كيف تتعاملون مع اطفالكم في هذه الايام العصيبة؟ وكيف تحدثونهم عن الحرب؟

محمد صافي

في ظل الأجواء السائدة والمتأثرة بفعل الحرب الدائرة جنوبي البلاد، ووسط المخاوف من اتساع رقعة القتال، ودخول المنطقة في حرب إقليمية، تتأثر العائلات والأسر مما تسمع من أخبار وتشاهد عبر الشاشات .
اضف الى ذلك، ان نسبة لا بأس بها من العاملين بقوا في البيوت بسبب الحرب، ومعهم أولادهم الذين بقيت مدارسهم مغلقة بسبب تعليمات الجبهة الداخلية.
عن تأثير ذلك على العلاقات الأسرية والزوجية، تحدثت صحيفة بانوراما مع محمد صافي – مختص بعلم النفس التربوي ومعالج زوجي واسري.

• كيف تؤثر اخبار الحرب ومشاهدها على نفسية الناس الكبار والصغار؟

"اخبار الحرب ومشاهدها تؤثر بشكل كبير على الأهالي أولا وعلى الأطفال، فالأهالي هم وسيلة الوقاية الأولى للأطفال ويعانون من بداية الحرب من عدم استقرار في البيت وفي العمل وايضاً يواجهون صعوبات مع انتقال التعليم ليصبح عن بُعد. كل هذه الأمور تؤدي الى نوع من التشويش الذاتي والنفسي للأهالي، ولا شك انهم متواجدون أيضا في حالة من الغضب والخوف والإحباط".

• كيف علينا شرح ما يجري لأطفالنا واولادنا الصغار؟

"يجب علينا اولاً ان نعطي أطفالنا الشعور بانهم بأمان ، وإتاحة المجال لهم ليتحدثوا ويعبروا عن مشاعرهم ونحن بدورنا علينا الاصغاء اليهم جيداً وشرح ما يحدث من حولنا لهم بطريقة تناسب جيلهم. يجب على الأهالي ايضا بناء برنامج ثابت لأطفالهم مليء بالفعاليات للتقليل من الضغط النفسي الذي يواجهونه هذه الفترة".

• الى أي مدى ممكن ان تتأثر العلاقة الزوجية في ظل الوضع الحالي؟

"ذكرنا آنفا ان الأطفال يحتاجون للإصغاء إليهم وكذلك الامر بالنسبة للأهالي، فهم بحاجة الى شخص يعطيهم الارشادات الكافية للتعامل مع الوضع الحالي ويخفف عنهم التوتر. كما ان جلوس الأهالي في البيت دون عمل بسبب الحرب يؤدي الى مشاكل اسرية ، وفي هذه الحالة يستطيعون التوجه لاستشارة نفسية ليتخطوا الفترة الصعبة ويجب عليهم ان يكونوا أقوياء من اجلهم ومن اجل أطفالهم".

• التوتر والخوف هي مشاعر لا يملك الانسان القدرة للسيطرة عليها ، ولكن كيف نجعلها لا تسيطر على تصرفاتنا، مع أولادنا وشركاء حياتنا؟

"بالنسبة للأهالي بإمكانهم التوجه للعلاج وتلقي استشارة حول الامر، بإمكانهم أيضا تعبئة أوقات فراغهم بفعاليات تسعدهم للتخفيف من الضغط النفسي والإحباط، كذلك الامر بالنسبة للأطفال. بشكل عام في مراكز الخدمات النفسية هناك يتم إعطاء إرشادات وعلاجات وكل ما تحتاجه الاسرة".

• نصيحة تود ان توجهها للجمهور؟

"نصيحتي هي انه يجب على الأهالي الاصغاء لأطفالهم في هذه الفترة الصعبة والتوجه لمراكز الخدمات النفسية في حال ظهور أي علامات قلق او خوف او احباط عليهم او على أولادهم".

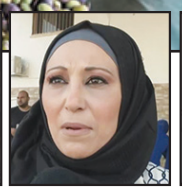
اقبال متصاعد على معاصر الزيتون في البلدات العربية .. ومزارعون يشكون من تراجع الموسم وارتفاع الاسعار

من معتصم مصاروة مراسل صحيفة بانوراما

محمد حمارشة

أحمد حاج يحيى

فادي قعدان



ريم حاج يحيى

يسرى قعدان

يعمل المزارعون في هذه الايام، في كروم الزيتون، مثل خلية نحل، ويقضون أوقاتهم فيها لجني الثمار المباركة . ومع بدء أصحاب الأراضي بقطف ثمار الأشجار المباركة، تتضح صورة تكاد تكون مشتركة في شتى المناطق في البلاد، وهو أن موسم الزيت هذا العام، أقل من الموسم الماضي، وهو أمر طبيعي كما يرى الفلاحون ، ففي العرف ينتج الزيتون بكثرة في السنة الأولى ويخف في السنة التي تليها.
من ناحية أخرى، تعيق عملية منع دخول العمال الفلسطينيين من الضفة الغربية الى البلاد، بسبب الحرب، عملية قطف الثمار، وهو ما قد يؤخر جني الزيتون ويؤثر سلبا على الزيت وجودته.
مراسل صحيفة بانوراما زار معصرة للزيتون في باقة الغربية والتقى بعدد من الأهالي الذين قدموا لعصر زيتونهم.
يقول محمد حمارشة في حديثه لمراسل صحيفة بانوراما: "هذا العام الموسم خفيف ولا يوجد زيتون، وذلك لأنه من المعروف ان موسم الزيتون يكون في عام معين مثمرا والعام الذي يليه غير مثمر وهكذا.. ولكن نتمنى ان يكون الموسم القادم أفضل".
من جانبها، قالت ريم حاج يحيى: "الموسم خفيف جداً بسبب الطقس ودرجات الحرارة المرتفعة وقلة الامطار، وقد استطعنا انهاء قطف الزيتون خلال اسبوع فقط بينما كان يستغرق منا الامر كل موسم اكثر من اسبوعين".

"ثمار قليلة"

من ناحيته، قال قصي غنايم: "الثمار هذا الموسم قليلة ولكن الزيتون ممتاز، وقد بدأ الناس يقطفون الثمار المباركة ولكن بسبب قلة العمال بسبب الاوضاع الحالية لا يوجد قطف جيد للثمار. وكل هذه الامور مجتمعة ادت الى زيادة سعر تنكة الزيت حتى اصبحت تباع بـ 700 شيقل مقارنة بالعام الماضي اذ كان سعرها آنذاك 450 شيقل". وادلت يسرى قعدان بدلوها، قائلة: "هذا الموسم خفيف وكل موسم يختلف عن الاخر وذلك بسبب الطقس وقلة الامطار".
وقال فادي قعدان: "موسم الزيت والزيتون هذا العام خفيف فشجر الزيتون ثماره قليلة مقارنة بباقي السنوات، فبعد مواسم جيدة يأتي موسم خفيف ، كما ان كل الوضع الاقليمي بالبلاد له تأثيره".

"قلة الايدي العاملة"

اما احمد حاج يحيى، فقال: "الموسم خفيف بسبب الطقس ودرجات الحرارة العالية. في العام الماضي كان الموسم جيدا وتوفرت لدي تسع وعشرين تنكة ولكن الان يوجد فقط سبع تنكات. كما ان الاوضاع الحالية اثرت فالمواطنون تركوا الزيتون بسبب قلة الايدي العاملة".