

النميمة وسيلة تسلية بالنسبة للبعض مرفوضة في كل المجتمعات

عادات سيئة تأخذ سمة الطبقة التي تمارسها وتتأثر بالمستوى الاقتصادي والاجتماعي والتعليمي



التنشئة الاجتماعية الخاطئة تغذي انتشار العادات السيئة

وغرضية حتى يحدث للمستمعين نوع من الاستيقاق ومحاولة معرفة الحقيقة. والنميمة، وفق استشاري الطب النفسي، يكثر في داخلها الشائعة ونقل المعلومة غير السوية عن عمد ونية بصاحبها ضلالة. ويؤكد أنه لا بد أن نفرق بين التجمع الذي يصاحبه أحاديث تعرض فيها خبرات وبعض الشكاوى التي تحتاج إلى الرأي والمشورة، وهي لقاءات اجتماعية سوية لا يصاحبها غرضية أو نقل معلومات كاذبة. ويفيد الدكتور عبدالله بان النميمة لا يمكن أن تعتبرها نوعاً من أنواع الفضفضة لأنها تقوم على الكذب والضلالة والإيقاع بين الناس، وتكون لمجرد التسلية وقت الفراغ، ويشير إلى أن نقل المعلومة غير الصحيحة عن قصد يكون غرضاً لشخصية غير مستقرة انفعالياً أو وجدانياً.

وسط اجتماعي موضوعات مفضلة لتناولها في النميمة. أما عن كيفية الابتعاد عن دوائر النميمة فهذا يحتاج إلى وعي شديد بأهمية الوقت وتمضيته في أمور مفيدة، إلى جانب وجود وعي نفسي وأخلاقي بأن الكلام عن الآخرين بالسوء في غيابهم هو أمر مذموم، وهذا الوعي ينشأ مع الإنسان منذ الصغر، إذا كانت الطفلة ترى أمها تتبادل الكلام عن الآخرين عبر الهاتف لساعات، فمن الطبيعي أن تقوم بتقليدها حين تكبر. وحول ما إذا كان الأشخاص الذين يمارسون النميمة يعانون من مرض نفسي، يقول الدكتور هاني عبدالله استشاري الطب النفسي والأعصاب إن الإنسان بطبيعته يحتاج إلى الشعور بالانتماء الاجتماعي الذي يتحقق من خلال ما يعرف بمجموعة الأصدقاء. ويبيّن أن ما يعرف بالنميمة فهو نقل المعلومات بصورة غير سليمة عن قصد

هي العلاقات بين الجنسين التي تأتي في المقام الأول، ثم تأتي المقارنات المالية في المقام الثاني. أما المقام الثالث فتأتي به الموضوعات المتعلقة بالأداء في المصالح والهيات، وفي المقام الرابع تأتي العلاقات الشخصية بين الموظفين والموظفين مثل العلاقة بالزوج والزملاء ورؤساء العمل. ويضيف الدكتور شاكر أن النميمة تختلف في طبيعتها وفقاً للطبقة التي ينتمي إليها الأفراد، وذلك من حيث الموضوعات التي يتم تناولها، وكذلك المصطلحات المستخدمة أثناء الحديث. ويؤكد أن النميمة تأخذ سمة الطبقة التي تمارسها وتتأثر بالمستوى الاقتصادي والاجتماعي والتعليمي أيضاً. ويوضح أن الأوساط الراقية تختلف موضوعات النميمة التي تشغلها عن الأوساط الشعبية، وأنه باختصار لكل

أو يغيروا محتواها ليزيدوا من جاذبية الخبر. ويتابع الرشيد موضحاً أنه "لعله من المهم جداً الانتباه إلى عامل التنشئة الاجتماعية الخاطئة، فالطفل الصغير يرى والدته وصديقاتها أثناء جلسات النميمة، وهن يستبحن لأنفسهن الخوض في الأمور الشخصية للغائبات من صديقاتهن الأخريات، فينشأ وينضج وقد تمكنت منه هذه العادة السيئة ثم يبدأ هو ممارستها في مجتمعه الصغير في النادي والمدرسة". أما الدكتور زهدي شاكر، استشاري علم الاجتماع، فيرى أن ظاهرة النميمة أصبحت منتشرة بصورة كبيرة، حيث نجدها من حولنا في كل مكان في المنازل والأندية والمقاهي، وحتى في أماكن العمل. ويبيّن الدكتور شاكر أنه من أكثر الأمور التي تكون سادة خصبة للنميمة

تعدّ النميمة سلوكاً إنسانياً يحظى بانتشار واسع بسبب طبيعة البشر التي تتضمن المشاعر السلبية كالغيرة والحقد والحسد. ولم تعدّ النميمة حكراً على اللقاءات الشخصية المباشرة، بل تطوّرت بتطور وسائل التواصل الاجتماعي. ويرجع علم الاجتماع انتشار النميمة إلى عدة أسباب، من أبرزها كثرة أوقات الفراغ وعدم توظيفها بالأساليب الصحيحة، إلى جانب الأزمنة الأخلاقية التي يعيشها المجتمع.

القاهرة - من ممّا لم يعان من النميمة، ولم يتألم بسبب أقاويل تلوكها اللسان حول أمور خاصة، أو أخرى قد يكون المرء بريئاً منها؛ لكن النميمة رغم أنها عادة مرفوضة في كل المجتمعات، إلا أن البعض يستخدمها كوسيلة لتسلية الوقت، خاصة أنها انتقلت في العصر الحالي من الدوائر الضيقة بين صباحات الجارات وتجمعات المعارف والأصدقاء في البيوت والمقاهي، إلى العالم الافتراضي الشاسع.

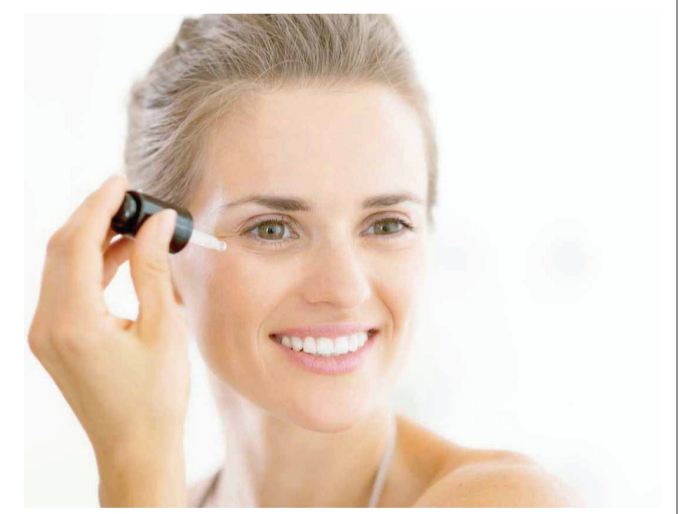
النميمة لم تعدّ حكراً على اللقاءات الشخصية، بل تطوّرت في هذا الزمن لتغزو شبكات التواصل الاجتماعي. إنها سلوك إنساني يحظى بانتشار واسع، ربما لأن البشر بطبيعتهم يميلون إلى معرفة الأسرار، وربما لأنها تتشكل نتيجة لمشاعر إنسانية سلبية مثل الغيرة والحقد والحسد.

الابتعاد عن دوائر النميمة يحتاج إلى وعي بأهمية الوقت إلى جانب الوعي الأخلاقي الذي ينشأ مع الإنسان منذ الصغر

تقول ليلي متولي (33 عاماً)، وهي موظفة وأم لثلاثة أطفال، "أحب اللقاءات الاجتماعية وتبادل الأخبار، وعن نفسي أستمتع أحياناً في معرفة البعض من الحكايات الطريفة عن الآخرين وتبادلها". وتضيف "لكن لا أرى في هذا نميمة، بل اطلاع ومعرفة واكتساب خبرات، خاصة إذا كان الكلام عن الغير لا يؤدي سمعتهم". وتتفق مع هذا الرأي هند شوكت (40 عاماً)، وهي ربة بيت، التي تعتبر أن هناك فرقا بين الحديث بغرض نقل معلومة وقعت لصديقة نعرفها أو لجارة وبين الانتقاد أو الحديث بالسوء عن الآخرين. وتقول "لا أنكر أنه في البعض من الجلسات مع جاراتي في العمارة

جمال

زيت الوجه الغني بفيتامين «إي» مفتاح جمال بشرتك



أيضا على ترطيب البشرة ويمنحها ملمسا ناعما كالحرير ومظهرا مشرقا يشع نضارة وحيوية. ولتحقيق نتيجة إيجابية ملموسة ينبغي تطبيق زيت الوجه الغني بفيتامين «إي» ليلا، وذلك لإعطاء البشرة وقتا كافيا لامتصاصه جيدا. ومن ناحية أخرى، أشارت هوبر إلى أنه يمكن أيضا إمداد الجسم بفيتامين «إي» عبر التغذية؛ حيث تتمثل مصادره الغذائية في الأفوكادو وزيت الزيتون والفلل الحلو.

يعد زيت الوجه الغني بفيتامين «إي» بمثابة مفتاح جمال البشرة؛ إذ إنه يحارب التجاعيد والشوائب من ناحية، ويمنحها مظهرا نضرا يشع إشراقا وحيوية من ناحية أخرى. وأوضحت خبيرة التجميل الألمانية بيرجيت هوبر أن فيتامين «إي» يندرج ضمن مضادات الأكسدة؛ لذا فهو يعد سلاحا فعالا لمحاربة أضرار البشرة الناجمة عن المؤثرات البيئية مثل الأشعة فوق البنفسجية، والتي تتمثل في البقع الصبغية والتجاعيد. وأضافت هوبر أن زيت الوجه الغني بفيتامين «إي» يعمل

الأطفال على عكس البالغين يغرقون في صمت

معهم على السباحة أو أن يرسلوهم لدورة تعليم السباحة". وعموما يقدم الكثيرون نصائح عديدة تتعلق بالسباحة، لكن أغلبها لا يخلو من مغالطات ومعلومات غير دقيقة. فمثلا يزعم البعض أن الأشخاص الذين يعرضون للغرق يجذفون بأنفهم بشراسة ويصيحون، لكن الحقيقة أن هذا أمر غير صحيح، "فهذه أسطورة فعلا، فليس هناك غرق بالشكل الشائع في أفلام هوليوود"، حسبما أوضح المتحدث باسم الجمعية الألمانية لإنقاذ الحياة، أخدم فيزه.

ويقول فيزه إن من يغرق يفقد وعيه أولا، مع نزول رأسه تحت المياه مرارا، كما تصاب أحواله الصوتية بالتشنج، ويصبح فاقد الوعي غير قادر على الحصول على هواء، مما يجعل السبب الحقيقي للوفاة هو الاختناق، وليس الغرق. ومن الممكن في بعض الحالات أن يصل الماء للرئتين، وهو ما يمكن أن يؤدي أيضا للوفاة.

ولكن، ووفقا للمتحدث باسم الجمعية الألمانية لإنقاذ الحياة، فإن "كلا الأمرين يحدث بهدوء". ويزعم البعض أيضا أن أغلب حالات الوفاة جراء الغرق تحدث في البحر، فيما الحقيقة تفند ذلك، فعدد حوادث الغرق في البحيرات والبرك والأنهار في ألمانيا مثلا أكبر من عدد الغرقى في البحر، فقد بلغ عدد غرقى البحيرات والبرك والأنهار في ألمانيا العام الماضي 16 ضعف عدد غرقى البحر، فبينما غرق 233 شخصا العام الماضي في ألمانيا في البحار والبرك و161 شخصا في الأنهار، فإن غرقى البحر لم يتجاوزوا 25 شخصا، في العام نفسه.

ورغم أن الإساءة والأجداد قد لا يروق لهم سماع هذا الشيء، فإن الطبيب يقول إن حوادث غرق الأطفال عادة ما تحدث في وجودهم جزاء الانتباه غير الكافي أو انعدامه أساسا".

وغالبا ما يكون السبب مبالغة الطفل في تقدير قدراته أو هيجان البحر أو استهتار الطفل أو تجاهله التام للمخاطر المحتملة. ويشدد جهاز حراسة المياه التابع لمنظمة الصليب الأحمر الألمانية على موقعه الإلكتروني على ضرورة تدخل الآباء إذا لاحظوا أن أبنائهم البالغين من العمر تسعة أو عشرة أعوام لا يسبحون بشكل آمن، "أي أن على الآباء أن يتدربوا بسهولة الوصول للمياه.

بوليجن، طبيب الأطفال في المركز الطبي بجامعة لايبنتسج، إن "الأطفال غالبا ما يغرقون في صمت". ويوضح أن أجسامهم تنزل في المياه بسرعة وبدون كلمة لأن الصدمة تتسببهم ويكفون غير قادرين على طلب المساعدة.

والمسطحات المائية ليست فقط البحار والبحيرات والمساح، ولكن أيضا مغطس الاستحمام والدلاء والمراحض والبحيرات الصناعية وصهاريج تخزين مياه الأمطار، التي يقول بوليجن إنه يجب جعلها آمنة للأطفال المحيطين بها. ويشير الدكتور أولف بوليجن إلى أن عمق المياه ليس الخطر الأكبر ولكن سهولة الوصول للمياه.

برلين - تعتبر كيفية تأمين سباحة آمنة للأطفال أو حمايتهم من الغرق سواء في البحر أو المساح العامة أو الخاصة أو حتى داخل المنزل من المسائل التي تترق العديد من العائلات مع حلول موسم الصيف المصاحب للعطلات والتي تتخللها الكثير من الاستجمام. ويزداد الأمر خطورة مع وجود الكثير من الأفكار الخاطئة والمعلومات المغلوطة أو حتى الأحكام المسبقة في ما يتعلق بغرق الأطفال.

ويحاول أي شخص في حالة غرق جذب الانتباه إما بالصياح وإما التلويح باليد وإما بلطم المياه. ويقول خبير الماني إن هذا صحيح ولكن ما إذا لو كان ذلك الشخص طفلا؟ ويقول الدكتور أولف



الطفل غير قادر على طلب المساعدة تحت وقع الصدمة