

فلاحت

مجلة إلكترونية شهرية تصدرها دائرة الخدمات الاجتماعية - العدد 82 - فبراير 2025

سفراء الحياة الرقمية الآمنة

جيل يقود المستقبل الرقمي الواعي



ولجات

الهيئة التحريرية

المشرف العام

خولة عبدالله آل علي

رئيس التحرير

حورية الزرعوني

هيئة التحرير

محمد البشير الدودو

حصة بن درويش آل علي

ريم عيسى المازمي

عائشة سويدان

ميرفت الخطيب

الإخراج الفني

محمد البشير الدودو

ملاحظة

إن الآراء الواردة في المقالات

لا تعبر بالضرورة عن رأي

المجلة والدائرة

للتواصل

065015144

media@sssd.shj.ae



6

ملتقى الموظفين
يعزز التقارب المجتمعي في
أجواء طبيعية



6

«قياس أثر» 35 خدمة
تقدمها «اجتماعية الشارقة»
لمستفيديها



6

«صنع بأيديهم»
مبادرة من رواد دار المسنين

فاطمة إسماعيل
التطور حاجة ملحة لمواكبة
العصر

6

كيف لطفلي أن يعيش
حياة ذات جودة
مستدامة

6

استراتيجيات الصمود

6

القيادة في تربية الأبناء

6



6

مشاركة 3 آلاف متطوع
خريج الدفعة الأولى من برنامج دبلوم الإرشاد
النفسي والأسري



6

المجلس الاستشاري
يطلع على جهود «اجتماعية الشارقة» في
المنطقة الوسطى



6

لمتطوعي مركز الشارقة للعمل التطوعي
ورشة تدريبية حول الإسعافات الأولية



مجلة إلكترونية شهرية تصدرها دائرة
الخدمات الاجتماعية



حكومة الشارقة
دائرة الخدمات الاجتماعية

Government of Sharjah
Social Services Department

يطلع على جهود «اجتماعية الشارقة» في المنطقة الوسطى

قراءتنا ومجتمعنا. فكما تحمل الواحات في طياتها الحياة والأمل، تسعى مجلتنا لأن تكون منبراً نابضاً بالحياة والإبداع، يجمع بين الفكر والعمل، وبين الطموح والإنجاز وفي هذا السياق، نود أن نُشيد بالجهود المبذولة من فريق التحرير وكافة المساهمين الذين ساهموا في إعداد هذا العدد، لتقديم محتوى يليق بتوقعاتكم ويعكس التميز الذي نسعى لتحقيقه دائماً فإننا نعرب عن شكرنا وتقديرنا لكل من يدعم مسيرة واحات، سواء من قرّاء أو كتاب أو شركاء نجاح. إن دعمكم هو الوقود الذي يُحفزنا على المضي قدماً، لتقديم الأفضل في كل إصدار

وقراءة ممتعة ومثيرة نتمناها لكم.

يسرنا أن نلتقي بكم مجدداً عبر صفحات مجلة واحات في عددها الثاني والثمانين، الذي يحمل في طياته روح التجدد والابتكار. لا سيما أن هذا العدد يتألق بطلاقة جديدة تزامناً مع انطلاقة العام الجديد، حيث نطمح من خلاله إلى تقديم محتوى أكثر شمولية وحدائث، يلبي تطلعات قرّائنا الأعزاء، ويرسخ دور المجلة كمنبر ثقافي ومعرفي يواكب التطورات ويعكس روح العصر

لقد حرصنا في هذا العدد على التركيز على محاور متجددة تُبرز القيم الإنسانية العميقة التي تُشكل الأساس لبناء مجتمعات متماسكة ومزدهرة. ونسلط الضوء على مبادرات ملهمة وقصص نجاح تُعبر عن العزيمة والإصرار، وتتناول رؤى مبتكرة وأفكاراً نيرة تُساهم في تعزيز التنمية المستدامة، وتدفعنا جميعاً نحو بناء مستقبل أكثر إشراقاً للأجيال القادمة إن التجديد الذي تشهده واحات اليوم هو جزء من التزامنا العميق بمواكبة تطلعات

الخدمة الاجتماعية

روح التجديد





401 مشاركاً:

وذلك بواقع شمل 145 مشاركاً بالشارقة، و50 مشاركاً بمنطقة الحميرة، بالإضافة إلى 61 مشاركاً بخورفكان، وكذلك 51 بكاباء، و25 مشاركاً بالبطنج، و21 مشاركاً بالمدمام، بالإضافة إلى مدينة الذيد بمشاركة 17 مشاركاً، وكذلك 16 مشاركاً بمدينة مليحة و15 بمدينة دبا الحصن وتم تنظيم 49 دورة تدريبية متخصصة ضمن البرنامج، تنوعت بين 26 دورة بعنوان «جودة الحياة الرقمية»، 20 دورة متخصصة في «التحول الرقمي»، و3 دورات موجهة نحو تعزيز الوعي بـ«الأمن الإلكتروني».

في إنجاز البرنامج، بالإضافة إلى تكريم الفئات الخاصة من الأطفال من متلازمة داون وذوي الإعاقة الذين كانوا جزءاً من هذه المبادرة.

تعزيز الأمن الرقمي

وأطلق البرنامج في نسخته الأولى بتاريخ 8 فبراير 2024، بالتزامن مع اليوم العالمي للإنترنت الآمن، وتم تصميمه بعناية لتحقيق أهداف تربوية واجتماعية نبيلة، حيث يسعى إلى تمكين الطلبة من اكتساب مهارات القيادة والتنمية الذاتية، مع التركيز على ترسيخ القيم القيادية وروح المبادرة لديهم.

وخلالها مرّ البرنامج بمراحل متعددة بدأت بعملية اختيار وتقييم دقيق للمشاركين، تلاها تدريب مكثف وفق محاور متخصصة بالتعاون مع جهات ذات خبرة واسعة، وقد ساهمت هيئة تنظيم الاتصالات والحكومة الرقمية في تقديم التمكين التقني للمشاركين، فيما قدمت هيئة الشارقة للإذاعة والتلفزيون عبر مركز الشارقة للتدريب الإعلامي، تمكيناً إعلامياً يعزز قدرات السفراء في التواصل الفعّال.

بحضور سعادة أحمد الميل

تكريم «سفراء الحياة الرقمية الآمنة»

214 طفلاً من الفئة العمرية 8 إلى 16 سنة، ليصبحوا سفراء متخصصين في تعزيز السلوكيات الإيجابية في الفضاء الرقمي، كما تم تكريم عدد 3 شركاء استراتيجيين وعدد 11 من المدربين كل في اختصاصه والذين ساهموا

احتفت دائرة الخدمات الاجتماعية بتخريج الدفعة الأولى من برنامج «سفراء الحياة الرقمية الآمنة»، الذي استهدف تأهيل الطلبة لنشر الوعي بالحياة الرقمية الآمنة بين زملائهم ومجتمعهم. وتم خلال الحفل تخريج

«تمكين الفئات المستهدفة من النساء، الأطفال، وكبار السن، وحرف الدعم الاجتماعي ومتابعة الأسر»

والدكتور إسلام الشويبي خبير إعلامي ورافقه أعضاء المجلس، منهم راشد غانم الشامسي، مقرر اللجنة، والدكتورة هند الهاجري، عضو لجنة الشؤون الصحية، بالإضافة إلى حليلة العويس نائب رئيس المجلس، وهدى الحمادي أمينة السر، والدكتور إسلام الشويبي، خبير إعلامي

من جانب دائرة الخدمات الاجتماعية، كان في استقبال الوفد عبد الله علي بن هويدن، مدير فروع الدائرة في المنطقة الوسطى، ومدراء الفروع في المنطقة الوسطى والكوادر العاملة كل في مقره شملت الزيارات الأربع أفرع من فروع الدائرة في المنطقة الوسطى، استعراضاً شاملاً للخدمات المقدمة في كل فرع، لضمان تحقيق الاستقرار الاجتماعي وتعزيز جودة الحياة للمواطنين

وتعرفت لجنة اجتماعنا الاستشاري على الخدمات الصحية والعلاجية التي تشمل الرعاية المنزلية، توفير الأدوية، معالجة الحالات المزمنة، والعلاج الطبيعي المقدم لمتلقي الرعاية، إلى جانب برامج الدعم الاجتماعي وتمكين الفئات المستهدفة من النساء، الأطفال، وكبار السن، وصرف الدعم الاجتماعي ومتابعة الأسر



الزيد، مليحة، والمدام وجاءت الزيارة التي جرت صباح أمس في إطار أعمال المجلس الاستشاري لحدود الانعقاد العادي الثاني من الفصل التشريعي الحادي عشر ترأس الوفد المجلس سعيد مطر بن حامد الطنجي، رئيس لجنة شؤون الأسرة، وحضرت حليلة حميد العويس نائب رئيس المجلس، ومن لجنة شؤون الأسرة راشد غانم الشامسي مقرر اللجنة وعبد الله البدوي الحوسني وعبد الله بن معدن الكتبي وعبد الله بن طريش الكعبي وحميد عبيد الحمودي والدكتورة هند الهاجري عضو لجنة الشؤون الصحية والعمل والشؤون الاجتماعية، ومن الأمانة العامة للمجلس هدى الحمادي أمينة السر

يشيد بدورها في تعزيز الاستقرار المجتمعي

«الاستشاري»

يطلم على جهود «اجتماعية الشارقة» في المنطقة الوسطى

وتمكين الأسر والفئات المجتمعية، بما يحقق التكافل والاستدامة الاجتماعية زارت كل من لجنة شؤون الأسرة ولجنة الشؤون الصحية والعمل والشؤون الاجتماعية بالمجلس الاستشاري لإمارة الشارقة، فروع دائرة الخدمات الاجتماعية بحكومة الشارقة في المنطقة الوسطى، شملت فروع البطائح،

أشادت لجنة شؤون الأسرة ولجنة الشؤون الصحية والعمل والشؤون الاجتماعية بالمجلس الاستشاري لإمارة الشارقة بجهود دائرة الخدمات الاجتماعية في المنطقة الوسطى، خلال زيارته لفروعها في البطائح، والزيد، ومليحة، والمدام، وقد تضمنت الزيارة استعراض البرامج الصحية والاجتماعية التي تعزز جودة الحياة



ملتقى الموظفين يعزز التقارب المجتمعي في أجواء طبيعية

البهجة، كما شارك الموظفون أمنياتهم للعام الجديد، وفي ختام الملتقى، توجه أحمد الميل بالشكر للحضور، متمنياً لهم مزيداً من السعادة والنجاح في خدمة المجتمع، مؤكداً على أهمية العمل بروح التفاني والمسؤولية

نظمت اجتماعية الشارقة ملتقى الموظفين في منتزه الشارقة الصحراوي، وجاء الملتقى كفرصة لتعزيز الروابط بين الموظفين خارج بيئة العمل الرسمية، حيث يُعد المنتزه وجهة مثالية للاستجمام، ويُعرف باسم «المنتزه الشتوي» لأهالي الشارقة، وتخلل الحفل العديد من الفعاليات الترفيهية والمسابقات التي أضفت أجواءً من



لمنتسبي مركز خدمات كبار السن
من نادي الأصالة

«الشارقة الرقمية»

تعرف كبار السن بتقنيات
ومخاطر التزييف العميق

قدمت دائرة الشارقة الرقمية؛ ورشة توعوية حول تقنية التزييف العميق لمنتسبي مركز خدمات كبار السن من نادي الأصالة، حيث تهدف الورشة إلى توعية المشاركين بالتطورات التكنولوجية الحديثة التي تؤثر على حياتهم اليومية، خاصة في ظل ظهور تقنيات التزييف العميق «Deepfake» التي أصبحت جزءاً من واقعنا المعاصر، حيث تم خلال الورشة شرح مفهوم التزييف العميق وأثره على الوسائط الإعلامية والاجتماعية، وكيفية التمييز بين الفيديوهات والصور الحقيقية والمزيفة، كما تم التطرق إلى مخاطر هذه التقنيات التي قد تُستخدم في نشر الأخبار الكاذبة أو تشويه السمعة

واستهدفت الورشة تمكين كبار السن من فهم كيفية التعامل مع هذه التقنيات بوعي، إضافة إلى تقديم استراتيجيات وأدوات لمساعدتهم في حماية أنفسهم من الوقوع في فخ الأخبار المغلوطة والمحتوى المضلل، من خلال الأنشطة التفاعلية والعروض التوضيحية، تم تشجيع المشاركين على التفكير النقدي وتقييم

وملاحظات المتعاملين، وثالثاً: رضا المتعاملين المعني باستقبال الشكاوى والاستفسارات والملاحظات حيث يقوم بإحالتها إلى الإدارات المعنية لإجراء لازم ومن ثم إغلاقها وتقييمها

وشرحت سكينة قياس أثر الخدمات الاجتماعية بكونه خدمة جديدة أطلقتها الدائرة عام 2024 للتأكد من جودة وفعالية الأثر، وعن نجاح الخدمة للتحويل الإيجابي في حياة المستفيد، ويطبق قياس الأثر على 35 خدمة تقدمها الدائرة موزعة على كافة إدارات ومراكز ودور الدائرة، وتم اختيار الاستبيان كوسيلة للتعرف على الأثر، من خلال التواصل المباشر حيث يتم إدراج عينة الكترونية شهرية لقياس أثر الخدمة عليها، وهناك فريق مخصص من مركز خدمات المتعاملين، مؤلف من 18 موظفاً مهامهم تقييم جودة الخدمة من خلال الاتصال المباشر هاتفياً والتحدث مع العميل وتسجيل رأيه في هذه الخدمة أو تلك.

فهذا القياس ساعدنا في التعرف على مكامن القوة والضعف والعمل على تحسين الخدمة وجودتها، ووضع خطة تحسينية لرفع مستوى رضا العملاء، بالتعاون مع مكتب التطوير المؤسسي بالدائرة، والذي بدوره يقوم بعملية التوجيه والتحسين.

وعن أبرز القراءات أو النتائج التي توصلنا إليها، برزت في كافة دور الإيواء التابعة للدائرة، والتي حققت نسبة 100% فيها مثل دار رعاية المسنين ودار الأمان ودار الرعاية الاجتماعية للأطفال، مشيرة بأن لكل خدمة قياس أثر لها مجموعتها من الأسئلة بحسب التخصص، وأضافت، أن درجات التقييم من 1 إلى 5، يختار المستفيد بينها، ويتم سؤاله عن خياره، وبالتالي استفدنا من التعرف على اقتراحات من قبل المستفيدين خلال الحوار معهم وتم تقديمها في البرامج أو تطوير الخدمات



تم إطلاقها خلال 2024

«قياس أثر» 35 خدمة

مقدمة من «اجتماعية الشارقة» لمستفيديها

خدمات المتعاملين، والتي تشمل أولاً: الاستقبال (البدالة، خدمة المركبة الخارجية)، وثانياً: الخدمات الهاتفية على الخط المجاني 800700 الذي يستقبل جميع المكالمات على مدار اليوم ويقدم جميع البلاغات من خدمات الضمان الاجتماعي وخدمات الرعاية والحماية وخدمات مركز الشارقة للعمل التطوعي واستفسارات وشكاوى

35 خدمة تعكف دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، على متابعة جودتها وفعاليتها من خلال إطلاقها «قياس أثر الخدمات الاجتماعية» والمرتبطة بمؤية الإمارات وأهداف الدائرة وأجندة الإمارات الوطنية، وذلك عبر عدة خطوات يقوم بها المستفيد من خدمات الدائرة، كشفت عن ذلك سكينة حسن محمد مدير مركز



2025

"عام المجتمع"



بدء توزيع صناديق فرحة عيد ضمن مبادرة التلاحم المجتمعي لإسعاد الأطفال في عيد الفطر

تدعو الأفراد والمؤسسات للتكاتف والمساهمة في تعزيز قيم التراحم الاجتماعي وإسعاد الأطفال بمناسبة عيد الفطر المبارك وتهدف هذه المبادرة إلى نشر السعادة والتلاحم بين أفراد المجتمع، وتأكيد أهمية التعاون والتضامن في تعزيز الروابط المجتمعية، خاصة في هذا الشهر الفضيل

بدأت إدارة التلاحم المجتمعي التابعة لاجتماعية الشارقة، بتوزيع صناديق «فرحة عيد» في مختلف المؤسسات والجهات المشاركة، ضمن مبادرتها السنوية لإسعاد الأطفال بمناسبة عيد الفطر تجوب القافلة المكونة من حافلة وسيارتين العديد من المؤسسات لتسليم صناديق العيد وتقديم فرصة للجهات لدعم الأطفال بالهدايا والاحتياجات الخاصة بالعيد، وتستمر المبادرة حتى نهاية شهر رمضان، حيث



25 موظفاً من مختلف الأقسام

بالتعاون مع الجامعة القاسمية

الإحتفاء بتخريج الدفعة الأولى من برنامج دبلوم الإرشاد النفسي والأسري

وأكدت سمية الحوسني، مدير إدارة الموارد البشرية في دائرة الخدمات الاجتماعية، أن البرنامج أعد بعناية ليجمع بين الجوانب النظرية والتطبيقية، حيث اشتمل على 100 ساعة دراسية معتمدة، موزعة على 20 ساعة لكل مقرر دراسي، وعُقدت بواقع حصتين أسبوعياً في قاعة التدريب بالجامعة

وأضافت الحوسني، أن نخبة من أعضاء هيئة التدريس أشرفوا على تنفيذ البرنامج، مما أتاح للمشاركين فرصة الاستفادة من خبرات أكاديمية ومهنية متميزة

بالتعاون مع الجامعة القاسمية، احتفت دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة بتخريج 25 موظفاً من مختلف إداراتها وأفرعها، ضمن الدفعة الأولى من الحاصلين على برنامج دبلوم الإرشاد النفسي والأسري، خلال حفل أقيم على مسرح الجامعة القاسمية

ويأتي هذا البرنامج في إطار الشراكة المثمرة بين دائرة الخدمات الاجتماعية والجامعة القاسمية، بهدف إعداد وتأهيل كوادر متخصصة قادرة على تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للأفراد والأسر، والمساهمة في تعزيز استقرار المجتمع ورفاهيته



تتكفل «اجتماعية

أبناء الشارقة من ذوي الإعاقة يعالجون أسنانهم بالمجان في مستشفى الأسنان

باشرت دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، بتنفيذ قرار المجلس التنفيذي رقم 2 لعام 2025، بشأن تقديم الخدمات الطبية والعلاجية للأسنان لكبار السن وذوي الإعاقة المواطنين من كافة الأعمار في إمارة الشارقة، بعدما كانت تقتصر سابقاً على كبار السن وتشرح أسماء الخضري مدير مكتب الجودة والخدمات الصحية المراعية للسن، بأنه بات بإمكان كافة ذوي الإعاقة من كافة الأعمار من مواطني إمارة الشارقة علاج أسنانهم في مستشفى الأسنان في جامعة الشارقة، وذلك بناء على توجيهات صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، الذي لا يألوا جهداً في دعم هذه الفئة من المجتمع ومراعاة وتلبية كافة أوضاعهم واحتياجاتهم وتحسين وضعهم الاقتصادي وقالت الخضري، بإشرنا بتلقي الطلبات من مستشفى الأسنان الجامعي منذ أكثر من شهر، حيث كُلفت دائرة الخدمات الاجتماعية بتقديم الدعم المالي المباشر لمصاريف الخدمات الطبية والعلاجية للأسنان لكبار السن وذوي الإعاقة المواطنين المسجلين لدى الدائرة، وفقاً لأحكام قرار المجلس الاستشاري، كما قامت بتوزيع البطاقات الائتمانية الخاصة بعلاج الأسنان على ذوي الإعاقة. وأقبت بالقول، تختص دائرة الخدمات الاجتماعية في

الخدمات الطبية والعلاجية للأسنان، وإدالة المستفيدين للجهات الطبية والعلاجية المختصة وإبرام العقود والاتفاقيات مع مستشفى الأسنان الجامعي بالشارقة والمؤسسات والمنشآت التخصصية في تقديم الخدمات الطبية والعلاجية للأسنان، إضافة إلى المتابعة الدورية وتقييم الخدمات الطبية والعلاجية للأسنان المقدمة من المؤسسات والمنشآت المتعاقدة مع الدائرة واتخاذ كافة الإجراءات الإدارية والقانونية اللازمة بشأنها وتؤكد مدير مكتب الجودة والخدمات الصحية المراعية للسن، بأن هذا الإجراء يؤدي إلى دعم وتعزيز الخدمات الطبية والعلاجية للأسنان لكبار السن وذوي الإعاقة

إبرام اتفاقية أمان مع «مجموعة الشارقة»

حالات التدخل العاجل وحالات الأزمات والطوارئ للارتقاء بنوعية الحياة للمقيمين في الإمارة، حيث اجتمعت إرادة الطرفين على تحقيق شراكة اجتماعية مسؤولة بخطى ثابتة ورؤى نافذة، تمثلت في هذه الاتفاقية ووقع الاتفاقية كل من حصة الحمادي مدير إدارة التلاحم المجتمعي، وأحمد بن زايد المدير العام للمجموعة والتي ينضوي تحتها عدة فنادق ومن ضمنها نزل البداير ونزل الرفراف ونزل الرياحين وبناء على الاتفاقية يتعاون الطرفان على التعاون فيما بينهما لتحقيق عدة أهداف منها، تقديم الدعم الاجتماعي والتضامن مع الحالات المنتفحة لدى الدائرة كونها حالات ذات أولوية بالرعاية الاجتماعية ورفع مستواها المعيشي وتحسين جودة الحياة لديها أثناء التدخلات العاجلة والأزمات والكوارث ودعم جهود الشراكة لتحقيق التنمية المجتمعية بالشارقة وتعزيز وترسيخ القيم الإنسانية والأعمال الخيرية في المجتمع.



أبرمت إدارة التلاحم المجتمعي في دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، اتفاقية تعاون مع مجموعة الشارقة، ضمن اتفاقيات «أمان» المتصلة بالتدخل العاجل وحالات الأزمات والطوارئ وتقديم الدعم العيني والخدمي، وجاء الاتفاق 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 دائرة الخدمات الاجتماعية بالشارقة بشكل خاص، من أجل السعي إلى خدمة هذه الفئة المحتاجة من المجتمع أثناء



ومضة اجتماعية



توعية اجتماعية





«الشارقة للعمل التطوعي» يساهم في تنظيم بطولة الشيخ محمد بن خالد القاسمي لكرة اليد

في إطار تعزيز روح التطوع والمشاركة المجتمعية، شارك متطوعو مركز الشارقة للعمل التطوعي في تنظيم بطولة الشيخ محمد بن خالد القاسمي لكرة اليد، حيث ساهموا في الأعمال التنظيمية والإشرافية لضمان نجاح هذا الحدث الرياضي البارز

شارك متطوعو «مركز الشارقة للعمل التطوعي» في تنظيم «طواف الشارقة الدولي للدراجات الهوائية»، حيث قدموا الدعم اللوجستي والإرشاد للمتسابقين والجمهير، مما يعكس روح العطاء والتعاون في إنجاح الفعالية، إلى جانب تعزيز ثقافة العمل التطوعي في المجتمع ودعم الفعاليات الرياضية في الإمارة

متطوعو مركز «الشارقة للعمل التطوعي» يساهمون في تنظيم
طواف الشارقة الدولي



طواف الشارقة

متطوعو مركز «الشارقة للعمل التطوعي» يساهمون في تنظيم النسخة السادسة من «طفولة ثون»



نظم مركز التدخل المبكر التابع لمدينة الشارقة للخدمات الإنسانية بالتعاون مع عدد من مدارس إمارة الشارقة، والمؤسسات والجهات المجتمعية، الدورة السادسة من النشاط الرياضي التوعوي «طفولة ثون» في «جزيرة العلم»

يهدف الحدث السنوي إلى التعريف بالإعاقة وتسهيل الضوء على القضايا المرتبطة بها، إضافة إلى تعزيز الوعي بسبل الوقاية والحد من حدوثها، وشارك في النشاط أكثر من 4000 طالب وطالبة من مدارس الإمارة، إلى جانب أقرانهم من الطلبة ذوي الإعاقة من المدينة، في مسابقات وتحديات متنوعة تضمنت محاكاة ظروف الإعاقة بأشكالها المختلفة لزيادة الفهم والتقدير لاحتياجات هذه الفئة.

وقد شهد الحدث مشاركة مميزة من مركز الشارقة للعمل التطوعي، الذي ساهم بـ 44 متطوعاً ومتطوعة



مركز الشارقة للتطوع ينظم ملتقى ألعاب القوى الدولى للمعاقين

لعب متطوعو مركز الشارقة للعمل التطوعي دوراً محورياً في تنظيم ملتقى الشارقة الدولي لألعاب القوى للمعاقين، حيث قدموا دعماً تنظيمياً وإشرافياً مميزاً وخلق بيئة ملهمة للرياضيين لإبراز مواهبهم وتجاوز التحديات، مما أكد على الريادة التي يتمتع بها المركز في خدمة المجتمع وتمكين مختلف فئاته



الأسر المنتجة بـ «اجتماعية الشارقة» تشارك في مهرجان القمح

حياة لعمليات الحصاد والطحن، ومنافذ بيع متعددة لمنتجات القمح المحلية وورش عمل تفاعلية حول الزراعة المستدامة، ويستمر المهرجان حتى 27 فبراير المقبل. وبهذه المناسبة قالت مريم الحمادي مدير مركز إنتاج: إن مهرجان القمح يندرج ضمن حزمة المبادرات والأنشطة المجتمعية التي تنظمها إمارة الشارقة، والتي تشمل على الكثير من الرسائل الحيوية في حياة أفراد المجتمع، وأهمها الاهتمام بالأمن الغذائي، والتأكيد على الثروات الطبيعية ودورها في حياتنا

شارك مركز إنتاج في النسخة الأولى من مهرجان القمح، الذي نظمته دائرة الزراعة والثروة الحيوانية في مزرعة القمح بمليحة، وشمل أنشطة ترفيهية وتعليمية وعروض لعمليات الحصاد والطحن، بالإضافة إلى منافذ لبيع المنتجات المحلية وورش عمل عن الزراعة المستدامة. يشارك مركز إنتاج التابع لدائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة بالنسخة الأولى من مهرجان القمح الذي تنظمه دائرة الزراعة والثروة الحيوانية بالشارقة في مزرعة القمح الواقعة بمدينة مليحة، ويشهد مجموعة متنوعة من الأنشطة الترفيهية والتعليمية إلى جانب عروض

بمشاركة 24 مسناً ومسنة و310 متطوعاً «اجتماعية الشارقة» تشارك في ماراثون



شاركت 24 سيدة ورجل من نادي الأمانة التابع لدائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، ممن هم فوق الـ 60 عاماً في الماراثون السنوي الـ 12 لجمعية أصدقاء مرضى التهاب المفاصل التابعة لإدارة التثقيف الصحي بالمجلس الأعلى لشؤون الأسرة بالشارقة، تحت شعار «الحركة هي الحياة والحياة هي الحركة»، على شاطئ الخان، ويأتي الماراثون ضمن رؤية الجمعية الهادفة إلى تعزيز الوعي المجتمعي بالأنشطة الصحية والمجتمعية والإنسانية، وتسليط الضوء على مرض التهاب المفاصل، إضافة إلى مساعدة المرضى الذين يواجهون تحديات يومية، وتوفير الدعم المادي والمعنوي لهم ومساعدتهم على التمتع بأسلوب حياة صحي وشارك أعضاء نادي أمانة في المرحلة الأولى البالغة مسافتها 1 كيلو متر مشي، وذكرت سمية الشامسي مسؤولة النادي، عن أهمية مشاركة كبار السن في

لتعزيز التوعية لدى مختلف فئات المجتمع «لتعزيز التوعية لدى مختلف فئات المجتمع



قدمت دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة بالتعاون مع مدينة الشارقة للخدمات الإنسانية برنامجاً توعوياً بعنوان «التمتع الإلكتروني» وذلك ضمن برامجها الهادفة إلى تعزيز التوعية لدى مختلف فئات المجتمع وقامت بتقديم البرنامج مريم الحميري، الاختصاصية الاجتماعية بدائرة الخدمات الاجتماعية، مستهدفة طلاب مركز مسارات التابع لمدينة الشارقة للخدمات الإنسانية ويهدف البرنامج إلى نشر الوعي بين الطلاب حول مفهوم التمتع الإلكتروني وآثاره السلبية على الأفراد والمجتمع، بالإضافة إلى تزويدهم بالمعرفة اللازمة لحماية أنفسهم من التعرض لهذا النوع من التمتع. وتطرق البرنامج إلى تعريف المشاركين بأساليب التمتع الإلكتروني المختلفة، وكيفية التصدي لها، مع التركيز على أهمية بناء بيئة رقمية آمنة تعزز الثقة بالنفس والوعي بالأخطار المحيطة في العالم الافتراضي

«اجتماعية الشارقة» تحتفل بحق الليلة



احتفلت دائرة الخدمات الاجتماعية بمنتصف شعبان «حق الليلة»، في كافة دورها وإداراتها والمراكز التابعة لها بالإضافة إلى فروعها الثمانية المنتشرة في إمارة الشارقة، وذلك لبث مشاعر السعادة والفرح والتعاون والمشاركة بين كافة الفئات المستفيدة من خدماتها، وتنوعت الاحتفالات بين العروض التراثية وتوزيع الهدايا والحلوى والرحلات والمشاهد التمثيلية وانطلقت الاحتفالات صباحاً في المقر الرئيسي للدائرة حيث زينت أروقتها بلوحات فنية من التراث الإماراتي ودكان الطيبين والمأكولات الشعبية التراثية وتوزيع الحلوى، وقامت الدائرة بتوزيع السلال المليئة بالحلويات على المستفيدين من خدماتها وإيصالها إلى منازلهم في مدينة الشارقة كما عمت الاحتفالات دار رعاية المسنين والتي فتحت أبوابها أمام الراغبين بالاحتفال بالمنتصف من شعبان مع كبار السن وبث الأهازيج عبر مكبرات الصوت وشارك طلبة المدارس باللوحات الفنية على وقع الأهازيج الشعبية «عطونا الله يعطيكم / بيت مكة يوديكم

دار رعاية المسنين يحتفل بـ «حق الليلة» بزيارة مدارس الحلقة الأولى



احتفل دار رعاية المسنين التابع لاجتماعية في الشارقة، بفعالية «حق الليلة» مع منتسبيه، في إطار جهوده للحفاظ على العادات التراثية وتعزيز الروابط المجتمعية بين الأجيال، وشملت الفعالية زيارة مدارس الحلقة الأولى، حيث تفاعل كبار السن مع الأطفال، وقدموا لهم الحلوى والهدايا، مستعدين أجواء هذه العادة التراثية الأصيلة، مما ساهم في ترسيخ قيم التراث والتواصل الاجتماعي بين الصغار وكبار السن



كرامتهم، وتبني الجهتان منظومة متكاملة من المبادرات والخدمات التي تهدف إلى التصدي للإساءات بكافة أشكالها، سواء كانت جسدية أو نفسية أو اجتماعية، ومن خلال فرق متخصصة تمتلك صفة الضبطية القضائية، يتم التعامل بسرعة وكفاءة مع البلاغات الواردة عبر الخط الساخن أو القنوات المخصصة، لضمان التدخل العاجل وحماية الأطفال المتضررين. وأكدت اجتماعية الشارقة أن دورها لا يقتصر على التدخل عند حدوث الإساءة، بل يشمل أيضاً نشر الوعي المجتمعي حول أهمية حماية الأطفال، والتعاون مع الأسر والمؤسسات التعليمية والصحية لتعزيز ثقافة المسؤولية المشتركة. وفي هذا السياق، يعد «خط النجدة» و«الراصد الأمين» أدوات فعالة تُعزز من سرعة الاستجابة وتُمكن المجتمع من المساهمة في الإبلاغ عن الحالات التي تهدد سلامة الأطفال، وأن تحقيق الحماية للأطفال ليس مجرد مسؤولية فردية، بل هو التزام جماعي يهدف إلى بناء مستقبل أكثر

أطلقت إدارة سلامة الطفل بالتعاون مع دائرة الخدمات الاجتماعية والقيادة العامة لشرطة الشارقة وهيئة الشارقة للدفاع المدني، حملة «سلامتهم أولاً» والتي تهدف إلى نشر الوعي بين الأطفال وأولياء أمورهم حول أهمية الالتزام بإجراءات السلامة أثناء ممارسة الأنشطة الشتوية مثل ركوب الدراجات والتخييم وغيرها، وخصصت الزيارة الأولى إلى مواقع تجمع الأسر في منطقة الرحمانية وحضر الحملة السيدة مريم إسماعيل آل علي - مدير مركز حماية المرأة، والسيد خالد الكثيري - رئيس قسم خط نجدة الطفل، انطلاقاً من مبدأ المشاركات المجتمعية وتبادل الخبرات بين المؤسسات الحكومية والخاصة، حيث تلعب دائرة الخدمات الاجتماعية وبالتعاون مع إدارة سلامة الطفل دوراً محورياً في تحقيق الحماية الشاملة للأطفال، حيث تركز الجهود المشتركة على توفير بيئة آمنة ومستقرة تضمن حقوق الأطفال وتضمن



«اجتماعية الشارقة» تشارك في حملة «سلامتهم أولاً»

ورشة إسعافات أولية لمتطوعي مركز الشارقة للعمل التطوعي

نظم أكاديمية الشارقة للعلوم الشرطية ورشة تدريبية حول الإسعافات الأولية، لمتطوعي مركز الشارقة للعمل التطوعي؛ بهدف تأهيل المتطوعين بالمهارات الأساسية للتعامل مع الحالات الطارئة، تضمنت الورشة تدريبات عملية على الإسعاف الفوري، الإنعاش القلبي، والتعامل مع الإصابات، لتعزيز جاهزية المتطوعين في مختلف



«صنع بأيديهم»

مبادرة من رواد دار المسنين»



استقبل سعادة أحمد إبراهيم الميل رئيس دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، المشاركين في مبادرة «صنع بأيديهم» من رواد دار المسنين التابع للدائرة، في لفتة إنسانية تعبر عن الاهتمام الكبير الذي تخصه الدائرة لهذه الفئة من المجتمع وأيضاً لدعم مشاريعهم وتشجيعهم على العطاء والعمل

ورحب الميل بضيوف الدار مؤكداً بأن مشروع «صنع بأيديهم» قائم على فكرة دمج كبار السن بالمجتمع وتعزيز تفاعلهم مع مختلف القطاعات، مشيراً إلى أهمية مثل هذه الفعاليات التي تساهم في رفع معنويات المشاركين وإبراز دورهم الإيجابي من جهتها، أوضحت مريم القطري، مديرة دار رعاية المسنين، أن المبادرة جاءت بفكرة مبتكرة تسعى لإشراك المسنين في نشاطات عملية خارج إطار الأنشطة الترفيهية المعتادة؛ والتي ينظمها الدار بشكل دوري طوال السنة، لذا جاءت فكرة «صنع بأيديهم» حيث قام كبار السن المنتسبين للدار بتراوح أعمارهم بين 60 عاماً وما فوق، بإعداد الصناديق بحيث تضم مستلزمات وهدايا، وتم تقسيم الصناديق إلى فئتين: واحدة للنساء تحتوي على الجلايات وأغطية الرأس والعطور، والأخرى للرجال تضم الكنادير والخترة، والعقال، والعطور، وغيرها

انطلقت أولى زيارات البيع من مقر الدائرة الرئيسي، على أن تشمل الجولة كافة فروع الدائرة والمراكز التابعة لها، ثم تمتد إلى الدوائر الحكومية والمؤسسات الخاصة وشبه الحكومية في الإمارة حتى نفاذ الكمية وأكدت في سياق حديثها على المردود النفسي والإيجابي للمبادرة، حيث تمنح كبار السن فرصة للاندماج والاعتماد على أنفسهم، مما يعزز شعورهم بالأهمية ويبعدهم عن مشاعر العزلة أو الاكتئاب

فعاليات ترفيهية وتوعوية

تستهدف طلبة مدرسة الابتكار العلمي

نظمت إدارة التثقيف الاجتماعي بالجمعية الشارقة فعاليات ترفيهية وتوعوية لطلبة مدرسة الابتكار العلمي احتفالاً بيوم الطفل الخليجي، شملت الفعاليات أنشطة ممتعة ومسابقات ترفيهية وزيادة الوعي بحقوق الطفل، ضمن جهود الدائرة لدعم الطفولة وترسيخ الانتماء المجتمعي



مركز الشارقة للتطوع

ينظم ملتقى ألعاب القوى الدولي للمعاقين

لعب متطوعو مركز الشارقة للعمل التطوعي دوراً محورياً في تنظيم ملتقى الشارقة الدولي لألعاب القوى للمعاقين، حيث قدموا دعماً تنظيمياً وإشرافياً مميزاً وخلق بيئة ملهمة للرياضيين لإبراز مواهبهم وتجاوز التحديات، مما أكد على الريادة التي يتمتع بها المركز في خدمة المجتمع وتمكين مختلف فئاته





د. فادية الدعاس

خبيرة تربوية وكاتبة أدب طفل

كيف لطفلي أن يعيش حياة ذات جودة مستدامة؟!



مع البدايات وبالذات بداية العام الجديد يكون من المناسب جدا البدء بتعلم وتطبيق مهارة حياتية مهمة جدا ترافق الاطفال من الصغر كعادة وسلوك ايجابي ومفيد مدى الحياة ويمكن ان نطلق عليها مهارة ادارة الحياة الإيجابية المستدامة

قد يكون تعبير ادارة الحياة مستدامة الجودة، جديد على البعض حيث يستغرب كيف استخدم هنا مصطلح الاستدامة هذا المصطلح الخاص بالبيئة و الظروف البيئية بشكل مباشر للبشر. لكن لوعدنا لتعريف الاستدامة حسب الامم المتحدة في عام 1987 والذي ينص على (الاستدامة مصطلح بيئي يصف كيف تظل الأنظمة البيولوجية متنوعة ومنتجة ومنتجة بمرور الوقت. والاستدامة بالنسبة للبشر هي القدرة على الحفاظ على جودة الحياة التي نعيشها على المدى الطويل...) نفهم من هذا التعريف اهمية تعلم مهارة ادارة الوقت و الحياة كمهارة مستدامة لجودة الحياة.

من هنا فان إدارة الوقت للأطفال هي مهارة حياتية يمكن أن تؤهلهم للنجاح في الحصول على حياة ذات جودة مستدامة. لذلك من المهم بشكل خاص أن يتعلم الأطفال في سن مبكرة من أجل النجاح في كل نواحي الحياة اليومية أو الأكاديمية ومجالات أخرى من الحياة. إن امتلاك مهارات إدارة الوقت كطفل أمر مهم لأنه يمكن أن يسمح للمرء بالتركيز على أولوياته وإنجاز المهام دون الشعور بالإرهاق أو الملل لأنه يصبح من ذوي الخبرة والعادات المستدامة الفطرية. ولكن كيف يمكن للمرء أن ينشئ مهارات إدارة الوقت الجيدة؟ لقد جمعنا بعض الخطوات للبدء في العمل عليها مع طفلك لمساعدته على الحصول على حياة إيجابية وعالية الجودة طوال عمره (باستدامة).

ست خطوات لتحسين إدارة الوقت للأطفال:

1. ساعدهم على إدراك وقتهم:

من المهم أن تتذكر أن الوقت محدود. عند التفكير في جميع المهام التي يجب إكمالها، قم بتقسيمها إلى أقسام حسب الأولويات والتخطيط. تحدث مع طفلك لمساعدته على معرفة ما هو عاجل ومهم لضمان أن يكون ذلك هو المكان الذي يبدأ منه. اشرح لطفلك التفاصيل لإظهاره أن الوقت مخصص لمواضيع مختلفة مثل المدرسة والأنشطة اللاهوجية والمناسبات العائلية وما إلى ذلك.

2. حدد الأولويات:

من المفيد معرفة ما يجب القيام به أولاً على سبيل المثال، تأكد من إجراء مناقشات مع معلمي طفلك في المدرسة لتحديد أولويات المجالات الرئيسية التي تحتاج إلى الاهتمام. تحدث مع طفلك لمساعدته على فهم أهمية كل مهمة ثم قم بتطوير روتين يضمن تخصيص وقت كافٍ. ناقش هذه الأولويات وأخبره أنه يمكن وضع جدول زمني له لمنحه الوقت للتركيز على هذه المهام.

3. قم بإنشاء جدول وتطوير روتين شامل أيضاً للأنشطة والرياضات والألعاب التي يحب ان يقوم بها في المنزل أو النادي وكذلك وقت الزيارات للأصدقاء أو الخروج معهم.

يجب أن يكون الجدول محاكي ليوم المدرسة وبذلك يمكن أن يكون مفيداً في الحفاظ على الروتين. خصص الساعات التي تركز على الموضوعات والغداء والاستراحة وحتى الأنشطة الخاصة مثل صالة الألعاب الرياضية أو صف الفنون. أضف أي أنشطة أو أحداث أخرى بعد المدرسة يجب أن يكونوا على دراية بها. سيساعد هذا طفلك على معرفة ما يتوقعه والاستعداد لليوم القادم

مسيرة العمل

عقب التخرج من الجامعة لم أعمل فور تخرجي من الجامعة بل انتظرت أن يكبر أولادي ودخولهم إلى المدرسة للبدء بعدها بمسيرة العمل في القطاع الحكومي، وفي عام 2006 توظفت في دائرة الخدمات الاجتماعية وما زلت، وأنا فخورة بالخدمات التي قدمتها خلال عملي والتي استفاد منها الكثير من الناس حيث تنقلت بين إدارات ومراكز ودور الدائرة والتي تعنى بكبار السن والأطفال والمرأة المعنفة والأسرة، وخلال 20 سنة وأنا أجد أن توفيقني في حياتي هو رد على خدماتي للناس ودعواتهم لي بالخير وبالنسبة لمهامي الوظيفية عملت أولاً كاختصاصية اجتماعية لمدة سنة، وانتقلت إلى مركز رئيس الدعم الاجتماعي في الرعاية المنزلية

التحدي

تعود فاطمة إسماعيل بالذاكرة إلى الوراء قليلاً لتسرد: في عام 2002 تخرجت من جامعة الشارقة واخترت عن اقتناع علم الاجتماع لحبي الكبير للدراسات والبحوث ولخدمة المجتمع مذ كنت طالبة في المدرسة. ودخلت الجامعة وكان لدي طفل صغير وتخرجت مع طفلي، هذه المرحلة كانت بمثابة تحدي كبير بالنسبة لي، لأنني لم أرغب في التأخر عن زميلاتي بالتخرج. وبحكم الإصرار الذاتي والقوي لم أجد معارضة لإكمال دراستي. وكنت شغلة من الطموح وحبي للتعلم والتعليم الذي ما زال في بالي وهو أن أكون دكتورة جامعية فبعد التخرج حصلت على شهادة ماجستير في «القيادة والاستراتيجية» وحالياً أنا مسجلة في الدكتوراة تخصص «السياسات المجتمعية».



فاطمة إسماعيل:

التطور حاجة ملحة لمواكبة العصر

عقدان من حياتها المهنية أمضتها فاطمة إسماعيل في دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة لتصعد السلم درجة درجة وتتنقل من منصب لآخر، مسجلة الأهداف تلو الأخرى، حتى أصبحت من الشخصيات البارزة والفاعلة في العمل المجتمعي، فتخصصها الأكاديمي هو علم الاجتماع، القريب إلى شخصيتها وقلبها، لتتصل موهبتها بالتخصص الأكاديمي... وإلى اليوم سجلها حافل بالإنجازات والمؤتمرات التي تحرص على المشاركة بها لتنهل من المعرفة ومن تجارب الآخرين ولتترك بصمة في رسم السياسات المجتمعية للبيئة المحلية التي تنتمي لها وليست استنساخ لسياسات الآخرين





العضويات

والأسرة بالتكليف، كما حصل دار الأمان على المركز الأول لسنة 2020 على مستوى دور الإيواء

كما أنه لدي العديد من العضويات على مستوى الدولة وهي: عضو في اللجنة الأسرية للوقاية من المخدرات في وزارة التنمية والمجتمع وعضو في لجنة دراسة وضع المرأة الإماراتية وعضو في لجنة سياسات المرأة الإماراتية في الاتحاد النسائي العام، وأخيراً عضو في لجنة السياسات المجتمعية على مستوى الشارقة، كما شاركننا في جائزة الشيخة فاطمة بنت مبارك للذكاء والتميز المجتمعي، وترشحنا للمقابلة المبدئية تعتبر فوز بحد ذاتها

وذكرت إسماعيل أنها قامت بوضع عدة مبادرات منها ما هو مشترك مع الإدارات الأخرى بالدائرة، وحصلت على الملكية الفكرية لـ 7 مشاريع طبقتهما الدائرة منها برنامج تأهيل المدمنين والكابينة وهي خدمة المركبة الخارجية، برنامج المرصد الاجتماعي الرقمي، وبرنامج قياس الأثر، كما أنني أحب المطالعة خاصة كتب صاحب السمو حاكم الشارقة وكتب قرينته سمو الشيخة جواهر القاسمي «جوهريات»، كما كتب علم الاجتماع والسياسات المجتمعية والابتكار.

بصمة وأثر

وعن المسؤول عن نقل شخصيتها أجابت، هما أمرين الأول خدمة الناس الذي تربيته عليه وامتهنته وشغفني بوضع الأفكار الاستراتيجية والمشاريع التنموية التطويرية والاستباقية ووضع حلول للمشاكل التي يعاني منها المجتمع، وبالفعل طبق العديد منها في الدائرة وأصبحت تعد من المشاريع الاستراتيجية مثل

مبادرة تعلم لكبار السن في جامعة الشارقة - التعليم المستمر وكانت الفكرة الأساسية للمشروع تشجيع وتحفيز كبار السن على متابعة التعليم، وإطلاق مسابقة القرآن الكريم الأولى لمنتهي ومستفيدي الدائرة في سنة 2020 بالتنسيق مع الجهات الشريكة، كما أن خبرتي الأكاديمية زائد 20 عاماً من العمل في الخدمة الاجتماعية مكنتني من وضع سياسات مجتمعية تخدم الإمارة من خلال مشاريع حققت الكثير من النجاح وما يدفعني للقول بأني تركت بصمة وأثر واضح على مجتمع الإمارات، هذا بالإضافة إلى الإصدارات التي قدمتها من وحي تجربتي بالعمل الاجتماعي وهي كتاب توثيق التراث وخبرات كبار السن (جزئين)، وكتاب دعم كبار السن لفئات فاقدي الرعاية الاجتماعية ودليل المشكلات الأسرية الاجتماعية والذي تم اصداره مؤخراً في سنة 2024

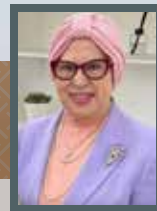
تطور المجتمع

وأكثر الفئات التي استفدت منها كثيراً هي عملي مع فئة المدمنين وتحديداً الخارجين من السجون، وإعادة تأهيلهم ودمجهم بالمجتمع. حيث قمنا بتطبيق الكثير من المشاريع الرائدة في هذا المجال. وأرى أن هناك تطور في المجتمع الإماراتي وهو تطور للأفضل بسبب الثقافة والانفتاح والمعرفة، فالعديد من العادات القديمة السلبية قد اندثرت ولم يعد لها وجود مثل سوء التعامل مع ذوي الإعاقة على سبيل المثال، وكذلك الكشف بالأمراض أو للاهتمام بكبار السن. وأذكر جيداً أن بعض الأسر كانت ترفض دخولنا كقوافل للتوعية أو للعناية المنزلية والتثقيف المجتمعي للمنزل بل وتستهنن الأمر، لأننا أغراب عنهم، وكنا نقنعهم بأن هناك توجيه مباشر من صاحب السمو حاكم الشارقة بهذه الزيارات التفتقدية لما لها من أثار إيجابية للأهالي، حتى أن البعض منهم

لم يكن على اطلاع بحقه الطبيعي في الحصول على الخدمات مجاناً وضرورة معايدة المستشفيات باستمرار حفاظاً على صحتهم. وختمت كلامها قائلة: بالطبع تغيرت المشاكل الاجتماعية عن السابق فمن جانباً ارتفع معدل الوعي والثقافة عند الأسر والأفراد ودخلت المكنتنة على حياتنا، وفي الجانب المقابل أثر التطور والانفتاح على العلاقات الأسرية التقليدية فمن الأسر الممتدة إلى الأسر النووية، وانشغل الناس بتطوير أنفسهم ومستوياتهم المادية على حساب أمور أخرى، لكنني اعتبر أن التطور حاجة ملحة لمواكبة العصر الزمني على كل المستويات والأصعدة.



استراتيجيات الصمود



دكتورة/ وفاء محمد مصطفى
استشاري التنمية البشرية



1- تقبل ما ليس منه بد:

إن التعرض لأحداث صادمة قد يكون له تأثير سلبي طويل الأمد فتوثر على سعادتنا وجودة حياتنا ومن الطبيعي أن نشعر بمشاعر سلبية كالشعور بالحزن لفقد عزيز، أو الإصابة بمرض، أو التعرض لنكسات صحية، أو الصراع الدائر مع النفس أو الآخرين، أو فشل في اختبار أو نحو ذلك... إلخ ولذلك فإن الانتصار على الشدائد وتقبل ما ليس منه بد الذي يتجلى في تقبل أقدار الله برضا تام بالصبر والتصبر والحكمة والاستعانة بالله، والصمود بالإصرار والعزيمة وما يصاحب ذلك من سعي الإنسان الدؤوب للتغلب على تلك التحديات للوصول إلى الهدف المنشود

2- التوازن بين الحياة الشخصية والمهنية:

التحديات لها وجهان أحدهما إيجابي والآخر سلبي؛ فإما الهرب من إعادة المحاولة حيث اليأس والفشل، وإما اغتنام الفرص التي تصنع منا القادة والعظماء، من أجل ذلك يمثل عنصر التوازن بين الحياة الشخصية والمهنية قمة النجاح والنضج، وتحقيق الطموحات للوصول إلى أعلى مستويات الإنجاز؛ والتحديات هي التي تعقل الإنسان؛ وتفجر فيه الإبداع وتحفزه لإعمال الفكر نحو أفكاراً إبداعية غير مسبوقة وإيجاد حلولاً مبتكرة للمشكلات، في الحياة

3- التطور الشخصي والمهني:

تتميز رحلة الحياة بأنها تتراوح بين الصعود والهبوط ولذلك فإن التحديات هي جزء لا يتجزأ من الحياة، بما تتضمن من فوائد عديدة كالمساعدة في التطور الشخصي والمهني، واكتساب الخبرات، والتعرف على نواحي الضعف والقوة، والمخاطر التي تهدد الإنسان، والفرص الواجب اقتناصها، من أجل ذلك نستطيع أن تطور ذاتك بالتحسين المستمر بأن تجعله منهج حياة فتستغل أقصى طاقاتك، وتكتشف شغفك وقدراتك، وتصل

مواهبك وإمكاناتك، وتحفز نفسك لتصل إلى أعلى معدلات الإنجاز والأداء، وتؤكد أن التحديات التي تهزمك هي نفسها التي تصنعك، وهي نفسها التي ترفعك إلى القمة.

4- وضع الخطط الاستراتيجية:

ومع بداية العام الجديد، علينا أن نتلمس طريق التميز، ولا نتعامل بعقلية الطوارئ فلا ننتظر الفرصة حتى تأتي إلينا بل نصنعها، ولا ننتظر اشتعال الحرائق حتى نطفئها بل الاستعداد الكامل لها، ولا نعيش بعقلية الفوضى فنتخذ قرارات طائشة وغير واعية بل معرفة رسالتنا، ورؤيتنا، وأهدافنا في الحياة، ووضع الخطط اللازمة لتنفيذها، وتقسيماً إلى خطوات صغيرة، والاستراتيجيات الملائمة على الصعيد الشخصي والمهني من أجل تحديد أولوياتنا، وتحقيق أهدافنا، وبلوغ طموحاتنا، وضماً في الحساب مكافأة أنفسنا بعد كل إنجاز لتحفيزنا على تحقيق المزيد

5- المرونة مع تقلبات الحياة:

علينا أن نحتضن التغيير ونلقي حجراً في مياهننا الراكدة من حين لآخر، ونجعل نهج حياتنا تعلم مهارات جديدة في عصر الذكاء الاصطناعي لتترك أثراً ونضع بصمة إنجاز، وإثبات تفردنا لنصنع لأنفسنا القيمة المضافة، ونتمسك بالمرونة التي تساعدنا على التعامل مع تقلبات الحياة حتى لا نُكسر، ونبكر الأفكار الإبداعية الجديدة التي توصلنا للبدائل والخيارات فنختار أحسنها من أجل ذلك علينا أن نضع بصمتنا المتفردة للابتكار تلك الميزة التنافسية التي تتجلى بقفزات واسعة للحاق بركب التقدم للإنجاز المتميز في عالم التنافسية العالمية

6- تنظيم الوقت بكفاءة:

لا يخفى علينا أنه في مسيرة حياتنا نواجه ضغوطات كثيرة سواء في الأسرة أو العمل مما قد تكون مرهقة



كيف تحقق الإستقرار الأسري في حياتك؟

- الوقت العائلي والجلسات الأسرية
- الموازنة بين العمل والحياة الأسرية
- التواصل الفعال
- حل الخلافات الأسرية بألية متفق عليها محفوة بالرحمة والأخلاق
- العناية بشرع الله الحرص على العبادة
- العناية بالشخصية والتربية النفسية للذات
- وضع القواعد والأنظمة والقرارات المشتركة
- الاحترام المتبادل والتقدير الملموس
- وضع الأهداف والتخطيط الجيد للأسرة
- العناية الشخصية والتربية النفسية للذات



مواجهة تحديات الحياة فيسقط من أول اختبار يقع فيه، كل ذلك يضع الفرد في اختيار صعب فيما أن تلجأ للتغيير وتحسين جودة حياتك، وإما أن تترك نفسك وأسرته في مهب الريح، ولذلك فإن القدرة على الصمود هو ما يصنع العلامة الفارقة بين الفشل والنجاح، والهروب والصمود، والفاشلين والناجحين، والشخص المتكاسل، والشخص الفاعل.

8- الاستعانة بالله:

إن الاستعانة بالله تقوّي الإرادة وتبعث طاقة إيجابية، وقوة داخلية رابنية في النفوس، فتعين الإنسان على التغلب على العقبات التي تواجهه، وعدم الاستسلام لليأس وهو ما يجعل الحياة تحمل معان عظيمة في ظل تلك التحديات ولأن الصمود هو القدرة على التحمل والمقاومة في مواجهة الظروف الصعبة فهو لا يعني أن نبقى مكتوفي الأيدي أمام الباب المغلق، بل الإيمان بأن هناك غيره ألف باب مفتوح، ولا نقف أمام الصعاب بل التقدم والاستفادة من هذه التجارب

نفسياً لأغلبنا؛ فكل منّا لديه ألم مخبوء في طيات قلبه يتوق أن يشفى منه، وكل منّا لديه حكاية ربما يود أن يحكيها ليفيد بها غيره، وكل منّا لديه خبرة يود نقلها للعالم، وكل منّا لديه معركة يخوضها ربما لا يدري الآخر عنها شيئاً، فكم من أزمة مرّت بك وكنت تظن أنها لن تمر، من أجل ذلك علينا تصفية أذهاننا من ذكريات الماضي الأليم، والمشغلات، وتسليط الأفكار التي لا طائل من ورائها، وشحذ عقولنا فيما يفيد، فمع تزايد الضغوط ومتطلبات الحياة مما قد يؤدي إلى زيادة مستويات التوتر والإجهاد، ولذلك علينا أن ننتبه لتنظيم أوقاتنا بكفاءة وإدارة ذواتنا بفعالية فإن نوعية الوقت هي التي تصنعنا

7- حل المشكلات:

من أجل ذلك علينا أن نعتق الصبر والصمود في مواجهة الشدائد؛ فلنتجاوزها بثقة ورباطة جأش، وقوة؛ ونرحب بالتحديات كفرصة لإخراج أفضل ما لدينا، وإيجاد حلولاً مبتكرة لحل المشكلات، فمن الناس من يعجز عن

دراسة توصي بصندوق استثماري للموظفين بعد التقاعد

العمل الروتيني، بالإضافة لتنظيم فرص تطوعية لهم في مختلف المؤسسات لأداء بعض الخدمات المجتمعية، بعد تدريب وتأهيل المتقاعدين المتخصصين في مجال العلوم الإنسانية للعمل كاستشاريين لتقديم الاستشارات الاجتماعية للأطفال والأسر، بما يمثل أفضل توظيف للخبرات الحياتية والإنسانية للمتقاعدين لصالح المجتمع والأسرة والطفل

ومن التوصيات البارزة ضرورة الاهتمام ببرامج التأهيل النفسي والمهارات الحياتية للموظفين المقبلين على التقاعد، لتهيئتهم نفسياً للتعامل مع تغيرات تلك المرحلة، والسعي نحو تفعيل دور وخدمات الجمعيات المعنية بالمتقاعدين، لدفعها نحو القيام بأدوارها في دعم المتقاعدين خاصة في تنفيذ برامج وأنشطة لتحسين فرص التقاعد النشط

وتأتي هذه الدراسات بحسب الدكتور جاسم الحمادي مدير إدارة المعرفة، لكون قضية المسنين وتقاعدهم تعد من القضايا التي تشغل وتؤرق قطاعاً كبيراً من كافة المجتمعات لكونها مرحلة سوف يسير إليها الجميع ممن هم في سوق العمل الرسمي آجلاً أو عاجلاً، وترتبط هذه الأهمية بما يواجهه المتقاعد من تغير كثير من الأنماط الحياتية والاجتماعية والصحية والنفسية والاقتصادية التي اعتاد عليها الفرد لسنوات طويلة، وتزداد معدلات حدوثها كلما تقدم العمر، خاصة أن عدداً غير قليل من الدراسات التي تناولت مشكلات الشيخوخة أثبتت أن من

دراسة توصي بصندوق استثماري للموظفين بعد التقاعد أوصت دراسة «الحياة بعد التقاعد» والتي أجرتها إدارة المعرفة في دائرة الخدمات الاجتماعية في الشارقة، على عينة عشوائية عمدية، تألفت من 125 متقاعداً «40-70 سنة»، من مختلف مناطق الدولة، بإنشاء صندوق استثماري يستهدف الموظفين خلال فترة العمل بالخدمة، على أن تتولى إدارة الصندوق إحدى الجهات المالية الحكومية، بهدف تشجيع الموظفين على المساهمة في هذا الصندوق الاستثماري واستثمار حالة الدخل الجيد خلال فترة العمل لما بعد التقاعد، حيث لا تصرف أي عوائد أو أرباح لأسهم الموظف إلا بعد التقاعد، بما يمثل مصدر دعم للدخل بعد الخروج من الوظيفة بما يقلل من الأزمات المالية التي تواجه الموظف بعد التقاعد، بسبب

الفجوة بين الدخل قبل التقاعد والدخل بعد التقاعد كما أوصت الدراسة، بعمل موقع إلكتروني خاص بالمتقاعدين أو منصة اجتماعية تجذب المتقاعدين ذوي العطاء المستمر، لاستثمار طاقاتهم وللإستفادة من خبراتهم العملية والفكرية، ولطرح أفكارهم ومبادراتهم والتي من الممكن أن تسهم في تطوير المشاريع الاجتماعية والاقتصادية، والصحية في جميع المجالات ودعت التوصيات لتنظيم ملتقى سنوي للمتقاعدين لعرض الخبرات والتجارب الناجحة للمتقاعدين، ونشر المعرفة لدى الأفراد والمتقاعدين بطرق استثمار أوقاتهم، والتي تجنب المتقاعد العزلة عن الحياة بعد خروجه من



بين التغيرات التي تصاحب هذه المرحلة ما يتعلق بالرضا عن الحياة، والمتمثل في الانشراح النفسي والسعادة من خلال تحليل المشكلات التي تواجه المتقاعدين، أشار نحو 90.4% أن أكثر المشكلات التي تواجه المتقاعدين هي الانخفاض في الدخل التقاعدي مقارنة بالدخل السابق للتقاعد، كما أن نحو 35.2% من المتقاعدين واجهتهم مشكلة الشعور بالفراغ وانحسار النشاط، فيما ذكر نحو 31.2% مشكلة ضعف فرص العمل للمتقاعدين رغم قدرتهم للعمل، وكان متوسط الراتب الشهري سنة قبل التقاعد هو «26044.5» من الدراهم، وقد انخفض بعد التقاعد إلى متوسط يقدر بنحو «19992.3»، من الدراهم، أي أن الدخل الحالي بعد التقاعد قد انخفض

مقارنة براتب آخر شهر قبل التقاعد بنحو 23.25%، حيث جاء الراتب التقاعدي للسيدات يمثل نحو 57.2% من الرتب التقاعدي للرجال، بينما جاء الدخل المأمول لتحقيق الاكتفاء المعيشي بنحو «31252.2» درهم شهرياً، بما يعني أن الدخل الحالي يمثل نحو 64% فقط من الدخل المأمول لتحقيق الاكتفاء، وأن نحو ما يقارب من 70% من عينة الدراسة أشاروا إلى أنه لا يكفيهم الراتب التقاعدي إلى حد كبير أو عدم الكفاية بصورة نسبية بينت الدراسة أن قرار التقاعد كان شخصياً لنحو 33.9% منهم وأشار نحو 28.2% أنه بسبب الحالة الصحية، في حين تقاعد نحو 25% لبلوغهم سن التقاعد.



والتقاليد، والطفل يرث القيادة من آباءه واجداده فيولدون ومعهم بعض جزئياتها الفكر والدهاء والحكمة وقوة الشخصية ولكن البيئة الخارجية تصقلها، وهذا مانجده في شخصيات قادتنا الذين يساهمون في تسيير أمور وقضايا كثيرة على المستوى الداخلي والمستوى الخارجي

هنا لا بد أن يكون الوالدين والجد والجددة قدوة لأبنائهم في عدة خصال الصبر ضبط الانفعالات الحلم، ونحن نغرس في عقول أبنائنا القيادة و يكون مرادفها المسؤولية في أفكارهم ومشاعرهم وسلوكهم نحو أنفسهم ونحو العالم الخارجي ليكونوا قادرين على مواجهة تحديات الحياة بصورها المختلفة

يجب أن نعلمهم تقدير جهود الآخرين وأسلوب العمل الجماعي للوصول للهدف والبعيد عن الفردية لأنها أولى درجات عدم النجاح

إن استكشاف فن القيادة وأساليب اكتسابها وتنميتها لها آثار قوية تبدأ من الصغر لقد أثار روبين شارما في كتبه لتحقيق النجاحات وأساليب اكتسابها وتنميتها وتوظيفها استراتيجيات عدة ، وتختلف الأعمار الزمنية في ظهور تلك السمة

فالتحدي والاصرار للوصول للهدف يغلف بالمهارات والقدرات الذاتية حيث أن كيفية قيادة حياة الإنسان وكتابة قصة نجاحه لإبرازها تصبح قيمة مضافة للمحيط الخارجي، يجعلنا نبش في الماضي للبحث عن القدرات والابداعات الخاصة لكل انسان ، فكل لديه قوة عقلية ،فكرية ،قوة جسدية حيث يتم التكامل فيما بينهم جميعاً

فرسالة الحياة ندخل فيها بفكر ونخرج بفكر آخر حيث الهدف هو المنفعة العظمى للذات وللآخرين وباستخدام القدوة والمهارات اللازمة تقود حياتك للأفضل ومن صفات القيادة العطاء بدون مقابل ولا تنتظر الجزاء ومن هنا ننطلق لمهارات بناء المستقبل سواء الأكاديمية أو الاجتماعية

تساؤلات مع ذاتي كيف يمكنني تنمية ذاتي لأكون قائداً لتحقيق نجاحات متتالية؟
قناعاتي اهتماماتي مهاراتي علاقاتي تحتاج لتغيير وتطوير مع مر الزمن، فالعمر يقاس بالحالة العقلية التي يعيشها الإنسان وليس بالعمر الزمني نعود بعجلة الزمان للوراء الطفل الصغير في هذا العصر يحتاج لمنهج تربوي سليم ليصبح قائداً أو تتمثل في صفات أربعة: المبادرة والجرأة والذكاء والشجاعة إنه دور أسرة ومجتمع بأكمله وخاصة دور الإعلام المكتوب والمرئي وأخيراً الإعلام الجديد، حيث نتقل هنا من مرحلة الطفولة الى الشباب فكل طفل داخله قائد صغير كيف ننشئه ونعلمه من القيم والمبادئ والعادات



بمقام /المستشارة التربوية
هبة محمد عبد الرحمن

القيادة في تربية الأبناء

ومضة اجتماعية



يدرك الشخص قيمة التواصل المباشر مع الآخرين، لأنه يساعده على التعبير عن مشاعره وفهم الآخرين بشكل أفضل من التواصل عبر الأنترنت أو الهاتف.