

تصرف الزوج كطفل إضافي يوتر الزوجة

الأزواج أكثر إرهاقا للزوجات من تربية الأطفال



إحباط كبير

العلاقة الحميمة والترفيه، والأسرة والتواصل والمال بالإضافة إلى الصحة، للأزواج الأكبر سناً، هي القضايا ذات الأهمية القصوى، بينما صُنفت الغيرة والدين والأسرة في المرتبة الأقل أهمية في كلتا العينتين.

وتوصل البحث إلى أن التركيز على المشكلات الأكثر قابلية للحل قد يكون وسيلة فعالة لبناء شعور كلا الطرفين بالإنسان في العلاقة، وفي المقابل فإن مناقشة المشكلات الأكثر صعوبة في الحل، يمكن أن تؤدي إلى الشعور بالضعف أو الإحراج، وبالتالي انخفاض السعادة الزوجية أو الانفصال.

وأوضحت راوِر أن "القدرة على التفريق بنجاح بين القضايا التي تحتاج إلى حل مقابل تلك التي يمكن وضعها جانباً في الوقت الحالي، قد يكون أحد المفاتيح لعلاقة سعيدة طويلة الأمد".

في الواقع، هي المواقف المتخذة أثناء الخلافات.

وبيّنت الأستاذة أمي راوِر، من جامعة تينيسي في نوكسفيل، المؤلفة الرئيسية للدراسة التي شملت 121 من الأزواج أن "الأزواج السعداء يميلون إلى اتباع منهج موجه نحو حل النزاع، وهذا واضح في المواضيع التي يختارون مناقشتها".

وقسم الباحثون الأزواج إلى مجموعتين، الأولى تتكون من 57 زوجاً في منتصف الثلاثين من العمر، متزوجين لمدة 9 سنوات في المتوسط، والثانية مكونة من 64 زوجاً في أوائل السبعينات من العمر، متزوجين لمدة 42 عاماً في المتوسط.

وذكر الأزواج من كلتا المجموعتين عندما طلب منهم ترتيب أهمية القضايا التي تسببت في الخلافات بينهم، أن

من العازبات فقط عندما يكون الأزواج معهن في الغرفة، إلا أن الحقيقة في غيابهم يظهر يؤسهن".

وأضاف قائلاً "إذا كنت رجلاً، فمن المحتمل أن تتزوج؛ أما إذا كنت امرأة، فإنك لا تهتمين بالزواج".

هذا وأفسد بحث حديث بشأن الكثير من الأزواج يواجهون حالات من الجدل المستمر بسبب القضايا الحياتية الرئيسية التي تتعلق بالأطفال والمال وغيرها، إلا أن هذا الأمر قد يكون مفتاح الزواج السعيد.

ورجح الأزواج الذين قضوا معا حوالي 42 عاماً من الزواج، أن القضايا التي يمكن تقاسمها عملياً، مثل من يقوم بالأعمال المنزلية وكيفية قضاء وقت الفراغ هي الجزء الأكثر أهمية في العلاقة المستدامة، لكن ما يميز العلاقات السعيدة عن غير السعيدة،

ومن جهة أخرى كشفت الدراسة أن صحة الرجل تتدهور بشكل كبير عندما تموت زوجته، ومع ذلك يبدو أن النساء أكثر صحة عندما يرحل أزواجهن لأنهن أفضل استعداداً للتعامل مع التوتّر.

وقالت الأخصائية كاترينا تريفيسان من جامعة بادوفا "النساء الأراذل يتعاملن بشكل أفضل من الأراذل الذكور مع الضغط الناجم عن فقدان شريك".

وعلقت موضحة لصحيفة "التليغراف" قائلة "نظراً لأن عمر النساء عموماً أطول من الرجال، فقد تعاني النساء المتزوجات أيضاً من آثار عبء الرعاية، نظراً لأنهن كثيراً ما يكرسن أنفسهن لرعاية أزواجهن طوال حياتهم معاً".

ويعد أستاذ العلوم السلوكية في كلية لندن للاقتصاد، بول دولان، حيث قال في وقت سابق "المتزوجات أسعد

الأكيد أن عبء النساء المتزوجات يفوق عبء العازبات، نظراً لأنهن يتحملن أعباء العمل والأمومة والزواج، ومن المرجح أن تعاني الزوجات المجهدات من الصداع والتعب والغضب، نظراً لأن الأمومة أمر مرهق، إلا أن المثير للدهشة هو أن الأزواج يساهمون بشكل أكبر في إجهاد الزوجات مقارنة بالأطفال، استناداً إلى ما توصلت إليه دراسة حديثة.

وقالت إحدى المشاركات في الدراسة "على الرغم من أن لدي زوجاً متعاوناً، إلا أنني ما زلت أشعر أن كل الضغط يقع على عاتقي لإنجاز كل شيء. أنا أعمل عدة ساعات مثل زوجي، لكنني أقوم بكل ما يتعلق بحياتنا الأسرية".

وخلصت الدراسة إلى أن الإمهات يتحملن غالبية العبء الفكري الذي يأتي مع وظيفة الأبوة والأمومة، وهو ما يجعلهن جميعاً يشعرن بالإرهاق الشديد.

وقالت الدراسة إن الرجال يتصرفون مثل الأطفال حتى يبلغوا سن 43 عاماً، ويتضح ذلك ليس فقط من مواقفهم الساذجة تجاه بعض القضايا وفي سلوكهم، ولكن أيضاً في تفاعلهم مع الأطفال.

وأكدت إحدى المشاركات في الاستطلاع "أن طفلاً يبلغ من العمر 35 عاماً يتصرف مثل طفل يبلغ من العمر 5 سنوات يكون أكثر إرهاقاً لأنه يجب أن يتصرف بشكل أفضل".

ونبهت الدراسة إلى أن الإمهات يهتمن أكثر بالقضايا المتعلقة بتنشئة الطفل وانضباطه وصحته وتعليمه، كما أنهن يتبعن الروتين اليومي للأطفال وتزويدهم بالتعليمات، مما يؤثر على علاقتهن بالأطفال، ويمكن أن يؤدي ذلك إلى صراع بين الوالدين نفسيهما.

ولتلافي تسليط الضغوطات على الزوجة شددت الدراسة على ضرورة تمسك الأبوين بالوحدة في اتخاذ القرارات المتعلقة بالطفل، لافتة إلى أنه إذا منع أحد الوالدين شيئاً ما عن الطفل، فيجب على الطرف الثاني أن يدعم هذا القرار، مع ضرورة الاتفاق على ما هو مسموح أو محظور بالنسبة إلى الأطفال، كما يجب أن يساعد الزوج زوجته لتخفيف العبء عن كاهلها، ولا يكون تركيز الإمهات على إخطاء الأطفال، والتوقف عن محاولة السيطرة على كل شيء، كما يجب على الأزواج مشاركة العايب الأطفال مع أزواجهن ومساعدة الأبناء على أداء واجباتهم المدرسية التي يتجاهلها الأب في معظم الأحيان ويلقي بها على عاتق الأم المرهقة.

توصلت دراسة إيطالية حديثة إلى أن الأزواج أكثر إرهاقاً للمرأة من تكوين أسرة وتربية أطفال، وكشفت نتائج الدراسة التي أنجزتها جامعة بادوفا في إيطاليا أن 75 بالمئة من النساء اللاتي تزوجن وجدن أنفسهن يقمن بواجباتهن كامهات وكأباء أيضاً في أسرهن، كما أنه يقع على عاتقهن نصيب الأسد من الأعمال المنزلية، مما نتج عنه إحباط كبير لديهن.

وقالت 46 بالمئة من الزوجات المشاركات في الاستطلاع شمل 7000 من الإمهات الأمريكيات إن الأطفال يخلقون ضغطاً أقل من أزواجهن وأن الأمر غير مرتبط بالخيانة أو سوء المعاملة.

وأوضحت الدراسة أن متوسط معدل الإمهات صنف مستوى الإجهاد عند 8.5 من أصل 10. كما بينت النتائج أن التعامل مع طفل يصرخ، وحفاظات قذرة، ونقص النوم الذي يصاحب إنجاب أطفال، في الواقع أقل إرهاقاً للمرأة المتزوجة من التعامل مع زوج غير متعاون خاصة إذا كانت تعمل لدوام كامل.

وتمثلت المشكلة الأكبر بالنسبة لمعظم الإمهات اللاتي شملهن الاستطلاع في عدم وجود وقت كاف في اليوم لإنجاز كل شيء على أتم وجه.

75 بالمئة من المتزوجات يقع على عاتقهن نصيب الأسد من الأعمال المنزلية، ما ينتج عنه إحباطهن

وتشعر ثلاثة أرباع المستطلعات أن معظم واجبات الأبوة والأمومة تقع على عاتقهن بالإضافة إلى العمل بدوام كامل، في حين قالت واحدة من كل خمس أمهات أن عدم وجود مساعدة كافية من الزوج هو مصدر رئيسي يومي لضغط عصبي. وقالت معظم النساء أنهن لا يتكفن ببدء واجباتهن كامهات أبناً تقع على عاتقهن واجبات الأبناء فيجدن بذلك أنفسهن يقمن بواجبات الأبوة والأمومة.

تحدي الموت

بعد دراسة أجريت على مجموعة من الأطفال والمراهقين والشباب نقلوا إلى مستشفيات ومراكز طبية إثر تدهور حالاتهم الصحية وتدني مستويات عمل كافة أجهزة الجسم.

يجيب هشام عن تساؤلات أمه بلا مبالاة، حين كشفت عن ذراعه لتجدها في حالة مقرزة، مليئة بالجروح والنقوات، تشريط وجروح قطعية غائرة وبارزة. ماذا تفعل المسكينة؟ ماذا حدث لابنتها ليصل إلى هذه الحالة المزرية، هو يصف الأمر بالعادي، وتقليد الشلّة.

وبلعبية نداء في تبادل الأدوار، وتبادل المقاعد الشهيرة وضع الفتى أمه في ذات الموضع موجهاً إليها السؤال، هل لاحظت هذه التغيرات من قبل؟ هل حقاً تعنيك حالتني الصحية والنفسية؟ كيف تقيمين دورك كام داخل هذه الأسرة؟ هل تعد قيمة مضافة لآسرتنا؟

رايت هذه التساؤلات بعين مغايرة، فهي تنم عن شخصية ذكية، لكنها ذات مازومة، تسقط في اللاشيء هرباً من واقع مؤلم، وربما تقليد أعمى لبعض أفراد الشلّة.

تشطيب الجسد، يعتمد على جرح الجسد بطريقة سطحية وسريعة دون إحداث جروح بليغة، وتنتشر بين المراهقين في بعض المدارس كتحد لإثبات الذات المغايرة، والتعبير عن مشاكلهم وغضبهم في هذه المرحلة العمرية. تزداد وتيرة الحمق والخلل النفسي بشعور بعضهم براحة بمجرد نزول الدم ورؤيته، بينما تحدي الموت حسب وصفهم اختبار للحظات الاحتضار من باب الفضول، وتكمن خطورته الشديدة على الأطفال والمراهقين في كونه مزمهاً للروح. تعالت مؤخراً نداءات التحذير لمركز السموم بجامعة الإسكندرية،

رابعة الختام
كاتبة مصرية



ينتشر بين الشباب والمراهقين هوس التحديات، فلا تخلص من تحدٍ حتى يفاجئنا آخر؛ تحدي دلو الثلج، تحدي التفحيط بالسيارات والدرجات النارية الكبيرة، وتحدي الأكل والشرب، والكثير من التحديات المثيرة التي لا تنتهي حتى بلغ التحدي العبث المباشر بالجسد والروح.

ويسجل تحدي التشطيب (ضرب الموس)، وتحدي الموت أخطر التحديات المنتشرة حالياً بين المراهقين إذ يعتمد الأول على تجريح الجسد بموس الخلاقة أو أي أداء حادة، والثاني يشبه سباقاً بين المراهقين على تناول أكبر كمية من دواء الباراسيتامول (مسكن وخافض للحرارة)، ودواء الديجوكسن (مثير لضلة القلب)، في غياب كامل عن عين الإباء.

على سلالمة البنابة يقابلني هشام ابن جارتني، في بداية مرحلة التعليم الثانوي، لم يكمل عامه السادس عشر بعد، ودود، لطيف، متعاون، فجأة ودون مقدمات تبدل الحال بالشاطب الصغير، لم يعد يهتم بأحد، أهمل دراسته، وحتى مظهره الخارجي، لم يعد الشاب الأنيق المدعم بالحوية والنشاط والحماسة، تبدلت أحواله للنقيض تماماً.

مظهر سيء، تراجع مستواه التعليمي وعلاماته السلوكية بالمدرسة وبين أقرانه، حالته المزاجية المتقلبة تشي بحدث ما، والأعجب ارتداء ملابس غريبة فرغم ارتفاع درجات الحرارة ولفحات الهواء

موضة

تنورة «القلم الرصاص» تغازل أنوثتك في الخريف

تتربع تنورة القلم الرصاص Pencil "Skirt" على عرش الموضة في خريف/ شتاء 2020-2019 لتغازل قوام المرأة وتمنحها إطلالة أنيقة.

وأوضحت مستشارة المظهر الألمانية سونيا جراو أن تنورة القلم الرصاص تمتاز بقصتها الضيقة، التي تسير خطوط الجسم، في حين يصل طولها إلى الركبة، مشيرة إلى أنها تمنح المرأة إطلالة رشيقة، كما تضيف على المرأة ذات القوام الذكوري لمسة رقة وأنوثة.

وأضافت جراو أن تنورة القلم الرصاص تتألق هذا الموسم بنقوش الكاروه، التي تنطق بالإناقة والفخامة. كما تمتاز تنورة القلم الرصاص بتنوع إمكانيات تنسيقها؛ حيث يمكن الحصول على إطلالة أنيقة تناسب العمل من خلال تنسيقها مع بليرز فخم وحذاء ذي كعب عال، في حين يمكن الحصول على إطلالة كاجوال ومتحررة من خلال تنسيق التنورة مع بلوفر من الكشمير وحذاء رياضي.

ومن جهة أخرى أكد خبراء الموضة أن هذه التنورة تغازل المرأة ذات القوام الغني بالمنحنيات والصدر الكبير والأرداف المستديرة والوسط المشقوق. ويفضل فتحة المشي، تمتاز تنورة القلم الرصاص بالراحة أيضاً، كما أنها تعتبر مناسبة للعمل بفضل طابعها الكلاسيكي الأنيق.

وأشار خبراء الموضة إلى أن أناقة تنورة القلم الرصاص مرهونة بأن يكون البطن مسطحاً.

التي تعمل على سرقة الطاقة الإيجابية من بعض الأشخاص وإحباطهم بالضغط الدائم على مواطن الجروح والألم لديهم وإفقادهم الثقة في ذواتهم، وما يتحكم في النفس البشرية من أشباح داخلية تؤثر كثيراً على طريقة حياتهم.

عادة ما يلجأ الأبناء إلى المبالغة في المتناقضين، أحدهما أو كليهما، إما المراقبة الشديدة والصارمة على الأبناء، وإما منح الحرية المطلقة بغير قيود ولا شروط، وكلاهما قاتل للعلاقة بين الأبناء والوالدين. ثقافة الوسطية في ممارسة السلطة التربوية، سواء الأمومية أو الأبوية، ضرورة قصوى للتعامل مع مشكلات الصغار.

في ظني، أن الحل بسيط للغاية وعلى الأيوين استخدامه بطريقة جيدة وأسلوب تربوي صحيح، عليهما تحفيز الطاقة الإيجابية واستخراج طاقات النور والتفاؤل، النجاح والتحقق، حب الذات والسعي لإسعادها، تقبل ذواتنا كما هي وعدم العبث بمقدرات الأمور، والبعد عن سارقي الطاقات الإيجابية المتمثلين في أصدقاء السوء والحلقة الضيقة من المقربين المصدرين لطاقتهم السلبية والأحاسيس المتناقضة التي تجذب الشباب والمراهقين نحو إيذاء الذات والإضرار بها.

تظل الأم في بلاد محكومة بنظرة المجتمع طوال الوقت، غاضة البصر عن احتياجات أبنائها، بينما الصغار لا تعينهم نظرة المجتمع قدر ما تعينهم حاجاتهم النفسية والإنسانية. ثمة اختلاف قاتل بين الأيوين وأبنائهما في هذا العصر الذي طغت فيه التكنولوجيا الرقمية والعصرنة المقبلة على التعامل البشري الحي بين أفراد الأسرة الواحدة.

