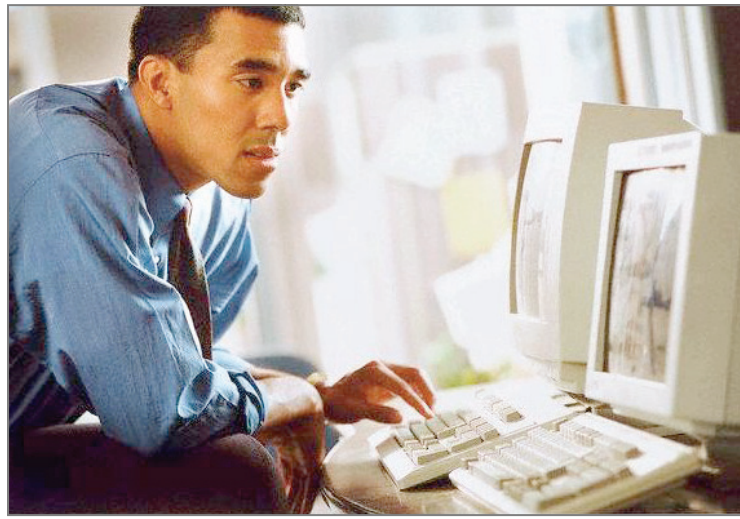


فوائد الإنترنت في التعليم (١)



تطورت شبكة الإنترنت في السنوات الأخيرة بشكل مذهل وسريع جداً وأصبحت كتاباً مفتوحاً للعالم أجمع. فهي غنية بمصادر المعلومات إلى درجة الفخاس. في هذه الدراسة نتحدث عن فكرة مشروع يستفيد من شبكة الإنترنت في التعليم العام في المملكة العربية السعودية. ولكننا سنعرض ابتداءً لبعض التجارب التي استفادت من الإنترنت في التعليم ونستخلص منها ما نستطيع من ملاحظات إيجابية وسلبية. ثم نعرض لأوضاع المملكة التي يمكن أن تؤثر في هذا المشروع. وبعد ذلك نعرض الخطة المقترحة والتي من خلالها نطرح فكرة المدرسة الإلكترونية، حيث نقل المدرسة التقليدية من المبنى المدرسي لنضعها على شبكة الإنترنت.

فلقد أصبح الحاسوب وتطبيقاته جزءاً لا يتجزأ من حياة المجتمعات العصرية. وقد أخذت تقنية المعلومات الحديثة حول الحاسوب تغزو كل مرفق من مرفاق الحياة. فاستطاعت هذه التقنية أن تغير أوجه الحياة المختلفة في زمن قياسي. ثم ولدت شبكة الإنترنت من رحم هذه التقنية فأحدثت طوفاناً معلوماتياً. وأصبحت السبيل إلى العلوم والإنسان تقرب من المسافة التي تفصله عن مفتاح جهاز الحاسوب شيئاً فشيئاً. وأما زمن الوصول إليها فأصبح بال دقائق والثواني فكان لزاماً على كل مجتمع يريد اللحاق بالعصر المعلوماتي أن ينشئ أجهته على تعلم الحاسوب وتقنياته ويوليهم لجاهبه التغييرات المتسارعة في هذا العصر. لذا فقد قامت بعض الدول بوضع خطط معلوماتية استراتيجية ومن ضمنها جعل الحاسوب وشبكة الإنترنت عنصراً أساسياً في المنهج التعليمي. وتختلف خطط إدخال المعلوماتية في التعليم تبعاً لاختلاف الدول. وعلى أي حال فإن التوجه العام حالياً هو الانتقال من تدريس علوم الحاسب الآلي نحو الاهتمام بالتخطيط لزيادة التدريس المعتمد على المعلوماتية عبر المناهج الدراسية.

تعديل الرسالة وبهذا يتم تعديل السلوك ويحدث النمو (تحدث عملية التعلم) >7 ولكن في العصر الحاضر يواجه التعليم التقليدي مفرداً بعض المشكلات مثل: - الزيادة الهائلة في أعداد السكان وما ترتب عليها من زيادة في أعداد الطالب. - قلة أعداد المعلمين المؤهلين تربوياً. - الانفجار المعرفي الهائل وما ترتب عليه من تشعب في التعليم.

القصور في مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب. فالمعلم ملزم بإنهاء كم من المعلومات في وقت محدد، مما قد لا يمكن بعض المتعلمين من متابعته بنفس السرعة. مع بروز مثل هذه المشكلات، فإن الحاجة تدعو إلى استخدام وسائل تعليمية تساعد على التخفيف من آثارها. التعليم باستخدام الحاسوب

يتمثل الحاسوب قمة ما أنتجت التقنية الحديثة. فقد دخل الحاسوب شتى مناحي الحياة بدءاً من المنزل وانتهاءً بالفضاء الخارجي. وأصبح يؤثر في حياة الناس بشكل مباشر أو غير مباشر. ولا يتبع به من مميزات لا توجد في غيره من الوسائل التعليمية فقد أتسع استخدامه في العملية التعليمية. ولعل من أهم هذه المميزات: التفاعلية حيث يقوم الحاسوب بالاستجابة للحدث الصادر عن المتعلم فيقرر الخطوة التالية بناءً على اختيار المتعلم ودرجة تجاوبه. ومن خلال ذلك يمكن مراعاة الفروق الفردية للمتعلّمين.

وفي مقال هذه الميزات هناك سبلات لاستخدام الحاسوب في التعليم من أهمها اقتفاده لتمثيل (الضمني) للمعرفة. فكما هو معلوم فإن وجود المتعلم أمام المعلم يجعله يتلقى عدة رسائل في اللحظة نفسها من خلال تعابير الوجه ولغة الجسم والوصف والإشارة واستخدام الإيماء وغيرها من طرق التفاهم والتخاطب (غير الصريحة) والتي لا يستطيع الحاسوب تمثيلها بالشكل الطبيعي.

لقد تباينت وتشعبت الآراء حول استخدام الحاسوب في التعليم بصفة عامة وكثفتية مستوردة - وما تحمله من

أقراص صلبة بحجم بوصة واحدة لمستخدمي الأجهزة الرقمية المحمولة

كشفت (ويسترن ديجيتال) (WD)، الشركة العالمية المتخصصة في تصنيع الأقراص الصلبة، مؤخراً عن إطلاقها لمجموعة الأقراص الصلبة بحجم بوصة واحدة. وتتزايد اعتماد مستخدمي التطبيقات الترفيهية الحديثة والتي يأتي من بينها مشغلات (MP3) (بي بي ٣) الصوتية وأجهزة المساعد الرقمي الشخصي والكاميرات الثابتة الرقمية وأجهزة الفيديو الرقمية على الأقراص الصلبة بحجم بوصة واحدة. وتحظى المنتجات التي تعتمد على أحدث التقنيات المتبركة في مجال التخزين المغناطيسي مثل الأقراص الصلبة بحجم بوصة واحدة بمعدلات طلب عالية في أسواق تكنولوجيا المعلومات التي تشهد العديد من التطورات التلاحقة والتي يزداد فيها التوجه لتبني أجهزة الفيديو الرقمية والكاميرات الثابتة وأجهزة الهاتف النقال بصورة كبيرة. وسابقاً ساهمت التطبيقات الترفيهية المحمولة في تعزيز التوجه لاقتناء أقراص التخزين الصلبة التي تتميز

بجمعها الذي يقل عن ٢.٥ بوصة. لكن حالياً وفي ضوء تنامي الإقبال على شراء الأجهزة الرقمية المحمولة المخصصة للأغراض الترفيهية، فإنه من المتوقع اعتماد العديد من هذه الأجهزة على أقراص التخزين الصلبة بحجم بوصة واحدة. وتتميز الأقراص الصلبة ذات حجم ١ بوصة بسرعة دوران ٢,٦٠٠ دورة في الدقيقة ويسعات تخزينية عالية تصل إلى ٦ جيجا بايت. وستتوفر مع هذه الأجهزة الجديدة الواجهة القياسية (سي. سي. CF II)، مما يتيح إمكانية ملامستها مع ملايين الأجهزة الرقمية المتوفرة حالياً والتي تتوافق مع بطاقات (سي. إف ١١) CF II إضافة إلى سهولة مكاملتها مع المنتجات التي سيتم طرحها مستقبلاً. وتعتمد أقراص التخزين بحجم بوصة واحدة على تقنية (ويسترن ديجيتال) المقاومة للحذف (antiskip technology) والتي تدعم لخاصية الاستماع إلى الشرائط الصوتية أو الفيديوية بعد تسجيلها من دون توقف. كما تتلاءم هذه الأقراص مع التقنيات المتقدمة لإدارة الطاقة من (ويسترن ديجيتال)، الأمر الذي يسمح بإطالة العمر التشغيلي للبطارية.



خلفية ثقافية - بصفة خاصة. ولعل علاج الأخيرة يكون بتوطين المحتوى، أي أن نستخدم الجهاز كأداة ونصمم له البرامج التي تتناسب مع ثقافتنا. وأما الأولى وما يصاحبها من سلبيات فلعل علاجها يكون بالانفتاح على استخدام الحاسوب بوصفه وسيلة مساعدة للمعلم. وهذا أحد الأشكال الثلاثة التي يستخدم فيها الحاسوب في التعليم، وهي: - التعلم الفردي: حيث يتولى الحاسوب كامل عملية التعليم والترتيب والتقييم أي يحل محل المعلم. - التعليم بمساعدة الحاسوب: وفيها يستخدم الحاسوب كوسيلة تعليمية مساعدة للمعلم. - بوصفه مصدراً للمعلومات: حيث تكون المعلومات مخزنة في جهاز الحاسوب ثم يستعان بها عند الحاجة. وقد يكون من الأفضل قصر استخدام الحاسوب في التعليم العام على الشكلين الأخيرين حيث أن التعلم لا يزال في طور البناء الذهني والمعرفي.

لقد أجريت دراسات في الدول المتقدمة حول مستوى التحصيل عند استخدام الحاسوب في العملية التعليمية، فتوصلت مجمل النتائج إلى أن المجموعات التجريبية (التي درست باستخدام الحاسوب) قد تفوقت على المجموعات الضابطة (التي لم تستخدم الحاسوب في التعلم). وقد توصلت دراسات عربية إلى النتائج السابقة نفسها، وفي المملكة العربية السعودية أجريت بعض الدراسات حول استخدام الحاسوب في تدريس بعض المقررات الدراسية، فتوصلت كذلك إلى النتيجة السابقة نفسها. ولقد شجعت هذه الدراسات على استخدام الحاسوب في التعليم، والذي أصبح في الوقت الحاضر أمراً مسلماً به بل وبدأ الحديث ومن ثم التخطيط لاستخدام الإنترنت في التعليم.

المصدر/ بحث من فوائد الإنترنت في التعليم للكاتب/ admin kadascoo@yahoo.com

الانتشار والتأثير في الشبكات الاجتماعية

كتب/ عاصم الشتوي

تويت أو النشر على الفيس بوك أو غيرها من مواقع المشاركة التي تشمل أكثر من ٢٠ شبكة اجتماعية. يضاف إلى ذلك محاولة تتبع مدى تأثير الأشخاص المستقلين لهذا المحتوى، أين هم وما الذي لفت انتباههم. ومن خلال مجموعة من الأدوات المجانية المعروضة في هذا الموقع يمكن للناشر الحصول على معلومات عن أفضل مقال بشكل عام عن طريق مقارنات بين مواضيع الناشرين وتحليل محتوى مواضيعهم، بأفضل مقال أو خبر متواجد في موقعه بشكل خاص. كما يساعد هذا الموقع في البحث عن أفضل المواقع والمواضيع والأخبار.

الجدير بالذكر أن PostRank انضمت حديثاً لمجموعة Google والذي يرتبط عليه تطوير الخدمات التي يقدمها هذا الموقع في مجال إحصائيات الشبكات الاجتماعية.

موقع "TwentyFeet" من خلاله يمكنك أخذ نظرة سريعة وعمامة على نشاط صفحاتك في الشبكات الاجتماعية

وإحصائيات متجددة حول آراء وتعليقات المتابعين على تويتر، مثلاً، أو مهما كان المحتوى على الشبكات الاجتماعية الأخرى يسمح بإضافة حساب واحد Twitter وحساب آخر Facebook مجاناً، وتكلفة إضافة حسابات إضافية أخرى هي \$٢,٥٠ سنوياً لكل حساب.

ما يميز به هو قدرته على جمع إحصائيات من جميع مواقع الشبكات الاجتماعية، سواء كان facebook, MySpace, YouTube, Twitter أو غيرها من أساليب نقل ونشر المحتوى مثل RSS Feed. لذلك يمكننا القول أنه عبارة عن حاصل مقاييس لجميع الشبكات الاجتماعية، عن طريق استخلاص البيانات وعرضها في رسوم بيانية تبين عدد المتابعين والمُعجبين وغير المعجبين والمعلقين على كل محتوى أو موضوع تقوم بطرحه خلال فترة زمنية محددة قد تكون يوم أو أسبوع أو شهر.

وليس هذا فقط... يقوم أيضاً بتزويدك بتوقعات حول نسبة زيادة أو نقصان المعجبين والمعلقين على محتلك في الفترة المقبلة. كما يمكنه إطلاعك على الأشخاص الذين انضموا لقائمة المتابعين أو الأشخاص الذين فقدت متابعيتهم لمواضيعك من خلال عرض هذه النتائج عند دخولك للموقع أو إرسالها إلى بريدك الإلكتروني.

قد تكون هذه الخدمات والمواقع غير كافية لدى البعض، في سبيل الحصول على معلومات ذات تفاصيل ودقة أكثر، أو بغرض أخرون أدوات وأساليب أخرى، فيمكنك الاستفادة بخدمات أخرى من خلال المواقع التالية: PeerIndex, EmpireAvenue, SproutSocial, Crowd-booster, Twylah, MyWebCareer, Appinions. كل هذه الأدوات والخدمات يمكن استخدامها في قياس مدى التأثير وقوة الانتشار، المفكرين والكتاب، المدونات، التسويق الإلكتروني للتطبيقات وغير ذلك، من يسعون إلى إيجاد ما يوفر لهم وصولاً وتأثيراً أكبر.

التأثير الاجتماعي لشخص ما، يحدث عندما نرى أثر أفكار هذا الشخص وأقواله أو تصرفاته وأفعاله في مجتمعه. وقد يكون مندرجاً تحت فنه وقدرته على الإقناع.. القدرة على إحداث تغيير في تفكير أو سلوك شخص ما، لجعله يتصرف أو يفكر بطريقة معينة. في عالم التسويق مثلاً داخل الشبكات الاجتماعية، يعد هذا التأثير بمثابة العملة، التي تزيد مستوى الوعي حول العلامة التجارية وتعزز قوتها.

الحصول على مستوى عالي من الاهتمام وجذب الانتباه، ووردو الأفعال الحقيقية أو ما يسمى بـ "Social Media Influence" من خلال المجتمع المترابط الشبكات الاجتماعية الذي يمثل المتابعين أو العملاء يتطلب الإجابة على الأسئلة التالية:

من هم المؤثرون وأصحاب النفوذ في المجال الذي أستهدفه وكيف يمكنني الوصول إليهم؟ ما هو رأيهم عن الحساب والعلامة التجارية أو السمعة التي أسعى لتحقيقها؟

كم عدد المتابعين في تويتر، كم عدد متابعي أخبار الحساب عن طريق تويتر وكم منهم يقوم بعمل ريتويت؟

مدى أثر صفحة الفيس بوك، هل تقوم ببناء العلاقات التي أطمح لها وتحقق أهدافي؟ مدى فاعليتها وانتشارها بالمستوى الذي أطمح إليه؟

قياس مستوى التأثير بدقة داخل الشبكات الاجتماعية ليس بالأمر السهل!.. حسناً، كيف يتم قياسها؟ وكيف يتم التحقق من جدوى هذه القياسات وصحتها؟

البعض يعتمد على عدد المتابعين في تويتر "followers"، أو عدد الذين سجلوا إعجابهم "Like" بصفحة فيس بوك، ولكن قد تكون هذه القياسات ليست دقيقة وكافية.

الآن يوجد العديد من الخدمات والأدوات التي توفر بيئة مناسبة وملائمة لقياس أعتي قياس التأثير داخل الشبكات الاجتماعية. هذه الأدوات تختصر الكثير من الوقت والجهد فهي تتيح معرفة مدى هذا التأثير على الناس وتبين مواقعهم وتقسيمهم حول العالم، منها ما يلي:

موقع "Klout" يقيس مدى التأثير بالاعتماد على استخراج ردود الأفعال، في كل مره تقوم بإنشاء محتوى أو ارتباطات يقوم "Klout" بقياس تأثيرها على المتابعين والزوار حسب ردود أفعالهم مبنياً القيمة على مقياس يتراوح بين 1-10، باستخدام بيانات من تويتر وفيس بوك ولينكران وفورسيكوير. بالإضافة إلى مستوى تأثير هؤلاء الأشخاص على متابعيهم ومداهم على ارتباطاتهم. أيضاً مبنياً القيمة على مقياس يتراوح بين 1-10، الجدير بالذكر أنه يتوفر إضافة لتصفح كروم وفابرفوكس من هذا الموقع.

موقع "PostRank" يقوم على مبدأ مراقبة ومتابعة وجمع البيانات حول الأحداث وتطبيقاتها، حدوث الارتباطات، حول المحتوى على شبكة الإنترنت، متى وأين تمت هذه الارتباطات أو التعليقات. مثل الإضافة إلى المفضلة أو عمل

الصحة والطب

إعداد/ تجود الزراعي

متأوجه. من الضروري تجنب قص الشعر بطريقة مستقيمة أو «كاريه قصير»، في المقابل يمكن تبنى القصات التي ينسدل فيها الشعر بشكل يعطي الأذن والجانب الخارجي من الفك مع بعض الكثافة أعلى الرأس.» المصدر: لهن

سبعة أخطاء تضيف العديد من السنوات إلى بشرتك

١- تخافين من الريتينويدات: بالرغم من وجود بعض الزاعم بأن الريتينويدات (أحدى مشتقات فيتامين أ) تعتبر من العناصر الضارة، إلا أن أطباء الجلدية يقولون أن كمية بسيطة في حجم شرة البازلاء عند فركها على الوجه تساعد في سرعة دوران الخلية، وإن تركيبات اليوم لطيفة بشكل كاف ومناسبة للبشرة الحساسة وإذا كانت بشرتك حساسة بشكل مفرط للغاية، فيمكنك إضافة القليل من الريتينول كل ليلة حتى تعود بشرتك تدريجياً على تحملها.

٢- لا تحمين كل جزء من بشرتك: كندكي من فرك اثنين ملطعة صغيرة الحجم من كريمات البشرة تركيز SPF 30 في جميع أنحاء وجهك ورقبتك ويديك وصدرك، ولا تنسى الأماكن ذات البقع والمعرضة للإصابة بسرطان الجلد.

٣- لا تتعاملين مع نوع بشرتك بشكل صحيح: يصبح الجلد أكثر جفافاً ونحافةً وأيضاً حساسية عند التقدم في السن، مما يعني أن المرطب المثالي الذي تستخدمينه اليوم قد لا يكون كذلك في وقت لاحق فالجفاف والدهني أو كلاهما قد يكونا من وصفات العناية بالبشرة الفعالة. لكن يوصي المتخصصون بالتفكير أيضاً في الأشياء الأخرى كالاحمرار والتجاعيد مثلاً.

٤- تتعاملين مع ندوب البالغين كحب الشباب: لا تظهر كل البثور بشكل متساوٍ، حيث إن حب الشباب هو دائماً نتيجة البلوغ والدهون المفرطة أما في حالة البالغين فقد يكون بسبب الإجهاد والتغيرات الهرمونية وحساسية الجلد المتزايدة.

٥- لعلاج البثور والعلاج الخاصة بالبالغين يمكن استخدام مطهر حمض الصفصاف المرطب مع المكونات الأخرى مثل الصويا، مستخلص الصويا، واستبدال كيميائية البيروكسيد الخاصة بك من ٥-١٠٪ إلى ٢,٥ فقط. وذلك لأن الكثير منه يسبب جفاف البثور ويحول دون اختراق الأدوية إلى ما تحت البشرة.

٦- تستخدمين بعض المنتجات في الوقت الخاطئ: احصلي على أقصى استفادة من تعزيز بشرتك من خلال إحداث بعض التغيرات في جدولك الزمني؛ فيمكنك استخدام مصادرات الأوكسدة في الصباح لحماية بشرتك طوال اليوم مع استعمال مستحضرات تقشير الوجه ومززات الكولاجين ليلاً لإعادة بناء الخلايا.

٧- ترعنين استخدام العلاجات المضادة للشحوخة: عليك البدء في توقع حدوث التغيرات حتى تتمكنين من تجنب الخطوط الدقيقة قبل ظهورها، وإذا اكتشفت بعض المناطق المجددة في بشرتك، ابدئي فوراً في وضع الأمصال والكريمات التي تحتوي على مزيج من البيبتيد في أسرع وقت ممكن.

٨- تتبعين اتجاهات العناية بالبشرة: هناك العديد من منتجات العناية بالبشرة المتوفرة بالأسواق، ولكن من الأفضل استخدام المنتج الذي تعرفينه جيداً أو على الأقل ما هو متفق عليه طبياً وإعلمي أن أحماض الألفا هيدروكسيد الريتينويدات والبيبتيدات مناسبة لمعالجة الخطوط الدقيقة والتجاعيد، أما حمض الصفصاف فيعمل لعلاج حب الشباب والشاي الأخضر يبدأ من الاحمرار فضلاً عن إمكانية فيتامين ك في إخفاء الهالات السوداء تحت العين وبعد أن تعرفنا على بعض الأخطاء التي تتسبب في شحوخة بشرتك بشكل أسرع مما نتخيلين، نستطيع أن نقول لك لا تبايسي حيث إن هناك العديد من الحيل التي تساعد في استعادة نضارة بشرتك مرة أخرى.

قصة شعرك يحددها وجهك وأسلوب حياتك

أول شرط للحصول على طه رائعة أن تكون قصة شعرك مناسبة لشكل وجهك أولاً وأسلوب حياتك وشخصيتك ثانياً. فالتناسق بين شكل الوجه وقصة الشعر من الأمور التي تصل بالمرأة إلى قمة الجمال. الخطوة الأساسية هي التعرف على شكل وجهك، قبل اختيار القصة التي لن تبرز جمالك فحسب، بل يمكن أيضاً أن تخفي بعض العيوب وتموه عليها. يقول خبير الشعر علاء الأسمر في حديثه مع صحيفة "الشرق الأوسط" أن "على كل فتاة أن تتعرف على شكل وجهها بشكل صحيح لتعرف القصة المناسبة لها، لهذا أنصح زبوناتي دائماً بالاعتماد عن اختيار قصة مجرد أنها أعجبتني في مجلة، أو لأنها المفضلة لدى النجمات".

واعترف بأن هناك وجوهاً يكون اختيار القصة المناسبة لها محيراً وصعباً، بينما هناك وجوه على النقيض تماماً، لكن على العموم يمكن اتباع بعض القواعد الذهبية قبل أن تقع الفأس في الرأس:

الوجه البيضاوي تعتبر صاحبة الأكثر حظاً، لأنه المثالي لجميع القصات، وبالتالي لا يلزم صاحبة بقصة معينة سواء قصاً طويلاً أو قصيراً. نقطة قوته تكمن في أن يتميز بتساوي عرض الجبهة مع عرض الفكين، لكن من المهم تجنب ترك الشعر مسدداً على وجهك، لأن هذا يخفي شكله وقد يعطيه حجماً أكبر. الوجه الطويل يمكن التمسويه عليه بخلق بعض العرض الوهمي من خلال غرة محددة تغطي نصف الحواجب. إذا شعرت بأنها تضفي عليك مظهراً قاسياً، فلا بأس من إضفاء بعض التماوج عليها. قصة الكاريه، بغرة مفروقة على الجانب يمكن أيضاً أن تعطي مظهراً رومانسياً. أما إذا كنت جريئة فيمكنك قص شعرك قصيراً جداً من الخلف، على أن تكون الغرة كثيفة وتغطي الجبهة، مثل المغنية ريهانا.

الوجه المستدير وهو بحسب الأسمر الشكل السائد في أغلب الوجوه العربية. وما يتناسب معه هو خلق انطباع بأنه يميل إلى البيضاوي. في هذه الحالة يمكن تجربة قصة شعر تكون إلى أسفل الذقن، على أن تبقى قريبة من الوجه من الجوانب الشعر، وتكثيف الشعر من أعلى الرأس ليبدو الوجه أطول وانحف، مع إضافة بعض خصلات الشعر القصيرة والمتدرجة حول الوجه لتضفي عليه مزيداً من الطول.

وعلى صاحبات هذا الشكل تجنب تجعيد الشعر أو جمعه وشده إلى الخلف أو اللجوء إلى غرة كثيفة إلا إذا كانت مفروقة من الجانب.

لأنه يتميز بجبهة كبيرة ونقن طويل، تُصح صاحبة بأن تزيد من عرض الوجه ليتناسب مع الطول. كان تتبنى قصة شعر قصيرة إلى متوسطة، مع إضافة بعض الخصلات المتدرجة من الجوانب، وتجنب تطويل الشعر لأنه سيؤدي من هذه الاستطالة غير المستحبة أحياناً.

الوجه الماسي ويتميز بجبهة ضيقة وفك عرضي، وأفضل ما ينصح به لصاحبة هذا الوجه هو أن تكون الشعرية دائرية، والقصة على الجبهة بشكل للحصول على شكل بيضاوي. لا بأس من تجربة تسريحات متماوجة أو متدرجة بطول الذقن، أو اللجوء إلى قصة «الكاريه» التي تكون بمحاذاة الذقن لكي تمنح الوجه مظهراً متوازناً وتحقق الهدف المنشود، وهو تحفيف الذقن وتعريض الجبهة. الشعر المجدد مناسب في هذه الحالة، مع إمكانية إضافة بعض الخصلات الخلفية على جانبي الوجه. لكن ينصح بالاعتماد عن القصات التي تستدعي لف أطراف الشعر إلى أعلى، فهي تزيد من ظهور عرض الفكين.

الوجه المربع من الأشكال الصعبة، وغالباً ما تصاب صاحبة بخيبة أمل إذا لم تتوخ الحذر. فشكل الوجه هنا يحتاج إلى تلميح خطوطه وتنعيمه بإعطائه استدارة خفيفة. لهذا يفضل تركه طويلاً ومسدداً على الوجه من الجوانب لتخفيف من عرض الجبهة والفكين، ويفضل أيضاً اختيار قصات قصيرة إلى متوسطة، وأن تكون الخصلات

