❑ د. بتول خليفة

الدكتورة بتول خليفة في حوار الذكريات:

أجمل ما في رمضان أنه شهر توزيع الزكاة والصدقة

دائما ما نربط رمضان بذكرياتنا الأولى وبالرغم من بساطتها تكون الأحلى والأجمل

رمضان كل سنة له طعم مختلف في أحداثه وخبراته وكل ما يتعلق به

أتمنى أن يكون الناس أكثر صبراً وتحملاً للصيام لأن مظاهر فقدان الصبر والعصبية أكثر في رمضان

نشوى فكري

الدكتورة بتول خليفة – أستاذ الصحة النفسية المشارك بكلية التربية جامعة قطر – تحظى باحترام وتقدير بالغين من المتخصصين لتعاونها وايجابيتها ومساندتها الدائمة للباحثين وشاركت في عدد من المشروعات البحثية ولها حضورها في المؤتمرات العلمية ومساهمتها في الجمعيات المتخصصة والأنشطة الدولية، والدكتورة بتول خريجة جامعة قطر الدفعة الرابعة، حاصلة على تخصص آداب انجليزي وبعد ذلك حصلت على درجة الدبلوم من جامعة عين شمس والماجستير عام 1984 من جامعة عين شمس وكان عنوان الرسالة (الرضا عن العمل لدى المرأة القطرية العاملة) ثم رسالة الدكتوراة عام 2001 من جامعة عين شمس وكان موضوع الرسالة (صراع الدور لدى المرأة القطرية العاملة وعلاقته بالتوافق النفسي للام والأولاد)

والتحقت بجامعة قطر في يونيو عام 2002 وتم تعيينها أستاذ الصحة النفسية المساعد بكلية التربية، وفى عام 2010 تم انتخابها نائبا لرئيس مجلس أعضاء هيئة التدريس بجامعة قطر، كما تم انتخابها عضوا بمجلس أعضاء خدمات التربية الخاصة العالمية بمجلس الأطفال غير العاديين بواشنطن وعضوا في مجلتين عالميتين بالولايات المتحدة الأمريكية ورئيس لجنة الجودة وتطوير المقررات بكلية التربية وعضو لجنة الجودة بجامعة قطر.

وإذا كنا عرفناها أكاديمية، ففي هذا الحوار نتعرف على ذكرياتها في شهر رمضان وذكريات الدراسة، كما نتعرف على جوانب من حياتها الاجتماعية الناجحة.

◁ كم كان عمرك عند صيامك أول رمضان؟ وما هي أهم المفارقات التي صادفتك في بداية أول يوم صوم؟

▶ كان عمري ثمانية أعوام، وكنا نصوم نصف يوم أي نفطر عند الساعة الثانية عشرة، وكان والداي يشجعانني على أن أصوم وهو تدريب للنفس على الصيام، وأذكر أننا كنا في مدرسة خديجة بنت خويلد نتبارى من يصوم أطول فترة ممكنة، وكان ممتعا لنا، حيث كنا نتبادل الأحاديث حول ذلك ونتفاخر من صمد لأطول فترة ممكنة أو يمكن أن نقول صمت بس شربت كوب ماء وهكذا.

◁ بماذا ارتبط شهر الصوم في ذاكرتك؟

▶ في حقيقة الأمر يرتبط رمضان دائما بذكرياتي في مرحلة الطفولة وبوالدي رحمة الله عليه، كان يصحبنا لشراء القطايف والتمور، وكنا نذهب عندما كنا أطفالا صغارا لسوق واقف لشراء حاجات رمضان أو شارع الكهرباء لشراء القطايف أو الحمص أو الفول من مطعم بيروت، وكذلك يرتبط حلول منتصف الشهر بالبدء بالتسوق لشراء أغراض العيد، حيث كان عملية شاقة لوالدينا، لمحدودية الأغراض التي يمكن أن نشتريها من السوق المحلية، وكنا نفرح فرحا شديد بكل ما نشتريه ونضعه ونستعرضه في غرفتنا فرحين بما تسوقنا، ونحدد ما نرتديه في اليوم الأول واليوم الثاني، ونتبادل ذلك الحديث مع أقراننا في المدرسة، ونتكلم عنه فرحين بما حصلنا عليه.

◁ هل هناك مواقف معينة عالقة بالذاكرة خاصة بشهر رمضان؟

▶ أكثر ما يرتبط بذاكرتي في رمضان في مرحلة الطفولة هو ذهاب والدي للمسجد لصلاة التراويح ثم ننتظره لنأكل معا القطايف، أو يصحبنا في السيارة لشراء ما لذ وطاب من المأكولات الرمضانية، وكنا نفرح فرحا شديداً بذلك، أما في مرحلة الشباب فهو خلال دراستي في مصر حيث كنا نذهب بصورة مستمرة لخان الخليلي في مصر، ونصلي التراويح، ثم نتمشى في السوق القديمة ثم نشرب الشاي أو نأكل حلويات رمضان، وأبرز ما كنا نقوم به مع أصدقاء لنا من قطر هو البحث عن الكتب القديمة، حيث كان زوجي وزميل له يبحثان عن الكتب القديمة لاقتنائها، أما الآن فرمضان يرتبط دائما بالتحضير للإفطار وإرضاء رغبات الأبناء ثم الصلاة وقراءة القرآن وصلاة التراويح، ثم الاستعداد بعد منتصف الشهر لصلاة القيام والتفرغ للطاعة والصلاة، وهو أجمل ما في شهر رمضان، حيث تزداد الصلة بالله عز وجل، وحتى طريقة أحاديثنا تختلف وتصبح أكثر روحانية وذات طابع مختلف، أجمل ما في رمضان أنه شهر توزيع الزكاة والصدقة، ولقد علمنا أولادنا أن في شهر رمضان توزع زكاة المال حسب النصوص الشرعية، وحسب تعاليم ديننا الإسلامي الحنيف، وكذلك الصدقة، والتطوع في سبيل الله.

◁ هل صادفك رمضان خارج الدوحة؟ وبماذا يختلف رمضان في الدوحة عن غيرها؟

▶ نعم، فكان رمضان مختلفا عندما كنت أدرس وزوجي في جمهورية مصر العربية، ولقد استمتعنا به بصورة كبيرة هناك، حيث تتميز مصر بالاحتفالات المختلفة والمتنوعة عند حلول رمضان، وحتى الأطعمة والحلويات تختلف، ولكنها كانت صعبة عندما أمضيت حوالي 15 يوما في رمضان أثناء مرحلة الدكتوراة في مصر وكنت أسكن في سكن الطالبات القطريات في المهندسين، وكنا مجموعة من الطالبات القطريات نجتمع ونحضر الطعام معا، ونصلي معا، وكان بالنسبة لي قاسيا لأني كنت بعيدة عن بيتي وأطفالي، وكنا نذهب يوميا للجامعة ونقضي وقتا طويلا هناك ثم نعود لتحضير الطعام، وما كان يخفف من عبء الغربة بالرغم من العيش في مصر لا يمكن أن تشعر أنك غريب عنه لدماثة وحسن أخلاق أهله، هو وجود زميلات وأخوات قطريات، حيث كنا نتجمع مع بعضنا البعض ونتسامر.

أما الأكثر صعوبة هو عندما قضيت شهر رمضان في 2009 في لندن، ولقد واجهتنا صعوبة شديدة في البحث عن الطعام الملائم أو الأماكن الملائمة، كذلك كانت المطاعم والمحلات تغلق أبوابها باكرا بعد السابعة، ولكن كانت تسليتنا أن نذهب للأماكن التي يتواجد فيها العرب أو الجالية المسلمة للصلاة أو حتى لتبادل الأحاديث والتسامر مع الآخرين.

◁ حدثينا عن دراستك وذكرياتك في الدراسة؟

▶ ترتبط ذكريات الدراسة في جامعة قطر بمدينة خليفة الشمالية، وهي من أجمل الذكريات، وكنا مجموعة من الطالبات المتميزات في قسم اللغة الانجليزية، وهن الآن من أبرز الشخصيات القطرية وغير القطرية، في أماكن مختلفة في الدولة، كذلك ترتبط ذكريات الدراسة بمصر وبمرحلة الدراسات العليا، حيث درست ثلاث مراحل للدراسات العليا في مصر في جامعة عين شمس في كلية البنات وكلية التربية، وكان من أجمل وأثرى مراحل حياتي، ولقد تعلمت كثيرا من مصر من أهلها، ومن جامعاتها الغنية والثرية بالعلم ومن مكتباتها، وهي مرحلة من أجمل مراحل حياتي.

◁ كيف تستقبلين شهر رمضان؟ وهل هناك ترتيبات معينة تحرصين على عملها في شهر رمضان والعيد؟

▶ بالنسبة لي رمضان هو شهر العبادة والصوم والصلاة، لا ترتيبات محددة أقوم بها، فهو بالنسبة لي مثل الشهور السابقة، ولكن نكثر من الصلاة وقراءة القرآن، وزيارة الأهل والأقارب، ومساعدة الفقراء بالزكاة أو بالصدقة، بالنسبة للعيد كنا في السابق نحضر أشياء كثيرة من حلويات وأطعمة، ولكن في ظل التطور الحاصل في الدولة وتوفير كل ما نحتاجه، لا أقوم بذلك، وأفضل الحصول على كل ما أريد من المحلات المتخصصة حيث فيه توفير للوقت وللجهد.

◁ ما هو الفارق بين رمضان الطفولة ورمضان حاليا؟

▶ رمضان في السابق له طعم مختلف لأنه مرتبط بذكريات الطفولة والأهل والأخوة، مرتبط بتكوين الخبرات الأولية لي كإنسان، لذلك دائما ما نربط رمضان بذكرياتنا الأولى وبالرغم من بساطتها نقول ان طعمها أحلى وأجمل وفي الواقع انها كذلك لأننا نختبرها لأول مرة، ورمضان كل سنة له طعم مختلف إن كان في أحداثه، أو خبراته، أو كل ما يتعلق به، لكن ما يميز رمضان في كل سنة أنه شهر الطاعات والعمل لله للتطهر والعبادة خالصة لوجه الله رب العالمين، بالنسبة لي شهر التفكر والتذكر بالقرآن الكريم، وقراءته بصورة مستمرة وبدون انقطاع، والبحث عن كل مكوناته بصورة علمية، بمعنى أنني اقرأ القرآن ثم أقرأ كل ما يتعلق به من قصص وعبرات وأحكام وقواعد وأوضحها لأبنائي ونتناقش فيها، ونتبادل الحديث لماذا نزلت هذه السورة وكيف، في الحقيقة رمضان أجمل في قراءة القرآن، يمكنني القول إنه حتى اللغة التي نستخدمها ترتبط بلغتنا الحقيقية وهي لغة القرآن. وتزداد أسئلة الأبناء بصورة كبيرة، حتى يطلبوا تفسيرات كثيرة وقراءة القرآن بصورة دائمة تمنح الفرد منا الثقة الكاملة بالفهم العميق للمعاني والأحداث في القرآن الكريم، وحتى لغة الإنسان وأسلوب مخاطبته تصبح أكثر تهذيبا وجمالا.

◁ ما هي الأكلات التي تحرصين على وجودها على المائدة الرمضانية؟

* * في رمضان أهم ما نحرص عليه كأسرة قطرية هو التمر واللبن والثريد، ويطلب الأبناء سمبوسك الجبنة، والأكل الخفيف.

◁ كيف تنظمين وقتك في شهر رمضان بين الأسرة والعمل والعبادة؟

▶ في حقيقة الأمر أواجه بعض الضغوط في رمضان ولكن الله ييسر علي، ففي الصباح أحضر للإفطار، وفي العادة نحن لا نحضر أشياء كثيرة في رمضان، إلا إذا كنا ندعو الأهل أو الأصدقاء لطعام الإفطار، في وقت الظهيرة أقرأ ما تيسر لي من القرآن الكريم، واضع خطة لختم القرآن، وكذلك لزيادة عدد الصلوات، ثم نتناول طعام الإفطار، نصلي المغرب، ثم نستعد لصلاة التراويح، وعادة ما أصلي التراويح في المنزل، وأقرأ ما تيسر لي من القرآن، ثم أذهب لزيارة والدتي بعد ذلك وأمضي بعض الوقت لديها، ثم نعاود الصلاة والذكر، وصلاة القيام، وننتظر صلاة الفجر، ثم قراءة القرآن. في بعض الأيام أحدد أوقاتا للعمل وكتابة البحث.

◁ ما المظاهر السلبية التي لا تحبين رؤيتها وتتمنين أن تختفي في الشهر الفضيل؟

▶ الإقبال الشديد على شراء الأطعمة وتخزينها ثم طهوها بدون خطة واضحة، مما يسبب إسرافا في الأطعمة وهناك آخرون في حاجة لبعض لقيمات من الطعام، لا بد من الانتباه لعدم الإسراف في رمضان، وتدريب الأبناء على كمية قليلة في رمضان فقط، وتوضيح أنه إفطار وليس شيئا آخر لذلك يمكن تناول الطعام في فترة أخرى، كذلك أتمنى أن يكون الناس أكثر صبرا وتحملا للصيام لأن مظاهر فقدان الصبر والعصبية تصبح أكثر في رمضان. فالصبر ثم الصبر.

◁ من خلال دراستك بكلية التربية حيث يوجد العديد من التخصصات المختلفة فلماذا تخصصت بعلم النفس بالذات؟ وهل للأسرة دخل في ذلك؟

▶ في الأساس أنا من خريجات كلية التربية جامعة قطر، وعندما ذهبت للدراسة في مصر كنت أظن أنني سأدرس في قسم اللغة الانجليزية ولكن نظرا لبعد الجامعة عن المكان الذي أسكن فيه في مصر الجديدة، نصحوني بالتسجيل في كلية البنات، فسجلت في دبلوم التربية الخاصة، وهناك درست على أيدي أساتذة من أشهر أساتذة علم النفس في العالم العربي مثل الأستاذ الدكتور رشدي فام منصور والأستاذة الدكتورة رمزية الغريب رحمهما الله والذين كانوا لي قدوة في العلم، أحببت علم النفس وتعلمت أنه من أكثر العلوم فائدة للنفس الإنسانية، في التعليم والتدريب وفهم السلوك الإنساني، ولقد وجدت نفسي فيه بصورة كبيرة، ولقد بذلت جهدا كبيرا أثناء دراستي للدبلوم وكنت الأولى على الدفعة، الأمر الذي شجعني على التخصص في مجال علم النفس، وأنني أفخر بذلك. لقد أضاف لي تخصصي في الصحة النفسية كثيرا حيث فهمت السلوك الانساني أكثر بصورة أعمق وأجمل، ولقد عكست ذلك في تدريسي لطلبتي في جامعة قطر.

◁ كيف يمكن للأسرة أن تؤثر على قيم الفرد؟ وما هو دور المدرسة في غرس هذه القيم؟

▶ تؤثر الأسرة بصورة كبيرة جدا على أبنائها في جميع مراحل حياتهم في غرس القيم والعادات والتقاليد الإنسانية خاصة المرتبطة بقيم المجتمع الاجتماعية والدينية والاقتصادية، وحقيقة أن الأم مدرسة إذا أعددتها أعددت شعبا طيب الأعراق، وكذلك المدرسة، فالمدرسة هي التي تغرس قيم الأمم الصالحة للعيش وتحدي الصعاب، والمعلم يكاد يكون رسولا لكونه يغرس القيم والأخلاقيات وكل ما يتعلق بالشرف والأمانة والبحث عن المعرفة، لذلك يجب إعداده إعدادا جيدا مبنيا على أخلاقيات المجتمع ودينه، ليكون المسار الذي من خلاله يتعلم الطلبة علمهم إضافة للأسرة والمعلم يكاد أن يكون رسولا بأخلاقه وعلمه، وأسلوبه، وعدله وعبادته، فهو قدوة لطلبته.

◁ نلاحظ انتشار البلاك بيري والآي فون والانترنت بكثرة خاصة مع الشباب المراهقين فكيف يمكن حماية الشباب من مخاطر هذه الظواهر السلبية وتأثيرها عليهم؟

▶ البلاك بيري في حد ذاته ليس ضارا ولكن طريقة استخدامه هي الضارة في التربية وتوفير المعلومات، يمكن توعية أبنائنا من مخاطره ومن المشكلات التي يمكن أن يتعرضوا لها، لذلك تقوم اللجنة الوطنية للسلامة على الانترنت بتقديم النصح والإرشاد لكل من الطلبة والأهل والمعلمين لتدريبهم على الاستخدام الآمن، نحن بحاجة للمعلومات التي تضمن الحماية من الاستخدام الضار، لذلك لابد من توفير المعلومات لهؤلاء الأبناء أكثر من النصح.

◁ في رأيك ما هي الأسباب الحقيقية لعزوف الشباب القطري عن مهنة التدريس وعدم إقبالهم عليها؟

▶ الأسباب كثيرة ومتنوعة ومنها عدم التنوع في مهنة التدريس بالنسبة للشباب الذكور، فهي تصبح مملة بعد فترة قصيرة، وهذا ليس قاصرا على الشباب القطري بل في كثير من الدول، لا بد أن تختلف هذه المهنة وتصبح أكثر إمتاعا وتنوعا وفيها بعض من الحرية للشباب للإقبال على العمل فيها، كتحديد أوقات للعمل يمكن فيها للشباب الخروج والعودة للمدرسة، فهؤلاء لا يحبون التقيد، كذلك زيادة الرواتب ولقد سعت الدولة إلى ذلك وسنشهد في الأعوام المقبلة تغيرا في نظرتهم للمهنة اقتصاديا، وكذلك السماح للمعلم بالعمل لمدة معينة في مهنة التدريس ثم التنقل إلى مهنة إدارية لفترة من الزمن ثم العودة للمهنة، وهكذا للتخفيف من ضغوط التحضير ومراعاة الأوراق وتصحيحها.

◁ تقع الكثير من الانتهاكات على الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وتقبل المجتمع لهم، فكيف يمكن التعامل معهم؟ وما هي إمكانية دمجهم في المجتمع؟ وما الدور الذي تقوم به قطر في هذا الشأن؟

▶ لا أفضل استخدام مصطلح ذوي الاحتياجات الخاصة وإنما حسب الاتفاقية الدولية ذوي الإعاقات، يتعرض الطفل من ذوي الإعاقة للإساءة بسبب المعتقدات الثقافية المرتبطة بالإعاقة العقلية والتي غالباً ما تؤدي إلى ارتباط الإعاقة العقلية بمفهوم الأسرة الاجتماعية وكذلك انخفاض مستوى الدعم الاجتماعي داخل وخارج الأسرة مما يسبب ضغوطاً ومشكلات وتوترات زائدة تقع على عاتق الأسرة. كذلك يتأثر احتمال تعرض الطفل ذي الإعاقة للإساءة بسبب تعرض الأبوين أو احدهما لإساءة المعاملة في مرحلة الطفولة أو مشاهدة الآباء للعنف الأسري، ونعني بها أن يكون الآباء قد تعرضوا هم أنفسهم إلى العنف والإساءة في طفولتهم مما يجعلهم أكثر ميلاً واستعداداً إلى إسقاط تجاربهم السلبية على أطفالهم وبوجه خاص آباء الأطفال من ذوي الإعاقة. كما يؤثر انخفاض المستوى الاقتصادي الاجتماعي للأسرة مثل البطالة، الفقر. والعزلة الاجتماعية بصورة مباشرة أو غير مباشرة على حدوث إساءة معاملة الأطفال من خلال تأثيرها السلبي على الصحة النفسية للآباء. تزيد بعض خصائص الطفل مثل (النوع، العمر) من احتمال التعرض لإساءة المعاملة بل وتكرار التعرض لها، فصغار الأطفال والإناث ذوي الحالات المزاجية أو المشكلات السلوكية أكثر عرضة لإساءة المعاملة والإهمال. قامت دولة قطر بجهود حثيثة منذ أعوام بعيدة جدا ولعل ذلك يتمثل في منتصف السبعينيات من القرن الماضي استمر بعد ذلك بجهود العاملين في وزارة التربية والتعليم في التسعينيات وكذلك زاد الاهتمام بعد العام 2001، وبالرغم من ذلك لا بد من تكثيف الجهود أكثر وأكبر بإيجاد تخصص تربية خاصة بكالوريوس، وليس دراسات عليا، فنحن بحاجة لمتخصصين مدرسين أكثر من قادة تربويين، لذلك تخصص تربية خاصة على مستوى البكالوريوس يوفر للدولة عددا لا بأس به من العاملين في القطاعات المتخصصة في مجال الإعاقة، وفي مجال الدمج، ويكون هؤلاء المتخصصون صغار السن، بمعنى أنهم يكونون أكثر تقبلا وإيمانا بالعمل مع ذوي الإعاقات، وأقول ذلك من خبرة شخصية في المجال.

كنت الأولى على الدفعة مما شجعني على التخصص في مجال علم النفس

نحن بحاجة لمتخصصين مدرسين أكثر من قادة تربويين

دولة قطر تقوم بجهود حثيثة منذ أعوام بعيدة جدا لمساعدة الأطفال ذوى الإعاقات

عدم التنوع في مهنة التدريس أهم أسباب عزوف الشباب عنها

لا يعجبني في بعض الأسر شراء الأطعمة وتكديسها وطهوها بدون خطة واضحة

❑ رمضان شهر العبادة والقرآن