

تربويات رائدات

وهيبة ابراهيم - خدوج مصوعي - فاطمة الحسام - نورية معياد..

نساء يفتخر بهن التاريخ

حينما نبحت عن وجودنا كيشر ندرك فارق التشكيل وان تساويانا في الايدي والارجل الا ان الازدهار والحضارة لا تقاس بمدى كثرة العدد من حيث الكم ويظل الكيف هو عنوان الريادة وقد نسمة ملايين البشر بامة ونسمة شخص بامة فسيدينا ابراهيم عليه السلام كان أمة على هذا المنطلق يأتي حديثنا عن الريادة التي تحدثت تغييراً

ايجابياً ملموساً على المدى القريب والبعيد وإن كنا في زمن تزعمته الاحقاد ما جعل الاعتراف بالجميل صنيعة بعيد المنال حتى وان كان هذا الاعتراف معنوي البتة، لا يصنع لصاحبه أكثر من ابتهامة يرافقهها احساس بالجميل الا ان الانسان دائماً ما يكون في حاجة إلى من يقول له احسنت حتى وان كان عظيماً فهي افضل من الجحود.



عبد الوهاب البنا

بعد ثلاثين عاماً

وهكذا بدا لي المشهد وأنا اكتب عن كوكبة من التربويات الرائدات وهن كثر الا اني اجد خيطاً دفعني ان اسمي عدداً منهن كون خروجهن عن الخدمة كان هذا العام بعد العمل في التربية والتعليم أكثر من ثلاثين عاماً وان كان الواحد منا دائماً ما يخلط في نجاحه بعض العثرات التي تصاحب هذا النجاح اذا ما رغب في الوصول الكاذب يعمل بعض السياسيين والحزبيين وان اختلفت الرؤى اذا ما جاز لنا تسمية المناصب السياسية ارتفاعاً وان كانت العيون والحواجب تختلف بسعة لا اجد لها ملقبة فشتان بين ريادة حزب وريادة جيل فالرواية عن هؤلاء الرياديات التربويات وان كانت حقيقة بيضاء لا يشوبها حرف أو نقطة من الادعاء أو المبالغة فمن يجد له جذورا قديمة في امانة العاصمة ينتفض استهلالاً لمجرد السماع عن واحدة منهن؟ فهي تعني له قراءة زمن بدأ يظهر تلك المربيات الفاضلات الاربعة بمدينة انقلها الخلف واعتصرها الفقر فكانت الاربعة الرائدات جزءاً لا يتجزأ ممن احببن مدينة صنعاء بأحيائها المختلفة علماً ومعرفة كقيادات تربوية فكان للفتاة اليمنية السانكة في هذه الاحياء الحظ الاوفر في التعليم والمعرفة من رعبيل كان السباق كخريجات جامعة لتجود بعدها كل واحدة منهن بما لديها ابتداء بعمرها فبعضهن لم تتزوج وان كان الزواج ليس صعباً اذا ما تم البحث عنه من امرأة تجيد الحديث مع الكبير وتظفر لمحبة الصغير لكن المسؤولية التي القيت على عاتق تلك النسوة كانت الأولى بالاهتمام حتى من الزواج عند البعض فهي لا تحمل ملامح امرأة عادية ربما سقطت في غيبوبة رجل اجاد لها بكلمة معسولة امام ما تجده امامها من مسؤولية في تغيير ملامح حي

يكتظ بألاف الفتيات والامهات كانت السبيل والسبب في خروجهن من الحجممة الفارغة والتسلح بحياء وعلم طابق مضمونة تشارح الاسلام بقيمه ومبادئه الأخلاقية فنجد أن الفتاة قد تعلمت حتى تخرجت من الجامعة وبعدها جاءت ابنتها لتستأنف الدراسة حتى تخرج من الجامعة أيضاً في ظل هذه المديرة وجو الروحانية الذي نصب على مقرها التربوي قبل التعليمي فهي من تعلمها كيف تلبس ومتى تخرج من بيتها ومع من تتكلم وكيف لها أن تتكلم إذا وجب الكلام.. إلخ، فكانت بتلك الرائدات أروع مساحة استطعن من خلالها اجتياز مرحلة دامت ثلاثين عاماً

بنجاح متواصل في الأحياء والمدارس التي يقدها.

أربع رائدات

وخصوصاً في الأحياء الشعبية المكتنزة بالسكان مثل حي صنعاء القديمة واللاتي تتلمذت كل فتياتي على يد الاستاذة وهيبة ابراهيم ففي حين حاولت السؤال عنها لعلني أجد بعض العثرات التي راقت عملها فاجأتني الجهاد المشرفة أنها كانت نموذجاً في المثالية يحثني به في كل شيء وكذلك خروج الاستاذة خدوج مصوعي في حي الجامعة القديمة فإذا ما جئنا للحديث عن

الرائدة الثالثة كان لنا أن نقف عند الحديث عنها وهي البوصلة التي حددت اتجاه أهم الأحياء شيوعاً للأمية وإن كانت الأحياء كلها متقاربة في هذا الجانب إلا ما يميز الاستاذة فاطمة الحسام أن حبهما أكثر ارتطاماً بالفقر والمجانبي العشوائية والزحام الشديد فكانت حدة الظواهر الدخيلة علينا كمجتمع بعيد المناخ عن العصابات واحتراف البلطجة وإن كانت قد تلاشت هذه الأيام بسبب نسبة ارتفاع الوعي والتعليم الذي تمخض عن تربي الفتاة التي أصبحت أما والفضل يعود إلى ما قامت به الاستاذة فاطمة الحسام ذلك الفارس الملمم ومعها بعض الفاضلات من التربويات من جهد استطاع أن يثمر في هذا

الموضوع وقد استطاعت أن تكسب ود واحترام حي نغم فالصغير والكبير يعرف من هي تلك الكاتبة والمديرة والمربية الفاضلة قد لا أباغ إن قلت أنها بالنسبة لهذا الحي بمثابة نشيد الصباح عند أطفال المدارس فمن أكتسى حنانها يعرف أنها دأبت في سلوكها الحنون لتنتشل حياً كثرت عليه التسميات من خلال ما أمكنها إيصاله من عطائها السخي فأنعكس على الأمهات والفتيات التي تعلمن على يدها في هذا الحي فمثلت هذه النماذج لا تعوض سوى كانت هي أو الاستاذة نورية معياد الذي بغلت شهرتها حد الجنون في الحي السياسي أو ما يعرف تربويًا بحي الوحدة فإن سألت عن عضو مجلس النواب

في هذا الحي أدركت أن نورية معياد أكثر مهابة منه مع احترامنا لكل الأعضاء الذين أدركوها على مدى ثلاثين عاماً من العطاء، أدركوها أطفالاً وهي تتحجب المحبة والخير لهذا الحي ليس لها رغبة إلا أن تتحجب في مهمتها كتربوية عاهدت نفسها فحملت صفة رائدة تربوية عن جدارة، هكذا طالعني الشوق للحديث عن فتيات أفدين أعمارهن ليتسم للنجاح إلى أن جاء موعد الرحيل وهو الخروج على المعاش فأنصب كل اسم ليجد نفسه بكل شموخ بين أسماء المتقاعدین رغم أن قدرتهم على العطاء مازالت في أوجها فماذا كانت نهاية الجميل الذي صنعته لأكثر من جيل والسؤال ماذا قدم لهن من رعاية.

في القرية

عائشة الطويل

في مجتمع كهذا لا تقوى على تعديل كل سلوكياته مرة واحدة، يلزمك ثقافة الوقت والزمن والمكان الذي تقيم فيه، ولن تصل إلى نتائج سريعة أو بسيطة إلا بعد سنوات عديدة، وبعد أن يعيش أفراد هذه القرية سلسلة من الظروف والمعارك المتداخلة وثقافات متعددة وواقع مختلف عما اعتاد عليه الفرد في منطقتة.

فمثلًا مسألة للتعديل والموالبيد قضية غير قابلة للتعديل والتعديل لا تزال يولدون هناك بالأطنان إن أردت العبارة الأمثل، ولا يقبل الرجل أن تهتز مكانته عند قلة الإيجاب فذلك قد يقلل من هيئته ورجولته، ولا يشعر بالقوة والسعادة إلا عندما يكثر عياله!!

هذا العدد الذي يكسب المرأة أيضا السيطرة والتكرار للحمل دون أن تشكو من شيء، فرضاؤها التام هو العامل المشترك في زيادة الأعداد، فلا يحسبون للتربية والرعاية الصحية والتغذية أي حساب، رغم معاناتهم اليومية في توفير لقمة العيش إلا أن القدرة على التغيير لا تظهر مطلقاً، وقد يفقدون أرواحهم أيضاً دون أن يتعظوا ويؤمنوا بالتغيير من أجل البقاء في مأمن لهم ولبيوتهم أفراد عائلتهم، فنظام القرية غير قابل للتعديل، حتى الثقافة الدينية ينقصها الكثير من التطبيق والاعتدال. فمرحلة الوعي لديهم لا زالت متأخرة ومن الصعب تغيير نمط التفكير عندهم أو تحويل مساراته المتعرجة، لا أعرف طريقة واحدة تضمن لنا قيادة مجتمعات كهذه ولكن أأمل أن يكتشفها الآخر ليحظى الإنسان في رعاية الله عز وجل.

متى تسمح لطفلك بمشاهدة التلفزيون؟



حذرت المبادرة الألمانية 'راقب ما يفعله أطفالك في الإعلام' الأهل من السماح لطفلهم بمشاهدة الصور المتحركة على التلفزيون قبل أن يتم عامه الثالث، وذلك لأنه في هذه المرحلة العمرية يكون غير قادر على معالجة واستيعاب ما يراه فيها بشكل سليم.

وأرجعت المبادرة الألمانية ذلك إلى أن الأطفال الأصغر من هذه المرحلة العمرية لا يزالون في طور إدراك العالم الواقعي الموجود حولهم وغالباً لا يمكنهم معالجة واستيعاب ما يرونه في التلفزيون أو الفيديو بشكل سليم، لافتة إلى أنه يجوز لهؤلاء الأطفال الاستماع فقط للكتب الصوتية أو أغاني الأطفال.

وعندما يتجاوز الطفل ثلاثة أعوام ويبدأ في مشاهدة هذه الوسائل، أوصت المبادرة الأب والأم بضرورة مصاحبته في هذا الوقت، مشددة على ضرورة أن يتم اختيار الأشياء المناسبة لعمره كالبرامج المخصصة للأطفال.

وأضحت المبادرة أن الحكايات والقصص الواضحة والمباشرة التي تتضمن مغزى إيجابياً وتنتقل بها الصور بشكل هادئ وتتميز باللغة المفهومة بالنسبة للطفل وتكفل بنهايات

في إزعاجه وإثارة غضبه أو حزنه وذلك وفقاً لسياقها. ونظراً لأن مشاهدة الصور المتحركة على التلفزيون أو غيره من الوسائط البصرية لها تأثير كبير على الطفل، أوصت المبادرة الآباء بضرورة تحديد مدة معينة لمشاهدتها، وذلك لإتاحة فرصة للطفل للمعالجة كل ما يراه في ذهنه والعودة إلى حالة الاسترخاء والهدوء من جديد.

ولهذا السبب حذرت المبادرة من مشاهدة التلفزيون قبل الذهاب إلى الفراش مباشرة، إذ لا تتاح للطفل في هذه الحالة فرصة معالجة ما شاهد من أحداث، مؤكدة أنه من الأفضل أن يقرأ الآباء لطفلهم إحدى القصص المسلية بدلاً من مشاهدة التلفزيون.

وبشكل عام، شددت المبادرة على ضرورة ألا يزيد معدل مشاهدة الأطفال البالغين من العمر ثلاثة أعوام للوسائط البصرية عن عشر دقائق إلى عشرين دقيقة يومياً، لافتة إلى أنه يجوز زيادة هذه المدة لدى الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين أربعة وخمسة أعوام إلى نصف ساعة يومياً.

وعادة ما يتحفز الطفل أثناء مشاهدة الحكايات مما يدفعه للتحرك والغناء مع ما يشاهده أو الضحك معه، وبالتالي فيمكن أيضاً أن تتسبب الأحداث التي يشاهدها الطفل

سعيدة تتناسب بشكل كبير مع الأطفال في هذه المرحلة العمرية، لأنه عادة ما يعيش الأطفال الصغار ما يرونه على الشاشة بشكل واقعي وحقيقي للغاية بجميع حواسهم.

المشروبات الغازية تؤثر في المخ

نهت دراسة أسترالية جديدة عشاق المشروبات الغازية إلى التفكير ملياً قبل الإقدام على شرب هذه المرطبات السكرية حيث أثبتت التجارب المخبرية إمكانية أن تحدث تغييراً كبيراً بالمخ. وقد وجد العلماء أن شرب المرطبات السكرية لفترة طويلة يمكن أن يؤدي إلى ما يعرف بفرط النشاط وبغير مئات البروتينات الموجودة بالمخ. يشار إلى أن الدراسات السابقة لهذه المشروبات أظهرت خطراً متزايداً للإصابة بالنوبات القلبية والسكري وزيادة الوزن وهشاشة العظام وسرطان البنكرياس وضعف العضلات والشلل. لكن أحدث دراسة ركزت على آثارها على المخ وليس بقية الجسم. وقال الباحثون إن المداومة على تناول مثل هذه المشروبات السكرية بدلاً من الماء يمكن أن يسبب تغييرات طويلة الأجل في السلوك، وتغييراً جذرياً في كيمياء المخ. ونصحوا بتناول الماء عند الشعور بالعطش والاعتدال في تناول المشروبات الغازية. والجدير بالذكر أن دراسة مشابهة أجراها علماء سويديون العام الماضي كشفت أن تناول مشروباً غازياً واحداً يومياً يمكن أن يزيد فرصة إصابة الرجل بسرطان البنكرياس بنسبة 40%.

الشعور بالآلام الظهر مؤشر على وجود أمراض باطنية مختلفة

وتعتبر آلام الظهر من الأسباب الشائعة التي تدفع المرضى إلى استشارة الطبيب، فبحسب دراسات من جامعة هارفرد الأميركية 80% من سكان العالم يعانون من آلام في الظهر مرة على الأقل في حياتهم، فهي حالة شائعة ولكنها قد تكون خداعة. فآلم الظهر لا يعني بالضرورة مشاكل في العمود الفقري، فبعض هذه الآلام قد تشير إلى أمراض باطنية كالتهابات المثانة التي قد تسبب آلاماً مزمنة في الظهر، كما أن أوجاع أحد جانبي أسفل العمود الفقري المصحوبة بارتفاع درجة الحرارة تعد من أعراض التهاب الكلى.

المعالج يكون عادة لا علاقة له بالظهر، بل يتم من خلال مضادات التهاب، أما الألم في أحد جانبي نصف الظهر فقد يدل على وجود حصى في الكلى وذلك يستدعي شرب كمية كبيرة من السوائل لتخفيف الألم. أما آلام الظهر التي يصاحبها ألم في المعدة فقد تعني أن الشخص يعاني من التهاب البنكرياس. فالدراسات تؤكد أن 30% من مرضى التهاب البنكرياس يشكون من ألم الظهر. أما الأخطر فهو أن بعض آلام الظهر قد تدل على وجود بعض الأورام، وهذه لا يجب التهاون فيها، لذا يجب على كل شخص أن يزور الطبيب متى ما شعر أن آلام ظهره استمرت لأيام.