رادار
RADAR

رقم الايداع في دار الكتب والوثائق ٢٨٩١ لسنة ٢٠٢٥

جامعة الكرخ للعلوم
كلية التحسس النائي والجيوفيزياء

حزيران / تموز 2025

العدد السادس 6

صحيفة
تصدر عن كلية
التحسس النائي
والجيوفيزياء

أمنا الأرض لنحافظ عليها
SAVE THE MOTHER EARTH

صحيفة تصدر عن
كلية التحسس النائي والجيوفيزياء

اشراف عام / ا.م.د.احمد عباس حسن
رئيس التحرير / د. فرح صابر

كلمة رئيس التحرير

اليوم العالمي للبيئة، الذي يحتفل به في 5 حزيران/ يونيه من كل عام، هو مناسبة مهمة لتسليط الضوء على أهمية حماية البيئة والحفاظ عليها. ففي هذا اليوم، تعبّر البشرية عن قلقها بشأن التحديات البيئية التي تواجه عالمنا، وكيفية العمل على تعزيز الوعي بأهمية الحفاظ على بيئتنا.

ويُعدّ التغير الحاصل في البيئة أحد الأمور المؤكدة في الوقت الحالي، والذي أدى الى زيادة المخاطر البيئية، وبالتالي زادت الآثار السلبية على المدى البعيد على كل من النظام البيئي والنظام الاقتصادي، وعلى حياة البشر.

إذ يواجه عالمنا العديد من التحديات البيئية، بما في ذلك التغير المناخي، والتلوث العابر للحدود، وتدمير طبقة الأوزون، والاحتباس الحراري، وفقدان التنوع البيولوجي.

وتتطلب مواجهة هذه التحديات جهدا مشتركا بين الافراد والحكومات والمنظمات الدولية. إذ يمكننا كأفراد أن نبدأ بتغيير عاداتنا اليومية، مثل تقليل استهلاك الطاقة، وإعادة التدوير، واستخدام المواصلات العامة. الى جانب دعم السياسات والبرامج التي تهدف إلى المحافظة على البيئة.

كما تؤدي الحكومات والمنظمات دورًا مهمًا في حماية البيئة. إذ يمكن للحكومات أن تضع سياسات ولوائح تحمي البيئة، وتشجع على استخدام الطاقة المتجددة. كما يمكن للمنظمات أن تعمل على تعزيز الوعي بأهمية حماية البيئة، وتقديم الدعم للمجتمعات المحلية.

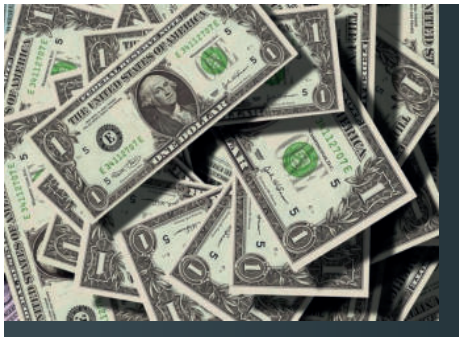
هذه التحديات تدفع شعوب الارض نحو الالتزام بالعمل معا من اجل مستقبل مستدام، وحماية البيئة للأجيال القادمة.

د. فرح صابر

اقرأ في هذا العدد

- النظام الدولي وانعدام العدالة بين الشمال والجنوب
- الحوكمة والتحديات المعاصرة في مكافحة الفساد وخفض مستوى الفقر
- الجيل الثالث من خلايا الطاقة الشمسية
- التحولات في كتابة الدساتير في العراق 1925–1970 من تمثيل محدود إلى سلطة مغلقة 1-1
- المخدرات الرقمية. إدمان بعيدا عن رقابة الاسر والمجتمع 1-1
- قراءة قانونية في استقالة عضو مجلس النواب
- الزراعة الهجينة
- علاقة الجيوفيزياء بالهندسة المدنية
- الضغوط النفسية على المرأة العاملة
- وسائل التواصل الاجتماعي والتوعية بقضايا التغير المناخي

جامعة الكرخ للعلوم
كلية التحسس النائي والجيوفيزياء



النظام الدولي وانعدام العدالة بين الشمال والجنوب

أ.د. غازي فيصل

اتفقت أغلب قيادات دول الجنوب في آسيا وإفريقيا وأمريكا اللاتينية المؤمنة بأفكار ومبادئ حركة عدم الانحياز بأن النظام الاقتصادي الدولي الراهن "غير عادل وباطل كالنظام الاستعماري"، لانه يمتد بأصوله وبأسباب بقاءه لهذا النظام "ولأنه تعزز وتماسك وأزدهر، بناء على ديناميكية لا تتوقف، تُفقر الفقراء وتُغني الأغنياء. هذا النظام الاقتصادي، يُشكل عقبة أساسية أمام أي فرصة للتنمية وللتقدم بالنسبة لجميع بُلدان العالم الثالث". إن جميع المحاولات لتغير نظام العلاقات الاقتصادية الدولية، اتسمت بالغموض، فالنزاع والخلاف بين الدول مازال قائماً حول مفهوم النظام الدولي الجديد، والتناقض قائم بين محاولة الإبقاء على الوضع الراهن، أو بناء توازن دولي جديد يتسم بالهشاشة. فما هي الانتقادات التي يُمكن توجيهها للنظام الدولي المعاصر؟

لقد تعرضت المُقترحات والمفاهيم الخاصة ببناء نظام اقتصادي دولي جديد لانتقادات واسعة، وعلى نفس المستوى تعرضت الأفكار المتعلقة ببناء نظام سياسي دولي جديد لانتقادات متعددة الجوانب. وبصورة خاصة، في الجانب الاجتماعي، فمن المعروف أن: مليار من البشر، على الأقل، يعانون من سوء التغذية ومن فقر مدقع (دخل الفرد أقل من دولار يومياً). ٢.٥ مليار نسمة من سكان العالم يعيش بأقل من ٢ دولار يوميا، يشكلون ٤٠ ٪ من سكان الكرة الأرضية.

لكن المُشكلة الجوهرية، تتمثل ببقاء معدلات الإنتاج ألعالمي من الغذاء بشكل لا يتناسب مع اتساع ظاهرة الفقر والجوع، لرفض مالكي فائض الإنتاج من القبول بمشاركة الآخرين، مع ذلك استمرت البلدان المُعرضة للمجاعة في طرح مُشكلاتها على صعيد المجتمع الدولي، بمُطالبة الدول الصناعية، من خلال مؤتمر الأمم المتحدة للغذاء والزراعة، في جميع المؤتمرات التي عقدتها الأمم المتحدة لهذا الغرض، بتزويد بلدان العالم الثالث بمزيد من المساعدات ألغذائية لكن استجابة الدول الغنية كانت محدودة جداً.

بعد مُشكلة التغذية، تظهر مُشكلة الإسكان، فالعالم الثالث يعاني من الانفجار ألسكاني على صعيد المدن. وشهد عام ٢٠٠٠ ارتفاع نسبة سكان المدن قياساً لسكان الريف. حيث يعيش 3.5 مليار من البشر في مجمعات عشوائية لا تستوعب أكثر من ٢٠ ألف ساكن. لقد اهتمت العديد من المؤتمرات الخاصة بالبيئة، بدءا من العام١٩٧٥ وخلال العقود اللاحقة بمشكلة السكن، وتم إقرار برنامج من ٩ نقاط، يستهدف تحقيق التعاون الدولي في مجال الإسكان الإنساني، في إطار الاعتقاد: بأن تحسين حياة الأفراد يجب أن يصبح من الأهداف الأكثر أهمية في كل سياسة تتعلق بتوفير سكن لائق بالبشر، ولم يتحقق على صعيد الواقع شيء يُذكر، سوى طلب قُدم للأمين ألعام للأمم ألمُتحدة، للتحقق من ظروف حياة الفلسطينيين في الأراضي المُحتلة.

وبهدف محاربة الفقر، وانعدام العدل الاجتماعي، وانتشار ظاهرة البطالة، عقدت الأمم المتحدة عدة مؤتمرات لهذا الغرض، ولمناقشة قضايا: التوظيف؛ المُشاركة في الدخل؛ التقدم الاجتماعي؛ تقسيم العمل الدولي، وإقرار الوثيقة النهائية المُتعلقة ببناء نظام اقتصادي دولي جديد، الذي يُمكن أن يوفر فرصة لكل دولة لاختيار نمط الإنتاج ألملائم لطبيعة ثرواتها وقدراتها، كما تشكل معالجة الفقر الهدف الأول من سياسات التنمية، لكي تتمكن الدول من إشباع الحاجات الأساسية للشعوب الأكثر فقراً، إضافة لتمتع بلدان العالم الثالث، بحق الوصول لتوازن عادل، بين الأيدي العاملة في مجال ألتقنية ورأس المال ألمُستثمر، أي التوازن بين قوى العمل ورأس المال .

أما على صعيد أزمة المياه في العالم، فلم يطرأ أي تحسن، فإذا كان الماء يغطي ٧ أعشار الكرة الأرضية، فإن أقل من ١٪ من المياه صالحة للشرب. علماً بأن حاجة البلدان النامية لمعالجة تلوث المياه وتوفير المياه الصالحة للشرب لا تزيد عن ٣٠ مليار دولار، فالمتضرر الكبير من ظاهرة أزمة وتلوث المياه، البلدان النامية، حيث تتعرض المجتمعات لانتشار الأمراض والأوبئة بسبب تلوث أمياه، ويطرح حاجة ٥٧ دولة فقيرة، لطاقم طبي مكون من ٤ ملاين شخص، لمواجهة المشكلات الصحية، لذا يجب على المجتمع ألدولي اعتبار قضية أمياه من القضايا الأساسية التي تتطلب تعاوناً دولياً لمعالجتها.

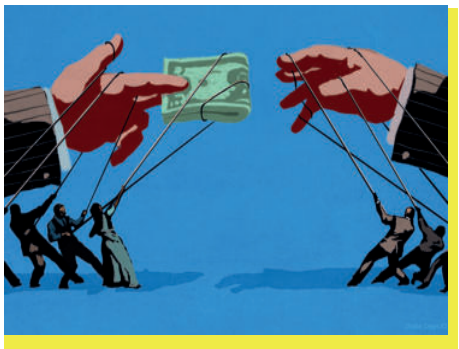
كما تبرز ظاهرة ألتصحر، كواحدة من القضايا الخطيرة التي يواجهها العالم الثالث، فالصحارى اليوم تحتل ثلث مساحة الكرة الأرضية، بسبب نشاطات الإنسان الصناعية والزراعية التي أدت إلى تحويل مساحات واسعة تقارب مساحة الصين إلى مناطق صحراوية، والضحية الأولى لهذه الظاهرة هي بلدان العالم الثالث، ولم تستطع مقاصد النظام الدولي المعاصر من تحقيق تقدم ونجاح ملموس لمعالجة هذه التحديات الخطيرة.

إن النظام الدولي الراهن، لا يقدم سوى معالجات مادية وقواعد أيديولوجية، فحركة عدم الانحياز أقرت مجموعة من الأفكار والمقترحات لبناء نظام دولي جديد. لكن دول الحركة، ذات خصائص متباينة، ولا تؤمن العديد منها بالعدالة، ولا ترفض مبدأ استغلال الإنسان للإنسان. لقد نص الإعلان العالمي لحقوق الشعوب: على أن "القوى الاستعمارية بأدواتها القمعية وبالتواطؤ مع الحكومات، تستمر في الهيمنة على جانب من هذا العالم، من خلال التدخل المباشر وغير المباشر، وعبر الشركات المُتعددة الجنسية .

وباستخدام سياسات محلية غير مؤكدة النتائج، وبدعم نظم عسكرية مبنية على القمع البوليسي والتعذيب والإبادة الجسدية للمعارضة، وهذا ما يُشكل بمجموعه من الناحية التطبيقية، ما يُمكن تسميته بالاستعمار ألجديد، فالإمبريالية بذلك توسع من هيمنتها على شعوب عديدة ".

من المؤكد، أن حركة عدم الانحياز، كان بمقدورها التحول لأداة فعالة لبناء نظام دولي جديد، شرط قيامها بوضع حدود لأفكارها. إن مفهوم النظام ألدولي ألجديد يعكس في المجال الأول، خطاباً أيديولوجياً، ثم يكون وبالتتابع حالة من علاقات القوة على صعيد العلاقات الدولية، وسلاح للكفاح من أجل تغيير الواقع الراهن للعلاقات الدولية.

إن الجانب القانوني للنظام الدولي الراهن، مكون من مجموعة من القواعد ألخطرة، فالقانون ألدولي الذي تبلور بعد إنشاء الأمم المتحدة عام١٩٤٥، كان من وضع الدول الصناعية، لتلبية حاجات تلك الدول، ولتبرير الهيمنة على دول العالم الثالث. لكن الشعوب والأمم، بدأت ترفض تدريجياً "التصور الأرستقراطي للأمم المتحدة"، معتبرة أن التحرر السياسي يبقى ناقصاً، إذا لم يرافقه التحرر الاقتصادي، وهذا ما دفع نحو البحث عن إجراء تعديلات جوهرية لقواعد القانون الدولي.



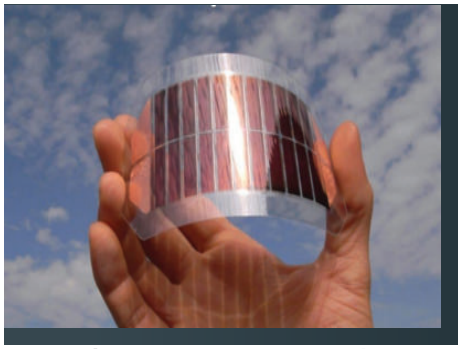
الحوكمة والتحديات المعاصرة في مكافحة الفساد وخفض مستوى الفقر

أ.د. دريد كامل آل شبيب

أن طبيعة التحديات المعاصرة التي تواجه الحوكمة وأهمها سياسات تراكم الديون، والحصول على المال السهل والأزمات الاقتصادية، والمالية والذكاء الاصطناعي، والصراعات الجيوسياسية بين القوى العظمى، وانهيار قيمة العملة والتغير في أسعار النفط وغيرها، تجعل من تطوير مفاهيم ومعايير ومؤشرات وتطبيقات الحوكمة أمر لابد منه لتحقيق التنمية المستدامة والقضاء على الفقر بعيداً عن المماحكات السياسية التي تعد إن صح التعبير على انها اختلافات فكرية وايديولوجية. إن مجموعة القوانين والمعايير والتعليمات والإجراءات الهادفة إلى تحقيق الانضباط والشفافية، والمساءلة والمسؤولية، والمساواة والعدالة القانونية والاجرائية، والتميز في الأداء وتحسين جودة تقديم الخدمات هي العناصر التي تعول عليها تطبيقات

الحوكمة، وجميعها يمكن التعامل معها بموجب قوانين وتعليمات الدولة وتفعيل دور المؤسساتية دون تدخل الاحزاب واختلافاتها. ومن جهة اخرى يلعب الفساد المالي والاداري وتعدد الولاءات داخل العمل الحكومي والعمل لصالح هذه الولاءات وليس للدولة دوراً سلبياً مؤثراً على الاداء الحكومي ويخفض من كفاءة الحكومات في إدارة شؤون الدولة. ويزيد من تكاليف تنفيذ المشاريع، ويحد من نمو القدرة التنافسية والإبداع لدى العاملين بما يعيق التنمية المستدامة. عليه تلعب الحوكمة دوراً محورياً في مكافحة الفساد والحد من الاحتيال الإداري والمالي. وهناك إجماع واسع النطاق من قبل الأكاديميين والمتخصصين على أهمية الحكم الرشيد من أجل تحقيق التنمية المستدامة.

ان مؤشرات الحوكمة: الاستقرار السياسي، والقضاء على العنف، وكفاءة أداء الحكومة، وجودة التنظيم، وسيادة القانون، والسيطرة على الفساد، مجتمعة تؤدي إلى التأثير الإيجابي على جودة حياة ورفاهية المواطنين، هذه الرفاهية يجب ان يكون لها الاولوية القصوى ويعبر عنها بلغة الأرقام والخطط وتكون ملزمة لكل من يشغل منصب إداري في الحكومة ابتداء من رئيس الوزراء وانتهاء بأي مسؤول حكومي آخر. كما أن الإفقار الشعبي الذي يقوض التماسك المدني والدعوات المتكررة إلى العمل على وفق الفكر الذي لا يلتزم المعايير الوطنية للاستمرار في التسابق في الحصول على الحصص من اموال واملاك الدولة وتهريبها، سوف يتسبب في خلق هشاشة اجتماعية متزايدة، وتفكك المعايير الاجتماعية لصالح الأعداء. هذا يتطلب تكليف المتخصصين والأكاديميين في إعداد دراسة حول تأثير تطبيق معايير الحوكمة والشفافية والمساءلة وتوفير عناصر المشاركة وسيادة القانون والثقة، والامتثال للقانون المحلي والدولي للحد من الفساد والنهب المنظم وتحقيق الديمقراطية الحقيقية، وزيادة التعاون المحلي والدولي، والحد من تأثيرات التحديات المعاصرة على وفق خطط استراتيجية بعيدة المدى، مع ضرورة الاجابة على السؤال الاهم لماذا يتعمق الفقر في العراق؟ حتى مع ارتفاع الناتج المحلي الإجمالي من إيرادات النفط بوتيرة متصاعدة، ولماذا لم تنجح هذه الزيادة غير المسبوقة في القضاء على الفقر وتحقيق رفاهية المواطن.



الجيل الثالث من خلايا الطاقة الشمسية

أ.م.د. سيف الدين موفق البياتي

تعتبر الطاقة الشمسية من أبرز مصادر الطاقة المتجددة التي تحظى باهتمام كبير في عصرنا الحالي، ويعد تطور الخلايا الشمسية من الجيل الأول إلى الجيل الثالث خطوة هامة نحو تحسين كفاءة استخدام هذه الطاقة وتقليل التكاليف البيئية والاقتصادية. تختلف خلايا الجيل الثالث عن خلايا الجيلين الأول والثاني في أنها تعتمد على مواد وطرق تصنيع جديدة مثل الخلايا الكهروضوئية العضوية (QUANTUM DOT) ، والخلايا الكهروضوئية الكمية ، والخلايا التي تستخدم مواد شبه موصلة غير تقليدية مثل الخلايا النانوية والخلايا الحساسة للألوان (DYE-SENSITIZED SOLAR CELLS) . هذه المواد توفر إمكانيات كبيرة لتحسين كفاءة تحويل الضوء إلى طاقة. و تتمثل مزايا الجيل الثالث من خلال:

1- زيادة الكفاءة: باستخدام تقنيات مثل الخلايا متعددة الطبقات أو الخلايا الكمومية، يمكن لخلايا الجيل الثالث أن تحقق كفاءة أعلى من خلايا الجيل الأول والثاني. هذه الخلايا يمكنها تحويل المزيد من ضوء الشمس إلى طاقة كهربائية، مما يعزز من فعاليتها.

2- تكلفة إنتاج أقل: نظرًا لاستخدام مواد غير تقليدية مثل المواد العضوية أو النانوية، يمكن تقليل تكاليف تصنيع الخلايا الشمسية، مما يجعل الطاقة الشمسية أكثر جدوى من الناحية الاقتصادية، ويعزز من قدرتها على المنافسة مع مصادر الطاقة الأخرى.

3- المرونة والتطبيقات المتنوعة: تمتاز بعض خلايا الجيل الثالث بمرونتها، مما يسمح باستخدامها في مجموعة واسعة من التطبيقات، مثل تغطية الأسطح المختلفة أو حتى طباعة الخلايا على الأقمشة أو الألواح القابلة للطي.

4- استدامة البيئة: تقدم خلايا الجيل الثالث فرصة لتقليل الأثر البيئي الناتج عن تصنيع الخلايا الشمسية التقليدية، وذلك من خلال استخدام مواد أقل سمية وأبسط في التصنيع.

على الرغم من المزايا المتعددة التي تقدمها خلايا الجيل الثالث، إلا أن هناك العديد من التحديات التي تواجهها. حيث ان بعض المواد المستخدمة في هذه الخلايا قد تكون غير مستقرة على المدى الطويل، مما يقلل من عمر الخلية وكفاءتها. كما أن تقنيات التصنيع قد تكون معقدة أو مكلفة في بعض الحالات، ما يجعل التوسع في استخدامها على نطاق واسع أمرًا صعبًا. علاوة على ذلك، لا تزال البحوث جارية لتحديد طرق أكثر فعالية من حيث التكلفة لتحسين أداء هذه الخلايا.

يُتوقع أن تشهد خلايا الطاقة الشمسية، وخاصة من الجيل الثالث، تطورًا كبيرًا في المستقبل القريب. من خلال التعاون بين الباحثين والصناعيين، يمكن أن تنخفض تكاليف الإنتاج بشكل أكبر، مما يسهم في زيادة الاعتماد على الطاقة الشمسية كأحد الحلول المستدامة لمشكلة الطاقة على مستوى العالم. علاوة على ذلك، يمكن أن تساهم هذه التكنولوجيا في تقليل الاعتماد على الوقود الأحفوري والتقليل من الانبعاثات الضارة.

إن الجيل الثالث من خلايا الطاقة الشمسية يمثل قفزة نوعية في مجال الطاقة المتجددة من خلال استغلال المواد الجديدة والتقنيات المبتكرة. يمكن لهذا الجيل أن يسهم بشكل كبير في تحسين كفاءة الطاقة الشمسية وتقليل تكاليف إنتاجها. على الرغم من التحديات التي لا تزال قائمة، فإن الأبحاث المستمرة تشير إلى أن خلايا الجيل الثالث ستلعب دورًا رئيسيًا في توفير حلول طاقة مستدامة للمستقبل.

التحولات في كتابة الدساتير في العراق١٩٢٥–١٩٧٠ من تمثيل محدود إلى سلطة مغلقة 1-1

د. علي مهدي

تميزت عملية كتابة الدساتير في العراق بتعدد الجهات المشاركة في صياغتها، بحسب طبيعة المرحلة السياسية وظروفها. ففي دستور١٩٢٥ كانت المسودة من إعداد مسؤولين بريطانيين، وناقشها المجلس التأسيسي، ثم صدرت بصيغة رسمية عبر الملك. أما بعد ١٩٥٨، فقد تولت لجان ضيقة عند الصياغة، وناقشتها حكومات مؤقتة أو مجالس عسكرية. وقد غلب الطابع المركزي وغياب التمثيل الشعبي على معظم هذه التجارب، مما انعكس على مضمون الدساتير وشكل السلطة في الدولة.

أولا: دستور عام١٩٢٥ التأسيس تحت وصاية الانتداب

صدر دستور عام ١٩٢٥ في ظل ظروف سياسية استثنائية، ارتبطت بشكل مباشر بمعاهدة عقدت بين العراق وبريطانيا، وهي معاهدة عام 1922، التي شكّلت

الإطار المرجعي لولادة النظام الدستوري العراقي الناشئ. فقد اشترطت المعاهدة أن يتم سنّ "قانون أساسي" يُعرض على المجلس التأسيسي، على ألا يتعارض مع بنود المعاهدة، وأن يأخذ في الحسبان حقوق ومصالح جميع السكان المقيمين في العراق، دون تمييز على أساس اللغة أو الدين أو القومية. ويجب ان يعين هذا القانون الأساسي الأصول الدستورية، تشريعية او تنفيذية التي ستتبع باتخاذ القرارات في جميع الشؤون المهمة بما فيها الشؤون المرتبطة بمسائل الخطط المالية النقدية والعسكرية.

جاء في المادة الثالثة من المعاهدة أن "جلالة ملك العراق يوافق على أن يُشرع قانوناً أساسياً يُعرض على المجلس التأسيسي العراقي، ويضمن تنفيذ هذا القانون، شريطة ألا يتضمن ما يخالف نصوص المعاهدة، وأن يراعي الحقوق والرغبات والمصالح العامة للسكان...". كما نصّت على ضمان حرية الاعتقاد وممارسة الشعائر الدينية، بشرط ألا تخلّ بالآداب العامة أو النظام العام، فضلاً عن ضرورة عدم التمييز بين المواطنين.

بناءً على ذلك، شُرع في انتخاب المجلس التأسيسي، غير أن المحاولة الأولى باءت بالفشل نتيجة المقاطعة الواسعة التي قادتها الزعامات الدينية والسياسية احتجاجاً على مضامين المعاهدة. ورداً على ذلك، انتهجت الحكومة سياسة قمعية صارمة لقمع المعارضة، وأجريت انتخابات جديدة تمخض عنها تشكيل المجلس بنجاح.

وقد كان من شروط قبول العراقيين بتتويج الملك فيصل الأول أن تكون حكومته "دستورية تمثيلية ديمقراطية خاضعة للقانون"، وهو ما جرى تأكيده في خطاب العرش، وفي المادة الثالثة من المعاهدة، إضافة إلى التزامات بريطانيا الواردة في المادة الأولى من صك الانتداب، والتي نصّت على أن الدولة المنتدبة تلتزم بوضع قانون أساسي للعراق خلال فترة لا تتجاوز ثلاث سنوات من بدء الانتداب، على أن يُعرض على مجلس عصبة الأمم للمصادقة.

افتتحت الجمعية التأسيسية العراقية أعمالها في 27 آذار 1924، وكان من مهامها التصديق على معاهدة 1922 وإقرار أول دستور عراقي، إلى جانب قانون الانتخابات. وقد أُوكلت مهمة صياغة مسودة الدستور إلى عدد من المسؤولين البريطانيين، الذين اعتمدوا في الأساس على القانون الأساسي العثماني، مع الاستئناس ببعض النماذج الدستورية الأخرى.

تسلّم الملك فيصل في آذار 1922 مشروع الدستور، وأحاله إلى لجنة عراقية لدراستها. وقد رأت اللجنة العراقية ان هذه المسودة لا تحاكي رغبات الشعب فعمدت الى تقديم مشروع دستور مستوحى في أهم مبادئه من الدستور العثماني والدستور الياباني.

إلا أن هذا المشروع لم يحظَ بقبول الجانب البريطاني، فاندلع خلاف بين الطرفين أُحيل على إثره المشروع إلى وزارة المستعمرات البريطانية في نيسان 1922 للفصل فيه.

أدخلت الوزارة تعديلات من شأنها تعزيز سلطة الملك على التشريع، وتم تشكيل لجنة عراقية – بريطانية مشتركة لتعديل المسودة، بما يضمن خضوع الوزراء لمساءلة مجلس النواب بدلاً من الملك، ترسيخاً للطابع البرلماني للنظام السياسي. وفي مراجعة ثانية، أعيدت المسودة إلى وزارة المستعمرات التي قامت بتنقيحها بما يمنح البريطانيين السيطرة غير المباشرة على المجلس النيابي من خلال صلاحيات الملك.

استغرقت مناقشة مشروع الدستور ثمانية عشر جلسة في المجلس التأسيسي، بدأت في 14 حزيران 1924 وانتهت في 21 تموز من العام ذاته، وقد تشكلت لجنة لهذا الغرض تألفت من كل محافظة نائب، حيث أُقرّ الدستور بالإجماع.

التأثيرات الاجتماعية على تركيبة المجلس التأسيسي والحياة البرلمانية (1925)

شكّل المجلس التأسيسي العراقي حجر الأساس لنشوء الحياة البرلمانية في العراق، غير أن تركيبة أعضائه تأثرت بشكل كبير بالخلفية الاجتماعية والاقتصادية للطبقات الممثلة فيه، وهو ما انعكس على طبيعة التشريعات والمواقف السياسية اللاحقة.

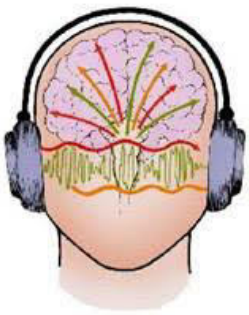
فقد ضمّ المجلس 100 عضو، توزعت مقاعدهم على النحو الآتي: 20 مقعداً خُصصت للتمثيل العشائري، و 5 لليهود، و 5 للمسيحيين، فيما خُصصت المقاعد الـ 70 المتبقية لتمثيل سكان المدن والقرى. وكان معيار التمثيل أن يمثل كل نائب 20 ألف مواطن من الذكور، وفقاً للنظام الانتخابي المعتمد حينها.

ويُلاحظ أن أكثر من 50٪ من أعضاء المجلس كانوا من شيوخ العشائر وكبار الملاك، أي الفئة المرتبطة اقتصادياً بالأرض والزراعة، اجتماعياً بالريف، وسياسياً بالنظام القائم. وقد كانت هذه التركيبة جزءاً من سياسة منهجية اعتمدتها سلطات الاحتلال البريطاني، ولاحقاً سلطات الانتداب، في توطيد علاقاتها مع هذه الفئة المؤثرة، مقابل تعزيز مصالحها وضمان ولائها.

لذلك، صُمّم النظام الانتخابي بطريقة تُركّز على الأرياف، مستغلاً مركزية الأرض والملكية وموارد الري لتحقيق مكاسب انتخابية تصبّ في مصلحة الفئات الحاكمة.

أما النخبة المثقفة، فقد شكّلت نحو 29٪ من مجموع أعضاء المجلس، من بينهم حوالي 12٪ من حملة الشهادات الجامعية، وهي نسبة تعكس تمثيلاً يفوق نسبتهم الفعلية في المجتمع آنذاك. وقد ساهم هؤلاء في محاولة إضفاء طابع قانوني مؤسسي على أعمال المجلس، رغم محدودية نفوذهم السياسي.

في المقابل، شكّل التجار والوجهاء حوالي 21٪ من الأعضاء، وقد كان أغلبهم، بشكل مباشر أو غير مباشر، على صلة بالملكية الزراعية أو مرتبطين بعلاقات اقتصادية مع الدولة، خصوصاً مع السلطة البريطانية، نتيجة تداخل مصالحهم مع رؤوس الأموال الأجنبية.



المخدرات الرقمية. إدمان بعيدا عن رقابة الاسرة والمجتمع 1-1

د. أثير هلال الدليمي

ناقوس خطر جديد يدق ويهدد سلامة ابناؤنا ومجتمعاتنا. استهداف جديد يتربص بهم. ولكن هذه المرة ليس تقليدياً.. بل تكنولوجيا. حيث إنه مخدر جديد يدعى بالمخدرات الرقمية، او الجرعة الرقمية. فجرعة منه اكثر تأثيرا وفاعلية من جرعة من الكوكائين أو الماريغوانا وغيرها من الانواع التقليدية المنتشرة، بعيدا عن الرقابة الاسرية والأمنية.

فالمخدرات الرقمية ذات طبيعة مادية تجعل من الصعوبة كشف طريقة استخدامها (تعاطيها) وضبط مستخدميها او المروجين لها كونها تعرض وتباع وتشترى وتتعاطى بطرق الكترونية وعبر شبكة الانترنت، ومن الصعوبة اتخاذ اية إجراءات عقابية او احترازية ووقائية ضد مستخدميها إضافة الى ان العملية برمتها لا تترك اي دليل جرمي مادي ملموس يكشف هوية المروجين وهوية المتعاطين لها، كما تعد المخدرات الرقمية من أحدث صور الجرائم الإلكترونية العالمية وأكثرها اساءة لاستخدام التكنولوجيا الرقمية الحديثة.

شهدت الآونة الأخيرة رواج وانتشار واسع للمواقع الألكترونية التي تحوي على مكتبات متنوعة لأنواع هذه المخدرات واقبال كبير من قبل المراهقين والشباب وخاصة من الذين يعانون من مشاكل نفسية او اجتماعية او عائلية بعد ان يغرر بهم من قبل المروجين في هذه المواقع واقناعهم بأن هذه المخدرات أمنه وشرعية.

تتخذ هذه المخدرات مشروعيتها من خلال عدم وجود تشريعات جنائية موضوعية (قوانين) تجرم العملية برمتها بدءا من عرضها انتهاء بتعاطيها، وبذلك فان لا جريمة ولا عقوبة الا بنص، كما أن العملية برمتها ذات

طابع تكنولوجي إلكتروني تلزم بعض الإجراءات الفنية لكشفها ومكافحتها وللأسف الشديد فان اغلب الدول ولاسيما الدول النامية فإنها تعاني من ضعف في الجوانب الاجرائية المتعلقة بإجراءات القبض والتحري والتفتيش والتحقيق في الجرائم الإلكترونية وغيرها من الإجراءات الفنية وذلك بسبب ضعف الخبرة الفنية لدى بعض أعضاء الضبط القضائي والمحققين والقضاة.

كما ان ضعف التعاون الدولي في مكافحة الجرائم الإلكترونية الحديثة وغياب المعاهدات والاتفاقيات والتشريعات الدولية الموحدة في تحرر المجرمين وافلاتهم من العقاب وبالتالي تمكنهم من تطوير اساليبهم الإجرامية واكتشاف طرق جديدة وبديلة للجرائم التقليدية او تسهل في ارتكابها واخفائها.

المخدرات الرقمية باختصار:

المخدرات الرقمية هي عبارة عن ملفات صوتية (نغمات) ذات ترددات مختلفة ترافقها بعض الاحيان أشكال بصرية عشوائية وهذه الملفات مشابهة لأي ملفات رقمية تخزن في أجهزة الكومبيوتر او الهواتف النقالة او اي جهاز إلكتروني اخر مثل (صورة، مقطع فيديو، نص كتابي، ملف صوتي). ولا تختلف ملفات المخدرات الرقمية عن أي ملف صوتي اخر سوى بالنغمة التي تكاد ان تكون غير مفهومة، ويمكن تحميلها من خلال مواقع الكترونية عبر شبكة الإنترنت تكون متخصصة في ترويج وبيع هذه الملفات.

وقد توفرت مؤخرا على موقع ال (يوتيوب) عدة مقاطع لهذه الملفات متباينة الطول لفترات قد تكون قصيرة لبضع دقائق ويصل بعضها طوله إلى ساعة، وتأتي إضافة للذبذبات الصوتية مع مؤثرات بصرية أحياناً تكون ألوان مختلطة ثابتة وأحياناً تتغير ببطيء شديد حتى تحفز اللاوعي عند الإنسان.

:الطريق الى الإدمان

تبدأ الرحلة من خلال تصفح بعض المواقع الإلكترونية عبر شبكة الإنترنت المروجة بطرق احترافية لهذا النوع من المخدرات والمستضيفة لها، حيث تغوي المراهقين وتقنعهم باستخدامها، وتعرض كذلك بعض المعلومات عن فوائد هذه النغمات وانواعها ومدى تأثير كل نوع منها، إضافة إلى انها تضع دليل وتعليمات إرشادية توضح طرق الاستخدام وانواعها النغمات والأسعار إزاء كل نوع منها والشعور المنبعث من خلال استخدامها، كما تعرض هذه المواقع بعض التجارب الناجحة على حد زعمهم لفئة من الشباب المتعاطين المستخدمين لهذه الملفات والذين كانوا يعانون من مشاكل التوتر والقلق، وكيف اصبحوا سعداء يحلقون في السماء بعد استخدامها وكيف انتقلوا إلى مرحلة الاسترخاء والنشوة و اللاوعي، وفقدان التوازن الجسدي والنفسي.

تعرض مجانا على سبيل التجربة في بادئ الأمر ثم يتولد لدى مستخدمها تدريجيا رغبة شديدة بتكرار الاستخدام لزيادة الفعالية التأثيرية، وتكون بمبالغ ليست بالقليلة تتباين اسعارها حسب نوع الملف وجرعته (التردد) المطلوب للاسترخاء والراحة، لغاية انتهاء الأمر بالاستخدام المفرط والمتكرر والمؤدي الى الادمان على استخدامها وربما الانتقال إلى مرحلة تعاطي المخدرات التقليدية المشابهة لها في التأثير والفعالية. وبالتالي يكون المدمن قد شكل خطرا كارثيا اجراميا على سلامة المجتمع وامنه.

اكتشاف وبداية استخدام الترددات الصوتية:

اكتشف العالم الفيزيائي هنريش فيلهلم دوف في عام١٨٣٩ انه اذا سلطت ترددين مختلفين قليلا عن بعضهما لكل اذن، فإن المستمع سيدرك صوت نبض سريع. سميت هذه الظاهرة بـ (دق على الاذنين).

استخدمت هذه الآلية لأول مرة عام ١٩٧٠ من أجل علاج بعض المرضى النفسيين لاسيما الذين يعانون من الاكتئاب الخفيف والقلق وذلك عند رفضهم العلاج الدوائي حيث كان يتم تعريض الدماغ إلى ذبذبات ترددية كهرومغناطيسية تؤدي لفرز مواد منشطة كالدوبامين و بيتا أندروفين بالتالي تسريع معدلات التعلم وتحسين دورة النوم وتخفيف الآلام وإعطاء احساس بالراحة والتحسن. واعتبر أنه يمكن استخدام هذه التقنية لعلاج القلق وعدم النوم.

متطلبات الاستخدام (التعاطي):

توضع سماعات الرأس على الأذنين للوصول الى المستوى المطلوب من الاستمتاع والنشوة.. وتغمض العينين وتوضع عليهما عصبة. ويفضل ارتداء ملابس فضفاضة.. الجلوس او الاسترخاء في وضع التمدد في مكان مغلق مع إضاءة خافتة او مظلمة. وإطفاء جميع الأجهزة الموجودة في الغرفة منعاً لتأثيرها على استمتاع للمتلقي.

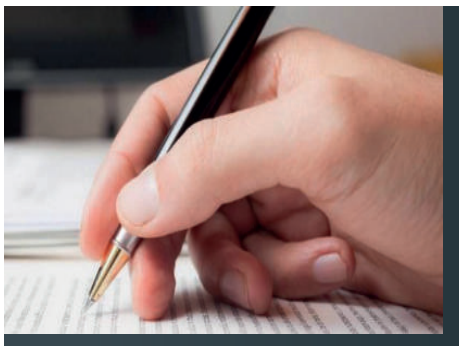
عمل الملفات الصوتية:

المخدرات الرقمية هي ملفات صوتية وأحياناً ترافقها اشكال بصرية ذات ألوان تتحرك وتتغير وفق معدل مدروس تمت هندستها لتخدع الدماغ عن طريق بث أمواج وترددات صوتية مختلفة بشكل بسيط لكل اذن، ولكون هذه النغمات الترددية غير مألوفة يعمل الدماغ على توحيد الترددات بين الأذنين للوصول إلى مستوى واحد بالتالي يصبح كهربائياً غير مستقر، وحسب نوع الاختلاف في كهربائية الدماغ يتم الوصول لإحساس معين يحاكي احساس أحد أنواع المخدرات أو المشاعر التي يصل إليها كالنشوة.

فعلى سبيل المثال انه لو تعرضت الأذن اليمنى إلى موجة ٣٢٥ هرتز واليسرى إلى موجة ٣١٥ هرتز فإن الدماغ سيعمل على معالجة الموجتين لتشكيل صوت وموجة جديدة لتكون موجة ١٠ هرتز وهي نفس الموجة التي ينتجها الدماغ أثناء الارتخاء والتأمل.

كل نوع من هذه المخدرات (الملفات) تستهدف نمط معين من النشاط الدماغي، ويتعلق الأمر بمدة التعرض والظروف المواتية له، وأحياناً يتم الاستعانة بالبصر لزيادة تحفيز الدماغ.

وحسب المنظمة العربية للمعلومات والاتصالات فإن تلك المخدرات عبارة عن ذبذبات صوتية تتراوح أمواجها ما بين ألفا ثم بيتا و ثيتا وصولاً إلى دلتا، ويؤدي الاستماع إليها لفترة طويلة الى خلق عدة أحاسيس كالنعاس أو اليقظة الشديدة أو الدوخة أو الارتخاء أو الصرع والانزعاج.



قراءة قانونية في استقالة عضو مجلس النواب

أ.م.د. حيدر مدلول المعموري

ان الاستقالة حق لعضو مجلس النواب كفلها له الدستور وقانون مجلس النواب لسنة ٢٠١٨ ولكنهما لم ينظما هذه الاستقالة بنصوص قاطعة الدلالة، وان استقالات بعض اعضاء مجلس النواب العراقي عند تقديمها الى رئيس مجلس النواب وموافقته عليها شخصيا، في هذه الحالة تنقطع الرابطة بين النائب والمجلس ويعود العضو مواطنا عاديا، كما انه لا يوجد نص صريح او ضمني لا في الدستور ولا في قانون مجلس النواب، ولا في النظام الداخلي له يعطي الاختصاص لرئيس المجلس في قبول استقالة النائب، مما يعني ان هناك فراغا تشريعيا من هذه الناحية، يوجب على رجل القانون ان يبحث عن السلطة المختصة في قبول الاستقالة من خلال الرجوع الى القواعد العامة اذ ان هناك قاعدة تسمى بقاعدة توازي الاشكال والاختصاصات. فعلى سبيل المثال إذا حدد القانون جهة لتعيين الموظف فهي نفسها التي تقبل استقالته وتنهي خدمته الا إذا وجد نص يقضي بخلاف ذلك، وبما ان النائب في مجلس النواب منتخب من الشعب مباشرة فأن الشعب وحده هو الذي يقبل استقالته من خلال ممثليه في المجلس، اي بعبارة ادق فأن الموافقة على الاستقالة يجب ان تصدر من مجلس النواب بالأغلبية البسيطة بعد تحقق النصاب نزولا عند حكم المادة (٥٩/ثانيا) من الدستور. وبما ان الاختصاص في اصدار القرارات النيابية يتعلق بالنظام العام أكثر من عدم المشروعية فتصبح معدومة، لذا فأن قبول استقالة عضو المجلس من قبل رئيس مجلس النواب ينضوي تحت عنوان (القرار المعدوم) وبذلك يتجرد من القيمة القانونية ويصبح عملا ماديا بحت ليس له اي أثر قانوني.

الزراعة الهجينة

كيف تفقد الفواكه والخضروات قيمتها الغذائية لصالح الشركات

رازان عرفان

الفواكه والخضروات جزء لا يتجزأ من روح المطبخ العراقي، من السلطات الطازجة إلى الدولمة المحشوة والتمر الذهبي الحلو. لكن المنتجات التي تملأ أسواقنا اليوم غالبا ما تكون أقل تغذية مما كان يتناوله أجدادنا. فالشركات الكبرى مدفوعة بالربح أعادت تشكيل الزراعة لتفضيل المحاصيل التي تدوم طويلا على الرفوف وتعطي حصادا وفيرا متجاهلة العناصر الغذائية، ودافعة بعض الخضروات التقليدية نحو الانقراض. هذا التغيير يؤثر على صحتنا ويهدد تراثنا الزراعي الغني في العراق.

تعطي الشركات الزراعية العالمية الأولوية للصفات التي تجعل المنتجات مربحة. فهي تسعى لجعل الفواكه والخضروات موحدة الحجم، زاهية الألوان، وقادرة على تحمل الشحن لمسافات طويلة لتلبية متطلبات السوبرماركت والتجارة العالمية. إذ تنتج أنواع من الطماطم لتبقى قوية وناضجة لأسابيع، وتختار التفاح لنكهته، وليس لفوائده الغذائية. هذا التغيير الجيني يقود غالبا الى التقليل من الفيتامينات، مثل فيتامين ج وفيتامين أ، أو المعادن مثل الكالسيوم. في حين تقوم بإهمال الأصناف التقليدية الغنية بالعناصر الغذائية التي كانت شائعة في حقول العراق لأنها تتعرض للتلف بسهولة أو لا تتوافر لها ظروف التخزين المناسبة. كما تعزز هذه الشركات الزراعة الأحادية معتمدة على الأسمدة الكيميائية التي تستنزف التربة، مما يقلل من العناصر الغذائية مثل الزنك والمغنيسيوم الضرورية للمحاصيل الصحية، والمهمّة لصحة الانسان.

وقاد التركيز التجاري على أنواع معينة من المنتوجات الزراعية، الى اختفاء بعض الخضروات، وتم استبدال الأصناف التقليدية مثل بعض انواع القرع العراقي أو الخضروات البرية مثل الرجلة بأخرى هجينة أقل قيمة غذائية. وأظهرت دراسة أجريت عام ٢٠٠٤ أن مستويات العناصر الغذائية في عشرات المحاصيل انخفضت بشكل كبير منذ خمسينيات القرن الماضي. إذ فقد البروكلي أكثر من نصف محتواه من الكالسيوم، وقل فيتامين ج في البرتقال بشكل ملحوظ. وفي العراق حيث تعاني الزراعة من شح المياه وأضرار الحروب في أراضي مثل البصرة، فإن الجهود التي تقودها الشركات تؤدي الى فقدان المحاصيل المتنوعة الغنية بالعناصر الغذائية لميزاتها المعروفة. فعلى سبيل المثال فإن المنتجات المستوردة الشائعة في أسواق بغداد غالبا ما تقطع مسافات طويلة تفقد خلالها نضارتها وعناصرها الغذائية.

ويمكن تتبع التأثير الصحي للمنتجات الزراعية الهجينة بشكل واضح. فالنظم الغذائية الفقيرة بالفيتامينات والمعادن الأساسية تضعف المناعة، وتزيد من الإرهاق، وترفع مخاطر الأمراض المزمنة مثل السكري، وهو مصدر قلق متزايد في العراق. كما يواجه الأطفال مشاكل في النمو والتطور بسبب النقص الغذائي. كذلك فإن فقدان الأصناف التقليدية يقوض أيضا تقاليدنا الغذائية، إذ تتلاشى الأطباق المرتبطة بالمحاصيل الفريدة. فأولويات الشركات ومصالحها تهدد ليس فقط طعامنا بل هويتنا الغذائية المميّزة.

وفي مواجهة هذه التحديات يمكن اختيار المنتجات المحلية من الأسواق المحلية عن طريق دعم المزارعين الذين يزرعون محاصيل تقليدية غنية بالعناصر الغذائية. كما يسهم تشجيع الحدائق الصغيرة، حتى في المناطق الحضرية، إحياء أصنافٍ تقليدية مثل البامية العراقية. كما إن دعم الزراعة المستدامة بعيدا عن الزراعة الأحادية التي تقودها الشركات، يحافظ على العناصر الغذائية والتنوع البيولوجي. فمن خلال الحفاظ على أطعمتنا التقليدية، والدعوة إلى زراعة محلية متنوعة يمكننا حماية صحتنا وتراثنا، ونضمن أن تظل وجباتنا نابضة بالحياة للأجيال القادمة.

علاقة الجيوفيزياء بالهندسة المدنية

د. احمد سرداح

ترتبط العلوم الجيولوجية بعلم الهندسة المدنية بشكل رئيسي من خلال علم الجيوفيزياء وعلم الجيولوجيا الهندسية. وعلم الجيوفيزياء هو العلم الذي يهتم بدراسة الخواص الفيزيائية للصخور والترسبات لتحديد خواصها وخصائصها مثل: المسامية، النفاذية، الصلابة، المحتوى المائي ودرجة الاشباع، المحتوى المعدني والمحتوى الهيدروكربوني (النفط). ويتم دراسة الخواص الفيزيائية من خلال العديد من الطرائق الجيوفيزيائية. بعض هذه الطرائق يستخدم فقط في التحريات الهندسية، وخصوصا في مجال الهندسة المدنية لتقييم الخصائص الجيوتكنيكية للصخور والترسبات وبالأخص طبقة التربة. تعتبر هذه الطرائق وسيلة مهمة وأساسية لفهم طبيعة الطبقات تحت السطحية القريبة من سطح الارض، فهي تعطي معلومات أساسية لا غنى عنها للمهندس المدني في مجال تقييم الخصائص الجيوتكنيكية لمواقع المباني والمشاريع الهندسية الكبيرة، مثل السدود والجسور والانفاق. واحده من اهم هذه الطرائق هي الطريقة الزلزالية الانكسارية والتي تعتمد على توليد والتقاط الموجات الزلزالية المنكسرة. وتتميز هذه الطريقة عن الطرق التقليدية المختبرية بانها اقل كلفة واكثر دقة واسرع في الحصول على النتائج. حيث يمكن من خلالها حساب المعاملات الجيوتكنيكية حقليا من خلال العلاقات التي تربط معاملات المرونة بالسرع الزلزالية. وهذه المعاملات الجيوتكنيكية هي:

1- المادة

2-معامل نسبة الاجهاد او ما يسمى معامل ضغط الأرض الجانبي في حالة الاستقرار.

3-معامل التركيز

4-زاوية الاحتكاك الداخلي الفعالة

5-سعة التحمل القصوى

6-معامل الامان

كما تستخدم هذه الطريقة في ايجاد معاملات المرونة للصخور كما هو موضح في الجدول:

Elastic Modules	Formula
Young's Modulus (E)	$E = \rho\left(\frac{3Vp^2-4Vs^2}{\left(\frac{Vp}{Vs}\right)^2-1}\right)$
Bulk Modulus (K)	$\frac{K}{\rho} = (Vp^2 - \frac{3}{4}Vs^2)$
Rigidity or Shear Modulus (μ)	$\mu = Vs^2\,\rho$
Poisson's Ratio (σ)	$\sigma = \frac{(1-2\left(\frac{Vs}{Vp}\right)^2)}{2(1-\left(\frac{Vs}{Vp}\right)^2)}$
Lame's Constant (λ)	$\lambda = \rho(Vp)^2 - 2(Vs)^2$

الضغوط النفسية على المرأة العاملة

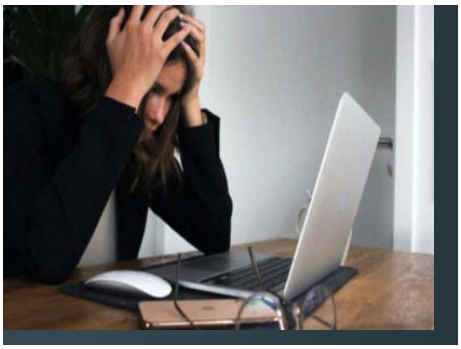
أ.م.د. ميسون طه محمود السعدي

تعتبر الضغوط النفسية إحدى الظواهر في حياة الإنسان تظهر في مواقف الحياة المختلفة حيث أصبحت جزء من الحياة اليومية، مما يحتم علينا التعرف على أسبابها، وكيفية إدارتها والتخفيف من حدتها، وتشير الإحصاءات العالمية أن ٨٠٪من الأمراض الحديثة سببها الضغوط النفسية، وأن ٥٠٪ من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء والمستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية، وأن ٢٥٪ من أفراد المجتمع يعانون شكلا من أشكال الضغط النفسي.

فالضغوط هي عملية نفسية واجتماعية واسعة، وتشير إلى إدراك الفرد لعدم قدرته على إحداث استجابة مناسبة للمواقف التي يواجها في البيئة، ويشعر أنها تهدد أمنه وسلامته، وتسبب له ضعفا.

مصادر الضغوط النفسية

الضغط قد ينشأ من داخل الشخص نفسه نتيجة الأزمات التي يعيشها ويسمى الضغط الداخلي، أو قد يكون ناتجا عن ظروف خارجية مثل العمل، والعلاقات الشخصية مع الأصدقاء أو شريك الحياة أو موت عزيز أو موقف صادم ويسمى الضغط الخارجي. وهناك سببان للضغوط: الأسباب الداخلية وتكون نابعة من المعتقدات والأفكار الخاطئة وهي افتراضات غير واقعية، والأسباب الخارجية، مثل ضغوط القيم والمعتقدات والمبادئ والصراع بين العادات والتقاليد التي يتمسك بها الفرد، وبين



الواقع مما يسبب له ضغوطا عالية، وتتحدد الضغوط بالموقف الذي يسبب الصراع بين القيم والواقع. إذ أن الكائنات البشرية يكون لها رد فعل للضغوط عن طريق تنمية أعراض غير نوعية. وأن الضغوط يكون لها دور هام في إحداث معدل عال من الإنهاك والانفعال الذي يصيب الجسم، إذ أن أي إصابة جسمية أو حالة انفعالية غير سارة كالقلق والإحباط والتعب أو الألم لها علاقة بتلك الضغوط. كما يرى هانسون أن الضغوط وليدة بيئة يحكمها قانون المكان والزمان وما يدور في إطاريهما من تطور ونشاط ونظم وقيم وعادات وتقاليد وتحديات، فهي تصحب الفرد تبعاً للمكان الذي يعيش فيه وتلازمه حسب العمل الذي يقوم به، فالضغوط بكل أنواعها ناتجة عن التقدم الحضاري المتسارع الذي يميز الحياة اليومية التي يعيشها الكثيرون، وأن ضغوط العمل من أمراض القرن الحادي والعشرين. وتشير آلاكثر إلى أن الضغوط النفسية هي مجموعة من التغيرات الجسمية والسلوكية والانفعالية التي يتعرض لها العاملون نتيجة لاختلال التوازن بين قدراتهم وإمكاناتهم الشخصية والمهنية وبين متطلبات العمل الذي يتعين إنجازه، ونتيجة لأفكارهم ومعتقداتهم الخاطئة تجاه المهنة. أما شقير فترى أن الضغوط النفسية هي مجموعة من المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة.

أعراض الضغط النفسي

يظهر الضغط النفسي من خلال عدة أعراض وهي:

- الأعراض الجسدية: في ردة فعل الضغط العادية، إذ يخفق القلب بقوة وبسرعة، وتتشنج العضلات، كما تزداد سرعة التنفس، ويجف الحلق، وتصبب العرق، والإحساس باضطراب في المعدة.
- الأعراض الذهنية: صعوبة في التركيز.
- الأعراض العاطفية: من الشائع أن يشعر من يتعرضون لضغوطات بالعصبية، القلق، التوتر، سرعة الغضب، الانفعال، عدم الراحة أو الإثارة. ومن جهة أخرى قد يجد بعض الأفراد متباطئين، محبطين، حزينين أو كئيبين.
- الأعراض السلوكية: عند شعور الفرد بالضغط فإنه يحول التخلص منه القيام بسلوكيات، مثل: هز الركبة، قضم الأظافر، الإكراه على الأكل، التدخين التكلم بصوت عال، إلقاء الملامة على الغير، وغيرها.

آثار ومظاهر الضغوط النفسية

للضغوط النفسية آثار سلبية ومدمرة ومهددة لحياة الأفراد وسعادتهم، إذ ترتبط بالخبرات الحياتية المختلفة وطبيعة عمل الأفراد، وتلعب دورا مهما وكبيرا في حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي والتي تعتبر أخطر الآثار الناجمة عن الضغوط النفسية وتصنف آثار الضغوط النفسية إلى ما يلي:

أولاً: آثار جسمية، وتشمل ارتفاع ضغط الدم وفقدان الشهية وتقرحات الجهاز الهضمي واضطرابات الهضم والإنهاك الجسمي والصداع.

ثانيا: آثار نفسية، وتشمل التعب والإرهاق وانخفاض الميل للعمل والملل والاكتئاب والأرق والقلق وانخفاض تقدير الذات.

ثالثا: آثار اجتماعية، وتشمل العزلة والانسحاب، إنهاء العلاقات، وانعدام القدرة على قبول وتحمل المسؤولية، والفشل في أداء الواجبات اليومية المعتادة.

رابعاً: آثار فسيولوجية، وتشمل الارتجاف وزيادة التقلصات العضلية واللعثمة في الكلام، وتغيرات في تعبيرات الوجه، والأقدام والإحجام واضطراب عادات النوم ونقص الميول، والحماس والشك في الزملاء والنظرة السوداوية للحياة.

خامسا: آثار معرفية، وتشمل اضطرابات في الانتباه والتركيز والذاكرة وصعوبة التعلم.

مقترحات وحلول ممكنة:

لتخفيف ضغوط العمل النفسية على المرأة العاملة، ولتمكين النساء من النهوض بدورهن وحقهن في البناء الاقتصادي والاجتماعي وتعزيز مكانتهن بما يتناسب وطاقتهن في العمل نحتاج الى آليات صحيحة منها:

1- منع التمييز في العمل والتوظيف وتحقيق الأجر المتساوي للعمل المتساوي.

2- احتساب مخصصات أولاد الأم العاملة، وتخصيص مخصصات للعاجزين من افراد عائلتها إذا كانت هي المعيل الوحيد في الأسرة.

3- شمول المرأة العاملة وأفراد عائلتها بالضمان الصحي والوقاية الصحية وتوفير السكن الملائم.

4- منح المرأة العاملة إجازة الحمل والولادة مدفوعة الأجر بغض النظر عن مدة التحاقها بالعمل.

5- منح المرأة العاملة إجازة مدفوعة الأجر في حالة دخول طفلها المستشفى.

وسائل التواصل الاجتماعي والتوعية بقضايا التغير المناخي

د. فرح صابر

تعدُّ القضايا والمشكلات البيئية واحدة من المواضيع التي تطرح باستمرار عبر وسائل التواصل الاجتماعي، إذ غدت العديد من الجمعيات والمنظمات المحلية والدولية تنشط عبر هذه الوسائل من أجل نشر الوعي والثقافة البيئية من خلال الإحاطة بالمعلومات والأخبار البيئية، والدعوة إلى الإسهام في الحملات التطوعية لحماية البيئة؛ عبر إدراج الصور والفيديوهات والتعليقات، من أجل جذب انتباه المستخدمين وبلورة الوعي البيئي لديهم.

ورغم ذلك فقد تباينت الآراء حول دور المنصات الرقمية في تناول قضايا المناخ والبيئة، وطرق الحد من تأثيرات التغير المناخي بصورة واضحة، لتوعية شرائح المجتمع بأهمية السلوك للحد من التلوث المناخي. وفي الوقت الذي ذهب فيه البعض إلى أهمية وسائل التواصل الاجتماعي في نشر الوعي والاهتمام بقضايا البيئة لدى رواد وسائل التواصل الاجتماعي الإعلامية فإن آخرين أكدوا أن تلك الوسائل لا تخدم التوجه الدولي في مواجهة تأثيرات التغير المناخي على مستقبل الحياة البشرية. وتجدر الإشارة الى إن الإعلام البيئي الإلكتروني هو إعلام متخصص في مجال البيئة والتنمية المستدامة عبر وسائل إلكترونية جاءت لتكون امتدادًا للوسائل التقليدية. ولا ينفصل الاعلام البيئي في توجهاته وأهدافه عن الاعلام التقليدي بل يعدُّ امتدادًا للإعلام التقليدي في تلك التوجهات والاهداف. غير أنه يجري عن طريق الوسائل الإلكترونية التي تتميز بالتأثير الواسع، حيث يكمن الفرق بينهما في كون الإعلام البيئي التقليدي يعتمد على الوسائل التقليدية الكلاسيكية في حين أنّ النمط الإلكتروني يرتكز على استخدام الوسائل الإلكترونية كالإنترنت بمختلف تطبيقاته، وبالتالي فان الحيز الذي يشغله يمتد على مساحات واسعة.

وأخيرًا، ثمة سمة يمتاز بها الاعلام البيئي الالكتروني تتمثل في ان المعلومات التي يمتلكها او يتداولها تتسم بعدم الاحتكار، بل قد تكون بحدّ ذاتها مصدرًا للإعلام البيئي التقليدي، حيث يعطي هذا النمط للإعلام فرصة لكل الفئات في النقاش والتفاعل في المجال البيئي، إضافة إلى أنّ التغطية الجغرافية والزمنية للإعلام الإلكتروني غير محدودة كما هو الحال في الإعلام التقليدي.

المصمم
امين انور حميد