

# الإصابة بالوباء تختبر التماسك الأسري في الحجر المنزلي

## نجاة حامل الفيروس من الموت تتطلب تكاتف جهود الأسرة



وضع امتلاء أسرة المستشفيات بأعداد المصابين بفيروس كورونا في مصر العديد من العائلات أمام اختبار صعب كشف عن مدى تماسك الروابط الأسرية، إذ أن بعض المرضى أكرهوا على ملازمة منازلهم من أجل الحصول على العلاج، وهو ما أثبت أن التغلب على المرض والنجاة منه مسؤولية كل العائلة.



أميرة فكري  
كاتبة مصرية

الأسرية التي يصاب أحد أفرادها، وأضحى حامل الفيروس مصدر قلق وتوتر، خوفاً من تدهور صحته وربما وفاته، أو نقل العدوى لباقي أفراد الأسرة.

وأكد الأب الأربعة أن "إصابة أحد أفراد الأسرة بكورونا، اختبار جاد وقوي للتماسك العائلي، ففي المحن تظهر هشاشة أو متانة العلاقة، وعند المصيبة تظهر أصالة شريك الحياة". ودعم هذا الرأي، محمد هاني استشاري الصحة النفسية، بالإشارة إلى أن "إحساس فرد الأسرة الذي يحمل وباء قاتلا بان عائلته متمسك بالوقوف إلى جانبه، ولو كان الأمر خطرا عليهم، بشكل نحو 50 في المئة من نسب شفائه، لكن الخطورة أن يكون الاهتمام الأسري محاطا بالشفقة، لأن انعكاسات ذلك خطيرة عليه، ويشعر أنه أصبح عبئا ثقيلًا على أقرب الناس إليه".

ولفت هاني في حديثه لـ "العرب" إلى أن هناك مخاطر أشد وطأة على نفسية مريض كورونا، تتمثل في إمكانية أن تشعره الأسرة ولو عن غير قصد، أنه ارتكب ذنبا في حقها، وكان سببا في أن تكون موصومة مجتمعا، لأن المصاب بعد تماثله للشفاء يتذكر كل نظرة وموقف من عائلته، وعلى أساسها إما يحصن قوام الأسرة من التصدع، وإما يعيد حساباته ويقرر هدم أركانها.

وأقرب مثال على ذلك، أن بعض الأبناء قد يصرون على تلقي الأب أو الأم، من حملي الفيروس، وهذا إحساس قاس ينتقل العدوى، وهذا إحساس قاس يقود إلى شعور المصاب بأنه شخص غير مرغوب فيه، وأقرب الناس إليه يحاولون التخلص منه، في حين لو تقبلت الأسرة أن تقوم بدور المعالج في المنزل بصدر رحب ودون تذمر، فإن صدمة عضو الأسرة من الإصابة تكون أقل.

وما يزيد متاعب الأسرة التي يتلقى أحد أفرادها العلاج المنزلي، أنها مطالبة بالتخلي عن خوفها ورهبتها ولو كانت مصابة بحالة معنوية سيئة، لتقوم بدور المعالج النفسي لعضو العائلة الذي يحمل الوباء، ومساندته لحين اكتمال مرحلة الشفاء. وتزداد الصعاب عند العائلة التي تسكن في

القاهرة - قبل أسابيع قليلة من إصابة محمد خضر، وهو موظف حكومي بمحافظة البحيرة (شمال القاهرة) بفيروس كورونا المستجد، كانت الخلافات مع زوجته لا تتوقف، رغم أنهما متزوجان منذ عقدين، حتى اكتشف له الوباء كيف أن شريكة حياته شديدة الوفاء.

ولم ينكر خضر، الذي اضطرته ظروف امتلاء أسرة المستشفيات بأعداد المصابين للحصول على علاجه في المنزل، أن علاقته بزوجته قاربت أن تصل لطريق مسدود، حتى جاءت إصابته بكورونا لتجبره على إعادة النظر في حساباته الأسرية.

وقال خضر لـ "العرب"، هاتفيا، إنه أصبح سببا في أن تعيش أسرته حالة من الرعب بحكم أنه يتلقى العلاج في المنزل، ومن الطبيعي أن يخشى جميع الأفراد على أنفسهم من انتقال العدوى، لكن زوجته لم تتهرّب من المسؤولية ومنحته دفعة معنوية واهتماما واحتواء سهّلت عليه الصدمة.



هاله يسري

دعم المريض الذي يتلقى العلاج المنزلي والنجاح في التعامل معه كفيلا بالحفاظ على التماسك الأسري

وتسبب توسع الحكومة المصرية في علاج مصابي كورونا في منازلهم لزحام المستشفيات، في تعميم الأزمات

### المساندة العائلية أول خطوة للنجاة من المرض

الاقبل بتقديم حزمة من الإرشادات تعين الأسرة على تجاوز المحنة. وتزداد المعضلة عند الأسر التي يكون فيها الأب والأم أميين، والأبناء من خريجي التعليم المتوسط أو غير متعلمين، وهذه ثقافة موجودة عند من يفكرون في الإنجاب من منظور اقتصادي بحت، بحيث يساعدون العائلة على العمل في الحقل أو يربثون نفس الحرفة، وبالتالي فإن وجود غير متعلمين داخل الأسرة قد يزيد المتاعب ويصعب مهمة أفرادها في التعامل مع المصاب بشكل صحيح.

ويتوقع متخصصون في علم الاجتماع أن تغير جائحة كورونا الثقافات البالية عند بعض الأسر، مثل تجاهل تعليم الأبناء والاستثمار في تفوقهم الدراسي وليس استغلالهم كأداة اقتصادية لجني الأرباح المادية فقط، بحكم أن أي عائلة في الوقت الراهن أضحت في حاجة ماسة إلى أن يكون بين أفرادها متعلمون ومتقنون يستطيعون اتخاذ القرارات المناسبة.

كفيل بالحفاظ على التماسك الأسري مستقبلا، لأن المصاب يكون في أضعف حالاته وينتظر الدعم من أقرب نويه، وإذا تحقق ذلك يشعر بقيمته وسط أسرته، ومن الصعب أن ينسى هذا الموقف.

وأوضحت يسري لـ "العرب" أن الاختبار الأهم في ظل جائحة كورونا هو مدى متانة العلاقة الزوجية، وهل تكون مهياة للنهاية ومتينة ويصعب أن يخترقها الشقاق مهما كانت الصدمات المستقبلية، فلا شيء أخطر من مساندة ودعم شريك الحياة وهو يعاني من فيروس يُوصم المجتمع المصابين به بابشع التوصيفات، كأنهم ارتكبوا جريمة في حق الآخرين.

وتكمن خطوة العلاج المنزلي في أن أغلب الأسر ليس لديها الوعي الكافي الذي يؤهلها للتعامل بشكل سليم مع نوبها من حملي الفيروس، وتضاعف الاهتمام تحت ضغط الحب والعاطفة، ما يفرض على المؤسسات الطبية مشاركة العائلة دورها الطبي والنفسى، على

استلام جثث نويهم، مثل الإباء والأمهات الذين توفوا بالمرض في المستشفيات، عكست حجم الخلل الذي أصاب العلاقات الأسرية، وكذلك الجحود وغياب الوفاء والترابط. ويرى خبراء علم النفس والاجتماع، أنه ليس سهلا على زوج يعرف أن شريكة حياته مصابة بوباء قاتل، وقد يكون سببا في وفاته وتمسك بالبقاء إلى جانبها، وبالمثل الأبناء في تعاملهم مع الإباء المصابين، ما يعني أن لكورونا وضعية خاصة تتطلب إظهار التضحية والمقابلة والتبذل حتى آخر لحظة، لأن ذلك يكفل زيادة الصلابة النفسية لحامل الفيروس ليكون قادرا على مواجهة وليس الاستسلام.

وقالت هاله يسري، أستاذة علم الاجتماع بمركز بحوث الصحراء بالقاهرة، إن الدعم العائلي لمريض كورونا الذي يتلقى العلاج المنزلي مسؤولية شاقة على كل أفراد الأسرة، والنجاح في التعامل معها بالاحتواء والتضامن، بغض النظر عن الخسائر،

بيئة بسيطة، ولديها منزل صغير لا يسمح بعزل الفرد المصاب في غرفة مستقلة، فهناك أسر كثيرة لا تمتلك الفصل بين أفرادها لدرجة أنه في بعض الأحيان يكون المنزل عبارة عن غرفتين، واحدة لجمع الأبناء وثانية للأب والأم. وتظهر هنا أصالة أفراد الأسرة ومدى خوفهم على المصاب وتوفير كل سبل الراحة النفسية والمعيشية ولو كان ذلك على حساب إرهابهم جسديا وذهنيا وماديا، لأن أغلب تعليمات الأطباء تؤكد على ضرورة قيام العائلة برقع معنويات المريض لتجنب انهيار جهاز المناعي.

صحيح أنه من النادر في المجتمعات الشرقية أن يتخلى شريكا الحياة عن بعضهما وقت المصائب الإنسانية، مثل إصابة أحدهما بالمرض، لكن وباء كورونا كرس حتمية صلابة العلاقة الزوجية والأسرية لضمان بقاء أفراد العائلة بجانب بعضهم.

غير أن بعض الوقائع التي ظهرت مع تفشي وباء كورونا برفض الأبناء

### موضة

## الأصفر الفانيليا يمنح المرأة إطلالة صيفية حاملة

ميونخ - يتربع الأصفر الفانيليا على عرش ألوان الموضة النسائية في صيف 2020 ليمنح المرأة إطلالة رومانسية حاملة.

وكشفت مجلة "إل" الفرنسية أن الأصفر الفانيليا يتمتع بطابع ناعم ومشرق يشيع أجواء البهجة والسعادة والإقبال على الحياة، مضيئة إذ هذا اللون بالذات يغازل كل النساء، سواء كن ذوات بشرة فاتحة أم داكنة.

وحسب المجلة المعنية بالموضة والجمال، فإن الأصفر الفانيليا يندرج ضمن ألوان الملتجات، وكما لفتت إلى أن هذا اللون يبدو في قمة الروعة والجاذبية إذا ما تم تنسيقه مع قطع تحمل ألوان الملتجات الأخرى مثل الفستقي والبفسجي الفاتح.

وأوضحت "إل" أن الأصفر الفانيليا يتناغم مع درجات الأزرق باكملها، وأيضا مع البني بلون النوغا والرمادي بلون الأنتراسيت؛ حيث تخلق هذه التوليفة تباينا جذابا يخطف الأنظار.



## الكمامات الملونة تغري الصغار على ارتدائها

أكثر بارتداء الكمامات دون انزعاج بفضل الرسومات، متابعة "جميعنا دون استثناء معنيون بتقديم المساعدة خلال فترة كورونا والخروج بأفكار مبتكرة يمكن أن تساهم في تجاوز هذه الأزمة بأقل ما يمكن من خسائر، على أمل أن يرفع الله عنا هذا الوباء".

وسجلت الجزائر حتى الآن 9153 حالة إصابة مؤكدة بالفيروس و661 حالة وفاة.

باللعب والمرح بعيدا عن مخاوف وهواجس الكبار من الفيروس".

والزمت الحكومة الجزائرية المواطنين الشهر الماضي، بوضع الكمامات في الأماكن العامة وفرضت عقوبات قانونية على غير الملتزمين بذلك في محاولة لمكافحة تفشي الجائحة.

وأضافت الكنز (53 عاما) أن "الهدف من مبادراتها وزوجها يكمن في جعل الأطفال ذوي سنتين فما فوق مهتمين

من سن عامين فما فوق، ويعمدان إلى تزيينها بالرسوم والألوان لجذب انتباه الأطفال.

وقال بورنسان (56 عاما) إن "فكرة الاستعانة بالرسوم المتحركة كانت نتيجة تفكير عميق في كيفية جعل الأطفال راغبين في ارتداء الكمامات لاسيما في هذه السن الصغيرة، دون أن ينزعجوا من ذلك، بالإضافة إلى أن هذه الرسوم تشدهم إلى عالمهم المليء

وسط تفشي جائحة فيروس كورونا المستجد.

وعكف بورنسان وزوجته الكنز على صنع الكمامات منذ ظهور الفيروس في الجزائر في مارس الماضي، ويعمل الثنائي على توزيع ما يصنعه من كمامات بالأساس على الناس وفي المستشفيات.

وفي الوقت الراهن يحرص الزوجان على خياطة كمامات مخصصة للأطفال

الجزائر - بدأت العديد من ورش الخياطة في الجزائر في تصنيع كمامات للأطفال مستلهمة من عالم الرسوم المتحركة، وذلك بعد أن أصبح وضع الكمامة إلزاميا في البلاد.

ويقوم فريد بورنسان وهو صاحب ورشة خياطة وزوجته ليده الكنز بتصنيع كمامات ذات رسومات ملونة لشخصيات من أفلام الرسوم المتحركة للأطفال والرضع، وذلك لحمايتهم

## اليوغا لمساعدة الطفل الوحيد زمن الإغلاق

سبيل المثال أن تاخذوا ثلاثة أنفاس في الخارج وتتنافسوا على معرفة من يمكنه الزفير لفترة أطول".

وأطبء علم النفس ينصحون أولياء الأمور بتوفير مساحة أكبر لأطفالهم وذلك بالخروج معهم مرتين في اليوم إن أمكن

وتابعت "هناك نصيحة أخرى توجهوا إلى أحد المتنزهات لممارسة بعض تمارين اليوغا مع صديق وطفله، فهناك أوضاع بسيطة يمكن حتى للأطفال محاكاتها".

برلين - انصب التعامل مع فيروس كورونا في الفترة الأخيرة بالأساس على التباعد الاجتماعي، غير أنه في أجزاء من العالم بدأت الآن تدريجيا، العودة إلى الحياة الطبيعية، حيث صار بالإمكان لقاء الأصدقاء والأسر الأخرى مجددا.

ومع ذلك لا يزال هذا الأمر بعيدا للغاية بالنسبة للكثيرين، وهذا ينطبق خصوصا على الطفل الوحيد الذي يحتاج حاليا إلى الكثير من الاهتمام من والديه، لذلك تنصح دانييلا ليميرتس، الطبيبة النفسية للأطفال والشباب، الوالدين بتوفير مساحة لأطفالهم، قائلة "عمليا، هذا يعني الخروج مع الطفل مرتين في اليوم إن أمكن".

وأضافت ليميرتس أن "تمارين اليوغا تبعد عن إعادة الأطمئنان للأطفال والوالدين معا.. يمكنككم على



هناك أوضاع بسيطة يمكن للأطفال محاكاتها