



مشاركة 3 آلاف
متطوع بأكسبو
الشارقة
فن:

#الإمارات
معك يا لبنان
UAE stands with Lebanon

الخدمة الاجتماعية

نسيج مجتمع متماسك

تواصل إمارة الشارقة، برؤى صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، تأكيد مكانتها الريادية كمجتمع متماسك ومتكافل يضع الإنسان في مقدمة أولوياته. ومن هذا المنطلق، تحتل الخدمة الاجتماعية مكانة محورية باعتبارها أداة فعّالة لتعزيز التكاتف المجتمعي وترسيخ قيم التضامن والتعاقد بين الأفراد.

لقد أثبتت الخدمة الاجتماعية أنها أحد أعمدة التنمية المستدامة، فهي ليست مجرد خدمات تقدم للفئات المحتاجة، بل منظومة متكاملة تهدف إلى بناء مجتمع متماسك يعكس أسس معاني الإنسانية. في إمارة الشارقة، نشهد تجسيدا حيا لهذا الدور من خلال المبادرات النوعية التي تُعنى بتعزيز التماسك الأسري، تمكين الأفراد، وتوفير بيئة داعمة تسهم في رفع مستوى جودة الحياة للجميع.

إن التحديات الاجتماعية التي تواجه المجتمعات اليوم تتطلب استجابة سريعة وفعّالة تعتمد على التخطيط الاستراتيجي والتكامل بين الجهات المختلفة. وقد كانت الشارقة سباقة في تقديم نموذج متفرد يعكس الشراكة بين المؤسسات الحكومية والخاصة والمجتمع المدني لتحقيق أهداف الخدمة الاجتماعية.

كما يأتي دور الأخصائيين الاجتماعيين كعامل رئيسي في تعزيز هذا التكافل؛ فهم يعملون بجد على فهم احتياجات الأفراد، وتقريب الفجوات الاجتماعية، وإيجاد حلول مبتكرة لمواجهة التحديات. ويظل الهدف الأسمى هو بناء مجتمع مترابط، يسوده الشعور بالمسؤولية المشتركة تجاه الجميع. إن تعزيز التكاتف المجتمعي لا يقتصر على الجهود المؤسسية فقط، بل يمتد ليشمل دور كل فرد في المجتمع.

الرؤية:

نحو مجتمع يتمتع بالرفاهية والأمن والاستقرار الأسري والاحتواء الاجتماعي

الرسالة:

تقديم خدمات اجتماعية علاجية ووقائية وإنمائية في مجال الضمان والرعاية والحماية والتأهيل للأفراد والأسر والمجموعات من ذوي الظروف الاجتماعية الخاصة ودراسة المشكلات الاجتماعية لإيجاد الحلول ودعم اتخاذ القرار اسهاما في عملية التنمية المستدامة لمجتمع الشارقة

القيم:

- التميز (نخلق مزايا تنافسية).
- العمل الجماعي (نتكامل فيما بيننا ومع الشركاء).
- الالتزام (نلتزم بالأخلاقيات المهنية ونقدم أفضل الخدمات).
- المبادرة (نخطو خطوات استباقية تستجيب للتغيير والتطوير).

الغايات:

- توفير العيش الكريم وخلق التوازن لدى الأسر ذات الدخل المحدود.
- الارتقاء بخدمات الرعاية الاجتماعية وفقا لأفضل الممارسات.
- ضمان سلامة الضعفاء من الأفراد والأسر وضمان تمتعهم بحقوقهم.
- تمكين الأفراد والأسر من مواجهة ظروفهم وتخطي مشكلاتهم وصولاً بهم لنوعية حياة أفضل.
- المساهمة في خدمة وتنمية المجتمع بإتباع أعلى المعايير.
- التميز المؤسسي وتطوير الأداء لتحقيق التفوق في الخدمات والنتائج ضمن بيئة عمل ملهمة.



12



14



22



18

11إطلاق المستشار الاجتماعي الذكي».....

16مشاركة كبار المواطنين بفعالية «الأزياء التراثية قديماً».....

51الأثر الإيجابي لاحتضان الطفل المحتضن من قبل الأسر الحاضنة.....

الهيئة التحريرية

المشرف العام

مها منصور آل علي

رئيس التحرير

خولة عبدالله آل علي

هيئة التحرير

محمد البشير الدودو

حصة بن درويش آل علي

ريم عيسى المازمي

عائشة سويدان

ميرفت الخطيب

الإخراج الفني

محمد البشير الدودو

للتحرير و المراسلات

media@sssd.shj.ae / 065015144

ملاحظة

إن الآراء الواردة في المقالات

لا تعبر بالضرورة عن رأي

لمجلة والدائرة



مشاركة 3 آلاف متطوع

الشيخ سالم القاسمي يشارك في حملة «الإمارات معك يا لبنان»

وشهد مركز إكسبو الشارقة، مشاركة اجتماعية واسعة يتقدمها الشيخ سالم بن عبد الرحمن بن سالم القاسمي رئيس مكتب سمو الحاكم، استمراراً لدعم الأشقاء اللبنانيين في ظل الأزمة الحالية الطارئة والظروف الحرجة، إذ تعمل دولة الإمارات على إيصال المساعدات الإغاثية بشكل عاجل للشعب اللبناني الشقيق، انطلاقاً من الرسالة الحضارية والإنسانية للدولة الهادفة دوماً إلى تحقيق الأمن والاستقرار وتنمية المجتمعات وسعادة الشعوب والاستجابة العاجلة لإغاثة المتضررين والملهوفين في الكوارث والأزمات والصراعات. وشارك في أنشطة الحملة أيضاً، الشيخ مقر بن محمد القاسمي رئيس مجلس إدارة جمعية الشارقة الخيرية، والذي أكد أن الدعم الإنساني والإغاثي في دولة الإمارات نهج ثابت، مُشيداً بتعاون مختلف الجهات الإماراتية الإنسانية والخيرية لمثل هذه الحملات الإنسانية تحت مظلة مجلس الشؤون الإنسانية الدولية.

نجحت حملة الإغاثة الوطنية «الإمارات معك يا لبنان»، في جمع 250 طناً من المساعدات الإغاثية في مركز إكسبو الشارقة، بمشاركة أكثر من 3000 متطوع من مختلف فئات وأفراد مجتمع دولة الإمارات. جرى تنظيم أنشطة تجميع المساعدات الإغاثية، تحت إشراف مجلس الشؤون الإنسانية الدولية، وإدارة كل مؤسسة القلب الكبير وجمعية الشارقة الخيرية، بالتعاون مع مختلف الجهات الإماراتية المانحة من المؤسسات الإنسانية والجمعيات الخيرية، تنفيذاً لتوجيهات صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة «حفظه الله» ومتابعة سمو الشيخ منصور بن زايد آل نهيان نائب رئيس الدولة نائب رئيس مجلس الوزراء رئيس ديوان الرئاسة، وإشراف سمو الشيخ ذياب بن محمد بن زايد آل نهيان نائب رئيس ديوان الرئاسة للشؤون التنموية وأسر الشهداء رئيس مجلس الشؤون الإنسانية الدولية.



لتعزيز الشراكة والتدريب الميداني للطلبة وتبادل الخبرات جامعة عجمان توقع مذكرة تفاهم مع «اجتماعية الشارقة»

الاجتماعي عبر استحداث التخصصات والبرامج الأكاديمية أو المهنية أو دورات تدريبية أو ندوات علمية.

الابتكار والإبداع

وفي مجال الابتكار والإبداع، يتعاون الطرفان من خلال مركز جامعة عجمان للابتكار بهدف تحقيق أهداف مشتركة على الصعيدين المحلي والإقليمي والعالم، حيث يشمل التعاون تبادل الأفكار الإبداعية بين طلبة الجامعة وموظفي الدائرة، وتنظيم ورش عمل ودورات متخصصة لتعزيز المعرفة، كما يتعاون الطرفان في تشغيل مختبرات الابتكار وتبادل الدعوات للزيارات الداخلية والخارجية.

الفعاليات المجتمعية المشتركة

كما تنص الاتفاقية على تنظيم فعاليات ومبادرات مجتمعية مشتركة، حيث يلتزم الطرفان بالمشاركة في المؤتمرات والندوات والأنشطة المجتمعية التي ينظمها أي منهما، مع التنسيق المسبق لضمان تنفيذها بما يعكس الالتزام المشترك بخدمة المجتمع، إلى جانب ذلك، سيتم تشكيل لجنة عمل مشتركة للإشراف على تنفيذ بنود الاتفاقية، وعقد اجتماعات دورية لتقييم البرامج والمبادرات المشتركة، واستعراض أفضل الممارسات وتطوير خطط عمل مستقبلية.



بينما تقدم جامعة عجمان خصومات خاصة لموظفي دائرة الخدمات الاجتماعية على برامج مركز التعليم المستمر التي تتوافق مع لوائح الجامعة، مما يشجع منتسبي الدائرة على تطوير مهاراتهم والاستفادة من الفرص التدريبية المتاحة.

البحوث والدراسات

وفي إطار المذكرة نفسها؛ تتعاون جامعة عجمان مع دائرة الخدمات الاجتماعية، في إعداد البحوث والدراسات الاجتماعية، بالإضافة إلى بناء القدرات في المجال

بتعزيز العمل المشترك الذي يعود بالنفع على الأفراد والمجتمع ككل. وتتضمن مذكرة التفاهم عدة جوانب للتعاون، حيث تتيح الاتفاقية فرصة لطلبة الجامعة للحصول على تدريب ميداني لدى الدائرة في التخصصات المتوافقة مع نشاطها، إذ يهدف هذا التدريب إلى إكساب الطلبة المعرفة والمهارات المهنية ليصبحوا فاعلين في سوق العمل ومؤهلين لتحمل المسؤوليات المجتمعية، على أن يشمل البرنامج التدريبي فصلاً دراسياً كاملاً.

أبرمت جامعة عجمان مذكرة تفاهم، مع دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، بهدف تعزيز التعاون والتنسيق المشترك والتدريب الميداني للطلبة بالإضافة إلى التعاون في مجالات الابتكار والإبداع والتي من شأنها تعزيز العمل الاجتماعي والمجتمعي. ويأتي هذا التعاون انطلاقاً من رؤية مشتركة تهدف إلى تحقيق التنمية المستدامة وتعزيز أواصر التعاون الاجتماعي بما يحقق الأهداف الاستراتيجية لكلا الطرفين، والتزامهما

«شبكة أمان» لتعزيز التنمية المجتمعية

شراكة استراتيجية بين «اجتماعية الشارقة» و الإمارات الوطنية لإدارة المرافق



الدائرة بشكل خاص، سعياً إلى خدمة هذه الفئة المحتاجة من المجتمع أثناء حالات التدخل العاجل وحالات الأزمات والطوارئ للإرتقاء بنوعية الحياة للمقيمين في الإمارة. ومن جانبه عبر المهندس محمد خميس الرئيس التنفيذي لشركة الإمارات للخدمات المساندة عن فخره بتوقيع الاتفاقية مع دائرة الخدمات الاجتماعية، كونها تشكل استراتيجية تعاون تضيف الكثير من المسؤولية تجاه أفراد المجتمع وتعمل على توفير رفاهية المجتمع، وقال، تتشرف شركة الإمارات الوطنية لإدارة المرافق بالشراكة مع دائرة الخدمات الاجتماعية بحكومة الشارقة من خلال اتفاقية شبكة

وقعت دائرة الخدمات الاجتماعية، اتفاقية «شبكة أمان» مع شركة الإمارات الوطنية لإدارة المرافق، تهدف إلى تقديم الدعم الاجتماعي والتضامن مع المستفيدين من الدائرة لكونهم حالات ذات أولوية بالرعاية الاجتماعية ورفع مستواهم المعيشي وتحسين جودة الحياة لديهم. أثناء التدخلات العاجلة والأزمات والكوارث بالإضافة على دعم جهود الشراكة بين الطرفين لتحقيق التنمية المجتمعية بإمارة الشارقة وتعزيز وترسيخ القيم الإنسانية والأعمال الخيرية في المجتمع. و«شبكة أمان» أطلقتها دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، عام 2019 لتقديم الدعم العاجل في الحالات الإنسانية والأزمات والكوارث على مستوى الإمارة وذلك من خلال عقد الاتفاقيات مع الشركاء من جهات متنوعة

حكومية أو خاصة أو حتى مع الأفراد الراغبين بالمساهمة وتقديم المساعدة العينية أو المادية للمستفيدين من فئة ذوي الدخل المنخفض المسجلين لدى الدائرة، حيث تعتبر هذه حالات ذات أولوية بالرعاية الاجتماعية، وهي تستقطب الشركاء من كافة القطاعات والاختصاصات ما ينعكس بالإيجابية على المستفيدين منها لرفع مستواهم المعيشي وتحسين جودة الحياة لديهم. وبحسب خلود النعيمي مدير قطاع خدمة المجتمع في الدائرة، فالاتفاقية تأتي انطلاقاً من حرص الطرفين على دعم وتعزيز المسؤولية المجتمعية، وتحقيقاً لمفهوم الشراكة بين القطاع الحكومي والقطاع الخاص بهدف توحيد الجهود لخدمة المجتمع بشكل عام ومنتسبي

وقعت دائرة الخدمات الاجتماعية، اتفاقية «شبكة أمان» مع شركة الإمارات الوطنية لإدارة المرافق، تهدف إلى تقديم الدعم الاجتماعي والتضامن مع المستفيدين من الدائرة لكونهم حالات ذات أولوية بالرعاية الاجتماعية ورفع مستواهم المعيشي وتحسين جودة الحياة لديهم. أثناء التدخلات العاجلة والأزمات والكوارث بالإضافة على دعم جهود الشراكة بين الطرفين لتحقيق التنمية المجتمعية بإمارة الشارقة وتعزيز وترسيخ القيم الإنسانية والأعمال الخيرية في المجتمع. و«شبكة أمان» أطلقتها دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، عام 2019 لتقديم الدعم العاجل في الحالات الإنسانية والأزمات والكوارث على مستوى الإمارة وذلك من خلال عقد الاتفاقيات مع الشركاء من جهات متنوعة



نظمها معهد الشارقة للتراث بالتعاون مع مركز الحرف الإماراتية مشاركة كبار المواطنين بفعالية «الأزياء التراثية قديماً»



شارك منتسبو دائرة الخدمات الاجتماعية من كبار المواطنين من أعضاء أندية الأصالة، في فعالية «الأزياء التراثية قديماً» التي نظمها معهد الشارقة للتراث بالتعاون مع مركز الحرف الإماراتية في البيت العربي بالشارقة. وتأتي هذه المشاركة ضمن الحملة التثقيفية والتوعوية التي أطلقها معهد الشارقة للتراث بهدف تعزيز الوعي بالتراث الإماراتي كرمز للهوية الوطنية. وأعربت خلود عبدالله آل علي، مدير مركز خدمات كبار السن، بدائرة الخدمات الاجتماعية، عن أهمية هذه الفعالية، مشيرة إلى أن أندية الأصالة تتعاون بشكل وثيق مع الجهات الحكومية لتعزيز الهوية الوطنية والتراثية، خاصة أن أندية الأصالة تحتضن العديد من الأمهات ذوات الخبرة في التراث والعادات، مما يجعلهنّ مصدراً ثرياً للتراث الإماراتي.



لتعزيز مشاركة المجتمع في دعم كبار السن «سوق خيري» بأسعار رمزية في دار المسنين

افتتحت دار رعاية المسنين التابعة لدائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، الأسبوع الماضي السوق الخيري والذي يستمر حتى نهاية شهر نوفمبر، في مقر الدار الرئيسي الواقع في منطقة القرائن في الشارقة. ودعت دار رعاية المسنين الجمهور لزيارة المعرض والتبضع من الأغراض المعروضة فيه، والتي يعود ريعها إلى دعم وتعزيز الخدمات الترفيهية لكبار وأوضحت مريم القطري مدير الدار، أن السوق الخيري أُطلق منذ 7 أعوام، بهدف تشجيع أفراد المجتمع على المشاركة في دعم كبار السن ومشاركتهم في مختلف المناسبات التي تنظمها الدار. والهدف منه هو تشجيع أفراد المجتمع على المشاركة في دعم كبار السن ومشاركتهم في كافة المناسبات التي ينظمها الدار. والمعروضات متنوعة وهي عبارة عن ملابس نسائية ورجالية وألعاب وغيرها وأسعارها رمزية.



للمرة الأولى معرض للمنتسبين في دور الإيواء بـ «اجتماعية الشارقة»

نظمت دائرة الخدمات الاجتماعية، «معرض المنتسبين» للمرة الأولى، لمنتسبي واحات الرشد، وهم من ذوي الإعاقة والمرضى النفسيين، والمعرض هو نتاج الورش التدريبية التأهيلية التي خضعوا لها في فترة سابقة. والهدف من تنظيمه بحسب خالد العبدولي مدير إدارة واحات الرشد، مشاركة هذه الفئات في أنشطة تفاعلية تدمجهم في المجتمع، تساعد على إبراز مواهبهم واكتشافها، بالإضافة إلى أن الأشغال اليدوية و الفنية تساعد في شغل أوقات فراغهم بحسب المواهب المكتشفة من خلال تطبيق خططهم الفردية ، وهذه المشاركة تساعد في تعديل السلوك، والشعور بالكفاءة والانتاجية، والأمر الأخير هو نقل مواهبهم. وأضاف العبدولي، أن اللافت في المعرض والذي أقيم في دار رعاية المسنين، أن ريعه يعود في دعم و تنفيذ برامج أخرى من قبل الحالات مما يشعرهم بأنهم منتجون وليسوا عبئا على غيرهم. وذكر بأن عدد المشاركين بلغ 8 من المستفيدين المقيمين في دار الإيواء من الذكور والإناث من المرضى النفسيين وذوي الإعاقة، وهؤلاء سبق تدريبهم على كيفية صنع بعض المشغولات والتي لا تشكل خطرا على حياتهم.





تنظيم فعالية «احتواء» والأثر الإيجابي لإرضاع الطفل المحتضن من قبل الأسر الحاضنة

احتفلت دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، باليوم العالمي للاحتضان والذي يصادف تاريخه التاسع من نوفمبر، حيث نظم مركز خدمات القصر التابع للدائرة والجهة المسؤولة عن الاحتضان في إمارة الشارقة فعالية «احتواء»، في مجمع الشارقة للبحوث والتكنولوجيا والابتكار، وشارك فيه العديد من الأسر الحاضنة، وتناولت الفعالية الأثر الإيجابي لإرضاع الطفل المحتضن من قبل الأسر الحاضنة، لبناء الروابط وتعزيز الصحة النفسية للمحتضن، وشارك في الفعالية العديد من الأسر الذين سردوا تجاربهم بهذا المجال.



مشاركة في فعالية «فرحة وطن» للاحتفال باليوم الوطني لدولة الإمارات



تزامناً مع احتفالات الدولة باليوم الوطني، شاركت إدارة المساعدات الاجتماعية في فعالية «فرحة وطن»، التي نظمها متحف الشارقة للتراث. واستضاف المتحف عدداً من مستفيدات الدائرة من مستحقي الضمان الاجتماعي في الفعالية التي تجمع بين التراث والفن في أجواء احتفالية وطنية. وتخلل برنامج الفعالية؛ نشاطات ثقافية وتراثية، استمعت الحاضرون في اليوم الأول بصناعة «المدخن» باستخدام مادة الجسمونايت، و تضمن اليوم الثاني تزيين الكعكة باستخدام كريمة بألوان علم الإمارات، من خلال إتاحة الفرصة لكل مشاركة بتزيين كعكتها الخاصة.

وفي هذا السياق، قالت علياء الزعابي، مدير إدارة المساعدات الاجتماعية، تهدف مشاركة الدائرة ومنتسبيها في فعالية «فرحة وطن» إلى تعزيز روح الانتماء والفخر بالهوية الوطنية، وكذلك إحياء التراث الإماراتي وإبراز القيم الثقافية الأصيلة في أجواء تجمع بين مختلف فئات المجتمع. ولفتت الزعابي، إلى أن مثل هذه الفعاليات تعزز التواصل وتساهم في ترسيخ القيم الوطنية بين الأجيال المختلفة، مضيفة إلى أن هذه الفعالية تأتي ضمن حرص دائرة الخدمات الاجتماعية على تعزيز الهوية الوطنية وتعميق القيم التراثية في قلوب منتسبيها.

لإحياء لذكرى «يوم العلم» توزيع هدايا تذكارية لمستفيدي المساعدات



كما نظمت الدائرة، فعالية لتجسيد قيم الولاء والانتماء للوطن، وحرصاً منها على تعزيز القيم الوطنية في نفوس الأجيال، وزيادة التلاحم المجتمعي. وشملت الفعالية زيارات ميدانية للأسر المستفيدة من المساعدات الاجتماعية، حيث قام فريق العمل بزيارة بعض الأسر في منازلهم، وتقديم الهدايا التذكارية لهم، تعبيراً عن الاهتمام والاحتفاء بهذه المناسبة الوطنية العزيرة، وذلك في أجواء تجسد الفخر والاعتزاز بالعلم وروح الانتماء.

كما شهد مقر الدائرة بالأجواء ذاتها، حيث تم استقبال الزوار والمتعاملين في توزيع الهدايا التذكارية عليهم في أجواء مفعمة بروح الانتماء والوحدة الوطنية. وتهدف هذه الفعالية إلى تعزيز مفهوم التلاحم المجتمعي وتقوية أواصر التواصل بين دائرة الخدمات الاجتماعية والمستفيدين من خدماتها، وذلك من خلال تفعيل المشاركات الوطنية التي تبرز الهوية الإماراتية وتعزز روح الولاء إلى دولتنا العزيرة..

المساهمة في المسؤولية المجتمعية Contribution to Social Responsibility

ساهم في تحسين مساكن الأسر الأقل حظاً
Contribute to the improvement of the housing of the disadvantaged families

200 درهم (AED) 5145	50 درهم (AED) 5144	5 دراهم (AED) 4212	1 درهم (AED) 7005 1 درهم (AED) 7013	etisalat du للمساهمة برسالة نصية ارسل كلمة بصمة For contribution send a blank SMS and type the word Basmah
---------------------------	--------------------------	--------------------------	--	---

مصرف الشارقة الإسلامي
SHARJAH ISLAMIC BANK



للمساهمة المسح على
شريط رمز الاستجابة السريعة
For contribution scan the QR code

sssdshj

065015851 0568537304

@ccr@sssd.shj.ae



د. فادية الدعاس

خبيرة تربوية وكاتبة أدب طفل

هوية وبصمة نفسية

هل تساءلنا يومًا لماذا تحتفل الأقطار والمجتمعات، بل والعالم، بما يسمى يوم الطفل العالمي أو يوم الطفل الخليجي أو حتى بأيام خاصة بكل دولة مثل يوم الاتحاد الإماراتي، ويوم الاستقلال لبعض الأقطار، واليوم الوطني لبعض البلاد؟!

كل هذه الأيام والمناسبات القومية والوطنية والعالمية ليست إلا وسيلة لإبراز الهوية وتثبيتها.

لقد كتب الفلاسفة وعلماء النفس والأطباء النفسيون منذ فترة طويلة عن الحاجة إلى أن يكون لكل شخص هوية فريدة، يعترف بها الآخرون. إنها حاجة إنسانية أساسية. الهوية ضرورية للحفاظ على شعور قوي بالذات؛ فهي الحبل المتين الذي يربطنا معًا، حتى في أكثر الظروف إرباكًا.

لكل فرد طريقته وبصمته الخاصة في التعبير عن مشاعره، والطريقة التي ينظر بها الآخرون إليه من حيث أسلوبه الشخصي، وشخصيته، وعواطفه، ونقاط قوته وضعفه. وباختصار، نحن جميعًا نبحث عن هوية وبصمة

نفسية خاصة، مستمدين بعض سماتها الأساسية من المجتمع والوطن الذي ننتمي إليه.

ولكن بدون إحساس قوي بالذات، وبدون أن يعرفنا الآخرون، نبقى مجرد وجه في الحشد،

غير مرئيين أو، ما هو أسوأ من ذلك، غير موجودين.

هويتنا هي علامتنا الفارقة وشعارنا الخاص. يعتمد تقديرنا لذاتنا، ومشاعر الكفاءة والثقة لدينا، على هوية سليمة وقدرتنا على أن نكون أنفسنا دون الشعور بالضغط أو التبعية المطلقة.

عندما نشعر بالراحة في جلدنا، نصبح أكثر قدرة على التكيف. وعلى العكس، عندما يكون هناك ارتباك عميق بشأن هويتنا، نشعر وننقل للآخرين عدم اليقين والتردد، وكأننا محتالون، قواقع فارغة تعلق باستمرار بشأن ما يعتقد الآخرون عنا.

ومن هنا جاء وصف الفئة العمرية بين الطفولة المبكرة والمراهقة بأنها «سن الحيرة»؛ إذ يظل الفرد محتارًا بين هويتين: الطفولة والعمر اليافع.

كيف تتطور الهوية؟

وصف عالم النفس الشهير إريك إريكسون المراهقة بأنها أزمة «ارتباك الهوية مقابل تكوين الهوية».

ورغم أن سنوات المراهقة والشباب هي فترة محورية لتشكيل الهوية على المستويين

العاطفي والمعرفي، فإن تكوين الهوية يبدأ في وقت أبكر، ويبلغ ذروته في المراهقة حين نجرب أدوارًا مختلفة ونعزز ما تعلمناه عن أنفسنا في وقت مبكر من الحياة. انعكاس (المرأة):

منذ الطفولة، يرى الأطفال أنفسهم من خلال عيون وسلوكيات الآخرين. عندما يرى الطفل شخصًا يبتسم له، يقترب منه وجهًا لوجه، يرفع نبرة صوته، ويقلد ابتسامته. هذا هو أحد الأمثلة الأولى على الانعكاس.

ينطبق الأمر نفسه عند تعبيرنا عن الحزن لطفل يبكي. هذا الانعكاس يساعد الطفل على الشعور بأنه مرئي ومقدر.

التواصل المتناغم والمصدق:

إن الطريقة التي نتواصل بها مع أطفالنا تساعدنا على فهمهم. «نفهمهم». التواصل الفعال يعزز شعور الأطفال بأنهم مرئيون

ومفهومون، ويوفر لهم الدعم للتعامل مع نجاحاتهم وإخفاقاتهم.

التواصل الناجح يجب أن يكون منسجمًا مع الحالة العاطفية للطفل، صادقًا في التعامل مع أفكاره ومشاعره.

على سبيل المثال:

راشد، طفل عمره 12 عامًا، يريد أن يصبح نجم كرة سلة مثل بطله لابرون جيمس. عندما لم يتم قبوله في فريق المدرسة، رد والده بقوله: «لا بأس، هناك دائمًا كرة القدم».

عندما لاحظ الأب خطأه، قال: «لنضع طوق كرة السلة في المنزل وتدريب سويًا». هذا الرد جعل راشد يشعر بالفهم والتقدير.

التعزيز الاجتماعي:

الأقران والمجموعات الاجتماعية تساعد الأطفال في تحديد هويتهم. بصفقتنا آباء، علينا تشجيع أطفالنا على متابعة شغفهم وتوفير الفرص والمعلومات التي يحتاجونها لتحقيق ذلك.

بهذه الطريقة، نساعدهم على بناء هويتهم

وتعزيزها.

دراسة حول تقييم قضايا نفقة الأطفال في غانا: معايير وتحديات الأخصائيين الاجتماعيين

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف كيفية تعامل الأخصائيين الاجتماعيين في غانا مع قضايا نفقة الأطفال، حيث يلعبون دورًا محوريًا في ضمان رفاه الأطفال وسط غياب إطار عمل موحد لتقييم هذه القضايا. تعكس الدراسة التحديات التي تواجه الأخصائيين الاجتماعيين، مع التركيز على المعايير التي يعتمدونها في تقييم الحالات، والآليات التي يلجؤون إليها لضمان تنفيذ قرارات النفقة بشكل فعال. اعتمدت الدراسة على منهجية بحث نوعية مستعرضة تضمنت مقابلات معمقة مع أخصائيين اجتماعيين وأفراد معنيين بقضايا النفقة. أظهرت النتائج أن الأخصائيين الاجتماعيين يركزون على معايير محددة تشمل الوضع المالي والمهني للوالدين، واحتياجات الطفل الأساسية مثل الغذاء والتعليم والرعاية الصحية. كما يتم التفاوض مع الأطراف لتحديد مبلغ

النفقة بما يتناسب مع قدراتهم المالية، إلى جانب التحقيق في صحة الادعاءات المتعلقة بإهمال أحد الوالدين لدفع النفقة ورغم هذه الجهود، يواجه الأخصائيون تحديات كبيرة، أبرزها غياب إطار عمل موحد يجعل القرارات تخضع للتقديرات الشخصية، مما يؤدي إلى تفاوت في النتائج من حالة لأخرى. كما أن نقص الموارد يعوق متابعة تنفيذ قرارات النفقة بفعالية، إضافة إلى أن بعض العائلات تفضل الحلول التقليدية عبر الأسرة بدلاً من اللجوء إلى القنوات الرسمية. يزداد هذا التعقيد مع ارتفاع أعباء العمل على الأخصائيين، مما يحد من قدرتهم على تقديم خدمات مستدامة. أوضحت الدراسة أن المفاوضات التي يشرف عليها الأخصائيون غالبًا ما تؤدي إلى حلول توافقية، لكنها تبقى غير كافية لضمان

التزام الأطراف، خاصة في ظل غياب أدوات مثل «آلة حساب النفقة» التي يمكن أن تسهل تحديد المبالغ المستحقة بشكل عادل. أشارت النتائج أيضًا إلى أهمية دور الأسرة الموسعة التي تُسهم أحيانًا في تخفيف العبء المالي على الوالدين، لكنها لا تُعد بديلاً عن تدخل الدولة لضمان حقوق الأطفال وفي ظل هذه التحديات، قدمت الدراسة مجموعة من التوصيات لتعزيز فعالية النظام. دعت إلى تطوير إطار عمل موحد يتضمن أدوات قياس محددة لتحديد مبالغ النفقة بناءً على الدخل واحتياجات الطفل، وتحسين آليات المتابعة لضمان الالتزام بالدفع. كما أوصت بتوفير تدريب مستمر للأخصائيين الاجتماعيين لتعزيز مهاراتهم في التفاوض وحل النزاعات، إلى جانب تحسين التنسيق بين وزارة الرعاية الاجتماعية والمحاكم لضمان تنفيذ قرارات النفقة بكفاءة

شددت الدراسة أيضًا على أهمية التثقيف المجتمعي لزيادة الوعي بأهمية نفقة الأطفال، وتشجيع الأسر على اللجوء إلى القنوات الرسمية بدلاً من الحلول التقليدية التي قد تكون غير فعالة. وأوصت بإشراك الجمعيات الأهلية والمؤسسات غير الحكومية لدعم الأخصائيين الاجتماعيين في أداء مهامهم

تخلصت الدراسة إلى أن الأخصائيين الاجتماعيين يلعبون دورًا محوريًا في حماية حقوق الأطفال، لكن غياب الهياكل التنظيمية وضعف الموارد يشكلان عقبات كبيرة. ومن ثم، فإن إصلاح النظام وتعزيز الدعم المؤسسي يعدان أمرين أساسيين لضمان تحقيق العدالة للأطفال وتحسين رفاههم

تقنيات التحكم في الغضب



دكتورة/ وفاء مصطفى
استشارية تنمية بشرية

يشكل التحكم في الغضب أمراً بالغ الأهمية بالنسبة للأفراد من جميع الفئات العمرية فقد تفعل أشياء تندم عليها، أو تندفع بردود أفعال؛ فتؤدي مشاعر من حولك خاصة بين الأزواج ولذلك فإن التحكم في الغضب خصلة محمودة لتحقيق النجاح في جميع جوانب حياتك شخصياً واجتماعياً ومهنياً ودينياً، لاسيما عندما يكون هناك أطفال يقتدوا بأبائهم، ويتطبعوا بطباعهم، ويحاكوا عاداتهم.

فإنما أن تكون سبباً لنجاحهم في جميع مراحل حياتهم العمرية سواء كانوا في المدرسة أو الجامعة أو مع أقرانهم أو أثناء تحصيلهم الدراسي أو أن تكون غير ذلك؛ من أجل ذلك فإن تقنيات التحكم في الغضب ضرورة وليس ترفناً لأنها تصنع شخصيات لمستقبل واعد حيث يتعلم الأطفال الانضباط، والتحكم في فورة الانفعال التي تدمر ولا تبني بالإضافة إلى الصبر، وتحمل المسؤولية وإليك التقنيات التالية للتحكم في الغضب:

تجنب ردود الأفعال الغاضبة

إن للغضب وجهان لعملة واحدة، فرد الفعل على المواقف الغاضبة هو الذي يصنع العلامة الفارقة بينك وبين الآخرين فإنما أن تحقق النجاح وتعيش حياتك بسلاسة وانسجام؛ أو أن تترك نفسك تعيش بردود الأفعال فتضع زمام انفعالاتك في يد الطرف الآخر، فالغضب قد يكون صحيحاً للتعبير عن النفس وإخراج مشاعر الغضب.

عبر عن مشاعرك

ولقد أثبتت الدراسات أن من أفضل الوسائل للتغلب على نوبة الغضب هو الحكمة والتأني وعدم الاندفاع للرد، بل الانتظار للحظات لتنظيم أفكارك قبل البوح بأي شيء، ولذلك فإن أهم عنصر في التعامل مع الغضب هو أن تعبر عن مشاعرك بصراحة ووضوح بعد الانتهاء من الموقف، وتحرص على ألا تكتم أفكارك ولا تخجل من التعبير عنها، بل يجب أن تفتح عنها بحرية على أن تتحكم في مخاوفك وإحباطاتك وتظهر احتياجك بشكل حاسم دون إيذاء أو جرح مشاعر الآخرين أو محاولة فرض رأيك

عليهم، ومن المفيد في هذه الحالة بأنه يجب أن تمتلك القدرة على السيطرة على مشاعرك.

مارس رياضة

غير وضعية جسمك، وانتقل إلى مكان آخر، أو أن تمارس رياضة الركض أو المشي السريع كوسيلة للتنفيس عن الغضب، أو أنا تمارس رياضتك المفضلة، فإن ممارسة الرياضة عاملاً مهماً في تقليل فورة الغضب وخفض مستوى التوتر بشكل كبير والحركة في حالة الغضب مفيدة في جميع الأحوال كأن تمارس الأنشطة البدنية الممتعة التي تفضلها، وتمثل الرياضة بالنسبة للغاضب كتناول جرعة كبيرة من الراحة النفسية وكأنه تناول حبة من الحبوب المهدئة. وفي هذا الصدد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إذا غضب أحدكمم وهو قائم فليجلس، فإن ذهب عنه الغضب وإلا فليضطجع).

خذ استراحة وتأمل

إن الحصول على فترة استراحة خلال يومك ليس على سبيل الرفاهية، بل ضرورة تدعوك للتأمل والهدوء بعيداً عن الشعور بالإحباط والتوتر للمواقف التي تتعرض لها أثناء يومك التي تعكر صفوك وتغير مزاجك، ولذلك الجأ للتأمل إذ أنه لا يوجد شيء في الدنيا أهم من صحتك والحفاظ على اعتدال مزاجك وهدوء صفوك يمكن أن تعبر عن مشاعرك وتقول ما أردت قوله بهدوء ودون انفعال، فالمشاعر الهادئة تجلب النتائج الهادفة ورد الفعل المتأني لا ينتج عنه إلا الأهداف المنشودة التي تسعى إليها.

أوجد حلولاً مبتكرة

إن التركيز على أسباب الغضب يبعدك عن التفكير الإيجابي في هذا الموقف، بل يجب أن تجد حلولاً مبتكرة بعيداً عن دائرة الغضب، نعم قد تحدث مواقف تدعوك إلى الغضب خارج نطاق سيطرتك، ولكن تذكر دائماً بالألا تغضب على الأشياء التي لا تستطيع تغييرها، واعلم أن الغضب لن يحل المشكلة، بل يزيد المواقف المتأزمة سوءاً.

تجنب إلقاء اللوم

لا يوجد أحد في العالم يحب إلقاء اللوم عليه، ولذلك ابدأ بالاحترام أولاً فإذا بدأت بتوجيه النقد أو اللوم سيزيد المشكلة سوءاً، بل ستضع الطرف الآخر في موقف الدفاع عن نفسه، بالإمكان أن تكون محدداً في كلماتك.

سامح من أجل الارتياح النفسي

عندما تتبع تقنيات السيطرة على مشاعرك، والتنفيس عنها بالوسائل الإيجابية؛ فإنها تفرز المشاعر الإيجابية بالتالي، فلا تشعر بالحقد، أو الضغينة، أو الظلم، أو المرارة، فإن المسامحة تجلب الهدوء والارتياح النفسي، والشعور بالقوة النفسية بأنك كنت قادراً على أن تنتقم لنفسك، ولكن استطعت أن تسيطر على نفسك، وتضبط مشاعرك، وتكظم غيظك وهذه من جوانب القوة النفسية التي حباك الله بها، بهذا التصرف تكون قدوة حسنة للطرف الآخر لأن يقتضي بك، وقد تتعزز العلاقة بينكما، وتطرده ذلك المشاعر السلبية، وتزداد بالتالي المشاعر الإيجابية.

خذ الأمور ببساطة

ابتعد عن المبالغة والتهويل، فلا تبالغ في ردود فعلك، خذ الأمور ببساطة وهون على نفسك، بعض الأحيان تكون الفكاهة هي الحل للخروج من الأزمة، وتقليل التوتر، ولكن شريطة أن تكون الفكاهة غير ساخرة ولا تؤذي أو تجرح مشاعر أحد ولا تشعل الموقف سوءاً، ولكن ربما ترى الموضوع من وجهة نظر أخرى غير الغضب.

مارس مهارة الاسترخاء

لن يأتي الاسترخاء من تلقاء نفسه، بل يجب عليك أن تتقن كيفية التنفس العميق بالمهارة التي تجلب الاسترخاء والهدوء للجسم كله، يحتاج منك أن تركز على حديثك الإيجابي لنفسك مبتعداً عن المبالغة والتهويل، كذلك يمكنك الاستماع إلى موسيقى هادئة، أو كتابة يومياتك، أو أن تلجأ لشخص مقرب لتحكي له ما حدث على سبيل الفضفضة.

المساهمة في المسؤولية المجتمعية Contribution to Social Responsibility

ساهم في إسعاد كبار المواطنين من الآباء
والأمهات في اليوم العالمي لكبار السن بتوزيع
هدايا تصلهم إلى منازلهم

Contribute to the happiness of senior citizens of
fathers and mothers on the International Day for
Older Persons by distributing gifts to their
homes |



المسؤولية المجتمعية
دائرة الخدمات الاجتماعية
Government of Sharjah
Social Services Department



200 درهم (AED) 5145	50 درهم (AED) 5144	5 درهم (AED) 4212	1 درهم (AED) 7005 du	1 درهم (AED) 7013
---------------------------	--------------------------	-------------------------	----------------------------	----------------------

للمساهمة برسالة نصية
ارسل كلمة **جنتنا**
For contribution send a blank
SMS and type the word **Jannatuna**

مصرف الشارقة الإسلامي
SHARJAH ISLAMIC BANK



للمساهمة المسح على
رمز الاستجابة السريعة
For contribution scan the QR code

sssdshj

065015851 0568537304

@ccr@sssd.shj.ae