

عالم المرأة

العدد السادس والستون
السنة الثانية



- النفاضة .
- فتاوى الدكتور فيصل لأزياء الصيف .
- المقابس والمقاصب والمقاصلات .
- ذات الطول المختلفة .
- الوصية في الإسلام ٢٠١٠
- النمو النفسي والحركي للمتلقي .
- فستان وزدي لفتنك .
- أمير كريم راسع .
- من المراهقة للعلاقة بين الآباء والأبناء .
- في العيادة .. في المستشفى .

الحقيقة



النفاضة بعد الامراض المعدية :

إن العلاج بالمضادات الحيوية والسلفا ، يفيد كثيرا في الشفاء من الأمراض المعدية ، ويقلل بصورة ملحوظة من خطورتها ، وهكذا وبصورة تدعو إلى الدهشة ، يزداد عدد أولئك الذين يتغلبون على هذه الأمراض ، ويدخلون في مرحلة النقاهة .

وستقدم هنا بعض الأمثلة : فقد ١٤-١٥ سنة مضت ، كانت حمى التيفو من الأمراض الخطيرة ، التي كثيرا ما كانت تنجم عنها الوفاة . وفي الحالات التي كان صاحبها ينجو من الموت ، كانت الحالة تظل خطيرة بوجه عام ، لمدة شهر على الأقل ، تبقى فيه الحرارة مرتفعة جدا .

ومن الطبيعي أن تستغرق النقاهة ، بناء على ذلك ، عدة أسابيع ، تتطلب خلالها علاجا وعناية خاصة .

واليوم تحسن كل شيء . بالنسبة لأكثر عدد من الحالات ، فقد يحدث في بعض الأحيان ، أن يتسبب العلاج الطويل بالمضادات الحيوية ، في حدوث بعض المتاعب والأضرار الجانبية ، التي تكون مدعاة إلى حذرها ، إلى تعقيد وصعوبة مرحلة النقاهة ، التي يجب أن ينظر إليها بتواضع وأمل .

قد يغلب المريض على مرضه بسهولة ، إلا أن جهازه العضوي (الجسم) لا يمكن إعتباره قد شفى تماما إذ لابد أن يمر بدور النقاهة . والواقع أن الجسم يحتاج إلى وقت معين ، قبل أن يستأنف جميع وظائفه . إن هذا الوقت (الطرف الخاص) لجهاز العضوي ، الذي لم يستقر فيه بعد لأداء كافة وظائفه عقب الشفاء إلى حد ما من المرض ، يسمى دور النقاهة .

ولا يمكن مسبقا تحديد فترة النقاهة ، فقد تستغرق أياما قليلة ، نمر دون أن يشعر بها . وقد تستمر أسابيع طويلة ، تتطلب عناية خاصة ، وراحة تامة في الفراش .

وتتوقف فترة النقاهة على عوامل مختلفة ، فهي تخضع أولا وقبل كل شيء ، إلى خطورة المرض الذي سبقها ، كما تتوقف على الظروف العامة للمريض . وفي النهاية ، على نوعية العلاج الذي خضع له أثناء فترة المرض . فعليا ما تتطلب الأمراض المعدية ، والعمليات الجراحية على وجه الخصوص ، فترة نقاهة خاصة ، تحتاج إلى علاج ، ورعاية ، واهتمام بالغ . وإذا ما قرأت بعناية الجزء التالي من المقال ، وقفت على معلومات كثيرة ، تفيدك تماما في تقديم العون لمن يكون في دور النقاهة . ابتغاء التغلب على هذه المرحلة الحساسة .

وهذه الأمراض لها تأثير جد محدود على الحالة العامة للجسم ، لدى عديد من الأشخاص . غير أنه توجد كثير من الأمراض الأخرى (مثل تلك الخاصة بالقنوات الصدرية ، وأمراض المعدة والرئتين) تترك أثراً كبيراً على الحالة العامة للمريض في دور النقاهة ، ويأتى على نوعيتها ، ومتطلباتها ، والمدة الزمنية التي تحتاجها النقاهة . وهذا هو السبب الرئيسى الذى يدعو إلى التعجيل بإجراء مثل هذه العمليات الجراحية بقدر المستطاع ، حتى لا يتعرض الجسم لضعف شديد .

وتختلف فترة النقاهة التى تلى إجراء العمليات الجراحية ، عن فترة النقاهة من الأمراض المعدية . ويرجع ذلك إلى وجود الجرح الناجم عن العملية ، والذى يحتاج إلى بعض الوقت ، كى يلتئم .

وقد يعانى الناقهون ، في بعض الأحيان ، من نقص الحلول الملحي ، وفي أحيان أخرى ، تظهر عليهم أعراض نوع خفيف من الأيميا الناجمة عن فقد كمية من الدم ، أثناء العملية الجراحية ، ويمكن التغلب بصورة فعالة على الأيميا ، سواء قبل العملية ، أو بعدها ، بنقل الكيات اللازمة من الدم للمريض ، وكذلك المحاليل الملحية . وعادة ما يكون ارتفاع درجة الحرارة محدوداً خلال الأيام الأولى بعد الجراحة . ولا يلزم بالضرورة ، قضاء فترة النقاهة بعد العملية الجراحية في الفراش ، وعلى العكس من ذلك . هناك نظرية حديثة ، تؤكد أهمية التعجيل بأن يقوم المريض من فراشه ، وفي بعض الظروف ، يطلب من المريض أن يمشى . في اليوم التالى للجراحة ، وأن يستريح على مقعد ذى مساند ، وأن يبدأ في الحركة المحدودة .

وفي بعض الأحيان ، وبعد مضي بضعة أشهر على إجراء العملية ، قد تحدث بعض الآلام والمتاعب البسيطة في مكان الجرح ، فلا داعي للخوف في هذه الحالة ، إذ عادة ما يتعلق الأمر بحيط مما استخدم في خياطة الجرح بعد العملية ، ولم تنصه بعد أنسجة الجسم . وبمرور الوقت ، يسير كل شئ على ما يرام .

نوع النقاهة والنقصات

إن الطبيب المعالج ، هو الشخص الوحيد الذى يستطيع - تبعاً للمرض الذى شفى الجسم منه - أن يحدد الأدوية الملائمة للحالة ، التى تعرض الجسم ما فقده (ومنها الأدوية المنشطة ، والمقوية ، والمضادة لفقر الدم ، والمجددة لخلايا الجسم ، والقيتامينات الخ) . كما أن النظام الغذائى للناقه ، يكون خفيفاً بطبيعة الحال غير أنه يشترط فيه أن يكون غنياً بالسعرات الحرارية ، لأن الهدف منه ، هو استعادة الناقه لقواه ، والعودة إلى الصحة الجيدة . وقد تحدثنا بالتفصيل في مقال سابق ، عن نظام التغذية للناقهين (في العدد التاسع والأربعين) . كما أن تغيير الجو مفيد تماماً بالنسبة للأطفال الناقهين ، وخصوصاً إذا كانوا يعيشون بالمدن الكبرى ، إذ يحسن الانتقال بهم إلى الشواطئ خلال فصل الربيع والصيف ، والذهاب بهم إلى المناطق الحبلية خلال الخريف والشتاء وعلى أية حال ، فإن الناقه لا ينبغي له أن يتعجل البدء في العمل ، وفي تحمل المسئوليات أو المشاغل . عقب إيلائه من مرضه .

ولعل أكبر قدر من الأضرار الجانبية التى تحدثها المضادات الحيوية ، وخصوصاً إذا استعملت فترة طويلة ، معها أن هذه الأدوية تؤثر على البكتيريا التى توجد بصورة طبيعية ، في الأمعاء ، والتي تقوم بدور مفيد جداً لا يمكن الاستغناء عنه ، أو تعويضه .

وعندما تقضى هذه المضادات الحيوية على مثل هذه البكتيريا ، تكون النتيجة أن تقلل من الجهاز العضوى قيتامينات المجموعة « ب » التى تنص فقط بفضل عمل البكتيريا المعوية ، والتي يعكس بالتالى تأثيرها على كل الجسم ، وبصفة خاصة على الأنسجة (أغشية الشفاه واللفم ، وبصفة عامة على كل الجهاز الهضمى ، إذ تأثت هذه الأنسجة ، وتختفى بصورة غير محتملة) .

وعادة ما تفتح شبة الناقه بعد الأمراض المعدية ، إلى حد ما ، ويستطيع جهازه الهضمى أن يهضم الطعام بصورة جيدة .

كما أن الحالة العامة للناقه بعد الأمراض المعدية ، تكون من ناحية أخرى غير مشجعة : ضعف عام - عضلات ضعيفة جداً - إتهاك عند القيام بأقل مجهود ، ويكون لبس القلب ضعيفاً والضغط منخفضاً . ولعل أهم بصمة يتركها المرض على جسم الناقه ، هي الهزال والضعف . كما أن درجة الحرارة تميل إلى الارتفاع في المساء ... ومن الطبيعى أن تلتصق هذه المظاهر بمرور الأيام ، حتى تختفى تماماً . هذا واستعادة الجسم لحالته الطبيعية ، تكون أسرع في الأطفال ، منها في الشباب وكبار السن .

إن الصفات التى ذكرناها ، تكون أكثر وضوحاً ، كلما كان المرض خطيراً . ومن الطبيعى أن الجسم ، بعد دور الحمى ، لا يستعيد بسهولة حالته الطبيعية ، فالجميع يعرفون حالة الضعف والهزال التى يمر بها الناقهون من مثل هذا المرض . وفيما يتعلق بفترة النقاهة من الأمراض المعدية ، لا ينبغي أن ننسى ، أن الجسم يمر في مثل هذه الفترة ، بظروف معينة لاستعادة نشاطه ، والتي كثيراً ما يعانى الناقه خلالها من نكسة ، فيصاب مرة أخرى بالمرض . وقد يرجع هذا إلى تطور جديد لمجراثيم المعدية ، ناتج عن التوقف السابق لأوانه عن العلاج المضاد للمرض المعدى ، أو نتيجة لحالة الضعف الشديد التى يمر بها الجسم ، الذى لم يصل بعد إلى درجة من القوة ، تكفى لاستعادة صحته وقدرته على المقاومة ، على المقاومة ، أو لكلا الأمرين في وقت واحد .

وفي النهاية ، فإن فترة النقاهة تتوقف بالنسبة لكثير من الأمراض (وعلى سبيل المثال بالنسبة للأمراض الجلدية) على فترة العدوى بالملازمة . وفي هذه الحالة ، تكون عزلة الناقه أمراً لاغنى عنه ، بل لا بد منه وذلك بهدف تلاق انتشار مثل هذا الوباء .

النقاهة بعد الحبيث الجراحية

يتوقف هذا النوع من النقاهة ، هو الآخر ، على عدة عوامل مختلفة ، من بينها ليس فقط خطورة نفس العملية . ولكن أيضاً الظروف التى يمر بها الجسم . نتيجة للمرض الذى تطلب إجراء الجراحة . فثمة بعض أمراض تحتاج دائماً إلى إجراء عمليات جراحية (وعلى سبيل المثال الفتق بأنواعه ، أو الزائدة الدودية) .



قماش البشكير
يصلح للأزياء الصيفية



ولكن من الواضح أن قماش البشكير ، من الأقمشة التي يمكن استعمالها صيفا ، كما أنه يناسب تماما ، تلك التي تهوى التبريد والتجديد . ويمكن القول بأن هذا القماش كثير الاستعمال ، كما أنه يناسب جميع الأجسام ، نظرا لما يتميز به من تعدد الألوان والرسومات ، فنه السادة ، ومنه المنقوش برسوم هندسية أو زهور ، ومنه المنقلم وغير ذلك . كذلك فإنه سهل الحياطة ، ولا يحتاج إلى زخرفة ، لما يتمتع به من رسومات جميلة . ويتعدد استعمال قماش البشكير ، فلا يقتصر على « البرنس » التقليدي للبحر ،

لأنك أن فصل الصيف ، يوحى بالمرح والحياة . ولاشك أيضا ، أن هناك ملابس تزيد من هذا الشعور ، وهذه الملابس تشتمل ذلك الشعور من ألوانها الزاهية ، ومن أشعة الشمس ، وزرقة البحر ، وخضرة المزارع . ومن الأقمشة التي تناسب تماما وفصل الصيف ، قماش البشكير . وقد تفنن كثيرون من مصممي الأزياء ، خلال السنوات الأخيرة ، في ابتكار العديد من الاستعمالات ، والموديلات ، لهذا القماش الجميل ، الذي كان استعماله في الماضي مقصورا على صناعة القوط ، أو بشاكير الحمام .



يجب عليها تجنب ارتداء البغلوثات المصنوعة من هذا القماش ، التي تزيد من إظهار نحافتها ، أو بدانتها ، لأن البغلوث يناسب الفتاة ذات القوام المعتدل ، أما المرأة التي لديها بعض العيوب ، فيمكنها إخفاء ذلك ، عن طريق ارتداء قستان متوسط الطول ، وقليل الاتساع .
ونقدم على هذه الصفحات ، بعض النماذج الجميلة ، لأزياء نفذت بقماش الشكير ، وزينت ببعض الأكسوارات البسيطة ، مما أضفى عليها مزيدا من الحيوية والجمال .

ولكنه يتجاوز ذلك ، لتصنع منه قسائين قصيرة ، أو جوانات ، أو حتى قسائين طويلة والساميل ،
لذلك فإنه من الممكن استعمال هذا النوع الخفيف من الملابس ، الذي يتمتع بعدة ميزات ، منها أنه لا يتكسر ، كما أنه يمنع الحرارة عن الجسم ، ولا يقتصر على شاطئ البحر ، ولكنه يتعدى ذلك إلى الرحلات والزيارات .
وهناك عدة نقاط ، يجب على كل سيدة مراعاتها ، قبل الشروع في ارتداء هذا النوع من القماش . فثلا السدة ذات الساقين التحيين جدا ، أو الدينة جدا ،



مصنوع بحزام من الحلقات البلاستيك
٦ - الساتل جميل من قماش البشكير من اللونين الأحمر والذهبي . الساتلون طويل وواسع .
أما البولير والقصير ، فإنه يتناسب تماما مع جو البحر ، وتحليه فراشة من اللون
الذهبي ، وكذلك على طرف ساق الساتلون
٧ - زي جميل من اللون الأخضر ، تحليه باندة على الصدر من اللون البرتقالي ، وتقلع عند
الأكتاف بزراير . نفس الباندة تتكرر مرتين أسفل الفستان . أما الوسط ، فيضم بحزام
من الحلقات البلاستيك مربعة الشكل ، ومن نفس لون الباندات

١ - استخدم قماش البشكير في صناعة هذه الحقيبة الجميلة ، مما يساعد على حمل كل
ما يلزم المرأة على الشاطئ فيها
٢ - زي من قماش البشكير المنقوش بلونين ، تحليه الفراشة الصغيرة على الذيل
٣ - فستان قصير بأفلام طويلة من اللونين الأبيض والأحمر . السطرة من اللون الأحمر
السادة ، وفتحة الرقبة غير متسعة
٤ - زي طويل من قماش البشكير المنقوش بألوان زاهية . الأكمام طويلة وواسعة ،
وتحليه بعض الأزوار عند الأكثاف
٥ - ألوان البحر تتجمع كلها في هذا الزي الجميل . وهو مفتوح من الأمام بأزوار ، والوسط



الوصية في الإسلام ٢

الوصية الواجبة

القول بوجوب الوصية الواجبة للأقربين غير الوارثين ، مروي عن جمع عظيم من فقهاء التابعين ، وأئمة الفقه والحديث ، ومن هؤلاء الإمام أحمد ، وابن حزم ، والأصل في هذا قوله تعالى : « كتب عليكم إذا حضر أحدكم الموت إن ترك خيراً الوصية للوالدين والأقربين بالمعروف حقاً على المتقين » . وقد اشترط بعض الصحابة والتابعين ، لوجوب الوصية للأقارب من غير الوارثين ، احتياجهم ، بمعنى أنه يشترط في وجوب الوصية ، الفقر ، وبعض الذين قرروا وجوب الوصية للأقارب غير الوارثين ، لم يشترط الاحتياج ، وعمل رأى هذا الفريق اعتمد القانون . ومقتضى هذا أنه يجب الوصية للقراب الذي لا يرث بأى مقدار في حدود الثلث .

وحينئذ يجوز لولي الأمر ، أن يحدد الأقربين بأولاد الأولاد ، ويأمر بإعطائهم جزءاً من التركة ، هو نصيب أصلهم في الميراث ، لو بقي حياً . والآية الكريمة ظاهرة في أن الوصية الواجبة للأقربين ، هي الوصية بالمعروف ، وكلمة المعروف في القرآن تفسر بما تعلمن إليه النفوس والقطرة ، ولا تنبذ المصلحة . وعلى هذا الأصل يكون لولي الأمر أن يأمر الناس بالمعروف في الوصية الواجبة للأحفاد ، بأن تكون مثل نصيب أصلهم في حدود الثلث .

وقد تضمنت المادة (٧٦) من قانون الوصية رقم ٧١ لسنة ١٩٤٦ . أن الأحفاد إذا كانوا غير وارثين ، ولم يوص لهم الجد أو الجدة ، يحصل نصيب أصلهم ، فإن الوصية يجب لهم بإيجاب الله تعالى بمثل هذا النصيب ، على أن لا يزيد على الثلث . ومقتضى هذا ، أن الوصية لو زادت على الثلث فلا تنفذ إلا بأجازة الورثة ، فيما زاد على الثلث .

والوصية يجب لأهل العليقة الأولى من البنات

فقط ، ويجب لأولاد الأبناء من أولاد الظهور . وهم لا ينسبون إلى الميت بأبى ، وإن نزلت طبقاتهم . - يعنى يكون للابن وابنه وابن ابنه وهكذا من أولاد الذكور - والأصل بموجب قرعه ، دون فرع غيره - ويقسم نصيب كل أصل على من يوجد من فرعه قصة الميراث ، ولا يدخل في قصة التركة أولاد الميت الذين ماتوا في حياته ، ولم يعقبوا ، أو أعقبوا من لا يستحق في الوصية .

فلو خلف الميت ابناً - وبنتين - وبنتى بنت مائت في حياته - وابن ابن مات أبوه في حياته .

قسمت التركة بين أولاد الميت الأحياء والأموات الذين من الذرية ، من يستحق الوصية . فيفرض مثلاً أن التركة ٩٠ فدانا . فلوقسمت التركة قصة الميراث ، كان للابن الذي على قيد الحياة ٣٠ فدانا ، ولابن الابن الذي مات أبوه في حياة جده مثله ٣٠ فدانا ، ولابنت التي على قيد الحياة ١٥ فدانا ، ولبنتى البنت التي توفيت ١٥ فدانا .

ولكن لما كان شرط الاستحقاق بموجب الوصية ، ألا يأخذ من مات أبوه أو أمه أكثر من الثلث ، فيكون استحقاق أصحاب الوصية الثلث فقط ، وهو ٣٠ فدانا ، يقسم هذا الاستحقاق بينهم . لبنتى البنت الثلث ، وهو عشرة أفدنة ، يقسم بينهما مناصفة ، والباقي من الثلث نصيب الوصية الواجبة ، وهو عشرون فدانا ، لابن الابن . ويستخرج هذا القسدر من التركة ، وهو ٩٠ فدانا - ٣٠ فدانا = ٦٠ فدانا ، يكون منه للابن الذي على قيد الحياة ٤٠ فدانا ، والباقي وهو ٢٠ فدانا ، لبنتى التي على قيد الحياة ، ومقاد هذا ، أن الوصية الواجبة تخرج في حدود الثلث أولاً - وتقسم على مستحقيها قصة الميراث ، والباقي

بعد نصيب أصحاب الوصية - يعمل تركه كان الميت لم يترك موارها - ويقسم بين الورثة الأحياء قصة الميراث .

ولولا قانون الوصية الواجبة الصادر في سنة ١٩٤٦ ما استحق الأحفاد الذين مات والدهم أو أمهم في حياة الجد أو الجدة شيئاً ، لوجود من يحجبهم من الإرث - وهو الابن الذي على قيد الحياة ، والبنت التي على قيد الحياة ، لأن الأقرب من الورثة بالنسبة للميت ، يحجب الأدنى منه . ولا شك أن الابن والبنت هما أقرب إلى المتوفى من ابن الابن وبنت البنت . ولو كان قد أوصى لم بالنصيب أو بأكثر منه ، لم يستحقوا شيئاً بطريق الوصية الواجبة . حتى إنه إذا زاد الاستحقاق على الثلث ، رد الزائد إلى الثلث ، لأن الاستحقاق الواجب بطريق الوصية غير الإرث ، وإنما هو وصية ، وهي تنفذ في حدود الثلث ، وما زاد على الثلث يحتاج في تفضله إلى موافقة الورثة .

فلو مات شخص عن : ولدين - وأولاد ابن مات قبله ، كان الواجب لأولاد الابن المتوفى هو الثلث لأنه يساوى نصيب مورثهم ، لو كان على قيد الحياة ، وقت وفاة والده . أما لو مات عن ابن واحد ، وأولاد ابن مات قبله ، فإن أولاد الابن يأخذون الثلث فقط . لأنه أكبر قدر يمكن إعطاؤه لهم . عن طريق الوصية ، لحجبهم بالابن في الميراث . ولو أعطوا نصيب أصلهم ، لكان استحقاقهم نصف التركة ، في حين أن الوصية لا يجوز أن تنفذ في أكثر من الثلث .

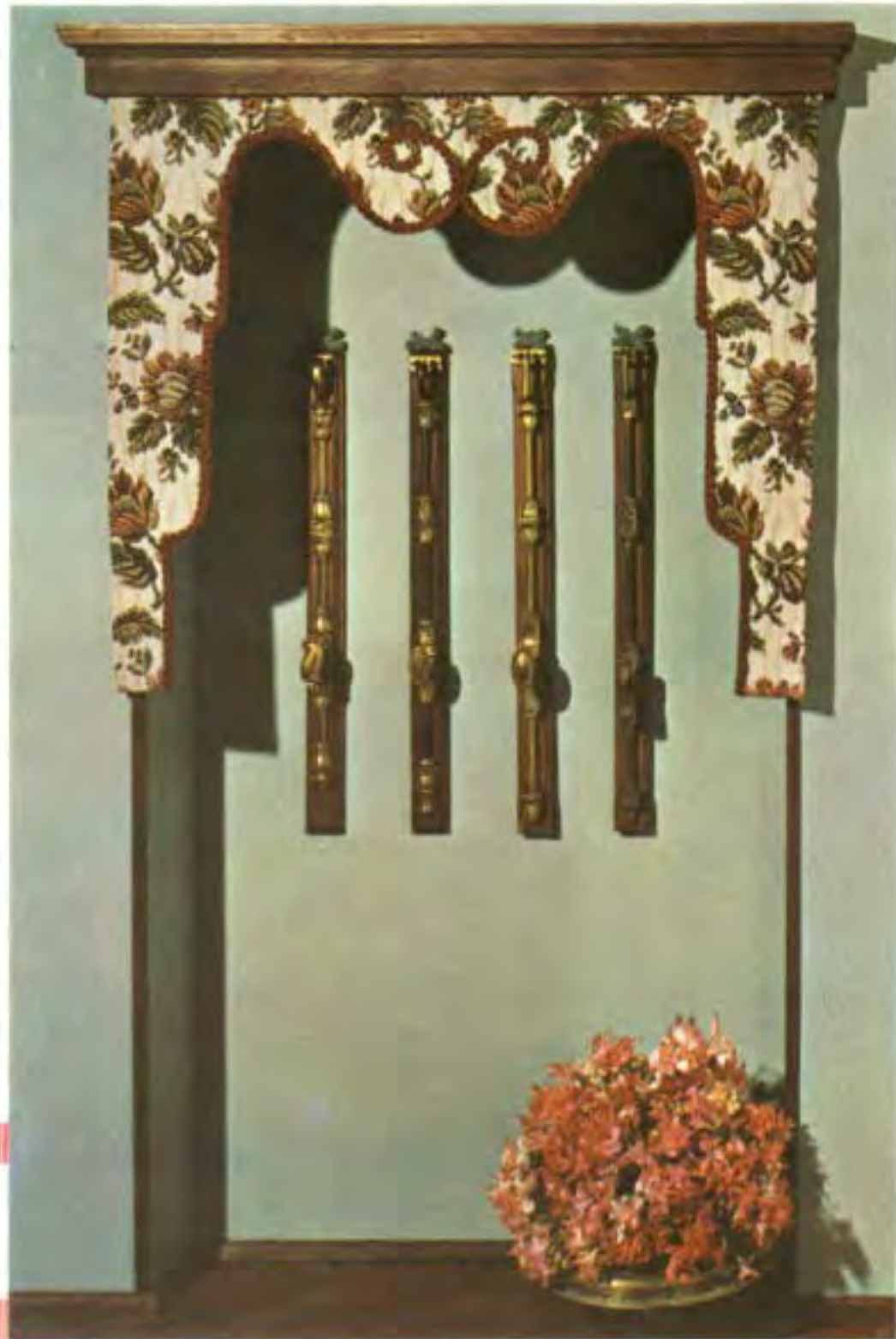
ولو أوصى الميت للأحفاد جميعاً ، بما يكون أقل من القدر الذي كان يستحقه أصلهم في تركته ، وكان استحقاقه في حدود الثلث ، وجب تكميل نصيبهم الواجب من التركة بقوة القانون .

المقابض والمفاتيح والمفصلات ذات الطرز المختلفة

أناقة التأثيل ، وانسجام شكله العام ، غالبا ما يعتمد ، وربما - بالدرجة الأولى - على العناصر الصغيرة ، التي تستعرض جانبا منها اليوم ، فيما يخص المقابض ، والمفاتيح ، والمفصلات البرونزية للأبواب والنوافذ الكلاسيكية ، أو المخصصة للأماكن الموثقة بقطع مستوحاة من أهم الطرز المعروفة في تاريخ الأثاث .

وأسواق اليوم زائفة بكل هذه العناصر ، التي تنتجها المصانع المتخصصة ، في هيئة مجموعات كبيرة ، تطابق تماما ما استخدم منها في القرون السابقة . ولقد قنا بتصويرها فوتوغرافيا ، لنشرها على هذه الصفحات ، بترتيب يبدأ بالطرز الأكثر قدما : طراز لويس الثالث عشر (صورة رقم ١) ، لويس الرابع عشر (صورة ٢) ، لويس الخامس عشر (صورة ٣) ، لويس السادس عشر (صورة ٤) ، الطراز الإمبراطوري (صورة ٥) ، طراز القرن التاسع عشر الإنجليزي (صورة ٦) ، لويس فيليب (صورة ٧) حتى نهاية طراز ليبرتي (صورة ٨) . أما الصورة الفوتوغرافية المنشورة على هذه الصفحة ، فتمثل مجموعة من أقفال النوافذ ذات الطرز (من اليسار : طراز لويس الخامس عشر ، لويس السادس عشر ، الطراز الإمبراطوري ، وليبرتي .

ولعل استخدامنا اليوم لبعض هذه العناصر ، قد يسهم في خلق جو الاتساق والتجانس الذي ساد المنازل في الماضي ، كما أن اختيار ما يناسب منازلنا منها ، لإشراكه في عملية التأثيل ، يضفي على بقية العناصر المحيطة ، الكثير من الرقة والأناقة .





- ١ - لويس الخامس عشر
- ٢ - لويس الرابع عشر
- ٣ - لويس الثالث عشر

- ٤ - ليبرتي
- ٥ - لويس فيليب
- ٦ - القرن التاسع عشر الإنجليزي
- ٧ - الإمبراطوري
- ٨ - لويس السادس عشر



النمو النفسى والحركى للطفل

من الشهر العاشر إلى الشهر العشرين

أوضاع وحركات :

عندما يبلغ الطفل الشهر التاسع من عمره ، يكون قد أدرك المرحلة التى يحبو فيها على أربع ، ويژهو الطفل بنفسه ، مما يجعله عن الانطلاق فى تجارب جديدة ، حتى يصبح فى خلال شهر واحد ، قادرا على التجول فى جميع أرجاء المنزل ، وهناك بعض الأطفال يستطيعون التقل بسرعة ، وهم جلوس على إحدى ساقيهم ، وذلك بالدفع بالساق الأخرى . ويبدأ الطفل أولى خطواته داخل المكان المسور « البارك » ، ويساعد نفسه يديه اللتين يظلها فى البداية ، على أسياح « البارك » ، فى حركته مضطربة . ثم تزداد قبضته ثقة ، وبدأ فى محاولة التثبيت بين حركات يديه وساقيه ، ويلاحظ أن الطفل يختير توازنه ، قبل التجازفة بالتثبي بمفرده . وعلى الأم أن تشجعه ، بأن تقف فى الناحية المواجهة له من « البارك » ، وتعده له لعبة تثير اهتمامه ، مما يجعله على محاولة الإمساك بها . لكن يجب ألا تجبره ، وألا تحملك بذراعه ، وألا تدفعه إلى التجوال عبر المنزل داخل المشاية الخاصة به . إذ أنه سيمشى من تلقاء نفسه ، عندما يجد نفسه قادرا على ذلك ، مما سيقبل من مرات سقوطه فى بداية هذه الخبرة ، الأمر الذى يجنبه الشعور بخيبة الأمل .

بعداً بعض الأطفال السير عند تمام السنة ، يرتحلون ، ويحفظون سيقانهم منفرجة قليلا ، للمحافظة على التوازن . وثبتا قشيا يقرب الطفل السابقين والقدمين من بعضهما بعضا . ويلعب الذراعان دورا هاما فى عملية تعلم المشى هذه ، فالطفل فى البداية ، يستخدمها لحفظ توازنه ، تماما كما يفعل الراقص على الحبل بعصاه ، فتجده يمد يدهما إلى الأمام ، فى حركة غريزية ، ليحمى نفسه عند السقوط .

وإذا كان مقلك قد تأخر فى المشى قليلا ، فإن هذا لا يستوجب القلق ، فغالبية الأطفال لا يمشون بمفردهم ، إلا فى الشهر الرابع عشر من عمرهم وفى هذه الأثناء ، تزداد حركات اليدين دقة ، وينجح الطفل فى التقاط الأشياء بسهولة ، وإن صغر حجمها . فإذا قلنا له صندوقا به أعواد رفيعة ، يجده يبدأ بتناول عدد منها فى كل مرة . ثم يلتقط واحدا فقط ، ويشل بقذف كرة ، والجرى وراءها . غير أن فة يظل الوسيلة المفضلة للتعرف على الأشياء ، فيعد أن يعضها بيديه ، يلعبها من فة ، ليؤكد من النتيجة التى أسفر عنها التحص الأول . ولذا يجب على الأم ، مراعاة نوع الحامة المصنوعة منها اللعبة ، فلا تقدم له حامة يمكن أن تسبب أضرارا ، أو لعبة تنطكك أجزاؤها (صقارة أو علية لها غطاء) إذ يخشى من أن ينتلع أحدها هذه الأجزاء الصغيرة .

وفى هذه المرحلة من العمر ، تصبح الحركة هى الشغل الشاغل للطفل ، فهى تمثل بالنسبة له ، مصدر سعادة ، لا تقطع ، إذ أنها الوسيلة التى يلتقى من خلالها بكل جديد وواقعى من حوله . وإذا بدأ على طفل فى هذه المرحلة من العمر ، عدم الرغبة فى التحرك ، وجب على أبويه أن يقلقا لأمره ، وأن يعرضاه على طبيب الأمراض العصبية .

الإبصار والخطى :

فى هذه المرحلة من العمر ، لم يعد ما يهمنا هو قياس درجة النمو التى وصلت إليها حاسة الإبصار ، بل معرفة كيفية استخدامها ، فإذا قلعت له أمه امية ، ثم أخفتها خلف شئ آخر أكبر حجما ، نلاحظ أن الطفل ، يدور حول العبة ليحصل على اللعبة ، مما يدل على أنه بدأ يسجل الخبرات البصرية . وإذا تركناه يشاهد شاشة التلفزيون ، نلاحظ أنه ينظر باهتمام لمدة دقائق إلى الصور التى تتحرك أمام عينيه ، دون أن يفهم شيئا ، ثم يشترك فى الحركة ، بتأدية الفقرات ، وإصدار صيحات القرح ، إذا كانت الموسيقى التصويرية للفيلم تلمس بالمرح .

وقد يحدث فى هذه السن ، أن يحول الطفل عينيه ، ولا ينفى أن نزعج لذلك ، إذ كل ما فى الأمر ، أن الطفل يلاقى صعوبة فى توجيه عينيه . وهذا الحول العرضى إلى الخارج أو إلى الداخل ، يزول فى سن الثالثة .

أما إذا كانت هذه الظاهرة ، على عكس ذلك - دائمة أو متكررة الحدوث ، وجب عرض الطفل

على طبيب عيون ، ويستحسن أن يكون أخصائيا فى أمراض عيون الأطفال . وإذا اكتشف أنها حالة حول حقيقية ، فيشير بالعلاج المناسب ، إذ يقرر استخدام النظارة ، وينصح بالتمرينات البصرية الواجب أدائها بانتظام .

أما بالنسبة للتعلق ، فقد أصبح فى إمكانه إتقان كلمتى « بابا » و « ماما » . بفضل تكراره للمقاطع الشفوية والحلقية ، لكنهما ليسا إلا مجرد لفظين صوتيين ، لا معنى محدد لهما ، فهو قد يعنى بهما « الأم » أو « الأب » ، أو « حاجة اللبن » ، أو أى شئ آخر بلا تفرقة . فلا عجب إذا صمنا طفلا يصيح متصرا بكلمة « ماما » ، بعد أن يكون قد أطل النظر فى وجه أبيه . وهناك أطفال أكثر تقدما ، ينطقون بكلمة « ماما » عندما تعرض عليهم صورة امرأة فى إحدى المجلات .

الجانب النفسى من حياة الطفل :

تتميز هذه المرحلة من عمر الطفل ، بالإدراك العملى ، والقدرة على استخدام اليدين ، فالطفل قد بدأ يفهم أن لحركات يديه وجسمه ، أثرا محددا ، فقد تعلم أن يجذب الغطاء ، ليقترب إلى نفسه لعبة موضوعة على طرف سريره . كما عرف كيف يستخدم عصاه ، ليقترب الأشياء منه . وفى هذه السن ، يعرف أيضا كيف يفتح صندوقا ، فإذا لمح أمه تحنى فيه لعبة ، يجده يحاول إخراجها منه . كما أصبح قادرا على إخراج حبة دواء من راحة مغلقة ، أو بناء برج باستخدام المكعبات . إلخ . علما بأن البحث عن شئ ، أو التعرف عليه ، باستخدام اليد ، يفرز دائما بطور حسمى ، أى أن الطفل أصبح يتصرف بناء على رغبة فى الحصول على شئ ، بطريقة محددة . وتبدل كل هذه الأمثلة على أن الطفل قادر على استخدام ذاكرته مع شئ من الخيال . هذا إلى جانب أنه قد نجح فى توجيه حركاته حسب إرادته ، وأن ما يشجعه على البحث والتحرى ، هو أنه أصبح يتحرك فى حيز أوسع ، يضم أشياء أكثر .

إن الخطوة الهامة الأخرى فى مجال النمو الحسمى للطفل فى هذه المرحلة من العمر ، هى محاولة محاكاة حركة الشيطان به . فإذا رأى أمه تصفق بكفها ، أو تدق طبلا ، أو تربت يدها على دمية ، أو تجر عربة صغيرة على الأرض ، أو تودع أحدها بإشارة من يدها ، فإنه يحاول محاكاتها . بعد أن أصبح يتحكم فى حركاته ، إلى درجة تجعله قادرا



على تقليد الآخرين . وعلى التقيض من ذلك ، فإنه من خلال هذه المحاكاة ، يتعلم تدريجياً كيف يصبح مستقلاً . فعمل سبيل المثال ، نراه يحاول أن يأكل بدون مساعدة أحد ، ويحاول تصفيف شعره بنفسه . ويحاول استخدام أحسن الشفاء . وعلى الأم في هذه الحالات ، أن تشجعه . وتنزل قليلاً عن رغبتها في المحافظة على مظهره ونظافته ، حتى تمنحه مزيداً من الثقة في النفس .

ويستخدم الطفل خلال هذه المحاولات والمتمنوعات فقد سبق أن أشرنا أنه أصبح يفهم معنى كلمتي « براغو » و « لا » .

ومن الضروري أن نقول الأم لطفلها « لا » ، وأن تمنعه من القيام ببعض التصرفات . وليس المقصود من ذلك ، أن تضع أمام طفلها حاجزاً من المتمنوعات ، ولكن عليها أن تظهر اعتراضاً قاطعاً ، عندما يتعرض طفلها لأجهزة ، أو ظواهر قد تشكل خطراً عليه ، مثل النار ، والأواني التي تحتوي على الأطعمة . أو على ماء ساخن . وأكياس الكهرباء . ومفاتيح أجهزة التلفزيون إلخ . كما أن عليها أن تنبهه عن اندفاع شعر كلب ، أو القشيش بأخذ أحد النباتات الخطيرة للاشتعاع به عند النبوض . وعليها أيضاً أن تفسر له سبب تنبيهها ، وذلك بأن تقرب يده من كسرولة ساخنة مثلاً (محاذرة من أن تحرق يده) . وعندئذ سيفهم أن الشيء كان لصالحه .

لكن كما نردد الأم كلمة « لا » ، يجب أن نقول له كلمة « براغو » . لتعويض خيبة الأمل التي ترتب على الشيء . لكن تمنحه الثقة في النفس .

في الواقع ، أن أغلب تصرفات الطفل في هذه المرحلة من العمر ، تكون عبارة عن محاكاة للآخرين لذا يصعب عليه فهم سبب منعه من القيام ببعضها . ومن دواعي بهجته ، أن يلقى تصرف له ، إعجاب الكبار المحيطين به (خاصة وإذا كان قد نقل هذا التصرف عنه) . فإذا نجح في عمل شيء ، يمكن أن تشجعه بإتسامة ، أو كلمة ، حتى يقبل تعديل الجزء الخاطئ من هذا العمل (وإن كان هذا يسبب له بعض الضيق) ، فتجده على أثر المدح ، بعد عمل الشيء . مع تجنب الإضافات التي شوهته في المحاولة الأولى . وفي هذه اللحظة ، ستقرأ الأم في عين طفلها ، شعوراً بالسعادة والزهو .

وبهذه الطريقة ، تقوى لدى الطفل ، القدرة على احتمال خيبة الأمل ، وهذا أمر لا غنى عنه في الحياة الاجتماعية . فإذا لم يتعلم أن هناك أشياء ثقيلة على

النفس يجب تحملها (ولن يتعلم ذلك إلا إذا تبين وجود أشياء محبة إلى النفس تعوض الأولى) . فقل يستطيع مستقبلاً الامتنان للاعتراضات التي سيتعرض لها ولن يفهم توالي الأحداث المفروضة . وتلك المحزنة التي يعرض بعضها بعضاً . وهذه المرحلة التعليمية الأولى ممكنة ، إذ أصبح في مقدوره ، أن يعبر عن غضبه عند شعوره بخيبة الأمل . التي يسببها الرفض ، وعن فرحته التي يسببها المدح والتشجيع . وبذا يتخلص من روح العداوة . ويكتسب القدرة على السيطرة على ما حوله . وتأخذ هذه القدرة في الازدياد . عندما يبلغ الصغير .

آيس كريم رائعي :

المقادير :

١٠٠ جرام شيكولاته - ٢٥٠ جرام سكر
سنوفيش - ٨ بيضات - نصف لتر قشدة
كريمة لباني - ٢٠ جراما تقريبا من أي
أنواع البسكويت المفصلة لهذه - ٥ ورقائق
تنقال - ٥ جيلاتين - عصير فاكهة حسب الرغبة .

التحضير :

- انقعي الجيلاتين في ماء بارد .
- غطي قالباً ذا جدران عالية ، ثم « بلّيه »
ببعض العصير أو الشراب .
- نعي في كسرولة ، صفار البيض والسكر ،
والحليب مع القشدة ، حتى يبيض لون الصفار ،
ويصبح الخليط كثيفاً كالزغاي .

- أضفي شيئا فشيئا ١٦ ملعقة من عصير الفاكهة ،
واستري في ضرب الخليط بشدة .
- نعي الكسرولة في حمام مائي موضوع على
النار ، مع التقليب المستمر لخليط بملعقة
خشبية ، واتركيه هكذا حتى يبدأ في الغليان .
والخبيرات في شئون المطبخ ، في إمكانهن
طهي البيض المضروب في السكر وعصير
الفاكهة على النار ، مع الحذر الشديد ، بحيث
تكون النار منخفضة جدا .
- ارفعي بعد ذلك الكريمة من على النار .
- ابدلي ورق التنقال « الجيلاتين » من ماء
التنعق ، وأعصريه جيدا بين يديك ، ثم
« سحبه » في طاسة على النار ، وأضيفيه
إلى الكريمة ، وأعصريه جيدا بملعقة خشبية ،
إلى أن يختلط الجيلاتين تماما بالكريمة .
- قسي الكريمة إلى قسمين متساويين .

- اشري الشيكولاته ، أو قسّمها إلى قطع
صغيرة ، ثم صبي في كسرولة ، وأضفي
إليها ملعقة كبيرة من الماء أو اللبن .
أدري الشيكولاته على حمام مائي ، أو على نار
هادئة جدا .

- أضفي الشيكولاته إلى نصف كمية الكريمة .
- وبينما تبرد الكريمة ، قومي بخفق القشدة
بخفة ، كي لا تتحول إلى زبد ، ثم قسميها إلى
قسمين ، وأضفي نصف كمية القشدة المخفوقة
إلى خليط الكريمة بالشيكولاته ، وأضفي
الجزء الآخر للقشدة إلى الكريمة الصفراء .
الغاية من الشيكولاته ، مع التقليب بخفة .
- انمسي البسكويت في عصير الفاكهة ، واتركيه
لحظة حتى ينشرب قليلا من العصير . وبعد
البسكويت ، يلقى القالب أو سلطانية متوسطة
الحجم .

- صبي فوقه أولا الكريمة الصفراء ، ثم صبي
فوقها خليط الكريمة بالشيكولاته ، وغطى
السطح بورقة معبونة بالزيت .

- نعي هذا القالب في الثلاجة (بالفريزر)
واتركيه عدة ساعات .

- وعند تقديم الآيس كريم ، انمسي القالب
لحظة في ماء مغلي ، ثم اقلبيه فوق طبق تقديم .
- وإذا كنت تترغبين في تحميل الآيس كريم
بوردات من القشدة ، فاحتفظي بطبق الآيس
كريم في الثلاجة ، ريثما تقومين بإعداد كريم
التجميل ، وذلك بأن تقومي بخفق $\frac{1}{2}$ لتر من
الكريمة اللباني بخفة ، ثم وضعها في كيس
من الشيل « مثبتة في نهايته بلبلة » وجعل الحلوى
حسب ذوقك ورغبتك .

- ولتعلمي أن نجاحك في إعداد هذا الصنف من
الحلوى اللذيذة والراقية ، يعتمد إلى حد بعيد
على البيض ، والقشدة الطازجة المستخدمة .

طبق حلوى حلوخ أريتا :

المقادير :

٩ ثمرات حلوخ أصفر - ٩ بيضات -
٢٠٠ جرام سكر - ٥٠ جرام دقيق - نصف
لتر لبن - $\frac{1}{2}$ لتر كريمة لباني - باكو فانيليا -
ليمونة - ١٢ كزبرة .

التحضير :

- اغسلي الحلوخ ، وقطعي كل ثمرة إلى نصفين ،
واتركي اللبني ، وضعيه في كسرولة كبيرة ،
وصبي فوقه كمية من الماء ، تكفي لتغطيته .
وصبي فوقه ١٠٠ جرام من السكر ، وعصير
ليمونة ، ولسي قشرة ليمونة ، لتمطي له رائحة
جميلة .

- ارفعي الكسرولة على النار ، واتركها لتغلي ،
حتى ينضج الحلوخ ، مع الحفاظ على شكله .
- ارفعي الكسرولة من على النار ، واتركي الحلوخ
ليبرد في شرابه .

- صبي في كسرولة أخرى صفار البيض ،
وأضفي إليه باقي كمية السكر . واملعقة خشبية
أو شوكة ، قومي بضمرب البيض بالسكر ،



- واتركيه لينضج في شربات النضج .
- انشليه من الشربات . وملطقة صغيرة ،
- احلوى جزءا صغيرا من قلبه (قوريه قليلا)
- بحيث تتكون لديك حفرة صغيرة .
- رصي أنصاف الخوخ ، الواحد بجانب الآخر ،
- في صينية فرن .
- ضعي الموز المهضبات في ماء مغلي ، ليسهل
- تقشيرها ، ثم الغريه ناعما ، وضعيه في سلطانية ،
- وضعي فوقه قلب الخوخ بعد غرسه بشوكه ،
- وأضبي إليه باقي السكر ، والبيضه ، ونقطه
- من ماء الورد أو الزهر ، وباقي بشر قشر
- الليمونه ، ثم أضبي الموز المر المصحون في
- جرن خشبي أو هون .
- بهذا الخليط ، قومي بحشو قلب كل نصف
- خوخه .
- أدخل الخوخ بعد ذلك في فرن سبق تسخينه ،
- واتركيه حتى يجف الحشو بعض الشيء ،
- ويأخذ لونا ورديا .
- أخرجه من الفرن واتركه ليبرد وقدميه مثلجاً .

- احتفظي بالطبق في النهاية داخل الثلاجه ،
حتى لحظه تقديمه على المائدة .

خوخ محشو بالورد :

المقادير :

- ٥ ثمرات خوخ أصفر - ١٥٠ جرام سكر -
- ٥٠ جرام لوز - ١٠ جرامات لوز مر -
- بيضه - قليل من ماء الورد أو الزهر - فاكهه - ليمونه .

الطريقة :

- ابشري قشر نصف ليمونه . واغسل الخوخ ،
- وقطعيه إلى نصفين ، وانزعي النوى من داخله ،
- وضعي في الكسرولة ، ثم صبي فوقه كمية من
- الماء ، تكفي لتغطيته تماما ، ورشي بحوالي
- ١٠٠ جرام من السكر ، وصعبي الليمونه ،
- وقطعيه من القشرة ، لتعطيه رائحة جميلة .
- ارفعي الكسرولة على النار ، واتركيها حتى
- ينضج الخوخ (يصبح كالكيوت) ، مع
- الاحتفاظ بشكله سليما) .
- وبعد نضج الخوخ ، ارفعيه من على النار ،

حتى يصبح الخليط كالزبد ، ويبيض لون

صفار البيض .

- أضبي الدقيق رويدا رويدا ، ثم اخبني

المضاف إليه الثانيهيا .

- أضبي قليلا من بشر قشرة ليمونه ، وضعي

الإثاء على النار ، واتركي هذه الكريمة لتغل

مدة خمس دقائق ، ثم ارفعيها من على النار ،

واتركيها لتبرد .

- وفي أثناء ذلك ، قومي بضرب القشدة بخفقه ،

حتى لا تتحول إلى زبد من شدة الخفق .

- أضبي القشدة المخفوقة ، إلى الكريمة الباردة ،

بعد أن تزعجي منها قشرة الليمونه .

- اشل الخوخ من الشربات ، ثم صبي الكريمة

في إثاء من الكريستال ، أو في طبق عميق

(عل أن تحتفظي بجزء منها) ، ثم رصي

فوق الكريمة ، أنصاف الخوخ ، الواحدة

بجوار الأخرى . وفي وسط كل واحدة ،

ورصي باقي الكريمة ، وضعي في كل

واحدة ، كزبرة .



فستان وردى لطفلك..



تقدم لطفلك يا سيدتي - فستاناً من اللون البيج القاتع جداً ، بكُم طويل - وسفرة مربعة جميلة - مشغولة بغرزة زخرفية - أما فتحة الرقبة - وأسورة الكُم - وذيبل الفستان ، فكلها مشغولة بالغرزة العدل .

المواد :

٢٠٠ جرام خيط صوف بيج - وردى - من أربع أو ثلاث فتلات - زوج إبر تريكو رقم ٣ .
(المقاس : من ٨ - ١٠ أشهر)

الغرزة المستخدمة :

(١) الغرزة العدل :

جميع الأسطر عدل .

(٢) غرزة الجرسية :

سطر عدل ، سطر مقلوب .

(٣) غرزة زخرفية :

ابدئي على عدد من الغرز ، يقبل القصة على ٣ + ٤ .

السطر الأول :

(على وجه الشغل) - اشتغلي - ٣ غرز مقلوب ، ثم اشتغلي في الغرزة التالية ٣ غرز : أى غرزة عدل ، لفة ، غرزة عدل - كرري ما بين العلامتين - وإلى السطر بثلاث غرز مقلوبة .

السطر ٢ ، ٤ :

اشتغلي - ٣ غرز عدل ، ٣ غرز مقلوب - كرري ما بين العلامتين .

السطر ٣ :

٣ غرز مقلوب ، ٣ غرز عدل - كرري ما بين العلامتين .

السطر ٥ :

غرزة مقلوب ، في الغرزة التالية ، اشتغلي غرزة عدل ، لفة ، غرزة عدل - غرزة مقلوب ، ثم مرري غرزة بدون شغل على الإبرة التي باليد اليمنى (أى على غرزة عدل بدون شغل) - ثم اشتغلي ٢ غرزة مع بعض عدل - مرري الغرزة التي نقلتها بدون شغل ، فوق الغرزتين العدل اللتين اشتغلتهما معاً - أى أخرجي الغرزتين المشغولتين معاً من وسط الغرزة التي سبق أن نقلتها بدون شغل - كرري ما بين العلامتين .

السطر ٦ ، ٨ :

اشتغلي غرزة عدل - ٣ غرز مقلوب ، ٣ غرز عدل - كرري ما بين العلامتين .

السطر ٧ :

اشتغلي غرزة مقلوب ، ٣ غرز عدل ، ٣ غرز مقلوب - كرري ما بين العلامتين .

السطر ٩ :

اشتغلي غرزة مقلوب ، ثم مرري غرزة بدون شغل ، واشتغلي ٢ غرزة مع بعض عدل - مرري الغرزة التي نقلتها بدون شغل ، فوق الغرزتين العدل المشغولتين معاً ، ثم اشتغلي غرزة مقلوب ، واشتغلي في الغرزة التالية ، غرزة عدل ، لفة ، غرزة عدل - كرري ما بين العلامتين .

السطر ١٠ :

استأنئي الشغل ابتداء من السطر الثاني ، أى ابدئي في تكرار الشغل مبتدئة من السطر رقم ٢ .

التنفيذ :

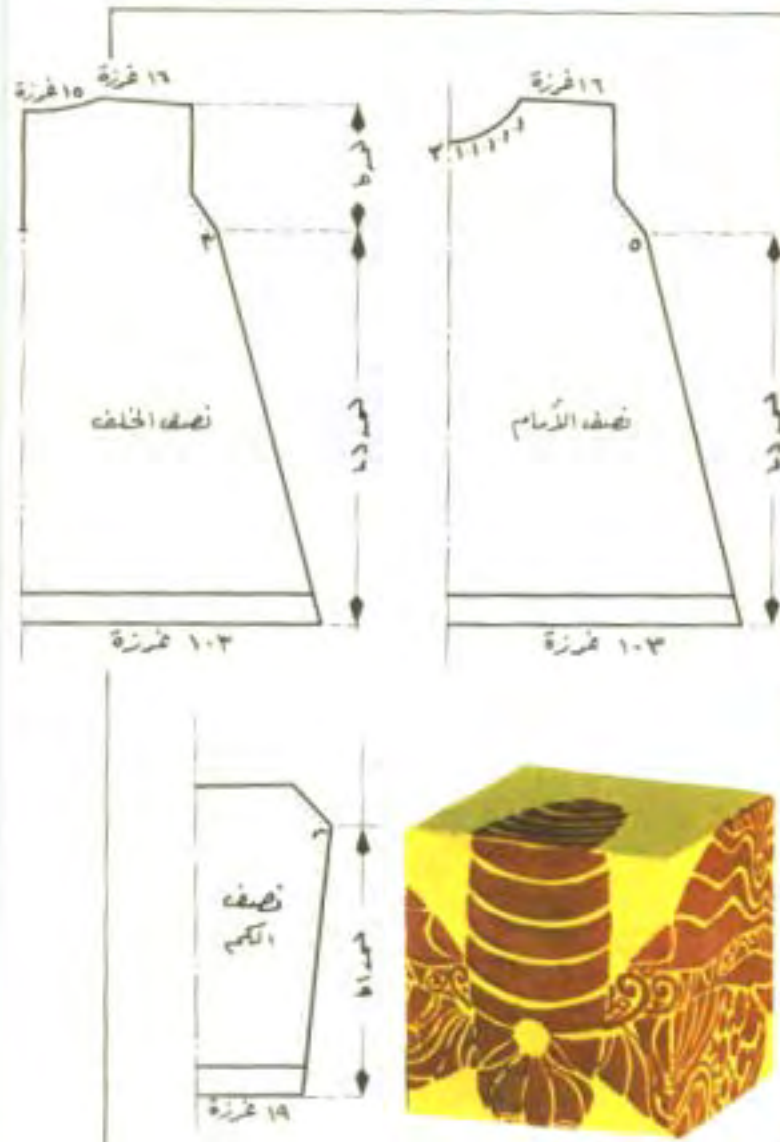
القلنسوة :

ابدئي الشغل بـ ١٠٣ غرز ، واشتغلي ٢ سم بالغرزة العدل ، ثم واصل الشغل بغرزة الجرسية ، على أن تقصبي من على الجانبين غرزة واحدة من على كل جانب ، كل ١٤ سطرأ ٦ مرات - وفي الوقت نفسه ، وكل ١٠ أسطر ، انقصي غرزة واحدة على يمين ، وغرزة واحدة على يسار الـ ٤٣ غرزة الموجودة بالوسط ، وذلك ٩ مرات . وعندما يصل طول الشغل ٢٦ سم تقريباً ، ابتداء من البداية ، ويكون قد أصبح لديك ٧٣ غرزة ، احردي الإبط كما يلي :

حيدة الأبط :

أقللي ثلاث غرز من على كل جانب ، ثم غرزة واحدة على وجه الشغل ٥ مرات ، بعد الغرزتين الأوليين ، وقبل الغرزتين الأخيرتين

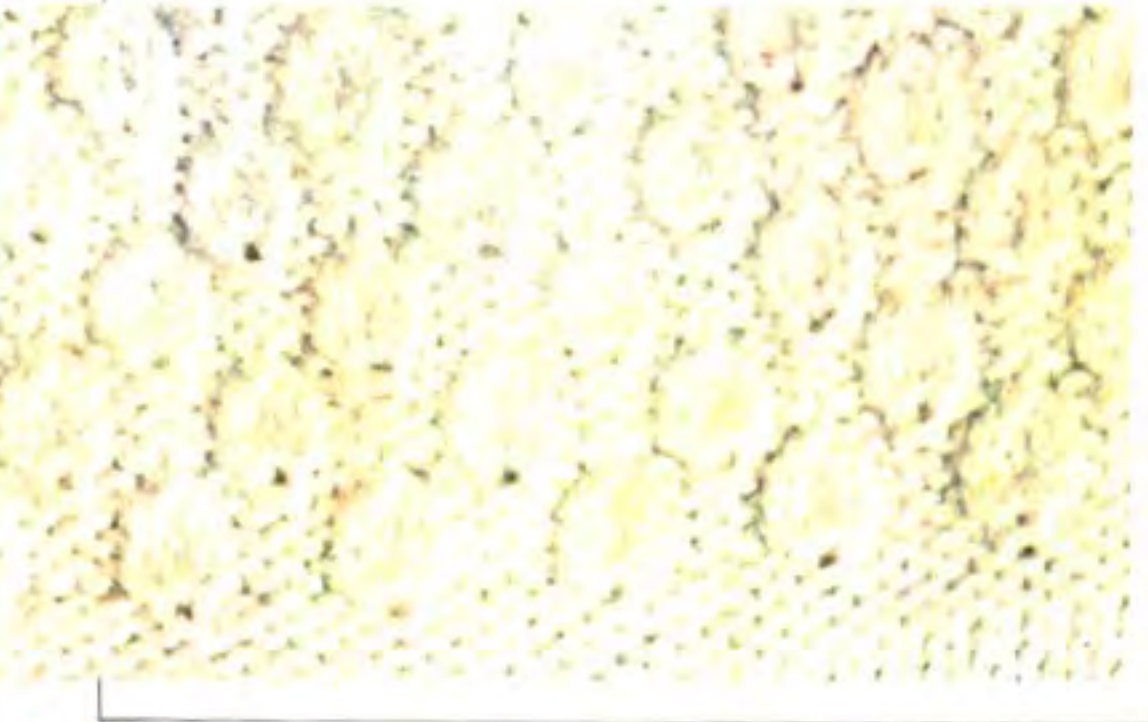
أشغال إبرية



بالسطر العدل . وفي الوقت نفسه ، أبدأ في بداية عمل حردة الإبط ، أعمل فتحة ظهر القستان ، وذلك بأن تشغل في السطر العدل ، نصف عدد الغرز ، واشتغل الـ ٥ غرز الموجودة بالوسط ، بالغرزة العدل ، أترك بقية الغرز ، النصف الآخر معلقة على إبرة إضافية ، وواصل الشغل على هذا الجانب فقط ، وأعمل ثلاث عراوى على أبعاد متساوية .

وعندما يصبح طول الشغل ابتداء من حردة الإبط ٩ سم ، أقفل ١٦ غرزة من أجل حردة الكتف ، وذلك على أربع مراحل (أى ٤ ، ٤ ، ٤ ، ٤) . أما الـ ١٥ غرزة المتبقية ، فخاصة بـ رقبة القستان .

— اشتغل بعد ذلك الغرز التى تركت معلقة على الإبرة الإضافية ، على أن تضيق ٥ غرز من ناحية فتحة الظهر ، وعلى أن تشغليها بالغرزة





إحدى العلامات المميزة لسن المراهقة .
ولذلك كان على الأبوين ، عدم الاستياء
من ذلك ، أو إرغامه على أن يتقرب منها ،
دون أن يحس ذلك بطريقة طبيعية .
ولكن علاقة الاحترام المتبادلة ، يجب
أن تكون مصحوبة بالود والحب ، بحيث
يشعر المراهق ، بأن انطوائه لا يعزله تماماً
عن الارتباط الأسري ، وأن أبويه على
استعداد تام لمناقشة معه ، متى رغب هو
في ذلك .
٢- يشعر الابن بأنه لا وجود لأحد
غيره وأفكاره ، ويتخيل أن الجميع مجازين ،
ولا يفعل أي شيء سوى أن ينفذ الجميع .
وهنا يجب على كل من الأبوين ، أن
يتذكر دائماً ، أن المراهق في هذه السن ،
يمر بفترة صعبة ، وأنه يتعرض لكثير من
المتاعب والشكوك ، إلى أن يصل إلى تكوين
شخصيته .
وفي أثناء هذا التطور ، فإن المبادئ
التي يكون قد تعلمها من أبويه ، لا وجود
لها ، بل وأكثر من ذلك ، فإن والديه
يصبحان في وضع المتهمين ، وقد يحكم
عليهما حكماً قاسياً . فالمراهق يكتشف ، أن
هؤلاء الذين كان يثق ، أو يعتقد أنهم
لا يحفظون أبداً ، ما هم إلا رجال ونساء ،

المراهقة . تلك السن الصعبة . ولكن
لماذا تسمى بالسن الصعبة ؟ ذلك لأن
الأبناء يتغيرون فيها تغيراً كاملاً ،
كما أنهم يظهران معارضة تامة لكل إرشاد ،
أو رقابة من جانب الآباء .
فما الذي يحدث لهم ، وما هي الطريقة
المثل لتدعيم مواجهة مثل هذه التغيرات ؟
أولاً وقبل كل شيء ، يجب التفرغ بالصبر
وتعويض النفس على مزيد من الهدوء ،
فالتغيرات التي كثيراً ما تحدث بين الآباء
والأبناء ، في هذه الفترة الحرجة من السن ،
يمكن أن يقال إنها شيء طبيعي ، وكثير
الحدوث ، ويجب مواجهته بالهدوء . ثم
تأتي بعد ذلك ضرورة فهم هؤلاء الأبناء ،
بمعنى فهم أفكارهم وتطلعاتهم ، بوجهة
نظر صحيحة ، ومحاولة تقبل أخطائهم ،
والابتعاد عن المناقشات غير المجدية ، أو
الرفض السريع لأفكارهم .
وهذه هي بعض النقاط التي غالباً ماتشغل
بالآباء ، بالنسبة لأبنائهم المراهقين :
١- إذا كان الابن متعلقا ومتطوياً
على نفسه ، فقد يتخيل إليه ، أنه لا وجود
لن حوله ، وهو يرفض أية علاقة أو ثقة ،
ويترتب على ذلك عدم فهم الأهل له .
وهذه الرغبة في الانطواء والسرية ، تعتبر

العدل ، ثم اشتغلي هذا الجزء متبعة نفس نظام
خطوات الجزء الأول .

الأساس

ابدئي على نفس عدد غرز بداية الظهر . واشتغلي
بنفس الخطوات المتبعة في شغل الظهر ، حتى
تصل إلى حردة الإبط ، التي من أجلها ، يجب أن
تقفلي من على كل جانب ٥ غرز مرة واحدة ،
ثم غرزة واحدة ٥ مرات من على وجه الشغل (أي
في السطر العدل) . وذلك بعد الغرزتين الأوليين
وقبل الغرزتين الأخيرتين بالسطر العدل . وفي
نفس الوقت ، وأثناء القيام بحردة الإبط اشتغلي
ال ٣٥ غرزة الموجودة بالوسط بغرزة الحرسية ،
مقلوب ثلاثة أسطر ، ثم اشتغليها بالغرزة الزخرفية .
وعندما يصل طول الشغل ، ابتداء من الغرزة
الزخرفية ٦ سم ، أقللي لحردة الرقبة ال ١٣ غرزة
الموجودة بالوسط ، ثم غرزة واحدة من على كل
جانب ٤ مرات . كل سطرين . أما حردة الكتف .
فبنفس خطوات حردة كتف الظهر .

الكلم

ابدئي الكلم على ٣٨ غرزة ، واشتغلي ٢ سم
بالغرزة العدل .

واصل الشغل بغرزة الحرسية ، على أن تزيد
غرزة واحدة من على كل جانب كل ٦ أسطر .
٩ مرات ، وحتى يصل عدد ما لديك من غرز
٥٦ غرزة ، ويكون طول الشغل الكلي ١٩ سم .
وهنا احردي دوران الكلم . بأن تقفلي ٤ غرز
مرة واحدة من على كل جانب ، ثم غرزة واحدة
بعد الغرزتين الأوليين في السطر العدل ، وقبل
الغرزتين الأخيرتين في نفس السطر ، وذلك
٥ مرات ، ثم أقللي جميع الغرز المتبقية مرة واحدة .

الخياطة

خيطي الأمام والظهر من الأجناب والكشفين ،
خيطي الأكمام ثم ركبيها في القستان . ثم القطبي الغرز
الموجودة بدوران حردة الرقبة . واشتغلي مستقيماً
واحداً بالغرزة العدل (جميع الأسطر عدل) ،
ثم اثني هذه الحافة الباندة للداخل ، وثبتها
بغرزة غير ظاهرة .

وعلى فتحة الظهر ، ركبي في مقابل العراوى
ثلاثة أزوار مناسبة .

سن المراهقة

العلاقة بين الآباء والأبناء

لنساعد أبنائنا على التغلب على
« السن الصعبة » أثناء فترة المراهقة
إذا فهم في أشد الحاجة إلى تفهمنا
لمهم ، وتعاوننا معهم .



تفهم الصالح منها فقط ، وفي نفس الوقت ، مناقشة الأخطاء ، وإقناع هؤلاء الأبناء ، بكل ما هو صالح ، ونصحهم بالابتعاد عن كل ما هو سيئ .
إذا ما رأى الأب أن ابنه يتصرف بطريقة خاطئة ، فليس معنى ذلك أن يتأذى في تعنيفه ، إذ لا شك أن النتيجة ستكون عكسية ، خاصة وأن الأبناء ، في هذه السن التي يبدأون فيها في تكوين شخصياتهم ، لا يقبلون أي نقد ، ويعتبرون ذلك تقليلاً من شأنهم . إذن فالمناقشة المثمرة والمقبلة ، هي أفضل السبل للوصول إلى النتيجة المرجوة .

وأخيراً التفاهم والهدوء .

لا شك أن سلوك الابن أو الابنة المراهقة يخلق في المنزل بعض الاضطراب ، ولكن حسن تصرف الأبوين ، وفدريتهما على مواجهة مثل هذه المواقف ، يكون له أجعل الأثر ، سواء بالنسبة لغير العائل ، أو للابن ذاته . فعلى كل من الأب والأم ، التدرج بالصبر والهدوء بقدر الإمكان ، ولا يفوت أي منهما ، أنهما كان في وقت مضى ، في نفس سن أبنائهم ، وقد مررا بسنة المرحلة من التمرد والعصبان .

حدث خطأ هذه المرة ، فالرعاية والإشراف سيقللان من احتمال حدوثه مرة أخرى .
4 - عندما يرفض الابن سماع أي أسباب ، أو مبررات ، فإرادته لا ترد ، وأي حطر يجعله يغضب ويثور .
ومن المؤكدة أنه خلال هذه الفترة من السن ، كثيراً ما تحدث تصادمات بين الآباء والأبناء . ففي نظر الأبناء ، يرون أن آباءهم قد أصبحوا متخللين ، وأنهم لا ينظرون إلى الأمور ، بما تتطلبه من تطور وروح العصر ، وإنما يجبرونهم على النظر إلى الحياة ، بنفس النظرة التي كانوا يرونها بها منذ ثلاثين عاماً مضت . ولكن كيف يمكن للآباء ، تجنب مثل هذه التصادمات ؟

يتأتى ذلك بمحاولة تفهم روح العصر الحديث . ولا شك أن ذلك سيكون فيه الكثير من الجهد والمشقة ، ولكن الواقع أنه إذا ما تدخل الآباء في حياة أبنائهم ، فلا شك أنهم سيجدون الكثير من الأمور الحديثة ، والمشاكل الكثيرة ، التي قد تغير نظرتهم السابقة ، في محاولة منهم لتفهم أبنائهم ، وبمعرفة ميولهم وآرائهم . وليس معنى ذلك بالطبع ، الانقياد وراء رغبات الأبناء وتحقيقها كلها ، ولكن

التشدد ، أو التزجر ، أو المنع ، ولكن يجب أن يكون هناك نوع من التفاهم بين كل من الأم والابنة ، مع قليل من النصح والإرشاد ، اللذين لا يكونان في صورة أوامر .
ويمكن للأم أن تتصالح مع ابنها بحجة نسائية ، وفي محاولة للتعرف على أفضل ما يناسب الابنة من ملابس ، وموديلات ، وتحاول الأم إقناعها بها . وكذلك الحال بالنسبة لتسريحة الشعر ، فذلك يكون أفضل وأجدي من ترك الفتاة تتصرف بحرية دون رعاية .

وإذا ما قامت الفتاة بعمل شيء يتطوّر على شيء من المبالغة ، فيجب عدم توجيه سهام النقد واللوم لها فوراً ، إذ أنه بشئ من الهدوء ، يمكن مناقشة الموضوع ، وشرح وجهة نظر كل فرد ، وأخيراً الإقناع . فالنقد المستمر ، قد يفقد الفتاة ثقتها بنفسها ، مما يقلص الأمر معه ، ضرورة اعتمادها على الآخرين بعد ذلك . وما من شك في أنه ستكون هناك بعض الأخطاء ، ولكن لابد من نفس النظر عن بعضها ، إذا كان لا خطورة منه ، وفي نفس الوقت ، يكون هناك نوع من المتابعة والرعاية ، إذ لا مراء في أنه إذا كان قد

مثل باقي الناس ، ولذلك فإن لم أخطأ ، وحيوياً كالأخرين . ومن الطبيعي إذن ، أن يوجه إليهم بعض الاتهامات ، ثم النقد . وفي مواجهة تيارات الشباب الحديثة ، المتميز بالذكاء ، والمتحامل دائماً على كل ما هو أكبر منه ، يجب عدم البحث فقط عن الأخطاء ، وتصيدها ، ولكن من المستحسن تقبل المناقشة ، مع توضيح جميع الصعوبات والأخطاء ، فالسلطة الحقيقية يمكن الحصول عليها عن طريق الصراحة الثابتة ، وذلك يكون أفضل من رفض المناقشة ، التي قد تكون لها عواقب وخيمة .

3 - إذا كانت الابنة مدققة إلى حد بعيد ، فإنها لا تفكر إلا في تغيير تسريحة شعرها ، أو شراء ملابس جديدة ، أو تحاول أن تزيّن بطريقة مبالغ فيها .
وفي حالة الفتيات المراهقات ، فإن الواحدة منهن ، تكتشف أنها قد نصجت ، وأنها دخلت في مرحلة الشباب ، ومن ثم فإنها تريد أن تعكس ذلك على مظهرها الخارجي . وهي في سبيل ذلك ، تريد إبراز مفاصلها ، وتود الظهور في أبهى صورة يمكن أن يراها عليها الآخرون .
وفي مواجهة هذه الحالة ، يجب عدم



في العيادة

في المستشفى



على الزائر ألا يسأل عن تفاصيل المرض ، أو العملية الجراحية التي أجراها المريض ، ويجب عدم إرهائه بكثرة الكلام ، إذ يجب أن يكون الحديث دائما بصوت منخفض . وعلى الزائر ألا يتكلم على سرير المريض ، كما يجب عليه ألا يأتى بحركات من شأنها أن تسبب التعب للمريض ، كاللجوء في الحجرة هنا وهناك . وأخيرا ، فإن الزيارة يجب أن تكون قصيرة بقدر الإمكان .

وعند زيارة المريض ، يستحسن إهداء باقات الزهور ، مع تجنب تلك التي لها رائحة غفظة ، لأن الرائحة الزائدة عن الحد للزهور ، قد تصيب المريض . ومن المفصل أيضا ، اختيار أنواع الزهور التي تعد في باقات جميلة ، بحيث لا تحتاج إلى « فازات » أخرى لوضعها بها ، وذلك لقلتها غالبا بالمستشفيات . ويمكن إهداء المريض بعض الكتب والمجلات ، التي تعمل على شغل الوقت بالمستشفى ، ويراعى في ذلك أن تنطق وذوق المريض ، وميله الثقافية . ويمكن ، بعد استشارة الطبيب المعالج ، إهداء المريض بعض الحلوى أو الفاكهة المحفوظة . كما أن زجاجات الكولونيا ، تعتبر من الهدايا الناعمة للمريض بالمستشفيات .

وأخيرا يجب ألا نلغوا أن العيادات والمستشفيات ، ليست إلا أماكن للعلاج والراحة ، ولذلك وجب علينا ألا نحول دون تحقيق جو من الراحة التامة ، والهدوء الكامل .

أن يكون صوته منخفضا تماما ، بحيث لا يزعج الآخرين . ويجب عدم استعمال التليفون الخاص بالعيادة أو المستشفى ، في إجراء المحادثات الطويلة والمتكررة . فالتليفون يحتاجه الباقون أيضا .

وعندما يشق المريض ويغادر المستشفى ، يجب أن يوزع بعض النقود على الذين قاموا بخدمته أثناء مرضه . ويجوز له ، أن يقدم هدية لطيفة إلى الممرضة . أما النقود ، فإنها توزع على الذين قاموا بالخدمة من حيث النظافة ، وإحضار الطعام ، ورفع ، وغير ذلك . وفيما يخص بيوباب المستشفى ، فإن أقرب المريض هم الذين يجب عليهم أن يمنحوه بعض المال .

وقبل مغادرة المستشفى ، كمن يكون لطيفا من المريض ، أن يقوم بإهداء المجلات والزهور الموجودة بهجرته - إذا لم تكن قد ذهبت بعد - إلى أحد الممرضات المحاررين له ، أو إلى الممرضة ، مع ترك حرية التصرف لها في إهدائها لمن تشاء من المرضى .

الزائر

قبل التوجه إلى زيارة مريض بالمستشفى ، يجب الانتظار أولا من المواعيد المخصصة للزيارات ، بحيث لا يحدث مثلا أن تكون الزيارة في وقت تناول الطعام ، أو وقت راحة المريض .

وعلى الزائر أن يبادر بتحية المريض أولا ، وليس العكس . كما أنه يجب عدم تقبيل المريض أبدا . كذلك

إن الجو الهادئ والنظم بنوبات والمستشفيات ، يوحى لمن يدخل إليها ، بأنه لزاما عليه أن يحترم هذا الهدوء ، وذلك النظام ، وأن يحافظ عليهما . وثمة بعض القواعد الأساسية التي يستوجبها الذوق والخلق الطيب ، سواء من جهة المريض ، أو الزائر ، بحيث يجب على كل منهما احترامها . وهذه بعض القواعد التي يجب مراعاتها أثناء وجود المرء في العيادات الطبية .

المريض

على المريض أن يتجنب ، بقدر الإمكان ، التحدث في أمر مرضه ، وسرد القصص الطويلة عن رحلة المرض ، وما تم فيها تفصيليا . كما يجب عليه ألا يكون متفعلا ، ومثائرا بينه وبين نفسه . فإذا كان عليه أن يجري عملية جراحية ، فلا يجب على الأم مثلا أن تحدث أبنائها عن وصيتها وتقول لهم : « من يدري إذا كنتم سترون أمكم مرة أخرى أم لا » .

وبالنسبة للممرضات ، يجب على المريض أن يعاملهن باحترام ، وذوق ، وصبر ، واضعاً نصب عينيه دائما ، أن عدد المرضى يكون دائما أكثر من عدد الممرضات . ولذلك يجب عليه ألا يستعصي الممرضة ، إلا في حالة الاحتياج إليها فعلا ، مع محاولة جعل عليه منظوبا على الكثير من الأدب ، والظف .

وبالنسبة لاستعمال الراديو ، فإنه غير ضروري ، ولكن إذا دعت الحاجة إلى استعماله ، فن المستحسن

كيف تحصلون على نسخته

- اطلب نسخة من باقة الصحف والأشكال والنكتات في كورمات الدول العربية
- إذا لم تتمكن من الحصول على عدد من الأعداد القصيرة بـ :
- ج.م.ع ، الاشتراكات ، إدارة التوزيع ، عيني مؤسسة الأهرام - شارع الجلاء - القاهرة
- في البلاد العربية ، الشركة الشرقية للنشر والتوزيع - بيروت - ص.ب. ١١٠٠٠

Copyright pour le monde
France Edition, Africa
1974 Copyright pour l'édition arabe
EDITION SA - SARIN

الطبعة الأولى : ١٩٧٤

ج.م.ع - ١٥٠	البحرين - ٢٥	السودان - ١٥٠
ليبيا - ١٢٥	قطر - ٢٥	ليبيا - ٢٥
سوريا - ١٥٠	دولة - ٢٥	سوريا - ٢٥
الأردن - ١٥٠	أبوظبي - ٢٥	الجزائر - ٢٥
العراق - ١٥٠	المملكة - ٢٥	المغرب - ٢٥
الكويت - ٢٥	عمان - ٢٥	لبنان - ٢٥