

المصابون باضطرابات عقلية ضحايا أسرهم والمجتمع والقانون

الرباط - أكد مدير مستشفى الرازي للأمراض العقلية والنفسية بسلا، جلال توفيق، أن الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات عقلية يعتبرون "يتامى" داخل أسرهم، ويتعرضون للإقصاء وتمييز المجتمع، بالإضافة إلى الحماية الهشّة لحقهم. وأكد توفيق، خلال نقاش نظم بمناسبة اليوم العالمي للصحة النفسية، أن المجتمع كونه صورة مغلوبة حول هؤلاء الأشخاص، حيث يعتبرهم كعناصر خطيرة قد ترتكب جناحاً وجرماً، موضحاً أن هذه الفئة ليست فقط ضحية لمرضها، بل أيضاً للتمييز والعنف.

وفي هذا السياق أشار إلى معاناة هؤلاء الأشخاص ونقص الولوج إلى العلاجات الأساسية بالمستشفيات والإقصاء الأسري، منبهاً إلى أن الأمراض العقلية لا ترتبط بمسألة في ضعف الشخصية أو الاعتقاد الديني، ولكن ترتبط بالوعي الطبي للمجتمع القادر على رصد الظاهرة ووضعها في إطار طبي محض.

وأضاف أن الوقاية من هذه الأمراض تقوم على تتبع الحمل وخاصة المخاض، من أجل تحديد أصل عدد من اضطرابات النساء العصبي وتعزيز المناعة ضد هذه الاضطرابات، مشدداً على ضرورة المحافظة على نمط صحي يتمثل في تغذية سليمة وممارسة الرياضة والنوم الكافي. ومن جانبها أكدت نائبة رئيسة جمعية "صلة" للصحة النفسية، نجية بنخلف، على أهمية الوقاية وتحسيس الأسر من أجل مكافحة الصور النمطية التي تحيط بالمرض النفسي والمساهمة في تغيير العقليات في المجتمع، داعية إلى الرفع من عدد الجمعيات العاملة في هذا المجال.

وبيّنت أن الجمعية تنظم ورشات لفائدة نزل المؤسسات الصحية، الذين يعانون من التمييز، على شكل أنشطة متنوعة من قبيل البستنة والمسرح والموسيقى وحلقات للتثقيف النفسي، بهدف إطلاع المرضى وأقاربهم على الاضطراب النفسي والعمل على مواجهته. كما أكد رئيس مصلحة العلاجات الترميمية بمستشفى الرازي، عبد العزيز عرباوي، أنه يقع على عاتق الأطر الترميمية مهمة صعبة تستوجب مهارات خاصة في التعامل لأول مرة مع الأشخاص المصابين بالاضطرابات العقلية وكسب ثقتهم إلى حين عودتهم إلى حالتهم الطبيعية.

وشكل هذا النقاش، المنظم على هامش اليوم العالمي للصحة النفسية الذي يخلد يوم 10 أكتوبر من كل سنة، مناسبة لتوضيح الأفكار المسبقة حول حالة الطب النفسي بالمغرب والآثار السوسيو-اقتصادية المترتبة عنها.

المهن شريكة في الخيانة الزوجية

السياسة والبناء والطب تحتل المراتب المتقدمة في سوء العلاقات الزوجية



هدوء الحياة الزوجية مرتبط بالحياة المهنية

وقال ديلان سيلترمان قائد دراسة أمريكية أجريت في جامعة ماريلاند وشملت 562 شخصاً اعترفوا بأنهم ارتكبوا خيانات متعددة أثناء ارتباطهم بعلاقات مستقرة، إن ما دفعه لإجراء البحث، قلة الدراسات العلمية الهادفة إلى التوصل لأسباب الخيانة الزوجية، رغم الانتشار الواسع لهذه الممارسة. وأوضح الباحثون نتائج الدراسة على أن زيادة هرمون التستوستيرون لدى الرجال يعكس بشكل سلبي على قدرة الرجال على الإخلاص لزوجاتهم. واعتمدت نتائج الدراسة على أخذ مجموعة من لعاب الرجال، وذلك لقياس مستوى التستوستيرون، عن طريق إجاباتهم عن سؤال حول مدى خيانتهم لشركائهم، وكشفت نتائج الدراسة أن 224 رجلاً شاركوا في الدراسة، واعترف أكثر من ثلث الرجال بخيانتهم لشركائهم لمرّة واحدة على الحد الأدنى. وأكدوا أن من قاموا بخيانة شركائهم لديهم مستويات أعلى من المتوسط من هرمون الذكورة، ولهذا فإن مستويات التستوستيرون المرتفعة تعد عامل خطر محتملاً للسلوك غير المخلص لدى الرجال.

الكثير من الأشكال الأخرى للسلوكيات الشخصية الأخرى اللااخلاقية. ومن جهة أخرى كشفت دراسة حديثة أجراها علماء من جامعة زيوريخ في سويسرا، أن أكثر الرجال عرضة لخيانة زوجاتهم هم من يعانون من ارتفاع هرمون "التستوستيرون" بالجسم. وأوضح الباحثون القائمون على الدراسة، أن زيادة هرمون التستوستيرون لدى الرجال يعكس بشكل سلبي على قدرة الرجال على الإخلاص لزوجاتهم. واعتمدت نتائج الدراسة على أخذ مجموعة من لعاب الرجال، وذلك لقياس مستوى التستوستيرون، عن طريق إجاباتهم عن سؤال حول مدى خيانتهم لشركائهم، وكشفت نتائج الدراسة أن 224 رجلاً شاركوا في الدراسة، واعترف أكثر من ثلث الرجال بخيانتهم لشركائهم لمرّة واحدة على الحد الأدنى. وأكدوا أن من قاموا بخيانة شركائهم لديهم مستويات أعلى من المتوسط من هرمون الذكورة، ولهذا فإن مستويات التستوستيرون المرتفعة تعد عامل خطر محتملاً للسلوك غير المخلص لدى الرجال.

المشاركين بالاستفتاء بقيامهم بالخيانة. واحتل أهل السياسة والعاملون بالثقافة والفنون المرتبة الثالثة عشرة والأخيرة كإحدى الأشخاص المعرضين للخيانة الزوجية. وقال الباحثون إن النتائج التي توصلوا إليها وجدت علاقة وطيدة بين السلوكيات غير الأخلاقية في ما يتعلق بالحياة الشخصية والمهنية، مما يشير إلى أن تركيز حركة "أنا أيضاً على القضاء على سوء السلوك الجنسي، قد يكون له تأثير إضافي في الحد من نشاطات الغش في مكان العمل. وأشارت الدراسة إلى أن الأشخاص الذين كانوا يتسمون بسلوك سيء في مكان العمل، كانوا يسدون فواتير مواقع التعارف للمتزوجين أكثر، وفسر علماء النفس هذه النتيجة بأن سلوك الناس في العمل مرتبط بشكل وثيق بسلوكهم في حياتهم الخاصة. وأفاد الباحثون أنه "على الرغم من أن استخدام موقع أشلي ماديسون يبني على السلوك المهني في العديد من المجالات إلا أننا نعلم بوجود سلوك غير لائق، واستخدام هذا الموقع يشير إلى وجود خيانات زوجية بصفة عامة، ويستبعد

مهمة في انتداب الشركات ومدونات قواعد السلوك". وقال صامويل كروغر، أحد مؤلفي الدراسة، "تظهر نتائجنا أن السلوك الجنسي الشخصي مرتبط بالسلوك المهني، منبهاً إلى أن "القضاء على سوء السلوك الجنسي في مكان العمل يمكن أن تكون له فائدة إضافية تتمثل في المساهمة في المزيد من ثقافات الشركات الأخلاقية بشكل عام". وكشفت الدراسة أن المهن مثل البناء والسياسة واللحام تصدرت مقدمة المهن التي أبدى فيها أصحابها نسبا مرتفعة من الخيانة الزوجية. بينما حلت مهنة الطب في المرتبة الثانية واحتل قطاع تكنولوجيا المعلومات المرتبة الثالثة في القائمة. كما جاء قطاع زيادة الأعمال من بين المراكز الأولى كون هذا القطاع يحتاج للوقت والتعرف على الأشخاص والتربح منهم. واحتل العاملون في قطاع التسويق والعمل الاجتماعي والنفسي المرتبة الثانية عشرة. وجاء العاملون في القطاع المالي والتعليم في المرتبة التالية بنسبة الخيانة الزوجية، حيث أكد 9 بالمائة من

تفاوتت نسب الخيانة الزوجية بين الأشخاص تبعاً للمهن والوظائف التي يشغلونها، حيث تتأثر الملامح الشخصية للرجال بطبيعة المهن التي يحترفونها، ويرتبط مدى انخراط الأزواج في سلوكيات سيئة في مكان العمل ويواجهون الزوجات، وفق ما جاء في دراسة أميركية حديثة.

نيويورك - توصلت دراسة حديثة إلى أن طبيعة المهن والوظائف تساهم في رفع نسبة الخيانة الزوجية لدى الرجال، مشيرة إلى أن الرجال الذين يتسمون بسوء السلوك في مكان العمل ويواجهون مشكلات في عملهم أكثر عرضة لخدايع شريكات حياتهم.

ويبحثت الدراسة في العلاقة بين سوء السلوك المهني والشخصي باستخدام بيانات من موقع المواعدة "أشلي ماديسون"، وشملت آراء أكثر من ألف مشترك حول أسباب الخيانة والعوامل التي تدفعهم إلى ذلك. ووجدت الدراسة التي أجرتها جامعة تكساس في أوستن وجامعة إيوري أن أعضاء الموقع الذكور كانوا أكثر عرضة مرتين للانخراط في سلوكيات سيئة في مكان عملهم.

وأوضحت الدراسة أن أغلب الأشخاص يرتكبون أخطاء جسيمة في مرحلة ما من مراحل حياتهم، بطرق مختلفة، يمكن أن يكون لها تأثير كبير على مسار حياتهم الشخصية، وتتغير الحسج والقيم بشكل كبير مع الوقت، وتعتبر التجارب القوية أكثر إقناعاً على أن السلوك الشخصي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالتصرفات في مكان العمل.

الأشخاص الذين كانوا يتسمون بسلوك سيء في مكان العمل، كانوا يسدون فواتير مواقع التعارف للمتزوجين أكثر

وأضاف الباحثون "عموماً تشير النتائج التي توصلنا إليها إلى أن الحياة الشخصية والمهنية مرتبطة ببعضها البعض، وتتعارض مع النظرة العامة المتمثلة في أن الأخلاق ظرفية في معظمها. وهذا يدعم النظرة الكلاسيكية القائلة بأن الفضائل مثل الصدق والنزاهة تؤثر على أفكار الشخص وأفعاله في سياقات متنوعة، وقد تنطوي على آثار

أخض الضوء، جسدي ينقصه شيء

للعودة إليها مرة أخرى لكنها رفضت بتحد صارم، وقالت له كنت أريدك بجانبني سابقاً وقمنا انعدمت تقني في نفسي، لكنني بعد ترميم الجسد والروح معا لم أعد في حاجة إليك.

كم من الوقت مر علي وأنا أنتظر منك رسالة، أو مكالمة هاتفية، فقط تقول لي: أحبك، أريدك كما أنت هكذا. في بعض الأحيان نحتاج لمن يخبرنا باننا نستحق، بأن الحياة لا تكتمل بغير وجودنا فيها، إلى شريك يخبرنا باننا سر الحياة، باننا نضيف لها طعماً ولونا ورائحة.

في أوقات كثيرة نحتاج من يقدر ضعفنا ويستوعبه، حتى وإن ظل الضعف يهاجمنا ككوابل متلاحقة في اليوم الواحد مئة مرة. من يكفكف الدموع بحنو، يرتب على أكتافنا أظلالها المرارة، دعم الشريك وتقبله لتقلبات مزاجية تتعكر أكثر مما تصفو هو العلاج الأمثل لكافة الأمراض، يقوي جهاز المناعة.

كما أنت، أريدك هكذا، أتقبل بما أنت عليه، ولا أرى ما بك نقصاً أو عيباً، حين فقدتني بريقه وانطفاً خارجياً، بنت السماء من رأسي، وعضواً عن تحطمها وجدت يداً قوية تنهضني من جديد.

تطور الوعي البشري لتحمل بعض المسؤوليات الحياتية للشريك وفي العلاقات التشاركية وأهمها الحب والزواج ضرورة تقتضيها طبيعة الحال حتى تستمر الحياة.

سليكون، أو طي بعض المحارم، وقد يلعب التجميل دوراً فاعلاً، لكن يظل زوجي هو الشخص الوحيد الذي لا يمكنني خداعه!

كم من الأوجاع تنتظر كلمة أنا أحبك كما أنت، أريدك هكذا، أتقبلك بما أنت عليه، ولا أرى ما بك نقصاً، حين فقدتني بريقه عوضاً عن تحطمي وجدت يداً قوية تنهضني من جديد

تطلقت زميلة صحافية تعمل في مؤسسة كبرى فور معرفة زوجها بإصابتها بهذا المرض اللعين، لم يطق الرجل أن يكون محارباً جسوراً معها في ذات الخندق، ورقة صغيرة وتتصل من المسؤولية تجاه زوجته التي ترك في قلبها وجعاً بحجم الكون، تخيل الرجل أنه بفعلته غاب عن المشهد كلياً، نسي أن بينهما طفلتين.

وحين كتب الله لها السلامة وانحصرت عليه، وأصبحت تستنصف في البرامج التلفزيونية كحاربة للسرطان واعتبرت إحدى أهم أيقونات التحدي، هاتفها الرجل في محاولة منه

أكثر كفاءة من النول اليدوي لكنها كانت تفي بالغرض. ربما كانت للملابس وظيفة ثقافية واجتماعية وربما حملت قيمة تراثية على مر التاريخ بيد أن الحقيقة الراسخة أن للملابس قيمة إنسانية فارقة، فهي تخفي خلفها أوجاع بشر كثيرين، مأساة يلخصها المثل الشعبي المصري "ياما الهدوم بتداري".

تخشي صديقتي الهندسة المتحققة في عملها المقهورة في بيتها من ممارسة العلاقة الحميمة مع زوجها بندي مسطح! قضم مشرط الطبيب نصفه ليجري بحثاً طبياً على ورم مفرد بجسدها وخشي الأطباء من مغادرته موضعه، وحتى لا يعيب بأجزاء وأجهزة أخرى أو يلوث أنسجة جديدة حاصروه بجراحة بسيطة نالت من تدويرته وشكله الخارجي.

قالت لي: ممارسة العلاقة في الظلام تعفيني من نظرات عينيه، أعلم أنه يتحسس جسدي ويحفظ ما به لكنني لم ولن أعتاد تلك النظرات التي تجردني مما استتر به من خجل، تعرييني من ألمي، وامتصاص الورم للخارج لم يكن إنجازاً إلى جانب ما شعرت به بعد كلمات زوجي وتعليقاته، حتى وإن حاول جاهداً مواراتها.

ربما أستطيع خداع المارة بتلك الملابس المكمومة على صدري لتخفي ما به، أو ما ليس به بالأحرى، ببعض حيل بسيطة أستطيع أن أبدو امرأة مكتملة الأنوثة بصدرية منتفخة أو حوشة



رابعة الختام
كاتبة مصرية

الاستمتاع بالعلاقات الزوجية يحتاج لثقافة التقبل، حب الشريك بغض النظر عن الروقات الجسدية بين إنسان وآخر، التقبل في ذاته نوع من الحب غير المشفوع بالكلمات المسوولة، دعم نفسي وعاطفي لا تخلو منه علاقة ما. الشريك دائماً في حاجة ماسة للتقبل، خاصة لمرضى سرطان الثدي المتعافيات وبعض الأمراض المتعلقة باختلافات الجسدية والندوب الناجمة عن تلك الإصابات، أو غيرها. علاقات ينقصها الكثير من الوعي وثقافة الحب غير المشروط بالشكل الخارجي، تحتاج لتفهم الطرف الآخر لهذه الاختلافات الطارئة والتي ربما تكون دائمة في الكثير من الأحيان.

هناك بعض الأسرار التي لا نريد لغيرنا أن يكشف سترها ويخدش أناقة تخفيها عن الأعين، ربما أدرك من اخترع النسيج والملابس هذه الفلسفة الدقينة فأراد مساعدتنا بهذا الكم الهائل من الألبسة والمعاطف التي تحيطنا بسياج من الخصوصية والستر الجميل. على وجه الخصوص، ينبغي أن يدين البشر بالشكر للإنكليزي آدموند كارترابت صاحب براءة اختراع أول ماكينة نسيج عام 1785، والتي لم تكن

جمال

كيف تُعيد لبشرتك شبابها في الكبر

البيع الصغيرة باستخدام كريمات عناية تحتوي على أحماض الفواكه أو خلاصة العرقسوس. ومن المهم أيضاً العناية بالبشرة جيداً بواسطة منتجات العناية الغنية بمواد الترطيب مثل اليوريا وحمض الهيالورونيك، مع مراعاة عدم نسيان منطقة الرقبة والديكولتية؛ نظراً لأنها أكثر نحافة وأقل رطوبة من بشرة الوجه، ومن ثم أكثر عُرضة للجفاف.

كما تلعب التغذية الصحية دوراً مهماً في استعادة شباب البشرة؛ حيث ينبغي تناول الأطعمة الغنية بأوميغا 3 وزيت جنين القمح وزيت بذر الكتان.

قالت خبيرة التجميل الألمانية بريجيت هوبر إنه يمكن استعادة شباب البشرة في الكبر من خلال بعض حيل المكياج، إلى جانب العناية السليمة والتغذية الصحية. وأوضحت هوبر أن كريم الأساس "الفاونديشن" يعد بمثابة عصا سحرية للحصول على بشرة متجانسة؛ حيث إنه يعمل على إخفاء الاحمرار والبقع واتساع الأوردة، ويمكن مواجهة الهالات السوداء حول العين بواسطة كونسيلر ذي لون أفتح من لون البشرة بنصف درجة أو درجة، في حين يمكن مواجهة

للعودة إليها مرة أخرى لكنها رفضت بتحد صارم، وقالت له كنت أريدك بجانبني سابقاً وقمنا انعدمت تقني في نفسي، لكنني بعد ترميم الجسد والروح معا لم أعد في حاجة إليك. كم من الوقت مر علي وأنا أنتظر منك رسالة، أو مكالمة هاتفية، فقط تقول لي: أحبك، أريدك كما أنت هكذا. في بعض الأحيان نحتاج لمن يخبرنا باننا نستحق، بأن الحياة لا تكتمل بغير وجودنا فيها، إلى شريك يخبرنا باننا سر الحياة، باننا نضيف لها طعماً ولونا ورائحة. في أوقات كثيرة نحتاج من يقدر ضعفنا ويستوعبه، حتى وإن ظل الضعف يهاجمنا ككوابل متلاحقة في اليوم الواحد مئة مرة. من يكفكف الدموع بحنو، يرتب على أكتافنا أظلالها المرارة، دعم الشريك وتقبله لتقلبات مزاجية تتعكر أكثر مما تصفو هو العلاج الأمثل لكافة الأمراض، يقوي جهاز المناعة.

كما أنت، أريدك هكذا، أتقبل بما أنت عليه، ولا أرى ما بك نقصاً أو عيباً، حين فقدتني بريقه وانطفاً خارجياً، بنت السماء من رأسي، وعضواً عن تحطمها وجدت يداً قوية تنهضني من جديد. تطور الوعي البشري لتحمل بعض المسؤوليات الحياتية للشريك وفي العلاقات التشاركية وأهمها الحب والزواج ضرورة تقتضيها طبيعة الحال حتى تستمر الحياة.

