

الأمهات الطيبات الساهرات .. شموع مضيئة في ليالي الامتحانات



"شاي من فضلك" "اي يوم" " او قطنيني عند الفجر " " صار يوم " ، وهكذا يعاود الطقس لثقلته لدى الام ، وهي ترى ابناؤها يحتضنون كتبهم وقد ارتسمت على جباههم علامات القلق والجدية وربما انتظار الآتي .. ومع عودة الامتحانات ، تصبح الام كالساعة المنبهة وتضع كل مواهبها المطبخية في خدمة (الممتحنين) ..

يقول الاستاذ الجامعي (قيس محمد امين) انه يحسن الى ماكانت والدته تفعله خلال ادائه الامتحانات فلم تكن تعرف معنى النوم، ويذكر امين انه حين خاض الامتحان الوزاري كانت والدته تصلي وتقرأ القرآن وتدعو له حتى يعود من القاعة الامتحانية، وفي

المساء تسهر معه لتحضر له بين ساعة واخرى اكلة خفيفة وشاي او قهوة .. وفي فترات استراحته، كانت تجلس معه لتسامره وتشد من عزمه اما حين يخلد الى النوم فهي تبقى في قلق وانتباه شديدين لتوقظه في الوقت المحدد .. ويؤكد امين انه لن يمنح امه بعض ما منحته اياه من حنان و رعاية مهما فعل ..

كعادتهن في نكران الذات، لا يعتربن الامهات ما يفعلنه لأولادهن في ايام الامتحانات من قبيل الرعاية الخاصة بل هو احساس نابع من قلب يفيض بالحب والحنان والحرص ..

تقول الام افتخار جاسم: - ذات مرة، عادت ابنتي من

الامتحانات الوزارية وهي في حالة مزرية بعد تأجيلها احد الدروس بسبب تأخير السهر عليها ما اعاقها عن الاجابة بشكل جيد ، ولأنها كانت من المتفوقات الحريصات فقد بكت طوال النهار وكنت ابكي معها وكانني اعيش نفس احساسها ، فكيف ستقرأ المادة من جديد وهل سيؤثر ذلك في معدلها ؟

خففت عنها قدر ما استطعت وشحنتها بالامل لتكمل ما بقي لها من دروس والحمد لله فقد تمكنت في النهاية من الحصول على معدل جيد - ليس ما كانت تحلم به بالتأكيد لكنه أهلهما لدخول كلية جيدة وافترض الآن حين اراها طالبة في الدراسات العليا

.. وتعتبر هذه الام اولادها هم الامل وبهم تستمر الحياة فكيف انن لانعائش هو مهمهم خلال الامتحانات ونهونها عليهم ..

وقالت الام الشابة ام ايمن : -كلما اقتربت الامتحانات ، نفضت من يدي كل مايشغلني من عمل خارج المنزل وتفرغت لأولادي فهم النور الذي يضيء لي طريقي والامل الذي احيا من اجله ولأن والدهم مسافر فأنا اقوم بدور الام والاب فأراعيهم وادرسهم واوفر لهم مستلزمات دراستهم واتذكر امي حين ارى نظرات العفران في اعينهم ..

اما المعلمة ماجدة رضا فتقول انها كلما سألت طالبا عن علمه حفظ الآيات

القرآنية يقول (امي) ومن يساعده على تهجي الحروف فيقول (امي) وتعتبر التزام الام بالوقوف خلف نجاح ابنتها دافعا كبيرا لاستمراره في المدرسة ودليلها على ذلك تراجع مستوى احد التلاميذ بعد فقده والدته في حادث تفجير ، ولولا مساعدة المعلمات بالتعاون مع والد الطفل لما تجاوز الصائد الاليم وحقق النجاح وهي تدعو كل الامهات الى تعويد الاولاد على الاعتماد على انفسهم في الدراسة مع بقاء دورها منحصرا في الاشراف عليهم ورعايتهم صحيا وغذائيا خلال الامتحانات لأن الاعتماد الكامل على الام يفقد الطفل ثقته بقدرته على النجاح دون مساعدتها ..

بيبي، وبيبيكم

على اعقاب الامتحانات

عدوية الحلالي

في المنتزهات، في الحدائق ، او ربما في غرف محكمة ضرب فيها جرس الإنذار .. تراهم جلوسا او يسيرون كلا وحده وقد احتضن كل منهم كتابه او نشر اوراقه ليكتب ملاحظاته او يؤكد فقرة مهمة قد ترد في الامتحان .. انهم طلبة اليوم، رجال ونساء الغد .. يخشون الامتحان لكنه الجسر الذي سيعبرون عليه الى ضفة اخرى من ضفاف المستقبل والطوح .. ماهي امتحانات نصف السنة قد بدأت لتخرج الطالب من نسج حياته اليومي وتدخله في دوامة السهر والدراسة والعزوف عن عادات وهو ايات عديدة بل ربما تعزله عن الآخرين لفترة ، هذا اذا كان جدادا في اختطاف ثمرة النجاح وما احلاها من فمرة يذوقها الطالب ففتلاشي ساعات التعب وليالي السهر ولحظات القلق ويحل محلها الفرح والفخر والامل بالمستقبل ..

وحدها، جلست في حجرتها لتفكر في طريقة تتخلص بها من خوض الامتحانات ، ستدعي المرض .. لكن الطبيب سيكشف ذلك دون شك ، لن تجرؤ باية حال على مصارحة والديها برغبتها في مغادرة المدرسة فهي لا تطيق الاسماك باي كتاب فكيف بالامتحانات التي ستأخذ جل وقتها المخصص

غالبا للاستماع الى الأغنيات في الموبايل ومحادثة الصديقات والتفرج على التلفزيون والنغمة بأفكارها وتجرب انواع المكياج المختلفة امام صديقتها المرأة التي لا تفارقها الا للضرورة القصوى ..

سيرغها اصرار والديها على نجاح اولادهم وتحقيق مستقبل زاهر على خوض الامتحانات وستخوضها ففتقل حتما لأنها كذبت عليهم كثيرا بشأن درجاتها في الفصل الاول وقالت لهم انها ناجحة وستكشفها النتائج التي ستوزعها ادارة المدرسة

خلال ايام .. ماذا ستفعل حينئذ ؟ ستبكي وتعزف وتقول انها لاتفهم اساليب المدرسات في الشرح وستفهم والدها ويعاها بادخالها في حلقات دروس خصوصية لرفع مستواها، وبالتالي، ستخوض الامتحانات ايضا !!

فجأة، دخلت والدتها الى حجرتها لتسلمها نتيجتها التي جلبتها لها من المدرسة مباشرة ولم يبد عليها الاستغراب او الضيق وهي تزف اليها نيا رسوبها باربع مواد مهمة ، ذلك انها كانت تحمل لها نيا آخر عن عريس يشترط مغادرتها المدرسة ليتزوجها سريعا .

تخلت نفسها عروسا في الوقت الذي تتوافد فيه زميلاتها على قاعة الامتحان ، وتنادت في خيالها لتقرأ نفسها حاملا .. بينما تخطو زميلاتها بثقة نحو باب الجامعة ، ثم وهي تجر عددا من الاطفال خلفها وزميلاتها يترقن ابواب المهن المختلفة ليخضن امتحان الحياة وقد حملن كل مستلزمات النجاح معهن ..

اطرقت لبرهة قبل ان تعانق والدتها لتعزف عن تقاعسها وتعداها ومها والدها بأن تدرس بجد واجتهاد لتعدل درجاتها وان تخوض الامتحانات وتنجح وتخطو مع زميلاتها بثقة لتطرق ابواب مستقبل زاهر ..

دخلت والدتها الى حجرتها لتسلمها نتيجتها التي جلبتها لها من المدرسة مباشرة ولم يبد عليها الاستغراب او الضيق وهي تزف اليها نيا رسوبها باربع مواد مهمة ، ذلك انها كانت تحمل لها نيا آخر عن عريس يشترط مغادرتها المدرسة ليتزوجها سريعا

أكرهه الرجرجال!



بطرده وتهديده .. مشكلة الفتاة انها صارت تكره الرجال ولم تتمكن من السماح لهم بالاقتراب منها خلال دراستها الجامعية بل صارت ترفض طلب اي رجل للأقتران بها وتختليهم جميعا مثل صديق والدها ..

الباحثة الاجتماعية كريمة منعم قالت لتلك الفتاة : صديق والدك لا يمثل كل الرجال ولا بد من الفصل بينه وبين بقية الرجال من جهة وبينه وبينك من جهة اخرى فانت غاضبة من سلوك رجل واحد يبدو انه غير سوي وافشل في حياته الخاصة والاما كان يحاول اقامة علاقة مع فتاة قاصر وليس من الحكمة ان تغضبني من نفسك وتقتليها من دون رحمة ودون ان يكون لك نذير او حتى لبقية الرجال الذين يحاولون الاقتران بك .. ننصحك بالارتباط بشخص متزن وان تفتشي عن الجمال في الناس فالحياتة مليئة بالورود وكما بالاشواك والعيب فيك الآن وليس في الرجال .

بريد المموم

قالت انها تكره الرجال لأنها كانت تعيش ضمن اسرة مثالية وان والدها كان انسانا ناجحا وامها امراة مثقفة وكان لو والدها اصداق عديدين بحكم اهتماماته الثقافية ولبعضهم حظوة كبيرة لدى والدها لدرجة انها يمكن ان تستقبله في غيابه وتكرمهم حتى يحضر وكان بينهم صديق متزوج وله ابنة ويماثل والدها في السن وقد حضر ذات يوم في غياب والدها وقال انه يحتاجه في امر ضروري فاضطرت ان تستقبله في المنزل لحين عودة والدها لكنها فوجئت به وهو يعطيها هدية ويطلب منها الا تخبر احدا بذلك .. كانت صغيرة وافرحتها الهدية وصار يقبلها ويداعبها مع كل هدية يهديها لها بل صار يمر الى مدرستها ويأخذها بسيارته ويتحرش بها، ولشدة خوفها اخبرت والدتها بكل شيء فلاحظت انها بدت كالمصدومة لكنها طلبت من ابنتها بهوء ان تقطع علاقتها به نهائيا وستتولى امره مع والدها وبالفعل قاما

ملاوة جزر

- المقادير:
- 10 قطع من الجزر متوسطة الحجم
 - 1 كوب ماء
 - 2 كوب سكر
 - قليل من الزيت
 - عدد 2 هيل
 - 1 ملعقة نشا
 - 1 ملعقة طحين



الطريقة:

نبرش الجزر ثم نضع قليلاً من الزيت على النار (الزيت بمقدار 3 ملاعق) ثم نضع فوقه الجزر ثم نضع كوب الماء ونتركه حتى ينشف الماء ويلين الجزر ثم نسكب السكر على الجزر ونقلبه ثم نخلط الطحين والنشا ونذوبها بالماء اي تضعها قليلا من الماء فقط للتذويب ثم نضعه على الجزر ثم نضع الهيل ونستمر بالحريك حتى تتجانس ثم نسكبها في صحن ونضع عليها بعض المكسرات .. وبالهناء وملاحظة: هذا مقدار صحن كبير واذا اردت عمل مقدار اكبر زبدي من المواد واذا لاحظت ان الجزر لم يلين ضع كمية اكبر من الماء مع العلم اننا نحتاج كوبا واحدا فقط.

شؤون تربوية

اللعب قبل المدرسة .. ضروري

اللعب في سن ما قبل المدرسة هو اكثر أنشطة الطفل ممارسة يستغرق معظم ساعات يقظته وقد يفضل على النوم والاكل ..

وغياب اللعب لدى الطفل يدل على أن هذا الطفل غير عادي .. فاللعب نشاط تلقائي طبيعي لا يُتعلّم.

اللعب له عدة فوائد فهو يكسب الطفل مهارات حركية فيتقوى جسمه .. وايضا عمليات معرفية كالاستكشاف ويزيد من المخزون اللغوي لديه وغيرها من الفوائد:

وهناك عدة أنواع للأطفال من حيث التفاعل

باللعب في الحضانه: - الطفل غير المشارك باللعب: بحيث يقف في الغرفة ويتجول بصره على الأطفال .. وهم قلة بالحضانه.

- الطفل الوحيد: يلعب وحده ويندمج في لعبته وهذا النوع عادة في السنة الثانية والثالثة.

- الطفل المراقب للعب: بحيث يكتفي بالتحديث مع الأطفال الذين يلعبون ويوجه لهم الأسئلة ..

لكن لا يشاركهم اللعب.

اما أنواع اللعب فهي:

- اللعب التعاوني: يتم اللعب كجماعة ويكون



كوني أجمل

لبشرة لامعة ونضرة عجيبة السكر .. لبشرة لامعة ونضرة



مع دخول فصل الشتاء وشدة البرودة ، كثيراً ما تتعرض بشرة الجسم لعوامل تقفدها طراوتها ونعومتها، وللحفاظ على بشرتك من هذه السلبيات، يقدم لك الخبراء وصفة سهلة تساعد على تلميعه وإعطائه بريقاً، وإليك الطريقة:

• اخلطي كوبا من دقيق السكر مع ملعقتين صغيرتين من زيت الزيتون، تحصلي على عجينة خفيفة. ادعكي جسمك بهذه العجينة ، وركزي على الأماكن الأكثر جفافاً، ثم اغتسلي بالماء البارد، ولديك بشرتك بمرطب صحي. - ومع تكرار هذه الطريقة، ستجدين الفرق واضحا على بشرتك.