تصرفات المرأة تحدّد حياتها الزوجية

بغداد/مروة إياد

هناك بعض الصفات الايجابية التي توجد في المرأة ولكنها في الوقت نفسه تثير خوف الرجل وقلقه من الارتباط بها، فهو لا يطيق مثل هذه الايجابيات، ويتمنى أن تتحول هذه الصفات الحسنة إلى العكس كي يستطيع التعامل مع شريكته، وهذه الايجابيات هي:

أن تكون المرأة مستقلة في رأيها وعملها وقادرة على قيادة سفينة الحياة وحدها، لأن هذه المرأة القوية لا تشغل الرجل بهمها وتكون بمثابة رجل آخر في الحياة تتحمل معه وتخفف من أعبائه.

ولكن ما هو ليس جميلا أن هذه الصفة تضايق الرجل حين يشعر أن زوجته قادرة على البعد عنه في أي وقت، وأنها لا تحتاج له بالشكل الكامل مثل باقي الزوجات، ويشعر وقتها برجولة ناقصة وبعدم بسط جناحيه تماما عليها، وإمكانية تركه في أي وقت.

يحاسب الرجل دائما على كلامه وكلام زوجته معا، أي أنه لا يمكن أن يتنكر لكلام زوجته ويعرب عن أن رأيها مخالف لرأيه وأنها حرة في ذلك، وهنا نجد المرأة توقع زوجها في المشكلات لو كانت جريئة وصريحة وتقول رأيها في الناس دون خجل، مما يسبب له بعض المشكلات مع أهله وأصحابه ومحيطه الاجتماعي، على الرغم من إيجابية هذه الصفة الفريدة وهي "الجرأة".

بالتأكيد كل رجل يرغب في الارتباط بامرأة لديها كبرياء وكرامة لا حدود لهما، ولكنه لا يحب هذه الصفة عندما يتشاجر معها وينفعل عليها وقد يهينها أو حتى يضربها دون عمد، فالرجل يحب هذا الكبرياء ولكنه يتخوف من الارتباط بزوجة تضع كرامتها قبل أي شيء، لأن هذه المرأة تدفعه لمعاملتها بحساب كي لا تغضب وتنفصل عنه لو عاملها بقسوة ولو قليلة.هل يمكن لرجل أن يتحمل أن تقول له زوجته "انظر للأخريات كما تحب.. واترك المنزل ونام خارجه كما تريد.. أنا واثقة من نفسي جدا؟" بالتأكيد هذه الجملة السابقة لا يتحملها أحد، فعلى الرغم من أن الرجل يدعي أنه يريد امرأة واثقة من نفسها، إلا أنه يخاف من الارتباط بهذه المرأة لو وجد أنها واثقة بدرجة زائدة بنفسها. وأنها لا تغير عليه مطلقا.

كيفية معالجة الكذب عند الأطفال

يحدد خبراء علم الاجتماع عدة طرق عامة لتنشئة أطفال لا يكذبون،منها لابد أن تكون البيئة المحيطة بالطفل صالحة والجميع فيها صادقون حتى يصبحوا قدوة حسنة ويصدقون مع أطفالهم وأن يفعلوا ما يقولونه، وعلى الأسرة أن تعرف أن الشخص المطمئن لا يكذب أما الشخص الخائف فيلجأ إلى الكذب كوسيلة للهروب من العقاب، وفى حالة كذب الطفل وقيامه بالاعتراف لأحد والديه بهذا الذنب فلا داعي للعقاب ولكن نقوم بمكافأته على هذا الاعتراف مع التوجيه بألا يعود للكذب مرة أخرى، أن تعمل الأسرة دائما بتشجيع الطفل على قول الصدق، وتتروى الأسرة قبل إلصاق تهمة الكذب في طفلها عندما تحدث مشكلة ما.

ويضيفون أن هناك بعض الآراء التربوية التي تشير إلى أنه من القواعد المتبعة في مكافحة الكذب ألا نترك الطفل يمرر كذبته على الأهل والمدرسة لأن ذلك يشجعه ويعطيه الثقة بقدرته على ممارسة الكذب دائما وبمجرد شعوره بأننا اكتشفنا كذبه فسوف يقلل من عدد مرات الكذب القادمة، مع عمل الأسرة على العدالة والمساواة بين الأخوة وتنمية ثقة الطفل بنفسه مع تزويده بالقيم الدينية.

ويشير الاخصائيون إلى بعض التوصيات للأمهات والآباء لعلاج الكذب والقضاء على هذه الظاهرة التي تزعج الكثير وتضع الوالدين في مواقف محرجة ومن هذه النصائح:

١ . إشباع حاجات الطفل بقدر المستطاع والعمل على أن نغرس القيم الدينية لديه وكذلك الخوف من الله.

٢ . أما علاج الأطفال الذين يميلون لسرد قصص غير واقعية فيأتي عن طريق إقناع الطفل بأنك ترى فعلا في قصته طر يقة ولكنك بالطبع لا توافق العمل بها وذلك مع التوضيح للطفل والبعد عن التوبيخ والعقاب البدني.

٣ . يجب أن يشعر الطفل بأن الصدق يجلب له النفع وأنه يخفف من وطأة العقاب في حالة ارتكاب الخطأ وأن الطفل الذي يكذب ويصطنع الكذب يؤدي إلى فقدان الثقة بالنفس والحرمان وعدم احترام الآخرين له.

٤ . أما دور الآباء والأمهات فيجب أن يكون حلهم لمشكلات أطفالهم عن طريق التفكير العلمي الموضوعي السليم وليس عن طريق العقاب الشديد واحترام الطفل والثقة لأن الأب والأم يقومان بدور المخبر السري عن صدق أبنائهما وهذا يشعرهم بعدم الثقة فيهم، أما إشعار الطفل بأنه محل احترام وثقة الجميع لا يدفعه للكذب.

النساء يفضلن إفصاح الرجال عن حبهم والرجال يلتزمون الصمت

بغداد / أفياء نزار

العلاقة بين الرجل والمرأة ونظرة كل منهما للآخر حيرت العلماء والباحثين في علم النفس والسلوكيات، وهنا نستعرض بعضا من التصرفات التي تسبب سوء الفهم بين الجنسين، أثناء التعامل بينهما.

فكثيرا ما تسأل المرأة عن حقيقة مشاعر الرجل نحوها، وتعتقد أن كونه لا يقول لها "أحبك" وأنه لا يشعر بهذه الكلمة، ولكن الحقيقية أن الرجال غالبا يجيبون عن هذا السؤال بطريقة غير مباشرة، وحتى تفهم المرأة الإجابة عن السؤال الشهير "أنت تحبني أم لا؟" يجب أن تفهم المرأة هذه الأسرار عن الرجال.

أولا الرجال يفضلون أن يعبروا عن حبهم بالأفعال لا بالأقوال، فكثير من الرجال يقولون "أحبك" عن طريق إحضار الهدايا من ملبس، ذهب، أو أشياء يرى أنها قد تسعدك، وقد يَقُولُ "أحبُك" بتَثبيت الأشياء حول البيت، يُرتّبُ المنزل، أو يَأخذُ النفاياتَ ليرميها، أو أن يشترى أغراض المنزل.

وقد يستغرق الرجال مدة طويلة قبل اتخاذ القرار بالارتباط، وذلك لأن الرجال يفكرون كثيرا قبل الارتباط، لأنهم أكثر تمسكا بالارتباط، فلا يغيرون اختيارهم مرة أخرى، فدخول قفص الزوجية معناه بقائهم فيه إلى الأبد، ففي دراسة حديثة أجريت على الأزواج، بينت إن ٩٠٪ من الرجال يختارون الزوجة نفسها لتكون زوجتهم مرة أخرى، إذا تم تخيرهم بين نساء أخريات.

المرأة تعتقد أنها عندما تتكلم لا يسمعها زوجها أو لا يهتم بكلامها، ويعود ذلك لأن النساء أثناء كلامها مع شخص آخر فإنها تستعمل العديد من الإيماءات مثل هز الرأس بالإيحاء بالموافقة أو الرفض أو إصدار أصوات مثل "نعم أو لا" بين الحين والآخر، إنها وسيلة لديك سيدتي حتى توحي بها لمن تتحدثين إليه أنك تسمعينه جيدا، ولكن الرجل لا يفعل ذلك، ولا يعني هذا أنهم لا يصغون ولكنهم قد يفضلون أن يستمعوا بهدوء ويفكروا في ما تقولينه.

بالنسبة للرجال تمثل النشاطاتُ المشتركةُ مثل الألعاب الرياضيةِ والترفيهية والجنس، أهمية كبيرة يستخدمها الرجال لتقوية علاقتهم بالنساءَ أكثر، من المشاركة بالأفكارِ أَو المشاعر. يحتاج الرجال لبعض من الوقت يقضونه في هوياتهم مَثل الرياضة، الجيمنازيوم، القراءة أو قضاء بعض من الوقت مع الأصدقاء، لا يعني ذلك عدم رغبته أو استمتاعه بقضاء وقته معك، ولكنه يحتاج إلى بعض من الاستقلالية، وقد أوضحت العديد من الدراسات أن استقلال الطرفين وقضاء كل منهم أوقات في هوياتهم الخاصة مع أصدقائهم يؤدى إلى زيادة عطاء كل منهم للآخر.

الرجل يتعلم كيف يتعامل مع الناس والزوجة من خلال مشاهدته وسماعة لأبوة، فإذا أردت أن تعرفي كيف سيكون رد فعل زوجك في موقف معين، فعليك أنَ تلاحظي ماذا يفعل أبوة في موقف مشابه لذلك، ولتعرفي كيف سيتعامل معك، شاهدي كيف يتعامل أبوه مع أمة، ومدى ارتباطهما ببعض.

الرجال يميلون بصورة كبيرة وسريعة لنسيان الإحداث المؤلمة والمواقف الحزينة، وينتقلون بسرعة إلى الفرحة والاستمتاع، فبينما يستغرق كثير من النساء مدد طويلة في استرجاع المواقف المؤلمة والذكريات الحزينة واستعادة المشاعر الكئيبة، عن موقف ما أو حدث حصل مثلا بالأمس، تجد أن الزوج قد نسي ذلك تماما، ويتطلع لقضاء ليلة سعيدة.

الرجال لا يلتقطون الإشارات الخفية مثل نبرة الصوت أو تعابير الوجه مما يجعلهم أكثر عرضة لتفويت هذه الإشارات، فمن المرجح أن يغيب على الرجل ملاحظة الحزن على وجه المرأة، فإذا كنت تريد التأكد من أن رجلك يحصل على رسالة ما، فلابد أن تكون الرسالة واضحة ومباشرة.

الرجال يقدرون جدا الاهتمام والتقدير لما يفعلون، فإذا أبديت الإعجاب والتقدير لزوجك على أفعاله تجاهك، فسوف تلاحظين التغير الملحوظ والإيجابي في مشاعره وتصرفاته معك، والدراسات أوضحت أن الآباء يكون أكثر اندماجا ومشاركة في حياة أولادهم، إذا كانت الزوجة تبدي التقدير والاحترام لما يقيمون به من أفعال.

الرجال يفكرون أكثر في الجنس ويهتمون به، وفى إحدى الدراسات أوضحت أن الرجال تحت سن الستين يفكرون على الأقل مرة واحدة يوميا في الجنس، بينما يحدث ذلك بنسبة أقل في النساء تصل إلى الربع، وبالرغم من تفكيرهم الكثير فيه وتخيلاتهم عنه، إلا إن أفعالهم أقل بكثير من التفكير، كما أن الرجال لا يحبون الجنس للجنس فقط، ولكن لإبداء المشاعر القوية والأحاسيس.

الرجال يتأثرون بشدة بالضغوط في الحياة ومشاكل العمل والأسرة والفواتير والظروف المالية الصعبة، مما يؤثر على مزاجه وتصرفاته وحتى على الرغبة الجنسية لديه، فإذا وجدت زوجك ينفر منك، ليس ذلك معناه أنه بدأ يكرهك أو يرفضك، ولكنه فقط في مزاج سيئ.

معظم الرجال يتمنون أن يسعدوا زوجاتهم أو من يرتبطون بهم، وهذا الشعور مهم جدا بالنسبة لهم، إلا أنهم يحتاجون أن يعرفوا بالضبط ما يسعدك، وبالرغم أن العديد من النساء يجدون أنه من الصعب أن يتكلمن عن ما يسعدهن أو يضايقهن، فإنك إذا استطعت أن تخبريه بذلك بطريقة لا تجرح كبريائه، فإنك سوف تحققين معه قدرا كبيرا من السعادة له ولك.

الرجال قد تضل وتتوه إذا لم تحقق بعض الاحتياجات التي لم يستطيعوا أن يحققوها، فإذا لم يستطيعوا أن يحققوا ما يتمنونه في علاقة ما، فإنهم سوف ينصرفون لعلاقة أخرى حتى يشعرون بالاكتفاء، وأن ينصرفوا إلى مجالات أخرى، قد تحقق لهم أهداف بديله مثل أن ينهك نفسه في العمل المرهق أو رياضة أو حتى اللعاب الكمبيوتر والنت، وحتى لا يحدث ذلك فعليك أن تتفهمي متطلباته وتحاولي تحقيقها معه حتى لا ينصرف عنك.

وأخيرا كثير من الرجال يشعرون بالكآبة والحزن الشديد، إذا فسدت علاقة استمرت لفترة طويلة، لأن أحلامهم كانت قد بنيت على مشاركتك فيها.

"الاتصالات التليفونية" المشكلة الأولى بين المتزوجين حديثاً

بغداد / المدى

تحدث عدة أزمات بين المتزوجين حديثا بسبب شيء قد لا يراه الكثيرون سببا لحدوث مشكلة، لكنها مؤثرة وذات صلة بموضوع المشكلة وهي كثرة اتصال الزوجات بأزواجهن لسؤالهم عن موعد العودة من العمل، ورغبتهن في قيام أزواجهن بنفس التصرف.

لكن هناك شباب يضيقون بهذه التصرفات، وفي نفس الوقت ترى بعض الفتيات أن عدم سؤال الزوج عليها يوقعه في دائرة عدم الاهتمام بها، وهو ما يؤدي لحدوث المشكلات المبكرة بين حديثي الزواج.

يقول محمد عزيز، ٢٨ سنة، مرتبط عاطفيا: لا أحب كثرة الأسئلة خاصة التي أشعر من جانبها بغيرة مثل "لماذا تتأخر؟" بالإضافة إلى الاتصال الدائم أثناء العمل، فكل شيء وسط له احترامه ولا يمكن أن يكون الاتصال والتساؤلات كثيرة لدرجة يمكن أن تسبب مشاكل لأحدهما في العمل. أما سلمى حسين، ٢٥ سنة، متزوجة فتقول إن هذه كانت أولى الأزمات التي وقعت بينها وبين زوجها في بداية الزواج، لكن بمجرد تحدثهما عن المشكلة توصلا إلى حل يرضي الطرفين أصبح الأمر بسيطا.

أما وفاء علي ٢٦ سنة، مخطوبة فتؤكد أن الشاب بشكل عام يريد أن يتصل بالفتاة في أي وقت ولابد أن تجيب عليه وتعطي له نشرة إخبارية عما حدث لها منذ آخر مكالمة بينهما، وعندما تريد الفتاة عمل نفس الشيء مع خطيبها أو زوجها لا يقبل ذلك ودائما يكون الرد "أنا لا أحب الخنقة".

وتفسر الدكتورة ايناس احمد اختصاصية علم الاجتماع هذه المشكلة قائلة إنه بشكل عام الرجال يفضلون الاتصال والاهتمام بهم ولكن ليس بكثرة الأسئلة ودون رقابة أو تسلط أو كما يطلقون عليها "خنقة" وهو شيء مستمر حتى بعد الزواج، أما بالنسبة للفتيات فهن يفضلن كثرة الاتصال وكثرة طرح الأسئلة عليهن خاصة في بداية الارتباط حتى تشعر الفتاة أن زوجها أو خطيبها مسؤول عنها في كل شيء، ولكن لكل قاعدة شواذ فهناك بعض الرجال يفضلون كثرة الأسئلة وهناك بعض الفتيات لا يفضلن كثرة الاتصال، لذلك يجب على الطرفين أن يتعاملا بطبيعتهما حتى يتفقا على أسلوب معين في التعامل.

وتضيف أن فهم الشخصية الأخرى لا يكون بالسهولة التي يعتقدها البعض ولكن بالممارسة والتعامل، فالحياة مشاركة ولا بد أن تخضع للتجربة وأن يتمتع الطرفان بالفطنة والذكاء في التعامل مع الطرف الآخر.

زوجات يفضّلن الصمت على الحديث مع الزوج

بغداد/المدى

تخلق المشاكل والخلافات الزوجية جوا من التوتر والقلق في البيت والأسرة حيث تفقد الأسرة ترابطها وتماسكها وباستطاعة اي شيء ان يهدمها ولها تأثيراتها السلبية على المجتمع أيضاً فيكون الخرس الزوجي حالة عابره فيجب تكسيره قبل ان يصبح حالة مزمنة.. لا يمكن لأي زواج ان يمر من دون أن تتخلله بعض المشاكل والخلافات التي قد تعتري العلاقة بين الفينة والأخرى الحل دائما لهذه المشكلة يكون في يد الزوجة هو ليس إلزاما ولكن لأن الزوجة هي قلب العلاقة فإنها تتميز بصفات تمكنها من امتصاص هذه الخلافات وحتى الصدمات ومواجهتها.

ومن اكثر المسائل التي تسبب الإزعاج الصمت المطلق الذي قد يسود بين الأزواج من دون مبرر، وحتى عندما لا يكون هناك أي فتور في العلاقة عموما.

ومن التجارب فقد اكتشفت انه من الظلم إلقاء اللوم على الرجل وحده، لأن جزءا من المسؤولية يقع على عاتق الزوجة ايضا.

فضغوط العمل والأولاد والمسؤوليات الملقاة على عاتق أي امرأة عاملة تجعلها تفقد القدرة على الحديث داخل المنزل. كما بينت دراسة نشرتها أخيرا احدى الجامعات الأميركية ان الرجل يبذل مجهودا مضاعفا ويلجأ الى جزء معين في المخ لفهم حديث المرأة.

أساس المشكلة عموما هو حين يكون الزوج ينتظر من زوجته أن تكون دائما المبادرة بالحديث والبحث عن الجديد لقصه عليه، تماما مثل شهريار، حتى يهدأ أو يثور حسب نوع الموضوع المطروح عليه.

وعلى ما يبدو فإن هذه المشكلة لا تقتصر على نوع من الأزواج أو حالات معينة، بل هي ظاهرة تعاني منها العديد من الزوجات اللواتي يفقدن لغة التواصل مع أزواجهن ان هن لم يبدأن الحديث، الأمر الذي يستدعي بعض التعاطف مع المرأة التي تكون متعبة او في حالة من الضيق، بسبب ضغوطات العمل أو المسؤوليات الأسرية.

على المرأة ان تتعامل مع زوجها وكأنه طفل كبير تسحبه لمشاركتها الحديث والبوح بما في صدره دون إجبار، ومن ثم ستصبح عادته ان يتكلم معها ويشاطرها.

مما لا شك فيه ان المرأة افضل من الرجل على السرد والتواصل باللغة، وهذا ليس بالشيء الجديد فالدراسات اثبتت ذلك، بل واثبتت قدرتها على إتقان اللغات وحفظ اكبر قدر من المفردات والمرادفات منه، ليس بحكم انها تحب الكلام او الثرثرة، كما يدعي البعض، ولكن نتيجة لتكوين عقلها الذي يستوعب الأحاديث ومفردات الكلام بصورة اسرع. ولهذا يقع عليها عبء تجنب الخرس الزوجي الذي تصاب به معظم الزيجات.

فتيات بعد العشرين كيف يواجهن المجتمع

بغداد/ المدى

تتغير مرحلة التحول والبناء الجسدي عند الأنثى بشكل كبير في كل مرحلة عمرية معينة وتكاد تثبت بعد الدخول في سن العشرين، في هذه المرحلة من العمر يبدو لهن أن هناك أشياء جديدة جميلة وممتعة في الحياة تستحق السعي من أجل بلوغها.

وقد يعتبرن حاضرهن شيئاً تافهاً، ويتطلعن بفارغ الصبر الى المستقبل.. إنهن يعشن حالة من القلق والاضطراب ويتطلعن الى الحب والأمان وإلى التعبير عن حالاته، ويحاولن تجاوز تجارب مرحلة المراهقة التي قد تكون صعبة على بعضهن بسبب الواقع الاجتماعي الذي يضيق الخناق على الفتاة في هذه المرحلة.

وفي الجانب الفكري تميل الفتيات في بداية سن المراهقة الى الأخذ بالقضايا التجريبية أكثر من ميلهن الى المسائل النظرية المجردة. وبشكل عام فإنهن يركزن في ملاحظاتهن على الجوانب المادية التي تحيط بهنّ.

كما ويسعين في هذا المجال إلى إعادة النظر في أفكارهن وسلوكهن، وقد يؤدي ذلك الى أن يرفضن جميع ما كنّ قد تعلمنه ونشأن عليه في مرحلة الطفولة.

إن حياة الفتيات خلال سنين المراهقة تتغير وتتنوع باستمرار ففي الوقت الذي يلتزمن فيه بمجموعة من التصورات والاعتقادات ويجعلنها منهاجاً لهن في الحياة، قد يبادرن في ذات الوقت الى القيام بأفعال وتصرفات تتنافى واعتقاداتهن.

إن حياتهن تبدو حالمة وخيالية وسطحية في الوهلة الأولى لكنها عميقة وحقيقية وجديرة بالبحث والمناقشة في واقع الحال عما يمكن ان يتغير بعد عبورها العشرين عاما،فهناك فتيات لهن القدرة على التكيف مع الوضع الجديد، ان كان في الجامعة او الزواج،وهناك من تفشل وتصبح كئيبة ومقعدة في البيت بانتظار العريس الذي يخبئه القدر.

٦ خطوات للمحافظة على شعرك قبل الخريف والشتاء

يقدم خبراء التجميل مجموعة من الخطوات للحفاظ على بصيلات الشعر وتغذيته قبل حلول فصلي الخريف والشتاء.

١- لا يجوز غسل الشعر قبل النزول مباشرة ووضع الحجاب عليه لأن هذا يتسبب في تساقط الشعر.

٢- يجب وضع "بندانا" قطن قبل وضع الطرحة على الشعر

٣- ضرورة تمشيط الشعر من أسفل إلى أعلى لعدم تساقطه أو تقطيعه.

٤- الاهتمام بلم الشعر تحت الحجاب دون توكة أو كعكة.

٥- عمل الكيراتين، لأن الشعر يحتوي في الأساس على مادة الكيراتين، ويؤدي استخدام الشامبو وكريمات الشعر إلى تقليل نسبه الكيراتين في الشعر.

٦- من الأفضل أن يتم استخدام كمية مناسبة من الكيراتين وبنسبة محدودة وهي النسبة التي تقل عن المعتادة في فرد الشعر ويمكن الاكتفاء بالنسبة التي تعمل على تغذية الشعر فقط حتى يساعد على نمو الشعر بشكل صحي وحتى يزيد من لمعان الشعر ولحمايته من التساقط.