

وجود شقيقة يجعل الأخ أكثر سعادة

● لندن - كشفت دراسة حديثة وجود تنافس كبير بين الأشقاء من كلا الجنسين مرتبطة بانخفاض الميول المرفوضة وزيادة السلوكيات المحببة في المجتمع مثل اللطف، والكرم، والتطوع، ومساعدة الآخرين.

من جهة أخرى توصلت دراسة، نشرت مؤخراً، إلى أن معظم الرجال صرحوا بوجود تنافس بين الأشقاء في مرحلة الطفولة، أكثر من النساء. ومع ذلك، حسب رأي الباحثين، يبدو أن هذه الاختلافات تتلاشى مع سن البلوغ.

وقالت هيلاري مردوك مؤلفة الدراسة التي قامت بإجراء البحث عندما كانت تدرس علم النفس في كلية أولبرايت في ولاية بنسلفانيا إن الجنس بقي عاملاً بارزاً في الدراسة، إذ أن الذكور الذين شملهم الاستطلاع شعروا بتنافس أكبر في صغرهم مقارنة بالنساء.

الشقيقات يساعدن أشقاءهن على أن يكونوا أكثر انفتاحاً بشأن مشاعرهم، ما يعينهم على تطوير صحتهم النفسية

وتعمل أساليب التربية وطبيعة شخصية كل أخ وفارق العمر وعوامل كثيرة أخرى على تشكيل طبيعة هذه العلاقة، كما تبقى رابطة الدم أقوى الروابط الإنسانية وفقاً ما يؤكد علماء الاجتماع لكنها لا تكفي بمفردها للدخول في علاقات اجتماعية وإنسانية ناجحة. وتعتبر الأسرة المسؤول الأول عن تحديد أسلوب التعامل مع الأبناء والذي سيرتكز لثلاثة على العلاقات بينهم في المستقبل، فإذا فضل الأب الكبير على الصغير، والولد على البنت، فإن ذلك سيرجع جذور الغيرة والفرقة بينهم منذ الطفولة، لكن إذا تم التعامل معهم بنفس الأسلوب فإن ذلك سيفوق الروابط بينهم ويجعلهم أكثر خوفاً على بعضهم.

وأكد أستاذة الطب النفسي أن تربية الولد بطريقة والبنات بطريقة أخرى، واختلاف الطرق يجعل من الصعب وصول الأختين إلى نقطة اتفاق مشيرين إلى أن الترابط الأسري وإمكانية البوح بالأشياء داخل الأسرة أول خط عاجلي يلجأ إليه الأطباء النفسيون في حالة حدوث أي مشكلة نفسية ووجود هذا الترابط يحمي من الوقوع في الأزمات النفسية.

● لندن - كشفت دراسة حديثة وجود تنافس كبير بين الأشقاء من نفس الجنس، مقابل انقفاء هذا التنافس ليحل محله الإحساس بالرضا والسعادة إذا لم يكن الإخوة من الجنس نفسه.

وأكد بحث أجري في جامعة دي مونتنفورت في إنجلترا وجامعة أولستر في أيرلندا الشمالية أن وجود شقيقة يجعل الأخ أكثر سعادة وتفاؤلاً.

وقد جرت الدراسة من خلال اختبار 571 شخصاً في عمر ما بين 17 و25 عاماً حول حياتهم، ووجدت أن أولئك الذين تشاؤوا بصحة شقيقات كانوا أسعد على ما يبدو.

وملا المشاركون استبيانات كانت تهدف إلى تقييم مجموعة من المواضيع، بما فيها الصحة النفسية والمظهر الإيجابي.

واتضح أن الشقيقات ساعدن أشقاءهن على أن يكونوا أكثر انفتاحاً بشأن مشاعرهم، الأمر الذي يعتقد الباحثون أنه ساعد على تطوير صحة نفسية جيدة لديهم.

وقال البروفيسور توني كاسيدي الذي ساعد في إجراء الدراسة "يبدو أن الشقيقات يساعدن على إيجاد المزيد من التواصل المفتوح والتماسك في العائلات".

وأشار إلى أن للأشقاء التأثير البديل، مؤكداً أن التعبير العاطفي يعد أساسياً للصحة النفسية، ووجود أخوات يُحفز ذلك في العائلات.

وأضاف أن ذلك قد يرجع إلى ميل الفتيان الطبيعي إلى عدم الحديث كثيراً عن حياتهم أو أسيائهم الخاصة، بعكس الفتيات اللاتي يملن إلى كسر ذلك الحاجز.

وأكد كاسيدي أن النتائج كانت أوضح في العائلات التي انفصل فيها الأبناء، مشيراً إلى أن تلك النتائج قد تكون مفيدة لأولئك الذين يقدمون الدعم للعائلات والأطفال الذين يمرون بأوقات عصيبة.

وقال "ربما يجدر بنا التفكير ملياً بشأن الطريقة التي نتعامل بها مع الأسر التي تضم العديد من الفتيان". كما وجدت دراسة أجرتها جامعة بريغام يونغ الأميركية على 395 أسرة تضم أكثر من طفل واحد أن وجود شقيقات يجعل منك شخصاً لطف سلوكياً. وأظهر البحث كذلك أن للأشقاء أيضاً فوائد، طالما كانت العلاقة في إطار المحبة أكثر من كونها في إطار المنافسة. وقالت لورا باديل ووكر، الباحثة الرئيسية في الدراسة إن المودة الأخوية

نصائح

كيف تحمي نفسك من حساسية حبوب اللقاح؟

● زيادة للحساسية ومضادة للالتهابات، أو بخاخات الأنف أو قطرات العين، والتي قد تحتوي أيضاً على الكورتيزون، ويمكن للطبيب مناقشة خيارات العلاج الأفضل مع المريض.

وفي حالة الأعراض الشديدة والحادة، قد تساعد مضادات الهيستامين مثل الستيرويدات أو اللوراتادين، وأوصت بوزارة الصحة الألمانية بالعناية بالأنف والحفاظ على الأغشية المخاطية في المجاري الهوائية الرطبة، لأنها توفر حماية ضد الفايروسات والبكتيريا، ويوجد أيضاً ما يعرف بالعلاج المناعي، حيث يتم تناول المواد المسببة للحساسية عن طريق الفم يومياً.

ويمكن لبعض الإجراءات البسيطة خلال الحياة اليومية جعل الحياة أسهل على مصاب بحساسية حبوب اللقاح؛ مثل تقليل الوقت في الهواء الطلق؛

بعدم الإمكان وتجنب المساحات المفتوحة، مع العلم أن كثافة حبوب اللقاح تكون أعلى في الصباح، وإبقاء النوافذ في المنزل وفي السيارة مغلقة مع الاستعانة بفلتر حبوب اللقاح في كليهما، وعدم خلع الملابس في

غرفة النوم، والحرص على تناول نظام غذائي متوازن يساعد على رفع المناعة.



● قد تكون الصورة الذهنية عن الربيع أنه فصل تفتح الزهور والسمات الدافئة والجو المعتدل، لكنه يمثل كابوساً للأشخاص، الذين يعانون من حساسية حبوب اللقاح.

وأوضحت بوابة الصحة "جيزوندهايت.دي" الألمانية أن أعراض هذا النوع من الحساسية يتمثل في سيلان الأنف وحكة واحمرار في العينين، وإحساس بالوخز في الأنف وانتفاخات بالأغشية المخاطية وأحياناً نوبات شديدة من العطس واحتقان الأنف والصداخ والسعال وازدياد الجلد في بعض الحالات والارق، ولتشخيص حساسية حبوب اللقاح، يتم إجراء اختبارات الوخز على الجلد، كما يكتمل التشخيص باختبارات خاصة بالدم.

ويعد العلاج المستمر لحساسية حبوب اللقاح أمراً مهماً، حيث يمكن أن تتطور حمى القش إلى الإصابة بحالة من الربو التحسسي، وهنا تجب استشارة الطبيب، ومن الأفضل أن يكون أخصائياً في الحساسية، إذا ازدادت الأعراض المرضية أو عند الشعور بصعوبة في التنفس أو ظهور طفح جلدي شديد؛ حيث يتم وصف أدوية

مضاد للحساسية وتزليل الشعر من الطبقة السطحية فقط. وشددت البوابة على ضرورة تجربة مثل هذه الكريمات على الرسغ أولاً، لتجنب أية استجابات تحسسية محتملة.

وتشهد إزالة الشعر بالليزر رواجاً كبيراً بين الكثير من النساء. وأوضحت البوابة أن هذه الطريقة تمتاز بأنها تنتج التخلص من الشعر غير المرغوب فيه بصفة مستديمة، وإن كانت باهظة التكلفة وتستغرق وقتاً طويلاً.

وشددت الرابطة على ضرورة إجراء هذه الطريقة على يد مختص فقط تجنباً للإصابة بندبات على البشرة، مشيرة إلى أنها لا تناسب غالباً المرأة ذات الشعر الأشقر؛ نظراً لأن الليزر لا يجدي نفعا معه في أغلب الحالات لافتقاره لصبغة الميلانين اللازمة.

للحصول على نتائج مثالية تصل إلى شهر كامل. وأوضحت البوابة أن هذه الطريقة غير المرغوب فيه على نحو سريع بواسطة كريمات خاصة. وتحتوي هذه الكريمات على للحصول على نتائج مثالية تصل إلى شهر كامل. وأوضحت البوابة أن هذه الطريقة غير المرغوب فيه على نحو سريع بواسطة كريمات خاصة. وتحتوي هذه الكريمات على

عيد الأم في لبنان بلا أبناء

حسرة الأمهات على فراق فلذات أكبادهن تطبع المناسبة بالحنن



احتفال مزوج بالألم في لبنان هذا العام

هاجروا إلى الخارج بحثاً عن فرص جديدة ومستقبل أفضل.

وقالت قنطرة، للأنضول "أنا حزينة في هذا العيد، لكن لدي أملاً بأن لبنان سيكون أفضل مستقبلاً".

من جانبها، قالت لينا حمدان، للأنضول "أولادي الخمسة خارج لبنان ولن يعودوا إليه إذا لم تتغير الأحوال".

وأعربت عن أمنيتهما في أن تتغير الأوضاع في لبنان ليعود أولادي من جديد إلى الوطن".

ولبنان معروف بهجرة مواطنيه، فحسب إحصائية إدارة الإحصاء المركزي اللبنانية (رسمية) لعام 2019، يعيش بالبلد 4 ملايين مواطن، وخارجه نحو 16 مليوناً آخرين.

وتعيش البلاد، التي تتصارع فيها مصالح دول إقليمية وغربية، أسوأ أزمة اقتصادية منذ انتهاء الحرب الأهلية عام 1990، ضاعفتها تداعيات جائحة كورونا، وانفجار مرفأ بيروت الكارثي، ما خلف أزمة اجتماعية ألقت بضلالها على فئة الشاب بصفة خصوصية.

وباتت المعاناة عبر تقنية الفيديو الوسيلة الوحيدة التي تجمع معظم أمهات لبنان بأولادهن المهاجرين نتيجة الأوضاع الاقتصادية والأمنية الصعبة التي جعلتهم يبحثون عن وطن بديل لتأمين مستقبلهم، بحيث باتت المراساة الوحيدة بالنسبة إلى الأمهات اللبنانيات.

بنسائية عيد الأم، نظمت حوالي 100 من النساء اللبنانيات، بينهن أمهات فقدن أولادهن في انفجار مرفأ بيروت العام الماضي، مسيرة احتجاجية جين فيها عدة شوارع في العاصمة وصولاً إلى المرفأ.

وحملت الأمهات شعارات تعكس حزنهن نتيجة معاناة أبنائهن الذين سرقت أحلامهم واضطروا للهجرة. كما حمل العديد من النساء، اللاتي كثير منهن ارتدين ملابس سوداء، لافتات تنتقد الوضع في لبنان.

وأضافت مخاطبةً ابنتها "ريبتك بدموع العين، أنت يا شريف، يا حنون، يا صاحب القلب الطيب، قلبي يحترق على غيابك، تدمرت حياتي من بعدك".

من جهتها، تحدثت ريتا بطيش، أم جورج معلوف، بحزن وتأثر كبيرين، قائلة "والدة حُرمت من ابنتها لا تستطيع أن تستوعب حتى اللحظة هول الكارثة".

فيما قال الأب إلياس معلوف "زوجتي كل صباح تنادي جورج وتطلب منه العودة لبلدنا من جديد عله يرد الحياة إلى حياتنا".

ويظل العيد في أوساط الأمهات اللواتي ودعن أبنائهن مع اشتداد الأزمة الاقتصادية حزينا، لا ورود ولا حلويات، و"صاحبات العيد" حائرات تختلط في داخلهن أوجاع كثيرة.

الأم رجيينا قنطرة، تفكر بأولادها وأحقادها في هذه المناسبة، بعدما

(عيد الأم) وتجلب لي الهدايا، أما الآن فقد غابت الفرحة عني".

واستكملت "بعد استنشاد ابنتي وزوجها، مرضت حتى زوجي مريض".

بدورها، أفادت ممتازة أبوهرج، والدة قيسر فؤاد أبوهرج، بأنها "والدة الشهيد"، بعدما لقي ابنها مصرعه في الانفجار، لتتهمر الدموع من عينيها وهي تنظر إلى صورته.

وخلال حديثها، تذكرت كيف كان ابنها الراحل يحتفل معها بعيد الأم، ويسارع لإحضار هدية لها، لإدخال البهجة إلى قلبها.

العيد في أوساط الأمهات اللواتي ودعن أبناءهن حزين، لا ورود ولا حلويات، و«صاحبات العيد» تختلط داخلهن أوجاع كثيرة

وأضافت مخاطبةً ابنتها "ريبتك بدموع العين، أنت يا شريف، يا حنون، يا صاحب القلب الطيب، قلبي يحترق على غيابك، تدمرت حياتي من بعدك".

من جهتها، تحدثت ريتا بطيش، أم جورج معلوف، بحزن وتأثر كبيرين، قائلة "والدة حُرمت من ابنتها لا تستطيع أن تستوعب حتى اللحظة هول الكارثة".

فيما قال الأب إلياس معلوف "زوجتي كل صباح تنادي جورج وتطلب منه العودة لبلدنا من جديد عله يرد الحياة إلى حياتنا".

ويظل العيد في أوساط الأمهات اللواتي ودعن أبنائهن مع اشتداد الأزمة الاقتصادية حزينا، لا ورود ولا حلويات، و"صاحبات العيد" حائرات تختلط في داخلهن أوجاع كثيرة.

الأم رجيينا قنطرة، تفكر بأولادها وأحقادها في هذه المناسبة، بعدما

أضافت مخاطبةً ابنتها "ريبتك بدموع العين، أنت يا شريف، يا حنون، يا صاحب القلب الطيب، قلبي يحترق على غيابك، تدمرت حياتي من بعدك".

من جهتها، تحدثت ريتا بطيش، أم جورج معلوف، بحزن وتأثر كبيرين، قائلة "والدة حُرمت من ابنتها لا تستطيع أن تستوعب حتى اللحظة هول الكارثة".

فيما قال الأب إلياس معلوف "زوجتي كل صباح تنادي جورج وتطلب منه العودة لبلدنا من جديد عله يرد الحياة إلى حياتنا".

ويظل العيد في أوساط الأمهات اللواتي ودعن أبنائهن مع اشتداد الأزمة الاقتصادية حزينا، لا ورود ولا حلويات، و"صاحبات العيد" حائرات تختلط في داخلهن أوجاع كثيرة.

الأم رجيينا قنطرة، تفكر بأولادها وأحقادها في هذه المناسبة، بعدما

أضافت مخاطبةً ابنتها "ريبتك بدموع العين، أنت يا شريف، يا حنون، يا صاحب القلب الطيب، قلبي يحترق على غيابك، تدمرت حياتي من بعدك".

من جهتها، تحدثت ريتا بطيش، أم جورج معلوف، بحزن وتأثر كبيرين، قائلة "والدة حُرمت من ابنتها لا تستطيع أن تستوعب حتى اللحظة هول الكارثة".

يختلف عيد الأم هذا العام في لبنان عن سابقه، حيث حلت الدموع محل الورد والحلويات. ولم يترك انفجار مرفأ بيروت لصاحبات العيد مجالاً للاحتفال بعد أن خسرن فلذات أكبادهن كما أن العديد من الشباب هاجروا من أجل لقمة العيش، وهو ما ولد حسرة داخل نفوس الأمهات زادت المناسبة في تأجيلها. ويعيش لبنان أزمة سياسية وأخرى اقتصادية أثرت سلباً على الوضعية الاجتماعية للأفراد داخله.

● بيروت - يطل عيد الأم هذا العام، بغصة على أمهات لبنان، فهناك من خسرن منهن فلذات أكبادهن جراء انفجار مرفأ بيروت، وأخريات حُرمن من أبنائهن بعدما اختاروا الهجرة سبيلاً لتأمين لقمة العيش، في ظل أزمة البلاد العميقة اقتصادياً وسياسياً.

ويصادف الاحتفال بعيد الأم في العالم العربي، 21 مارس من كل عام، فيما تختلف تواريخ الاحتفال به من دولة إلى أخرى طوال العام.

وفي 4 أغسطس الماضي، وقع انفجار ضخم في مرفأ العاصمة بيروت، ما أسفر عن مقتل 200 شخص وإصابة 6 آلاف آخرين، وفق تقديرات رسمية.

وما بين الغصة والدموع والأمل من تواصل التحقيقات لمعرفة من تسبب بالانفجار، يحل عيد الأم والجراح لم تتدمل، حتى بات العيد خالياً من مشاعر الفرح والحب لاست الحبابي".

لم تستطع الأم يسرا بنها، والدة علي قاسم صوان، حبس دموعها وهي تتحضر صورة ابنتها

المرحة كل أم برقيبتكم #ارحلوا

جمال

● بيروت - يطل عيد الأم هذا العام، بغصة على أمهات لبنان، فهناك من خسرن منهن فلذات أكبادهن جراء انفجار مرفأ بيروت، وأخريات حُرمن من أبنائهن بعدما اختاروا الهجرة سبيلاً لتأمين لقمة العيش، في ظل أزمة البلاد العميقة اقتصادياً وسياسياً.

ويصادف الاحتفال بعيد الأم في العالم العربي، 21 مارس من كل عام، فيما تختلف تواريخ الاحتفال به من دولة إلى أخرى طوال العام.

وفي 4 أغسطس الماضي، وقع انفجار ضخم في مرفأ العاصمة بيروت، ما أسفر عن مقتل 200 شخص وإصابة 6 آلاف آخرين، وفق تقديرات رسمية.

وما بين الغصة والدموع والأمل من تواصل التحقيقات لمعرفة من تسبب بالانفجار، يحل عيد الأم والجراح لم تتدمل، حتى بات العيد خالياً من مشاعر الفرح والحب لاست الحبابي".

لم تستطع الأم يسرا بنها، والدة علي قاسم صوان، حبس دموعها وهي تتحضر صورة ابنتها

المرحة كل أم برقيبتكم #ارحلوا

جمال

جمال