العرب
الجمعة 2021/10/01
السنة 44 العدد 12196

فرض الزوجة لإرادتها وقراراتها في كل ما يخص العائلة يخل بتوازنها

تسلط الزوجة يعطي انطباعاً سلبياً عن العلاقة الزوجية أمام الآخرين

يذهب خبراء علم النفس إلى أن المرأة مضطربة الشخصية تميل إلى فرض سيطرتها على زوجها وأسرتها، مشيرين إلى أن أسلوب تربية الزوجة من أسباب ميلها إلى هذا السلوك. وأشار الخبراء إلى أن الكثير من الزوجات اكتسبن التسلط والشخصية القوية نتيجة لتأثرهن بأمهاتهن.

راضية القيزاني
صحافية تونسية

يؤكد مستشارو العلاقات الأسرية أن طغيان أحد الزوجين على الآخر وفرض إرادته وقراراته في كل ما يخص الأسرة يخل بتوزانها، مشيرين إلى أنه من المفترض أن تقوم العلاقة الزوجية على التفاهم والتوافق بين رغبات الزوجين، كي يتمكنا من إدارة العائلة بأفضل طريقة ممكنة.

ويرى خبراء علم الاجتماع أن الزوجة التي تحكم العائلة وتقودها بغض النظر عن رأي زوجها أو إرادته، إذ تعتبر نفسها الأقدر والأكثر جدارة في تقدير الأمور واتخاذ القرارات يعطي انطباعاً سلبياً عن العلاقة الزوجية أمام الآخرين، خاصةً في المجتمعات الشرقية التي اعتادت أن تكون الكلمة الأولى والأخيرة للزوج.

مؤشرات كثيرة تدل على تسلّط المرأة، منها عندما تُصبح تأمر وتنهي في أمور المنزل، وتحاسب زوجها على كلّ تفصيل يتعلّق بحياته

ويؤكد الخبراء على أن هناك مؤشرات كثيرة تدل على تسلّط المرأة ، منها عندما تُصبح المرأة تأمر وتنهي في أمور المنزل، وتحاسب زوجها على كلّ تفصيل يتعلّق بحياته، وتتلفظ بأقوال تحط من قيمة زوجها، أو تأتي أفعالاً شنيعة في حقّه تُقلل من قَدْره، والأكثر من ذلك خطورةً خوفُ الزّوج من الرّد عليها أو مُعاتبتها على ذلك. كما أنّ أحد المؤشرات التي تدلّ على تسلط المرأة قدرتها على خلق الفتن بين الزوج وأهله؛ والسبب في ذلك علمها بضعفه وخضوعه لأمرها، فهي الشخصية المتحكمة والمسيطرة على البيت بأكمله بما فيه الزوج.

وقال محيي الدين الهذيلي أربعيني ومتزوج من فتاة تصغره بسنتين إنه لاحظ على زوجته منذ أسابيع الزواج الأولى تغيرا في سلوكها وتصرفاتها، حيث كانت تتعمد إهانته أمام أفراد عائلته ما يشعره بالحرج، مشيرا إلى أنها لم تكن كذلك في أيام الخطبة.

وأضاف لـ"العرب" أنهما أصبحا كثيرا الشجار والمناكفات جراء رغبة زوجته في السيطرة عليه لكنه لم يستسلم لرغبتها وغيّر أسلوب معاملته لها كي تصبح تخشاه وتهابه.

ويذهب الدكتور مدحت عبدالهادي، استشاري العلاقات الزوجية والأسرية إلى القول بأن "التسلط من أنماط الشخصية المعروفة التي قد يتسم بها الزوج أو الزوجة والتي تؤثر بالسلب على طبيعة العلاقة بين الطرفين، وغالباً ما تكون سبباً في إلغاء شخصية الآخر ومحوها"، موضحاً أن "اكتساب الشخصية المتسلطة يعود بشكل كبير إلى أسلوب تربية الزوج أو الزوجة، فهناك الكثير من الزوجات اللاتي اكتسبن التسلط والشخصية القوية نتيجة تأثرهن بأمهاتهن، حيث نشأن واعتدن على أن تتقلد أمهاتهن زمام الحياة الزوجية مع آبائهن، وغالباً ما يكون الأب ضعيف الشخصية وتابعا تاما للأم، فتسعى هذه الأم إلى أن تزرع في ابنتها هذه المعاني منذ ولادتها وأن تخلق من ابنتها نسخة مصغرة منها، فتنشأ الفتاة الصغيرة على هذا الوضع وتتعامل معه على أنه وضع طبيعي".

معرفة الأسباب التي تقف وراء تسلط الزوجة أحد أهم طرق التعامل معها

وأضاف، أن واحداً من أبرز أسباب ميل الزوجة إلى التحكّم والسيطرة أنها نشأت في أسرة تسيطر فيها المرأة على الرجل، وتعلّمت من والدتها السيطرة، بل واتخذت من والدها الخاضع نموذجاً لزوج المستقبل.

ويرى خبراء علم الاجتماع أن الزوجة المتسلطة شخصيتها قوية أو مضطربة، مشيرين إلى أنه لا يمكن اعتبار قوة شخصية المرأة نقيصة أو عيبا، لكن عندما لا تتناسب قوة شخصية المرأة مع طبيعة الزوج تميل كفة السيطرة لها، كما أن اضطرابات الشخصية مثل النرجسية قد تكون سبباً لسيطرة المرأة على الرجل.

وغالباً ما يؤدي ضعف شخصية الرجل إلى سيطرة المرأة عليه؛ ليس فقط من باب استغلال الفرصة، بل أيضاً لأن الزوج ضعيف الشخصية سيكون فاشلاً في إدارة الحياة الزوجية وسيكون من الأجدى أن تتحكم به المرأة.

مدحت عبدالهادي

الشخصية المتسلطة تؤثر بالسلب على علاقة الطرفين

كما أن المرأة التي تمتلك مميزات علمية ومادية ومهارات متفوقة على ما يمتلكه الرجل تكون أكثر قدرة على فرض سيطرتها؛ خاصّة إن كان الرجل متأثراً بشدة بالفروق بينه وبين زوجته.

ويشير المتخصصون إلى أن تدخل الأهل في الحياة الزوجية يمثّل واحداً من الأسباب الشائعة لتسلط المرأة على زوجها، سوء من خلال التحريض أو المساندة بالتسلط.

وعادةً ما تظهر صفات التسلط على المرأة في تجارب تحكّم الزوج الفاشلة بعد فترة من الزواج، حيث يثبت الزوج فشله بجدارة وقلة خبرته وانعدام قدرته على التحكم؛ ما يجعل المرأة تمسك دفة القيادة.

ويجمع خبراء العلاقات الزوجية والأسرية على أن الزوج يستطيع التعامل مع الزوجة المتسلطة من خلال معرفة أسباب تسلط الزوجة.

وتعد معرفة الأسباب التي تقف وراء تسلط الزوجة أحد أهم الطرق الفعالة للتعامل مع الزوجة المتسلطة، وذلك لأن معرفة الأسباب تساهم بشكل كبير في فهم الزوجة، ومعرفة الأمور التي تدفعها للتسلط، كما أنها تساهم في وضع آلية مناسبة وفعالة للتعامل معها، وخصوصاً إذا تبين أن هناك عوامل نفسية وراء تسلط الزوجة على الزوج.

كما أن الصبر والحكمة من الطرق الفعالة للتعامل مع الزوجة المتسلطة، إذ يحتاج التعامل مع الزوجة المتسلطة إلى عدة مقومات يجب أن تتوافر في الزوج وهي التحلي بالصبر، والحكمة، بحيث يجب على الزوج أن يتحكم في ردود أفعاله، وأن لا يقابل تسلط الزوجة برد فعل أحمق لن يزيد الأمور إلا تعقيداً، لذلك عليه التريث وعدم الانفعال.

الصداقة المدرسية تساهم في التطور العقلي للطفل

القاهرة – يشير خبراء علم النفس إلى أن الصداقة بين الأطفال من أصدق العلاقات على الإطلاق، إذ لا يختار الطفل صديقه المفضل بسبب مصالحه، وإنما يتم ذلك تلقائيا فور انسجامه مع هذا الطفل. لذلك يساهم تكوين صداقات الطفولة داخل المدرسة في رسم شخصية الطفل.

ويؤكد الخبراء على أن للصداقة تأثيرا كبيرا على الطفل سواء من الجانب الصحي أو النفسي أو التربوي أو الاجتماعي.

وقالت الدكتورة فؤادة هدية أستاذة طب نفس الطفل في جامعة عين شمس إن "مهارات تكوين الأصدقاء تأتي بشكل طبيعي، فهناك أطفال ينفتحون على الآخرين بسهولة، وفي المقابل هناك أطفال يعتبرون الصداقة تحدياً كبيراً غير قادرين عليه"، مشيرة إلى أن الصداقة علاقة اختيارية مبنية على الثقة والمشاركة في الأسرار مع الاهتمام المتبادل.

وأضافت أن صداقة الطفل المدرسية تساعده على النمو الجسدي والنفسي والحركي والاجتماعي، وتجعل شخصيته سوية متوازنة، كما أنها تعلمه الكثير من القيم والمبادئ التي تنفعه في المستقبل.

وأشارت هدية إلى أن صداقة المدرسة تعلم الطفل التسامح والعمل الاجتماعي وكتم الأسرار والتصالح والتواضع، وترشده إلى سبيل الاندماج وعدم الانطواء أو العزلة، كما تمده بالثقة في النفس، ومعها يحس بروح المنافسة الشريفة الإيجابية وفن التواصل الاجتماعي. بينما تجعل العزلة الطفل شخصية ضعيفة هشة، ومعرضة للإصابة بأمراض الفصام التي تأتي من الخوف وعدم الثقة بالنفس.

ويشير خبراء التربية إلى أن الصداقة تزيل الخجل والخوف الاجتماعي والجبن، وتساعد الطفل على التغلب على مشاكل الكلام، وتسهم في إفراغ شحنات الطاقة الزائدة عند الطفل؛ وذلك من خلال اللعب وممارسة الهوايات ما يخفف كم العنف والرغبة في التدمير.

كما أن وجود أصدقاء بجانب الطفل يساعده على التقدم والتحسن؛ وذلك بالتركيز على دروسه والأمور المهمة في حياته الصغيرة، إضافة إلى أن وجودهم يعفي الطفل من الكثير من المتاعب أو الأمراض النفسية.

وأشارت المرشدة التربوية منى بداوي إلى كيفية تدعيم الوالدين صداقة طفلهما بطرق عدة من أهمها إشراك الطفل في أنشطة جماعية مدرسية، وترك الحرية له لاختيار الصديق مع مراقبته للاطمئنان.

الصداقة تزيل الخجل والخوف الاجتماعي ، وتساعد الطفل في التغلب على مشاكل الكلام وتمده بالثقة في النفس

ويرى خبراء التربية أن الطفل يبدأ بإنشاء علاقة صداقة وتطويرها بعد انتقاله من المنزل إلى الحضانة أو المدرسة ليكتشف طباع وشخصية الأشخاص المحيطين به، خصوصا من هم في العمر نفسه ممن يشبهونه أو ممن يختلفون عنه إلى حد ما، ليجد نقاطا مشتركة بينه وبينهم أو يجد تناقضا بينه وبينهم، وهذا له تأثير إيجابي على شخصية الطفل.

ويؤكد الخبراء أن الصداقة تنمي الشعور بالأمان، فعندما يترك الطفل منزله وأهله متوجها للمرة الأولى إلى الحضانة أو المدرسة يشعر بخوف وقلق وصعوبة جراء الانتقال إلى مكان جديد. لكن عندما يجد نفسه مع أطفال مثله يواجهون الصعاب نفسها ينشأ لديه شعور بالأمان لمجرد أنه محاط بالأصدقاء.

وتساعد الصداقة على إثبات الذات؛ ذلك أن الصديق لا يشبه الآخرين دوما، فقد يملك صفات وطباعا ورغبات مختلفة. ولكن هذه الاختلافات تجعل الأطفال يتعرفون على أنفسهم أكثر، فيبدأون بتكوين آرائهم وشخصيتهم الاجتماعية. وحين يتكتل الأطفال في المدرسة مؤسسين مجموعات -منهم من ينصب نفسه قائدا، ومنهم من يكون من التابعين- يختار الطفل تاليا المجموعة الأقرب إلى شخصيته وأهدافه بغية الانضمام إليها، محاولاً إثبات شخصيته داخلها.

الصداقة بين الأطفال من أصدق العلاقات

نصائح

الاختبارات الجينية تجنب فرط كوليسترول الدم العائلي

أبوظبي – قالت الدكتورة سارة علي قريشي إن فرط كوليسترول الدم العائلي هو مرض وراثي يؤثر في قدرة الجسم على إدارة الكوليسترول.

وأوضحت استشارية الطب الباطني في "مركز إمبريال كوليدج لندن للسكري" أن فرط كوليسترول الدم يؤدي إلى إنتاج مستويات عالية من البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة، المعروفة بالكوليسترول الضار، والتي يؤدي التعرض المستمر لها إلى ارتفاع خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية المبكرة بنحو 20 ضعفا.

وذكرت استشارية الطب الباطني أن فرط كوليسترول الدم العائلي يمكن أن يكون متغاير الزيغوت (وهو الأكثر شيوعا) أو متماثل الزيغوت (وهو النوع الأقل شيوعا) اعتمادا على ما إذا كانت الحالة موروثة من أحد الوالدين أو من كليهما.

وتُقدّر مؤسسة "إف إتش فاونديشن" أن واحدا من كل 250 شخصا في العالم لديه فرط كوليسترول الدم العائلي متغاير الزيغوت. وأبرز خصائصه ارتفاع الكوليسترول الضار إلى مستوى أعلى من 190 لدى البالغين و160 لدى الأطفال، والتاريخ العائلي المرضي الحافل بارتفاع الكوليسترول وأمراض القلب والسكتة الدماغية.

وفي المقابل تقدّر المؤسسة أن حوالي واحدا من كل 300.000 شخص على مستوى العالم لديه فرط كوليسترول الدم العائلي متماثل الزيغوت، والذي يتميز بمستويات عالية للغاية من الكوليسترول الضار ويمكن ظهور أعراضه في مرحلة الطفولة.

وكلما كان التدخل العلاجي مبكرا جاءت النتائج أفضل، وفق ما أكّدته الدكتورة سارة، لاسيما في حالات فرط كوليسترول الدم العائلي متماثل الزيغوت، والتي يصعب علاجها ويمكن أن تصيب الأطفال بأمراض القلب.

وبينما تعتبر العلاجات القائمة على إحداث تغيير في نمط الحياة مفيدة في خفض مستوى الكوليسترول، فإن المرضى المصابين بفرط كوليسترول الدم العائلي -بمن فيهم الأطفال- يلزمهم غالبا العلاج بالأدوية أيضا.

وتشمل العلاجات الدوائية "الستاتينات" أو الأدوية المخفضة للكوليسترول، والتي تثبط إنتاج الكوليسترول، و"الإزيتمايب" الذي يقلل امتصاص الكوليسترول في الأمعاء، و"مثبطات PCSK – 9" التي تستخدم عادة دعما للستاتينات أو الإزيتمايب إذا لم يكن مفعولهما كافيا.

ولتجنب المخاطر الجسيمة المترتبة على فرط كوليسترول الدم العائلي تنصح الدكتورة قريشي بإجراء الاختبارات الجينية، مشيرة إلى أنه يمكن إجراء اختبارات متتالية لتحديد جميع الأفراد المصابين بهذا الاضطراب الوراثي داخل العائلة. كما يمكن أن يساعد حصول الأزواج على الاستشارة الوراثية في تقييم المخاطر.

فرط كوليسترول الدم ينتج مستويات عالية من البروتينات الدهنية

جمال

زيت وردة المسك يحارب شوائب البشرة

ميونخ (ألمانيا) – أوردت مجلة "Elle" أن زيت الوجه المستخلص من وردة المسك (Rosehip) يتمتع بفوائد جمّة لصحة وجمال البشرة.

وأوضحت المجلة المعنية بالصحة والجمال أن زيت وردة المسك يمتاز بتأثير مثبط للالتهابات، كما أنه يزخر بمضادات الأكسدة مثل فيتامين A وفيتامين E والأحماض الدهنية غير المشبعة (أوميغا 3).

وبفضل هذه التوليفة الفريدة من المواد الفعالة يعد زيت ورد المسك سلاحا فعالا لمحاربة شوائب البشرة مثل البقع الصبغية وندبات حب الشباب، ما يسهم في التمتع ببشرة نقية ونضرة تشع إشراقا وحيوية.

ويعتبر زيت وردة المسك مكونا من الزيوت الاستوائية العضوية حيث يحسن مظهر الندبات وعلامات التمدد والتجاعيد ويجعل البشرة مشرقة وجذابة.