حربٌ نفسية

روايتي مع الإجتماعيات

الجزء الأول

تأليف : علي سعد

بسمِ اللهِ الرحمنِ الرحيم

" خِتَامُهُ مِسْكٌ وَفِي ذَٰلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ "

سورة المطففين / آية ٢٦

لمقتراحتِكُم وإستفساراتِكُم

t.me/rfgcn

rfgcn@hotmail.com

الطبعة الأولى / ٢٠٢٤ م – ١٤٤٥ هـ

النسخة الرمادية.

المقدمة

بسمِ اللهِ مجريها ومرساها.. في مقدمة كل كتابٍ منهجي، يوضح بأن من الأساسيات في دراسة هذا الكتاب الإعتماد على الفهم والإبتعاد عن الحفظ المطلق، وهذا ما لا يلتزم به بعض الطلبة ويقعون بهذا الخطأ، ولا سيما مادة الإجتماعيات، الأمر الذي قد يؤدي لفقدان الشغف مع محاولاتٍ فاشلة لحفظ المادة، وهوّ ما قد يسببُ **حربًا نفسية،** وهبوطًا بالمعنويات، وإعتقادٌ بالإخفاق، كما حدثَ معي وقد رويتهُ بهذا الكتاب التي تحملهُ أيديكم المباركة، آملاً أن ينالَ على إعجابكُم، مع كلِّ الودِّ والإحترام.

- المؤلف. ✨

القصة من رواية وكتابة أحد طلاب صرح المبدعين، ثانوية الوائلي للمتميزين في محافظة بابل العراقية.

* **البداية /** " الحضارة : هيَ نِظام إجتماعي يميز كل أمة من الأم.."، أولُ أسطرٍ قرأتها بعد دخولي الثانوية، وعزمت بوقتها على أن أتميّز لا سيما بهذه المادة، ووسط الشغف العالي والمعنويات الساخنة، قرأت هذا السطر مرارًا وتكرارًا، وأنرسخ بأعماق ذاكرتي كأسمِي، وقد يكون هذا السطر دافعًا ليَ دومًا بأنني أستطيع حفظَ أي نصٍ إذا توفر الشغف، ولكن حفظي لأول أسطرِ الكتاب أستنفذ شغف السنة الدراسيةِ كاملةً، مع ذلك.. بعدَ الصفحات الأولى بدأ مستواي الحفظي بالإنخفاض، وإهتمامي بالمادة باتَ يقلُّ شيئًا فشيئًا، لم أكن أعتقد أن هذا يحصُل لي في الإبتدايئية، وبذِكر الإبتدائية، نذهبُ بجولةٍ بسيطةٍ في الماضي المؤلم 💔 .

* **ماضٍ مؤلم /** في العالم الدراسي ٢٠١٩ – ٢٠٢٠، صادفَ دخولي الصف الرابع الأبتدائي، ورأيتُ بوقتها لأولِ مرةٍ كتابًا

بعنوان، " الإجتماعيات، للصف الرابع الإبتدائي.."، بوقتها صادفَ تفشي الوباء.. مِمّا عسَّرَ مهمة الدراسةِ على أسرةِ وزارة التربية ووزارة الصحة، فكان من الحلول بوقتها من وزارة التربية تقليل وحذف بعض الدروس، وما عُرِفَ بوقتها بـ"تكييف المناهج"، والصدفة الرائعة أن مادة الإجتماعيات حُذفت بالكامل، في نهايات عام ٢٠٢٠ حلّت علينا السنة الدراسية ٢٠٢٠ – ٢٠٢١، وبوقتها كان الدوام المدرسي يومًا كل أسبوع، عبوقتها لم ندرس الإجتماعيات أبدًا بسبب ضيق الوقت، ومع ذلك فهي دخلت بإختبارات نهاية السنة مع خمسِ موادٍ أخرى، وكانت هيّ الدرجة الأقل في شهادتي، ٩٢٪، أحزنتني بوقتها وأثرت كثيرًا عليّ، بالسادس الإبتدائي غيّرتُ مدرستي والمدرسة الجديدة كان دوامها طبيعي، بل كان ٦ أيام بالأسبوع، وكنا نتعامل بنظام شبيه بنظام ثانوياتِنا اليوم، حيث إختباران يمثلان الفصل الأول، ثم إختبار نصف السنة، ثم إختباران يمثلان الفصل الثاني، وكلنا نعرف مقدار الطاقةِ في بداية العام

الدراسي، فحصدت العلامة الكاملة في أول إختبار (الشهر الأول)، أما بالشهر الثاني، فهنا تكمُن الكارثة، دخلت الإختبار وبأيدٍ ترتجف بدأت بالحل، وبنهاية الوقت كنت مستعصٍ لسؤالين، وحسب حسابي درجتي قد تصل لبداية التسعينات، كنت أرى هذه الدرجة قليلة في ذلك الوقت، ومع ذلك، في تسليم الدرجات درجتي كانت ٩٩٪، ومع اليومي كُتبت بالشهادة ١٠٠٪، بالفصل الثاني، الشهر الثاني بأيامها قررت وزارة التربية حذف مادة الإجتماعيات من الإختبار الوزاري، مِمّا سهّل عليّ المشوار والهدف، وبتتُّ الأول على مدرستي بمعدل ١٠٠٪ بالإختبار الوزاري، وعلى الرغم من عدم وجود درجات صادمة ولكن على أي حال كُنت أعاني من هذهِ المادةَ، ولكن بكل حال، مرت على خير.

* **أولُ مرةٍ /** في التاسع من أكتوبر ٢٠٢٢، كانت أول مرةٍ ينادي أستاذ الإجتماعيات بأسمي لأشرح جزءًا من الموضوع،

توترتُ بشدةٍ بوقتها وملئ العرقُ جبيني، ولم أستطع شرحه بشكلٍ مثاليٍ بالكامل، مما ذكرني بالماضي المؤلم، وأدركت حينها أن القادم أصعب، ويومٌ بعد يوم، حددنا مادة الشهر الأول، ولم تكن كبيرةً لكنها صعبة، لا سيما أنني لم أدرسها جيّدًا باليومي، لكنني عزمت بوقتها على النجاحِ والتفوق، وأنتظرت ليومها يومًا بعد يوم، يومًا بعدَ شهر.

* **يومٌ بعد شهر /** إختبار الشهر الأول، فعلاً كان نقطةِ مفصلٍ غيّرت من تفكيري، فعلاً أشعرتني بعسرِ الدراسة، ومع ذلك، لم أعتقد سوءَ درجتي لهذا الحد، كانت فعلاً صادمةً لي ولأهلي وأصدقائي، ٧٦٪، وكانت من أكبر إخفاقاتي في صرح المبدعين إلى اليوم، ومن القرارات التي قررتُها بذاك الوقت بعد إستلامي الدرجة أن أستسلمَ للأمر الواقع، وأن تكون هذه المادةَ آخرَ همّي، بكونها أصلاً لن يقف عليها مصيري ولن تحدد

مستقبلاً، لأنها لا تدخل في إختبار السادس العلمي، ولكني كطالب، لا يجب أن أفشل بدراستي حتى وإن لن يؤثر، لكنه بأي حالٍ الأمر الوحيد المكلف به، ومن واجبي تقبله وأداء الواجب، فعزمت مجددا وبدأتُ باللمعان، وأرتفعَ مستواي على الرغم من أنني لم أتعب نفسي أكثرَ من قبل، ومن هنا بدأت أرى الـ..

* **صميم الأمل /** فعلاً أقوى دفعةٍ هيَ دفعة الأمل، إذ أتذكر دومًا تلك الأسطر الأولى من الكتاب التي لا أنساها وأطمع لنسخ كل الكتاب لعقلي كهيَ، وأتذكر الماضي السعيد الذي يخفيه الماضي المؤلم، وأذكّرُ نفسي أنني الثاني على المحافظة، وأعزز معنوياتي وإلى اليوم، الأمل وحدهُ ما يصبرني وأرى نفسي قادرًا على ذلك، وهوّ ليس بالبعيد، ولا سيما أنني كنتُ متميزًا ببعضِ الدروس، وفي إختبار الشهر الثاني، رفعتُ درجة الشهر الأول،

درجة الشهر الثاني = ٨٩٪، ومع ذلك فلم أكن راضٍ عنها، ولكني كنتُ فرحًا بها، وأرتني الأمل، أتذكر اليوم، أحد طلابنا المتميزين وهو حسب الإحصائيات الثاني على شعبتنا، وما أذكرهُ وكان عبرةً ليَ دومًا درجتهُ بالشهرِ الأول، كانت ٦٩٪، وعدلها بمئةٍ بالشهر الثاني[١٠]، كنتُ أطمح لأكون نفسه، وحتى إن لم أصبح حينها، لكني تعلمتُ أنني دومًا أستطيع، وأن أصررتُ كإصرارهِ غلبته، فهوَ لا يملكُ عقلان، ولماذا هوّ أحسن مني ؟ كيف، كيفَ هوَ ؟

* **فكيفَ هوَ /** كنتُ أبحثُ عن سببٍ قد يعلِّلُ إخفاقاتي، كثرةُ تواجدي على منصات التواصل الإجتماعي قد يكون أحد الأسباب حسب تفسيري، ولكن كيفَ هوَ الأول ولا نراهُ مختفيًا عن منصات التواصل الإجتماعي ؟!، الإهتمام الكبير بالمجالات المختلفة، تأليف الكتب مثلاً، لكن كيفَ هوَ الأول وهوَ خبيرٌ

بالتصميم والتعديل وكيفَ هوَ الرابع وهوَ الفنان ومراقب الشعبة والمصمم، وكيف هوَ السادس وهوَ الرياضي والمتألق ومساعد المراقب، ربما السبب يرجع لقناتي، تلك القناة التي أعددتها لتكون مرجع الطالب[1]، اليوم لا طالب يستغني عنها، كل يومٍ أصرف من وقتي راحتي لأكتبَ بها، وأبذل من وقت دراستي لأخدِمَ غيري، ولكن كيف هوَ الثالث وهوَ مالك القناة التي تنافسني ؟!، إذا دققنا فنرى العجب العُجاب، الأمر لا يتعلق بقلة الإهتمام ولا بالإنشغال ولا بتضييع الوقت.

* **فرحةٌ أخيرًا /** هي الفرحةُ التي لم أنتظرها، في منتصف الشهر الأول من العام ٢٠٢٣، توقفنا عن الدراسة لعطلةِ ما قبل إختباراتِ نصفِ السنة، هدوء ما قبل العاصفة، إختبارات نصف العام الدراسي، وأستغللت العطلة كلها للإجتماعيات فضلاً عن عطلةِ ما قبلِ الإختبارِ بيوم، وفضلاً عن ميزة السؤال

الترك، التي تُمكن الطالب وتعطيه الحرية، ولديّ دفعةٌ معنويةٌ قوية دخلت بها لقاعة الإختبار، أجبت عن ما أعرف بساعةٍ وعشرون دقيقة، خمسُ دقائقٍ للمراجعة وخمسٌ لحساب الدرجة، حسبتها ٨٧٪، وبعدها بتسع أيام، إنتهت المباراة التي خصمها نصف الكتاب، وودعتُ المدرسة وأدرتُ رأسي تجاه المنزل، بعدها بأيامٍ قليلة، دُعيت للمدرسةِ لإستلام النتيجة، نتيجة إختبار نصفِ السنة، وعلى الرغم من العديد من الصدمات، الإجتماعيات ((٩٢٪))، الحمدُ للهِ على كلِّ حال، وأدمها وأرفعها بالأيام القادمة يا عزيزي " أنا ".

* **راح الشغفُ مجددًا /** فكم الجهد الذي بذلتهُ بإختبارات منتصف العام، بعدها بخمسة عشر يوم يعود التعب مجددًا، لكني لن أستسلم للتعب، وصرتُ أدرسُ بقوةٍ لكن بعد حين، إذ بعد أيامٍ نزل المؤشر وهبطت المعنويات، ونفذ شحن هذه الخمسة عشرة يوم، فقط أنتظرُ موعد راحةٍ الآن لأرتاح قليلاً،

وبعدها أتفاجئ بإختبارات الفصل الثاني قادمة، الشهر الأول، اليوم التاسع، الإجتماعيات، أدخل الأختبار وليس بعقلي معلومةً عن المادة، نتيجة الإختبار = ٧٠٪، هي الدرجة الأقل ((بتكرار)) بمسيرتي مع الإجتماعيات ومع كل المواد، وأحتاج الآن لدفعةٍ قوية، قويةٌ لدرجة أنها تجعلني أقول..

* **سأعود وبقوةٍ../** من ما يحيّر قضاء العطلة (الجمعة والسبت) بالراحة أم بالدراسة، لكن بكل الأحوال، كل عطلةٍ تجعلني أقول، " سأعود بقوة"، والإختبار الحقيقي هوّ ما بعد العطلة، مع ذلك، بعطلة من العطلة، وهيَّ التي أتت مباشرةً بعد إختبارات الشهر الأول، لتشحنني وأعود، والعودُ أحمد؟!

* **عدنا والعودُ أحمد../** بعد الشهر الأول ونتائجي السيئة على مستوى جميع المواد، أوجهت إهتمامي بصورةٍ مباشرةٍ على

الإجتماعيات، لكي أرفع درجتي وبالشهر الثاني، بذلك كلّ جهدي، درجة الشهر الثاني ((الفصل الثاني)) = ٨٧٪، وبذلك رفعتُ درجة الشهر الأول، على حسابِ ذلك، أنزلتُ درجتي بأغلب المواد، فعلاً أن بذلتُ جهدَ كلِّ المواد سأستطيع تحقيق المئة، لكن هل أنا مستعد، للفشل بجميع المواد، لتحقيق هدفِ الإجتماعيات ؟!، ماذا عن باقي الدروس؟!

***باقي الدروس/** مستوايَ أنخفض تدريجياً بمرور الوقت، وأغلب الأحيان، أفضّل واجب الإجتماعيات اليومي على الإختبار الشهري، وهذا ما يوقعني في الخطأ، الواجبُ اليومي دومًا مهم وبدونه لا تستطيع النجاح في الإختبار الشهري، ومن صفت الطلاب المثالي قدرته على تحقيق المئة بلا مراجعة المادة ليلة الإختبار، وبالتالي يستطيع إستغلال الوقت بدراسة الواجب اليومي، مع ذلك، أساليب الدراسة التي أستعملها تنسيني الدرس

بسرعةٍ، إذ أنها قصيرة المدى، وعلى حسبِ هذا الكلام من المحيّر الإختيار بين الإختبار الشهري والواجب اليومي، وهذا ما يحيرني أيضًا ولا أعرف الأختيار، وبالتالي أدمج بين الواجبين ولا أضبط أحدًا منهما، وهذا ما ينطبق عليه المثل الشعبي، " ضيّع على روحه المشيتين "، فلا أنا جيد بمراجعة الإختبار الشهري ولا بالواجب اليومي، وهذا ما جعل الإجتماعيات ذات تأثيرًا كبيرًا على باقي الدروس، وهذا ما لا يتضح بصورة عامة، إذ حين ترى شهادةً بدرجةِ الإجتماعيات أكثر من الفيزياء، فستأخذ نظرة عن المقابل بأنه "درخي" أَي يميل إلى الدرخ أكثر من الفهم، كذلك، الجهد الذي أبذله بالإجتماعيات يستنزفُ جهدَ المواد الأخرى، وهذا ما يقلل كفائتي بكل الدروس، وعلى الرغم من تأثيرها القوي على باقي الدروس، لكنها لم تؤثر على الدروس فقط، إذا

*** أثرت أيضًا على/** " ما يتعب يؤلم أكثر"، إذ فعلاً أثرت على نفسيتي أكثر من أكثرُ مما أثرت على مستواي الدراسي، أوجهت إهتمامي بالبرمجة وقراءة الكتب وكتابتها منذ ما قبل الثانوية، وكنتُ على ثقةٍ بأنني قد أكون يومًا الأفضل، لكنّ الإجتماعيات أبعدتني عنهنّ نهائيًا، إذ من الضروري الإبتعاد عن مثل هذه الملهيات أيام الدراسة و أعمل بهنّ سوى بالعطلة، مع ذلك، بعدها أكثرتُ من قراءة الكتب وكتابتها وتصميمها، ولكن الوقت، فكما يُقال، " إن لم تقطعه قطعك "، إحدى أعمال فريقنا أستغرقت أكثر من سنة رغم بساطتها، ففعلاً التشتت وكثرة الواجبات والإهتمامات يقلل الكفاءة في العمل، مع ذلك، لم أفكر يومًا بإستغلال العطلة لدراسة الإجتماعيات، ولكنها ظلّت عنصرًا أسودًا ساهمَ بتعثري بتلك السُبل، والحمدلله للهِ تعالى على كل حال.

*** رسالةٌ ستغيرني[٢] /** في الخامس عشر من الشهر الرابع، ٢٠٢٣، بدأت نهايات السنة الدراسية، ونحن جماعةٌ من درنا حول المدرسة للحصول على تواقيعٍ من المدرّسين، وأحد المدرسين، هوّ المرشد التربوي، أ.عمار، كتب لنا نصًّا أفكر بهِ وعلِق بأعماق رأسي منذ ذاك اليوم، قال: " طريقُ النجاح ليس سهلاً ومتعته تكمُن بصعوبتِه "، وكتبَ معها عدةَ أسطرٍ في ورقةٍ وأهدانا أياها لأعلّقها بغرفتي وأقرأها كلّما أفقد الشغف، وكانت فعلاً تحفزني، كوني من أكثر عشاق المتعة التي تكمُن بالصعوبة، وهذا ما يجبُ أن يظهرَ إهتمامي بالإجتماعيات، كانت برفقة رسالةِ الأستاذ عمار، رسالةٌ من أ.عبدالخالق الحلي[٣]، التي تضمنت نصًّا شعريًا كذلك، وكلاهما برفقة كلماتٍ من أساتذةٍ أخرى هنّ كفيلاتٌ لإعادة شحن طاقتي ومعنوياتي[٤]، فلمَ أختارني بالذاتِ أنا، إنما هوّ حبٌ بيَ يجب أن أستغلّه لأبذل جهدًا يناسب ذاك الحُب.

*** عامٌ دراسيٌ جديد /** في الأول من إكتوبر ٢٠٢٣، دقَّ الجرس الذي لم نسمعه منذ خمسة أشهر، وقتُ الدرس، أولُ درسِ إجتماعيات تناقشنا بهِ وسجلنا بهِ أولى واجباتنا التي كانت حوالَي صفحتين ليسَ إلا، وعدتُ للمنزل ورسختها بدماغي لتلحقَ أخواتِها، إذ أول عشر واجبات تقريبًا رسختها بدماغي ولم أنساها، ولكن عجبُ العجاب، إختبار الشهر الأول، دخلته وبيدي مئة وكنت واثقًا مِن نفسي ومِن ما بنفسي، ولكن بعد خروجي من الإختبار لم أكن جيّدا بما فيه الكفاية لأحصد المئة، أنه " توتر الورقة "، أحد زملائي وأصدقائي يروي ويقول " عند رؤيتي ورقة الإختبار، أنسى كلّ شيء، كأنني لم أدرس أمس "، وهذا ما حدثَ ليَ حينَها، مع ذلك أجبت بما يضمن لي درجةً +٨٥ بلا شك، وبعدها بأسبوعٍ تقريبًا. تباتُ الصدمةُ صدمتان، درجتي كانت ((٧٠٪))، ١٢ درجة ناقصة من الخريطة[٥]، و٧

من سؤال أعرفُ حلّه، لكني تخطيتُهُ بالخطأ خلال الأجابة، وبسببِ ضيقِ الوقت لم أعد لأراجعه وبالتالي خسرتُه، مع ذلك " خيرها بغيرها ". وسأنظفها بالشهر الثاني..

* **أوسختها /** الشهر الثاني.. ((٨٠٪))، مع ذلك مستواي بباقي الدروس أنخفض بشكلٍ كبير، إذ كانت الإجتماعيات تقريبًا المادة الوحيدة التي رفعتُ درجتي بها، حتى اليومي، آخر إهتماماتي كانت الدراسة بوقتها، إذ سبقت الإختبارات إحباطٌ كبير كما تلاها آخر، ولا سيما أنها لا تتعدل كالشهر الأول، ربما إختبارات الشهر الثالث٦ كانت المنقذة، لولاها لرأينا كورثًا بشهادةِ النتيجة، على أيّ حال، لم يكن لي الحق بإختبار الشهر الثالث خصوصًا، وبالتالي معدلُ الفصل الأول لمادة الإجتماعيات باتَ الأقلُّ بشهادتي، ٨٠٪، وحسب ما سمعت

أثناء إذاعة المعدلات أنهُ أحد أقل المعدلات بالصف، لكن هذه المرة أوعدُ نفسي أن نصفَ السنةِ ستكون أفضل.

* ليت الزمانُ يعودُ/

من طلبَ العلى سهرَ الليالي فيكتبُ القلم هنا والدمع غالي.
فالليل قد حلّ وما زلتُ أبكي والجرحُ ينزفُ والدمُ لا يبالي.
إن حلَّ الغدُ فهل سوف أنجح؟ هل سوف أشرحُ ما ببالي؟
أبكي أقومُ ليت اليومَ أمسٌ ليتَ بيدنا نعيد تلك الليالي.
نتمنى العلمَ سهلاً لندرسهُ لَمَا بكيت وجهلٌ هناكَ يسودُ.
أبكي أقولُ ليتَ اليومَ أمسٌ أن بيدنا فليتَ الزمانُ يعودُ.

الشعر أنا كتبته :)[٧]

ليتني أعودُ لأغيرَ درجاتي.. ففعلاً أمرٌ محزن.. هنا بدأ العقل بالعمل بمكانهِ الصحيح، إذ أستغليت وقت الندم بالدراسة

والمراجعة، فترة المراجعة ٥ أيام ثمّ أول أختبار نصف السنة هوّ الإجتماعيات، وخمس أيامٍ كافيةٌ للمراجعة، لعلَّ وعسى.

* **لعنة السبعون /** مرتان أو ثلاث من أصل سبع إختبارات كانت درجتي بالضبط ٧٠٪، على الحافة، هيّ أقل درجةٍ لدي ولم تنخفض عن الـ٧٠ درجتي في صرحِ المبدعين، وأخشى أن يحدثَ ذلك، إذ لا يليقُ بطالبِ متميزين أن تنزل درجاته عن السبعون، ومعَ علمِ مستوايِ المنخفض بمادةِ الإجتماعيات، إلا أنَّ السبعون كانت أقلَّ درجاتي، لطالما كانت صدفةً منقذةً.

* **مئة ؟! /** في بدايات العام ٢٠٢٤، مسكتُ القلم كما أمسكه الآن، وبدأتُ أكتبُ أهدافي لعام ٢٠٢٤^، والنص أحتوى على " سابعًا : مئة بالإجتماعيات.. لا بدّ من فكِّ العقدة مهما تعمقنا الدقة "، أن كلّ ما أصبح الخيطُ أرفع، كل ما صار أصعب بفك

عُقده، وإن مثّلنا بالإجتماعيات بالنسبة لي ستكون كالعقدة والخيطِ شديد الرفوعة، ولكنها تفكُ بأيِّ حالٍ بتعمقنا الدقة، ولا بد من أن أفكَّ العقدةَ حتى ولو بعدَ حين.

*** دموعُكَ غالية../** في الشهر الأول / الفصل الأول / الصف الأول، بعد إستلامي الدرجة، لم أُصدق ما أراه وبدأت عيوني تدفع الدموع، ليلتفت أليّ أحدُ أصدقائي[٩] قائلًا، " دموعُك غالية"، وبعدها بعامٍ كامل، في الشهر الأول/ الفصل الأول/ الصف الثاني، صُدمتُ بدرجتي صدمةً كبيرةً وما بعدَ الصدمةِ شعرتُ بتبلل وجنتيّ، رُبما كانت لا أرادية، فهي أحيانًا تكون خارج نطاق التحكم، وذاته من واساني تلك المرة، أتاني قائلًا " دموعُكَ غالية "، هل فعلاً دموعي بذاك الرخص، لأذرفها بتلك السرعة؟، هل فعلاً البكاء يجلب العاطفة، وما غرضُ العاطفة مقارنةً بالهَيبة، بكلِ ثقة، البُكاء أمرٌ يدلُّ على

الضعفِ وليسَ جاذبًا للأنظار، وكلُّ ما أحزن، أتذكرُ كلمةَ ذاك الصديق، وأقوّي نفسي.

* **نصيحةٌ لعلَّ وعسى../** لا بدَّ من أنني اليوم ذو أهلةٍ لأحضى بشرفِ تقديم نصيحةٍ لكلِ طالبٍ مع الإجتماعيات.

١- اليومي، فاليومي دومًا أهمُّ من الشهري، أحفظ يوميًا جيّدًا.

٢- جزِّئها، أحفظ بطريقة الخُمس، أول فقرةٍ رددها خمس، ثم الثانية خمس، ثم الأولى والثانية خمسًا وهكذا...[١١]

٣- أجعلها من أجزاء يومك، قرتب يومكَ على أساس أن يكون تُسعهُ إجتماعيات، حوالي ساعتان.

٤- لا تيأس، مهما فشلت حاول وسوف تنجح يومًا ما حتمًا.

٥- إفهم ثم أحفظ نصًا ولا تعتمد على الفهم فقط أو تكتفي بالحفظ.

* **وتمهَّل../** " لا تتعجّل وتمهَّل فالقادمُ أحلى ✨ " [١٢].

بعض لحظات الحماس تكون مبالغ بها، وبعض لحظات نفاذ الصبر مع الحماس تُغضب، وأتعهد بوقتها بالإستسلام، وقوّتي تقويني لأجتهد، فعلاً هي حربٌ نفسية، اليوم، أتخذُ قراراتي بهدوء، وأوجهها لكلِ قارئٍ كريم، ولا سيما المراهقين، الطاقةُ لديك غير مستقرة، أنتظر ثمّ فكر، ثم أتخدم القرار، لا بدَّ من أن التسرعَ دومًا خاطئ، فالعجلة.. من الشيطان.

* **ساعدَني../** أ.جعفر صاحب مدرس الإجتماعيات، فعلاً شرحهُ كان رائعًا وتصحيحهُ يرضي الله ثم يرضينا، وربما لرأيتُ الرسوب لو كنتُ أدرس تحتَ يدِ مدرسٍ آخر، شكرًا أ.جعفر. أ.حسين عباس مدرس الإجتماعيات، الشرح، الملخصات، الرسومات التي ينشرها بقناة المدرسة، تدفع حافزاً قويًّا بغضِ النظرِ عن كونهِ صديقًا لكلِّ الطلاب، شكرًا أ.حسين.

والدي دومًا يبحثُ ليَ عن دروسٍ وملازمٍ وسبلٍ أبسط لفكِّ العقدة، شكرًا "بابا".

والدتي دومًا تدرسني وتشرح لي ما لا أفهم، شكرًا "ماما".

أصدقائي دومًا يكونونَ دافعًا معنويّاً لي، شكرًا لهم، وشكرًا "مصطفى نِهاد" خصيصًا[١٣] ، شكرًا لكلِ من ساهمَ ولكلِ من قرأ.

* **سأقف؟!../** بالضبطِ نصفُ الطريقِ أتممته، ولا يزالُ أمامي نصفًا آخرًا، المئة لا تزال من أهدافي ولن أتوقفَ بالسعيِ وراءها، ولن أدعَ الإجتماعيات تغيّر نظرة الناسِ عني وعن مستواي العلمي، ولا بدَّ للقيدِ أن ينكسر، لا بدَّ أن النجاح قادم، لن أقفَ بالسعيِ وراءَ هدفي، ولن أتوقفَ ببذلِ الجهد، الجهد الذي أؤمن بكوني أبذل أضعاف ما يبذله باقي الطلاب، بكونها عقدة، مع ذلك، سأستمرُ فلا جهدَ يضيع، ولا بدَّ أن أكون على خطأٍ في مكانٍ ما، كذلك، لم يخلق الباري ذاك الطالب بعقلان، وحتى

أن كانت عقدة، فلا بد أن تفك، ومهما كان الطريقُ بعيدًا، ومهما وقفت فسأعود وأتحرك إلى أن أصل.

ختامُهُ مسكٌ

قبل أيامٍ من إتمامي كتابة هذا الكتاب البسيط، دُعيت للمدرسةِ لأستلام شهادةِ درجات نصف السنة، التي كانت مليئةً بالمفاجئات، وكلّها صادمة، إلا أنّ أكثرها صدمةً هيّ الإجتماعيات، ٩٥٪، ففعلاً كانت مسكُ الختام، وفعلاً أسعدتني وحفزتني على إتمام الكتاب، وفعلاً بتتُ أشعر بأن العقدةَ قريبةٌ للفك، وما هيَ ببعيدة، اللهم أجعلها بدايةً لعالمٍ مليءٍ بالنجاحات والإبداعات، أتمنى أن لم يكن الأمر يستوجبُ حربًا نفسية، أتمنى أن أرى نفسي إنسانًا أفضل بالمستقبل، لا

سيما مع الإجتماعيات، اللهم آمين، شكرًا لكلِّ من وصلَ هُنا، شكرًا لكَ ♥ .

هُنا أنتَهى مِشوار سنةٍ ونِصف، وَلا تزالُ أمامُنا سنةٌ ونصفٌ أيضًا.

مباحثُ الحرب

عن كتاب حربٌ نفسية

هُنا ستجدُ معلوماتٍ وأسرارٍ عن إعدادِ هذا الكتاب.

*** إعداد الكتاب../** أُعدَّ الكتاب خلال حوالي ٢٣ يوم ولا يزال العمل عليه جاريًا، وبالتحديد من يوم ٢٠٢٤/١/١٧ إلى اليوم ٢٠٢٤/٢/٩، وقسِّم كالتالي :

١- طرح الفكرة وكتابة العنواين الأساسية (٥ أيام)

٢- كتابة المواضيع.. (١٧ يوم).

٣- التصميم وطباعة النصوص (٩ أيام ولا يزال العمل).

٤- التدقيق اللغوي والفني (لا يزال).

٥- الطبع والنشر (لا يزال).

*** أسرار الكتاب/** تجدُ أرقامًا صغيرةً فوقَ بعضِ الكلمات، هُنا تفسيرٌ للكلمات تحتَ تلك الأرقام.

١- الرقم واحد، صفحة ١٠، " القناة التي أعددتُها لتكونَ مرجعَ الطالب"، أنها قناة Skills، أعددتُها مع فريقٍ لننشر بها كُل الواجبات التي بحوزتنا نحنُ الطلاب، وملخصاتٌ وأسئلةٌ للإختبارات، وأنا كنتُ المالك لذلك كنتُ أحاول أن أنشرَ بها الكثير، وبالتالي أخذت الكثيرَ من وقتي.

٢- الرقم إثنان، صفحة ١٦، " رسالةٌ من أ.عمار "، الرسالة كانت كالتالي :

" طريقُ النجاح ليسَ سهلاً ومتعتهُ تكمنُ بصعوبته، ومن جدّ وجد، ومن زرعَ حصد، هنيئًا لكم أولادي ولعوائلكم الكريمة التي سهرت وتابعت وأجتهدت على حساب وقتها وصحتها من أجلكم. وأنتم بدوركم أثلجتم صدورهم وآفرحتم قلوبهم بنتائجكم الباهر... أتمنى لكم

عطلةً صيفيةً سعيدة. ننتظركم إن شاء الله في العام القادم في الصف الثاني متوسط بإذن الله وتوفيقه.

المرشد التربوي، عمار علي كاظم، يوم الخميس، ٢٠٢٣/٤/٢٧ ".

٣- رقم ثلاثة، صفحة ١٦، " كلمةٌ من أ.عبدالخالق"، الرسالة كانت كالتالي :

" أيها الصافي قلبًا وخلقا، ملكت القلبَ والروح حينَ كانت خطواتك الأولى تتخطى في صرح المبدعين.

ورحت تترنم أنشودةُ وائليةً.

أني فخورٌ وائلي.. الكل تبغي وائلي

ستأتي السنة القادمة واللهُ يبعثُ فيكَ الأمل والأبداع، سنلتقي مرةً أخرى والحبُ والفكرُ والأخلاق تحدو بيننا، إلى مستقبلٍ زاخرٍ بالإبداع.

أ.عبدالخالق الحلي ٢٠٢٣/٤/٢٧ ".

٤- رقم ٤، صفحة ١٦، " كلماتٌ من أساتذةٍ أخرى"، كانت عبارةٌ من أ.حسين عباس مدرس الإجتماعيات، بوقتها لم نعلم أنهُ سيدرّسنا الإجتماعيات العام المقبل، ومع ذلك، كتبَ لنا عبارةً رائعةً رغم قصرها، كانت

" أعزاء وتبقون.. ** رسم وردة **

أ.حسين عباس / الإجتماعيات ".

٥- رقم خمسة، صفحة ١٧، " ١٢ درجة ناقصة من رسم الخريطة "، هيَ خريطة العالم العربي مع بعض التأشيرات، السؤال الذي كنتُ أعرفهُ ولكني تخطيتهُ خلال الحل، هوّ بالمقارنة بين نهر دجلة ونهر النيل، إذا تخطيتُ " طول كل نهر "، وفقدتُ بها ٤ درجات، وثلاث درجات لسؤال آخر لا أتذكرهُ بالضبط.

٦- رقم ٦، صفحة ١٨، " الشهر الثالث "، في هذا العام الدراسي بالذات، أقرّت إدارة العمل الجماعي بثانوية صرح المبدعين، "الوائلي للمتميزين"، أنّ كلَّ المواد تتضمن إختباراً للشهر الثالث، بالنسبة للإجتماعيات، كان ذاتهُ مادة الشهر الثاني، وكان يشمل أي طالبٍ درجتهُ بالشهر الثاني تحت الخمس وسبعون، وبالتالي لم أكن مشمولاً بالإختبار على الرغمِ من قلّةِ درجاتي، لكن شُملت بإختبار الشهر الثالث ببعض المواد، منها الفيزياء التي رفعتُ بها درجتي من الـ٧٩ إلى الـ٩٣، وبالتالي باتَ معدلي للفصل الأول بالفيزياء ٩٦ بفضل إختبارات الشهر الثالث، وللعلمِ كانت الفيزياء أقل درجةِ مادةٍ علمية لدي، ورفعتها بمئةٍ بنصف السنة.

٧- رقم سبعة، صفحة ١٩، "الشعر أنا كتبته :)"، فعلاً لديّ ماضٍ مع كتابة الأشعار وكنتُ أُبدعُ بها، مع ذلك

توقفتُ عن كتاب الأشعار وذلكَ لعدم وجود الدفعات المعنوية وكذلك قلّة الرغبة، ومعَ ذلك فأثناء جلوسي وكتابة الموضوع تذكرت الموقف الذي كنتُ أدرسُ بهِ إختبار الشهر الثاني وكتبتُ على أساسهِ الشعر المدرج، كان الموقفُ مروّعًا وفعلاً كنتُ أتمنى أن يرجعَ بيَ الزمن.

الموقف كان: ((كانت الساعة ٩:٠٠ ليلاً ولم يتبقى سوى ساعاتٍ قليلةٍ للنوم، وأنا تبقى لي الكثير من المادة، وبالتالي هذا ما يعني أنني يجبُ أن أسهَرَ مجددًا، تذكرتُ بوقتها المثل الذي على أساسهُ كتبتُ صدرَ البيتِ الأول " من طلبَ العلى سهرَ الليالي "، وبوقتها فقدتُ الأمل وبكيتُ من فقدانِه، وأثناء بكائي جُرحتُ بإصبعِ قدمي لينزفَ دمًا، وكتبت بهِ " والجرحُ ينزفُ والدمُ لا يبالي "، أستطعتُ بهذا الشعر التعبير عن الموقف بصورة رائعة))، وفعلاً أبدعتُ بهِ، وكانَ من أجملِ ما كتبت.

٨- رقم ثمانية، صفحة ٢٠، " أهدافي عام ٢٠٢٤ "، من ضمنِ الأهداف، وهوّ الهدفُ التاسع، تضمن إتمام ونشر كتابًا بإسم " حرب نفسية "، وها أنا الآن أخطو لأحققه.

٩- رقم تسعة، صفحة ٢١، أنهُ الطالب " الحسين ولاء لؤي "، الصديقُ الذي فعلاً نراهُ وقت الضيق، اللهم أدمهُ لي.

١٠- رقم عشرة، صفحة ٩، " وعدلها بمئةٍ بالشهر الثاني "، هو الصديق " ياسر مضر خضر ".

١١- رقم ١١، صفحة ٢٢، " أحفظ بطريقة الخمس..."، الطريقة مقتبسة من الحافظ " أحمد حيدر صالح "، حافظ القرآن الذي يحفظُ اليوم القرآن كاملاً، وفعلاً الطريقة أفادتني بحفظ ومراجعة المادة لأختبار نصف

السنة وأظهرَت نتيجة لا بأسَ بها، وبأي حال كانت نتيجةً أفضل من النتائج التي سبقتها.

١٢- رقم ١٢، صفحة ٢٣، " لا تتعجل وتمهل فالقادم أحلى "، هوَ بيتٌ من شارة المقدمة لكارتون " توم سوير".

١٣- رقم ١٣، صفحة ٢٤، "شكرًا مصطفى نِهاد خصيصًا"، وذلكَ لأنهُ أكبرُ دافعٍ معنويٍ وأكثر من يزيل الإحباط.

*** مصادرٌ و إقتباسات /** دفترُ يومياتي، كان مصدرًا كتبتُ منهُ المعلومات المذكورة، كتاب " فاتتني صلاة"، كتابٌ للمؤلف " إسلام جمال "، وكذلك كتاب " ختامهُ

مسك " الخاص بالعتبة الحسينية المقدسة، كتاب " سيرة الرسول الأعظم وَآلهِ ﷺ في نهج البلاغة "، أقتبستُ منهنّ بعضَ الأفكار والتصاميم، النسخة الملونة من الكتاب، أستخدمتُ موقع coolors.co للألوان.

*** أسبابٌ /** من الأسباب التي حفزتني لتأليف الكتاب، هوَ عدم وجودي ضمنَ المنافسة، أ.حسين عباس مدرس الإجتماعيات، يُصدمُ دائمًا حينما يرى درجتي، لن يعلمَ الأستاذ درجاتي بباقي المواد ولن يعلمَ أنني أبذلُ أضعاف الجهد، ولن يعلم أنها عُقدة، وسأُهدي هذا الكتاب للأستاذ لكي يعلمَ ما يحدُث، كذلك، أحزنُ حينما أرى الطلابَ يتنافسون ويتناقشون مع الأستاذ وأنا بعيدٌ عنهم ولا أعلمُ ما يحدُث، فأنا أعشقُ الصعوبةَ والتحدي، كنتُ أتمنى

ليعلمَ أصدقائي أنني من المتميزين، لكن الإجتماعيات أبعدتني عن الكثيرِ من أحلامي.

* **البرامج والأقلام /** كتبتُ هذا الكتاب بالقلمِ على الورقة، وجمعتُ كل المواضيع بـ١٢ صفحةٍ بدفتري، أستغليتُ فترة ما قبلِ النوم والإختبارات وأيّ وقتٍ لا يسمحُ لي به بإستخدام الحاسوب، أستغليتُهُ بكتابةِ المواضيع، وببداية عطلةِ منتصف العام، بدأتُ بالتصميم، غلاف الكتاب، الخلفية صورةٌ لي، أضفتُ لها الـ Blur Effect بإستخدام برنامج Canva ثمَّ الـNoise effect بإستخدام برنامج Adobe Photoshop، ثمّ النصوص والدّوال بإستخدام برنامج .Microsoft word doc بخط Calibri وكذلك Aldhabi، وحولته إلى صيغة الكتاب الرقم PDF بإستخدام برنامج HiPDF وقرأتهُ بإستخدام

Sumatra PDF للتدقيق اللغوي والفني، ونشرتهُ على مكاتب رقمية مختلفة منها موقع الكتاب، الموقع الذي أُعد للكتاب هذا خصيصًا، وكذلك على مكتبة نور، وطُبعَ بدارِ طباعةٍ خاصة.

* **شُكرًا /** من المتعارف عليه إدراج فقرة " الإهداء " في بداية الكتاب، لكن إسمحواْ لي أن أجعلها في خاتمة الكتاب من باب التغيير.

شُكرًا لمن وفقني وأعطاني الصبرَ والإبداع، شكرًا ربّي.
شُكرًا لمن تعبَ من أجلي ووفرَ ليَ ما عملتُ به، شكرًا أبي.
شُكرًا لمن تُفرحُ إبتسامتُها قلبي، شُكرًا أمي.
شُكرًا لمن يؤنسي ويلعبُ معي، شكرًا أخواني أخواتي.
شُكرًا لمن درّسني وعلمني، شكرًا مدرّسيني ومعلميني.
شُكرًا لمن يدرسُ معي ويحفزُني، شكرًا أصدقائي.
شُكرًا لمن يقرأُ الكتابَ الآن، شكرًا لك.

الخاتمة

إلى هُنا نُنهي الكلام عن روايتي تلك، أتمنى أني قد كُنت أبدعتُ بما فيه الكفاية، وأني قد بذلتُ بصدقٍ كلّ جهدي لينالَ الكتابُ هذا إعجابُكم، أتمنى أن تكون الأيام القادمة أسهل، أتمنى أني قد سهلتُ على من يعاني من ذاتِ مشكلتي، شُكرًا للجميع.

شركاء النجاح للكاتب

أ.حمزة الخالدي / مدرس الحاسوب 💖 .
أ.دانيا رياح، أحدى صناع المحتوى العراقيين.
أ.محمد سعداوي مُهندس برمجيات ومُدير مجتمعات برمجية.
والمزيد..

المحتويات

المقدمة _____ ٣
البداية _____ ٤
ماضٍ مؤلم _____ ٤
أولُ مرة _____ ٦
يومٌ بعدَ شهر _____ ٧
صميم الأمل _____ ٨
فكيفَ هوَ _____ ٩
فرحةٌ أخيرًا _____ ١٠
راح الشغف مجددًا _____ ١١
سأعودُ وبقوة _____ ١٢
عدنا والعود أحمد _____ ١٢
باقي الدروس _____ ١٣
أثرت أيضًا على _____ ١٥

رسالةُ ستغيرني _____ ١٦
عامٌ دراسيٌ جديد _____ ١٧
أوسختُها _____ ١٨
ليتَ الزمانُ يعودُ _____ ١٩
لعنة السبعون _____ ٢٠
مئة ؟! _____ ٢٠
دموعك غالية.. _____ ٢١
نصيحةٌ لعلّ وعسى _____ ٢٢
وتمهّل _____ ٢٣
ساعدَني _____ ٢٣
سأقف ؟! _____ ٢٤
ختامهُ مسك _____ ٢٥
مباحثُ الحرب.
إعداد الكتاب _____ ٢٧
أسرار الكتاب _____ ٢٨

مصادر وإقتباسات _____ ٣٤
أسباب _____ ٣٥
البرامج والأقلام _____ ٣٦
شُكرًا _____ ٣٧
الخاتمة _____ ٣٨
المحتويات _____ ٣٩

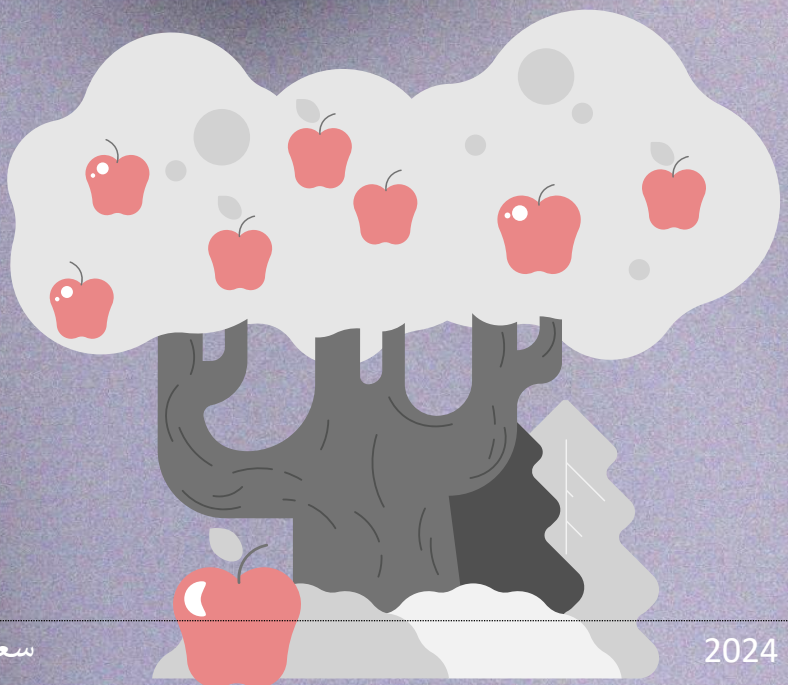
تمَّ بحمدِ الله تعالى

في هذا الكتاب

قد وجدت ملخصًا لقصتي وروايتي مع حربٍ نفسيةٍ حقيقية في ٤١ صفحة مليئة بالكلام المشوِّق والمؤنس، أتمنى أنّي قد وفِّقتُ لروايتِها بشكلٍ ممتاز، أتمنى أني قد كنتُ عندَ حسنِ ظنِّكُم.

النسخة : الرمادية

الطبعة : الأولى



جميع الحقوق محفوظة © 2024

سعر النسخة : ألف دينار عراقي