

العمل عن بعد لا يقلل مضايقات الشغل

برلين - ما هو الأثر الذي يتركه العمل عن بعد على صحتنا؟ ما الذي يعنيه لعلاقتنا مع الرؤساء؟ وهل يجب أن نرجع جميعاً إلى المكتب في النهاية حتى إذا ما كنا نفضل العمل في المنزل؟ أدت الجائحة إلى الكثير من الأسئلة بشأن كيف نعمل ومن بين الدول التي تناقش بشدة فوائد العمل عن بعد اليابان، التي تدعو الموظفين إلى البقاء في المنزل حتى بعد رفع حالة الطوارئ بها.

وبدأ ثالث أكبر اقتصاد في العالم ملاحظة أنه في حين أن العمل عن بعد يجلب الحريات للموظفين فإنه يجلب أيضاً خطر المضايقات وغالباً بشكل غير مألوف.

فتلقي اتصال متكرر من رئيسك ما يشك في ما إذا كان الموظفون يعملون فعلياً في المنزل يمكن أن يخلق، على سبيل المثال، مناخاً من المراقبة المستمرة، حسبما نقلت صحيفة "نيكي" الاقتصادية اليابانية البارزة عن خبراء الأعمال اليابانيين البارزين مؤخراً.

ومن ناحية أخرى، يمكن استقبال التعليمات الكتابية المرسله عبر البريد الإلكتروني على أنها ذات نبرة قاسية وأمرية.

كما أن اللقاءات بتقنية "فيديو كونفرانس" من المنزل يمكن أن تجلب معها خوفاً من أن الرؤساء والزعماء في العمل يدخلون نوعاً ما مساحتك الشخصية. وللتعاطي مع ما يطلقون عليه "المضايقات عن بعد" للموظفين، يدعو خبراء علم نفس أماكن العمل في اليابان إلى وضع قواعد سلوك واضحة في سياق العمل من المنزل. وفيما تخرج اليابان من حالة الطوارئ، تريد الحكومة الآن الترويج للعمل من المنزل بينما تدفع بتطوير بنيتها التحتية الرقمية.

واضطر عدد لا حصر له من الموظفين إلى مواصلة العمل في المكاتب خلال حالة الطوارئ، ويرجع ذلك في جزء منه إلى قواعد اليابان الإدارية التي تطلب أن تحصل الوثائق ختماً، وبعدما أنهت اليابان حالة الطوارئ في أواخر مايو، تعمل الآن على إنهاء القيود المفروضة على الشركات والسفر والفعاليات الكبيرة على مراحل بعد مراجعات كل ثلاثة أسابيع على مدار الشهر المقبل.

غير أن رئيس الوزراء دعا السكان إلى العمل من المنزل حيثما أمكن وسط خطر حدوث موجة ثانية من العدوى.

موضة

نقوش الريترو تغزو موضة الصيف

تغزو نقوش الريترو الموضة النسائية في صيف 2020 لتمنح المرأة إطلالة جاذبة تثير الحنين إلى الماضي. وأوضحت مستشارة المظهر الألمانية أنيتا هيلبيش أن الموضة النسائية تشهد هذا العام عودة قوية لنقوش الخمسينات والستينات والسبعينات، حيث تتألق الموضة بنقوش البولكا دوتس أي النقط الكبيرة والزهور كبيرة الحجم ونقوش البيزلي الهندية ونقوش "بوتشي" ذات الألوان المتداخلة والخطوط المتعرجة.

والرئيسة تصنف هيلبيش أن نقوش الريترو واضطت للانتظار إليها بألوانها الزاهية مثل البنفسجي والبرتقالي والأصفر الشمسي، مشيرة إلى أن هذه النقوش اللافقة للانتظار تغازل في المقام الأول المرأة طويلة القامة ذات القوام الممشوق. وعن كيفية تنسيق الملابس المزدانة بنقوش الريترو، أوضحت هيلبيش أنه ينبغي تنسيقها مع قطع ذات ألوان أحادية، مع مراعاة أن يكون هذا اللون الأحادي ممثلاً في قطعة الملابس المزدانة بنقوش الريترو، كما يعد الجينز خياراً مناسباً للتنسيق مع الملابس المزدانة بنقوش الريترو الجذابة.

إيران تواجه شيخوخة السكان بالحد من تنظيم الأسرة

السعي إلى زيادة معدل المواليد يضع حواجز أمام دخول النساء لسوق العمل



طفل واحد يكفي

في إيران أسرع بكثير مما كانت عليه في بقية العالم". وحذر رئيس لجنة السياسات السكانية في المجلس الأعلى للثورة الثقافية في إيران، محمد جواد محمودي من أن البلد سيواجه أزمة سكانية عاصفة بحلول العام 2030، متوقعا أن تصل نسبة النمو السكاني في إيران بين عامي 2030 و2035 إلى صفر في المئة. وبنه تقرير لموقع "راديو فراد"، نبه إلى أن السبب في ذلك هو تزايد معدلات الهجرة إلى الخارج وجنوح الشعب الإيراني إلى إنجاب عدد أقل من الأطفال، بجانب شيخوخة نسبة كبيرة من السكان.

وادي تفشي فيروس كورونا في إيران إلى أن تكون أوضاع الإنجاب أكثر صعوبة من ذي قبل، حيث نشرت صحيفة "إيران" في وقت سابق مقالاً للمحلل السياسي عباس عبدي بعنوان "كورونا ومستقبل أعداد السكان" قال فيه "إن فيروس كورونا ترك تأثيراً سلبياً على النمو السكاني من جهتين، وهما: الإنجاب وحالات الوفاة".

وأضاف "بعد انتهاء فيروس كورونا، ستتخفض عملية الإنجاب أكثر فاكتر. وقد ترتفع في العام الحالي حالات الإجهاد لأسباب مختلفة، منها الخوف من الذهاب إلى المستشفيات، كما سينخفض الدافع للإنجاب، وقد تظهر نتائج هذه القضية على الأرجح عام 2021".

الذي يبلغ 28 عاماً ولا يزال عازباً. كما اقترح أن يتلقى الأشخاص الذين يعانون مشكلات صحية تعيق الزواج والإنجاب بين سن 17 و28 عاماً علاجاً مجانياً. واقترح رجل الدين أيضاً حرمان الشباب غير المتزوجين من تولي مناصب إدارية عليا في البلاد أو التدريس في الجامعات، ودعا الحكومة لتقديم حوافز للمتزوجين في سن مبكرة، من بينها توفير فرص عمل. وأشارت إحصائيات حديثة إلى أن نحو مليون و400 ألف إيراني تتراوح أعمارهم بين 30 إلى 59 عاماً، لم يتزوجوا بعد. وتظهر الإحصاءات الصادرة رسمياً خلال السنوات الأخيرة أن عدد الزيجات مازال في انخفاض. وفي المقابل، تشهد حالات الطلاق وتيرة متصاعدة.

وفي وقت سابق قالت مستشارة وزير الصحة في إيران في قضايا الإنجاب، شهلا خسروي، حول معدل النمو السكاني في البلاد "انخفض معدل الخصوبة في البلاد بشكل حاد على مدار الثلاثين عاماً الماضية".

وأضافت أن "تأجيل الولادة الأولى في الأسرة والطلاق وعوامل أخرى قللت من معدل الخصوبة بشكل حاد"، منبهة إلى أن "الاتجاه التنازلي لمعدلات الخصوبة حدث في جميع أنحاء العالم، لكن الدراسات أظهرت ارتفاعها بشكل حاد في إيران". وتابعت "سكان إيران يتقدمون في السن بشكل أسرع من المتوسط العالمي، وعملية الشيخوخة

من أن محاولات مكافحة الإيدز وغيره من الأمراض المنقولة جنسياً ستراجع من خلال تقييد وسائل منع الحمل. وبحسب ما نقله راديو "فراد" الإيراني، تسبب اقتراح رجل الدين المحافظ محمد إيريبي في إيران، الذي طالب بأن يدفع الشباب الذين بلغت أعمارهم 28 عاماً وما فوق، وهم دون زوج، ضريبة للحكومة، في موجة من الغضب والسخرية عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

سكان إيران يتقدمون في السن بشكل أسرع من المتوسط العالمي وعملية الشيخوخة أسرع مما كانت عليه في بقية العالم

وطالب إيريبي بأن يكون الزواج إلزامياً، وعلى أولئك الذين لم يتزوجوا في سن الثامنة والعشرين أن "يواجهوا العواقب".

ويناشد رموز النظام الإيراني المواطنين للزواج والإنجاب باستمرار، في ظل عزوف الشباب عنه بسبب الظروف الاقتصادية الصعبة التي تعاني منها البلاد. واقترح إيريبي فرض ضريبة تبلغ قيمتها ربع دخل الشخص

للحفاظ على السكان. وأشار التقرير إلى أن عمر ثلث البلد سيكون أكثر من 60 عاماً بحلول عام 2050، وأضاف بركاتي "سواء أحببنا ذلك أم لا، سوف تصبح بلادنا مسناً".

وقال إن إجراءات ومنتجات تنظيم الأسرة ستظل متاحة في الصيدليات والمستشفيات الخاصة والعامه للنساء اللواتي تتعرض حياتهن للخطر.

وأظهر التقرير أن كل هذه الإجراءات لم تنجح، واستمرت معدلات المواليد في الانخفاض، وهو ما عزاه بركاتي إلى الظروف الاقتصادية السيئة التي تمنع الرجال من الزواج وتكوين أسرة. وقال إن النساء يؤخرن الزواج لمتابعة التعليم العالي، فضلاً عن النفور الثقافي من إنجاب أكثر من طفلين.

ولجات إيران في أواخر التسعينات لسياسات تنظيم الأسرة، وخفضت معدل المواليد من حوالي سبعة أطفال لكل امرأة في عام 1980 إلى أقل من طفلين بحلول عام 2011، وشجع رجال الدين الذين كانوا قلقين من أن يؤدي النمو السكاني الهائل خلال الثمانينات إلى الضغط على الموارد وارتفاع معدلات البطالة في المستقبل، على خفض معدل المواليد.

ويرى حقوقيون أن سعي إيران إلى زيادة معدل المواليد قد يؤدي إلى وضع حواجز جديدة أمام دخول النساء إلى سوق العمل وتحولهن إلى الات لصنع الأطفال، وحذر مسؤولو الصحة العامة

شجعت إيران الأسر على اتباع سياسة تنظيم النسل للتقليل من عدد أفرادها لسنوات طويلة، إلا أنه في السنوات الأخيرة انقلبت الموازين وغيرت توجهها وأصبحت تبحث عن سياسات جديدة لزيادة معدل الولادات، بعدما أصبح التهرم يهدد المجتمع الإيراني.

طهران - في إطار سعيها إلى زيادة عدد سكانها قيدت إيران توفير خدمات تنظيم الأسرة وقررت عدم إجراء عمليات التعقيم في المراكز الطبية الحكومية، وتوقفت بذلك المستشفيات والعيادات الحكومية عن إجراء عمليات قطع القناة الدافقة أو إعطاء وسائل منع الحمل للنساء في محاولة لإحياء النمو الديموغرافي الضعيف في البلاد. ولكنها، وفق هيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي"، ستحافظ على توفير موانع الحمل للنساء اللاتي قد تكون صحتهم معرضة للخطر فقط. وفي مقابل ذلك ستظل هذه الخدمات متاحة في المستشفيات الخاصة.

وأصبحت الحكومة قلقة بسبب قلة عدد المواليد وزيادة عدد كبار السن بين السكان. وكان نمو السكان قد انخفض إلى نسبة واحد في المئة. وإن لم يتخذ إجراء، بحسب ما قالته وزارة الصحة، فقد تصبح إيران أكبر دول العالم سناً خلال الـ30 سنة المقبلة.

وبحسب بيانات البنك الدولي، كانت نسبة النمو السكاني في البلاد قبل عامين 1.4 في المئة. وتبلغ هذه النسبة في العراق المجاور 2.3 في المئة، وفي السعودية 1.8 في المئة.

وبحسب ما ذكرته وكالة إرنا الرسمية للأخبار، فإن نسبة عدد الزيجات والأطفال المولودين عبر الزواج في انخفاض بسبب الصعوبات الاقتصادية التي تواجهها البلاد.

وأفاد نائب وزير الصحة، سيد حامد بركاتي، الشهر الماضي بأن معدل الزواج انخفض بنسبة 40 في المئة خلال العقد الماضي. وقال "مع استمرار هذا المعدل سنكون أكبر بلدان العالم سناً خلال الـ30 سنة القادمة".

وأكد علماء الاجتماع أن تحول إيران إلى مجتمع هرم يعني تفاقم المشاكل الاقتصادية والاجتماعية في المستقبل، لافتين إلى أن طغيان فئة المسنين على المجتمع، وما يحتاجونه من خدمة ورعاية صحية ورواتب تقاعدية، من دون وجود فئة منتجة، يعني خلافاً في التوازن.

وقال تقرير لصحيفة "الغارديان" البريطانية إن بركاتي كشف في مقابلة مع وكالة أنباء إيرانية، إن النساء الإيرانيات ينجبن الآن 1.7 طفل في المتوسط، وهو أقل بكثير من معدل 2.2 طفل المطلوب

كيف يدعم الوالدين الطفل في الخسارات العائلية الناجمة عن كورونا

تكون المشاعر قوية جداً لديهم، وأحياناً قد يحتاجون إلى طمأنة بأن شدة حزنهم أو حتى اللحظات التي ينسون فيها أو لا يفكرون فيها بوفاة فرد من الأسرة، هي جميعها أمور عادية ومتوقعة، إذ أن الممكن أن يشعر المراهقون بأنهم لا يستطيعون على النحو الصحيح، ولمساعدة الطفل على التعامل مع هذه المشاعر قالت داسور "كن متعاطفاً وصادقاً مع أطفالك من كل الأعمار، ولكن تأكد بصفة خاصة من الالتزام بالوضوح مع الأطفال الصغار"، مضيفاً "يحتاج الأطفال دون سن الخامسة إلى أن يحصلوا على تفسيرات واضحة جداً وبسيطة. ومن الأكثر فائدة للبالغين أن يقولوا بدفء ولطف "لدي خبر حزين جداً أود إطلاعك عليه، جدك توفي. وهذا يعني أن جسده توقف عن العمل، ولن يتمكن من رؤيته مرة أخرى". وقد يكون من الصعب على الوالدين أن يستسيغوا مثل هذا التواصل المباشر، ولكن من المهم للمراهق توخي الصدق والشفافية".

وتوضّح داسور "ليس من السعي بالضرورة أن يرى الأطفال البالغين يعبرون عن حزنهم ومن المهم أن تكون قدوة في كيفية التعامل مع المشاعر الصعبة، حتى لو كانت مشاعر مؤلمة".

المدرسة؛ ولم يبقى لهم في البيت؛ وفي حالة الوفاة، قد لا يفهمون ما هو الموت أو أن الوفاة هي شيء دائم. وعلينا أن نتفهم بأن الأطفال الصغار لا يتعاملون فقط مع التغييرات الكبيرة في حياتهم، وإنما أيضاً هم لا يفهمون تماماً في أغلب الحالات لم حدثت هذه التغييرات؛ أو ما الذي سببها؟".

ليس من السعي أن يرى الأطفال البالغين يعبرون عن حزنهم ومن المهم أن تكون قدوة في كيفية التعامل مع المشاعر الصعبة

وأضافت "الأمر مختلف بالنسبة للأطفال من الفئة العمرية 6 - 11 سنة فهم عادة تواقون للحصول على تفسيرات، وهم مستعدون لفهم ما الذي تسبب في التعطيلات الكبيرة التي يتعاملون معها أو ما الذي تسبب في وفاة شخص من أحبائهم. وبوسعنا أحياناً أن نقدم لهم الإجابات التي يبحثون عنها، لكن وفي أحيان أخرى فإننا ببساطة لا نعلم، وهذا قد يكون صعباً جداً لهم". وأشارت إلى أنه بالنسبة للمراهقين، تكون هذه العملية مكثفة، إذ من الممكن أن

وتعقيداً بالنسبة للأطفال، والذين ربما يتعاملون مع هذه الأمور للمرة الأولى في حياتهم الغضة.

وقالت الدكتورة ليسا داسور أخصائية نفسية وخبيرة ومؤلفة كتب شهيرة وتكتب عموداً شهرياً في صحيفة "نيويورك تايمز"، وأم لطفلين، حول كيف يمكن للمراهق مساعدة أطفاله في التعامل مع الخسارات، الكبيرة منها والصغيرة، أثناء هذه الأوقات الصعبة "إن الإحساس بالخسارة والحزن تجربة نفسية مؤثرة تدفع البالغين والأطفال إلى الشعور بالتمزق والحزن الشديد. ويمكننا استخدام كلمة الخسارة للإشارة إلى خسارة أشياء تتعلق بإيقاع الحياة وروتينها قبل الجائحة".

وتابعت في حديث لـ"يونيسيف" أنها الحزن فهو أكثر ديمومة الحزن على وفاة أحد الأحباء. وفي هذه الحالة، يكون ما يختلج في نفسية المراهق مختلفاً، إذ إضافة إلى الاضطرار إلى قبول غياب المتوفي، يتعين أيضاً التعامل مع الشعور الصعب بتقبل حقيقة أن المتوفي لن يعود".

وأوضحت داسور أن اختلاف شعور الأطفال بالخسارة والحزن مقارنة مع البالغين يعتمد على عمر الطفل، مبينة أنه "قد يشعر الأطفال الصغار بالخسارة إزاء ما يحدث بخصوص الخسارة والفقد على حد سواء. وقد لا يفهم الأطفال دون سن الخامسة لم لا يتوجهون إلى

وقد يكون البعض في وضع حداد بسبب خسارة أحبائهم من جراء الإصابة بكوفيد-19. وأشادت إلى أن الفقد والحزن الأقران، ويتوق الناس في جميع أنحاء العالم بأسى لاستعادة روتينهم المعتاد.



شعور بالتمزق