بيني وبينكم

مجرد وظيفة

صحيح انها مجرد وظيفة في دائرة حكومية بنظام العقود وبراتب جيد وقد تحصل عليها اية خريجة اخرى لكنها لم تكن بالنسبة اليها مجرد وظيفة ...كانت منقذها وخلاصها من حياة خاوية عاشتها بعد التخرج وحياة بائسة عاشتها بعد الزواج حين اختار لها اهلها زوجا يعيش على قوت يومه ويدفع ايجار منزل الزوجية وحين يطرأ أي شيء يعطل عمله كالظروف الأمنية مثلا ،يعيش هو واياها على الكفاف .

منذ زواجها ، حاولت أن تجد وظيفة تناسب تخصصها أو لاتناسبه فالمهم ان تحصل على وظيفة جيدة تساعد بها زوجها لكنه كان يرفض في كل مرة بحجة تفرغها للبيت والطفل القادم .لم يسمح لها اصلا بالبحث عن وظيفة عن طريق اشقائها أو اقربائها ، وفسر لها أحد اشقائها ذلك بقوله ان زوجها يخشى ان تحصل على وظيفة فتبدأ بالتكبر وتذكيره بمساعدتها له خاصة وانه لم يكن حاملا لشهادة تعادل شهادتها الجامعية بل أقل بكثير.

*عدوية الهلالي

منذ زواجها ، حاولت أن تجد وظيفة تناسب تخصصها أو لاتناسبه فالمهم ان تحصل على وظيفة جيدة تساعد بها زوجها لكنه كان يرفض في كل مرة بحجة تفرغها للبيت والطفل القادم .

هنا انكفأت على نفسها ورضيت بقدرها وبشقائها معه وكفت عن البحث عن وظيفة وانجبت له الطفل المنتظر ليزداد البؤس بؤسا والشقاء شقاءا حتى انها اضطرت الى طلب المعونة من أهلها عدة مرات مما أدى الى خلق مشاكل كبيرة بينها وبين زوجها الذي يكابر لدرجة رفضه أية مساعدة منها ومن اهلها ...في النهاية ، قادها خلاف شديد بينهما الى العودة الى اهلها وطلب الطلاق وخلال ذلك حصل لها شقيقها على وظيفة جيدة براتب افضل مما كانت تحلم به فبدأت بتنظيم حياتها وفق ذلك وجمعت راتبها لأشهر وباعت مصوغاتها الذهبية لتشتري قطعة ارض صغيرة ثم اشتركت في سلفة وساعدها اشقائها لتبني بيتا صغيرا عليها وبدأت تستدين من أقربائها ومعارفها لتكمله ، وفي النهاية ، طلبت من والدها اعادتها الى زوجها لأنها ستقدم له اخيرا مايثبت وقوفها الى جانبه دون تكبر أو تقليل من شأنه وبتدخل المحيطين بها رحب الزوج بها وأسعده تراجعها عن طلب الطلاق وأسعده أكثر انتقالهم الى منزلهم وبدأ يسعى بدوره لتطوير عمله والأجتهاد فيه لمساعدتها على سداد ديون المنزل وليثبت لها ايضا انه سندها الحقيقي ...

هل الزواج عائق امام الطموح العلمي للمرأة؟

لقد ساد في المجتمعات العربية قديما ان المراة خلقت للبيت ورعاية الابناء والاهتمام بالزوج لذا اخذ الاباء في تزويج بناتهم مبكرا متجاهلين اهمية تعليمها وتثقيفها اما في الوقت الحاضر فقد اهتمت الاسرة بثقافة الفتاة مما ادى الى تاخير زواجها . السؤال الذي يطرح نفسه هل يكون الزواج عائقا لاستمرار الفتاة في تعليمها ونيلها الدرجات العليا ام لا؟ وكيف لها ان تحقق ذلك وما مدى دعم الزوج في ذلك وما هي اهمية تعليم الزوجة وتثقيفها على حياة الاسرة والابناء في هذا التحقيق نماذج رائعة لزوجات استكملن تعليمهن بعد الزواج :

البداية كانت مع "\سهى سليم "\ ماجستير في التربية النفسية حدثتنا عن رحلتها العلمية بعد الزواج قائلة : انني حصلت على شهادة الدبلوم وبعد ذلك عملت بمؤهلي لمدة ١٤ عاماً تزوجت خلال هذة الفترة وسافرنا انا وزوجي للعمل وبعد رجوعنا الى البلاد قبل ٨ سنوات وعندما دعتني ظروف طارئة اضطررت خلالها لترك العمل والجلوس مع اولادي لعدة سنوات ولما انقضت الظروف التي مررت بها احببت ان اكمل دراستي بعد الدبلوم ووافق زوجي والحمد لله حصلت على شهادة البكلوريوس في الاختصاص نفسه وكان هذا بفضل زوجي وما بيننا من تفاهم وتعاون وهكذا بمقدور كل زوجة ان تتعلم وتتثقف بعد الزواج وان ترتب احتياجاتها حسب الاولويات وخاصة ان رأت المراة ان باكمال دراستها سيكون الهدف جميلاً يساعدها ويساعد اولادها ويخدم مجتمعها وكم يكون اجمل وهي تلقى دعما كبيرا من زوجها والذي يساعدها على وضع برنامج جيد لتعليمها وتثقيفها بحيث لايؤثر على علاقتهما الزوجية كما كان لنا هذا اللقاء مع الاخت (فردوس كمال) اذ حدثتنا قائلة:

تزوجت وعمري ٢٠ عاماً ووقتها قد اكملت فقط الدراسة الاعدادية لكن بعدها كان لزوجي دورا مهما وفضلاً كبيراً في اكمال دراستي فمنذ البداية كنا متفقين على انه عندما ياتي الوقت المناسب لي سوف اكمل تعليمي الجامعي وبالفعل فقد وفى بوعده وباتفاقنا وكان متعاونا جدا معي واني لم اتخذ قرار اكمال دراستي الابعد ان كبر اولادي واصبحوا لايحتاجون الي في كل شي ومع ذلك حرصت في العام الاول لرجوعي الى الجامعة ان اكون دائما في الوقت الذي يكون فيه زوجي واولادي باليبت ويقتصر ذهابي الى الجامعة على الوقت الذي يكونون فيه خارج المنزل وعلى الرغم من تعاون زوجي معي الا انني كنت احرص على ان لا اضايقه بكثرة غيابي عن المنزل وانصح كل زوجة تحاول اكمال دراستها ان لا يكون هذا الامر مؤثراً على علاقتها بزوجها وابنائها وان لايكون على حساب راحة اسرتها واسقرارها بل تكون دراستها سببا في التواصل بينهما وبين زوجها واولادها .

واضافت الاخت سميرة محمد قائلة: انني اكملت مسيرتي التعليمية بعد سبعة سنوات من الزواج وعندما كان هناك دافع قوي يدفعني لدراسة علم الاحياء واخذ شهادة البكلوريوس وبفضل من الله ومساعدة زوجي الذي قدم لي الكثير من اجل اكمال دراستي اذ كان لايبخل علي بالجهد او المال و استطعت تحقيق حلمي وطموحي وحصلت على شهادة البكلوريوس في علم الاحياء واحب ان اذكر شيئاً لطيفاً كانت دائما امتحاناتي تتوافق مع امتحانات اولادي وما كان من زوجي الا ان يعطل عن العمل من اجلي لكي لا انشغل بمشاغل البيت والاولاد وظل هذا الحال حتى حصلت على نتيجة الامتحان كما اود ان اذكر على الرغم من انني اصبحت اعلى من زوجي تعليميا الا ان ذلك لم يؤثر على علاقتي به بل كان هو يدفعني ويشجعني ويدعمني لاكمال دراستي.

وفي هذا الصدد التقينا باستاذ ة علم الاجتماع د. عبير محمد التي قالت: على كل زوجة ان تستثمر وقتها وتستفيد منه لكي تكون انسانة متعلمة او مثقفة حتى لو لم تسمح لها الظروف لاكمال دراستها يكون ذلك من داخل بيتها فهنالك وسائل كثيرة للتثقيف وان لاتدع اي عائق يؤثر عليها بل تتخطاه بان يكون لها ارادة وعزيمة وهدف لكي تصبح امراة مثقفة ومتحضرة فاذا حددت الزوجة هدفها فسوف تحققه وعلى كل زوجة تحب ان تتعلم ان تنظم وقتها بين بيتها وتعليمها وان لم تستطيع ان تكمل تعليمها فلا بأس ان تتثقف في بيتها.

وحدثتنا الاخت رجاء المعموري قائلة : قد تواجه المراة قبل الزواج بعض الظروف التي لاتسمح لها باكمال الدراسة والحصول على الشهادة والتعليم لكن بعد الزواج وخاصة اذا كان الزوج متفهماً للثقافة والمعرفة وضرورة تثقيف المراة الذي هو حاجة ضرورية وقد تكون ثانوية في تربية الاولاد والمساعدة في تدبير امور الحياة فلا باس عليها ان تكمل تعليمها تحت ظل رعاية هذا الزوج الذي حتما سيقدم لها كل الامكانات والوسائل من اجل ان تاخذ حصتها في العلم و بالتالي سيعود هذا الشى بالفائدة والمردود الايجابي على عائلته فمن جهة ستتعلم زوجته اصول التربية الصحيحة وبشكل علمي وتربوي سليم ومن جهة اخرى قد تحصل الزوجة على شهادة تمكنها من ان تجد لها مكانة وظيفية ما خصوصا ونحن في وضع يمر به البلد احوج ما تكون به المراة يد ثانية لمساعدة زوجها في بناء الاسرة والبيت العائلي .

صحة الأسرة :

تدخين الحامل مسؤول عن انقطاع المشيمة المفاجئ

نيويورك / وكالات

قال تقرير نشر في الدورية الأمريكية لعلم الأوبئة إن التدخين أثناء الحمل مرتبط بزيادة خطر الإصابة بانقطاع المشيمة المفاجئ وهي إصابة تهدد حياة الأم والجنين معا.

وفي حالة الانقطاع المفاجئ فإن المشيمة تنفصل عن جدار الرحم قبل الولادة مما يتسبب في نزيف حاد. وبناء على درجة الانفصال فإن ما يصل إلى ٤٠ ٪ من الأجنة تموت.

وقد بحثت الدكتورة كاندي روبرت وود جونسون في نيوجيرزي بالولايات المتحدة والدكتور سفين سناتينجيوس من معهد كارولينسكا في استوكهولم بالسويد ما إذا كان تأثير التدخين على انقطاع المشيمة مقصورا على الحمل الذي تدخن فيه الأم أو ينتقل تأثيره إلى مرات حمل لاحقة أيضا.

وطبقا لنتائج الدراسة فإن التدخين أثناء الحمل يرفع خطر الانقطاع المفاجئ للمشيمة خلال هذا الحمل ولكن ليس له تأثير يذكر على ما يبدو على خطر الإصابة بذلك خلال مرات الحمل المقبلة .

وبصرف النظر عما إذا كانت الحامل تدخن أو لا فإن الإصابة بانقطاع مفاجئ للمشيمة يزيد بصورة كبيرة خطر الإصابة بانقطاع آخر. فقد ثبت أن الإصابة بانقطاع المشيمة يضاعف خطر الإصابة به ما بين ثلاث وخمس مرات عند غير المدخنات.

تزايد وفيات الأمهات في النجف

النجف / المدى

أفادت دراسة تقدم بها أحد المختصين في مجال الطب الوقائي ان محافظة النجف تعتبر من المناطق ذات المعدلات العالية لوفيات الأمهات في العراق .وذكرت الدراسة ان النجف ومنذ عام ٢٠٠١ تشهد زيادة ملحوظة في معدلات الوفيات بين الأمهات بسبب الحمل والولادة والنفاس ، مشيرة الى ان معدلات الوفيات بين الأمهات بلغت اعلى مراحلها نهاية عام ٢٠٠٥ الذي شهد نسبة ١٣,٢ وفاة لكل عشرة الاف ولادة سالمة ...وتتركز وفيات الأمهات في المناطق الريفية النائية التابعة لمحافظة النجف . وتشير التقارير الصحية في النجف الى ان نسبة ٤٨ في المائة من الأمهات المتوفيات لم يتلقين الرعاية الصحية اللازمة بسبب الاعتماد على القابلات وضعف التوعية والتثقيف الصحي وكذلك ضعف الخدمات المقدمة من قبل المؤسسات الصحية في المناطق النائية ...

رجال آيسلندا ونساء اليابان الأطول عمراً في العالم

طوكيو / وكالات

توقعت احصاءات نشرتها الحكومة اليابانية الخميس ان يصل متوسط العمر المتوقع للفتيات اللائي ولدن في اليابان العام الماضي ٨٥,٥ عام مما يجعلهن الأطول عمرا في العالم.

وقالت وزارة الصحة ان نظراءهن من الذكور سيعيشون أقل بمتوسط عمر متوقع ٧٩ عاما ليحتلوا المركز الثاني عالميا بعد رجال أيسلندا البالغ متوسط أعمارهم المتوقع ٧٩,٤ عام.

وتتصدر نساء اليابان قائمة أطول نساء العالم عمرا منذ ٢٢ عاما الامر الذي عزاه باحثون الى النظام الغذائي الصحي الذي يتبعنه وصلاتهن الاجتماعية القوية وأسباب أخرى .

وقال مسؤول بوزارة الصحة ان تحسين العلاج لأكبر ثالوث قاتل لكبارالسن - أمراض السرطان والقلب والسكتة الدماغية - ساهم في رفع متوسط العمر الى مستويات قياسية .

أضاف التقرير انه بعد اليابانيات تأتي نساء تايوان في المركز الثاني عالميا للنساء الأطول عمرا بمتوسط عمر ٨٤,٦ عام ثم الاسبانيات والسويسريات بمتوسط عمر ٨٣,٩ عام.

وتذكر موسوعة غينيس للارقام القياسية اليابانية يون ميناجاوا (١١٤ عاما) كأطول النساء عمرا في العالم والياباني توميجي تانابي كأطول رجال العالم عمرا على التوالي .

الا ان ارتفاع متوسط العمر المتوقع وندرة الاطفال الرضع في اليابان غذيا مخاوف بشأن كيف سيوفر أكبر مجتمع في العالم من حيث عدد المعمرين التمويل اللازم لمعاشات التقاعد.

شؤون تربوية :

٢٠ طريقة تظهر بها لأولادك أنك تحبهم

١- اقض بعض وقت مع أولادك كل منهم على حدة، سواء أن تتناول مع أحدهم وجبة الغذاء خارج البيت أو تمارس رياضة المشي مع آخر، أو مجرد الخروج معهم كل على حدة، المهم أن تشعرهم بأنك تقدر كل واحد فيهم بينك وبينه دون تدخل من إخوته الآخرين أو جمعهم في كلمة واحدة حيث يتنافس كل واحد فيهم أمامك على الفوز باللقب ويظل دائما هناك من يتخلف وينطوي دون أن تشعر به.

٢- ابن داخلهم ثقتهم بنفسهم بتشجيعك لهم وتقديرك لمجهوداتهم التي يبذلونها وليس فقط تقدير النتائج كما يفعل معظمنا.

٣- احتفل بإنجازات اليوم، فمثلا أقم مأدبة غداء خاصة لأن ابنك فلان فقد سنته اليوم ، أو لأن آخر اشترك في فريق كرة القدم بالمدرسة أو لأن الثالث حصل على درجة جيدة في الامتحان، وذلك حتى يشعر كل منهم أنك مهتم به وبأحداث حياته، ولا تفعل ذلك مع واحد منهم فقط حتى لو كان الآخر لا يمر بأحداث خاصة ابحث في حياته وبالتأكيد سوف تجد أي شئ، وتذكر أن ما تفعله شئ رمزي وتصرف على هذا الأساس حتى لا تثير الغيرة بين أبناءك فيتنافسوا عليك ثم تصبح بينهم العداوة بدلا من أن يتحابوا ويشاركوا بعضهم البعض.

٤- علم أولادك التفكير الإيجابي بأن تكون إيجابيا، فمثلا بدل من أن تعاتب ابنك لأنه رجع من مدرسته وجلس على مائدة الغداء وهو متسخ وغير مهندم قل له "\يبدو أنك قضيت وقتا ممتعا في المدرسة اليوم.

٥- اخرج ألبوم صور أولادك وهم صغار واحكي لهم قصص عن هذه الفترة التي لا يتذكرونها.

٦- ذكرهم بشئ قد تعلمته منهم

٧- قل لهم كيف أنك تشعر أنه شئ رائع أنك أحد والديهم وكيف أنك تحب الطريقة التي يشبون بها.

٨- اجعل أطفالك يختارون بأنفسهم ما يلبسونه فأنت بذلك تريهم كيف أنك تحترم قراراتهم.

٩- اندمج مع أطفالك في اللعب مثلا كأن تتسخ يديك مثلهم من ألوان الماء أو الصلصال وما إلى ذلك.

١٠- اعرف جدول أولادك ومدرسيهم وأصدقاءهم حتى لا تسألهم عندما يعودون من الدراسة بشكل عام "\ماذا فعلتم اليوم "\ولكن تسأل ماذا فعل فلان وماذا فعلت المدرسة فلانة فيشعر أنك متابع لتفاصيل حياته وأنك تهتم بها.

١١- عندما يطلب منك ابنك أن يتحدث معك لا تكلمه وأنت مشغول في شئ آخر كالأم عندما تحدث طفلها وهي تطبخ أو وهي تنظر إلى التلفيزيون أو ما إلى ذلك ولكن اعط تركيزك كله له وانظر في عينيه وهو يحدثك.

١٢- شاركهم في وجبة الغداء ولو مرة واحدة في الأسبوع، وعندئذ تبادل أنت وأولادك التحدث عن أحداث الأسبوع، وأكرر لا تسمعهم فقط بل احكي لهم أيضا ما حدث لك.

١٣- اكتب لهم في ورقة صغيرة كلمة حب أو تشجيع أو نكتة وضعها جانبهم في السرير إذا كنت ستخرج وهم نائمين أو في شنطة مدرستهم حتى يشعرون أنك تفكر فيهم حتى وأنت غير موجود معهم.

١٤- أسمع طفلك بشكل غير مباشر وهو غير موجود (كأن ترفع نبرة صوتك وهو في حجرته) حبك له وإعجابك بشخصيته.

١٥- عندما يرسم أطفالك رسومات صغيرة ضعها لهم في مكان خاص في البيت واشعرهم أنك تفتخر بها.

١٦- لا تتصرف مع أطفالك بالطريقة التي كان يتصرف بها والديك معك دون تفكير فإن ذلك قد يوقعك في أخطاء مدمرة لنفسية ابنك.

١٧- بدلا من أن تقول لابنك أنت فعلت ذلك بطريقة خطأ قل له لما لا تفعل ذلك بالطريقة الآتية وعلمه الصواب.

١٨- اختلق كلمة سر أو علامة تبرز حبك لابنك ولا يعلمها أحد غيركم.

١٩- حاول أن تبدأ يوما جديداً كلما طلعت الشمس تنسى فيه كل أخطاء الماضي فكل يوم جديد يحمل معه فرصة جديدة يمكن أن توقعك في حب ابنك أكثر من ذي قبل وتساعدك على اكتشاف مواهبه.

٢٠- احضن أولادك وقبلهم وقل لهم أنك تحبهم كل يوم، فمهما كثر ذلك هم في احتياج له دون اعتبار لسنهم صغار كانوا أو بالغين أو حتى متزوجين ولديك منهم أحفاد.