عودي لنعود

عودي يا ايتها الحياة فإني اشتاق الي فتح نافذة حجرتي على مصراعيها ، إلي شروق شمس يوم جديد أن يصادفني يوم رؤية قوس قزح
أشتاق الي مصافحة أصدقائي مصافحة تهتز لها الاكتاف وينبعث منها الحب والاشتياق
أشتاق ان استنشق تراب شارعي الي مصافحة من يقابلني بدون خوف ولا احراج من ان اعانقه بكل ترحاب.
أشتاق الي الجلوس تحت شمسك الي حرارة جوفك الي كسر شعاعك بظلي بملاحقة ظل من يمشي بجواري.
أشتاق للذهاب إلى مسجدي بمصلاقة من بجانبي بفتح صنبور مائك ، وانا لا أخشى من لمسة من كان قبلي
أشتاق بالركوع على مصليتي وبراحة من سبح أمامي
أشتاق للذهاب إلى كنيستي. الى دق أجراس القداس. الي رائحة بخور تسبيحي.
أشتاق الى ترك غرفتي وانعزالي بمفردي فمازال الدم يجري في شرياني
أشتاق الى خلع كمامتي التي تخبي فرحي وابتسامتي فملامح الروح ترسم على الوجه ولا تسمعه الأذن.
أشتاق لرؤية غضب مديري او زعل صديقي اوحزن ابني قبل ان ينطق بها اللساني.
أشتاق لمشاهدة مباراة وسط من احبهم من أصدقاء وحضن بدون أدراك بعد احراز فريقي أجمل الاهداف.
أشتاق للذهاب لحفلة زفاف اخي او أختي او احد جيراني والهمس في اذن من جاء يجاملني ويشاركني افراحي.
أشتاق للتذوق من طعام زميلي. للجلوس على منضدته للحديث معه لشقفة من كأس قهوته
أشتاق لفتح زجاج سيارتي لإلقاء التحية على من يقابلني ولا امانع ان اخدهم بالأحضان.
عودي لنعود فإننا خلقنا لعمار هذه الأرض.
فان فيروسات الحياة جميعا اذا كانت تحاربنا فنحن في حصن من بيده الحياة والموت.
ونحن في حصن من تتزلزل له الجبال من بيده وقف الرياح والامطار
عودي لنعود فمازال في اجسادنا روح.. روح تشتاق الي الحياة. روح تسبح الي اله السماء
روح لا تهاب الموت.. فبعد الموت متعة الروح.
عودي وسوف ننسى اي ألم او حرمان.. سوف ننسى حبس الاسوار والجدران.
عودي فمازالت شمسك تبعث لنا الأمل لاستكمال الحياة
عودي فمازال عودي يشتد ليسبح الخالق على جمال الحياة..
عودي فليس لفيروس او مرض سلطان علينا ونحن صنعة الله
عودي لنعود..

مجدي مكين
https://twitter.com/MagdiMakeen?s=٠٨

قارئة الفنجان

يا قارئة الفنجان كفاكِ تطيرا.
رضينا بواقعنا وآمنا بالقدر.
تتوهمين بعلمك وتقرئين توهما.
تكذبين بكلامك ولو صدقتِ بالخبر.
يسلط الله عذابا على من كان متلعبا.
بعقول الساذجين وبالغيب قد ظهر.
وحده الله قادرا وبقضاءه مغيرا.
لا تظنين بأنك تصدقين بقراءة مصير البشر.
من صدق كلامك لن يسامحه الله ولو كان متعبدا.
يمهل الله لك ولكن من عذابه أين المفر.
نرضى بما كتبه الله لنا حتى وإن كان محزنا.
يا قارئة الفنجان كفاكِ تطيرا.

شعر :أبرار عبد الأمير الفضلي

هل أمريكا جاهزة لقيادة العالم ؟

خلال الكلمة التي وجّهها الرئيس الأمريكي المنتخب جوزيف بايدن إلى الأمة الأميركية بمناسبة عيد الشكر، نهار الأربعاء المنصرم، استمع الأمريكيون والعالم برمته إلى رؤيته التي تقضي بضرورة رأب الصدع بين الأمريكيين، عطفاً على تصريحه بأن أميركا جاهزة لقيادة العالم، وأنها تصبح أكثر قوة حين تعمل مع حلفائها.

وفي وقت سابق حين قدّم بايدن بعضاً من أفراد إدارته المرتقبة، أكد نفس المعنى، مشيراً إلى أن فريقه يعكس عودة أمريكا من جديد، ولا سيما بعد أن جعلها الرئيس ترمب منعزلة ووحيدة، وأن أعضاء الفريق سيعيدون بناء الروح المعنوية للولايات المتحدة ويبثون التفاؤل لدى الحلفاء، وربما المصطلح الوحيد الذي خشي بايدن من الاقتراب منه، هو تعبير «أميركا مدينة فوق جبل»، الذي يمثل عمق الإيمان الرؤيوي للدور الأمريكي حول العالم.

بداية نتمنى لإدارة الرئيس بايدن كل التوفيق، وأن تكون إدارة تصالحية وتسامحية في الداخل والخارج، غير أن واقع الحال يستدعي التساؤل عما إذا كانت هذه الإدارة تمتلك حجر الفلاسفة الذي يجيب عن التحديات الداخلية والخارجية كافة، أم أن حلم قيادة العالم يتجاوز الطرح اليوتوبي، إلى تنفيذ المخطط الاستراتيجي الأمريكي، وإن كان بأدوات مغايرة عن أدوات الرئيس الذي خرج عن خط الهيمنة الأمريية المطلوب والمرغوب... ماذا نعني بذلك؟

خلال حديث عيد الشكر توقف بايدن عند فكرة ترجع إلى أواخر تسعينات القرن الماضي، إذ أكد أن القرن الحادي والعشرين يتوجب أن يكون قرناً أميركياً.

كلمات بايدن هي رجع صدى لوثيقة القرن الأمريكي التي بلورها المحافظون الجدد عام 1997. وكان ولا يزال الغرض منها صبغ العالم بصبغة أمريكية، وقطع الطريق على القطبية الصينية القادمة، ومنع القيصر الروسي من استرداد قطبيته القائمة بدرجة أو بأخرى.

ومع ذلك وبعيداً عن التفكير الذي يراه البعض تآمرياً للتاريخ، في حين أنه استراتيجيات مرسومة ومدروسة، أهدافها لا تغيب عن أعين واضعها، وإن لم يقدر له الوصول إليها بالسير في خطوط مستقيمة، فإنه يلتف من حول التضاريس المانعة، ويدور ربما مع الزمان، ليصل إليها في نهاية المشهد، نقول بعيداً عن ذلك ومع افتراض حسن النية عند بايدن وفريقه، يبقى التساؤل؛ هل الإدارة القادمة، وبما يحيط بها من صخب قد يؤثر بشكل أو بآخر على مشروعيتها، قادرة على قيادة العالم؟

بداية ومن غير تطويل ممل، فإننا نرى بايدن، وقد تحدث طويلاً عن الداخل الأمريكي، وحاله اليوم يغني عن سؤاله، ولا سيما أن القضية عميقة جداً، وأبعد ما تكون عن مجرد سباق انتخابي.

ربما يدرك بايدن وإدارتـه أن هناك شرخاً حدث في جدار النسيج المجتمعي الأمريكي، ذلك أن الأمريكيين اليوم في انشقاق داخلي بين فريقين؛ الأول ضد الثاني، والأخير يحمل أحقاداً هوياتية ضد الأول.

الفريق الأول هم أصحاب العنصر الأبيض الأنغلوساكسوني البروتستانتي، أولئك الذين يطلق عليهم «الواسب»، والذين يعتبرون أنفسهم أصحاب الحق الإلهي في أرض كنعان الجديدة أو أرض الميعاد الثانية.

والفريق الآخر هم الذين يعرفون بالجاكسونيين نسبة إلى الرئيس أندرو جاكسون، الرجل الذي أثار شغباً فكرياً واسعاً ولا يزال، من حيث رفض فكرة أميركا بوتقة الانصهار أو حساء الطماطم، والقول بأن أميركا فسيفساء من مكونات مختلفة، وأنه ينبغي النظر إليها بوصفها صاحبة العرقيات المختلفة.

هذا هو التحدي الحقيقي الذي يواجه ويجابه إدارة بايدن وهي ترى أن الفارق بين الذين صوتوا له، ومن اقترع لصالح ترمب، فارق ضئيل يعكس مدى التمذهب والتحزب العقدي والعرقي وليس السياسي فحسب.

والثابت أنه قبل كلمة عيد الشكر وخطاب التعيينات الجديدة في ديلاوير، حاول بايدن عبر مجلة الفورين بوليسي في عددها الأخير، أكتوبر / نوفمبر ، مشاغبة الأمريكيين والعالم عبر مقال يحمل نفس العنوان: «لماذا على أميركا أن تقود من جديد؟».

العنوان يحمل فكرة التنبؤات التي تسعى لفتح مساراتها وتعبيد مساقاتها بنفسها، وكأنها حقائق جامعة مانعة وما على العالم سوى التعاطي معها، بل ربما الرضوخ لها.

في سطوره خلط بايدن بين القوتين، الناعمة والخشنة، لإظهار أميركا بأنها وحدها القادرة على تحقيق الحلم اليوتوبي ولو بالتعاون مع الحلفاء، معتبراً أنه يقع على عاتق الولايات المتحدة أن تقود الطريق، إذ لا توجد – حسب تعبيره – قوة أخرى لديها هذه القدرة.

حسناً كتب الرئيس المنتخب بايدن، لكن محامي الشيطان يقفز من بين سطوره متسائلاً: «كيف لأمريكا أن تقود العالم من جديد بعد إتمام انسحابها من معاهدة الأجواء المفتوحة، ومن قبلها الانسحاب من معاهدة القضاء على الصواريخ القصيرة والمتوسطة المدى، وكذلك من منظمة اليونيسكو، ومن مجلس حقوق الإنسان التابع لهيئة الأمم المتحدة، ومن شراكة المحيط الهادي؟».

عيّن بايدن وزير خارجية أوباما السابق، جون كيري ممثلاً خاصاً لشؤون المناخ، وجيد فعل الرجل، لكن الحقيقة تقتضي البحث فيما إذا كانت الإدارة القادمة قادرة على الوقوف في وجه جماعة الكربون في الداخل الأمريكي، وهل يمكن العودة إلى اتفاقيات المناخ، ولا سيما اتفاق باريس، ما يعني التأثير على الصناعات الأمريكية القائمة على هذا النوع من الوقود الأحفوري.

تتحدث السيدة ليندا توماس غرينفيلد، المرشحة كمندوب لدى الأمم المتحد عن «عودة التعددية القطبية والأدوات الدبلوماسية إلى سماء واشنطن»، وهذا خطاب تنظيري جيد، لكن ألا يتعارض ذلك مع الرؤية الفوقية لبايدن عن قيادة أمريكا لما سماه من جديد العالم الديمقراطي الحر...

الخلاصة.. . فكرة الجاهزية الأمريكية لقيادة العالم تبدو مشكوكاً فيها.

إميل أمين
عن «الشرق الأوسط» اللندنية

أزمة القيم في مجتمعاتنا إلى متى ؟

كم هو مؤلم وعصي علي التعبير ما يجول في الخاطر وأنا أرى ما آلت إليه علاقة الأنا مع الآخر، وحجم الأمراض والآفات التي ابتليت به تعاملاتنا بين بعضنا البعض، حيث قيم الحق والخير والجمال شبه غائبة، وقد حلت محلها «قيم» سلبية ومنفرة، لا يرضى بها الدين ولا يوافق عليها العقل ولا يقبلها الوجدان العام والحس المشترك. فيجول في خاطري السؤال الذي يعاد طرحه كلما اشتدت أزمات الأخلاق الاجتماعية: ما سبب كل هذا التناقض بين القيم السامية التي يحملها البشر، سواء بوعيهم أو إيمانهم، وبين سلوكهم المجافي لهذه القيم والأخلاق؟ وما السبيل إلى حل هذا التناقض بين القول والفعل؟ ثم ما طبيعة الحاجز الذي يحول بيننا وبين تمثل القيم التي نحملها؟ وما السبيل إلى تجاوزه وحل هذا التضاد بين ما نقوله وما نفعله؟ وقد (كبر مقتاً عند الله أن تقولوا ما لا تفعلون).

والغريب في الأمر أن الناظر في أديساننا جميعها، بكافة فرقها ومذاهبها، لا يجد فيها إلا ما يحثنا على العمل الصالح والخلق الحسن، وحسن التعامل، ولكن غالبيتنا، ورغم ادعائهم بالتزام واجباتهم الدينية، والحفاظ على صلواتهم وعباداتهم بشتى أنواعها وصورها، ترى العجب العجاب في سلوكهم اليومي وتعاملاتهم فيما بينهم، وتُدهش من شدة نفاقهم، وجرأتهم على أذية بعضهم، واستسهالهم لمشاعر الكراهية والحسد وإلحاق الضرر بغيرهم، حتى لقد صدق القائل حين قال يصف مجتمعاتنا هذه (بأننا متدينون جداً، وفاسدون جداً).

فيا عجبي كيف استوى داخل نفوس أغلبنا هذا التناقض؟ وكيف اختل لدينا ميزان القيم السامية التي تدعونا إلى فعل الخير لكل الناس وفي كل الأوقات دون شرط، لصالح قيم أخرى من عالم التوحش والعدوان، حيث الكل متربص بالكل، ومستعد للمقاتلة والتسبب بالأذى، وكأننا حقاً كما وصفنا الفيلسوف الإنجليزي الشهير «توماس هوبز» حين قال: (الإنسان ذئب لأخيه الإنسان) ولم يغتر بالمظاهر والادعاءات التي يكون عليها البشر، فاعتبرها مجرد جلود حملان وديعة تخفي الطبيعة الذئبية الكامنة في أعماق البشرية. وبين مظر الحملان ومخبر الذئاب يمارس أشخاص كثيرون في المجتمع نوعاً من الفصام السيكولوجي في سلوكهم اليومي، فيعيشون بشخصيتين متناقضتين: الأولى ظاهرها الالتزام بالتدين والعبادة والحرص الشديد عليها، والثانية تخفي سوء المعاملة وأذية الناس وظلمهم وأكل حقوقهم.

ولأني أعتقد أن الدين جاء من الله بكليته وشموله، لا يؤخذ نصفه ويُترك نصفه الآخر، فإن جانبه التعبدي المتعلق بالتزام العبادات والصلوات لله عزّ وجل لا يغني عن التزام ما أمر الله به بين البشر أو سنه الأنبياء في الإحسان للآخر وكف الأذى عنه ومنع ضرره أو الإساءة إليه، فالإسلام مثلاً جاء في جوهره حافظاً للضروريات الخمس للشريعة، والتي أقرّها وثبتها علماء الدين كالآتي: حفظ الدين، وحفظ النفس، وحفظ العقل، وحفظ العِرض، وحفظ المال، وعليها بنى الإمام الشاطبي رأيه في أن الأحكام والتكاليف إنما شُرّعت لمصالح العباد ودنياهم، وليس فقط لإيمانهم وآخرتهم.

من جهة أخرى، ومن منظور الحاجة للدين واستحالة الاستغناء عنه، فقد نظّر كثيرون من فلاسفة الطبيعة البشرية وعلماء النفس من أجل تعريف الإنسان وتحليل عوالمه الداخلية الخبيئة، فكادوا أن يُجمعوا على وجود منظومة معقدة داخل النفس البشرية، تشبه في بنيانها الاستراتيجية الكاملة الموجهة، وتتكون من مجموعة الرغبات والدوافع والحاجات التي يؤدي إطلاقها دون قيد أو شرط إلى أذية الآخرين، فإذا استمرت هذه الأذية فإنها ستكون كالنار المحرقة المتعاظمة، لا تتوقف حتى تأتي على الجنس البشري كله، لذلك أرسل الله في الأديان ما يحفظ الناس من أنفسهم، ويحقق للمجتمعات توازنها، وللجماعات البشرية أمنها وبقاءها.

بناء على ذلك، يرى المتمعن في نشأة المجتمعات وتطورها، منذ فجر الهداية الإلهية وحتى يومنا الحاضر، كيف تمكن الاجتماع والعمران البشري (بحسب تعبير ابن خلدون) بواسطة الإنسان وعبر تاريخه الإيماني، من صياغة نسق قيمي أخلاقي مستمد من عنصرين أساسيين، الأول هو الدين الذي جاء من عند الله، أما الثاني فهو العقل الذي امتاز به الإنسان عن سائر المخلوقات، فصار أهلاً للتكليف والحرية والمسؤولية.

ومن جدلية الدين والعقل هذه، صيغت على مر العصور المبادئ الأساسية للحقوق والواجبات، وبنيت الدساتير والقوانين والتشريعات، والتي كان أكثرها صلاحاً تلك التي راعت التوازن بين النزعة الفردية وحقوقها، والمصلحة العامة وواجباتها، وذلك بما يكفل حرية الفرد والحفاظ عليه، ويضمن في الوقت ذاته ضبط نوازعه الذئبية ودوافعه العدوانية. وبذلك هدفت هذه المنظومة إلى جعل المجتمع وحدة واحدة منضبطة بقيم عامة ناظمة، يمكن عبرها حل التناقض بين النزعة الفردانية الفطرية والخير العام المنتدب.

إن منظومة الضبط الأخلاقية هذه، سواء من جهة قيمها أو أدواتها، أو من جهة إجراءاتها وسلطتها في الحفاظ على المجتمع، هي الفضاء الأوسع لمجمل أخلاقياتنا التي ربما لم يتضمن الدين بعضها صراحة، لكن الالتزام بها يبقى ركناً أساسياً في ما دعى له الدين وحض عليه، لأنها الدليل العملي للحفاظ على الضروريات الخمس السابقة، لذلك تدخل قيمنا الدنيوية، مثل احترام فكر الآخر ومعتقده، والحفاظ على العهود والمواعيد والمواثيق، والتزام النظافة والحفاظ على البيئة، واحترام حقوق الطفل، والحفاظ على الملكيات العامة، والرأفة بالحيوان، تدخل هذه القيم وما شابهها، في باب العمل الصالح الذي يشكل صمام أمان المجتمعات وسبيل وقايتها من الانجراف إلى حافة التوحش وسلوك ما لا يرضى الله عنه ولا يأمن الإنسان إليه.

خلاصة ما أود قوله أن أهمم سبب وراء الأزمة القيمية التي تعاني منها بعض مجتمعاتنا، وتختلف المعاناة بالدرجة في ما بينها، إنما يعود لسبب يرتبط بالهوة السحيقة التي تفصل بين ممارساتنا لإيماننا وتديننا من جهة، وبين معاملاتنا البينية من جهة أخرى، حيث نجد أفراداً كثيرين يفصلون بين علاقتهم بالله وبين علاقتهم بخلقه، وكأنما اتخذوا من صلاتهم وصيامهم ماسحة ذنوب تكفر عنهم سيئاتهم مع الآخرين، وقد نسوا وصية رسول الله صلى الله عليه وسلم: (الخلق كلهم عيال الله وأحب خلقه إليه انفعهم لعياله).

حسن إسميك
عن «إيلاف» الإلكترونية

الضحايا الثانويون في الطوارئ والأزمات

ينصرف تركيزنا وبدون أدنى تكلف عند الحديث عن الطوارئ والأزمات والكوارث تجاه حياة وممتلكات الضحايا المتعرضين لها، ولا ضير في ذلك على الإطلاق باعتبار العنصر البشري هو الأهم دائماً. إلا أن من نستهدفهم في مقالنا هم ضحايا غير تقليديين من البشر كذلك، فعادة ما يتم إغفالهم كونهم من يعول عليهم في الأصل لتقديم العون للآخرين.

إنهم المستجيبون الأوائل في الطوارئ والأزمات بما فيهم المسعفون الطبيون وأطباء وممرضو الطوارئ في المستشفيات ورجال الإطفاء والبحث والإنقاذ.... إلخ، حيث عرفتهم أدبيات وأبحاث إدارة الطوارئ والأزمات، لاسيما دراسات علم النفس ب «الضحايا الثانويين». فهل فكرنا يوماً فيما تتعرض له هذه الفئة من عناء وإرهاق وجهد جراء ما تقوم به من عمل مضن وجبار من أجل إنقاذ حياة الآخرين؟! ولا نقصد هنا الجهد الجسماني فقط، بل الآثار والتبعات النفسية التي يتعرضون لها وتصاحبهم أعراضها، بحيث تلقي بظلالها على صحتهم النفسية وتنعكس بالتالي على أدائهم في العمل وسلوكياتهم مع أنفسهم وأهلهم وذويهم.

وباعتبار هذه الفئة هي خط الدفاع الأول، يحتم عليهم الواجب القيام بأدوار مختلفة عند استجابتهم للطوارئ والأزمات؛ فيتعامل المسعفون الطبيون ورجال الإنقاذ والإطفاء مثلاً مع ضحايا بمظاهر مختلفة كالأشلاء والأجساد المحرقة والمحشورين ومن يلفظ أنفاسه الأخيرة أمامهم ولا يستطيعون الوصول إليه بسبب الأنقاض.... إلخ. كما يتعامل الأطباء والممرضون سواء في أقسام الطوارئ والأجنحة أو غرف العناية الفائقة مع ضحايا الطوارئ والأزمات والكوارث باعتبارها حالات حرجة وأحياناً تستدعي العناية المركزة والدؤوبة.

ونسلط الضوء على ثلاثة أعراض نفسية تهدد المستجيبين الأوائل أثناء وبعد قيامهم بمهامهم وواجباتهم تجاه ضحايا الطوارئ والأزمات وهي اضطرابات ما بعد الأزمة والتعب الناتج عن الإسراف العاطفي، والإنهاك.

– اضطرابات ما بعد الأزمة (PTSD)

تكمن اضطرابات ما بعد الأزمة في طبيعة عمل المستجيب الأول، وبعد تعرضه لمواقف ومشاهد قاسية أثناء تقديمه العون السريع والميداني لضحايا الأزمات والكوارث بما في ذلك إنقاذ المحشورين وانتشال البشر أثناء انهيار المباني وإنقاذ الغارقين وإيجاد المفقودين والتعامل مع الأجساد المحرقة... إلخ. وتظهر الأعراض بعد انتهاء الحدث على أشكال مختلفة كاستعادة مشهد الحدث نفسه باستمرار أثناء اليقظة وربما كوابيس ليلية أوالعزلة الاجتماعية أو تجنب الذهاب لأماكن الانخراط في أحاديث ونشاطات تذكر بالحدث أو سرعة الاهتياج والغضب أو صعوبة النوم أو الشعور المستمر بالخوف أو صعوبة التركيز أو المبالغة في الجفول أثناء الحوار وأحياناً الشعور باليأس المطلق من الحياة أو السلوك العدواني تجاه الآخرين، بل حتى تجاه النفس إلى حد الإقدام على الانتحار أحياناً. وتنبؤ الدراسات بأنه من أجل تشخيص هذه الحالة، عادة ما تكتمل الأعراض في مدة أقلها شهر واحد، إلا أن المعايير الكاملة للتشخيص تكتمل في العادة خلال فترة زمنية أقلها ستة أشهر.

– التعب الناتج عن الإسراف العاطفي (Compassion Fatigue)

عرف مصطلح التعب الناتج عن الإسراف العاطفي في سنة 1995 بواسطة الدكتور تشارلز فيجلي المتخصص في مجال الصحة العقلية للكوارث، والذي يجادل ثقة بأن الذين يقدمون العون للآخرين المتضررين عضوياً أو نفسياً ويتعاطفون معهم بشكل مفرط أو غير متزن قد يكونون هم الآخرين عرضة لصدمات نفسية. ويقول فيجلي بأن «العواطف الزائدة عن الحد تجاه الآخرين مضرّة». وفي هذا السياق، تذكر كريستا ريه 2019، بعض الأعراض المصاحبة للمصاب بالإسراف العاطفي مثل صعوبة العمل حسب الروتين اليومي والإرهاق أثناء الاستيقاظ من النوم والشعور بالإنتاج البسيط مقابل العمل الكثير وعدم القدرة على اتخاذ القرار والشعور بالقنوط أو اليأس وانعدام القدرة على موازنة شؤون الحياة والعزلة الاجتماعية.

– الإنهاك (Burnout)

يرى موبير ورفاقه (2017) الإنهاك بأنها حالة متقدمة جداً من الإرهاق العاطفي والتشاؤم وعدم الفاعلية في بيئة العمل والسلبية المزمنة نتيجة لظروف العمل المجهدة. وقد برزت خلال العقد السابق تفسيرات أخرى للإنهاك، لعل أبرزها ما اقترحته كريستينا ماسلاش سنة 2001، حيث تجادل بأنه يتم تصنيف الإنهاك يتم من خلال ثلاثة أبعاد وهي:

– نضوب الموارد العاطفية للتعامل مع الآخرين.
– مشاعر سلبية ومواقف ساخرة تجاه تقديم الرعاية والعون للآخرين.
– ميول شخصي وسلبي تجاه الإنجاز أثناء العمل.

وبدأ التعرف على ظاهرة الإنهاك في سبعينات القرن العشرين وما زال التعامل معها قائماً حتى هذا اليوم وخاصة في بيئة العمل. يوضح شوفيلي ورفاقه 2009 بأنه يتم تداول مصطلح الإنهاك بوفرة في أدبيات علم دراسة السلوك (علم النفس) والسلوك المؤسسي. وتظهر أعراض الإنهاك على الموظف في بيئة العمل بمظاهر قام رزمان ورفاقه 2018 بإبرازها تتضمن تراجع مستوى الكفاءة والطاقة والدافعية. إضافة إلى الشعور بالإحباط وزيادة الأخطاء والصداع والإرهاق وقضاء مزيد من الوقت في العمل مقابل إنتاج قليل، حيث تصنيف هذه الأعراض إلى جسمانية ونفسية وسلوكية. وتضيف ألوها ورفاقها 2006، بأنه كلما تقدم المرء في العمر، أصبح أكثر عرضة لحالة الإنهاك.

لم يكن طرحنا أعلاه مدعاة للقول بأن المستجيبين الأوائل في الطوارئ والأزمات هم ضحية لا محالة للأعراض السابقة، حيث خلقنا الله بقدرات وموارد ذاتية وردود أفعال متباينة تجاه المؤثرات الخارجية بكافة أشكالها وأحجامها، بل إن القصد هو الإيضاح بأن هذه الفئة عرضة لما سبق بسبب طبيعة ومتطلبات عملها.

وفي الختام، نوصي متخذي القرار في مؤسسات الاستجابة للطوارئ والأزمات أن يعوا بأن الخطر على طواقمهم لا يكمن في الأذى الجسدي فقط، بل يمكن أن يطال صحتهم النفسية كذلك. فيجب اتخاذ حزمة من السياسات والقرارات والإجراءات لحماية طواقم الاستجابة وتأهيلها للتصدي للضغوطات النفسية التي يواجهونها خلال أدائهم لمهامهم الشاقة والبطولية من أجل إنقاذ حياة الآخرين.

إن الانتقاء السليم وفحص هذه الطواقم قبل التوظيف وتدريبهم وتثقيفهم النفسي وإقرار برامج الترفيه وإدارة الإجهاد النفسي الفردي والجماعي لهم في العمل وقبل وقوع الحوادث يشكل أهمية كبيرة، فالتأهيل النفسي للمستجيبين الأوائل ليس بأقل أهمية مقارنة بتأهيلهم المهني؛ فهم فئة تستحق جل التقدير والاحترام.

د. جمعة سعيد الصواية النعيمي
عن «الخليج» الإماراتية