

## استمرار الزواج بعد الخيانة قبول بالطلاق المبطن بين الطرفين

### الخوف والضغط الأسري يجبران المرأة على التساهل مع الزوج الخائن



تجبر الضغوط الأسرية ووجود أبناء حديثي السن المرأة على التساهل مع خيانة زوجها من أجل استمرار الزواج لتجنب الوصم بالطلاق وتتجنب عائلتها العودة إلى الإنفاق عليها مبكراً. ولا يستطيع البعض من الزوجات اللاتي تجاوزن مرارة الخيانة وسامحن شركاء الحياة أن يعيشن حياة أسرية مستقرة، حيث يشعرن طوال الوقت بالذونية والمرارة، خاصة عندما يكتشفن أن أزواجهن مستمرين في سلوكياتهم السيئة.

أميرة فكري  
كاتبة مصرية

اعتادت مروة محمد، وهي فتاة مصرية في العقد الثالث من عمرها، أن يصل زوجها من عمله متأخراً كل يوم، وذات مرة تجرت وتجولت في هاتفه المحمول لتكتشف رسائله الغرامية مع امرأة أخرى، وأنه يلتقيها على فترات، وشعرت بأن العلاقة بينهما تطورت إلى حد إقامة علاقة حميمة. لم تتحدث إليه أو تواجهه، التزمت الصمت وتعاملت معه بشكل طبيعي إلى حين استطلاع رأي والدتها التي نصحتها بترك منزل زوجها والعودة إلى أسرتها دون أن تبلغه بالسبب، ومع طول فترة الغياب سال عن دوافعها فواجهته بحقيقة الخيانة.

لا تنكر مروة أنها أصلحت الكثير من نفسها وتصرفاتها التي دفعت زوجها إلى خيانتها، حتى فوجئت بأنه مستمر في علاقته مع نفس المرأة، وعندما واجهته أبلغها بإمكانية طلب الطلاق، لكنها رفضت وتمسكت باستمرار حياتها معه، خوفاً من انتقام أسرتها حال تمسكت بالانفصال ودمرت مستقبل طفليها.

يلتمس المجتمع الشرقي بطبيعته العنصرية من الأعداء للرجل عندما يقدم على الخيانة، ويستحيل أن يقبلها من المرأة، ومع أول شكوى من الزوجة لأسرتها يتم تحميلها المسؤولية، بدعوى قصورها وانشغالها عن شريك حياتها، وإلا ما نظر إلى سيدة أخرى.

لا تنكر مروة أنها أصلحت الكثير من نفسها وتصرفاتها التي دفعت زوجها إلى خيانتها، حتى فوجئت بأنه مستمر في علاقته مع نفس المرأة، وعندما واجهته أبلغها بإمكانية طلب الطلاق، لكنها رفضت وتمسكت باستمرار حياتها معه، خوفاً من انتقام أسرتها حال تمسكت بالانفصال ودمرت مستقبل طفليها.

يلتمس المجتمع الشرقي بطبيعته العنصرية من الأعداء للرجل عندما يقدم على الخيانة، ويستحيل أن يقبلها من المرأة، ومع أول شكوى من الزوجة لأسرتها يتم تحميلها المسؤولية، بدعوى قصورها وانشغالها عن شريك حياتها، وإلا ما نظر إلى سيدة أخرى.

يلتمس المجتمع الشرقي بطبيعته العنصرية من الأعداء للرجل عندما يقدم على الخيانة، ويستحيل أن يقبلها من المرأة، ومع أول شكوى من الزوجة لأسرتها يتم تحميلها المسؤولية، بدعوى قصورها وانشغالها عن شريك حياتها، وإلا ما نظر إلى سيدة أخرى.

يلتمس المجتمع الشرقي بطبيعته العنصرية من الأعداء للرجل عندما يقدم على الخيانة، ويستحيل أن يقبلها من المرأة، ومع أول شكوى من الزوجة لأسرتها يتم تحميلها المسؤولية، بدعوى قصورها وانشغالها عن شريك حياتها، وإلا ما نظر إلى سيدة أخرى.

يلتمس المجتمع الشرقي بطبيعته العنصرية من الأعداء للرجل عندما يقدم على الخيانة، ويستحيل أن يقبلها من المرأة، ومع أول شكوى من الزوجة لأسرتها يتم تحميلها المسؤولية، بدعوى قصورها وانشغالها عن شريك حياتها، وإلا ما نظر إلى سيدة أخرى.

يلتمس المجتمع الشرقي بطبيعته العنصرية من الأعداء للرجل عندما يقدم على الخيانة، ويستحيل أن يقبلها من المرأة، ومع أول شكوى من الزوجة لأسرتها يتم تحميلها المسؤولية، بدعوى قصورها وانشغالها عن شريك حياتها، وإلا ما نظر إلى سيدة أخرى.

يلتمس المجتمع الشرقي بطبيعته العنصرية من الأعداء للرجل عندما يقدم على الخيانة، ويستحيل أن يقبلها من المرأة، ومع أول شكوى من الزوجة لأسرتها يتم تحميلها المسؤولية، بدعوى قصورها وانشغالها عن شريك حياتها، وإلا ما نظر إلى سيدة أخرى.

يلتمس المجتمع الشرقي بطبيعته العنصرية من الأعداء للرجل عندما يقدم على الخيانة، ويستحيل أن يقبلها من المرأة، ومع أول شكوى من الزوجة لأسرتها يتم تحميلها المسؤولية، بدعوى قصورها وانشغالها عن شريك حياتها، وإلا ما نظر إلى سيدة أخرى.

يلتمس المجتمع الشرقي بطبيعته العنصرية من الأعداء للرجل عندما يقدم على الخيانة، ويستحيل أن يقبلها من المرأة، ومع أول شكوى من الزوجة لأسرتها يتم تحميلها المسؤولية، بدعوى قصورها وانشغالها عن شريك حياتها، وإلا ما نظر إلى سيدة أخرى.

#### تبرير الخيانة دائم الحضور عند الأزواج

مع شريك على علاقة بامرأة أخرى أفضل من استكمال حياتها بين حميم عائلتها، ويوفر لها متطلباتها الشخصية، وهنا تتعامل مع الزواج من منطلق مادي. بغض النظر عن الدوافع الحقيقية، لكن المرأة التي تتساهل مع الخيانة يصعب أن تعيش حياة أسرية مستقرة، فطوال الوقت تشعر بالذونية والمرارة والبحث عن خلفيات كل قرار يتخذه شريك حياتها، خاصة إذا كانت تبادل الحب من طرف واحد.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

ويرتفع مستوى الخيانة بين الأسر التي تعاني أزمات اقتصادية واجتماعية ويسودها الملل والفقر والروتين، فهناك طرف منهم فكرياً ونفسياً في الوفاء بالزمامات كسب عائلة، وأخر مصاب بالإنانية ويهتّم فقط بنفسه وعاطفته ودائماً ما يبحث عن المتعة الشخصية دون مراعاة للضغوط الواقعة على الشريك.

## طبيعة الشعر تحد الفرشاة المناسبة لتصفيفه

أفادت بوابة الجمال "هاوت.دي" بأن طبيعة الشعر تحدد الفرشاة المناسبة له، وذلك من أجل تمشيطه وتصفيفه على نحو مثالي. وأوضحت البوابة الألمانية أن الشعر الطويل والكثيف والأملس تناسبه فرشاة بلاستيكية عريضة؛ حيث إنها تتيح فرد الشعر ذي التموجات الخفيفة أثناء استعمال المجفف، مع إمكانية استعمال حافتها لتصفيف الشعر على نحو كثيف وجذاب. وينبغي أن تكون الفرشاة البلاستيكية ذات جودة عالية، علماً بأن شعيرات هذه الفرشاة تكون مغطاة برؤوس تتآكل مع مرور الوقت وتشكل حوافاً حادة يمكن أن تجرح فروة الرأس. ويمكن التحقق من تآكل الشعيرات من خلال تمرير الفرشاة على الجانب الداخلي للمعصم؛ فإذا شعرت المرأة بال ألم أثناء تمرير الفرشاة، فهذا يعني تآكل الشعيرات، ومن ثم ينبغي تغيير الفرشاة. وتعد الفرشاة الهيكلية مناسبة للشعر القصير، كما أنها تعد مثالية لتعد غالباً على حد السواء.

أفادت بوابة الجمال "هاوت.دي" بأن طبيعة الشعر تحدد الفرشاة المناسبة له، وذلك من أجل تمشيطه وتصفيفه على نحو مثالي. وأوضحت البوابة الألمانية أن الشعر الطويل والكثيف والأملس تناسبه فرشاة بلاستيكية عريضة؛ حيث إنها تتيح فرد الشعر ذي التموجات الخفيفة أثناء استعمال المجفف، مع إمكانية استعمال حافتها لتصفيف الشعر على نحو كثيف وجذاب. وينبغي أن تكون الفرشاة البلاستيكية ذات جودة عالية، علماً بأن شعيرات هذه الفرشاة تكون مغطاة برؤوس تتآكل مع مرور الوقت وتشكل حوافاً حادة يمكن أن تجرح فروة الرأس. ويمكن التحقق من تآكل الشعيرات من خلال تمرير الفرشاة على الجانب الداخلي للمعصم؛ فإذا شعرت المرأة بال ألم أثناء تمرير الفرشاة، فهذا يعني تآكل الشعيرات، ومن ثم ينبغي تغيير الفرشاة. وتعد الفرشاة الهيكلية مناسبة للشعر القصير، كما أنها تعد مثالية لتعد غالباً على حد السواء.



#### نصائح

## الملابس المصنوعة من الألياف تجنب التهاب الجلد العصبي

قالت الرابطة الألمانية لأطباء الأمراض الجلدية إن مرضى التهاب الجلد العصبي يحتاجون إلى ملابس ذات مواصفات معينة لتجنب المتاعب. وأوضحت الرابطة أن الملابس المناسبة ينبغي أن تكون مصنوعة من خامات ملساء وذات أنسجة رقيقة كالقطن والفسكوز والحريز والكتان؛ نظراً لأن هذه الخامات قلما تتسبب في تهيج البشرة. وشددت الرابطة على ضرورة الابتعاد عن الألياف الاصطناعية مثل البولستر والنايلون والصوف الخشن؛ نظراً لأن هذه الخامات تتسبب في تهيج البشرة بشكل إضافي وتتسبب في الحك المصاحب للجلد، علماً بأن السبب الرئيسي وراء حدوث التهاب الجلد العصبي غير معروف حتى الآن. وتتمثل أعراض التهاب الجلد العصبي في بقع جلدية تغير الحك وملمس جلدي سميك غير رطب أو قشري فوق المناطق المصابة ويقع بارزة داكنة أو حمراء اللون.

قالت الرابطة الألمانية لأطباء الأمراض الجلدية إن مرضى التهاب الجلد العصبي يحتاجون إلى ملابس ذات مواصفات معينة لتجنب المتاعب. وأوضحت الرابطة أن الملابس المناسبة ينبغي أن تكون مصنوعة من خامات ملساء وذات أنسجة رقيقة كالقطن والفسكوز والحريز والكتان؛ نظراً لأن هذه الخامات قلما تتسبب في تهيج البشرة. وشددت الرابطة على ضرورة الابتعاد عن الألياف الاصطناعية مثل البولستر والنايلون والصوف الخشن؛ نظراً لأن هذه الخامات تتسبب في تهيج البشرة بشكل إضافي وتتسبب في الحك المصاحب للجلد، علماً بأن السبب الرئيسي وراء حدوث التهاب الجلد العصبي غير معروف حتى الآن. وتتمثل أعراض التهاب الجلد العصبي في بقع جلدية تغير الحك وملمس جلدي سميك غير رطب أو قشري فوق المناطق المصابة ويقع بارزة داكنة أو حمراء اللون.



## إدارة المشاعر الصعبة للطفل تساعد على تهدئته نفسياً

القلق والغضب والحزن على أنها مشاعر سيئة، لكن تسمية هذه المشاعر وقبولها هو أساس لحل المشكلات وكيفية إدارتها.

**إشراك الطفل في التفكير في ما حدث قد يفيد في المستقبل القريب حينما يمر الطفل بالمشاعر نفسها مرة أخرى**

العملية "خلل التنظيم" وفي هذه الحالة لا يكون من المفيد مناقشة ما يحدث مع الطفل، ولكن يجب الانتظار حتى يهدأ ويصبح عقلانياً مرة أخرى. ويعتقد الكثير من الباحثين في علم النفس أن عواطف الإنسان مبنية بالأساس على ثمانية عواطف أساسية ذات قطبين: الفرح مقابل الحزن، والغضب مقابل الخوف، والثقة مقابل الشك، والمفاجأة مقابل الترقب. وترتبط العواطف الثانوية دائماً بهذه المشاعر الأساسية الثمانية وتعكس رد الفعل العاطفي لمشاعر معينة. فعلى سبيل المثال، غالباً ما ينبع الاستياء من الغضب وغالباً ما يرتبط القلق بالخوف. ويؤكد الباحثون أن تجاهل السلوكيات مثل الأنيب أو الجدال أو اللغة غير اللائقة أو الانتعالات هو وسيلة لتقليل فرص تكرار هذه السلوكيات. ويطلق لأفضل طريقة للتعامل مع الموقف الحالي. ويطلق الخبراء على هذه

العملية "خلل التنظيم" وفي هذه الحالة لا يكون من المفيد مناقشة ما يحدث مع الطفل، ولكن يجب الانتظار حتى يهدأ ويصبح عقلانياً مرة أخرى. ويعتقد الكثير من الباحثين في علم النفس أن عواطف الإنسان مبنية بالأساس على ثمانية عواطف أساسية ذات قطبين: الفرح مقابل الحزن، والغضب مقابل الخوف، والثقة مقابل الشك، والمفاجأة مقابل الترقب. وترتبط العواطف الثانوية دائماً بهذه المشاعر الأساسية الثمانية وتعكس رد الفعل العاطفي لمشاعر معينة. فعلى سبيل المثال، غالباً ما ينبع الاستياء من الغضب وغالباً ما يرتبط القلق بالخوف. ويؤكد الباحثون أن تجاهل السلوكيات مثل الأنيب أو الجدال أو اللغة غير اللائقة أو الانتعالات هو وسيلة لتقليل فرص تكرار هذه السلوكيات. ويطلق لأفضل طريقة للتعامل مع الموقف الحالي. ويطلق الخبراء على هذه

**إشراك الطفل في التفكير في ما حدث قد يفيد في المستقبل القريب حينما يمر الطفل بالمشاعر نفسها مرة أخرى**

العملية "خلل التنظيم" وفي هذه الحالة لا يكون من المفيد مناقشة ما يحدث مع الطفل، ولكن يجب الانتظار حتى يهدأ ويصبح عقلانياً مرة أخرى. ويعتقد الكثير من الباحثين في علم النفس أن عواطف الإنسان مبنية بالأساس على ثمانية عواطف أساسية ذات قطبين: الفرح مقابل الحزن، والغضب مقابل الخوف، والثقة مقابل الشك، والمفاجأة مقابل الترقب. وترتبط العواطف الثانوية دائماً بهذه المشاعر الأساسية الثمانية وتعكس رد الفعل العاطفي لمشاعر معينة. فعلى سبيل المثال، غالباً ما ينبع الاستياء من الغضب وغالباً ما يرتبط القلق بالخوف. ويؤكد الباحثون أن تجاهل السلوكيات مثل الأنيب أو الجدال أو اللغة غير اللائقة أو الانتعالات هو وسيلة لتقليل فرص تكرار هذه السلوكيات. ويطلق لأفضل طريقة للتعامل مع الموقف الحالي. ويطلق الخبراء على هذه

العملية "خلل التنظيم" وفي هذه الحالة لا يكون من المفيد مناقشة ما يحدث مع الطفل، ولكن يجب الانتظار حتى يهدأ ويصبح عقلانياً مرة أخرى. ويعتقد الكثير من الباحثين في علم النفس أن عواطف الإنسان مبنية بالأساس على ثمانية عواطف أساسية ذات قطبين: الفرح مقابل الحزن، والغضب مقابل الخوف، والثقة مقابل الشك، والمفاجأة مقابل الترقب. وترتبط العواطف الثانوية دائماً بهذه المشاعر الأساسية الثمانية وتعكس رد الفعل العاطفي لمشاعر معينة. فعلى سبيل المثال، غالباً ما ينبع الاستياء من الغضب وغالباً ما يرتبط القلق بالخوف. ويؤكد الباحثون أن تجاهل السلوكيات مثل الأنيب أو الجدال أو اللغة غير اللائقة أو الانتعالات هو وسيلة لتقليل فرص تكرار هذه السلوكيات. ويطلق لأفضل طريقة للتعامل مع الموقف الحالي. ويطلق الخبراء على هذه

**إشراك الطفل في التفكير في ما حدث قد يفيد في المستقبل القريب حينما يمر الطفل بالمشاعر نفسها مرة أخرى**

العملية "خلل التنظيم" وفي هذه الحالة لا يكون من المفيد مناقشة ما يحدث مع الطفل، ولكن يجب الانتظار حتى يهدأ ويصبح عقلانياً مرة أخرى. ويعتقد الكثير من الباحثين في علم النفس أن عواطف الإنسان مبنية بالأساس على ثمانية عواطف أساسية ذات قطبين: الفرح مقابل الحزن، والغضب مقابل الخوف، والثقة مقابل الشك، والمفاجأة مقابل الترقب. وترتبط العواطف الثانوية دائماً بهذه المشاعر الأساسية الثمانية وتعكس رد الفعل العاطفي لمشاعر معينة. فعلى سبيل المثال، غالباً ما ينبع الاستياء من الغضب وغالباً ما يرتبط القلق بالخوف. ويؤكد الباحثون أن تجاهل السلوكيات مثل الأنيب أو الجدال أو اللغة غير اللائقة أو الانتعالات هو وسيلة لتقليل فرص تكرار هذه السلوكيات. ويطلق لأفضل طريقة للتعامل مع الموقف الحالي. ويطلق الخبراء على هذه

العملية "خلل التنظيم" وفي هذه الحالة لا يكون من المفيد مناقشة ما يحدث مع الطفل، ولكن يجب الانتظار حتى يهدأ ويصبح عقلانياً مرة أخرى. ويعتقد الكثير من الباحثين في علم النفس أن عواطف الإنسان مبنية بالأساس على ثمانية عواطف أساسية ذات قطبين: الفرح مقابل الحزن، والغضب مقابل الخوف، والثقة مقابل الشك، والمفاجأة مقابل الترقب. وترتبط العواطف الثانوية دائماً بهذه المشاعر الأساسية الثمانية وتعكس رد الفعل العاطفي لمشاعر معينة. فعلى سبيل المثال، غالباً ما ينبع الاستياء من الغضب وغالباً ما يرتبط القلق بالخوف. ويؤكد الباحثون أن تجاهل السلوكيات مثل الأنيب أو الجدال أو اللغة غير اللائقة أو الانتعالات هو وسيلة لتقليل فرص تكرار هذه السلوكيات. ويطلق لأفضل طريقة للتعامل مع الموقف الحالي. ويطلق الخبراء على هذه

**إشراك الطفل في التفكير في ما حدث قد يفيد في المستقبل القريب حينما يمر الطفل بالمشاعر نفسها مرة أخرى**

العملية "خلل التنظيم" وفي هذه الحالة لا يكون من المفيد مناقشة ما يحدث مع الطفل، ولكن يجب الانتظار حتى يهدأ ويصبح عقلانياً مرة أخرى. ويعتقد الكثير من الباحثين في علم النفس أن عواطف الإنسان مبنية بالأساس على ثمانية عواطف أساسية ذات قطبين: الفرح مقابل الحزن، والغضب مقابل الخوف، والثقة مقابل الشك، والمفاجأة مقابل الترقب. وترتبط العواطف الثانوية دائماً بهذه المشاعر الأساسية الثمانية وتعكس رد الفعل العاطفي لمشاعر معينة. فعلى سبيل المثال، غالباً ما ينبع الاستياء من الغضب وغالباً ما يرتبط القلق بالخوف. ويؤكد الباحثون أن تجاهل السلوكيات مثل الأنيب أو الجدال أو اللغة غير اللائقة أو الانتعالات هو وسيلة لتقليل فرص تكرار هذه السلوكيات. ويطلق لأفضل طريقة للتعامل مع الموقف الحالي. ويطلق الخبراء على هذه