



متذمرة وتريد الوظيفة حتى لو

كان الثمن هو التقصير بحق

الحقوق الزوجية والعائلية .ولا

يـوجـد مـا يمنع الـزوج من ان

يفتخربزوجته المجتهدة والطموح

بل عليه هنا ان يتعاون معها

ولكن حين يكون الطموح

الوظيفي على حساب العائلة

والاولاد وعندما تعود الى البيت

تكون متعبة ومنهكة فهذا ما لا

تقول تغريد هناك بعض الوظائف

التى لاتتطلب تفرغا ذهنيا ووقتا

طويلا ومثل هذه الواجبات لن

تكون عائقاً امام اداء المراة وواجبها

الاسـري ولكن يبقـى هـو الحل

الوسط الذي تختاره المراة

للتنسيق بين البيت والاولاد والعمل وانا لااخفي انني حاولت كثيرا تحقيق التوأزن بين البيت والعمل ولكن من دون نتيجة واضحة وإنما يظهر تقصير في احد الاعمال حتى بعد بذل جهود

بدلا من تحقق النجاح في العمل

لماذا لابكون ذلك في البيت وبعد

كل ذلك تريد من زوجها ان يكون

متسامحاً وعطوفاً ومتفهما

لظروف عملها وانا ارفض ان تكون

زوجتی موظفهٔ حتی ان کانت

يقول الدكتور محمد طبيب علم

اجتماع أن بعض الرجال قد

لايستطيع قبول نجاح المراة مع

انها تتمتع بقدرات مشابهة

لقدرات الرجل ويجب التوقف عن

اعتبار المراة (الجنس الضعيف

ولا مكان لها سوى بيتها

والتغيرات التي تحدث في المجتمع

وتطلع عليها يكون له تاثير كبير

في تحول شخصيتها ومن

عــدوانيــة من المــراة لانه اكثــر

طموحا فوجود امراة طموحه الى

جانبه يدفعه الى تشخيص

حالتها بشكل خاطى يفسر بشن

هجوم عليها وانها مهملة في اداءً

واجباتها وفي جميع المجالات.

تحمل شهادة جامعية.

يمكن القبول به .

### أم او موظفة



بغداد/ المدي أن المراة او الروجة التي تحقق النجاح في عملها ليس بالضرورة ان تكون مهملة في تأدية الواجبات المنزلية لان ذلك لايمكن ان يعتبر مقياس لكل النساء الموظفات او العاملات في مجالات مختلفة ولكن ان تعطي الاهتمام الكبير للعمل او الوظيفة من دون ان تضع في حساباتها ان عائلتها دائماً في حاجة كبيرة لرعايتها وحنانها وحبها وان التغيرات التي تصيب الزوج من عدم اهتمام زوجته يكون حافزا للبحث عن امرأة اخرى تكون اكثر اهتما م به

وتعددت الاراء والاسباب والاعذار التى قد تعطيها المراة لتجد نفسها في مرسى الامان والاطمئنان تقول سجى انا دائما اجــد نفـسي في وضع حــرج وخصوصا عندما يقول اولادي: لم تُتذكرى اعياد ميلاًدنا وقد جعلني هذا الامر في حالة اكثر اهتماماً وحرصا على كل ما يتعلق

بتضاصيل حياتهم وان اشاركهم مشاكلهم ولكن اجلد نفسي مقصرة في بعض الاحيان بسبب التغيرات التي تحد ث احيانا في العمل وتتطلب بذل جهد اكبر..

تقول بان وهي موظفة في احدى الدوائر التي تحتاج الى قضاء اوقات طُويلة في العمل على الرغم من تفهم ظروف عملي الا ان زوجي مازال ينظر الى ساعته لدى عودتي الى البيت وانا اجد متعتي الحقيقة في العمل وان عدم انجاب الاطفال بسبب ظروف معينة تتعلق بزوجي كانت فرصة قضاء اطول وقت خارج البيت مفيدة لمحاولة تضادي حدوث مشاكل او مصادمات زوجية تكون عواقبها

غير جيدة للطرفين . يقول رغيد ان زوجتي موظفة وغالبا ما يكون تاخيرها بسبب العمل او عدم توفر وسائط النقل من اسباب حدوث مشاكل بيننا لأن لدينا طفلين وهم بحاجة كبيرة الى اهتمامها ورعايتها لهم ولكن وجدت فرصة بقائي في البيت

فرصة لترك جزء من مسؤولية الطفلين على كاهلى لهذا عندما تعود واجدها متعبة اكون اكثر مرونه معها في التعامل ..

تحققها المراة في العمل تكون

عودة الزوج والاولاد لهذا تكون

ويعتقد ضرغام ان المرأة تتمتع بنوع من الانانية اذا حققت النجاح في العمل وتنسب ان ضريبة هذا النجاح هو اهمال زوجها واولادها وانا اعتقد ان المراة

> تقول ام عمار من الصعوبة ان تحقق المرأة النجاح الاسري والوظيفي بسبب ظروف وطبيعة تُكوين المرأة التي لاتستطيع تحقيق الموازنة بين واجبها الاسرى والمهني وان الرجل الشرقي يتميز بحسب الاستئثار بزوجتة اذا ما حققت نجاحاً في العمل وان كان يحاول ان يخفي ذلك ولكن يمكن القول ان ضريبة النجاح التي

كلفتها البيت والاولاد .. يقول المهندس طه هناك بعض النساء يفضلن الاكتفاء بدور الام ولا يحبذن الوظيفة لانها تاخذهم من عالمهم الخاص وهو البيت والاسرة بالرغم من اكمالهن الجامعات والبعض الاخر منهن لا يستطيعن الجلوس بين اربعة جدران والبقاء في انتظار

من عظمته والعظمة لله قد أخطأ عندما اطلق جملته الشهيرة(وراء كل رجل عظيم امرأة).

لاشك في ان نابليون بونابرت بالرغم

المدكا/ فأهم العصامي

ولم يخطر في باله ان هذا القول سيعيش مئات السنين بعد موته ويردده الرجال والنساء على حد سواء وكأنه من حكم الزمان الخالدة سالرغم مما يكتنفه من غموض وغرابة وخفة.

ان هذا القول قد يفسر في افضل الأحوال سبب عظمة الرجل أو ريما نابليون نفسه .وكان من المنطقي ان يستكمله بتتمة تفسر عظمة النساء وهـذا مـالم يفعله مايعنى ان العبقرية والنبوغ حكر على الرجال فقط او ان نبوغ المرأة امر لاعلاقة له بالرجل وفي كلا الحالتين خطأ وظلم فادحان لأنه يتجاهل النساء الموهوبات البارزات .وظلم لأنه يلغى

ربما تجلس خلفه من دون ان يوضح ماتفعله بالضبط ..هل تساعده في عمله؟او تكون بتواضعها الأداة الحقيقية التي تدفع بزوجها الي الواجهة ؟ام انها تساعده بمجرد صمتها وقصر لسانها ومهارتها في الطبخ؟او لأنها تقنعه انه هو الأذكى بين الرجال فيصدق المسكين نفسه. والسؤال الذي لاجواب له هو هل ان الوصول الى العظمة مرهون بالمرأة؟ تعني القوة في أبهى مظاهرها والتبعية والضعف أي الحاجة الي

دور السرجل الـذي نــادرا"مــايمـضــي

حياته خلف امرأته العبقرية النابغةً.

ومن غرائب هذا القول انه يحدد دور المرأة في نبوغ الرجل بكونها تقف او

أمرأة-غبية كانت أو ذَّكية ،قبيحة او جميلة لافرق -لتقف وراءه وألا هوى وتعثرِ وأنتهى انسانا"عاديا". وبالأضافة الى كل هذه الأسباب

خاطئ لادليل على صحته -فكم من رجال(يجرجرون)نساءهم خلفهم طوال حياتهم ولم تظهر عليهم أية بوادر عظمة وكم من الرجال . العباقرة الذين غيروا وجه التاريخ لم يتزوجوا ولم تهزهم عيون أمرأة.

المنطقية التي تؤكد غموض وركاكة

هذا المثل ومدى اساءته للرجال

والنساء على السواء فأنه مثل

انه لعمري مثل لاحكمة فيه ولا عبرة تحتذى وكأنه وضع فقط (نكاية)بالرجال المتزوجين الدي ما ان يتذكروه حتى يظنون انهم على قاب قوسين من العبقرية فينظرون خلفهم فلا يجدون أحدا"لأن (المحروسة)تتعذر دائما"امامهم وتتكلم قبلهم وتقرر عنهم وأذا توافق ان وقفت خلفهم فلكي تقول لهم بعينيها اللامعتين الناعستين الذابلتين هاانا خلفك فأذا لم تكن عظيما"فلأنك...



قاموس العلاقات الزوحية

# حرف الراء

رصد الاخطاء وعدم

التسامح بين الشريكين يجعلان البيت سجنا لا

ربيع ربيع لحياة ان يتحول البيت الى مجموعة من الافراد تجمعهم المودة والصداقة

والتفاهم وانكار الذات ..

وقائة على الوالدين —رقابة — الابناء خاصة في مرحلة المراهقة ولكن من دون ان

يشعروا بذلك وان تتم عن

حبذا لو كان جميع افراد العائلة مراعين للرأى والرأى الاخر والاستماع الى الآراء المختلفة والخاطئة لكي يتم بعد ذلك تصحيحها ..

رجاء.... لو تحولت كلمات الامربين افراد العائلة الى بالتاكيد القبول في تنفيذها

الرحمة الرحمة والمودة صفتان ينبغي ان تسودان بين الـزوجين... من اجل حياة افضل ..

. وحتى ربما الاقتناع بها...

غداد / المدي ما اجمل الاستمتاع في صحبة الاصدقاء والالتقاء بهم من حين الي اخــر

للاستمتاع باجمل الذكريات واذا كنت معتادا على الالتقاء بمفردك فقد يكون الوضع قد نغير الأن فستجد منهم من تزوج ولدية الملائكة الاشقياء الأوهم الاطفال

كيف تصرف اذا وجدت احدهم قد جاء لزيارتك وفي صحبته اطفاله. ١ لابد وان ترحب بكل شخص يدخل

منزلك لانه ضيف في المقام الاول حتى وان كنت لاتشجع هذه العادة. , ٢ اذا كنت تضع اشياء ثمينة او قيمة

عليك باستئذان ضيوفك بطريقة مؤدبة للسماح لك بحفظها في مكان امن بعيدا عن متناول الاطفال حتى لايتعرضوا للاذى منها لانك لم تتوقع

٣, يمكنك احضار الورق والاقلام او بعض القصص لتلوينها بعيدا عن الاثاث ولتكن منضدة مخصصة لذلك

ان يضمنوا حسن سلوك ابنائهم.

, ٤ عـرض وسائل التسليـة لهم مثل مشاهدة افلام الكرتون في التلفزيون اوعرض شرائط فيديو او تقديم وجبات خفيفة لهم حتى يستطيع الكبار التحدث في الامور الخاصة بهم من دون مقاطعة او ازعاج من الاطفال وفي تفس الوقت ليس فرضا عليك ان تقدم كل وسائل الترفية هذه مسؤولية الاباء في

يستعملها الاطفال.

أما إذا تم اخبارك مسبقا بمجئيهم فما

هى الاستعدادت لذلك هذه الحالة معاكسة لما ذكرناه من قبل فالمعرفة مسبقة بمجئيهم اي لديك الوقت الكافي لعمل الترتيبات الخاصة بك مثل تغير اماكن الاشياء القابلة للكسر بعيدا عن متناول الاطفال الحفاظ عليها وفي نفس الوقت تجنبهم

احكام غلق أبواب الحجرات التي ترغب ان يكون الاطفال بعيدا عنها. احكام غلق النوافذ

التعرض للخطر

بعد الانتهاء من وضع خططك الخاصة بوسائل الامان يأتى الترفية والاستمتاع بان تعد لهم صندوق ورقى او سلة بلاستيكية مليئة باللعب والورق والاقلام وان يكون لديك اطفال في هذه السن الصغيرة وبالتالي اذا لم تتوافر مثل هذه اللعب عليك بسؤال الاباء احضار حقيبة من اللعب معهم حتى

يتسلى الاطفال خلال زيارتهم بها احضار بعض الحلوى لهم والالبان والعصائر ستكون باللفتة اللذيذة منك

ايناس طارق البثور السوداء.. . يعتبرطلاء الغراء على البثور السوداء

الرأس وانتظارها لتجف ومن ثم تقشيرها نسخة منزلية للصقات الطبية المتوافرة في الصيدليات وهي تبدو منطقية الاان اختصاصيي الجلد لا يحبذونها ويحذرونك من تحربتها نظرا الى احتمال ان تنتزعي بالقوة بعض الاشلاء من بشرتك وينتهي بك الامر بان تصابي بالتهاب الجلد وهو عبارة عن احمرار مثير للحك شبيه بردة فعل سيئة للبشرة على استعمال الشمع لازالة الوبر او ربما حتى ينتهي بك الامر بان

تصابى بحروق سريعة الالتصاق تشتمل على تقشير مولم للبشرة حتى لو انك اجريت عملية التقشير هـذه من دون الاصابـة بجـروح لن تستخرجي من البثرة سوى الدهون وليس البثرة السوداء الرأس نفسها. بياض البيض.

اذا خفقت بيضة ودهنتها على وجهك فهذا لا يعتبر مصدرا للشباب ولكنه قد يساعد قليلا على شد بشرتك فالزلال الموجود في بياض البيض ينكمش عندما يجف لذا فهو يشد ألبشرة موقتا لقد سمع الخبراء بأشخاص يضعون بياض البيض على كامل الوجة او فقط على الخدين او

ان يصبح رغوة او زبدا من المفترض ان يتحول المزيج الى مادة خفيفة ورقيقة وجافة في غضون دقيقة او دقيقتين ولكن اذا بالكاد مزجت البياض بواسطة التحريك فسوف يصبح لزجا مركزا على البشرة ويتقشر في نهاية الامركما ان التدابير الاحتياطية نفسها التي تتخذينها عادة لتضادي بكتيريا السلمونة وما ان تغسلي مريج بياض البيض عن وجهك حتى يـزول مفعـوله على اي حال من يرغب في التنقل في المنزل والبيض على وجهه.

طالما انك تخفقين بياض البيض الي



## طريقة تبقي رائحة العطر مدة أطول

كل واحد منكم يجب ان يكون ذو رائحة عطرة والكثير منكم يستخدمون العطور بجميع انواعها وخصوصا المتميزة. وبرغم قيمتها ورائحتها العطرة الاانها لاتلبث الاساعات فهل يكون هناك طريقة لتثبيت العطر على ملابسكم لفترة

هذه طريقة يستخدمها البعض في العالم وهي مضمونة على حد قول خبير تجميل تركي والفكرة ان تجلبوا

العطور وتضعوها في الثلاجة لمدة ثلاثة ايام. وبعدها تخرجونه وتضعونه في مكان مظلم ثلاث ايام وبعدها باشروا باستخدامه ولاحظوا كيف ستثبت الرائحة