القــول الجميل

مايا آنجيلو

الرجال

عندما أنا كُنْتُ شابة، كُنْتُ
أراقبِ من وراء الستائرَ
رجالٌ تمشى الشارعَ جيئةً وذهاباً.
رجال سكارى، رجال عجائز.
شباب حادّ كخردل.
أشاهدْهم. الرجال دائماً
ذاهبون لمكان ما.
عَرفوا بأنّني كُنْتُ هناك. خمسة عشرَ
عاما وجائعة لهم.
تحت نافذتي يَتوقّفونَ،
مستوى أكتَافهُمْ العالي مثل
صدور بنت شابة،
أعقاب السترةُ تصفع فوق
ظهورهم،
رجال.
يوم واحد يَحتجزونَك في
نخيل أيديهم، بلطف، كما لو أنّك
البيضَ الخامَ الأخيرَ في العالمِ. ثمّ
يُشدّونَ. فقط قليلاً.
العصرة الأولى لطيفةٌ. أي حضنة سريعة.
ناعم إلى قتل دفاعاتك. قليلاً
أكثر. الأذى يَبْدأُ. اسحب خارج
ابتسامة تنزلقَ حول الخوفِ. عندما
الهواء يَختفي،
عقلك يندفع، يَنفجرُ بعنف، سريعاً،
مثل كبريت مطبخ. مُحَطّم.
هذا عصيرُكَ
جاريا على سيقانَهم. ملطخ أحذيتهم.
عندها الأرضَ تصحح وضعها ثانيةً،
ومحاولات طعم للعَودة إلى اللسان،
جسمكَ أغلقَ بَعنف. إلى الأبد.

لحــظة

أريد معرفتك أيها المجهول
أنت ، أيها الغارف روحي بعمق
أيها المخترق حياتي كعاصفة
أيها اللامفهوم ، يا قريبي
أريد معرفتك و خدمتك.

نيتشه

سؤال يحيرني

تتيانا الكور

ما علاقة فيتامين كي بمعدل تجلط الدم؟

يعتبر فيتامين كي من أهم العناصر الغذائية المعنية في تحديد كثافة دمنا ودرجة التميع فيه إذ يلعب دورا أساسيا في مساعدة دمنا على التجلط، خاصة عند حدوث نزيف ما. ويشار إلى فيتامين كي طبيا بإسم «عامل التخثر» إذ يمكن إستخدامه علاجيا للحد من النزيف وتسريع عملية تخثر الدم.

وبدون وجود فيتامين كي، لا نستطيع تصنيع البروتينات اللازمة لتجلط الدم، فيأخذ دمنا بالتالي وقتا طويلا حتى يتخثر، لذا فإن نقص فيتامين كي قد يقترن في حدوث نزيف. وتعتبر العلامات الإكلينيكية أو السريرية لنقص فيتامين كي نادرة إلى حد ما. ويتمثل نقص فيتامين كي عادة في إرتفاع وقت البروثرومبين (PT) لفترات طويلة من الوقت، أي أكثر من ١٣ ثانية، مما يزيد من خطر النزيف.

وقد وضع خبراء في منظمة الصحة العالمية ولجنة التخثر الدولية معاييردولية مخبرية لقياس معدل تجلط الدم، ومن ضمنها وقت البروثرومبين (PT) ونظام INR. وتوصف مميعات الدم كإجراء طبي من أجل السيطرة على معدل تجلط الدم. وغالبا ما يتم تعديل جرعة المميع وفيتامين كي إذا كان معدل التجلط بحاجة إلى زيادة أو نقصان إعتمادا على نوع المميع. وعلى الرغم من أن القيم المخبرية قد تختلف من مختبر إلى آخر، ولكننا غالبا ما نعتبر وقت البروثرومبين الطبيعي بمعدل ١١ إلى ١٣ ثانية، ونهدف طبيا لإبقاء INR ما بين ٣,٠ إلى ٤,٥. وتشير أحدث الدراسات بأن التغير في تناول المصادر الغذائية الغنية بفيتامين كي (مثل السبانخ والبروكولي والبصل الأخضر) بمعدل ٧١٤ ميكروغرام في الأسبوع يرتبط بتغير وحدة واحدة في INR. وتشير الأبحاث إلى ضرورة مراعاة الإتزان في الكمية المتناولة من فيتامين كي على أن تكون مستقرة وثابتة خلال الأسبوع.

إذا أردت معرفة جواب البحث العلمي حول سؤال يحيرك في الغذاء والتغذية، الرجاء إرساله إلى

Tatyana@tatyanakour.com

«التجسس» أسهل في عصر الشبكات الواسعة

أبواب

مع الاستقطاب الحاد الذي شهدته العلاقة بين شركة دول الخليج العربيوشركة«RESEARCHINMOTION-RIM»الكندية المحتكرة لخدمات «بلاكبيري» في العالم، يستعيد الحديث عن أمن المعلومات في دول العالم الثالث أهميته في مناسبة لا تتكرر كل يوم، فالأزمة التي تفجرت على خلفية أمنية بادية في الأفعال وردود الأفعال على المستوى السياسي، اتخذت بعدا مصيريا لدولة الإمارات العربية المتحدة قبل أن تتلمس بقية دول الخليج المخاطر المحتملة على الصعيد الفني، لكن المؤكدة على الصعيد الأمني، وهي التي عانت وما زالت تجاذبا مستمرا في المصالح الدولية بترجمته الحرفية التي أدلى بها قائد شرطة دبي مطلع العام الجاري مطالبا أعداد الكبيرة من الجواسيس التي استوطنت دول النفط العربي بالخروج منها.

ليس «بلاكبيري» وحده المسهل الوحيد للأنشطة التجسسية حول العالم، إذ إن شبكات الربط الاجتماعي ومحركات البحث الأشهر في العالم، استخدمت وما زالت لمتابعة الأفراد والجماعات الهدف لأجهزة المخابرات الغربية عموما، والأميركية على وجه الخصوص، وكثيرة في هذا السياق المعلومات التي سربتها مؤسسات البحث والتقصي حول استخدام هذه المنظومات لتجنيد عملاء تارة أو لتسهيل عمل العملاء تارة أخرى بما يجنبهم متابعة الأجهزة الأمنية في دول الاستخدام.

لا يخفى الخطر الأمني لخدمات «بلاكبيري» التي يسهم تشفيرها ببقائها خارج سيطرة بلدان الاستخدام، بما في ذلك البرازيل وروسيا إلى فرنسا فالهند التي دعت أجهزتها الأمنية قبل أيام إلى تسليمها بيانات الهواتف المشفرة أولاً بأول تحت طائلة منع الخدمة، لكن اللافت في القضية هو استكانة الأجهزة الأمنية في مختلف الدول عن منظومة اتصالاتية بقيت عشر سنوات «عقب اطلاقتها في عام ١٩٩٩»، وثمانية أعوام منذ تحولها إلى هاتف ذكي بخدماته التي يقدمها لعملائه من الصفوة الاقتصادية والسياسية في الدول، ما يؤشر إلى ثبوت تورط هذه الخدمات في تسهيل أنشطة إرهابية وتجسسية نال بعضها من سيادة وسيطرة دول الاستخدام بشكل مباشر، ما دفعها لتفجير القضية كما في الإمارات العربية المتحدة والهند.

آيشلون وبلاكبيري

بيانات الاتصال في «بلاكبيري» متاحة لدول ثلاث فقط، هي: الولايات المتحدة الأميركية والمملكة المتحدة وكندا، وهي للمصادفة البلدان ذاتها المشاركة بفعالية في منظومة التجسس العملاقة «آيشلون» الذي خرج من رحم وكالة الأمن القومي الأميركية بداية الخمسينيات من القرن الماضي بغرض حماية المكالمات الحكومية والعسكرية أساسا، إلا أنه تكفل فيما بعد بالتجسس ذي الصبغة المدنية الخالصة، ليتحول مع مرور الزمن إلى شبكة ضخمة، مندمجة، متكاملة العناصر التقنية الكفيلة بالتجسس على كل أشكال المكالمات الهاتفية الثابتة والنقالة، وغيرها من المراسلات الإلكترونية، بتصميمه الضخم الذي يتكفل بالتقاط وتخزين ومراقبة مليوني مكالمة في الدقيقة يقوم عليها جيش من المهندسين والمحللين والفيزيائيين وعلماء الرياضيات واللغة والمعلوماتيين وخبراء التشفير وغيرهم من المهن والتخصصات التي تضمن أكثر عمليات التجسس اتساعا وحرفية على مدى التاريخ.

ثمة من يتحدث الآن عن أسباب ترحيل منظومات ومخدمات شركة «RESEARCH IN MOTION-RIM» إلى الأراضي الكندية، بدلا من الأميركية، أو «الإسرائيلية» صاحبة التكنولوجيا الأساسية كما تفيد التقارير الأمنية التي تم تداولها خلال الآونة الأخيرة على خلفية توقيف خدمات بلاكبيري في الخليج.

وتلمح التقارير إلى أن اختيار كندا، التي لا تختلف عن أي ولاية أميركية، جاء على خلفية الضرورة التي تحتم إبعاد المركز الفيزيائي والمعنوي عن دول قد يعترض اسمها تدفق الخدمة في معظم دول العالم، وعلى رأسها «إسرائيل» التي لا يمكن لأي دولة أن تأمن جانبها بمن فيهم أصدقاؤها، أو حتى الولايات المتحدة التي لا تتمتع سيرتها بثقة كافية بين مختلف الفعاليات السياسية والاقتصادية في العالم. ما يدعم نظرية المؤامرة، التي لا يجب علينا إزاحتها من قاموس تعاملنا مع دول منظومات تكنولوجيا المعلومات الأوسع جماهيرية في العالم، هو تمركز خدمة بلاكبيري في أيدي رجال الأعمال والسياسيين في دول الاستخدام، ما يسهل بما لا يقاس عمليات التجسس الامني، وبقدر لا يقل أهمية التجسس الاقتصادي نظرا لشيوع استخدام خدمات بلاكبيري في تدبير المصالح الاقتصادية الخاصة بمقتنيه على اعتبار أنه خلق لهذه الغاية.

هل هي نظرية مؤامرة فحسب؟

بعد أن افتضحت ملامح التورطات لأبرز عمالقة شبكات الخدمات والربط الاجتماعي في ملفات أمنية أميركية، كـ«غوغل في الصين» و«تويتر» في إيران، بدأت الشركات تقاذف التهم بالتجسس المنظم على المستخدمين فيما بينها، حتى وصل الأمر إلى اعتبار «غوغل» و«تويتر» الأقل تجاوبا مع طلبات الوكالات الأمنية السرية الأميركية التي سيرت جيوشا من المحامين للمطالبة بـ«حقها» في جولات تفتيش منتظمة في قواعد بيانات شركات مزودي الخدمة وحسابات البريد الالكتروني، قبل أن يصل اهتمام هذه الوكالات إلى المطالبة بحق التفتيش في قواعد محركات البحث الجماهيرية وكانت آخر هذه القضايا الدعاوى «القضائية» للحكومة الأميركية ضد شركة «GOOGLE» لعدم تعاونها مع الحكومة في مجال تقديم قوائم مفصلة بما يبحث عنه الناس عبر المحرك الشهير، على حين منافسوها الثلاثة «YAHOO» و«MSN» و«AOL» قدموا للحكومة الأميركية ما تريده بقليل من المفاوضات موفرة بذلك على نفسها الكثير من الجولات القضائية التي عادة ما تصب قراراتها في مصلحة «مكافحة الإرهاب»، هذا الشعار الذي رفعته أجهزة الأمن الأميركية مطلع القرن الحالي سعيا للوصول إلى أقصى ما يمكنه من معلومات حول أي دابة تدب على الأرض.

مجالس إدارات «مطعمة»

عطفا على نظرية المؤامرة، ثمة ملاحظة قد لا يستهان بها في معرض تناول بنى الإدارة في الشركات المعلوماتية الأميركية. ومن خلال نظرة سريعة إلى مجالس إدارة هذه الشركات أو الصفوف الأولى فيها، يمكن الوقوف على صلات أمنية طيبة لهذه الشركات مع الوكالات الأمنية الوطنية الأميركية «الأمن القومي، الأمن الوطني..»، من خلال حضور أحد المتحدرين من تلك الوكالات ممن يتمتعون بخبرات معلوماتية رفيعة إضافة إلى خبراتهم الأمنية التي غالبا ما تؤهلهم للعمل في مراكز المعلومات في تلك الشركات.

ولئن كان للشركات أن ترى في الخبراء الأمنيين مصدرا مهما لمفاهيم الأمن التي تحتاجها، إلا أن التاريخ القريب والبعيد يؤكدان أن الصلات مع «الوكالات الأم» لا تنقطع مدى الحياة، هذا أن أهملنا الاتفاق الضمني بين الشركات والوكالات الأمنية على تعزيز حضور الأخيرة في الأولى بطريقة فعالة وشرعية من خلال إطار قانوني متفق عليه.

غوغل: ٤٠ حكومة تتجسس تحت الضوء

لا يظهر على وجه الدقة لماذا كشفت شركة «غوغل» في نيسان الماضي عن أن الأجهزة الأمنية في ٤٠ دولة تطلب بيانات بشكل منتظم عن مستخدمي خدماتها الأوسع انتشار في العالم. غوغل التي يعتقد أنها كشفت عن هذه المعلومات لغاية ما، قالت في تقريرها الذي أصدرته بهذا الشأن إن عدد الطلبات التي تقدمت بها الحكومات للحصول على هذه المعلومات بلغ ١٠٠٠٠ بين تموز وكانون الأول ٢٠٠٩.

قالت الشركة إن الحكومات سعت عبر طلباتها إلى الحصول على معلومات شخصية عن مستخدمين للإنترنت أو لحجب المعلومات، وجاء على رأس قائمة تلك الدول البرازيل والولايات المتحدة الأميركية يليهما بريطانيا وألمانيا والهند وغيرها..

لغة الطفل.. كيف نفهمها ؟

أبواب

سارة محمد عيسى

ماجستير علم نفس تربوي

النمو اللغوي عند الطفل :

الأصوات هي المادة الخام الأولية للغة، وخلال الأشهر الأولى من حياته، يكون الصراخ والصياح للتعبير عن حاله. ومن المهم جداً خلال هذه الفترة، ملاحظة الأم لوليدها بدقة، وتسجيل الملاحظات، ومداومة الإتصال بالطفل، وبخاصة في أثناء الرضاعة، و ذلك بالحديث إليه.وتؤكد البحوث العلمية معرفة الأم لنوع البكاء، هل هو بكاء جوع، أم بكاء ألم ضروري جدا لغايات التواصل مع الطفل ومعرفة إحتياجاته.

ومن الضروري خلال هذه الفترة :

– أن تناغي الأم طفلها، وتتحدث إليه، وتحاول ترديد وحدات صوتية معينة أمامه.

– عدم تعجل نطق الطفل بحروف أو كلمات واضحة، لأن الوحدات الصوتية التي ينطق بها الطفل لا يتحكم فيها النضج.

– ينبغي عدم كف الطفل أو نهره حينما يلعب بصوت مرتفع، بدعوى أنه يسبب إزعاجاً، لأن في حقيقة الأمر اللعب هنا هو تدريب للأجهزة الصوتية، ومحاولة لاستخدامها.

متى ينطق الطفل الكلمة الأولى ؟

يُجمع علماء النفس على أن الشهرين الحادي عشر والثاني عشر من السنة الأولى هما المرشحان لنطق الطفل العادي. ولكننا نلاحظ تعجّل بعض الآباء حديث أبنائهم، وهذا ضرب من الوهم، لأنه لابد من نضج الأعضاء الصوتية قبل ذلك. وقد يتأخر النطق حتى الشهر الخامس عشر من عمر الطفل، لذا ينصح إختصاصيو التربية بما يلي خصوصاً في الشهرين الأخيرين من السنة الأولى :

١– تدريب حواس الطفل الرضيع على السمع، كسماع تلاوة القرآن، على أن يكون الصوت خافتاً.

٢– نداء الطفل بإسمه، وإشعاره بالحب والحنان.

٣– إرضاعه في مكان هادئ ومريح، ولمس كفيه وشعر رأسه، ومناغاته.

٤– أثبتت الأبحاث أن الطفل المحروم من المداعبات، يكون عصبي المزاج، عدواني الطبع، يميل للعزلة والحقد على الآخرين.

نمو قاموس الطفل في السنة الثانية :

يتطور قاموس الطفل في السنة الثانية سريعاً ليشمل مفاهيم مهمة،فهو يستجيب للأوامر والأسئلة،ويستخدم الكلمات، ويُدرك معانيها.والطفل في المتوسط يستخدم (٣٠) كلمة استخداماً متكرراً خلال عامه الثاني. وهناك فروق فردية واضحة بين الأطفال. وتتميز هذه الفترة بغلبة الأسماء على غيرها.ويستطيع خلال هذه الفترة تركيب الكلمات لتنتج جملاً بسيطة وعلى الآباء في هذه المرحلة إتباع التالي :

١) – إستثارة الطفل لغوياً عن طريق :

أ– الحديث إليه بشكل شبه مستمر، ويمكن أن يكون على هيئة أسئلة وحوار.

ب– دفعه للكلام بطريقة تشويقية واستثارته.

جـ – عرض مثيرات بيئية مختلفة أمامه ليتعرف عليها.

٢)– مراعاة الفروق الفردية بين الأطفال، فلا يُضغط على طفل للنطق بكلمات نطق بها طفل آخر قبله، أو معاقبته على ذلك. لأن ذلك يُعطل نموه اللغوي.

ومن الملاحظ أن البنات يفقن الأولاد في الجوانب اللغوية، حيث يسبقن الذكور في بداية الكلام، ويزدن عليهم في عدد المفردات اللغوية.كذلك الفروق الإجتماعية لها دور أيضاً في سرعة نطق الطفل، فأطفال الطبقات الدنيا يصلون إلى مستويات عليا من التحصيل اللغوي، ويعود ذلك إلى ما يلاقونه من إستثارة لغوية.

تطور اللغة بعد سن الثانية :

تزداد قدرة الطفل على فهم المجردات و الأمور المعنوية، ولكن بقدر يسير، ويستخدم الكلمات التي تدل على المكان مثل (هنا – فوق – تحت) لذلك على الوالدين مراعاة ما يلي

عندما يعبّر الطفل في حديثه عن حدث معين ويصفه للآخرين، يجب الإستماع إليه باهتمام، وإعطائه العناية الكافية حتى يعبّر عن نفسه، وينشأ سوياً. كما ينبغي عدم تكذيب الطفل إن رأى رؤية محالفة لرؤية الكبار، فهو لم يقصد الكذب.

٢– ينبغي أن نكف عن محاولاتنا جعل الطفل يفكر بعقولنا ويتصرف بمنطق الكبار.

٣– قد تبدو على الطفل أحياناً المشقة في التعبير عن نفسه، فيكرر الكلام، وهذه ظاهرة تتناقص مع زيادة قاموسه اللغوي. وإذا استمرت هذه الإضطرابات فيجب معالجتها.

وتوصي البحوث النفسية بالإبتعاد عن مشكلة ثنائية اللغة في المرحلة الأولى من عمر الطفل، فلا يصح تعليم الطفل لغتين في وقت واحد، لأن قدراته لا تسمح بذلك. ولا ينبغي الخوف من الأخطاء الشائعة في ألفاظ الأطفال وكلماتهم، لأنها ستزول بفعل النمو والخبرة.