

# هل يعكس سيلفي الطلاق بداية تغير ثقافة الانفصال في تونس

## الطلاق الودي بديل نموذجي وحضاري للصدام والمواجهة



تحرر من العقد

حامد قائلة "أنت امرأة جميلة متحررة من العقد الفارغة تعيشين لنفسك ولسعادتك، أنت تمثلي نفسي، أنا متأكدة أنك سوف تكونين زوجة ممتازة وأما رائحة، لك مني الكثير من الحب والتحفيز لتستمرين في فلسفتك". ويرى أخصائيو علم النفس أن الأزواج الذين يواجهون مشاكل عويصة في بداية حياتهم الزوجية، أن الانفصال مبكرا قد يوفر عليهم الكثير من الألم العاطفي والجسدي. وتغزو المجتمعات العربية مؤخرا حفلات الطلاق التي تقيمها بعض السيدات بعد انفصالهن عن أزواجهن، للتعبير عن سعادتهن بالتخلص من علاقة زوجية يعتبرنها ضارة وغير آمنة، ويؤكد أن الطلاق يمكن أن يكون مشروعا للعيش في حياة مختلفة أوصدت فيها الأبواب على عيش سابق تعرضن خلاله للضرب والاعتداء النفسي والجسدي.

وأشارت إلى أنه "في مجتمعات عديدة يعتبر هذا السلوك المتحضر أمرا عاديا، وسرعان ما يُحاط أي مطلقين بأمنيات بداية جديدة وينتهي كل شيء، إلا أنه بمجرد نشر هذه الصورة التلقائية كشفت التعليقات العُقد التي يعاني منها الكثيرون في المجتمع التونسي". وتابعت "لا أشعر بأي قلق، فهذه أنا متصالحة مع نفسي وأعيش بطريقتي وأسلوبتي الخاص ولست مجبرة على أن أكون نسخة من أي شخص والحمد لله". وأكدت "لست نادمة على السيلفي الذي أخذته مع طلبي وسعيدة لأنني تمكنت من تعرية عقد وأمراض نفسية لا تقتصر على المجتمع التونسي بل تعداه للمجتمعات العربية"، متابعة "الحمد لله أنني مقتنعة بأي شيء أقوم به لست مثل الأشخاص الذين يعيشون لإرضاء الناس والمجتمع لا أكثر". وعلقت إحدى الناشطات على كلام

وتعجبت قائلة "كيف يمكن للناس أن يتحدثوا عن شخصين لا يعرفانهم بمجرد رؤيتهم لصورة؟ لا أحد يعرف ظروفنا وحياتنا وتجربتنا في الزواج". وتابعت موضحة "أكثر من 3 سنوات أتعيش كل طرف في مكان، كما أننا لم نتمكن من العيش مع بعضنا البعض حياة طبيعية مثل أي زوجين". وأكدت أن "سعادتهما بنهاية العلاقة أخيرا وكل طرف سوف يبدأ حياته من جديد يعتبر أمرا عاديا لا يتطلب كل هذه الضجة والتعليقات السلبيّة". وقالت حامد للأشخاص الذين انتقدوا هذه الصورة "لو نشرت صورة تبرز تعرضي للعنف وتتضمن الشتائم لوجدت الكثير من التعاطف، فالكثيرون يعتبرون هذا الأمر عاديا، أما بالنسبة لشخصين متحضرين اختارا الانفصال بكل هدوء واحترام فهذا يعتبر شيئا غريبا ولا يتفق مع مقاييس الطلاق في المجتمع التونسي".

التي تقال للناس. وأضاف بالنسبة إلينا قرنا الطلاق ونبقى صديقين وتبادل الاحترام". وتابع "جرت العادة أنه عندما يصدر حكم الطلاق يتبادل الطليقان العنف اللفظي والمادي، على الرغم من أن الأمر لا يستحق وكل شخص له حرية اختيار القرار الذي يناسبه". ونشرت خولة حامد على صفحتها على فيسبوك هي الأخرى تقول "وسط الفوضى دائما هناك شيء جميل ينسبك الأشياء السيئة، والأشخاص المرضى، المئات من الرسائل التي وصلت وكلها كلام جميل له مفعول البلمس على الجرح". وأضافت "للحظة صدمت وخفت فهل لهذه الدرجة الاختلاف مرفوض حتى لو كان إيجابيا، وهل لهذه الدرجة نشعر بالقلق عندما نرى طرفين يحترمان بعضهما بعد نهاية العلاقة الزوجية التي كانت تربطهما بالتراضي".

معلوم أن العلاقة الزوجية التي وصلت إلى طريق مسدود واستنفدت كل محاولات الصلح، غالبا ما تنتهي بالتباغض والخلافات وتبادل الشتائم بين طرفيها، إلا أنه وفي حادثة تعتبر غريبة على المجتمع التونسي نشر زوجان تونسيان صورة سيلفي جمعتهما مباشرة بعد نهاية جلسة الطلاق وهما يبتسمان أمام المحكمة في العاصمة تونس. وأثارت هذه الحادثة جدلا واسعاً على منصات التواصل الاجتماعي بين مؤيد ورافض لهذا السلوك المخالف للعادات المرافقة لأحكام الطلاق، فهل يعكس "سيلفي الطلاق" بداية تغير ثقافة الانفصال في تونس؟

تونس - تداول نشطاء مواقع التواصل الاجتماعي صورة للطليقين وليد شكري وخولة حامد التي قاما بنشرها على فيسبوك، وأضافا لها تعليقا جاء فيه "أخيرا انفصلنا.. لسنا نحن السيئين.. بل الزواج هو السيء". واختلقت الآراء بين من اعتبر ذلك سلوكا إيجابيا وبين من رأى أنه ظاهرة دخيلة على المجتمع التونسي. وتفاعل الكثير من رواد موقع فيسبوك على "سيلفي الطلاق".



التقاط الطليقين التونسيين لصورة السيلفي التي تعبر عن سعادتهما بهذه النهاية، لا يمكن تقبله بسهولة

وعلق أحد النشطاء قائلا "الطلاق اتفاق يُشكل نتيجة طبيعية لإرادة الزوجين في وضع حد لعلاقتهم الزوجية دون تشنجات أو مزاييدات، بل إن هذا النوع من الطلاق يعتبر البديل النموذجي والحضاري لظاهرة الصدام والمواجهة في أثناء حل ميثاق الزوجية". وانتقد كثيرون مصطلح "الزواج السيء"، معتبرين أنه قد يجعل إلى فهم خاطئ بأن العلاقة خارج إطار الزواج أفضل وأكثر أريحية. وقالوا إن حديث الطليقين عن كون الزواج هو الأمر السيء، فيما نفيًا تهمة السوء

## نصائح ما الغاية من إضافة الزيت للخضراوات الصفراء والحمراء



برلين - أوصى مركز حماية المستهلك بولاية بافاريا الألمانية بإضافة الزيت إلى الخضراوات الصفراء والحمراء كالجرجير والقرع العسلي والطماطم لتحقيق أقصى استفادة منها. وأوضح المركز أن الخضراوات الصفراء والحمراء تحتوي على مادة "كاروتينات"، التي تتحول في الجسم إلى فيتامين A عندما تذوب في الزيت. ومن المعروف أن فيتامين A يتمتع بأهمية كبيرة لصحة النظر وجمال البشرة وتقوية جهاز المناعة والعظام وتثبيت الالتهابات. وأكد الخبراء أن مفتاح الفائدة في طبق السلطة هو نوع الزيت الذي يضاف مع عناصر أخرى مثل الخل والليمون والملح، ولا تقل أهمية الزيت المستخدم في طبق السلطة عند حدود إضافة الأحماض الدهنية الأساسية التي لا يصنعها الجسم إنما يجب أن تأتيه من طعام يتناوله الإنسان، ولا عند إضافة نكهة محببة للخضراوات إنما تأتي أهميته كونه يتيح امتصاص الفيتامينات التي تذوب في الدهون ولا تمتص إلا في وجوده مثل فيتامين د، ك، هـ. وأكد الخبراء أن إضافة الزيت إلى الخضراوات المستخدمة في السلطة تعتبر إضافة أساسية من الألياف.

للتعليم عن بعد، حيث بلغت 43 في المئة، بينما بلغت نسبة الأسر التي لديها استعداد منخفض فقد مثلت نسبتها 23 في المئة. ويلاحظ تنوع الأجهزة التقنية المتوفرة لدى الأسر لاستخدامها في التعليم عن بعد، حيث جاءت أجهزة الكمبيوتر أو السلاط توب أكثر الأجهزة استخداما بنسبة مثلت 55 في المئة، وأجهزة الهاتف الجوال بنسبة 23 في المئة، وأجهزة الأيباد أو التابلت بنسبة 13 في المئة. والتلفزيون بنسبة 5 في المئة، بينما أفادت 5 في المئة من الأسر بعدم توفر أجهزة تقنية لديها لأغراض التعليم عن بعد. وأوضح 54 في المئة من أولياء الأمور أن عدد الكمبيوترات لديهم مناسب لعدد الأبناء أثناء دراستهم عن بعد، ويرى 14 في المئة أنه مناسب إلى حد ما، بينما يرى 32 في المئة أنه غير مناسب مع عدد الأبناء. ونشرت وزارة التربية والتعليم السعودية مقاطع مصورة مختلفة ومتعددة للتلاميذ والطالبات، لضمان استمرار التعليم عن بعد في كافة مناطق ومحافظات المملكة، وذلك من خلال قنوات عين، ومنصة مدرستي أو الدخول مباشرة على مايكروسوفت Teams باستخدام حساب مايكروسوفت.

## ارتفاع نسبة متابعة الأمهات لدراسة الأبناء عن بعد في السعودية

الرياض - أجرى المركز الوطني السعودي لاستطلاعات الرأي العام استطلاعاً لآراء أولياء الأمور حول الاستعداد للتعليم عن بعد من حيث التجهيزات التقنية ومتابعة الأبناء أثناء تعليمهم عن بعد. وأشارت في الاستطلاع العلمية اعتمدت على المقابلة الهاتفية المباشرة مع المشاركين في الاستطلاع. وأظهرت نتائج الاستطلاع ارتفاع نسبة متابعة الأمهات لدراسة الأبناء عن بعد ومساعدتهم أو توجيههم، حيث بلغت 45 في المئة مقابل 5 في المئة للأباء، ومن جانب آخر يشترك في 32

في المئة من الأباء والأمهات معا في متابعة دراسة أبنائهم عن بعد. بينما يعتمد 8 في المئة من الأبناء على أنفسهم في الدراسة عن بعد، ويقوم الإخوة والأخوات في 6 في المئة من الأسر بمتابعة الأبناء أثناء دراستهم عن بعد، ويعتمد 2 في المئة فقط على معلم خاص. كما توصلت الدراسة إلى أن النسبة الأعلى من الأسر لديها استعداد مرتفع

وأنفذ الاستطلاع خلال 24 ساعة عبر منهجية علمية اعتمدت على المقابلة الهاتفية المباشرة مع المشاركين في الاستطلاع. وأظهرت نتائج الاستطلاع ارتفاع نسبة متابعة الأمهات لدراسة الأبناء عن بعد ومساعدتهم أو توجيههم، حيث بلغت 45 في المئة مقابل 5 في المئة للأباء، ومن جانب آخر يشترك في 32



ضمان استمرار التعليم