرشحات من النساء؟ لا توجد بينهن امرأة كفء؟ أين اذن علامات العراق ومثقفاته ونحن نفرد لهن الصفحات تلو الصفحات عبر تاريخهن المشرف؟ هل بع صوتنا ونحن نطالب بحقوق المرأة في العراق، أم أصبح هناك صوت يعلو على أصواتنا.. ليتصادر تاريخنا مقابل صفات تمثل بها الحسابات السرية؟ ووحده الكلام جاهز ومعروف مسبقاً لتبرير ما ارتكب الرجال من اخطاء، فهم لم يتذكروا استحقاق النساء إلا بعد أن تمت المصادقة على التشكيلة الحكومية، ليقول قائل منهم إن ”مشكلتنا ليست مشكلة فكر، إنما مشكلة تقالييد... وهناك الكثير من التقالييد التي قيدت المرأة، يجب أن تكون لنا ثقافة وفكرة جديدة إنسانية لا يميز بين المرأة والرجل، إنما يميز بين الكفاءة وغير الكفاءة، رجلاً كان أم امرأة“.. ويقول آخر ”الكل يتافق على أن المرأة ظلمت في النظام السابق، لكن إذا كان النظام الحالي نظاماً ديمقراطياً، فمن العيب أن تتظلم المرأة فيه“.. ومنهم من قال أن ”الدستور العراقي ضمن للمرأة ان تكون حاضرة في مؤسسات الدولة، لكن الكتل السياسية لم تحترم الدستور“.. وهكذا اعترفوا بعد فوات الاوان بأن ظلماً وقع على المرأة بتغييب حقوقها!..
لكن ما فائدة الكلام دون فعل، وما أهمية الاحتجاجات ما لم تصاحبها ثورة حقيقية للنساء ضد كل أنواع الظلم والتهميش يكون فيها الصوت واحداً والكلمة واحدة، وبالنضال وحده تتحرر المرأة وتتال حقوقها.
وعذرنا سيدتي إن استثبت حقوقك في العراق في الوقت الذي تحتفل فيه نساء العالم بيومهن العالمي بعد أن نلن حقوقهن.

حمرادي عذاب

كاربيكابر

بَلْ وَبَلْ رَأْكَ

بَلْ الْمُرَأَةُ



بَلْ بَلْ