

لا يجوز للأمهات الإفراط في تدليل الأبناء وعدم تحملهم المسؤولية



في البداية سوف يمشي بخطى متناقلة وسيستغرق لبسه وترتيب ثيابه في الخزانة ٢٠ دقيقة، كن صبورا وأخبره بأنك مسرور بما قام به. علمه كيف يفعل ذلك بشكل صحيح واطلب منه المحاولة غدا.

كن المثل الأعلى لهم. إنهم ينظرون إليك كي يعرفوا كيف يتصرف البالغ المسؤول. اتخذ قرارات مسؤولة وحديثهم عن خيبات الأمل التي تعرضت لها، إنها أفضل طريقة كي يعرفوا الحياة على حقيقتها.

علم طفلك كيف يحل مشاكله بنفسه بدلا من الإسراع بحلها له. ناقشه وأسأله: "كيف ستعامل مع هذا الوضع؟"

دع طفلك يفشل بل حين وآخر. نعم، إنه أمر صعب للغاية، ولكن يحتاج الطفل أن يختبر شعور الفشل ويعرف كيف يتعامل معه.

عود الطفل على روتين يومي. فمثلا

حدد ساعة معينة للنوم وسترى كيف سيتبدل أموره وواجباته بنفسه كي ينال في تلك الساعة بدون أن يضطر كل يوم لإخباره. - كن جاهزا دائما لتقديم الدعم الذي يحتاج له، يمكنك أن تقدم لطفك المساعدة التي يحتاجها في الأوقات الصعبة وبنفس الوقت تمنحه الفرصة كي يتعلم الاستقلالية بأن تذكره دائما بأنك تثق بأحكامه وإمكاناته.

إن مفاهيم مثل الاستقلالية وتحمل المسؤولية يجب أن نعلمها لابنائنا بالتدرج وخلال فترة تمتد لسنوات عديدة. لا يحتاج الطفل إلى حماية مفرطة أو دلال زائد أو تقود تلبى جميع مطالباته. إنه يحتاج إلى أن يتعلم الحياة فيها النجاح وفيها الفشل وعليه أن يكون قادرا على التعامل مع الاثنين. وكما يقول المثل: إن أعطيت رجلا سمكة فأنت تعينه يوما كاملا. علمه كيف يصيد، تعينه مدى الحياة.

بغداد/المدى
إن الإفراط في تدليل الآباء لأطفالهم من شأنه أن يجعلهم أشخاصا غير ناجحين في المستقبل. على الآباء أن يوازنوا بين حماية أولادهم وترتهمهم بجاولون بأنفسهم. لا بد وأن كل أب يتذكر ذلك اليوم الذي حاول فيه ابنه أو ابنته أول مرة ركوب الدراجة. يقع الولد على الأرض، يفيض الغبار عنه ثم يعاود المحاولة من جديد. والاب يقف ويراقب، كانت هذه مهمته، لم يحاول الأب أن يركب الدراجة بدلا من ابنه بل كان فخورا به حتى عندما وقع على الأرض. الأساليب التالية تساعدنا على تعليم أطفالنا الاستقلالية وتحمل المسؤولية:

- كلف أطفالك ببعض المسؤوليات. أرمهم كيف يقومون بها بشكل صحيح ثم فحنا ودعهم يكملونها بأنفسهم ولا تلق أحول النهاية أو النتيجة. فمثلا اطلب من طفلك أن يلبس لوحده.

البيئة والعامل الوراثي يساهمان في تنمية ذكاء الأطفال

نيويورك / ف. ب
كشفت بحوث لعلماء النفس في جامعة تكساس في أوستن، أن الأطفال من الأسر الفقيرة يمكن تنمية ذكائهم حتى لو كان متأخرا، ويمكن اكتشاف ذلك من خلال اختبار القدرات العقلية بين سن ١٠ أشهر وستين. أما الأطفال من الأسر الأكثر ثراء، هم متفوقون بالفعل وأكثر ذكاء، وذلك لإتاحة المزيد من الفرص لتحقيق إمكاناتهم.

وهذه النتائج أثارت النقاش حول ما إذا كان للطبيعة والرعاية السليمة أكبر أثر على نمو الطفل، ولكن أكد العلماء من خلال بحثهم على أن البيئة تساعد الأطفال في الوصول إلى إمكاناتهم الوراثية في سن مبكر، وذلك عكس ما كانوا يعتقدونه سابقا. ويقول تاجر الباحث في مجال البحوث في جامعة تكساس: "لا يمكن أن تساهم البيئة في تنمية ذكاء الطفل دون علم الوراثة، ولا يمكن أن تساهم الجينات في ذلك دون البيئة، فالمسائل الاجتماعية والاقتصادية تقلل من إمكانات الأطفال الوراثية". وقد نشرت هذه الدراسة في مجلة العلوم النفسية، ودرس الباحثون نتائج الاختبار من التوائم الذين أخذوا نسخة من جداول بايلي لتنمية الرضيع في حوالي ١٠ أشهر، ومرة أخرى في حوالي سنتين، والذي يستخدم على نطاق واسع لقياس القدرة المعرفية في وقت مبكر، ويجعلون الأطفال يقومون بتنفيذ بعض المهام مثل سحب سلسلة الجرس أو وضع ثلاث مكعبات في فتحة جدران وصور مطابقة، ولقد سجل الأطفال ذات الخلفية الاجتماعية والاقتصادية العالية، أعلى بكثير من تلك الأطفال ذات الخلفية الاجتماعية والاقتصادية المنخفضة. وأظهرت الدراسة أيضا، أن التشابه الجيني لا يكون له صلة تشابه في القدرة المعرفية بينهم فضلا على أن بيئاتهم هي التي تحدد النجاح المعرفي في حالة الأطفال من الأسر الفقيرة، أما بالنسبة للتوائم في الأسر الأكثر ثراء، فمن الممكن أن تقرب مستوياتهم العقلية نظرا للإمكانيات المادية التي تساعدهم على ذلك، ويضيف تاجر: "تتأخرا كثيرا إلى أن الفوارق الاجتماعية والاقتصادية في التنمية المعرفية تبدأ في وقت مبكر، وبالنسبة للأطفال الأكثر فقرا والتي تكون معرفتهم العقلية تقرب من الصفر، يكون تأثير الجينات عليهم أكثر، وبالنسبة للأطفال من منازل الأثرياء والجينات تمثل ما يقرب من نصف التغيرات الإدراكية

التخلص من السمعة له تأثير في العلاقة الزوجية

بغداد/المدى
لا تكتفي فباتأكد أنك لست الوحيدة التي لا تستطيع النوم قبل أن تتدقق كل ما تحتويه التلاجة من أطيب الطعام. هذه العادة السيئة هي المسبب الأول للسمعة ومشاكل زيادة الوزن لأننا لا نستهلك أثناء النوم إلا الجزء اليسير مما تناولناه من حريات والجزء الأعظم يجد طريقه إلى بطوننا وأردافنا. للتخلص من هذه العادة علينا إتباع الخطوات التالية بدءا من اليوم:

١- لم لا تتعدي أمام خزانة ملابسك بأنك قررت النوم وستملأ العدة مما سيغني عن الحاجة للجري إلى المطبخ.

٢- عليك أن تتخلصي من الضجر الذي يصيبك مساء، اجنحي عما يسليك ويشغل وقتك، استمتعي بتصفح الإنترنت، أو قراءة كتاب أو القيام ببعض الأعمال اليدوية التي تحببها بعيدا عن المطبخ وهكذا سيضي الوقت، وتنسى موضوع التلاجة.

٣- تناولي بعض الأعشاب الساخنة كالشاي الأخضر أو البابونج لتهنئة أعصابك حتى تزول الرغبة بتناول الطعام. هذه العادة الجيدة ستساعدك على النوم وستملأ العدة مما سيغني عن الحاجة للجري إلى المطبخ.

خاتمة الخطبة... حلم كل فتاة تمنى تحقيقه

فألذهي يدل على شخصية عفوية منطلقة والغضي يتمتع بالهدوء وصفاء النفس ويعود وضع خاتم الزفاف بالإصبع الرابع البنصر من اليد اليسرى إلى قدماء اليونان لأنهم كانوا يعتقدون أن هناك شريانا مرتبطا مباشرة بالقلب، وعلقت هدير لوي تبلغ الثانية والعشرين من العمر أنها تحلم بخاتم الخطوبة وأن يكون مثل خاتم "تور" والذي أهدها لها مهندس في المسلسل التركي لأنه كان بسيطاً وجميلاً، وهي تكفي بذلك لأنها تحب شخصاً لا الذهب وتعتبر الخاتم هو ارتباط كامل ويغني عن كل شيء، اما بلقيس طالبة في الصف السادس الإعدادي تقول: بكل صراحة كل فتاة تحلم بلبس خاتم الخطوبة لأن شبيهاً وأنا وجميعاً أن تقدر الفتاة بين صديقاتها وأن يكون الخاتم مميذاً وغير تقليدي أما عبير موظفة قالت: إن خاتم الخطوبة شيء يجعل الفتاة في قمة السعادة خصوصا التي تأخرت في ارتدائه ولها الحق في أن تختار وأجمل شيء هو الذهبي بالنسبة لها.



بغداد/مروة اياذ
تحلم معظم البنات بخاتم الزواج دوما، ولماذا يصبح مهما الأساسي عندما تبلغ الثامنة عشرة هو أن تجد شريك حياتها بسرعة فقط لكي تنبأه أمام معارفها بهذا الخاتم؟

في الحقيقة، لا تكتمل فرحة الفتاة بدون هذا المحبس الذي يشير إلى متانة الارتباط العاطفي فهو رمز الحب والوفاء والإخلاص.

قديمًا، كان المؤشر على الارتباط بين الزوجين عبارة عن سوار يوضع في زراع المرأة أو سابقا وهكذا تعتبر أنها أصبحت ملكا للرجل، ومع مرور الزمن تحولوا إلى وضع خاتم في إصبع اليد وكان أول من استخدم الخاتم كدليل ومؤشر إلى الزواج هم المصريون القدامى، واختلفت آراء البعض حول معاني الخاتم ولكن الجمع متفق على شكله الدائري ففي الكتابات الهيروغليفية ترمز الدائرة إلى الأبدية.

النساء يفضلن الرجل المثالي كامل الأوصاف

بالنسبة له حتى بعد مرور سنين طويلة على زواجهما.

- يستمتع للمرأة ويتفهم همومها دون أن يتعبها بالسخف والسطحية.
- لا يقارن بين مظهر زوجته وأية امرأة أخرى.
- يؤمن بأنه أسعد إنسان على الأرض لأنه يحظى بحب زوجته.
- إذا أرادت أن تكون الزوج المثالي ينظر زوجته فما عليك إلا أن تحاول تنفيذ الأمر السابقة التي تطلبها أكثر من ٩٠ بالمئة من النساء في بلاد المشرق والمغرب.

ما لا يحبه الرجال في حديث المرأة

بأسرار: يكره الرجال الأسرار وإخفاء الحقائق، كوني صريحة وواضحة، لا تتركي القصص غير منتهية أو لا تقولي أمورا



بالتوازي أمورا أخرى عزيزتي، الحديث مع الشريك فن يجب إقناعه فلا تتركي العنان للسنانك قبل عقلك.

بغداد/المدى
تحلم كل فتاة بالارتباط بالرجل المثالي كامل الأوصاف الذي يسحق لها كل أحلامها بالحياة الزوجية السعيدة. صفات هذا الرجل الكامل تختلف كثيرا عما يجاول معظم الشباب إظهاره أثناء فترة التعارف والخطوبة، فالمرأة لا تنتظر أبدا للحالة المادية للرجل أو لعضلاته المفتولة بل إنها تطلب أمورا أخرى بعيدة كل البعد عن المظهر، فهي تحب الرجل الذي:

- يهتم بها عاطفيا وروحيا، حتى عندما لا تكون المرأة بحاجة لهذا الاهتمام أو حتى إذا لم تطلبه.
- لا ينسى أبدا عيد ميلادها أو تكري زواجها.
- يحيط المنزل بالحب والرومانسية.
- لا ينتقص من حب المرأة واهتمامها به بل أن يقدر لها اهتمامها به.
- يحافظ على وعوده والتزاماته.
- يتعامل معها بصدق وأمانة.
- يعاملها كشريك يتناقش معه في جميع أمور حياتها.
- يجعل المرأة تشعر بأنها أهم شخص

بغداد/المدى

تحسني المرأة الكلام الجميل وعبارات الغزل. هناك أيضا مواضيع كثيرة تحب أن تتناقش بها مع شريك حياتها الذي يحب بدوره هو أيضا بعض المواضيع مثل الحديث عن مستقبل العلاقة أو عن الأمور العائلية. بالمقابل، هناك بعض المواضيع التي تجعله يفقد أعصابه عند التطرق لها، من أهم هذه المواضيع:

- الحديث عن العلاقات السابقة: إن أكثر ما يزعج الرجل مقارنته مع الشريك السابق أو اضطرابه لسماع قصص عن الرجل الأخر الذي كان في حياة حبيبته.
- السؤال التقليدي "هل أبود سميحة؟": إذا كنت غير مستعدة لسماع ما لا يحجبك فلا تتطرق في هذا الموضوع. اتركيه لصديقك المقرب. قد يجاملك الرجل أول مرة ولكن بعد فترة يصبح السؤال ملاما قديما وتصيح الإجابات روتينية وفجأة يأتي نقد لطيف فتشعري بالأسى وبأنك غير محبوبة. إذا كنت تحبين النقد قبل الخروج إلى الحفلات أو العشاء فلا بأس استمري في السؤال.
- البحث عن الكلمات اللطيفة وعن كلمات الغزل: إذا كنت ترغبين في المديح اطلبي ذلك بصراحة.
- الحديث غير الكامل والمملوم



المرأة تفضل "الرجل المساعد" في البيت وبعض الرجال يرفضون!



بغداد/افياء نزار
هل هناك فرق بين قيام المرأة بالأعمال اليومية من طبخ وتنظيف والاهتمام بالأطفال، وبين قيام الرجل بنفس الأعمال المرأة ستقول بالتأكيد أنها أنجزت هذا العمل بسرعة وبسعادة، لن نتحدث هنا عن جودة العمل بل عن تصريح كل منهما بعد إنجاز هذه المهام تقول مرام حسين موظفة: زوجي يساعدني في إنجاز أعمال المنزل وهو موظف معي في نفس الزملاء. مشكلة المرأة أنها غير قادرة على تسويق إنجازاتها كالرجل وتبقى صامتة ومتواضعة بسبب خجلها أو ضعف ثقها بنفسها. لذلك لا نحصل على أية فرصة لتحسين حياتنا المهنية، وتكون النتيجة هي أنه يتم تجاوزها ويحصل زميلها في العمل على الفرصة لتحقيق النجاح المهني بفضل قدرته على تسويق نفسه بشكل أفضل. يمتلك الرجال والنساء نفس القدرات العقلية، ولكن يختلفا بطريقة التعبير عن إنجازاتهما ولذلك نجد الرجال في المواقع الإمامية في حين تبقى النساء في الخلف بدون أي تقدير للمجهود الكبير الذي تقوم به.

واشنطن بوست: غالبية أشهر طاهية من الوراق بعد الثورة

واشنطن / وكالات
في مصر الجديدة أصبحت غالبية محمود طاهية مشهورة "هذا ما تضمنته تقرير صحيفة واشنطن بوست الأمريكية عن غالبية محمود الطاهية المصرية التي تقدم برنامجا يوميا، عن وصفات المطبخ المصري على قناة ٢٥. وقالت الصحيفة: امرأة محببة من حين فقير، تقدم بمساعدتي عند حضور الضيوف وأنا أجده إنسانا متواضعا ويحبنى لأنه يساعدني كثيرا في أمور البيت والاعتناء بالأطفال. الرجل بالمقابل سيبحث بإسباب مطول عن صعوبة هذه الأعمال وعن قدرته وبراعته في إتقانها بدون أن ينسى أنه قام بالمهمة أفضل من زوجته، ولكن للرجال رأيا آخر، فنجد صالح موظف: أنه يرفض القيام بأي واجب بيتي لان الزوجة



والفقراء جنبا إلى جنب في ميدان التحرير لإجبار الدكاتور على التخلي، وانتهاء النظام المعروف بالحباية للنخبة بينما الطبقة الدنيا بالكاد تعيش. وأضاف، الصحيفة، التظلمات من المطبخ حيث أصبحت صاحبة لا يتعدى مئتي دولار شهريا، وتطهي اللحمة يوما واحدا في الأسبوع، لأن هذا ما تقدر عليه، هي وزوجها السابق، وفي البرنامج تطهي اللحمة يوم الجمعة فقط.

وتضيف الصحيفة، حلمت غالبية بأن تتزوج وترث في سيارة مرسيدس، وبدلا من ذلك تم الزفاف في سيارة فيات ١٢٨ عمرها أكثر من ٢٠ عاما، وتوفي والدها وهي طفلة صغيرة، وعملت هي وأشقاؤها الثمانية في

دولارات، ونجحت في ذلك بسهولة. وتقول غالبية للمشاهدين: كل النساء يستطعن الطهي، فهن أذكى، ويستطعن عمل أي شيء إن حاولن ذلك، وتوضح الصحيفة، إن غالبية المنزل تطعم ١٥ فردا من أسرتها بدخل لا يتعدى مئتي دولار شهريا، وتطهي اللحمة يوما واحدا في الأسبوع، لأن هذا ما تقدر عليه، هي وزوجها السابق، وفي البرنامج تطهي اللحمة يوم الجمعة فقط.

وتضيف الصحيفة، حلمت غالبية بأن تتزوج وترث في سيارة مرسيدس، وبدلا من ذلك تم الزفاف في سيارة فيات ١٢٨ عمرها أكثر من ٢٠ عاما، وتوفي والدها وهي طفلة صغيرة، وعملت هي وأشقاؤها الثمانية في

واشنطن بوست: غالبية أشهر طاهية من الوراق بعد الثورة