

بريطانيات يخضن معركة تغيير ثقافة العنف الجنسي في الجامعات

مشاركة القصص على الإنترنت تمنح الطالبات إحساسا بالتلاحم



التحرش الجنسي معضلة تؤرق البريطانيات

تحرش "مستمرة" في الشارع، ولا تتخذ الإجراءات الكافية لوقفها. ودرس السياسيون الذين يشكلون لجنة النساء والمساواة في البرلمان هذا الأمر لمدة تسعة أشهر، ووجدوا أن مقدار المضايقات يعني أن الأمر أصبح "معتادا" للفتيات.

بعض الضحايا أقمن دعاوى قانونية ضد جامعاتهن، لأنها لم تقم بواجب رعاية الطلاب، ومع ذلك لم تجر محاكمة أي جامعة

ودعا النواب الحكومة إلى اتخاذ إجراءات للحد من تفاقم هذه المشكلة. وبينما تعهدت الحكومة بالقضاء على التحرش الجنسي بالنساء والفتيات بحلول عام 2030 قالت اللجنة إنه "ليس هناك دليل على وجود أي برنامج لتحقيق ذلك".

كما أفاد تقرير نشر في العام نفسه بأن أكثر من ثلث التلميذات في بريطانيا يتعرضن للتحرش الجنسي وهن يرتدين الزي المدرسي. وبحسب التقرير فإن ثلثي التلميذات اشتكين من اهتمام جنسي غير مرغوب فيه من جانب آخرين في الأماكن العامة. وتشير الأرقام الواردة في التقرير، الذي أعدته مؤسسة "بلان انترناشيونال" الخيرية المعنية بالأطفال في بريطانيا، إلى أن الكثير من الفتيات يعتقدن أن التحرش في الشوارع "شيء لا مفر منه". وحث التقرير المارة في الشوارع على التصدي للتحرش حال رؤيتهن وقائعه.

أي جامعة حتى الآن، وبالتالي تمت تسوية الكثير من القضايا خارج نطاق القضاء.

وترى كالفرت -لي أن هذه التطورات تعد علامة على أن الجامعات تعتبر أن الشكاوى قائمة على أسس صحيحة، وتقول "كلما كانت الشكاوى أكثر إقناعا كان من المرجح بدرجة أكبر أن تتم تسويتها".

وتعرب عن أملها في أن يأتي اليوم الذي تبث فيه المحكمة في إحدى هذه القضايا، وتقول كالفرت -لي التي ترأس شركة "ماك اليستر أوليفاريوس" للاستشارات القانونية "إنه لأمر جيد أن تحظى هذه الشكاوى بالمزيد من الانتباه، وهذا يجعل القانون أكثر وضوحا بالنسبة إلى هذه الحالات".

أما الجامعات نفسها فقط ظلت صامتا، ومن بين ست جامعات مسجلة في موقع "إيفري وان إنفايتد" لم ترد أي منها على سؤال يتعلق بنتيجة الشكاوى. وحتى مكتب "أوستد" -وهو الجهة الحكومية المنظمة والمراقبة لجودة معايير الخدمات التعليمية، ومن بين مهامها التحقيق في المشكلة- أشار إلى تقرير شامل نشر مؤخرا.

وتعرب ساره عن رغبتها الشديدة في "أن هذه التصرفات متوطنة مثل الوباء ومنتشرة على نطاق واسع فإنها تعد نوعا من الثقافة العامة، ويحتاج الجميع إلى الانضمام إلى المبادرة حتى يمكننا تغيير هذه الثقافة". وتواجه نساء بريطانيا تحرشا مستمرا في الشوارع. وفي عام 2018 شدد نواب في البرلمان البريطاني على أن النساء والفتيات في جميع أنحاء المملكة المتحدة يواجهن حالات

جنسية على مدى عدة سنوات، "إنها لحظة تاريخية مهمة، يمكننا أن نقول فيها هذا يكفي فقد طغ الكيل".

وإلى جانب وفاة إيفرارد أسهمت أيضا احتجاجات "حياة السود مهمة" وجائحة كورونا -التي أدت جراء فرض الحجر الصحي إلى ارتفاع حوادث العنف، خاصة العنف المنزلي- في خروج الكثير من النساء إلى العلن للتعبير عن رفضهن لما يحدث.

وتقول كالفرت -لي "تبدو كلمة الاعتصاب حادة ومبالغا فيها بالنسبة إلى بعض الأشخاص، غير أن الموقع يتحدث في الواقع عن معالجة ثقافة أوسع نطاقا، ثقافة أوسع وأكثر تعقيدا من الاعتداء الجنسي".

وترى ساره أن الكثير من المغتصبين لا يواجهون عقابا قويا نتيجة جرائمهم، لأنهم يتم اعتبار أن الأشكال الأقل قوة من التحرش طبيعية ولا تتم مناقشتها، وهذا يجعل من الصعب على النساء الرد بالدفاع عن أنفسهن.

أما بالنسبة إلى المدارس والجامعات التي حدثت فيها تلك الأمور فإن الكشف عن هذه الجرائم ليس مجرد مشكلة تتعلق بصورتها المجتمعية؛ فقد رفعت بعض الضحايا دعاوى قانونية ضد جامعاتهن، قائلات إن هذه المؤسسات لم تقم بواجب رعاية الطلاب، ومع ذلك لم تجر محاكمة

تنتشر ظاهرة التحرش الجنسي داخل الجامعات البريطانية على نطاق واسع، ما دفع عددا من الطالبات إلى إنشاء موقع إلكتروني ينشرن فيه تجاربهن مع الظاهرة، الأمر الذي يمنحهن إحساسا بالتضامن والتلاحم. وتخوض الفتيات البريطانيات معركة واسعة لتغيير ثقافة العنف الجنسي في المؤسسات التعليمية وفي المجتمع عموما.

لندن - يبدو الأمر غريبا ومستهجنا؛ ففي محراب العلم يوجد زملاء في الدراسة يلمسون بشكك غير لائق زميلاتهم من تحت الطاولة، ومدرسون يحدقون في صور تلميذاتهم، وهناك أيضا أشخاص من المفترض أنهم زملاء دراسة ثم يتضح أنهم مغتصبون.

هذه فقط بعض الوقائع التي تحدث من بين أكثر من 16300 شكوى يتم تسويتها من جانب طالبات في مختلف أنحاء بريطانيا، وتتعلق هذه الشكاوى بالاعتداء والتحرش الجنسي اللذين تعرضن لهما. وتأتي المشاركة على موقع "إيفري وان إنفايتد" الإلكتروني (وتعني ترجمته "الكل مدعو إلى المشاركة") من مختلف شرائح الطالبات سواء كن يزاولن الدراسة في كليات أقل شهرة أو في جامعات نخوية.

وتقف وراء المبادرة سوما ساره التي بدأت تنشر قصصا عن التحرش والعنف الجنسي على منصة إنستغرام العام الماضي.

وقالت ساره، الطالبة التي تدرس في لندن وتبلغ من العمر 22 عاما، لوكالة الأنباء الألمانية "شعرت بالاضطراب في الحال"، وبعد تبادل التجارب بينها وبين 300 فتاة تعرفهن أصبح من الواضح لها أن هذه الحكايات ما هي إلا قمة جبل الجليد.

وبدنت ساره بالاشترك مع عدد قليل من زميلاتهن منصة "إيفري وان إنفايتد"، حيث يمكن للفتيات اللاتي تعرضن لمثل هذه التجارب أن يسجلنها ويعرضنها على الإنترنت، وغالبا ما يتم ذلك مع ذكر اسم الجامعة التي حدثت فيها الوقائع.

وأضافت ساره "إن ذلك يعطي أناسا كثيرين إحساسا بالتمكين والتضامن والتلاحم كاسرة واحدة".

وتابعت "حتى لو كنت مستعدة للمشاركة بحكايتك، فيمكنك التوجه إلى الموقع الإلكتروني وقراءة القصص المنشورة، ويعني أن تعرفي أنك لست وحده، وأن ما مررت به لا يجب على الإطلاق أن يجعلك تشعرين بالخلج".

وكان مقتل ساره إيفرارد، المقيمة في لندن والتي تبلغ من العمر 33 عاما، في مارس 2021 قد جعل آلاف الأشخاص يزلون إلى الشوارع ليث الوعي بقضية العنف ضد النساء، وشهد الموقع الإلكتروني إقبالا مكثفا خلال الأسابيع التي تلت وقوع الحادث.

وتقول المحامية جورجينا كالفرت -لي، الممثلة القانونية لضحايا جرائم

الإفراط في مشاهدة التلفزيون مضر بالوظائف الإدراكية

توصلوا إلى أن كثرة التعرض للاشعة فوق البنفسجية من الشمس والتعرض للاشعة التلفزيونية يشكّلان أحد العوامل الرئيسية التي تؤدي إلى الإصابة بسرطان الجلد.

ويذكر أطباء الأمراض الجلدية أن النساء اللاتي دون سن الـ35 أكثر عرضة للإصابة بسرطان الجلد الناتج عن كثرة مشاهدة التلفزيون؛ وذلك بسبب الأشعة المنبعثة من التلفزيون. لذلك يجب تحديد الوقت الذي نقضيه أمام التلفزيون حرصا على صحتنا، كما أنه ليس كل ما يعرض في التلفزيون مفيد وصحيح كما يعتقد البعض، وإنما هناك أشياء غير صحيحة أو خاطئة وغير مفيدة.

وهناك بعض السلوكيات التي يمكن أن تفاقم مضار مشاهدة التلفزيون وتأثيراتها السلبية على بشرتك مثل تناول الوجبات الخفيفة وزيادة تناول الحلويات والأطعمة الدسمة والغنية بالسكريات بالإضافة إلى التدخين.

وذكرت دراسات أجريت قبل 50 عاما أن الغالبية العظمى من الناس يستمتعون بمشاهدة التلفزيون دون إدراك مخاطره الصحية. فقد ذكر العلماء أن مشاهدة التلفزيون تؤدي إلى العديد من المشاكل الصحية مثل مرض السكري وأمراض القلب والوفاة المبكرة والكثير من الآثار الأخرى التي تظهر على المدى الطويل.

وتوصلت دراسة طبية أجريت عام 2010 إلى أن الجلوس لمدة يومين أمام شاشة التلفزيون يؤدي إلى حدوث مجموعة من التغيرات الجينية الواسعة مثل حدوث اضطرابات في إنتاج الطاقة، وأن عدد ساعات الجلوس على الأريكة لمشاهدة التلفزيون يسبب الكثير من المشاكل الصحية وحدوث العديد من العادات السيئة أثناء تناول الطعام.

وينصح علم نفس الأغذية بإغلاق التلفزيون أثناء تناول الطعام؛ حيث يساهم ذلك في التقليل من الآثار السلبية الناتجة عن الجلوس فترة طويلة أمام شاشة التلفزيون، وخصوصا بالنسبة إلى الأطفال فهم أكثر عرضة للمخاطر الصحية التي يسببها التلفزيون، ذلك أنه يؤثر سلبا على النشاط البدني اليومي للأطفال.

كما أن العديد من الدراسات ربطت بين مشاهدة التلفزيون والمعاناة من السمنة المفرطة. وذكرت دراسة نشرت مجلة "علم النفس الاقتصادي" أن مشاهدة التلفزيون تقلل من مستوى الرضى عن الحياة لدى المشاهد وتفاقم الطموحات المادية وتسبب المزيد من القلق.

برلين - تعتبر عبارة "الإفراط في مشاهدة التلفزيون مضر بالصحة" أكبر من مجرد قول يردد الإباء الذين يشعرون بالاستياء من سلوك أبنائهم المراهقين المستهترين، الذين لا يقومون بواجباتهم المنزلية، وذلك من خلال ما كتشفه بحث أجراه علماء في الولايات المتحدة. ومن خلال المعلومات المستخلصة من ثلاثة استطلاعات للرأي ودراسات شملت أكثر من 17 ألف شخص قال أكاديميون من جامعات كولومبيا وإيلينوا وجونز هوبكنز إنهم يعتقدون أن "مشاهدة التلفزيون بمعدلات متوسطة إلى مرتفعة خلال فترة منتصف العمر" تساهم في "تدهور الوظائف الإدراكية وصحة الدماغ في وقت لاحق".

ويأتي البحث في ظل المفرة التي تتمتع بها حاليا خدمات البث التدفقي، والتي شهدت تحول عدد لا يحصى له من الأشخاص إلى خدمتي "نتفليكس" و"ديزني" للبث التدفقي وغيرها، بينما تدعو الحكومات المواطنين إلى البقاء في المنزل لمكافحة تفشي وباء كورونا.

مشاهدة الأفلام وغيرها من المحتويات التلفزيونية سلوك كسول يكون سلبيا من الناحية المعرفية أو لا يتطلب التفكير

ومن جانبها تقول كيلي بيتي جابرييل، أستاذة علوم الأوبئة في جامعة ألاباما، "قد يكون اتباع السلوكيات الصحية خلال فترة منتصف العمر من العوامل المهمة لدعم صحة الدماغ". وأقر الباحثون بأن مشاهدة الأفلام والبرامج وغيرها من المحتويات التلفزيونية "هي نوع من السلوك الكسول الذي يكون سلبيا من الناحية المعرفية أو لا يتطلب الكثير من التفكير".

كما أكدت دراسة حديثة أن الطلاب الذين يشاهدون البرامج التلفزيونية لفترة طويلة يعانون من استمرار البنية نتيجة التعرض لأشعة التلفزيون.

وفي دراسة نشرتها مجلة "الأكاديمية الأمريكية للأمراض الجلدية" أجريت على حوالي 576 طالبا توصل الباحثون إلى أن مشاهدة التلفزيون لفترات طويلة تؤثر على لون البشرة وتؤدي إلى اسمرارها. ومن النتائج المثيرة للقلق أن الباحثين، بعد أن أجروا دراسات طويلة المدى،

موضة

الفستان التيشيرت نجم الموضة في صيف 2021

إطلالة كاجوال من خلال تنسيق مع حذاء رياضي أو شيشب، في حين يمكن الحصول على إطلالة أنيقة من خلال تنسيق مع صندل فخر.

وللمزيد من الأناقة يمكن ارتداء حزام مع الفستان التيشيرت لتسليط الضوء على الوسط.

ويساهم الفستان التيشيرت في إسباب مرتديته إطلالة كاجوال مريحة وعملية، ومن الممكن ارتداؤه في مختلف فصول السنة. وتأتي تلك الموضة بقصة قصيرة أو متوسطة الطول أو طويلة، ويمكن تنسيقه مع جاكيت جلد أو جينز لتأكيد الطابع الكاجوال للفستان، على أن يتم حيدته ارتداء بوت أو حذاء رياضي.

وتستعين الكثير من الفتيات بالفستان التيشيرت حين يرغبن في الحصول على إطلالة أنيقة من خلال ارتدائه مع بليزر وحذاء ذي كعب عال. ومن الممكن ارتداؤه من قبل الفتيات بمختلف أجسامهن، ولكن عليهن تحديد القصة والألوان التي تناسبهن.

يمثل الفستان التيشيرت (T-Shirt Dress) نجم الموضة في صيف 2021 ليمنح المرأة إحساسا بالراحة والتهدئة الجيدة في ظل ارتفاع درجات الحرارة.

وأوضحت مجلة "Instyle" أن الفستان التيشيرت عبارة عن فستان يمتاز بقصة تحاكي قصة التيشيرت؛ فهو يبدو -كما يتضح من اسمه- كتيشيرت طويل. ويشتمل الفستان التيشيرت على رقبة مستديرة مع قصة انسيابية وفضفاضة للإحساس بالراحة الفاتحة، كما أنه يتسم بالبساطة والهدوء.

وأضافت المجلة المعنية بالموضة والجمال أن الفستان التيشيرت يكتسي هذا الموسم بالوان هادئة ومحليدة مثل الأبيض والبيج والأسود والأخضر المائل للرمادي، مشيرة إلى أنه يأتي بقصة تصل إلى الساق أو قصة قصيرة مفعمة بالألوان والإفارة. وأشارت "Instyle" إلى أن الفستان التيشيرت يمتاز بتنوع إمكانيات التنسيق؛ حيث يمكن الحصول على



الشباب المصابون بالفصام أكثر عرضة للانتحار



علاقة بين العمر والانتحار

واشنطن - توصلت دراسة جديدة إلى أن الشباب المصابين بالفصام هم الأكثر عرضة للانتحار، وأن أولئك الذين يبلغون من العمر 65 عاما فأكثر هم الأقل عرضة للانتحار، بحسب ما نشره موقع "تايمز ناو نيوز" الإلكتروني.

وشملت الدراسة التي نُشرت نتائجها في مجلة "جاما سايكاتري" عددا كبيرا من البالغين المصابين بالفصام، وتوصلت إلى أن المجموعة الأصغر سنا (من تتراوح أعمارهم بين 18 و34 عاما) لديها أعلى احتمالات للانتحار، وأن أولئك الذين يبلغون من العمر 65 عاما فأكثر لديهم أدنى نسب احتمالات الانتحار. كما أظهرت الدراسة أن الأشخاص المصابين بالفصام، بشكل عام، لديهم احتمالات انتحار أعلى بواقع 4.5 أضعاف، ويأتي الانتحار في المرتبة العاشرة بين الأسباب الرئيسية للوفاة في الولايات المتحدة.



علاقة بين العمر والانتحار