



من دفتر الوطن

أخطاؤنا على ماضي الآخرين!

عبد الفتاح العويس

ما يصيّبنا لأسباب أخرى ونطلق كل الأخطاء على الآخرين أو الظروف الأخرى القاهرة. حدثنا من تفسير علماء النفس لهذا السلوك. لكن علماء الدين أيضاً لديهم تفسيرات أخرى لها علاقة بالعقد، وقبل الأثر الشفيف فيه يرسم لهما الموضوع، «واعلم أن ما أصابك لم يكن ليحدثك وأن ما أخطاك لم يكن ليصيبني». إذاً هذا الفيل الذي تنتهي بيانته سرعان ما تنتربه من الخطأ وتضع له ألف سبب وسبب من دون أن يكون واحداً من هذه الأسباب والضغط النفسي الناتج عن المسؤولية.

أصل بكم أخيه إلى السؤال: كيف يتعامل المسؤولون مع المشكلات والأزمات؟ وهذا يدخل إلى موضوع واسعًّا له علاقة من الواضح تماماً أن لديهم الآيات الدفاع النفسية، الأدلة، وهي الأكثر شيوعاً، والثانية هي التبرير، وكى لا تبدو المسألة مجرد انتقاد سليم لأسلوب تعامل المسؤولين مع الأزمات فإليكم مقتطفاً من الموقفة بالوصفة الأفضل في أي حالة تمر فيها أزمة.

أولاً.. أن تقدم حلًّا للمشكلة ولو كان الحل مؤجلاً لا يهم المواطن «التبرير» يقدر ما يهمه الحل، والخطوة الثانية هي الصراحة ما استطاع إليها سبيلاً، قل المواطن ما يحدث وسيفهمه.

ثانياً.. أن تحدث حقيقة معرفية يقول كل شيء.. «للاع وتحايل وتشويه»، الأكثر شهرة من الآيات الدفاع النفسية. أو آليات التحايل على الذات هي «الأذكار والإسقاط والتكويم، والتبرير، والتسامي».

هذا ينبع من تقييد «التبرير» الذي تقوم بها دوماً لتكتين الضغط النفسي والتبرير نتيجة ما نقوم به من أخطاء وما نتعرض له من أزمات.

إذاً خسر فريق كرة قدم فلن الحكم منحاز.. وإذا تم إغافلنا من عمل أو منصب فلنهم لا يريدون من هو أكثر فهماً منهم.. إذاً فشلت دراسياً فلأن المدرسین كانوا منحازين ضدي.. واظن لكل منا الكثير من الأئمة التي تبرر فيها في الطريق الخطأ.

أقوال..

لن يعطيك أحد فرصة أخرى.. أعملها لنفسك.. ليس خطأ أن تعود إلى الوراء إن كنت قد مشيت في الطريق الخطأ..

كاش مع النجوم



| الوطن

إطلالة مميزة
للنجم فادي
صبيح في
برنامج كاش مع
النجوم الخميس
٢٠١٩ / ١ / ٣١
على سوريا
الفضائية.

خفايا تعلم كلمات أجنبية جديدة أثناء النوم

| وكالات

يوجد العديد من الأدلة على أن النوم يقوّي الذاكرة التي تتشكّل أثناء النقطة، ولكن دراسة جديدة وجّدت أنه يمكن تعلم الكلمات الأجنبية وأثناء النوم.

ووجّد باحثو جامعة «برن» في سويسرا، أنه يمكن تعلم الكلمات الأجنبية وإعادة تنشيط الارتباطات المنسجة خلال النوم، للوصول إلى معانٍ الكلمة الجديدة.

وقول الدراسة إن الحصين، وهو بيئة دماغية أساسية للتعلم التنموي (أثناء النقطة)، يساعد على الوصول إلى الكلمات المدرّسة حديثاً.

وروسيا ياخون فرق الشخص الثالث على تكوين روابط جديدة بين الكلمات الأجنبية وترجمتها، خلال الحالات النشطة في خلايا الدماغ، المسماة «Up-States».

وتنتوّب كل من الحالة النشطة وغير النشطة، كل نصف ثانية تقريباً. وعندما نصل إلى مراحل النوم العميق، فإن خلايا دماغنا تنسق تدريجياً شطاط الحالتين.

وأثناء النوم، تكون خلايا الدماغ نشطة لفترة وجيزة من الوقت، قبل أن تدخل بشكل مشترك في حالة عدم انشطة القصص. وبين الدراسة أن المناطق اللغوية في الدماغ والمحчин، محور الذاكرة الأساسية، تنشط أثناء استرجاع المفردات المستمدّة من تعلم أثناء النوم، لأن بنية الدماغ هذه تشارك في تعلم المفردات الجديدة أثناء النقطة.

ويبدو أن هيكل الدماغ هذه تشارك في تكوين الذاكرة بشكل مستقل عن الحالة السائدة لوعي: غياب الوعي أثناء النوم العميق، والوعي أثناء النقطة.

مصف شعر يشوه وجه زبونته

| وكالات

اعتقلت الشرطة الأميركيّة مصف شعر ومالك صالون تجميل، شوه وجه امرأة بعد أن أجرى لها عملية تجميلية غير ناجحة.

وذكر موقع أن الحادث وقع في مدينة باليساريس بارك الأميركيّة بولاية نيو جرسى، حيث أفادت المرأة المتضررة، بأن مالك صالون تصفيف الشعر، يونغ هوان تشواي، البالغ من العمر ٧٢ عاماً، أجرى لوجهها عملية تجميل باستخدام الليزر.

وبينت تحريرات السلطات المختصّة، أن تشوه لا يحمل شهادة طبية أو إذنًا لإجراء مثل هذه العمليات. وتم اعتقاله بتهمة التعدي وتقدّيم خدمات طبية دون ترخيص.

ولم يتم تحديد طبيعة العملية التي تركت ندبات على وجه المرأة. وتستخدم

جراحة الليزر، عادة، لكافحة التجاعيد ولإزالة التصبّغات الجلدية.



ضمان 5 سنوات أو 100 الف كم أيهما أقرب
حسب تعليمات الشركة الصانعة

كيا ريو الجديدة كلياً

الآن في صالات إعمار موتورز

الجديدة كلياً

RIO

EMAR MOTORS
إعمار موتورز

/KiaSyria
www.kiasyria.com

CUSTOMER CARE
011-4002



The Power to Surprise