نشرة اراك التنموية
The Future Of Development

نشرة الكترونية شهرية
تسهم في وعي وإثراء
العاملين والمستفيدين
بالعمـــــل التنمـــوي

العدد السادس

صفر 1442 اكتوبر 2020م

المشرف العام

د.علي العتيبي

رئيس التحرير

لؤي عبدالله

هيئة التحرير

أنفال خالد

امنة إبراهيم

صفاء عبدالرحيم

التصميم

إيناس عبدالله

تقـــرأ في هذا العدد

مستقبـل التنميـــة

ما يميـــز العلاقة بين التعليم والتنمية هي أن الانسان هو محور كل منهما.

ثقـــافـــة الصـــور

تطبيقـــات التواصـــل الاجتماعـــي تركز في مجملها على مخاطبة العقل اللاواعي.

تنمية قدرات الأطفال

السنوات الأولى من حياة الطفل تشكل فارقا كبيرا في تكوينه وبناء أفكاره وقدراته.

قراءة استراتيجية
في السيرة النبوية
الاصطفاف

الدكتور: علي بن عبدالله العتيبي

قد يكون الأنسب للبعض بقاءه
في الصفوف الخلفية أو دون تكليف بمهام عملية
تحتاج الى إدارة وفيها التزامات ومسؤوليات يترتب عليها أعباء
مالية أو بشرية لا لعيب أو تقصير منه في اخلاصه أو تفانيه
لتحقيق الأهداف لكن لأنه لا يملك المهارات والقدرات
والأدوات الاحترافية لبلوغ الإنجاز المطلوب وفق معايير جودة
الأداء الزمانية والمكانية, وأكبر مثال على ذلك أبو ذر رضي الله
عنه فعن أبي ذرٍ رضي الله عنه, قال: قُلْتُ: يَا رسول الله ﷺأَلاَ
تَسْتَعْمِلُنِي؟ قَالَ: فَضَرَبَ بِيَدِهِ عَلَى مَنْكِبِي. ثُمّ قَالَ: يَا أَبَا ذَرَ
إنّكَ ضَعِيفٌ وَإنّهَا أَمَانَةٌ, وَإنّهَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ خِزْيٌ وَنَدَامَةٌ, إلاّ مَنْ
أَخَذَهَا بِحَقّهَا وَأَدّى الّذِي عَلَيْهِ فِيهَا)[٤] .

يقدم النبي ﷺ صلى الله عليه وسلم ويؤخر وفق خارطة للموارد البشرية تحتوي على أدق التفاصيل للمهارات الوظيفية والقدرات العملية دون محاباة او مجاملة لأن الجميع مقصده تحقيق الإصلاح.

ملخص القراءة الاستراتيجية

خدمة العمل تأتي من خلال ما تتميز به للوصول الى منتج احترافي يحقق الهدف بأعلى درجات الإنجاز وليس العمل لمجرد العمل دون الأخذ بالاعتبار مهنية الأداء وتوافقه مع المهارات الشخصية للعاملين فمفهوم القوي الأمين (إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ) يجمع بين العوامل المادية كالاحترافية والجدية في العمل (القوة) وبين العوامل المعنوية كالجودة والثقة (الأمانة), لا تتقدم الصفوف او تُقدم ان لم تكن متميزا بذلك , تمايز الصحابة بما تميزوا به فقط .

إن الصحابة كلهم كانوا متساويين في قاعدة التأصيل بما يلزمهم من فرض العين (للعقيدة والفقه و....)كلهم كانت منهجيتهم صحيحة و تربيتهم سديدة على يد النبي ﷺ ثم تميزوا كل على حده , وهنا سر الخلطة الإستراتيجية في بناء خريطة النبي ﷺ , إننا جميعاً لدينا ثوابت واصول الدين لكن كل منا يشارك في الإصلاح بما يميزه (الشعر, اللغات, الفكر, الجهاد, القيادة, التجارة ....).

مثلاً خالد ابن الوليد لم يعيب أو يقلل من شأن أهل المدينة وجلوسهم للعلم والعبادة وعدم مشاركتهم الجهاد في سبيل الله , وليس هذا عمق الاصطفاف إنما أنا أتميز بشيء وأنت تتميز بشيء آخر, وأهل العلم في المدينة لم يعيبوا ما تميز به خالد بل ناصروه مع أنه لم يكن في العلم مثلهم وهم في الجهاد ليسوا مثله,

لم يذكر عن الصحابة أن أحد عاب على الآخر أو انتقده فيما يتميز به لأنه يحقق مصلحة الإسلام ككل .

لذلك الصحابة صنعوا فسيفســـاء جميلة, ألوان مختلفة ولكنها متجانســـة رســـمت شـــكل وصورة منهج النبي ﷺ, منهجية واحـــدة وعقيدة واحدة والنبي ﷺ (المربي) واحـــد فلا يعيب أحدهما على الآخر بل أن كل فرد يكمل الآخر , متـــى نفهم نحن في حياتنا العملية أننا كلنا نتميز بأشـــياء مختلفة ومتنوعـــة ولكن لا يقلل بعضنا من الآخر فمثلاً لو أن مدرســـة من المدارس التي تميزت بالعلم الشرعي استندت إلى مدرسة أخرى تميزت بالإدارة ولو أن مدرســـة تميزت بالعمل السياســـي والعمل الفكري استندت إلى المدرسة التي تميزت بالعمل الشرعي لكي نكمل بعضنا البعض, إذا كان الهدف هو المنتج (خدمة الإسلام) .

الواقع اليـــوم أن الأهداف الضيقة والمحصـــورة بفئة أو مكان جعلت لكل منا معايير في التميـــز, جعلتنا نعتقد أن ما نتميز به هو فقط ما يمثل الإسلام لذلك انعكس هذا على فشل التعاون والتقاطع الإيجابي وكثر التنافس السلبي بين بعضنا البعض.

أن قيمـــة الأفراد في العمل لابد أن تكـــون بما حققوه لخدمة الدين من خلال ما تميزوا به ثم الالتفات إلى أي معايير أخرى هـــي أدنى في الاولوية على مثل إعطاء أولوية لعمر الشـــخص في عضوية العمل أو مـــدى التزامه بالأدوات الإجرائية للجمعية أو الجماعة دون النظر في عمق إيمانه وصلاحه وأثره في نفسه والآخرين, بل لابد أن تتوازى وتتوازن كل المعايير على أصل واحد وهو درجة قرب الشخص وعمق الأخذ للكتاب والسنة كمنهج للحياة.

> وقفة حول تأخير مـــن حقه التأخير لا لسبب ســـوى أنه غير كفء للمكان الذي يرغبـــه أو نرغبه لـــه والوقفة الأخرى لكل عامل مجتهد محب للخير لا تزاحـــم دون تميـــز ولا تتقدم دون كفاءة ومن رشد الرأي ورجاحة العقل أن نقول لا نعلم أو لا نستطيع, كما أن القيام بالأعمال وأدائها بحقها قربة الى الله كذلك الاعتـــذار عنها بعدم الاستطاعة قد تكون أعظم قربة إلى الله لمـــا فيها مـــن المجاهدة على حظوظ النفس وافســـاح المجال لمن هم أولى وأفضل.

الأولويـــة لبناء قيمة الفرد للوصول إلى قيمة الجماعة وليس بناء قيمة الجماعة على حســـاب إغفال أو هدم قيمة الفرد , فالنبي ﷺ ركز ابتداء على بناء الفرد علمياً وعملياً حتى يتمكن معه وبه من بناء المجتمع.

عمق معرفته صلى الله عليه وســـلم بموارده البشرية (خارطة الموارد البشرية) ودقة الوصـــف والتحليل الوظيفي لكل فرد ولكل مهمة , قال صلى الله عليه وســـلم (أرحمُ أُمَّتي بِأُمَّتي أبو بكرٍ وأَشَـــدُّهُمْ فـــي أَمْرِ اللهِ عمرُ وأَصْدَقُهُمْ حَيـــاءً عثمانُ وأعلمُهُمْ بِالحَلالِ والحَرَامِ مُعَاذُ بْنُ جَبَلٍ وأَفْرَضُهُمْ زَيْدُ بْنُ ثَابِتٍ , وأَقْرَؤُهُمْ أُبَيٌّ بْنُ كعبٍ , ولِكلِّ أُمَّةٍ أَمِينٌ وأَمِينُ هذه الأُمَّةِ أبو عُبَيْدَةَ بْنُ الجَرَّاحِ)[٥].

هناك فـــرق بين الاصطفـــاف والاصطفاء, الاصطفاء هي درجـــة من التزكية العلمية أو العملية للشـــخص ترتكز على العمق الإيماني أو مستوى القناعات التي يملكها نحو توجه أو تعاليم معينة , أما الاصطفاف فهو تكليف عملي أو وظيفي لمهمة من أجل تحقيقها أو إتمـــام الإنجاز فيها, فليس بالضرورة أن مـــن يكون من المصطفين يكون لديه موقع أو مهمة في عملية الاصطفاف والعكـــس كذلك , وأوضح مثال على ذلك أبو ســـعيد الخدري رضي الله عنه لا فهـــو من خيرة الصحابـــة اصطفاء لكن لم يكلف بأي مهمـــة (الاصطفاف) , وكذلك خريت (دليل) النبي صلى الله عليه وسلم للهجرة كان كافراً (عبدالله بن اريقط).

المراجع

١-سورة الكهف ٩٣/ ٩٤.

٢-هو عمرو بن ثابت بن وقيش , ويقال: أقيش , بن زغبة بن زعوراء بن عبد الأشـــهل الأنصاري , وقد ينسب إلى جده فيقال عمرو بن أقيش. وأمّه بنت اليمان أخت حذيفة. وكان يلقب أصيرم, واستُشـــهد بأحد, هكذا سماه ابن حجر في "الإصابة" (٥٨٠١). ٣-رواه أبو داود – ٣٦٤٥ .

٤-صحيح مسلم ١٨٢٥. ٥-سنن الترمذي ٣٧٩٠ .

مستقبل التنمية

الشـــاهد على التاريخ يُـــدرك أن دولة اليابان نهضـــت من رُفـــات الحرب بمعجـــزة تنموية خاضها الجميع بدون اســـتثناء, فرغم سقوط قنبلتين ذريتين عليها اثنـــاء الحرب العالمية الثانيـــة والتي أدت إلـــى تدميـــر اقتصادها بالكامل بالإضافة إلى قلة الموارد فيها إلا أن الدولة اهتمت بتنمية شيئين مهمين هما: الإهتمام بالصناعة وموازنة الإقتصاد المنهار, والإهتمام بالإســـتثمار في الموارد البشرية والذي بدأ من القطـــاع التعليمي, وهذا إنما يدل علـــى أهمية التنمية وأثرها الفعّال على مستوى الفرد والدولة!.

فما هو مفهوم التنمية العام؟

التنميـــة هي العمليـــة التي ينمـــو فيها الشخص ويتقدم في مجال معين؛ أي ينتقل إلى حيز جديـــد من الإنجاز ســـواء كان على المستوى الشخصي أو المجتمعي.

ويمكن توضيحها أيضا بأنها نشاط مخطط له يهدف إلى احداث تغيـــرات فعّالة في الفرد والجماعـــة مـــن حيـــث تحســـين المعرفة والخبـــرات من ناحيـــة الأداء واســـتراتيجيات العمل.

التنمية البشرية والتنمية المستدامة تُعدان من مكونـــات التنمية الشـــاملة؛ فالتنمية البشـــرية تهتـــم بتطويـــر قـــدرات الأفراد ومهاراتهـــم فـــي مختلف المجـــالات, أما التنمية المســـتدامة فهي عبـــارة عن نتاج للتنمية البشـــرية وكل ما يقدمه البشر من تطور فـــي كافة المجـــالات وهي قد تكون شاملة أو مختصة بمجال معين كالإقتصاد أو الزراعة أو السياحة.

مستقبل التنمية المستدامة

إن المفهوم الأكثر شيوعا للتنمية المستدامة هو تلبية احتياجات الحاضر من موارد مختلفة دون إلحاق الضرر بموارد الجيل القادم في المستقبل وقد شاع هذا المفهوم بعد صـــدور تقرير من لجنة بورنتلاند يحذر مـــن المخاطـــر البيئية المترتبـــة على النمو الإقتصادي والسكاني.

ومن أهداف التنمية المستدامة التي لابد من الســـعي لتحقيقهـــا توفيـــر الموارد والقضاء على الجـــوع والفقر, توفير المياه النظيفة, حل مشكلة البطالة والقضاء على الأمية, المحافظـــة على النظـــام البيئي ومحاربة التلوث الصناعي, تحقيق الســـلام وإيقاف الحروب المســـتمرة, وتوفير حياة صحية خالية من الأوبئة والمهددات.

مستقبل التنمية على التعليم:

ما يميز العلاقة بين التعليم والتنمية هي أن كلاهما هدفه وغايته الإنسان, فإذا أردنا بناء منظومة متقدمة في كافة النواحي فعلينا الإهتمام بتنمية استراتيجيات التعليم من خلال توفير نظام تعليمي متطور يلبي احتياجات الفرد والمجتمع المتجددة.

مستقبل التنمية في المؤسسات الخيرية

الناظر إلى الدول المتقدمة يجد أن للتعليم المتطور أثر واضح على الجانب الإقتصادي والمجتمعي حيث تُسهم البحوث والتجارب العلمية في دفع عجلة الإقتصاد وزيادة الوعي المجتمعي. وتزداد قناعتنا يوما بعد يوم بأن الفكر التنموي التعليمي الذي يهدف لبناء الإنسان هو الفكر الذي سيحدث الفارق في تحقيق التنمية الشاملة. من التحديات التي تواجه معظم المؤسسات غير الربحية التنظيم الداخلي الذي يسمح بالإستغلال الأمثل للموارد البشرية وثقافة المجتمع الذي يمثل شريحة المتبرعين أو المستفيدين فإيجاد حلول تنموية في هذين الجانبين يُساهم في استدامة عمل المؤسسة والحصول على نتائج بكفاءة عالية.

كما أن الإهتمام بالموقع الجغرافي للمؤسسة يُشكل عاملا مهما في امكانية الوصول للشريحة المستهدفة من المجتمع ويضمن تحقيقا لأهدافها بشكل أسرع.

على المؤسسات أيضا أن تستهدف فئة الشباب بشكل خاص وتساهم في حل مشكلاتهم و تلبية احتياجاتهم بل وإشراكهم أيضا في العمل حتى تصنع منهم قادات للتغيير.

وأخيرا علينا أن نُدرك جميعا أن البحث عن حلول للمشاكل التي تواجهها بلادنا في الوقت الحالي ينبع من تحقيق التنمية الشاملة.

تـــخمـــــة التطبيقات

العالـــم في حالة تقدم مســـتمر ومن عاش في الجيل السابق سيُلاحظ مقدار التطور الـــذي طرأ على الحياة بجوانبها المختلفة خاصة في جانب التكنولوجيا وتقنيـــة المعلومـــات, وقد بـــات من السهل التواصل مع من حولنا والوصول إلـــى المعلومـــات وســـهولة إجـــراء المعامـــلات المختلفـــة دون بذل أدنى جهد! فهل لهذا التطور المُتســـارع أثار أخرى؟

01

02

03

04

05

إن تكنولوجيـــا الهواتف المحمولة مرت بالعديد من المراحـــل إبتداءً من اختراع النمـــوذج الأولي له في العام ١٨٧٦ من قبل العالِم غراهام بل وكان عبارة عن جهاز إرسال بسيط وجهاز استقبال مع وجود أسلاك تربط بينهما, من بعده تم اختراع الهاتف الذي يُعلق على الحائط ثـــم تطور الأمر للهواتـــف التي تقوم بالإتصال مباشرة دون وجود محوّل للمكالمات, ومن بعده الهاتف الذي يُمكن حمله باليد أي أنه يحتوي على ســـماعة المتحدث وســـماعة الأذن لتبدأ رحلة تطور هذا النوع بالتدريج من خلال إضافة قرص يُصدر صوتا عند إستقبال المكالمات, واختراع الهاتف الذي يحتوي على أزرار لطلب الرقم بدلا من دولاب الأرقام لتكون النقلة الكبرى بعمل الهاتف النقال من قبل العالم الأمريكي مارتن كوبـــر والذي يعمل عن بُعد دون الحاجة لوجود أســـلاك حيث يتم إرسال الموجات الكهربائية عبر الهواء من خلال أجهزة الميكروويف ومنذ ذلـــك الوقت تقدمـــت تكنولوجيـــا الهواتف النقالة خاصة بعد ربطها بالشبكة العنكبوتية وتوفر الإنترنت بداخلها لتبدأ الشـــركات بإختراع التطبيقات التي تخدم أغراض مختلفة.

ومـــع ظهور هـــذه التطبيقات حدثت نقلة كبيرة فـــي عالم الأعمال وزادت الأغراض التي من أجلها أُخترع الهاتف لتتجاوز مهمة التواصل والإتصال إلى العديد من الوظائف الأخرى.

أثـــر تقـــدم التكنولوجيا

لا يخفى علينا الأثر الإيجابي الذي أحدثتـــه التكنولوجيا فـــي حياتنـــا ومن أبـــرز ما قدمته التكنولوجيا لنا:

إمكانيـــة الحصول علـــى المعلومـــات والمعرفة بسهولة ويُسر، فالتوسع في جمع المعلومات على الشـــبكة العنكبوتية وتصميم المواقـــع والبرامج لتســـهيل الوصول إليها دون جهد أو عناء طور من مهارة البحث.

من الإيجابيـــات أيضا تطور وســـائل الخدمـــات الصحية بظهور التطبيقات التي تُســـاعد الأشخاص على متابعة حالتهم الصحية والإلتـــزام بالعـــادات اليومية التـــي تقلل من خطـــر إصابتهم بالأمراض، كمـــا أن دخول الأجهزة الحديثة في المستشـــفيات وغرف العمليات ساهم في تقليل الأخطاء الطبية.

وأيضا تســـهيل عملية التواصل والإتصال عن طريق عمل تطبيقـــات مثل: الفاكس والبريـــد الإلكتروني وتطبيقـــات الإجتماعـــات والمؤتمرات عبـــر الفيديو وتطبيقـــات الرســـائل النصيـــة وشـــبكات التواصل الأجتماعية وغيرها.

لكــن يجدر بنا الإشــارة أيضا إلــى الآثار الســلبية الناجمــة مــن كثــرة هذه التطبيقــات وتأثيرهــا علــى الأفــراد والمجتمعات, ومن هذه الآثار:

إعاقة عملية التفكير

يلجأ معظم الناس إلى مواقع البحث الإلكترونية بدل الإعتماد على أنفسهم وهذا يقلل من عملية التفكير الذاتي.

الأضرار الصحية

يُعد استخدام الهواتف الذكية لأوقات طويلة مضر بصحة الجسد خاصة العينين وآلام الرقبة كما أن هذه الأثار تظهر على المدى البعيد وهذا ما يزيد من خطورتها.

المشاكل النفسية

تؤثر كثرة تطبيقات التواصل الإجتماعي على الحالة النفسية للمستخدم فهي تزيد من نسبة التوتر لديه خاصة عند إدمانه لها.

التأثير على الحياة الإجتماعية

ويكون ذلك في نطاق الأسرة أو بشكل عام فقد ساهمت الأجهزة الذكية في إفتعال مشاكل داخل نطاق الأسرة وخارجها لإنعدام الخصوصية التي قد تنجم عن سياسة التطبيقات الموجودة على الهواتف أو من المستخدم نفسه.

ازدياد حالات الإكتئاب والإدمان

فقد يلجأ المستخدم الذي يواجه مشاكل في حياته الواقعية إلى العالم الإفتراضي من أجل التخفيف على نفسه لكنه قد يواجه خطر الإدمان على هذا العالم الزائف وقد يتعرض لمشاكل أخرى داخل هذا العالم كتعرضه للتنمر الإفتراضي والتهديد وحتى أختراق خصوصيته فيؤدي هذا الأمر إلى الإكتئاب أو حتى التفكير بالإنتحار.

الاستخدام الأمثل للتكنلوجيا

1
تجنب استخدام الهاتف أو الجهاز أللوحي في الساعات الأولى من الصباح أو لحظة استيقاظك من النوم.

2
لا تستخدم الهاتف قبل خلودك للنوم ولا تضعه تحت الوسادة لتجنب الإشعاعات التي تنبعث منه.

3
إيقاف خاصية التنبيهات التي توجد في معظم التطبيقات حتى لا تُلهيك عن أداء مهامك.

4
عدم الإسراف من تحميل التطبيقات غير المفيدة في هاتفك أو جهازك.

5
أفصل بين تطبيقات العمل والتطبيقات المستخدمة للترفيه.

6
تقليل استخدام مواقع التواصل الإجتماعي خاصة في أوقات العمل وفي الجلسات الأسرية.

تنمية قدرات الأطـــــفال

تُشكل الســـنوات الأولى من حياة الطفـــل فارقا كبيرا في تشكيله وبناء أفكاره وقدراته، ومن المهم علـــى الأباء في تلك الفتـــرة تلبيـــة احتياجات الطفـــل مـــن رعايـــة صحية وعاطفية وتعليمية حتى ينشأ في بيئة تساعده على النجاح والتطور.

ومن الجدير بالذكر أن الممارسات التي يقوم بها الوالديـــن أمـــام أطفالهم تؤثر بقـــدر كبير على المفاهيـــم التي يتلقونها منهـــم ويترجمونها كتصرفات مشابهة لتلك الممارسات، ويمكن ذكر بعضها في هذا السياق:

- الإستجابة لطلبات الأطفال بطريقة حذرة تراعي مشاعرهم.
- إظهار العطف والدفء لهم.
- وجود قواعد منزلية وتعريف الأطفال بها.
- مشاركة الأطفال في بعض النشاطات المنزلية والتحدث معهم.
- الإهتمام بقواعد السلامة في المنزل.
- إستخدام الحزم عند الضرورة دون تفريط.

المعالم التنموية

هي معالم تقيس مدى تحسن الطفل ومقدار المهارات التي يكتسبها خلال رحلة نموه كخطواته الأولى، الكلمات التي ينطقها، تعلم مخاطبة الآخرين بإحترام، الإعتذار عند إرتكاب الأخطاء وغيرها.. ومن الملاحظ أن هذه المعالم تختلف من طفل لآخر وفقا لسرعة تعلمهم الخاصة والبيئة المحيطة بهم.

أهمية تنمية الطفل

يُشير نمو الطفل إلى سلسلة التغيرات الجسدية واللغوية والفكرية والعاطفية التي تحدث له منذ الولادة وحتى البلوغ، خلال هذه الفترة يبتعد الطفل عن الإعتماد الكلي على الوالدين ومحاولة الإستقلال الذاتي بنفسه.

كما أن نمو الطفل في هذه المرحلة يتأثر بعوامل وراثية (انتقال الجينات من والديهم)، الأحداث التي تكون في فترة الحمل، والبيئة المحيطة به ومن شأن هذه العوامل أن تؤثر عليهم مستقبلا.

وتُعد مراقبة الطفل من خـــلال ملاحظة بروز المعالم التنمويـــة له بالتدريـــج أداة مهمة لضمـــان تحقيق الأطفال لمراحل نموهم الكاملة.

ماذا يشمل نمو الطفل

- القدرة على حل المشاكل وإبتكار حلول مناسبة لها.
- فهم وإستخدام اللغة للتواصل.
- التفاعل الإجتماعي وكيفية تعامله مع الآخرين.
- المهارات الجسدية والنمو الصحي.
- الوعي الحسي للطفل.

تنميـــــة ذكاء وقدرات الأطفل

هنالك ثلاثـــة عوامل تؤثر على تشـــكل ذكاء وقدرات الطفل منذ ولادته:

01	02	03
العوامل الوراثية	التغذية	البيئة المحفزة

أولا, العوامل الوراثية:

مـــن المعلوم أن ٨٠% من ذكاء وقدرات الأطفال ناجمة من العوامل الوراثية, لكن على الرغم من هذه النسبة الكبيـــرة إلا أن التغذية الســـليمة والبيئـــة المحيطة مهمين جدًا لتنمية قدراتهم.

ثانيا, التغذية:

التغذية مهمة جدا لنمو الطفل ذهنيا وبدنيا؛ لذا عند ظهور أعراض كالأرهاق والتعب وضعف الشهية فإن ذلك يكون بسبب نقص الفيتامينات وسوء التغذية.

ثالثا, البيئة المحفزة:

البيئة المحفزة تســـاعد الأطفال في تطوير وترجمة الذكاء إلى شـــيء مفيـــد ويكون ذلـــك بفعل بعض الأشياء:

01 تحفيز التفكير لديهم بالألعاب والأنشـــطة التي تحسن قدراتهم الذهنية, تشجيعهم بشكل دائم.

02 الإجابة على الأســـئلة التـــي يطرحونها فذلك يزيد من ثقتهم بأنفســـهم وقدراتهم.

03 تشجيع الأطفال بشـــكل دائم وتحفيزهم على الإســـتمرار بالمحاولة عند الفشل.

04 ممارسة الرياضة فذلك يساعد على تطويرهم ذهنيا وبدنيا.

05 القراءة وسرد القصص قبل النوم لتحفيز خيالهم وتعزيز الإبتكار لديهم.

ثقافة الصور

وسائل التواصل الحديثة تُركز في مُجملها على مخاطبة العقل اللاواعي حيث تقوم بإعادة توجيه الأشخاص وفق ما تراه مناسبا لها وهذا ما نجده سائد بوضوح في طرق التسويق الإلكتروني المختلفة التي تعتمد على عرض المنتج بطريقة مغرية تجذب اهتمام الزبون، وفي الأونة الأخيرة احتلت الصور الفوتوغرافية حيزا كبيرا في هذا الجانب بل وأصبحت أسلوب حياة لدى البعض من الناس خاصة بعد ظهور تطبيقات مثل الإنستجرام والسناب شات التي يتم فيها توثيق اليوميات للمستخدم عبر الصور والفيديوهات القصيرة فهل لهذا الأمر تأثيرا على حياتنا؟!.

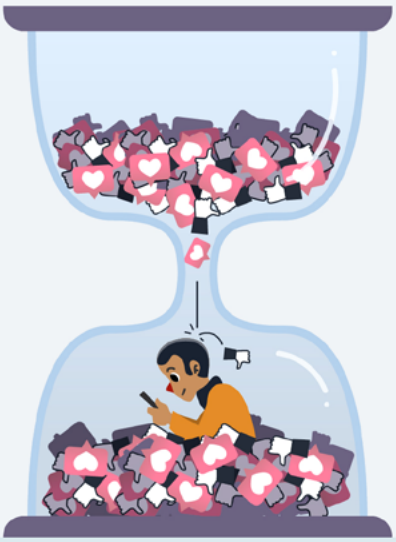
يُعد التصوير الفوتوغرافي علما وفنا يتم دراسته بشكل خاص ويحتاج إلى خبرة ومهارة كلما تعمق الشخص في استخدامه، وهو يعتبر مزيج من أنواع تقنيات التصوير المختلفة التي توفر للمشاهد رسالة أو مشهد معين.

من أنواع التصوير الفوتوغرافي:
تصوير الطبيعة، تصوير الحياة البرية، تصوير المنتجات، تصوير الأشخاص، وغيرها..

تأثير مواقع التواصل على مستخدميـــها

العديد مـــن الدراســـات الحديثة أصبحت تميل إلـــى دراســـة الآثار الســـلبية من استخدام مواقع التواصل المختلفة فرغم الأثـــر الإيجابي الكبير الـــذي أحدثته في حياتنـــا إلا أن الأقبال عليها أصبح بشـــكل مبالـــغ فيه وهذا ما يســـمى في عصرنا بمرض الشـــهرة الزائفة, فتجد أن بعض الأشخاص قد يقضون معظم وقتهم في البحث عن فكـــرة تجذب اهتمام معجبيه وتنتشر في مواقع التواصل كإنتشار النار في الهشـــيم ثم صياغتها بشكل مبالغ فيه وأخيرا عرضهـــا على الجمهور الذي قد يتفاعل معها بشكل جيد وهذا يُعطيه دفعـــة لمواصلة ما يقوم به, أو لا تحظى على إهتمـــام أحد مما يُصيبـــه بالإحباط والحزن وتكرار الأمر قد يؤدي إلى اصابته بالإكتئاب والوحدة خاصة إذا كان يرى هذا الأمر من أهداف حياته.

التصوير بأنواعه منتشر بشكل كبير في مواقـــع التواصـــل وقـــد خُصصـــت له تطبيقـــات مثل الأنســـتجرام الذي يتيح لمســـتخدميه نشـــر صورهـــم وفيديوهاتهم القصيرة في حساباتهم والكثير من الأشخاص يسعون للحصول على أكبر عدد من المعجبين فيه, لكن الســـؤال الذي يجب الإجابة عليه ما هو الهدف من الحصول على أكبر عدد من المعجبين؟ حتى لا تقع في فخ الإدمان ومرض الشهرة الزائفة.



ففي تصريح لرئيسة الجمعية الملكية للصحة العامة شـــيرلي كرايمـــر ذكرت فيـــه:" أن مواقـــع التواصل الإجتماعـــي وصفت بأنها تســـبب الإدمـــان أكثر من الســـجائر والكحول وهي مترســـخة في حياة الشباب بحيث لم يعد من الممكـــن تجاهلها لدى الحديث عن مشـــاكل الصحة العقلية بين الشباب كما أضافت أيضا أن موقع انستجرام وسناب شات يُعدان الأسوأ من حيث التأثير علـــى الصحة العقليـــة والحالـــة العامة" لأن الموقعيـــن يركزان علـــى الصور التـــي تُمثل هوية الشـــخص ومظهره الخارجي مما يســـبب له شـــعور بالنقـــص والقلق خاصـــة بين المدمنيـــن على هذه المواقع.

وحديثنا عن الآثار السلبية لها هو محاولة لإيجاد حلول تحقق الإستخدام الأمثل لهذه المواقع ويكون ذلك بإتباع بعض النصائح:

- لا تجعل مواقع التواصل هدفا أساسيا في حياتك.
- حدد الســـبب من وراء استخدامك لها, هل هو بغـــرض الترفيه أم لأجل ايصال رسالة هادفة للمجتمع؟.
- تعلم مهـــارة إدارة الوقت حتى لا تقع في فخ الإدمان.
- لا تجعل الشـــهرة الزائفـــة تحيدك عن الطريق الصحيح.
- ابتعد عـــن متابعة المواقـــع التي لا تحمل رسالة هادفة.
- لا تنخدع بالمظاهر البراقة التي تُعرض فيها.
- تابع أشخاص مُنجزين يقدمون محتوى هادف ومفيد.

ARAAK.ORG ARAAKORG
ARAAKDEVELOPMENT INFO @ ARAAK .ORG