

المرأة أمام معركة تغيير العقليات لكسب الثقة في إدارتها للشركات

تنصيب النساء في المراكز القيادية للشركات يعيد جدلية الخسائر والأرباح

بينما تعمل الحكومات في الشرق الأوسط على تضييق الهوة بين الجنسين في الحياة العامة، بالتشجيع على تعيين المرأة في مناصب قيادية، فإن هذه الجهود تواجه الكثير من التحديات التي تحول دون تغيير واقع المرأة في المنطقة بسبب الثقافة المتجذرة التي لا تحسب بانتقال المرأة من مظهرها التقليدي الذي يتمتع بخصوصية كبيرة ليصبح أكثر تحرراً وحادثة.

لندن - لم يكن انضمام المزيد من النساء إلى مجالس إدارة الشركات في الدول العربية أمراً سهلاً. وتشير غالبية الدراسات والإحصاءات في الدول العربية إلى مشاركة هامشية بالنسبة إلى المرأة في إدارة الشركات، بالرغم من إعلان عدد من الدول العربية أنها تشجع على منح المرأة دوراً في إدارة الشركات والمؤسسات الكبرى سواء في مجلس الإدارة أو كمشاركة في صناعة القرار.

ولا تخفي النساء اللواتي مهدت لهن القوانين الجديدة في دول مثل السعودية والإمارات والكويت وسلطنة عمان صعوبة المهمة في دخولها حيز التطبيق.

وفي تصريحات لوكالة بلومبرج، قالت حسين التي انضمت إلى مجلس إدارة "ارامكس" بعد الإعلان عن المنصب في إحدى الصحف المحلية "أجريت مقابلات مع عدد كبير من الأشخاص، وأحياناً يكون على الفتاة المرشحة للوظيفة طلب إذن من والديها لكي تقبل بوظيفة معروضة عليها لأنها ستتعامل مع كثير من الرجال".

ويمثل السياق الاجتماعي معركة شاقة لتحقيق المساواة بين الجنسين في مجال العمل بالإمارات، رغم أن المرأة الإماراتية تمثل حوالي 70 في المئة من خريجي الجامعات في الدولة ككل. وبحسب بيانات مجلس الإمارات للتوازن بين الجنسين، في حين تمثل النساء حوالي ثلثي عدد العاملين في القطاع العام، فإنهن يمثلن 30 في المئة فقط من شاغلي المناصب القيادية.

ووقعت وزارة الموارد البشرية السعودية نهاية العام الماضي مذكرة تفاهم مشتركة مع هيئة السوق المالية السعودية، بهدف دعم وتمكين تواجد المرأة في مجالس إدارات الشركات المدرجة.

وأوضحت الوزارة، في بيان، أن أهداف مذكرة التفاهم تشمل تطوير دليل إرشادي للمرأة في مجالس إدارات الشركات، والتوعية بأهمية التنوع في مجالس الإدارات الذي يدعم عملية اتخاذ القرار في تلك المجالس.

لكن نتائج هذه المذكرة لم تطبق على أرض الواقع بشكل واضح ومؤثر. ويرى الباحث السعودي عامر بن محمد الحسيني أن التساؤلات مازالت قائمة عن دور المرأة في نجاح الشركات عندما تكون عضوية مجالس إدارتها تحوي العنصر النسائي. فالعديد من الدراسات حاولت الربط بين الجنس وفعالية مجلس الإدارة، وتحقيق الأرباح، لكن الأغلب لم يجد تأثيراً مباشراً في ربحية الشركة.

إلا أن حسين، والتي تعمل أيضاً رئيساً لإدارة رأس المال البشري في شركة "تيكوم جروب"، إحدى شركات مجموعة دبي القابضة، ترى أن النساء، وبخاصة من نوات الخلفية المحافظة، يجمعن عن شغل المناصب التي تفرض عليهن البقاء خارج المنزل حتى وقت متأخر، أو التفاعل والتواصل مع زملائهن الرجال.

وأصدر بنك الاستثمار الأميركي "جيه. بي مورجان تشيس" تقريراً العام الماضي ذكر فيه أنه لا توجد "بيانات واضحة



تحديات شاقة لتحقيق المساواة بين الجنسين

والحقيقة أن سياسة تخصيص حصص للمرأة في المناصب العليا بالشركات حققت نجاحاً في مناطق أخرى من العالم. ففي فرنسا، على سبيل المثال، تشغل النساء 40 في المئة، على الأقل، من مقاعد مجلس الإدارة في الشركات الكبرى، كنتيجة مباشرة لقانون تم تمريره في عام 2011 حيث تم فرض زيادة تدريجية لحصص النساء من مقاعد مجالس الإدارة من 20 في المئة في 2014 إلى 40 في المئة عام 2017.

حققت فقرة كبيرة

في ألمانيا التي تعاني من سجل سيء في مجال تمثيل المرأة في المناصب العليا، تم تقديم قانون خلال العام الحالي يفرض وجود سيدة واحدة، على الأقل، في مجالس إدارة الشركات المسجلة في البورصة. وقالت رشا الخواجة مديرة التوزيع والتطوير في شركة "كوبيتيفا جروب" لإدارة صناديق الاستثمار، مقرها دبي، إن قرار هيئة الأوراق المالية والسلع "ضروري فعلاً"، مضيفاً أن "النساء حققن فقرة كبيرة في عالم الشركات خلال العقد الماضي، لكن حضورهن لم يظهر بالدرجة الكافية لذلك لم يصل الكثيرون منهن إلى مستوى عضوية مجالس الإدارة". وقالت الخواجة إن العقليات التي تحصر المرأة داخل إطار "مقدمي الرعاية الأساسية" فقط، تحتاج إلى تغيير "وإن أحدث هذا التحول المساهمة بالنسبة العقلية يحتاج إلى أجيال".

وأيضاً أن بعض الشد العصبي يعد طبيعياً، ولكن استمراره لأمد طويل، يمكن أن يؤثر بشكل كبير على الصحة النفسية. وقالت رادافيلي - باجاتيني "الشد العصبي طويل الأمد، والذي لا يعالج، يمكن أن يؤدي إلى مشاكل صحية تشمل أمراض القلب والسكري والاعتقاد والقلق، وبالتالي نحن في حاجة إلى التوصل إلى طرق للحيلولة دون مشاكل الأمراض النفسية، والتخفيف منها في المستقبل".

وفي حين أن الآليات وراء كيف يؤثر استهلاك الفواكه والخضروات على الضغط العصبي، لا تزال غير واضحة، تقول رادافيلي - باجاتيني إن المواد الغذائية الرئيسية يمكن أن تكون أحد العوامل في هذا الشأن.

وأوضحت "تحتوي الخضروات والفواكه على مغذيات مهمة مثل الفيتامينات والمعادن واللايفوويد والكاروتينات والكربوهيدرات التي يمكن أن تخفف من الشد العصبي الانتهابي والتاكسدي، وبالتالي تحسن الصحة النفسية".

وأوضحت "تحتوي الخضروات والفواكه على مغذيات مهمة مثل الفيتامينات والمعادن واللايفوويد والكاروتينات والكربوهيدرات التي يمكن أن تخفف من الشد العصبي الانتهابي والتاكسدي، وبالتالي تحسن الصحة النفسية".

نصائح

الفواكه والخضروات أفضل وصفة للتخلص من التوتر

بيرث (أستراليا) - كشف بحث جديد أجرته جامعة إيديث كوان الأسترالية أن وجود نظام غذائي غني بالفواكه والخضروات مرتبط بنسبة أقل من الشد العصبي.

وأظهرت نتائج البحث أن الأشخاص الذين تناولوا 470 غراماً، على الأقل، من الفاكهة والخضروات يومياً كان لديهم مستوى أقل من الشد العصبي بنسبة 10 في المئة عن هؤلاء الذين استهلكوا أقل من 230 غراماً.

وتنصح منظمة الصحة العالمية بتناول 400 غرام، على الأقل، من الفواكه والخضروات يومياً.

وقالت سيمون رادافيلي - باجاتيني المرشحة لنيل درجة الدكتوراه من معهد أبحاث التغذية بالجامعة إن الدراسة تعزز الصلة بين الأنظمة الغذائية الغنية بالفواكه والخضروات والصحة النفسية، بحسب ما نقله موقع "نيوروساين نيوز". وأضافت "وجدنا أن الأشخاص الذين تناولوا نسبة أكبر من الفواكه والخضروات يعانون من شد عصبي أقل من هؤلاء الذين لديهم مستوى أقل من الفواكه والخضروات وهو ما يشير إلى أن النظام الغذائي يلعب دوراً رئيسياً في الصحة النفسية".

وأوضح أن بعض الشد العصبي يعد طبيعياً، ولكن استمراره لأمد طويل، يمكن أن يؤثر بشكل كبير على الصحة النفسية. وقالت رادافيلي - باجاتيني "الشد العصبي طويل الأمد، والذي لا يعالج، يمكن أن يؤدي إلى مشاكل صحية تشمل أمراض القلب والسكري والاعتقاد والقلق، وبالتالي نحن في حاجة إلى التوصل إلى طرق للحيلولة دون مشاكل الأمراض النفسية، والتخفيف منها في المستقبل".

وفي حين أن الآليات وراء كيف يؤثر استهلاك الفواكه والخضروات على الضغط العصبي، لا تزال غير واضحة، تقول رادافيلي - باجاتيني إن المواد الغذائية الرئيسية يمكن أن تكون أحد العوامل في هذا الشأن.

وأوضحت "تحتوي الخضروات والفواكه على مغذيات مهمة مثل الفيتامينات والمعادن واللايفوويد والكاروتينات والكربوهيدرات التي يمكن أن تخفف من الشد العصبي الانتهابي والتاكسدي، وبالتالي تحسن الصحة النفسية".

وأوضحت "تحتوي الخضروات والفواكه على مغذيات مهمة مثل الفيتامينات والمعادن واللايفوويد والكاروتينات والكربوهيدرات التي يمكن أن تخفف من الشد العصبي الانتهابي والتاكسدي، وبالتالي تحسن الصحة النفسية".

جمال

نظارات شمسية تساعد

على القيادة الآمنة

دوسلدورف (ألمانيا) - أوصت الرابطة الألمانية لأطباء العيون بإرتداء نظارة شمسية مناسبة أثناء قيادة السيارة خلال فصل الصيف من أجل التمتع برؤية جيدة ترفع درجة أمان القيادة وسلامتها.

وأوضحت الرابطة أن النظارة الشمسية المناسبة للقيادة ينبغي أن تكون ذات عدسات كبيرة وأذرع نحيفة بحيث تغطي العين جيداً دون أن تعيق الرؤية الجانبية.

كما ينبغي أن تكون النظارة الشمسية قادرة على امتصاص الانعكاسات الناتجة عن الأسطح كالنوافذ مثلاً، وزيادة درجة التباين، علماً بأن النظارات ذات العدسات المستقطبة تعد مناسبة لهذا الغرض.

وبالنسبة إلى لون العدسات فإن الرابطة توصي باختيار درجات البني أو الرمادي الغامق للأخضر أو الرمادي؛ نظراً لأنها تتيح رؤية الألوان بشكل طبيعي دون تزييف.

ويمكن أيضاً ارتداء نظارة متدرجة اللون والتي يصبح لونها فاتحاً بالاتجاه نحو الأسفل، وبذلك يكون من السهل رؤية عناصر الاستعمال ولوحة العدادات بالسيارة.

نبرة الصوت تساهم في نجاح العلاقات العاطفية أو فشلها

صواتهم التي ساهمت في اتساع رقعة شعبيتهم. وأكدت الخبيرة أن أي تقارب بين البشر تسهم فيه عناصر صوتية، مثل النطق والنبرة والتردد والإيقاع، ولذلك يعد استثمار الوقت والنقود والجهد في تطوير المهارات الصوتية من الأمور الصائبة بالنسبة إليهما.

وأظهر فريق بحث دولي، قاده جامعة جوتنجن، مؤخراً أن الصوت يمكن أن يكشف عن السمات الشخصية للبعض. واكتشف الباحثون أن الصوت منخفض النبرة مرتبط بالأشخاص الأكثر سيطرة والأكثر من حيث الانفتاح الجنسي (أي الترحيب بخوض علاقات عابرة). وجاءت النتائج صحيحة بالنسبة إلى النساء والرجال.

وأظهر فريق بحث دولي، قاده جامعة جوتنجن، مؤخراً أن الصوت يمكن أن يكشف عن السمات الشخصية للبعض. واكتشف الباحثون أن الصوت منخفض النبرة مرتبط بالأشخاص الأكثر سيطرة والأكثر من حيث الانفتاح الجنسي (أي الترحيب بخوض علاقات عابرة). وجاءت النتائج صحيحة بالنسبة إلى النساء والرجال.

ولا بد أن يكون الكثيرون قد افتتنوا في مرحلة ما بصوت أحد الأشخاص، ولكن ما الذي يمكن أن يكشفه الصوت حقاً عن شخصيتنا؟ ونصحت خبيرة بريطانية في علم الصوتيات الأشخاص الذين يجدون صعوبة في العثور على شريك الحياة

وقالت جاد جوديل إنه بإمكان أي شخص أن يتعلم بعض الحيل التي تجعله أكثر جاذبية، حتى لو كان في واقع الأمر غير ذلك، مؤكدة أن الأمر لا يتطلب سوى تغيير الطريقة التي يتحدث بها.

وأوضحت جوديل أن "تغيير الصوت بإضافة نبرة حنونية إليه أو همسات، يمكن أن يكون فعالاً مثل فقدان الوزن أو القيام بتغيير ما على المظهر ليكون لافتاً لانتباه الآخرين". وأشارت إلى أن جزءاً كبيراً من جاذبية النجوم لا تكمن في مظهرهم، بل في نبرات

ولا بد أن يكون الكثيرون قد افتتنوا في مرحلة ما بصوت أحد الأشخاص، ولكن ما الذي يمكن أن يكشفه الصوت حقاً عن شخصيتنا؟ ونصحت خبيرة بريطانية في علم الصوتيات الأشخاص الذين يجدون صعوبة في العثور على شريك الحياة

وقالت جاد جوديل إنه بإمكان أي شخص أن يتعلم بعض الحيل التي تجعله أكثر جاذبية، حتى لو كان في واقع الأمر غير ذلك، مؤكدة أن الأمر لا يتطلب سوى تغيير الطريقة التي يتحدث بها.

وأوضحت جوديل أن "تغيير الصوت بإضافة نبرة حنونية إليه أو همسات، يمكن أن يكون فعالاً مثل فقدان الوزن أو القيام بتغيير ما على المظهر ليكون لافتاً لانتباه الآخرين". وأشارت إلى أن جزءاً كبيراً من جاذبية النجوم لا تكمن في مظهرهم، بل في نبرات

جوتنجن (ألمانيا) - تمثل نبرة الصوت ونغمته وطبقته، مصدر جذب أو نفور بين الأشخاص، نظراً لكونها تترك آثاراً بليغة في كيفية نظرة الناس إلى بعضهم، ويمكن أن تكون أيضاً عاملاً من عوامل نجاح العلاقات العاطفية أو فشلها.



غير نبرة صوتك تتغير حياتك