أسرة 21

حياة «السلفات».. مكائد تنتهي بتشتيت شمل العائلات

المبالغة في تدليل سلفة عن أخرى تؤجج مشاعر الغيرة بينهن وتولد الشقاق بين الإخوة

يؤكد علماء الاجتماع أن المشاكل التي تنجر عن الغيرة بين زوجات الإخوة (السلفات) لا تقل تداعياتها علىٰ العاَّئلة الموسعة عن تلك التي تحصل بين الكنة والحماة. ويذهبون إلى أبعد من ذلك في اعتبار أن الغيرة التي تحدث بين زوجات الأشــقاء نتيجةً المقارنة والمنافسيَّة الدائمة، قد تتفاقم لتَّوْثر في العلاقات الودية بين الإخوة فيحدث الشقاق بينهم.

راضية القيزاني صحافية تونسية

حتؤدى المقارنة والمنافسة الدائمتين بين زوجات الإخوة، خاصةً إذا كن متقاربات في السن ويتواجدن في نفس البيت إلى نشوء مشاعر الغيرة المزعجـة بينهن، ما قد يحـوّل الأجواء العائلية إلى التوتر الشديد ويزيد من كثرة المشكلات التي ربما قد تتفاقم لتؤثر في العلاقات الودية بين الأخوة، وتصل حد تفريقهم في السكن أو في مراكسز العمل إذا كانسوا يعملون في نفس

وفي حين تَنعم بعضُ "السلفات" بحياة تُسـودها الهدوء والمؤدّة، تجتاح حياة أخريات المشساكل. ويمكن أن تُنشسأ المشاكل بينهن نتيجة "القيل والقال" أو التعليقات السلبية أو حظوة واحدة منهن بمكانة أفضيل لدى العائلة الموسيعة أو عيش واحدة منهن ظروف اجتماعية أفضل من الأخريات بحكم غنى زوجها ورفاهيته

وتقول عزيزة سبعينية و أم لولدين أحدهما متزوج والآخر أبطل زواجه نتيجة المشاكل التي افتعلتها زوجة أخيه "إن الغيرة بين السلفات قد لا تعرف حــدودا وقد تصل حد تدمير علاقة زوجيه

ناقوس الخطريدق في الأسرة جراء غيرة السلفات عندما تمتد إلى أزواجهن وأبنائهن، فتقضى على الوئام العائلي

وتشيير عزيزة إلى أن زوجة ابنها الأصغر حاكت كل الدسائس لتبطل زواج سلفتها نظرا لغيرتها الشديدة منها وحتى تبقى هي الكنة الوحيدة في البيت العائلي الممتد.

وتضيف لـ «العرب» أنها كانت دائما تسعى إلى التقليل من شيأنها عندما تتم دعوتها إلى المنزل للعشاء، كما أنها تعمدت ذات مرة أن تذهب إلى بيتها دون علم زوجها وتخبرها أنها هي صاحبة

المكانسة المميزة لدى العائلة وفي المقابل لا تحظيٰ هي بنفس الاهتمام، وأنها تحظيٰ بقدر كبير لدى زوجها الذي لا يتوانى فى جلب الهدايا لها في حين هي لا يغدقُ عليها خطيبها الأموال، مما زرع الفتنة بين كافة أفراد العائلة وأبطل الزواج.

بدورها تؤكد أمال أربعينية موظفة بالقطاع العمومي ومتزوجة من أخ لولدين هـو أصغرهما أنها عانت الأمرين من غيرة سلفتيها لكنها استطاعت بحكمتها أن تتجاوز ذلك حتى لا تتأثر العلاقات العائلية بمشاكلهم. وتقول أمال لــ «العــرب» بحكم إنني

زوجـة الابـن الأصغر فـي العائلـة كانت حماتــي تدللنــي حتـــئ أنّهــا بقيــت إلىٰ جـواري عدة أشّـهر حين أنجبـت ابنتى الأولىي وساعدتني في رعايتها. وقد خلق ذلك نوعا مـن الغيرة خصوصا لدى زوجة الابن الأوسط التي كانت دائما ما تقارن نفسها بى وتقارن علاقتها بحماتى بعلاقتي بها، وتكرر ذلك على مسلمع مني ومن زوجها ومن كل أفراد العائلة.

وتضيف أنها يفضل حسن تصرفاتها كانت دائما تخمد نبران الغبرة لدى سلفتيها ولا تأبه لانتقاداتهم لها.

وتشبير أخصائية العلاقات الأسبرية تهانى العافت إلى أن الغيرة يمكن أن تكون متبادلة بين السلفات إلىٰ حدّ توتير أجــواء العائلــة ككُل ويمكــن أن تتطــوّر الغيرة إلىٰ شــجار، والشــجار إلىٰ مشكلة مزمنة لا تُحلُّ عادةً بسهولة.

وتؤكد أخصائية التربية الأسربة أن من أهم الآثار السلبية لغيرة السلفات هى ما يمس العلاقات الأسرية، فالغيرة من شانها أن تفتك بعلاقات الأسر فتظهر العلاقات غيس المتوازنة داخس محيط الأسرة الواحدة.

وتقول العافت إن ناقوس الخطر يدق في الأسرة جراء غيرة السلفات عندما تمتد إلَّىٰ أزواج السلفات وأبنائهن، ومن هنا تتسلع دائرة الغيرة لتقضى على الأخضر واليابس بل تتعدى ذلك إلى علاقة الأبناء بأمهم التي قد تنجرف في بعض الأحيان إلىٰ زُوجة ابن دونما الآخر، في حال كانت زوجة الأخير لا تجيد تلك الفنون السلبية. وتشيير العافت إلى أن هذاك أسبابا

كثبرة لتلك المكائد ولعل من أهمها الغيرة التي تجد بيئتها الخصبة في البيوت الممتدة في حال غاب التوجية والتصرف بحكمة من قبل الأزواج، وعن

المبرر لتلك الغيرة تؤكد العافت أن لها أسبابا عدة فمنها ما يتعلق بالناحية الاقتصادية خصوصيا إذا ما كانت إحدى السلفات موظفة والأخريات لا يشتغلن، وفي بعض الأحيان يكون للجمال دور فَـي إثـارة تلـك الغيـرة والتحفيــز

ويشير أحمد الأبيض المختص في علم النفس إلى أن النساء اللاتي ليست لهـن اهتمامات اجتماعية أو فكرية وليس لهن طموح هن اللاتي يعمدن في غالب الأحيان إلى إثارة المشَّاكل والفتنُّ داخل العائلة الموسعة بغاية فرض سيطرتهن.

وقال الأبيض لـ"العرب" إن صراع السلفات هو أساسيا صراع على السلطة أو الثروة، مؤكدا على أن هناك فئة كبيرة من النساء لا يكتفين بفرض سلطتهن على أزواجهن فقط بل يتجاوزن ذلك إلى الرغبة في فرض سيطرتهن على مختلف عناصر العائلة الممتدة ومنها السلفة. ويضيف المختص في علم النفس أن ذلك النوع من النساء يتعمّد كسر صورة الآخر ومكانته لـدى العائلة حتـىٰ يبرز هو في مسـعىٰ للحصول على نفس المكانة.

وتنصيح العافت السلفات بضرورة تحري الوعي والقناعة، داعية إلى ضرورة تحكيم العقل من قبل الأزواج في الحد من تلك التصرفات التي تصدر مـن زوجاتهم. فالرحــل مهم حدا ويلعب دور البطولة سواء في التأييد أم المعارضة والحد من تلك التصرفات التي تسيء إلىٰ الأسرة بكاملها وتفرز ســم الغيرة في نفوس الأطفال فينشأون تشئة غير سوية في مجتمعهم الصغير الذي أقصم بالمكائد وعدم

وينصح الخبراء المرأة بأن تكون تصرُّفاتها ومتطلّباتها في إطار بيتها وحياتها نابعةً منها، وليست ردّةً فعل علىٰ ما تقوله وتفعَله سَلْفتُها، مؤكدين على أن وضع الحدود يحافظ على هذه العلاقة ويفيد استقرارها من ذلك احترام خصوصية بيت أخ الروج وعدم التنقّل

ويرى الخبراء أنه على كلّ واحدة منهنّ عدم تصعيد الموقف أو إقحام الــزوج فــي خصوماتهن، بل مــن المهمّ التعامل بصبر وحكمة مع سـوء التفاهم

أو الإشكال، لأنّ هذه العلاقات العائلية طويلــة الأمــد ولا تُنصَــح المــرأة أبــداً بالاستهانة بها.

وبحياة سلفاتها خصوصاً.

التي تدل على مدى الغيرة التي تشعر بها السلفة من سلفتها هي التعليقات السلبية التي تصدر منها أمام باقي أفراد الأسرة لتبدو مسيطرة ومتحكمة إلى جانب عدم التحدث معها بود، مؤكدين على أن ذلك يعتبر بمثابة شرارة تعلن عن بدء المعارك والخلافات بينهما. كما قد يتفاقم الأمر لتجعل إحداهما الأخرى تبدو مخطئة أو مهملة خصوصا في أمور

ويؤكد الخبراء على أن تَجَنَّب المرأة

الابتعاد عن الغيرة يساعد على استقرار حياة السلفات الزوجية والعائلية الخاصة، قد يكون علامة على الغيرة بينهما حيث قد لا تحظى الأخبار

> للغيرة من سلفاتها وابتعادُها عن المشاكل معهنّ، يساعد على استقرار حياتها الزوجية والعائلية والنفسية. لذلك مِن المهمّ أن تعتني كلّ سيدة بشوونها وبأمور منزلها بدل تضييع وقتها بالانشسغال بحياة الآخرين عموما

> ويشير الخبراء إلى أنه من العلامات تتعلق بزوجها وأطفالها.

كما أن عدم إبراز أي مشاعر حب أو تودد بينهما والاهتمام لإنجازاتهما

السعيدة الخاصة بواحدة منهما بالقدر نفسه من الاهتمام لدى الطرف الآخر، بل على العكس، قد تصاول واحدة

التقليل من قدر الأخرى وإنجازها مهما كان حجمه. هذا إضافة إلى أن إحداهما ستحاول دائما أن تكون هي الأفضل، لتبدأ المقارنات بشكل متكرر و وهنا ينصح خبراء العلاقات الأسرية

بالتعامل مع السلفة بطريقة مناسبة لتجنب الخلافات معها. ويرون أنه على المـرأة أن تتوقـف عـن المحاولة عندما تدرك أن سلفتها لا تبالي بتصرفاتها تجاهها حتى مع المحاولات المتكررة، وذلك لتحظى بالقدر الكافى من الاستقرار

وعلى السلفة أن لا تظهر أي ردود أفعال إذا اضطرت لقضاء الوقّت مع سلفتها ومواجهة سلوكها ومقارناتها المزعجـة، وأن تحـرص علـي تجاهـل ذلك تمامًا دون أن تظهر أي ردود

خجل الفتيات وانطواؤهن يصعبان على أسرهن كشف إصابتهن بالتوحد

🥏 لندن – يؤكد خبراء التواصل الاحتماعي أنه غالبا ما تتسم الفتيات والنساء المصابات بالتوحد بالهدوء والخجل والانطواء ما يصعب تشخيص حالاتهن، مقارنة بالذكور. ويشير

الخبراء إلى أن مشكلات هؤلاء الفتيات الصغيرات لا يلاحظها الأخرون في الكثير من الأحيان.

العالمية يوجد طفل واحد من كل



التوحد يتسبب في مشكلات على مستوى الأداء الاجتماعي للأطفال

160 طفلا في جميع أنصاء العالم مصاب بطبق التوحيد، ولكن هناك تباین کبیر فی التشخیص بین ووفقا لبيانات منظمة الصحة

وتشير الأرقام الرسمية في بريطانيا إلىٰ وجود حوالي 700 ألفُّ شخص مصاب بطيف التوحد، بنسبة حوالي 10 ذكور مقابل أنثى واحدة. بينما تشير دراسات أخرى في جميع أنحاء العالم إلىٰ نسبة 16 ذكرا مقابل أنثىٰ واحدة، لتبقى أليات التشـخيص بين الجنسين منحازة للذكور.

كما تشبير أبحاث علمية جديدة في المملكة المتحدة، مصممة خصيصاً لرصد خصائص التوحد لدى النساء، إلى أن النسبة الحقيقية يمكن أن تكون أقرب إلى ثلاثة ذكور مقابل أنثى واحدة. وهو ما يعنى أن ثمة مئات الآلاف من الفتيات في جميع أنحاء العالم يعشن مع الإعاقة دون علم

ويؤكد الأطباء والمتخصصون أن اضطراب طيف التوحد يبدأ في مرحلة الطفولة المبكرة ويتسبب في حدوث مشكلات على مستوى الأداء الاجتماعي سـواء في المدرسـة أو في العمل، مشــيرين إلى أن أعراض التوحد قد تظهر على الأطفال في غضون السنة الأولي، موضحين أنه قد يحدث النمو بصورة طبيعية بالنسبة لعدد قليل

من الأطفال في السنة الأولى، لكنهم قد يمرون بفترة من الارتداد بين الشهرين الثامن عشر والرابع والعشرين من العمس عندما تظهس عليهم أعراض

مئات الآلاف من الفتيات في جميع أنحاء العالم يعشن مع الإعاقة دون علم بذلك لأن مشكلاتهن لا يلاحظها الآخرون

وتقول الدكتورة المصرية هند بيومى اختصاصية علم النفس وتعديل سلوك أطفال الحالات الخاصة، إن حالات التوحد لدى الأطفال تختلف من طفل إلى آخر، مشيرة إلى تعدد مستويات التوحد.

وتضيف أن هناك أطفالا لديهم توحد يصاحبه تأخر عقلي مع تراجع نسبة الذكاء لديهم مما يؤثر على مهاراتهم المختلفة، كتأخر الكلام وعدم قدرتهم علئ الاعتماد علئ النفس لتلبية حاجاتهم الأساسية، بينما يوجد أطفال آخرون لديهم توحد ولكن قدراتهم العقلية طبيعية، وهو ما يطلق عليه علميا اسم "متلازمة

أسبرغر"، حيث تشير اختبارات الذكاء إلى وصول معدل ذكائهم إلى 90 أو أكثر وهيى نسبة الذكاء للأشتاص الطبيعيين.

ويدعو المتخصصون الآباء إلى القراءة والتعلم عن المرض، لمساعدة أطفالهم الذين يعانون من التوحد حتے لو لے بتلقوا تشخیصا مطلقا، ذلك أن معرفة الكثير عنه والقدرة على رسط ذلك بأشخاص آخرين لديهم نفس الحالة، كفيل بأن يجعلهم

> تغییر مجری حیاتهم. ودعت بيومي كل أم طفلها مصاب بالتوحد إلىٰ ضرورة التوجه إلىٰ المراكز المتخصصة في تأهبل أطفال التوحد وتنمية مهاراتهم للتعرف علىٰ درجة التوحد ونوعه، وإجراء اختبارات ذكاء للتعرف على مستوى ذكاء الطفل

ملمين بالاستراتيجيات التي

يستخدمونها في علاج

. أبنائهم، وذلك قد يسهم في وقدراته ونقاط قوته والمهارات التي يتفوق فيها من بروتين القمح. أجل التركيز عليها.



طبيعة الشعر تحدد نوع الشامبو المناسب لغسله

🥊 قالت بوابة الجمال "هاوت.دي" الألمانية إن استعمال شاميو خاطيء لا بفى باحتياجات ومتطلبات كل شعر على حدة قد يتسبب في فقدانه للمعانه وبريقه، علاوة على جفاف فروة الرأس.

وأضافت البوابة أن طبيعة الشعر هي التي تحدد نوع الشامبو المناسب؛ فالشعر الخفيف بحتاج إلى شياميو بحتوى على مواد عناية خفيفة مثل خلاصة الخيزران أو حمض السيليسيك؛ حيث تعمل هذه المواد على تقوية الشيعر

من دون إثقال كاهله. ويحتاج الشعر الجاف إلى شامبو غنى بالمواد المرطبة مثل البانثينول والمواد المقوية و المغذية كالكيراتين وبروفيتامين B5، بينما يحتاج الشعر الدهنى إلىٰ شامبو يحتوى علىٰ خلاصة نبات القراص، التي تساعد عليٰ التخلص من الدهون. أما الشعر الأجعد، الذي يصعب تمشيطه، فيمكن ترويضه باستعمال شامبو يحتوي على بروتين الحليب أو