

## الإصغاء بين الأزواج وصفة مبتكرة لنجاح العلاقة الأسرية

### العمر يحدد مواصفات المرأة المطلوبة عند الرجل



تترسخ المعتقدات خاصة في المجتمعات العربية بأن جمال المظهر الخارجي هو أهم ما يجذب الرجل إليه ويجعله يرغب في الارتباط بالمرأة، وعلى الرغم من أن الاهتمام بالمظهر الخارجي من قبل الرجل فيه نسبة كبيرة من الصحة، إلا أن تأثيره يزول بعد مرحلة من الوقت، وتصل محله مواصفات أخرى تكون أساس استمرار العلاقة بين الزوجين.

#### سلمى جمال

تختلف أنواق الرجال فيما يتعلق بالمواصفات التي تجذبهم إلى امرأة دون غيرها، فهناك من يفضلون جمال المرأة على أي شيء آخر في حين يبحث آخرون عن صفات محددة في المرأة غير الجمال الذي يعتبرونه زائلاً ولا يمكن أن يكون أساس الانجذاب إلى المرأة والارتباط بها. وفي هذا السياق أكد الدكتور حسين المصري، استشاري الصحة النفسية، أن هناك اختلافات في الشخصية بين امرأة وأخرى، وهذه الاختلافات يترتب عليها مستوى انجذاب الرجل لها، مشيراً إلى اختلاف أنواق الرجال عند اختيار زوجة المستقبل، فهناك من يفضل المرأة القوية، والبعض الآخر يفضلها ضعيفة، وكل منهما يبني شروط اختياره لشريكة حياته على الصفات التي يرغب فيها.

هامة وجاذبية كبيرة، لأن الرجل يتحاشى قدر الإمكان الارتباط بامرأة تسيطر الكافية على مجرى حياتها، مما يؤثر سلباً على حياتها الأسرية وعلى شريك الحياة الذي يبحث عن زوجة تهوّن عليه الضغوط المهنية والمادية التي يعيشها.

#### الرجل يفضل المرأة متصالحة مع نفسها وسعيدة؛ لأنها يمكن أن تسعد من حولها

وأفادوا أن المواصفات التي يجذبها الرجل في المرأة تختلف وفق العمر، ففي عمر العشرين يركز الرجل على المظهر الخارجي للمرأة ويكون منبهرها بمفاتها، وتكون دوافعهم للتعرف على النساء جنسية بحتة؛ حيث يرون المرأة مجرد وسيلة لإشباع رغباتهم الجنسية. أما في عمر الثلاثين يكون هدف الرجل الأساسي هو الاستقرار، وبذلك ينصب تركيزه على إيجاد شريكة حياته

ويكون أساس هذا البحث عقلياً حيث يتقاضى الرجل في هذا العمر عن جمال المرأة، وفي الأربعين يكون الرجل بحاجة إلى امرأة توفر له الرعاية التي يحتاجها نظراً إلى أن الرجل في هذا العمر قد حقق أهدافه الوظيفية ويحتاج إلى من يشاركه نجاحه وقضاء الوقت معه؛ فيصبح تركيزه على المتعة الفكرية التي يحققها وجود شريكة حياته معه.

وقال الخبراء إن الرجل العربي مهووس بالمظهر الخارجي للمرأة ويعتبره من الأساسيات التي لا غنى عنها في اختياره لشريكة حياته، إلا أن مفهوم الجمال يظل نسبياً ومختلفاً من رجل إلى آخر، فالبعض يفضل الشقراوات، وهناك من يفضل النساء الممتلئات ومنهم أيضاً من يفضل النحيفات.

وأكدوا أنه من بين المواصفات التي يبحث عنها الرجل في المرأة أكثر من الجمال إقبالها على الحياة والسعي إلى أن تعيشها بكافة تفاصيلها وعدم التردد في خوض تجارب جديدة مهما أحيطت بها من أخطار، بالإضافة إلى ثقته في نفسها والتي تأسر الرجل.



#### جمال

### زيت بذور اليقطين إكسير شباب بشرتك وجمالها

أوردت مجلة "إن ستايل" أن زيت بذور اليقطين يعد بمثابة إكسير شباب البشرة وجمالها، إذ يعمل على ترطيبها ويمنحها مظهراً مشدوداً.

وأوضحت المجلة المعنية بالموضة والجمال، أن زيت بذور اليقطين غني بفيتامين "E" وفيتامين "C" والزنك، ويعمل على تنشيط تجدد البشرة، وعلى ترطيبها وتوحيد لونها، ويساعد في شفاء الجروح وإخفاء خطوط التمدد.

كما يعمل زيت بذور اليقطين على تحفيز إنتاج الكولاجين والإيلاستين، باعتبارهما المادتين المسؤولتين عن مرونة البشرة ومظهرها المشدود المفعم بالشباب والحيوية.

وقال خبراء الجمال إن بذور اليقطين تحتوي على الأحماض الدهنية التي تعمل على ترطيب طبقات البشرة العميقة وتعمل على تنظيم التوازن في إفراز الزيوت على البشرة الدهنية، ولذلك يعتبر مرطباً مثالياً لجميع أنواع البشرة.

كما يساعد زيت بذور اليقطين في التخفيف من ظهور حب الشباب بشكل ملحوظ، كما أنه يحتوي على فيتامين "K" الذي يشتهر بقدراته المميزة في التخفيف من الهالات السوداء حول العينين.



#### نصائح

### كيف تتصرف عند احتراق جلد طفلك

يعد الأطفال أكثر عرضة للإصابة بالحروق الخطيرة عند انسكاب السوائل الساخنة على جلدهم لأنها أكثر نحافة ورقة من جلد البالغين.

وعن كيفية التصرف في هذه الحالة نصحت الرابطة الألمانية لأطباء الأطفال والمراهقين والوالدين بتبريد موضع الحرق تحت ماء جارٍ وفاتر لمدة تتراوح ما بين 10 و15 دقيقة؛ حيث يساعد التبريد على شفاء الجرح، وبعد ذلك تتم تغطية الجرح بواسطة ضمادة جروح أو منشفة نظيفة.

وأشارت إلى أن هذا التصرف لا يسري إذا كان الجرح يغطي مساحة كبيرة، وذلك بسبب خطر تعرض الجسم لانخفاض شديد في درجة الحرارة، ولا بعد إجراء تبريد جروح الحروق مناسباً للرضع؛ حيث يستلزم الأمر حينئذ استشارة الطبيب.

وتشرفت دراسة برازيلية أن الرجل يفضل المرأة التي تكون متصالحة مع نفسها وسعيدة؛ لأن ذلك يعني أنها يمكن أن تسعد من حولها، حيث بينت البحوث أن المرأة التي تشعر بالسعادة مع نفسها قادرة أكثر من غيرها على إسعاد المحيطين بها. كما نبهت الدراسة إلى أن الرجل لا يحب المرأة التي يشعر بأنها ستعقد حياته، فالرجال يعشقون المرأة الذكية وغالبيتهم ينفرون من المرأة التي تعطي الشعور بأنها تعاني من عقد نفسية.

وعن الصفات التي يعيشها الرجل في المرأة، تؤكد نادية عبدالله، خبيرة الصحة النفسية، أن الرجل يعشق احتواء المرأة، كان تستقبله عند رجوعه من العمل، وهذا الأسلوب في التعامل يجعله دائماً متيقناً من صحة اختياره، وهذا ما يدفعه للتمسك بها، والتغاضي عن أفعال أخرى لا تعجبه، مشددة على أهمية أن تتمتع المرأة بذوق رفيع في اختيار ملابس زوجها، وأن تتابع آخر المستجدات في ملابس الرجال، وتكون حريصة على شراء ما يناسب زوجها لظهوره بشكل لائق.

## الانتماء لعائلة ثنائية اللغة ينمي قدرات الرضع

لندن - توصلت دراسة بريطانية حديثة إلى أن الآباء والأمهات الذين يرغبون في تنمية أطفال قادرين على الانتقال بسهولة بين المهام المختلفة، ووجدت الدراسة أن الأطفال الذين يتربعون وسط عائلة ثنائية اللغة لديهم إمعة مرنة يمكنها تحويل الانتباه إلى مهام مختلفة أسهل بكثير من أولئك الأطفال الذين يعيشون في منازل لا يتحدث فيها الآباء سوى لغة واحدة.

وتذكر المشرفون على البحث أنه تمكن رؤية التأثيرات على الأطفال الذين لا تتجاوز أعمارهم سبعة أشهر، حيث وجدوا أن الأطفال الذين ينتمون إلى عائلة ثنائية اللغة قادرون على تغيير تركيزهم بسرعة أكبر وبشكل متكرر، أكثر من أولئك الذين يعيشون وسط عائلة أحادية اللغة.

وقال الدكتور دين ديسوزا، وهو محاضر في علم النفس بجامعة إنجلترا روسكين البريطانية والمؤلف الرئيسي للدراسة، "قد تكون البيئات ثنائية اللغة أكثر تقبلاً ولا يمكن التنبؤ بها مقارنة بالبيئات أحادية اللغة، وبالتالي فهي أكثر صعوبة في التعلم، وتشير أبحاثنا إلى أن الأطفال في المنازل ثنائية اللغة يتكيفون مع بيئاتهم الأكثر تعقيداً من خلال البحث عن معلومات إضافية".

استخدم الباحثون تقنية تتبع العين لتسجيل نظرات 102 من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 7 و9 أشهر، وكان في المئة منهم ينتمون إلى عائلات ثنائية اللغة، فيما ينتمي البقية إلى عائلات أحادية اللغة.

ووجدوا أن الأطفال من المنازل ثنائية اللغة كانوا أسرع في إعادة توجيه انتباههم نحو صورة جديدة عندما ظهرت على الشاشة، كما أنه عندما يقع عرض صورتين جنباً إلى جنب، كان هؤلاء الأطفال يولّون انتباههم من صورة إلى أخرى بشكل متكرر أكثر من الأطفال المنتمين إلى عائلات أحادية اللغة.

اللغة الثانية ضرورية

## الوجه الآخر للخوف

بشأن الأحداث التي تحيط بهم، فإن الالتزام بالصديق في الإجابات هو الخيار الأمثل، لكن على الآباء الحذر من التخويف المتعمد لأطفالهم، لأنه قد يسبب لديهم مخاوف مزمنة وطويلة الأمد.

الخوف يشبه سلاحاً ذا حدين، فهو من جهة أداة تحفزنا على اتخاذ القرارات الصائبة في الأوقات المربكة، في المقابل فإنه قد يفقد فوائده الإيجابية إذا لم يظل عند مستوى معين، وإن تجاوز ذلك المستوى المحدد فقد أثره الإيجابي في تخليص المشاعر، وتحول إلى واحدة من المشاكل النفسية التي يصعب التخلص منها حتى مع بلوغ الشخص مراحل متقدمة من العمر.

المشكلة تكمن في أن الخوف قد يجد لنفسه أحياناً مجالاً ليتصخم ويسيطر على أذهان الكبار أكثر من الصغار، وقد يكون أشبهه بالسلاح الشهر لفرص الخرافات والانصياح لها في النقوس.

يقول الفيلسوف والمؤرخ البريطاني برتراند راسل "الخوف هو المصدر الأساسي للخرافات، وأحد أهم مصادر القسوة، لذا فالانتصار على الخوف هو بداية الحكمة".

وبينما فرض الخوف من فيروس كورونا على الكثيرين العزلة أو ما يشبه المنفى الفردي، فإن وسائل التواصل الاجتماعي التي أصبحت متداولة في حياتنا اليومية، قد خلقت بيئة مفعمة بالهلع والتضليل.

المرونة والتكيف ورد الفعل تجاه مختلف المخاطر التي قد يواجهونها مستقبلاً، فالعلم يمكن أن يكون أحياناً مكاناً مخيفاً، كما أن الأطفال سيترجون بمواقف وأزمات مختلفة في حياتهم، ولذا فإن تدريبهم على كيفية مواجهة الخوف أمر جيد بالنسبة إليهم.

لكن ثمة عبء يقع على كاهل الوالدين على صعيد مساعدة أطفالهم ليبلوروا بأنفسهم وبشكل طبيعي ودون تدخل استخلاصاتهم المتغلقة بالمخاطر التي تحيط بهم وطرق توكي الحذر منها في الوقت المناسب، ولا ينبغي الكذب عليهم عندما يسألون عن مثل هذه الأشياء، فذلك يعني أنهم قد وصلوا بالفعل إلى مرحلة نمو تتيج لهم التمييز بين الأشياء الحقيقية والخيالية.

عند بلوغ الصغار مرحلة النمو هذه، ويبدأون في طرح الأسئلة

يولد وبداخلنا خوف غريزي من أشياء معينة، وعضاً عن ذلك، فقد نشأنا كبشر لننتعلع بسرعة الخوف من أي شيء نعتقد أنه يشكل خطورة على حياتنا.

فضلاً عن ذلك، ربما يكون الخوف مهم أيضاً بالنسبة إلى الأطفال على صعيد تعزيز ما يعرف بـ"بيولوجية الدفاع" عن النفس لديهم، أو "التحكم المعرفي"، وقد يساعدهم ذلك على تشكيل



يمنية حمدي  
كاتبة تونسية  
مقيمة في لندن

فأفادوا أن المواصفات التي يجذبها الرجل في المرأة تختلف وفق العمر، ففي عمر العشرين يركز الرجل على المظهر الخارجي للمرأة ويكون منبهرها بمفاتها، وتكون دوافعهم للتعرف على النساء جنسية بحتة؛ حيث يرون المرأة مجرد وسيلة لإشباع رغباتهم الجنسية.

وأفادوا أن المواصفات التي يجذبها الرجل في المرأة تختلف وفق العمر، ففي عمر العشرين يركز الرجل على المظهر الخارجي للمرأة ويكون منبهرها بمفاتها، وتكون دوافعهم للتعرف على النساء جنسية بحتة؛ حيث يرون المرأة مجرد وسيلة لإشباع رغباتهم الجنسية.

وأفادوا أن المواصفات التي يجذبها الرجل في المرأة تختلف وفق العمر، ففي عمر العشرين يركز الرجل على المظهر الخارجي للمرأة ويكون منبهرها بمفاتها، وتكون دوافعهم للتعرف على النساء جنسية بحتة؛ حيث يرون المرأة مجرد وسيلة لإشباع رغباتهم الجنسية.

وأفادوا أن المواصفات التي يجذبها الرجل في المرأة تختلف وفق العمر، ففي عمر العشرين يركز الرجل على المظهر الخارجي للمرأة ويكون منبهرها بمفاتها، وتكون دوافعهم للتعرف على النساء جنسية بحتة؛ حيث يرون المرأة مجرد وسيلة لإشباع رغباتهم الجنسية.