

3
الدليل الثالث
الجزء الأول والثاني

إعداد:
نخبة من المختصين والمختصات

الإشراف العام:
الدكتور / عبد الله بن ناصر السدحان
المستشار الاجتماعي
1429 هـ - 2008 م

دليل الارشاد الأسري

أبرز المشكلات الأسرية
وكيف يتعامل معها المرشد



دليل الإرشاد الأسري ٣

(أبرز المشكلات وكيفية التعامل معها)

القسم الأول

شارك في الإعداد*

الدكتور/ إبراهيم بن حمد النقيثان	الدكتورة/ عائشة بنت سفر الشهراني	الدكتور/ محمد بن عبد الله الدويش
الدكتورة/ أسماء بنت عبد العزيز الحسين	الدكتور/ عبد الرحمن بن محمد الصالح	الدكتورة/ منيرة بنت عبد الله القاسم
الدكتورة/ الجوهرة بنت إبراهيم بوشيت	الدكتور/ عبد العزيز بن عبد الله المقبل	الأستاذة/ مها بنت عبد الله العومي
الدكتور/ حمود بن فهد القشعان	الأستاذ الدكتور/ علي بن عبد الله البكر	الأستاذة/ نورة بنت محمد الصفيري
الدكتورة/ سلطنة بنت محمد معاد	الدكتور/ عمر بن إبراهيم المديفر	الدكتورة/ هدى بنت عبد الرحمن السبيعي
الدكتور/ سليمان بن عبد الرزاق الغديان		الدكتورة / وداد العيسى

المراجعة العامة

الأستاذ الدكتور/ صالح بن محمد الصغير

الأستاذ الدكتور/ محمد بن مسفر القرني

أستاذ علم الاجتماع بجامعة الملك سعود

رئيس قسم الخدمة الاجتماعية

والمستشار بوحدة الإرشاد الاجتماعي

بجامعة أم القرى - مكة المكرمة

الإشراف العلمي والتحرير

الدكتور/ عبد الله بن ناصر السدحان

المستشار الاجتماعي

* تم ترتيب الأسماء أبجدياً

جميع الآراء والأفكار الواردة في هذا الدليل تُعبر عن وجهة نظر كاتبها

٢

عبدالله بن ناصر السدحان، ١٤٢٨هـ
فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر
السدحان، عبدالله بن ناصر
دليل الإرشاد الأسري ٣ / عبدالله بن ناصر
السدحان: الرياض ١٤٢٨هـ
ص ٣٠٤ - ٢١ × ٢١ سم
ردمك ١ - ٣٢٢ - ٤٤ - ٩٩٦
١ سررة ٢ - ال سررية
أ - العنوان
ديوي ٣١٠، ٤٢

١٤٢٨/٧١٨١

رقم الإيداع : ١٤٢٨/٧١٨١

ردمك ١ - ٣٢٢ - ٤٤ - ٩٩٦

الطبعة الأولى

١٤٢٩هـ - ٢٠٠٨م

حقوق الطبع محفوظة لمشروع ابن باز
الخيرى لمساعدة الشباب على الزواج
ومؤسسة سليمان بن عبدالعزيز الراجحي الخيرية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مقدمة

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله.. وبعد

لقد كان لظهور الجزء الأول من سلسلة (أدلة الإرشاد الأسري) عام ١٤٢٥هـ والذي كان بعنوان (الإرشاد الهاتفي) الأثر الطيب على الساحة الإرشادية داخل المملكة العربية السعودية وخارجها، وكان له صدى مبارك لدى كثير من المختصين، وكذلك من الممارسين للإرشاد الأسري في المملكة وفي دول الخليج، فكان أن تبعه الجزء الثاني من سلسلة الأدلة وهو بعنوان (الإرشاد بالمقابلة)، وحاز القبول والرضا ولله الحمد، وهذا ما دفعنا إلى المضي قدماً في هذه السلسلة من الأدلة الإرشادية، فكان هذا الجزء الثالث الذي يتناول المشكلات الأسرية الشائعة بين الأسر في المملكة وذلك بحسب انتشارها في المجتمع، ومحاولة شرح هذه المشكلات، وكيفية حدوثها في الأسرة، وسبب وقوعها والآثار المترتبة عليها إذا تركت دون تدخل إرشادي أو علاجي، تبعه الحديث عن توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل معها.

ولقد تمّ رصد المشكلات الأسرية الأكثر انتشاراً بطرق علمية، ومنها: عدد من الدراسات العلمية المنشورة، وغير المنشورة، وبعض التقارير المتخصصة، إضافة إلى استبيانات تمّ توزيعها على المرشدين الأسريين في المملكة ومن المصادر التي تمّ استخلاص أبرز المشكلات الأسرية منها ما يلي:

(١) دراسة (ظاهرة الطلاق في المجتمع السعودي) للأستاذ الدكتور/ سليمان العقيل.

٢) دراسة (الخلافات الزوجية في المجتمع السعودي) للأستاذ/ عبد العزيز الجهني، وهي رسالة ماجستير.

٣) دراسة بعنوان (الزواج في المملكة العربية السعودية) للدكتور/ علي الرومي، والدكتور/ عبد الله الصائغ.

٤) دراسة استقصائية لأبرز المشكلات الأسرية قامت بها الدكتورة/ أسماء الحسين.

٥) تقرير صادر عن (مركز مودة الاجتماعي للإصلاح والتوجيه) في جدة.

٦) استبيانات تم توزيعها على أكثر من ٢٠ ممارساً للإرشاد الأسري.

وقد تم حصر هذه المشكلات الأسرية الأكثر انتشاراً في المملكة سواء كانت المعاناة

فيها معاناة الزوج أم الزوجة، ومن ثم تم ترتيبها بحسب أولويتها، لتأتي على النحو الآتي:

١) العصبية والعنف من قبل الأزواج.

٢) غياب الزوج عن البيت والسهر خارج المنزل.

٣) الغيرة المفرطة من قبل الزوجات.

٤) البخل وعدم النفقة على الأسرة.

٥) خيانة الزوج الجنسية.

٦) البرود العاطفي لدى الزوج.

٧) تعاطي المسكرات أو المخدرات.

- ٨) الزوج الشكاك (الشك المرضي).
- ٩) عدم القيام بالواجبات الدينية (الصلاة).
- ١٠) عناد الزوجة وعصبيتها.
- ١١) استغلال الزوجة مادياً.
- ١٢) إدمان مشاهدة الأفلام الإباحية.
- ١٣) عدم العدل في التعداد.
- ١٤) تخلي الأب عن مسؤولية تربية الأبناء.
- ١٥) الصمت في الحياة الزوجية.
- ١٦) المعاكسات الهاتفية لدى الأزواج.
- ١٧) عدم تفهم الزوجة لاحتياجات الزوج
- ١٨) عدم تفهم الزوج لاحتياجات الزوجة

وإن من دواعي السعادة هذه المشاركة المتنوعة في التخصصات، فهناك - ولله الحمد - تسعة من المختصين والمختصات في مجال علم النفس، كما شارك ثمانية من المختصين والمختصات في علم الاجتماع والخدمة الاجتماعية، بالإضافة إلى أربعة من المختصين والمختصات في التربية. ومما يميز هذا الجزء مشاركة العديد من المختصين من مختلف مناطق المملكة، بالإضافة إلى مشاركة الدكتور/ حمود بن فهد القشعان، والدكتورة/ ودداد العيسى من دولة الكويت الشقيقة، ومشاركة الدكتورة/ هدى السبيعي من دولة قطر.

لقد حرصنا على استكتاب نوعية معينة من المختصين وهم ممن لهم سابق خبرة في الإرشاد الأسري سواء بالهاتف أو عن طريق مواقع الانترنت أو الإرشاد المباشر، كما كان هناك حرص على مشاركة المختصين من الجنسين حيث يتم طرح بعض المشكلات من وجهة نظر الرجل، ومرة أخرى من وجهة نظر المرأة ليحصل الإثراء الحقيقي للموضوع وتكامل جوانب الإيضاح فيه، مما جعل المعلومات التي قدمها هذا الدليل ثرية وعلمية مرتكزة على الجانب التطبيقي، بالإضافة إلى تعزيزها بالممارسة العملية والجوانب التنفيذية من خلال الإرشاد والتعامل مع المسترشدين بشكل شبه يومي.

ولا يسعني في تمام هذه المقدمة إلا أن أتقدم بالشكر الجزيل والعرفان الكبير إلى مؤسسة سليمان بن عبد العزيز الراجحي الخيرية لرعايتها هذا المشروع العلمي وعلى رأسها فضيلة الشيخ/ عبد الرحمن بن عبد الله الراجحي أمين عام المؤسسة ونائبه الشيخ/ صالح بن سليمان الهبدان والأخ الفاضل/ عبد الله بن عبد العزيز الخريجي فلقد جعلوا تلك المؤسسة المباركة تتجاوز حدود الدعم التقليدي للعمل الخيري من خلال التنوع في الدعم وتلمس مواطن الاحتياج في المجتمع، والشكر يتواصل إلى جميع الإخوة والأخوات الذين شاركوا بالكتابة في الدليل ومراجعته وإلى جميع اللجان العاملة في (مشروع أدلة الإرشاد الأسري) الذي صدر منه الآن ثلاثة أجزاء وفي الطريق أجزاء أخرى بإذن الله، والشكر يتواصل لمشروع ابن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج لدعمهم هذه الأدلة منذ أن كانت فكرة وحتى صدرت منه هذه الأجزاء، وأخص منهم الجندي المجهول في هذه

الأدلة الأخ الفاضل/ عبد الإله بن سعد الصالح مدير إدارة الخدمات الاجتماعية بمشروع ابن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج، على جهوده الكبيرة التي جعلت هذه الأدلة ترى النور مما أرجو معه أن يكتب الله له الأجر الجزيل.

وعوداً على بدء فهذا المشروع (مشروع أدلة الإرشاد الأسري) بجميع أجزائه التي صدرت والتي سوف تصدر ما هو إلا خطوة أولى على الطريق الطويل لتنشيط العمل الاجتماعي في المجتمع والإرشاد الأسري فيه. منتظرين الخطوات التالية، وهي الدورات التدريبية وورش العمل التي سوف تُقدم لممارسي الإرشاد الأسري وهو طريق طويل وشاق ولكنه يسير على من يسره الله له.

بارك الله في الجهود وسدد الخطى، ونفع بالدليل وأثاب على من بذل فيه جهداً وشكراً لمن أسدى نصحاً أو سد خُلة، إنه سميع مجيب وبالإجابة جدير صلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

المشرف العام على الدليل

د. عبد الله بن ناصر السدحان

الرياض فاكس: ٤٧٣٩١٧٧

E-mail: ansadhan@yahoo.com

في البدء كلمات

إن مما يجب التواصي به من قبل المختصين والممارسين في مجال الإرشاد الأسري قبل قراءة هذا الدليل الحديث عن عدد من المنطلقات الأساسية التي تعين المرشد عند التعامل مع المشكلات الزوجية، فلا بد من إيضاح بعض القواعد الأساسية التي يجب مراعاتها والأخذ بها مع كل الحالات وتعد بمثابة الأساس لأي عملية تداخلية سواء كانت إرشادية هاتفية أم إرشادية تقابلية ومن ذلك:

١- لا يمكن فهم أي مشكلة بشكل جيد وكاف من خلال أحد الأطراف. لكن بما أن الغالب أن المتصل هو أحد الزوجين، وليس كلاهما، فلا بد من التعامل مع هذه الحقيقة بأقصى واقعية ممكنة مع عدم إهمال الصورة الأشمل للمشكلة ومحاولة استكشافها ولو عن طريق المتصل فقط، مما يتم به هذا الأسئلة العامة المفتوحة غير الإيحائية مثل ما صفات زوجك؟ أو زوجتك؟ كيف تصفين زواجكم؟، بدلاً من طرح أسئلة مغلقة مثل: هل يغضب زوجك كثيراً؟ هل أنتي عصبية؟، وكذلك هناك ما يسمى بالأسئلة الانعكاسية والتي من خلالها يستطيع المرشد فهم الواقع الأسري بشكل غير مباشر وكذلك غير منحاز بقدر المستطاع مثل: كيف تتصرفين إذا غضب زوجك؟ كيف يحس زوجك حينما تصرخين في وجهه؟ ما أفضل جوانب علاقتكم؟، وهذه الأسئلة أيضاً لها فائدة إرشادية كونها تجعل الطرف المتصل يعيد التفكير

في بعض تصرفاته، ويزداد وعيه بكيفية تصرفاته وردود فعله، والمقصود هنا بلغة أخرى أن لا نقصر - كون المتصل أحد الأطراف - في بذل أقصى الجهد في الوصول إلى فهم محايد ومستوى أفضل للصورة الشاملة للأسرة ووضعها من خلال أسئلة استقصائية ذكية، وهذا النوع من الأسئلة سبق توضيحه بتفصيل كبير في الفصل الثالث من الجزء الثاني من (دليل الإرشاد الأسري: الإرشاد بالمقابلة).

٢- كل حالة (استرشاد) لها ظروفها الخاصة سواء من حيث الشخصية أو طبيعة العائلة أو الظروف العامة والخاصة أيضاً ولهذا يجب الحذر من وضع المشكلات في قالب واحد، أو نموذج واحد لأن هذا يؤدي إلى فشل العملية الإرشادية، بينما الحقيقة أن لكل بيت ظروفه ولكل أسرة مكوناتها ولكل حالة مسترشد خصائصها المختلفة جداً عن الآخرين، ومن المعروف عالمياً أن المرشد يجب أن يكون حذراً من الصورة الذهنية التي تقبع في ذهنه وتجعل إرشاده مرتبطاً بأفكاره حول المشكلة، وليس بواقع المشكلة نفسها، والبديل هو محاولة الفهم وطرح الاحتمالات مع المتصل لفتح آفاق ذهنه لكل الممكن من التعليلات والحلول، وأما تقديم رؤية تشابه ما يدور بين العامة والشائع من التبرير والتعليل فهذا ليس هو الهدف من العملية الإرشادية التي نرجوها لأن المسترشد يستطيع أن يجد هذه الأجوبة النمطية في أي مكان بدون الحاجة لمرشد متخصص أو مدرب على الإرشاد أو مفرغ ومدعوم لأداء العملية الإرشادية.

٣- الحذر من وضع حلول مباشرة وسريعة للمشكلات الأسرية، لأن الحلول المباشرة والسريعة لابد إنها طرأت على ذهن المسترشد بدون اتصال، فهي غالباً سهلة الابتكار ومعلومة بسهولة، بل قد يكون جربها أو يعتقد أنه جربها لكنه ينتظر من المرشد الإرشاد إلى حلول أفضل من الحلول البسيطة والسريعة، والحل الأفضل والإرشاد الأنسب يمكن الوصول إليه إذا أخذت العملية الإرشادية حقها من وقت المرشد وجهده وتفكيره وخلاصة خبرته، وهذا بلاشك يعود إلى خبرة المرشد المكتسبة جراء الممارسة.

٤- يجب تذكر أن كل حل أو خطوة عملية تنفيذية لعلاج مشكلة يصل إليها المسترشد هي خير من أي نصيحة مباشرة يوجه بها المرشد المسترشد، فالإرشاد ينبني على مساعدة المسترشد، في التفكير وطرح خيارات متعددة أفضل مما هو في ذهنه وكذلك فتح ذهن المرشد وتفكيره لاحتمالات عدة يتوصل إليها بشيء من التفكير المنطقي، وكلما كانت الاحتمالات والحلول نابعة من تفكير المسترشد، بعد استشارة المرشد فيها كانت أنجح وأنجع في الوصول لحال أفضل بإذن الله.

٥- إن ما يُذكر في نهاية استعراض كل مشكلة تحت عنوان (توجيهات عامة للتعامل مع المشكلة) لا يخرج عن معنى هذه العبارة بدقة فهي توجيهات عامة للمرشد تساعد في فتح آفاقه للتعامل مع المشكلة وتثير له بعض الجوانب التي قد تغيب عنه، ويجب

ألا تكون قالباً واحداً نعامل به جميع الحالات التي نرشد بها، فهي لا تعدو أن تكون موجّهات عامة كما ذكرت تحديداً.

٦- الحرص على استحضار النية في هذا العمل المبارك الذي نمارسه كمرشدين وهو إصلاح ذات البين وليكن قول الله عز وجل: ﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِنْ نَجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاةِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا﴾ (النساء: ١١٤) نصب أعيننا، مستشعرين حديث الرسول صلى الله عليه وسلم (إنما الأعمال بالنيات) فما أجمل أن يقترن احتساب أجر العمل بالعمل، وما أعظم ثمرته ونتيجته عندما نقرب كثيراً من تصفية النوايا لهذه المهمة العظيمة والسعي لتجريد الجهود من حظوظ النفس والهوى أو الشهرة لكي يبارك الله في العمل ويعظمه وإن كان قليلاً. وحسبنا في هذا حديث المصطفى عليه أفضل الصلاة والسلام الذي يقول فيه: (المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يُسلمه، ومن كان في حاجة أخيه كان الله في حاجته، ومن فرّج عن مسلم كربة فرّج الله عنه كربة من كربات يوم القيامة، ومن ستر مسلماً ستره الله يوم القيامة) (رواه البخاري ومسلم) والحديث الآخر عنه صلى الله عليه وسلم الذي يقول فيه: (من نفّس عن مؤمن كربة من كرب الدنيا نفّس الله عنه كربة من كرب يوم القيامة، ومن يسر على معسر يسر الله عليه في الدنيا والآخرة، ومن ستر مسلماً ستره الله

في الدنيا والآخرة، والله في عون العبد ما كان العبد في عون أخيه) (رواه مسلم)،
 وحين يستحضر المرشد النية الصالحة في عمله فإن ذلك يجلب له آثاراً عدة منها:
 أنه يُؤجر على كل ما يقوم به وما يبذله من جهد ووقت، فضلاً عن كونه يستمتع
 بعمله ويشعر من خلاله بالرضا والإنجاز.

٧- يجب أن يحرص المرشد على البعد عن الاسترسال فيما لا يليق من الألفاظ،
 فإنه قد ترتبط بعض الاستشارات بقضايا زوجية ذات خصوصية، وقد تسترسل
 المسترشدة في حديثها فتتجاوز إلى الدخول في تفاصيل لا يليق أن تتحدث فيها
 مع رجل أجنبي، كما أن الفضول قد يقود المرشد إلى الاسترسال في الحديث أو
 السؤال أو حث المسترشدة على الإفراط في تفاصيل غير لائقة. وهذا فيه خروج عن
 الأدب الشرعي، وقد أمر الله تبارك وتعالى كلاً من الرجل والمرأة بمراعاة الحشمة
 والأدب حين يحتاج كل منهما إلى التعامل مع الآخر، فقال في حق النساء ﴿فَلَا
 تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلًا مَعْرُوفًا﴾ (الأحزاب: ٣٢).
 والشیطان حريص على إغواء المرء وفتنته، لذا فهو يقوده عبر خطوات، فقد يُوهَم
 الشخص بأن من المصلحة التعرف على تفاصيل وأمور زوجية، وما يلبث أن يتدرج
 به حتى يقوده إلى دائرة المحذور. كما يجب التأدب في الألفاظ، فإن اختيار الألفاظ
 دليل على أدب صاحبها وحشمته، وقد كان العرب يستخدمون التكنية عما يستقبح

ذكره في حديثهم، والتأدب في الألفاظ علاوة على ما فيه من الالتزام بالمنهج الشرعي فهو دليل على عفة صاحبها وحسن خلقه، وهو أبعد عن الوقوع في الفتنة والحرام، لذا فمن المهم أن يراعي ذلك المرشد في حديثه مع المسترشدين، وبخاصة المسترشدات، خاصة حين يدور الحديث حول ما لا يليق التصريح به، فهذا فيه تربية وتوجيه غير مباشر للمسترشد، كما أن فيه إشاعة لجو الحشمة والمحافظة، وإبعاد عن مداخل الشيطان وطرقه.

٨- آخرأ وليس أخيراً لعله مما تحسن الإشارة إليه أنه يرد في الدليل الذي بين يديك كثيراً كلمة المرشد وهي تشمل معناها الأشمل أي (المرشد والمرشدة)، كما ترد كلمة المسترشد، ويقصد بها الجنسين (المسترشد والمسترشدة) وذلك بحسب السياق في النص، وهذا مما تجب ملاحظته حين تصفح الدليل.

د. عمر المديفر - د. عبد الله السدحان

والله الموفق

المشكلة الأولى
العصبية والعنف من قبل الأزواج
شارك في كتابتها كل من:

(١) أ. نورة بنت محمد الصفيدي

(٢) د. سلطنة بنت محمد معاد

(٣) د. الجوهرة بنت إبراهيم بوبشيت

العصبية والعنف من قبل الأزواج

أ. نورة الصفيدي

تعريف المشكلة:

عادةً العصبية الشديدة والعنف متلازمان كالتوأم في العلاقات الزوجية فليس هناك عنف بدون عصبية، وعادةً العصبية تؤدي للعنف في شكله النفسي والبدني، لهذا فالعصبية أو الغضب نستطيع تعريفها من خلال تلك النوعية من العلاقات الزوجية التي يثور بها الزوج لأنفه الأسباب وخلال فترة ثورته يمكن أن يتلفظ بألفاظ جارحة كالسب واللعن والشتم والتحقير أو يقوم بأفعال مؤذية كالضرب أو الصفع باليد أو الركل... إلخ، وفي بعض الحالات يدخل الزوج في نوبة غضب لا شعورية حيث يتوقف العقل عن التفكير ولا يرى أمامه سوى الغضب الشديد فيوجهه نحو الآخرين حيث تكون الضحية الزوجة أو الأولاد. في هذه النوعية من العلاقات تكون الزوجة في حال خوف مستمر وقلق وترقب من دخول الزوج بنوبة غضب شديدة أو مفاجئة، ولهذا تكون الزوجة في محاولة مستمرة لإرضائه وتشعر وكأنها تمشي في أرض ملغومة.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

عندما تأتي الزوجة طالبة المساعدة في علاقتها الزوجية فهي لا تفصح عن مشكلة

الغضب والعنف الذي يمارسه الزوج، بل تجدها تناقش أعراضها أو نتائجها السلبية وكيفية علاجها من دون ذكر المشكلة الحقيقية، فمن خلال تجربتي تعاملت مع العديد من الحالات التي جاءت تشتكي من الخوف المرضي أو نوبات الهلع أو الاكتئاب والحزن غير المبرر وحالات قلق شديد وأيضا شعور بعدم الثقة والأمان وعدم الكفاءة بدور الأمومة وهذا يحدث لعدة أسباب:

- الشعور بالعار والذل من الاعتراف بأنها ضحية عنف زوجها وغضبه.
 - لوم نفسها واعتقادها بأنها هي من تسبب ذلك لنفسها، وتجعل الزوج يغلط عليها كنتيجة للعب الزوج «لعبة اللوم».
 - وجودها في مرحلة إنكار نفسي، فتعتقد بأن عدم الاعتراف بوجود المشكلة يعنى اختفاءها.
 - عدم مقدرتها على الاعتراف بالمشكلة لما تحمل في طياتها من ألم وغضب مكبوت ممّا تخشى معه بأنها لا تستطيع التعامل معه أو التحكم فيه.
 - ترددها في الاعتراف لخوفها مما ينتج عنه من مسؤوليات التغيير وحل المشكلة.
- لهذا، ينبغي على المرشد ألا يفترض بأن الزوجة التي تكون ضحية للعنف ستبادر بطرح المشكلة على طاولة النقاش، بل يجب أن نكون يقطين لكشف الأعراض وقراءة ما بين السطور وإرهاف السمع لنبرة الصوت و تعابير الوجه، والتي يمكن أن تدل على وجود هذه

المشكلة مخفية ولا نكتفي بالسؤال بشكل عام عن طبيعة العلاقة الزوجية ونأخذ إجابة المسترشدة الإيجابية كحقيقة مطلقة لا تحتاج للمزيد من البحث والتحري، بل أحيانا نحتاج لطرح السؤال بشكل مباشر. ففي إحدى الحالات التي تعاملت معها و كانت سيدة في الأربعينات من العمر ربة منزل ولديها ستة أطفال وتحمل شهادة الثانوية كانت تعاني من نوبات هلع شديدة منذ ١٦ سنة و بَحَثْتُ عن العلاج لدى أكثر الأطباء النفسيين شهرة، وكانت تتناول العديد من الأدوية النفسية، وخضعت للعديد من الجلسات الاستشارية، وقبل حضورها إليّ كانت تعالج عند زميلة أخرى وكنت ألحظ تواجد زوجها المستمر معها في الجلسات، وكان حريصاً على إحضارها للجلسات على الرغم من التكلفة المادية. كما إنني لاحظت حرصه على معرفة مجريات الجلسات.

عندما أتت إليّ بدأت معها منذ البداية؛ من نقطة الصفر من طفولتها و والديها وأساليب التربية المتبعة وأي أحداث مأساوية عايشتها أو فقدانها لأشخاص عزيزين عليها، وكيف كانت مراقبتها؟ ومتى بدأت خبراتها الأولى مع المرض النفسي؟ وهكذا. ومن ثم انتقلت لعلاقتها الزوجية فأكدت بأن زوجها إنسان رائع وتقدر له صبره عليها وعلى مرضها طيلة تلك السنوات، وكان بالإمكان تصديق ذلك لحرصه على مرافقتها وتكفله بمصاريف علاجها، فأخذت الأمر كما وصفته لكنني بدأت أسألها عن الزوج كأب وكأخ فبدأ لي بأنه إنسان شديد العصبية وتتناه حالات غضب يفقد خلالها السيطرة على نفسه، ويمكن أن

يؤدي من أمامه فقد ذكرت لي موقفاً مفاده أنه في إحدى نقاشاته مع ابنه المراهق والوحيد والذي تأخر خارج المنزل أصيب بنوبة غضب شديدة فقد فيها السيطرة على نفسه وقام بخنق ابنه الوحيد حتى أوشك على الموت... هنا عدت لسؤالها عن مشاعرها تجاهه. وهل تخشاه أم تخاف منه؟ وهل كانت ضحية لإحدى هذه النوبات؟ هنا اعترفت المسترشدة مؤكدة بأنها المرة الأولى في حياتها تذكر ذلك لمختص بخوفها الشديد وعدم شعورها بالأمان مع زوجها، وأنها تخشى أن يؤديها نفسياً وجسدياً عندما يغضب، كما أنه دائماً يعرضها لمواقف تقزعها وتثير الرعب بداخلها مما جعلها تعاني من قلق شديد واكتئاب لمدة طويلة أدى بالتالي إلى نوبات هلع. وهذه حالة فقط من مجموعة من الحالات التي يفضل الاختصاصيون في معرفة المشكلة الحقيقية فيها ويبدأون بالتركيز على معالجة أعراضها أو نتائجها تاركين السبب الأساس أو لب المشكلة خلفه.

لهذا، فالمسترشدة أحياناً تتعمد إخفاء مشكلة العنف الزوج وعصبيته لشعورها بالعار أو الخجل أو الخوف أو هي جميعاً من الزوج إن هو علم بالأمر، أو لأنها تلوم نفسها. وأحياناً تقوم المسترشدة بذلك بسبب عدم إدراكها للعلاقة الرئيسة والمباشرة بين ما تعانيه من متاعب نفسية وبين طبيعة علاقتها الزوجية. كما أن بعض المرشدين يقع في خطأ التقليل من أهمية وخطورة بعض مواقف التهديد أو السب التي تذكرها المسترشدة في مجرى حديثها ويجعلها تسقط ما بين الثقب.

لهذا هناك بعض الدلائل التي تساعد المرشد على معرفة وجود العصبية والعنف في العلاقة الزوجية منها:

- ١- معاناة المسترشدة من حالات اكتئاب وحزن وأحياناً قلق شديد وفترات طويلة.
- ٢- توتر العلاقة الزوجية ووجود فترات انفصال على مدى الحياة الزوجية من دون إعطاء مسببات واضحة ومحددة.
- ٣- الرغبة في الطلاق والشعور بعدم الرضا وعدم الرغبة في الاستمرار مع عدم ذكر أسباب واضحة ومقنعة لذلك.
- ٤- ضعف واضح في شخصية المسترشدة وسلبية في التعامل مع تحديات الحياة من مشكلات تربية الأطفال أو الأقارب ينبع من ضعف الثقة بالذات.
- ٥- خوف واضح من الزوج ومن ردود أفعاله تجاه أفعالها أو تصرفاتها.
- ٦- انتياب الزوجة حالات غضب وعنف شديدة لا تتوافق أحياناً مع طباعها تكون موجهة للأضعف وعادة ما يكون هؤلاء الأطفال أو العاملة المنزلية أو جميعهم.
- ٧- العزلة الاجتماعية والوحدة حيث يلاحظ المرشد بأن المسترشدة معزولة عن حولها ولا يوجد لها نظام دعم نفسي حتى مع أقرب الناس لها، وهذا إما أن يكون بسبب عزل الزوج لها، أو هروباً منها من مواجهة الآخرين حتى لا يكتشفون أمرها.
- ٨- وجود مشاعر غضب مكبوت تجاه الزوج ورغبة جامحة في الانتقام منه.

٩- تبرير آثار الكدمات على جسد المسترشدة وفي أنحاء متفرقة مبررة ذلك بالسقوط أو التعثر بأشياء معينة.

١٠- فقدان الإحساس بالمتعة الجنسية وعدم الشعور بالرغبة في المعاشرة الجنسية.

١١- تدني مستوى اهتمام المسترشدة بمظهرها العام وجسدها وجمالها.

١٢- معاناة الأطفال من بعض المشكلات النفسية والسلوكية والدراسية وخصوصاً عندما تكون نوبات الغضب للزوج بمرأى منهم، فتجد بعضهم بدأ مستواه الدراسي في التدني، وآخرين يبدأون بالمعاناة من مشكلات عضوية مسبباتها نفسيه (قولون عصبي، صداع نصفي، تبول لإرادي) كما تتسم شخصياتهم بالانطوائية والعدائية في التعامل.

فيجب على المرشد أن يرى الحالة مثل (أحجية اللغز) كل كلمة وكل معلومة وكل سؤال يعد قطعة من هذه الأحجية، والإجابة عليها تساعد على اكتمال الصورة وبالتالي فهمها، لهذا يجب على المرشد أن لا يترك حجرة ألا ويقلبها ولا جانب من جوانب حياة المسترشد ألا ويستوضحها، فهناك بعض المرشدين يقع في افتراض بأنه عندما تأتيه مشكلة طفولة فإن طبيعة العلاقة الزوجية بين الوالدين غير مهمة ولا يجب استثمار الوقت في التركيز عليها ودراستها وهذا خطأ فادح، لأن معظم السلوكيات السلبية لدى الأطفال تكون انعكاساً للجو الأسري الذي يعيشه الطفل - وخصوصاً العلاقة بين الزوجين - ولا

يجب على المرشد توقع أن المسترشد سوف يأتي طالباً للاستشارة وهو مدرك لمشكلته الحقيقية أو للمسببات الحقيقية وراء الأعراض التي يشكو منها، لأن ذلك دور المرشد نفسه ومسؤوليته.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة:

يجب التذكير هنا بأننا نتعامل مع بشر، لهذا فأسباب العصبية والعنف الزوجي تختلف باختلاف الأشخاص أنفسهم، لكن هذا لا يمنع من وضع خطوط عريضة لما أراه أنا نتيجةً لخبرتي المتواضعة لأكثر العوامل المسببة لذلك.

١- عادة في علم النفس يقال بأن الشخص الذي يعاني من العصبية الشديدة والعنف هو شخص لا يحب ذاته ولا يتمتع بالقبول الذاتي ولديه الكثير من الجوانب والطباع والصفات التي لم يتقبل وجودها كجزء منه. وأذكر إحدى الحالات التي تعاملت معها وكان موظفاً حكومياً لجأت إليّ زوجته تشتكي من عنفه الشديد مع زوجته. ليصل أحياناً حد الضرب والخنق، لأكتشف عندما وافق أن أتعامل معه عن طريق الهاتف أنه يحمل منظور متدنٍ لذاته (ضعف ثقة بالنفس)، ويعاني من مشكلات في النطق (تأتأه) كما أنه في أوقات متباعدة يعاني من التبول اللا إرادي. لهذا فعصبية وعنفه مع زوجته كان انعكاساً لخوف من هجران وعدم أمان وغضب داخلي مكبوت.

٢- إن الغضب الخارجي الموجه ضد الآخرين ما هو إلا انعكاس لغضب داخلي موجه

تجاه الذات ومسبباته تختلف من شخص إلى آخر على سبيل المثال طفولة شقية ومعذبة، فقدان أحد الأبوين إما بالهجر أو بالموت، التعرض لإيذاء جسدي، نفسي والأخطر الإيذاء الجنسي.

٣- الرغبة في الشعور بالقيمة وأنه أفضل من الآخرين من خلال إشعارهم بأنهم أقل منه، والتحكم في كل شؤونهم.

٤- الأمية الدينية لدى العديد من النساء والجهل في فهم حقوقها التي كفلها الإسلام ومالها وما عليها وأسس العلاقة الزوجية والتعامل الزوجي في ظل الشريعة الإسلامية.

٥- النظرة الدونية للمرأة والفهم الخاطئ لمفهوم القوامة في الإسلام عند بعض الرجال التي تعني لديهم التسلط والتحكم والسيطرة والضرب.

٦- معاناة الزوج من بعض الاضطرابات النفسية كالقلق، وضعف الثقة في النفس، والاكتئاب، والاضطراب الوجداني، والمخاوف المرضية، والفصام.

٧- اعتقاد الكثير من الزوجات بأنها تستطيع تغيير الزوج وأن الوضع سوف يتحسن في المستقبل يجعل الكثير منهن تقرر البقاء في العلاقة وإنجاب المزيد من الأطفال على الرغم من سوء المعاملة والعنف والإيذاء.

٨- الرغبة في التسلط والهيمنة وفرض الرغبات على الآخرين. وترتكز العلاقات التسلطية على مسائل لا شعورية تتعلق بشعور عميق لدى المتسلط بالخوف وعدم الأمان.

- ٩- عدم التوافق والتكافؤ الزوجي وعدم الشعور بالرضا والقبول بالطرف الآخر.
- ١٠- عدم تقبل الزوج لشخصية الزوجة وطباعها كأن يراها مهملة في بيتها ونفسها وزوجها أو كسولة أو غير مرتبة أو مبذرة ويرى بأنه استفد كل الطرق الإيجابية ولم يبق أمامه إلا الصراخ والسب والشتم.
- ١١- في حالات العنف الشديدة يكون إدمان الزوج على المسكرات والمخدرات هو السبب الرئيس في تعرض الزوجة للعنف والإيذاء الجسدي والنفسي، وكان - في الكثير من الحالات التي تعاملت معها - إدمان الزوج على المسكرات سبباً رئيساً لعنفه مع زوجته، وتطالعنا الصحف بالعديد من الحالات التي تم قتل الزوجة أو تعرضها لمحاولة قتل عندما كان الزوج تحت تأثير المسكر أو المخدر، فأحدى الحالات التي تعاملت معها كانت سيدة مجتمع وذات نشاط قوي في المجال الخيري ولديها أبناء وبنات بالغون وكانت طوال حياتها تعاني من مشكلة إدمان زوجها على شرب الخمر وما يتبعه من عنف لفظي وجسدي رأت أن تتحمله من أجل أطفالها، لتقرر وبعد ٢٣ سنة زواج تركه بعد أن قام بإطلاق الرصاص عليها إثر مشادة كلامية بينهما وهو تحت تأثير المسكر.
- ١٢- ومن أهم العوامل وأخطرها وأكثرها تخفياً عن أعين المرشدين، أنه أحيانا تتطور ديناميكية معينة و ثابتة لحال الغضب خاصة بين الزوجين، بمعنى ربما لا تكون

الزوجة السبب في إثارة العصبية لدى الزوج في البدايات؛ لكنها السبب الرئيس في استمرارية هذه المشكلة حتى الوقت الراهن، وذلك لوجود مردود نفسي إيجابي ينعكس على الزوجة وهي لا تعي ذلك، ولتوضيح ذلك سأذكر مثلاً لإحدى الحالات التي تعاملت معها والتي أتت إليّ تشتكي من عصبية زوجها لأكتشف وتكتشف وتدرّك هي، بعد دراسة حال الغضب التي تتاب زوجها والتركيز على: كيف تبدأ؟ ومتى؟ وأين؟ وكيف تتطور وتتصاعد؟ وكيف تنتهي؟ وما العوامل المحفزة؟، بأن هناك نوعاً من النمط المكرر و الثابت (ديناميكية معينة) وأن الزوجة على الرغم من كونها الضحية الرئيسة لغضب زوجها إلا أنها كانت، ومن دون أن تشعر، تثير نوبات الغضب لديه. وذلك لأن النوبات عادة تنتهي ببكاء الزوج واعتذاره وتعبيره عن حبه لزوجته لفظياً وجسدياً (لحظة عاطفية رومانسية) وتوسله لها بأن لا تهجره و أن تمنحه فرصة أخرى وكانت هذه النهاية تشعر الزوجة بحب زوجها وتعلقه الشديد بها و الانتصار. لهذا فنوبات الغضب مرتبطة في عقلها الباطن بنهاية إيجابية مشبعة نفسياً وجسدياً، لهذا وبما أن العقل الباطن يقترح علينا تكرار فقط ماله مردود إيجابي لنا، فإنه لا عجب بأن يتحمل القليل من الألم مقابل متعة كبيرة. وأنا هنا لا أتحدث عن الانحرافات الجنسية والمتمثلة في السادية الجنسية والتي تجد المتعة واللذة الجنسية من خلال إحداث الألم الجسدي على الآخرين، ولا أقصد

الماسوشية والتي تجد اللذة عن طريق الإحساس بالألم وتعذيب الذات ويكثر هذا الانحراف بين النساء منه بين الرجال. لهذا وجب التنويه.

١٣- ومن الأسباب الأكثر تكرراً، هونشأة الزوج في جو أسري مضطرب حيث يكون الأب فيه متسلطاً وغاضباً ومتحكماً هذا النموذج هو ما تم برمجته في عقل هذا الزوج كطفل لما يجب، وكيف يجب أن يكون الرجل في علاقته الزوجية، وكذلك الزوجة تكون نشأت في جو أسري حيث شخصية الأم في منتهى السلبية والضعف ومضطهدة من قبل الأب فتكون هذه الصورة التي تبرمجت في عقلها منذ طفولتها لتطبقها من دون وعي في دورها عندما تؤدي دور الأم والزوجة.. وعادة الناس ينقسمون إلى نوعين في تعاملهم مع الطفولة والجو الأسري السلبي الذي عاشوه إما تكرار النمط في علاقتهم الأسرية المستقبلية أو أن يكونوا صورة معاكسة تماماً لما عايشوه.

١٤- اعتماد الزوجة مادياً على الزوج وافتقارها للاستقلال المادي يسهم في استسلام الزوجة لعنف الزوج بوصفه مصدراً وحيداً للرزق بعد الله.

١٥- افتقار الزوجة للدعم الاجتماعي والأسري من حيث احتضانها وأطفالها إن هي قررت الانفصال مما يؤدي دوراً في عدم إقدام المرأة على طلب الطلاق.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها على الزوجين إذا استمرت المشكلة دون حل:

- ١- جلُّ من الزوجات التي تعيش مع زوج يعاني من العصبية والغضب يتعرض للنفذ اللفظي أو الجسدي مما يجعلهن يصبُن بما يسمى «victim syndrome» مما يجعل شخصياتهن سلبية جداً و شاعرات بالضعف وفقدان الأمل وعدم القدرة والكفاءة على القيام بأي شيء، لائمات لأنفسهن كثيراً مؤمنات بأنهن يستحقن تلك المعاملة.
- ٢- معاناة الزوجة من الاكتئاب والقلق والحزن، وجميعنا يعرف دور الزوجة في البيت كأم ومربية ومديرة لمنزلها فإن هي مرضت وعانت وشُلت قواها النفسية تداعى المنزل واضطرب كيانه ونظامه.
- ٣- توتر العلاقة الزوجية وكثرة المواجهات والمشاحنات تؤدي إلى اضطراب الجو الأسري فيؤثر نفسياً وبشكل سلبي على الأطراف المشتركة وخصوصاً الأبناء مما ينعكس على صحتهم النفسية ومستوى أدائهم الدراسي والاجتماعي.
- ٤- انتهاء بعض الحالات بالطلاق لعدم مقدرة الزوجة على التحمل والاستمرار في هذه العلاقة العنيفة وما يترتب عليه من آثار نفسية ومادية واجتماعية على الزوجة نفسها والأطفال.
- ٥- فتور العلاقة الزوجية وتباعد الزوجين نفسياً وعاطفياً وجسدياً عن بعضهما

البعض، حيث تشعر الزوجة بعدم الرغبة من القرب أو التقرب لزوجها وذلك لما تشعر بداخلها تجاهه من حنق وغضب مكبوت ورغبة في إيلاسه كما يفعل بها تماماً.

٦- ضعف علاقة الزوج بأسرته ككل، فمعظم الأزواج يعبرون عن شعورهم بعدم القدرة على التعايش مع أبنائهم، وعدم وجود علاقات وطيدة معهم، فيشعرون بأن أبنائهم لا يرغبونهم ولا يرغبون في التواجد معهم.

٧- كما يفقد الزوج الفرصة للتقرب من الآخرين خارج إطار أسرته، ولا يشعر بحب الآخرين له نتيجة لنوبات غضبه المتفجرة، كما أنه يفقد الكثير من الفرص للتعلم والنضج والتطور.

٨- معاناة بعض الأزواج من الأمراض النفسية والعضوية كالاكتئاب، ارتفاع ضغط الدم، السكري، الصداع المزمن، القولون العصبي....إلخ.

٩- والأهم، تعرض الزوجة والأبناء لخطر الإيذاء الجسدي واحتمالية المعاناة من إصابات خطيرة أو مميتة مما يجعل حياتهم في خطر مستمر خصوصاً مع الزوج العنيف جسدياً والذي يعاني من أمراض نفسية أو إدمان على المسكرات أو المخدرات ولنا في الحالات التي تعرضها الصحف من وقت لآخر خير دليل على ذلك.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع مشكلة الغضب:

عادة المسترشد سواء أكان في هذه الحالة الزوجة (الضحية) أم الزوج (المعنف) يعرفون المشكلة المعروضة كسبب وراء البحث عن المساعدة، وبعد ذلك وخلال الجلسات التالية يكشفون شيئاً آخر هو الموضوع الحقيقي لانزعاجهم. خلال ذلك يكون المسترشد اختبر المرشد أو العلاقة الإرشادية ليرى إذا كان الوضع آمناً لكشف هذه القضية. لهذا السبب، ولأن العلاقة العلاجية الجيدة مطلب أساس لتحديد الأهداف العلاجية. فهو عادةً فكرة عملية لعقد على أقل تقدير جلستين علاجيتين قبل محاولة تحديد المشكلة بشكل محدد جد ودقيق.

وهنا عدة مناطق لاكتشاف بعض المهارات في بناء علاقة فعالة، أو حتى للوصول إلى

فهم جيد لمشكلة المسترشد:-

أولاً: عناصر المشكلة:

إن الطريقة التي تظهر أو تعبر بها المشكلة عن نفسها بشكل رئيس وثانوي يمكن أن تتمثل في:

- ١- المشاعر المرتبطة أو المتزامنة مع المشكلة (مشاعر رئيسة أو تأثيرية تشمل التشويش، والاكتئاب، والخوف، والغضب).

- ٢- الأفكار المرتبطة مع المشكلة (وتشمل الأفكار، والمعتقدات، والمفاهيم، والحديث الذاتي، وحديث النفس).
- ٣- السلوكيات المرتبطة بالم مشكلة (وهي سلوكيات أو أفعال ملاحظة، ليس فقط من المسترشد بل من الآخرين خصوصاً المرشد).
- ٤- أي شكاوى فيزيائية، أو وظائف مرتبطة مع المشكلة.
- ٥- الجانب الشخصي من المشكلة: آثارها على الأشخاص المهمين، وعلاقة المسترشد مع الآخرين: العائلة، والأصدقاء، والأقارب، والزملاء، وكذلك تأثير الأشخاص الآخرين المهمين على مشكلة المسترشد.

ثانياً: نمط من الأحداث المساهمة:

هل بإمكان المسترشد تحديد نمط أو سلسلة متعاقبة من الأحداث، والتي يبدو أنها تؤدي إلى حدوث المشكلة أو تساعد على استمراريتها؟ وهناك يتم التركيز على التفاعل الزوجي من أجل تحقيق هدفين: بالنسبة للمرشد زيادة في فهم المشكلة وحيويتها بشكل دقيق، وثانياً: مساعدة المسترشد (سواءً أكان الزوج أم الزوجة) على فهم أن هناك حيوية مستمرة وثابتة، وحتى يتمكن من معرفة آلية التغيير، ينبغي تحديد الآتي:

- متى تظهر المشكلة؟ أين؟ ومع من؟
- ماذا كان يجري عند بداية المشكلة؟

- ماذا كان يحدث مباشرة قبل حدوث أو ظهور المشكلة؟
- ماذا يحدث بعد أن تظهر المشكلة، عادة؟
- ماذا يجعل المشكلة تضحل؟ أو تختفي؟
- ماذا يجعل المشكلة تكبر أو تزداد سوءاً؟

ثالثاً: استغراق المشكلة (دوامها / بقاءها):

- إلى أي مدى تعيق هذه المشكلة المسترشد، أو تتعارض مع أداء المسترشد اليومي.
- كم مضى من الوقت على وجود المشكلة؟
- كم مره تظهر المشكلة (في اليوم، في الشهر، في السنة)؟
- كم تستمر المشكلة بعد وقوعها؟
- ما الذي جعل المسترشد يبحث عن الإرشاد في هذا الوقت بالنسبة للمشكلة التي طرحها؟
- ما الشكل أو الطريقة التي أثرت المشكلة به في أداء المسترشد اليومي؟

رابعاً: مهارات المسترشد للتغلب على المشكلة، (القوة، والمصادر):

- كيف كان المسترشد يتغلب على المشكلة؟ كيف نجح؟ ولماذا لم ينجح؟
- كيف كان المسترشد يتغلب بنجاح على مشكلات أخرى؟

- ما نوع مصادر القوة ونظام الدعم لدى المسترشد لمساعدته في محاولاته

للتغير كعلاقات أسرية قوية، استقلال مالي، قوة شخصية...إلخ.

بالإضافة لهذه النوعية من المعلومات فإن المرشد يستطيع الحصول على معلومات تقييمية

إضافية عن المسترشد وعن المشكلة باستخدام الاختبارات النفسية، وتقييم الذات.

فإذا كان المسترشد الزوجة فهناك عدة خطوات يستطيع المرشد استخدامها، مع

الأخذ في الاعتبار فردية الحالات. إذ من المهم أن يُعرف من الزوجة ما أسلوبها وأسلوب

زوجها في الصراع ليتمكن من ضبط الأمور، ومنع وصول الزوج لنوبة غضب عارمة، ويجب

عليها هي أن تعرف بوضوح ما الذي جعل الغضب يتفجر؟ وكيف يمكن أن تكون استجابتها

محفزة ومشجعة على ذلك. ولتحقيق ذلك هناك عدة تقنيات يستطيع المرشد توظيفها

وهي على النحو الآتي:

شاهدي المسرحية:

وهنا يساعد المرشد المسترشد (الزوجة) أن تتصور نفسها خارج الحدث وتركز

على أبطاله (وهم في هذه الحال، المسترشدة والزوج) فتشاهد الموقف الذي يتكشف كما لو

كان مسرحية، وكانت هي المشاهد، فذلك يمكنها من رؤية الصورة بالكامل، بصورة أكثر

وضوحاً عما لو كانت جزءاً من المسرحية.

«مشاهدة المسرحية» تعد مجازاً لتكوين اتجاه عقلي من الانفصال والموضوعية لدى

المسترشد لتفهم طبيعة نوبات الغضب الخاصة بها و زوجها ومتى تبدأ؟ وكيف تتصاعد؟ وكيف تنتهي؟ ولتضع مجموعة من البدائل الإيجابية.

تزويد الزوجة بمهارات تساعد على نزع فتيل غضب زوجها، على سبيل المثال كمهارة التأكيد وهي مهارة من السهل تعلمها لنزع فتيل غضب الآخرين وغضبك من خلال التأكيد على صحة وجهات نظرهم والاعتراف بأنه يجب أن يكون لدى الشخص الآخر سبب وجيه لإشعال غضبه، وتجنب الجدل والنقاش قدر الإمكان، وما تهدف الزوجة لتوصيله بأنه « حتى لو أنني أشعر بأنني ضحية غضبك إلا أنني أعتقد أنك تشعر أيضا بأنك محبط و غاضب حقاً بسبب ما حدث» فالتأكيد والإقرار بصحة الآخرين يضيف قدراً من الهدوء على غضبهم. ويكون لدى الزوجة رغبة حقيقية للاستماع مع تعليق الأحكام على ما تسمعه.

صنع دافع داخلي قوي للتغيير نابع من إدراك عواقب عدم التغيير:

هنا أود التأكيد على نقطة مهمة وهي أن الحلول يجب أن تكون نابعة من المسترشد وكنتيجة للتغيير المعرفي الذي أحدثته العملية الإرشادية لديه، وليس كحلول ونصائح تفرض عليه من قبل المرشد، لأن التغيير النابع من ذات المسترشد ومن قناعاته الجديدة هو التغيير الدائم والمستمر. ولينجح المرشد في إيجاد قوة دفع حقيقية للتغيير يجب أن يطرح الأسئلة التالية (وهي أسئلة رائعة وقوية لاستخدامها مع الزوج أيضاً):

- ما كلفة عدم تغييره؟

- ما الذي سأخسره في حياتي في نهاية المطاف إن لم ألجأ إلى التغيير؟
- ما الكلفة الذهنية، والعاطفية، والبدنية، والمالية، والدينية، التي أتحملها الآن، نتيجة لعدم التغيير؟
- ما الثمن الذي يدفعه أطفالي، كنتيجة للمشكلة؟
- وهناك جوانب يجب أخذها بالاعتبار في حال كان هناك عنف جسدي وإيذاء:
 - في الحالات التي يعاني الزوج من إدمان أو مرض نفسي يجب الاهتمام بسلامة الزوجة والأطفال وأمنهما أولاً، وتشجيعها على حماية نفسها وأطفالها، والبحث عن ملاذ آمن لخطورة الوضع بالبقاء مع رجل عنيف وغير مدرك لتصرفاته.
 - تثقيف المرأة بحقوقها القانونية والشرعية التي كفلها لها ديننا الحنيف، وتزويدها بأرقام وجهات تساعد في ذلك من جمعيات خيرية وجهات حكومية.
 - مساعدة المسترشدة على دراسة وتقييم مصادر الدعم المادي والمعنوي في محيطها، ومدى استفادتها من ذلك في إدارة مشكلتها.
 - أما إذا كان طالب المساعدة هو الزوج: فإنه بالإضافة للخطوات السابقة؛ هناك عدة خطوات إضافية ومن تلك الخطوات الآتي:

١- في حالات العنف الجسدي: عقد اتفاقية مع المسترشد بعدم اللجوء للعنف الجسدي في الوقت الراهن والتوقف الفوري، وفي حالات المرض النفسي عرض الزوج على طبيب نفسي وتزويده بالأدوية الضرورية، وأما إذا كان الإدمان هو السبب فيكون التنسيق مع الجهات المختصة لمساعدته على الإقلاع وهذه من أهم الخطوات بعد بناء العلاقة المهنية المتينة.

٢- أن يتحمل مسؤولية سلوكياته ويتوقف عن لوم الآخرين أو الظروف: فيجب أن يتوقف الزوج عن إلقاء مسؤولية غضبه وعنفه على الضحية أو الظروف، وأن يدرك بأننا جميعاً لا نستطيع أن نتحكم في تصرفات الآخرين، لكننا نتحكم في كيفية تفسير وفهم تلك التصرفات، وبالتالي نتحكم في ردود أفعالنا.

٣- مراجعة معتقداته: من خلال مساعدة الزوج على فهم المعتقدات التي تؤيد الغضب والعنف لديه؟ كأن يعتقد بأنه إذا تعرض لشيء مزعج فإنه يجب على شخص آخر تحمل ذلك؟ وأنه يستحق أن نعاقبه على ذلك؟

٤- أن يدرك الزوج العوامل التي تثير الغضب لديه: مثل الكلمات، والتصرفات، والمواقف، التي تسبب الضيق والغضب، مثل الزحام الشديد، وحرارة الجو، والمجادلة والنقاش الطويل.

٥- ملاحظة تطور مشاعر الغضب لديه: فنبوات الغضب المتفجرة لا تحدث فجأة بل هي عملية داخلية تصاعدية، لهذا من المهم ملاحظة الوقت الذي يبدأ فيه الشعور بالغضب، وكيف يتصاعد. ومن ثم الاستراتيجيات المعينة للتحكم في هذا الانفعال، والتعبير عنه بشكل إيجابي، وغير مؤذٍ، وليس كبته أو إلغائه ومن ذلك: الوضوء، تغيير المكان، وتناول مشروب ساخن، واستخدام وقت مستقطع للهدوء ومن ثمّ يتمكن من التحدث مع شخص يفهمه ويسمعه.

٦- تأمل الأشكال النمطية للأحداث والعوامل المحفزة التي تستثير الغضب لديه: كأن يأخذ الزوج تصرفات الآخرين على محمل شخصي أو ظروف بيئة العمل وبالتالي يقرر ما يجب القيام به لتغيير الموقف ذاته أو تغيير نفسه من خلال منح نفسه متفناً لتحرير تلك الطاقة السلبية.

العصبية والعنف من قبل الأزواج

د. سلطنة معاد

مقدمة:

تعدُّ العصبية والعنف من قبل الزوج تجاه الزوجة واحدة من الظواهر الاجتماعية والمعاصرة والغربية على مجتمعاتنا الإسلامية خاصة، والعربية عامة والتي أصبحت تهدد أمن الأسرة المسلمة واستقرارها، ومما لاشك فيه أن العصبية والعنف من قبل الزوج تجاه الزوجة نتجت عن العديد من العوامل الاجتماعية والاقتصادية والثقافية، المرتبطة بالتحويلات السريعة والحديثة في مجتمعاتنا.

تعريف المشكلة ووصفها:

لا شك أن الوقوف على تعريف محدد للعصبية والعنف من قبل الزوج تجاه الزوجة يُعد أمراً صعباً وذلك لأن العنف والعصبية من قبل الزوج تجاه الزوجة يأخذ العديد من المظاهر والأشكال المختلفة، وكذلك لاختلاف التخصصات العلمية للمهتمين بقضايا العنف الأسري سواءً من المتخصصين في الخدمة الاجتماعية أو علم الاجتماع أو علم النفس، ولكن في هذا الصدد سنقوم بعرض تعريف مبسط يوضح مفهوم العنف تجاه الزوجة: «وهو: إلحاق ضرر جسدي أو نفسي أو جنسي أو أي اعتداء ضد المرأة والذي يتسبب في إحداث نوع من الإيذاء»

من التعريف السابق يتضح أنه يوجد ثلاثة محاور مرتبطة بالعنف ضد المرأة وهي (العنف الجسدي، العنف النفسي، العنف الجنسي) وهناك تعريف آخر للعصبية والعنف من قبل الزوج تجاه الزوجة وهو « أي فعل عنيف من الزوج تجاه الزوجة يترتب عليه أذى أو معاناة للمرأة سواء من الناحية الجسمانية أو الجنسية أو النفسية، بما في ذلك التهديد بأفعال من هذا القبيل مثل الحرمان التعسفي من الحرية سواء أحدث ذلك في الحياة العامة أم في الحياة الخاصة» وفي هذا الصدد يمكن تعريف العنف إجرائياً ضد المرأة من جانبنا علي أنه:

- هو تلك الأفعال المقصودة أو غير المقصودة الصادرة من قبل الزوج التي تلحق الأذى بالمرأة

- العنف ضد المرأة من قبل الزوج يأخذ أشكالاً مختلفة تتمثل في (الأذى الجسدي، أو الأذى النفسي، أو الأذى الجنسي أو هي مجتمعة)

- ينتج عنه العديد من الأضرار النفسية، العاطفية، الاجتماعية، الصحية والذي يؤدي في النهاية إلى فشل الحياة الزوجية.

مظاهر وجود المشكلة:

تتعدد مظاهر العنف الموجه وأشكاله من قبل الزوج تجاه الزوجة إلى أربعة مظاهر أساسية:

١ - المظاهر المرتبطة بالعنف الجسدي:

تتمثل في الإساءة الموجهة لجسد المرأة (كاللكم، أو الصفع، أو الرفس، أو العض،

أو كسر العظام، أو الحرمان عموماً، أو الرمي بالأجسام الصلبة، أو استخدام بعض الآلات الحادة في ضرب المرأة، لإصابة جسد المرأة بجروح، أو الحرمان من الاحتياجات الإنسانية مثل الطعام الشراب والنوم أو هي مجتمعة.

٢ - المظاهر المرتبطة بالعنف النفسي:

وتتمثل في تهमيش المرأة، أو الهجر، أو الإهمال، أو التهديد، الإهانة، أو الإحباط، أو منع المرأة من ممارسة أعمال ترغب القيام بها مثل استكمال التعليم، أو الخروج للعمل أو هي جميعاً، ويعد الترويع والتهديد والتخويف والنبذ من أهم مظاهر العنف النفسي على الزوجة

٣ - المظاهر المرتبطة بالعنف اللفظي:

ويتمثل في استخدام الألفاظ الجارحة التي من شأنها أن تقلل من أهمية الزوجة مثل إطلاق بعض الألقاب عليها ونعتها بصفات لا تليق بها كزوجة وككائن بشري، ويُعدُّ السب والشتم من أهم تلك المظاهر.

٤ - المظاهر المرتبطة بالعنف الجنسي:

وتعرف بأنها أي فعل أو قول يمس كرامة المرأة ويخدش خصوصية جسدها ومن أهم مظاهر هذا العنف، استخدام الألفاظ الجنسية البذيئة والتي تسئ إلى جسد المرأة، والممارسات الجنسية غير الشرعية.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور المشكلة:

يوجد العديد من الأسباب والعوامل المؤدية إلى العصبية والعنف ضد المرأة، حيث يمكن تقسيم أسباب العنف إلى ثلاثة أسباب أساسية وهي:

- ١- أسباب ذاتية: وتنقسم إلى أسباب خاصة بالزوج وأسباب خاصة بالزوجة:
 - (أ) أسباب راجعة للزوج: ترجع إلى شخصية الزوج مثل (خلل في شخصية الزوج، أو ضعف ثقة الزوج في نفسه، أو اضطرابات نفسية وعصبية في شخصية الزوج، أو تعاطي للمسكرات والمخدرات، أو إصابة الزوج ببعض الأمراض النفسية، أو العصبية، أو العقلية أو الإصابة بأي إعاقة بشكل عام... إلخ)
 - (ب) أسباب راجعة للزوجة: عصيان الزوج، أو الإهمال، أو عدم الحرص على الحياة الزوجية، أو عدم الطاعة في بعض الأمور، الخروج بدون إذن، أو كثرة المطالب، أو العناد الدائم، أو التسلط من المرأة، أو عدم رعاية الأبناء... إلخ.

٢ - أسباب اجتماعية:

وتتمثل في الظروف الأسرية والاجتماعية والاقتصادية للزوج مثل (الفقر الشديد، أو انخفاض الدخل الذي لا يكفي للوفاء بمتطلبات الحياة الأساسية، أو سوء حال المسكن، أو انخفاض المستوى التعليمي أو الثقافي للزوج، أو كثرة المشاحنات بين الزوج والزوجة نتيجة لضغوط الحياة، أو عدم التوافق الزوجي والاجتماعي والاقتصادي والتعليمي بين الزوج

والزوجة، أو انخفاض الوازع الديني للزوج، أو عدم تحمل الزوج والزوجة مسؤولية الحياة الزوجية أو عدم الاحترام المتبادل بين الزوج والزوجة، أو التنشئة الاجتماعية الخاطئة للزوج والزوجة والمتمثلة في القسوة الزائدة أو التدليل الزائد... إلخ.

٣ - أسباب مجتمعية:

وتتمثل في العنف المنتشر عربياً وعالمياً والتي تنقله لنا الفضائيات والإنترنت وتؤثر به الأسرة بشكل كبير، وانتشار سلوكات وعادات سيئة في المجتمع مثل اللامبالاة في المجتمع، تعقد الحياة العصرية و التغير في شكل العلاقات الاجتماعية، طغيان المادة علي الحياة الاجتماعية.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

١- الآثار السلبية علي الزوج:

عدم الاستقرار الدائم، عدم احترام الزوجة له، كره الزوجة للزوج، والآثار الاجتماعية السيئة مثل إفشاء أسرار له لدى الآخرين، عدم استقرار أبنائه النفسي والاجتماعي وأيضاً تأخرهم الدراسي.... إلخ.

٢- الآثار السلبية علي الزوجة:

وتتمثل في عدم الثقة بالنفس، وعدم الشعور بالأمن والأمان، والإحساس بالعجز

وفقدان الأمل، والإحساس بالقهر والظلم، وعدم القدرة علي تربية الأبناء، كره الحياة الزوجية، الوصول إلى الطلاق، والأذى الجسدي والنفسي الذي قد يلحق بالزوجة كالإصابات الشديدة والإعاقات الدائمة، وكذلك الإحباطات الحياتية والنظرة المتشائمة للحياة الزوجية وإمكان استمرارها،

توجيهات عامة للمرشد والمسترشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

(١) توجيهات عامة للمرشد:

ينبغي على المرشد الأسري عند التعامل مع مشكلات العنف والعصبية من قبل الزوج تجاه الزوجة أن يضع في اعتباره أن المشكلة نتاج تفاعل بين مجموعة من العوامل الذاتية والبيئية، فالعوامل الذاتية تتمثل في شخصية الزوجين والعوامل البيئية تتمثل في البيئة الأسرية المحيطة بالزوجين، وكذلك البيئة الاجتماعية لهما، لذا في سبيل علاج مشكلات العنف تجاه الزوجة ينبغي على المرشد أن يقوم بدراسة المشكلة جيداً، والتعرف على كافة أبعادها، ثمَّ يشخص المشكلة ويفسر العوامل المسببة لها، ومقترحاً الأساليب العلاجية المناسبة لها، وفي هذا الصدد يمكن اقتراح مجموعة من التوجيهات للمرشد للتعامل وهي كما يلي:-

- التعرف على نمط شخصية الزوجين.
- تحديد السمات المميزة لكلا الزوجين.

- التعرف على الجانب الاقتصادي والاجتماعي للزوجين.
- الاهتمام بالتعرف على البيئة الأسرية لكلا الزوجين.
- التعبير عن التعاطف الوجداني مع الزوجة ضحية العنف.
- دعم الثقة المتبادلة بين المرشد والزوجين.
- تجنب الوقوع في الجدل أثناء مرحلة دراسة الحالة.
- أن يتسم المرشد بالصبر والذكاء في إدارة الحوار لكي يتفهم الجوانب المختلفة للمشكلة.
- أن يكون لديه القدرة على الإنصات الجيد.
- أن يكون لديه القدرة على الاستماع الجيد والاستجابة لأفكار الزوجين.
- التركيز علي جمع المعلومات والبيانات المتصلة بمشكلة العنف.
- الوقوف علي الأسباب الحقيقية وراء مشكلة العنف وإخبار كلا الطرفين بها.
- تعريف الزوجين بالخطوات التي يجب اتباعها حتى يمكن علاج المشكلة.
- مشاركة الزوجين في تنفيذ خطة العلاج.
- وينبغي أن يمتلك المرشد العديد من المهارات التي تساعد في التعامل مع مشكلات العنف الأسري، وتتمثل هذه المهارات في أمور منها:
- المهارة في تكوين علاقة مهنية بين المرشد وممارسي العنف (الزوج).

- المهارة في توجيه التفاعل بين المرشد وممارسي العنف وذلك من خلال الشرح والتوضيح وتوجيه الأسئلة.
- المهارة في الاستماع الجيد والاستجابة لأفكار ممارسي العنف.
- المهارة في ملاحظة الأفعال وردود أفعال ممارسي العنف.
- المهارة في توجيه الأسئلة.
- المهارة في جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها.
- المهارة في تحليل العوامل والأسباب المؤدية لموقف العنف.
- المهارة في تدعيم مشاركة الزوجين في حل المشكلة.
- المهارة في تدعيم المعونة النفسية.
- المهارة في حل النزاعات والخلافات الأسرية.
- المهارة في تقديم النصيحة للزوجين.

(٢) إرشادات يحاول المرشد أن يمررها للمسترشد:

- تقوية الثقة بالنفس.
- ضرورة استخدام الحوار بين الزوجين كأساس للحياة الزوجية وللتعرف على أسباب الخلافات بينهما.
- معرفة أسباب العنف والعصية ومحاولة البعد عنها.

- محاولة تفهم كل من الزوج والزوجة لشخصية الآخر واستيعابها.
- عدم تدخل أهل الزوجين أو أي أطراف أخرى في المشكلات الأسرية الخاصة بهما.
- التوجه إلى مكاتب الاستشارات الأسرية قبل استفحال المشكلة.
- ضرورة إيمان الزوج بأهمية المحافظة علي كرامة الزوجة ككائن بشري، وكشريكة لحياته وأم لأبنائه لكي تستقيم الحياة.
- تعلم المسترشد المهارة في حل المشكلة.
- تنمية القدرة على اتخاذ القرار والإيمان بأن القرارات الأسرية ينبغي أن تكون مشتركة بين الزوجين.
- تقوية الوازع الديني والبعد عن الرذائل والتعامل بالرفق والمودة والرحمة.
- البعد عن رفقاء السوء وآرائهم في علاج المشكلات.
- البعد عن التقليد وعدم تطبيق خبرات الآخرين في التعامل مع مشكلات العنف، والإيمان بأن كل أسرة تُعد حالة خاصة بذاتها، فما يصلح لها قد لا يصلح لغيرها من الأسر، وما يصلح لغيرها من الأسر قد لا يصلح لها.
- تبصير المسترشد وتوعيته بالآثار السلبية والأضرار التي قد تتجم عن العصبية والعنف ضد الزوجة (آثار سلبية على الزوج، أو آثار سلبية على الزوجة، أو آثار سلبية على الأبناء أو آثار سلبية على الجميع)

المراجع

- السيد عوض (٢٠٠٤) جرائم العنف الأسري، مركز الدراسات الاجتماعية، جامعة القاهرة.
- حسن شكور (٢٠٠٤) مفاهيم العنف الأسري في العالم العربي، مديرية الشرطة القضائية، الإدارة العامة للأمن الوطني، الرباط، المغرب.
- رشاد عبد اللطيف (٢٠٠٥) الأدوار والمسؤوليات والمداخل المهنية لمواجهة العنف الأسري، المؤتمر العربي الإقليمي لحماية الأسرة من العنف، جامعة الدول العربية، إدارة الأسرة والطفولة، المملكة العربية السعودية.
- مروة الشربيني (٢٠٠٥) العنف الجسدي ضد المرأة ومكانتها في المجتمع، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

العصبية والعنف من قبل الأزواج

د. الجوهرة بو بشيت

تعريف المشكلة:

يعرّف العنف لغوياً: بأنه الخرق في الأمر، وقلة الرفق به، وهو ضد الرفق، وأعنف الشيء أي أخذه بشدة، والتعنيف هو التقرع واللوم. ويعرّف في العلوم الاجتماعية بأنه استخدام الضبط أو القوة استخداماً غير مشروع أو غير مطابق للقانون من شأنه التأثير على إرادة فرد ما. والعنف الزوجي: أي فعل يقوم به الزوج وينجم عنه أذى أو معاناة نفسية أو جسمية أو مالية أو جنسية للزوجة ويدخل ضمن ذلك التهديد باقتراف مثل هذا الفعل، وله عدة أنواع منها:

١- العنف النفسي:

وهو أي سلوك يصدر من الزوج يؤدي إلى إيذاء الزوجة نفسياً مثل إهانة الزوجة والحد من قيمتها وإشعارها بالخجل، ودفعها إلى الانطواء وفقدان الثقة بالنفس ويتضمن ذلك الشتائم والسب مثل: أنت فاشلة، أنانية، جاهلة، أقل من مستوأي، متهورة، أو تجاهل مشاعر الزوجة أو احتقارها وعدم احترامها كمنعها من إظهار الغضب على الإطلاق، وإسكاتها بعدم الرد عليها بتاتا. أو قد يكون إيذاءً عاطفياً ويتضمن تصرفات السيطرة

أو التحكم أو الهجر أو الإكراه أو التهديد الجسدي للزوجة أو التجاهر كتعليق المرأة دون طلاق، أو كعزل الزوجة عن محيطها العائلي أو صديقاتها، ومراقبة حركاتها وأفعالها.

٢- العنف الجسدي:

وهو أي سلوك يصدر من الزوج يؤدي إلى إيذاء الزوجة جسدياً، ويتراوح ما بين الإيذاء الخفيف والمتوسط والشديد والإصابة ويكون في أي جزء من جسم المرأة، كاللكمات والصفعات والضرب بالأرجل.....إلخ.

٣- العنف المالي أو الاقتصادي:

وهو أي سلوك يصدر من الزوج يؤدي إلى إيذاء الزوجة مادياً أو اقتصادياً ويتمثل ذلك بإجبار الزوجة على إعطائه مرتبها أو جزء منه، أو بيع بعض أشتائها الثمينة الخاصة بها، أو إجباره لها بأن تعطيه كل ما لديها من أموال خاصة بها، أو ابتزاز الزوجة مادياً وإجبارها على طلب المساعدة المادية من أسرتها، أو عدم الصرف عليها أو منع النفقة عنها.

٤- العنف الجنسي:

أي سلوك يصدر من الزوج يؤدي إلى إيذاء الزوجة جنسياً وقد يتمثل هذا الفعل على سبيل المثال لا الحصر.. إجبار الزوجة على القيام بأفعال جنسية مذلة أثناء الجماع أو إجبارها على الإذعان لمطالب الزوج وممارساته الجنسية الشاذة.

العوامل والأسباب المؤدية إلى ظهور المشكلة:

١- الأسباب الذاتية ومنها:

أ) ما يرجع إلى شخصية الزوج:

- أن يكون لديه مشكلات نفسية كخلل في الشخصية أو معاناة من اضطرابات نفسية أو تعاط للمسكرات أو إدمان المخدرات، أو لديه مرض نفسي أو عقلي، وغالباً يتسم بالعزلة والعجز والاكتئاب، وأنه لا يملك ضبطاً لدوافعه، وعدم قدرته على تحمل الإحباط.
- الغيرة من الزوجة والتي قد تصل إلى أعلى مستوى بحيث يكون التحكم في الغيرة أو ضبطها صعباً.
- القهر الاجتماعي إذا كان الزوج معرضاً له في بعض المواقف سواء أكان في داخل نطاق العمل أم خارجه.
- الاعتقاد المتوارث بسيادة الرجل وتسلطه، ودعّمه عند بعض الأسر، بحيث يكون سمة الرجل في هذه الأسرة.
- عدم تقبل الزوج فكرة عمل المرأة خارج المنزل بأشكاله المختلفة.

ب) ما يرجع إلى شخصية الزوجة:

- أن تكون سليطة اللسان وتتذمر كثيراً وتطالب بالمساواة والحرية التي ينادي بها

أنصار حقوق المرأة، وتعتمد في تعاملها مع زوجها على قاعدة «إن تكن...أكن... والإلا...فلا»، فهي ترفع صوتها على زوجها إن رفع صوته، وتستفز بالكلمات غير اللائقة، وتردادها للزوج أثناء غضبه، كأن يقول لها كلام لا تستحسنه فتزد عليه بنفس الكلام... إلخ.

- عدم تهيئة الجو المريح للزوج عند عودته من عمله متعباً محملاً بهوموه ولا يجد الراحة في البيت، بل يجد زوجة تنتظره بكثرة مطالبها وشكواها مما يزيد من متاعبه فيجعله يقوم بأفعال وسلوكات لا إرادية قد تصل إلى حد العنف.
- تعدد الأدوار التي تلقى على الزوجة وعدم التعاون منها لتحمل مسؤوليات الأسرة، خاصة إذا كان الزوج يبقى لفترات طويلة خارج المنزل.
- التعالي والترفع عن الاعتذار عن الخطأ للزوج.

٢- الأسباب الاجتماعية:

- الظروف الأسرية الصعبة المتمثلة في الفقر أو الدخل الضعيف الذي لا يكفي لمتطلبات الحياة الأسرية، وكثرة المشاحنات نتيجة ضغوط عمل الزوج أو الزوجة، وعدم التوافق الزوجي، والمستوى الثقافي والعلمي للزوج، وضعف الوازع الديني.
- المشاحنات والخصومات بفعل البيئة المحيطة بالزوجين إما من أهل الزوجة بتدخلاتهم وعدم رضا الزوجين عن ذلك، وإما بتدخل أهل الزوج وعدم رضا الزوجة عن ذلك.

- صعوبة تكيف أحد الزوجين مع المستجدات الاجتماعية والظروف الطارئة.
- الصحة السيئة وآثارها السلبية على شخصية الزوج أو الزوجة.

٣- الأسباب المجتمعية:

- العنف المنتشر والأحداث العربية والعالمية التي تنتقل عبر الفضائيات والإنترنت، فالتغيرات التي تحدث في المجتمع الكبير تنتقل بطريق غير مباشر إلى المجتمعات الصغيرة.
- سلبية تأثير وسائل الإعلام كافة واعتبارها إحدى أهم وسائل انتشار العنف المكتسب لدى الأطفال والمراهقين والبالغين.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

يعد العنف ضد الزوجة من أخطر أشكال العنف الموجه للمرأة حيث إنه يهدد أمنها واستقرارها الاجتماعي والنفسي، حيث تُمتن من خلاله آدميتها وكرامتها واحترامها لذاتها. وله كذلك نتائج وآثار خطيرة على الأسرة التي تعد أساس الاستقرار والتكيف في الحياة الاجتماعية للفرد. وفيما يلي سيتم استعراض بعض آثار العنف الزوجي ونتائجه:

(١) استمرار العنف في البيت يشكل ضغطاً على المرأة، ومع استمرار يته وعدم وجود إجراءات معالجة سريعة فإنه سيؤدي إلى اضطرابات نفسية وجسمية ستعاني منها المرأة مثل الصداع، أو القيء، أو قرحة المعدة وآلام الروماتزم، أو اضطرابات القلب، اضطرابات الدورة الشهرية.

(٢) العنف ضد الزوجة له آثار سلبية على الجانب النفسي للمرأة مثل ظهور بعض الأعراض النفسية كالخوف، أو التشاؤم، أو القلق، أو الاكتئاب وقد تصل أحياناً إلى الفكر الانتحاري بأشكاله المختلفة.

(٣) فقدان احترام الزوجة (الأم) في البيت من قبل أولادها.

(٤) تقليل قيمة الزوجة (الأم) لدى الأولاد قد ينعكس ذلك إلى ممارسات العنف اللفظي ضد الأم من قبل الأولاد.

(٥) إحساس الزوجة بالإحباط وانكسار الذات وفقد الثقة في النفس.

(٦) ضعف شخصية الزوجة وتأثيرها الضعيف على أولادها.

(٧) تأثر تربية الأولاد وسلوكياتهم، عدم وصول تربيتهم إلى الطريقة المثلى.

(٨) استمرار العنف في البيت يخلق جواً من التوتر يؤثر في حياة الأبناء تأثيراً بالغاً، ويحدث صعوبات في التكيف الاجتماعي.

(٩) تولد تربية استخدام العنف الزوجي أفراداً ذوي شخصيات عنيفة وعدوانية.

(١٠) القدوة السيئة للزوج (الأب) في معاملة الزوجة (الأم) والتي قد تمتد ويتوارثها الأبناء من الذكور (توريث ثقافة العنف للأبناء)، فالعنف يولد عنفاً.

توجيهات عامة للمرشد الأسري لكيفية التعامل مع المشكلة:

ينبغي على المرشد الأسري أن يراعي جانبيين أساسيين لحل مثل هذه القضية، الأول

يتمثل في الجوانب العامة للمشكلة، والجانب الآخر التعليمات اللازمة لكيفية حل المشكلة أو التقليل منها أو من آثارها.

١) الجوانب العامة للمشكلة:

- أن ينظر المرشد للمشكلة على أنها مشكلة المرأة حيث إنها هي القائدة الطبيعية للعلاقة الزوجية.

- محاولة تغيير المفاهيم الخاطئة لدى الزوجة، فيما يتعلق بالعلاقة الزوجية، ومحاولة إبعادها عن النزعة النسائية لأنها لن تكون البديل السليم، ولأنها غالباً ما تعزز شعور الغضب والحقد واللوم تجاه الرجل.

- فهم الأسباب والعوامل التي أدت لحدوث هذه المشكلة.

- توجيه الزوجة إلى كيفية حل هذه المشكلة بطرق فعالة وعملية.

وعلى المرشد التركيز على كيفية توجيه الزوجة وتبنيها إلى مناطق القوة التي تمتلكها، وكيفية استخدامها، والتي يمكن أن تغير زوجها إلى الأفضل دائماً، وتحول حياتها الزوجية من جحيم لا يطاق إلى حياة سعيدة ترفرف عليها السعادة الدائمة، وذلك من خلال التالي:

- ابتعدي - قدر الإمكان- وتجنب الأسباب التي قد تؤدي بالزوج إلى الخصام والمشاحنات ومن ثم استخدام العنف، والابتعاد عن كل ما يفضب الزوج ويثيره.

- أصغي إلى زوجك دائماً.
- امنحيه الاهتمام الذي يحتاج إليه.
- أحدثي الجو المنزلي الذي يجذب الزوج إليك، بدلاً من دفعه إلي أن يجعل تصرفاته مؤذية.
- لا تنتقدي زوجك في كل وقت.
- عامليه باحترام دائماً.
- حاولي جذب زوجك إلى البيت وطوقيه بالدفع والتقدير والحنان.
- أظهري لزوجك اهتماماً إيجابياً في محاولاته لمساعدتك، أو محاولاته في أداء واجباته العائلية.
- أوجدي طرقاً لتظهري لزوجك أن مساعدته المادية والمعنوية أمر مهم لك وللعائلة.
- أعطي زوجك الأولوية في جميع تصرفاتك.
- تعودي على إظهار مشاعر الحب لزوجك لأنها ستولد أفعال الحب.
- ابتعدي عن استرجاع الماضي السيئ وتذكير زوجك به أثناء مناقشاتكم.
- تجنبني الأنفاظ غير اللائقة مع زوجك مثل: أنت عديم الإحساس، أو أنت رجل مسيطر، أو أنت قاسٍ، أو أنت أناني، أو أنت مغفل..... الخ
- اجعلي زوجك يشعر بالأمان والحب والقبول في منزله ومنك.
- قولي لزوجك آسفة عندما تكونين على خطأ.

- لا تسأل زوجك «كيف تشعر؟» لأن الرجل بطبيعته غير ميال إلى إظهار عواطفه بوضوح، ولأنه ليس كالمرأة فهي معتادة على التعبير عن مشاعرها دائماً، أسأليه ماذا يريد؟ أو ماذا يرغب؟
 - حاولي الوقاية من الخلاف قبل وقوعه: بالتسامح وغيض الطرف عن العيوب الصغيرة، والأخطاء اليسيرة واليقظة، والوعي المبكر للأعراض الأولية للخلاف.
 - الصبر والاحتساب، وعدم رد إساءة الزوج بالإساءة، بل الصبر والإحسان بالرغم من صعوبة ذلك لما فيه من فوائد عظيمة.
 - عدم منع الزوج من ممارسة حقه الشرعي متى ما طلب ذلك، في غير الأوقات التي ينهى عنها الشرع وحرمها وهو معاشرة الزوجة أثناء الحيض والنفاس، ففي ذلك وقاية للزوجة ولزوجها وللمجتمع بأسره من الوقوع في الآفات، فحين تكون سبباً لتحسينه سينصرف عن الحرام وعن أسبابه.
 - تذكير الزوج بالله عز وجل وأهمية حسن معاشرته لزوجته، كما في قول الله تعالى: «وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا». والرسول صلى الله عليه وسلم قال: «استوصوا بالنساء خيراً»، وكان يقول: «خيركم خيركم لأهله، وأنا خيركم لأهلي» وغير ذلك.
- ويمكن أن يتم ذلك من خلال بعض الآليات التالية:

(١) إن كانت الزوجة لديها قدرة علمية، وأسلوب حسن، عليها أن تقوم بهذه المهمة بنفسها، بعد أن تتحين الفرصة المناسبة والتي توافق هدوء الزوج وحسن استماعه، أو من خلال كتابة رسائل قصيرة موجهة له بين فترة وأخرى، تذكره بحسن المعاملة والمعاشرة.

(٢) اختيار الوسائل المعينة، المقروءة والمسموعة والمرئية حول هذا الموضوع، إما أن تقدمها بنفسها، أو أن تختار من يكون مناسباً لإهدائها له.

- إشاعة الجو المتسم بالود والتعاطف والحب، وإضافة نوع من الرومانسية في البيت، كتغيير ترتيب غرفة الصالون أو غرفة النوم.

- الاستعانة بدعاء الله عز وجل - فالدعاء يصنع المعجزات- بأن يصلح حال هذا الزوج، ويهذب خلقه، ويعينه على ضبط سلوكاته، وكذلك الدعاء بأن يصبر هذه الزوجة ويعظم أجرها. الابتغال بالدعاء إلى الله في أواخر الليل، والتقرب إلى الله بالأعمال الصالحة.

- إذا رأيت زوجك في حال غضب، حاولي أن تتركي المكان الذي هو فيه وتتسحبي بهدوء تام.

- وآخرأ وليس أخيراً اجتهدى ولا تتوقفي أبداً أن تكوني صديقة زوجك وحبيبته.

المراجع

- ابن منظور، لسان العرب.
- أحمد زكي بدوي، معجم مصطلحات المعلومات الاجتماعية، بيروت ١٩٨٦.
- المؤتمر الثاني لبرنامج المشاركة المجتمعية لمناهضة العنف الأسري، جامعة بير زيت.
- العنف ضد المرأة في اليمن، مركز المرأة للبحوث والتدريب، جامعة عدن، ٢٠٠١م.
- أمل العواودة، العنف ضد الزوجة في المجتمع الأردني، رسالة ماجستير، ١٩٩٨م.

المشكلة الثانية
غياب الزوج عن البيت والسهر خارج المنزل
شارك في كتابتها:
د. إبراهيم به حمم النقيثان

غياب الزوج عن البيت والسهرة خارج المنزل

د. إبراهيم النقيثان

من المشكلات التي تعاني منها بعض البيوت، ويكثر الاسترشاد عن حلول لها، مشكلة غياب الزوج غالب الوقت بعد العمل خارج البيت، ويشمل سهر الزوج ليلاً، أو غيابه خلال العطل الأسبوعية خارج المنزل، دون حاجة أو ضرورة.

وهذا الغياب يشمل الخروج المتكرر من المنزل سواء في أوقات النهار أو الليل، ويتأكد ذلك في أوقات المساء، الذي هو طبيعته السكن والراحة، كما قال سبحانه: ﴿فَالِقُ الْإِصْبَاحِ وَجَعَلَ اللَّيْلَ سَكَنًا﴾ (الأنعام ٩٦)، وقال تعالى: ﴿وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا. وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا﴾ (النبا ١٠-١١)، ليل تهدأ به الأنفاس، وتسكن فيه الأعضاء والحواس، وتحصل فيه الراحة والإيناس، جعل الله الليل برحمته وفضله، وقت منام، وهدوء عام.

إذن الليل هو السكن، وهو الوقت الذي يلجأ فيه أفراد الأسرة، للالتقاء والاجتماع بعد أن انتشروا خلال النهار، لطلب المعاش والمصلحة، سواء أكان ذلك في عمل وكسب أم في دراسة وطلب علم ونحوه، ولكن ما يكدر ذلك غياب رب الأسرة عن هذا الاجتماع، الذي تكتنفه المودة والمحبة، فكيف إذا كان هذا الغياب، لغير أمر ضروري أو حاجة ملحة، بل لأمر ثانوي أو لمصلحة نرجسية لرب المنزل، تاركاً الزوجة تصارع الوحدة والمعاناة، بعد طول تلهف وانتظار لزوجها، لتبته همومها وآمالها، ومشكلات أبنائها ومطالبهم، ويزيد الأمر

قسوة، حين تكون الزوجة لوحدها في المنزل، لا أبناء تداعبهم وتلاعبهم، وتتحدث إليهم وتوجههم وتستمع إليهم.

وتعد مشكلة سهر الأزواج خارج المنزل، معظم ليالي الأسبوع وحتى ساعات متأخرة من الليل، المنغص الحقيقي للعديد من الزوجات، حيث يؤدي ذلك إلى العديد من المشكلات، والتي عادة لا تنتهي بعودة الزوج إلى المنزل، والواقع يقول إن معظم الأزواج الذين يخرجون للسهر في المتنزهات والاستراحات مع الأصدقاء، بشكل شبه يومي، يكرهون من نساءهم السؤال التقليدي: أين كنت؟ لاعتقادهم أن كل واحد منهم حر في تصرفاته، وليس للمرأة حق في السؤال عن سبب تأخره وسهره خارج المنزل، ولا حتى الشكوى من هذا الحال، ومن نسيانه لأسرته خلال غيابه. ومنهم من يدعو أصحابه للسهر في منزله أيام الإجازة الأسبوعية، فيثقل كاهل زوجته بإعداد أنواع الطعام والشراب، للضيوف الذين يبقون إلى ساعة متأخرة، بدلا من أن تكون الإجازة يوم راحة لها، تسمع فيه على الأقل كلمة شكر على جهدها وتعبها طوال الأسبوع.

تعريف المشكلة:

ويمكن تعريف مشكلة غياب الزوج: بأنه الخروج المتكرر من المنزل، والسهر وتأخير وقت النوم خارج المنزل، إلى ساعات متأخرة من الليل، دون ضرورة.

مظاهر المشكلة:

تتخذ المشكلة مظاهر شتى منها:

- ١- التبرم والتأفف بصورة مباشرة من وجود الزوج خارج المنزل.
- ٢- السهر إلى ساعات متأخرة خارج المنزل.
- ٣- كثرة السفر دون حاجة.
- ٤- التبرم دوماً من صخب الأبناء والتهديد بالخروج من المنزل.
- ٥- الثورة من أدنى مشكلة والخروج مغاضباً من المنزل.
- ٦- التغيب عن المنزل بحجة التكليف من جهة العمل والواقع بخلافه.
- ٧- البحث عن عمل مسائي دون حاجة لذلك.
- ٨- الإحساس بالانسجام مع الأصدقاء والشلة أكثر من بقاءه مع زوجته وأبنائه.
- ٩- المسارعة في الخروج مع الصديق بمجرد تلقيه اتصالاً هاتفياً.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور المشكلة:

إن مثل هذه الظواهر الاجتماعية يصعب حصرها في سبب وحيد أو عامل وحيد، ولكنها مجموعة من العوامل المتفاعلة مع بعضها والتي تشكل في النهاية مشكلة زوجية تتمثل بهروب الزوج من المنزل إلى مكان آخر، يجد فيه الأنس والبهجة والسرور، أو على الأقل التخلص من مشكلات المنزل.

وكثيراً ما تأتي الاتصالات من الزوجة، شاكية كثرة سفر زوجها نهاية الأسبوع، أو شاكية كثرة ترويح الزوج عن نفسه ليلياً أو نهاية كل أسبوع، تاركاً الزوجة تعاني الوحدة والملل والفراغ،

وقد يكون لديها أولاد، فيحرم الأولاد الترويح، كل ذلك أنانية من الزوج، وعدم مراعاة شعور الزوجة والأبناء، أو أقل الأحوال يقول اذهبوا مع أهلکم!!، أو لتذهبوا مع السائق!!.

السهر خارج المنزل يعبر عن أنانية الأزواج، والتخلي عن المسؤولية في الحياة الزوجية، التي تقوم على الشراكة، وتتقضي العدل والمساواة والإيثار، والتحمل وحسن الظن، وتقدير ظروف الشريك، ومن العوامل التي قد تسهم في ظهور مشكلة غياب الزوج عن المنزل، ما يلي:

- ١) الأنانية التي يتصف بها الزوج، وقصر الترويح على ذاته دون زوجه وأبنائه.
- ٢) الانحراف لدى الزوج حيث يتيح لنفسه ما لا يريد أن تطلع عليه زوجه وأبنائه، في مكان ما خارج المنزل، سواءً أكان ذلك مطعمواً أو مسموعاً أو مشاهداً ونحو ذلك.
- ٣) شخصية الزوج المتميزة بسرعة الانفعال والعصبية، فيهرب من المنزل لئلا تتطور المشكلات لمشكلات أعظم فيتخذ مغادرة المنزل أسهل الحلول.
- ٤) عدم قدرة الزوج على تغيير نمط حياة العزوبية بعد الزواج، والمتمثلة بالشللية والسهر والرحلات البرية والخارجية بصورة متكررة.
- ٥) كراهية الزوجة لسبب أو لآخر، مع عدم القدرة على مفارقتها لأسباب معينة.
- ٦) استهتار الزوج بالحياة الأسرية، وعدم مراعاة شعور الزوجة أو الأولاد أو كليهما.

(٧) ضعف شخصية الزوج، وإحساسه بأنه غير المسيطر على زوجته وبالتالي على أولاده.

(٨) الدخول مع الزوجة في المشاحنات الكلامية وكثرة الشقاق والنزاع.

(٩) فقدان القدرة الجنسية لدى الرجل، فهناك علاقة بين القدرة الجنسية والشعور بالقوة والإحساس بالسيطرة على المرأة.

(١٠) كون الزوجة نكدة، فما أن يصل الزوج حتى تمطره بالمطالب، أو كثرة التشكي، أو تلقي عليه سيلاً من العتاب واللوم.

(١١) سوء تعامل الزوجة مع زوجها، مما يجعله ينفر من المنزل.

(١٢) عدم قيام الزوجة بمسؤوليات المنزل؛ من النظافة والترتيب وحسن الاستقبال ونحو ذلك.

(١٣) رتابة الحياة الأسرية داخل المنزل، وعدم التجديد والتغيير والإبداع في مجالات متنوعة.

(١٤) عناد المرأة وإصرارها على أمر ما، دون مراعاة لحال زوجها وظروفه.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها على الزوجين إذا استمرت المشكلة دون حل:

من الآثار السلبية الناجمة على غياب الزوج عن المنزل والتي ينبغي على المرشد وضعها في الحسبان حين مناقشة هذه المشكلة ما يلي:

- (١) كثرة الشقاق والنزاع بين الزوجين.
- (٢) اتهام متبادل بالتقصير، وعدم مراعاة شعور الطرف الآخر وتقدير ظروفه.
- (٣) التقصير في تربية الأولاد خاصة الذكور.
- (٤) تشرد الأبناء وانحرافهم، وتهرب الوالدين من المسؤولية، وإلقاء التبعة في ذلك على الطرف الآخر.
- (٥) تقصير أحد الطرفين تجاه الآخر، قد يؤدي للخيانة الزوجية بمستوياتها المختلفة، خاصة مع ضعف الإيمان.
- (٦) ذهاب المودة والرحمة والسكن من الحياة الزوجية، والشعور بالتعاسة والحرمان.
- (٧) قيام الزوجة بانتقاد الأب لدى أولاده، والتقليل من شأنه بانتقاده وذكر مثالبه.
- (٨) رسم صورة سيئة عن زوج المستقبل، لدى البنات من خلال تصرف والدهم كأنموذج.
- (٩) تعريض الزوجة للفتن المختلفة.
- (١٠) النظرة الدونية من قبل الأولاد لأبيهم.
- (١١) تكاسل الزوج عن صلاة الفجر جماعة.
- (١٢) قلة البركة وضعف الإنتاجية الوظيفية لدى الزوج.
- (١٣) الآثار الصحية والتربوية والاجتماعية الكثيرة المترتبة على كثرة السهر.

نماذج من معاناة بعض الزوجات:

أين كنت؟ سؤال يتردد على السنة كثير من النساء، وهو ما يكرهه كثير من الرجال، فبعضهم يعتقد أنه فوق المساءلة، وبعضهم يرى أنه حر ومن حقه أن يتأخر ويفعل ما يريد، حتى ولو كان متزوجاً ولديه أطفال، وبعضهم يعده سيطرة عليه وتحكم في شخصيته.

وهناك المغرور المتعالي الأناني، الذي لا يعرف لقدسية الحياة الزوجية معنى، من الأزواج من يقضي معظم وقته خارج البيت، ولا يعود إلا في ساعة متأخرة، ثم يأتي باعتذار بارتباطاته و صداقاته، و منهم من يخرج لاستراحته أو استراحة غيره، فيلتقي زملاءه وتستمر الجلسة إلى ما شاء الله، دون أن يدري ماذا حل بالمنزل وبأولاده وزوجته. وربما أتى وزوجته تغط في سبات عميق، بعد أن أعيأها السهر وطال عليها الانتظار، تأخر الزوج، ونسيانه المواعيد العائلية، وعدم اهتمامه بشؤون أسرته، من المنغصات التي تؤدي إلى قلق الزوجة وفقدانها لأعصابها، إذا كان الزوج يفضل السهر مع أصحابه خارج المنزل، فعليه أن يخبر زوجته ليطمئن قلبها، ولتعرف أن زوجها يحرص على أسرته بصفة عامة وعلى مشاعر زوجته بصفة خاصة، وهذا مما يزيد الحب بينهما، ويقوي عرى الترابط الأسري، ومع صور متنوعة من مآسي تلك المعاناة وبكلمات تلك الزوجات:

- بعد زواجي بشهور، لاحظت أن زوجي يسهر في الخارج، ويعود متأخراً كل ليلة، تفاضيت عن ذلك مرة ومرات، ولكنني لم استطع الاستمرار، وحدثته في ذلك تلميحاً

في البداية، فلم يلتفت إليّ، فاضطرت إلى محادثته بصراحة، وكانت المفاجأة التي أذهلتني، ثار ثورة عارمة... صرخ في وجهي، وقذفني بأقذع الأنفاذ، وقال إنه حر التصرف، يفعل ما يشاء وقتما يشاء، ولكنني على الرغم من ذلك سكت، وبدأت صحته تتدهور ولكنه لم يهتم، واستمر في تصرفاته، بل وتمادى فيها، فاضطرت إلى أن أخيره، بين حياته معي أو مع سهره، ففضل سهره وتم الطلاق.

- «البر يقنص زوجي».. هذه مشكلة الزوجة الحائرة حيث زوجها يعشق القنص والبر، وبالرغم من أنها كانت هي الأخرى تحب طلعات البر والقنص، إلا أن زوجها وبكثرة اهتمامه بهذا الجانب، وتخصيص وقت أكبر له مما توقعت، قد جعلها لا تطيق لا البر ولا حتى القنص، وتقول: «زوجي مولع بالبر والصيد، وكل ما هو جديد في هذا الشأن، لدرجة أنه أصبح يسافر أياماً وأسابيع، مع أصدقائه وراء الصيد، ليعود إلى البيت متعباً ومرهقاً ومريضاً، ومن ثم يعيد الكرة، وهو لا يمكن أن يجامل في هذا الأمر مطلقاً»، هذه الحال جعلتني مستنفرة دائماً، وفي حال استعداد دائم للذهاب إلى بيت أهلي، لأن زوجي قد يتصل بي في أي لحظة، ليبلغني بسفره في رحلة صيد مع أصدقائه قد تستغرق خمسة أيام.

- قالت: ليت زوجي متزوج بأخرى ولا يدخل الانترنت، عندما قالتها إحدى الصديقات لم أصدق نفسي، قلت هل تمزحين؟ قالت: لا ورب الكعبة، قلت: إذا ماذا تقصدين

بهذا الكلام؟ قالت: لو كان زوجي متزوجاً بأخرى لقسم الوقت بيننا وبينها ليلة لها وليلة لي، ولكن يا عزيزتي زوجي من عمله على النت على طول، وإذا أغلقه خرج يسهر مع أصحابه، فأصبح النت وكأنه ضرة، والضرة مثل ما قلت لك أهون لأنه سيقضي معنا يوماً كاملاً.

توجيهات عامة للمرشد في كيفية التعامل مع المشكلة:

- التزام المرشد بالسلوك الإسلامي في محاورته وأسلوبه وتوجيهاته.
- يقين المرشد بأن لكل مشكلة حل، سواء توصل إليه أو عجز هو عن ذلك.
- تقديم الدعم والمساندة للمسترشد.
- محاولة التعرف على الأسباب الحقيقية للمشكلة وعدم إلقاء الأسباب على الزوج فقط.
- قد تكون هذه المشكلة مجرد مظهر لمشكلة أكبر أو أعمق أثراً في الحياة الزوجية فعلى المرشد التحقق من ذلك.
- محاولة طرح أسباب مفترضة قد تكون وراء ظهور هذه المشكلة حين يحاول طالب الاستشارة تجاهل ذلك أو جهله له.
- تهوين المشكلة لدى المسترشد مقارنة بمشكلات أكبر وأعظم.
- تقديم عدد من البدائل لمعالجة المشكلة بعد الوصول للأسباب الحقيقية للمشكلة.

• بث الأمل لدى المسترشد وتثبيت خلق الصبر والمصابرة، بيان فضل ذلك عند الله عز وجل.

• كما يمكن للمرشد إطلاع المسترشد على بعض الأضرار الدينية والطبية والاجتماعية والاقتصادية للسهر، لكي توصل ذلك لصاحب المشكلة أو جعل ذلك أمام ناظرية كي يقلع عن هذه العادة الضارة.

ونستعرض بعضاً من هذه الأضرار مما يساعد المرشد على إطلاع المسترشد عليها، فقد يرتدع البعض عن تلك الظاهرة (السهر المتواصل) حين يطلع على بعض أضرارها والتي منها:

١- الأضرار الشرعية:

يشير د. طلعت محمد عفيفي إلى الأضرار الشرعية ومنها:

• حرمان النفس من صلاة التهجد وقد قال صلى الله عليه وسلم: (أفضل الصيام بعد رمضان شهر الله المحرم، وأفضل الصلاة بعد الفريضة صلاة الليل). رواه مسلم.

• تضييع الواجبات الشرعية خاصة صلاة الفجر جماعة.

• عقوبة النوم عن صلاة الصبح وقد قال صلى الله عليه وسلم: (من صلى صلاة الصبح، فهو في ذمة الله، فلا يطلبنكم الله من ذمته بشيء؛ فإنه من يطلبه من ذمته بشيء يدركه، ثم يكبه على وجهه في نار جهنم) رواه مسلم.

- يترتب على السهر تضييع لحقوق الله أو حقوق نفسه أو حقوق غيره من عباد الله.
- خطورة السهر إذا كان على معاصي.
- تقصير كثير من الموظفين في أعمالهم المؤمنین عليها.

٢- الأضرار الصحية:

يستعرض د. إبراهيم حكيم أضرار السهر الصحية والتي تشمل الآتي:

١- الأضرار البدنية:

إن الله خلق النهار للعمل، والليل للنوم، لذلك فالسهر يؤدي إلى أعراض منها: التعب، والصداع، والغثيان، واحمرار العينين وانتفاخهما، والتوتر العصبي، والقلق، وضعف الذاكرة والتركيز، وسرعة الغضب، والألم في العضلات، وبعض المشكلات الجلدية.

٢- السهر والكفاءة العضلية:

لقد ثبت من خلال التجارب، التي أجراها عدد من علماء فسيولوجيا الرياضة والعضلات، أن الكفاءة العضلية تبدأ في الزيادة تدريجياً عند الساعة الرابعة صباحاً حتى الساعة الحادية عشرة صباحاً، ومن ثم يبدأ المستوى في الانخفاض إلى الساعة الثالثة عصراً، ويكون هذا الانخفاض بمستوى أكبر عند التاسعة ليلاً، ويبلغ مداه الساعة الثالثة صباحاً.

٣- السهر وجهاز المناعة:

أكد البروفيسور (مولدو فيسكي) أستاذ الأمراض العصبية والنفسية بكلية الطب بجامعة تورنتو بكندا الذي درس العلاقة بين السهر وجهاز المناعة على مدى عشر سنوات - أن قلة النوم تقف وراء الكثير من الأمراض التي كانت خافية، وأن جهاز المناعة في الإنسان مبرمج على ساعات اليقظة والنوم، وعند حدوث تغيير في هذه الدورة اليومية، يصاب جهاز المناعة بالتشويش والفوضى.

٤- أضرار أخرى:

اكتشف الباحثون من المعهد الوطني للقلب والرئة بالكلية الملكية بلندن، لدى المصابين بمشكلة اضطراب النوم، أن كثافة خلايا المخ بالنصف الأيسر من الدماغ، والمسؤولة عن تنسيق اختزان الذاكرة، تكون أقل مقارنة بالأصحاء، من خلال دراسة تمت بإجراء فحص بالرنين المغناطيسي مقارنة بالأصحاء. قال البروفيسور (إيفين كارتر) إن عملية النوم تؤثر على معظم هرمونات الجسم بشكل عام، ويمكن أن تسرع من الأمراض المرافقة للشيخوخة؛ مثل السكري، وارتفاع ضغط الدم، والعتة الدماغية كما أكدت ذلك دراسة في جامعة شيكاغو. وفي دراسة على أربعة آلاف وخمسمائة وواحد وأربعين رجلاً وامرأة، تمت متابعة أنماط النوم لديهم على مدى أربعة عشر عاماً، تبين أن النوم المريح من سبع إلى ثماني ساعات، يقلل من خطر الإصابة بالأمراض القلبية، التي تعد الآن من أسباب الوفيات الأولى في أمريكا وأوروبا، بسبب طبيعة حياتهم والأعمار بيد الله ولكن للأسباب أثرها.

٣- الأضرار الاقتصادية:

- حثّ السنة النبوية على اغتنام البكور في السعي إلى طلب الرزق، وبينت أنه وقت مبارك، يحصل فيه الإنسان من الرزق أضعاف ما يحصله في غيره من الأوقات، والسهر يفوت مثل تلك المصالح، قال صلى الله عليه وسلم: (اللهم بارك لأمتي في بكورها) رواه الترمذي.
- فوات الرزق قال الإمام ابن القيم: أربعة تجلب الرزق: قيام الليل، وكثرة الاستغفار بالأسحار، وتعاهد الصدقة، والذكر أول النهار وآخره، وأربعة تمنع الرزق: نوم الصبحة، وقلة الصلاة، والكسل، والخيانة. فكم من المصالح الاقتصادية يفوتها السهر ونومة الصباح، خاصة في الأعمال الحرة.

٤- الأضرار الاجتماعية:

- قلة التواصل مع الجيران مما يؤدي للنفرة وسوء الظن.
- إهمال الواجبات تجاه العائلة والأقارب والأنساب.
- انقطاع صلة الرحم أو تباعد الزيارات بين الأقارب.
- إسناد الأمور المتعلقة بالأسرة - مما هي من مسؤوليات الزوج - إلى الآخرين من أقارب الزوجة أو السائقين أو غيرهم.
- تعريض الزوجة لمواقف محرجة أمام ذويها وأبنائها وأقاربها وصديقاتها.

إن اطلاع أو إطلاع بعض الأزواج على بعض تلك الأضرار والآثار - وما ترك منها أكثر خشية الإطالة - قد يدفعه للتخلي عن هذه العادة السيئة. أما طريقة إيصالها للزوج، فتختلف من فرد لآخر، وحسب تقويم الزوجة لطبيعة شخصية زوجها، وبإمكان المرشد اقتراح أساليب أخرى غير ما سيرد مما يناسب الموقف، ومن هذه الطرق والأساليب ما يلي:

- تسليم تلك المادة - المتعلقة بمشكلة غياب الزوج عن المنزل - مكتوبة، مصحوبة بكلمات جميلة ورقيقة.
- تقديمها مشافهة بأسلوب المحب المشفق.
- طباعتها وجعلها أمام ناظره على المكتب أو صالة الجلوس أو غرفة النوم.
- وضعها في جهاز الفيديو إذا كانت المادة مسجلة على شريط فيديو، وتشغيله حينما يكونان مهئين لمشاهدته.
- إسماعها زوجها عن طريق المسجل إذا كانت تلك المادة مسجلة على شريط صوتي، كأن تجعل الشريط يعمل في المسجل، كأنها تريد أن تسمع، وهدفها من ذلك إسماع زوجها تلك المادة.
- وضعها على سطح المكتب للحاسوب حين تكون المادة معدة بحيث تعمل على جهاز الحاسوب كملف مرئي (فلاش، أو فيديو، أو كارتون، أو رسم كاريكاتوري)، أو صوتي، أو ملف (وورد)، أو (بور بوينت) ونحو ذلك.

- إسماعها زوجها في السيارة، عن طريق مسجل السيارة، إذا كانت تلك المادة مسجلة على شريط صوتي، فتستأذنه في وضع الشريط في مسجل السيارة، حين يكونان مسافرين، بحجة متابعتها سماع مادة هذا الشريط الذي قطعه ركوبها في السيارة، وهي تقصد من ذلك إسماع تلك المادة لزوجها.

المراجع

- ١- محمد بن مسفر القرني وسهير الغالي: العلاج الأسري ومواجهة الخلافات الأسرية.
- ٢- يوسف ميخائيل أسعد: المشاكل الزوجية.
- ٣- سلمان بن ظافر الشهري: أخطاء ومخالفات في الحياة الزوجية.

المشكلة الثالثة الغيرة المفرطة من قبل الزوجات

شارك في كتابتها كل من:

(١) د. أسماء بنت عبدالعزيز الحسيه

(٢) د. وداد العيسى

الغيرة المفرطة من قبل الزوجات

د. أسماء الحسيه

تعريف المشكلة:

تعرف الغيرة لغة: بثورة النفس، وغارت المرأة على الرجل: ثارت نفسها لانصرافه عنها لأخرى أو اهتمامه بغيرها. و الغيرة هي: حال نفسية انفعالية أو شعور مركب متفاوت الدرجة بالألم والغضب و الخوف أو القلق يصاحبه قلة الثقة مرتبط بعلاقة الإنسان بآخر عندما يأتي ما يهدد مكانته أو ينافسه في امتيازاته أو أمر ما يهمه، أو عاطفة الحب لديه من قبل آخر أو آخرين (كتصرفات أو سلوكيات أحد الزوجين تجاه الآخر، أو ظهور شخص جديد في حياته).

والغيرة جزء أساسي من النسيج الإنساني، وهي تبدأ مبكرة في حياة الإنسان ولها ارتباط بنمو المشاعر والعلاقات، وهي فطرة أو جبلة جبل الله تعالى عليها ابن آدم وجميع الحيوانات. ومما يدل على أن الغيرة فطرة قتال الجمل عن الناقة كل فحل يعرض لها، وكذلك اعتداء الطفل الصغير على أخيه الأصغر منه الذي يشاركه في اهتمام الأبوين ورعايتهما، و رغبة المرأة في بقاء زوجها لها لوحدها دون اقترانه بأخريات، وأيضا ما تشعر به بعد زواجه من غيرها. والمرأة كائن غيور بطبعه.. فهي ذات مشاعر رقيقة ومركبة وعاطفية أكثر من الرجل، ولذا فليست غيرتها في محلها دائماً.

عناصر الغيرة وأنوعها:

عناصر الغيرة ثلاثة وهي:

- الشخص الذي يُغَارُ (المرأة).
- الشخص الذي يُغَارُ عليه (الزوج).
- الشخص الذي يُغَارُ منه (كالمرأة الأخرى).

أنواع الغيرة:

أنواع الغيرة بوجه عام ثلاثة:

- غيرة طبيعية.
- غيرة مشككة.
- غيرة مرضية (ترجع إلى اضطرابات في الشخصية).

وهناك نوع رابع من الغيرة، وهي الغيرة الإيمانية أو الشرعية: وهي خاصة بالعبد المسلم حيث يتقرب بها المؤمن لله تعالى، وتبدو عند انتهاك حرمة الله تعالى، أو خشية وقوع مثل ذلك.

الغيرة الطبيعية: أحد مظاهر الحب والحذر والطبيعة الإنسانية السوية. فجوهرها الحب الحقيقي. وهي ألم رقيق مستعذب، وقلق يبعث على اليقظة والانتباه، ومثير يحرك سكون القلب ويبعث فيه الدفء والحياة، وشعور صحي يدفع إلى الاهتمام من أجل الاحتفاظ بالزوج الحبيب والحب.

أمّا الغيرة المشكّلة: فتتطوي على الخوف والقلق الشديدين خشية وقوع الخيانة. وترتبط بمشاعر سلبية متعددة: كالوساوس، و الخوف، والغضب، وتهديد الذات وتبدو فيها المبالغة أو تكبير التوافه. (مثالها غيرة المرأة من أقارب الزوج من النساء أو من امتداحه لهن، أو غيرة المرأة من حب الزوج لأحد ما من الناس أو حتى الحيوانات أو الهوايات، أو من اهتمام شخص ما بالزوج، أو من طبيعة عمله... إلخ، وتكون نسبة القلق من حدوث أمر سيء أكثر درجة من مجرد الحذر أو الخوف العادي).

وأما الغيرة المرضية: فهي تعكس مرضاً أكثر من كونه حباً واهتماماً. وجوهرها حب التملك أي الحب الزائف. والشك هو الأساس في الغيرة المرضية، حيث يعتقد المريض أن الخيانة قد وقعت أو في طريقها للوقوع (وليس هناك صحة لهذا الاعتقاد). وتتطوي الغيرة المرضية على القسوة والرغبة في تدمير الزوج. وقد ترفض المرأة الاعتراف بسلبيات مركب الغيرة أو المعاناة الناجمة عنه، وتحاول الإخفاء لأن الإظهار أو الإفصاح عنها يزيد من شعورها بالهانة والتقصير، فتكبت مشاعرها الحقيقية كالحسد، والبغض، والكراهية في بعض الأحيان. مما قد يعرضها للإصابة ببعض الأمراض النفسية، أو الجسمية المزمنة. جاء في الحديث عن الرسول صلى الله عليه وسلم قوله: « إن من الغيرة ما يحبه الله، ومنها ما يبغضه الله، فأما الغيرة التي يحبها الله، فالغيرة في الريبة، والغيرة التي يبغضها الله فالغيرة في غير ريبة » رواه أبو داود والنسائي، والغيرة هي الشك والظن.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور المشكلة:

هناك عوامل تساعد في حدوث الغيرة بدرجاتها، أو أنواعها، ومن أهم هذه العوامل:

- الظروف الشخصية لأحد الزوجين أو كلاهما (وقد ترتبط بعوامل وظروف التنشئة الاجتماعية، والخبرات الأليمة في الصغر، والإحباط والقلق، أو بسبب ضعف الثقة في النفس، وقد يتوقف تطور الشخص النفسي والعاطفي عند مرحلة الطفولة، كذلك التفاوت بين الرغبة والواقع، بين النزعة إلى التملك المطلق وما يهدد هذه النزعة، وبين ما يمكن أن نسميه بالشراسة الوجدانية، والقدرة على الخوف من فقد الحبيب وهو أحد الدوافع إلى الغيرة، أو قد ترتبط بوجود قصور جسمي وعاهات وعدم التوافق معها، أو في حال الإهمال، وعدم العدل من قبل الطرف الآخر، أو أنه ليس أهلاً للثقة التامة، أو للفروق الشكلية والثقافية الكبيرة بين الزوجين كأن يكون الزوج وسيماً أو ذا ملامح جميلة أجمل من الزوجة، أو ثقافته عالية في حين ثقافتها محدودة جداً).
- الظروف البيئية والاجتماعية (كظروف عمل الشخص، أو الغياب المستمر عن المنزل، أو مركز الشخص الاجتماعي).
- وجود منافس قوي التأثير يسعى للفوز أو السيطرة (كأن تخبر المرأة امرأة أجمل منها أو أكثر تميزاً منها عن علاقة ما بزوجها أو تلفت انتباهه، أو في حال وجود زوجة أخرى... الخ).

ويمكن فهم الغيرة من فهم الحب، ما الذي تريده المرأة من الحب ؟ أو ماذا يعني الحب لدى المرأة ؟ هل يعني الشعور بالأمان ؟ وهنا تكون الغيرة بسبب الخوف من الترك و التخلي أو الرفض و النبذ أو الخوف من حدوث خطر. أما إذا كان الحب لدى المرأة يعني حب الأنا، فإن الغيرة تأتي بسبب الخوف من فقدان التميز، والإشباع أو السيطرة.. وهكذا. ومن هنا نستطيع القول بأن ما يحدد طبيعة الغيرة لدى المرأة أمران هما:

- طبيعة الشخصية، و - نوعية الحب (حيث الحب الحقيقي تصاحبه الغيرة الطبيعية، أما حب التملك فتصاحبه الغيرة المفرطة أو غير الطبيعية).

لماذا تغار الزوجة على زوجها ؟

عندما وجهت سؤالي هذا لعدد من النساء اللاتي يعانين من مشاعر الغيرة بشكل كبير (٤٠ امرأة ما بين متعلقات تعليماً جامعياً وتعليماً ثانوياً وغير متعلقات على الإطلاق) اتفقت الإجابات على:

- أن المرأة التي لا يملكها الرجل عادة تلفت انتباهه ويتمناها.
- الخوف من رؤية من هي أجمل.

هذين النمطين من الإجابة تعكس الحال النفسية والاجتماعية التي تخبرها المرأة في علاقتها بزوجها، أي أنها تعكس الشعور بعدم الثقة من جهة، وعدم الشعور بالأمان والاطمئنان من جهة الزوج وقد تكون الحال الثانية مترتبة على الأولى. وبالنظر للخلفية

النفسية ونمط التنشئة لغالبية أولئك النساء فإن لذلك أيضاً ما يبرره من ظروف التخلي ووجود مشكلات أسرية سابقة في حياتهن - أي في مرحلة الطفولة -.

كما أنه قد يتعرف المرشد الزواجي إلى أسباب الغيرة لدى الزوجة المسترشدة، بسؤالها مباشرة أو من خلال زوجها يمثل ذلك السؤال السابق. ويمكن إجمالاً ذكر أسباب الغيرة لدى الزوجة كالآتي:

أسباب الغيرة لدى الزوجة:

أهم أسباب الغيرة بصفة عامة لدى الزوجة، تتجلى في:

- عمل الزوج في أماكن أو أجهزة لها علاقة بالمجال النسائي أو النسائي والرجالي معاً (كالتدريس في الجامعة، أو الطب، أو الصحافة، أو المحاماة، أو المستشفيات، وغيرها) يساعد في ذلك شخصية الزوجة الغيرة بطبيعتها.
- عدم اهتمام الزوج بزوجته وكثرة خروجه من المنزل.
- عدم إطراء الزوج لزوجته أو اهتمامه بمشاعرها وضعف اهتمامه العاطفي بها.
- انشغال الزوج المستمر بأمور خارج الأسرة وعدم السؤال ولو عبر الهاتف عن الزوجة أو عن أحوال الأسرة.
- كثرة حديث الزوج عن النساء الأخريات أو الزواج المتعدد.
- كثرة انتقاد الزوج لزوجته، وإظهار سلبياتها أو عيوبها.

وهناك عوامل وأسباب متعلقة بالزوجة نفسها كأن تكون غير واثقة من نفسها، أو لديها بعض العيوب الخلقية أو الخلقية أو النقص في أمور تتعلق بها أو بأسرتها أو أن تكون مضطربة في الشخصية أو في تفكيرها أو ذات شخصية متشائمة أو متخوفة أو لديها سوء الظن. وقد تكون الغيرة واجهة تخفي وراءها محاولة الزوجة إذلال زوجها ومحاربته، وإسقاط ما بها عليه، من باب الدفاع عن النفس كأن تنهرب من مسؤوليات الزواج وهي تفعل ما يثير غيرة الزوج كراهية للمسؤولية أو كراهية له نفسه، أو من باب الرغبة في استبداله.

ملامح المرأة المريضة (بالغيرة المفرطة أو المرضية):

١- الشعور بالنقص:

المرأة التي لديها الغيرة المرضية ينتابها عادة الشعور بالنقص والعدوانية، والشعور بالنقص هنا أساس هذا النوع من الغيرة أو حجر الزاوية فيها، ويتمحور حوله لوم الذات، والهجوم عليها - ولعل جذور مشكلتها تعود إلى طفولتها حيث قد تكون تعرضت للإهمال والنبذ والإنكار. وهذه المرأة التي لديها شعور بالنقص تهاجم نفسها لأنها لم تحصل على حب الرجل الكافي أو اهتمامه الكامل، وتهاجم نفسها مرة أخرى لأنها ترى أنها لا تستحق الحب، وليست بالتالي جديرة بأي اهتمام. وتكون المرأة في هذه الحال حساسة لنبرات الصوت وتعبيرات الوجه الدالة على الحب والاهتمام أو الرفض أو عدم الاهتمام، حساسية ترقى إلى الشك في أنها لا تحظى بالحب والاهتمام، ولذا فهي تحتاج إلى من يؤكد حبه

ويدعم اهتمامه. تحتاج المرأة الغيور إلى جرعات زائدة ومركزة، ومن يجبها يجب أن يظل بجوارها كل الوقت، ويجب أن يقدم الدليل في كل وقت على حبه واهتمامه، ويجب أن يخضع لسيطرتها الكاملة، ويتحول إلى ملكية مطلقة لها، فهذا بالنسبة لها هو دليل الحب، ويجب ألا يعطي أدنى قدر من الاهتمام لأي إنسان أو حيوان أو نبات أو حتى جماد سواها.

٢- حب السيطرة:

المرأة الغيور هكذا تكون عادة كثيرة الصراخ بصوت مرتفع ولا تتورع عن الحديث بلا خجل وبلا حياء في أكثر الموضوعات حساسية، وإذا شعرت بإهمال زوجها أثناء الحوار فإنها تندفع في ثورة حادة عارمة تحطم كل شيء حولها، وقد تحطم رأسها، وهي غير مرنة، ولا تعطي الفرصة لأي نقاش أو حوار وتتصور أن رأيها هو الأصوب وتحليلها هو الأصح، وليس من السهل إقناعها بالعكس. وهذه الإنسانية غير عادلة، وغير منصفة، ولا تقدر مشاعر الآخرين (وقد يرجع ذلك لتعرضها في طفولتها إما لحرمان أو نتيجة تلبية زائدة لطلباتها واحتياجاتها.. حيث النتيجة واحدة في كلا الحالتين). وإحساس هذه المرأة الدفين (العقل الباطن) يلح بهذا المعنى: «إذا امتلكتك فأنا أستطيع السيطرة عليك، وإذا سيطرت عليك فإنك لن تستطيع أن تعطي حبك واهتمامك لأحد غيري».

٣) الأنانية:

هذه صفة أساسية في كل امرأة غيور. والأنانية هنا لا تعني الاهتمام بالذات كما في

المرأة الطبيعية، ولكن المرأة هنا تريد كل شيء لنفسها بطريقتها متجاهلة رغبات الآخرين واحتياجاتهم، لا يهتمها تعارض ما تريد مع رغبات الآخرين واحتياجاتهم، فهي تريد أن تحتل الطريق وحدها ولا تفسح مجالاً لآخر، وتريد أن تمشي في عكس الاتجاه ولا يحق لأحد أن يعترضها، ولذا فهي بمثابة عقلية الطفل الذي لم يتعلم المشاركة، ولم يتعلم أن يدفع مقابل أي خدمة يحصل عليها، وهي كذلك تتجاهل رغبات زوجها وآراءه واهتماماته واحتياجاته، فهي تريد كل شيء بطريقتها هي أو على هواها بالقدر الذي يريحها وبالشكل الذي يرضيها، غير أن هذه المرأة تمتد إلى عمل الرجل ومصالحه، وهواياته، و تمتد إلى أمه وأخواته، وهي تريد أن تستحوذ على زوجها بالكامل، ولا يبقى منه أي شيء لأي شيء غيرها.. فإذا اعترض واتهمها بأنها تباليغ في طلباتها فإنها تنفجر غاضبة وتتهمه بالإهمال، وبأنه لا يقيم وزناً لمشاعرها واحتياجاتها.

وفي الحالات المبالغ فيها تغار المرأة من أن ينشغل تفكير زوجها بأي موضوع أو قصة لا تكون هي محورها.

(٤) الخوف:

المرأة الغيور يسيطر عليها الخوف بشكل عام، ويكاد أن يكون مثل خوف الأطفال، فهي تخاف من أشياء بسيطة لا يخاف منها أي إنسان طبيعي، وتؤثر عليها أبسط الأشياء، حتى غير المقصودة، وهي تخاف من كل إنسانة: أمها، وشقيقتها، وابنتها، والشغالة، والمرأة

العجز، والطفلة الصغيرة، وغير ذلك، وتحملها الأفكار إلى أبعد من المعقول والمنطقي، فتخاف من أي اهتمام يوجه إلى زوجها، أو نجاحه، أو شهرته، وكل شيء يحمل تهديداً لها، ولا شيء يعطيها الأمان. هذه المخاوف لا تجد ما يبررها، لكنها نابعة من داخلها.

٥) الشعور بالاضطهاد:

وهو شعور سيء يدفع بالحزن إلى نفسها و يجعلها في حال دائمة من الضيق والسخط وتتساءل: لماذا يهاجمني الناس؟ ولماذا يتربصون بي؟ ولماذا يريدون أن يحطموا سعادتي ويدمروا حبي ويختطفوا زوجي وحبيبي؟ تشعر بالإشفاق تجاه نفسها، وقد تتخذ مواقف عدوانية تجاه الآخرين.. المرأة الغيور بهذا الشكل تحمل بعض ملامح الشخصية الاضطهادية « البارانونيد » والتي لديها حساسية زائدة، فتجسم الأمور وتبالغ فيها، ولا تثق بأحد حتى لو كانت صديقتها المقربة، بل تتوقع من الناس الإيذاء والضرر، وتشك حتى في قدرتها على منافسة أي امرأة تبدي اهتماماً بزوجها، بل هناك وسواساً ثالثاً وهو أنها قد تفقد زوجها في وقت من الأوقات.

٦) هزيمة الذات:

الإنسانة الغيورة لا بصيرة لها، فبالرغم من أنها تكون في الغالب لامعة الذهن وذكية، رائعة وقادرة وناجحة في أشياء كثيرة في حياتها، ولكن حين يتطرق الأمر إلى الإنسان الذي تحبه ولا سيما الزوج فإنها حينئذ تبدو وكأنها متخلفة عقلياً، كل سلوكها يتميز بإيذاء نفسها

وهزيمتها، وتصبح عدوة نفسها، وقد ترتكب حماقات من أجل أن تجرحه وتضايقه، وهي تعلم تماماً أنها ستفقد هذا الأسلوب ولكنها تندفع وتتمادى ولا تستطيع أن تمنع نفسها، وجذور هذا السلوك تعود إلى عهد بعيد في طفولتها.. لقد تعلمت هذه المرأة الغيور أن تكره نفسها حين تعرضت للنبد والهجر والترك والحرمان، ويصور لها إحساسها الدفين (عقلها الباطن) المعادلة على النحو التالي: « لقد ابتعدوا عني لأنهم لا يحبونني.. إذن لا بد أن أكره نفسي لأنها غير جديرة بالحب.. إذن لا بد أن أعاقب نفسي وأؤذيها.. » وربما تكره نفسها بسبب الشعور بالضعف، والعجز أو القصور. ومظاهر كراهية النفس والرغبة الاندفاعية في إيذائها قد تبدأ في الطفولة، حين يسرف الطفل في الطعام ليزداد وزنه، أو حين يمتنع عن الطعام حتى ينحف إلى حد خطير، أو تؤذي الفتاة الجميلة الصغيرة نفسها بتشويه وجهها أو بنزع شعرها، إنه سلوك غير إرادي قهري لتوجيه العدوان نحو الذات بدلاً من توجيهه نحو الآخرين، والمرأة قد تفعل نفس الشيء فتسرف في الطعام أو تنزع شعر رأسها أو تدمي وجهها بأظافرها، أو قد تحطم كل علاقات الحب التي تربطها بالآخرين فتسيء لصديقاتها أو أقاربها حتى يبتعدوا عنها وكأنها تريد أن تكون هي السبب في إبعادهم قبل أن يتركوها هم.. الزوجة الغيور إنسانة انهزامية تعادي نفسها ولا تستطيع أن تتوقف عن إيذاء زوجها حتى تفقده تماماً.. وهذا نوع من الانتحار العاطفي.

(٧) عدم تحمل المسؤولية:

وهي إحدى الصفات البارزة في شخصية الزوجة الغيور، فهي ترفض تحمل مسؤولية

غيرتها، بل تلقي اللوم على زوجها وعلى الآخرين الذين ساهموا في تعاستها، وهي تعتقد أن الزوج هو السبب في الاضطراب النفسي الذي تعاني منه، وهي ترفض بعناد أن تتراجع عن موقفها وأن تراجع نفسها وأن تسترد بصيرتها لتكتشف أنها غير محقة في غيرتها وأن عليها تحمل مسؤولية معاناتها ومعاناته، فهي المسؤولة عن المأزق الحرج الذي وصلا إليه، وأن عليها أن تفعل شيئاً، ولكنها تتصل دائماً من المسؤولية وتلقيها كلها على عاتقه، وبالتالي فعليه هو أن يتحرك وأن يفعل شيئاً، وقبل ذلك عليه أن يعترف بأخطائه، حينئذ فقط ستشعر بالراحة والأمان والطمأنينة.

ومشاعر الغيرة المفرطة أو المرضية لدى المرأة الغيور متعبة جداً.. فهي مزيج من القلق والخوف والضييق والارتعاش الداخلي، وربما التشنج العضلي، و الاضطرابات الجسمية كألم المعدة، والصداع، وضيق الصدر، وربما اختلاج عضلات الوجه، ومشاعر غضب غير محددة الاتجاه، وأسوأ المشاعر عادة التي تخبرها مثل هذه المرأة هي عدم الثقة في النفس، والشعور بالنقص الحقيقي.

مظاهر الغيرة المرضية لدى الزوجة:

- تتمثل الغيرة المرضية لدى الزوجة غالباً في القيام بالسلوكات التالية أو أغلبها:
- كراهية حب الزوج لأي امرأة أخرى حتى لو كانت أمه أو أخواته، وغضبها عند امتداحه لهن.

- الاضطرابات المزاجية وتوجيه الاتهامات المتوالية للزوج، وقد تستمر الزوجة، وقد تتراجع عن اتهاماتها فترة، وقد تعود إليها، وهي متأرجحة بين الصمت المؤلم القصير والاتهام المشين غير المنطقي عادة.
- الشك في نوايا الآخرين والسعي إلى الحذر منهم.
- البحث والتفتيش المستمر في أغراض الزوج الخاصة (المحفظة، والملفات، والأدراج، والهاتف المحمول، والإنترنت، وفواتير الهاتف.. إلخ).
- إرسال الأخريات لمهاتفة الزوج بين فترة وأخرى بقصد التأكد من مدى استرساله معهن (وكثير من النساء وقعن في شرك هذا العمل غير الجائز).
- التجسس على مكالمات الزوج (وقد يكون ذلك بنفسها أو بإرسال آخرين، أو بوسائل التسجيل المختلفة).
- إحراج الزوج في أماكن عمله بكثرة الاتصالات أو السؤال عنه، أو بحجة التأكد من براءته من شكوكها المستمرة فيه.
- التخلص من أي شيء يتعلق بما امتدحه الرجل من امرأة أخرى حتى لو كانت من محارمه وكراهيته.
- إثارة المشكلات الدائمة والتحقيق المستمر مع الزوج.

- الشعور بالاضطراب النفسي وعدم الاستقرار، ومشاعر القلق والشك والعدوان والكآبة النفسية.
- نعت الزوج بالتقصير في الجوانب المختلفة الأخرى، وإبراز عيوبه ومواجهته بها، أو تشويه صورته أمام الآخرين، وأمام الأبناء.

كيفية تهذيب الغيرة في نفس الزوجة:

الغيرة غير العادية تعني وجود خلل ما في شخصية المرأة، أو في العلاقة الزوجية، ويمكن تخفيف حدة هذه الغيرة من خلال معرفة أسبابها أولاً، والتعرف على الاستراتيجيات المفيدة في هذا الشأن، ويمكن المساعدة في ذلك بالتالي:

أولاً: نزع المفاهيم الخاطئة التي أدت إلى الغيرة الزائدة في شخصية الزوجة بحيث

تستبدل بمفاهيم صحيحة ونصائح مفيدة، وذلك من خلال التالي:

- قبول النفس أولاً وحبها، فإذا أحبت المرأة نفسها واحترمتها وقدرتها فسوف تحب الآخرين، بل ستحبي نفسها من أوهام عدم قبول الآخرين لها.
- التعرف على أنه ليس من حق أي إنسان أن يمتلك إنساناً آخر، حتى وإن كان مسؤولاً عن طعامه وشرابه. وأن علاقة الحب اتفاق بين اثنين ليحقق كل منهما رغبات الآخر واحتياجاته. الإنسان لا يستطيع أن يمتلك إنساناً آخر مثلما يمتلك سيارة أو منزلاً. وليس الرجل مسجوناً، أو أسيراً لدى المرأة التي تحبه.

- لا يوجد إنسان كامل، لا بد من التخلص من الصورة الخيالية التي في ذهن المرأة، وأن تتعامل مع زوجها كإنسان وليس كملاك. كل إنسان معرض للخطأ ومن حقه أن يهتم بذاته في بعض الأحيان، وعليها عدم كراهية ضعفها، بل تقبل الضعف البشري وتحترمه.
- عدم أخذ كل أمر على أنه شخصي وموجه لشخص الزوجة بالذات أو ضدها، المرأة الغيور كالشخصية الاضطهادية تحيل كل شيء إلى نفسها، ولديها حساسية بالغة، وإسقاط اللوم على الآخرين إلى الحد الذي تجرح معه مشاعرهم، بل لا بد من تقبل الآخرين بعيوبهم، ولا تجعل خيالها يصور لها الأشياء على غير الحقيقية.

ثانيا: من الوسائل المفيدة عامة في التخلص من الغيرة الآتي:

- ١- تقوية العلاقة بالله تعالى والاستعانة به والتوكل عليه. والإكثار من الأذكار والدعاء وقراءة القرآن فكلها تولد الاطمئنان في النفس والشعور بالأمان، وتبعد الخوف والحزن عنها، قال تعالى: ﴿ألا بذكر الله تطمئن القلوب﴾. كما أن من ثمرات الإيمان وحسن الخلق الذي يحث عليه الدين، حسن الظن بالآخر ما لم يثبت العكس.
- ٢- على الزوجة أن تقوى ثقتها بنفسها، وعدم إلقاء اللوم على نفسها، أو أن تنظر إلى

نفسها بأنها مهزومة، أو مغلوبة على أمرها، وتحذر من رثاء نفسها أو شعورها بالتهديد أو الهزيمة، بل تحافظ على سلامة وهدوء أعصابها، كذلك تقبل عيوب النفس، فلوام النفس يؤدي إلى الغضب، والكراهية، والاستعلاء والوهم.

٣- الكف عن الشكوى، وانتقادات الزوج المستمرة، ولا بد من تجاوز بعض الأمور والسلوكات، وعدم الإفصاح عن جميع الخواطر لأن بعضها في حقيقة الأمر خطأ ومبالغ فيه، كذلك عدم التعليق على كل سلوك وكل لفظة.

٤- الاستماع إلى الزوج، وعدم رفض آرائه وانطباعاته عن الزوجة، ومحاولة فهمه و تصديقه والاعتراف بالخطأ.

٥ - إعطاء الزوج مزيداً من الحرية في غير معصية الله، وهو أمر ضروري ودليل على الاحترام والثقة والتقدير. بل إن في ابتعاد الرجل قليلاً عن الزوجة ما يجعله يشعر بمشاعرها الرائعة ويحن إليها باستمرار، ويشعره بثقتها فيه.

٦- التعويض عن أوجه القصور الحقيقية في شخصيتها أو ذاتها، فعلى سبيل المثال: إذا كانت متوسطة الجمال أو متوسطة التعليم فبإمكانها التحلي بروح المرح والنكتة، والأسلوب الحاني الطيب، والأفكار الجيدة، والنظافة، والرائحة الجميلة والاهتمام بالملبس والمكان، والاهتمام بالطعام (عمله وتقديمه بالشكل الجذاب)، وحسن تدبير شؤون المنزل، وهكذا فكل هذه الأساليب أو أغلبها قد تكمل الناقص في شخصيتها بحول الله، بل وتزيدها جاذبية وشعوراً بالثقة.

- ٧- أن تثق بأن كل شيء في هذا الكون مقدر ومكتوب وأن القلق وزيادة الحرص مجلبة للتعب النفسي والشقاء بعد إرادة الله، وربما يعقدان المشكلة ولا يحلانها.
- ٨- محاولة الابتسام دائماً حتى في الظروف الصعبة، والاحتفاظ بالهدوء ورباطة الجأش عند الاستفزاز، وعدم عبوس الوجه، والحذر من التلفظ بالكلمات النابية أو الجارحة، فالإنسان يتم الحكم عليه من خلال المواقف الصعبة وليس المواقف العادية الطبيعية، كما أن الرجل عادة يحب ويقدر المرأة المتزنة والصلبة أمام المواقف الصعبة بصفة خاصة.
- ٩- عدم تعمد الزوج إثارة غير المرأة، أو وضع نفسه موضع الشكوك فيه، كالحديث بصوت هامس في حضرتها أو بعيداً عنها، أو إشعارها بأن ثمة أموراً خفية لا يرغب في إطلاعها عليه، أو بكثرة الكذب، والتبريرات، ولا سيما في حال المرأة الغيور أو شديدة الحساسية.
- ١٠- إذا كانت الأجواء أو الظروف غير مناسبة للمواجهة أو الحديث في موضوع أثار الغيرة لدى الزوجة فلا بد من تأجيله إلى وقت آخر مناسب، بحيث يكون الحديث بلباقة وذكاء وهدوء تام.
- ١١- إشغال الذهن بموضوعات مفيدة وجيدة على المستوى الأسري أو الاجتماعي، والتفكير في: كيف أسعد زوجي؟ بدلاً من: كيف أكتشفه أو أعثر على دليل يدينه؟

وكيف أحافظ على ثقتي به، وثقته بي؟ كيف أشبعه عاطفياً، وكيف أجعله يشعر بهذه العواطف في كل وقت؟ وكيف أرضيه؟ وابتعد عما يفضبه؟، وكيف أجعله يحن إليّ وإلى عشه الجميل؟ كذلك على الزوجة التخلص من المشاعر السلبية الحبيسة داخل النفس من خلال الأعمال والممارسات الإيجابية ومنها: الرياضة، الاسترخاء، تعلم مهارات يدوية، وممارسة بعض الهوايات الجميلة.

١٢- الصبر من قبل الزوج على غيرة الزوجة، كما قال عليه الصلاة والسلام «غارث أمكم» وليكن لنا في رسول الله أسوة حسنة، ومحاولة تعديل سلوك الغير غير المناسب أو المبالغ فيه، وذلك بامتداح الجانب أو الجوانب الطيبة في المرأة، وكذلك عدم إثارة ما يؤجج مشاعر الغير في نفسها، من سلوكات مريبة، ومحاولة اطلاعها على بعض الأمور المقلقة فيه، أو بما يثير غيرتها، أو شرح الموقف لها.

١٣- التقرب من الزوجة، والحوار معها وإبداء الحب لها حتى يتم إنقاذها من هذه المتاهة الكبيرة الغير المفردة.

١٤- التفاؤل دائماً، وحسن الظن بالله تعالى، وأن تعود الزوجة نفسها الاعتقاد بأن الأمور على ما يرام، والله تعالى عند ظن عبده به إن خيراً فخير وإن شراً فشر، ويجب أن تظن بربها خيراً دائماً.

١٥- وفي حال كون الغيرة دليلاً على إصابة الزوجة بأحد الأمراض النفسية أو العقلية، أو عرضاً من أعراضها فلا بد من العلاج النفسي من خلال الجلسات النفسية لدى المختص النفسي، أو العلاج النفسي الطبي المناسب حيث هو الحل الوحيد بعد الله تعالى.

المراجع

- الزواج والتوافق، د. أسماء بنت عبد العزيز الحسين، تحت الطبع.
- أمراض الحياة الزوجية، د. سامي محمود، الدار المصرية للنشر والإعلام، القاهرة، ١٤١٣هـ.
- الغيرة والخيانة، د. عادل صادق، ١٩٩٣م.
- القاموس فيما يحتاج إليه العروس، صالح بن أحمد بن محمد الغزالي، دار عالم الكتب، الرياض، ١٩٩٦م.
- وجهة نظر في حياة زوجية سعيدة، أشرف هميسة، الرياض، دار عالم الكتب.

الغيرة المفرطة من قبل الزوجات

د. وداد العيسى

التعريف بالمشكلة:

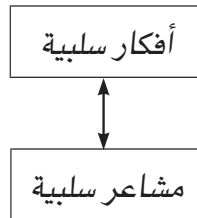
الانفعالات كثيرة، وأغلبها ضار على الإنسان، ومن أكثر الانفعالات التي فيها ضرر على الإنسان الغيرة المفرطة.. فالغيرة عبارة عن انفعال من الزوجة، هذا الانفعال زيادته، تؤدي إلى القلق والتوتر، وهذه الغيرة تختلف من شخص لآخر، كل حسب شخصيته وصفاته النفسية والبيئة التي تربى فيها، وإن هذا الانفعال وهو الغيرة يرجع إلى أفكارها السلبية ضد الطرف الآخر أو الزوج لأن هذه الأفكار السلبية عن الزوج (يقضي معظم وقته خارج المنزل أكيد مع وحدة أخرى) سوف تؤدي إلى القلق والتوتر والتي سوف ينتج عنها أعراض عديدة مثل:

- سرعة ضربات القلب.
- تصبب العرق.
- عدم القدرة على النوم.
- فقدان أو زيادة في الشهية.
- مشاعر عنف ضد الطرف الآخر.
- توتر في كل عضلات الجسم.

وقد تكون الغيرة ميزة إيجابية من الزوجة على زوجها، فهي قد تدل على حبها لزوجها، ولكن إذا تجاوزت الغيرة الحدود المشروعة تكون غير محمودة - بل تؤدي إلى نفور الزوج من الزوجة - وتؤثر سلباً على الحياة الزوجية، ومن يزرع بذور الشك يجني ثمار الشكوك، فالزوجة التي تغير وتشك في زوجها باستمرار تعذب ذاتها بأفكارها السلبية، وتعذب أيضاً زوجها، وتصور لها أفكارها أوهاماً ليس لها أساس من الصحة، بل تدخلها في اضطرابات نفسية تجر وراءها اضطرابات جسمية، لذلك فقد تكون الزوجة كثيرة الغيرة على زوجها مما يصعب العيش والتعامل معها - فهي قد ترى دائماً أنها على حق وصواب في سلوكها، كما أنها تتكر دائماً مسؤوليتها الشخصية عن سلوكياتها المضطربة وتسندنها إلى الزوج.

فالزوجة التي تتصل على الزوج ولا يرد لوجوده في اجتماع أو عدم سماعه للهاتف فإن أفكارها السلبية تتمثل في (أكيد هو مع وحدة ثانية، برجوعه للمنزل سيواجه زوجة مشحونة بمشاعر العنف والغضب، وهذا الغضب وليد أفكارها السلبية. وهذا ما أكدت عليه

(المدرسة المعرفية)



أي أن الأفكار السلبية التي كانت تراودها هي التي ولدت لديها انفعال الغضب والعنف. وهذا يجعلها تسلك سلوكات عنف وغضب ضد هذا الزوج متمثلة في كلامها وحوارها.. ومن ثم تلوم زوجها على سلوكاتها وأنه السبب في ذلك..

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

إن الغيرة كانهفعال سلبي كسائر الانفعالات السلبية تؤدي إلى أمراض نفسية تفتك بصاحبها إن لم يتم علاجها بحكمة. فقد يختل توازن الزوجة وتضر بشخصيتها وبحياتها الوجدانية، ولذلك فإن المنزل والعلاقة الزوجية التي فيها زوجة كثيرة الغيرة على الزوج بدون مبررات فإن هذه العلاقة يظهر عليها التالي:

١- تعكير جو المنزل واضطرابه باستمرار لوجود زوجة غيورة بدون مبرر منطقي، وهذا ما جعلها باستمرار مشحونة بالغضب والعنف. فهي تائرة لكل شيء سواء مع الزوج أو مع الأبناء أو حتى مع الخدم.

٢- تصبح الزوجة كالقاضي مع الزوج تحاكمه وتلاحقه بالأسئلة وباستمرار أين كنت؟ ماذا فعلت؟ لماذا تأخرت؟ كل هذه الأسئلة تجعل الزواج جحيماً لا يطاق.

٣- مراقبة الزوجة لنظرات الزوج وأفعاله في الأماكن العامة أو حتى إذا جلسا عند التلفزيون.

٤- نفور الزوج من الزوجة والمنزل وتجنب الزوج لها حتى لا يقع في خلافات ومشكلات معها.

- ٥- التفتيش والتحري المستمر والبحث الدائم في حاجات الزوج وخصوصياته لعلها أن تجد شيئاً ما يسند غيرتها.
- ٦- إهمال الزوجة لنفسها ومظهرها وصحتها ويظهر ذلك واضحاً عليها لأنها لا تركز على ذاتها بل تركز على أفكارها السلبية (أكيد هو مع وحدة ثانية) (كل الرجال في حياتهم وحدة ثانية).
- ٧- تمارض الزوجة وباستمرار لإثارة اهتمام الرجل ومحاولة جذب الرجل إليها..
- ٨- تولد حياة زوجية مليئة بالمشاحنات والمشكلات والخلافات الناتجة من أفكار سلبية ليس لها أساس من المنطق أو الواقع، مما يخلف عند الزوجة انفعالات سلبية تحاول التعبير عنها بالعنف والغضب مع الزوج والأبناء وكل من في المنزل.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة:

- إن الحياة الزوجية ليست كلها وروداً، بل لابد من مشكلات وخلافات، ولا شك أن الخلافات تخلق في الأسرة أجواء متوترة - تهدد استقرارها وتماسكها.. وقد تؤدي إلى هدم أركان الأسرة. ومشكلة الغيرة من أكثر المشكلات التي تؤدي إلى هدم أركان الأسرة - ولو تطرقنا إلى عوامل وأسباب وجود هذه المشكلة نجدها كالتالي:
- ١- ضعف وازع الدين والخلق عند الزوجة، فالدين الإسلامي حث على إنهاء الخلافات الزوجية - لا إشعالها يومياً بأسئلة تحقيق مع هذا الزوج وكأنه بدخوله المنزل

للراحة فقد دخل إلى محكمة أو جلسة للتحقيق.

٢- ترسبات الخبرات السلبية التي مرت بها الزوجة في مرحلة الطفولة واستمدتها من الآباء أو المدرسة أو وسائل الإعلام، فكل هذه الخبرات لها تأثير في تشكيل شخصية الزوجة واتجاهاتها.
حالة (مثال):

(التقيت بإحدى المراهقات وكانت تعاني من مشكلة الاكتئاب، وأثناء حوارني معها كانت تردد فكرة سلبية (كل الرجال خائنون) فسألتها هل والدك خان أمك. فقالت: لا. سألتها هل عمك أو خالك أو أحد أقرباء أسرتك خان زوجته. فقالت: لا. فقلت لها: من أين عرفت إذن أنه (كل الرجال يخونون)؟؟؟؟.

إن السبب في تكوين مثل هذه الفكرة السلبية عند هذه المراهقة إنها كانت تشاهد أحد المسلسلات المدبلجة التي لا تمت بأي صلة إلى ثقافتنا الإسلامية، وكان البطل الذي حب البطله خانها ولم يتزوجها. إن هذه الخبرة السلبية عند هذه المراهقة ستولد عندها فكرة سلبية (عدم الثقة في الرجال) وهذا ما يجعلها باستمرار تشك في الزوج وقد تكون مصدر غيرتها المستمرة للزوج.

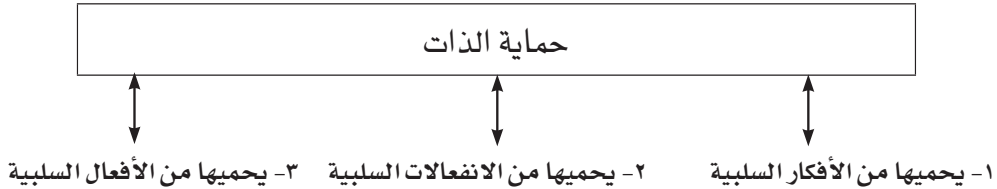
٣- فقد حب الذات - لأن حب الذات مؤشر قوي يدل على الصحة النفسية للفرد - الإنسان الذي يحب ذاته يسلك ثلاثة سلوكيات وهي:

أ- قبول الذات.

ب- حماية الذات.

ج- تنمية الذات.

إن السبب في سلوكات هذه الزوجة عدم حمايتها لذاتها، لأن الإنسان السوي المحب لذاته يحميها من ثلاثة جوانب أساسية هي:



فلو كانت هذه الزوجة تحب ذاتها لما سمحت لنفسها أن تسيطر عليها انفعالات سلبية متمثلة في الغيرة الشديدة، لأن هذه الغيرة الشديدة سوف تجرّها إلى اضطرابات نفسية، ومن ثم اضطرابات جسدية مؤذية لذاتها.

٤- فقد الثقة في الذات، لأن فقد الثقة بالذات سرعان ما يولد الشك والقلق، فالزوجة التي تفقد الثقة في ذاتها سرعان ما يخطر ببالها أن في حياة زوجها امرأة أخرى، وتقيس كل تصرفاته وانفعالاته من هذا المنطلق، ومن ثم تتحول حياتها إلى جحيم. لذلك فإن فقدان الثقة يدفع الحياة الأسرية إلى الانهيار، ويحولها إلى كيان محطم.

وكثيراً ما يُسمع من الزوجات (مستحيل أثق في زوجي) (كل الرجال عندهم قدرة على الخيانة) إن بناء الثقة في ذاتها مسؤوليتها هي بالدرجة الأولى.

٥- التقدير المتدني للذات: الزوجة التي دائماً تكون نظرتها لذاتها متدنية أي تقييمها لنفسها وذاتها سلبي (أنا أقل من النساء) (حظي سيء لأن ما عندي شهادة) هذا النوع من التقييم السلبي والنظرة المتدنية للذات تجعل الزوجة تشك في وجود أخرى في حياة زوجها، مما يدفعها إلى الغيرة المستمرة على الزوج، بل إنني شهدت جلسة إرشادية بين زوجين في قصر العدل بالكويت جاءت الزوجة تطلب الطلاق بعد زواج دام عشرين عاماً، والسبب كما تروي الزوجة أن زوجي يتعاطف مع الخادمة. إن مثل هذه الغيرة المفرطة أمر يجعل الحياة الزوجية جحيماً يتجنب فيه الزوج كل شيء.

٦- امتداح الزوج امرأة أخرى سواء أكانت عبر التلفزيون ووسائل الإعلام، أم من الأقارب أم معه في مجال العمل، فهذا يؤدي إلى ظهور علامات الغيرة عند الزوجة.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها على الزوج إذا استمرت المشكلة:

إن الغيرة كاندفعال سلبي سوف تولد الكثير من الآثار السلبية في العلاقة الزوجية وتتمثل هذه الآثار في:

١- حمل الزوجة العديد من الآثار السلبية داخلها والتي منها الأفكار السلبية عن

الذات وهذه تجعلها تشعر بعدة أعراض متمثلة في:

- الشعور بالوحدة

- الشعور بالملل

- التشاؤم

- الشعور بعدم الأهمية.

- اضطرابات النوم

- اضطرابات التغذية

- فقدان الرغبة الجنسية

إن جملة هذه الأعراض تصنف في علم النفس (بالاكتئاب)، لذلك فإن الغيرة

المفرطة تولد عند الزوجة مشاعر الاكتئاب.

٢- من الآثار السلبية للغيرة المفرطة من الزوجة ظهور أعراض أخرى متمثلة في:

- عدم القدرة على الاستقرار

- الصداع

- آلام في المعدة

- الشعور بالخوف باستمرار

- التوتر و الهلع من الداخل
 - الرعشة
 - تسارع ضربات القلب
- وهذا ما يسمى بأعراض (القلق) ..
- ٣- إن الغيرة المفرطة و الإحساس الخاطئ بوجود أخرى في حياة الزوج يولد الجفاء العاطفي، والصمت، وغياب الحوار والملل، وهذا بدوره يقضي على الحياة الزوجية، وبدلاً من أن يكون المسكن موطن راحة للزوج يتحول إلى موطن جحيم مما يدفعه إلى الهروب من المنزل.
- ٤- كثرة الغيرة المفرطة تؤدي بدورها إلى كثرة الخلافات والشجارات باستمرار، وقد تؤدي إلى انفصال الحياة الزوجية.
- ٥- إن الخلافات المستمرة بين الزوجين لها تأثيرها السلبي على حياة الأبناء، فهي قد تؤدي إلى تهديد الأمن النفسي والأسري، وتولد اضطرابات سلوكية ونفسية لدى الأبناء.
- ٦- أيضاً من الآثار السلبية التي نركز عليها والناجمة من الغيرة المفرطة أن الزوجة التي تركز على شعور الغيرة المفرطة فإنها كما ذكرنا سوف تعاني من (الاكتئاب) إضافة إلى (القلق) وهذا سوف يجرها إلى أمراض جسمية مثل (الصداع، أو

- القرحة، أو القولون) فلا تنس أن الدراسات العلمية الحديثة أثبتت أن (٧٠٪) من الأمراض الجسمية سببها نفسي، أي تكون نفسية المنشأ.
- ٧- ومن الآثار السلبية الناتجة عن الغيرة المفرطة فقدان الثقة بالزوج باستمرار، وذلك من الأسباب الرئيسية التي تحطم العلاقة الزوجية بين الطرفين.
- ٨- الغيرة المفرطة للزوجة تؤدي إلى مقارنتها باستمرار بالآخرين، وهذا يجرحها إلى الشعور بالدونية ومن ثم (ضعف تقدير الذات).
- ٩- الغيرة المفرطة توصل الزوجة إلى إهمال الزوج اعتقاداً منها إن هناك امرأة أخرى في حياته، وهذا يدفعها إلى عدم الاهتمام به..
- ١٠- إن المشاعر السلبية عند الزوجة سوف تؤدي إلى ظهور سلوكيات سلبية ضد الزوج، تتمثل في العنف سواء أكان عنفاً لفظياً (صراخ، أوعصبيه، أو سب) عن طريق الضرب والتكسير، أم الهجران للفراش وغرفة النوم.

توجيهات لكيفية التعامل مع هذه المشكلة:

لربحتنا في أسباب كل المشكلات بين الزوجين نجدها ترجع إلى (التباين في الأفكار والاختلاف في الاتجاهات بين الزوجين تؤدي إلى مشاعر الحزن والقلق عند أحد الطرفين أو كلاهما مما ينتج عنه سلوك غير مرغوب فيه يصدر من أحد الزوجين ويؤثر سلباً على العلاقة بينهما) وقد يترتب على ذلك صعوبات في التفاهم بينهما تؤدي إلى حال من الشقاق والنفور..

ويمكن أن نصور ذلك بالتالي:- أفكار متباينة (تؤدي إلى) مشاعر نفور (تؤدي إلى) سلوكيات غير مرغوب فيها، وهنا يأتي دورنا كمرشدين في مساعدة الزوجين في التغلب على هذه المشكلات الزوجية ومحاولة إيجاد تفاهم بين الطرفين يؤدي إلى استمرار الحياة الزوجية بأقل أضرار نفسية وجسمية - فكيف يكون ذلك بالذات مع مشكلة الغيرة المفرطة من الزوجة - وما دورنا في هذه الحال ؟

١- الاستماع والإنصات المهني؛ أي أن يركز المرشد كل مشاعره وعواطفه أثناء الاستماع للزوجه على الحالة لأنها فقدت الثقة بالآخرين.. فلا بد أن يشعرها بأنه متعاطف معها - ليكسب ثقتها وهذا ما يساعدها في سرد كل الحقائق التي لديها.

٢- جمع المعلومات التي تساعده على التأكد من أن هناك مشكلة بالفعل؛ أي هل هناك امرأة أخرى في حياة الرجل أم هي مجرد أفكار سلبية؟ أو هل هي أوهام ووساوس شيطانية؟.

فتحن هنا كمرشدين لدينا مساران أيهما نختار لنبدأ العلاج؟

أ- هل الزوجة فعلاً تغار على زوج له سلوكيات سلبية بالفعل؟ تكون المشكلة خيانة أي أن غيرتها في محلها وليست غيرة مرضية مفرطة إن ثبتت حالة الخيانة وعليه.

فإننا نسلك مسار علاج حالات الخيانة. لأن الأضرار سوف تختلف.

ب- المسار الثاني وفيه علينا التأكد هل هي مجرد غيرة لا دليل عليها من الصحة

والواقع المنطقي؟... لذلك علينا تحديد المشكلة، لأن تحديد المشكلة سوف يساعدنا في تقرير وسلوك المسار العلاجي المناسب وبالتالي فإنه سوف يحقق على خير وجه ما نسعى إليه من خيارات للمستترشد من الإرشاد الذي نقدمه.

٣- يقوم المرشد بجمع كل متعلقات الحالة ما أمكنه ذلك، فإذا تأكد من وجود (أعراض اكتئابية) فإنه يتعامل مع أعراض الاكتئاب من خلال، جمع الأفكار السلبية في الحالة مثل: (العلاقة بيننا ما منها أمل)، (عندما يخرج ينسى زوجته ويذهب لها). إذاً أول ما يقوم به المرشد هو تحديد الأفكار السلبية في الحالة. ثم يبين لها أن الأفكار السلبية هي أساس انفعال الغيرة لديها، كيف ؟؟ ذلك باستخدام النموذج المعرفي المبين أدناه:

١- أفكار سلبية

تؤدي إلى

٢- مشاعر سلبية

تؤدي إلى

٣- سلوك سلبي

- لذلك يبين لها المرشد أنه حتى يساعدها على التخلص من مشاعر الغيرة لابد أن

يساعدها في التخلص من الأفكار السلبية - كيف ؟؟

- يطلب منها أن تدون كل أفكارها السلبية..
- بعد أن يجمع أفكارها السلبية يختبر صحة أفكارها. باستخدام جدول الأفكار المعرفية

الأفكار السلبية	الدليل	الأفكار الإيجابية
- العلاقة بيننا ما منها أمل	لا يوجد	

- يسألها المعالج ما الدليل على أن العلاقة ليس فيها أمل.
- يحاول المرشد باستخدام أسلوب المناقشة والتبصير أن يوصلها أنه لا يوجد دليل، لأن الفكرة سلبية غير منطقية خاصة إذا لم يوجد أي إثبات على أن هناك امرأة أخرى في حياته.. لذلك يطلب منها أن تكتب لا يوجد في الخانة الثانية.
- ثم يساعدها على تحويل الأفكار السلبية إلى إيجابية (الحياة كلها أمل، إذا حاولنا التقرب من بعض).
- ٤- إذا كانت الزوجة تعاني من (أعراض قلق) فإنه يتعامل مع أعراض القلق كالتالي:
 - جمع الأفكار السلبية لدى الحالة:
 - (أخاف أن تكون في حياته امرأة أخرى)

- (كل الأزواج في حياتهم امرأة أخرى)
- يتعامل مع أفكارها السلبية كما تعامل معها في الاكتئاب.
 - أي يحاول تعديل الأفكار السلبية إلى إيجابية.
 - ٥- يطلب المعالج من الحالة المشي ثلاث مرات في الأسبوع.
 - ٦- يعلمها مهارات التنفس العميق للتغلب على التوتر والعصبية والصراخ.
 - ٧- يحثها على تبادل المشاعر مع الزوج باستمرار لتتأكد بأنها زوجة مهمة في حياته.
 - ٨- ينبهها إلى الكف عن التفتيش في خصوصيات الزوج لأن ذلك سوف يزيد من توترها إن هي استمرت فيه في حين أن الكف والانتهاز عنه سيجلب لها الراحة والطمأنينة.
 - ٩- أن يجلس المرشد مع الزوج ويحاول أن يبين له كيف يقوي علاقته مع الزوجة حتى تزيد من ثقته فيه إن كان ذلك ممكناً.
 - ١٠- يبين المرشد للزوج خطورة الغضب على الجسم وكل المهارات التي تساعد في التخلص من الغضب.
 - ١١- يشعرها بمسؤوليتها تجاه مشاعرها وسلوكاتها وأن الزوج غير مسؤول عن هذه المشاعر والسلوكات (غضب - صراخ - عصبية) لأنها مشاعرها وهي مسؤولة عنها.

١٢- يبين لها أن البيئة التي تعيشها بيئة غير سوية، فهي قد تؤثر تأثيراً سلبياً خطيراً على الأبناء - لذلك فإن أي مشكلة سلوكية أو دراسية أو اضطراب نفسي عند الأبناء ستكون هي سببه.

هناك ملاحظة مهمة وهي:

على المرشد في الجلسات الإرشادية ومع كل المشكلات والخلافات أن يبين للأزواج أن هناك زوجاً ذكياً.. فمن الزوج الذكي؟ إنه الزوج الذي يتمتع بذكاء عاطفي.. أي له القدرة على أن:

١- أن يفهم مشاعره بنفسه.. فإذا لم يفهم هو مشاعره فكيف سيفهمها الطرف الآخر؟

٢- أن يعرف مصادر مشاعره ويتحمل مسؤوليتها.. فلا يلقي سبب مشاعره على الطرف الآخر.. (وقفوهم إنهم مسئولون..)

٣- أن يتعامل مع مشاعره بطريقة إيجابية..

٤- أن يتفهم مشاعر الطرف الآخر ويحسن التعامل معها.. وهذا هو الزوج الذكي.

المشكلة الرابعة
بخل الزوج وعدم النفقة على أسرته
كتبها:
د. إبراهيم بن حمد النقيثان

بخل الزوج وعدم النفقة

د. إبراهيم النقيش

الشح والبخل صفتان ذميتان، وقد ورد ذم البخل في الكتاب والسنة، قال الحق جل شأنه: ﴿وَلَا يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَبْخُلُونَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ هُوَ خَيْرًا لَّهُمْ بَلْ هُوَ شَرٌّ لَّهُمْ سَيُطَوَّقُونَ مَا بَخُلُوا بِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَلِلَّهِ مِيرَاثُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ﴾ (آل عمران: ١٨٠)، وقال سبحانه وتعالى ذاماً هذه الصفة: ﴿الَّذِينَ يَبْخُلُونَ وَيَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبَخْلِ وَيَكْتُمُونَ مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَأَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ عَذَاباً مُهِيناً﴾ (النساء: ٢٧)، وقال عز وجل: ﴿وَإِنْ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُوزاً أَوْ إِعْرَاضاً فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحاً وَالصُّلْحُ خَيْرٌ وَأُحْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ وَإِنْ تُحْسِنُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيراً﴾ (النساء: ١٢٨).

وفي تفسير الجلالين، لآية النساء (١٢٨): (وإن امرأة) مرفوع بفعل يفسره (خافت) توقعت (من بعلها) زوجها (نشوزاً) ترفعاً عنها بترك مضاجعتها والتقصير في نفقتها لبغضها وطموح عينه إلى أجمل منها (أو إعراضاً) عنها بوجهه (فلا جناح عليهما أن) (يصلحا) فيه إدغام التاء في الأصل في الصاد وفي قراءة ﴿يُصْلِحَا﴾ من أصلح (بينهما) (صلحاً) في القسم والنفقة بأن تترك له شيئاً طلباً لبقاء الصلحة فإن رضيت بذلك وإلا فعلى الزوج أن يوفيهما حقها أو يفارقها (والصلح خير) من الفرقة والنشوز والإعراض قال

تعالى في بيان ما جبل عليه الإنسان (وأحضرت الأنفس الشح) شدة البخل أي جبلت عليه فكأنها حاضرتها لا تغيب عنه، المعنى أن المرأة لا تكاد تسمح بنصيبها من زوجها والرجل لا يكاد يسمح عليها بنفسه إذا أحب غيرها (وإن تحسنوا) عشرة النساء (وتتقوا) الجور عليهن (فإن الله كان بما تعملون خبيراً) فيجازيكم به.

وفي السنة أخرج البخاري عن أنس رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يدعو (أعوذ بك من البخل، والكسل، وأرذل العمر، وعذاب القبر، وفتنة الدجال، وفتنة المحيا، وفتنة الممات) رواه البخاري. والبخل من الأمور التي عابها العرب في الجاهلية والإسلام، وعدوها منقصة في الشخص تقدر في مروءته وشهامته.

تعريف المشكلة:

ذكر ابن منظور في اللسان، تعريف البخل فقال: بخل: البُخل والبَخْل، والبَخْل والبُخُول: ضد الكرم. والشح أشد من البخل، والخلاصة أن الشح والبخل صفتان ذميتان بمستوياتها السابقة، وهي في مشكلتنا المعروضة، يمكن أن نعرفها بأنها: تشير إلى تقتير بالنفقة - من الزوج مع الوجد والسعة - على النفس والزوجة والأبناء، ومن تلزمه نفقتهم شرعا، لدرجة ملحوظة وملموسة، يحسها ويلحظها من هو خارج الأسرة.

مظاهر وجود المشكلة:

تظهر المشكلة بمظاهر شتى، منها التقتير في الضروريات من مأكّل ومشرب

وملبس، ومنها الكماليات، مما تتناسب وطبيعة المجتمع الذي يعيش فيه، وقد يكون الدافع لذلك الحرص والشح في المال، وهواية التكاثر منه على حساب حاجات الأسرة، وقد يكون الدافع لذلك الهوة الثقافية بين جيله وجيل الزوجة والأبناء، فيتعامل مع الموقف على أن تلك الحاجيات غير ضرورية، وغير أساسية، ومما لا داعي له، وليس السبب هو الشح بالمال.

وتتخذ هذه المشكلة الأسرية صوراً عدة بشرط توافر المال لديه منها:

- التقتير في الصرف على المنزل.
- المحاسبة الشديدة على الزيادة الطفيفة في المأكولات.
- تجنب القيام بالولائم والمناسبات.
- حرمان الأولاد من مصروف المدرسة والاكتفاء بما يتناولونه في المنزل.
- حرمان الزوجة والأولاد من الترويح.
- عدم السفر بالأسرة في الداخل خلال الإجازة.
- حرمان أفراد أسرته من الجديد في الملابس خاصة في الأعياد.
- حرمان الزوجة من المصروف، مع حاجتها لذلك واضطرارها لتوفيره من أقاربها.
- التهرب من القيام بالضيافة الواجبة بالعرف الاجتماعي.

- الصرف على ملذاته والتقتير على أسرته.
- المساءلة والسباب عند كل فاتورة حتى وإن كانت يسيرة.
- المماطلة في شراء الحاجيات وتأخير ذلك إلى آخر لحظة.

العوامل والأسباب المؤدية إلى ظهور المشكلة:

إن مثل هذه الظواهر الاجتماعية، يصعب حصرها في سبب وحيد أو عامل وحيد، ولكنها مجموعة من العوامل المتفاعلة مع بعضها، والتي تشكل في النهاية مشكلة شخصية وأسرية وزوجية، تتمثل بوقوع الزوج في الشح والبخل، ومن ثم تبدأ المعاناة من قبل أفراد الأسرة، وخاصة الزوجة، وتغظم المصيبة، إذا كان شحيحاً لدى إحدى الزوجات، مسرفاً عند الأخرى، ومن أسباب هذا الخلق السيئ ما يلي:

- قلة الثقة بموعد الله عز وجل فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (مَا مِنْ يَوْمٍ يُصْبِحُ الْعِبَادُ فِيهِ، إِلَّا مَلَكَانِ يَنْزِلَانِ، فَيَقُولُ أَحَدُهُمَا: اللَّهُمَّ أَعْطِ مُنْفِقًا خَلْفًا، وَيَقُولُ الْآخَرُ: اللَّهُمَّ أَعْطِ مُمْسِكًا تَلَفًا) متفق عليه.

- النفس المجبولة على البخل والشح لم يهذبها الإيمان.
- الخوف المرضي من المستقبل.
- المرور بمرحلة الطفولة بحالات حرمان.

- النظرة المفرطة في التشاؤم.
- الحرص على التكاثر والمباهاة بجمع المال.
- المرور بحالات حرمان خلال مرحلة التنشئة الاجتماعية.
- عدم إحساس الزوج بذلك، وتبريره أحياناً بالحكمة والاقتصاد والبعد عن الإسراف.
- تفاوت النظرة لمستوى الإنفاق بين الأجيال (جيل الزوجة أو الأبناء).
- قد يكون السبب ردة فعل لسوء تصرف من الزوجة أو الأبناء.
- أحياناً ما تكون التهمة خاطئة، وذلك لاختلاف معيار البخل والقصد، خاصة لدى الزوجة والمراهقين.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة:

- من الآثار السلبية الناجمة عن بخل الأزواج، والتي ينبغي على المرشد وضعها في الحسبان، حين مناقشة هذه المشكلة ما يلي:
- ١- كثرة الشقاق والنزاع والخصام داخل الأسرة.
 - ٢- شعور أفراد الأسرة بالغبن والحرمان، خاصة حينما يوصفون بثرأ والدهم.
 - ٣- نمو مشاعر الكراهة لدى الأبناء نحو والدهم البخل.
 - ٤- تفضيل بعض الزوجات الطلاق على الحياة مع زوج بخيل.

- ٥- اضطراب بعض أفراد الأسرة إلى اللجوء للسرقة أو الاتجار بالمحرمات ونحوها.
- ٦- بخل الزوج مدعاة لانحراف الزوجة لأجل تحصيل المال خاصة مع ضعف الإيمان
- ٧- انحراف الأولاد بمصاحبة من يقدح عليهم من قرناء السوء.
- ٨- إصابة الزوجة والأبناء بأمراض واضطرابات نفسية نتيجة المعاناة والشعور بالغبن.

نماذج من معاناة بعض الزوجات:

نستعرض بعضاً من الأمثلة والنماذج، للزوجات اللائي ابتلين بأزواج بخلاء، وذلك من خلال حروفهن وكلماتهن، لكي تبرز تلك المعاناة وتلك الحرق، التي يعانين منها كما ترسمها كلماتهن:

- زوجي بخيل، وقد يكون سبب بخله أنني موظفة، ومرتبتي ممتاز، فهو يستغلني في كل شيء !! في البيت.. والأطفال.. والفواتير، ومرتب الشغالة، ومصاريفي الخاصة، حتى فكرت في ترك الوظيفة لأشعره بالمسؤولية كرجل، ولكنني أخشى أن يكون بخلاً حقيقياً، فأخسر وظيفتي ومرتبتي، الأطفال عندما يحتاجون يطلبون مني لأنهم لم يعتادوا أن يطلبوا منه شيئاً.
- زوجي بخيل مع أنه ميسور الحال...، فهل يجوز لي شرعاً، أن آخذ من ماله دون إذنه ؟ وهل من حق زوجة البخيل طلب الطلاق ؟

- كنت فرحة حين تقدم إلى شاب يعمل مهندسا، رحبت الأسرة به، وتم الزفاف بعد أقل من ستة أشهر من الخطبة، ومع اليوم الأول اكتشفت بخله، إذ لم أجد في دولا ب ملاسه إلا ثوبين للصيف ومثلهما للشتاء، وعندما سألته عن بقية ملاسه، قال لا لزوم لها !!، وظننت في البداية أن المسألة لا تتجاوز الحرص، الذي يجب أن نعتبره لصالحه، إذا قورن بالشباب المسرف، لكن تأتي فاتورة الكهرباء، فيبدأ في الصراخ، وإلقاء اللوم عليّ، بتهمة أنني أترك الأنوار مفتوحة، رغم أن القيمة لا تساوي شيئا، أما المياه فيجب أن تظل القارورة خمسة عشر يوما، ويحسبها بعدد الأكواب اللازمة للشرب، وتلك اللازمة لإعداد الشاي، أما الطبخ فليكن من ماء المصلحة، وعندما شكوت إلى أبي بخل زوجي، أعاد إلى المصروف الذي كنت آخذه قبل الزواج، وبعد أن جاء مولودي الأول، قطع عني المصروف، وتدرج زوجي في وظيفته الحكومية، ثم تركها وأصبح مقاولاً مشهوراً، لكن الغريب أن ذلك تزامن مع رفع يده تماماً عن الإنفاق على البيت، فقد توفي والدي رحمه الله، وورثت منه ثروة طائلة، وأصبحت أنفق منها على البيت والأولاد، وفشلت في زحزحة زوجي عن بخله المقيت، ولكن تمسكت ببيتي لتربية أبنائي وبعد خمس وعشرين سنة، طلبت منه الطلاق في اليوم الثاني لزوج ابنتي الصغرى.
- ادعت إحدى الزوجات أن زوجها بخيل، ولا يقوم بواجبه نحو مصاريف المنزل حق

القيام، ولا يعطيها ما يكفيها من المال الذي تحتاجه، وبسؤال الزوج ومناقشته، تبين أن الزوجة من أسرة ذات مستوى اقتصادي عالٍ نسبياً عن أسرة الزوج، وأنها كانت قد تعودت في حياتها قبل الزواج على طريقة معينة من العيش والمصاريف، ودخل زوجها لا يكفي لسد مطالبها، وهذا ما دعاها لوصفه بالبخل والتقتير....، وقد تلقى باللوم أولاً على الزوج الذي لم يراعِ عنصر الكفاءة في اختيار الزوجة، فظن أنها تستطيع أن تتعود على ظروفه وعلى طريقة عيشه الجديدة بسهولة، ولكن هيهات، فكيف بمن عاشت سنين طويلة بطريقة معينة، أن يغيرها الزوج بين يوم وليلة أو بين سنة وأخرى إلا من وفقها الله للخير.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

إن بخل الزوج مسألة موجودة بين الأسر ولا ينكرها منصف، وإن كانت ولله الحمد ليست ظاهرة اجتماعية، فقد مر معنا بعض الصور، التي تكشف جانباً من المعاناة لدى بعض الأسر، وهذه بعض التوجيهات لحل مثل تلك المشكلات:

- أن يكون المرشد، متسلحاً ببعد النظر، وإدراك أبعاد مثل هذه المشكلات، على الحياة الزوجية، وعلى أفراد الأسرة والمجتمع.
- التزام المرشد بالسلوك الإسلامي، في محاوراته وأسلوبه وتوجيهاته.
- يقين المرشد بأن لكل مشكلة حل، سواء أ توصل إليه أم عجز عنه.

- طمأننة المسترشد، أن البخل من الزوج، أهون من الابتلاء بزواج موغل في الإدمان مثلاً.
- تقديم الدعم والمساندة - بكل وسعه وطاقته - للمسترشد.
- بث خلق الصبر والمصابرة والدعم النفسي والاجتماعي لأفراد الأسرة، حين يعجزون عن زحزحة الوالد عن حياة البخل.
- محاولة تبصير الزوجة المؤمنة بالقناعة، وأنها كنز لا يفنى، وأن الغنى غنى النفس، وألا تتطلع إلى المقارنة بغيرها في أمور الدنيا، فإنها سرعان ما تزول، وأن باستطاعتها التأقلم مع هذا الواقع.
- أن يبين لطالب الاستشارة الفرق بين البخل والاقتصاد في المعيشة، فقد لا يكون الفرق واضحاً لدى الزوجة، وتتهم الزوج بما هو منه براء، ويكون ذلك بالاستيضاح بذكر الأمثلة التي جعلتها تتهمه بذلك، وذكر المطالب التي تريد أن يحققها لها.
- عدم المقارنة بين حالها ومعيشتها في أسرتها قبل الزواج بما بعده.
- التوضيح للمسترشديات حديثات الزواج، أن الزوج لم يتم له الزواج، إلا بعد أن تحمل الديون لإتمام نصف دينه ومن ثم فلا يعجلن في مثل تلك الأمور الشكلية.
- البعد عن المقارنات من قبل الزوجة، بالآخرين خاصة إخوتها أو إخوان زوجها، فلكل أسرة ظروفها ومقدرتها.

- يؤخذ في الاعتبار - حين الإرشاد - التفاوت الاجتماعي والاقتصادي، بين مستوى أسرة الفتاة وحال الزوج وأسرته.
- توجيه الزوجة إلى معرفة المداخل النفسية، والمفاتيح لشخصية زوجها، والتي يمكن بها التغلب على بخل زوجها.
- توجيه المسترشدة إلى اقتناء المواد، التي تعالج البخل وتبين فضل الإنفاق، وجعلها في متناول الزوج، سواء كانت مطبوعة أم مسموعة أم مرئية.
- حث الزوجة على التكيف مع وضع الزوج، والصبر على ذلك وعدم طلب الطلاق فهو شر من حياة مع بخيل في الغالب.
- حث الزوجة على ممارسة أعمال منزلية، تدر عليها مبالغ تسد بها حاجتها وحاجة أبنائها.
- اقتطاع جزء من المصروف المنزلي - إن وجد - للاستفادة منه حين الحاجة.

المراجع

- سلمان بن عبد الله الشهري: أخطاء ومخالفات في الحياة الزوجية.
- شرف الدين النووي: شرح صحيح مسلم.
- عبد الرؤوف المناوي: الدر المنضود في ذم البخل ومدح الجود.
- مجموعة مؤلفين: التفسير الميسر.
- محمد الجويلي: نحو دراسة سوسيولوجية للبخل.
- محمد عبد الرحيم: البخل والبخلاء عند العرب.

المشكلة الخامسة
خيانة الزوج الجنسية
شارك في كتابتها كل من:

- (١) د. حمود به فهد القشعان
(٢) د. عائشة بنت سفر الشهراني

الخيانة الزوجية

د. حمود القشعان

تشير الدراسات إلى أن اكتشاف خيانة أحد الزوجين تشكل نسبة ٢٥٪ من مجموع الحالات المترددة للإرشاد الزوجي. في حين أن ٣٠٪ من تلك الحالات التي تطلب الإرشاد الزوجي، تحدد موضوع الخيانة كأحد المشكلات الأساسية التي تجعلهم يلجأون لطلب الاستشارة الزوجية. وبالرغم من عدم وجود دراسات علمية وتطبيقية على عينات في الدول العربية، إلا أن الانطباع العام ونظراً لطبيعة عمل الكاتب، تشير إلى وجود مشكلة في المجتمعات العربية فالمتابع للبرامج الإعلامية والقارئ للمقالات الصحفية يستشف وجود مشكلة الخيانة الزوجية. أما نتائج الدراسات على عينات في المجتمعات الغربية، فقد تبين أن ٣٠-٦٠٪ من الرجال و ٢٠ - ٥٠٪ من النساء قد سبق وأن مارسوا الخيانة لمرة واحدة أو إحدى صورها خارج العلاقة الزوجية. بل أن هذه النسبة مرتفعة لدى المطلقين في كلا الجنسين أو المنفصلين مقارنة بالذين يصنفون ضمن فئة المتزوجين.

تعريف المشكلة:

إن مفهوم الخيانة لا يقتصر على النظرة التقليدية القديمة والتي تحدد الخيانة عند وجود الاتصال الجسدي والجنسي بين شخص متزوج وآخر خارج العلاقة الزوجية، وإنما تشمل الخيانة كل ما من شأنه أن يعبر عن وجود علاقة غير شرعية، خارج إطار الزواج،

سواء أكانت مظاهر تلك العلاقة عبارة عن كلمات، أم بواسطة مراسلات أم عبارة عن تواصل عبر مكالمات هاتفية، أم عبارة عن لقاءات ذات أهداف عاطفية، أم ما يترتب عليها من مشاعر جنسية وعلاقات عاطفية، حتى وإن لم تصل العلاقة لدرجة الاتصال الجسدي. إن الثورة التكنولوجية الحديثة وما صاحبها من سهولة وسائل الاتصال، سواء عبر الهواتف المحمولة، أو عبر شبكة الانترنت، قد أسهمت بلا شك في دخول نماذج ووسائل متنوعة وصور مختلفة لأشكال الخيانات الزوجية.

العلامات الدالة على الخيانة:

إن العصر الذي نعيشه قد أكد على أن العلاقات غير المشروعة خارج إطار العلاقة الزوجية، والتي كانت تعرضها المسلسلات التلفزيونية، كالتى توحى بوجود بقايا أحمر الشفاه على ثوب أو غترة أو قميص الرجل، كعلامة من علامات الخيانة قد ولى وتغير. إذ لا غرابة من تأخر اكتشاف أو ملاحظة بدايات علامات الخيانة. فقد لا يستطيع المرء متابعة علامات الخيانة، إلا بعد أشهر أو حتى سنوات من بداياتها. ولهذا يجب على المرشد بالإرشاد الزوجي معرفة أن علامات الخيانة الزوجية ومؤشرات متداخلة ومتراصة، بل ويصعب التركيز على علامة واحدة وإهمال بقية المؤشرات. ولهذا فإن العلامات التي سنذكرها في الجزء القادم يجب أن لا يتم النظر لها بنوع من الانتقائية. ويرى (روني إيديل) في كتابه الشهير كيف تحمي زواجك من الخيانة؟ أن هناك سبع علامات عامة،

تعد مؤشرات لوقوع الخيانة خارج العلاقة الزوجية وهذه العلامات تقع بشكل مترابط ومتداخل، ويمكن تحديدها على النحو التالي:

(١) التبرير بالعمل: يعد العمل من أكثر المبررات المستخدمة عند وجود الخيانة،

وهو لجوء الرجل عند تأخره بوضع متطلبات وضغوط العمل كشماعة لتبرير التأخير عن مواعيد العودة للمنزل، أو التقصير ببعض الالتزامات العائلية. فإذا كان هناك تغير مفاجئ في مواعيد التأخر من العودة للمنزل، أو ملاحظة كثرة الخروج وخاصة في أوقات الإجازات أو نهاية الأسبوع، فإن ذلك قد يكون أحد الحيل التي يلجأ إليها الطرف المشارك في الخيانة. وتشير الدراسات أن لبيئة العمل دوراً كبيراً، وتعد أحد الأسباب المؤدية للتعارف وبداية العلاقات غير المشروعة بين الطرفين. كما تشير الدراسات إلى أن لطبيعة العمل ونوعه دوراً كذلك في وجود دوافع للخيانة. فالذي يحتك مع الجنس الآخر، كالذي يعمل في المطارات أو في المؤسسات عامة، فإنه يكون أكثر عرضة للوقوع في الخيانة مقارنةً بأولئك الذين يعملون في الوظائف التقليدية.

(٢) تغيرات في طبيعة العلاقة الجنسية: إن طبيعة العشرة الزوجية، والخبرات

الزوجية المشتركة، تجعل كلا الزوجين يفهم بعمق طبيعة مشاعر وخلجات النفس واهتمامات ورغبات وحتى إيماءات أحدهما للآخر، ذلك أن تأثر

المشاعر والعواطف الزوجية لاشك في أنه سيحدث آثاراً نفسية وعاطفية على طبيعة العلاقة الزوجية وخصوصاً فيما يتعلق بالعلاقة الجنسية. وبالرغم من أن انخفاض الرغبة الجنسية لا يعد عاملاً رئيساً ووحيداً في حدوث الخيانة، وإنما قد تعني وجود خلل وعدم توافق زواجي. ولكن العلامة الأكثر تأثيراً هي التغير في طبيعة العلاقات الجنسية، فمثلاً حين يطلب طرف من الآخر بعمل بعض الوسائل والأوضاع الجنسية غير المألوفة، فإن ذلك يُعدُّ أحد الأعراض المشيرة لتغير مفاجئ في العلاقة الجنسية.

(٣) المال: يعد المال عنصراً ذا اتجاهين، فكثره المال لدى بعض الرجال وخصوصاً عند عدم وجود رادع أخلاقي وديني، قد يسهل إقامة علاقة خارج إطار الزواج، وبالنقيض لدى المرأة. إن الحاجة المادية أو الحاجة لمجاراة الصديقات من حيث الملبس وغيرها من المظاهر الكمالية، قد يدفع بالفتاة في عمر الشباب أو بالمرأة إلى الانزلاق في فخ العلاقة لتأمين الحصول على المال أو الهدايا وغيرها من الحاجات المادية والاجتماعية. إلا أن الدراسات تشير إلى أن الرجل الذي يقيم علاقات خارج الزواج، كثيراً ما يقصر على أسرته، ويعتذر لعدم وجود المال الكافي لديه، بهدف الإنفاق على ترتيب متطلبات العلاقة غير الشرعية الجديدة. فمثلاً، غالباً ما يقوم الرجل بالإنفاق على متطلبات تلك العلاقة،

سواء أكانت دعوة عشاء، أم حجز فندق أم سفر. وبالمقابل. ومن مظاهر تأثير المال حرص الطرف المشارك بالخيانة على إعادة استثمار الهدايا التي تهدى له والاستفادة منها، عن طريق تقديمها لشريك الحياة كمحاولة لتغطية وإخفاء الشبهة، أو بهدف صرف النظر عن أي محاولة للمتابعة والمراقبة لتغيرات سلوكه. إن المال يتم استخدامه بشكل أكبر لتخفيف آلام تأنيب الضمير والشعور بالذنب، وخصوصاً لدى أولئك الذين تجمعهم علاقة إيجابية بشريك الحياة داخل العلاقة الزوجية. فكلما كان هناك شعور لدى الطرف الذي لديه علاقة غير شرعية بتأنيب الضمير أو شعور بالذنب تجاه ما يقوم به تجاه شريك الحياة، كلما حاول تقديم بعض الهدايا لشريك الحياة لإدارة ذلك الصراع والقلق النفسي والمتمثل بمشاعر الذنب.

(٤) الأبناء: لم تذكر أي من الكتب أو الدراسات العلمية التطبيقية أن لوجود الأبناء دوراً في منع الخيانة. كما أن الدراسات لم تذكر كذلك من أن وجود الأبناء سيسهم بمنع حتى وقوع الطلاق بين الزوجين. إن ملاحظة سرعة الاستشارة من قبل أحد الوالدين بشكل مفاجئ وغير مسبوق على تصرفات الأبناء، أو كذلك اتخاذ تصرفات الأبناء كسبب وعذر للهروب من المنزل يعد مدعاة للشك من وجود أمرٍ ما. إن اتخاذ أحد الزوجين أحد الوالدين لإزعاج الأبناء عذراً، إنما

يراه بعض العلماء دليلاً على رغبة الأب/الأم على قضاء وقت مع طرف خارج حدود العلاقة الزوجية وبعيداً عن وجود الأسرة. إلا أن هذا السلوك يجب ألا يؤخذ كعامل منفصل بعيد عن العوامل السابقة واللاحقة بهذا الجزء.

فتعتمد الرجل الضجر من إزعاج الأبناء أو عدم رغبته بالخروج مع الأسرة بسبب إزعاج الأبناء، سيجعل الأبناء أداة ومبرراً سهلاً للهروب خارج المنزل.

هـ) تغيرات بالهوايات والاهتمامات: إن الاهتمام المفاجئ والمبالغ فيه بالشكل والمظهر العام لدى الرجل، أو الاهتمام الدقيق والتفصيلي بالهندام العام يشكل عاملاً مهماً للتحقق من وجود سلوك مريب لدى الفرد، كما تشير الدراسات. فمثلاً، لو لاحظت المرأة حرصاً من الزوج على الاستحمام عند دخوله المنزل أو بدأت تلاحظ أنه بدأ بإرسال ملابسه للمغسلة على غير العادة، ومن دون علم الزوجة، فلا شك أن هذا يعد أمراً مريباً وخصوصاً إن لم يكن ذلك أمراً طبيعياً منذ بداية الزواج. كما أن إرسال وتلقي رسائل جوال بها عبارات الغزل أو الحرص على مسح الرسائل أولاً بأول، أو إغلاق الهاتف وعدم السماح باستخدامه والرد على المكالمات الواردة، أو بالاطلاع على مميزاتة ليعد أمراً مريباً، كما أن ورود أو استقبال مكالمات عبر الهاتف المحمول وخصوصاً في أوقات غير مألوفة كل ذلك يعد مؤشرات تقود لوجود علامات لعلاقة مريبة.

(٦) التغيرات في السلوك الاجتماعي: تشير الدراسات الأسرية، إلى أن العشرة الزوجية وعمقها تحدده الخبرات المشتركة وطول مدة الزواج. لهذا، فهناك سلوكيات لم يتعود عليها الزوجان مع بعضهما البعض خلال مدة علاقتهما الزوجية، وخاصة في المناسبات العامة أو الخاصة، فمثلاً، لو قام أحد الزوجين بأخذ شريك حياته لمطاعم جديدة أو أماكن جديدة أو محلات لم يكن لها معرفة لدى الزوجين من قبل، فإن ذلك يعد عاملاً لوجود علاقات أحياناً. وللتوضيح على ذلك في أن المشكلة قد تصبح أكثر وضوحاً، تلك الحال التي مرت على الكاتب من خلال عمله بالإرشاد الزوجي على النحو الآتي: ففي إحدى الحالات، تم اكتشاف الزوجة لخيانة الزوج بعدما أخبر زوجته من أنه سمع عن افتتاح مطعم جديد وجميل، ولكن غير المتوقع حدث عندما أخطأ عامل المطعم ووجه كلامه للزوج قائلاً: (يسعدنا رؤياك متميزاً في مناسبتين في أسبوع واحد)!! إن التردد على أماكن أو الاهتمام ببعض الأمور الخاصة بالجنس الآخر، تعد تغيراً مفاجئاً في الهوايات الخاصة. كما أن نوعية الأصدقاء وتغيرهم المفاجئ، يعد عاملاً من عوامل تغير السلوك الاجتماعي وخصوصاً لمن لديه علاقات غير شرعية.

(٧) تغيرات في الجو العاطفي للعلاقة الزوجية: قد تتسم طبيعة العلاقة الزوجية بمفهوم الصراحة والانفتاح، بل وقد يكون الأصل في العلاقة سيادة مهارات

التعبير العاطفي عن الحب والتعهد باستمرار الحب والعلاقة الزوجية. إلا أن التغير السريع وظهور مؤشرات بالجمود في العلاقة وخصوصاً الجمود العاطفي من دون تحديد سبب واضح لذلك، فعلى الزوجين إدراك أن هناك عنصراً خارجياً قد يكون له تأثير مباشر على ذلك الخلل العاطفي. ولعل فرص الخيانة تكون أقرب، كما يقول الدكتور (إيدل)، عند تغير الجو العاطفي للعلاقة الزوجية بشكل مفاجئ. فمن علامات الجمود العاطفي المفاجئ، هو ذهاب أحد الزوجين للنوم قبل الآخر أو اختلاف أوقات الاستيقاظ كوسيلة لتجنب الحديث مع الطرف الآخر، وهناك الكثير من تلك العلامات التي توحى بتغيرات الجو العاطفي في العلاقة الزوجية.

(٨) عوامل أخرى مساعدة للوقوع في الخيانة: إن حصر أعراض أو عوامل الوقوع في الخيانة غير ممكن نظراً لاختلافها من فرد لآخر، ومن بيئة لأخرى، ومن زمان لآخر. ولهذا سنحاول في هذا الجزء العام عرض بعض العلامات المساعدة على الوقوع في الخيانة من أحد الزوجين:

(١) علاقات ما قبل الزواج: تشير الدراسات إلى أن الشخص الذي كانت لديه علاقة خيانة زوجية قبل الزواج يكون أكثر عرضة للعودة للخianات أو للوقوع بتجارب غير شرعية خلال الزواج. إذ تشير الدراسات إلى أن المعدل الطبيعي لانتكاسة

أولئك الذين لديهم علاقات قبل الزواج وعودتهم والرجوع للعلاقة السابقة، هو ما يتراوح ما بين ثلاثة إلى ستة أشهر. بمعنى أن الزواج لوحده لا يمنع الإنسان من الخيانة إن لم يكن هناك ضابط أخلاقي وديني يحكمان تصرفات الإنسان. ويعود السبب في عودة الشخص للعلاقات غير الشرعية والتي كانت قائمة قبل الزواج، إما بادرة من جانب الشخص المتزوج نحو شريكه بالعلاقة القديمة، نتيجة للشعور بالملل أو لمشكلات في علاقته الزوجية الحالية. أو بسبب مبادرات ودعوات واتصالات متكررة من الطرف الآخر، كالتظاهر بالمباركة بهدف إعادة العلاقة ولو بشكل سطحي أو للمبادرة بأن يستمر التواصل على شكل زمالة بريئة!!، أو للتدخل كناصح ومرشد عند الحاجة للمشورة في الحياة العامة والخاصة. إن شخصية صاحب العلاقات قبل الزواج تتصف بالتقلب وسرعة الملل كما تشير لذلك الدراسات. ففي دراسة للعالم (رايس)، تبين أن ذوي التجارب السابقة قبل الزواج، سرعان ما يجدون الملل والضجر في العلاقة الزوجية الأحادية. ولهذا فهم غالباً ما يلجأون لتعدد العشيقات لتجاوز ذلك الملل.

(٢) ضعف واضطراب بدرجة التمسك بالقيم الدينية: يعد الدين والأخلاق العامة والمروءة صمامات أمان للعلاقة الزوجية ضد الانحرافات بأشكالها،

وقد أشارت دراسة (القشعان، ٢٠٠٤) والمقدمة للمؤتمر الدولي للأسرة، إلى أن درجة الالتزام الديني تعد عاملاً مهماً في تحقيق التوافق الزوجي. بل وتعد صمام أمان لعدم وجود عناصر الشك والخيانة ومبرراتها في العلاقة الزوجية. فالملتزم دينياً لديه الضمير والرقيب الدائم والحصن ضد الإغراءات في الحياة اليومية. ولهذا فإن أي تغيير في درجة الالتزام الديني والأخلاقي سيكون له انعكاس سلوكي على العلاقة الزوجية، والتي بلا شك ستكون مدعاة للشك بين الزوجين. فإن وجدت المرأة على زوجها مثلاً مصاحبة غير الأسوياء دينياً وأخلاقياً، أو لاحظت عليه حضور مجالس المجون والحفلات الصاخبة، فإن ذلك مدعاة للتحقق من ظهور بوادر الانحراف السلوكي والخلل بمستقبل العلاقة الزوجية. إن الجلسات التي تدار بها الكؤوس ويختلط فيها الرجال والنساء، لتقود بدرجة أكبر من غيرها من المجالس إلى الوقوع في الخيانة والانحرافات الأخرى. إن الخلل بالقيم مرتبط بقبول الأفكار المنحرفة للممارسات الشاذة والبعيدة عن الأخلاق والقيم العامة. إن الشخص المهيأ للوقوع في الخيانة، هو ذلك الذي يظهر على أفكاره وتصرفاته الأخلاقية مؤشرات منحرفة تقوده للخيانة.

(٣) قلة الضبط الاجتماعي: تشير الدراسات إلى أن الخيانة تكثر في المجتمعات المختلطة من حيث الخلفيات العرقية والثقافية، وبالمقابل فإنها تقل في المناطق

المحافظة والمناطق السكنية التقليدية. ولهذا ففي المجتمعات الريفية الصغيرة تصبح عملية الضبط الاجتماعي واضحة المعالم، بل ويظهر الأفراد بتلك المجتمعات استنكار أي مظهر للسلوك المنحرف. إن قوة العلاقات الاجتماعية ومثانة التواصل في المجتمع الواحد، تسهم في تقوية درجة الضبط الاجتماعي، مما يدعو للحد من المجاهرة أو حتى السعي للعلاقات المحرمة، بعكس المجتمعات التي تتصف بالتساهل فيما يسمى بالحرية الفردية واحترام خصوصية الفرد.

(٤) انخفاض الرضا الزوجي: إن كثرة المشكلات بين الزوجين، أو قلة الإشباع العاطفي والجنسي، تصبح سبباً للوقوع في الخيانة الزوجية. فقد أشارت إحدى الدراسات إلى أن كثرة المشكلات الزوجية من جهة والاحتكاك بالجنس الآخر، سواء في العمل أو في أماكن عامة، تعد عنصراً مساعداً لحدوث الخيانة. ومن خلال استقراء كثير من الحالات التي وقعت فيها الخيانة الزوجية، يتبين أن الخيانة تقع غالباً أثناء الأزمات الزوجية، وخصوصاً خلال فترات الهجر العاطفي والجنسي وكذلك نتيجة لطول فترات الانفصال وتوقف التواصل بين الزوجين.

(٥) الضعف الذاتي مقابل الفرض: تشير الدراسات إلى أن الخيانة لا تقتصر فقط على مبادرة الرجل للمرأة، وإنما قد تحصل الخيانة نتيجة مبادرة المرأة

للرجل، سواء أكانت تلك المرأة متزوجة أم غير متزوجة. وتشير الدراسات كذلك إلى أن هناك مرحلة خطيرة لكلا الجنسين إضافة لمرحلة المراهقة الأولى، ألا وهي مرحلة أزمة منتصف العمر، فعندما يصل الرجل لمرحلة منتصف العمر (٤٢ - ٤٨)، فإنه يدخل مرحلة أزمة منتصف العمر والتي تصيب نسبة لا بأس بها من الرجال. إذ يحاول البعض منهم البحث عن وسائل لا تناسب مستوى عمره الزمني، لإثبات حيويته أو لإشباع غروره الطفولي وذلك لمحاولة الوصول لمشاعر بأنه لا يزال جذاباً، وذلك باللجوء لإقامة علاقات مع فتاة أو مجموعة فتيات أصغر منه سناً بهدف المتعة. وبالمقابل فقد تقبل بعض الفتيات لإقامة علاقة مع رجل متزوج، أو أكبر منهن سناً وذلك لوجود بعض المغريات المشجعة لإقامة تلك العلاقة، كالمُنصب، أو النضج الاجتماعي، أو الثراء المالي، بل قد ترى بعض الفتيات أن العلاقة مع رجل بهذا العمر، ميزة بحجة أن الرجل يمتلك عنصر النضج والكمال، وهذا بلا شك سيقوم بتحقيق وإشباع حاجات نفسية لدى تلك الفتاة. وبالمقابل فإن كثيراً من أولئك الفتيات اللاتي يقمن بالخيانة يعددنها إحدى الطرق القصيرة والسريعة المؤدية إلى الارتباط والزواج.

الآثار النفسية لصدمة الخيانة على العلاقة الزوجية:

تشير الدراسات إلى أن الآثار النفسية التي تحدثها أزمة الخيانة على العلاقة الزوجية من جهة، وعلى الطرف الآخر بالعلاقة الزوجية والتي غالباً ما يكون ذلك الطرف هو المرأة، تعدل في أثرها آثار الكوارث والصدمات التي تصيب الأفراد نتيجة الحروب والزلازل، بل ترى بعض الدراسات من أن الآثار النفسية والمشاعر التي تحيط بالشخص المغرر توازي وتعادل نفس آثار ومشاعر نفسية من كانت ضحية اعتداء جنسي كالاغتصاب مثلاً. ولما كانت الآثار المختلفة للخيانة تتساوى مع آثار الصدمات، فإن الأعراض والآثار النفسية التي تتركها الخيانة على نفسية شريك الحياة، يمكن تصنيفها على نفس مراحل تصنيف الآثار النفسية التي تتركها الأزمات بشتى صورها. وقد تم تحديد المراحل النفسية التي يمر بها الفرد نتيجة الصدمات، والتي نستطيع إدراج الخيانة كأحدى صور الأزمات العنيفة على مسيرة الحياة الزوجية..

المراحل النفسية لصدمة الخيانة:

إن ردة الفعل لصدمة الخيانة تعيد لدى الفرد إدراك العالم والعلاقة الزوجية بمنظور مغاير لما كان عليه قبل الحدث. فبعد أن كان شعار العلاقة الزوجية: الثقة – والأمانة – والعهد والاستقرار – والاطمئنان كأساس لنجاح العلاقة، فإن هذه الشعارات تبدأ

بالتساقط أو النظر لها على أنها شعارات قديمة أو زائفة. وكلما كانت العلاقة الزوجية طويلة، وقد اشترك فيها الزوجان بخبرات كثيرة، كلما كان للخيانة الأثر الأسوأ على العلاقة الزوجية، فالطرف المغرر يقول للآخر على سبيل المثال: «لو أنك كنت ميتاً، لكان أهون علي من اكتشاف خيانتك». وأخرى قد تقول «لو أنني مت خلال مرضي الأخير، لكان خيراً لي ولأولادي من اكتشاف أمر خيانتك». إن عمق الأزمة يحدث شخراً أكثر على نفسية الشخص المغرر مما يؤدي إلى شك في كثير من القيم الخاصة؛ أعمق في العلاقة وشريك الحياة على حد سواء. ويقسم العلماء المراحل النفسية التي يمر بها الإنسان عند اكتشاف خيانة شريك حياته إلى ثلاث مراحل أساسية وفقاً لنظرية الأزمة.

المرحلة الأولى وتسمى مرحلة الصدمة:

ولعل أول علامات مرحلة الصدمة هو الإنكار، وعدم تصديق الحدث، أو المؤشرات الدالة على الخيانة.

الإنكار: يعد الإنكار وتكذيب الخبر وسيلة نفسية لا شعورية، يلجأ لها المغدور للتأقلم مع هول المصيبة. ويعد ألم التأقلم ومعاناته مع مرحلة الإنكار، أهون على الشخص، وأقل وقعاً من الإقرار بوجود حادثة الخيانة في الحياة الزوجية. إن الإنكار في حقيقته، يعد وسيلة شعورية لتجنب الآلام التي أحدثتها الخيانة. وقد يتبادر سؤال منطقي عن سبب تمسك الشخص بالإنكار رغم تكشف ملامح الخيانة؟

إن السبب الحقيقي وراء اللجوء للخيانة، وكما تشير الدراسات هو «الخوف». ذلك أن الخوف على العلاقة الزوجية من الانهيار السريع والمفاجئ، يجعل الشخص المغدور يلجأ لذلك الهروب النفسي من مواجهة الحقيقة والواقع المؤلم. وهناك سبب آخر لسلوك الإنكار، يتمثل في الخوف من الإهانة والانعكاس أمام النفس وأمام الآخرين، وخصوصاً عند تسرب الخبر وانتشاره، سواء أمام المحيطين من المقربين أو بين الأقران والزميلات من المتشمتين.

ومن الأسباب الأخرى وراء اللجوء لسلوك الإنكار ومشاعره، هو ذلك الخوف من الوصول لحال من عدم الأمان النفسي، كالخوف من فقدان الأطفال في حال الطلاق، أو الخوف عليهم من التأثير نتيجة للخيانة. إن الإنكار كردة فعل أولى في الخيانة، يقوم بدور خط الدفاع الأول وكصمام أمان لحماية الذات من انهيار الزواج نتيجة الخيانة، كما إن الاضطراب الذي يعيشه الفرد في ظل أزمة الخيانة، يجعل الفرد يغفل عن إدراك أن مشاعر الإنكار وسلوكه هو الفيروس الأول لنمو الأمراض (النفسجسمانية) والعضوية، كالصرع، والأرق والتشنج العصبي. كما أن استمرار مرحلة الإنكار لمدة طويلة سيكون له آثار سلبية أكبر وأعمق على الفرد، إذ تتمثل أولاً في الحرص على إخفاء المشاعر عن الآخرين، مما يجعل الفرد غامضاً ومعزولاً في تفاعله وتواصله الحر مع الآخرين، إضافة إلى تأزم العلاقة والتركيز فقط على تتبع حركات وسلوكات شريك الحياة. وهنا تتحول

مشاعر الحوار الذاتي بين الزوجين من مشاعر مكبوتة ومخفية، إلى سلوك عنيف يظهر على شكل غضب وانفجار سريع تجاه المحيطين كالزوج والأقرباء، مما يترتب عليه بعد عاطفي للهروب من شريك الحياة (الزوج) مما يعطيه المبررات والأعذار لكي يستمر في العلاقة المحرمة نتيجة الكبت والغموض الذي تبديه الزوجة.

إن مرحلة الإنكار تحمل في طياتها سلاحاً ذا حدين، فهي من جهة قد تساعد الفرد على الهروب المؤقت من مواجهة الأزمة التي تعصف به كفرد وبالعلاقة الزوجية، إضافة إلى مساعدته للتعايش مع الوضع الذي تسير به العلاقة الزوجية، كما لو كانت الأمور شبه طبيعية. وبالمقابل، فإن مرحلة الإنكار تحمل معها بعض السلبيات والتي تتمثل في تنامي مشاعر الغضب والاضطراب، ليصل الأمر للتأثير والتشويش على نظام الطاقة الحيوية لدى الإنسان، مما يترتب عليه اضطراب جسدي ونفسي على حد سواء. كما يصل الحال بالبعض إلى حال من الانهيار إن لم يتدارك الشخص نفسه عن طريق التعامل العقلاني مع الأزمة.

المرحلة الثانية: مرحلة الاضطراب:

تشير الأبحاث إلى أن مشاعر الفرد وسلوكاته في مرحلة الاضطراب قد تستمر لعدة ساعات لدى بعض ضحايا الخيانة، بينما قد تمتد وتستمر لعدة أسابيع لدى البعض الآخر. وتظهر في هذه المرحلة بعض العلامات والأعراض النفسية، كإدراك الفرد بواقع

وحقيقة وقوع الأزمة (الخيانة)، وهنا يبدأ الفرد بردة فعل هستيرية، حيث تتسم سلوكياته بالاضطراب، سواء باللجوء لتصرفات يسود بها مشاعر الغضب أو الثورة لانتفه الأمور. في حين يحاول البعض في هذه المرحلة إظهار قدر من التماسك والتظاهر بالصمود أمام هذه المصيبة، عن طريق التظاهر بعدم المبالاة وإظهار الشعور بعدم الانكسار. وكذلك تظهر تصرفات محاولة كتم السر المحيط بتفاصيل الخيانة، لتجنب المزيد من الشعور بالإهانة والشماتة، أو الشفقة من قبل المحيطين سواء من المقربين من أفراد العائلة أو من بعض الأصدقاء وزملاء العمل. وأخيراً يظهر على الفرد في هذه المرحلة بعض التصرفات المتنوعة والتي تدل على عدم الشعور بالأمان، سواء على مستوى الذات، أو على مستوى العلاقة الزوجية، أو مستوى الحياة اليومية. وفيما يلي بعض المظاهر السلوكية التي تدل على بلوغ الفرد مرحلة الاضطراب نتيجة الخيانة:

(١) الغضب والثورة:

ينقسم الناس في مرحلة الاضطراب لقسمين أساسيين:

القسم الأول: الأفراد الذين يظهر عليهم مظاهر الهشاشة النفسية والسلوكية: ويتصف هؤلاء بمشاعر الإذلال والاستسلام للانكسار، وخداع النفس عن طريق إقناع الذات بأن الخيانة لم تحصل، ولهذا فهو كثير الإيحاء لذاته بوجوب عدم تصديق وقوع الأزمة.

القسم الثاني: الأفراد الذين تتصف تصرفاتهم بالهستيريا والغضب: ويعد الغضب والثورة

أحد وأكثر الوسائل التي تلجأ لها المرأة عند اكتشاف معالم الخيانة. وكثيراً ما يتردد السؤال التالي والذي توجهه للزوج: «منذ متى وأنت على علاقة بهذه المرأة؟». إن مشاعر الغضب في هذه المرحلة تحمل معها مشاعر الغدر والجرح فتقول المرأة مثلاً «بعد هذا العمر تجرؤ على أن تعمل....». لما لم تحترم بيتك.. أولادك.. مركزك... أسرتك...». وفي هذه المرحلة تبدأ المرأة بمراجعة كل اللحظات السابقة والتي كانت تتصف بالدفء العاطفي، وبالحب المشتركة ويمد صدق مشاعره. إذ تعدها المرأة نتيجة للصدمة من جهة، ونتيجة لطبيعة مرحلة الغضب والثورة، عبارة عن حلقات من التمثيل والخداع والذي كان الزوج يمارسه. إن مشاعر الاستغلال والخديعة، تجعل الطرف المغدور يعيد الماضي ويخشى من المستقبل. ولعل المرأة تأتي بدرجة أكبر في مجتمعاتنا العربية، إذ تلجأ المرأة بالذات لمراجعة كل التضحيات والعهود والخطط التي تربطها بشريك الحياة، والتي كانت تركز على مبدأ الثقة والمساندة. ففي بعض الحالات والتي تكون الزوجة فيها على ثقة عمياء بالزوج، كالتى مثلاً أعطته توكيلاً رسمياً للتصرف بأمورها المالية والوظيفية، ففي هذه المرحلة تلجأ المرأة أولاً وقبل كل شيء لإلغاء ذلك التفويض والتوكيل القانوني. وفي حال إن كانت الزوجة قد ساهمت وقدمت دعماً مالياً للزوج، كمساهمة ببناء أو تأثيث المنزل، فتلجأ المرأة هنا للحرص على توثيق ذلك الأمر المالي...إلخ.

(٢) عدم المبالاة مقابل الانكسار:

يمكن للطرف المغدور والذي يعاني من الغضب المستمر والثورة المتكررة من اللجوء لوسيلة لا شعورية تتمثل بالتظاهر بالتماسك وعدم المبالاة. إلا أن عدم المبالاة هنا تحمل صوراً مختلفة من صور الإنكار والتجاهل في المرحلة الأولى. فمن صور الإنكار لدى بعض الناس في هذه المرحلة، إظهار عدم المبالاة كأن تردد الزوجة عبارات تجاه الزوج قائلة «اعمل ما شئت، فإنك لم تعد لك أهمية لدي».

إن محاولة إظهار مشاعر عدم المبالاة لدى الإنسان في هذه المرحلة، ما هو في حقيقته إلا وسيلة لحماية الذات من الانهيار أمام الزوج، أو محاولة التظاهر بمدى القوة والتماسك، وعدم الانكسار أمام الأزمة التي تعصف بالأسرة.

وبالمقابل فإن هناك من الحالات من لا يستطيع فيها الوصول لمستوى من التوازن، فنجدهم يلجأون للمظاهر والانكسار والشعور بالعجز وعدم القدرة على المواجهة والتعامل مع الأزمة. كأن تقول الزوجة للزوج: «كنت أعتقد أنني قد وفرت لك كل شيء، فبالله قل لي ما هو الشيء الذي قصرت به تجاهك وتجاه الأسرة، ألم أكن....». وتعد هذه المرحلة من أكثر المراحل خطورة وذلك لكون المرأة تشعر بالانكسار ليس فقط أمام ذاتها أو أمام زوجها. وإنما يحدث الانكسار كذلك أمام الطرف الآخر المشترك بالخيانة «العشيقة»، فنجد المرأة تلجأ لثلاثة سلوكيات عامة، كأن تقول:

- لماذا يلجأ لامرأة أخرى، هل سبب ذلك لأنني غير كاملة الأنوثة ولهذا فهو يبحث عن امرأة تتفوق علي.
- أتمنى رؤية تلك العشيقة لمعرفة ما الذي يميزها علي من مواصفات لم تتوفر لدي.
- أتمنى ولو سماع صوت تلك العشيقة للتعرف على أسلوبها لكي أعرف ما الذي تملكه تلك العشيقة من قوة في الشخصية أو عذوبة باللسان، أو ملابس وأناقة. إن لسان الحال يقول «لقد كنت عاجزة عن امتلاك مقوماتها، وفشلت في تقديمها لزوجي» (من حيث الشخصية).
- إن هذه المشاعر الثلاثة تجعل الزوجة تحوّل الغضب الذي كان من الممكن أن يكون متجهاً للزوج وللعشيقة على حدٍ سواء بشكلٍ قاسٍ نحو الذات والتقليل من شأنها، ومدى كفاءتها.

(٣) الإهانة:

سواء قامت المرأة بإظهار عدم المبالاة أو الانكسار، فإن الهدف الأساس، هو إخفاء الفضيحة عن المقربين، سواء أكانت الأمور تتجه نحو طلب الطلاق، أم إلى إجبار الزوجة نحو المخالعة. بينما قد يكتفي البعض بالحرص على إخفاء الأمر عن الآخرين لتجنب الإهانة والشماتة من المقربين أو الجيران أو زميلات العمل، ولهذا تعاني المرأة من العزلة النفسية والاجتماعية بهذه المرحلة كمحاولة لإخفاء الأزمة.

(٤) عدم الأمان:

إن السؤال الأساس والذي يتبادر كثيراً في ذهن الطرف المغدور في هذه المرحلة «هل أبادر وأطلب الطلاق وأنهى العلاقة الزوجية؟». إن التآرجح بين المبادرة بطلب الطلاق والتأني في اتخاذ القرار في شأن العلاقة الزوجية يهدف في حقيقته إلى البعد عن الآلام التي خلفتها أزمة الخيانة. وبالمقابل فهناك أفكار إيجابية تظهر في هذه المرحلة وتتجه كلها لمحاولة الحفاظ على إعادة بناء العلاقة الزوجية وترميم ما تم تصدعه خلال هذه الأزمة واعتبار ذلك نزوة شيطانية، وبالرغم من تفاوت مشاعر عدم الأمان والخوف والغضب وقلة تقدير الذات بين الزيادة والنقصان، إلا أن مشاعر الكره والرغبة في الانتقام من الطرف الآخر (العشيقة) تزداد مع الوقت، بل تشير الدراسات إلى أن مشاعر الرغبة في الانتقام قد تلازم المرأة، ما لم تتحدث بصراحة وشفافية مع شريك الحياة، فإن لم تستطع خشية ردة الفعل السلبية، فيمكنها اللجوء لمختص، أو من تثق برأيهم من الأقرباء لطلب المشورة والتفريغ الوجداني.

ثالثاً: مرحلة الأمل وإدارة الأزمة:

الآثار النفسية التي يعانيها ضحايا التأثر بالخيانة، تعدل في أثرها ودرجتها، معاناة التأثر بالأزمات الأخرى، كالحروب والكوارث الخطيرة. فقد بينت الكاتبة (ماتساكيز) في كتابها «لا أستطيع تجاوز ذلك» «I can't get over it» عدداً كبيراً من الأعراض النفسية

والسلوكية التي يعانيها ضحايا الخيانة الزوجية، فمن الأعراض: سرعة الاستثارة - الشعور باليأس - الزهد المرضي والكآبة - القلق - اضطراب النوم وتزايد ضغوط الحياة. ولهذا يجب ألا يتردد المرشد عند تقديره وإدراكه قيام المسترشدة بأفعال وسلوكات تدل على تجاوز تلك الأعراض للحد المعقول، بالطلب من المسترشد المرور على المستوصف أو الطبيب الخاص لأخذ بعض العلاجات أو المقويات والفيتامينات وبالأخص في حالات الأرق أو فقدان الشهية للطعام وغيرها من الأعراض.

وعندما يلاحظ المرشد وجود أعراض اكتئابية، أو مشاعر للرغبة في الانتحار أو الرغبة في الانتقام من شريك الحياة أو الطرف الثالث المشارك في الخيانة، يجب على المرشد تهدئة المسترشدة، وتوجيه السلوك المدمر لسلوك إيجابي وبناءي، وخاصة فيما يتعلق بالرغبة من الانتقام من العنصر الخارجي المشترك بالخيانة.

كما يجب على المرشد مساعدة المسترشد على حسن تصريف ما يحمله المسترشد معه للجلسة من مشاعر سلبية أو حبيسة داخله وخلال فترة الجلسة وليس بتصريفها سلبياً خارج الجلسة وبطريقة سلبية، وذلك لتفادي تدهور العلاقة بين الزوجين، ويمكن كذلك للمرشد عند شعوره بأهمية تصريف المشاعر السلبية، أن يقوم بتحويل تلك المشاعر لوسيلة إيجابية.

ويمكن كذلك للمرشد عند إدراكه بتأزم الحال النفسية للمسترشدة وخصوصاً في بدايات

الصدمة من تغيير استراتيجية عدد مرات الجلسات، والعمل على زيادة الجلسات لتصبح أكثر من جلسة خلال الأسبوع الواحد، وفي حال صعوبة هذا الأمر فيمكنه تحديد مواعيد للاستشارات والمساندة المعنوية للمسترشد عبر الهاتف، كأن يسمح للمسترشدة بالاتصال به أكثر من اتصال هاتفي خلال الأسبوع الواحد لتقديم الاستشارة له عبر الهاتف.

ومن مهارات إدارة الأزمات والتي يجب على المرشد تطبيقها، مهارة الاستعداد وتهيئة المسترشرين لاحتمالية الانتكاسة، واسترجاع الخبرات السلبية. وكذلك عليه التأكيد على أهمية عدم الانخداع والتسليم بسلوكيات شريك الحياة والتي يمكن تسميتها «بأحلام شهر العسل المؤقت»، والذي يظهر على شكل وعود وعهود بعدم العودة للخبرات والممارسات غير المشروعة، وخصوصاً بعد الجلسات الأولى للإرشاد بين الزوجين، إذ أن الانتكاسة أو العودة لمثل تلك الخبرات، قد تحدث إما بمبادرة ذاتية، أو بمبادرة من الطرف الخارجي (العشيق)، ولهذا فعلى المرشد تهيئة المسترشرين للاستعداد لمثل تلك الأمور، والعمل على تجنب ذلك.

وأخيراً، ليعلم المرشد أن الانتكاسة، قد تحدث وتلازم الفرد لمدة غير قصيرة، ولكنها سوف تتقلص وتخف من حيث الظهور والأثر، نتيجة لحجم العناصر الرئيسة الثلاثة التالية:

١- التكرار: تشير الدراسات، أنه رغم انزعاج أحد الطرفين من تكرار الحديث حول

الخيانة، إلا أنه كلما تكرر الحديث والمناقشة حول موضوع الخيانة عن طريق الإجابة عن استفسارات وإلحاح شريك الحياة، كلما خفَّ عدد مرات العودة في المستقبل لمثل تلك الأعراض الانسحابية.

٢- المدة: تتراوح مدة تذكر وسيطرة الأفكار والمشاعر المرتبطة بالحدث حسب المدة والمرحلة التي يمر بها الفرد من أزمة الخيانة، ففي الأيام الأولى للأزمة، تكون المدة سيطرة المشاعر والأفكار أطول، ولكنها مع الوقت تقل من حيث المدة والتكرار، الأمر الذي قد يجعلها لا تتجاوز الدقائق في بعض الأحيان.

٣- الشدة: إن شدة تذكر الحدث ومدى تأثير العوامل الخارجية والمحيطية بالأزمة، تكون أكثر شدةً وأكبر حجماً وخصوصاً في الأيام الأولى، ولكن مع مرور الوقت، ومع التدريب على وسائل أكثر فاعلية في إدارة الضغوط والمشاعر، فإن درجة شدة الحدث تتحول من التأثير الشديد إلى التأثير المعقول والشدة المقبولة.

إن توعية وتنقيف المسترشد بحقيقة الانتكاسة النفسية المصاحبة للخيانة ومظاهرها، تجعله يتحول من التركيز على الألم الذي خلفه الحدث، إلى الاستفادة وتعلم الدروس من تلك الحادثة.

مدى فاعلية الإرشاد بعد الخيانة:

إن إعادة درجة التوافق والتوازن في الحياة الزوجية بعد اكتشاف الخيانة، يعد أحد

المواضيع الحساسة والصعبة والتي تحتاج لوقت طويل وجهد عظيم من جانب المرشد من جهة ومن الزوجين الراغبين في الاستفادة من الإرشاد من طرف آخر. فكما تشير الدراسات التطبيقية من أن تجاوز آثار الصدمة والأعراض الناجمة عنه تحتاج لإرشاد طويل المدى، وتواصل متقطع مع المرشد لمدة قد تزيد عن العام وقد تصل إلى ثمانية عشر شهراً. إذ أكدت دراسة (غلاس وزملائه) على عينة من ٢٠٠ زوج يتلقون الإرشاد نتيجة وجود خيانة في حياتهم الزوجية. فقد أكدت النتائج على أن الخيانة قد تسرع بطلاق الزوجين مقارنةً بالمشكلات الزوجية الأخرى، فبالرغم من إمكانية الاستفادة من الإرشاد الزوجي، إلا أن نسبة ٢٥٪ من العينة قد تم طلاقهم بعد تلقي الإرشاد، بمعنى أن حالة من كل أربع حالات خيانة قد تم الطلاق بينهما، مقارنة بحالة واحدة أمام عشر حالات ١٠٪، تتقدم للإرشاد بالمشكلات الأخرى التي لا تحتوي على مشكلة للخيانة الزوجية.

من جانب آخر، أكدت تلك الدراسة على أن نسبة ٣٤٪ من العينة على أن الإرشاد الزوجي، قد ساعدهم في تعزيز العلاقة الزوجية بدرجة أكبر، من حيث القوة والتماسك، مقارنة بمرحلة ما كانت عليه العلاقة بينهما قبل اكتشاف الخيانة، في حين أكدت نسبة ٢٨٪ من أفراد العينة على تحسن لا بأس به على مقياس علاقتهم الزوجية، بالرغم من وجود مشكلات حول موضوع الخيانة وغيره.

وأخيراً أكد حوالي ١٤٪ من الأزواج والزوجات على عدم إحساسهم بفائدة واضحة

للإرشاد على علاقتهما الزوجية بعد الخيانة وبالرغم من تلقيهم لجلسات إرشادية حول الموضوع.

ويبقى السؤال الجوهرى والذي قد يساعد المرشدين على التنبؤ بمستقبل العلاقة الزوجية بعد كارثة وقوع الخيانة الزوجية، والذي يتمثل في السؤال التالي:

كيف يميز المرشد بين الأسر المعرضة للطلاق بعد الخيانة من الأسر التي ستحافظ على علاقتهما؟

لقد أكدت أكثر من دراسة على الفروق بين العوامل المؤدية للطلاق في الأسر التي يحصل بينها خيانة مقارنة بالأسر التي تتجاوز المشكلة، ولعل أبرزها دراسة (لاوسون) والتي يمكن تلخيصها بالجدول التالي:

الخيانة	
خصائص الأسر المعرضة للطلاق بعد الخيانة	خصائص الأسر التي تجاوزت تأثير الخيانة
١- تظهر الخيانة في السنوات الأولى للزواج.	١- تظهر الخيانة بعد مدة غير قصيرة.
٢- تكون الخيانة من طرف الزوجة.	٢- يكون لديها أبناء.
٣- كل من الزوج والزوجة لديهم علاقات خارج الزواج.	٣- تكون الخيانة من طرف الزوج.
٤- عدم وجود درجة من المسؤولية والتعهد لإنجاح العلاقة الزوجية.	٤- الزوجة ليس لها علاقات خارج الزواج.
	٥- وجود رغبة وتعهد لإصلاح الخلل وتجاوز المشكلة.

وتبقى كلمة، وهو بالرغم من أن الخيانة قد تقود للطلاق، إلا أن قلة من الخيانات تقود للزواج بين طرفي الخيانة (الطرف المشارك بالخيانة والطرف الذي يمارس دور العشيقة).

الخيانة الزوجية: خيانة الرجل

د. عائشة الشهري

تعريف المشكلة:

هي كل علاقة غير شرعية عاطفية أو جنسية أوهما معاً تربط رجلاً متزوجاً بامرأة أخرى غير زوجته سواءً أكانت هذه المرأة الأخرى عزباء أم متزوجة، وبدون علم الزوجة أو بعلم الزوجة ولكنها اضطرت للبقاء مع هذا الزوج لأسباب ضاغطة أسرية، اجتماعية، نفسية... إلخ، مع استمرار الخيانة من قبل الزوج.

لماذا يخون الرجال:

خلال السنوات الطويلة التي عايشته معها المشكلات النفسية للمرأة كانت مشكلة الخيانة الزوجية إحدى المشكلات الرئيسة التي تفرض نفسها في كل وقت وفي كل مرحلة من مراحل الحياة الزوجية، إذاً الخيانة واقع موجود في الحياة - سواءً أكانت الخيانة من قبل الرجل أم المرأة - ولكن في بحثنا هذا سنركز على الخيانة الزوجية من قبل الرجل لزوجته.

١- بدهي أن الرجل أكثر خيانة من المرأة، والسبب أن الرجل في كل مكان وزمان هو

حامل عيبه، وهذا تصريح اجتماعي موروث، يمنح للرجل لفضلياً ويطبق فعلياً في فترة مبكرة من حياته، وهو يؤهل الرجل لأن يتنفس ويلهو خارج الأطر الشرعية دون أن يتحمل النتائج، وهذا التصريح الموروث تحريض للرجل على الخطأ، والولد حين يشب يندفع بفعل رجال عائلته وأصدقائه الذكور لأن يثبت رجولته من خلال هذا التصريح ومن البدهي أن يحسن استغلال هذا التصريح مع بنات الناس، ويعطي الفتاة « طعم الحب » لتقع البنت في شباكه ويقع المحذور، ويخرج الشاب حامل عيبه من التجربة مزهواً ويصفق له الجميع، أما البنت فتخرج من قانون حامل عيبه بعار التجربة وتكون محصلة التجربة للاثنتين الرجل « مجرب » والمرأة « ساقطة » وهذه أبسط نتائج قانون حامل عيبه، إذاً من البدهي أن نقول أن الرجل أكثر خيانة من المرأة بسبب قانون حامل عيبه أضف إلى ذلك أنه حتى مع المرأة التي يخونها زوجها فإن الرجل الذي يخون يحمل وسام المرغوب فيه حتى عند زوجته والآخرين والمرأة الخائنة ساقطة أو مستغلة أو غرر بها.

٢- الرجل الخوان لا يستطيع أن يكون لامرأة واحدة وهو لا يكون دائماً رجلاً مرتاحاً من فعل الخيانة بل قد يكون متأدياً مما يقوم به، ولكن قوة الاندفاع لديه أكبر من حجم الألم، فأغلب خيانة الرجل لا يكون سببها الحب والعاطفة، بل هي مسألة الإغواء والإحساس بالمغامرة والإثارة، فهو في الخيانة يبحث عن الإثارة في العلاقة.

٣- الخيانة قد تكون بسبب أزمة فقدان الثقة في النفس والقدرات، ومن خلال مسلسل وقوع النساء في حباله تتدعم ثقته في نفسه، وهذا النوع يكون قد عاش طفولة ومراهقة مليئتين بالإحباطات والتذكير بالفشل، هذا النوع ربما تعذب وهو يسمع من يقول له لست رجلاً، وها هو يثبت رجولته، ويعيد الثقة إلى نفسه بكونه قادراً على استمالة النساء.

٤- البعض من الرجال يخون، لأنهم يكرهون النساء، وفي نظرهم أن المرأة مخلوق ساقط، فالواحد منهم يخون زوجته ليعاقبها بينه وبين نفسه، ويخون مع امرأة أخرى حتى يحتقر هذه المرأة لانزلاقها معه، حتى لو لم يظهر هذا الاحتقار لها.

٥- وهناك فئة من الرجال الخوانين يفعلونها لأسباب نفسية، فهم يريدون وهم النساء بالسقوط من جراء معاناتهم من كونهم ضحية امرأة ساقطة، فالذي ضبطت إحدى نساء بيته في حال خيانة، وعاش القلق والعار مبكراً، يريد لغيره من الرجال أن يعاني معاناته ذاتها، وهذا يختلف عن النموذج السابق بأنه يريد توجيه الأذى لرجل آخر.

٦- وهناك الخائن المتصف بالشبق النفسي، إن حالة الشبق المتمثلة بالرغبة في المعاشرة الجنسية بشكل يزيد عن الحد الطبيعي المتعارف عليه هي حال موجودة عند بعض الرجال، وبعضهم يضبطها بشكل ذاتي، والبعض الآخر قد يضبطها من

خلال زواج ثانٍ وفي حال فئة رجال الشبق الجنسي نجد أنهم يشحنون أنفسهم نفسياً ولا شعورياً بقناعة مفادها: أن الزوجة لا تكفي، وبالتالي يسعون إلى الخيانة من أجل تخفيف الشبق عندهم، وهم بذلك يشعرون بعذر للخيانة.

٧- هناك فئة من الخونة مدفوعة للخيانة بفعل ما نسميه في علم النفس بالاشتراط في التجربة الأولى، أفراد هذه الفئة تكون تجربتهم الجنسية الأولى محرمة سواءً مع بائعة هوى أو من جراء علاقة عاطفية غير شرعية فيرتبط الجنس لديهم بظرف الحرام ويؤدون داخل نظام الزواج دوراً تقليدياً من دون متعة، ويسعدون بالخيانة لأنها تذكرهم بمشاعر المتعة والانفعال والخوف التي شعروا بها في تجربتهم الأولى.

٨- أسباب اجتماعية قد يخون الرجل لأنه نشأ في أسرة مفككة، فهو لم يحظ في طفولته بالتربية السليمة والتنشئة الصالحة، كما عاش وسط بيئة تنتشر فيها النماذج الانحرافية سواءً من جانب الأب أو الأم أو الإخوة أو الأقارب.

أنواع الخيانة (أنواع سلوك الخيانة):

١- الخائن الرومانسي:

هو رجل رومانسي لا يهتمه نوع المرأة التي يرتبط بها، أو نوع العلاقة التي يكون فيها، ولكن ما يهتمه أن يعيش في حال رومانسية، لكن رومانسيته ليست أصيلة صادقة، هو

يسرق فرصة ويختلس لحظة يعيش فيها برومانسية حتى تتجدد مشاعره ويعود أكثر حيوية ونشاطاً إلى حياته الأولى. وهو رجل لا يعطي وعود للمرأة والتي قد تكون تحبه وقد يجعلها تشعر بأنه عاشق ولكنه حين يشعر بانزعاج أو بخطر محتمل قد يدمر حياته الأصلية فإنه ينسحب من العلاقة وإن كان متألماً، وهو ينهي العلاقة متى انطفأت فيها جذوة الرومانسية، هو رجل يريد كل ليلة حديثاً هادئاً وشموعاً ورسائل جوال، يستمتع بالمغازلة والمواعيد والهدايا واللقاءات السرية، ويحاول أن يخلق نموذج الأجواء السرية لإشعال الغريزة الجنسية والإثارة، هذا الزوج متزوج من زوجته لأنه مجبر على ذلك من باب الواجب، أما العشيقة فهي احتياج رومانسي بمجرد أن تؤدي فيه المرأة دوراً وتطالب بالارتباط أو الزواج يترك العلاقة باحثاً عن ضحية أخرى باسم البحث عن المرأة المثالية، وهذه تغطية لحقيقة التمتع بالعلاقات الرومانسية المتعددة.

من ملفات العيادة: سارة امرأة مطلقة تعرفت على أحمد وهو رجل يبلغ من العمر ٤٥ عاماً متزوج كان يعمل في إحدى الدوائر الحكومية، وخلال مراجعتها لمكتب أحمد لتخلص بعض الأوراق الرسمية تعرفت عليه وتوطدت العلاقة، وبدأ يخبرها هاتفياً، وحلمت سارة بالارتباط والزواج من هذا الرجل الذي رأت فيه كل صفات الرجل المثالي الرومانسي، فهو كريم كثيراً ما يقدم الهدايا ويقابلها خارج المنزل بدون علم ذويها في أفخر المطاعم، ويتصل بها هاتفياً لساعات طويلة ويرسل الرسائل والقصائد، ويتغزل

طوال الوقت بجمالها ورقتها فهو على حد قولها يحبها وزوجته لا تشبع هذا الجانب الرومانسي في حياته، وعندما حاولت سارة مناقشته بعد ٢ سنوات من علاقتهم في ضرورة الارتباط والزواج وأصررت على ذلك قطع علاقته بها، وأصبحت سارة بالكآبة والحزن والصراع، فهي لا تفهم كيف يحبها ولا يريد الارتباط بها ٩.

٢- الخائن الجنسي:

هذا الرجل لا يقل خطورة عن السابق بل يزيد عليه إن عاطفته نحو المرأة دائماً يحركها الدافع الجنسي فهو يندفع للعلاقة والخيانة أو حتى الزواج الثاني والمسيار لإشباع الشبق الجنسي، وبمجرد أن تنطفئ هذه الشهوة أو تتشبع اللذة الجنسية يغادر العلاقة ويبحث عن ضحية أخرى، هذا الرجل كلما رأى امرأة انجذب لها بشكل قاتل أو تزوجها بدافع الغريزة وليسبب ما بعد فترة يموت كل الإحساس نحوها، وتنطفئ لديه الرغبة الجنسية ولا يحركها إلا ظهور امرأة جديدة، ويظل يدخل في علاقة ويخرج منها بدافع الجنس، وقد يعتقد البعض بأن المدمنين جنسياً هم فقط فئة الشباب الذين يلعبون على البنات، ولكن هناك فئة أخطر هم فئة الرجال الذين يدمنون العلاقات الجنسية ولكنهم يتخذون الطريق الشرعي لذلك، والذين يطلق عليهم «المزواج» فهو يظل يتزوج ويطلق وقد تصل زيجاته لأكثر من عشرين أو أربعين زوجة.

من ملفات العيادة: عبد الله طبيب يبلغ من العمر ٥٠ عاماً متزوج بثلاث زوجات في

الوقت الحالي، وقد سبق وتزوج بزواج المسيار حوالي خمسة عشرة زوجة لا تبقى لديه الزوجة أكثر من عدة أشهر ثم يحس بالملل منها ويطلقها. يقول هذه مسألة خارجة عن إرادتي، كلما رأيت شابه انجذبت لها بشكل قاتل، أنا لا أحب الحرام فأتقدم لها وأتزوجها زواج مسيار بدون علم زوجاتي الأخريات «أمهات أبنائي» ولسبب ما بعد فترة يموت كل إحساس نحوها وتموت لديه الرغبة فيها، وأشعر بالإحباط فأطلقها، ولا يحرك الدم في عروقي سوى أن تظهر امرأة أخرى فأتقدم وأتزوجها، وهكذا تمضي حياتي زواج وطلاق بدافع الجنس فقط.

٣- الخائن المدمن:

هو ليس بالضرورة رجلاً متطلباً أكثر من سائر الرجال بل أيضاً صفة التطلب ليست هي الأساس إذ الكثير من الرجال المتطلبين إنما يتطلبون في بيوتهم ومع زوجاتهم وبالاحلال، ولكن المدمن يبحث عن العلاقة مع أي امرأة وفي أي فرصة وبأي شكل، هذا النوع من الرجال يتميز بقدر كبير من هدوء الأعصاب يعود لمنزله ويؤدي واجبه وكأن شيئاً لم يحصل، علاقته عادية بل وجيدة مع زوجته، توتره يظهر على شخصيته في حال عدم وجود أطراف كثيرة أو إضافية تشاركه خياناته، وهو يعتد بذاته من خلال قدرته وتعدد علاقاته ويشعر بالراحة والثقة النفسية أكثر كلما تورط في الخيانات أكثر، بحيث تقل آلامه النفسية ويهون إحساسه بوطأة الضغوط الناتجة عن العمل والعائلة

ومسؤوليات الحياة، هذا النوع من الرجال لا يمكن أن يتوقف عن الخيانة أبداً، ومهما انكشف أمره فإنه يعاود الخيانة لأجل إشباع حاجة دفينه لديه، فيه كل صفات المدمن الذي غالباً ما يعود لإدمانه لكنه وبسرعة يتعلم فن الخيانة بلا مشكلات فهو نادراً ما يتم ضبطه أو إمساك أدلة على خيانتة، فضلاً عن كونه يعرف كيف يختار ومن يختار، وخصوصاً أنه رجل لا يبحث عن الحب، وهذا الخائن المدمن تكون حياته عادية زوجته لا تلاحظ عليه أي تغير فهو بذات النشاط والسلوك والعادات ورد فعله في حال ضبطه هادئ يعتذر ويطلب الصفح ويقول بهدوء ما فعلته كان نزوة ولكنه في الحقيقة سيكررها ويعود للخيانة.

٤- الخائن العاشق:

هذا النوع من الرجال ليس مهماً عنده الخيانة بما تعنيه كحاجة غريزية بالدرجة الأولى، بل ما يهمه هو المرأة أو لنقل النساء - حتى لو كانت مسألة خيانة نفسية - تعجبه كثرة النساء من حوله، ويشبهه في سيكولوجيته أشهر عشاق التاريخ مثل «كازانوف» ودون جوان حيث تحلق النساء من حوله يشكل السعادة الأساسية عنده، هذا النوع يحب وجود أكثر من امرأة في حياته، ويتفنن في دراسة نفسية المرأة والسعادة بصحبته وخلق علاقة خاصة معها بناء على تركيبته، هو يشبه في سيكولوجيته هواة جمع الطوابع، فكما يجمع إنسان العملات النقدية والتحف فهذا النوع يجمع النساء، يسعدهن ويحافظ

على مشاعرهن، وحين يتم اكتشاف أمره يحرص على عدم جرح المرأة الثانية، وكذلك عدم جرح إحساس زوجته، وإنما يودع بأدب ويداري زوجته التي اكتشفت الخيانة، ويؤكد أنها علاقة بريئة وهي مسألة صداقة وإن كانت عميقة، هو يقدر المرأة ويعجب ويتمتع بسمات شخصية كل امرأة على حده وهذا الرجل قد يتزوج أكثر من واحدة.

٥- الخائن منتهز الفرص:

هذا النوع من الرجال يملك نزعة داخله يود شعورياً أن تكون له أكثر من امرأة في وقت واحد، ولكنه لا يسعى لذلك متعمداً، بل على العكس هو إنسان مخلص وفي حاله، ولكن وهنا النقطة الرئيسية إذا جاءت له فرصة للخيانة فإنه لا يقاوم وينخرط في العلاقة، هو نموذج الرجل الشفاف والزوج اللطيف والأب الحنون هو نموذج جذاب كل ما فيه يقول أنا لطيف تعالوا إلي، وفي حال انخراطه بعلاقة خيانة يزداد هذا الرجل في إدارة زوجته وأسرته حتى إن زوجته أبداً لا تشك بروعته وإخلاصه ومحبه التي تغمر الأسرة.

٦- الخائن المثالي:

هذا النوع من الرجال يخون بهدف البحث عن العلاقة الكاملة المثالية، هو لا يجد الرضا الكامل في حياته الزوجية هناك شيء في الزوجة مفقود، وهو يستطيع أن يشخص النقص الموجود في زوجته، ولكن لا يرى وجوب الانفصال عنها من منطلق قناعة داخلية بأن كل النساء فيهن بعض النقص، ويرى أنه لا بأس بأن يجد واحدة أو أكثر من واحدة تسد

هذا النقص، فزوجته طيبة عاقلة وتربي الأولاد - هو يريد امرأة للرومانسية - وأخرى للحوار الفكري، وربما امرأة مجنونة، هذا الرجل هو الذي يحدد الخلل أو النقص الموجود ويختار امرأة تسد هذا الخلل. الصورة الغالبة لهذا النوع من الرجال هم المفكرون أو مُدَّعو ذلك وهو النوع الذي يقول للمرأة الأخرى أن زوجته غير رومانسية ومشغولة بالعيال، وأنه بحاجة للحوار الفكري والثقافي، وهكذا يدعم في فكر المرأة الأخرى أنها التعويض الضروري الذي يسد النقص في حياته، وللأسف هذا النوع من الرجال مقنع خصوصاً وأنه يلعب على وتر حساس عند المرأة حتى يوهمها بأنها تؤدي دور المنقذ.

٧- الخائن بالصدفة:

هذا النوع من الرجال ليس في نيته ولا تركيبته النفسية أي استعداد للخيانة الزوجية، ولكن الصدفة وضعت أمامه امرأة أخرى، وهذه المرأة الأخرى قد تكون زميلة عمل أو موظفة في مكان ما يراجع فيه، أو إحدى النساء حوله في حياته الاجتماعية، هو ليس في حسبانته هذه العلاقة الإضافية، لكنه يجد نفسه أمام امرأة تشجعه على المبادرة، يحاول المقاومة ويبدل جهداً ولكنه ينهار في النهاية، هو من النوع الذي ينساق دون إرادة ووعي لكنه يعيش إحساساً بالذنب والاضطراب، ويبقى رغم سعادته بالعلاقة يلعن الصدف التي جعلته يقع في شباك امرأة أخرى، قد يشعر بالحب ولكنه من الداخل يعيش إحساساً بالذنب وربما الخوف من انكشاف أمره.

٨- الخائن الباحث عن الانتباه:

هو رجل طفل، نضج شكلاً وهيئته، ولكنه من الناحية النفسية مازال طفلاً، يريد انتباهاً واهتماماً وبالتالي فإن انشغال زوجته عنه بأولادها بعملها أو بأي شيء آخر يجعله يشعر بالوحدة، وبأنه مهمل وبأن لا أحد يتكلم معه أو يشعر بوجوده، وهو يعلن ذلك بصراحة وعادة يختار امرأة تكون شخصيتها من النوع الذي بداخله أو امرأة احتوائية، يختار امرأة تطارده بالتلفون وتساءل عنه وتحاوره، امرأة تقول له هاأنذا دائماً موجودة حولك أسأل عنك، هذا النوع من الرجال ليس مهماً عنده الحب والعواطف، بل المهم هو الاهتمام والرعاية والتواجد المركز، إنه يريد امرأة تتحدث كثيراً معه خصوصاً وأنه يكون عادة من النوع الكثير الكلام، وقد ندهش حين نرى هذا الخائن يبحث عن امرأة بديلة بمجرد حمل زوجته بالطفل الأول، أو يبحث عن امرأة في حال وجود أي مشكلة تخص عمله أو صحته إنه عادة يعاني من سوء تكيف مع مشكلاته ويعتقد دائماً أن الزوجة لا تعطيه الاهتمام الذي يحتاجه، ويتهمها بذلك بقوة حين ينكشف أمره، وهذا الصنف نجده يعترف بسرعة بالذنب وبشكل طفولي.. بكاء ندم ووعد قاطع بعدم تكرار الغلطة.

٩- الخائن المُحرَض:

المُحرَض - بضم الميم وفتح الراء - هو شخص ضحية تحرّض من حوله، وضحية

غسل دماغ هذا النوع من الرجال لا يريد الخيانة، يرفضها ويقاومها ولكنه موجود مع أصدقاء يسلكون سلوك الخيانة، وهو بعد مقاومة شديدة يقع في فعل الخيانة، إما فعلياً نتيجة تحريضهم له، أو بفعل العدوى. نعم هو يتشرب لحظات السرقة العاطفية التي يعيشها أصدقاؤه، ويصبح جاهزاً نفسياً لتقليدهم عند أول فرصة يقدمونها له، أو بسعي حثيث منه لإيجاد هذه الفرصة.

١٠- الخائن لأسباب نفسية:

هناك رجال يخونون لأسباب نفسية متولدة عن عقد تخصصهم، عقد نفسية لها علاقة بالطفولة والتجارب السابقة في حياتهم أو عقد نفسية لها علاقة بالتركيبة المريضة في شخصيتهم، ومن العقد النفسية الدافعة للخيانة: العيش في جو عائلي غير مستقر أثناء الطفولة، لأن انعدام الاستقرار يجعل هذا الشخص مهما استقر غير مستقر ويبحث عن حضن آخر للأمان، وهناك أيضاً الرجل العصبي المعاقب الذي يرى أن أفضل طريقه لكسر رأس المرأة هو امرأة أخرى، وهناك الرجل الذي عاش طفولة كان فيها أحد الأبوين خائناً وبذلك فهو يندفع للخيانة انتقاماً.

١١- الخائن النرجسي:

هذا الرجل متمركز حول ذاته - غير ناضج عاطفياً- يأخذ ولا يعطي، كل ما يحصل عليه هو من حقه وما يعطيه مهما كان قليلاً يعده ثمناً يأخذ بلا حدود ويعطي القليل

- يشعر بضرورة أن يراعيه الآخرون، لديه نزعة حب التملك، هذا الرجل يعتمد دائماً لتحميل الآخرين المسؤولية في فشل العلاقة، كثير الحديث عن نفسه وإنجازاته وأخلاقه، ينخدع الكثير به فهو قد يكون شخصية مرموقة « طبيب - أو محام - أو قاضٍ - أو مدير - أو أديب - أو شاعر... إلخ» يحب الخير والعطاء للآخرين ليُقال عنه كريم أما في بيته فهو عكس ذلك، هذا الرجل تراه دائماً يحل ويشجع زواج «المسيار»، نحن إذا أخذنا زواج المسيار كمثال لا نتحدث عن كونه حلال، ولكن فيه استغلال للطرف الآخر «الزوجة الثانية» ففي هذا الزواج يتم إعفاء الرجل النرجسي من المسؤولية وتركيبه هذا الرجل لا تميل للالتصاق العاطفي، لذلك تراه يدخل في علاقات وخيانات وإذا أحس بأن الطرف الآخر يريد الارتباط ترك العلاقة ليتجنب الالتصاق والمسؤولية، فهو دائماً يخلق شجاراً ومشكلات مع الطرف الآخر حتى يتجنب الارتباط العاطفي - عادة هذا النوع يُطلق بسهولة - هو في أي علاقة سواءً أكانت علاقة خيانة أم زوجية يريد من الآخر أن يضحي ويعطي ويتنازل عن جميع حقوقه، وأن يبقى مكانه، أما هو فيذهب ويرجع كيفما شاء ويصاب بعصبية إذا أحس أن الطرف الآخر يريد الارتباط أو وضع شروط لهذه العلاقة، لا يحب إلا نفسه لئيم الطبع لا يزدده العطاء من الطرف الآخر إلا لؤماً، مصالح الشخصية «المركز والمال والشهرة» تدفعه دائماً للخيانة، فقد يخون زوجته مع امرأة أخرى ذات شهرة أو حسب أو نسب تحقق له مآرب الشهرة، وقد يطلق

زوجته لأجل المرأة الأخرى فله في كل مرحلة عمرية زوجة وأصدقاء يخدمون مصالحه، وإذا ما أبقى على الزوجة الأولى فمن باب سمعته الاجتماعية التي يريد أن تظل براقاً أمام الناس، أو من باب المحافظة على الأولاد في بعض الأحيان.

من ملفات العيادة: نورة فتاة تبلغ من العمر ٣٠ عاماً أحبت شاباً قبل ٨ سنوات وتعلقت به ولكنه تركها وتزوج من فتاة أخرى، بحجة أن أهله أرغموه على ذلك، مازال يكلمها ويحدثها ويتبادل معها الحب، ولكنه لا يرغب في الارتباط بها خوفاً من أهله، تقول نورة إنها تعمل حالياً مدرسة وقد ساعدته وهو متزوج فاشتريت له سيارة، وأعطته مبلغاً من المال لمساعدته في تسديد ديونه، عرضت عليه أن يتزوجها زواج مسيار بدون أي التزام منه بأي مسؤولية، ولكنه دائماً يتصنع المشكلات والمشاجرة إذا بدأت في محاولة إقناعه بالزواج، يقسم بالله أنه يحبها ولكنها لا ترى سلوكاً واضحاً أمامها بأنه فعلاً يحبها، تعيش في حيرة لا تدري أستمري في العطاء والحب عسى أن يلين قلبه ويتزوجها، أم تترك العلاقة وتفتح باب الأمل مع رجل حقيقي يرغب في الارتباط بها، خصوصاً أن العمر يجري والسنوات تمضي وحبيبها لا يعطيها أي تنازل. يريد أن تبقى مكانها وهو يذهب ويعود كيفما يشاء بدون التزام.

الخائن السيكوباتي:

شخصية ذات نوازع إجرامية - الأنا العليا «الضمير» ضعيف - لا تحكم السيطرة

على النزعات الغريزية لدى الإنسان من حب المال، السلطة، الغريزة على حساب كل القيم يكذب، ويسرق، وينافق، ويؤذي، ويخون، ويغش، ويسرق في علاقاته الجنسية متعدد العلاقات، لا وفاء، ولا التزام، ولا حب حقيقي، ولكنه يصطنع الحب الزائف كوسيلة لتغطية سلوكه الجنسي، والزواج لا يرضي هذه الشخصية فتدفع في علاقات متعددة يسعى للذة الفورية اللحظية والزوج السيكوباتي لا يخون زوجته فقط، ولكنه يخون كل شيء، ولا أحد يستطيع أن يحصي عدد النساء في حياته، فكل امرأة تقع عينه عليها تستهويه، إن اللذة في حياة هذا الرجل هي الخداع، والغش، والإثارة، الإثارة أن يعرف امرأة جديدة فيها شيء مختلف، ولا بد أن نقر أن هذه الشخصية لا علاج لها، فهي لا يمكن أن ترجع عن طريق الخيانة ستظل خائنة حتى آخر يوم في حياته.

سيكولوجية الخائن:

يعتقد كثيرون أن الخائن إنسان بلا إحساس، وهو يقوم بفعل الخيانة ببرود، ويتوقع الفضيحة، ويستعد لها، وهو إنسان مستمتع بالفعل، الحقيقة إن من هو أتعس من المغدور هو هذا القائم بفعل الخيانة، فإذا كان المغدور يشعر بأنه إنسان بريء تم استغلاله والكل يتعاطف معه على هذا الأساس، فإن الخائن يعرف أنه خسيس والكل يدينه بذلك.

بداية، إن الخائن وهو يعيش صراع فكرة الخيانة يعيش في حال قلق شديد إزاء ضميره ودينه، وحال الصراع هذه لا تقلُّ بعد قرار الانزلاق، بل تزداد حيث يشعر الخائن

بخطورة فعلته حين يرى شريك حياته إنساناً بريئاً غافلاً عما يحصل. وهذا هو السبب في أن كثيراً من الخائنين يحاولون اختلاق المشكلات وتصيّد العيوب في شريك حياتهم حتى يبرروا لأنفسهم فعل الخيانة، فيخف لديهم الشعور بالذنب، والخائن يشعر بأنه يجب أن يكون متنبهاً إلى ما يقول، لأنه يكذب بشأن تواجده ومكالماته ومصروفه، لذا فهو يخاف من زلة اللسان، ويكون حذراً في تذكر إجابة معينة وعدم تداول رواياته، لذا فحديثه ليس تلقائياً، وإنما حديث مدروس وبالتالي فهو إنسان متعب من هذا الأمر، ويعيش لحظة الفضيحة في كل وقت، ويتصور الواقع الدرامي في حال انكشاف أمره، وكيف سيبرر فعلته وما مدى الخسارات التي ستحدث، وهذا القلق يأكل من نفسه وصحته ويكون كذلك في صراع مستمر مع شريك خيانتته الخائف من الفضيحة أو المطالب بحل لهذه العلاقة ومعايشة كل هذه الصراعات تجعل الخائن عرضة للقلق والتوتر، فيعيش في كآبة تأكل نفسه وصحته وتعرضه لبعض الأمراض « السيكوسوماتية » مثل الصداع والضغط، كما أن استمرار التوتر يخلق حال تنبه الكبد، ما يساعد على إفراز السكر. كذلك فإن الخائن يشعر بضيق تنفس وبعدم القدرة على التركيز، ويكون إنتاجه الفكري والعملية غير ناضج.

كثيرون يعتقدون أن نزوة الخيانة خصوصاً إذا كان فيها حب تجعل صاحبها فوق السحاب، لكن في واقع الحال فإن « نشوة الخيانة » ليست سوى لحظة تنطفئ، لتأتي بعدها كل الأزمات النفسية التي شرحناها في الأسطر السابقة، أما علاقة الخائنين مع بعضهما

البعض فهي الأخرى ممتلئة بالتوتر والمرارة، وإن كانا يتحاشان البوح بها لبعضهما البعض، فكل منهما يعرف أنه خائن وكاذب وأنه يقوم بفعل مشين في حياته، وإذا كانا متزوجين فإنهما يعلمان بأنهما لا يثقان أبداً في بعضهما البعض، لأن من يستطيع أن يغدر بإنسان يمكنه أن يغدر بآخر، لذا فهما غالباً لا يفكران في الارتباط لانعدام الثقة، والأمر الأشع أنهما يعلمان أن كلا منهما سيعود ليمارس حياته الطبيعية بعد ذلك، فالمرأة بطبيعة الحال ستعود لتؤدي دورها الشرعي والرجل المتزوج كذلك، على الأقل من باب عدم ترك المجال للشك، وإضافة إلى الاحتقار المتبادل لهذا الأمر، والذي إن طرح يمثل جرحاً كبيراً في علاقة الخيانة، وهناك ألم آخر يجعل الخائن، خصوصاً المرأة، يشعر بأنه حقير وكاذب، وعادة تصاب أغلب الخائنات ببرود من جراء هذه اللعبة الشائكة.

سيكولوجية المغدور به:

ليس هناك أصعب من إحساس الرجل أو المرأة بأنه كان يعيش بتلقائية مع إنسان يثق فيه، ثم يجد أنه كان مخدوعاً به. إن الإحساس الأول بعد اكتشاف الخيانة يكون حال صدمة وذهول، يتجمد المغدور في مكانه، وتتطلق منه عبارة تتم عن عدم تصديق ما يحدث: «معقولة؟» وبسرعة يستعيد شريط العشرة.. كل لحظة خاصة.. جدول الدخول والخروج والحركات.. وبالنزات اللحظات الحلوة والصعبة التي عاشها معاً. وبعد حال الذهول يأتي الغضب.. الغضب الشديد جداً. بعض الغضب ينصب على الخائن بشتمه..

بضربه.. بإهانته وأحياناً يؤدي الغضب من قبل البعض، خصوصاً عند الرجال إلى قتل زوجته، وهناك غضب يوجه إلى الذات، فالمرأة التي خانها زوجها تغضب من نفسها وهي تحاول أن تعرف في نفسها سبباً دفعه إلى الخيانة، كأن تلوم نفسها لأنها كانت غافلة عنه فلو كانت يقظة لما خانها، أو تلوم نفسها لأنها ما عادت مغرية، أو أنها أصبحت مملة أو قد تلوم نفسها لأنها كانت سيئة فدفعته للخيانة، والغضب الموجه إلى الذات قد يكون محاولة لتبرير ما حدث بأنه أمر خارج عن إرادة الزوج، وهي حيلة نفسية المراد منها إعطاء عذر للزوج من أجل الاستمرار معه.

أما الزوج، فحين تخونه زوجته يكون لومه لذاته في الغالب لأنه أعطاها الحرية وعاش معها في غفلة. بعض الغضب يوجه إلى الأبناء، فالزوجة المحترقة بخيانة زوجها توجه غضبها إلى أبنائها بالضرب كما لو أنهم يذكرونها باللحظات الخاصة التي جاؤوا نتیجتها، أما الزوج المغدور فيحمل تجاه أولاده شكاً وتتمثل الخيانة أمام ناظره، ويتساءل: هل هؤلاء هم فعلاً أبنائي، أم أن خيانتها قد أثمرت في بيتي طفلاً حمل اسمي؟. بعض الغضب يوجه إلى شريك الخيانة، فنجد الزوجة تبحث عن المرأة الأخرى لتفضحها وتضربها بقدر الإمكان، البعض قد يخف غضبه بعد مدة والبعض الآخر قد تستمر نوبة الغضب لديه مدة طويلة أو يحدث لديه الغضب بشكل متقطع.. فمرة يغضب ومرة يهدأ، وبعض الصدمة والغضب يدخل المغدور حال كآبة وحزن وبكاء ويبدأ باجتراح الأيام التي عاشها، ويسأل

نفسه: هل كانت تلك اللحظات تمثيلاً وكذباً؟ وبعدها يدخل المغدور في تخيل أفعال الشريك الخائن مع الطرف الثاني.. يتخيله بسعاداته يستهزئ بهذا الغافل أو هذه الغافلة، ويشعر بالدونية وبأنه كان مادة استهزاء. البعض من المغدورين لا يستطيع أن يضبط أعصابه، فيظل يكرر لشريكه جريمته ويجعلها مادة إذلال، والبعض يبتلع القهر ويتصرف بحكمة ويناقش الأمر ويغفر، والبعض الآخر يرى الأمر صعباً، ويرى أن صورة الخيانة المتمثلة أمام عينيه تجعله غير قادر على استمرار الحياة.

الغالبية تستمر من أجل البيت والأولاد والعشرة، ولكنها لا تكون قد غفرت من القلب، وهذه تعيش تعيسة في صراع بين ضرورة البقاء وكرهية ما حدث، وقلة تكون قادرة على الغفران من القلب، وفي كثير من الأحيان يكون فعل الخيانة عاملاً يقوي العلاقة الزوجية حين يتكاشف الزوجان بالأسباب ويصلحان حالهما، فيخرجان من تجربة الخيانة بعلاقة أقوى وأكثر صراحة.

علامات الخيانة:

في اعتقادي أن الذي يفكر في الخيانة مثل الذي يفكر في الانتحار فكلاهما يعطي علامات وإشارات عما يدور في ذهنه، وفي اعتقادي أن كل خائن أو خائنه أشبه بمن تناول ثوماً أو بصلاً فمهما حاولا ستبقى الرائحة وسيشمها أحد ما، إن الصورة الكلاسيكية الدرامية التي نتخفنا بها كتب الأدب وخيال السينما تتمثل في اكتشاف الخيانة، إما من

شعرة على الكتف أو من أحمر شفاه فوق الملابس، والأمر المادي قد يتعدى الشعرة أو أحمر الشفاه، فالخيانة قد يكشفها خلل في حساب البنك وسياسة « أين ذهب هذا المبلغ؟ » سياسة جيدة لمعرفة أين يصرف الرجل نقوده، إلا أن الرجل حين تسأله زوجته « أين ذهب هذا المبلغ؟ » يصرخ « أنا حر » وهنا يجب أن تشك الزوجة في المسألة وتأخذها بشكل جاد.

قد تلجأ بعض الزوجات إلى أن تفتش جيوب زوجها وسيارته، فهما مكانان جيدان لصيد الخيانة، وإن كان البعض يرى أن هذا عيب وأن المهم الثقة، فأنا أقول أن من تفعلها يجب أن تكون مدفوعة بها جسراً أولاً وتريد أن تحذفه أو تؤكد في ذهنها، فمفتاح إضافي في جيب الرجل قد يعني شقة وفاتورة تلفون قد تعني حبيبة عن بعد وفاتورة خاتم ذهب أو رسالة غرام قد تؤكد الأمر.

هناك نساء يعتمدن على جدول حضور وغياب أزواجهن حتى يبدأ الشك، فمتى ما بدأ الزوج يتأخر أو اختلفت مواعيد حضوره إلى البيت عن السابق تبدأ الزوجة في الشك، وبكل حال فإن جدول الحضور والغياب ليس مفيداً دائماً في ضبط الخيانة، ومهما كان الجدول من المهم أن تعرف الزوجة أين يكون الزوج عندما لا يكون في بيته أو عمله، الأمر يتم بشكل ودي من باب الاحتياط للطوارئ، فكل امرأة لها الحق في أن تعرف أين زوجها حتى تطلبه في حال الطوارئ.

إلا أن الخيانة لها ملامح واضحة، خصوصاً إذا كانت فيها جرعة عاطفية مثل

الاهتمام بالشكل ورقة العواطف و «الذوبان على التلفون» ، الرجل الخائن يدرك أنه يقوم بشيء خطأ هو خائف من انكشاف أمره متوتر مشوش لا يدري هل هو معذور أم لا ، هناك خوف فقدان أسرته وإحساس بالذنب تجاه ربه وهذه المشاعر تدفعه لتقلب مزاجي فبعد أن كان هادئاً أصبح عصبياً أو بعد أن كان عدوانياً أصبح مسالماً ، وبعد أن كان بخيلاً أصبح كريماً ، انقلاب للسلوك أو التذبذب بين السلوكين.

وهناك علامات أيضاً تعطي دلالة لاحتمال خيانة الزوج من خلال العشرة تعرف المرأة طبيعة زوجها في التعبير عن عواطفه ، نعم عند كل زوجة دليل وبرنامج واضح عن كيفية تعبير زوجها عن عواطفه ، حين يخون الرجل لا يستطيع أن يمارس التعبير ذاته عن عواطفه فهذه التجربة والتي تسمى خيانة تحدث هزة عظيمة في عواطف الرجل ومهما حاول موازنة الأمور فإن عواطفه نحو زوجته يحدث فيها قدر من الخلل يظهر بوضوح فبعض الخونة يعبر عن عواطفه بشكل أقل ، وبعضهم الآخر بشكل أكبر واختلاف الكم تدركه الزوجة وتستشعره ، وبعض النساء تلاحظ شيئاً جديداً في سلوك زوجها ما كان يفعله أصبح يفعله وبالعكس ، بكل الأحوال ثمة أشياء صغيرة وتفاصيل بسيطة تجعل المرأة تدرك أن هناك عاطفة أخرى غيرت العاطفة التي تخصصها .

التواصل اللفظي: هناك شكل معين روتيني معتاد للتواصل اللفظي بين الرجل وزوجته وكأنه خائف أن يسبقه لسانه بشيء يفضحه ثم هو مشبع من الحديث مع الأخرى

أو هو صامت «يجتر حديث الأخرى طوال الوقت» هذا الزوج قلما يبدو منسلخاً عن زوجته بشكل ملحوظ، ولكنه يتجنب الحوار والحديث بأن يشغل نفسه عن الزوجة وهو متواجد معها يدعي مثلاً انشغاله بإصلاح السيارة أو مشاهدة التلفزيون وإذا دعت زوجته للحوار ادعى كثرة كلامها وتعكيرها لهدوء باله وصفو خاطره.

قد يحاور ويتحدث أحياناً، لكن هناك اختلاف في حوارهم، وأعرف امرأة اكتشفت خيانة زوجها من مفردات لفظية جديدة بدأ يستخدمها، مفردات اكتسبها من المرأة الأخرى، وعادة الرجل الخائن أحاديته ومفرداته تصبح أفضل لأنه في مرحلة تقديم الوجه الأفضل له أمام المرأة الأخرى.

عند الرجل الخائن حال غريبة ففي حال الخيانة يزداد النشاط والحيوية وإقباله على الحياة، وكأنه رجع شاباً مراهقاً وقلما يحدث العكس، أي حال الخمول والكسل، فهذا الخمول لا يحدث إلا في حال الحب العميق والإحساس بالذنب يبدأ الرجل يهتم بشكله ومظهره، يتصرف كالمراهق، بل إن البعض يهتم حتى بشكل سيارته وبيته، إنه يريد أن يكون أفضل. يبدأ الخائن بالاهتمام بصحته، فهذا الزوج الذي كانت تتعارك معه زوجته ليغير ثيابه أصبح الآن هو من يهتم بأناقته، ونظافته، وبياض أسنانه، ويراقب صحته، وحياته أصبح لها معنى. حال الخيانة التي تكون مصحوبة بقدر من العاطفة وإحساس بالتجديد تجعل الخائن يعايش حال ثورة فكرية ومنطقية، خصوصاً إذا كانت المرأة

الأخرى قوية وتملك أفكاراً حادة متطرفة وقادرة على نسف قناعاته السابقة، فجأة تتغير قناعاته السياسية والفكرية والاجتماعية ويصبح له توجه جديد في الحياة ويصبح أكثر تفتحاً وتمدناً واقتناعاً بضرورة التمتع بمباهج الحياة.

لماذا لا نخون؟

تحدثنا عن الأسباب الدافعة إلى خيانة كل من الرجل والمرأة على حد سواء، فذكرنا أن البعض يخونون لأن هناك طبعاً متأصلاً في شخصيته، والبعض يخون لأن الظروف ساعدته على أن يقع في حبال الخيانة، كما أن البعض يخون عن قناعة، وهناك من يخون باسم الوقوع في الحب أو تحت تأثير أزمة منتصف العمر، أو يخون رغبة في الانتقام، لكن الغالبية فينا لا نخون ولا نستطيع، أو لا تفكر حتى في أن تنزلق في بؤرة الخيانة، على الرغم من أنها تحمل المعاناة نفسها التي دفعت من سبق أن ذكرناهم إلى الخيانة، فلماذا يخون البعض ولا نخون الأغلبية مع وجود الأسباب نفسها للخيانة؟

هناك فئة ترغب في الخيانة ولكنها خائفة من العقاب، فهي لو أمنت العقوبة لأساءت الأدب من دون شك، وهذه الفئة تنظر إلى الخسائر المحتملة وإلى العقاب المتوقع فيوقفها خوفها ولكن الفكرة تبقى معششة في رأسها، ولو حدث وأمنت بأن الأمر غير مفتضح فلربما تفعلها، وهناك فئة ترى أن الخيانة ليست حلاً نافعا لمشكلتها أين كانت، فهي فكرت في الخيانة ولكنها وجدت أنها ليست الحل الصحيح فتركته جانباً، إذن هي تعاملت مع

الخيانة من منطلق عدم جدواها، وليس لكونها أمراً لا يجب حتى التفكير فيه أخلاقياً. وهناك فئة ترى في قرارة نفسها أن الخيانة لا تصل إلى حد الغريزة، فتكتفي بلعبة الحديث التلفوني أو النظرات، إنها فئة تحمي نفسها من وجع إثم الخيانة بأن تلعب «على الخفيف»، لكن الفئة الأكبر لا تخون لأن هذا الفعل أمر مرفوض، فهو إثم ديني وأخلاقي، وبمجرد أن يخطر على البال يعد جريمة يتعوذ منها من يفكر فيها.

إن الجدار الأخلاقي المصنوع من لبنات المدنية والأخلاق العامة والموجود داخل كل واحد منا هو وحده القادر على صرخة «لا» أمام فعل الخيانة، كثيراً ما أسمع أن فلاناً أو فلانة الذي تم اكتشاف خيانتها أو خيانتها أثار استغراب الجميع لأن هذا الفعل غير متوقع منه أو منها، فهو أو هي خلوق ومقيم للصلاة وفرائض الله الأخرى، وهو مثالي في المجتمع لهؤلاء أقول: هذا قناع خارجي أما في الداخل فلا بد من أن يكون جدار القيم فيه لبنة مزعزة سقطت في اختبار الخيانة وأسقطت معها كل البناء.

العلاج والوقاية من الخيانة:

العلاج:-

الخيانة الزوجية مهما كانت مستترة فأمر افصاحها وارد فلا يوجد شيء يختفي للأبد وإذا أخفيت الحقيقة عن كل الناس بعض الوقت فإنها لا تختفي عن الكل الوقت كله، وفعل الخيانة بالذات فعل يصعب أن يختفي لمدة طويلة، هناك أمور كثيرة تفضح فعل

الخيانة، إما شك من قبل الشريك، أو عدم احتياط الخائن ووضوح فعله بالخيانة، وإما وشاية أحد العارفين بفعل الخيانة، أو بعمد من الطرف الآخر الذي تجري معه الخيانة ليجعل الشريك الآخر يدري بالعلاقة، والخيانة الزوجية مرض وتحتاج علاجاً ولها نتائج سلبية على الزوج، والزوجة، والأولاد والمجتمع وأول خطوات العلاج هي كالاتي:

١- مواجهة المشكلة: إن ضعف المرأة النفسي وافتقارها لقوة الشخصية والقدرة على الحوار المنطقي واستسلامها للخوف وابتلاع الخيانة هو الذي يوجد فرصة للرجل أن يخون وأن يكرر الخيانة، لذلك فالزوجة في حاجة إلى إظهار قوة رافضة للخيانة، ولكن من المهم جداً أن تعرف الزوجة ما القوة التي تحتاج إليها وأحد استراتيجيات القوة الرافضة للخيانة هي:

١- مواجهة الزوج الخائن بفعلته بعد أن تكون الزوجة واثقة ومتيقنة من خيانة الزوج من خلال الأدلة التي جمعتها، ولكن لا بد أن تضع الزوجة في الاعتبار ولو بدرجة بسيطة بأن تلك الأدلة قد يكون فيها خطأ إذ أنها قد تكون مجرد ظنون وبعض الظن إثم، لذلك لا بد أن تراجع الزوجة تلك الأدلة مرة أخرى بينها وبين نفسها بشكل حيادي قدر الإمكان.

٢- خلال جمع الأدلة أو حتى المواجهة، زوجك هو اهتمامك الأول والأساسي والمرأة ومن الأفضل ألا تتفاعلي مع المرأة الأخرى في أي مرحلة من مراحل جمع المعلومات أو المواجهة أو تفريغ الغضب.

- ٣- لا تدخل أحدًا في وقت مبكر وإن أمكن ألا تدخل أحدًا أبداً فهذا أفضل، إذا شعرت بأنك قادرة على المواجهة وحدك وحل مشكلتك بنفسك.
- ٤- قبل المواجهة فلتكن لديك أدلة مادية بيدك: شريط مكاملة مسجل، فواتير، صورة... الخ، يعني دليلك قبل المواجهة يجب أن يكون فعلياً وملموساً.
- ٥- أعدي نفسك للحظة المواجهة تكونين فيها هادئة حازمة غير منفعة وتذكرى أنت على حق وهو الخائن، هو في موقف مخجل، مخز، وأنت في موقف قوة لذا تهيئي لانفعاله الدفاعي بحزم وهدوء، واعرفي أن المسألة مؤلمة ولكن لا تخسري موقفك القوي بإستسلامك لانفعالك، وحين تتجاوزين الموقف ستشعرين بزهو وقوة.
- ٦- لا تتوقعين أن يعترف فسيبرروينفي ويكذب، ادرسي ردة فعله هو زوجك وأنت تعرفين كيف يتصرف في مواقف مشابهة، تهيئي لردود الفعل (١) هل هو من النوع الذي يصفع الباب ويخرج قاطعاً النقاش (٢) هل ينهار ويبكي (٣) هل يصمت ويخجل من الإحراج، كل ردة فعل لها تفاعل خاص معها ادرسيها واستعدي لها وأعر في جيداً وكيف تتصرفين خلال ردة فعله.
- ٧- توقيت المواجهة سيكون موجعاً مؤلماً اختاري وقتاً تكونين فيه هادئة الأعصاب ومن الضروري أن تحرصي على اختيار وقت لا يكون فيه الأولاد موجودين داخل البيت.
- ٨- الحوار بعد تجاوز المواجهة وردود الأفعال لا بد أن يكون هناك حوار عقلاني بين

الطرفين لتحديد أسباب الخيانة وعلاجها، وكل حال خيانة لها أسبابها وطرق علاجها، ولكن من المهم أن يكون الزوجان صادقين في محاولة تجاوز هذه المشكلة، وراغبين في الإبقاء على العلاقة والمحافظة على الأسرة، ويجب أن تتنبه الزوجة والزوج أن الهدف الأول لحل المشكلة هو إعادة الثقة بين الزوجين، وبلوغ هذا الهدف يقترح علماء النفس أن عليهما (الزوج والزوجة) وضع قائمة بالتصرفات المسببة والآلية لإعادة الثقة، والمؤدية إلى شفاء العلاقة، وقائمة أخرى بالتصرفات غير المقبولة من كلا الطرفين، والاتفاق عليها ووضع شروط جزائية يتفق عليها كلا الطرفين في حال لم يلتزم أحد الطرفين بها، ويتم التوقيع على هذه الوثيقة من الزوجين.

٩- العلاج النفسي: في بعض الأحيان قد لا يكون الزوجان على مستوى عالٍ من النضج النفسي لحل مشكلاتهم أو قد يكون الزوج من النوع الخائن - يكرر الخيانة في هذه الحال - الزوج في حاجة لمواجهة صريحة من قبل الزوجة لزيارة أخصائي ومستشار نفسي، فهو في الحقيقة يعاني من مشكلة، ويحتاج إلى علاج نفسي واستبصار بمشكلته، وتعليمه فن ضبط النفس، وفن احترام الآخرين والحب والإيثار، وهو في حاجة لتوضيح الأسباب المؤدية لرغبته في الخيانة، وفي بعض الأحيان قد يتم استخدام بعض العقاقير الدوائية إذا كانت الخيانة بسبب

الاضطراب الوجداني أو اضطراب الاندفاع...إلخ.

١٠- في حال رفض الزوج الحوار والحلول السلمية ورفض الاستشارة النفسية واستمر في الخيانة وتسببت هذه الخيانة بأمراض تناسلية أو حتى أمراض نفسية للزوجة مثل الكآبة، القلق أو التفكير في محاولة الانتحار في هذه الحال من الضروري تدخل طرف آخر كالأهل، والأصدقاء والمقربين أو مرشد أسري لإيقاف وحل هذه المشكلة والضغط عليه للبحث عن العلاج.

١١- الحل الأصعب هو طلب الطلاق إذا تكررت الخيانة وصاحبها ضرر نفسي أو مرض عضوي للزوجة مثال الإصابة بأمراض تناسلية مثلاً، ورفض الزوج العلاج أو الحلول في مثل هذه الحال لا بد من وقف الأذى عن الزوجة من خلال المحكمة والشرع، ولكن تظل هذه الحلول قرارات تتخذها الزوجة بقناعة منها وبدون ضغط من الآخرين، والغالب في المجتمعات أن الزوجة إذا اكتشفت خيانة زوجها مهما أبدت من غضب فتظل محافظة على بيتها وزوجها وأولادها.

وأخيراً الخيانة كسر في زجاج وشرخ يدوم أثره لكن الحفاظ على البيت والزوج والأولاد أمر أساسي وضروري والزوجة هي من يقدر حجم الخسارة وهي من تختار الحل الأمثل لمشكلتها.

الوقاية من الخيانة:

هل يمكننا أن نقي أنفسنا أو من هم حولنا من فعل الخيانة، هناك أمور تؤدي دوراً وقائياً جيداً منها:-

١- أن نربي أبناءنا وأنفسنا على القيم الأساسية في حياتنا، وأول قيمة هي الحلال والحرام ليس بمفهوم العقاب ولكن لدراسة البعد الاجتماعي والنفسي. إن فعل الخيانة يجب ألا يقتصر على أنه حرام ويعاقب مرتكبه بالجلد والرجم. إنه فعل بشع لأنه يعني تخطي حدود الحقوق والواجبات وأسلوب غدر وغش يجب ألا يتصف به الإنسان أياً كان دينه.

٢- هناك أيضاً قيمة يجب أن نربي أنفسنا عليها، وهي ما لا تقبله لنفسك يجب ألا تقبله لغيرك، كثير من الرجال الخونة لو ارتكبت الزوجة الخيانة أو الأخت لعاقبوها، ولكن ليس لديهم مانع أن يفعلوها هم.

٣- ضرورة الوقوف الجذري في وجه بعض المغالطات الاجتماعية، مثل قول أن الرجل حامل عيبه ومحاربتها بجدية، من منطلق مساواة الدين الإسلامي في تقييم هذا الفعل بين المرأة والرجل على السواء يقول سبحانه وتعالى «**الزَّانِيَةُ وَالزَّانِي**» ﴿١٠٠﴾ إن المجتمع متى أصلح نفسه وخلصها من آثار جاهليته وحاكم الرجل بقدر ما يحاكم المرأة عند ارتكاب الخيانة سوف تتقلص الخيانة.

- ٤- نعم هناك فئة تخون بلا عذر ولكن أيضاً هناك فئة كبيرة تخون لتعوض أمراً مفقوداً داخل بيتها سواءً كان المفقود غريزة، أو مالاً، راحة نفسية... إلخ، المهم أننا في كثير من الأحيان نعلم أن هناك نقصاً ولكننا ننام على وسادة الأمان بأن شريك حياتنا لن يفعلها، بصراحة البعض يعتمد على أخلاقية الثاني وصبره وإن كانت هذه الأخلاقية لا تتفع دائماً، لذلك وفر ما تستطيع لشريك حياتك فإن فعل الخيانة عندها على الأقل لن تلوم نفسك فقد فعلت ما عليك.
- ٥- أحياناً قد نخون نتيجة لحال غضب فالغضب الأفضل له أن يصرخ ويحتج بدلاً من الخيانة، وقد يخون الرجل كنوع من القلق والخوف من الشيب وفوات الأوان، لذلك صبغ الشعر أو عمل رياضة بدلاً عن الخيانة والزوجان المتوتران من الملل قد يحتاجان رحلة وليس شقة يمارسان فيها الخيانة، ادرسي إحساسك ومشاعرك فقد تكون الإجابة غير الخيانة.
- ٦- ليس من حق إنسان أن يمتلك إنساناً آخر حتى وإن كان مسؤولاً عن طعامه وشرابه، إن علاقة الحب اتفاق بين اثنين ليحقق كل منهما رغبات الآخر واحتياجاته، الإنسان لا يستطيع أن يملك إنساناً آخر مثلما يملك سيارة، لا تتحوّلي إلى سجانة للرجل الذي تحبينه فيدفعه ذلك للخيانة.
- ٧- لا يوجد إنسان كامل، تخلصي من الصورة الخيالية التي في ذهنك، تعاملني مع

زوجك كإنسان وليس كملاك، من الطبيعي أن يخطئ كل إنسان وأن يكون أنانياً في بعض الأحيان، فهو إنسان بكل ضعف الإنسان، وإزاء هذه الأخطاء تصر في بحزم وحكمة، ولكن لا تتفجري بغضب وعنف ولا تتملكك مشاعر العداوة والانتقام، ولا تكرهي عفوك وضعفك، ولا تكرهي قبولك لبعض الأشياء على مضض، إن قوتك في عفوك عن من تحبين لضعفهم.

٨- دعي لزوجك ومن تحبين بعض الحرية، دعي له مسافة يتنفس فيها، ولكن ليس هذا إلى ما لا حدود هناك حدود لكل شيء، بالطبع لا يمكن أن أنصحك بأن تدعيه يدعم علاقاته بإنسانة ما إلى حدود بعيدة، هناك حدود يجب أن نقف عندها في علاقتنا بالآخر.

٩- دعي له بعض الوقت مع أصدقائه، اجعلي له يوماً مفتوحاً يذهب حيث يشاء ومع من يشاء من الأصدقاء، دعيه يذهب لكي يعود، لا تخنقيه لا تضعيه في السجن وإن كان سجنًا جميلاً، إن الرجل إذا أحب امرأة تكون في قلبه وعقله أينما ذهب وتشغل فكره، لذا دعيه يبتعد قليلاً لكي يشعر بهذه المشاعر الرائعة.

١٠- لا تدعيه يشعر بالنقص العاطفي، النقص العاطفي مثل النقص الغذائي استمرار النقص الغذائي يقود إلى الهزال والضعف والموت وكذلك النقص العاطفي يؤدي إلى اضطراب الأحاسيس واهتزاز المشاعر دعيه يشعر دائماً وفي كل وقت أنه أهم

إنسان لديك في العالم، دعيه يشعر بعواطفك الصادقة من نظرات عينيك وتعبيرات وجهك ولسات يديك، افعلي ما يحبه دون أن يطلبه منك، وامتنعي عما لا يرضى عنه دون أن يطلب هو ذلك.

١١- ابذلي محاولات إيجابية لتعديل أوضاع وسلوكات لا ترضيك وقد تسبب لك الإيذاء، قد يتمادى في أشياء قد لا تكون ضارة ولكنها تضايقك إلى حد بعيد، إن التحمل بلا حدود قد يؤدي إلى الانفجار، ولهذا كوني إيجابية في تعديل سلوكه الذي يجرحك، حاولي أن تبعديه ولكن ببطء وهدوء دون هجوم وعنف، دعيه يشعر أن سلوكه هذا يؤلمك، في البداية قد يكون ذلك صعباً عليه أن يتخلص من بعض سلوكاته، فقد يكون من النوع الذي يحب اهتمام الآخرين أو الذي يجب أن يحظى بإقبال النساء عليه، أو قد يكون في مرحلة حساسة من العمر تجعله قلقاً ويسعى من أجل مجاملات الأخريات واهتمامهن، تفهمي نقاط الضعف في شخصيته، وتعاملي معها بحساسية ولباقة، كوني حازمة في بعض المواقف ولكن بأدب شديد، واستخدمي لغة الحب، قللي له: إني أحبك وأحب حبك وأحب الحب ذاته الذي بيننا فأنا أغار عليك قولها بصراحة، لا تقولي إني أشك فيك ولكن قللي له: حاول أن تفهم مشاعر المرأة التي تحب، قللي له: إن الغيرة هي امرأة تحب وليس عدم ثقة، ولكنه خوف من فقدان الحب، وضحي له الأمر وما أسهل الحوار وما أميز التفاهم في العلاقات الإنسانية.

المراجع

- ١- ملف الخيانة والخائن، فوزية الدريع.
- ٢- الغيرة والخيانة، عادل صادق .

المشكلة السادسة
البرود العاطفي لدى الزوج
شارك بكتابتها كل من:

- ١) د. علي بن عبدالله البله
- ٢) د. أسماء بنت عبدالعزيز الحسيه
- ٣) أ. مها بنت عبدالله العومي

البرود العاطفي في الحياة الزوجية

د. علي البلّ

تعريف المشكلة:

العاطفة عبارة عن مشاعر إيجابية تتصف بالمصادقية والتدفق والحيوية تنشأ بين طرفين وتختلف في موضوعها بحسب خصائص الطرفين وطبيعة العلاقة التي تربطهما، وما تحقّقه لهما من إشباع، والعلاقة الإنسانية الصحيحة لا بد أن يحكمها نوع من العواطف التي تعبر عن طبيعة هذه العلاقة ومصادقيتها ولذلك صنف العواطف بموجب هذه العلاقات إلى تصنيفات عدة بحسب موضوعها فمثلاً عاطفة الأمومة، وعاطفة الأخوة، وعاطفة الشفقة، وعاطفة المحبة وهكذا وهذه تأتي نتيجة لمشاعر يكونها الشخص تجاه الشخص الآخر وتكون مرتبطة بالخبرات الشخصية والجوانب المعرفية لكل منهما، والتي قد تلون المشاعر سلباً أو إيجاباً، فإذا كانت المشاعر إيجابية تولدت العاطفة الإيجابية نحو الطرف الآخر، والعكس صحيح عندما تكون المشاعر سلبية تعززها أفكار ومعتقدات خاطئة، فحينئذ يكون البرود العاطفي الذي قد يؤثر على العلاقة بين الطرفين وخاصة الزوجين اللذين تعد العاطفة مقوماً أساسياً لعلاقتهم ببعض، وجانباً أساسياً لبناء حياتهما الزوجية واستقرارها، فالتوافق الزوجي مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالجانب العاطفي،

فالحب المتبادل والإشباع العاطفي دلالة على مدى نجاح الزوجين في تحقيق درجة التوافق المطلوب لبناء حياة زوجية سعيدة.

أهمية الجانب العاطفي في الحياة الزوجية:

الزواج علاقة يفترض أنها مستمرة ومتصلة ولها متطلبات تقوم على أساس تبادلي متكامل، لذا فإن الحاجة إلى إشباع مشترك حسيًا ومعنويًا في الجوانب الانفعالية والجنسية والاقتصادية والاجتماعية وغيرها يحقق التوافق المطلوب ويوجد المناخ المناسب لتكوين مشاعر إيجابية محققة لعاطفة مشبعة فالجانب العاطفي مؤشر مهم يعكس درجة التوافق في العلاقة الزوجية وكذلك درجة إحساس كل طرف منهما بالرضا والسعادة، فمشاعر المودة والمحبة والتقدير والاحترام إذا فترت أو انعدمت تأثر الجانب النفسي والعاطفي اللذان يمثلان مصدراً مهماً لكي تستمر الحياة الزوجية وتكون بيئة مناسبة لتوفير الراحة والاطمئنان بين الزوجين، والعاطفة لا يمكن أن تتحقق في ظل التوتر في العلاقات وإذا فقدت الحياة الزوجية مقوماتها أصبحت معرضة لحدوث كثير من المشكلات قد تصل بالأمر إلى حد الانفصال وما يترتب عليه من تبعات مؤلمة. وللإنسان في هذه الحياة حاجات كثيرة من الصعوبة بمكان حصرها، ولكن يمكن تصنيفها إلى حاجات عضوية وحاجات غير عضوية (معنوية) وتصنيفها لا يمثل استقلالية كل منها عن الآخر، فإشباع الحاجات العضوية يؤثر على الحاجات غير العضوية والعكس صحيح، ومن هذه الحاجات ما يلي:

الحاجة إلى الجنس:

لا يخفى على أحد ما للجنس من أهمية في حياة الإنسان فهو أحد الحاجات العضوية والمرتبطة بكثير من التغيرات التي تحدث داخل الجسم و تحكمها مراحل النمو المختلفة وما يصاحب ذلك من نشاط للغدد وإفراز للهرمونات المرتبطة بالجنس ذكورة أو أنوثة وما تسببه من إثارة وتهيج، يحتاج الفرد إلى إشباعها ليعود الجسم إلى وضعه الطبيعي، ولا شك أن الأساس للرغبة الجنسية هو أساس فطري ولكن إشباعها هو سلوك متعلم يرتبط بتوفر العاطفة المطلوبة والمهيئة للمتعة المشبعة وليس مجرد الممارسة، ومن المسلم به أن الطريق الصحيح للإشباع مرتبط بالزواج قال تعالى في سورة الروم آية (٢١) ﴿ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون﴾، وقال تعالى في سورة البقرة الآية ٢٢٣ ﴿نساؤكم حرث لكم فأتوا حرثكم أنى شئتم﴾ الآية صدق الله العظيم، ولأهمية المشاعر الإيجابية العاطفية في كل مراحل الإشباع بدأ من التهيئة والإثارة حتى سلوك الممارسة والإشباع وتحقيق المتعة المصاحبة لذلك، فإن أي تأثير سلبي على هذه المشاعر وطرق الممارسة يضعف العاطفة ويؤدي إلى برودها ولا يحقق الإشباع المطلوب فالإشباع مرتبط بجوانب منها:

- ١- الإحساس بالمتعة الجنسية وهذا يتطلب دفء عاطفي بين الزوجين.
- ٢- الشعور بالأمن والطمأنينة بين الذكر والأنثى (الزوجين).
- ٣- إشباع الرغبة في الأمومة للأنثى والأبوة للذكر فالمال والبنون زينة الحياة الدنيا.

الحاجة إلى الحب:

الحب عبارة عن مشاعر يتم التعبير عنها من خلال سلوك معين كالابتسام والإهداء وغيره أو انفعال كالتعبير عن الفرح والسعادة أو باللغة من خلال استخدام بعض الكلمات العاطفية الرقيقة وهذا يعبر عن نضج العلاقة الزوجية وصفاتها ومن فقد الحب فإنه معرض لكثير من الاضطرابات النفسية والعاطفية وإذا كان الحب مطلباً بين الناس بشكل عام حيث قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (المؤمن آلف ومألوف، ولا خير فيمن لا يألف ولا يؤلف) كما قال عليه الصلاة والسلام (لا تدخلوا الجنة حتى تحابوا) فإنه يتعين ذلك بين الزوجين بأبعاده ومعانيه المختلفة الحسية والمعنوية لتحقيق المودة والرحمة بينهما.

الحاجة إلى التقدير والاستحسان:

سلوك الإنسان محكوم بما يترتب عليه من ثواب وعقاب، فالثواب المتصف بالتقدير والاستحسان يعزز السلوك ويقوي الارتباط والتمسك به، وينمي الشعور بالمسؤولية تجاهه، وبحكم أن هناك حقوقاً وواجبات لكل طرف من الزوجين على الآخر، وهذه الواجبات والحقوق لها أهداف تسعى إلى الحفاظ على الحياة الزوجية واستقرارها، فإن تعزيز أدائها من خلال التعبير المناسب الذي يدل على عاطفة التقدير والاحترام سيشبع هذه الحاجة، ويستطيع كل من الزوج والزوجة إصدار حكمه على نفسه بالنجاح من خلال ردة الفعل والمدح والثناء، حتى لو حصل بعض أوجه القصور فعين الرضا عن كل عيب كفيفة،

وهذا بالطبع سيدفع بالعلاقة الزوجية إلى النجاح المطلوب وتحقيق الإشباع المناسب والبعد عن الإحباط والبرود العاطفي بين الزوجين.

الحاجة إلى الشعور بالأمن:

الحاجة إلى الشعور بالأمن من الحاجات غير العضوية ذات الصبغة النفسية، وإشباع حاجات الإنسان العضوية وغير العضوية التي يعتقد أنها ضرورية تسهم في تحقيق مشاعر الأمن والطمأنينة وتساعد على تحقيق نمو نفسي سوي يؤثر بشكل كبير على الحياة الزوجية واستقرارها، فعواطف الإنسان تحتاج إلى بيئة آمنة غير مضطربة أو متوترة، وقد تبين من دراسات متعددة أن الآمنين سعداء متفائلون، أصحاء نفسياً، متوافقون اجتماعياً أسوياء ناجحون في حياتهم بينما الفاقدين للأمن قلقين متشائمين معرضين لكثير من الاضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية.

ولابد هنا من الإشارة إلى أن الشعور بالأمن مسألة نسبية يتدخل فيها تقدير الإنسان لهذا الجانب وما يراه من واقع يفترض توفره ليتحقق له الأمن المطلوب، وهنا يتدخل الجانب الثقافي والخبرات السابقة، ولكن هناك حدوداً دنياً تعد مطلباً أساسياً لتحقيق مشاعر الأمن اللازم لاستقامة الحياة الزوجية وتوافقها نفسياً وعاطفياً.

العوامل والأسباب المؤدية إلى وجود البرود العاطفي:

يرتبط البرود العاطفي بين الزوج وزوجته بالجانب الجنسي، وقد لا يكون ذلك

مستغرباً بحكم أن هذا الجانب مميزاً للعلاقة الزوجية ومشبعاً للعاطفة والإثارة الجنسية التي لها صلة وثيقة بمشاعر ومزاج الشخص التي تحتاج إلى جو من الطمأنينة والدفع ورؤية سارة وخيالات جميلة، وهذه عادة لا تتكون مع التوتر والإضراب والكرهية.

إن الإنسان عادة في تفاعل مستمر مع ما يحمله من خبرات وما يمر به من مواقف وما يتطلبه من حاجات، فكلما كانت هذه الخبرات جيدة والمواقف طبيعية ومشبعة لحاجات الفرد، أسهم بشكل كبير في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي وتجنب كثيراً من الإحباطات وبالتالي الإحساس بالأمن العاطفي، أما إذا كان العكس من ذلك فإن الجانب العاطفي يضطرب ويبدأ الشعور بعدم الأمن وإشباع الحاجات وهذا ينعكس بشكل مباشر وغير مباشر على الحياة الزوجية ولأهمية التعرف على بعض الجوانب المسببة لذلك، نعرض لعدد من المسببات على النحو الآتي:

اضطراب الرغبة الجنسية:

من المعروف أن الزواج هو الطريق الصحيح والمشروع لإشباع الرغبة الجنسية، وإذا تعرضت هذه الرغبة لعوائق تحول دون إشباعها، تأثرت الحياة الزوجية، فالحاجة إلى الإشباع ليست لطرف دون آخر، وكل طرف سواء الزوج أم الزوجة يعد عاملاً مهماً في نجاح أو فشل الإشباع الجنسي، فالتوتر يؤدي دوراً مهماً في خفض الرغبة الجنسية وإضعافها، كما تؤدي العدوانية والصراعات بين الزوجين دوراً في المشكلات الجنسية وخاصة فتور

المشاعر، وقد تعجب الرسول عليه أفضل الصلاة والتسليم من الرجل يعتدي على زوجته أول النهار أو بما معناه وقد يعاشرها آخره، فكأنه صلى الله عليه وسلم يتساءل أين المشاعر؟ أين العاطفة؟ والجنس علاقة تهدف إلى الإشباع العاطفي قبل الإشباع الغريزي.

عدم التوافق الجنسي:

التوافق الجنسي يقتضي إدراكا وفهما لمعنى الجنس ودوافعه وأهدافه وغاياته، بعيداً عن المشاعر البهيمية وإشباعها وهذا يتطلب قدرة على التعبير بما يحقق الإشباع المناسب لكل من الزوجين، فلا يكون إشباع طرف على حساب الطرف الآخر وقد وجه الرسول عليه الصلاة والسلام بحسن المعاشرة والملاطفة والمداعبة، ونهى عن أن يلقي الرجل بنفسه لإشباع شهوته كالبهيمة أو باستخدام العنف، وهذا منتهى التقدير والتكريم لهذه الغريزة التي تصان بالعفاف وتشبع بالحلال.

التباين الثقافي والاجتماعي:

لاشك أن نشأة الإنسان وخبراته الثقافية والاجتماعية تمثل مرجعاً مهماً في تكوين وعي الإنسان وإدراكه بالأشياء وتحدد متطلباته وطريقة تفكيره، وكلما تباينت هذه المتطلبات لكل من الزوج والزوجة حدث التباين في درجة الاقتناع ودرجة الإشباع، وتقدير الحاجات بسبب اختلاف النشأة، وأسلوب المعيشة، وتدخل العادات والتقاليد لدرجة أن بعض العادات قد لا تراعي كثيراً حقوق المرأة.

الجانب المادي:

كثير من المتطلبات الزوجية مرتبط بإشباعها بجوانب مادية، ولها أثر مباشر في الحياة العاطفية سواءً تعلق ذلك بطريقة الصرف أو بدرجته، وخاصة عند مستوى البخل والشح والتقتير أو على مستوى التعبير والإهداء والتواصل فالعاطفة تحتاج إلى ترجمة سلوكية معبرة.

العنف وسوء المعاملة:

يعد العنف وسوء المعاملة من المشكلات التي تلحق الأذى بأحد الطرفين، ولكنها في الواقع تلحق الأذى بالطرفين كليهما (الزوج والزوجة) وخاصة عندما نتحدث عن العواطف التي تقوم على المودة والرحمة والرسول المصطفى صلوات الله وسلامه عليه أنكر على الزوج الذي يضرب زوجته في الصباح وقد يواقعها في المساء فأى مشاعر تربط هذه العلاقة وتتميمها وتحافظ عليها.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة:

- الشعور بعدم الأمن وبالتالي تسود المخاوف التي يمكن أن تتجاوز الحد الطبيعي لتصبح مخاوف مرضية.
- عدم الثقة بالنفس وتولد الشعور بعدم القدرة على إشباع كل طرف للآخر.
- كثرة الخلافات والصراعات التي تنشأ بسبب الفراغ العاطفي.

- تقصير كل طرف في أداء واجباته تجاه الطرف الآخر.
- الهجر والقطيعة بين الزوجين وإن عاشا تحت سقف واحد.
- استخدام العنف الذي قد يحول العاطفة إلى مشاعر عدائية.
- مشاعر الخوف لدى الأبناء لتوتر الأجواء الأسرية المحيطة.
- انعدام الثقة بين الزوجين.
- تتبع كل من الزوجين لزللات الآخر، وتصيدها، وترصد فرص مناسبة للانتقام.
- قد يؤدي إلى الانحراف أو الشذوذ لتعويض النقص العاطفي، وقد يصل إلى الاعتداء الجنسي على الأبناء.
- قد يؤدي إلى الطلاق وتفكك الأسرة.

كيف نتجنب البرود العاطفي:

- لكي نتجنب ما يسمى بالبرود العاطفي لابد لنا من تحريك المشاعر، وشحن الهمم، واتخاذ السبل الموصلة إلى الهدف وهو تجنب البرود العاطفي وذلك باتباع عدد من الوسائل ومنها:
- تقوية التواصل بين الزوجين بأنواعه:
 - اللغوي: وذلك باستخدام الكلمة الطيبة المعبرة في أوقات متكررة وفي مناسبات عديدة تحمل في ثناياها الإعجاب والحب والتقدير والثناء بحسب المواقف والمناسبات.

- السلوكي: التقارب بين الطرفين والممازحة والمداعبة وتقديم الهدايا.
- الفكري: وذلك بالتركيز والبحث عن الإيجابيات لدى كل طرف وتعزيزها ذهنياً وتكوين اتجاهات ايجابية لتحقيق درجة عالية من الرضا وقد قيل وعين الرضا عن كل عيب كليلة.
- إحسان الظن والبعد عن التفسير السلبي للأحداث والمواقف وحتى الكلمات.
- البعد عن المبالغة في تصوير الأحداث فالمبالغة قد تفقد الشخص السيطرة على مشاعره وتوجيهها توجيهاً إيجابياً.
- البعد عن طلب الكمال والاستحسان، لأن النقص وارد والأخطاء تحصل من كل إنسان فالكل خطأ.
- عدم التركيز على الجوانب الشككية، والبعد عن المقارنات في ذلك وبالتالي الاهتمام بالجانب الأخلاقي والمعنوي.
- المشاركة في اتخاذ القرارات حتى يكون كل طرف عبّر عن حاجته وتوصل إلى رؤية مشتركة بشأنها.
- التفكير في الواجبات وليس فقط في الحقوق وهذا يحفظ لكل من الزوجين حقه في إشباع حاجاته بعيداً عن الأنانية.
- محاربة الأفكار السلبية التي يمكن أن تؤثر في تقويم الآخر بعدم التركيز عليها

بل تنفيذها والاتجاه إلى ما يناهضها من أفكار إيجابية والمداومة على تمارين الاسترخاء الذهني والبدني.

- الصراحة والمواجهة وتمية القدرة على التعبير عن المشاعر وعدم حبسها خاصة المشاعر الإيجابية التي قد يكون الطرف الآخر في حاجة لها وفي الوقت نفسه فإنه عندما يعبر عن مشاعره فهو يساهم في التنفيس وعدم الكبت.
- ممارسة السلوكات المباحة التي تساعد على تحقيق جوانب السعادة على المستوى الشخصي سواء في المأكل والمشرب والقراءة والمشاهدة أو من خلال التفاعل الإيجابي مع أفراد الأسرة وذلك لتقوية الذات والبعد عن مصادر الإثارة والمشكلات وقد يكون في ذلك حافز لبقية أفراد الأسرة بالتوجه الإيجابي للمشاركة والاستمتاع بالجو العائلي المثمر.

المراجع

- أسماء عبد العزيز الحسين، الزواج والتوافق: رؤية شرعية نفسية تحليلية، غير منشور.
- محمد السيد عبد الرحمن، علم الأمراض النفسية والعقلية، موسوعة الصحة النفسية، دار قباء، ٢٠٠٠م.
- محمد محروس الشناوي، العملية الإرشادية، دار غريب، القاهرة، ١٤١٦هـ.
- إجلال محمد سري، علم النفس العلاجي، عالم المكتب، القاهرة، ١٩٩٠م.
- حسان المالح، الطب النفسي والحياة، مقالات ومشكلات وفوائد، دار الإشراقات، ١٩٩٥م.
- كمال إبراهيم مرسى، الصحة النفسية في ضوء الإسلام وعلم النفس، دار القلم، ٢٠٠٠م.
- مصطفى المسلماني، الزواج والأسرة، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، ١٩٨٢م.

البرود العاطفي من قبل الزوج تجاه زوجته

د. أسماء الحسيه

حينما فتح باب منزله ذات يوم استقبله مظلوف صغير مربوط بشريط وردي جميل على طاولة المدخل وعندما فتح الظرف قرأ: «مفاتيح قلبي معك»، «أيها العزيز توجه فوراً إلى الحمام» وبخطوات متثاقلة ذهب للحمام لتستقبله الروائح العطرية المنعشة وهي تنبعث من البانيو المليء بالماء الدافئ، وباقة ورد مقلوبة ومثبتة في صنوبر الماء تعلوها بطاقة صغيرة كتب فيها «أردت أن تشطف وجهك بالزهور»، عندما توجه إلى غرفة نومه غمرته الروائح العطرية الجميلة، والشموع الملونة الجميلة، والمفارش الجذابة، فما لبث أن خرج ممتعضاً إلى حيث صالة الطعام، ليجد كل شيء معداً باهتمام، وقد رمقت عينيه سفرة الطعام، فتح فمه متثائباً، ثم ذهب إلى غرفة نومه ليخلع ملابسه ويرميها على السرير كالأطفال، وبعدها عاد إلى غرفة الطعام ليجد زوجته تنتظره في أبهى حلة، وأزكى رائحة، وأجمل حال، وهي تقول له مبتسمة: هاه!.. ما رأيك؟

لكن زوجها الذي جلس أمامها على سفرة الطعام أطلق نحنة قوية، ثم رد عليها وهي تصوب نظراتها بشوق تجاهه لتعرف رأيه: حركات مراهمين لا داعي لها! صدمت الزوجة من ردة فعله، وبسرعة حاولت للممة خيبتها، في محاولة لإنقاذ بهجتها التي تغربلت فجأة وهي ترد عليه: بالله عليك أليس هذا أحسن من الروتين؟ إلا أن عبارته اللاحقة قتلت بهجتها حينما قال لها: عقلك لا يزال صغيراً!.

مشهد من المشاهد الواقعية التي تعكس حال اللامبالاة بالأمور العاطفية، أو ما يرمز لها من قبل الأزواج تجاه زوجاتهم. لم ينجذب الزوج، كما هو حال كثير من الأزواج ما إن يدخل الواحد منهم منزله بحمولة لا تراها العين رغم ضخامتها، أو في تجاهل وسكون مشاعر، أو في آلية تكاد تدمي النسيج الإنساني الداخلي الرقيق، وربما أصابته بمقتل. ما هذا الذي يحدث؟ ولماذا يحدث؟ وكيف؟ إنه البرود العاطفي من قبل الزوج تجاه زوجته.

تعريف المشكلة:

في بداية الزواج غالباً تظهر شحنة متأججة أو شديدة التوهج من الحب أو تبادل العواطف، ورومانسية طاغية بين الزوجين، ولكن بمرور الوقت، أو عند ظهور بعض الظروف أو الأحداث، قد يفتر الحب وتبرد المشاعر، وهنا ليس موتاً للحب بقدر ما هونوع من البرود العاطفي الذي يقف حاجزاً بين الزوجين ومشاعرهما الفطرية الرائعة أو الحميمة تجاه بعضهما البعض.

العوامل والأسباب المؤدية إلى ظهور هذه المشكلة:

من الأهمية بمكان أن يتعرف المرشد الذي يواجه مثل هذه المشكلة أو الحال على الأسباب التي تؤدي إلى ظهورها ويقف على الخلفية الأساسية لها، للمساعدة في حلها. وهناك عوامل مختلفة تتسبب في ذلك، لا بد للمرشد من إدراكها لفهم الألم النفسي الناشئ عنها، ولمساعدة المسترشد على التخلص منها، ومن هذه العوامل:

- طبيعة الفروقات بين الرجل والمرأة، والتي تأتي عادة من: التكوين العقلي والفسولوجي والنفسي للرجل، والتنشئة الاجتماعية له ؛ فبالنظر لطبيعة الرجل نجده على سبيل المثال: يركز على شيء واحد غالباً وتصويبه نحو الهدف، ولا يهتم بالتفاصيل، بل يتجاهلها ببساطة وهدوء ويعيش من دونها عيشة هنية، ودماغ الرجل يركز على الصورة الكاملة للشيء وعلى الأمور المهمة، فاهتماماته جادة، وهو مؤهل للتفاعل مع الأمور الكبيرة العامة، أما المرأة فهي مرهفة الحس، تغرق في التفاصيل وتتمتع بأمور صغيرة جداً، (حيث يرجع سبب ذلك لقوة نشاط الجانب الأيمن في الدماغ.. بخلاف الرجل الذي يسيطر عليه الجانب الأيسر الذي يختص بالقضايا العامة والتحليلية والمنطقية) والرجل عادة يقاوم أحاسيسه، ومخ الرجل بشكل رئيس يدور حول: العمل، والسياسة، والاقتصاد، والرياضة والأرقام، بينما تستجيب المرأة للأحاسيس وتعبّر عنها، بل تظهر عاطفتها وانفعالاتها (بفعل هرموني الأوستروجين والبرولاكتين)، وبالمقابل فالكلمات بالنسبة للمرأة مكافآت، وفي الوقت الذي يعد الكلام بالنسبة للرجال وسيلة تواصل، يعد بالنسبة للمرأة جزءاً من تركيبها الشخصية، وقبلما يبوح الرجل عاطفياً (ولا سيما خارج إطار المعاشرة الخاصة أو العلاقة الحميمة)، ومثيرات الرجل عملية وجادة (جريدة، وتلفزيون، وعمل) بينما تدور المرأة في فلك العواطف والأحاسيس والحديث الشيق أو الاهتمامات

الاجتماعية المتجددة، كما أن المرأة تميل للمبالغات أكثر من الرجل، وتنفق المرأة الرجل بصفة عامة في ذلاقة لسانها، وفصاحتها، وحوارها، وتبريرها لأغلاطها، وهي تميل للأسلوب غير المباشر، والرجل لا يحب المقاطعة المفاجأة.. وحين يفاجأ الرجل يشعر بالهجوم، وبسرعة يتدفق (الأدرنالين) في دمه وتشتد عضلاته، ويكون في حال دفاع عن هجوم، ولذا (فمن الذكاء أو الأهمية عدم مقاطعته إلا للضرورة، أو إذا لزم الأمر يكون ذلك بهدوء وروية). والرجل يبحث عن المنطق ويحب السببية ورؤيا الرجل للمشكلات رؤية عملية فيها نظرة إلى (الخطأ والنتيجة) حيث ينظر الرجل إلى أي مشكلة بأنها نتيجة خطأ، ولحلها يطلب العقل والمنطق، وحتى لو رأى دور العواطف في المشكلة، لا يراها بذاك الحس الخاص الذي تراه المرأة، بل يراه بعيون عملية، ويمكن أن تفكر المرأة أو كثير من النساء في الأسوأ، أو تسيء الظن، وهي تكره الروتين والرتابة المستمرة، كذلك تمر المرأة بالتغير الهرموني مما يجعلها في الغالب كائنًا مزاجيًا فتتأرجح شهرياً - على سبيل المثال - بين التفاؤل والنكد، وبين الهدوء والعاصفة، وبين الفرح والحزن، أو بين الهوس والاكئاب، وفي الحياة تعيش المرأة، والرجل يعمل، كما أن الرجل لا يحب أن يكون ضعيفاً أمام المرأة ويلجأ الرجل إلى الصمت عندما يشعر بالضيق، أما المرأة فلا تتحمل الصمت كثيراً بل تحب أن تتكلم عن سبب ضيقها.

- المرأة في علاقتها بالرجل تريد أن تشعر بأنها محبوبة وبحاجة لأن يهتم بها، وتعوزها أدلة كثيرة للتحقق من حبه لها. وتقدر المرأة إلى أقصى حد دلائل العطف والحنان، وهي في حاجة إلى أن تشعر أنها موضع إعجاب وتقدير وأنها ليست وسيلة إشباع رغبات زوجها فقط. وهي من حيث المثيرات العاطفية الخاصة وأنواعها تختلف عن الرجل. ويتعامل الرجل بطبعه أو في الغالب مع كل شيء تقدمه المرأة له على أنه واجب بينما قد ترى فيه المرأة في أحيان كثيرة جهداً أو عناء أو تضحية أو لا بد تجاهه من مقابل أو مكافأة.
- في الغالب يتزوج الرجل لأسباب غير التي تتزوج لأجلها المرأة، فالمرأة تريد أن تكون ملكة متوجة في بيتها، وهناك من يراعي بل يفجر مشاعر الحب في داخلها، بينما يريد بعض الرجال أن تكون تابعاً له وظلاً لمزاجه وعليها أن تستجيب لرغباته ولا سيما رغباته الخاصة، في الوقت الذي يريد وبالكيفية التي يشاء، كلما شاء..
- من الأسباب العامة والمهمة لحدوث هذا الأمر أن المشكلة الأساسية لأي خلاف بين الرجل والمرأة هي أن كلاً منهما يريد الثاني نسخة منه وكثيراً ما يتناسى كل منهما طبيعة الفروقات بينهما.
- هناك أسباب خاصة ومباشرة قد تتمثل في شخصية بعض الرجال، كأن يشعر الرجل بإهمال زوجته له بالأساس، أو بعدم حبه لها، أو بأسلوبها، أو أن يكون غير

متوافق معها، أو نتيجة إحساسه بأن حياته عبارة عن مسلسل من الضغوط والتوتر المستمر، أو أن تكون لديه مشاعر اكتئابية، أو شعور بالإحباط، أو الهزيمة أو الفشل في أمر ما أو الخسارة فيه، أو أنه لم يحقق شيئاً يستحق التقدير، أو أن ثمة أموراً مهمة تشغل تفكيره.

- من الأسباب خوف الرجل من أن تأخذ المرأة عنه فكرة بأنه ضعيف في حال امتداحه لها، أو اهتمامه بها، وربما ظن أن في التراخي خسارة له، وقد يكون من أهم أسباب هذا الأمر تربية الرجل وتدريبه على الصلابة وعدم التفاعل أو التراخي منذ الصغر، أو التعلم الخاطئ لمعاني الرجولة أو الحياء.
- عدم التوافق الجنسي بين الزوجين، وقد يرجع ذلك إلى عدم الفهم الصحيح لطبيعة وشخصية كل منهما للآخر. أو بسبب الحياء والخجل، أو بسبب بعض المثيرات النفسية وقد تكون كلمة أو إشارة أو حادثة صغيرة استقرت في النفس وانعكست على الرابطة الجنسية أو العاطفية التي تعد صورة حقيقية للعلاقة الزوجية كلها.
- المفاهيم الخاطئة التي قد يأخذها الزوجان أو أحدهما عن الزواج، وخاصة ما يرتبط منها بالجنس والعاطفة.
- الملل الذي يعتري الحياة الزوجية والروتين الجامد بها، وعدم وجود ما يغير هذا الروتين أو ينعش أجواء الأسرة أو العلاقة.

- إهمال أحد الزوجين للنواحي الشكلية والجوانب النفسية والأخلاقية أو عدم مراعاته للأمور الحيوية والمهمة المتعلقة به كالنظافة، والأسلوب الجيد في التعامل ونزاهة اللسان، والبعد عن الإيذاء المتعمد.
- عدم التوافق النفسي أو الفكري بين الزوجين.
- تلك أهم أسباب مشكلات البرود العاطفي لدى الأزواج، مع مراعاة أن الفروق الفردية بين الرجال، وكذلك بين النساء واردة، وبأن تلك العوامل مختلفة فيما بينهم في ظهورها أو درجتها.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

- هناك وسائل وفنيات يجب على المرشد الإمام بها وتوجيه المسترشد في مثل هذه الحال على الاهتمام والتحلي بها، أو العمل بمضمونها، ويتم ذكرها كالتالي:
- الاعتراف بطبيعة الفروقات والاختلافات بين الزوجين وتقبلها، ومراعاتها ما أمكن ذلك.
 - تجنب الزوجة لكثرة النقد وخاصة اتهام الزوج بأنه فاتر في العلاقة العاطفية وبدون إحساس. وفي حال توجيه النقد للزوج يكون الأمر على هيئة اقتراح بدلاً من صيغة الأمر، مع عدم استعمال النقد بصفة مستمرة.
 - الوعي بما ينفر الرجل لتلافيه، وبما يجذبه للحرص على تقديمه أو فعله، ويتأتى

ذلك بصورة واضحة عادة من خلال الخبرات العديدة التي يمر بها الزوجان مع بعضهما أو في حياتهما الزوجية.

- تقدير الزوجة لعمل الزوج وإظهار حبها له، فكثيراً ما يرى الرجل أن المرأة التي تحب عمله تحبه هو، مع ضرورة إعطائه بعض الحرية الفردية والاعتراف بها.
- مشاركة الرجل هواياته الجميلة ما أمكن والاهتمام بها.
- التصرف بحميمية في المواقف التي تشعر فيها المرأة ببرود الزوج ولا مبالاته، دون عتاب، أو لوم، والتصرف بذكاء - على سبيل المثال - حين يبدو الرجل غير متمتع، أو غير مرتاح، على المرأة التوقف عن الحديث أو الثثرة، فالمسألة هنا أشبه بإجباره على أكل وجبة لا يحبها. والتوقف هنا من باب الحفاظ على كرامة المرأة، ونفسيته متى ما أبدى الرجل ضيقاً أو تمللاً أو مللاً، ومن المهم عدم الغضب هنا، فمع غضب المرأة قد يعاند الرجل ويتفاعل مع الغضب بغضب أكبر.
- مراعاة الحال المزاجية للزوج، وما يعتريه أحياناً من تعب أو اضطهاد، أو ما يتعرض له من نقد خارجي أو عتاب من قبل مديره في العمل، أو زملائه، أو الآخرين وتوفير المناخ الجميل وعدم إقحامه المستمر في التفاصيل الصغيرة المملة أو في أخبار الآخرين التي لا تعنيه.
- تحسيس الزوجة للزوج بين فترة وأخرى بأنها تحتاجه للسعادة، ولروعة صحبته وليس فقط للأمان، وتفعل ذلك في رقة وليس في عتاب مجلجل أو خصام.

- تعزيز الزوج على الاهتمام بالأمور العاطفية التي تحبها المرأة، أو ما يرمز إليها، وذلك بأن تبادر هي لفعلها وإخباره بأهميتها بلطف ورقة (على سبيل المثال كثير من الرجال في ذهنهم أن الورد فقط للمريض في المستشفى أو أنه يقدم في حفلات الزواج... وهنا تبادر المرأة بوضع الورد على طاولة العشاء، حتى يعود الرجل عليه، ويمكن وضع باقة من الورد المختلفة، والتحدث بمتعة عن كل منها أثناء العشاء).
- عدم المغالاة في مسألة الامتنان والتقدير من قبل الزوجة، فبعض النساء - على سبيل المثال - تريد الشكر على كل فتجان شاي عمله، مع ضرورة تفقد الأنا ومواجهة النفس بالعيوب وما إذا كان هناك ثمة مبالغت أو أوجه قصور.
- العمل على استشارة الزوج في بعض أمور المنزل، والاعتزاز برأيه.
- الاهتمام بالنظافة والتزين والتجمل للزوج، وإظهار البشاشة في وجهه.
- كسر الروتين الممل، وإنعاش بحيرة الحياة الزوجية الراكدة أو إثارة شغب الدوائر المائية بها (وقد قيل في الأمثال: البحيرة الراكدة أسرع إلى التعكر من البحيرة الجارية).
- الصبر والهدوء واستخدام الحيلة والذكاء العاطفي أو الأنثوي من قبل المرأة، وتقديم المغريات والمدعمات النفسية والمفاجآت السارة الجميلة فهي ضرورية في إقناع الزوج بضرورة التغير والاعتراف، ولتحريك انفعالاته أو تحريض تقديره أو إظهار تعبيراته السارة بل وزيادة المودة بين الزوجين.

- كما أن على الزوج مراعاة مشاعر زوجته وطبيعتها، وتعريفها ما الذي يريجه عادة وماذا يتعبه أو يثير غضبه، بدلاً من الاكتفاء بالصمت أو الانعزال، ولا بأس من مشاركتها بعض التفاصيل الصغيرة، والتفاعل معها، كلما سنحت له الفرصة، واستخدام الأسلوب الحاني عند الملل أو الرغبة في أداء عمل فردي، واحتساب الأجر في ذلك، وفي إدخال السرور على قلب الزوجة. بل على كل زوج أن يستشعر ربانية العلاقة بينه وبين زوجته، قال سبحانه وتعالى: (وَأَخَذَ مِنْكُمْ مِيثَاقًا غَلِيظًا)، وقال عز من قائل: (وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً) وقال صلى الله عليه وسلم: « اتقوا الله في النساء فإنكم استحلتن فروجهن بكلمة الله ». (وهذا الأمر خير دافع للزوج أن يستشعر ما في الزواج من مسؤولية فيتحملها مختاراً راغباً.
- وأن تدفعه مسؤولية الزواج للنجاح في الحياة العملية فلا يكون اتكالياً ولا هامشياً.
- وأن يتذكر مسؤوليته الأخلاقية نحو أسرته فيكون متواضعاً متسامحاً، عطوفاً، هيناً، ليناً.
- وأن يكون قادراً على التحكم بانفعالاته فيستطيع أن يكظم غيظه في أخرج المواقف وأصعبها.
- وأن يلتزم الأعداء ويصبر على أخطاء أفراد أسرته ويعمل على تصحيحها.

- وأن يكون وسطياً ومتوازناً بين الرومانسية الرقيقة والواقعية المدركة.
- وأن يؤمن بالشورى واحترام الرأي الآخر داخل مؤسسة البيت.
- وأن يملك القدرة على الموازنة بين الحزم والمرونة وبين الرعاية والعدل.
- وأن يخلع عنه هموم العمل ومشكلات المجتمع مع خلع لهذائه عند الباب الخارجي للبيت، ولا يدخل البيت ومعه هذه الهموم والمتاعب التي ستؤثر على تفاعله مع أهل بيته.
- والزوج الحكيم الناجح هو الذي لديه القدرة على إشعار زوجته أن العمل والواجبات وهموم الحياة وحتى الأولاد لن يستطيعوا تغييب مكانتها المميزة وموقعها الخاص في قلبه).
- على المرشد تذكير المسترشد الزوج بكلام الله تعالى ورسوله في هذا الشأن وفي حسن المعاملة والرعاية، وفي حال رجوع السبب من قبل الزوج إلى التنشئة الاجتماعية إفهام الزوج - المسترشد - أهمية التعبير عن المشاعر، وأن ذلك ليس عيباً، ولا يعد ضعفاً، وليس قدحاً في الرجولة بل على العكس من ذلك، ولنا في رسول الله صلى الله عليه وسلم أسوة حسنة.

المراجع

- البرود العاطفي عند الرجل والمرأة، أحمد عبد السلام، مصر، دار سلمى للنشر.
- الرجل والمرأة (أسرار لم تنشر بعد)، آلين ويلر، ترجمة فاديا عبدوش وعبير منذر، شركة دار الفراشة للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، ٢٠٠٢ م.
- رومانسيات زوجية، نورا ماجد ومنال نايف دار العليا للنشر والتوزيع، ، ١٤٢٦هـ.
- الزواج والتوافق، أسماء بنت عبد العزيز الحسين، تحت الطبع.
- المشاكل الزوجية بين الطب والدين، الدكتور السيد الجميلي، دار الهلال، بيروت، ١٩٨٦ م.

البرود العاطفي من قبل الزوج تجاه زوجته

أ. مها العمري

تعريف المشكلة:

افتقاد الزوجة للإشباع العاطفي من زوجها، ومعاناتها من جفوته العاطفية في المشاعر والكلام، بما في ذلك العلاقة الخاصة في فراش الزوجية. مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

- ١- عدم تعبير الزوج عن حبه لزوجته بكلام الغزل والحب.
- ٢- غلبة الجدية على سلوك الزوج في علاقته بزوجته.
٣. صمت الزوج، أو ما يسمى بالخرس الزواجي.
- ٤- جفاف الزوج في تعامله اللفظي وغير اللفظي.
- ٥- سهر الرجل الزوج خارج المنزل (البر، والرحلات، والأصدقاء).
- ٦- انشغال الزوج الدائم بالأعمال الخارجية كالتجارة والسفر.
- ٧- تركيز الزوج في حواراته على تربية الأولاد و أعمال البيت وهموم العمل.
- ٨- تباعد معاشرته لزوجته بشكل ملحوظ، أو قيامه بها كواجب.

الأسباب والعوامل المسببة لهذه المشكلة:

- ١- نشأة الزوج الأسرية وطبيعته الشخصية.

- ٢- معاناة الزوج من الضغوط العائلية (الوالدين، والأقارب، والإخوة).
- ٣- الإرهاق الجسدي و النفسي من ضغوط العمل.
- ٤- الروتين وعدم التجديد في الأنشطة الزوجية.
- ٥- مرور الزوج بأزمات نفسية أو صحية.
- ٦- تقصير الزوجة في بعض حقوق الزوج (بيته، وأولاده).
- ٧- إهمال الزوجة لنفسها وشكلها أمام الزوج.
- ٨- مشاهدة الزوجة للأفلام والمسلسلات وقراءة الروايات الرومانسية.
- ٩- مرور الرجل بما يسمى «أزمة منتصف العمر» التي تبدأ عادة بعد منتصف العقد الرابع من العمر، حيث يتصور أن زوجته أصبحت مملة وأنه لا جديد لديها معه.
- ١٠- انشغاله بمشاهدة النساء على القنوات والأفلام مما يزهده في زوجته.
- ١١- علاقات الزوج غير الشرعية مع امرأة أو أكثر من امرأة.

الآثار السلبية على الزوج والزوجة

١- الآثار المتعلقة بالزوج:

- ١- عجز الزوج عن إرضاء زوجته في كل وقت وكما تريد.
- ٢- زيادة العبء عليه لملاحقة الزوجة له واتهامه بإهماله لها.

- ٣- هروبه من المنزل أكثر من الوقت السابق.
- ٤- معاندته لزوجته وضجره منها وزيادة بعده عنها.
- ٥- فقد الثقة في نفسه نتيجة لشكوى الزوجة بعدم إشباعها من حيث العلاقة الخاصة.
- ٦- البحث عن زوجة ثانية لترضي غروره من جديد.

٢- الآثار المتعلقة بالزوجة

- ١- تباعد الزوجة عن زوجها نفسياً وعاطفياً وجسدياً.
- ٢- شعور الزوجة بالإهمال من قبل زوجها.
- ٣- كثرة تذمرها وتشكيها مما يكون سبباً في معاندة الزوج لها.
- ٤- إهمالها لنفسها وأنوثتها لاعتقادها أن زوجها متبلد الأحاسيس.
- ٥- جعودها لزوجها في الجوانب الإيجابية الأخرى.
- ٦- عطشها الوهمي للهيام والحب قد يدفعها للانحراف والخيانة (والعياذ بالله).

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع هذه المشكلة:

- ١- تعد هذه المشكلة من أمتع القضايا وأبرزها التي ترد للإرشاد الأسري، والتي لا بد أن يتخصص فيها مرشداً متمكنات، نظراً لحساسية شرح بعض تفاصيلها من امرأة لرجل ولو كان مرشداً أسرياً. ولكن ستجد المرشدة، أن الإرشاد فيها ممتعاً... والسؤال لماذا؟

- لأنها في دائرة تحكم المسترشدة بإذن الله.
 - ستجد المرشدة الكثير من الحلول والممارسات اللطيفة التي يمكن للمسترشدة تطبيقها معها.
 - أثر الإرشاد يتضح بصورة سريعة على المسترشدة وعلى علاقتها الزوجية مع زوجها بفضل الله.
 - سعة المراجع المقرؤة والمسموعة والمرئية التي تناولت هذه الأمور، بالإضافة إلى الدورات المقدمة في هذا الموضوع والتي يمكن أن تساند الإرشاد وتثري المسترشدة والموضوع.
- ٢- يدور لب هذه القضية حول ما يسمى بالتصورات والتوقعات بخصوص ما ينبغي أن تكون عليه العلاقة الزوجية، ومن ذلك تصور الزوجين عن الحب والمعاملة العاطفية، وغالباً ما تنحصر شكوى الزوجات من هذا الأمر فيما يلي:
- افتقاد الزوجة إلى الحب الرومانسي الذي كان في بداية العقد مع خطيبها، أو ما شاهده في وسائل الإعلام، وصدمتها من الصورة المغايرة التي وجدتتها من زوجها في السنة الأولى من الزواج.
 - شعور الزوجة بالتباعد العاطفي بينها وبين زوجها، نتيجة تقلبهما بين ظروف الحياة التي أخذت منهما معاً أو من أحدهما جهدهما الجسدي

والنفسى والذهنى وحنينها إلى العودة إلى كنف العاطفة المتقدة بينها وبين زوجها من جديد.

- افتقاد الزوجة إلى العواطف طوال حياتها الزوجية، نتيجة لشح زوجها بالعاطفة نظراً لطباعه الجافة وقسوته، أو جديته الزائدة عن الحد معها.

٣- يلزم المرشدة أولاً معرفة المستوى الثقافى للمسترشدة وقياس مدى وعيها بمتطلبات الحياة الزوجية، كأن تسألها: هل حضرت دورات في فنون الحياة الزوجية؟ هل لك إطلاع على كتب، أو مجلات متخصصة في العلاقات الزوجية؟، لأن ذلك سيختصر الطريق على المرشدة ويساعد في تحديد خطوات الإرشاد المناسبة للمسترشدة.

٤- لابد للمرشدة من معرفة هذه المعلومات: عمر الزوج، عمر الزوجة وعمر الزوج، والمستوى الاجتماعي، والمستوى العلمي للزوجين، وتجربة الزواج الأولى أو الثانية..... الخ

٥- ينبغي أن يكون للمرشدة إلمام ببعض الدراسات المتعلقة بأنماط الشخصية، ليساعد في تحديد نمط كل من الزوج والزوجة، ومن أوضح هذه الدراسات: (النظام التمثيلي) في البرمجة اللغوية العصبية - (بوصلة التفكير) مقياس هيرمان.

٦- تحتاج المرشدة قبل طرح الحلول إلى معرفة كل المفاهيم والتصورات الخاطئة

لدى المسترشدة عن العاطفة الزوجية أو الحب الزوجي مثال:

(لمى متزوجة من ثلاث سنوات لديها طفلة واحدة، بدأت تشعر بالفتور العاطفي من زوجها والسبب لأنه لا يتجاوب مع حبها للرومانسية إلى درجة أنها باتت تكرهه، بل وتفكر في الطلاق منه). ومن ثم البدء في تصحيح هذه المفاهيم الخاطئة، كأساس تبني عليه حل المشكلة الخاصة بالمسترشدة.

٧- أهم ما ينبغي شرحه للمسترشدة:

- الفروقات بين الرجل والمرأة في طريقة التفكير والتعامل مع الأمور.
- طريقة التعبير عن الحب.
- الفروقات في النفسيات.

ثم يربط هذا كله بالشكوى الرئيسة للمسترشدة، وفي كثير من الأحيان معرفة المسترشدة لهذه الفروقات يحل المشكلة من أصلها.. مثال:

(تزوجت «هند» من زوجها «علي» منذ خمس سنوات، لاحظت هند أن زوجها تأتيه أوقات من الصمت والتفكير العميق والعزلة في مكتبته الخاصة، فتقلق عليه وتحاول إخراجه من حال الصمت تلك بالكلام المحب، وعرض المساعدة عليه إذا كان ثمة مشكلة، فإذا برده فعله في كل مرة الصراخ والغضب، فإذا خرج من

حاله تلك أقبل عليها فإذا بها توجه له الاتهام بأنه لا يحبها وأنه لا يقدر مشاعرها نحوه، وأنه قاسي القلب، وبعد مدة من الزمن حضرت هند دورة في الفروقات بين الرجل والمرأة، فأدركت أنها ظالمة لزوجها حينما أدركت ما يسمى بكهف الرجل، وعرفت كيف تتصرف في هذه الحال، والنتيجة ازدياد حب زوجها لها).

٨- لا بد أن يتضمن الإرشاد مهارات وأفكار زوجية لتجديد الحب والعاطفة لتطبيقها المسترشدة حسب تدرج معين مخطط له مع المرشدة، وعلى حسب معطيات المشكلة لديها وحسب طبيعة الأزواج وملاءمة ظروفهم الأسرية والمادية.

٩- قد يبرز في كثير من الحالات المتعلقة بهذه المشكلة، قضية الإشباع العاطفي في غرفة النوم، وهذا أمر طبيعي لأن العلاقة الخاصة هي تتويج لمتعة الروح والعاطفة بين الزوجين، ولكن للأسف هناك قصور في تثقيف الأزواج من الجنسين حول هذه العلاقة الحساسة بما يسمى (بالثقافة الجنسية)، لذا لا بد أن تكون المرشدة ملمة ومطلعة ومتمكنة من هذه الثقافة في كل جوانبها السلبية والإيجابية، لتستطيع تقديم الإرشادات المتعلقة بها بما يعود على العلاقة الزوجية من الرضا والهناء والسعادة..مثال:

(سيدة في ٤٨ من عمرها اشتكت لإحدى المرشدات أن زوجها لا يشبعها في العلاقة الخاصة، وأنها فاتحته في الموضوع وأغلظت له القول ولكن لم يتغير شيء، وبتقصي

المرشدة للمعلومات أكثر، وجدت أن الزوج فوق الخمسين من عمره منصرف عن زوجته بالسفر على بلد عربي مشهور بتزويج الرجال من فتيات صغيرات السن، وهناك احتمال كبير أنه متزوج، والأمر الذي تشتكي منه السيدة كان يبرز بعد عودته من السفر، ناهيك أن الزوجة (عافاها الله) مريضة بالسكر وضغط الدم ولديها مرض في القلب). وعرفت المرشدة بناءً على ما سبق أن ما تريده الزوجة قد لا يتحقق لها كما تريد، لذا صرفت نظرها بطريقة غير مباشرة عن هذه الشكوى، مذكرة إياها بالاهتمام بصحتها، وأولادها خاصة أنها جدة، وأن لا تعول على زوجها كثيراً، وإذا حاولت فليكن بلطف منها وحب حتى يتحقق لها ما تريد.

١٠- متى تصعب هذه المشكلة ؟

- إذا كانت الظروف المحيطة بالزوجة لا تساعد على حل كامل لهذه المشكلة،

مثال:

(نوال متزوجة منذ ١٥ سنة، تعيش مع زوجها في بيت أهله، أنجبت أطفالها الستة لديهم تعيش في جناح مكون من ثلاث غرف، دب البرود العاطفي بينها وبين زوجها، وحينما طلبت الإرشاد، لم تستطع تطبيق كثير من الإرشادات، في ظل ظروف السكن مع أهله، ولا يمكن السكن في بيت مستقل عنهم في الفترة الحالية).

- إذا كان فيها أطراف أخرى كعلاقة الزوج غير الشرعية بامرأة أو أكثر،

فهنا تختلف معطيات المشكلة وبالتالي ستأخذ مساراً آخر في الإرشاد يخرج بها عن مشكلة البرود العاطفي إلى الخيانة الزوجية.

١٢- لابد أن تتدرب المسترشدة على كيفية المصارحة البناءة مع الزوج، وهي مهارة تحتاجها كمفتاح لأي مشكلة زوجية مثل: وقتها، ما الذي تركز عليه فيها، ما الذي تبعد عنه، كيف أسلوبها.

١٣- أن لا تتعاطف المرشدة مع المسترشدة في أمر اتضح أنها الملوثة فيه وليس الزوج، فكثير من النساء لا يشعرون بفداحة أخطائهن مع أزواجهن بالذات في موضوع الحب.

١٤- لابد أن يتضمن الإرشاد تغيير الزوجة لبعض جوانب النقص لديها سواء أكان ذلك في عنايتها بنفسها، أم في معاملتها لزوجها، والاهتمام ببيتها أم غير ذلك مما يشعل حرارة حبها في قلبه من جديد.

١٥- إمدادها بأسماء أشرطة وكتب وحث المسترشدة على حضور الدورات التدريبية في الموضوع.

المراجع:

- عادل صادق (٢٠٠٤م) حب بلا زواج وزواج بلا حب، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
- أكرم رضا (٢٠٠٣م) أوراق الورد وأشواكه في بيوتنا، ألفا للنشر والتوزيع.
- هشام الحناوي (١٩٩٩) العلاقة الحميمة بين الرجل والمرأة، هلا للنشر والتوزيع.

المراجع العلمية المقترحة للاستزادة:

- طارق كمال النعيمي (١٤٢٤هـ) سيكولوجية الرجل والمرأة، دار إحياء العلوم.
- لورا شلسنجر (١٤٢٥هـ) اكتشفي السعادة الزوجية عبر العناية الخاصة بزوجك، الدار العربية للعلوم.
- عادل صادق (١٤١٣هـ) معنى الحب، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
- إسلام أون لاين.نت (١٤٢٤هـ) العلاقات الحميمة بين الزوجين من وراء الأبواب المغلقة، الدار العربية للعلوم.

المشكلة السابعة
تعاطي المسكرات والمخدرات من قبل الزوج
شارك بكتابتها كل من:

(١) د. إبراهيم به حمد النقيّان

(٢) د. سلطانه بنت محمد معاد

تعاطي الزوج المسكرات والمخدرات

د. إبراهيم النقيّان

إن من المشكلات التي تعاني منها بعض البيوت، ويكثر الاسترشاد عن حلول لها؛ مشكلة إدمان أحد أفراد الأسرة تعاطي المسكرات أو المخدرات أو هما معاً، وتزداد المشكلة وتعمم المصيبة إذا كان رب الأسرة -أي الزوج- هو المدمن على بعض المسكرات والمخدرات، وقد أكدت دراسات عديدة وجود علاقة بين الإدمان والمشكلات الأسرية، والتفكك الأسري والحرمان. فما تلك المشكلة؟ وما مظاهرها؟ وما أسبابها؟ وما كيفية العلاج؟ وفيما يلي إجابة لتلك التساؤلات.

تعريف المشكلة:

لا يوجد تعريف عام جامع يتفق عليه العلماء المختصون، يشمل مفهوم المواد المخدرة بصورة واضحة وجلية، وهناك مجموعة من التعريفات الاصطلاحية للمخدرات، ويمكن تعريف مشكلة إدمان الزوج: وطبقاً لتعريف منظمة الصحة العالمية WHO، بأنه عبارة عن: حال من الخدر والتسمم المرحلي أو المزمن، تنشأ بسبب استهلاك المخدر الطبيعي أو المصنّع، وتتضمن خصائصه ما يلي:

- رغبة عارمة أو حاجة قهرية للاستمرار في تعاطي المخدر والحصول عليه بأي طريقة.

- ميل واضح لزيادة الجرعة.
- اعتماد جسدي ونفسي على تأثيرات المخدر.
- نتائج وتأثيرات ضارة على الفرد والمجتمع.

أنواع المخدرات:

هناك تصنيفات عديدة للمخدرات وهي على النحو الآتي:

أولاً: الكحوليات: تعد الكحوليات من أقدم المواد المخدرة، وأوسعها انتشاراً في العالم، حيث عرفته الكثير من الحضارات القديمة.

ثانياً: المهبطات: تعمل هذه المجموعة على تثبيط نشاط الجهاز العصبي المركزي للمدمن، وتنقسم إلى مجموعتين، مهبطات ذات أصل طبيعي: كالأفيون والمورفين والكودايين. ومنها ما هو مركب كيميائي ومنها ما يجمع بين الطبيعي والكيميائي: فالهيروين: أحد مشتقات المورفين وأكثر أنواع المخدرات النصف تخليقية خطورة، والمادة الأساسية في الهيروين هي المورفين، حيث تجرى عليها بعض العمليات الكيميائية وإضافة بعض المواد إليه مثل الكينين والكافيين. أما المهبطات التخليقية (التصنيعية): فهي مجموعة من العقاقير التي تحضر من مواد كيميائية لها تأثير مهبط على الجهاز العصبي المركزي، وبعض هذه العقاقير كانت في الأساس تستخدم في علاج الإدمان ولكن أسيئ استخدامها.

ثالثاً: المنومات: وتستخدم كمسكنات، ولكن أسيئ استخدامها، وبالنسبة لتأثيرها فيتوقف على نوع المنوم، فهناك منوم قصير المفعول، وآخر متوسط المفعول، وثالث طويل المفعول، وتؤخذ هذه المنومات في الغالب على شكل أقراص أو كبسولات وفي أحيان قليلة تؤخذ على هيئة أمبولات (عبوات زجاجية).

رابعاً: المهدئات: الأصل في الاستخدام الطبي للمهدئات هو علاج حالات القلق والتوتر وبعض حالات الصداع، ولكن أسيئ استخدامها فأدرجت ضمن الأدوية المخدرة. وتنقسم المهدئات إلى مجموعتين: المهدئات الكبرى والمهدئات الصغرى، وتستخدم الأولى في علاج الاضطرابات العقلية كالفصام، في حين تستخدم الثانية في علاج القلق والتوترات والأمراض العصبية.

خامساً: المنشطات الطبيعية: ومن أمثلتها: الكوكايين: ويستخرج من الأفيون الخام، حيث تتراوح نسبة الأفيون فيه ما بين ٠,٥ - ٢,٥ ٪ من وزنه، هشة الملمس بيضاء اللون إذا كانت نقية، أطلق عليها اسم الكوكايين، وتتركز خطورتها في التأثير على خلايا جهاز العصب المركزي، حيث تؤخذ بالشم أو الحقن أو بالمضغ، وفي حال تناول جرعة زائدة عن المسموح بها طبياً، تؤدي إلى الوفاة مباشرة. ومن المنشطات الطبيعية القات: فبعد أن يمضغه المتعاطي، يشعر في البداية بنوع من النشاط، ثم بعد فترة من المضغ تصيبه حال من الفتور والكسل.

سادساً: المنشطات التخليقية: وهي مركبات كيميائية تحدث تأثيراً منبهاً للجهاز العصبي، وتقلل من الإحساس بالإجهاد والتعب والشعور بالنعاس، ولذا انتشرت بين الرياضيين والطلاب، والسائقين الذين يقودون سياراتهم لمسافات طويلة وغيرهم، ومن المنشطات ما هو على شكل كبسول ومنها ما هو على شكل سائل أصفر يحقن في الوريد يسمى «الماكستون فورت».

سابعاً: المهلوسات: وهي مجموعة من المواد الكيميائية غير المتجانسة، تحدث اضطراباً في النشاط الذهني وخللاً في الإدراك، ويتصور المتعاطي لها أن له قدرات خارقة، ويعيش في حال من الخيالات والأوهام التي قد تؤدي به إلى الانتحار. ومن المهلوسات ما هو طبيعي مستحضر من مصادر نباتية، ومنها ما هو تخليقي يتكون من مواد كيميائية ويحضر معملياً. ومن المهلوسات الطبيعية: الحشيش، وهو على شكل مسحوق بني اللون يستخرج من النباتات المجففة، ويؤخذ عن طريق الشم أو الحقن. ومن المهلوسات نصف التخليقية: مادة الليسارجيد المعروفة باسم L.S.D والمعروف في بعض البلدان العربية باسم «الأسيد» والذي تستخرج مادته الأساسية من فطر الأرجون الذي ينمو على نبات الشوفان، ويوجد عقار L.S.D على شكل أقراص رمادية اللون مستديرة صغيرة الحجم، كما يوجد على شكل كبسولات.

ثامناً: المستنشقات: وهي من المواد المخدرة التي شاع استعمالها في البلاد العربية، حيث يستنشق المدمن بعض المذيبات الطيارة، مثل البنزين، ومخفف الطلاء،

ومزيل طلاء الأظافر، وسائل وقود الولاعات، ولاصق الإطارات، والغراء، وعوادم السيارات وغيرها.

فلكل نوع من هذه المخدرات مظاهر واضطرابات، وتختلف طبيعة الاعتماد من عقار لآخر، كما يختلف مستوى التدمير من عقار لآخر، فيكون الإرشاد للعلاج والتعامل مع الزوج المدمن، بحسب نوع المخدر وكميته، والمدة التي أمضاها المتعاطي مع المخدر.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

تظهر مشكلة إدمان الزوج بمظاهر شتى، ويمكن تقسيمها إلى جانبين، جانب متعلق بالأسرة، والآخر متعلق بالزوج المدمن نفسه، ووجود خمسة من هذه المظاهر يرجح وقوع الزوج في مشكلة الإدمان:

أولاً: مظاهر المشكلة على الأسرة:

١- الإهمال الكبير لمتطلبات الأسرة، والتهرب من القيام بالواجب على خلاف السابق.

٢- غلبة المشاحنات الدائمة والخصام المستمر على الأسرة وهو أمر لم يكن في السابق بهذه الصورة.

٣- اقتطاع المخدرات لجزء من دخل الأسرة، مما يشكل عبئاً اقتصادياً عليها، ويؤثر على معيشتها.

- ٤- لجوء الزوج إلى بيع أثاث المنزل كي يشتري المخدر.
- ٥- تدهور صحة المدمن، حتى يصبح عاطلاً عن العمل، وفي هذا ضرر على أفراد الأسرة جمعاء.
- ٦- انحراف بعض أفراد الأسرة نتيجة لإدمان الأب وتغيبه عن رعاية أسرته.
- ٧- كثرة الاستدانة والقروض لتغطية الحاجيات من المادة المخدرة.
- ٨- الابتعاد العاطفي للأب عن الأسرة.
- ٩- اللجوء إلى الاستيلاء على أموال الزوجة وحليها ببيع الحجج والتبريرات، أو بالقوة.
- ١٠- الشروع في بعض الأعمال غير المشروعة، كالسول أو السرقة أو الدعارة.
- ١١- ارتفاع معدلات سوء العلاقات الزوجية، والنزاع الدائم بين الزوجين، وانفصالهما في الأسر التي يوجد بها مدمني مخدرات بحسب البحوث والدراسات.
- ١٢- ارتفاع معدل حدوث الاضطرابات بين الأطفال في هذه الأسر، مما يؤدي إلى لجوء - صغيري السن - الأحداث أيضاً إلى التعاطي، وكذلك انحرافهم.

ثانياً: مظاهر المشكلة على الزوج:

هذه المظاهر تتفاوت حسب نوع المخدر، كما تتفاوت بين حديث الإدمان ومتوغل فيه، فإذا توفر فيه عدد من الصفات التالية، زاد احتمال وقوع الزوج في شرك المخدرات، ومن

هذه الصفات والخصائص ما يلي:

- ١- الانطوائية والانعزال عن الآخرين بصورة غير عادية.
- ٢- الإهمال وعدم الاهتمام بالمظهر والعناية به.
- ٣- الكسل الدائم والتثاؤب المستمر.
- ٤- تعب وفتور وخمول وعدم الاهتمام بالصحة.
- ٥- ضعف ووهن في الجسم.
- ٦- التهتهة في الكلام وعدم ترابط الحديث.
- ٧- شحوب في الوجه وعرق ورعشة في الأطراف.
- ٨- كثرة الرشح من الأنف، وارتعاش وسعال.
- ٩- حرارة وضعف في الجسم.
- ١٠- احمرار العين مع اتساع حدقة العين.
- ١١- ظهور علامات تعاطي الحقن في الذراعين.
- ١٢- انخفاض في الوزن.
- ١٣- فقدان الشهية والهزال والإمساك.
- ١٤- ضعف الذاكرة للأحداث القريبة، وصعوبة في عملية التذكر، وكثرة النسيان.
- ١٥- الهياج الشديد لأقل سبب، مما يخالف طبيعة الشخص المعتادة.

- ١٦- الإهمال الواضح في الأمور الذاتية، وعدم الانتظام في العمل أو الدراسة.
- ١٧- إهمال الهوايات التي كان يزاولها من قبل.
- ١٨- اللجوء إلى الكذب والحيل الخادعة، للحصول على مزيد من المال.
- ١٩- اختفاء أو سرقة الأشياء الثمينة من المنزل دون اكتشاف السارق.
- ٢٠- اختفاء العقاقير الطبية من أماكن حفظها، خاصة التي لها صفة التخدير ولو لدرجة بسيطة.
- ٢١- عدم الأمانة وتشمل: الكذب، والسرقعة، والخداع.
- ٢٢- كثرة النوم.
- ٢٣- التأخر دائماً خارج المنزل.
- ٢٤- كثرة النرفزة وسرعة الاستثارة وتقلب المزاج.
- ٢٥- الفشل المهني أو الدراسي.
- ٢٦- تلقي مكالمات متأخرة ليلاً.
- ٢٧- تغير الأصحاب، المراوغة في الحديث عن الأصدقاء الجدد.
- ٢٨- الاختلاط بقرناء السوء، وتكرار زيارتهم له.
- ٢٩- تكرار فقدان الملابس أو ما شابهها، وعدم القدرة على تحديد أماكن وجودها وإياداعها.
- ٣٠- حمل علب أو حاويات غريبة الشكل، في الجيوب والحقائب والأدراج الخاصة.

- ٣١- عدم الثقة في النفس، والشعور بالتقليل من قيمة الذات.
- ٣٢- هبوط الطموح، وعدم وجود حافز على التفوق في العمل أو الدراسة.
- ٣٣- ضعف وتقصير في أداء الشعائر الدينية أو تركها بالكلية.
- ٣٤- استعمال المواد المهدئة والمنومة بكثرة.

العوامل والأسباب المؤدية إلى ظهور المشكلة:

إن مثل هذه الظواهر الاجتماعية، يصعب حصرها في سبب وحيد أو عامل وحيد، ولكنها مجموعة من العوامل المتفاعلة مع بعضها، والتي تشكل في النهاية مشكلة شخصية وأسرية وزوجية، تتمثل بوقوع الزوج في هاوية المخدرات، سواء أكان ذلك خمراً أم عقاقير مخدرة ونحو ذلك، وهذه الأسباب عديدة، وقد تتوفر لدى البعض نماذج منها، ويمكن تصنيف تلك الأسباب إلى ما يلي:

١- أسباب أسرية:

- التنشئة الأسرية للزوج بعيداً عن القيم الإسلامية.
- عدم وعي رب الأسرة بخطورة تعاطي المخدرات.
- وجود الخلافات العائلية والتفكك الأسري.
- التورط في ديون ومشكلات مالية.
- تكاسل الأسرة في تأدية دورها نحو أفرادها بالتواصي بالمواظبة على فرائض

الإسلام وعلى الصلاة في جماعة المسجد.

- مشاهدة القنوات التي تعرض أفلاماً يتناول ممثلوها أنواعاً من المخدرات، أو أنها تدعو بصورة مباشرة أو غير مباشرة للمخدرات.

٢- أسباب شخصية: متعلقة بشخصية الزوج:

- ضعف الوازع الديني لدى الزوج، يجعله يقتحم هذا الجحيم لسبب أو لآخر.
- جهل الإنسان بهويته ووظيفته وهدفه في الحياة.
- الرغبة لدى المتعاطي في اقتحام سور الممنوع.
- العزلة والانطواء وتحقير الذات.
- الفراغ وحب التقليد.
- عدم الاستغلال الأمثل لوقت الفراغ في ما يفيد الفرد ومجتمعه.
- أزمات عاطفية أو وجدانية شديدة.
- الاعتقاد الخاطئ بزيادة المخدرات للقدررة الجنسية.
- وجود الاضطرابات النفسية ومسببات القلق النفسي مع ضعف الإيمان.
- إطلاق البصر على المواقع والقنوات والمجلات التي تدعو إلى الانحراف والقيم الهابطة.
- مصاحبة رفاق السوء في كثير من الأماكن العامة والخاصة.

- كثرة المشكلات في الأسرة أو العمل - مع ضعف الإيمان - قد تدفع الزوج للإدمان.
- الضغوط النفسية والإصابة ببعض الأعراض النفسية، قد تقوده لهذا المزلق.
- الرغبة في التجريب.
- الرغبة في زيادة المرح.
- الفشل في حل الصراع النفسي بالطرق الصحيحة.
- الإحساس بالاغتراب والقهر الاجتماعي.
- الصراع بين التطلعات الطموح والإمكانات المتاحة.

٣- أسباب اجتماعية وبيئية: متعلقة ببيئة الزوج الاجتماعية والمحيطية:

- غياب وعدم فشو القيم الأخلاقية الإسلامية.
- وجود الفراغ الروحي «الغفلة عن الصلة بالله» في المجتمع بصفة عامة.
- غياب جماعة الرفقة الصالحة.
- البطالة وقلة فرص العمل.
- عدم توافر الوعي الاجتماعي الكامل بالأضرار الناتجة عن تعاطي المخدرات.
- تأثير الأصدقاء ورفقة السوء.

- الفشل في الدراسة أو العمل أو الحياة الاجتماعية.
- التغير السريع في المجتمع واختلال القيم والمعايير الاجتماعية السائدة.
- عدم الاستثمار الأمثل لوقت الفراغ.
- التطلع للوصول إلى الثروة والغنى بأسرع الطرق.
- التكالب على اللذة والبحث عنها.
- السفر والرحلات خارج البلاد.
- انتشار الدعارة.
- العمالة الوافدة.
- الحملة الشرسة التي يوجهها أعداء الإسلام، ضد الإسلام وأبنائه مع قلة جهود التصدي لها من المسلمين جميعاً كل بحسب قدرته.
- وجود التجمعات وأماكن اللهو المشبوهة.
- ضعف الدور الذي تؤديه وسائل الإعلام المختلفة بالتحذير من المخدرات.
- عرض المخدرات بصورة مثيرة في وسائل الاتصال.
- الهروب من الواقع، بما يحمله هذا الواقع في بعض المجتمعات، من مشكلات قاسية كالبطالة، والطبقية، والفروق الواسعة في مستويات الدخل، والفشل العلمي والتعليمي والاجتماعي، والفساد المالي والإداري ونحو ذلك.

٤- أسباب متعلقة بالمخدر نفسه:

- توفر المخدر وسهولة الحصول عليه، مما يجعل سعره في متناول الكثيرين، فتتسع بالتالي الفرصة للتعاطي والإدمان.
- يسر طريقة التعاطي؛ مثل تعاطي المخدرات بالفم أو الشم، فإنه يسهل الإدمان عليها، بينما يقلل استخدامها بطريق الحقن من فرص الإدمان.
- نظرة المجتمع للمادة المخدرة، كأن ينظر إليها بشيء من المغالطة، لسبب غير صحيح مثل الظن بأن الإسلام إنما حرم الخمر ولم يحرم المخدرات، حيث لم يرد لها ذكر في القرآن الكريم ولا في السنة، وهو ظن خاطئ وصرف للحق عن وجهته الصحيحة.
- الخواص الكيميائية والبيولوجية للمخدر، فقد ثبت علمياً أن لكل مخدر خواصه وتأثيراته المختلفة على الإنسان، كذلك ثبت أن أي شخص بعد أن يستخدم أنواعاً مختلفة من المخدرات، فإنه لا يلبث أن يفضل «صنفاً» منها ويدمن عليه، وذلك لوجود نوع من التوافق بين هذا المخدر وتأثيراته من جهة، وشخصية هذا الإنسان من جهة أخرى، لدرجة أنه قيل إن الشخص يبحث عن المخدر الذي يناسب شخصيته، وهو ما يقول عنه العوام «المزاج».
- إحساس الشخص المصاب بالاكئاب، حين يستخدم المخدرات أنها تسبب

له الإحساس بالرضا والسرور والتعالي، في حين أن الشخص الذي يعاني من التفكك الداخلي في الذات، واضطراب في العلاقات بالآخرين أو في الوجدان والمشاعر، وهو ما يعرف بالشخصية الفصامية، يفضل المخدرات التي تساعد على إعادة الانتظام والإحساس بالواقع.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

من الآثار السلبية الناجمة عن إدمان الأزواج، والتي ينبغي على المرشد وضعها في الحسبان، حين مناقشة هذه المشكلة ما يلي:

- كثرة الشقاق والنزاع والخصام داخل الأسرة.
- انتشار العنف الأسري.
- حصول الطلاق ووقوع التشرد لأفراد الأسرة.
- تكبيل الأسرة بالديون والقروض.
- عدم القبول الاجتماعي للشخص المدمن.
- قلة فرص الزواج للأبناء والبنات، بسبب السمعة السيئة للأب.
- فقدان القدوة داخل الأسرة، وانهيار المثل والأخلاق العليا.
- سوء الخلق والإهمال لدى رب الأسرة.
- تحمل الأم تبعات تربية الأبناء، نتيجة لغياب الزوج المعنوي أو الفعلي.

- التدهور الاجتماعي الذي يؤدي إلى عالم الإجرام.
- انحراف الأولاد وتشردهم.
- الوصم السلبي لأولاد الزوج المدمن، رغم عدم جنائتهم الذنب.
- فقدان الأمن النفسي والفعلي داخل أسر المدمنين، فكم من جرائم قتل مروعة أو شروع في القتل من قبل الزوج لزوجته وأبنائه.
- تفكك الأسر وانهيار العلاقات الأسرية والاجتماعية.
- العجز عن توفير المتطلبات الأساسية للفرد والأسرة وكثرة الديون.
- كثرة جرائم السرقة والترويع والسطو والقتل والقمار.
- انتشار الفقر والبطالة وما يتبعهما من مشكلات.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

- هناك بعض التوجيهات التي ربما تساعد المرشد في حل مثل تلك المشكلات ومنها:
- أن يكون المرشد متسلحاً ببعد النظر، وإدراك أبعاد مثل هذه المشكلات، على الحياة الزوجية، وعلى أفراد الأسرة والمجتمع.
- التزام المرشد بالسلوك الإسلامي، في محاوراته وأسلوبه وتوجيهاته.
- يقين المرشد بأن لكل مشكلة حل، سواء توصل إليه أو عجز هو عن ذلك.
- طمأننة المسترشد أن الإدمان قابل للعلاج والشفاء بإذن الله.

- تقديم الدعم والمساندة - بكل وسعه وطاقته - للمسترشد.
- بث خلق الصبر والمصابرة والدعم النفسي والاجتماعي لأفراد الأسرة، حين ينخرط رب الأسرة في خطوات العلاج.
- الاطلاع الشامل على أنواع المواد المخدرة، شكلها وصفاتها وتأثيراتها، وأعراض كل نوع، وخطورة المخدر، وخطورة الاعتماد، ومستويات الإدمان، وذلك من خلال مصادر علمية وموثقة.
- المعرفة بمستويات الشفاء - بإذن الله - وأساليبه ووسائله والجهات التي تقوم بذلك.
- التعرف على أماكن إلحاق المدمن بمؤسسات العلاج المحلية وأساليبه وخطورته.
- توجيه أفراد الأسرة إلى مصادر المعرفة المتنوعة والتي تبين خطورة المخدرات وآثارها على الفرد والأسرة والمجتمع، سواء أكانت مكتوبة أم مسموعة أم مرئية.
- حين تُشكّل على المرشد معرفة طبيعة ونوع الإدمان، يمكن دلالة المسترشد إلى بعض المواقع المختصة، مثل موقع مجمع الأمل للصحة النفسية بالرياض، حيث خصص صفحة للإجابة عن استفسارات وأسئلة الزوار، وعنوان هذه الصفحة: <http://www.alamal.med.sa/ask.shtml>
- يعد الإيمان أكبر وسائل الوقاية والعلاج، فعلى المرشد التوجيه لما فيه دعم الإيمان وزيادته لدى الزوج المدمن، وكذلك لدى أفراد الأسرة لوقياتهم من تقليد والدهم.

المراجع

- ١- عبد الله قازان: إدمان المخدرات والتفكك الأسري.
- ٢- ناصر بن علي البراك: دور الأسرة في الوقاية من تعاطي الأحداث للمخدرات من منظور التربية الإسلامية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة.

مشكلة تعاطي المسكرات والمخدرات من قبل الزوج

د. سلطنة معاد

مقدمة

إن تعاطي الزوج للمسكرات والمخدرات أصبح واحداً من المشكلات الأسرية الخطيرة التي تهدد أمن الأسرة وبقائها لما لها من العديد من الآثار السلبية الصحية، والاقتصادية، والاجتماعية، والنفسية، والجنسية، ومشكلة تعاطي الزوج للمخدرات والمسكرات من المشكلات الأسرية التي تساعد على نمو الخلافات والنزاعات الأسرية بين الزوجين وزيادتها ومن ثم الوصول إلى التفكك والانفصال الأسري، وفي بعض الأحيان إلى الطلاق.

تعريف المشكلة:

سنحاول التفريق بين مفهوم تعاطي الزوج للمسكرات والمخدرات وبين إدمانه لهما على النحو الآتي:

(١) التعاطي:

يُعرّف ابن منظور في لسان العرب تعاطي المخدرات بأنها « تناول ما لا يحق ولا يجوز تناوله» كما يُعرف المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية بالقاهرة تعاطي المخدرات

بأنه « استخدام أي عقار مخدر بأي صورة من الصور المعروفة في مجتمع ما للحصول على تغيير نفسي أو عقلي معين»، ويمكن إيجاز خصائص التعاطي فيما يلي:

تتولد رغبة بسيطة في تعاطي الشخص العقار أو المخدر، بعد ذلك تتولد إليه رغبة بسيطة في زيادة الجرعة، ثم يتولد لديه اعتماد نفسي على آثار العقار، تأثير ضار على الفرد.

(٢) الإدمان:

حال تسمم دورية أو مزمنة تلحق الضرر بالفرد وتنتج عن تعاطي التأثير بعقار طبيعي أو مصنع، وتتلخص خصائص الإدمان فيما يلي:

- رغبة أو حاجة قهرية للاستمرار في تعاطي العقار والحصول عليه بأي وسيلة.
- ميل إلى زيادة الجرعة المتعاطاة من العقار.
- اعتماد نفسي وجسمي بوجه عام على آثار العقار المخدر.
- تأثير ضار مؤذ للفرد والمجتمع.

بصفة عامة يمكن وصف مشكلة تعاطي الزوج للمخدرات بأنها مشكلة قانونية، لأن إحرار المخدرات أو المسكرات من الجرائم التي يعاقب عليها القانون، فالقانون ينظر إلى متعاطي المخدرات كمجرم، وكمشكلة صحية فالمخدرات على اختلاف أنواعها تؤثر تأثيراً سلبياً على الصحة الجسدية والنفسية والعقلية للزوج المتعاطي، لما تحدثه من أضرار صحية

بالغة علي مختلف أجهزة الجسم، ومشكلة نفسية حيث يميل الزوج المتعاطي إلى العدوان والانسحاب والهوسات السمعية والبصرية. ومشكلة عقلية لأنها تؤثر على الوظائف العقلية للإنسان كالإدراك، والتذكر، والتخيل، ومشكلة اقتصادية لما يسببه من إنفاق الكثير من الأموال لشراء المخدرات والمسكرات لفلو أسعارها، وبالرغم أن هذه الأموال قد تكون الأسرة في احتياج شديد لها للوفاء بمتطلبات الحياة الأساسية، وأخيراً كمشكلة أسرية فقد تمتد آثار تعاطي الزوج للمخدرات والمسكرات إلى الأسرة بأكملها حيث تفقد الأسرة جهود أحد أهم أعضائها (الزوج) كما أنها تؤثر على الاستقرار الأسري وزيادة وتعدد مشكلات الأسرة النفسية والاجتماعية والاقتصادية.

مظاهر وجود مشكلة تعاطي الزوج للمسكرات والمخدرات:

- غياب دور الزوج وعدم تحمله للمسؤولية تجاه الزوجة والأبناء والأسرة بشكل عام.
- العصبية الدائمة في المنزل مع الزوجة والأبناء.
- التوتر والقلق الدائم.
- سوء الحال الاقتصادية للأسرة عن ذي قبل.
- تدهور الحال الصحية للزوج.
- ظهور استخدام الزوج للمخدرات في الاحتفالات والمناسبات الرسمية للأسرة.
- ظهور أصدقاء جدد للزوج لم تكن تعرفهم الأسرة من قبل.

- الانشغال الدائم بكيفية الحصول على المخدر.
- إهمال العمل أو الدراسة أو السعي لكسب الرزق.
- اضطراب في العواطف والمشاعر تجاه الزوجة والأبناء والأصدقاء.
- سرعة الإثارة لأتفه الأسباب.
- السرقة والكذب والاحتيال للحصول على المال لشراء المخدرات في حال عدم توافره.
- الضعف الجنسي وفي بعض الأحيان قد يصل إلى العجز.
- عدم الاكتراث والاهتمام بمشكلات الأسرة.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور مشكلة تعاطي الزوج للمسكرات والمخدرات:

تنقسم إلى خمسة عوامل رئيسية وهي علي النحو الآتي:

(١) العوامل المرتبطة بالشخصية:

- اضطرابات مشاعر الحب والإشباع في المراحل الأولى.
- عدم شعور الزوج بالثقة في النفس.
- ضعف الذات.
- الانحراف في إشباع الحاجات والدوافع.
- حب الاستطلاع.

- الاعتقادات الخاطئة لدى الزوج بأن المخدرات والمسكرات تزيد من القدرة الجنسية.

(٢) العوامل النفسية:

- التوتر والقلق يدفع الزوج للاعتماد على المخدر.
- عدم التوافق الاجتماعي.
- الإحباطات الحياتية.
- فقدان الزوج لشخص عزيز في ظل ضعف إيماني رباني.
- الشعور بالنقص.
- الإحساس باليأس والضياع.
- الاضطراب في العلاقات الاجتماعية والعاطفية والأسرية.
- الضغوط والأزمات التي يتعرض لها الزوج في الحياة الأسرية والاجتماعية.

(٣) العوامل الوراثية:

يعتقد بعض الباحثين بأن الاستعداد للإدمان ينتقل بين أفراد الأسرة الواحدة، حيث إنه في حال إدمان أحد الأبوين قد يكون لدى الأبناء الاستعداد للإدمان زيادة عن الأسرة التي لم يسبق لها تجربة التعاطي مسبقاً.

(٤) العوامل الاجتماعية:

إن للظروف والمشكلات الاجتماعية دوراً مهماً في تعاطي الزوج للمخدرات، ومن بين هذه الظروف والمشكلات الآتي:

- المشكلات الأسرية والخلافات العائلية (مثل الغيرة الزائدة بين الزوجين، افتقار أحد طرفي الحياة الزوجية الحب والحنان، تعرض أحد أفراد الأسرة لمرض مزمن، تعرض الأسرة لمشكلات اقتصادية، التفكك الأسري).
- أصدقاء السوء الذين يزينون للزوج طريق تعاطي المخدرات.
- التغير المفاجئ للقيم الاجتماعية للزوج، وذلك لتمزق الروابط الاجتماعية والشعور بالاغتراب.
- عدم التوافق بين الزوجين.
- التفاوت الكبير في المستوى التعليمي والثقافي بين الزوجين، الذي يجعل هناك صعوبة في التفاهم بينهم.

(٥) العوامل الاقتصادية:

للظروف الاقتصادية السيئة بالغ الأهمية في تعاطي الزوج المخدرات والمسكرات وإدمانه عليها، حيث يشعر الفرد في ظل تلك الظروف بعدم القدرة على الإيفاء بالالتزامات والمتطلبات الحياتية، وفقدان الأمل في تحسين الوضع الاقتصادي، يجعله أكثر عرضة لتعاطي المسكرات والمخدرات، وقد يكون توافر المال سبباً في أن يلجأ الزوج إلى تعاطي المخدرات.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها على الزوج والزوجة نتيجة تعاطي الزوج للمسكرات والمخدرات:

لتعاطي المسكرات والمخدرات العديد من الآثار الصحية والنفسية والعقلية والاجتماعية والاقتصادية ويمكن إجمالها على النحو التالي:

- عدم الاستقرار الأسري للزوجة.
- نفور الزوجة واشتمئزازها من الزوج.
- زيادة الأعباء الأسرية على الزوجة مما يؤدي إلى التهاون في بعض الأدوار الأساسية (تربية الأبناء، ومتابعة الجوانب التعليمية لهم، وقلة الاهتمام بصحة أبنائها).
- اكتئاب الزوجة نتيجة للظروف التي تعيشها وكثرة المشكلات الأسرية الناتجة عن إدمان الزوج.
- شك الزوجة في استمرار الحياة الزوجية مع هكذا زوج.
- تأثير تعاطي المخدرات والمسكرات تأثيراً سلبياً على الحال الاقتصادية للأسرة.
- اضطرار الزوجة للجوء إلى أعمال إضافية وذلك لسوء الحال الاقتصادية التي تمر بها أسرة المدمن أحياناً.

توجيهات عامة للمرشد والمسترشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

- إجراء بحث حالة على الزوج المتعاطي وذلك لمعرفة الأسباب والظروف المؤدية للتعاطي.
- مساعدة المرشد الزوج المتعاطي على إدراك حقيقة ذاته ودوره في الأسرة والمجتمع.
- اجتهد المرشد شرح حال الزوج المتعاطي للزوجة وأسرته وذلك لمساعدته على العلاج.
- مساعدة المسترشد على التوافق الاجتماعي والنفسي والأسري.
- مساعدة المسترشد على تقبل حاله والاجتهاد في تغيير الظروف البيئية والذاتية التي دفعته لتعاطي المسكرات.
- تقديم مختلف الخدمات الاجتماعية التي يحتاجها المسترشد (على سبيل المثال قد يكون المسترشد انقطع عن العمل وانعدم مصدر دخله، فهو في حاجة إلى مساعدته للرجوع للعمل، وتقديم المساعدات اللازمة له في ظل الإمكانيات المتاحة من قبل المؤسسة أو مؤسسات أخرى.
- مساعدة المسترشد على حل المشكلات المترتبة على إدمانه أو تعاطيه للمسكرات والمخدرات.

- التخفيف من الضغوط النفسية والاجتماعية على المسترشد مما يساهم في سرعة عودته للحياة الطبيعية بقدر الإمكان والاندماج في المجتمع بوصفه عضواً فاعلاً فيه غير منبوذ منه.
- توجيه المسترشد للمؤسسات الأخرى التي يمكن الاستفادة منها بقصد مساعدته واحتوائه.

المراجع

- ١- ابن منظور، لسان العرب، دار المعارف، القاهرة.
- ٢- أحمد عكاشة، (١٩٨٤) الطب النفسي المعاصر، القاهرة.
- ٣- إقبال الأمير «معوقات ممارسة الخدمة الاجتماعية في مجال تعاطي المخدرات» المؤتمر العربي الأول لمواجهة مشكلات الإدمان، دار وهدان للطباعة، القاهرة، ١٩٨٨م.
- ٤- سعد المغربي، «تعاطي المخدرات المشكلة والحل» الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة. ١٩٨٦م.

المشكلة الثامنة الزوج الشكاك (الشك المرضي)

شارك بكتابتها كل من:

١) د. أسماء بنت عبدالعزيز الحسيه

٢) د. وداد العيسى

مشكلة: الزوج الشكاك

د. أسماء الحسيه

أين ذهبت ؟ من قابلت اليوم ؟ بماذا همس لك البائع ؟ من زارك في غيابي اليوم ؟ أسئلة مستمرة أو مسلسل استجواب يعكس صورة لمعاناة قد لا تنتهي، أو تنتهي بمرض أو انفصال. لا يقف الأمر عند حد استجواب الزوج المستمر لزوجته في كثير من الأحيان، بل يبحث ويفتش في متعلقاتها الشخصية، وعندما تواجهه الزوجة بأن هذا الشك سوف يقضي على حياتهما الزوجية يعتذر، ويعد بأنها آخر مرة، ثم يستكين بضعة أيام وتهداً نار الشك في نفسه ولكنها ما تلبث أن تعود بعدها أقوى وأكثر شراسة وحدة، ويعود الزوج مرة أخرى إلى عادته في الشك والبحث في متعلقات زوجته الخاصة، وبالرغم من ذلك تتحمل من أجل أولادها؛ فالنظرة في عيونهم بالدنيا وما فيها.

ما الشك ؟ وما أنواعه أو درجاته ؟ وما أعراضه ؟ وكيف نتعرف على أسبابه ؟ بل وكيف نضع حداً له بحول الله وتوفيقه ؟

إن الشك عكس اليقين والتثبت، وهو مصاحب للقلق وعدم الاستقرار بل ويسببه، والشك المستمر أو المبالغ فيه أو الذي يأتي في غير محله مرض نفسي خطير، والحياة مع زوج شكاك مغامرة لا تحمد عقباها، لأن بعض الرجال لا يستطيعون التحكم في شكوكهم التي تدفعهم أحياناً إلى تطليق زوجاتهم، أو إلى أسوأ من ذلك كارتكاب الجريمة مثلاً والعياذ بالله.

فالشك بطبيعته يقتل المودة ويخنق العاطفة ويدمر الرحمة والاستقرار، بخاصة الشك المبني على أوهام وظنون وتكهنات واتهامات وتزييف للحقائق، والشك بطبيعته أيضاً يكون بينه وبين الاستقرار عداوة، وبينه وبين الأمن الأسري - غاية كل زوج وزوجة - حرب شرسة لا تنتهي، ويكون بينه وبين الطلاق علاقة وثيقة وصداقة قائمة ودائمة؛ والشك لا يقيم للحياة الأسرية بيتاً ولا مأوى؛ فعواصف الشك عواصف عاتية وشديدة، فيها عذاب أليم، ونار تحرق كل ما حولها من عواطف وقيم؛ فالزوج الشكاك مريض نفسياً وقلبياً.

ثم إن طبيعة الزوجة ودرجة تحملها وظروفها الاقتصادية والاجتماعية، ولاسيما إذا كانت ذات أطفال، كل ذلك من العوامل المهمة التي تؤثر في قرارها بشأن البقاء مع زوج شكاك أو الانفصال عنه. وفي كثير من الأحيان تضحي المرأة براحتها النفسية وتبقى مع أطفالها متحملة مرض الشك الذي يعانيه زوجها.

والشك قد يكون صفة من صفات الزوج الشخصية، وهذه الشخصيات التي تحمل هذه الصفة تتميز عادة بعدم الثقة في الطرف الآخر، أو في كل ما حوله حتى نفسه، ويظهر الشك في الأحوال المنطقية لظهوره عندما تتوفر الظروف التي تشعل فتيله، كأن تكون الزوجة ذات صفات متميزة وتفوق الرجل، كالجمال وذات محاسن تبالغ في إظهارها أمام الآخرين.. فهنا تتولد الأوهام والشكوك عند الرجل مما ينعكس سلباً على حياتهما الزوجية، ويؤدي ذلك إلى اعتداء الرجل على الزوجة عن طريق محاصرتها واستجوابها

وأحياناً ضربها. وفي هذه الحالات يقع على عاتق الزوجة دور مهم في تهدئة الأمور، ومعالجة المشكلة بالوضوح والصراحة والالتزام وحسن المعاشرة، والابتعاد عن كل ما يمكن أن يشعل نار الغيرة والشك لدى الزوج، وتوضيح أي شبهة تحيط بمسألة ما حتى يطمئن ويترد الشكوك من تفكيره، ولكن عندما يكون الشك نابعاً من التنشئة أو البيئة المحيطة بالزوج ومن عدم ثقته بنفسه وإحساسه بالدونية تجاه المرأة التي تزوج بها وشعوره بأنها يمكن أن تجذب إلى من هو أكثر رجولة وجاذبية منه.. يكون الانفصال في هذه الحال أرحم من متابعة المعركة.. أقصد الزواج.

وإن من مظاهر وعلامات فشل الزوج في بناء عش الزوجية على المودة والمحبة والثقة أنه يكثر من الشك في تصرفات زوجته وحركاتها ومواقفها، من دون أن يكون لذلك أي مبرر، بل وغالباً ما يستعمل الزوج الفاشل التشكيك وسيلة لتغطية تقصيره وعجزه، فأفضل طريقة للدفاع عنده هي الهجوم، إن الحياة الزوجية إذا غلب عليها التشكيك بين الزوجين فإنه العذاب بعينه، يقول النبي صلى الله عليه وسلم: «إن من الغيرة غيرة يبغضها الله عز وجل وهي غيرة الرجل على أهله من غير ريبة». وقال علي - كرم الله وجهه: «لا تكثر الغيرة على أهلك فترمى امرأتك بالسوء لأجلك»، والمقصود هنا الغيرة الزائدة بغير داع ولا مبرر والتي يمكن أن تفسر عند البعض بأن لها أسباباً وخلفيات والحقيقة ليست كذلك.

ضحايا الشك:

اختارت إحداهن «س. ر» أن تحمل لقب «مطلقة» بعد سنة واحدة من زواجها؛ وذلك لأنها رأت أن الطلاق هو أفضل الحلول، بدلاً من أن تعيش مع زوج شكاك شديد الغيرة. تقول هذه المرأة: في البداية كنت سعيدة بغيرته عليّ، وكنت أعتبرها من علامات الحب الذي يكنه لي، ولكن لم أكن أعلم أن الأمر سيتطور إلى الدرجة التي يتهمني فيها بالخيانة لمجرد أنني تحدثت مع موصل طلبات الطعام من خلف الباب أسأله عن المتبقي له من الحساب. هذا بالرغم من أنني تجنبت كل ما قد يثير شكوكه؛ فلم أعد أزور صديقاتي، ولا أتحدث معهن هاتفياً، وهذا لم يغير شيئاً بل تمادى في شكوكه أكثر؛ فقررت الطلاق.

أما الأخرى (س. ك) معلمة مدرسة عاقلة متدينة ولديها أطفال فهي تعاني من زوجها الشكاك الذي أوصلها إلى عيادات الطب النفسي في الوقت الذي يرفض الاعتراف بحاله وينعتها بأنها هي المثيرة للشك والريبة. وقد كان من نتائج شكه التي تعاني منها نومه أمام باب المنزل الداخلي المواجه للدرج حيث تنام وأبناؤها في الدور الثاني من المنزل مع إقفاله بالقفل والترباس (المزلاج).

هذا بالنسبة لتجارب المرأة.. فماذا عن رأي الرجل بالنسبة لموضوع الشك؟

قد يعلن بعض الأزواج أنه رجل شكاك؛ ويرى: إن الشك شعور عفوي تلقائي لا يمكن التحكم فيه؛ فالحياة في هذا الزمان تجعل الرجل يقع في مصيدة الشك دائماً، ويصبح

شكاكاً بالطبع، فيشك في أقرب الناس إليه حتى زوجته. ويحكي عن تجربته أحد الأزواج العرب فيقول: تزوجت من فتاة من أسرة محافظة ومحترمة ومتشدة جداً، وعلى الرغم من ذلك لم أستطع أن أتخلص من عقدة الشك، فلا يكاد يمر يوم إلا وأسألها عمن اتصل بها تليفونياً؟ من زارنا؟ وغيرها من الأسئلة التي لا تنتهي، وبالرغم من هذا فإن زوجتي امرأة صبور تشعر بكل هذا ولم تغير من معاملتها لي، وكثيراً ما أشعر بالخجل نحوها، وأريد بالفعل حلاً لهذا المرض البغيض الذي يمكن أن يتسبب في انهيار الحياة الزوجية. وبالمقابل يرفض كثير من الشكاكين في زوجاتهم الاعتراف بداء الشك، وتجد الشكاك يمرض ويمرض من حوله، بل إن المرأة في الغالب هي ضحية مثل هذا الرجل الشكاك.

أسباب الشك:

يجب قبل التحدث عن أسباب الشك أن نفرق بين الغيرة والشك، فالغيرة في أساسها أو في صورتها الطبيعية وجه من وجوه الحب وعلامة من علاماته وهي مطلوبة؛ لأنها تضي على الحياة الزوجية طابعاً محبباً، وتُشعر المرأة بأن زوجها يحرص عليها ولا يحتمل أن يقاسمه أحد فيها حتى إن كان ذلك بمجرد النظر.

وتختلف درجة الغيرة من شخص لآخر حسب تربية الشخص وتركيبته النفسية والاجتماعية، ولكن عندما تتجاوز الغيرة حدودها الطبيعية تتحول إلى شك؛ وهو ما يولد التنافر والتباعد بين الطرفين، ويعصف بحياتهما إلى الأبد؛ فالشك من أخطر الأسباب التي تعجل بانتهاء الحياة الزوجية.

وقد ترجع أسباب الشك إلى الخبرات التي خبرها الزوج سابقاً، أو إلى ما سمعه من تجارب الآخرين السيئة ولا سيما عند تكرار حدوثها أو كثرتها.

وقد تتفاقم هذه الحال بحيث تصبح مرضاً يسمى الشك أو الغيرة المرضية، وقد تصل أعراض هذا المرض إلى حد غير مقبول؛ وهناك أزواج يعودون إلى البيت كل يوم من العمل لتبدأ عملية استجواب الزوجة، وأحياناً تصل الأمور إلى حد الاعتداء الجسدي، بدون أن يكون لدى الزوج أي دليل على خيانة زوجته إلا افتراءات هي محض خيال؛ فتراه يفتش في ملابسها أو في حقيبتها، وإذا وجد أي رقم لتليفون أو عنوان أو أي شيء غريب تتور ثائرتة وقد يعمد إلى ضربها. والغريب أن هؤلاء الرجال الشكاكين لا يطلقون زوجاتهم، ولا يفكرون في ذلك؛ كأنما يستمتعون بهذا الشعور المرضى، وأحياناً يتم التطليق عن طريق المحكمة بعد تقرير من الطبيب النفسي حرصاً على سلامة الزوجة خاصة في حالات الشك المرضية الشديدة.

و الشك قد يكون سمة من سمات الشخصية؛ فهناك نمط من الشخصيات يسمى بالشخصية الارتيازية، وهي شخصية تتميز بالشك وعدم الثقة في الآخر أو في العالم ككل، وتزداد حدة الشك لدى هذه الشخصية عندما تتوافر الظروف لذلك؛ كأن يتزوج الرجل بامرأة جميلة أكثر ثقافة أو انفتاحاً منه، وذات شخصية انبساطية؛ فتتولد عنده الظنون، وقد لا يستطيع إخفاءها؛ وهو ما يؤدي إلى الكثير من المتاعب والمشكلات الزوجية، كما أنها تنعكس على علاقاته بالآخرين سلباً.

وهنا تؤدي شخصية الزوجة نفسها دوراً مهماً في إشعال غيرة الزوج الشديدة التي تتعدى حدود الغيرة وتصل إلى حدود الشك؛ فالمرأة ذات الشخصية الهستيرية التي تبالغ في إظهار محاسنها، وتستمتع إلى حد ما بنظرات الإعجاب التي تتلقاها من هنا وهناك، سواء أكانت سعت إلى ذلك بوعي أم بدون وعي.. تؤجج نار الغيرة والشك عند الزوج، خاصة إذا كان لديه استعداد نفسي لذلك.

إن شخصية المرأة وتصرفاتها تدفع زوجها إلى الشك فيها، ومن أمثلة هذه التصرفات أن تخرج من البيت في غير أوقات العمل بدون أن تخبره، أو أن تبالغ في التبرج ولبس ملابس غير مناسبة قد تثير الغيرة والشك في صدر زوجها. والمكالمات التلفونية السرية أو الطويلة، وعدم الاحتواء العاطفي للزوج أو تغييره فجأة، ومن العوامل أيضاً التي توفر أرضاً خصبة للغيرة والشك طبيعة عمل المرأة نفسها وعدد ساعات تواجدها خارج المنزل.

وأيضاً ترجع غيرة الزوج الشديدة إلى عدم ثقته في نفسه وإحساسه بالدونية تجاه المرأة التي ارتبط بها؛ حيث يسارع إلى الشك في أفعالها لشعوره بأنها يمكن أن تتجذب إلى من هو أكثر منه رجولة وجاذبية.

كما أن سلوكيات الزوج الشكاك تتكون لديه تبعاً لظروف تربيته والأحداث التي تمر به طوال حياته؛ فهي نابعة من التنشئة والبيئة المحيطة به في المقام الأول.

كيف يمكن علاج الشك ؟ وتهدة ثورة الزوج الشكاك ؟

في موضوع الشك ينصح بالوضوح والصراحة والتعرف على الأسباب الحقيقية للشك وعلى المرأة دور كبير في معالجة زوجها ومساعدته على التخلص من داء الشك، ومن ذلك الالتزام بأوامر الزوج ورغباته في غير معصية الله تعالى، وعليها الاستئذان قبل خروجها من المنزل؛ فهذا يعد من الحلول المثلى للتعامل مع هذه النوعية من الأزواج، وأيضا حسن المعاشرة والابتعاد التام عن كل ما يمكن أن يشعل نار الغيرة والشك لدى الزوج أو يثير الظنون في نفسه.

كما يجب على الزوجة ألا تعاند أو تعترض حين يطلب منها زوجها أن توضح له أي لبس أو شبهة تحيط بمسألة ما؛ وذلك حتى يطمئن قلبه، ويطرد الشكوك التي تعمل بفكره. والحل لهذه المشكلة الشائكة يتمثل في الآية الكريمة التي تقول: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ﴾ (الحجرات: ١٢).

ومن الوسائل والخطوات التي قد تساعد الزوجة في التخفيف من حدة هذا الشعور لدى الزوج الشكاك:

أولاً: تعريف الزوجة زوجها بخطواتها: بمعنى إذا أرادت الخروج أن تقول له: الهدف من الخروج وأين؟ ومتى؟ ومع من؟، وأن تبادر هي بفعل ذلك ولا تنتظر أن يسأل؛ فإن هذا سيخجله.

ثانياً: عدم إشعاره بمضايقته: لأنها هي التي بادرت وبيّنت هذه الأمور بعكس لو سألها هو.

ثالثاً: الوضوح: حيث لا تخفي شيئاً عنه، مما جعله يثق بها.

وعلى الأزواج الذين يواجهون مثل هذه المشكلة طلب المساعدة من الطبيب النفسي؛ لأن الشك يحطم الحياة الزوجية، ويمكن للزوجة أيضاً أن تعيد ثقة الرجل بنفسه وإحساسه برجولته من خلال التعامل الطيب، وحرصها على أداء واجبها كاملاً نحو الزوج. وليحذر المرشد الزوجة من أن تقول شيئاً لزوجها وتنفذ شيئاً آخر؛ لأن معنى ذلك خسران الثقة فيها. إن حصل أي طارئ تبادر هي وتتصل به وتخبره بما طرأ.. ولا تترك الأمر فيعرف من طريق آخر غيرها؛ فلو عرف الزوج بالأمر صدفة، فإن الشك في داخله يزداد ويكبر، ويحمل الأمر أكبر وأكثر مما يحتمل.

كما يعينها في ذلك أن تجعل زوجها يرد على هاتفها - حتى الجوال - ليطمئن، وتجعل هذا يحدث بصورة طبيعية، كأن تطلب منه - مثلاً - أن يجيب عنها لانشغالها أو لبعدها عن الهاتف، فإنه لو شعر أنها لا تهتم بأنه يرد بدلاً عنها فمعنى ذلك أنها لا تخفي شيئاً، وبالتالي تزداد الثقة ويقل الشك.

وأخيراً وليس آخيراً..

أن تستشعر الزوجة أهمية الصبر والوضوح؛ حتى لا يفهم الزوج أي أمر فهماً خاطئاً.

كما أن الجلوس مع الزوج والتحدث معه (بمعنى أن يفضي لها بما في داخله) قد يجعل الزوج يتحدث عما يكنّه في صدره، ومن ثم فإن تحدثه في الأمر وخروجه من أعماقه قد يريحهما كثيراً.

ويفضل بطريق غير مباشر أن يحصل هذا الزوج على استشارة نفسية؛ فإن من شأنه أن يعينها كثيراً على تخطي هذه المشكلة معه

وعلى كل منهما اللجوء إلى الله تعالى وتقوية الإيمان في نفسه، وتعود حسن الظن، ما لم يثبت عكس ذلك، والتفريق بين الظن والحقيقة وعندما تستنفذ كل المحاولات، وعند تأزم الحالة أو تفاقمها على الزوجة استخارة الله تعالى في استمرارية هذه العلاقة والتفكير في إنهاؤها، إن اختصار المسافة وذهاب كل من الزوجين إلى حال سبيله خير وأفضل من استمرار العيش في ظلال الشك والترقب والترصد، فالزوج الناجح هو الذي يستولي على قلب زوجته ويتربع على عرش مشاعرهما، فلا يبقى لغيره مكاناً فيه، والزوج الفاشل هو الذي بسوء تصرفه يترك مساحات وفجوات بينه وبين زوجته، فيظن أن غيره يملؤها فتسيطر عليه نزعة الشك فيفسد عليه وعلى زوجته وأسرته الحياة وينغص عليهم عيشتهم.

المراجع

- أمراض الحياة الزوجية، سامي محمود، الدار المصرية للنشر والتوزيع، القاهرة، ١٤١٣هـ.
- الحياة مع زوج شكاك، سهام عليان، مقال، موقع إسلام أون لاين.
- الزوج الناجح والزوج الفاشل، كمال خطيب، موقع إشراقه.
- خطوات مع الزوج الشكاك، عواطف العبيد، موقع لها أون لاين.

مشكلة: الزوج الشكاك

د. وداد العيسى

تعريف المشكلة:

أحيانا قد تراود الأزواج شكوك في بعض الأمور وعند التأكد منها ينتهي الشك وهذا ما يعرف بالشكوك الطبيعية... أما الشكوك المرضية فهي عبارة عن:

١- سلوكات وأفعال سلبية يمارسها الزوج ضد الآخر.

٢- أفكار سلبية وظنون سلبية ضد الطرف الآخر.

وهذه الأفعال والأفكار السلبية عند الزوج تكون ناتجة عن معتقدات سلبية يفترضها الزوج ثم يؤمن بها وليس لها دليل من الصحة أو الواقع، لذلك فقد تسمى مرضية - لأنها تزاوّل باستمرار وليس لها دليل منطقي واحد، فالزوج الذي يظن أن زوجته على علاقة بشخص ما فإنه سوف يراقبها.. وباستمرار وستكون الفكرة المسيطرة عليه كيف أراقبها؟ ويعيش حياته باستمرار في حال قلق، وسبب القلق هو الفكرة أو (الشكوك المرضية) المسيطرة عليه.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة:

ترجع الأسباب التي تدفع أحد الزوجين إلى الشكوك المرضية إلى التالي:

- ١- مرور أحدهما بخبرة سلبية في مرحلة الطفولة، كأن يكون أحد أفراد الأسرة حاول أن يخون الطرف الثاني لأن حياة كل فرد منا ما هي إلا مخزون من الأفكار سواء أكانت سلبية أم إيجابية، جمعها من كل مواقف الحياة التي يمر بها.
- ٢- أوقد يكون السبب من وسائل الإعلام، وما تقدمه وسائل الإعلام من رسائل سلبية سواء أكانت مسلسلات أم مقالات أم شكوكاً في الصحافة أثارت إحدى القضايا بين الزوجين، ولدت عند أحد الأطراف شكوكاً مرضية.
- ٣- قد يعاني أحد الطرفين من حالة (فصام) تدفعه إلى الشكوك المرضية في الطرف الآخر.
- ٤- قد يكون الزوج متعرضاً إلى خيانة فعلية ناتجة من علاقة سابقة قبل ارتباطه بالشريك، فهذا ما يدفعه إلى عدم الثقة بالآخرين، ويثير شكوكه و باستمرار من الطرف الآخر.

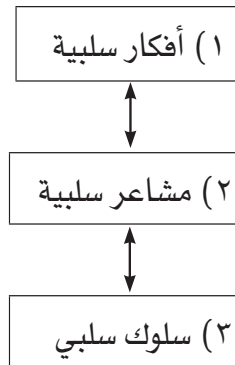
مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

إن المؤشرات والمظاهر التي تدل على وجود المشكلة في الحياة الزوجية بين الطرفين تكون واضحة من خلال سلوكيات الطرف الذي يعاني من شكوك مرضية، فإذا كانت الشكوك ما هي إلا حال من القلق عند أحد الأزواج فهذا قد يؤدي إلى ظهور مؤشرات عديدة متمثلة في:

- ١- عدم قدرة استقرار الزوج الشكاك في مكان واحد، أي نجده دائم البحث والتحري في كل ما يخص الطرف الآخر. فهو قد يلجأ إلى (التلفون النقال) باستمرار، ويحاول أن يتعرف على كل ما فيه، وقد نجده باستمرار يسعى إلى الحصول على أفضل أجهزة التسجيل وأصغرها وأسهلها ليضعها في مكان مخفي حتى يستمع إلى كل مكالمات الطرف الآخر. وقد نجده يحاول باستمرار أن يبحث في أوراق الطرف الآخر، ليصل إلى شيء ما يريجه من القلق الذي يعيشه، قد تلاحظه يحاول أن يصل إلى (البريد الإلكتروني) للطرف الآخر ليتعرف على كل الرسائل المرسلة والصادرة، فهو يعيش في حال دائمة من عدم الاستقرار لأنه يعيش في حال قلق.
- ٢- ومن المؤشرات والمظاهر التي تدل على وجود المشكلة في الحياة الزوجية عدم الثقة في الطرف الآخر والظنون السلبية باستمرار بما يقوله أو يفعله الطرف الآخر. فإذا كان الزوج مثلاً خارج المنزل ورجع إليه تجد الزوجة تبحث عن أي مؤشر في ملابسه أو تحاول أن تشم أي عطر منه غريب - وحتى إذا (دخل الحمام) فإنها تبحث في تلفونه أو أوراقه الخاصة باستمرار لفقدان الثقة.
- ٣- العصبية الزائدة من الزوج الشكاك لأن العصبية الزائدة ما هي إلا سلوك سلبي ناتج عن أفكار سلبية في (أنا إنسان غير مهم) (أنا غير محبوب لذلك فإن هناك شخص ما آخر غيري). والحالات التي تأتي إلينا في مراكز الاستشارة عند السماع

إلى المشكلة نجدها دائماً تردد أفكاراً سلبية غير منطقية وغير واقعية وليس لها دليل من الصحة فقد تظن (أنا إنسانة غير مرغوب فيني) هذه الأفكار السلبية تفقد ثقتها بذاتها وهذا يمنعها من قبول ذاتها، فيزيد عندها مثل هذه الأفكار السلبية مما يدفعها إلى الشكوك المرضية في الطرف الآخر، وهذا ما يزيد من عصبية الزوج أو الزوجة.

٤- ومن مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية الشعور بالوحدة والاكتئاب، وهذا الشعور بالوحدة والاكتئاب ناتج من أفكار سلبية وظنون سلبية لأن أصحاب (مدرسة الاتجاه العلاجي المعرفي) يرون أن كل مشاعر الإنسان ما هي إلا وليدة الأفكار السلبية وهذا النموذج المعرفي كما هو موضح:



- فالزوج أو الزوجة التي تراودها أفكار سلبية مثل:-
- أنا إنسان غير مهم أو غير مرغوب فيَّ.
 - من المؤكد أن يكون هناك شخص آخر في حياته (أو حياتها).
- إن مثل هذه الأفكار السلبية سوف تولد عند الإنسان مشاعر سلبية متمثلة في الحزن والاكتئاب.
- فقد تظهر علامات الحزن والوحدة على الزوج أو الزوجة الشكاكة بسبب أفكارها السلبية.
- وقد يرفض الخروج مع الزوجة، ويرفض الحديث معها وقد نلاحظ عند الطرفين أعراض اكتئابية متمثلة في:
- البكاء.
 - الاضطراب في النوم (زيادة في النوم / أو عدم القدرة على النوم).
 - اضطراب في التغذية (زيادة في الأكل / أو فقدان الشهية).
 - فقدان الرغبة الجنسية.
 - الشعور بعدم الأهمية.
 - وأحياناً ظهور أفكار انتحارية (ياليتني أموت وارتاح من هذه الحياة).
 - الشعور بالوحدة والملل.

- سمعت إحدى الحالات التي جاءت إلى مركز الاستشارة تطلب علاجاً لمشكلتها قولها:
- (أنا كثيرة الشكوك في زوجي، لا أستطيع الجلوس في المنزل، إذا خرج أحاول أحياناً اتبعه بالسيارة، أو أحاول باستمرار اقرأ في كل الأوراق الموجودة في محفظته أثناء رجوعه إلى المنزل وفي نومه، ذهبت إلى أماكن الأجهزة الكهربائية لاشترى أفضل أنواع أجهزة التسجيل وأصغرها، واشترت جهاز تسجيل صغير جداً يشبه القلم وبعد رجوعه إلى المنزل وكل يوم من عمله وأثناء نومه أضع جهاز التسجيل الذي يعمل أوتوماتيكياً ويقوم بالتسجيل فقط إذا وجد الصوت، أحاول باستمرار أن أصل إلى بريده الإلكتروني لأعرف الرسائل التي تصل إليه ومصدرها).
وبعد كل هذا تقول:-

- ماذا أفعل أنا في حيرة - وودي أصل إلى أعماق زوجي.. كيف ؟ إن هذه الزوجة قد ظهرت عليها مؤشرات وجود المشكلة واضحة والمتملة في شكوكها المرضية من الطرف الآخر والتي دفعتها باستمرار عن البحث والتحري لتجد شيئاً ما يقلل من قلقها يثبت شكوكها المرضية.

٥- إن كل هذه الشكوك المرضية من أحد الطرفين قد تؤدي إلى حدوث فجوة زواجية وملل زواجي يظهر بوضوح في العلاقة الزوجية. ومن خلال فقدان الحوار بين الطرفين، والتزام الصمت باستمرار مما يؤدي إلى قتل مشاعر الحب والود والألفة بين الطرفين

والتي ترجع إلى وجود شكوك مرضية من أحد الزوجين فيسود العلاقة جفاف عاطفي.. وفجوة كبيرة بين الطرفين.. وقد تؤدي في بعض الحالات إلى الطلاق: إما الطلاق العاطفي بين الطرفين، أو الطلاق الرسمي (التفريق بينهما).

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها على الزوج أو الزوجة إذا استمرت المشكلة:

إن العلاقة الزوجية حتى يسودها نوع من الاستقرار فهي العلاقة التي يتمتع أفرادها بالصحة النفسية - ومن مؤشرات الصحة النفسية للأزواج القدرة على فهم الذات وقبولها والتكيف مع المشكلات الزوجية والأسرية. ولكن الأسرة التي يظهر على أحد أطرافها اعتلال في الصحة النفسية، فإن هذا بالطبع سوف يؤدي إلى توتر العلاقة والحياة الزوجية. إن الآثار السلبية التي تترتب على علاقة زوجية يسودها شكوك مرضية عديدة نجدها في:

- ١- فقدان الأمن والاستقرار الزوجي: إن الله سبحانه وتعالى سنَّ سُنَّةً كونية وهي (وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّنْ بُيُوتِكُمْ سَكَنًا) إن كلمة (سكناً) تعني إشباع كل الحاجات النفسية التي يحتاجها الزوجان، فالعلاقة الزوجية التي يسودها الشكوك المرضية من طرف ما كيف لهذا الطرف أن يشبع الحاجات النفسية الضرورية للطرف الآخر ولباقي أعضاء الأسرة؟ إن انشغال الزوج أو الزوجة في (شكوكه المرضية)

يجعله يعاني من حال اكتئاب وهذا بحد ذاته أحد الآثار السلبية التي تمنع الزوج أو الزوجة من إشباع هذه الحاجات النفسية للطرف الآخر.

٢- فقدان الثقة في الطرف الآخر... وقد يؤدي ذلك إلى تحطيم العلاقة الزوجية.. لأننا في بناء أي علاقة نحتاج إلى أساسات قوية، أما في العلاقة الزوجية فإن الأساس والقاعدة القوية التي يقف عليها زواج قوي لا يهزه أي مؤثرات خارجية إنما هي الثقة بالذات.. الثقة بالذات التي تعد المضاد أو المناعة ضد الاضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية. والأزواج الذين يفقدون قبولهم لذواتهم.. ويكون تقديرهم لذواتهم متدنٍ أي التقييم السلبي للذات، فإن ذلك يمنعه من تقبل الطرف الآخر، ومن ثم فقدان الثقة في الطرف الآخر، فما يترتب على ذلك هو تحطيم بناء أساسه ضعيف، أي تحطيم علاقة زوجية بنيت على قاعدة ضعيفة أي ضعف الثقة بالذات بين الطرفين...

٣- أن الزوج أو الزوجة التي تعاني من (شكوك مرضية) ما هي إلا خلاصة تفكير سلبي، وكما يرى أصحاب المدرسة المعرفية فإن: الأفكار السلبية تؤدي إلى السلوك السلبي، أي أن السلوك السلبي ما هو إلا وليد لأفكار سلبية، فإن الشكوك المرضية كأفكار سلبية سوف تؤدي إلى سلوك سلبي يتمثل في العصبية الزائدة باستمرار في الأسرة، هذا السلوك السلبي ناتج من القلق، وكيف يعيش أعضاء الأسرة في بيئة يسودها العنف والعصبية.

٤- وقد يظهر أثر ذلك على الأبناء من خلال السلوكيات المنحرفة أو الاضطرابات النفسية لأن كل الدراسات النفسية أثبتت أن سلوكيات الأبناء ما هي إلا تقليد لسلوك الآباء، فالانحرافات والاضطرابات السلوكية سببها وجود الأبناء في بيئة غير صحية نفسياً ولا يسودها التوافق الزوجي. وأثبتت الدراسات النفسية أن الآباء العصبيين سيكون أبنائهم قلقين باستمرار لعدم وجودهم في بيئة آمنة.

٥- تبدل المشاعر الإيجابية للطرف الآخر خاصة وأن الزوج الذي يعاني من الشكوك المرضية، فإنه لا يمكن أن يعبر عن مشاعره الإيجابية للطرف الآخر، ومن أين تأتي المشاعر الإيجابية لزوج تنطفي عليه الأفكار السلبية ؟؟
إن تبدل المشاعر كفيل بدوره أن يقضي على العلاقة الزوجية ويوصلها إلى طرق مسدودة لا يعلم مداها إلا الله عز وجل.

لأنه مع تواجد الأفكار السلبية باستمرار والشكوك وانشغال الزوج أو الزوجة بكيفية مراقبة الطرف الآخر كل هذه الأفكار السلبية كيف لها أن تولد مشاعر إيجابية.
إن هذه الشكوك كفيلة أن تقتل الحوار الإيجابي، وعواطف الحب والود بين الزوجين مما يوصل العلاقة إلى طرق مسدودة.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

هدفنا كمرشدين أن نحاول ونسعى بكل الطرق الإرشادية والمهارات العلاجية

مساعدة الزوجين للوصول إلى بر الأمان ليسعد الأزواج بالعيش في جو أسري نفسي مستقر، ولكن كيف نعمل على مساعدة الأزواج؟، وما المهارات التي نستخدمها إذا كان أحد الأزواج يعاني من الشكوك المرضية؟.

(١) جمع معلومات كافية عن الحالة متمثلة في:-

- متى تم الزواج (عدد السنوات).
- هل هو زواج حب أم تقليدي أو زواج أقارب.
- الظروف التي كان يعيشها الزوج الذي يعاني من (الشكوك المرضية) قبل الزواج.
- متى ظهرت (الشكوك المرضية لديه).
- هل كانت هناك حادثة أو موقف سلبي ظهر من الطرف الآخر أم هي مجرد أفكار سلبية.
- لأننا لا نستطيع أن نصفها (بشكوك مرضية) إذا كان الطرف الثاني يمارس سلوكيات سلبية منحرفة ومحرمة..

ولكننا نريد أن نتأكد كمرشدين أنها حالة شكوكاً مرضية. أي لا دليل على صحة شكوكه، فإذا تأكدنا أنه لا صحة لشكوكه فهي هنا تعد (شكوكاً مرضية) نبدأ بعلاجها.. فكل ما يقوم به المرشد في الجلسة الأولى الاستماع إلى الحالة بكل عواطفه وأحاسيسه ويحاول أن يتعاطف معها - ويشعره بجو من الأمان والثقة حتى يتمكن الزوج الشكوك من أن يثق في هذا المعالج ويبوح له بكل ما في داخله.

٢) يجمع المرشد المعلومات ويتعرف على كل الأعراض الموجودة عند الحالة ما هي:

- الشعور بالخمول.
- لوم الذات.
- البكاء.
- فقدان الرغبة الجنسية.
- صعوبة النوم.
- الشعور بالوحدة.
- الشعور بعدم الأهمية.

٣) إذا تأكد من وجود هذه الأعراض فهذا يدل على أن الحالة تعاني من اكتئاب ناتج من الشكوك المرضية، فيبدأ المعالج أو المرشد بالتعامل مع مشكلة الاكتئاب

كيف ؟؟

- يرى أصحاب مدرسة النظرية المعرفية (Cognitive Therapy) أن حياة الإنسان مخزون كبير من الأفكار السلبية يأخذها باستمرار من كل مواقف الحياة التي يمر بها، وهذه الأفكار هي التي تولد مشاعر الإنسان، ومشاعره تولد كل سلوكياته.
- إن سلوك (الشكوك المرضي) ومحاولة متابعة الطرف الثاني والتنصت عليه والتفتيش في كل أوراقه ما هي إلا سلوكيات سلبية ناتجة عن مشاعر سلبية ألا وهي

(القلق والاكتئاب) وهذه المشاعر ما هي إلا خلاصة ووليدة الأفكار سلبية مثل:

- أنا إنسان غير مهم.
- الطرف الثاني في حياته شخص آخر.
- أنا شخص غير محبوب.

لذلك فإن دور المرشد بعد أن يستمع إلى الحالة ويتعرف على كل الحقائق والمعلومات هو أن يقوم بمساعدة الحالة في: شرح النموذج المعرفي بدقة للحالة وبالرسم ليبين له أن سلوكه وتصرفاته ليس سببها الطرف الآخر وإنما هي ناتجة من طريقة التفكير السلبي، فيوضح له أن أفكاره السلبية تؤدي إلى مشاعر سلبية ومن ثم سلوك سلبي، وكلما اجتهد المرشد وبين للحالة أن السبب في المشكلة هي أفكاره فإنه سوف ينجح في مساعدة الحالة للتخلص من هذا السلوك السلبي.

- ثم يقوم المرشد بجمع الأفكار السلبية الموجودة عنده وحصرها فيطلب منه ويعطيه واجب يأتي به في الجلسة القادمة وهذا الواجب متمثل في:-

أرجو كتابة الأفكار السلبية التي تراودك عن نفسك وذلك في جدول الأفكار المعرفية

يقدم المرشد نموذج منه للحالة كما هو موضح كالتالي:-

جدول الأفكار المعرفية

الأفكار السلبية	الدليل	الأفكار الايجابية
- أنا إنسان غير مهم		
- الطرف الثاني لا يحبني ولا يرغب فيني		

ويحاول المرشد أن يكتب له نموذج من أفكاره السلبية.

ويؤكد المرشد على الحالة بأن يحصر الأفكار السلبية لا الأفعال السلبية أو السلوكيات فلا يكتب (أنا ما أنام طول الليل) لأن هذه عبارة عن سلوكيات.

٤) في الجلسة القادمة يحاول المرشد أن يتتبع مع الحالة كل فكرة سلبية ويطلب منه إعطاء الدليل لكل فكرة وكتابته في الخانة الثانية خانة (الدليل) فإذا كانت فكرة الزوج (أنا إنسان غير مهم) يطلب منه المرشد أن يقدم له الدليل فلا يوجد أي دليل لذلك فلو كان لها دليل لما سميت فكرة سلبية لذلك فقد يساعد المرشد الحالة على التخلص من هذه الفكرة السلبية ثم يقوم بتبديل الفكرة السلبية إلى إيجابية ويكتبها في الخانة الثالثة خانة (الأفكار الإيجابية) فإن كان (الزوج الشكوك) يردد (أنا إنسان غير مهم) فلا دليل على هذه الفكرة وعلى المرشد أن يساعده بتحويلها إلى فكرة إيجابية (أنا استأهل الحب من الآخرين) وإذا كانت فكرته (الطرف الثاني لا يرغب فيني) فإن دور المرشد مساعدته في تبديلها إلى فكرة إيجابية (الطرف

الثاني يحبني والدليل أنه ينام وينفق على المنزل) وهكذا إذا ساعد المرشد الحالة بالتخلص من الأفكار السلبية فإنه سوف يساعدها في التخلص من المشاعر السلبية وهي (القلق والاكتئاب) وإذا ساعده في التخلص من المشاعر السلبية فإنه سوف يساعده على التخلص من السلوكات السلبية وهي الشكوك المرضية.

(٥) يحاول المرشد أن يعلم الحالة مهارات الثقة بالذات وذلك عن طريق:

- قبول ذاته (أي يساعده في تصحيح المفاهيم السلبية عن نفسه ويجعله يقبل نفسه كما خلقها الله عز وجل ولا ينتقد نفسه..).
- حب ذاته (أنا زوج أو زوجة أحب ذاتي وأحميها من كل مشاعر سلبية أو أفكار سلبية).
- يساعده في تقييم الذات والنظرة إلى الذات نظرة إيجابية فهذا ما يزيد من ثقته في نفسه).

(٦) من المهارات السلوكية التي يعلمها المرشد للحالة هي الرياضة في فناء واسع لمدة نصف ساعة ٣ مرات أسبوعياً.

إن كل هذه الأمور التي يقوم بها المرشد مع الحالة سوف تساعده على التخلص من الأفكار السلبية والتي هي مولدة المشاعر السلبية ثم تقوده إلى ممارسة سلوكيات سلبية قد تدمر العلاقة الزوجية. فالمرشد من الصعب أن يتعامل مع السلوكات ويسعى إلى

إصلاحها والمتمثلة في التجسس المستمر على الطرف الآخر ومتابعته بكل الطرق... ولكن من السهل أن يتعامل مع الأفكار ويسعى إلى تصحيحها كي تتغير السلوكات السلبية إلى سلوكات إيجابية.

(٧) وقد يلاحظ المرشد هناك أعراضاً أخرى وهي أعراض القلق..

عليه أن يتعامل معها بالطريقة نفسها وذلك بطرد الأفكار السلبية من خلال استخدام النموذج المعرفي (كما اشرنا إليه). لأن حالات الشكوك تلجأ إلى البحث باستمرار لزيادة القلق عندها، فإن البحث باعتقادها سوف يهدئها ويطفئ من قلقها.. لذلك فإن دور المرشد هو مساعدتها على تحويل الأفكار السلبية المسببة للقلق والبحث والشك والوهم إلى أفكار إيجابية عن الذات وعن الطرف الآخر..

المشكلة التاسعة

عدم القيام بالواجبات الدينية (الصلاة)

شارك بكتابتها كل من:

١) د. محمد بن عبدالله الدويش

٢) د. سليمان بن عبدالرزاق الغديان

عدم القيام بالواجبات الدينية وبخاصة الصلاة

د. محمد الدويش

تعريف المشكلة:

تتمثل هذه المشكلة في تقصير الزوج في الطاعة، أو فعله للمعصية سواء أكان ذلك في المنزل أم خارج المنزل.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية

لهذه المشكلة مظاهر عدة، منها:

- ترك الزوج للصلاة بالكلية وعدم أدائها لا في المنزل ولا خارج المنزل.
- ترك الصلاة مع الجماعة؛ فيصلّي في المنزل بصفة دائمة، أو يعتمد تفويت بعض الصلوات مع الجماعة.
- تعاطي بعض المحرمات كالتدخين أو المسكرات.
- إقامة علاقات غير شرعية مع النساء من خلال الاتصالات الهاتفية، وقد يتطور ذلك للقاء والخلوة.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور المشكلة:

من أسباب وقوع الزوج في هذه المشكلات ما يلي:

- ضعف تدين الزوج وقلة إيمانه؛ فالإيمان هو الذي يدفع الشخص للالتزام بالفرائض والبعد عن المحرمات.
- الصحبة السيئة، وهي من أكبر ما يؤثر على الشخص، فكم من الأزواج كان صالحاً مستقيماً مطيعاً، ثم بعد تعرفه بصحبة سيئة تغيرت أحواله، ومن مصادر التعرف على الصحبة السيئة ما يلي:
 - ارتباطه بعمل جديد تعرف عليه من خلاله.
 - تغيير المسكن.
 - انتقاله إلى مدينة أخرى.
 - نشوء علاقات جديدة مرتبطة بأقارب الزوجة.
- الفراغ، فحين يتسع وقت الفراغ لدى الزوج يقوده ذلك للجوء إلى البحث عن صحبة يقضي معها الوقت، أو السفر للخارج، أو اللجوء لأنشطة غير منضبطة، أو ارتياد أماكن غير ملائمة كالمقاهي والاستراحات.
- تغير بعض ظروف حياته، كإنهاؤه للدراسة الجامعية وانتقاله للعمل، أو التحاقه بخدمة عسكرية أو تركه لها...إلخ. والتغير بحد ذاته ليس سبباً للانحراف، لكنه يقود الشخص إلى حياة جديدة قد لا يتأقلم معها، أو قد يتأقلم معها بطريقة تقوده للمشكلات.

- التوسع في الدنيا؛ فبعض الأزواج يسعى لإصلاح أوضاعه المالية والدينية، مما يقوده لممارسة أنشطة تجارية، أو أعمال إضافية لتحسين دخله، وقد يترتب على هذه الأعمال نشوء بيئة وعلاقات جديدة، وقد يترتب عليها التساهل في بعض المحرمات، والتساهل في أبواب كسب المال والمال الحرام له أثره على الشخص.
- ارتباط الزوج بأنشطة أو مشروعات ذات علاقة بالنساء.
- كثرة ارتياد الأسواق التي ينتشر فيها التساهل في الحجاب.
- اقتناء البث الفضائي السيئ، وفي حالات كثيرة يكون الباعث لذلك متابعة الأخبار أو البرامج الفكرية، لكن كثيراً ما يتوسع الزوج في متابعة ما لا يليق فيؤثر ذلك على استقامته.
- متابعة مواقع الإنترنت؛ وبالأخص المواقع الإباحية والصور السيئة، أو المحادثة والردشة.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

- لهذه المشكلة آثار سلبية على الزوجين، وعلى علاقتهما الزوجية، ومن ذلك:
 - تأثر الزوجة سلباً بحياة زوجها؛ فالزوجة بشر مهما بلغت في التدين والطاعة يمكن أن تتأثر بتقصير زوجها وتفريطه، ومن أهم العوامل التي تقود إلى ذلك التأثير إن كثيراً من الأزواج المقصرين في الطاعة تظهر آثار تقصيرهم في المنزل من خلال

اقتناء المحرمات، أو فعله لها في المنزل.

- تأثر الأولاد سلباً، ومن مجالات التأثير

- أن الزوج المقصر في الطاعة لا يتجرأ على متابعة أولاده وتوجيههم.

- القدوة السيئة التي يرونها من والدهم.

- تأثرهم ببيئة المنزل وما فيها من مخالفات ومنكرات.

- تأثر العلاقة سلباً بين الزوجين نتيجة الخلاف والجدل غير المثمر.

توجيهات عامة للمرشد في كيفية التعامل معها:

مما ينبغي للمرشد مراعاته في هذه المشكلة ما يلي:

أولاً:

أن يستوعب المرشد الأحكام الشرعية المتصلة بذلك كحكم تارك الصلاة بالكلية، والفرق بينه وبين من يصلي أحياناً ويتركها أحياناً... إلخ.

ثانياً:

ترتبط الاستشارة في هذه المشكلات كثيراً بالفتوى، ويختلط الحديث عن الحكم الشرعي بالحديث عما له صلة بحل المشكلة، ومن المهم أن يراعي المرشد ذلك، ومن صور هذه المراعاة ما يلي:

- أن يتجنب المرشد الدخول في الفتيا، وتُرد هذه الصورة كثيراً حين يُقترح على المسترشد حلاً ما وهذا الحل يرتبط بالحكم الشرعي.
- أن يحذر من أن يقوده التعاطف مع المسترشد إلى التسهيل في الأحكام الشرعية، أو إلى التشديد في أمر فيه سعة.
- إفهام المسترشد بأن هناك فرق بين الإرشاد والفتوى، وبأن ما يرتبط به حكم شرعي فعليه أن يحصل عليه من مصادره المعروفة الموثوقة.

ثالثاً:

ينبغي أن يؤكد المرشد على الزوجة ألا تتقف موقف المعلم والموجه لزوجها، وألا تفترض في زوجها أن يتحول إلى تلميذ يتعلم منها؛ فجنس الزوج، وموقعه ودوره في الحياة الزوجية، بالإضافة إلى ضعف دينه كل ذلك يقود كثيراً من الأزواج إلى الامتناع عن الاستماع لزوجاتهم.

وهذا بالطبع لا يمنع الزوجة من محاولة التأثير على زوجها، لكن أسلوب الخطاب وطبيعته من المهم أن يراعى فيها هذا الاعتبار.

رابعاً:

من أهم ما يؤثر على الرجل الصلبة سواء أكانت صالحة أم سيئة، وكما أن كثيراً من عوامل التأثير السلبي على الأزواج كان مصدرها الرفقة السيئة، فمفاتيح التأثير الإيجابي

كثيرا ما تكون من خلال الصحبة الصالحة. وبناء عليه فعلى المرشد أن يسعى لتوجيه الزوجة إلى السعي لتهيئة الصحبة الصالحة لزوجها. وتهيئة الصحبة لا يتم من خلال قرار، ولا يتم من خلال نصيحة الزوج أن يصحب فلاناً أو فلاناً، وإنما هناك وسائل غير مباشرة تعين على ذلك، ومنها:

- الاتصال ببعض الصالحين والترتيب معهم على أن يتواصلوا معه بطريقتهم الخاصة، كان هناك شاب صالح ومستقيم، وكان له صحبة لبعض الصالحين الذين عليهم مآخذ وملحوظات لكنهم على خير، اجتهدت إحدى قريباته في نهيهِ وتفسيره منهم -بنية حسنة- تركهم لكن لا شيء، فبدأ يتدرج في الانحراف حتى أدمن السفر للخارج وتغيرت أحواله، شعرت قريبتة بخطئها سعت جاهدة، اتصلت بأحد الأخيار، وسعى مع بعض الصالحين فتواصلوا معه حتى عاد بحمد الله إلى ما كان عليه.

- التنسيق مع زوجات بعض الصالحين لزيارتها لهم، ويتم من خلال ذلك تعرف زوجها على أزواجهن، أو إقامة مناسبة مشتركة تكون مدخلاً لبناء العلاقة معهم.

خامساً:

توجيه الزوجة إلى الاهتمام بزوجها والاعتناء به في كل ما يريد الزوج من زوجته، وهذا

مما يترك أثراً بالغاً على الأزواج، ومما يلحظ على كثير من الزوجات أنها حين تلحظ على زوجها تقصيراً في دينه تكون جافية معه، وتُقصّر في حقوقه مما يزيد العلاقة توتراً.

سادساً:

توجيه الزوجة إلى الدعاء لزوجها، وتكرار ذلك وعدم استبطاء الإجابة أو اليأس من ذلك؛ فإن دعوة الأخ لأخيه بظهر الغيب مجابة، وحتى لو لم يتحقق لها بالدعاء صلاح زوجها فإن هذا قد يكون سبباً في تكفير سيئاته وتيسير أموره، كما أن الدعاء عبادة عظيمة يؤجر الإنسان عليها ولو لم تتحقق له الإجابة.

سابعاً:

من الجوانب التي يمكن أن تترك أثرها في الزوج، وتمثل مدخلاً مهماً للتأثير عليه إبراز جوانب التميز في شخصيته، وتروي كتب السير أن النبي صلى الله عليه وسلم قال لبعض من يدعوهم للإسلام: «يا بني عبد الله إن الله قد حسن اسمكم واسم أبيكم».

ثامناً:

القدوة الحسنة لها أثرها البالغ، ومن هنا فتوجه الزوجة إلى أن تكون قدوة حسنة في التزامها بالطاعة، فإن الزوج إذا رآها تحافظ على صلاتها، بل تصلي من الليل، وتصوم النوافل - بعد استئذانه - وتقرأ القرآن فإن هذا يترك عليه أثراً بالغاً، وكثير من الأزواج تغيرت حالهم واستقاموا تأثراً بما رأوه من زوجاتهم.

تاسعاً:

- الوسائل غير المباشرة مهمة ولها أثرها، ومن الأساليب المتعلقة بذلك، ما يلي:
- اقتناء القنوات الإسلامية، سواء ما يتطلب أطباقاً خاصة، أو ما يبث من خلال أجهزة استقبال موجودة في المنزل.
 - أن تطلب منه إيصالها للمحاضرات العامة، فربما دعاه ذلك لحضور هذه المحاضرة.
 - أن تطلب منه إيصالها في بعض الأيام لصلاة التراويح لدى الأئمة الذين يجيدون القراءة فقد يحضر الصلاة أو جزءاً منها ويتأثر بما يراه ويشاهده.
 - إحضار كتيبات ومطويات وأشرطة مسموعة أو مرئية في المنزل وتقرأها الزوجة في الأماكن التي يقضي فيها الزوج أكثر وقته كغرفة النوم أو الصالة.
 - حفظ مواقع إنترنت إسلامية مؤثرة في المفضلة.
 - تنزيل صفحات ولقطات من الإنترنت في الجهاز المشترك بينهما.

عدم القيام بالواجبات الدينية

د. سليمان الغديان

التعريف بالمشكلة:

هي عدم قيام الشخص بالأوامر الشرعية مثل عدم أداء الصلاة وعدم صيام شهر رمضان وغيرها من أمور العبادات. أحد المسترشدات تقول إن زوجها لديه سلوكيات منحرفة ويكثر السهر مع رفاق السوء ويأتي إلى البيت قرب الفجر وينام حتى بداية الدوام ثم يذهب إلى دوامه وعندما يعود يتغدى ثم ينام إلى ما بعد المغرب. وإذا شاهدها تصلي غضب عليها ويحاول أن يؤذيها ويمنعها من أداء الصلاة. فالرجل لا يصلي أبداً وفي حالات نادرة يصلي الجمعة.

مظاهر وجود المشكلة:

تكمن مظاهر هذه المشكلة في الأمور التالية:

- ١- عدم أداء الصلاة بالكلية
- ٢- أداء الصلاة بشكل متقطع (من حين لآخر).
- ٣- أداء الصلاة بالبيت.
- ٤- منع الأبناء من أداء الصلاة.

- ٥- التضيق أو منع الزوجة من أداء الصلاة والصيام.
- ٦- عدم الصيام بالكلية.
- ٧- عدم الانتظام بالصيام (صيام بعض الأيام وإفطار البعض الآخر).
- ٨- عدم دفع زكاة المال.
- ٩- عدم أداء فريضة الحج.

العوامل والأسباب المؤدية إلى ظهور المشكلة:

هناك عدد من العوامل التي تؤدي إلى إهمال وترك الواجبات الدينية ومنها:

- ١- تعاطي المخدرات-شرب المسكرات.
- ٢- الانحرافات الجنسية مثل- الزنا - واللواط- والسحاق.
- ٣- ارتكاب السرقات وممارسة الغش والتزوير والتدليس.
- ٤- البيئة الأسرية المضطربة والمفككة.
- ٥- البيئة الأسرية المنحلة.
- ٦- الاعتقادات الدينية الخاطئة التي تجعل البعض يتهاون في الالتزام في الواجبات الدينية.
- ٧- قد يكون الترف (الغنى الزائد) سبباً في ضعف الالتزام بالأمور الشرعية.
- ٨- قد يكون الفقر كذلك سبباً في ضعف الالتزام بالأمور الشرعية.

- ٩- إهمال الواجبات الشرعية بسبب الجهل الذي لا ينكردوره.
- ١٠- الحرص المبالغ فيه على جمع المال (الدنيا) تجعل الإنسان يتهاون في ممارسة الواجبات الدينية أو تركها بالكلية.
- ١١- التنشئة الأسرية الخاطئة لها دور كبير في عدم قيام الأبناء بممارسة الواجبات الدينية.
- ١٢- رفاق السوء لهم تأثير كبير في عدم قيام الشخص في أداء الواجبات الدينية.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

- هناك العديد من الآثار الناتجة عن عدم القيام بالواجبات الدينية ومنها:
- ١- عدم التوفيق.
 - ٢- الإصابة بالاضطرابات النفسية.
 - ٣- عدم الشعور بالسعادة في الحياة يقول المولى جل وعلا (وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا).
 - ٤- عدم القدرة على تحمل ضغوط الحياة ومصاعبها.
 - ٥- النظرة التشاؤمية للحياة.
 - ٦- زيادة المشكلات الأسرية.
 - ٧- ظهور السلوكات المنحرفة.

٨- العزلة عن المجتمع (الفشل في التفاعل الاجتماعي أي الفشل في إقامة إيجابية مع الآخرين).

٩- عدم التقبل من الآخرين وخصوصاً من الأقارب.

١٠- الفشل في الحياة العملية.

١١- الإهمال في تربية الأبناء من الناحية الدينية لأن فاقد الشيء لا يعطيه.

توجيهات عامة للمرشد في كيفية التعامل مع المشكلة:

١- إدراك المشكلة إدراكاً صحيحاً من ناحية نوع المشكلة، هل هو ترك الصلاة بالكلية؟

- التهاون بها يصلي أحياناً ويتركها أحياناً أخرى - أداؤها في البيت - منع الأولاد والزوجة من أدائها.

٢- عدم التسرع في إعطاء حكم بالانفصال في حال كون الرجل لا يصلي بالكلية، وترك هذا الأمر للقاضي أي إحالة السائلة إلى القاضي.

٣- معرفة هل لدى الرجل سلوكيات سلبية أخرى غير الصلاة، مثل تعاطي المخدرات - شرب المسكرات - انحرافات جنسية وغيرها.

٤- بعد معرفة السلوكيات السلبية التي لدى الرجل يتم التركيز عليها في الخطة العلاجية. لان علاج هذه السلبيات سوف يؤدي تبعاً إلى تحسن في أداء العبادات.

- ٥- مساعدة الزوجة في التعرف على النقاط الإيجابية لدى الزوج، بحيث يمكن استخدامها في التأثير عليه في سلوكه نحو العبادة.
- ٦- مساعدة الزوجة في التعرف على الأشخاص المقربين إليه، بحيث يمكن استخدامهم في تعديل سلوكه.

انتهى القسم الأول ويليه القسم الثاني ويبدأ بالمشكلة العاشرة وهي:
عناد الزوجة وعصبيتها

فهرس الجزء الأول

الصفحة	الموضوع
٥	مقدمة
١١	في البدء كلمات
١٧	المشكلة الأولى: العصبية والعنف من قبل الأزواج
٦١	المشكلة الثانية: غياب الزوج عن البيت والسهر خارج المنزل
٧٩	المشكلة الثالثة: الفيرة المفرطة من قبل الزوجات
١١٧	المشكلة الرابعة: البخل وعدم النفقة على الأسرة
١٣١	المشكلة الخامسة: خيانة الزوج الجنسية
١٩٣	المشكلة السادسة: البرود العاطفي لدى الزوج
٢٣١	المشكلة السابعة: تعاطي المسكرات أو المخدرات
٢٦١	المشكلة الثامنة: الزوج الشكاك (الشك المرضي)
٢٨٩	المشكلة التاسعة: عدم القيام بالواجبات الدينية (الصلاة)
٣٠٤	الفهرس

3

الدليل الثالث
الجزء الثاني

إعداد:
نخبة من المختصين والمختصات

الإشراف العام:
الدكتور / عبد الله بن ناصر السدحان
المستشار الاجتماعي
1429 هـ - 2008 م

دليل الارشاد الأسري

أبرز المشكلات الأسرية
وكيف يتعامل معها المرشد



دليل الإرشاد الأسري ٣

(أبرز المشكلات وكيفية التعامل معها)

القسم الثاني

شارك في الإعداد*

الدكتور/ إبراهيم بن حمد النقيثان	الدكتورة/ عائشة بنت سفر الشهراني	الدكتور/ محمد بن عبد الله الدويش
الدكتورة/ أسماء بنت عبد العزيز الحسين	الدكتور/ عبد الرحمن بن محمد الصالح	الدكتورة/ منيرة بنت عبد الله القاسم
الدكتورة/ الجوهرة بنت إبراهيم بوشيت	الدكتور/ عبد العزيز بن عبد الله المقبل	الأستاذة/ مها بنت عبد الله العومي
الدكتور/ حمود بن فهد القشعان	الأستاذ الدكتور/ علي بن عبد الله البكر	الأستاذة/ نورة بنت محمد الصفيري
الدكتورة/ سلطنة بنت محمد معاد	الدكتور/ عمر بن إبراهيم المديفر	الدكتورة/ هدى بنت عبد الرحمن السبيعي
الدكتور/ سليمان بن عبد الرزاق الغديان		الدكتورة / وداد العيسى

المراجعة العامة

الأستاذ الدكتور/ محمد بن مسفر القرني

الأستاذ الدكتور/ صالح بن محمد الصغير

رئيس قسم الخدمة الاجتماعية

أستاذ علم الاجتماع بجامعة الملك سعود

بجامعة أم القرى - مكة المكرمة

والمستشار بوحدة الإرشاد الاجتماعي

الإشراف العلمي والتحرير

الدكتور/ عبد الله بن ناصر السدحان

المستشار الاجتماعي

* تم ترتيب الأسماء أبجدياً

جميع الآراء والأفكار الواردة في هذا الدليل تُعبر عن وجهة نظر كاتبها

٣

عبدالله بن ناصر السدحان، ١٤٢٨هـ
فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر
السدحان، عبدالله بن ناصر
دليل الإرشاد الأسري: أبرز المشاكل الأسرية وكيفية التعامل معها
عبدالله بن ناصر السدحان: الرياض ١٤٢٨هـ
ص ٢١ - ٣٠٠ × ٢١ سم
ردمك ١ - ٨٣٢ - ٥٧ - ٩٩٦
١ - الإرشاد الاجتماعي
أ - العنوان
ديوي ٨٢، ٣٦٢

١٤٢٨/٣١٩٥

رقم الإيداع : ١٤٢٨/٣١٩٥

ردمك ١ - ٨٣٢ - ٥٧ - ٩٩٦

الطبعة الأولى

١٤٢٩هـ - ٢٠٠٨م

حقوق الطبع محفوظة لمشروع ابن باز
الخيرى لمساعدة الشباب على الزواج
ومؤسسة سليمان بن عبدالعزيز الراجحي الخيرية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مقدمة

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله.. وبعد
هذا هو القسم الثاني من الجزء الثالث من أدلة الإرشاد الأسري، ويتضمن عرضاً
لتسع من المشكلات الأسرية التي قد يقابلها المرشد الأسري في أثناء عمله في الإرشاد،
والمنهج في عرضها كما في القسم الأول، بحيث يكون التركيز على عرض المشكلة وآثارها،
وطرح عدد من الخطوات العملية لكيفية التعامل معها من قبل المرشدين الأسريين.
الله أسأل أن يوفق الجميع لما يحب ويرضى، وأن يبارك في الجهود ويسدد الخطى،
وأن ينفع بالدليل ويثيب كل من بذل فيه جهداً أو أسدى نصحاً أو سد خلّة إنه سميع مجيب
وبالإجابة جدير.

وصلّى الله على نبينا محمّد وعلى آله وصحبه أجمعين.

المشرف العام على الدليل

د. عبد الله بن ناصر السدحان

الرياض فاكس: ٤٧٣٩١٧٧

E-mail: ansadhan@yahoo.com

المشكلة العاشرة عناد الزوجة وعصبيتها

شارك بكتابتها كل من:

١) د. عبد العزيز بن عبد الله المقبل

٢) أ. نورة بنت محمد الصفيدي

٣) أ. مها بنت عبد الله العومي

عناد الزوجة وعصبيتها

د. عبد العزيز المقبل

تعريف المشكلة:

هي وجود استعداد نفسي - لدى الزوجة - للانفعال السريع، في أغلب المواقف، لأسباب مختلفة. ومن ثم يرتفع صوتها، ويتغير شكلها، وتحدث لهجتها، وتتصرف تصرفات قد تندم عليها بعد خفوت عاصفة الغضب. وقد تصبح العصبية طبعاً وخلقاً يشكو منه الزوج، وتعترف به الزوجة، ولكنها تشعر بالعجز تجاه تركه.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

تلك العصبية أو الانفعال قد يجلبها الحوار أو الصمت الزوجي، وقد تنبعث من خلاف حول مشكلة زوجية، وقد يشعل نارها تصرف سلبي لأحد الأبناء، وترامي الأبوين - حينها - تهمة التقصير في تربية الأبناء، وقد تبرز في سياق شكوى الزوجة من تقصير الزوج في حقها، أو حق الأبناء، أو حق البيت، وقد تثور عاصفتها حين يرفض الزوج طلباً للزوجة. وإذا كان الأطفال، قد يمثلون الجزء الأكبر من إشعال فتيل الغضب بسبب تصرفاتهم المنبثقة من طبيعتهم الطفولية، أو مما اعتادوه من أبويهم، مع جهل الأم بأسلوب التعاطي الأمثل معهم، فإن الزوج / الأب، الذي لا تروقه بالطبع تلك الصفة في زوجته، قد يصب الزيت على نار الغضب، حين يكون دوره التعليق السلبي، على كل موقف غضب!

العوامل والأسباب المؤدية إلى ظهور المشكلة:

- ١ - قد تكون (شجرة) العصبية وضعت (بذرتها) في البيئة التي عاشت فيها الزوجة، وبالتالي تطبعت بها، وانصبغ بها سلوكها. وأسوأ شيء أن تستشعر الزوجة أن ذلك (طبعاً) يصعب التحول عنه، والانفكاك منه.
- ٢ - قد تكون الزوجة تعاني من ضغوط نفسية بسبب القيام بأعباء البيت، والعناية بالأطفال. وقد تكون ضغوطها النفسية بسبب مشكلات لها مع أهل الزوج، أو حتى بعض أهلها، أو زميلاتها في العمل، أو مواقف مع صديقة. وقد تكون الزوجة - لسبب ما - تهفو للاستقلال ببيت، حين تكون وزوجها يسكنان مع أهل الزوج، والزوج - لظرف ما - لا يرى الخروج عن الأهل.
- ٣ - قد يكون بسبب معاناة الزوجة من اضطرابات نفسية تضايقها، كالوسواس القهري، والغيرة المرضية، ومن ثم تكون متهيئة للانطلاق في طريق الغضب.
- ٤ - قد تكون الزوجة غير مشبعة عاطفياً، وهي تستشعر النقص في ذلك، حين تقارن نفسها بغيرها، والزوج قد يكون رده على طلبها غير إيجابي؛ بأنه لا يعرف الأساليب (العاطفية)، إن لم يكن لا يؤمن بها.. أو يرى أنه (سخي) عاطفياً لكن زوجته (شرهة) ... وإذا افترضنا (المنطقية) في (ردّ) الزوج، فإن منطلق الزوجة أنها تجعل جزءاً (كبيراً) من نظرتها للجانب العاطفي على أنه تجسيد للقبول، ومن

ثم الشعور بالأمان ؛ فمطلبها ليس لذات العاطفة، بقدر ما هو لاستشعارها أنها مقبولة!

٥ - ترك الزوجة العنان في الانفعالات لنفسها، وعدم (بذل) أي محاولة للتوقف.. بل وربما عدم وجود خط (أحمر)، يفترض التوقف عنده. وغالباً تبرر لنفسها الأمر بأنها لا تملك نفسها، أو تعجز عن إمساك زمامها حين تتطلق!.

٦ - قد يكون بين الزوجين مشكلات مزمنة (معلقة) ؛ فالزوجة تشعر أنها مجبرة على البقاء مع زوجها بسبب أطفالها، أو خوفها من ألا يكون في الإمكان (أبدع) مما كان، مع شعورها (الكبير) أنها مهضومة الحقوق.. وربما كان ذلك أظهر في حالات التعدد.

٧ - قد تشعر الزوجة أن زوجها ليس على مستوى طموحها، ولكنها ترى أنها تورطت، وأنها لو تركته فسوف يلحقها لقب (مطلقة)، السيئ السمعة، وربما لم يتحقق لها ما تتمنى!

٨ - قد يكون للزوجة طلبات ؛ لنفسها أو للبيت، والزوج يبدي عدم قناعته بتلك المطالب، ويكثر ذلك، ليصبح غضب الزوجة لونها من التنفيس!

٩ - حين يتقلص الحوار بين الزوجين نتيجة لانشغال الزوج، الحقيقي أو المفتعل، فإن الزوجة قد تتخذ الغضب - رغم سوءه - وسيلة لـ (مدّ) حبل الحوار مع الزوج، خاصة وهي ترى الزوج - ساعة انفعالها - يضيق بغضبها، وينفعل لانفعالها!..

اتصلت علي زوجة - ذات يوم - تشكو مشكلات قلما تهدأ بينها وبين زوجها، وعندما سألتها عن الأسباب، قالت - بصريح العبارة -: أصلاً هو مشغول عني، فلا أستطيع أن أجبره على الحديث معي حتى أستفزه، ووقتها يتكلم معي بعنف، وقد أبادله غضباً بغضب، لكنني أشعر بالانتصار، فقد اضطررته أن يقطع أعماله، ويتحدث معي !!

١٠- قد يجعل الزوجة تغضب أكثر لأن شعورها أن الزوج قد ترك لها (الجمل بما حمل)، كما يقال، وتخلّى عن المسؤولية، فهي التي تتحمل مشكلات الأطفال وشجاراتهم، وتحمل الهمّ عند مرضهم، وتعاني من إزعاجهم، ويزيد غضبها أن الزوج، الذي يأتي إلى المنزل أوقاتاً يسيرة، يضيق بصراخهم، وإزعاجهم، الذي ظلت الأم تتحمله طيلة الوقت، فتثور وتتفعل. وقد يكون جزء من انزعاج الزوجة ذاك سببه عدم تهيئها التربوي للتعامل مع الأطفال، والزوج يكتفي بأنه ينعى عليها أساليبها، التي تزيد الأمر سوءاً، في رأيه.

١١ - قد تكون الزوجة هي من يباشر أعمال البيت، وقد يكون في البيت عدد من الأطفال، ولأن من طبيعة الأطفال كثرة الحركة، والشجارات، وحبّ الاكتشاف، ما يترتب عليه (استمرار) الزوجة في المتابعة، وهو ما يعني إنهاكها وتعبها.. وقد يدفعها التعب والإرهاق إلى التهاون في نظافة البيت وترتيبه، ولكنها تفاجأ بلوم

الزوج الذي يظنها - حسب تعبير بعض الزوجات - من (حديد)!! وذلك كله يدفعها للغضب والانفعال.

١٢ - استفزاز بعض الأزواج لزوجاتهم، بقصد، أو دون قصد باستخدامهم أساليب وسلوكات تدعو إلى الاستفزاز.. ولعل طرق موضوع التعدد - مثلاً - كنوع من إشعار المرأة باستغناء الرجل عنها، أو بوجود نقائص فيها، حتى لو كان ذلك حقيقة، من أبرز وسائل استفزاز الزوجة.. أو بعض السلوكات التي تدعو إلى اشتعال (نار) الغيرة، أو بضرب الحصار النفسي على الزوجة.. ولا أزال أذكر زوجة تعاني من مشكلة تورط زوجها في الاتصالات النسائية، وفوجئت بقولها: إنه في شهور زواجهما الأولى، كان الزوج يشير إلى رغبته بالتعدد، وأحياناً يلح برغبته في الاتصال بالفتيات، وكيف أن ذلك دفعها - بفعل الغضب - مرة إلى صفعه، وأخرى إلى رمي صحن الطعام في حجره!!.. وهي تشير إلى أن تلك المواقف يبدو أنها تركت أثراً في نفسه، إذ يذكرها بين حين وآخر، مع استمرار الاتصالات، التي هي سبب الشكوى.

وزوجة أخرى كلمتني في حال انزعاج كبير، وهي تروي كيف أن الخادمة بالأمس مرت من عند زوجها في صالة البيت، وكانت عليه ملابسه الداخلية فقط، وأنه كان يجلس جلسة لا يليق أن تراه عليها الخادمة، وأنها نبهته ليعتدل من جلسته، لكنه عاندها

وبالغ في جلسته التي نبهته عليها، فأنفعلت ورمته بالجوال، فقام متألمًا، واتجه إلى

غرفة أخرى، وحينها ندمت، فلحقته لتعتذر، فرمى عليها الطلاق بالثلاث !!

١٣ - تداخل مسؤوليات الرجل والمرأة، بحيث تتقاطع أوامرهما في بعض الأحيان،

ومن الطبيعي أن الرجل يريد أن تكون الكلمة (النهائية) له، ما يغضب الزوجة،

ويدفعها للانفعال، خاصة وأن الزوج لم يحدد (حدوداً) لمسؤولياتها. وقد يدفعها

ذلك للعناد، ما يطيل أمد المشكلة.

١٤ - اختلاف أسلوب التربية بين الرجل والمرأة، فقد يكون أحدهما شديداً / حازماً

والآخر متسامحاً أو ضعيفاً أمام أخطاء الأبناء.. والشيء نفسه بالنسبة لطلباتهم،

ومذاكرتهم، ومستوياتهم الدراسية.

١٥ - عدم إدراك الزوج كرجل طبيعة المرأة كامرأة، فيخاطبها ويتعامل معها كما

يصنع مع زميله أو صديقه.. ومن ثم قد تغضب وتثور، فيفغر فاه مندهشاً: (وش

قلت حتى تعصبين) ؟!

١٦ - كون الزوج معدداً، والزوجة تشعر أنه يميل مع زوجته الأخرى.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

من المؤكد أن الزوج سيضيق ذرعاً، وسيصبح بينه الذي يفترض أن يجد فيه الراحة والهدوء، مصدراً للإزعاج، وسيجد نفسه بين أمرين أحلاهما مرٌّ؛ إن بادل زوجته انفعالاً بانفعال أضحت حياته كلها نكداً، ولم يهنأ بعيش، وإن لاذ بالصمت فستظل زوجته تستثيره بالكلمات (الحادة)، وإن ترك البيت فإلى متى؟.. ثم - مع مرور الوقت - قد يخف وزن الزوجة عنده، ويقل قدرها، ويفكر في تسريحها، ولكن قد يبقئها لأجل أبنائها، ولكن استمرارها في الانفعال، واندفاعها أثناءه قد يدفع الزوج إلى الفراق بالطلاق. والزوجة - صاحبة المشكلة - حين يسكن غضبها، ويزول انفعالها، يجتاحها خوف، فهي تدرك أنها الطرف الأضعف، ومن ثم فقد تحاول الاعتذار، ولكن الزوج (المتضايق) ربما وبخها، ورفض قبول عذرها، وهو ما يدفعها لإعادة الانفعال من جديد!!

ولا شك أن عصبية الزوجة يتجاوز أثرها السلبي الزوجين إلى الأبناء، خاصة والزوجة العصبية قد يجتاحها إعصار الانفعال في أي وقت، وأي مكان. ومن المؤكد أن الأبناء ستعثرهم حال من القلق والخوف، وهم يرون المعارك بين أيديهم، تنشب بين أقرب الناس لهم.

محاولة العلاج:

أعتقد أن هناك توجيهات للزوج الذي قد يطلب الاستشارة حول مشكلته مع زوجته العصبية، كما أن هناك توجيهات للزوجة، التي تستشعر ما هي فيه من مشكلة، وتعترف بها، وتبحث عن يأخذ بيدها للتخلص من (أسر) تلك العادة السيئة. كما يمكن للمستشار، حين يكون الشاكي الزوج، أن يطلب اتصال الزوجة لتوجيهها مباشرة، لأنها تمثل جزء المشكلة (الأكبر).

فأما ما يتصل بالزوج فيتمثل دور المستشار - بعد تفهم المشكلة - بالبدء بتشجيعه على استشعار قيمته كرجل لسفينة المؤسسة البيئية، وأنه لورمى مجداف الهدوء والتماسك حين ترميه زوجته، فسيصبح سير المركب واتجاهه مرهوناً بحركة الرياح من كل جهة. وأنه - بغلبة المنطق العقلي لديه - أصبحت القوامة له، وهو ما يفترض أن يعكس سلوكه.. ثم إنه حين يبادل زوجته غضباً بغضب، فإنه يضع حطباً على النار، التي يحرص على إطفائها.. وأنه حتى حين يكون أعلى صوتاً، أو أطول يداً فقد ينطفئ لهب النار، لكن ستبقى (جمرتها) تشتعل عند أدنى نفخة مشكلة.. ثم إن الأمر ليس مسألة انتصار بين الزوجين، ولكنه مشكلة ينبغي البحث عن (جذورها)، والعمل على حلها وتجاوزها. خاصة ولغضب الأم وعصبيتها أثر سلبي (كبير) على الأطفال، فكيف حين يمسك الزوج بطرف خيطه الثاني، ليظل حبل الغضب مشدوداً؟!

ثم ينطلق المرشد مع الزوج في محاولة البحث عن الأسباب، في ظل الأسباب السابقة وغيرها. ويوجهه للحلول التالية:

١ - محاولة الاتفاق على صيغة إدارية للبيت، يلتزم فيها كل طرف بمسؤولياته، ويقف عند حدوده.

ويتصل بذلك الاتفاق على معالم (واضحة) في تربية الأبناء، والتعامل مع مشكلاتهم، حتى لا تصبح (الأخطاء) كرة، يحاول كل من الزوجين رميها في (شباك) الآخر. وحتى لا تقف الزوجة صارخة، محتجة على تصرفات الزوج مع أبنائه، أو أحدهم: قائلة: (مت وأنا أقول له) !!.. أو: (كرهني عند عيالي) !

ومن جهة أخرى ألا يكتفي الزوج بالنهي على المرأة ولومها، حين يرى أسلوبها في التعامل مع الأطفال غير مناسب، بل يسعى للعمل الإيجابي؛ فيثني على الجانب الجيد، ويبين - بهدوء - كيفية التعامل الصحيح، وفي وقت مناسب، ما يرى أن الزوجة تحتاج معه إلى توجيه. كما يمكنه تشجيعها للالتحاق ببعض الدورات النافعة، في ذلك.

٢ - من المهم أن يتحمل الزوج مسؤولياته وواجباته البيتية.. إن الزوجة حين تلتزم من الزوج إحضار حاجات للبيت، ثم يسوّف، ثم تظل تذكره، يؤثر فيها ذلك نفسياً. فهي تراه يولي حاجاته الذاتية، أو حتى حاجات الآخرين، ما لا يوليه حاجات البيت.

وقد يؤدي ذلك لانفجار (بركان) غضب الزوجة، وكأن الزوج هو الذي يدفعها إلى ذلك؛ إذ اعتادت أن الزوج يظل يماطل في القيام بمسؤولياته تلك، حتى (تشتبك) هي وإياه في (معركة) يدفع إليها الغضب. والزوجة قد ترفع صوتها في وجه الزوج، في مثل تلك الحال، لوحة / شعار: (قل همّ أنساني إياه) !، والزوج قد يتعلل بألف علة، لكنها - في حقيقتها - لون من حماية (جنابه) من النقد، وبحث عن عذر، لشرعة تقصيره!

- ٣ - لابد أن يدرك الزوج أن هناك فروقاً (عميقة) بينه وكرجل، وبين زوجته كامرأة، وأنه لكي تستقيم له الحياة معها لابد من إدراك تلك الفروق الكثيرة الدقيقة، ووقتها سيكتشف أن هناك أموراً، قد تبدو سهلة، ولكن أثرها عظيم!
- ٤ - يفترض حين يضيق الزوج ذرعاً بعصبية الزوجة أن يتذكر الجوانب (الإيجابية) لها، ففوق أن ذلك يخفف من انزعاجه، فإنه يجعله يتعامل مع عصبيتها بهدوء، يساهم في علاجه، ويسارع بإطفاء لهبه. وقد قال النبي - صلى الله عليه وسلم -: (لا يفرك (يبغض) مؤمن مؤمنة؛ إن كره منها خلقاً رضي آخر). وكان - صلى الله عليه وسلم - يتلقى غضب زوجه عائشة - رضي الله عنها - بقوله: (غارَت أمكم، غارت أمكم)، وكأنما كان يبحث عن مسوغ لغضبها. وقد روي أنه كان للأحنف بن قيس خادم سليطة (وليست زوجة!!)، تسمى بزبراء. وكانت إذا غضبت قال الأحنف: قد هاجت زبراء. فذهبت مثلاً في الناس!!.

٥ - من المهم جداً أن يُشعر الزوج الزوجة بأهميتها، من خلال استشارتها وأخذ رأيها في بعض أمور البيت والأولاد، ومن خلال مفاجأتها ببعض الهدايا، ومن خلال بعض الرسائل الجميلة، التي تؤكد مشاعر الحب والتقدير، ومن خلال (تفريغها) من عمل البيت، وإعطائها (إجازة) أسبوعية !

٦ - لو أمكن أن يدفع الزوج بزوجه إلى تحقيق ذاتها من خلال الالتحاق ببعض دورات المهارات، وقراءة بعض الكتب، أو على الأقل تشجيعها على سماع بعض الدورات المهارية المسجلة، لكان لذلك أثر في رفع مستوى استشعارها لذاتها من جهة، وارتفاع مستوى تحكمها بذاتها، من جهة أخرى.

٧ - حين يكون الزوج معدداً فيفترض أن يتحرى العدل بين زوجتيه أو زوجاته، وألا يجعله يميل مع زوجة ضد أخرى، باسم العقاب، ما قد يصدر من أحدهما من غيره؛ هي وإن زادت عن حدها (طبيعيةً) في أصلها، خاصة وأن جنوحه سيزيد من المشكلة ولا يحلها، وسلبيات ذلك الميل لن تنتهي عند الزوجة، بل سيحصد الأبناء مرارتها.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

١ - إن ما تحكم به الزوجة على بعض سلوك الزوج من عدم اهتمام بها، ومن ثم تجعله مسوغاً للانفعال، هو رؤية الزوجة ذاتها، أحياناً يقول الزوج كلاماً، فتتظر إليه الزوجة، مغضبة، قائلة: أفهم من كلامك...

ولكن الزوج ربما غضب هو الآخر، وهو يقول: لا يهمني فهمك، إنما يهمني ما قلت!

وقد تكون نظرة الزوجة للاهتمام، أو تفسيرها لسلوك الزوج خاطئاً، أو ممزوجاً بنوع من عدم تقدير الذات، أو ضعف الثقة بالنفس.. وحتى لو افترضنا أن سلوك الزوج يعكس عدم الاهتمام، فإن النظرة الناضجة، والتأمل الجيد يؤكد على أن مجرد الغضب والاحتجاج قد يفاقم الأمر، وقد يجعله واقعاً بعد أن كان توقّعاً.. والحكمة تقتضي أن تفكر الزوجة في الأمور الإيجابية، التي تساعد في (جلب) اهتمام الزوج، لا أن توسع مساحة البعد.

٢- إن تجفيف منابع الغضب بصورة نهائية، ومسح مسمياته من الذاكرة أمر مستحيل، ولكن المراد تدريب النفس على (قيادها) أثناء الغضب، ومن ثم عدم اللجوء إلى خيار واحد ثبت ضرره، وطرح عدة خيارات، بحيث يمكن تصريف الغضب بذكاء؛ تنفس به الزوجة عن نفسها، ولا تؤذي زوجها أو أطفالها. ولتتذكر الزوجة أن من الحمق استمرارها على مجرد الغضب على الزوج ولومه، لسبب من الأسباب، وهي - لو تذكرت - تغضب وتلومه ربما من أشهر أو سنوات، ولا يزيدها ذلك إلا بعداً منه، وربما دفعه ذلك إلى الهرب إلى شقة الزملاء أو الاستراحة، وحتى حين دخوله البيت في الليل ربما تعمد المشي على رؤوس الأصابع، حتى لا تشعر به الزوجة، فتكدر عليه نومه، بزعمه !!

وقد فسّر عكرمة، رحمه الله، قوله عز وجل « واذكر ربك إذا نسيت». قال: معناه واذكر ربك إذا غضبت.

٢ - إن الغضب يمثل مشكلة سريعة التوالد والكبر؛ فالمرأة حين تسكن عاصفة الغضب تدرك أنها ربما أفرطت في كلمات اللوم لزوجها، أو أن شدة الانفعال جعلها تقول لزوجها أموراً ما كانت تفكر في قولها، أو استذكرت أن مفرداتها كانت قاسية، وهذا سيترك أثراً نفسياً مزعجاً ثقیلاً على نفسيّتها.. ويتكرر كلما تذكرت الموقف. وربما إنها - من فرط الشعور بالأسى، وتخوفها من سوء العاقبة - قامت إلى زوجها معذرة، وحين يتلكأ الزوج في قبول العذر قد تغضب من جديد، فينطبق المثل العامي: (بغى يكحلها عماها) !

٤ - إن ترك الغضب، واستبداله بالابتسامة يوازن أثره (الجمالي) جميع المستحضرات التجميلية. وليت الزوجة - على الأقل - حين تغضب تسارع إلى النظر في المرأة، من المؤكد - وقتها - أنها ستخاف من صورتها، وتذكر كم أن الغضب عدوُّ لها!!

٥ - هناك علاقة عكسية بين الانفعالات والعمليات العقلية، فحين ترتفع وتيرة الانفعالات ينخفض مستوى العمليات العقلية؛ فعندما يغضب الإنسان أو يغلب عليه الحزن أو الخوف ينسى معلوماته، ويتردد في اتخاذ القرار، ويتشوش ذهنه، ويضعف

في إدراك ما حوله بصورة جيدة.. ولكنه حين يكون مبتسماً، مرتاحاً نفسياً، آمناً تسير عملياته العقلية بصورة رائعة، والأخير هو ما تحتاجه الزوجة دائماً.

٦ - الحوار بين الزوجين هو الأسلوب الأمثل للنجاح في الحياة الزوجية، لكن الانفعال أثناء الحوار يخرج (قطار) الحوار عن قضبانه، وهنا يصبح الحوار حوار (طرشان)، كما يقال. وبدلاً من أن يعمل على تقريب وجهات النظر، يسهم في تباعد القلوب.

وقد قيل: (أول الغضب جنون، وآخره ندم).

٧ - إن الأم حين يكون الغضب (عادة) لها فإن ذلك يترك تأثيراً سلبياً على أطفالها، هذا حين تتفعل عليهم، فكيف حين يرونها تتفعل حتى على والدهم.. وقتها سيتجاوز الأثر تحطيم صورة الوالدين في نفوس الأطفال، إلى التأثير عليهم حتى في حياتهم الزوجية المستقبلية. هذا فضلاً عن انطباع نفوسهم بالخوف والفرع.

٨ - من الجميل أن تتعلم الزوجة فن الاسترخاء، وتمارسه، إذ أن له آثاراً إيجابية جميلة. ومن ضمنها مساعدة الزوجة على إزالة التوتر الانفعالي والوصول إلى الاتزان النفسي والقدرة على التفكير الواعي.

٩ - يفترض في الزوجة حين تحس بـ(هبوب) رياح الغضب أن تبادر إلى (العلاج) النبوي، إلى الجلوس إن كانت قائمة، والاضطجاع إن كانت قاعداً، وتغيير المكان ما أمكن، والمسايرة إلى الموضوع.

١٠ - لتتذكر الزوجة أجر (كظم) الغيظ، فقد ورد عن المصطفى - صلى الله عليه وسلم - قوله: (من كف غضبه ستر الله عورته، و من كظم غيظاً، ولو شاء أن يمضيه أمضاه، ملأ الله قلبه رضاً يوم القيامة).

١١ - لتتذكر الزوجة أجر الاحتساب، وفضل (حسن) التبعل لزوجها، والقيام على أولادها، وتوفير الحنان لهم، والصبر على ما يصدر منهم.

١٢ - لتكن العلاقة الزوجية أعمق من مجرد جوانب غريزية، وجوانب مادية، ويفترض في الزوجين العاقلين أن يجتهد كل منهما في إدخال الراحة والسرور على الآخر، وفي المقابل أن يزيل عنه ما يزعجه ويضايقه. ثم ليعذر كلُّ منهما الآخر حين الخطأ، ويحاول التماس الأعذار له.. وإذا كان الزوجان كلاهما بشراً، ومظنة للوقوع في الخطأ، ومنه الغضب، فليكن شعارهما ذلك الاتفاق اللطيف بين أبي الدرداء رضي الله عنه وزوجته، رحمها الله: فقد قال أبو الدرداء لامرأته: (إذا رأيته غضبت ترضيني، وإن رأيته غضبت ترضيتك، وإلا لم نصطحب) !.

١٣ - يفترض في المرأة ألا تتكل على حب زوجها لها، ومن ثم لا تبالي أن تغضب وتغضب، فقديمًا قالت العرب: (الإدلال يدعو إلى الإملال).

١٤ - من السيئ جداً أن تشعر الزوجة بالعجز، وتحتج بالطبع، فإن هذا مما يرسخ خلق الغضب عندها، لكنها عندما تستشعر (قوتها) وقدرتها على التخلص

أو التخفيف، وتعتد، وتقرح بأي (إنجاز) في ذلك السبيل، يمكن أن تحقق نتائج رائعة.

١٥ - إن التخلص من صفة الغضب الذميمة يمكن أن يتمّ بالاعتیاد، بعد القناعة بإمكانية ذلك. وكان الأحنف - رحمه الله -، وقد ضرب به المثل في الحلم، يقول: (لست بحليم، ولكني أتحالم). ويساعد على بلوغ ذلك تذكر الآثار السيئة، التي تلحق الإنسان جراء الغضب، قال الأحنف: (ربّ غيظ كتمته مخافة ما هو أسوأ منه). ويقول، رحمه الله: (لقد مرت عليّ مائة هنة كلها أطأطئ لها رأسي فتجوزني، ولو انتصبت لإحداهن لاصطلمتني).

١٦ - ولو عمدت الزوجة إلى كتابة بعض الحكم، التي تحذر من الغضب، قريباً منها، لتراها ساعة تغضب، فتتذكر بها سوء عاقبة الغضب، فربما أسهم ذلك في معالجة الأمر عندها.

١٧ - يمكن للزوجة اعتياد التنفيس عن طريق الكتابة، وذلك بكتابة رسائل إلى زوجها، بكل ما تنقم عليه، وتكون غير منقحة، ولكن بعد أن تنتهي من كتابتها، تمزقها وتودعها سلة المهملات، لكنها - وقتها - تكون أدت مهمتها بالتنفيس، وإخراج ما في النفس من ترسبات نفسية، من العتب والغيظ.

١٨ - يجدر بالزوجة الذكية أن تتأقلم مع عملها البيتي (والوظيفي إن كان)، وتحاول

أن تتطبع به، وتجعله هواية، وتدخل على أجوائه ما يخفف معاناتها معه ؛ لأن هذا الأمر مستمر معها. وشعورها بثقله أو كراهيته سيضاعف تعبها النفسي، فهي ستقوم به من جهة، مع شعورها بأنها مكرهة عليه، من جهة أخرى !

١٩ - لتدرك الزوجة الحصيفة أنها حين تسمح لعاصفة الغضب أن تهب، أن ذلك سينعكس على سلوكها، ولغتها، ولغة جسدها، وقد قال الحبيب - صلى الله عليه وسلم - لأم المؤمنين عائشة، رضي الله عنها: (إِنِّي لَأَعْلَمُ إِذَا كُنْتُ عَنِّي رَاضِيَةً، وَإِذَا كُنْتُ عَلَيَّ غَضَبِي. قَالَتْ: فَقُلْتُ: مِنْ أَيْنَ تَعْرِفُ ذَلِكَ ؟ فَقَالَ: أَمَّا إِذَا كُنْتُ عَنِّي رَاضِيَةً فَإِنَّكَ تَقُولِينَ: لَا وَرَبِّ مُحَمَّدٍ. وَإِذَا كُنْتُ عَلَيَّ غَضَبِي، قُلْتُ: لَا وَرَبِّ إِبْرَاهِيمَ. قَالَتْ: قُلْتُ: أَجَلٌ وَاللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا أَهْجُرُ إِلَّا اسْمَكَ). رواه البخاري.

٢٠ - لتتخيل الزوجة صورتين لها ؛ الأولى، وهي باسمه مشرقة الوجه، طيبة النفس. والثانية: وهي في غاية الانفعال، والشعور بالضيق، وقد اكفهر وجهها، وقطب جبينها، وزوت شفتيها.. ولتختر من هاتين الصورتين الأليق بها.

٢١ - الانفعال والغضب نوع من الأذى، بل هو في رأس قائمة الأذى، وحين يصبح الغضب صفة لا تنفك الزوجة عنها فإن الزوج - مهما كانت مكانتها عنده - قد يعجز عن تحملها، ويكون مصيرها الطلاق.

مراجع يمكن الاستفادة منها:

الجواب أعصابك د. أرنولد جاكسون. تعريب عبد المنعم الزيايدي. مكتبة الخانجي.
الغضب ؛ تعامل معه، استشف به، لا تدعه يقتلك. د. ويليام جراي ديفور مكتبة جرير.

عناد الزوجة وعصبيتها

أ. نورة الصفيري

تعريف المشكلة:

تتضح صفة العناد في الإنسان في عدم القدرة على التوافق والتكيف مع الظروف البيئية من حوله، وإذا تحدثنا عن التكيف و مرونة التفكير في بداية العلاقة الزوجية فهو مطلب أساسي، ففي بداية كل علاقة زوجية يوجد اختلاف في الأولويات، والقيم، ونمط الحياة، وما يفضلهُ أحد الطرفين، دون الآخر، مما يجعل التفاوض أمراً حتمياً. فقد يكون هناك اختلاف في نمط حياة الزوجين، فقد يختلفان في كيفية قضاء الإجازات، فالزوج مثلاً يريد السفر حيث يقطن أهله، و الزوجة تود السفر لمنطقة بعيدة وهادئة.

وربما تكون أولوياتهم وفلسفاتهم في الحياة مختلفة، حيث تود الزوجة التوفير في المصروفات وجمع المال بهدف شراء منزل للأسرة، والزوج يفضل صرف المال بالسفر والتمتع. وعلى الرغم من أن هذه المسائل والاختلافات أمور طبيعية بين جميع الأزواج الجدد يمرون بها، إلا أن الأمر يصبح أزمة عندما يتسم أحد الطرفين أو كلاهما بالعناد. العناد والتصلب في الرأي، والجمود وعدم المرونة تضفي على الأسرة جوّاً خائفاً، وتتشرب في البيت ظلالاً قاتمة، وخصوصاً حين تكون الزوجة هي المعاند، فالزوجة العنيدة هي تلك المرأة التي يتسم تفكيرها بعدم المرونة، والمعارضة، والمتمسكة بآرائها وتتميز بإرادة

قوية يصعب التعامل معها، حيث تصر دائماً على أن تكون الأمور كما تريدها هي فقط، وتستخدم كل السبل الممكنة لتحقيق ذلك، وفي أغلب الأحيان لا ترى نفسها كعنيدة، بل تعتقد بأنها فقط أفضل رأياً وأقوى حكمة من زوجها، لهذا يجب أن يكون القرار قرارها. ومن الحالات التي تعاملت معها، سيدة متزوجة منذ ٤ سنوات ومتعلمة بل كانت تحضر الدراسات العليا، وكان زوجها متعلماً ويعمل في السلك العسكري، جاء الزوج للعيادة شاكياً من طبائع زوجته وشخصيتها، واصفاً إياها بالعنيدة والمسيطرة لدرجة بدأ يتشكك في مصير علاقتهم الزوجية وجدوى استمرار زواجه منها، فكانت تصر الزوجة على أن تحدث الأمور دائماً بطريقتها حتى أبسط الأشياء كمشتريات المنزل، تعليق لوحه جدارية، وكانت تتحكم في أبسط التفاصيل، فعلى سبيل المثال تتفق معه على أمور معينة كالخروج معاً للتسوق لكن إذا تأخر الزوج عن الموعد المحدد عشر دقائق لأي سبب كان، فإنها تقوم بإلغاء الرحلة وتحدث مشادة كبيرة بينهما، بسبب إصرار الزوجة على عدم الذهاب، كما إنني أذكر بأنها حددت له وقتاً لزيارة منزل أسرتها على الرغم من أن منزل الزوجين على بعد دقائق من بيت أسرة الزوجة، إلا أنها ترفض أن يذهب إليهم متى شاء، وإن فعل ذلك فتتهمه بالعناد وتحدث مشكلة كبيرة بينهما.

وعند التعامل المباشر مع الزوجة كانت ترى بأنها تقوم بفعل الصواب، ولم تدرك دورها في توتر العلاقة الزوجية وكثرة المشاجرات، ولا تعتقد بأنها تتسم بالسيطرة والعناد،

بل فقط ترى نفسها صاحبة الرأي الأفضل، ولهذا فعلى الزوج الانصياع لآرائها، و يكون سعيداً بذلك، ومن المفارقات العجيبة أنها كانت تصف زوجها بالعنيد، وتصر على ذلك موثقة كلامها بعدم التزامه بتعليماتها حرفياً، ومحاولة اختراقها باستمرار وعن سابق إصرار وترصد!!!!.

يقول علماء النفس: إن العناد صفة موجودة في الرجل والمرأة، لكنه أكثر وضوحاً عند المرأة، فهو السلاح الوحيد الذي تدافع به عن نفسها أمام قوة الرجل واستبداده بالرأي أحياناً. ولأنها مخلوق ضعيف لا يقوى على الصراع « الخشن » تلجأ إلى الرفض السلبي لما تراه لا يتوافق مع أسلوبها ومشاعرها، فيترجمه الزوج على أنه عناد وتبدأ المشكلات.

عناد الزوجة وتصلب رأيها شكوى يعاني منها بعض الأزواج، مما يدفع بالحياة الزوجية. في كثير من الأحيان. إلى طريق شائك، ونتائج لا تحمد عقباها. فالنقاش والجدال والاختلاف في الرأي أمور لا بد منها في كل علاقة زوجية، فعندما تقول «الأزواج يختلفون» فهي حقيقة مطلقة كمقولة «السماء زرقاء» لكن عندما تكون الزوجة عنيدة يصبح أي نقاش بسيط مجالاً لمعركة كبيرة بين الطرفين.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

عادة يحضر الزوج لطلب الاستشارة بعد معاناة ظلت لمدة طويلة من عناد زوجته وتسلسلها، ويأتي إما بحثاً عن أسلوب مناسب للتعامل معها، أو لدراسة قرار الانفصال أو

الزواج بأخرى. ويستطيع المرشد اكتشاف المشكلة من خلال تسليط الضوء على أسلوب حوار الزوجين والموضوعات التي يتم الخلاف عليها، وكيف يتم تسوية الأمر في النهاية، وعلى المشاعر والأفكار التي يحملها كل طرف تجاه الآخر، وفيما يلي بعض من أكثر العلامات انتشاراً:

- ١- افتقار الزوجين لأسلوب الحوار الصحيح وبالتالي كثرة النزاعات والنقاشات بينهما وعلى أبسط الأمور حيث أي أمر مشترك يتحول لجidal طويل، ينتهي إما بانتصار أحد الطرفين وهزيمة الآخر أو بخصام وزعل بينهما يستمر لأيام.
- ٢- عدم وجود توازن في السلطة بين الزوجين، بل تجد شخصية الزوجة تغمر شخصية الزوج، ودائماً تستأثر بالرأي والقرار لوحدها.
- ٣- شعور عميق لدى الزوج بعدم الرضا وبعدم الإشباع والاحترام من قبل الزوجة لاحتياجاته ورغباته.
- ٤- فتور العلاقة الزوجية والحب بين الزوجين بسبب نفور الزوج من شخصية الزوجة وتسلطها.
- ٥- عادةً الزوج يبدأ باستخدام العناد السلبي كوسيلة خفية للانتقام من الزوجة المتسلطة.
- ٦- افتقار الزوجين إلى عنصر الاحترام والتقدير لبعضهما البعض، حيث إن الاستئثار بالقرار يحظى بالأولوية لدى الطرفين.

٧- وجود الكثير من المشاعر السلبية المتراكمة، من غضب ورفض، والمكبوتة في نفس كل من الزوجين تجاه الآخر.

٨- في الحالات الشديدة والتي تكون الزوجة عنيدة و متسلطة، يبدأ الزوج في المعاناة من الاكتئاب والانطوائية والسلبية كنتيجة للضغوط التي يشعر بها الزوج من قبل زوجته.

العوامل والأسباب المؤدية إلى ظهور المشكلة:

١- الرغبة في السيطرة والتحكم في شؤون العلاقة الزوجية والمنزل مما يتعارض مع رغبة الزوج، فيتحول منزل الزوجية إلى حلبة صراع يجب أن يكون فيها منتصر واحد فقط.

٢- أن يكون الزوج ذا شخصية ضعيفة، وغير حازمة مما يشجع سلوك العناد والتسلط لدى الزوجة ويسهم في استمراره.

٣- عناد الزوجة قد يكون طبعاً فيها يضرب بجذوره إلى مراحل حياتها الأولى، نتيجة تربية خاطئة في الطفولة حيث يؤكد التربويون بأن أسلوب التربية يؤدي دوراً أساساً في نشأة أناس عنيدين، فالآباء السلبيون الذين يستسلمون لصراع أطفالهم وصراخهم، ويلبون كل مطالب الطفل تجنباً للدخول في صراع أو نوبات بكاء، وأيضاً تمييط الطفل من صغره بأنه «عنيد» أو «رأسه يابسة» كل هذه أمور تسهم وبشكل

أساسي في تكوين إنسان بالغ، يقيم علاقات مع آخرين على مبدأ (ما أريد أنا وأنا فقط يحدث) و سوف أفعل كل ما بوسعي.

٤- تسلط الزوج وعدم استشارته للزوجة في أمور المعيشة وتحقير رأيها أحياناً والاستهزاء به، فهناك بعض الأزواج لديهم أفكار خاطئة عن خيبة وفساد رأي المرأة، وأن مشورتها تجلب خراب البيوت، وهذه الأفكار فوق أنها حمقاء، فهي بعيدة عن هدي الإسلام الحنيف. وهذا التجاهل والتهميش يدفع بالزوجة في طريق العناد وربما يكون في بعض الحالات عناد سلبي (غير معبر عنه) وهو الذي يبرز في عدم الانسياق وراء تعليمات الزوج وأوامره حرفياً، حتى لو لم تعلن الزوجة ذلك صراحة، بل تبرر عدم الالتزام بالنسيان أو الانشغال.

٥- الشعور بالنقص: وقد يكون هذا الشعور لدى المرأة قبل الزواج نتيجة المعاملة الأسرية لها من أهلها، والتي لم تتسم بالاحترام والتقدير وبعث الثقة في النفس.

٦- قد تكون وليدة ظروف الزواج، فمعاملة الزوج لزوجته معاملة قاسية وعدم وضعها في مكان التقدير والاحترام وعدم مشاركتها في التفكير وصناعة القرارات، وعدم الاهتمام بإشباع حاجاتها النفسية والاجتماعية من شعور بالإعجاب والثقة والقبول والأولوية، يؤدي إلى الشعور بالنقص عند المرأة، فتلجأ لوسيلة العناد للتغلب على هذا الإحساس، وللشعور بالذات وبالأنأ.

٧ عدم تكيف الزوجة مع الزوج: العناد لدى الزوجة يكون عادة نتيجة لعدم التكيف مع الزوج والشعور باختلاف الطباع وعدم تقبلها لبعض من صفات الزوج وطبائعها وتمسكه بتلك العادات غير الصحيحة، فيكون العناد صورة من صور التعبير عن رفض الزوجة سلوك زوجها جملة وتفصيلاً، وكذا تعبيراً عن عدم انسجامها معه في حياتهما الزوجية. على سبيل المثال عندما يكون الزوج مدخناً والزوجة لا تقبل ذلك، وتريد منه أن يتخلص من تلك العادة، لكن عندما يرفض الزوج ويتمسك بعاداته دون وضع اعتبار لمشاعر الزوجة ورغباتها تبدأ الزوجة بالرغبة في المعاندة من مبدأ هذه بتلك (انتقام).

٨- تقليد الأم: وأخيراً قد يأتي العناد من قبل الزوجة تقليداً لسلوك أمها مع أبيها، فالمرأة التي نشأت وترعرعت في بيت تتحكم فيه الأم وتسير دفته، تحاول إن تحذو الحذو نفسه في بيتها ومع زوجها، شعرت بذلك أو لم تشعر، لأن هذه صورة الزوجة والأم تبرمجت في عقلها منذ نعومة أظافرها، بل وربما تختار الزوج حين تختاره بحيث يكون ضعيف الشخصية، حتى يسهل لها ما تريد.

٩- وجود معتقدات وأهداف خاطئة للعلاقة الزوجية لدى الزوجة، كأن تعتقد بأن الخنوع والطاعة والتدليل هي نوع من أنواع الضعف والاستسلام، وأنها بذلك تشجع استغلال زوجها لها وسيطرته عليها، لذلك يتوجب عليها أن تكون قوية و

مسيطرة ومتحكمة حتى تضمن حفاظها على زوجها. على سبيل المثال: يرن الزوج جرس الباب وزوجته بالداخل نائمة لا تفتح، وحجتها في ذلك أن معه مفتاحاً للباب، فلماذا يرن الجرس ويزعجها بالنهوض لفتح الباب له واستقباله؟ وتعد ذلك نوعاً من الاستعباد لمجرد السيد الرجل وسيطرته، وظلت تهذي بهذه الأفكار المنكرة على الرغم من أنها رآته حاملاً في كلتا يديه بعض طلبات البيت من خبز وفاكهة وخلافه، وأنه كان يستعين ببعض ما تبقى له من أجزاء يده في رن الجرس، وظلت تبادله الحجة بالحجة وتجادله وتردد عليه كلمة بكلمة، وأنه كان بإمكانه وضع ما معه على الأرض حتى يفتح الباب بالمفتاح ثم يحمل هذه الأشياء مرة أخرى، فهل هذه زوجة تنشد الاستمرار والنجاح مهما كان زوجها صبوراً واسع الصدر ومَن يسبق مَن؟ عنادها أم عناده؟

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

- ١- توتر العلاقة الزوجية وكثرة المواجهات والمشاحنات تؤدي إلى اضطراب الجو الأسري فيؤثر نفسياً وبشكل سلبي على الأطراف المشتركة وخصوصاً الأبناء مما ينعكس على صحتهم النفسية ومستوى أدائهم الدراسي والاجتماعي.
- ٢- المعاناة من الضغوط النفسية نتيجة لعدم التكافؤ والتوافق بين الزوجين والشعور بالحاجة للصراع والقتال من أجل الحصول على حقوق أو لتنفيذ رغبات.

٣- انتهاء بعض الحالات بالطلاق، لعدم مقدرة الزوج على التحمل والاستمرار في هذه العلاقة، أو لجوئه للزواج بأخرى، وما يترتب عليه من آثار نفسية ومادية واجتماعية تنعكس على الزوجة نفسها والأطفال.

٤- فتور العلاقة الزوجية وتباعد الزوجين نفسياً وعاطفياً وجسدياً عن بعضهم البعض، حيث يشعر الزوج بعدم الرغبة من القرب أو التقرب لزوجته، وذلك لما تشعر بداخله تجاهه من رفض وغضب ورغبة نتيجة لعدم احترامه ورغبتها المستمرة في السيطرة على كل أمور الحياة.

٥- في الحالات الشديدة والتي تكون الزوجة فيها تتسم بشدة العناد والتسلط، يبدأ الزوج في المعاناة من الاكتئاب والانطوائية والسلبية كنتيجة للضغط المستمرة التي يشعر بها من قبل زوجته.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

أما العلاج لهذه الظاهرة فيتمثل في دراسة كل حالة على حدة، ومعرفة الأسباب التي دفعتها للعناد، ثم معالجتها. وقبل البدء في المرحلة العلاجية يجب على المرشد دراسة المشكلة وأبعادها تماماً والتوصل لفهم عميق لطبيعة المشكلة، ونمط شخصية الزوجين، وفيما يلي مجموعة من العناصر الفعالة جداً في مساعدة المرشد في ذلك:-

١- عناصر المشكلة:-

١- الطريقة التي تظهر أو تعبر بها المشكلة عن نفسها في العلاقة الزوجية بشكل رئيسي وثانوي.

٢- المشاعر المرتبطة بالمشكلة لدى الزوجين (كالتشويش، والاكتئاب، والخوف، والغضب).

٣- المعتقدات، والأفكار التي يؤمن بها الزوجان كل على حدة، فيما يجب أن تكون العلاقة الزوجية الصحيحة وحقوق ومسؤوليات كل طرف في العلاقة.

٤- السلوكات والأفعال التي يلجأ كل طرف إليها لاستخدامها في الضغط على الآخر، وتحقيق مراده (سلوكات أو أفعال ملاحظة ليس فقط من المسترشد بل من الآخرين خصوصاً المرشد).

٥- الجانب الشخصي من المشكلة: آثارها على الأشخاص المهمين، وعلاقة المسترشد مع الآخرين: العائلة، والأصدقاء، والأقارب، والزملاء، وكذلك تأثير الآخرين المهمين على مشكلة المسترشد بمعنى هل هناك أي تدخل من أطراف خارجية أو هل الزوجة تحت تأثير شخص معين يشجع السلوك غير المرغوب لديها؟

١- نمط من الأحداث المساهمة:-

هل بإمكان المسترشد تحديد نمط أو سلسلة متعاقبة من الأحداث والتي يبدو أنها تؤدي إلى حدوث المشكلة أو تساعد على استمراريتها؟ وهنا يتم التركيز على التفاعل الزوجي من أجل تحقيق هدفين:

١- بالنسبة للمرشد زيادة في فهم أبعاد المشكلة وديناميكيته وكيفية حدوثها واستمراريتها

بشكل دقيق للوقت الراهن. وكذلك فهم الدور الذي يؤديه كل طرف في استمرارية المشكلة، والأساليب التي يتبعها كل طرف للضغط على الآخر وتحقيق مراده.

٢- وثانياً: مساعدة المسترشد (سواءً أكان الزوج أم الزوجة) ومن خلال الخوض في تفاصيل المشكلة وتاريخها وأحداثها، بإدراك أن المشكلة لا تحدث هكذا، بل أنها تملك ديناميكية وخصائص وأسلوب مستمر وثابت. ومن خلال هذا الفهم العميق والجديد يستطيع المرشد والمسترشد أن يعرف متى؟ وأين يقف؟ وكيف يغير ذلك؟ ومن الأسئلة التي سوف تساعد المرشد على ذلك ما يلي:

١- متى تظهر المشكلة؟ أين؟ ومع من؟

٢- ماذا كان عند بداية المشكلة؟

٣- ماذا يحدث مباشرة قبل حدوث أو ظهور المشكلة؟

٤- ماذا يحدث بعد أن تظهر المشكلة، عادة؟

٥- ماذا يجعل المشكلة أفضل؟ أو تختفي؟

٦- ماذا يجعل المشكلة أسوأ؟

٣- استغراق المشكلة (دوامها / بقاؤها) :-

١- إلى أي مدى هذه المشكلة تعيق المسترشد أو تتعارض مع أداء العمل اليومي.

١- كم من الوقت مضى و المشكلة موجودة؟

- ٢- كم مرة تحدث المشكلة (في اليوم، الشهر، السنة)؟
- ٣- كم تدوم المشكلة عندما تحدث؟
- ٤- ما الذي جعل المسترشد يبحث عن الإرشاد في هذا الوقت بالنسبة للمشكلة؟
- ٥- بأي شكل أو طريقه أثرت المشكلة على أداء المسترشد اليومي (بمعنى هل المشكلة أثرت على حياة المسترشد المهنية أو الاجتماعية)
- ٤- مهارات المسترشد للتغلب، القوة، المصادر:-
 - ١- كيف كان المسترشد يتغلب على المشكلة؟ وفيما نجح؟ وفيما لم ينجح؟
 - ٢- كيف كان المسترشد يتغلب بنجاح على مشكلات أخرى؟
 - ٣- ما نوع مصادر القوة، ونظام الدعم لدى المسترشد لمساعدته في محاولاته للتغيير، كعلاقات أسرية قوية، واستقلال مالي، وقوة شخصية، وحب وتمسك بالطرف الآخر وبالتالي رغبة حقيقية للتغيير...إلخ.
- ومن ثم إذا كان طالب المساعدة هي صاحبة المشكلة (الزوجة)، فإن هناك عدة جوانب يجب أن يغطيها المرشد أثناء التدخل العلاجي:
 - ١- أولاً: معرفة طبيعة العلاقة الزوجية للمسترشدة وتقييمها الذاتي للعلاقة ولشخصية الزوج وذلك من خلال عملية دراسة كاملة للمشكلة وأطرافها: مثلاً: هل هي سعيدة بزواجها، هل تحب زوجها أو معجبة به كرجل، هل تحترم

زوجها داخلياً وتعتقد بأنه إنسان يستحق الاحترام، هل تشعر بأن احتياجاتها ورغباتها مشبعة في العلاقة الزوجية مثلاً: لديها المنزل الذي طالما حلمت به، والأولاد الذين تفخر بهم... الخ.

٢- ثانياً: معرفة معتقدات المسترشدة وأفكارها عن العلاقة الزوجية المثالية، وكيف يجب أن تكون: ويجب على المرشد أن يركز على البيئة الأسرية التي تربت فيها المسترشدة، وطبيعة العلاقة الزوجية بين والديها، والنماذج التي رأتها كفتاه صغيرة وشابة. وهذه مجموعة من الأسئلة سوف تساعد المرشد على ذلك:

- ما نوع الحوار الذي لاحظته بين والدك ووالدتك؟
 - هل هما يتفاعلا بطريقة سلبية؟
 - هل كان أحدهما مسيطرًا والآخر مسالمًا؟
 - هل تحاول تجنب طريقة والديك في علاقتك الزوجية، أم أنك تتبع طريقتهما نفسها؟
 - ما الذي أخذته من والديك وأسررتك شعورياً أو لا شعورياً؟ وكيف يؤثر ذلك في التواصل في علاقتك الزوجية
- فلو أن أسرة الزوجة بين الحين والآخر تعبر عن مشاعر سلبية وبصوت مرتفع، لربما

ظننت أن هذه هي الطريقة الوحيدة للتعبير عن الأشياء. و لربما تغضب من عدم رغبة الطرف الآخر في النقاش. وبالتالي فإن اتجاه الطرف الآخر نحو التعبير عن المشاعر تأثر بنمط أسرته وطريقتها.

٣- ثالثاً والأهم: استكشاف علاقة المسترشدة مع ذاتها، وهذه الجزئية يغفل عنها الكثير من المرشدين، لكن وبناء على الدراسات النفسية وعلماء السلوك «فإن علاقتنا مع أنفسنا هي محور علاقتنا مع الآخرين وهي القالب الذي يتشكل منه باقي علاقتنا» وتجربتي مع معالجة المشكلات الزوجية يؤكد ذلك، وهنا سوف أذكر مثلاً يوضح ذلك: جاءتني سيدة متزوجة وعلى الرغم من تأكيدها بأنها تعيش مع زوج رائع وأطفال أكثر روعة إلا أنها شديدة العصبية، وخصوصاً مع أطفالها وتريد المساعدة للتغلب على هذه العصبية خوفاً من العواقب إن هي لم تتغير، وعندما سألتها عن نفسها وطفولتها في محاولة مني لمعرفة مصدر هذا الغضب المحطم إليكم كلامها: «لا أنكر أنى عشت طفولة صعبة لأن والدي رحمه الله كان شديد العصبية ولا أذكر أنه مر يوم في أسرتنا دون نكد، وكان يعاملني من دون إخوتي معاملة صعبة جداً وكان كثيراً ما يضربني وأذكر إنني كنت دائماً، أجلس وحيدة حتى في مدرستي، مع العلم بأنني كنت من الأوائل، ولكن للأسف لا أشعر بالثقة بنفسي حتى الآن وأنا متزوجة ولدي أطفال.

ومن هنا تبدأ معاناتي، زوجي يحبني كثيراً و يعاملني معاملة طيبة جداً، ولكنني عصبية، أضرب أولادي بشكل غريب، لا أطيق سماع أصواتهم، والغريب أنني عندما أضربهم أتخيل أن من يضرب هو أبي، وأنا من يضرب وبعد أن أضربهم أبكي وأعاهد نفسي على عدم ضربهم، وأقول لنفسي لماذا أفعل بهم ما كان يفعله بي أبي؟
علماً بأنني سرعان ما أعاود ضربهم وأنا كما قلت لا أحب أن اجتمع بالآخرين وأشعر أنني غير مرغوب في من أحد لا أدري ما يحدث لي حتى نفسي أهملتها، و زوجي لا يعترض بل بالعكس أرى أن كل يوم يزداد حبه لي وأنا أحبه و أحب أبنائي وأريد أن أبتعد عن ضربهم ولكن كيف؟

هذه الحالة نموذج دقيق للنقاط التي سبق ذكرها:

- إننا في علاقتنا الحميمة نعيد ماضي،نا، فعلى الرغم من أننا كنا نقول: بأننا لن نفعل بأطفالنا ما كان يفعل بنا، إلا أننا نعيده ونكرره من دون وعي منا، لأن هذا ما نعرفه عن كيف نكون آباء أو أزواج.
- والنقطة الثانية: بأن صلب علاقتنا بالآخرين هي علاقتنا مع أنفسنا، فالمسترشدة لا تحب نفسها، ولا تعرف ما الحب الصحي، ولا كيف يكون، لهذا فلا نتوقع منها أن تعطي شيئاً للآخرين، هي نفسها تفتقده. وإذا كان الأمر كذلك، فيجب على المرشد التركيز على بناء ثقة المسترشدة في نفسها، ورفع مستوى حبها

وتقبلها لذاتها الحقيقية، ومساعدتها على رؤية الجوانب الإيجابية في نفسها وفي علاقاتها. ومساعدتها على التعايش مع الماضي والتسامح مع من تسببوا لها في الأذى سابقاً حتى تستطيع التقدم للأمام.

٤- رابعاً: اكتشاف المكاسب النفسية والمعنوية والحسية التي تحصل عليها المسترشدة من وراء عنادها وعصبيتها، لأن علماء السلوك يقولون بأننا فقط نكرر السلوك الذي يؤتي ثماره، فما الذي تحصل عليه: هل هو: السيطرة، والتحكم، والشعور بالفوقية، والشعور بالحب، وتحقيق رغباتها دائماً، والانتصار...إلخ. ومن ثم يقوم المرشد مع الزوجة بتقييم هذا المردود، ومدى تأثيره السلبي على العلاقة وما الثمن الذي تدفعه في العلاقة الزوجية مقابل ذلك؟

٥- ما الثمن الذي تدفعه الزوجة أو يدفعه الآخرون بسبب عصبيتها وعنادها، والهدف هو خلق نوع من الألم الداخلي ليساعدها على التغيير، وإيجاد حلول وبدائل إيجابية. لكن الحلول يجب أن تكون نابعة من المسترشد وكنيجة للتغيير المعرفي الذي أحدثته العملية الإرشادية لديه، وليس كحلول ونصائح تفرض عليه من قبل المرشد، لأن التغيير النابع من ذات المسترشد ومن قناعاته الجديدة هو التغيير الدائم والمستمر. ولينجح المرشد في إيجاد قوة دفع حقيقية للتغيير يجب أن يطرح الأسئلة التالية (وهذه أسئلة رائعة وقوية لاستخدامها مع الزوج أيضاً):

- ما كلفة عدم تغييرى؟
- ما الذى سأخسره فى حياتى فى نهاية المطاف إن لم ألتجأ إلى التغيرى؟
- ما الكلفة الذهنية والعاطفية والبدنية والمالية والدينية التى أتحملها الآن نتيجة لعدم التغيرى؟
- ما الثمن الذى يدفعه أطفالى كنتيجة لعصبيتى وعنادى، وبالتالى كثرة المشاجرات والمشاحنات؟

٦- تزويد الزوجة وكذلك الزوج وتدريبهم على مهارات الحوار واحترام وتقبل الرأى الآخر حتى لو كان لا يتفق معنا، وعلى التواصل الذى هو الأداة الحقيقية التى يجب أن يستخدمها كلا الزوجين للارتباط ببعضهما البعض، وأنه هو الطريق الذى يصل بينهما، مما يجعل الطرف الآخر يعلم من يكون، وماذا يحتاج؟ وماذا يرغب؟ وحقيقة شعوره. وأنه هو الطريق الذى ينعش العلاقة أو يدمرها. فاستخدام أسلوب «أنا..» من قبل المتحدث يقلل من احتمالية أن يكون أسلوبه منتقداً وبالتالى يقلل من احتمالية الدفاعية لدى المستمع... فاستخدامك لهذا الأسلوب يشير إلى تقبلك لتحمل مسؤولية مشاعرك و سلوكك بدلاً من لوم الطرف الآخر على ذلك، مما يهيئ المناخ المناسب للنقاش، وبالتالى الوصول لحل مناسب. وهذه بعض من الأمثلة حتى تستطيع أن ترى الفرق بنفسك:

- «أنت لا تستمع لي..» في مقابل «أنا سأكون سعيدة لو استمعت لي....»
- «أنت لا تهتم بي..» في مقابل «أنا أشعر بالإهمال....»
- «أنت فعلاً سائق متهور، ممكن لو سمحت تهدئ السرعة قبل أن تتسبب في قتلي و الأولاد» في مقابل «أنا اعرف كم تستمتع بقيادة السيارة بسرعة، لكن ذلك يشعروني بالتوتر عندما تتعدى حدود السرعة، ممكن لو سمحت تهدئ السرعة»
- ٧- تدريب الزوجة على أن تشتكي لكن لا تلوم أو تنتقد: هناك فرق كبير بين النقد و الشكوى فجميعنا لدية ما يزعجه في الطرف الآخر، لكن الشكوى تركز على السلوكات فقط، بينما النقد هو أكثر شمولاً فهي تزيد بعض الكلمات السلبية عن شخصية الشريك وصفاته. فتجنبى اغتيال الصفات وابق مركزة على القضية.

وهذه بعض الأمثلة لتوضيح الفرق بين النقد / الشكوى للمرشدين والمسترشدين:

(١) المثال الأول: الزوج حضر مساءً للمنزل لكنه نسى للمرة الثانية شراء احتياجات العائلة من الطعام...

- هنا الزوجة تستخدم أسلوب الشكوى لمناقشة الزوج في نسيانه أمر المشتريات:
- «لا يوجد أكل في الثلاجة لهذا اليوم، لماذا لم تشتري الخضروات مثل ما قلت؟»
- وهنا الزوجة نفسها والموقف نفسه لكنها تستخدم أسلوب النقد:

- لماذا أنت لا تستطيع تذكر أي شيء؟ فأنا أخبرتك عشرات المرات أن تشتري النواقص، وأنت لا تفعل؟

(٢) المثال الثاني: الزوجة أعدت سهرة عشاء خاصة لها ولزوجها كمفاجأة، لكنها تفاجأت بدعوته لأصدقائه في اليوم نفسه.

• هنا الزوجة تناقش الموضوع مستخدمه أسلوب الشكوى:-

«كان من المفروض أن تخبرني مسبقاً بأنك سوف تدعو أصحابك على العشاء، فأنا كنت مرتبة لعشاء هادئ لنا في مطعمك المفضل».

• هنا الزوجة نفسها والموقف نفسه لكنها تستخدم أسلوب النقد:

- «لماذا أنت دائماً تضع أصدقاءك قبل مني، فأنا دائماً في نهاية قائمة أولوياتك، فنحن من المفروض أن نتعشى سوياً الليلة».

٨- تشجيع الزوجة وحثها على أن لا تناقش الطرف الآخر وهي في حال غضب:

حاول التنفيس عن مشاعر الغضب التي تشعر بها أولاً قبل مناقشة الطرف الآخر، فهذا يسمح لك بأن تكون أكثر قدرة على التحكم فيما تنوي أن تقوله. حاول البحث عن طريقة ما للتنفيس من خلالها عن مشاعرك (اقض وقتاً مع صديق مقرب، قم بكتابة ما تشعر به، عليك بالوضوء والصلاة ولا تنس قراءة القرآن، أو القيام بتمارين رياضية،... إلخ)

نحن نعلم المسترشدين أنه لا يمكن تجاهل المشاعر، لكن بوسعنا تعلم التحكم فيها، وأيضاً التخلص منها مما يساعد الطرف الآخر في التركيز على محتوى ما تقوله وليس مشاعرك المتفجرة. فهناك الكثير من الأزواج يقومون في خطأ مناقشة الموضوعات المهمة لديهم وهم في حال غضب شديد مما يجعل الطرف الآخر يصفى إليها ويتجاوب مع المشاعر الغاضبة التي تغلف الكلام وليس محتوى الرسالة نفسها.

٩- تدريب الزوجة على أسلوب (اكسب - أكسب) في مناقشة الخلافات ونقاط الاتفاق المكسب المشترك، لا يوجد تنازلات بل تفاوض ينتهي بشعور كلا الطرفين بالرضا، لحصوله على ما يريد. فيتم التوصل إلى حل يحقق جزءاً من رغبات كل طرف، وليس لطرف دون الآخر. وهنا أذكر إحدى الزوجات الصغيرة في السن والتي كانت حاضرة لدورة «فن إدارة الخلافات الزوجية» وكانت تشتكي من أنها لا تستطيع الاتفاق على أي شيء مع زوجها، فمثلاً مضى على انتقالهم لمنزلهم الجديد خمس سنوات ومازال صالون الضيوف بدون أثاث جديد، لأن كل واحد منهما يرغب في طراز معين ويصر عليه، وكانت تتساءل بأنها تريد أن تعرف كيف تقنع زوجها أو حتى تجبره على تأثيث المنزل على ذوقها خصوصاً وأنه يهددها بأنه سوف يضعها أمام الأمر الواقع ويؤثث الصالون بطريقته وعلى ذوقه. وعندما ذكرتها بأنهما لا يختلفان كما يعتقدان، بل أن

هناك الكثير من الأمور المشتركة بينهما إن حاولا رؤية ذلك. فتفاجأ الجميع وخصوصاً الزوجة إلا أنه من خلال تطبيق الاستراتيجية التالية.

- الخطوات التنفيذية لتطبيق أكسب - أكسب (المكسب للجميع):

الخطوة الأولى: تهدف إلى تقليل الفجوة بين رغبات و احتياجات كل طرف. من خلال وضع الحقائق أمامهما لمعرفة إذا ما كانا يتفقان أم لا.

الخطوة الثانية: هي تحديد رغباتكما التي تتشاركان فيها. ولذلك للوصول إلى إطار يجمع بينكما في اتفاق واحد. من خلال سؤال أنفسكم ما الأشياء موضوع الخلاف التي نتفق عليها سوياً، ونريدها ونحرص على وجودها. فلما طبقت الزوجة ذلك اكتشفت بأن هناك الكثير من نقاط الاتفاق وصلت إلى ٢١ نقطة اتفاق، فيما بينهما مثل ميزانية الأثاث المالية، ولونه، واستخداماته، وعدد قطعة، ومن أي المحلات، هل سيكون مستورداً أو صناعة محلية،... إلخ

الخطوة الثالثة: هو طرح نقاط الاختلاف وما يريد كل منكما ولماذا؟ ثم مناقشة كيفية تحويل الرغبة المشتركة إلى حقيقة. مع التأكيد بأن الحل يجب أن يتكون من ٥٠٪ من رغبات كل طرف (٥٠٪ من رغبات الزوجة و ٥٠٪ من رغبات الزوج) وليس رغبات واحد دون الآخر.

- كما أنه من المهم جداً العمل على تقوية شخصية الزوج وتزويده بمهارات الأسلوب الحازم والتنبيه إلى الدور الذي يؤديه الرضوخ والاستسلام لصراخ الزوجة وغضبها أو تسلطها إلى استمرار المشكلة وتفاقمها، فعلى الرغم من أنه الضحية والمسيطر عليه ألا أنه يؤدي دور الممكن لسلوكات الزوجة السلبية.

عناد الزوجة وعصبيتها

أ. منها العمي

تعريف المشكلة:

شكوى الزوج من عناد الزوجة وتصلب مواقفها وانفعالها تجاهه إذا لم يرضخ لها أو لطلباتها.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

- ١- إصرار الزوجة على مواقفها وعدم تنازلها عن رأيها ومخالفتها لزوجها.
- ٢- اختلاق الزوجة النكد واقتعال الصدام مع الزوج إذا عارضها في أمر تريده.
- ٣- إصرار الزوجة على تنفيذ مطالبها المادية كإصرارها على شراء أشياء كمالية، دون مراعاة لظروف زوجها.
- ٤- غياب التفاهم وغلبة الصراخ والانفعال وتحول البيت إلى حلبة صراع.

الأسباب والعوامل المسببة لهذه المشكلة.

- ١- طبع المرأة ومزاجها الذي تربت عليه في طفولتها.
- ٢- افتقاد المرأة للوعي والنضج.
- ٣- شعور المرأة بالنقص نتيجة لحرمان أو إهمال سابق في حياتها من أسرته أو من زوجها.

- ٤- تقليد الزوجة لشخصية أمها العنيدة مع أبيها.
- ٥- معاملة الزوج القاسية لها وتحقيرها وعدم احترامه لرأيها.
- ٦- عدم تكيف الزوجة مع الزوج والشعور بعدم الانسجام في حياتها معه.
- ٧- ضعف شخصية الزوج إزاء قوة شخصية الزوجة.

الآثار السلبية على الزوج والزوجة

١- الآثار المتعلقة بالزوج:

- ١- ضيقه المستمر من البيت وذهابه إلى الاستراحات والأصدقاء هرباً من مزاجها السيئ.
- ٢- شعوره الدائم بعدم تقديرها له، وأنه شخص غير كفء في عينيها مهما قدم لها.
- ٣- تنازله المستمر عن رأيه كسباً لرضاها، فلا تتنازل هي بسهولة عما تريد.
- ٤- تراكم الديون عليه نتيجة لاستجابته لمطالب زوجته المادية التي لا تقدر ظروفه المالية.
- ٥- تعالي أولاده عليه واستهانتهم به إذا كبروا، وانحيازهم إلى أمهم.
- ٦- إصابته ببعض الأمراض كضغط الدم نتيجة من جراء ضغط زوجته.

٢- الآثار المتعلقة بالزوجة:

١. كراهية زوجها لها وتضجره منها، وهروبه من جوها القاتم.

٢. افتقادها للرضا في كل جوانب حياتها مهما قدم لها زوجها.
٣. استخدام زوجها العنف معها كالشتم والضرب، كردة فعل لعدم طاعته.
٤. كراهية أولادها بالذات الذكور لنمط شخصيتها العنيد العصبي.
٥. انتقام الزوج منها بالسعي إلى غيرها للشعور بالاستقرار، أو طلاقها وإبعادها عن حياته.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع هذه المشكلة:

- يلجأ المسترشد في هذه المشكلة للإرشاد بعد أن يكون طفق الكيل به من الضيق والغضب من زوجته، فيحتاج بداية إلى التنفيس الوجداني عن مشاعره السلبية بصورة كبيرة.
- يستطيع المرشد الإلمام بحقيقة المشكلة وليس أعراضها بعد أن تهدأ نفسية المسترشد.
- لابد أن يتلمس المرشد كل خيوط المشكلة لأنها متصلة بالطباع وأنماط الشخصية، ليصل إلى تشخيصها بصورة صحيحة، ووضع الحلول المناسبة لها.
- يمكن للمرشد أن يوجه وعي المسترشد بالمشكلة من خلال إجابته عن الأسئلة التالية:

١. هل أنا الذي أوصلتها لهذه الحال؟

٢. هل تصرفاتها السيئة متجهة لشخصي، أم أنه طبع مركب فيها؟

- بعد إجابة المسترشد على هذه الأسئلة، يستطيع المرشد تتبع أسباب العناد لدى الزوجة، ليحدد ما إذا كان نتيجة عوامل خارجية متعلقة ببيئتها المحيطة بها قبل الزواج وبعده، أم طبعاً متصلاً بشخصيتها.
- يتناول المرشد مع المسترشد العوامل الخارجية التي أسهمت في عناد الزوجة وعصبيتها، بدراسة كل عامل على حدة ومن ثم وضع الحل المناسب له، سواء أَسبب الزوج فيه، أم تسببت فيه بيئة الزوجة قبل زواجها أو بيئة الرجل.
- لابد من تدرج المرشد في علاج كل عامل حسب الأهمية، وليبدأ بالعوامل المتصلة بالزوج لأنه هو من يريد طلب المساعدة..مثال:
(خالد متزوج من ٦ سنوات، باتت زوجته عصبية معه بعد أن رزقت بطفلها الرابع، تعانده بالذهاب إلى أهلها رغماً عنه في أي وقت، ولا تستجيب لرأيه إذا أراد مناقشة الأمر معها وتقول له أنا كذا.. وتحاشياً للنزاع معها يرضخ لما تريد ويدعها تذهب. وحينما عرض خالد مشكلته على أحد المرشدين اتضح أن زوجة خالد تعاني من ضغط الأطفال، وليس لديها خادمة فتذهب إلى أهلها ليساعدها فيهم وكان عنادها نكاية بزوجها الذي لا يريد أن يجلب لها خادمة، وانتهت المشكلة بأن أصبح خالد يساعدها ويخفف ضغط الأولاد عنها بأخذهم في نزهة وغير ذلك، فتحسن مزاج زوجته وباتت أكثر لطفاً ومطوعة له).

- قد يكون أحد العوامل ضعف شخصية الرجل..مثال: (فتاة اتصلت على إحدى المرشدات تشتكي من عصبية أمها مع والدها ومعاندتها له في كل شيء وتكليفه فوق طاقته من الديون، وتعمدها الإنفاق عليهم ببذخ شديد، وذكرت الفتاة أن والدها عاش مدة عند أهله مع والدتها، الذين بدورهم أساءوا معاملتها، وكانوا يمنعون والدها من الصرف على أسرته، وكان موقف والدها سلبياً فرضخ لهم وحينما استقل والدها عن أهله بعد زمن طويل في بيته، بدأت والدتها معاقبته على سلبيته السابقة بالعناد والتسلط، وتكليفه مالا يطيق، إلى درجة أنه الآن يعاني من الديون المتراكمة عليه، وحينما نصحت الفتاة والدتها، أمرتها بعدم التدخل).
- إذا أمكن المرشد إقناع المسترشد بإشراك زوجته في جلسة إرشادية (بشرط قبولها لذلك) فإن ذلك أجدى وأنفع.
- يمد المرشد المسترشد بخطوط عامة للتعامل مع العناد الطارئ:
 - أن يطالب المسترشد زوجته باحترامه.
 - يعطيها الاحترام.
 - يُظهر أنه يحبها (إذا كان ذلك ممكناً).
 - يوفر لها بيئة إيجابية في الحوار واحترام الرأي والتقدير.
 - ينسى المواقف السلبية السابقة الصادرة منها.

- يحافظ على وعيه الموقفى أياً كانت صورة العناد فيتصرف بهدوء وذكاء.
- أما إذا توصل المرشد مع المسترشد أن العناد طبع مركب في شخصية الزوجة، يطلب المرشد منه أن يجيب عن الأسئلة التالية:
 - هل بإمكانني التعامل معها؟
 - هل ستضيف لحياتي، أم ستنقص منها على المدى البعيد؟
 - يُذكر المرشد المسترشد بأن للعناد إذا كان طبعاً جانبين، أيهما يغلب على الزوجة؟ سيحدد الحلول المتبعة معها..
 - أن يطالب المسترشد زوجته باحترامه.
 - أن يظهر إعجابه بالجوانب الإيجابية من إصرارها على الأشياء الجيدة.
 - ألا يستجديها الرحمة حتى لا تكلفه فوق طاقتها.
 - أن يكون لطيفاً معها ولكن بدون استسلام.
 - أن يكون أقوى منها.
 - يحافظ على وعيه الموقفى أياً كانت صورة العناد فيتصرف بهدوء وذكاء.

المراجع

- جاي كارتر (٢٠٠٣م) نساء سيئات الطباع، مكتبة جرير.
- محمد عبد الهادي (١٤٢٤هـ) العلاقات الاجتماعية بعد الزواج، الطبعة السابعة
- د. محمد عثمان الخشت، المرأة المثالية في أعين الرجال، مكتبة ابن سينا للنشر والتوزيع.
- موقع عالم حواء.
- موقع الشبكة الإسلامية.

المراجع العلمية المقترحة

- ١) د. محمد عثمان الخشت، المرأة المثالية في أعين الرجال، مكتبة ابن سينا للنشر والتوزيع.
- ٢) د. سناء محمد سليمان (١٤٢٤هـ) التوافق الزوجي واستقرار الأسرة، عالم الكتب الطبعة الأولى.
- ٣) د. عادل صادق (٢٠٠٤م) حب بلا زواج وزواج بلا حب، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
- ٤) د. أكرم رضا (٢٠٠٣م) أوراق الورد وأشواكه في بيوتنا، ألفا للنشر والتوزيع.
- ٥) د. جون كارلسون (٢٠٠٣م) حان الوقت لزواج أفضل، مكتبة جرير.

المشكلة الحادية عشرة
مشكلة: استغلال الزوجة مادياً ومحاولة ابتزاز راتبها الشهري
شارك بكتابتها كل من:

(١) د. محمد بن عبدالله الدويش

(٢) د. منيرة بنت عبدالله القاسم

استغلال الزوجة مادياً ومحاولة ابتزاز راتبها الشهري

د. محمد الدويش

تعريف المشكلة:

ترتبط هذه المشكلة بالزوجات اللاتي يعملن بأجر خارج المنزل، أو الزوجات اللاتي يرثن تركة من أحد الوالدين أو الأقارب، ويعتمد بعض الأزواج إلى استغلال هذا الأمر ليطالب بجزء من المال لنفسه، أو لشؤون المنزل الذي هو مكلف شرعاً بالإنفاق عليه.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

من مظاهر هذه المشكلة ما يلي:

- سعي بعض الأزواج إلى الاستيلاء على راتب الزوجة كاملاً، أو جزء منه، وبعضهم يصر على معرفة الرقم السري لبطاقة الصرف الآلي الخاصة بزوجته.
- سعي الزوج للحصول على توكيل باسمه للتصرف في حساب زوجته.
- احتيال بعض الأزواج على زوجته في استثمار مرتبها ودخلها، والاستيلاء عليه بعد ذلك، أو أن يأخذ نسبة عالية من عائد الاستثمار لا تتناسب مع ما قدمه من جهد.
- استغلال اسم زوجته في عمليات مالية كالإكتتاب في الشركات المساهمة، أو الدخول في مساهمات مالية.
- أخذ قروض وتسهيلات باسم زوجته، وقد يماطل بعد ذلك في السداد، أو يمتنع.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة:

من العوامل المؤدية لهذه المشكلة ما يلي:

- الطمع المادي لدى الزوج؛ فالرغبة في الدنيا أمر جبل عليه بنو آدم كما قال عز وجل ﴿وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا﴾ (الفجر: ٢٠)، وكما قال صلى الله عليه وسلم: «لو كان لابن آدم واد من مال لابتغى إليه ثانيا، ولو كان له واديان لابتغى لهما ثالثا، ولا يملأ جوف ابن آدم إلا التراب، ويتوب الله على من تاب» (متفق عليه). لكن الناس يتفاوتون في قدر الطمع والتعلق بالدنيا، وفي مدى استعداد الرجل للتخفف من مروءته والجرأة على الأخذ من مال الزوجة.
- عدم ارتباط الزوج بوظيفة؛ وذلك بأن يكون الزوج غير موظف أصلا، أو أنه لم يستطع الاستمرار في وظيفة محددة.
- التساهل في التعرف على شخصية الزوج؛ فثمة عدد من الأزواج يحرص على المرأة الموظفة ليستفيد من دخلها، وقد بين النبي صلى الله عليه وسلم أن ذلك من مقاصد بعض الناس في الزواج فقال: «تتكح المرأة لأربع: لمالها ولحسبها ولجمالها ولدينها فإظفر بذات الدين تربت يداك».
- زيادة تكاليف الحياة، وانغماس الناس في الكماليات والترف تجعلهم يبحثون عن مصادر دخل إضافية.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

استمرار هذه المشكلة دون حل يقود إلى آثار سلبية، ومنها:

- تقود الخلافات الناشئة عنها في حالات كثيرة إلى الطلاق وبالأخص حين يكون دخل المرأة عاملاً مهماً لدى الزوج، وأحد مصادر رغبته في الزواج منها.
- الشك والمبالغة في تفسير مواقف الطرف الآخر.
- الصراع والخصام بين الزوجين وتعكير صفو الحياة الزوجية.
- تقصير الزوج في عمله فبعض الأزواج يتساهل في عمله نتيجة وجود مصدر آخر، أو يقصر في البحث عن فرص عمل إن لم يكن مرتبطاً بعمل.

توجيهات عامة للمرشد في كيفية التعامل مع المشكلة:

أولاً: يجب أن يعرف المرشد ما يتعلق بأحكام راتب الزوجة ومالها، فإن جهله به قد يقوده إلى أن يشير عليها أو على زوجها بما يخالف الحكم الشرعي، أو أن يمنعها من حق قد منحها الشرع إياه.

وفيما يلي أبرز الأحكام المتصلة بمال الزوجة وراتبها:

- ذمة المرأة المالية مستقلة عن ذمة الرجل - الزوج أو غيره - في الإسلام.
- أن المرأة سواء أكانت متزوجة أم لا، لها حق التملك والتصرف فيما تملك - ومنه راتبها - إذا كانت بالغة رشيدة.

- أن الراجح من أقوال العلماء أن الزوجة تتصرف في مالها بدون إذن زوجها، وراتب الزوجة جزء من مالها الذي تملكه، فلها أن تتصرف فيه بما شئت مادام هذا التصرف داخل دائرة المباح.
- كل الصور والحالات التي يتم التراضي فيها بين الزوجين؛ سواء فيما يتعلق بالخروج للعمل أم راتب الزوجة أو النفقة يتعامل معها الإسلام بالتيسير والسماحة.. فيجوز شرعاً أن يتنازل كل واحد من الزوجين للآخر عن حقه أو بعضه.
- إذا خرجت الزوجة للعمل بدون إذن زوجها، فإنها عاصية لزوجها ومقترفة لمحرّم، آثمة في فعلها هذا، وتسقط نفقتها، فلا تجب على زوجها.
- إذا اشترطت الزوجة على زوجها في عقد النكاح الخروج للعمل أو الاستمرار فيه، فإنه يلزم الزوج الوفاء به، وإذا لم يف به وطالبته الزوجة ولم ترض بذلك فإن لها الفسخ.
- إذا شرط الزوج على زوجته في العقد ترك عملها أو عدم الاستمرار فيه، فيلزمها الوفاء بهذا الشرط، وإذا لم تلتزم بذلك كانت عاصية لزوجها وخارجة بغير إذنه، تسقط نفقتها.
- إذا أذن الزوج لزوجته بالعمل فلا يلزمه تحمل تكاليف تتصل بالعمل، كالانتقال ومتطلبات العمل والملابس الخاصة بها ونحو ذلك.

ثانياً: لا بد أن يعي الطرفان أن العلاقة بينهما مبنية على الحوار والتفاهم والمصالح المشتركة، وليس على النزاع والمطالبة والمخاصمة.

ثالثاً: من المهم إفهام المسترشد أن إثبات الحق الشرعي لأحد الطرفين لا يعني أن القرار الأصوب دائماً هو التمسك به؛ فمن أهم المبادئ في العلاقة بين الطرفين المرونة، والتنازل عن بعض المطالب والحقوق التي يستطيع الطرف التنازل عنها، فالزوج بحاجة للتنازل وتحمل بعض الأعباء، والزوجة بحاجة للتنازل عن بعض حقوقها المالية.

رابعاً: كثير من هذه المشكلات يمكن حلها قبل الزواج من خلال مراعاة هذا الاعتبار عند اختيار الطرف الآخر أو الموافقة عليه، ومما ينبغي أن يراعى في ذلك ما يلي:

- عند الإحساس بإصرار الزوج على عمل خطيبته وسؤاله عن راتبها وما يتعلق به؛ فإن هذا مؤشر على رغبته في ذلك.
- من المهم توجيه الفتاة العاملة بالتفكير جيداً قبل القبول بالزواج الذي لا يعمل ويلحظ من شخصيته عدم الجدية؛ فإن هذا النوع كثيراً ما يتكل على راتب زوجته يبقى دون عمل.
- من عوامل النجاح التقارب في المستوى الاقتصادي بين الطرفين، فينبغي توجيه المسترشد إلى مراعاة ذلك قبل الموافقة على قرار الزواج.
- من المهم لكل من الزوجين توضيح الصورة والموقف جيداً للطرف الآخر، والاشتراط عند العقد في حال التخوف من عدم التزام الطرف الآخر.

خامساً: تعيش الزوجة العاملة في جو العمل مع زميلاتها ويتبادلن الحديث كثيراً والنصائح حول موقف الزوج من راتب زوجته وكيف يتم تعاملها مع ذلك، وفي الغالب أن الناس يميلون إلى تعميم الصور والنماذج السلبية، فحين تواجه إحدى العاملات موقفاً شاذاً من زوجها تجاه راتبها، فإن عدداً من زميلاتها يطبقن هذا النموذج على أزواجهن أو يخشين من تكرار التجربة نفسها. ومن المهم وعي المرشد بذلك، والسعي لاستكشاف الخبرات المتراكمة لدى الزوجة حول ذلك، والسعي لتصحيح الصور السلبية، وتحقيق النظرة المعتدلة لدى الزوجة حول الموقف، وأن الرجال يختلفون، فما يفعله شخص ليس بالضرورة أن يفعله البقية.

سادساً: تنظر كثير من الزوجات فيما يتعلق بمرتبها إلى تضحياتها وبذلها الجهد والعمل، ومن المهم ألا يتناسى أن الزوج يقدم قدراً من التضحية حين يسمح لزوجته بالعمل، ومن صور هذه التضحية:

- اضطرار كثير من الأزواج إلى إحضار خادمة، بينما كان يمكنه الاستغناء عنها لو لم تعمل زوجته، وفي إحضارها تكاليف اجتماعية، وتكاليف مالية ليست قاصرة على مجرد الراتب بل يضاف لذلك تكاليف الاستقدام، والإقامة، والسفر والعودة... إلخ.
- تحمل بعض الأزواج تبعة تنقلها من المنزل إلى العمل.

- أثر خروج الزوجة من المنزل على رعاية الأطفال وتنشئتهم.
 - أثر خروج الزوج من المنزل في وقت العمل على القيام بمهام المنزل، واضطرار الزوج إلى تغيير نظام تناول الطعام بما يتلاءم مع خروج زوجته.
 - انشغال الزوجة في المساء بأعباء العمل كالمعلمات اللاتي يُشغلن بالتحضير ومتابعة أعمال الطالبات وإعداد الامتحانات، أو أن العمل يحوج الزوجة للنوم والراحة في المساء، وكل ذلك على حساب الزوج.
 - تضيق خيارات سفر الأسرة وتمتعها بالإجازة وبالأخص حين لا يكون لديهما أطفال في سن المدرسة.
 - لجوء بعض الأزواج للتعدد لتعويض ما يفوته من انشغال زوجته عنه.
- إن هذه التضحيات وغيرها قد قدمها الزوج حين سمح لزوجته بالعمل، وهي تتطلب تقدير الزوجة لها، ومن صور التقدير لذلك أن تتبرع له بقدر من مرتبها.
- وعليه يجدر بالمرشد توجيه الزوجة ولفت نظرها لمثل هذه التضحيات التي قد تغفل عنها؛ فطبيعة الإنسان كثيراً ما تقوده لأن ينشغل بحقوقه عن واجباته، وبما له عما عليه.
- سابعاً: المشكلات الاجتماعية ترتبط بعوامل عديدة، يصعب تفسيرها من خلال عامل واحد فقط، وهذه المشكلة كغيرها من المشكلات الاجتماعية والزوجية وإن كان مرتب الزوجة هو موضوع الخلاف، إلا أنها في حالات كثيرة قد تزداد أو تخف نتيجة عوامل أخرى ترتبط بأحد الزوجين، ومن ذلك:

- أسلوب كل طرف في التعبير عن حقه ومطالبته به؛ فالصرامة واستخدام الأنفاذ التي لا تليق قد تقود الطرف الآخر إلى الإصرار على موقفه.
 - الإصرار وعدم المرونة وعدم تقبل الحوار.
 - عدم تقدير مشكلات الطرف الآخر ومعاناته وتضحيته.
 - وجود سلبيات أخرى مرتبطة بموقع العمل وطبيعته ونحو ذلك.
- وهذا يتطلب من المرشد الوعي بهذه العناصر أثناء حوار مع المسترشد، واكتشاف جوانب الخطأ التي تصدر منه وتوجيهه إليها وإلى تلافيها.
- ثامناً: من المهم اعتناء المرشد بالتأكيد على حل المشكلة بين الطرفين، والتقليل من اللجوء للأطراف الأخرى، ومن صور ذلك:
- إدخال الزوج في خلاف الزوجة مع والدها أو والدتها بشأن مرتبتها.
 - إدخال الأب أو الأم أو غيرهما من الأقارب في الخلاف مع الزوج.
- تاسعاً: من الوسائل المفيدة لتحسين العلاقة بين الزوجين، وإقناع الزوج بالأثر الإيجابي لاستقلال الزوجة بمرتبها أن يوجه المرشد الزوجة إلى الاعتناء بصرف جزء من مرتبتها على شؤونها الداخلية، كملابسها، أو غرفة النوم ونحو ذلك مما يحبه الزوج ويشعر من خلاله بالأثر الإيجابي لهذا المرتب.
- عاشراً: الحلول الوسطية والمتوازنة أقرب للواقع من الحلول الصارمة، فتوجيه الزوجة

إلى الإصرار على موقفها قد يقود إلى وقوع الطلاق أو تأزم العلاقة الزوجية، وتوجيهها إلى التنازل التام عن حقوقها قد يقود إلى عدم جدية الزوج في عمله، أو في بحثه عن فرصة عمل مناسبة.

مراجع مقترحة:

عبد العزيز بن محمد الريش. أثر راتب الزوجة الموظفة في الحياة الزوجية: دراسة فقهية.
مجلة جامعة الملك سعود.

مشكلة: استغلال الزوجة مادياً ومحاولة ابتزاز راتبها الشهري

د. منيرة القاسم

تعريف المشكلة:

تتعرض بعض الزوجات لعملية ابتزاز من قبل الزوج الذي يستغل الظروف الاقتصادية والمادية لزوجته خاصة المرأة العاملة أو الغنية منهن بطريقة مباشرة أو بطريقة غير مباشرة كالضغط عليها، أو تهديدها بترك عملها في حال عدم الانصياع لرغبات الزوج وأطماعه المادية.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

من مظاهر هذه المشكلة:

- أن يفرض الزوج على زوجته الإنفاق على الأسرة؛ كتوفير احتياجات الأبناء الأساسية والكمالية، أو سداد فواتير الكهرباء أو الماء أو الهاتف، أو دفع مرتبات الخادمة والسائق، أو تسديد أجرة السكن.
- قد تمتد المشكلة إلى إرغام الزوجة أو الضغط عليها لدفع أو سداد أقساط قيمة السيارة أو بناء المنزل أو دفع تكاليف السفر.
- تسليم الزوجة الراتب كاملاً للزوج في نهاية كل شهر، أو نسبة كبيرة منه نظير سماح زوجها لها بالعمل.

- تخلي الزوج عن مسؤولياته المادية بالكامل ومطالبة الزوجة بذلك.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة:

١- عوامل تتعلق بالزوج:

- جهل الزوج بحقوق الزوجة المالية، وعدم معرفة واجباته ومسؤولياته المالية الشرعية
- تجاة الزوجة والأبناء، وعدم استشعاره عظم هذه المسؤولية.
- طمع الزوج واستغلاله للزوجة مادياً حتى لو كان الزوج غير محتاج.
- حب السيطرة وإثبات الذات على حساب الزوجة وحقوقها المادية.
- ضيق ذات اليد وضعف مرتب الزوج مقابل مرتب الزوجة المرتفع.
- كثرة مسؤوليات الزوج كأن يعول أسرة أخرى - والدته وإخوانه - .

٢- عوامل تتعلق بالزوجة:

- جهل الزوجة بحقوقها المالية الشرعية وواجبات الزوج المالية لها ولأولادها.
- ضعف شخصية الزوجة وسلبيتها مقابل سيطرة الزوج.
- تعويد الزوج منذ البداية على صرف الراتب في شؤون من المفترض أن تكون من اختصاصات الزوج مما لا يسمح بالتراجع عنها فيما بعد.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

١- الآثار السلبية على الزوج:

- كثرة المشكلات مع الزوجة لهذا السبب، وافتقاد الدفء الأسري؛ مما يزيد الجفاء بين الزوج وزوجته.
- افتقاد الزوج لكرامته وقيمه في نظر الزوجة، وانعدام الاحترام والحب من قبلها وذلك نتيجة تقصير الزوج في واجباته الأسرية المادية، فلا تكثر الزوجة لحقوق زوجها ولا لمشاعره.
- افتقاد الاحترام والحب والبر من قبل الأبناء؛ الذين يشعرون بأن الفضل يعود لوالدتهم وليس لوالدهم في النفقة وتوفير احتياجاتهم.

٢- الآثار السلبية على الزوجة والأبناء:

- تزايد الشقاق والمشكلات بين الزوجة وزوجها، وتأثر الأبناء سلباً والشعور بعدم الاستقرار الأسري.
- تزايد الضغوط النفسية على الزوجة وشعورها بالظلم والقهر مما يؤثر على صحتها وعلى تعاملها مع أبنائها.
- لجوء الزوجة إلى سلوكيات غير مرغوبة أو محرمة، كالكذب على الزوج، أو الحيلة للتهرب من الزوج واستغلاله.

- الفتور في العمل والتقصير في أداء الواجب وعدم إعطائه حقه وفقدان الإخلاص حيث تشعر الزوجة بأن الزوج هو المستفيد من عملها.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

- ١- تهيئة المكان والزمان المناسبين للإرشاد خاصة الإرشاد وجهاً لوجه أو عبر الهاتف، وهذا يساعد المرشد والمسترشد على حسن الإصغاء والتعبير بحرية عن النفس وعدم المقاطعة أو الانشغال بأمر ما، مما يساعد على تفهم المشكلة وتقبل الإرشاد والتوجيه.
- ٢- الإمام بجميع جوانب المشكلة والتحضير المسبق للجلسة أو المكالمة أو الرد المكتوب ليكون الإرشاد قائماً على أسس عملية وواقعية.
- ٣- تذكير المسترشد / الزوجة بمميزاتها وإنجازاتها السابقة ونقاط القوة في شخصيتها في بداية الجلسة. (أعرف عنك / عرفت منك أنك إنسانة متفهمة وواقعية / ولك مواقف مشرفة في السابق) وهذا يعطي دافع معنوي للزوجة في القدرة على تفهم المشكلة وحلها.
- ٤- إشعار المسترشد بالاهتمام بمشكلته ومشاركته مشاعره ومعاناته بعبارات صريحة ومتنوعة خلال حل المشكلة. (نحن نشاطرك مشاعرك وأحاسيسك، إنني أتفهم وضعك وأقدر موقفك) وهذا يعطي المسترشد حافزاً لضرورة حل

المشكلة ومن ثم التعاون مع المرشد ومساعدته بكل ما يملك للوصول لحل مريح ومقنع.

٥- إشعار المسترشد بأهمية المشكلة وضرورة عدم إهمالها والسعي لحلها. (المشكلة ليست سهلة ولتساعد على حلها لأنك على ما يبدو تعاني كثيراً من جرائها) وهذا الأمر يخفف من حدة الوضع النفسي للمسترشد المتمثل في التوتر واليأس والإحباط أحياناً، والشعور بأن هناك من يؤازره ويهتم بأمره؛ ومن ثم يفرغ المسترشد مكنونات نفسه ويزيد من ثقته في المرشد، كما يجعله يتقبل الإرشادات ويثق في نتائجها بعون الله.

٦- إشعار المسترشد بأن هناك من يشتكون من المشكلة نفسها. (لست وحدك من يشتكي وصلنا العديد من الرسائل / الاتصالات لها نفس الشكوى، كما نوقشت المشكلة في بعض الصحف والمجلات) وهذا بدوره يخفف من وطأة القلق والتوتر، وحين يعلم المسترشد بأنه ليس الوحيد الذي يعاني من هذه المشكلة؛ تهون مشكلته على نفسه، وهذا يجد ذاته جزء من حل المشكلة.

٧- إشعار المسترشد بإمكانية حل المشكلة وضرورة العناية بذلك. (رغم عمق المشكلة إلا أن الحل ليس مستحيلاً - جرعة أمل -) فإذا علم المسترشد بأن مشكلته مهما كانت معقدة من وجهة نظره إلا أن الأمل موجود، وهذا يُشعر

المسترشد بالراحة النفسية ومن ثم تقبل النصح والتوجيه والاقتناع بما يقوله المرشد.

٨- التأكيد على المسترشد بأهمية الصبر وأن حل المشكلة يحتاج إلى وقت، وعدم الاستعجال في الوصول إلى النتائج المرجوة. (إن الله مع الصابرين) والصبر صفة الأنبياء والصالحين، وهذه الخطوة مهمة جداً حيث إن الكثير من المسترشدين يستعجلون النتائج ويتوقعون حلولاً سحرية لمشكلاتهم؛ فعلى المرشد حث المسترشد على الصبر وعدم التعجل؛ ويبين له أن الأمر يتطلب الصبر وطول النفس من أجل الحصول على أفضل النتائج بإذن الله.

٩- التأكيد على ضرورة الاستعانة بالله في كل خطوة، وبيان أهمية الدعاء واللجوء إلى الله، وحسن الظن به. (أنا مع عبدي، وأن الله يستحي أن يرد عبده إذا سأل، وأنا عند حسن ظن عبدي بي) وهذه الجرعات الإيمانية تمد المسترشد بالطمأنينة والشعور بمعية الله له، فيتقوى بالله ويعتمد عليه مع الأخذ بالأسباب.

١٠- التآني في حل المشكلة، وأخذ الأمور ببساطة وعدم التوتر لأن ذلك سيزيد من الضغوط النفسية ويعرقل القدرة على التفكير واتخاذ قرارات حكيمة. (لنتفهم الموضوع جيداً، فهناك من يعيش ظروفاً ومشكلات مستعصية، أنت أحسن حالاً

منها بكثير فاحمد الله، ولنتأني في التفكير ولنحاول سوياً حل المشكلة) وهذا يجعل المسترشد يطمئن ويفكر بعمق أكثر في أبعاد المشكلة.

١١- حث الزوجة على اختيار الأوقات المناسبة لمفاتيح الزوج في الموضوع والبعد عن مناقشته في الظروف غير المناسبة. (الزوج متعب، أو يمر بظروف نفسية سيئة، أو في وقت الطعام، أو وقت النوم، أو أمام الأولاد... إلخ) وهذه الجزئية مهمة لأن بعض الزوجات يستئن اختيار الوقت لمناقشة الزوج أو معاتبته مما يجعل الزوج يعاند ويتمادي في تجاهلها وإهمال مسؤولياته المادية.

١٢- حث المسترشد على الدعاء للزوج في ظهر الغيب بالتوفيق والهداية، فباب الدعاء من أوسع أبواب الرجاء والأمل، ولا بد من الاجتهاد في ذلك، كما أن الدعاء من أقوى ما يتسلح به المؤمن. (اللهم أهده ووفقه وسدد خطاه وارزقه الرزق الواسع الحلال الطيب، اللهم أره الحق حقاً وارزقه اتباعه وأره الباطل باطلاً وارزقه اجتنابه، اللهم سخره لخير أهله وولده... إلخ)

١٣- تزويد المسترشد / الزوجة بتقنيات نفسية تساعد على مواجهة ضغوط الموقف الوقتية بطريقة عملية. (الاسترخاء، والاستغفار، وتغيير المكان، والبحث عن معزز إيجابي كاللجوء إلى مكان هادئ أو التفكير في موضوع مفرح... إلخ) وهذه التقنيات لا تحل المشكلة بالقطع، ولكن لها دور في مقاومة تأثيرات المشكلة نفسياً في حال العجز عن حلها جذرياً.

١٤- أن تقوم الزوجة بتذكير زوجها بأنه مسؤول وان الله قد استرعاه على رعيته، ومن الرعاية النفقة على الزوجة والأولاد بطريقة التعريض واللين واستخدام العبارات المناسبة وعدم استفزازه بالعبارات القاسية أو المباشرة. (حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم « كلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته.. ») كما يمكنها أن تضع في متناول يد زوجها وتحت نظرة الكتيبات أو النشرات التي تؤكد على هذا الأمر وتبين حقوق المرأة المالية والتي تؤكد أجر من قام على ولده وبيته بالحسنى.

١٥- التنوع في الأساليب لزيادة استشعار الزوج بدوره الأسري في الإنفاق على البيت والأبناء. (العبارات الشفوية اللطيفة، أو كتابتها على كروت وبطاقات أنيقة ووضعها في الدرج الخاص به أو في حقيبة العمل أو السفر) قد يكون الحوار المباشر بين الزوجين فاشلاً أو ينقلب إلى مشاجرات أو ينتهي إلى طريق مسدود؛ لذا يكون من المناسب استخدام عبارات مفعمة بالحنان والحب، أو العتاب اللطيف والتي قد تجد طريقاً إلى قلب الزوج ثم إحداث التغيير المطلوب.

١٦- النظر للمشكلة بواقعية أكثر، والتوازن بين ما هو مثالي وما هو واقعي فلا نتوقع حلولاً مثالية، وهنا نؤكد على المثل القائل «سدّدوا وقاربوا». (ما رأيك في الحلول المتوسطة كأن تتكفلي بعض مصروفات البيت مقابل قيام الزوج بالبعض الآخر

والاتفاق مع زوجك على ذلك.... أو غيره من الحلول) إن الاتفاق على بنود محددة برضا الزوجين يجلب الراحة للطرفين ويزيد الأمور وضوحاً ويقلل من المشكلات وإن شعرت الزوجة بشيء من الظلم، ولكنه يريحها نفسياً.

١٧- محاولة التأقلم مع الوضع مؤقتاً إذا استعصى الحل وسُدت الأبواب، إلى أن يفرجها الله. (ما دام الأمر بهذه الصعوبة فلنحاول التعايش مع الوضع، وما من ضيق إلا بعده الفرج، «فإن مع العسر يسراً، إن مع العسر يسراً») قد لا يفلح المرشد مع المسترشد في الوصول إلى حل لمشكلته لتعقدها أو عدم استجابة أطراف المشكلة لأي تغيير، فلا يملك الإنسان إلا التسليم لقدر الله والتأقلم مع الوضع بأدنى درجات الضرر.

١٨- تذكير المسترشد بضرورة إخلاص النية وتجديدها، واحتساب الأجر في كل خطوة يخطوها المسترشد لحل المشكلة أو ما يلقاه من معاناة من جرائها. (ما دام الأمر كذلك وتغيير منطق زوجك يبدو صعباً فلنحاول قلب الأمور، حولي سلبيات المشكلة إلى إيجابيات! واحتسبي كل ريال تنفقينه على بيتك وولدتك صدقة، وصبرك وتحملك لظلم زوجك صدقات مضاعفة....) واحتساب الأجر هنا يخفف أثر المشكلة وتجعل المسترشد / الزوجة تنظر إلى المشكلة نظرة إيجابية نوعاً ما إذا آمنت بأنها فعلاً مأجورة على كل ما تعانيه وفي كل ما تنفقه على بيتها وكل قرش يفتصبه زوجها منها.

١٩- في حال عدم اعتراف الزوج بحقوق زوجته المالية أو عدم قناعته بذلك، يكون التوجيه للزوجة واقناعها بأن تنظر إلى اعتبار فرض زوجها عليها الإنفاق أو التحصل على جزء من الراتب هو مقابل خروجها من البيت والتقصير في واجباتها الزوجية والعائلية.

وآخرأ وليس أخيراً:

على المرشد أن يُذكر المسترشد أيأ كان حاله بضرورة الأخذ بالأسباب والاجتهاد في ذلك مع التوكل على الله في كافة أموره، ثم التسليم بقدر الله تعالى والرضا بقضائه. ومما يهون الأمر على المسترشد تذكيره بقول الله تعالى: ﴿وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ﴾، وقول النبي صلى الله عليه وسلم «أمر المؤمن كله خير إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له» أو كما قال عليه الصلاة والسلام... والتأكيد على أن الله لا يضيع شيئاً، فإن المسلم لا يشاك بشوكة إلا كتب له بها أجر إذا صبر عليها، فكيف بمن ابتلى كبلاء صاحب المشكلة - المسترشد - حيث يتقلب فيها ليل نهار. إن استخدام المرشد لأسلوب النصح الرقيق، وتخفيف المصاب عن المسترشد بشواهد من الكتاب والسنة، وضرب الأمثلة من أحوال السلف له أكبر الأثر على نفسيته وتهدئته وتخفيف حدة التوتر والتشتت التي قد يشعر بها المسترشد في ظل تعقد المسألة وضغطها على المسترشد.

المشكلة الثانية عشرة
مشكلة: إدمان الزوج مشاهدة الأفلام الإباحية
شارك بكتابتها كل من:
(١) د. وداد العيسى
(٢) أ. مها بنت عبدالله العومي

إدمان الزوج مشاهدة الأفلام الإباحية

د. وداد العيسى

تعريف المشكلة:

مع التطور الذي طرأ على العالم ككل - والانفتاحية التي تعيشها الدول الإسلامية على الغرب.. فقد ظهر لدينا إدمان جديد وهو الإدمان على مشاهدة الأفلام الإباحية - فما الإدمان؟ ونقصد به تكرار السلوك وباستمرار والتعود عليه.. أي التعود وباستمرار على مشاهدة الأفلام المحرمة والتي حرمها الله عز وجل لأنها تثير غرائز الإنسان الجنسية فتدفعه لإشباع الغريزة الجنسية بطريقة محرمة غير سوية.

- ومن خلال العمل في الإرشاد النفسي لاحظت أن مشكلة العصر التي تعيشها العديد من الزوجات هي إدمان أزواجهن على مشاهدة الأفلام المحرمة وهي محرمة، لأنها تحتوي على سلوكات جنسية لا يجوز للإنسان أن يراها إلا من حليلته ولا يمارسها إلا مع حليلته (أي زوجته).

- العديد من الزوجات اللاتي يشتكين من سوء العلاقة الجنسية بين الزوجين أو كثرة الخلافات الزوجية بين الزوجين ترجع شكواهن في أصلها إلى الإدمان على مشاهدة الأفلام الإباحية.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

إن من المؤشرات والمظاهر التي تدل على وجود مشكلة في الحياة الزوجية وهي مشكلة إدمان مشاهدة الأفلام الإباحية تكون ظاهرة في الحياة الزوجية:

١- فتور العلاقة الجنسية بين الطرفين، لأن الزوج يلجأ إلى الإشباع الجنسي غير السوي عن طريق مشاهدة الأفلام الإباحية، فإنه يفقد هذا الدور مع زوجته وهذا قد يثير الخلافات بين الزوجين.

٢- لاحظت من خلال بعض الزوجات إن الأزواج الذين يشاهدون الأفلام الإباحية المحرمة طلبهم منهم ممارسة ما يشاهدونه في هذه الأفلام المحرمة. أي أن يطلب الزوج من الزوجة معاشرتها بالطريقة المحرمة وهذا فيه ضرر جسدي ونفسي للمرأة. فقد سمعت الكثير من الزوجات يشكون من هذه الممارسة والمعاشرة المحرمة لما فيها من أضرار جسيمة عليهن.. ولما فيها من تحطيم واحتقار للذات. (بل أن أحد الزوجات كانت تردد وتقول: « صرت أكره نفسي من هذه المعاشرة المحرمة - وصرت أشعر وكأنني حيوان - فإذا لم استجب له فإنه يستخدم القوة لإجباري على ذلك.. وبعد الانتهاء فإني احتقر نفسي». بل أن بعض الزوجات تردد من خلال الجلسة الإرشادية: (أنا أكرهه.. لا أطيقه كزوج) (أراه أمامي في صورة حيوان)

- ٣- كثرة الخلافات والشجارات بين الطرفين لإرغام الطرف الثاني على الاستجابة.
- ٤- السهر باستمرار متابعة هذه الأفلام الإباحية.
- ٥- العزلة بغرفة منفردة لمشاهدة الأفلام الإباحية مما يؤدي إلى فجوة في العلاقة الزوجية والجنسية بين الطرفين.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة:

ولو بحثنا في أسباب هذه الظاهرة رغم أننا نعيش في مجتمعات إسلامية نجدها متمثلة في:-

- ١- ضعف الوازع الديني عند الإنسان.. فالإنسان المؤمن بالله هو الذي يتقي ربه - وتقوى الله تعني أن يبتعد عن كل ما يغضب الله عز وجل - ويتقرب إلى كل ما يرضى الله سبحانه وتعالى.
- ٢- أصدقاء السوء فلا ننسى أن (الصاحب صاحب) وأن المرء على دين خليله فوجود الإنسان مع أصدقاء سلبيين قد يكونون هم السبب في دفعه إلى ممارسة السلوك السلبي المحرم.
- ٣- توفر الأشرطة والأفلام الإباحية وسهولة الحصول عليها.
- ٤- الخبرات الطفولية السابقة التي يتعرض لها الفرد أثناء مرحلة طفولته.. فقد يكون

عاش في أسرة فيها نوع من الإباحية أو مع أصدقاء السوء في مرحلة الطفولة جعل هذه السلوكات كعادة موجودة عنده منذ الصغر في استغلال المحرمات، وقد يرجع إلى أنه في طفولته عاش مع خادمة شاذة جنسياً أو مشاهدته للأبوين.

٥- بعض الأزواج يعانون من اضطرابات جنسية متمثلة في العجز الجنسي أو الضعف الجنسي ولم يتمكن من إشباع حاجاته بشكل سوي مع الطرف الآخر مما يدفعه إلى الإشباع غير السوي عن طريق الأفلام الإباحية.

٦- الجهل ونقص المعلومات حول الأضرار الجسمية الناتجة عن مشاهدة الأفلام الإباحية.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها على الزوجين إذا استمرت المشكلة بدون حل:

إن الغرض من مشاهدة الأفلام الإباحية المحرمة والإدمان عليها ما هو إلا للإثارة، والوصول إلى النشوة، وهو يعد دائماً بمثابة مشكلة جنسية. هذه المشكلة الجنسية لها تأثير بالطبع ليس على طرف واحد إنما على طرفين أو الزوجين فلو حصرنا هذه الآثار السلبية نجدها كالتالي:

١- مشاهدة الأفلام الإباحية التي تثير عنده رغبة جنسية وعدم الوصول إلى مرحلة الذروة فإن ذلك سوف يدفعه لأخذ المنشطات الجنسية مثل الفياغرا وغيرها من المنشطات الأخرى وهذا بالطبع سيكون له جانب سلبي خاصة إذا تناول جرعات زائدة.

٢- إن الشخص الذي يشاهد الأفلام الإباحية، يقارن ذلك بالواقع والواقع لا يتفق ولا يشابه ما يراه في الأفلام الإباحية.. فهو يظن أن ما تقدمه الأفلام هو الأفضل مما يجعله يرفض ما عند الزوجة حتى ولو كان ممتازاً إن هذه المقارنة قد تولد أحياناً تقديراً متدنياً للذات عند الزوجة بأن الآخرين أفضل منها. وهذا قد يؤدي إلى إثارة خلافات بين الطرفين. مما يولد النفور والتجنب للعلاقة الجنسية، فإن كانت العلاقة الجنسية بين الطرفين غير صحيحة، فإن ذلك سيسبب ضغوطاً نفسية كبيرة، ويؤدي إلى توتر العلاقة بين الزوجين.

٣- البعض من الأزواج ينظر إلى الأفلام الإباحية المحرمة على أنها فقط للإثارة الجنسية، فتدفعه إلى المقارنة بما يراه في الأفلام مع الواقع الذي يعيشه مع زوجته مما يؤدي إلى الخلافات. أما البعض الآخر من الأزواج فإن الأفلام الإباحية تحقق إشباعاً جنسياً لديه، ويحدث بالفعل إشباع جنسي لأنه يمارس الجنس مع ذاته أثناء مشاهدة الأفلام ويصل إلى مرحلة الذروة الجنسية.. فعند لقائه بالزوجة وهو اللقاء الواقعي فإنه سوف يفقد القدرة الفعلية على تحقيق الإشباع الحقيقي للزوجة وهذا يؤدي إلى إثارة الخلافات بين الزوجين، وأحياناً في بعض الحالات قد تلجأ الزوجة إلى بديل لتحقيق هذا الإشباع.

٤- الابتعاد عن الأسرة والأبناء لأنه يشغل كل وقته وذهنه لمشاهدة الأفلام ويحتاج إلى

مشاهدتها دون مقاطعة لأن أي مقاطعة سوف تقطع عليه الخيال وتؤدي إلى توتره وهذا ما يسمى بالإدمان. فهو يتلهف لإعداد الوقت لمشاهدتها مع الابتعاد عن كل أمور الحياة وتجنب أداء المسؤولية الأسرية وهذا بدوره يؤدي إلى إثارة الخلافات الأسرية لأن الزوج الذي يشاهد الأفلام الإباحية سوف يكون مثل اللص الذي يبحث عن المكان الذي لا يراه أحد فيه حتى لا يقطع عليه خياله وإدمانه ووضع الاسترسال الذي يعيشه.

٥- ما يعرض في هذه الأفلام هو العنف الجنسي وبعض الأزواج يلجأ إلى تطبيق نفس هذا العنف على الزوجة كأن يغتصب الزوجة مما يؤدي إلى نفور الزوجة من هذه العلاقة الجنسية بل يؤدي إلى كره الزوجة للزوج.

حالة: التقيت بإحدى المسترشدات وهي: زوجة عمرها ٢١ سنة، ومن أول ليلة زواج كان الزوج يمارس معها العنف الجنسي - بل كل السلوكات الجنسية المحرمة - وكانت تشكو أن الزوج يشاهد الأفلام الإباحية كل ليلة. هذه السلوكات العنيفة المحرمة جعلت الزوجة تشعر وكأنها حيوان - أي أدى إلى توليد نظرة دونية للذات - هذه الأفكار السلبية عند الزوجة ولدت لديها حال من الاكتئاب الحاد. جلست معها أكثر من (٨) جلسات إرشادية لإخراجها من جو الاكتئاب، وتبديل الأفكار

- السلبية عن الذات إلى أفكار ايجابية. ولكن الزوج كان مصراً على استخدام السلوكات الجنسية العنيفة المحرمة نفسها مما أدى إلى انفصال الزوجين.
- ٦- إن مشاهدة الأفلام الإباحية وممارسة العادة السرية للوصول إلى الإشباع الجنسي الذاتي من خلال هذه الإثارة السلبية يؤدي إلى الأمراض الجنسية التناسلية بل قد تكون هذه الأمراض التناسلية للطرفين وليس لطرف واحد.
- ٧- ترسيخ شكوك الزوجة في الزوج وعدم ثقتها فيه لأنه سوف يمارس هذه السلوكات مع نساء أخريات.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل معها وكيفية تقديم الإرشادات:

- إن الإرشادات التي نقدمها للتعامل مع هذه المشكلة تركز على الجانبين
- أ- الزوج الذي يشاهد الأفلام الإباحية.
- ب- الزوجة التي تعيش مع هذا الزوج.

أولاً: الحالات التي يرفض الزوج فيها الحضور إلى الجلسات الإرشادية (وهي كثيرة):

إن دور المرشد هنا خفض التوتر والضغط عند الزوجة التي تعيش مع هذا الزوج.. فما الإرشادات التي نقدمها للزوجة في هذه الحال:

- ١- إن الزوجة التي تعيش في مثل هذه المشكلة علينا كمرشدين أن نجمع الأعراض التي تتوافر عندها، فإن كانت تشعر بالدونية لعدم القدرة على إجابة مطالب الزوج

- أو تشعر بالحزن لعدم إشباع الحاجة الجنسية لديها.. فعلينا أن نحصر الأعراض فقد تكون (أعراض اكتئاب) فقد يكون دور المرشد بعد الاستماع إليها والتعاطف معها أن يجمع الأعراض الموجودة لديها ويسألها بماذا تشعرين الآن؟ ماذا نتج عن هذه المشكلة لديك أنت؟ فقد يلاحظ المعالج أعراض اكتئابية..، فما دورنا هنا؟
- التعامل مع أفكار الحالة السلبية وذلك حسب (النظرية المعرفية) أي يقوم المرشد بجمع كل الأفكار السلبية عند الزوجة كما هو موضح:

الأفكار السلبية	الدليل	الأفكار الايجابية
أنا إنسانة قليلة الأهمية	لا يوجد	
يجب أن أكون القمة في العلاقة الجنسية مع زوجي..		

- على المرشد أن يساعد الزوجة في كتابة أفكارها السلبية في الخانة الأولى ويركز على أن تكون أفكاراً لا سلوكيات.
- ثم ينتقل إلى الخانة الثانية ويبصرها (أين الدليل)؟؟ ما هو دليلك على أنك إنسانة قليلة الأهمية؟؟
- بالتأكيد فإنه لا يوجد دليل لذلك.. لذلك يطلب منها كتابة (لا يوجد) في الخانة الثانية..

- ثم يساعدها على إبدائها بفكرة ايجابية (أنا إنسانة مهمة لأن أهلي والكل يقدرني) وهكذا يكمل معها كل الأفكار السلبية.
- ٢- على المرشد الذي يساعد الزوجة في التخلص من الأفكار السلبية أن يساعدها على التغلب على مشاعرها السلبية وهي الأحزان الناتجة عن الموقف الذي تعيشه فهو بذلك يساعدها على تغيير سلوكياتها الناتجة من الاكتئاب.
- ٣-حث الزوجة على ممارسة الرياضة باستمرار للتغلب على هذه الضغوط النفسية.
- ٤- حث الزوجة على الإكثار من تناول الخضروات أو الفاكهة التي تساعدها على التكيف مع الضغوط النفسية.
- ٥- حث الزوجة وتعليمها مهارات التواصل الجنسي مع الزوج وتعليمها المناطق الجنسية الحساسة وأوضاع الجماع السوية غير الشاذة وكيفية استخدامها مع الزوج حتى نقلل تدريجيا من مشاهدة الزوج للأفلام الإباحية.
- ٦- تحديد المهمات والواجبات الجنسية التي يتعين القيام بها في غرفة النوم مع الزوج وهي عبارة عن مهمات سلوكية تتضمن التلامس والتحسس حتى وإن لم يأت بعدها معاشرة جنسية.. والهدف من ذلك مساعدة الزوجة على تعلم كيفية الإمتاع والاستمتاع من خلال اللمس ودون قلق، وهذا سوف يؤدي إلى الانتقال إلى التفاعل الحميم بين الزوجين.

٧- تصحيح الأفكار السلبية عند الزوجات (بأن الزوجة لا يمكن أن تبادر الزوج وتطلب منه الممارسة الجنسية) وهذا ما سمعته من أغلب الزوجات، بل علينا أن نوضح للزوجات أن الزوج دائماً يفضل الزوجة التي تظهر رغبتها في الجنس وهذا ما يدل على تقبلها وحبها للزوج.

٨- تعلم الزوجة كل مهارات الاسترخاء وذلك لخفض القلق لأن بعض الزوجات قد تكون هي السبب في لجوء الزوج إلى مشاهدة الأفلام الإباحية لأنها تعاني من اضطراب جنسي مثل (اضطرابات الذروة الجنسية) أو (ألم الجماع) وكل ذلك يحتاج إلى إتقان مهارات الاسترخاء للتخلص من القلق مما يؤدي إلى سهولة المعاشرة الجنسية ومن ثم تقليل مشاهدة الزوج للأفلام الإباحية التي يحقق فيها إشباعه غير السوي.

٩- معالجة مشكلة الشعور بالذنب لدى الزوجة وذلك من تعليمها كل مهارات التواصل الجنسي السابقة حتى تصل إلى الإرضاء الجنسي.

١٠- تعليم الزوجة بتهيئة غرفة النوم وجعلها بيئة زوجية هادئة مثيرة لرغبات الزوج الجنسية، محققة له إشباعاً جنسياً سويًا بما في ذلك من شموع معطرة وروائح طيبة تثير عنده الغريزة الجنسية.. وتهيئتها هي نفسياً وشكلياً لإثارة الزوج حتى يصل الطرفان إلى تحقيق رضا ذاتي جنسي سوي بدون اللجوء إلى الأفلام الإباحية

ثانياً: الإرشادات التي تقدم للزوج المدمن على مشاهدة الأفلام الإباحية:

١- لا بد من التأكيد على الزوج لزيارة طبيب مختص في الأمراض التناسلية ليتأكد من أن المشكلة لا يوجد لها سبب عضوي فإذا كان لها سبب عضوي كأن يعاني الزوج مثلاً من اضطرابات جنسية مثل: العجز الجنسي، أو عدم القدرة على الانتصاب. ففي هذه الحال قد يكون بسبب الهرمونات أو خلل جسمي فقد يحتاج هنا إلى بعض العقاقير الطبية - وإذا تأكد المرشد من سلامته طبيياً، فيدخل معه هنا في المهارات الإرشادية. أي لا يدخل معه في المهارات الإرشادية إلا بعد التأكد من عدم وجود مشكله عضوية.

٢- يبدأ المرشد بالتعرف على الحقائق التالية:

- تاريخ المشكلة

- هل مشاهدة الأفلام للإثارة الجنسية فقط.. أم يتبعها تحقيق إشباع جنسي؟

- الخبرات الطويلة للزوج التي لها علاقة بالمشكلة

- شكل العلاقة الزوجية بين الشريكين

٣- مساعدة الزوج و تعليمه كيف يحصل على الرضا الجنسي المشترك السوي، و تبصيره بفوائد الإشباع الجنسي السوي، و الأجر الذي يحصل عليه من الله عز وجل، و الإثم الذي يكتسبه من الإشباع غير السوي، إضافة إلى الأضرار الجسمية

النتيجة من هذا الإشباع غير السوي على نفسه وعلى الطرف الآخر.

٤- خفض حدة القلق عند الزوج، و التي تدفعه باستمرار للهفة إلى مشاهدة الأفلام الإباحية وذلك عن طريق:

أ- تعديل أفكاره السلبية إلى أفكار إيجابية (جدول أفكار المعرفية) عرضه السابق - ويأتي ذلك من الاستماع إلى أفكاره السلبية وذلك بسؤاله:

(ماذا تعني لك مشاهدة الأفلام الإباحية ؟؟)

(هل تحصل على إشباع حقيقي من هذه الأفلام ؟؟)

- (هل هذه هي الطريقة الصحيحة للإشباع ؟؟)

إن المرشد عندما يسأل الزوج هذه الأسئلة سوف يصل إلى أفكاره السلبية..

- هنا يبدأ المرشد بالتعامل مع أفكاره السلبية عن طريق الجدول الذي تم ذكره...

ب- تعليمه مهارات الاسترخاء لخفض حدة القلق.

٥- تحديد المهمات الجنسية له كزوج، والواجبات التي يجب أن يؤديها في غرفة النوم

مع الزوجة، ويتضمن ذلك التلامس والتحسن والتركيز على الإحساسات.

٦-حث الزوج على استخدام التواصل عن طريق الحوار الايجابي الذي يثير المشاعر

عند الزوجة، وهذا يؤدي إلى إثارة الرغبة الجنسية عند الطرف الآخر ليساعده

على تحقيق الإشباع الجنسي السوي دون اللجوء إلى الأفلام الإباحية.

٧- أن السبب الرئيسي في هذه المشكلة يرتبط بأفكار الزوج المدمن واتجاهاته لمشاهدة الأفلام الإباحية وهذه الأفكار تكون عن نفسه وعن الطرف الآخر وعن العلاقة الجنسية بحد ذاتها، لذلك فإن النجاح في خفض هذه الأفكار الخاطئة من قبل المرشد، وذلك حسب جدول الأفكار المعرفية (كما ذكر في السابق) والتخلص منها يؤثر بشكل إيجابي ومباشر في إحداث تغيير إيجابي في مشاعر الزوج المدمن ومن ثم في سلوكاته السلبية.

٨- إضافة إلى أن الزوج قد يجعل بعض السلوكات أو التصرفات خاصة قبل المعاشرة والعلاقة الجنسية وأثناءها وبعدها مباشرة، فهذه السلوكات تؤدي دوراً بارزاً في إثارة الطرف الآخر وتحقيق ما يريد بطريقة سوية، فمثلاً عندما يقول الزوج لزوجته: (الليلة أنت رائعة وجميلة جداً) ويلطفها، إن مثل هذه العبارة سوف تثير الزوجة وتشعرها بالأهمية، وهذا ما يزيد عندها الرغبة في الإشباع الجنسي، فقد تحقق له هنا قمة العطاء الجنسي السوي الأفضل من مشاهدة الأفلام الإباحية.

٩- على المرشد أن يزوده ببعض المفاهيم المطلوبة عن العلاقة الزوجية الجنسية السوية التي تؤدي إلى إثارة الزوجة وتحقيق له قمة الإشباع الجنسي، وهي أن يدرك كل زوج بان العلاقة والمعاشرة الجنسية ذات بعدين جنسي ونفسي فبالنسبة للبعد النفسي يتمثل بوجود رضا متبادل بين الطرفين، فإذا لم يكن هناك رضا من الطرف الآخر

سوف يؤدي إلى إحجام الزوجة عن العلاقة الجنسية وذلك لسوء سلوك زوجها مما يدفعه إلى البحث عن البديل، وهو الأفلام الإباحية أو يتعامل معها أحياناً بقسوة، فلا بد هنا أن يراعي الجانب النفسي.

١٠- فتح باب الحوار بين الزوجين إذا أمكن في جلسة حوار صريحة لتحديد ما يريد كل طرف من الآخر للوصول إلى إشباع جنسي سوي صحي بدلاً من الأفلام الإباحية غير السوية والآثمة.

إدمان الزوج مشاهدة الأفلام الإباحية

أ. منها العمومي

تعريف المشكلة:

إدمان الزوج مشاهدة ما يتعلق بالجنس على الإنترنت من صور ومواقع إباحية، أو من خلال القنوات الفضائية الإباحية، وجلب الأفلام لمشاهدتها خفية أو مع زوجته. مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية: تختلف مظاهر هذه المشكلة حسب الأداة المشاهد فيها، الآتي.

١- إدمان الأفلام الإباحية من خلال القنوات الإباحية وأشرطة الفيديو.

١- قضاء وقت طويل، وعادة ما يكون ليلاً في تتبع القنوات التي توفر هذه المواد.

٢- جلب بطاقات تتيح الدخول على قنوات محددة للأفلام الإباحية.

٣- طلب الزوج من زوجته مشاركته في مشاهدة هذه المواد ولو بالإلزام.

٤- انفراد الزوج بنفسه وإغلاق الباب لفترات طويلة في مكان وجود التلفاز.

٥- وجود شخص أو صديق معروف بهذه الأمور على اتصال بالزوج، يمدّه بهذه الوسائل.

٦- عثور الزوجة على أشرطة فيديو مشبوهة مخبأة، ثم تكتشف الزوجة أنها إباحية.

٧- ملاحظة الزوجة عدم اهتمام زوجها بالمعاشرة الخاصة، لفترات تمتد أشهراً.

٢- إدمان المواقع الإباحية على الإنترنت.

١- قضاء الزوج لأوقات طويلة أمام جهاز الحاسب على حساب وقت أبنائه وزوجته.

٢- ارتباك الزوج، وتحوله إلى صفحات أخرى على نحو مفاجئ، وغضبه إذا سأله زوجته عن طبيعة الأمور التي يتابعها على الإنترنت.

٣- سرعة دخول الزوج مباشرة إلى مكتبه وإغلاقه بعد عودته من العمل.

٤- اكتشاف الصفحات الإباحية التي زارها الزوج على الإنترنت بالصدفة من قبل الزوجة أو أحد الأبناء.

٥- ظهور علامات على سطح المكتب في الجهاز كرسمة أو صورة خليعة تدل على رابط اتصال لمواقع إباحية للدردشة والصور الخليعة.

٦- ملاحظة الزوجة زيادة رغبة الزوج للمعاشرة بطريقة غير عادية، مقترنة بمطالب جنسية شاذة وغير شرعية على غير عادته معها.

الأسباب والعوامل المؤدية إلى ظهور هذه المشكلة.

- ١- ضعف الوازع الديني واستشعار الرقابة الذاتية لدى الزوج.
- ٢- رغبة الزوج في زيادة رغبته الجنسية بمشاهدة هذه المواد ليمارسها مع زوجته.
- ٣- وجود رفقة أو صاحب سوء يشجع على ذلك.
- ٤- وجود فراغ وملل في حياة الزوج يحاول ملئه بهذه الأمور.
- ٥- مجنون الرجل وتعوده على هذه الأمور قبل الزواج.
- ٦- خروج الزوجة خارج البيت، وترك الزوج وحده لوقت طويل.
- ٧- تهاون الزوجة في إشباع رغبات زوجها الجنسية، أو رفضها التجديد في هذا الجانب.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

- الآثار المتعلقة بالزوج:

- ١- إعراض الزوج عن معاشرة زوجته لفترات طويلة.
- ٢- استطراد الرجل في هذه الممارسات، وتعرفه على أماكن لممارسة الرذيلة.
- ٣- القلق والشعور بالذنب مما يولد الاكتئاب عند الزوج.
- ٤- وقوع بعض الرجال في عادة الاستمناء نتيجة لفرط الشهوة وبسبب المثيرات الجنسية العالية.

٥- تأثر الزوج بالممارسات الشاذة المنهي عنها شرعاً التي يراها وتعلق قلبه بها، لدرجة تؤدي إلى انحرافه.

- الآثار المتعلقة بالزوجة:

١- شعور الزوجة بالحيرة الشديدة والعجز التام في كيفية ترك زوجها لهذه الأمور المحرمة.

٢- الصراع الداخلي لدى الزوجة حول مشاركة زوجها في مشاهدة هذه الأفلام بالذات على الفضائيات خصوصاً إذا كان يجبرها على ذلك.

٣- صدمتها بزوجها بالذات إذا كان الزوج من أهل الخير والدين مثل: زوج كان إماماً لمسجد واكتشفت زوجته إدمانه على المواقع الإباحية.

٤- فقد الزوجة الثقة بنفسها وبأنوثتها، بالذات إذا كانت أقل مستوى مما يشاهده الزوج من صور وأفلام خلية.

٥- كثرة الصدام بين الزوجة وزوجها بخصوص هذا الأمر وتطوره إلى مشادات عنيفة.

٦- معاندة الزوج للزوجة واتهامها بالتلصص عليه ومحاكمته، مما يزيد في مجاهرته بما يفعل.

٧- التلصص عليه والبحث المستمر في خصوصياته خوفاً من وجود أفلام ووسائط أخرى.

- ٨- إطلاع بعض الأبناء على مثل هذه الصور والأفلام مصادفة ومعرفة كيفية الدخول إليها وبالتالي إدمانهم عليها، أو وقوعهم في العادة السرية إذا كانوا مراهقين والأخطر حينما يشاهدها أخ مع أخته مما يوقعهما في زنى المحارم (والعياذ بالله) والواقع شهد مثل هذه الحادثة.
- ٩- تفريط الزوج بمسؤولياته تجاه أسرته نتيجة انشغاله بهذه الأمور، وانعزاله عنهم إذا كان يراها في استراحته أو ملحق بيته.
- ١٠- ترك الزوجة لمنزل الزوجية إذا تمادى الزوج في هذا الإدمان خوفاً على بناتها من أيهم خاصة إذا بدأت تظهر عليه بوادر الانحراف.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع هذه المشكلة:

- لا بد أن يدرك المرشد أن المسترشدة في هذه المشكلة أكثر ما تعاني من الحيرة الشديدة في ثني زوجها وإنقاذه من هذه الأمور المحرمة، ومشاعر الضيق لديها تنحصر في القلق والغضب فقط
- معرفة المرشد لعمر الزوج أمر مهم للغاية، حيث يختلف هذا الأمر لدى الزوج الشاب عنه لدى الزوج في عمر الأربعين أو الخمسين وبالتالي تختلف المعالجة.
- عادة لا يأخذ المرشد وقتاً طويلاً في فهم أبعاد هذه المشكلة، فهو يحتاج فقط إلى معرفة بداية هذا الإدمان لدى الزوج، وهل لاحظت الزوجة مظاهر انحراف معين لدى الزوج؟..مثال:

(اشتكت إحدى الزوجات من أنها وجدت شريط فيديو إباحي تحت سريرها يخص زوجها، وحينما تتبعت أحوال زوجها صدمت حينما اكتشفت أنه يمارس الشذوذ (نسأل الله السلامة والعافية) وهذه حالات نادرة.

- على المرشد أن يعرف مدى ردة فعل المسترشدة تجاه زوجها في هذه المشكلة، كإلقاء اللوم والغضب الشديد، أو استخدام العنف بتكسير الدش وغيره؟
- لابد أن يركز المرشد على جانبين مهمين في إرشاده للمسترشدة، وهما:

١- إكساب المسترشدة مهارات في التواصل والحوار مع الزوج حول هذا الأمر:

- من أهم مهارات التواصل، كيفية التعبير عن قلقها للزوج بعيداً عن لغة اللوم مثل: أنا مستاءة لأنك تقضي الكثير من الوقت على الإنترنت، وإذا دخلت الغرفة تسارع بتغيير الصفحة أو الخروج من الشبكة، كأن هناك أمراً ما؟ بدلاً من: أنت تضايقني، أنت تكذب وتشاهد أشياء لا تجوز، أنت ما تخاف من الله. وكذلك كيفية التركيز عند الحديث مع الزوج على إيجاد الحلول وليس تحديد من هو على صواب ومن هو على خطأ.
- أن يلفت المرشد نظر المسترشدة إلى أن الزوج قد يلجأ لهذا الأمر، لافتقاده إلى شيء ما في علاقته بزوجته، فإذا كان لديها شيء من ذلك، فهذه فرصة لتحسين العلاقة معه من جديد.

- إذا باءت محاولات المسترشدة السابقة بالفشل، وبدا أن زوجها يتخذ جانب الدفاع عن نفسه، على المرشد أن يجعلها تلين القول أكثر في حوارها معه، وأن تركز على تأثير ذلك الأمر على علاقتهما الزوجية، وأنها باتت تفتقده لانشغاله عنها بهذه الأمور.

٢- إرشادها إلى أفكار تسهم في حل المشكلة بطريقة غير مباشرة:

- كأن يطلب منها مشاركة زوجها في تصفح الإنترنت وسؤاله كيف تستفيد منها.
- حثها على جذب زوجها بمبادلتها الرسائل والبطاقات الإلكترونية الغرامية.
- حثها على التقرب من زوجها لتلمس ما يعجبه فيما يشاهده، وتحاول تقليد ما يرغبه فيها، طبعاً ماعدا المحرم شرعاً.
- حثها على ابتكار نشاطات ونزهات عائلية خارج المنزل بمشاركة الزوج.
- إذا وجد المرشد أن الزوج لازال غارقاً في إدمانه يمكن أن يوجه المسترشدة إلى التأثير فيه من خلال التعامل الحسن والتركيز على الأوقات الجيدة معه وترك ماعدا ذلك، وقد عملت إحدى الزوجات بذلك فلاحظت أن زوجها بات يمضي وقتاً أقل بكثير من السابق أمام الأفلام. لابد أن يبين المرشد للمسترشدة أن بعض الحالات تصل إلى حد المرض، ولا بد فيها من العلاج الطبي النفسي. وعلى المرشد ألا يغفل جانب الأبناء من إرشاداته للمسترشدة، واتخاذ إجراءات تضمن عدم انتقال المشكلة إلى الأبناء.

- قد تكون المسترشدة امرأة كبيرة في السن، وزوجها في الستين، مما يضيق نطاق الحلول العملية أمام المرشد.
- لابد من تذكير المسترشدة بأن هذا من الابتلاء فعليها بالصبر والتوكل على الله وكثرة الدعاء.
- على المرشد أن يعرف أن الحلول في هذه المشكلة ليست آخر المطاف، وقد تستجد إضافات جديدة، فله أن يقيم ويعيد توجيهها ويعدلها إذا توفرت له تغذية راجعة.

المراجع:

- ميشيل وينر دايفيس (٢٠٠١م) العلاج الشافي للطلاق، دار الكتاب العربي.
- إسلام أون لاين.نت (١٤٢٤هـ) العلاقات الحميمة بين الزوجين من وراء الأبواب المغلقة.
- د. هشام الحناوي (١٩٩٩) العلاقة الحميمة بين الرجل والمرأة، هلا للنشر والتوزيع.
- د. جون كارلسون (٢٠٠٣م) حان الوقت لزواج أفضل، مكتبة جرير.

المشكلة الثالثة عشرة
مشكلة: عدم العدل بين الزوجات
شارك بكتابتها كل من:
(١) د. عبد العزيز بن عبد الله المقبل
(٢) د. وداد العيسى

عدم العدل بين الزوجات

د. عبد العزيز المقبل

تعريف بالمشكلة:

هو شعور الزوجة بقدر من القلق والضييق، يملأ نفسها، ويكدر حياتها، نتيجة لارتباط زوجها بزوجة أخرى، أو وجود (نية) لديه للاقتران بغيرها، ومن ثم ينعكس ذلك على تعاملها معه، وربما مع أولادها. وغالباً ما تكون صاحبة المشكلة الزوجة الأولى.

مظاهر وجود المشكلة:

أظهر ما تكون المشكلة لدى الزوجة الغيور، وأكثر ما تبرز حين تعلم الزوجة بـ(نية) زوجها الاقتران بأخرى، أو تفاجأ بزواجه. وقد يترتب على ذلك أن تترك الزوجة بيتها إلى بيت أهلها، وقد يطول انتظارها (لاعتذار) الزوج، فتبحث عمن يعيد (جدول) العلاقة إلى مجراها. ولكن تبقى الحرقه في النظرات، وربما فقدت السيطرة على نفسها، وتحولت لقاءاتها بزوجها إلى معارك، أو حوارات ساخنة! وأسوأ شيء أن يظل التفكير بذلك الأمر يحتل (أكبر) مساحة من ذهنها.

العوامل والأسباب المؤدية إلى ظهور هذه المشكلة:

١ - مفاجأة الزوج زوجته بزواجه دون أدنى تهيئة. مع استئثارها رضاه عن سلوكها، وحياته معها.

- ٢ - إحالة الزوجة الأولى على التقاعد ؛ سواء أكان الزوج يعاني من سوء علاقتها معه في السابق، فشعر بالتححرر من خلال زواجه، أم إنه مجرد رغبة في التجديد !.. وقد طال عجبي من زوجة تشير إلى أن زوجها كان ينتابه الغضب، حين يدخل عليها في يومها، ويراهما قد أخذت زينتها، أو بالغت في ترتيب بيتها، ويقول: - حسب تعبيرها - « خلي المجال لغيرك » !، مع أنه لم يمض على ارتباطه بها سوى سنوات لا تزيد كثيراً عن أصابع اليد الواحدة.. وزوجة أخرى يعلن لها زوجها الطلاق المعنوي، مع اعترافه بعدم تقصيرها معه، بحجة أن عشرين سنة، هي عمر زواجهما، كافية لها، ومقنعة في تحوله للزوجة الجديدة.. وهو يجرحها كثيراً بكلامه ذاك، مع ما يحاول منحها إياه من مال وإدارة للمنزل، وكأنه يقول لها: إنك لم تعود صالحة للمعايشة، أو أن مدة صلاحيتك قد انتهت، أو أنك أصبحت في مرحلة الشيخوخة!
- ٣ - قد يمارس الزوج على الزوجة نوعاً من (التهميش)، كرد فعل لبعض سلوكات الزوجة تجاه زواجه، أي إنه ربما لا يستوعب الغيرة الفطرية لدى المرأة، والتي قد تجعلها تتصرف تصرفات غير موزونة، أو تتكلم بكلام غير موزون، أو أن الزوجة ذات غيرة زائدة، لم يستطع الزوج، رغم محاولات الترغيب والترهيب، احتواء غيرتها، فلجأ إلى تهميشها، كحل سلبى!
- ٤ - عدم استيعاب الزوج لردة الفعل (الطبيعية)، أو التي قد تكون شديدة، ومعاينة الزوجة بالهجر.

٥- سوء تعامل الزوج الفعلي مع زوجته (الأولى)، التي يبدأ في تحطيمها، ونقد كل تصرفاتها، وسوء إدارتها.. وكأنه يرسل لها رسالة مفادها: إنك لم تعودي صالحة للعشرة!.. وقد يكون الأمر أكثر سوءاً حين يظل يقارن ما يراه من مساوئها بما يراه من محاسن زوجته (الجديدة) !.. وقد يكون تعامله السيئ مع زوجته (الثانية)، التي يبدو له بعد مدة قد لا تكون طويلة أنه تورط بها، وزادت أعباءه المادية والنفسية، في مقابل مكاسب (محدودة) في نظره !.. فربما ظل يضايقها بالقول أو الفعل، كلون من الضغط عليها، لتطلب الطلاق. وربما بدأ ينسحب من حياتها تدريجياً، وربما استغل عتابها أو لومها، فجعل تصرفاته تلك كلون من العقاب !، وربما جابها بقوله: ليس عندي لك أكثر من كذا.. فإن أعجبك وإلا سرحتك !

والشيء نفسه حين يقول لزوجته الأولى، وهو يصدر (قراراً) بـ(إنهاء) خدماتها: إن أردت أن أوسع لك وسعت لك !.. وهو كلام قد يقوله بـ(برود) شديد، لكنه يشعل في صدر الزوجة - (ناراً) مضطربة !

٦- إصدار قرارات، مشبعة بالحماس، من قبل الزوج لزوجتيه، لوضع اجتماعات عائلية تلتقي فيها الزوجتان، أو الضغط عليهما لاصطحابهما معاً للمناسبات، أو في السفر.. وحين تعارض إحدى الزوجتين ترتفع لهجة الزوج بالخطب الحماسية، الناعية عليها عصيان زوجها، وتهديدها - من ثم - تصريحاً أو تلميحاً: (إنك حين

تستمرين في عنادك فإن بقاءك معي مشكوك فيه) ..! وغالباً ما يكون الخطاب موجهاً للزوجة الأولى، لأنها غالباً هي التي تعترض على مقابلة الزوجة الثانية!.. ولاشك أن شعور الزوج بالعصيان والتمرد، وعدم الانصياع لأوامره سيدفعه إلى الغضب، والكلام (الحاد) على زوجته، وهو ما يزيد ضيقها، وشعورها بالقهر! وقد يكون دافع الزوجة إلى رفض الاجتماع بالزوجة الأخرى كون الزوج يكثر الكلام عن الأخرى بين يديها، أو يمارس انتقادها أمامها.

٧- قد تحاول الزوجة - صاحبة المشكلة - ممارسة نوع من الضغط وتشويه السمعة، فتشكو زوجها إلى بعض أقاربه وزملائه القريبين. وحين يبلغه الكلام يغيظه كثيراً، فيعاقبها بالهجر، أو اللامبالاة، أو التوبيخ. وهو ما يزيد الأمر سوءاً بالنسبة لها.

٨- التجسس على الزوج من خلال التسجيل، أو النظر في سجل مكالمات الجوال، ومناقشته في بعض الأمور، التي تبدو كما لو كانت قد وصلت الزوجة، بصورة عفوية!! وغالباً ما تزيد تلك الأمور حرقة الزوجة، وتسهم في ابتعاد الزوج عنها أكثر. وربما اكتشف التسجيل، أو متابعة الجوال، فتحول الأمر إلى مشكلة كبرى، أدت إلى هجران الزوجة، أو فضح عملها عند الأهل!

٩- كثرة المطالبة بالحقوق، والإلحاح في تحقيق العدل، وعدم الاعتراف بما يذكره الزوج من ظروف قد يفقد المرأة مكاسب كانت موجودة، بل قد ينهي علاقة الرجل بالمرأة.

١٠ - طلب الزوجة الاستشارة ممن لا يملكها، أو ممن تحكمه العاطفة. كم من زوجة اجتاحتها موجة غضب، بسبب زواج زوجها، فراحت تلتمس المشورة، ممن حولها، وكان لسان ردّ عامة من استشارتهن من النساء: (ارم عياله عليه واتركيه)!! وهو ما رجع عليها غصة، بعد أيام يسيرة. قالت لي إحدى الزوجات: غضبت وتركته وأولادي، وذهبت لبيت أهلي.. ولكني لم أنم، وأنا أتذكر طفلي ذا السنتين، وحين مرّ علي ثلاثة أيام كنت أصبر فيها نفسي، اتصلت في وقت، يغلب على ظني أن يرد علي أحد أطفالي، لأطمئن عليهم، ولكنني فوجئت بعدم الرد، وعرفت - من بعد - أن الأب نهى الأطفال عن الرد على الهاتف!!

وكم أعجبنى تصرف زوجة اعترأها مرض، عرفت أنها معه لن تستطيع أن توفّي زوجها حقوقه، فأشارت عليه بالزواج، وكم كانت ثورة من حولها من النساء: يا مسكينة، يا مغفلة، حتى شكّت في تفكيرها، كما تقول.. وكنت أؤكد عليها أن عملها ذاك عين العقل، خاصة، وهي ترى زوجها يكاد يزل!!

١١ - بعض الزوجات يكون تضايقها الشديد، من زواج زوجها، ومشاعر الغضب التي تتأبها، راجعاً إلى خوفها من كلام الناس، ونظرات الشفقة والرثاء، أو السخرية والتشفي، التي قد تقرأها في أعين بعض النساء.

١٢ - زعم الزوج أنه لا يحب الزوجة الأخيرة، وأن إبقائها مجرد رحمة بها، وقد يكون

ذلك زعماً غير دقيق، يريد من ورائه إدخال الفرحة والسرور على زوجته الأولى.. ولكنه في الحقيقة يحبها، ولها مكانتها في نفسه، وكلامه ذاك للاستهلاكي، وهو خطأ منه.. إذ ربما دفع كلامه ذاك الزوجة إلى اتهامه بالكذب، ودفعه هو لممارسة الكذب، حين يصنع أي شيء لزوجته الأخرى، وهو أمر ربما اطلعت عليه الزوجة فزاد عليه حنقها.

قالت لي زوجة: إن زوجها تزوج بها لأن زوجته لم تنجب، وهو قد تركها في ذمته رحمة بها.. ولكنها تلحظ أنه يشتري لها ما لا يشتري لزوجته الشاكية، وحين تحتج يواجهها بكونها (الشاكية) موظفة، وتلك لا وظيفة لها.. وكنت أقول لها: إن زوجك تزوج بك من أجل الأولاد، وأنه يحب زوجته، ولولا ذاك لطلقها منذ زمن، بل ربما إن حبه لها أكثر من حبه لك.. فإن كنت عاقلة فاحمدي الله على التوفيق، فكم من فتاة تتمنى الزواج، ولم يتحقق لها، وكم من زوجة، هي الوحيدة لدى زوجها، لكنه يمارس عليها أنواع الامتهان والإهانات، واشكري لزوجك احترامه لمشاعرك، ومحاولته العدل.. وفوجئت بها تشكك في كلامي، بناء على ما تزعمه من تأكيده لها أن الحب كله لها، وأن زوجته الأخرى إنما يبقياها رحمة بها.. ويشاء الله أن يتصل الزوج شاكياً مستاء مما يلقي من زوجته الشاكية، ويعترف لي بأنه يحب زوجته الأولى أكثر، وأنه شعر بضيق شديد عندما بقيت عند أهلها شهرين، حين تزوج!!

١٣ - أن يلتقي اتهام الزوج المستمر بـ (الظلم) من قبل الزوجة، بسبب زواجه، مع

حساسية الزوج من أي تعبير عن المشاعر، من قبل الزوجة!

١٤ - أحياناً تعد الزوجة زواج زوجها عليها مفاجئاً، وزوجها يرى أن استنكارها هو

المفاجئ، فهو قد ظل زمناً ينتقد عليها خلقاً، أو أخلاقاً، ولكنها كانت تسخر، وربما

- بدلاً من أن تعدل في سلوكها - تحاول اتهام الزوج بالخيانة، فكل ما في الأمر

- في زعمها - أن زوجها ملّها، وأراد الزواج، فراح يبحث عن (مسوغ) لزواجه

ذاك، إذ إن الزوج ليس مطالباً بأن يقدم لزواجه مسوغاً!.. والشيء المؤسف أن

بعض الزوجات حين ترى جدية زوجها في الزواج تبدأ في (التغيير)، ولكنها تصاحب

ذلك بالطلب (المستمر) من زوجها بطلاق الزوجة الأخرى، وهي ترى أنها بفعلها

ذاك جعلته لم يعد بحاجة لها، والزوج من جهة غير ضامن (استمرار) زوجته،

على ما يحب، ومن جهة أخرى، هو يرى أن طلاقه من هذه الزوجة، لمجرد إرضاء

زوجته، نوع من الظلم.

١٥ - أن تعتاد الزوجة (تفسير) كل تصرفات زوجها المعدد تفسيراً (تعددياً)..

حدث لرجل مع زوجته مشكلات عميقة، بسبب غيرتها من زواجه، ووصل الأمر

إلى الطلاق. وحين سعى بعض محبي الخير في (لّم) شمل الأسرة، وبعد يومين أو

ثلاثة من جلسة الصلح، ورجوع الزوجين لبعضهما، كان الزوج - يومه ذاك - عند

زوجته تلك، ولكنه تأخر إلى الساعة الثانية والنصف ظهراً، بسبب (ركضه) وراء بعض المعاملات.. دخل البيت منهكاً، وجلس. جاءت الزوجة بالقهوة، وسكبت له فنجاناً، اعتذر طالباً الغداء، هبّ إعصار الغيرة، ونظرت الزوجة في عيني زوجها، قائلة: وراك ما تبغى القهوة؟! ورد الزوج بأنه متعب ومتأخر، وهو (قائم من فجر الله) ..! لكن الزوجة ردت - بحنق -: (لا والله.. مارها - تعني الزوجة الثانية- ولا ودك تمرر ريقك عقب قهوتها) ..! هنا ثار الزوج، ورمى عليها الطلاق من جديد، واتجه إلى الزوجة الثانية في الدور العلوي من العمارة!

١٦ - أن يدفع الزوجة حنقها وغيظها إلى (النيل) من الزوجة الثانية، بين يدي الزوج، وربما كان كلامها عليها بعبارات جدّ قاسية، أو مشتملة على (تهم) بأمور سيئة.. وهو ما لا يستطيع الزوج معه أن يملك نفسه، فيفسد بعباراته على الزوجة، وقد يطلق مع كلامه ذاك سيلاً من التهديد والوعيد.

١٧ - الغيرة الزائدة لدى الزوجة، التي تجعل حياتها تتقلب رأساً على عقب حين زواج زوجها. وإذا كانت بعض الزوجات تسببت غيرتها الزائدة في طلاقها وليس مع زوجها غيرها، فما الظن بمن تكون كذلك، ثم يرتبط زوجها بأخرى؟!..!

١٨ - أن يقترض الزوج من زوجته مالا ثم يتزوج به عليها، وهو قاصمة ظهر لها، وقد يشترك وإياها في بناء بيت، ثم يتزوج، ويخصص أحد دوري البيت لزوجته الثانية!.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

من المؤكد أن الزوج سيظل، وهو قادم إلى بيته، يحمل مشاعر عدم الارتياح، فقد اعتاد على أن زوجته تجره إلى نقاشات مزعجة، ومكررة.. وقد يدفعه ذلك إلى (تقليص) الوقت الذي يقضيه عندها، وعند أولادها منه.. وقد يكثر هجره لها.. وعلى الجانب الآخر فالزوجة قد تعاني ظلاماً وهضماً، وهجراناً، دونما سبب. بل ربما كان زوجها كأنما يبحث عن مسوّغ ليقسو في الحديث عليها، مستعرضاً فضل زوجته (الجديدة)، حامداً الله الذي أغناه عنها (!!!).. وقد يهمل أولاده مع زوجته، فتتحمل الزوجة مرارة المشكلة، وثقل متابعة الأبناء. كل ذلك تبعاً لاختلاف عقول الأزواج والزوجات، وأخلاقهم.

وقد يتضايق الزوج من محاصرة زوجته له بالأسئلة، وكثرة مناقشتها إياه، ورفعها الصوت عليه، فينفذ صبره، ومن ثم يطلقها في ساعة غضب، ليضع - بزعمه - حداً للمعاناة. والزوجة قد تدفعها الغيرة، وإثبات الذات، والضغط على الزوج، إلى طلب الطلاق، والإصرار عليه.. ولاشك أن الزوجين سيخسران كلاهما، من سوء التعامل، أو من الفراق، لكن خسارتهما تعدّ صغيرة بالنسبة للتي ستركها بالطلاق، أو جوّ المشكلات على الأبناء.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

في البداية يفترض أن يفرق المرشد بين نوعين من الزوجات، الواقعات تحت نير هذه المشكلة؛ فهناك الزوجة التي تشتكي أحياناً لأنها تريد الحل، ومن ثم قد تبدي نفسها

مظلومة مضطهدة مهانة، مسلوقة الحقوق.. والحقيقة أن كلامها مصبوغ بالمبالغة من جهة، وسلوكها وتصرفاتها سبب معاناتها من جهة أخرى.

والنوع الآخر هو تلك الزوجة العاقلة، التي تعيش أجواء المشكلة، وتعاني من ضغطها، وهي تبحث - بصدق - عن يأخذ بيدها، ويمنحها بعض الرؤى، التي تعينها على تجاوز مشكلتها. وهي غالباً تكون صادقة مع نفسها، ومع المرشد الذي اختارته، لتعرض عليه مشكلتها.

وهنا يمكن الاستئارة بمثل هذه الجوانب العلاجية:

١ - توجيه المرأة بالحكمة والصبر يجعلها قادرة على التأثير الإيجابي، إنه نوع من حني الرأس للعاصفة، فالزواج لدى بعض الأزواج فكرة مستحكمة داخل النفس، وقد يظل متشبثاً بها، حتى يغامر، وقد يغلب على ظنه أن زواجه سيفشل.. لكنه يرى أنه لن يتخلص من عقدة التفكير في الزواج، حتى يثبت لنفسه الفشل في الواقع.. ومشكلة الزوجات الاستعجال.. وكثيراً ما كنت أحاول طمأنة الزوجة، التي تؤكد لي أن علاقتها بزوجها كانت مميزة، بأنه - ما دام الحال كذلك - فلن يطول المشوار، وسيرجع الزوج، الذي اعتاد عليها، أفضل مما كان، مع احتمال تسريح الزوجة الثانية، لكن من المهم أن تحاول هي أن تكون أفضل مما كانت.. وكنت ابتسم كثيراً، والزوجة تتساءل - باستعجال - متى تتوقع يصير هذا؟! وكنت أؤكد لها أنه ليس

المهم الوقت، بقدر الوصول للنتيجة، وأنه يفترض ألا يدفعنا استبطاء الموضوع إلى النكوص عن اجتهادنا في حسن التعامل.. لأن هذا سيعطي الزوج انطباعاً سيئاً، يتجسد على صورة فكرة تقول: (إذا كان هذا تعاملها معي، ومعى من ينافسها، فكيف سيكون الحال لو انفردت بي، وضمنت عدم المنافس؟) .. وقد تقول الزوجة: أبداً لو كنت أشعر أنه لي وحدي، لرأى مني ما يسره!.. لكن الأزواج يذهبون مع المبدأ القائل: الأعمال أرفع صوتاً من الأقوال! وكنت ولا زلت أؤكد أن ضبط المزاج يرجع الأزواج!

٢ - يفترض أن تجتهد الزوجة في إبعاد أطفالها عن نقاشاتها الزوجية، فضلاً عن بثها إليهم، لما تنطوي عليه من آثار سلبية على نفسياتهم. وقد قال لي أحد الأزواج، إنه إثر مشادة بينه وبين زوجته، افتقد طفله ذا الثانية عشرة، بعد صلاة الفجر، وظل قلقاً عليه، وفوجئ به يدخل البيت بعد ساعتين.. وحين سأله والده قال الطفل - ببراءة -: أُمي تقول إنكم تبغون تطلقون.. وأنا ضاق صدري، ورحت أدور في الشارع، أفكر وش نسوي، إذا تطلقتم!!.. وكان ذلك عقب نقاش بين الزوجين، لم تجد معه الزوجة ما تنفس به عن نفسها، سوى أن تقول لطفلها ذلك الكلام.. الذي تهربت منه، ثم اعتذرت عنه! ومع أنه من المهم جداً أن يظل الأولاد بعيدين عن مشكلات التعدد، فإن الابتعاد عن النيل من الأب ذو أولوية خاصة؛ إذ إن سقوط

(شخصية) الأب سيكون أول الخاسرين منها الزوجة نفسها، فكيف تزجر أبناءها عن شيء دون أن تستند إلى التهديد بالأب!

٢ - قد يزعم الزوجة جداً أن يفترض منها زوجها مالا لمشروع ما، ثم تقاجاً بأنه تزوج عليها، ومن الطبيعي أن يهب داخلها إعصار حنق يكاد يطير بها، وأمواج انفعالات تكاد تجرف ما أمامها.. ولكن من المهم أن تتنبه الزوجة قبل أي خطوة لما يمكن أن يترتب عليها.. فقد يدفع الزوجة غيظها إلى المسارعة بطلب رد القرض/ المال.. وهي تدرك أن الزوج لا يملكه، وقد يتمالك الزوج نفسه، ويعتذر بأنه لا يملكه، ويحاول أن يعدها برده في أقرب فرصة.. وربما وجدت الزوجة في ذلك فرصة للضغط عليه، كنوع من الانتقام.. ولكن المصيبة أن مثل ذلك الزوج، الذي توصل للزواج بتلك الطريقة، ليس غريباً عليه، أن يحمله الانتصار للنفس، أن يطلق الزوجة، ولا يرد عليها مالها!

٤ لتحفظ الزوجة العاقلة لسانها، ولتتذكر أثر الكلمة، فكم كلمة قالت لصاحبها: دعني!.. وقد قالت زوجة مغضبة شاكية، استشارتني تزعم أن علاقتها بزوجها كانت مميزة، ثم تزوج بأخرى، وأصيب أثناء ذلك بضعف جنسي، وهو أمر له بعده الكبير، في نفسية زوج في منتصف العمر، ولكن الزوجة - بدافع الحنق - كانت تقول له أثناء لقائه بها: (أصلاً أنت كفو تتزوج ثنتين، وأنت عارف نفسك أنك

كذا؟!.. وتشير الزوجة (بعد زوال السُّكْرَة، ومجيء الفُكْرَة) - كما يقال - بأن

زوجها اعترته كراهية لها، إثر ذلك، لم يطق معها النظر إليها !!

٥ - الزوج إما أن يكون ذا تعامل راقٍ، وفي الغالب أنه تزوج لحاجة، وليس من الحكمة

والعقل أن تلج عليه الزوجة بذكر السبب، محتجة عليه بكونه لم يسبق أن شكا منها تقصيراً. فالزوج العاقل قد يتطلع إلى أمر لا يجده لدى زوجته، ومن ثم قد يقدم

على التعدد، لا رغبة في ذات التعدد، لكن لأن هذا الأمر أو ذاك، له أهميته الكبرى عنده، وليس هو في زوجته رغم حبه لها، ورغم شمائلها الطيبة وصفاتها النبيلة..

وحين تحاصر الزوجة زوجها المعدد بالسؤال عن سبب زواجه، قد يحاول التهرب، لا لأنه لا يملك جواباً، لكن هرباً من جرح مشاعرها. باعتبار أن تلك الصفة، منعدم

وجودها فيها اختياراً منها. لكنه مع الإلحاح، واتهامه بالكذب في دعوى الحب، قد يفصح عن السبب، ومن المؤكد أنه سيجعل المرأة تشرق مرتين؛ مرة بوجود

زوجة منافسة، ومرة بشعورها بالنقص عن ضررتها.. وهي بذلك تنسى إيجابياتها الكثيرة، ويذهب لبها مع تلك الصفة، التي تفتقدها هي، وتوجد لدى ضررتها (وإما

أن يكون الزوج أحمقاً، فقد يكون زواجه نعمة من الله لزوجته الأولى، إذ ربما وجد لدى الثانية من الصفات السيئة ما يرفع لديه (أسهم) الأولى، ويرفع في نفسه

قدرها، ويذكره فضلها.

- ٦ - أهمية إعادة الزوجة النظر (الكامل) - بعمق - في علاقتها السابقة بزوجها.. ومحاولة استذكار ما كان ينبهها عليه، أو يناقشها فيه، أو يبدي لها عدم ارتياحه له. ثم العمل على (إصلاح) ما يمكن إصلاحه، وتعديل ما يمكن تعديله. فقد يكون زوجها مرتبطاً بها، محباً لها، ووجد نفسه مضطراً إلى الزواج، بعد أن يؤس من التلميح، ثم التصريح مع زوجته، نحو أمرٍ ما. فبعض الزوجات قد تكون متكئة على جمالها أو تجميلها، لكن هناك ما يؤرق الزوج من عصبية أو تنكيد!
- ٧ - قد تعيب الزوجة زواج زوجها، وتنعى عليه أن غناه أطغاه فتزوج، وأن نصيبها منه كان الفقر، الذي كانت مكافأته عليه - من قبل زوجها - الزواج عليها!.. وصحيح أنه يوجد من الأزواج من يدفعه غناه إلى الزواج، لكن هذا النوع لا يقف في زواجه عند حد، فيظل يغير النساء كما يغير الملابس!.. لكن عندما لا يغير زواج الزوج في شخصيته، وعلاقته بزوجه وأبنائه، فقد يكون الزواج هاجساً قديماً (ملحاً) لديه، لكنه أثر أن يصبر حتى تتوفر ظروفه. وقد يقدم على التعدد زوج فقير، وهو ما يثير زوجته أكثر؛ إذ كيف يفتح بيتاً جديداً، وهو لم يستطع القيام على بيت واحد!.. والحقيقة أن زواجه بأخرى، وإبقاء زوجته الأولى قد يكون أرحم لها كثيراً، مما لو طأوع نفسه، وراعى ظروفه المادية، فطلقها.. كما يفعل بعض الحمقى!!
- ٨ - بعض النساء حين يتزوج زوجها عليها، يغلب عليها طابع المناكفة والتنكيد، فحين

يريد استضافة رجال في بيتها تجابهه بالتمنع والرفض، طالبة منه أن يعزمهم في البيت الثاني، وحين يريد أن يأخذ حاجة معه من بيته الذي هي فيه لبيته الآخر، تعارض بقوة، إن لم تُقسَمْ عليه .. وهي تنسى أن عمله ذاك (تزكية) لها، وإيثار لعملها، وإشادة بمواهبها.. قالت لي زوجة: إن زوجها يطلب منها أن تتولى تحميلص القهوة، ليأخذها إلى البيت الثاني، وربما حمل معه (ترمس) الشاي، وأنها تستجيب له، لكن نفسها تحدثها كل يوم أن ترفض، مع أنها تعترف بأنه يحبها ويقدرها، ولكنها (غصة) الزواج الثاني!.. قلت لها: هذا طعن (صريح) على ضرتك، ولا أشك أنها تتمنى أن تدفع الشيء الكثير، ويقبل قهوتها، لا لشيء، إلا لأنه يمجدك أمامها، من خلال استمتاعه بقهوتك!!

٩ - حين تقاجاً الزوجة بزواج زوجها فَلتَسْتَعِدَّ إيمانها بالقضاء والقدر، ولتجتنب الإكثار من اللوم، ولتبتعد عن الحدية في ألفاظها، في سياق اللوم أو العتاب.

١٠ - الزوجة التي أقدمت على الارتباط بزواج معدد يفترض أن تكون قد (روّضت) نفسها على أنه سيظل مرتبطاً بزوجته وأولاده.. وأن ارتباطه اليومي ببيتها الأول، ليس - كما تذهب - من أجل خاطر الزوجة الأولى، بل هو اجتهاد في المحافظة على أولاده. وأنه يفترض - حين تتوارى الغيرة - أن تزداد قيمته لديها، لأنه سيمارس مع أولادها في المستقبل، السلوك ذاته. وحتى حين تحتج بعض الزوجات، وقد تثير

زوبعة من المشكلات، لأنه سافر بزوجته الأولى عشرة أيام مثلاً، على حين لم يبق معها في السفر سوى خمسة أيام.. لقد قلت لأكثر من زوجة تشكو ذات الشكوى: إن مكثه ذاك في السفر، من أجل أولاده، لا من أجل زوجته، فالأطفال هم غالباً من يراعيهم الإنسان أكثر، وهم الأكثر حاجة من الكبير للترفيه. والزوجة التي (تتجاهل) هذا كأنما هي تقلل من قيمتها، أو أنها بالفعل غير واثقة من نفسها!

١١ - إن اختزال الزوجة (التميّز) في جانب واحد، كالجمال مثلاً، هو خطأ كبير، وقد يدفع بالزوجة للإحباط، وربما كره لها نفسها، وربما دفعها لإهمال نفسها. والحقيقة أن التميز هو بـ(توفر) أكبر قدر من الصفات (الإيجابية)، ولذا فما أكثر الذين تزوجوا بنساء أكثر جمالاً وجاذبية من زوجاتهم، لكن بقي لزوجاتهم الأول التقدير والاحترام والحب. وأذكر أن أحد الأزواج كان يحدثني أنه حين خطب زوجة أخرى، وكان له أبناء وبنات متزوجون، قال لزوجته الجديدة: إذا أردت أن تكون لك مكانة عندي، فلتدركي أن (فلانة) هي زوجتي، وأم أولادي، وأن لها مكانتها في نفسي، ولذا سيكون بيتها هو البيت (الرسمي)، الذي يأتي فيه ضيوفي وأقاربي، ومن ثم قد يطول فيه مكثي!

١٢ - ما لا يأتي بالرفق لا يأتي بالعنف، وحتى حين يأتي بالعنف ستظل النفوس مبنية على (دخن)!. فالزوج قد يخضع لزوجته، ويحقق لها مطالب طلبتها بسبب زواجه،

دون مراعاة أنها ستُسبب له (إنهاكاً) نفسياً أو بدنياً، لأنها ذهبت لأهلها، وهو يرى أن أولاده مهددون بالضياع، لكن مكانة زوجته ستدنى عنده حينذاك، ويخالجه شعور بأنها انقلبت عليه، واستغلت نقاط ضعفه !

١٣ - عندما تمنح الزوجة زوجها مالا أو تكون تنازلت عن شيء من حقوقها، أو بالغت في إكرامه، وتوفير سبل الراحة له، أو راعت ظروفه المادية والمعنوية، فليس من العقل أن تقتل نفسها غماً حين يتزوج، ندماً على ما فرط منها له من خير؛ لأن ذلك سيضعف همها، وربما أذهب أجرها، وهولن يرجع لها ما سلف.

١٤ - يفترض في الزوجة العاقلة أن تدرك أن مشكلاتها مع زوجها من مصلحة الزوجة الثانية؛ إذ تبعده عن هذه، وتقربه من تلك !.. خاصة وتلك قد تعامله بلطف، وتقابله بابتسام، فتأسره بذلك، حتى لربما كان جسمه في هذا البيت، وقلبه في ذلك البيت !.. ويظل الرابط (الوحيد) له ببيته - غير الأولاد - شعوره بالمسؤولية الدينية.

١٥ - متى ما اعتبرت الزوجة زواج زوجها أمراً طبيعياً تطبعت عليه، وإذا تعلقت نفسها بأن زوجها سينصاع لها، ويطلق زوجته ظلت رياح المشكلات تدفع سفينتها باستمرار. إن من حق الزوجة أن تجتهد في صرف زوجها عن الزواج، لكن بعد أن يفعلها فلتوطن نفسها على ذلك.

١٦ - لو تناسست الزوجة أن زوجها مرتبط بزوجة أخرى، وتخيّلت أن زوجها مرتبط بعمل ما، يقضي فيه اليوم الثاني، لارتاحت نفسياً.

١٧ - الزوجة العاقلة تفكر بالأسوأ لترضى بالأقل ؛ فكون زوجها تزوج عليها لا يقاس - إطلاقاً- بما لو كان قد طلقها. وحتى لو أنه قصّر في حقها فلتتماسك، ولتأخذ بقول المصطفى - صلى الله عليه وسلم -: (أدّ الذي عليك، واسأل الله الذي لك). ولتكثر من الاستغفار ليفرج الله لها كل همّ.

١٨ - لتحمد الزوجة من منّ عليها بالأولاد والبيت ؛ فهي وإن جاءها ما يضايقها، مضى عليها وقت شعرت بالراحة، ونعمت بالخير.. بينما هناك من لم يتزوج زوجها، ولكنه كان يصبّحها ويمسّيها بالأذى المادي والمعنوي.

١٩ - لتحذر الزوجة من مطالبة الزوج بالطلاق، فقد يحضر الشيطان، وتأخذ نفسه العزة بالإثم، فيطلق.. وبعض الزوجات تصرّ إصراراً عظيماً على الطلاق، باعتبار أنها لا ترضى أن تزاحمها على زوجها زوجة أخرى، أو تعدّ زواج زوجها لوناً من (الخيانة) لها !!.. وهذه الأمور قد تكون كلها من وحي الشيطان، وقد جاء عن المصطفى - صلى الله عليه وسلم - قوله: (إِنَّ إِبْلِيسَ يَضَعُ عَرْشَهُ عَلَى الْمَاءِ، ثُمَّ يَبْعَثُ سَرَايَاهُ، فَأَدْنَاهُمْ مِنْهُ مَنَزِلَةً أَعْظَمُهُمْ فِتْنَةً، يَجِيءُ أَحَدَهُمْ فَيَقُولُ: فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا، فَيَقُولُ: مَا صَنَعْتَ شَيْئاً. وَيَجِيءُ أَحَدَهُمْ، فَيَقُولُ: مَا تَرَكْتُهُ حَتَّى فَرَّقْتُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ أَهْلِهِ، فَيَدْنِيهِ مِنْهُ وَيَلْتَزِمُهُ، وَيَقُولُ: نَعَمْ أَنْتَ). رواه أحمد.. ثم إن المرأة بطبعها لا تعيش حياة مستقرة دون زوج، كما أن الرجل - بطبعه - لا يعيش حياة مستقرة

دون زوجة. وحين تمضي الزوجة مع عاطفتها (الهائجة)، وتعطي الشيطان قيادها، فقد يصل فيها الحال إلى أمور غير جيدة.. وربما مارست التنفيس على أولادها، أو أحدهم، فعاملتهم بحق، أو ناصبته العدا، لأنها ترى فيهم، أو فيه، صورة والدهم ! وحين تكون الزوجة في درجة من الغيرة، يغلب على ظنها معها أنها ستشقى وتُشقى، وسينضر الأولاد، بالدرجة التي ترى فيها أن أثر الطلاق السلبي عليهم، أخف من أن يعيشوا في أجواء محتقنة، لا تهدأ فقد لا تلام على طلبها الطلاق. والأمر نفسه فيما لو كان الزوج قد مارس معها الإساءة، دون سبب، قبل زواجه، بحيث يغلب على ظنها أنه سيكون أكثر سوءاً بعد زواجه. مع أن بعض الحالات، التي مرّت علي، كان لزواج الزوج أثر إيجابي في (تعديل) سلوكه، وتحسين تعامله !!

٢٠ - قد يدفع الزوجة زواج زوجها عليها أن تمنعه حقه الشرعي، وفوق أن ذلك مخالفاً لما أمر به المصطفى صلى الله عليه وسلم إلا أنه قد يجعل الزوج، والأحمق خاصة، يمارس عليها ضغوطاً نفسية، فتعيش حياتها في شقاء وتعاسة، لها دور في نسج ردائهما.

٢١ - قد تكون الزوجة موظفة، واعتادت أن تتفق على نفسها، ولكن حين تزوج زوجها عليها، وبدأ ينفق على زوجته الأخرى، بدأت تطالبه بالنفقة. وتحاسبه على كل ما تنفقه من صغيرة أو كبيرة. وبعض الأزواج يكون كريماً فيحاول احتمال الأمر، مع

أنه قد يكون لم يحسب له حساباً. وبعض الأزواج لا يبالي بكلام زوجته، ويكرر على مسمعها أنت لك راتب، وهي ليس لها راتب!... والشيء الأكثر إزعاجاً عندما يخرج الإنفاق عن حدود الحاجات إلى الهدايا والكماليات، وهو ما يشير الزوجة أكثر.. وفي ظني أن استمرار الزوجة في وضعها، ومحاولتها (بلع) المشكلة قد يبقي مكانتها عند الزوج، بل يزيد مكانة، هذا إن كان الزوج عاقلاً. وهو إن كان غير ذلك، فقد يحمل عليها بأنها أرادت أن (تتسّد) عليه، لكنه ألقمها حجراً!.. فوق كونه قد (يمتھنها). والشيء نفسه عندما تكون الزوجة قد (تناصفت) ببناء البيت مع الزوج، ثم تفاجأت بأنه يريد منها أن تستقل بـ(دور)، ليودع زوجته الثانية (الدور) الثاني!.. وفي ظني أن الرجل الذي يقدم على الزواج دون أن يكون مستعداً له من مختلف الجوانب، هو إنسان منطو على شيء من الحمق. وكون زوجته تدخل معه في نقاشات، قد يحتدّ فيها أحدهما أو كلاهما، هي (الخاسرة) على طول الخط. وليس من الحكمة أن تخسر مرات بدلاً من خسارة مرة واحدة، وليس من الحكمة أن تلوّن حياتها بالشقاء، وهي قادرة على أن تبقى (بياض) السعادة هو الغالب عليها!!

٢٢ - إن الزوجة التي قد يكون زوجها من البداية أهملها، وهضمها حقوقها، مع قناعتها وصمتها، أو أنه كان كأنما يبحث عما يسوّغ به هروبه عنها، فبمجرد ما حدثته عن ضرورة استشارة العدل، صاح بها، محتجاً على اتهاماتها له، وأنها

لا تستحق بقاءه معها.. إن مثل تلك الزوجة يفترض فيها ألا تضيع عمرها ركضاً وراءه، ولا تقتل نفسها أسفاً عليه، ولا تضيع وقتها حديثاً عنه.. إنها قادرة على أن ترى الدنيا بعينيها هي، لا بعيني زوجها.. كم من النساء اللاتي انقلبت المحنة لديهن منحة، فبعد (غصتهن) بزواج أزواجهن، واكتوائهن بنار هجرهم، فتح الله لهن أبواباً من الخير والبر والفائدة. وشعرن بأهمية العناية بأبنائهن بعد أن رأين الزوج قد هجرهن معهن، وتأقلمن على الحياة دون زوج، قد يكون شره أكثر من خيره!! وقد يبدو هذا الأمر صعباً يحتاج إلى جهد ومصابرة، ولكنني واثق أن المرأة حين تتخذ قراراً بذلك، وتستشعر الثقة بنفسها، وتطلب الإعانة من ربها، ستستطيع ذلك وأكثر.

٢٣ - لتعلم المرأة نفسها القناعة، فإن لذلك أثراً كبيراً في حياتها كلها، ومن ذلك حياتها الزوجية، ووجود زوجة أخرى في حياة زوجها. فهي حين تتحلّى بالقناعة ستشكر كل ما يأتيها من زوجها، وهو ما ينعكس هدوءاً ورضاً على نفسياتها، كما ينعكس رضاً عند زوجها، ربما دفعه لزيادة التواصل معها.

٢٤ - يعلق بعضهم على العلاقة بين الرجل والمرأة بقوله: (الرجل يلحق المرأة حين تهرب منه، ويهرب منها حين تلحقه)!! وهي وإن لم تكن قاعدة مطردة، ولا هي النمط المفترض في العلاقة الزوجية النموذجية، إلا أن لها (حظها) من

الصحة. ولذا فالزوجة التي تظل تحاصر زوجها بمطالبته بحقوقها، ومن ذلك محاسبته على (دقة) الحضور والانصراف، في يومها قد يشعر زوجها بالملل، ويبدأ في اختلاق الأعذار. والزوجة التي تبدو عادية قد يجد الزوج نفسه أكثر انسياقاً إليها. وإن كانت بعض الزوجات تغلف حرصها بقولها: أخشى يتهمني إنني ما أشتاق له !!

٢٥ - لتحذر الزوجة من الصديقات الحمقاوات، اللاتي ربما دفعنها - دون تبصّر - إلى اتخاذ قرارات (مصيرية)، أو شحنها بالمشاعر (العدائية) !! وقد تبدو بعض تلك الصديقات في قمة الإخلاص، لكن مشكلة الصديق الأحق أنه يريد أن ينفع صديقه فيضره ! ولذا فمن الحكمة أن تحاول الزوجة العاقلة عدم (فتح) موضوع علاقتها بزوجها. ولو حاولت إحدى الصديقات أو القريبات فتحه فلتسارع الزوجة - بذكاء - إلى (قفله)!

٢٦ - إن الزوجة قد تجد لذة وهي تكتشف أموراً يحرص زوجها على إخفائها عنها، فيما يتصل بعلاقته بزوجته الأخرى.. وقد تضرب عليه الزوجة (شبكة) مراقبة ضخمة، يوظف فيها الأبناء، ويفاد فيها من الأطفال.. وقد تبتسم الزوجة ابتسامة عريضة، حين تظفر شبكتها بمعلومة تراها (ثقيلة) !! ولكن ذلك كله يمثل لذة (عارضة) أمام حسرة (طويلة)، تعيشها الزوجة في حياتها، وقد لا تنجو منها في

آخرتها. فضلاً عن كونها ستزيد الأمر سوءاً بينها وبين الزوج، الذي إن فات عليه الأمر مرة لم يفت عليه أخرى.

٢٧ - وفي النهاية ستتزوج البنات والأبناء، ويلهو كلُّ منهم بحياته الخاصة. ولا يبقى للزوجة سوى الزوج، الذي ستحصد من حسن علاقتها به رضاءً وحسن تعامل. كان أحد الأصدقاء يتحدث معي عن زوجته التي تزوج عليها، وبدأ يثني عليها ويطريها بصورة كبيرة، وقد ذكر كيف كانت زوجته تحب أطفالها الصغار، حين يسألونها عن غياب أبيهم يوماً بعد يوم، وهو ما لم يألفوه من قبل، بأنه مرتبط بعمل..! وأنه لم يجرِ على لسانها ذكر لتلك الزوجة. الجدير أن صاحبي لم تبق معه زوجته الثانية سوى أشهر أقل من أصابع اليد الواحدة، ليعود (كله) إلى زوجته!!

٢٨ - الغيرة في الأصل علامة واضحة على (شدة) الحب، لكنها - حين تزيد عن مستواها الطبيعي - قد تؤدي للطلاق؛ لأنها تعصب العينين، وتوقف حركة العقل، وتدع للعاطفة حرية (مطلقة) في القول والفعل.. وقد تندم المرأة على فعل (ما) قامت به في لحظة استيقاظ للعقل، لكنها لا تلبث أن تعود لتمارس التصرفات ذاتها، التي كانت تشعر بالضيق منها في لحظة سابقة، وكم أشعر بالرتاء لزوجة تتصل علي، شاعرة بالخطر المحدق جراء غيرتها الزائدة، لكنها، وهي تتمنى الخلاص، تتلعثم بقولها: (ودّي.. ولكني عجزت) ! من المهم، لكي نقطع الطريق على الغيرة، التأكيد على ما يلي:

- أن نستذكر آثارها السلبية، ونستحضر أن ما نحرص عليه قد يضيع في لحظة.
- أن نستشعر قوتنا، ونلغي كل مفردة تدل على الضعف والرخاوة: (عجرت، ما أقدر، لا أستطيع...)، لقد منحنا الله قوة خارقة، إذا توجهنا بها لشيء استطعنا - بإذن الله - التغلب عليه. لكن لا بد من استشعار القوة دائماً. إن من يقول - مقدماً -: لا أستطيع، كأنما يهيئ نفسه للعجز، ويكرس فيها الشعور بالضعف. ولنستذكر قول المصطفى - صلى الله عليه وسلم -: (أحرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز).
- من الجيد تعلم فن الاسترخاء، وممارسته.
- الغيرة لم تبدأ فجأة، وإنما وضعنا لها (بذرة) ظللنا نسقيها، حتى استوت (شجرة) باسقة. ولذا فحين نريد اجتثاثها، فقد يصعب علينا قطعها مرة واحدة. ولكن حين نبدأ بقطع الغصون الفرعية فالأصلية، ونجزئ الإجهاز على الساق، يسهل علينا انتزاع الجذور.
- للتعود أثر كبير في التخلص من الغيرة.
- لنبعد عن مثيرات الغيرة في نفوسنا. بل لنسع إلى كل ما يشغلنا عنها.
- السلوك هو انعكاس للأفكار. ولذا فمن الجيد أن نعيد النظر في أفكارنا، ومن أهم ذلك وظيفة الزوج في حياة الزوجة. فليس الزوج هو (كل) شيء في حياتها، بل له

وظائف (محددة) في حياتها، كما لها وظائف (محددة) في حياته. لكنها قادرة - وحدها - على أن تثبت ذاتها بطريق إيجابية، وتصنع أشياء كثيرة.

- من المهم اللجوء إلى الله، وطلب معونته. فالنبي - صلى الله عليه وسلم - لما خطب أم سلمة - رضي الله عنها -، واعتذرت منه بوجود الغيرة لديها، والتي تخشى أن تكون سبباً لغضب الله عليها، وعدها - صلى الله عليه وسلم - أنه سيدعو الله أن يذهبها.

عدم العدل بين الزوجات

د. وداد العيسى

تعريف المشكلة:

تعدد الزوجات في عصمة الرجل الواحد بحسب الشرع المطهر إن هو استطاع ليس بالمشكلة بل هي سنة كونية أباحها الله تعالى رحمة بعباده. ولكن ما المشكلة؟؟ إن المشكلة هي الجمع بين أكثر من زوجة، وعدم إشباع حاجاتهن المادية والنفسية والمعنوية مما يؤدي إلى تفضيل واحدة على الأخرى - وهذا ما يولد آثاراً سلبية متعددة على الزوجة، وعلى الأبناء وعلى العلاقة الزوجية. قال تعالى: ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا﴾، وكما نعلم فإن العلاقة الزوجية تمثل محور الحياة الزوجية، فإن صلحت صلح الزواج، وإن فسدت فسد الزواج. قال تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾ وقوله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ من خلال قوله عز وجل نجد أن هناك ثلاثة عناصر أساسية تحكم سلامة العلاقة الزوجية وهي (السكن، والمودة، والرحمة) وهي المؤشر الحقيقي لسلامة الزواج وخلوه من الأمراض والاضطرابات، لذلك عدم وجود السكن، والأمن النفسي، والمودة، والرحمة يدل على اضطرابات العلاقة الزوجية.

ونحن اليوم نشاهد العديد من الحالات الزوجية التي تشكو من عدم العدل في التعدد - نحن لا نعارض التعدد لأن الله عز وجل قال في كتابه الحكيم: ﴿فَانكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مَثْنَى وَثُلَاثَ وَرُبَاعَ﴾ وهذا لا يمثل المشكلة وإنما المشكلة هي الميل إلى إحدى الزوجات وترك الأخرى وهذا يمثل مشكلة (عدم العدل في التعدد).

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

إن التعدد في الزوجات أمر طبيعي يولد خلافات زوجية، لأن التعدد من وجهة نظر الزوجة يعني التقليل من الذات، ويجعلها دائماً تقلل من شأنها، وتندب حظها السيئ، لمشاركتها زوجة ثانية في زوجها. وإذا وجد التعدد مع عدم العدل، فإنه سوف يؤدي إلى الخلافات الهدامة، بين الزوجين والوصول إلى حالة الطلاق.

إن الله عز وجل أجاز التعدد للرجال في كتابه الحكيم، ولكن حتى يجوز التعدد يجب أن تكون هناك استطاعة مالية وصحية ونفسية فإذا انتفى شرط القدرة والاستطاعة ينتفي شرط التعدد - ﴿فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً﴾ - ويقول عز وجل: ﴿وَلَنْ تَسْتَطِيعُوا أَنْ تَعْدِلُوا بَيْنَ النِّسَاءِ وَلَوْ حَرَصْتُمْ فَلَا تَمِيلُوا كُلَّ الْمِيلِ فَتَذَرُوهَا كَالْمُعَلَّقَةِ وَإِنْ تُصْلِحُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ غَفُورًا رَحِيمًا﴾.. فما العدالة المطلوبة التي تمنع من ظهور المشكلات بين الأزواج ؟

يقول الإمام القرطبي (أخبر الله تعالى بعدم استطاعة تحقيق العدل بين النساء

في ميل الطبع في المحبة والجماع والحظ من القلب) فوصف الله تعالى حال البشر وإنهم بحكم الخلقة لا يملكون ميل قلوبهم إلى بعض دون بعض. ولهذا كان (صلى الله عليه وسلم) يقسم بين زوجاته (في النفقات) فيعدل ثم يقول (اللهم إن هذه قسمتي فيما أملك فلا تلمني فيما تملك ولا أملك) أو كما قال صلى الله عليه وسلم، ثم نهى الله تعالى عن المبالغة في الميل فقال (فلا تميلوا كل الميل) أي لا تتعمدوا الإساءة أي الزموا التسوية في القسم والنفقة، لأن هذا مما يستطاع. وقال صلى الله عليه وسلم (من كانت له امرأتان فلم يعدل بينهما جاء يوم القيامة وشقه مائل) أي لا يعدل في النفقة والمبيت. وليس في الحب والهوى. ولكننا اليوم نشاهد ونسمع في المراكز الاستشارية شكوى المتزوجات اللاتي يعددن أزواجهن، أن الزوج يهجر البيت أياماً وليالٍ ويهجر الزوجة.. كما قال ابن عباس وابن جرير والحسن البصري (كالمعلقة) أي يتركها لاهي مطلقة (فتبتغي زوجاً آخر) ولا هي ذات زوج يرعاها. ولو تطرقنا إلى المؤشرات التي تظهر في الأسرة التي يوجد فيها تعدد الزوجات وتخلو من العدل بينهما، فنجد هذه المؤشرات من خلال:

- بعض الأزواج يخفي زواجه على زوجته ويكتتم هذا الأمر، فيكون دائماً مثل اللص فنجده يخفي جهازه النقال، ويخرج باستمرار، ويطيل خروجه من المنزل. هذا يجعله في حال ضغوط نفسية تجعل الزوجة الأولى تعيش في حال من الشكوك والضيق والقلق.
- عدم قدرة الزوج على الإنفاق على الأسرتين، أو التقصير على الزوجة الأولى مادياً، فقد يظهر الخلاف باستمرار جراء النقص في الجوانب المادية.

- نفور الزوجة من الزوج لشعورها بالدونية ونظرتها السلبية لذاتها، فقد يولد مشكلات عديدة وخلافات بين الزوجين.
- سيادة مشاعر الحزن والضيق باستمرار على الزوجة الأولى لمشاركتها في زوجها.
- إهمال بعض الأزواج لأسرته الأولى وهجرانه لها، ما يؤدي إلى ظهور الأحران عند الأبناء.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة

إذا أردنا أن نناقش هذه القضية فإننا سوف نتطرق إلى جانبين:

- ١- أسباب التعدد عند الرجال.
 - ٢- أسباب ظهور عدم العدل عند التعدد.
- ١- ما أسباب التعدد عند الرجال:
- لو تطرقنا إلى الأسباب النفسية التي تدفع الرجل إلى التعدد، فإن ذلك سببه التركيبة النفسية للرجل التي تميل إلى التعدد بصورة فطرية.. حتى إن دراسة حديثة أشارت إلى وجود جينات تدفع الرجل إلى ممارسة التعدد في العلاقة الزوجية.
 - إن طبيعة الرجل تختلف عن طبيعة المرأة، من حيث الاستعداد للمعاشرة والعلاقة الجنسية الزوجية.. فهناك أمور تمنع المرأة وتعطل هذا الاستعداد مثل (الدورة

- الشهرية، والنفاس، والحمل والولادة) أما الرجل فإن استعداده واحد طيلة الشهر والعام، فبعض الرجال في فترة عدم استعداد المرأة فإنه يلجأ إلى الخيانة.
- قد تكون الزوجة عقيماً لا تلد فهذا يدفع الزوج بدلاً من تطليقها أن يتزوج من امرأة أخرى.
- قد تمرض الزوجة مرضاً مزمناً، فلا تستطيع أن تشبع حاجات الزوج فبدلاً من تطليقها يبقى عليها ويتزوج أخرى.
- قد يكون سلوك الزوجة سيئاً: قد تكون شرسة، أو سيئة الخلق لا ترعى حق زوجها، فبدلاً من تطليقها يبقى الزوج عليها.. ويتزوج بأخرى حفظاً لحقها، وحرصاً على مصلحة الأولاد من الضياع.

حالة:

التقيت بأحد الأزواج، كان يشكو من شراسة زوجته - وتسلسلها عليه وعلى أمه، وعلى إخوانه، بل إنها أصبحت تعلم بناتها كيفية التعامل السيئ للأب، وكانت تتصيد كل حوار بينها وبينه لتبدأ بالسب والشتم.. إلى أن وصل بها الأمر أن ترفع يدها على الزوج، وكان الزوج مؤدياً كل مسؤولياته وواجباته كلها كزوج، ولكن شراسة وعنف هذه الزوجة دفعت الزوج إلى الزواج الثاني. وحفظاً لحق الزوجة الأولى تركها مع أولادها حتى لا يضيع الأولاد.

- إن قدرة الرجل على الإنجاب أوسع من قدرة المرأة، فالرجل يستطيع الإنجاب إلى ما بعد الستين بل ربما يتعدى المائة وهو في نشاطه وقدرته على الإنجاب، أما المرأة فقد تقف عند الأربعين.

آخراً وليس أخيراً

لنعلم أن الذي أباح التعدد هو الله عز وجل فهو أعلم بمصالح عباده، وهو أرحم بهم من أنفسهم.

الأسباب التي تجعل من التعدد مشكلة:

- الخبرات السلبية التي يأخذها الزوج من البيئة التي يعيش فيها، فقد يكون للأب أكثر من زوجة فقد كان يهمل واحدة ويحابي الأخرى، هذه الخبرات شكلت عند الزوج مفاهيم سلبية خاطئة.
- عدم دراسة الزوج وفهمه لشرع الله تعالى في التعدد، فهذا يجعله غير عادل في التعامل مع الزوجات في الإنفاق والمبيت.. وعدم معرفته بالآثار السلبية الناجمة عن عدم العدل.
- سوء تعامل الزوج مع الزوجة الأولى.. وتجاهل كل ما قدمته هذه الزوجة.. ونكران عشرتها معه منذ بداية العلاقة الزوجية.

حالة:

(تقول إحدى الحالات: بعد زواج ست سنوات وإنجاب أربعة أبناء تزوج الزوج زوجة ثانية، فهو لا يأتي إلى المنزل إلا فقط لتقديم النفقة، ولا يبيت أبداً في المنزل وأنا الآن محتارة، ماذا أفعل؟؟ أنا وحدي مع أربعة أبناء أكبرهم عمره (٦) سنوات، أمر طبيعي لأن سوء تعامل الزوجة هذا سبب لجوء الزوج إلى زوجة ثانية، وبسببه تجاهل عشرته مع الزوجة الأولى ومع أولاده. بل ينسى أغلب الرجال حديث الرسول صلى الله عليه وسلم (إن الله سائل كل راع عما استرعاه حفظ أم ضيع).

- نستطيع أن نقول السبب الرئيسي الذي يجعل التعدد مشكلة وتندرج تحته كل الأسباب الأخرى هو ضعف الوازع الديني، مما يؤدي إلى عدم فهم تطبيق التعدد، ويؤدي إلى عدم العدل بين الزوجات، فينتج عن ذلك حدوث مشكلة كبيرة قد تؤدي إلى انفصال الزوجين.

حالة:

من الحالات التي تعاملت معها إن زوجة لديها ٤ بنات وزوجها يخبرها بأنه سوف يتزوج لأنه يريد الولد.. فكانت الزوجة في قمة الاكتئاب.. لأن زوجها يريد الزواج، ولأن هدفه الحصول على الولد، فكانت في حيرة هل تستمر أم تنفصل عنه.

- إن ما تم مع مثل هذه الحالة هو التبصير ؟

- سؤال المرشد للحالة - هل أنت مسؤولة عن تحديد نوع الجنين ذكراً أم أنثى؟
- الزوجة: لا أعلم.

- المرشد: لتكوني على يقين تام أن المسؤول عن تحديد نوع الجنين هو الزوج وليس أنت.. واعلمي أنه لو رزقت الزوجة الثانية بولد فإنه من الله عز وجل وإنه سيكون نافعاً - بإذن الله - لأخواته منك.

ولكن ما المشكلة في هذه الحال ؟

المشكلة هي مجموعة الأفكار السلبية الموجودة عند الزوجة من التعدد، فكل ما قمت به هو تبصير الزوج بشرع الله في التعدد. ومن ثمَّ تعديل هذه الأفكار السلبية إلى أفكار إيجابية، هذا ما أدى إلى تعديل تقييمها لذاتها من تقييم سلبي إلى إيجابي ومن ثم تقبل الأمر كما هو وصرف فكرة الطلاق والانفصال عن هذا الزوج. وكل ما تم مع هذه الحال هو:

- تعديل أفكارها السلبية إلى إيجابية عن التعدد الذي أجازها الله عز وجل.
- التركيز على ذاتها وتطوير ذاتها.
- تعديل تقييم الذات السلبي إلى إيجابي.
- مساعدة الزوجة وتعليمها مهارة كيفية اتخاذ القرار.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها إذا استمرت المشكلة بدون حل:

إنها ليست التعدد.. ونؤكد على أن التعدد فعل جائز شرعه الله سبحانه وتعالى لحكمة ربانية لا يعلمها إلا هو عز وجل - ولكن المشكلة المقصودة هي عدم العدل الناتج عن ضعف الوازع الديني، لأن ذلك سوف يؤدي إلى آثار سلبية عديدة - هناك الكثير من الرجال طبق شرع الله في التعدد وكانت له زوجتان وثلاث بل أربع.. ولكن حقق أعظم التوافق الزوجي الإيجابي، إلا أن عدم العدل قد يولد آثاراً سلبية متمثلة في:-

١- أن الأسرة التي يلجأ فيها الزوج إلى التعدد دون تطبيق العدل وإهمال الأسرة الأولى، فإن ذلك سوف يولد أسرة تكون فيها الأم منفردة في تربية الأبناء.. وذلك لإهمال الأب لهذه الأسرة، إن هذه الأسرة تواجه مشكلات عديدة تؤثر سلباً على الزوجة، ومن ذلك حدوث ما يسمى بازدواجية الدور، فإن غياب الأب سيتبعه أعباء إضافية على الطرف الآخر، متمثلة أحياناً في عمل الزوجة خارج المنزل لتوفير الاحتياج المادي في بعض الأسر، والأعمال المنزلية، وتربية الأبناء.. وهذا يجعل الزوجة تحت ضغط نفسي عندما تجد نفسها وقد اضطرتها الظروف إلى تحمل مسؤولية الإنفاق والإعالة وذلك بسبب الفهم الخاطئ للتعدد من قبل الزوج.

٢- إن الأسرة التي ينشغل فيها الزوج عن أسرته بزواج ثانٍ دون توفر العدل، يتولد

لديها مشكلات تتعلق بالأبناء. لذلك فقط ترى العديد من الدراسات أن الأبناء الذين يعيشون في مثل هذا الجو سوف يتولد لديهم:

- اضطراب القدرة على مواجهة المشكلات والأزمات.. فهو يمتص ذلك من أم ضعيفة تواجه تحديات كبيرة ألا وهي جهل الزوج بأحكام العدل كما سنّها الله عز وجل.
- تعويض إمكانات النمو العاطفي للأبناء وما يتصل بذلك من اضطراب الأفكار والمشاعر والاتجاهات. وهذا الشرخ في البناء النفسي للطفل تظهر لديه اضطرابات سلوكية، بسبب افتقاد الأسرة لقوة الجذب التي تستقطب الأبناء داخلها، الأمر الذي يدفع هؤلاء الأبناء إلى البحث عن قوة جذب اجتماعية خارج الأسرة.
- الدراسات العديدة أكدت أن هؤلاء الأبناء سوف يعانون من ضعف الثقة بالذات، وعدم القدرة على التركيز، و اليأس والملل، و الخوف من المستقبل، والحساسية الشديدة تجاه الآخرين، والعجز عن اتخاذ القرارات، ومشاعر العدوانية، والرفض والسخط على الآخرين.

٣- قد يصاحب التعدد مع عدم تطبيق العدل إهمال الزوجة للصحة والمظهر العام والأرق والإفراط في النوم، وضعف أو الإفراط في الشهية بالإضافة إلى مشاعر الإحباط والقلق والاكتئاب والوحدة والصراع النفسي وعقدة الذنب ولوم الذات، ويصل ذلك أحياناً إلى كره الذات، وقد يصاحب ذلك أحياناً الميل إلى الانتحار.

٤- قد تعبر الزوجة أحياناً عن عدوانية وعنف هائل تجاه الطرف الآخر لشعورها بالدونية.

٥- قد تلجأ الزوجة أحياناً إلى الانسحاب الاجتماعي عن الآخرين.

٦- ظهور اضطرابات نفسية تصل إلى حد العصاب. وقد يصل البعض إلى حال الانفصال عن واقعه الانفعالي وذلك بفقد الاتزان النفسي.. وقد تلجأ بعض الزوجات إلى التدخين أو الإفراط فيه كمتنفس لها.

٧- القلق الناتج عن الخوف على الأبناء ومستقبلهم وطريقة تربيتهن، خاصة إذا كان في الأسرة مراهقون، سواء أكانوا ذكوراً أم إناثاً.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

إن مشكلة عدم العدل المصاحبة لتعدد الزوجات تؤدي إلى اختلال العلاقة بين الزوجين، فقد يؤدي ذلك إلى اضطرابات نفسية تصل إلى حد العصاب - وهنا لابد من تدخل مرشد ومعالج نفسي لمساعدة الزوجة على تجاوز هذه الأزمة، والتكيف مع هذا الوضع الجديد بأقل ضرر نفسي وجسمي، إن بعض الزوجات التي تمت مقابلتهن والتي يعد التعدد في وضعهن مشكلة، متمثلاً بهجران الزوج لها وعدم تطبيق العدل.. وهنا قد تتعرض الزوجة إلى ما يسمى (صدمة الهجر). وهذا قد يصاحبه مجموعة من الأعراض النفسية ترتبط بمعنى الدمار الذاتي والعجز وعدم الكفاءة، فقد تعاني الزوجة من جرح

عميق نفسي، فهي قد تحتاج إلى من يهتم بها ويستمع إلى مشكلتها ويتعاطف معها، فإن دور المرشد يتمثل في الآتي:

١- الاستماع إلى الحالة والتعاطف معها، في البداية ولا يقدم لها العلاج بقدر ما يعمل على مشاركتها وتفهمها كخطوة أولى للعلاج والإرشاد. وهنا لابد لنا كمرشدين من اتباع ما يسمى بـ (التمركز حول الأزمة) ألا وهي هجر الزوج للزوجة، أي الاندماج في الأزمة بكل حقائقها بين المرشد والمسترشدة وهذا يعتمد على:

أ- مهارات التواصل الإيجابي مع الحالة والتمثل في الاستماع والإنصات.
ب- إبداء مشاعر التعاطف معها.

ج- تشجيع الحالة على التعبير عن حقيقة مأساتها من كافة الأبعاد النفسية والاجتماعية والاقتصادية.

٢- محاولة تجميع كل الأعراض عند الحالة وكما هو معروف فإن (صدمة الهجر) أي زواج ثانٍ وهجران الزوجة، وحتى بعض الحالات التي لم يحدث فيها هجر، فإن الزواج الثاني يولد مشاعر الضيق والحزن لدى الزوجة الأولى، وأن الأعراض التي سوف تظهر عند الزوجة أعراض اكتئاب (تم ذكرها في السابق).

٣- يحاول المرشد التعامل مع الاكتئاب عن طريق التعرف على كل الأفكار السلبية الموجودة عند الحالة ثم يبين لها أن الخطة العلاجية سوف تركز على جانبين.

أ- جانب معرفي: أي معالجة كل الأفكار السلبية التي ولّدها زواج الزوج وعدم تطبيقه للعدل.

ب- علاج سلوكي: تنمية المواد الموجودة لدى الزوجة.

أ- الجانب والعلاج المعرفي: وفيه يقوم المرشد بالتوضيح للحالة أن الموقف وهو عدم عدل الزوج، أدى إلى أفكار سلبية، وهي:

- أنا إنسانة غير مهمة

- لا قيمة لي

- أنا إنسانة عاجزة

وهذا أدى إلى مشاعر سلبية، وهذه المشاعر هي الحزن والضيق أدت إلى سلوك سلبي هو:

- إهمال النفس.

- تجنب التعامل مع الآخرين

- النفور من الزوج

- إهمال الأبناء

لذلك فإن المرشد يبيّن الزوجة بأنها حتى تتخلص من هذه الأزمة والصدمة لا بد من التخلص من أفكارها السلبية. وهو أن الموقف والزواج الثاني من حق الرجل أباحه الله

عز وجل بشروطه لحكمة إلهية، ولكن الناس هم الذين يسيئون تطبيق شرع الله وهذا ما يولد مشكلات في الحياة البشرية والزوجية.

- يطلب منها كتابة كل أفكارها السلبية عن ذاتها كما هو مدرج في الجدول

الأفكار السلبية	الدليل	الأفكار الإيجابية
- حياتي أصبحت بلا معنى - مهما عملت فلن أكون كما كنت - زواج حطم حياتي		

- ثم يحاول المرشد مساعدتها على إيجاد الدليل لكل فكرة سلبية وتكتبها في خانة الدليل. سوف يجد المرشد أنه لا يوجد أي دليل لأي فكرة، لأنها أفكار سلبية غير منطقية ويطلب منها أن تكتب في خانة الدليل مقابل كل فكرة لا يوجد. ثم يساعدها ويبصرها على إبدال الفكرة السلبية بفكرة إيجابية.

(حياتي ذات معنى لأنني إنسانة مؤمنة بالله تعالى.)

(أنا إنسانة إيجابية أستطيع تطوير ذاتي باستمرار.)

- مساعدة الزوجة على تقبل الذات كما هي، وإن زواج الزوج من ثانية لا يعني أنك سلبية، وإنما هو شرع الله، ولكن عدم عدل الزوج مشكلة ترجع إلى تكوينه وشخصيته هو.

- مساعدتها على وضع أهداف جديدة تتعلق ب:-

١- علاقتها مع الله عز وجل.

٢- علاقتها مع ذاتها.

٣- علاقتها مع المقربين.

- إذا تمكن المعالج من مقابلة الزوج فهذا أمر ضروري وجيد، وذلك لحثه على أهمية

تطبيق مبدأ العدل بين الزوجات حتى لا يهدم أسرته ولا يتسبب في ضياعها.

- مساعدة الزوجة على كيفية التعامل مع أبنائها حتى لا تؤدي المشكلة إلى ظهور مشكلة

أخرى وهي انحراف الأبناء.

ب- الجانب السلوكي:

- يسعى المرشد إلى تطوير الأنشطة - الذاتية عند الحالة مثل:

- ممارسة الرياضة ٢ مرات كل أسبوع.

- الانضمام في أنشطة وهوايات

- إيجاد علاقات اجتماعية والانضمام إلى مجموعات

- تطوير مهارة إدارة الوقت للتغلب على الضغوط

المشكلة الرابعة عشرة:
مشكلة: تخلي الأب عن مسؤولية تربية الأبناء
شارك بكتابتها كل من:

(١) د. محمد بن عبدالله الدويش

(٢) د. منيرة بنت عبدالله القاسم

تخلي الأب عن مسؤولية تربية الأبناء

د. محمد الدويش

تعريف المشكلة:

تتمثل هذه المشكلة في التخلي التام، أو التخلي الجزئي للأب عن المهمات المتعلقة به فيما يتصل برعاية الأولاد وإلقاء المسؤولية في ذلك على الأم. ويتفاوت موقف الآباء الواقعين في هذه المشكلة فمنهم من يتخلى بصورة كاملة فلا يعلم عن أولاده شيئاً، ومنهم من يتخلى عن بعض الأدوار المهمة والتي تفترض طبيعتها أن يتولاها هو، فيحيلها على الأم، أو تضطر هي للقيام بها.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

للمشكلة مظاهر عدة في الحياة الزوجية، منها:

- عدم اعتناء الأب بأمر أولاده بالصلاة، أو متابعتهم في ذلك، سواء أكان هو مقصراً ومفرطاً في الصلاة، أم كان يؤديها لكن يترك مسؤولية إيقاظ الأولاد ومتابعتهم في ذلك على الأم.
- عدم متابعة سلوكات الأبناء في الحي وعلاقاتهم بالآخرين ومشكلاتهم.
- قلة لقاء الأب بأولاده لكثرة غيابه عن المنزل.

- عدم مجيء الأب للمنزل أصلاً، وذلك يحصل ممن هو متزوج من زوجة أخرى، أو من هو كثير الأسفار.
- إهمال المتابعة الدراسية للأولاد سواء ما يتصل بالتعرف على مستوياتهم الدراسية، أم مساعدتهم في الامتحانات والواجبات، أو متابعة أوضاعهم مع المدارس.
- إهمال مشكلات الأولاد الصحية، واحتياجاتهم الأخرى في شؤون الحياة.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة:

- تنشأ هذه المشكلة نتيجة عدد من العوامل، من أهمها ما يلي:
- الإهمال في شخصية الأب؛ فبعض الرجال يتسم بالإهمال واللامبالاة، ويتضح ذلك حتى في حياته الشخصية فهو يتأخر في إنجاز كثير من مصالحه وأموره، فضلاً عن أمور أسرته.
- تصور بعض الأزواج أن الهداية والصالح بيد الله عز وجل، وقلة الوعي بمسؤولية الإنسان عن إصلاح نفسه وأهله.
- ضعف تدين الزوج أو انحرافه؛ وهذا يؤدي بالضرورة إلى إهمال ما يتصل بتدين أولاده؛ فالزوج الذي لا يؤدي الصلاة في المسجد، أو يتكاسل فيها سيتوقع منه التقصير في متابعة أولاده في ذلك، كما أن ضعف تدين الزوج كثيراً ما يقود إلى الإهمال في حياته الخاصة، ويؤثر على استشعاره المسؤولية تجاه أولاده.

- قوة شخصية الزوجة وقيامها بكل شيء، مما يبرمج الزوج على ذلك.
- ضعف قدرات الزوج، وصعوبة المتابعة؛ فبعض الأزواج يعاني من ضعف قدراته على التواصل مع الآخرين، أو على حل المشكلات المتصلة بأولاده، وحين يفشل في حل بعض المشكلات، أو يعاني من ضعف تجاوب أولاده يصيبه اليأس ويستسلم ويترك الأمر للزوجة.
- أحد الأزواج كان يعاني خجلاً وقصوراً في التواصل مع الآخرين، فلا يستطيع الذهاب للمدرسة والنقاش مع الإدارة والمعلمين حول أوضاع ابنه، كان ابنه الذي في الصف الأول من المرحلة الابتدائية يعاني من سوء معاملة أحد المعلمين وقسوته البالغة، مما أثر على تعلمه، فانقضت السنة وهو لم يتمكن من المهارات الأساسية لمن هو في سنه، سعت الأم كثيراً في أن يذهب الزوج إلى المدرسة فلم تنجح في ذلك، فأصبحت هي التي تتصل هاتفياً على المدرسة وتناقش إدارة المدرسة بشأن ولدها، وفي كل اتصال تتلقى لوماً من إدارة المدرسة متسائلة عن دور والدها.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

- تترك هذه المشكلة آثاراً سلبية على الزوجين وعلى الأولاد، فمن آثارها على الأولاد ما يلي:
- تعرض الأولاد للانحراف؛ فالعوامل التي قد تقود للانحراف لا يخلو منها أي مجتمع، وحين تضعف متابعة الأب لأولاده فسيكونون عرضة لأصحاب السوء، وغياب المتابعة

يقلل من فرص اكتشاف بوادر الانحراف في بدايتها مما يزيد من تعقيد محاولة علاجها.

- شعور الأولاد أن ذلك فرصة للتخفف من المتابعة؛ فالأولاد في مراحل عديدة من عمرهم يحبون التفلت من القيود والضوابط، والانطلاق بحرية كما يشاؤون، وحين يشعرون بقلّة المتابعة يصبحون أكثر جرأة على الوقوع في المخالفات والانحرافات، أو الإهمال في شؤون حياتهم.
- رغم أن الأولاد يحبون الانطلاق والحرية، ويفرحون بالتخفف من المتابعة، إلا أن ذلك يشعرهم بهامشيتهم وقلة قيمتهم عند والديهم، إنهم يرون الآخرين يأتون للمدرسة مع آبائهم، ويرون الآباء يزورون المدرسة ويسألون عن أولادهم بينما آباؤهم هم لا يعلمون عنهم شيئاً.
- التربية السوية إنما تقوم على أساس الأسرة المتكاملة، التي يؤدي فيها كل من الأب والأم الدور المنوط بهما، ولكل من الأبوين قدرات وخصائص لا توجد في الآخر، هذه القدرات والخصائص ينشأ عنها اختلاف في المهمات والأدوار، وحين يهمل الأب شؤون أولاده يعيش الأولاد تحت تربية الأم ورعايتها وحدها.

ومن آثارها على الزوجين ما يلي:

- انشغال الزوجة بأعباء إضافية غير أعباء القيام بشؤون المنزل، وزيادة الأعباء على

- الزوجة لا يصاحبها زيادة في الوقت المتاح أو الإمكانيات، فتكون النتيجة ازدحام الوقت والتقصير في الوفاء بمطالب الأسرة ومطالب الحياة الزوجية.
- زيادة الأعباء على الزوجة، وشعورها بعدم القدرة على رعاية شؤون أولادها تقود إلى التأثير عليها نفسياً وإصابتها بالقلق والاضطراب.
- الخلل في العلاقة بين الزوجين، فالزوجة تزيد من مطالبة الزوج بأداء أدواره، والزوج يتبرم، ومع كثرة النقاش والجدل غير المثمر تزداد العلاقة تأزماً.

توجيهات عامة للمرشد في كيفية التعامل مع هذه المشكلة:

يُقترح على المرشد مراعاة الأمور الآتية في التعامل مع هذه المشكلة:

أولاً: التعرف على طبيعة الزوج وعوامل تقصيره، فالتقصير الطبيعي الذي يحصل من غالب الناس وقلماً يخلو منه أحد ليس مثل التقصير الذي يقود إلى الإهمال واللامبالاة، والتقصير الذي يصدر من زوج محافظ ليس مثل التقصير الذي مصدره ضعف الزوج في تدينه، أو وقوعه في بعض أنواع الانحراف. وقد لا يكون من المناسب سؤال الزوجة -إذا كانت هي المسترشدة- عن تقويم الزوج، إنما يمكن أن يقدم المرشد عدداً من الأسئلة حول حياة الزوج وطبيعة علاقته بأولاده يتوصل من خلالها إلى تحديد طبيعة شخصيته.

ثانياً: حين يكون مصدر الإهمال قصور قدرات الزوج، كأن تكون الزوجة أعلى منه

تعليماً، أو تملك مهارات أفضل في التواصل والتأثير فإنه من المناسب ألا يطالب الزوج بما لا يحسن، وينبغي للمرشد أن يقنع الزوجة بالألا تتوقع من زوجها أكثر من قدراته. ومن صور هذه الحالات أن يكون الأب حاد الانفعال لا يتحكم بمشاعره، فيصعب عليه إدارة أزمات أولاده المراهقين، بينما تكون الأم أكثر هدوءاً وأقدر على التعامل مع أزماتهم. أم متميزة في الحوار والإقناع، تربطها بأولادها المراهقين علاقة جيدة وقوية، حين يقع أحدهم في موضوع يستدعي الحوار والأخذ والعطاء تصحبه بسيارته إلى أحد المطاعم العائلية أو أي مكان مناسب وتتحاور معه، اعتاد أولادها أن يكونوا صرخاء معها، قريبين منها حريصين على إرضائها رغم عدم انضباطهم في كثير من السلوكات. لكن الأب يختلف كثيراً عنها، فهو غير قادر على ممارسة هذا الدور، اتصلت تستشير فتم توجيهها إلى أن تستمر في ممارسة دورها المتميز مع أولادها، وألا ترغم الأب على أدوار هو غير قادر عليها، أو لا يتقنها. ومن المهم التوكيد في هذا المجال على المسترشد-إن كان الزوجة- ألا يقود ذلك إلى انتقاص الزوج والتقليل من شأنه، سواء في داخل نفسها، أو في حوارها معه، أو أمام أولادها.

ثالثاً: توجيه المسترشد إلى البعد عن لوم الطرف الآخر، وتحميله المسؤولية والمعاينة على التقصير؛ فإن هذا في الغالب لا يؤدي إلى نتيجة إيجابية؛ إذ هو يقود الطرف الآخر

إلى السعي للدفاع عن موقفه، وتبرير واقعه، وربما السعي لإيجاد مخارج لصحة أسلوبه وتعامله، كما أن ذلك يقود إلى توتر العلاقة بين الزوجين. وعليه فالحوار بين الطرفين ينبغي أن يركز على ما يجب فعله، وما يستطيع كل طرف أن يقوم به.

رابعاً: إقناع المسترشد بالتخلي عن النظرة الثنائية الحادة التي تفترض إما القيام التام بالواجب والأعباء، أو التخلي عنها. ومن الحلول الوسط في ذلك تقاسم الأدوار بين الزوجين؛ فتتولى الزوجة بعض الأعباء والمهام، ويتولى الزوج مهمات أخرى. ويمكن إقناع الزوجة أن تتولى بعض المهام التي يفترض أن تكون للزوج في مقابل تقليل المهام المتوقعة منه، وتحديد ما يمكن له أن يقوم به. فقد تتولى الزوجة إيقاظ الأولاد للصلاة ومتابعة المهام الدراسية للأولاد في المنزل، بينما يتولى الزوج متابعتهم مع المدارس. ومن المهم توجيه المسترشد والتأكيد عليه أن يكون لديه مدى واسع ومرن في الحلول وإصراره على موقف معين يحرمه الوصول إلى تطلعه أو إلى ما هو قريب منه. كما أنه من المهم توجيه المسترشد إلى أن يفرق بين ما يتمنى وما يريد وبين ما يمكن أن يتحقق فيركز على الممكن أكثر من الإصرار على ما يتمنى.

خامساً: تزويد المسترشد -الزوجة- بأدوات ووسائل للتعامل مع المواقف التربوية التي تقوم بها مع الأولاد نتيجة إهمال الأب لهذا الدور.

سادساً: توجيه المسترشد إلى تفعيل أدوار الآخرين في بعض المهمات مثل الأخوال، الإخوة الكبار مع إخوانهم الصغار وبالأخص في المتابعة خارج المنزل حين يكونون مؤهلين لذلك، الأخوات الكبيرات مع الصغار وبالأخص في متابعة التحصيل الدراسي والواجبات المنزلية.

سابعاً: مما يقود الزوج إلى إعادة النظر في إهماله، وإلى الشعور بالتقصير أن يكتشف المشكلات التي تنشأ عن تقصيره، لذا فمن الوسائل المهمة في التعامل مع هذه المشكلة وضع الزوج أمام مشكلات الأولاد بطريقة غير مباشرة، وذلك من خلال استشارته بين وقت وآخر في أسلوب التعامل مع مشكلاتهم، ويمكن حين ينطلق في الحوار أن تقترح عليه الزوجة القيام ببعض الأدوار.

ثامناً: تعالج كثير من الزوجات هذه المشكلات من خلال الجدل مع زوجها، ولومه المستمر على إهماله، وهذا الأسلوب ذو فاعلية قليلة في علاج هذه المشكلة، والأنسب في ذلك توجيه الزوجة إلى تزويد الزوج بين وقت وآخر بنتائج الأولاد الإيجابية وغير الإيجابية ومواقفهم الإيجابية وغير الإيجابية، على أن يتم ذلك في سياق تزويده بالواقع وإطلاعه عليه أكثر من سياق الشكوى والتبرم.

تاسعاً: من الوسائل المناسبة في ذلك توجيه الزوجة لأن تربط مشكلات أولادها بوالدهم عن طريقهم هم، وذلك بتوجيههم لاستشارة والدهم فيما يواجههم من مشكلات ناشئة عن تقصيره في حقهم.

تخلي الأب عن مسؤولية تربية الأبناء

د. منيرة القاسم

تعريف المشكلة:

هذه المشكلة موجودة عند بعض الأسر في المجتمع السعودي كما توجد في غيره من المجتمعات الخليجية والعربية نظراً لتشابه الظروف والثقافات، وتتمثل في أن الأم أصبحت هي المسؤولة عن كل صغيرة وكبيرة في تربية الأبناء، وقضاء حوائجهم ومتابعتهم، والأب يعيش في عالم آخر بعيداً عن أبنائه واحتياجاتهم ورعايتهم وهمومهم.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

من مظاهر هذه المشكلة:

- الأم مسؤولة عن الرعاية الصحية للأبناء، فهي لوحدها التي تتابع ذلك منذ صغرهم، ومن ذلك على سبيل المثال التطعيمات والفحوصات الدورية للطفل حتى يكبر، وهي التي تأخذه إلى الطبيب في حال مرضه، كما تتولى شراء الدواء ومتابعة تناوله، بل إن الأمر أصبح يتعلق حتى باتخاذ القرارات المتعلقة بإجراء العمليات الجراحية إذا استدعت الحاجة إلى ذلك، والأم هي التي تختار المستشفى والطبيب المعالج في ظل تخلي الأب عن هذه المسؤولية.

- متابعة التحصيل الدراسي والتربوي للأبناء في المدارس، ولن نتحدث عن البنات لأن الأم أصبحت لا محالة هي المسؤول الأول والأخير عن ذلك؛ بل طال الأمر الأبناء الذكور، حيث إن الأم أخذت على عاتقها متابعة الأولاد دراسياً في حل الواجبات اليومية وفهم الدروس، ومتابعتهم في المدرسة عن طريق الهاتف أو الرسائل الكتابية مع المدرسين والمشرفين.
- توفير مستلزمات الأبناء الضرورية والكمالية كالملابس والأحذية والأدوات المدرسية والألعاب وغير ذلك، من قِبَلِ الأم لأنها هي المطالبة بتوفيرها وشرائها لوحدها أو بصحبة أبنائها.
- مراقبة وتوجيه سلوك الأبناء في البيت وخارج البيت نظراً لأن الأب أصبح بعيداً عنهم بيدنه أو باهتماماته، فلم تجد الأم بداً من أن تكون هي لوحدها مسؤولة عن ذلك لوحدها.
- الترفيه العائلي أصبح من مسؤوليات الأم، فهي التي تأخذهم للتنزه خارج البيت والتخطيط للرحلات والزيارات العائلية... الخ
- التصدي لمشكلات الأبناء والتفرد في مواجهة المشكلة والتصدي لحلها من قبل الأم في ظل تخلي الأم عن ذلك كالمعاكسات الهاتفية والتدخين وممارسة سلوكيات مرفوضة داخل البيت وخارجه.

- السفر دون الأب برفقة الأم فقط أو مع أحد الأخوال، أو أن يأخذهم الأب للسفر ومن ثم يتركهم مع والدتهم وإرجاعهم مرة أخرى دون مشاركتهم رحلة السفر.
- تفرد الأم في اتخاذ القرارات المهمة والمصيرية في حياة الأبناء كاختيار الزوجة للابن، أو الموافقة على الشاب المتقدم للزواج من إحدى البنات... إلخ

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة:

عوامل تتعلق بالزوج (الأب):

- جهل الزوج بواجباته ومسؤولياته الشرعية تجاه الزوجة والأبناء، وعدم استشعاره بعظم هذه المسؤولية.
- عدم تربية الزوج أساساً على تحمل المسؤولية (لامبالاة)، فقد يكون نشأ في بيئة لم ترب فيه هذا الإحساس ولم تول إليه مسؤوليات في أسرته، كبيرة كانت أم صغيرة وكبر معتمداً على والديه أو غيرهم في كل شيء.
- كثرة المشاغل ومسؤوليات العمل وطول ساعات الدوام، فمن الأزواج من يعمل ستة أيام في الأسبوع بدوام يمتد حتى آخر ساعات النهار، وقد يتطلب الأمر مناوبات ليلية.
- كثرة السفر لحاجة أو دون حاجة، حيث تتطلب بعض الوظائف والأعمال كثرة السفر من بلد لآخر، أو أن يكون الزوج ممن اعتادوا السفر للسياحة أو مسابقة الأصدقاء في ذلك.

- تعدد الزوجات وكثرة الأبناء، مما يجعل الزوج غير قادر على متابعة الأبناء وتلبية طلبات الزوجات وأبنائهن، أو اهتمامه بإحدى زوجاته وأولادها دون الأخرى أو الأخريات.
- بخل الزوج وسوء خلقه أو انحرافه أو سوء تعامله، مما يجعل الزوجة تتجنب طلب أي شيء منه أو حتى مناقشته في هذا الموضوع.
- تقليد الأصدقاء ومحاكاتهم الذين يشجعونه على ذلك، وقد يسخرون من قيامه بواجباته تجاه الزوجة أو الأولاد.

عوامل تتعلق بالزوجة (الأم):

- عدم إشراك الزوج في اهتمامات الأسرة وهمومها منذ بداية الحياة الزوجية، حيث تكون الأم متحمسة لذلك ومستمتعة، ثم تجد نفسها بعد مدة ومع كثرة الأبناء غير قادرة على حمل العبء لوحدها بعد أن يكون الزوج قد اعتاد ذلك الأمر.
- إحساس الزوجة بالمسؤولية أكثر من الزوج وقدرتها على تحمل المسؤولية مقابل سلبية الزوج وعدم مبالاته، مما يجعلها تتولى بنفسها القيام بشؤون البيت والأولاد.

- سلبية الزوجة وافتقادها لروح المبادرة يجعلها تتقبل الوضع، رغم عدم قناعتها بذلك.

- الاستقلال المادي للزوجة وعدم الاعتماد على الزوج مادياً مما جعلها تستغني عن الزوج وترى عدم ضرورة تواجده في كثير من الحالات.

عوامل أخرى:

- توفر السائق مما جعل الزوجة قادرة على قضاء حوائجها وحوائج أبنائها في أي وقت دون الحاجة إلى انتظار الزوج (الأب) وموافقته.

- وجود ابن كبير للزوجين مما يدعو الأب لإلقاء مسؤولياته الخارجية على الابن والذي لن يكون بديلاً ناجحاً للأب.

- وجود دعم خارجي من أسرة الزوجة، كالأخوال مثلاً أو سائق الجد أو من الأعمام؛ في قضاء حوائج الأسرة وتوفير متطلباتهم دون الحاجة إلى الزوج.

- التطور في وسائل الاتصال والتقنية الحديثة، حيث استغنت الزوجة عن الزوج في كثير من الأمور، وتسهيل المعاملات البنكية للنساء، وهي عن طريق الهاتف تستطيع متابعة الأولاد في المدارس، كما يمكنها من تسديد فواتير الهاتف والكهرباء وغيرها، وعن طريق الإنترنت تمكنت من عمل حجوزات السفر والفنادق... إلخ.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

الآثار السلبية على الزوج:

- الانعزالية والبعد العاطفي عن الزوجة والأبناء وافتقاد الدفء الأسري؛ مما يزيد الجفاء بين الزوج وأفراد أسرته واعتياد البعد عنهم وعدم الاهتمام بأمورهم.
- افتقاد الاحترام والحب من قبل الزوجة وذلك نتيجة تقصير الزوج في واجباته الأسرية، فلا تكثر الزوجة لحقوق زوجها ولا لمشاعره.
- افتقاد الاحترام والحب والبر من قبل الأبناء؛ والذين بدورهم لا يعني لهم رضا والدهم شيئاً، وإسعاده ليس ذا أهمية بالنسبة لهم.

الآثار السلبية على الزوجة:

- تزايد الضغوط النفسية على الزوجة جراء كثرة الواجبات، حيث أصبحت تتحمل فوق مسؤولياتها مسؤوليات زوجها أيضاً.
- تزايد الضغوط المادية نتيجة تخلي الزوج عن واجباته المادية في أغلب الأحوال.
- عدم القدرة على اتخاذ القرارات الصائبة بمعزل عن الزوج وخبرته؛ فمهما كانت حصافة الزوجة وورزانتها وتعقلها لا بد لها يوماً من العجز أمام بعض المواقف التي تتطلب قراراً شجاعاً وصائباً.

الآثار السلبية على الأبناء:

- تفكك الأسرة خاصة في علاقة الأبناء بالأب.
- الفراغ العاطفي الأبوي لدى الأبناء والبحث عن بديل في أشخاص غير مناسبين.
- تزايد مشكلات الأبناء خاصة الكبار منهم، حيث تصعب سيطرة الأم عليهم نتيجة خروجهم واحتكاكهم بقرناء غير معروفين بالنسبة للأم، أو لتعرضهم لتجارب غير سوية بعيداً عن توجيه الأب ورقابته؛ كالمشاجرات أو المعاكسات وقد تصل إلى انتهاك القوانين وارتكاب جرائم.
- افتقاد الموجه العاقل والحازم مما يعني احتمالية تعرض الأبناء للانحراف، كمصاحبة رفقاء السوء والتدخين أو ممارسات جنسية غير شرعية أو شاذة أو التدخين وتعاطي المخدرات.
- افتقاد القدوة الحسنة المتمثلة في الأب الحنون والراعي الأمين، مما يجعل الأبناء يتمثلون قدوات غير صالحة كالممثلين والمغنين وغيرهم.
- الدلال الزائد من قبل الأم للأبناء لتعويضهم بعد الأب عنهم وهذا قد يؤدي إلى إفسادهم والتغاضي عن أخطائهم.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع هذه المشكلة:

توجيهات عامة:

- إشعار المسترشد بالاهتمام بمشكلته ومشاركته مشاعره ومعاناته بعبارات صريحة ومتنوعة خلال حل المشكلة. (نحن نشاطرك مشاعرك وأحاسيسك، إنني أتفهم وضعك وأقدر موقفك)، وهذا يعطي المسترشد حافزاً لضرورة حل المشكلة ومن ثم التعاون مع المرشد ومساعدته بكل ما يملك للوصول لحل مريح ومقنع.
- توعية المسترشد بأهمية المشكلة وضرورة عدم إهمالها والسعي لحلها. (المشكلة ليست سهلة ولنتساعد على حلها لأن عواقبها تبدو وخيمة)، وهذا الأمر يخفف من حدة الوضع النفسي للمسترشد المتمثل في التوتر واليأس والإحباط أحياناً، والشعور بأن هناك من يؤازره ويهتم بأمره؛ ومن ثم يفرغ المسترشد مكنونات نفسه ويزيد من ثقته في المرشد، كما يجعله يتقبل الإرشادات ويثق في نتائجها بعون الله.
- إبلاغ المسترشد بأن هناك من يشتكون من المشكلة نفسها. (لست وحدك من يشتكي وصلنا العديد من الرسائل لها الشكوى نفسها)، وهذا بدوره يخفف من وطأة القلق والتوتر، وحين يعلم المسترشد بأنه ليس الوحيد الذي يعاني من هذه المشكلة؛ تهون مشكلته على نفسه.
- إشعار المسترشد بإمكانية حل المشكلة وضرورة العناية بذلك. (رغم عمق المشكلة

- إلا أن الحل ليس مستحيلاً - جرعة أمل -، فإذا علم المسترشد بأن مشكلته مهما كانت معقدة من وجهة نظره إلا أن الأمل موجود، وهنا يُشعر المسترشد بالراحة النفسية ومن ثم تقبل النصح والتوجيه والاقتناع بما يقوله المرشد.
- التأكيد على المسترشد بأهمية الصبر وأن حل المشكلة يحتاج إلى وقت، وعدم الاستعجال في الوصول إلى النتائج المرغوبة. (إن الله مع الصابرين)، والصبر صفة الأنبياء والصالحين، وهذه الخطوة مهمة جداً حيث أن الكثير من المسترشدين يستعجلون النتائج، ويتوقعون حلولاً سحرية لمشاكلهم؛ فعلى المرشد حث المسترشد على الصبر وعدم التعجل؛ ويبين له أن الأمر يتطلب الصبر وطول النفس من أجل الحصول على أفضل النتائج بإذن الله.
 - التأكيد على ضرورة الاستعانة بالله في كل خطوة، وبيان أهمية الدعاء واللجوء إلى الله، وحسن الظن به. (أنا مع عبدي، وأن الله يستحي أن يرد عبده إذا سأل، وأنا عند حسن ظن عبدي بي)، هذه الجرععات الإيمانية تمد المسترشد بالطمأنينة والشعور بمعية الله له، فيتقوى بالله ويعتمد عليه مع الأخذ بالأسباب.
 - التآني في حل المشكلة، وعدم التوتر لأن ذلك سيزيد من الضغوط النفسية ويعرقل القدرة على التفكير واتخاذ قرارات حكيمة. (لنتفهم الموضوع جيداً، فهناك من يعيش ظروف ومشكلات مستعصية، أنت أحسن حالاً منهم بكثير فاحمد الله،

وَلْتَتَنَّ فِي التَّفْكِيرِ وَلْتَحَاوِلْ سَوِيًّا حُلَّ الْمَشْكِلةِ) ، وهذا يجعل المسترشد يطمئن ويفكر بعمق أكثر في أبعاد المشكلة.

- حث المسترشد على الدعاء لهذا الزوج / الأب في ظهر الغيب والاجتهاد في ذلك ، ومن الجيد الدعاء أمامه بالتوفيق والسعادة ، فباب الدعاء من أوسع أبواب الرجاء والأمل ، كما أن الدعاء من أقوى ما يتسلح به المؤمن . (اللهم أهده ووفقه وسدد خطاه ، وارزقه الرزق الواسع الحلال الطيب ، وأسعه في الدنيا والآخرة ، اللهم أره الحق حقاً وارزقه اتباعه ، وأره الباطل باطلاً وارزقه اجتنابه ، اللهم سخره لخير أهله وولده... إلخ)

- محاولة التأقلم مع الوضع مؤقتاً إذا استعصى الحل وسُدت الأبواب ، إلى أن يفرجها الله . (ما دام الأمر بهذه الصعوبة فلتحاول التعايش مع الوضع ، وما من ضيق إلا بعده الفرج ، ﴿ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ، إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴾) ، قد لا يفلح المرشد مع المسترشد في الوصول إلى حل لمشكلته ، لتعقدها أو عدم استجابة أطراف المشكلة لأي تغير ، فلا يملك الإنسان إلا التسليم لقدر الله والتأقلم مع الوضع بأدنى درجات الضرر .

- تذكير المسترشد بضرورة إخلاص النية وتجديدها ، واحتساب الأجر في كل خطوة يخطوها المسترشد لحل المشكلة ، أو ما يلقاه من معاناة من جرائها .

ثانياً: توجيهات خاصة للمسترشدة الزوجة (الأم):

- مع الأخذ بالخطوات السابقة يمكن للمرشد توجيه المسترشدة لما يلي:
- أن تقوم الزوجة بتذكير زوجها بأنه محاسب على ولايته لأسرته، وأن الله قد استرعاه زوجه وأولاده بطريقة التعريض واللين واستخدام العبارات المناسبة، وعدم استفزازه بالعبارات القاسية أو المباشرة. (بقولها: اليوم قرأت قوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ﴾ .. الآية وبحث عن تفسيرها،، ماذا تتوقع؟ ثم تقرأ له التفسير أو تتركه له ليطلع عليه بنفسه. وتذكره بحديث رسول الله صلى الله عليه وسلم « كلكم راع وكلكم ومسؤول عن رعيته.. » كما يمكنها أن تضع في متناول يد زوجها وتحت نظرة الكتيبات أو النشرات التي تؤكد على هذا الأمر، وتبين أجر من قام على ولده وبيته بالحسنى.
 - إظهار الزوجة لزوجها أهمية دوره في البيت وفي حياة الأبناء. (الخروج مع الأولاد ليس له طعم من دونك، أحتاج مشورتك في القضية الفلانية، أصبحت عاجزة عن اتخاذ قرار صائب بدونك في الأمر الفلاني، أنا والأولاد ندعوك للنزهة الفلانية أو للمطعم الفلاني، أعتقد بأن قدرتك على مواجهة هذا الأمر أفضل مني... إلخ)، فقد يشعر الزوج بعدم أهمية وجوده في ظل تولي الأم لمهام كثيرة في البيت، أو لقوة شخصيتها مقابل ضعف شخصيته، وهذا يتطلب من الزوجة أن تعيد للزوج قيمته وتشعره بأهمية وجوده معها وبين أولاده.

- إشراك الزوج في مسؤوليات البيت والأولاد حتى وإن كان بالإمكان قضاؤها من دونه، خاصة إذا كان الزوج قادراً على ذلك مع مراعاة عدم إثقاله بالطلبات خاصة في ظل انشغاله. (مثلاً شراء مستلزمات الأبناء من المكتبة مع الأب مع إمكانية الذهاب مع السائق أو تفرغ الأم؛ وذلك بطلب من الأبناء) إن هذا السلوك يعزز من إظهار قيمة وأهمية وجود الأب في الأسرة.
- إبراز إنجازات الأب وإظهار الامتنان والفرح بذلك حال قيامه بأمر ما حتى لو كان بسيطاً. (الله يخليك لنا ولا يحرمننا منك، فرحة الأولاد لا توصف في نزهة اليوم لوجودك معنا....) وهذا بدوره يعزز من السلوك المطلوب من الزوج ويشجعه في الاستمرار في تقديم المزيد للزوجة والأبناء، ويمكن أن يكون هذا الأمر أمام الأبناء أو أمام الأهل.
- التنوع في الأساليب لزيادة استشعار الزوج بدوره الأسري. (العبارات الشفوية اللطيفة، أو كتابتها على كروت وبطاقات أنيقة ووضعها في الدرج الخاص به أو في حقيبة العمل أو السفر)، قد يكون الحوار المباشر بين الزوجين فاشلاً أو ينقلب إلى مشاجرات أو ينتهي إلى طريق مسدود؛ لذا يكون من المناسب استخدام عبارات مفعمة بالحنان والحب، أو العتاب اللطيف والتي قد تجد طريقاً إلى قلب الزوج ثم إحداث التغيير المطلوب.

- اختيار الأوقات المناسبة والبعد عن مناقشة الموضوع في الظروف غير المناسبة. (الزوج متعب، أو يمر بظروف نفسية سيئة، أو في وقت الطعام، أو وقت النوم، أو أمام الأولاد... إلخ) وهذه الجزئية مهمة لأن بعض الزوجات قد لا يحسن اختيار الوقت لمناقشة الزوج أو معاتبته مما يجعل الزوج يعاند ويتمادي في تجاهلها وإهمال مسؤولياته.
- إرشاد المسترشد لمحاولة التعرف على شخصية الزوج والنقاط التي يمكن استخدامها كمدخل للتأثير فيه وإقناعه بمسؤولياته. (فكثير من الأزواج يخاف من انحراف الأبناء: التدخين منتشر بين الأولاد في مثل سن ابنك وكثير منهم لجأ للمخدرات وأنا لا أدري مع من يمشي؟، الزوج غيور: تعرضنا أنا والبنات اليوم لملاحقة بعض الشباب المستهتر، يهتم جداً بالصحة ويخاف الأمراض: ابنتنا تشتكي حرارة منذ مدة وأخاف أن يكون الأمر خطيراً.... إلخ) إن بعض الأزواج والآباء قد يبدو غير مبالٍ في كثير من الأمور إلا أن هناك جوانب تثير غيظه واهتمامه، والزوجة الذكية هي التي تعرف مفاتيح شخصية زوجها وتستثمرها في حل المشكلة أو على الأقل التقليل من حدتها.
- يمكن أن تجازف الزوجة لتهز الزوج وتشعره بعظم المسؤولية التي تولى عنها، وعدم التستر على الأبناء أو التفرد في مواجهة مشكلاتهم. (الابن في قبضة الشرطة بسبب

التفحيط،) فمن الآباء من لا يوقظه ويهزه إلا مشكلة أو مصيبة تحل عليه أو على أحد أفراد أسرته، لذا فليس من مصلحة الزوجة أن تتلقى لوحدها الصدمات في ظل تخلي الزوج عن مسؤولياته.

وآخرًا وليس أخيراً:

على المرشد أن يُذكر المسترشد أياً كان حاله، بضرورة الأخذ بالأسباب والاجتهاد في ذلك مع التوكل على الله في أموره كافة، ثم التسليم بقدر الله تعالى والرضا بقضائه. ومما يهون الأمر على المسترشد تذكيره بقول الله تعالى: ﴿وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ﴾، وقول النبي صلى الله عليه وسلم «أمر المؤمن كله خير إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له» أو كما قال عليه الصلاة والسلام... والتأكيد على أن الله لا يضيع شيئاً، فإن المسلم لا يشاك بشوكة إلا كُتب له أجرها إذا صبر عليها، فكيف بمن ابتلي كبلاء صاحب المشكلة - المسترشد - حيث يتقلب فيها ليل نهار. فاستخدام المرشد لأسلوب النصح الرقيق، وتخفيف المصاب عن المسترشد بشواهد من الكتاب والسنة، وضرب الأمثلة من أحوال السلف له أكبر الأثر على نفسيته وتهدئته وتخفيف حدة التوتر والتشتت التي قد يشعر بها المسترشد في ظل تعقد المسألة وضغطها على المسترشد.

المشكلة الخامسة عشرة
مشكلة: الصمت في الحياة الزوجية
شارك بكتابتها كل من:

- ١) د. عبد العزيز بن عبد الله المقبل
- ٢) د. هدى بنت عبد الرحمن السبيعي
- ٣) أ. نورة بنت محمد الصفيدي

الصمت في الحياة الزوجية

د. عبد العزيز المقبل

تعريف المشكلة:

صمت الزوج يراد به شكوى الزوجة من غلبة الصمت على زوجها حين يكون في المنزل، وقد يدفعه هذا إلى كثرة الخروج من المنزل.. وليس صمته طبعاً فيه، فهو قد يكون يحاور زوجته في أيام خلت بشكل عادي، وهو الآن لا يزال محتفظاً بمهاراته الكلامية، ولياقته الحديثة، وقد يمارس ذلك حتى في بيته، ولكن حين يستقبل زملاءه، بل وحتى حين يستقبل أهله أو أقاربه. بمعنى أن صمته جاء مفاجئاً أو تدريجياً، ومع زوجته فحسب.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

يغلب على الزوج الصمت في كل أو غالب وقته، فينقطع حبل الحوار بينه وبين زوجته. والكلام هنا ليس عن لحظات الصمت العارضة، أي الصمت الذي يجد الزوج نفسه منساقاً إليه تلقائياً ووقتياً، ولكن المراد ما داخلته القصدية والعمد. وقد يلفت نظر الزوجة، ويقلقها، وتحاول الاستفسار منه، فيما أن ينفي الأمر بالكلية، ويتهمها بالمبالغة، وإما أن يبدي المجاملة، فيتحدث - بغير شهية - حديثاً موجزاً، لا يشفي غليل الزوجة. وفي هذه الحال قد يكون السبب وراء هذا الأمر هو الطبع، ووقتها يكون المسؤول الأول هو (الموافقة) على قبول الزوج دون (تحقق) من تقارب الطباع.

وقد يكون وراء ذلك طول المدة التي يقضيها الزوج في العمل، ورغبته في لحظات من الصمت والهدوء. وفي حالات أخرى قد يمضي الزوج (غالب) وقته أمام شاشة التلفزيون أو الانترنت.

العوامل والأسباب المؤدية إلى ظهور المشكلة:

حاولت رصد الأسباب التي تدفع زوجاً إلى الصمت المطبق أمام زوجته.. ومع التأمل فيما يمر من حالات، بدت لي الأسباب - ما يرجع منها للزوج، وما يرجع منها للزوجة - كالتالي:

١ - كون الزوجة مفرطة الحساسية، وهو مظهر من مظاهر ضعف الثقة بالنفس، وبالتالي قد تفسر كل كلمة من زوجها على أنها لون من النقد، ومع مرور الوقت يجد الزوج أن الصمت أمام الزوجة، أو قَصْر الحديث على الضروري من الكلام، أجدى عليه من الاعتذار - كل مرة - أنه لا يقصد سوى المزاح، وربما رأى تجهّم وجه زوجته، وتلاحق اتهاماتها، فاضطر للحلف أنه يحبها، وأن كلامه معها لا يعدو المزاح!

إن تكرار مثل هذا الموقف يجعل الزوج، الذي قد يكون ذا روح مرحة، يبحث عن تبادل المزاح مع الأصدقاء والأقرباء، وهو ما يخلق له مشكلة أخرى تتمثل في اتهام الزوجة له بأنه يكون في (قمة) الانبساط والراحة حين يكون جلوسه مع غيرها، على

حين يكون عندها (أبرد) من الثلج!! وقد يبلغ ضيقها مداها، وهي تراه يتبادل المزاح مع أخته، أو أخواته، بحضرتها، ما يقلب رحلة العودة من بيت أهله إلى بيتهما، إلى ساحة نقاش عاصف واتهامات، مدارها أن الزوج يؤثر أخواته على زوجته!

وحين تتسع دائرة الحصار على الزوج، وتكثر قذائف الاتهامات، قد يصارح الزوج زوجته، ويذكرها بحساسيتها، التي لم يستطع اجتثاثها، وكيف أنه لذلك أثر الانسحاب من المزاح معها. وأن (انطلاقه) مع زملائه أو أخواته لأنهم يجارونه في المزاح، ولا يلحقونه باللوم لأجله، وأنه بطبعه يهفو للمزاح. لكن الزوجة قد تلج في الخصومة، محاولة إيجاد تفسيرات بعيدة عن الحقيقة جداً، كل ذلك هروباً من الاعتراف بالخطأ، والاجتهاد في إصلاحه.

وقد اتصلت علي - ذات يوم - زوجة، في حال من الضيق، تشكو صمت زوجها المطبق، حين يكون معها في المنزل، وكيف أن صوت ضحكاته وطرائفه يصك مسامعها في المطبخ، وهو بين زملائه في المجلس.. وحين سألتها عن علاقتهم فهمت منها أن هناك حبل ود قوي يربط بينهما.. فاجأتها بسؤال إن كانت (حساسة)؟.. حاولت المراوغة، وسأقت اعترافها بـ (الحساسية) بسؤال (ملون) بالتعجب: وما دخل الحساسية بصمته؟

قلت لها: دعيني أسألك: أليس حين يلقي عليك بعض التعليقات، يبدو انزعاجك،

وتسارعين باتهامه بـ (الاستهتار) بك.. وربما انعكس غضبك على سلوكك معه، وربما اضطر زوجك لـ (ترضيته)، والتأكيد على (حسن) نيته، وأن ذلك مجرد مزاح؟.. قالت: بلى.. وهناك اتجهت اتجاهاً آخر، أعدّه إيجابياً، حين راحت تسأل: وما علاج الحساسية إذن؟ قلت: هذا باب آخر!!

٢ - قد يكون هناك تباين كبير بين الزوجين في الاهتمامات، وتكون بعض اهتمامات الزوج (ساذجة) في نظر الزوجة، وحين يمتد (حب) الحديث بين الزوجين، وينشر الزوج عليها بعض (همومه) المتصلة باهتماماته. قد تفاجئه الزوجة بـ (طعنة) نقد حادة، مؤداها أن كل من تعرفهم لهم طموحات (عالية) واهتمامات (كبيرة)، آسية على زوجها، متسائلة إلى متى سيبقى زوجها في ضحضاح هذه الاهتمامات (الصغيرة).. ومن الطبيعي أن الزوج سينبري للدفاع عن نفسه، وربما دفعه ذلك - كلون من الانتقام للنفس - إلى البحث عن أي مطعن أو عيب لدى الزوجة.. وهو ما يحرق قلب الزوجة، وقد يشعل فتيل (نار) مشكلات بين الزوجين. ولكن تكرار مثل ذلك الموقف، لا يجعل الزوج يتنازل عن اهتماماته، ولكنه قد يجعل الصمت عادة له أمام زوجته!

وهذا الأمر ناتج غالباً عن تفاوت المستوى الثقافى بين الزوجين، وهذا يجعلها تضيق حين تحس أن هذه الاهتمامات التي تراها (سخيفة) هي اهتمامات زوجها، الذي

كانت تؤمل أن ترى له اهتمامات تضارع اهتماماتها، التي ترى أنها تتميز بها من بين كثيرات! والشيء نفسه عندما يشعر الزوج أن بينه وبين زوجته (مفاوز) في الاهتمامات والميول، ويصل به الحال إلى أن يرى أن نزوله - بزعمه - لاهتماماتها إزاء بالنفس، ومن ثم لا يرى أنها أهل لأن يضيع معها وقته، الذي ربما صرفه في مطالعة كتاب، أو تطلع في شاشة! ويلحق بذلك حين تقارن الزوجة بين منزلة زوجها الوظيفية، ومنازل أزواج أخواتها، ومن ثم قد تقلت ببعض الكلمات التي تعبر بها عن ضيقها، ولكنها بالمقابل تطعن فيها (خاصة) كبرياء زوجها.

وقد اتصلت عليّ زوجة أكثر من مرة، شاكية وضعها مع زوجها، الذي يغلب عليه الصمت معها، رغم شعوره أن ذلك يؤذيها، ورغم محاولتها دفعه للكلام، كما تقول. وفي إحدى مكالماتها، قلت لها: إن كلامي معك، وتوجيهي لك، قد نفع في أكثر من حالة، وأنت الآن تزعمين أنك قد عملت كل ما وجهتك إليه، وأن ذلك لم يحرك ساكناً لدى زوجك! قالت: نعم. قلت لها: أنا متأكد - يا بنتي - أن في الأمر سراً لا يعرفه غيرك، وأنت حين تكونين صريحة معي سيكون ذلك من مصلحتك.. فوجئت بها تقول - على استحياء -: إنه أحياناً يحدثني عن عمله، ولكنني استهزئ به (غصباً) عني، حين يذكر أنه سحب شخصية كبيرة - في مهمة - في العمل!!.. وقد زاد من ضيق الزوج (المسكين) أنه - من خلال شكواه لها، وفهمي من سياق

مشكلتها - أنه عاش بين أهل، هم الآخرون، كانوا يتقصونه، ثم انتظر الزواج ليخلص نفسه من ذلك الجو، فإذا الزوجة تزيد في (مأساته)، فماله لا يصمت؟! ومما يتصل بذلك اشتغال الزوج على سلوكيات غير (مرغوبة) من قبل الزوجة، وربما دفعها تضاييقها منها، ورغبتها (الملحة) في تخلص زوجها منها إلى (سوء) التعبير، وهو - مع استمراره - ما يدفع الزوج إلى الابتعاد والصمت. شكت لي زوجة (إدمان) زوجها السفر، وتخوفها عليه من (لوثاته)، رغم ما يبدو من (مظهر) الاستقامة عليه.. كانت تقول: إنها حرصت على أن تستميله في المزاح والكلام، وأنها وجدت لذلك أثراً جميلاً، دون أن ينقطع عن السفر، الذي يبدو أنه (مصرّ) عليه.. وهي تشكو أن (سواليفها) ما عادت تعجبه كما كانت من قبل، وأن كلامها ومزاحها ما عاد يؤثر فيه كما كان يؤثر فيه في السابق. وسألتها إن كان (تضاييقها) من سفره قد دفعها إلى (مقارنته) بغيره من ذوي الاهتمامات، ومن لهم ارتباطات أكثر بأسرهم، فأجابت أن نعم، وأنها كثيراً ما دعتة إلى أن يمثل طريق إخوته، الذين لا يعرفون طريقاً للسفر للخارج.

٣ - قد يكون الصمت طبعاً للزوج، اعتاد عليه - منذ الصغر - بسبب ظروف بيتية أو أسرية، ومن ثم دخل به بوابة الحياة الزوجية. ومع أن ذلك يضايق أي زوجة باعتبارها امرأة، إلا أن المشكلة تكون أكبر حين تكون تلك الزوجة من أسرة ترى تمييزها في حسن الاتصال بالآخرين.

- ٤ - اختلاف الطبائع بين الزوجين في مفهوم الأسرار؛ فقد يكون الزوج ناشئاً في أسرة تبدو مختلف الأمور عندها على هيئة أسرار، ومن ثم فهو يتحسس في الكلام لدى زوجته خشية أن تتسرب أخبار أهله وأصدقائه إليها. وقد تكون الزوجة - في المقابل - ترى عامة الأمور (عادية) لا تستحق التحفظ عليها، وعدّها (أسراراً) !
- ٥ - قد تكون الزوجة فعلاً ثرثارة، سواء بصورة شخصية، أو لكونها نتاج أسرة اعتادت فيها على الحديث بكل شيء، ومع كل أحد !.. وقد ينبّه الزوج زوجته ويوجهها حين يفاجأ بأنها قد أخرجت من حديثه لأهلها - أو غيرهم - ما يرى أن من المصلحة عدم إخراجها، أو أنه - بطبعه - لا يرغب ذلك. وقد يتجاوز التوجيه إلى النقد، وحين يظل الأمر على ما هو عليه قد يلزم الصمت، كحلّ سلمي !!
- ٦ - قد تختلف طباع الزوج عن طباع الزوجة، فيكون أحدهما (وقوراً) جاداً، ويكون الآخر (مزاحاً) مرحاً.. وحين يفاجأ الأخير من صاحبه الأول بعدم التفاعل، يظل ينسحب من ساحته، ويعامله برسمية، ليبدأ الصمت يبسط رداءه على العلاقة الزوجية. وقد تشكو الزوجة من صمت زوجها، وتطالبه بالحديث، ولكن ذلك لو أمكن افتعاله - مجاملة - مرة، لم يستمر، لأن الحبل الذي يمسك كل منهما بأحد طرفيه مقطوع من الوسط !
- ٧ - عدم قدرة الزوجة على (إيجاد) الجو الذي يساعد الزوج في الانطلاق والحديث، كأن تبدأ في الخصام واللوم على نسيان الزوج إحضار بعض الطلبات، أو عدم

اتصاله وسط النهار، أو تأخره دون أن يشعرها، ولو هاتفياً!.. وحين تستمر وتيرة التعامل على هذا النحو يبني الصمت له (عشاً) داخل البيت.

٨ - عدم إدراك الاختلافات الفسيولوجية والنفسية بين الزوج كرجل، والزوجة كامرأة، فالزوج يرجع من العمل مرهقاً قد كادت (طاقته) الكلامية تستنزف، على حين تكون الزوجة في (أوج) طاقتها الكلامية، مع الأخذ في الاعتبار أن طاقتها (الكلامية) تمثل ثلاثة أضعاف طاقة الزوج!.. وبعض الزوجات قد لا تنتظر حتى تنهياً نفسية الزوج من جديد، وإنما تحاول استعجاله الحديث، وتفسر تأخره بأنه لا مبالاة!.. وهذا الأمر يقود إلى سبب آخر هو اختلاف الزوجين في موضوع التعبير عن النفس والحاجات، وعدم وعي كل منهما بذلك.

٩ - عدم إتقان الزوجة فن الحديث، أو التواصل مع الزوج، فبعض الزوجات قد لا توفق في أسلوب الحوار، فتعتاد على إلحاق زوجها اللوم - بحسن نية - فيما يقع فيه من مشكلات في العمل، أو مع الأصدقاء، أو في الحياة بعامة.. ويكون ذلك اجتهاد غير موفق منها، يدفعه - في الأخير - إلى الانسحاب من ساحة الحديث معها.. ومن هنا تقول بعض الزوجات - في سياق عرضها لمشكلتها - إن زوجها بات حين تطالبه بالكلام معها، يرد عليها بأنها ليست على مستوى من يمكن الحديث معه!! كما أن الزوج أحياناً يتحدث لكنه يحس أن زوجته تبدو غير مبالية بحديثه، وهي تنشغل بمشكلات الأطفال من حولها.. وهو جزء من اختلافها عن الرجل، الذي يحتاج لكي يتابع الكلام إلى تفرغ، وينتظر - حين يتكلم - الاهتمام والمتابعة.

١٠ - بعض الأحيان قد يرجع صمت الزوج كنوع من فلسفة زرع الهيبة، فهو يرى أن كثرة الحديث مع الزوجة والأولاد مما يُذهب (ريح) هيئته !.

١١ - وقد أصبحت التقنية مسؤولة عن جزء من مشكلة الخرس الزوجي؛ فقد يكون الزوج مسحوراً بمتابعة الفضائيات، وربما كان مشغولاً بغرف المحادثة، وربما كان غارقاً في مستنقعات الجنس في الإنترنت؛ التي تجعله كمن يشرب من البحر، كلما أمعن ازداد عطشه. ومن هنا فهو حين يرجع من العمل قد يتناول طعامه بسرعة، ليصعد إلى غرفته، أو يتوحد بملحقه. هذا إذا لم يكن اعتاد أن يقدم له طعامه هناك !

١٢ - حين تكون الزوجة ذات اهتمامات ثقافية، أو شهادة عليا، أو عناية بالعلم الشرعي، ولا يكون زوجها كذلك، فإنه ما لم تكن منتهبة قد يعكس سلوكها شعورها بالفوقية، أو - على الأقل - ما يفسره الزوج على أنه كذلك، ومن هنا فقد ينصرف عنها، أو يلزم الصمت حيالها، تعبيراً عن عدم الارتياح !.. فكيف نتصور الأمر حين (تتقصد) الزوجة إشعار زوجها أنها أرفع مستوى منه، في سبيل إقناعه بما تطرحه من آراء، أو وجهات نظر؟!

وقد يساعد على ذلك كون الزوج لديه ضعف في تقديره لذاته، فيزعجها بتفسير كلامها معه - أحياناً - على أنه لون من اللمز أو السخرية !، ويرى أن ارتداءه (ثياب) الصمت باستمرار - أمام زوجته - أجدى في حفظ شخصيته، التي يخشى على (جدارها) من التداعي !

١٣ - الزوج حين تصبح حياة زوجته معه روتينية، قد يلوذ بالصمت تعبيراً عن النقد، الذي إما أنه سبق أن صرح به ولم يجد استجابة، وإما أنه جرب أنه يلاقي جراءة ردة فعل عنيفة من قبل زوجته!

١٤ - قد تتجح الزوجة في (استدراج) الزوج لرواية جزء من أسرارها وذكرياته، التي لا تعرف الزوجة عنها شيئاً، وكذا الحديث عن أهله ومشكلاتهم.. وبعد حين قد يفاجأ الزوج بإيراد الزوجة بعض ما قاله لها، بطواعية، كجزء من تقويم سلبي لشخصيته، أو دليل ضده وقت الخصام. ومن ثم يصبح الزوج غير واثق من زوجته، ما يجعله يتحفظ في الكلام معها تحفظاً قد يدفعه للصمت.

١٥ - الكثير من الارتباطات الزوجية مشكلتها تكمن في كونها مبنية على أهداف مادية، وتغيب عن سمائها الجوانب النفسية والوجدانية.. ولذا قد يبدو الزوجان متلاحمين بصورة يحسدان عليها، لكن مع مرور الوقت، وضعف (فورة) الدوافع الغريزية لديهما، والرجل بخاصة، وغلبة الروتين الحياتي، يبدأ التباعده.. الذي قد يبلغ يوماً درجة مزعجة جداً.. وغالب الزوجات تعزف مشكلتها على هذا اللحن، كنا فأصبحنا !!

الآثار السلبية المتوقع حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

لا شك أن لصمت الزوج - بعامه - أثره (السلبي) في الحياة الزوجية؛ فالزوجة تفسره - تلقائياً - على أنه عدم رضا، أو عدم ارتياح، وبالتالي عدم قبول، ومن ثم لا تشعر

بالأمان، وهي حاجة مهمة جداً لديها. كما أن الزوجة التي تعاني من صخب الأطفال، وقد تعاني من أعمال البيت تنتظر - بلهفة - زوجها لتفضي إليه بشؤونها وشجونها، وحين لا يتحقق لها ذلك تشعر بخيبة كبيرة. وفي تقرير لمجلة (بونته) الألمانية توضح الإحصائيات أن تسعاً من كل عشر سيدات يعانين من صمت الأزواج، وتشير الأرقام إلى أن ٧٩٪ من حالات الانفصال تكون بسبب معاناة الزوجة من عدم تعبير الزوج عن عواطفه لها، وعدم وجود حوار يربط بينهما.

إن الصمت يقتل المرأة، إذ تراه تعبيراً عن الاستغناء عنها من جهة، واتهاماً لها بكونها ليست على مستوى الحديث والمفاهمة.. ولذا يكون وقع الصمت عليها أشد حين يعقب شجاراً زوجياً.. ما ألحظه أن الزوجة، وإن كانت البائدة بالصمت، كتعبير عن عدم الرضا، إلا أنها تظل قلقة مع مرور الوقت، وإصرار الزوج على عدم المبادرة أو المبادأة بفتح باب الحوار والتفاهم، ولذا ربما بحثت عن أسلوب تستأنف فيه الحديث مع الزوج، ويبقى (ماء) وجهها محفوظاً..! ومن جهة أخرى فإن للصمت أثره (السلبى) على الأطفال، فالطفل الذي ينشأ في أسرة (يغيب) فيها التواصل الكلامي، قد ينشأ إنطوائياً يصعب عليه إقامة العلاقات مع الأطفال الآخرين، وفي أقل الحالات يكون ضعيفاً في التعبير (الجيد) عن نفسه.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع هذه المشكلة:

لاشك أن التهيئة النفسية للزوجة المسترشدة أمر مهم جداً من قبل المرشد، ويمكن أن يتم ذلك الأمر من خلال أربعة أمور:

الأول: الثناء على عقلها، الذي هداها إلى أن تستشير، بعد أن أدركت أثر المشكلة الحاضر والمستقبلي، على حياتها الزوجية، وكونها لم تتكل على اجتهادها الخاص، الذي ربما فاقم المشكلة، ثم كونها حرصت على أن تستشير من ترى أن له خبرة وتجربة.

الثاني: تعميق الشعور بالمشكلة لديها، لتأكيد اهتمامها، وبعث الجدية فيها لاستماع رأي المرشد، والحرص على التنفيذ، وذلك ببث تساؤلات من مثل: ألا تتوقعين أن هذه المشكلة لو تركت دون علاج أن تزيد وتكبر؟. ألا تشعرين بالتعب البدني والنفسي، من معاشتك هذه المشكلة، وتتوقين إلى اليوم، الذي ترين نفسك، وقد تخلصت فيه منها؟ ألا تخافين من أن هذه المشكلة قد تقضي بحياتك الزوجية إلى الانفصال؟.

الثالث: بث الشعور بالقوة لديها، وتذكيرها بما منحها الله من القوة والقدرات، وأنها متى استشعرت هذه القوة بنفسها، بعد استشعارها إعانة الله، ستكون السيطرة على المشكلة ليست صعبة بإذن الله.

الرابع: إشعار الزوجة المسترشدة أن المشكلات بظروفها أنواع، وأن الإنسان إذا اجتهد سيرجع من الاستشارة بأحد ثلاث نتائج؛ إما حل المشكلة، أو التخفيف منها، أو المساعدة على كيفية التأقلم معها.

ثم يتم التساؤل: هل الحل في أن تتذمر المرأة / الزوجة، أم في أن تكثر العتاب، أم يكون في التهديد بالفراق، أم تراه يكون في مقارنة الزوج بغيره علّه يعدل من سلوكه؟!!..

إن هذه كلها أساليب تزيد المشكلة ولا تحلها، وتعمل على تعميق الخندق بين الزوجين. وإذا
فما الحل؟!؟

لعل أولى خطوات الحل هو معرفة الدافع.. إن معرفة (الدافع) تمثل نصف الطريق
إلى حل المشكلة، ولذا فمن المهم جداً مساعدة الزوجة على (تلمس) سبب صمت الزوج،
وفق الأسباب المذكورة سابقاً أو غيرها. وحين الوقوف على السبب، والتأكد من كونه هو
الدافع فإن العلاج يكون بحسب ما يناسبه، على النحو التالي:

١ - حين يكون الصمت قد لازم الزوج من بداية الزواج، ولم تلحظ الزوجة ما يشير
إلى فتور في علاقتها بزوجها، بل تشعر بتقديره واحترامه لها، وقد يحاول مجاراتها
في الكلام، عند شعوره بتضايقها، وإن كان لا يلبث أن يعود لصمته، فإن الصمت
- حينئذٍ - طبع لدى الزوج، ويفترض أن يكون أول ما يوجهه المرشد للزوجة هو
طمأننتها أن علاقة زوجها بها قوية وجيدة.. وأن صمته لا يدل إطلاقاً على تدني
رؤيته لها.. وأنه من الجيد أن تمتد معه حبل الكلام بصورة معقولة، ولكن بعد أن
تتلمس اهتماماته وما يثير فضوله، ولتجتهد في معرفة الأوقات التي يكون هو فيها
أكثر تقبلاً. ولتوطّن نفسها على أن الأمر يحتاج إلى وقت قد يطول. وقد يتحسن
الأمر، ولكنه قد يصعب زواله بالكلية. ولتتذكر الزوجة أن المسارعة في قبولها بالزوج
دونما تأكد من تقارب الطبائع هو السبب الأول، وعلى الزوجة أن تتحمل مسؤوليتها،
وأن تحاول (التأقلم) مع الوضع، مع محاولة التغيير الإيجابية المدروسة.

- ٢ - ضرورة كسر الزوجة الروتين بالتجديد والتغيير. والتجديد لا يعني كثرة الإنفاق، فالتجديد بذاته رائع، ولو كان تغيير (كثبة) أو لوحة عن مكانها، أو تغيير مكان تناول الطعام، أو نوعه.. التجديد على مستوى الزوجة، وعلى مستوى البيت.. وإيجاد المفاجآت الجميلة، الباعثة على الارتياح. لأن هذه الأمور - بذاتها - ستنشئ ميداناً رحباً، تتراكم فيه خيول السؤال والحديث، وإبداء الرأي وطلبه !
- ٣ - اللباقة في الحديث، والابتعاد عن أسلوب الد (استجواب) في الحديث مع الزوج. ومحاولة إثارة الموضوعات الشائقة.
- ٤ - ألا تكون مفردات حديث الزوجة (قائمة) من الطلبات.
- ٥ - إتقان فن الحوار، وضبط النفس حين الانفعال، والفصل بين شخصية الزوج وسلوكه حين النقد.
- ٦ - لا بد من أن تدرك المرأة أن هناك اختلافات (ضخمة) بين الزوج كرجل، والزوجة كامرأة ؛ فطريقة التواصل بينهما تختلف كثيراً، وتحاول تعديل تعاملها، واختيار لغتها، بما يتناسب مع طبيعة زوجها كرجل. إن الأزواج كرجال يختلفون عن الزوجات كنساء في موضوع الكلام، فالرجال يجملون، والنساء يفضلن التفصيل، ومن هنا فالرجال نوعان ؛ هناك من يراعي هذا الجانب، ويرى أن مراعاة زوجته في هذا الجانب، وإن أزعجه، يصب في الأخير في خانة حسن العلاقة، وتقدير زوجته له، وإن أزعج زوجته أحياناً بعدم تركيزه معها، باعتبار أن اهتمامه مصطنع، وتحمله

- المجاملة، وأعقب هذا نوعاً من التذمر (العارض) من قبل الزوجة. والنوع الثاني: لا يعرف المجاملة المطلوبة بين الزوجين، ومن ثم يهاجم النساء في صورة زوجته، متهماً إياهن بالثرثرة، والاهتمام بالتفاهات، ومحاولة فرض ذلك على الأزواج.!
- ٧ - حديث الزوجة عن الجيران أو الأقارب وأحوالهم المادية، ورحلاتهم ونزهاتهم قد يفهمه الزوج - أحياناً - على أنه رسالة (انتقاد) لوضعه الأسري معها، ما يدفعه للاحتجاج بالصمت. فلتتنبه الزوجة ألا يكون فهم زوجها كذلك.
- ٨ - وحين يكون الزواج مبنياً على الجوانب المادية، بمعنى أن كلاً من الزوجين قبل بالآخر (طمعاً) في مكاسب حاضرة أو متوقعة / مؤلمة؛ كأن يكون أكبر دوافع الزوج في اختيار الزوجة هو الجمال، وتكون أكبر دوافعها في الموافقة عليه هو الغنى.. فإن هذين الزوجين دخلا بوابة الحياة الزوجية لمصالح ذاتية، وبالتالي أصبح كل منهما يتدثر بـ(ثوب) الأنانية.. إذ يهمل من صاحبه الجانب الذي قبل به من أجله! ولذا فحين يغيب الهدف الروحي أو النفسي بين الزوجين يبدأ معول الذاتية والأنانية في هدم جدار العلاقة الزوجية، ويحاول كل منهما طرح أكبر قدر من المسؤوليات على الآخر. وجدير بالزوجين العاقلين أن يعيدا للعلاقة الزوجية مضمونها الحقيقي، الذي يبدو معه كلّ منهما وجهاً آخر للآخر.
- ٩ - غلبة الجانب المادي على الزوج تجعله يعد الحب (عقداً) تمّ التوقيع عليه، والأصل فيه أنه (ساري المفعول)، ويفترض ألا يُشكّ في (تنفيذه) حتى تطرأ حالات تثبت

- بوضوح - الإخلال في ذلك (العقد)، أو طلب أحد (المتعاقدين) إنهاءه.. لكن المرأة - بغلبة العاطفة عليها - ترى في الحب سيراً في طريق سفر، لا بد أن يكون الرجل فيه قريباً منها، وأن ينبهها كل لحظة أنه بجوارها، حتى تشعر بالراحة!.. والحديث - بمفرداته المنتقاة - أهم صفة تثبت القرب!.. وبالحوار الجميل الهادئ تستطيع الزوجة إيصال تلك الرسالة للزوج.

١٠ - لطريقة السؤال، بالإضافة إلى حسن توقيته، دور في اقتضابه أو إطالته. فالزوج - كرجل - يغلب على كلامه الإيجاز، ومن هنا يتردد في كلامه (نعم) أو (لا).. لكن حين يضطره السؤال إلى تجاوزهما، ويكون السؤال (مصبوغاً) بالإشادة بنباهته ونجاحه، يفتح (شهية) الرجل للإجابة الممتدة أكثر، وقد تكون إجابته مصطبغة بالابتسامة!!

١١ - بعض الزوجات تريد من زوجها أن يظل يتحدث لها طوال الوقت، وحين ترى منه انصرافاً لسبب أو لآخر تعد ذلك منه إعراضاً وتندب حظها، ولا بد أن تدرك الزوجة أن طاقة الزوج الكلامية تمثل ثلث طاقة المرأة الكلامية، ثم إن الزوج يأوي إلى البيت للراحة، بعد أن تكون طاقته الكلامية أو معظمها قد استنفدت أثناء تواجده في العمل، وقد يكون بحاجة لمتابعة الأخبار، أو حتى لأخذ (إجازة) قصيرة عن الكلام!.

١٢ - إن الزوجة العاقلة، التي تبحث عن سعادتها الزوجية، لا يهمها أن تعترف

بوقوعها في الخطأ، أو بخطأ ما، وأن تجتهد في تعديل سلوكها، وإصلاح خطئها..
وجميل بالزوجة أن تحرث في (تربة) تعاملها مع زوجها، فربما تذكرت خطأ، ولو
صغيراً، قد يكون هو السبب وراء المشكلة.

١٣ - من الجميل أن تحاول الزوجة رفع مستواها، في مختلف الجوانب، إذ سيكون
لذلك - لاشك - أثر في لفت نظر الزوج، ويقنعه - من ثم - أنها على مستوى
الحوار، ومن جهة أخرى، أنه ببذل قليل من الجهد يستطيع مساعدتها إلى الوصول
إلى ما يطمح إليه.

١٤ - للذنوب شؤون أدركه السلف الصالح، فقد كانت أسماء بنت أبي بكر - رضي
الله عنهما - تُصدع، فتضع يدها على رأسها وتقول: ذنوبي، وما يغفر الله أكبر!..
وقال أحد السلف: إني لأعصي الله فأجد ذلك في خلق دابتي وزوجتي!.. لذا من
الحكمة والعقل أن تحرص الزوجة على مراجعة علاقتها مع ربها، وسلوكها مع
عباده. وأن تكثر من الاستغفار، فقد قال الصادق المصدوق - صلى الله عليه
وسلم -: (مَنْ لَزِمَ الْإِسْتِغْفَارَ جَعَلَ اللَّهُ لَهُ مِنْ كُلِّ ضِيقٍ مَخْرَجًا، وَمِنْ كُلِّ هَمٍّ فَرَجًا،
وَرَزَقَهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ) سنن أبي داود - (ج ٤ / ص ٣١٤)، ولا شك أن للدعاء
أثراً رائعاً، فعلى الزوجة أن تلج على الله بالدعاء، وأن تتحين أوقات الإجابة.

مراجع للفائدة:

أولاً: كتب:

- معارك قيس وليلى دراسة علمية مفصلة عن الفروق البيولوجية الاجتماعية بين الرجل والمرأة إعداد آلان وبربارة بيز.. ترجمة غزوان زركلي، دار كنعان للدراسات والنشر، دمشق، ٢٠٠٥م.
- التفاهم في الحياة الزوجية د. مأمون مبيض. المكتب الإسلامي، بيروت.

ثانياً: أشرطة:

- مفاتيح العلاقات الزوجية الناجحة. د. ياسر عبد العزيز قاري.
- فنون الحوار العائلي. الأستاذ جاسم المطوع.

ثالثاً: روابط على الشبكة:

صمت الأزواج:

<http://www.allamasat.com/modules.php?name=News&file=article&sid=22>

النساء هل يفضلن الزوج الثرثار؟:

<http://www.aklaam.net/aqlam/show.php?id=761>

الصمت بين الأزواج يغذي الطلاق الروحي:

<http://www.al-jazirah.com.sa/magazine/21012003/ao41.htm>

الصمت في الحياة الزوجية

د. هدى السبيعي

تعريف المشكلة:

يُعدُّ «الاتصال» الإنساني هو أساس وجود الكيانات والأشكال الاجتماعية المختلفة داخل أي مجتمع، وأنه يقوم عليه وجود التنظيمات الاجتماعية (رسمية - وغير رسمية). إن الاتصال اللفظي وغير اللفظي بالغ الأهمية في أي علاقة، وقد وجدت الدراسات أن الاتصال الناجح من أهم عوامل نجاح العلاقة الزوجية، والعلاقات بين الأفراد بوجه عام، لأن القدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر والإصغاء للآخرين هي من العوامل الحاسمة في نجاح العلاقات الأسرية وغيرها من العلاقات.

فقد يكون هناك تواصل «سوي» وآخر «مضطرب»، والأسرة كنواة أساس في تكوين المجتمع قد يضطرب فيها التواصل أو قد يكون سويًا، ومن صور التواصل المضطرب داخل الأسرة ما يُطلق عليه «الصمت الزوجي»، والصمت الزوجي هو في الغالب نتاج اتصال زوجي مضطرب.

ومن مشكلات الاتصال استخدام الصمت المتعمد: يتصل الناس مع بعضهم حتى في حال الصمت، فالصمت خلال الحديث في سياقات معينة قد يحمل معانٍ مختلفة حسب الشخص المعني، وعدم التحدث إلى الشريك يؤدي إلى تراكم مشاعر الغضب والعداء،

وقد يبذل الطرف المسيء جهوداً كبيرة لحمل الشخص الصامت على التحدث ويشعره بأنه محبوب، ولكن الشخص الصامت قد يستمر في صمته أو يحس بالضجر أو يلجأ إلى طرف ثالث.

ويبدو أن ظاهرة الصمت الزوجي أصبحت شبه عالمية، ففي تقرير لمجلة «بونته» الألمانية توضح الإحصاءات أن تسعاً من كل عشر سيدات يعانين من «صمت الأزواج»، وانعدام المشاعر بين الأزواج المرتبطين منذ أكثر من خمس سنوات، وتشير الأرقام إلى أن ٧٩٪ من حالات الانفصال تكون معاناة المرأة من انعدام المشاعر وعدم تعبير الزوج عن عواطفه لها، وعدم وجود حوار يربط بينهما.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

يمكن تلخيص مظاهر وجود المشكلة في النقاط التالية:

- ١- كثرة الاختلافات وغياب التوافق.
- ٢- استمرار المشاحنات بين الزوجين.
- ٣- وجود فترات مقاطعة بين الزوجين.
- ٤- انخفاض معدل اللقاءات الزوجية.
- ٥- الإحساس بغياب التواصل الفعال.
- ٦- انكسار الأخذ والعطاء.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور المشكلة:

من الصعب أن يتم عزو «الصمت الزوجي» إلى عامل واحد، لأنه قد يقف وراءه عوامل متشابكة متعددة، إلا أن هناك عدة اتجاهات قد تفسر «الصمت الزوجي» من منظور:

أ - اضطراب نموذج الاتصال الأساسي كآلاتي:

- ١- ما يتعلق بمرسل الرسالة «زوج أو زوجة».
- ٢- ما يتعلق بعدم مناسبة أو ملائمة محتوى رسالة التواصل بين الزوجين.
- ٣- ما يتعلق بعدم مناسبة وسيلة نقل الرسالة الاتصالية بين الزوجين.
- ٤- ما يتعلق بشروط المتلقي «المستقبل» للرسالة.

ب - الصمت الزوجي كرفض للتواصل اللفظي.

ج- الصمت الزوجي كانبثاق لجوانب اضطراب متشابكة فإن مشكلات أي فرد في الأسرة لا يمكن فهمها بمعزل عن المشكلات الخاصة بباقي أفراد الأسرة. والعوامل التي تظهر كتفسير لما سبق هي:

- ١- رتابة الحياة الزوجية.
- ٢- كثرة الاختلافات بين الزوجين.

- ٣- مشكلات الأبناء وعدم اتفاق الزوجين على رأي واحد فيما يتعلق بتشتتهم.
- ٤- التغيرات المرتبطة بالمراحل العمرية في حياة الأسرة.
- ٥- بروز النقد أو المقارنة في الحوارات داخل الأسرة، فكل فرد أهميته، يقول ستيفن كوفيه: من الأمراض التي تقتل الأسرة: النقد.. والشكوى.. والمقارنة المنافسة.
- ٦- عدم التفاهم: ومن ذلك إصرار كل طرف على فرض أجندته الخاصة على الطرف الآخر. أو حصر الحديث في المشكلات المنزلية الاقتصادية أو تربية الأبناء.
- ٧- حدد خبراء الاجتماع أن أحد العوامل المؤدية إلى الصمت الزوجي عملية الاختيار التي تكون غير موفقة.
- ٨- الأنانية بين الزوجين كل يركز على ذاته وإشباع رغباته الشخصية دون حساب للآخر.
- ٩- تقدير الذات المنخفض، فبعض الأزواج لا يحبون مشاركة زوجاتهم الهموم والمشكلات خوفاً من عدم تقدير الزوجة لهم وتغير نظراتهن تجاههم.
- ١٠- الجهل بمعنى الحوار وأهميته.
- ١١- التقليل من قيمة الطرف الآخر (الاستعلاء) حيث إن الطرف الآخر غير كفؤ للحوار والمناقشة.
- ١٢- انشغال أحد الزوجين أو كلاهما: الحرص على عدم تكرار فشل سابق، فقد يخشى أحد الطرفين أو كلاهما من تكرار محاولة فشل للحوار من قبل.

١٣- الاعتقاد الخاطئ بأن الأفعال تغني عن الأقوال.

١٤- عدم اتفاق ميول الطرفين في بداية حياتهما الزوجية.

الآثار السلبية المتوقع حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

إن من أهم الآثار السلبية للصمت الزوجي فقدان الدعم الاجتماعي، كما أن لها مجموعة من الآثار الخطيرة التي لا تهدد الزوج والزوجة فقط، ولكنها تطال الأبناء، حيث أكدت الدراسات النفسية أن الطفل الذي ينشأ في أسرة تفتقد عنصر التواصل الكلامي الحواري، هو في الغالب طفل لا يستطيع التعبير الجيد عن نفسه، كما أنه ربما يكون في بعض الأحيان انطوائياً لا يسهل عليه إقامة علاقة مع الآخر في سر.

ويمكن تلخيص أهم هذه الآثار فيما يلي:

- فقدان التوافق وانكسار التناغم بين الزوجين.
- التأثير على المناخ العام للأسرة.
- سيادة جو التوتر والمشاحنات داخل الأسرة.
- انخفاض معدل الاتصال الجنسي بين الزوجين.
- تأهل الزوجين للانفصال النفسي، والطلاق العاطفي وبرود المشاعر بين الأزواج.

توجيهات عامة لكيفية التعامل مع المشكلة:

- إرشادات للمسترشد ذاتية:

الإرشاد المعرفي:

أولاً: يقدم المرشد للمسترشد معلومات تدور حول الاتصال ودور الشخص ومسؤوليته إزاء ما يحدث له وعلى سبيل المثال، يذكر «لس جيلين» أن ما نراه في تعاملاتنا مع الآخرين ليس سوى مواقفنا، وقد انعكست إلينا في تصرفاتهم، وهذا الأمر يشبهك تقريباً عندما تقف أمام المرأة، إن ابتسمت ابتسم الرجل الذي يطل عليك في المرأة، وعندما تلقي بتكشيرة تطالعك نفس التكشيرة، وعندما تقوم بالصياح ترد عليك المرأة صياحك، إن القليلين فقط هم من يدركون مدى أهمية هذا القانون في علم النفس ومدى الانضباط في حدوث الأمور المتوقعة ودقتها، إن الأمر ليس مجرد حديث عذب عن الكيفية التي على الناس أن يتصرفوا بها، ثم إنه بوسعنا أن نأخذ هذا القانون إلى أحد المعامل النفسية وإجراء الدراسات المحايدة عليه، مثله مثل أي قانون طبيعي آخر. ولقد أجريت الاختبارات على الهاتف وآلات الاتصالات الداخلية لتحديد أفضل درجات ارتفاع الصوت لتوجيه التعليمات والأوامر، كان المتحدث يوجه أسئلة بسيطة، وكان يوجه كل سؤال بدرجة مختلفة من نبرة الصوت، وكان أن جاءت الإجابات جميعها بنفس درجة نبرة الصوت الذي تميز بها كل سؤال

تم توجيهه، فعندما كان السؤال يوجه برقة كانت الإجابة في مثل الرقة نفسها، وعندما كان يتسم بالزعيق كانت الإجابة «زاعقة» هي الأخرى. وعلى ذلك فالنتيجة الطريفة التي خرجت بها الاختبارات هي اكتشاف إنه لم يكن بوسع الأفراد المتلقين للأسئلة سوى أن يتأثروا بدرجة نبرة صوت موجه الأسئلة، ومع كل ما بذلوه من محاولات، فإن درجات نبرة صوتهم كانت ترتفع أو تنخفض في تناسب دقيق مع ارتفاع أو انخفاض نبرة صوت موجه الأسئلة إليهم.

ثانياً: يقدم المرشد للمسترشد معلومات حول الفروق بين المرأة والرجل لضبط التوقعات وحصرها وتحسين نوعية الاتصال. تضم الفروق بين المرأة والرجل من حيث إن لكل فئة خواصها النفسية والجسمية، فالرجل في الغالب عقلاني ينظر إلى الكل ولا يهتم بالجزء، يعبر عن إعجابه بالنظر أو الإيحاء فقط، أما المرأة فتهتم بالنظر إلى الكل. وهذا يفسر ميلها إلى تدقيق النظر في التفاصيل. كذلك قد يشعر الرجل بالملل إزاء سماع التفاصيل، فهو لا يحب أن تتحدث زوجته كثيراً عن مشكلات البيت اليومية، وقد يتصف الرجل بأنه قليل الكلام، ويعجز أحياناً عن استخدام الكلمات، والألفاظ المناسبة في المواقف المختلفة، يميل إلى الحديث عن عمله. في المقابل نجد أن المرأة تميل إلى سماع كلمات المدح والإعجاب من جانب زوجها أو الآخرين، ويعد التصريح بالكلام وسيلتها الأساسية في التعبير عن مشاعرها وإعجابها وحبها،

فهي أكثر دقة في اختيار الألفاظ المناسبة، تحب الحديث عن نفسها وعن زوجها وعن أحوالها وأحوال الآخرين.

ثالثاً: تقديم المعلومات للمسترشد يسهم بصورة فاعلة وواضحة في فهم الطرف الآخر، ووضع إطار للتوقعات من الطرف الآخر وفهمه، وبالتالي تقليل الإحباط.

- إرشادات متعلقة بالبيئة والأسرة المحيطة:

من الطبيعي لتحسين الاتصال الزوجي تهيئة البيئة داخل المنزل؛ فالمسؤولية المباشرة تقع على الزوجين، فعلى الزوجة أن تبحث عن أسباب النفور بينهما وتعالجها، كأن تضع اللمسات الرقيقة في بيتها وأن تحرص على جماله وحيويته وبساطته، وأن تهتم بنفسها ومظهرها وأسلوبها في التعامل والاهتمام بزوجها وأدواته وملابسه، وكتبه وخصوصياته، والحرص على الاحترام والتقدير لمشاعره بأنه رب الأسرة الذي يتعب ويجتهد في تحصيل الزرق. أما دور الزوج فيتم عن طرق الاهتمام بزوجته ومتابعة أحوالها والاهتمام بتلبية احتياجاتها.

١- عقد اللقاءات الأسرية:

وهو لقاء منتظم ومجدول زمنياً على سبيل المثال بعد صلاة المغرب يومياً، لجميع أفراد الأسرة التي ترغب في حضوره. والهدف منه هو: التخطيط لأعمال الأسرة وترفيها، والتعبير عن المضايقات والمشاعر الإيجابية، والوصول إلى حلول للمشكلات ولاتخاذ القرارات في موضوعات أخرى متعددة. ويمكن تحديد أهداف اللقاءات الأسرية في الآتي:

- ١- تطوير وتثبيت سياسات الأسرة وإجراءاتها.
- ٢- إلقاء الضوء على التطورات الإيجابية لأفراد الأسرة.
- ٣- توفير الفرص لاكتشاف المهارات القيادية.
- ٤- التعبير عن المشاعر والآراء بدون قيود.
- ٥- إيجاد حلول للمشكلات التي تواجهها الأسرة.
- ٦- تعليم الأبناء أساليب حل المشكلات.
- ٧- زيادة الثقة بالذات لدى أفراد الأسرة.
- ٨- مساعدة الأبناء على تحمل المسؤولية عن تصرفاتهم.
- ٩- تشجيع الأبناء على تطوير أهدافهم، وخطواتهم العملية لتحقيق رغباتهم.
- ١٠- مساعدة الأبناء على التركيز على جوانب القوة لديهم وإنجازاتهم ونجاحاتهم، وتعزيزها من قبل أفراد الأسرة.
- ١١- دعم الاتصال الزوجي، تقدم المسترشدة إشارات مفيدة للاجتماعات الأسرية.

إرشادات مفيدة للاجتماعات الأسرية:

- عندما يعوق التطور في هذه الاجتماعات، فمن الواجب التركيز على القضايا الحقيقية مثل: رغبة أحد الأفراد في الفوز بالسلطة، أو القوة أو التمييز، بدلاً من الغوص في قضايا معينة.

- اقض وقتاً في التركيز على الأشياء الجيدة، الحادثة داخل الأسرة، وشجع أفراد الأسرة.
- خطط الوقت المحدد لهذا اللقاء، وابق ضمن هذه الحدود.
- كل الأفراد يشاركون بطريقة مساوية.
- إن الاجتماع الأسري ليس لقاءاً للتذمر والشكوى، بل فرصة ومصدراً لحل المشكلات.
- ركز على ما يستطيع القيام به جميع أفراد الأسرة كفريق وليس ما يجب أن يقوم به كل فرد.
- الهدف من الاجتماع الأسري هو التواصل والاتفاق.
- تابع بالعمل ما تم الاتفاق عليه.
- حاول أن ترى وتفهم وجهة نظر الآخرين.

إتقان مهارات الاستماع الفعال:

- يقدم المرشد للمسترشد أيضاً المهارات التي يجب أن يتبعها لتحسين عوامل الاتصال الزوجي، والتي قد يكون فقدانها سبباً رئيسياً من أسباب الصمت الزوجي، ومن أهم هذه المهارات ما يلي:
- ربط علاقة التواصل بين عيني الطرف الأول والثاني.

- إيجاد علاقة اتصال واحتكاك جسدي مباشر من خلال لمسة حنان وتشابك الأيدي.
- التعليق على ما يقال وبشكل سريع دون أن تسحب الكلام منه.
- الابتسام وإبداء ملامح الاطمئنان.
- التوقف عن تجهيز الرد أثناء الاستماع.
- الاتجاه بالجسم كله.
- حاول أن تتوافق مع حال المتحدث نفسه.
- قبول مشاعر الآخر حتى لو كانت سلبية.
- البعد عن الكلام الهدأ واللوأم.

الانتباه للتواصل غير اللفظي:

والذي يتمثل في تعبيرات الوجه وإيماءات الجسد ونبرة الصوت، وتبلغ نسبتها في الاتصال ٩٣٪، يلفت المرشد انتباه المسترشد إلى الرسائل المرسله منه، والتي قد تكون سلبية تسهم تدريجياً في الصمت الزوجي. وبصفه عامة فيما يلي بعض الاستراتيجيات الذاتية لتحسين الاتصال

- ١- عدم التوقف عن محاولة إقامة علاقات حوار ناجحة.
- ٢- محاولة اقتحام عالم الطرف الآخر على سبيل المثال إحدى الزائرات التي كان

زوجها قليل الحديث والبقاء في المنزل عكس طريقته مع أصدقائه في المجلس أغلب الوقت شخصية حبوبة منطلقة وعلى قائمة اهتماماته السيارات وأنواعها، قامت زوجته بشراء أنواع مختلفة من المجالات الخاصة بالسيارات، أشرطة فيديو أيضاً علم السيارات تدريجياً أصبح الحوار بينهما ممتعاً وجاذباً.

٣- البحث عن هوايات الطرف الآخر واهتماماته ومشاركته، فهذا يؤدي إلى التقارب العقلي.

٤- فن الاستماع: ومن ذلك تعبيرات الوجه (مسترخ ومبتسم)، والاتصال البصري، وإظهار الاحترام، وتقبل أفكار الطرف الآخر، إبداء الرأي في حالات الضرورة.

بنك المعلومات:

لابد من أن نوجه المسترشد إلى أن يجهز مجموعة من المعلومات الحياتية (متعلقة بالأسرة، أخبار محلية) من مصادرها المختلفة، فقد يكون الطرف الآخر قليل الكلام وقد أسهم تكوين بنك المعلومات في تحسين الصمت الزوجي لدى كثير من المسترشدات.

١- مراجعة الاستجابة العاطفية للطرف الآخر، والاهتمام بها في سائر نواحي الزواج، والبحث الجاد عن السبل العملية الواقعية لتدعيم العلاقة الإنسانية والعاطفية بدون حصار أو إلحاح.

- ٢- تنمية الأسلوب الإيجابي للتفاهم.
- ٣- المشاركة في الحديث عن موضوعات تهم الطرف الآخر، والإشادة بجهوده.
- ٤- الاستماع العاكس والذي فيه يستخدم المستمع العبارات التي يقولها أو يفضلها الطرف الآخر.

المراجع المستخدمة والمقترحة:

- هدى السبيعي، كيف تبني حواراً مع الآخرين، مطابع قطر الوطنية، الدوحة، ٢٠٠٢.
- هدى السبيعي، المهارات الاجتماعية، مطابع الدوحة الحديثة، الدوحة ٢٠٠٥.
- علاء الدين كفاي، الإرشاد العلاجي النفسي، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٩.

الصمت في الحياة الزوجية

أ. نوره الصفيدي

تعريف المشكلة

التواصل هو الأداة الحقيقية التي يستخدمها كلا الزوجين للارتباط ببعضهما البعض، وهو الطريق الذي يصل بينهما، مما يجعل الطرف الآخر يعلم من يكون؟ وماذا يحتاج؟ وماذا يرغب؟ وحقيقة شعوره. إنه الطريق الذي ينعش العلاقة أو يدمرها. التواصل الحقيقي هو أكثر من مجرد الحديث والإصغاء رغم أن هذه العناصر بالتأكيد مطلوبة، بل يعني إيجاد سبل مفتوحة لجعل الأفكار والمشاعر تتدفق دون تردد أو خوف...فالتواصل يعمل كوسيط من خلاله تبنى الجسور مع شريكك.

لهذا فالصمت الدائم سواء أكان من الزوج أم من الزوجة علامة مهمة على طبيعة العلاقة الزوجية، فصمت الزوج الدائم والمستمر وغموضه هو من أكثر الشكاوي التي ترد عليّ من الزوجات في الجلسات العلاجية، هنا لا نقصد الصمت الذي ينتاب الرجل من وقت لآخر، عندما يواجه بمشكله أو ضغوط معينة خارج إطار العلاقة الزوجية، لكننا نعني بذلك الصمت الذي يمارسه الرجل بوعي وبقصد وبشكل مستمر مع زوجته، خصوصاً عندما تحاول مناقشته في أمر ما يخص العلاقة الزوجية بينهما أو الأبناء، فلفهم هذا المعنى تخيل الزوج الذي يأتي من عمله ويقابل بوابل من النقد من زوجته فيختبئ خلف

الجرائد، وكلما كان أقل تجاوبا أصبحت هي تصرخ أكثر، وأخيرا ينهض الزوج ويغادر الغرفة فبدلاً من مواجهة زوجته ينسحب بالابتعاد عن زوجته هو يتجنب النزاع لكنه أيضاً يتجنب زوجته ويعد علامة من علامات توتر العلاقة الزوجية وهذا السلوك منتشر بين الرجال لكن النساء يمكن أن يكن كذلك.

ففي المحادثة العادية بين شخصين المستمع يعطي كل أنواع إشارات الإنصات والاهتمام للمتحدث ليخبره بأنه يستمع له مثل نظرة العيون، المباشر، هز الرأس، الالتفات الجسدي ترديد عبارات تدل على المتابعة مثل «نعم» لكن الرجل الصامت أو ما يسميه الخبراء (المعيق) لا يعطي هذا النوع من التغذية الراجعة فهو يميل إلى النظر تحت أو بعيداً بدون أن يلفظ بصوت فيجلس مثل الحجر، وكأنه لا يهتم بما يقال له أو أنه حتى لا يستمع. لكن الرجل الذي يستخدم هذا الأسلوب فهو داخلياً يحاول حماية نفسه من أن يغمر بالمشاعر السلبية القادمة من زوجته. فمشكلة الصمت لا تنتشر في العلاقات الزوجية الحديثة لأنها تحتاج لوقت طويل من تراكم المشاعر السلبية الناتجة من الخصام والنقد والصراخ واللوم لتظهر في العلاقة وتصبح نتيجة مفهومة ومتوقعة، لهذا فهي منتشرة في العلاقات الزوجية التي مضى عليها وقت طويل.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

- ١- ضعف مستوى الرضا والسعادة الزوجية لدى الطرفين والشعور بعدم الإشباع العاطفي لانعدام الصداقة والمشاركة بين الزوجين.

- ٢- انعدام لغة الحوار والتواصل بين الزوجين، فعندما تسأل الزوجة هل ناقشتي زوجك بهذا الأمر أو ذاك؟ يكون الجواب الدائم: بأن ليس بيننا نقاش فهو صامت وكل ما يفعله هو مغادرة المكان عندما يحتد النقاش بيننا.
- ٣- وجود الكثير من الملفات المفتوحة والقضايا المعلقة بين الزوجين بخصوص العلاقة والأطفال والمال والمنزل والأقارب والتي لم تتم مناقشتها أو لم تتم معالجتها والوصول لحل نهائي بسبب صمت الزوج وتهربه من النقاشات.
- ٤- صمت الزوج وعزوفه عن المشاركة أو أبداء الرأي في أي أمر قدر المستطاع في المنزل، لكنه يمكن أن يكون متحدثاً ومشاركاً خارج المنزل خصوصاً مع أصدقائه، فالكثير من الزوجات تشتكي بأنه فقط يكون صامتاً معها وفي المنزل، لكن عندما يتصل عليه أحد أصدقائه، فإنه لا يتوقف عن الكلام.
- ٥- كثرة النقاشات الحادة والغاضبة والإيذاء اللفظي خصوصاً من قبل الزوجة التي يكون لديها غضب مكبوت بسبب صمت الرجل وتجاهله لها. شكوى الزوجة من غموض الزوج في مشاعره وأفكاره وآرائه وموقفه من العلاقة الزوجية مما يشعرها بالخوف والقلق.
- ٦- انتشار مشاعر الشك والريبة في العلاقة الزوجية خصوصاً من قبل الزوجة تجاه زوجها، فمن خلال تعاملها مع الحالات الزوجية صمت الرجل وغموضه يؤدي إلى إثارة شك الزوجة وريبته.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة:

- ١- جهل الزوجة بنفسية الرجل وكيف تختلف عن المرأة خصوصاً فيما يتعلق بأسلوب الحوار وأهدافه ومعانيه مما يؤدي إلى شعور الزوج بالنفور من أسلوب الزوجة في محاورته فيلجأ للصمت كحماية لذاته.
- ٢- طبيعة الزوجة الناقدة والمتحكمة والمسيطرة تشجع أسلوب الصمت لدى الزوج حيث إن الزوج يعدد الأسلوب الأسلم والأنفع لحمايته من سيل التهم والنقد والتجريح.
- ٣- عدم التوافق الزوجي في التفكير والثقافة والنضج الانفعالي والعقلي يؤدي إلى ضعف التواصل والحوار وبالتالي صمت الزوج.
- ٤- الصمت يكون أحياناً نوعاً من حماية الذات وأحياناً أسلوباً انتقامياً خصوصاً إذا أدرك الزوج مقدار ألم الزوجة وغضبها من هذا الصمت.
- ٥- أحياناً، صمت الرجل وعدم تحدثه عن عالمه وأعماله وأحلامه مع زوجته سببه انعدام ثقته فيها بسبب مواقف سابقة، فمثلاً عندما يتحدث عن أمر ما لزوجته في بداية زواجه ليكتشف بأنها أخبرت الجميع بذلك وتكرر هذا السلوك منها عدة مرات، فإنه يبدأ بالصمت أثناء تواجده معها.
- ٦- افتقار الزوجة لمهارات الإنصات، وفن الاستماع، وطرح الأسئلة، يؤدي إلى فتور رغبة الزوج في الحديث معها وإخبارها عن عالمه، فمثلاً، بعض الزوجات وعند

حديث زوجها معها تلتفت وتكلم أطفالها أو تنادي العاملة المنزلية أو ترد على الهاتف، أو أنها تمسك بجهاز الريموت كنترول وتقلب بين المحطات التلفزيونية، وتتظاهر بأنها تستمع وهي ليست كذلك.

٧- طبيعة الزوج الهادئة والصامتة، فهناك الكثير من الرجال ذوو طبيعة هادئة وصامتة، إذا لم تتقبل الزوجة ذلك وبدأت محاولاتها لتغييره، فإن الصمت سوف يزداد ويشمل كل جوانب الحياة وبكل وقت فمثلاً، هناك إحدى الزوجات تؤكد لي بأنها قد سافرت مع زوجها لمدة ٤ أو ٥ ساعات بصمت مطبق، فلم يتحدث معها بكلمة واحدة. لهذا فالكثير من خبراء الزواج يؤكدون بأن الحوار وأهدافه يختلف بين المرأة عنه عند الرجل فهو لا يتكلم إلا لهدف معين فهو لا يقصد الحوار بحد ذاته إنما هو وسيلة لتحقيق هدف معين مثل إثبات الذات، أو جذب مصالح، أو منافسة، كسب علاقات عامة.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

- ١- فتور العلاقة الزوجية ومشاعر الزوجين تجاه بعضهم البعض وخصوصاً من ناحية الزوجة والتي يكون لديها مشاعر غضب تجاه صمت زوجها، لأنها تترجم ذلك بعدم اهتمام زوجها وعدم حبه.
- ٢- انعدام مشاعر الأمان والوضوح والشفافية في العلاقة الزوجية مما يؤدي إلى كثرة الشكوك لدى الزوجة.

٣- ضعف مستوى الرضا الزوجي، وشعور الزوجين وكأنهم غرباء يعيشون تحت سقف واحد.

٤- توتر العلاقة الزوجية، وكثرة النقاشات، واستمرار فترة الزل والمقاطعة لمدة طويلة من الزمن مما يؤدي إلى تراكم المشاعر السلبية بين الزوجين، كثرة النقاشات و المنازعات الكلامية بين الزوجين وعلى أبسط الموضوعات بشكل مستمر، الزوجان السلبيان عند حدوث المشكلات يتوجهون بعيداً عن بعضهم البعض بدلاً من التقرب إلى بعضهم البعض، فتجد الزوجة تلجأ إلى طرف ثالث، قريبة أو صديقة أو حتى مستشار أسري لمناقشة وحل المشكلات التي تواجهها وكذلك يفعل الزوج.

٥- لجوء كليهما باستمرار إلى شخص ثالث خارج العلاقة الزوجية، لمناقشة همومه ومشكلاته مما يفقد العلاقة سريتها وخصوصيتها.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع المشكلة:

يجب التذكير بأننا نتعامل مع بشر لهذا فأسباب صمت الزوج تختلف باختلاف الأشخاص أنفسهم، ونتيجة لخبرتي في المجال الإرشادي فإن أكثر العوامل المسببة لذلك.

١- عندما تشتكي الزوجة من صمت زوجها، يجب على المرشد دراسة تاريخ المشكلة من خلال التركيز على دراسة الجوانب التالية ومعرفتها:

- كم من الوقت و المشكلة موجودة؟ هل الزوج كان صامتاً من بداية العلاقة الزوجية أم أنه أمر جديد؟

- ما سبب صمت الزوج كما تراه الزوجة؟
 - كيف تقيّم الزوجة شخصية الزوج، هل هو إنسان هادئ وكتوم بطبعه؟ أم أنه صامت معها هي فقط؟
 - كيف كانت الزوجة تحاول معالجة مشكلة صمت الزوج؟ وفيم نجحت؟ وفيم لم تنجح؟
 - بأي شكل أو طريقه أثر صمت الزوج على الحياة اليومية وعلى الأبناء والعلاقة الزوجية ذاتها؟
 - كيف تفسر الزوجة صمت زوجها؟ هل تراه طبيعة الزوج أم أنها تراه تجاهل لها وعدم حب لها؟
 - لماذا طلبت الزوجة الاستشارة في هذا الوقت بالذات؟
- ٢- على المرشد أن يكتشف ويقيم ويعدل المعتقدات السلبية لدى المسترشدة عن العلاقة الزوجية وكيف يجب أن يتصرف الزوج، فإذا اعتقدت الزوجة مثلاً بأنها تملك حق التدخل في كل صغيرة وكبيرة في عالم زوجها فإنها سوف تلاحقه لمعرفة تفاصيل حياته.
- ٣- على المرشد تقييم مستوى المسترشدة وثقافتها في فهم نفسية الرجل واختلاف أسلوب التفكير والاحتياجات العاطفية وأهمية الحوار ومعناه بالنسبة له، على سبيل المثال:

- إن الرجل لا يتكلم إلا لهدف معين فهو لا يقصد الحوار بحد ذاته إنما هو وسيلة لتحقيق هدف معين مثل إثبات الذات، أو جذب مصالح، أو منافسة، أو كسب علاقات عامة.
- الراحة عند الرجل هو عدم الكلام... لهذا فالبيت هو المكان المناسب للراحة وبالتالي الصمت. لهذا على المرشد تنبيه الزوجة بعدم التحدث مع الزوج عن مشكلاتها أو مشكلات البيت فور عودته من العمل وأن تعطيه على أقل تقدير ساعة لنفسه حتى يستطيع الخروج من جو العمل إلى جو الأسرة والبيت؟
- الرجل لا يستخدم الحوار إلا إذا أراد أن يستفسر عن أمور معينة أو يتحقق من واقعة. ولا يتحدث عن مشكلاته إلا إذا أراد حلاً فقط.
- يجد معظم الرجال صعوبة قصوى في التعبير عن مشاعرهم، مما يدفعهم للتعبير عنها بطرق وأساليب أخرى.
- عندما يتحدث الرجال فهم يستخدمون لغةً دقيقة ومحددة فكل كلمة ينطقها هو يقصدها ويعنيها... كما أنه يبتعد عن استخدام العاطفة في حديثه.
- بسبب طبيعة تركيز الرجل وتفكيره، فهو يبدأ الحديث بموضوع معين ولا ينتقل إلى آخر إلا إذا تم إنهاء الموضوع الأول. (الطريقة التسلسلية) لهذا على المرشد تنبيه الزوجة إلى عدم طرح أكثر من موضوع لمناقشته مع الزوج، لأن هذا يؤدي إلى إرباك الزوج وتشويشه.

- ٤- على المرشد مساعدة المسترشدة على تقبل زوجها، والتوقف عن محاولة تغييره، وخصوصاً نقد الزوج وصمته، وأن تركز بدلاً من ذلك على بناء علاقة زوجية قوية تقوم على الصداقة، والتي يعدها خبراء العلاقات سر الأزواج السعداء. فعادة عندما تتوقف الزوجة عن نقد ولوم ومحاولة تغيير الزوج وتتركز بدلاً من ذلك على التقرب منه والتحدث إليه ومشاركته بدون أن تنتظر أي تغيير من قبله، فإن الكثير من الزوجات تؤكد لنا أنه تلقائياً بدأ بالحديث معها والانفتاح عليها.
- ٥- على المرشد تزويد المسترشدة بمهارات الحوار، وفن الاستماع وكيف ومتى؟ وأين؟ تبدأ الزوجة الحوار مع زوجها الصامت. فاختيار الوقت والموضوع والمكان عناصر مهمة جداً في نجاح الحوار أو فشله.
- ٦- تزويد المسترشدة بحيل ذكية لتشجيع الزوج الصامت على الحديث ومشاركة الزوجة كالتحدث عن أشياء من اهتماماته ومشاورته وطلب نصحه وجميعها أساليب تشجع الرجل الصامت على الحديث.
- ٧- التخفيف من حدة غضب المسترشدة من زوجها الصامت من خلال مساعدتها على التركيز على الإيجابيات بدلاً من السلبيات في العلاقة، وكتابتها وبالتالي التركيز على ما يعجبها في زوجها بدلاً مما لا يعجبها وهذا التمرين عادة يحدث تحولاً جذرياً في مشاعر الزوجة السلبية تجاه زوجها، فأذكر إحدى الحالات التي جاءتني

تشتكي من صمت زوجها، وأنها لا تستطيع الاستمرار معه، فهي تشعر بأنها تعيش مع رجل أخرس أو بدون مشاعر، وترى عدم تغيره بناء على محاولاتها ورغباتها دليلاً على عدم حبه أو حتى اهتمامه، فلقد جاءتني لدراسة خيار الطلاق بعد الاستماع لها وبناء علاقة مهنية متينة تقوم على الفهم والثقة، طلبت منها كواجب منزلي كتابة إيجابيات وسلبيات الزوج شاملة بذلك كل جانب وكل صفة وكل طبع وكل حركة مهما كانت صغيرة أو تافهة. وفي الجلسة القادمة حضرت بابتسامة عريضة سببها سعادتها الناتجة من اكتشافها أنها متزوجة لرجل رائع، ولديه العديد من الصفات الرائعة: الكرم، والصبر، والاحترام لها ولأهلها، والثقة فيها، وغير متحكم بل تتمتع بحرية كاملة، ويحب أطفاله جداً، يثق بها، لا تشك منه ولا في سلوكاته، ناجح، وملتزم، ومتعلم... الخ. هذه الصفات كانت موجودة منذ البداية لكن الزوجة لم تركز عليها بل كانت تركز على ما لا يعجبها هو صمته الشديد.

٨- زيادة وعي المسترشدة على أهمية التشجيع والثناء والمديح للزوج، فمهما يصل الرجل من مراحل عمرية أو مهنية فهو بأمس الحاجة ليشعر بأنه بطل زوجته وحب حياتها.

المشكلة السادسة عشرة
المعاكسات الهاتفية لدى الأزواج
شارك بكتابتها كل من:

(١) د. إبراهيم به حمد النقيثان

(٢) أ. مها بنت عبدالله العومي

المعاكسات الهاتفية لدى الأزواج

د. إبراهيم النقيثان

تُعَدُّ المعاكسات واحدة من أعظم وسائل جلب الفساد وانتشار الفاحشة، بتيسير اللقاء الحرام، وما خلا رجل وامرأة إلا دخل الشيطان بينهما، وهي وسيلة من وسائل دمار الأسر، وتضييع مستقبل الفتيات... فكم من فتاة عرف عنها ذلك السلوك المشين، فأغلقت على نفسها باب الزواج عن نفسها، وعن أخواتها، وربما عن إخوانها أيضاً، وكم من زوج وقع فريسة للمعاكسات، فافتضح أمره فتشتت أسرته، وتطلقت زوجته، فضاعت وضاع معها أولادها، والمعاكس قد لا يحسن الظن بأهله وزوجته فيما بعد، فكل حركة من محارمه سيظنها ويؤولها على أنها تعاكس، وكل كلمة أو مكالمة سيظنها مع رجل، كما كان يفعل هو بغيرها، فتكثر المشكلات ويضيع الاستقرار من الأسر، وكأنها عقوبة من الله تعالى على فعلة السوء، والتسلط على أعراض الناس.

ولو تأمل الإنسان في حقيقة «المعاكسات الهاتفية»، لوجدها سبيلاً لتهتك العرض والشرف... ذاك العرض الذي يُعد حفظه من أجل مقاصد الشريعة والدين، ولو لم يكن حفظه من أكد الواجبات، لما سخرت أحكام شتى في الكتاب والسنة، كلها تخدم حفظ العرض وتقدر حرمة فلنتأمل هذا الاهتمام.

فالمعاكسات الهاتفية خطوة من الخطوات الشيطانية، تقود إلى الفاحشة والهلاك،

والله عز وجل حذر من اتباع خطوات الشيطان في أربعة مواضع من كتابه الكريم:
﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ﴾ البقرة ١٦٨.

تعريف المشكلة:

المعاكسة ظاهرة سلوكية منحرفة، تتمثل في تحرش الذكور بالفتيات أو العكس بأساليب شتى، سواء أكان هذا التحرش في الأسواق أم في المنتزهات أو غيرها من الأماكن العامة، أم كان عبر أجهزة الاتصال الحديثة كالهاتف أو الإنترنت ونحوها، بقصد إقامة العلاقات المحرمة شرعاً.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

تتخذ المشكلة مظاهر شتى، وليس بالضرورة ظهورها لدى كل الحالات ومن هذه المظاهر:

- (١) برودة جذوة الحب بين الزوجين، وبالمقابل قد تسمع الزوجة الكرم الحاتمي في التغزل بتلك الفتاة السيئة.
- (٢) الانشغال عن الأسرة والزوجة خاصة في كثرة الانعزال.
- (٣) كثرة الغياب عن المنزل، أو تكرار الخروج من المنزل.
- (٤) الجلوس الطويل على جهاز الحاسوب.

- ٥) استخدام الهاتف الثابت أو النقال بمكالمات مطولة ومربية.
- ٦) المعاكسة المباشرة، في الأسواق والطرق، وأماكن التفرج والترويح وغيرها.
- ٧) كثرة الشجار بين الزوجين.
- ٨) حرمان الزوجة من حقها الطبيعي في المعاشرة.
- ٩) المقارنة الظالمة للزوجة العفيفة بالعشيقة التيسية.
- ١٠) حرمان الأبناء من العيش بسعادة وهناء، وكل ذلك ينعكس سلباً على استقرار الحياة الأسرية، وبالتالي تشتت أفراد الأسرة، وما يتبع ذلك من مشكلات ومصائب.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور المشكلة:

- ١- نقص جذوة الإيمان وضمورها، مع قلة الخوف من الله في قلب ذلك الزوج، وعدم استشعار مراقبة الله، وبالتالي تقل مراقبته لمن يعلم خفان قلبه وحبائل تفكيره، فيطلق لنفسه العنان ليفعل ما يريد، متناسياً العواقب التي تنتظره، لذا فغالبا ما يكون من أسبابها ضعف الإيمان، فالمعاكسات الهاتفية، ناشئة عن اتباع الهوى وضعف الإيمان، وإلا كيف يرضى الزوج بانتهاك ما حرم الله؟ وبالتعرض لمحارم المسلمين؟ وكيف لا يغار على محارمه؟ ألا يخشى المعاملة بالمثل؟!!
- ٢- الجهل بحكم المعاكسات، وهذا نادر فقد يخفى على البعض حكم المعاكسات الهاتفية في الشرع، ويظن أن مثل هذا العبث ما لم يصل للزنا أنه لا بأس به وأنه جائز!!

٣- إطلاق العنان للنفس والبصر، للمشاهد المؤثرة الحية، عبر القنوات أو المواقع على الشبكة العنكبوتية، أو التمتع الزائف بالصور المنشورة عبر الجرائد والمجلات، أو ما تلتقطه عيناه في الشارع والمتجر، فتخزن هذه المشاهد في عقله وفؤاده، فتشتعل النار في قلبه، فيوسوس له شيطانه، أن يطفئ لهيب هذه النار، في غير ما أباحه الله له من الزوجة، من خلال ما يجده من لذة قذرة، عبر مكالمة أو مشاهدة فيزيد أوارها.

٤- عدم القناعة بمواصفات الزوجة الجمالية، أو هكذا سولت له نفسه، مع تأثير المشاهد الحية وغير الحية للنساء الأخريات، المتجملات بأبهى صورة يمكن أن تظهر بها عبر الشاشة أو المطبوعة.

٥- جلسات سوء، وهذا السبب من أكثر الأسباب شيوعاً وتشجيعاً على المعاكسات، فكم من بريء سقط في هذا المستنقع، من خلال التبادل القذر لهذه الأمور وأساليبها بين أصدقائه، ومن خلال التفاخر بنصيب الأسد من معرفة أكبر عدد من الفتيات الغافلات أو السيئات.

٦- وسائل الإعلام والاتصال الحديثة، فما يعرض في الإعلام أو على الشاشات أكثره عهر، ودعوات فاضحة ومكشوفة، لنزع الحياء وإشاعة الفحشاء، وتهيج للعواطف، وتأجيج للغرائز، وإثارة للشهوات من.. أغاني ماجنة، ولقطات فاجرة، وأفلام خليعة،

ونحو ذلك مما لا يخفى، وبجانب ذلك إطلاق النظر، وقد قرن الله جل وعلا الأمر بغض البصر بحفظ الفرج، لما بينهما من تلازم في الغالب.

٧- مساهمة بعض الزوجات من خلال تقصير الزوجة، وبالتالي وقوع أزواجهن في أحوال المعاكسة لضعف إيمانهم، من حيث لا يدرك من خلال عدم الاستعداد التام للزوج وأخذ الزينة له، أو إهمال الزوج والانشغال عنه بعالمها الخاص، أو من خلال الانشغال بالأبناء عن الزوج، وكذلك عدم إتاحة الفرصة للزوج بإشباع رغبته بشكل يسد شبقه.

٨- اتصاف الأزواج المعاكسين بعدم النضج الانفعالي، وعدم نمو الضمير الاجتماعي لديهم، وهم لا يزالون يعانون من طفولة الذات الاجتماعية، وهم نرجسيون، ولا يوجد لديهم أي مراعاة لمشاعر الآخرين، وهذه الخصال قد تشجع على هذا السلوك المنحرف.

٩- الانفتاح على الثقافات الأخرى، وفساد الأخلاق، ويكون هذا ناتجاً في الغالب من خلال السفر، وكذلك من خلال مشاهدة الفضائيات والأفلام...، والاختلاط مع النساء في العمل، وفي الأسرة من الأقارب أو الجيران ونحوهم.

١٠- خفوت جذوة الحب بين الزوجين، وهنا يحس الزوج أن عاطفة الزوجة تجاهه لم تعد كما كانت في السابق، فلم تعد منجذبة إليه، ولا تنظر إليه بنظرات الإعجاب

والحب، ولا تمطره بتلك الكلمات التي كان يسمعها منها في السابق، فيشعر بفتور الحب من قبلها، وهذا يشكل نقطة ارتكاز في الخلاف وصداً مهما بينهما، ومن هنا يبدأ الزوج في البعد والانصراف، والبحث عن البديل !!).

١١- تسكع النساء وغياب المحرم حين خروجها، فالبنت هي التي تدعو الأزواج ضعيفي الإيمان لمعاكستها، بطريقة لبسها ومشيتها وزينتها وعطرها، وقد نهاها الشرع عن الخروج بمثل هذه الهيئة، درءاً للفتنة وصيانة للعرض.

١٢- العلاقات السابقة قبل الزواج، فلا يستطيع الزوج ترك هذا السلوك القذر بعد الزواج، فيستمر في هذا المنحدر، دون إدراك لعواقبه الأليمة.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

من الآثار السلبية الناجمة عن المعاكسات التي ينبغي على المرشد وضعها في الحسبان، حين مناقشة هذه المشكلة، ما يلي:

- شيوع الفاحشة، فظاهرة انحراف الزوج ومعاكسته، بشتى أنواع المعاكسة هاتفية كانت أو حاسوبية، أو على الشاشات أو من خلال الرسائل الهاتفية، أو على أرض الطبيعة، هي في الغالب الطريق الموصل إلى الزنا والعلاقات المحرمة، ومهما كانت مسوغات المعاكسة أو المعاكس، فالنتيجة النهائية وقوع الجريمة وإشباع الرغبة فيما حرم الله.

- دمار الأسر، فكثيرة هي حالات الطلاق بسبب بلاء المعاكسات.
- تبذير المال والإنفاق دون شعور، ولأجل حبيبة صرف المال في وجه غير شرعي.
- ومن الآثار كذلك انعدام الثقة بين الزوجين، فإن العلاقة تتدهور، ومبدأ الوضوح والتفاهم بينهما يخف يوماً بعد يوم.
- قد تتحرف بعض الزوجات، وتسلك الطريق نفسه - نكاية بزوجها كما صور لها عقلها - وهذا في الغالب عقوبة من الله، لهذا الرجل الذي يتتبع عورات المسلمين، وبعضهن تعدن انتقاماً مشروعاً - ويا للعجب!! - من زوجها.
- ضياع الأسرة وتفككها وتشرد الأبناء، وكل ذلك ضحية تهور الأب وتعجل الأم.
- كثير من الزوجات، تشتكي زوجها المعاكس، أنه لا يحسن عشرتها، ويستحقها ويهينها، ويضربها إن هي ناقشته في ذلك، هذا نذير شر لتلك البيوت.
- قد يؤدي سلوك ذلك الزوج المستهتر، إلى الانفصال والطلاق بينهما، وتعظم المشكلة حين يكون لهما أبناء.
- ومن آثار ونتائج هذه المعاكسات، قسوة القلب، وانعدام الغيرة عند الزوج المعاكس على محارمه.
- الإدمان على المعاكسات، يجعل الشباب يستمرون عليها، حتى بعد الزواج والاستغفاف.

- الزوج المعاكس، يحمل صورة نمطية سيئة عن المرأة، وهذا يسبب الشكوك في زوجته أو حتى أخته وبقية محارمه.
- كما تدين تدان، فكم من زوج معاكس، كانت إحدى محارمه، طرفاً في قضية معاكسة!!، ولا يظلم ربك أحداً.
- من الآثار ما يتعلّق بالأمراض الناشئة عن وجود هذه الانحرافات من الأمراض المترتبة على الزنا مثل الإيدز والزهري والسيلان وغيرها.
- ربما يجني صاحبه عقوبته، في الدنيا قبل الآخرة بحد أو سجن.
- تأثيرها في أمن المجتمع، لما يصحب هذه الجرائم من أخلاقيات شاذة، تنتج أمراضاً اجتماعية وربما عقلية، وربما كان من أثارها استعمال المخدرات، والذي ينجم عنه الاعتداء على المحارم، وعلى الأهل، وربما ينجم عنه الانتحار.
- ومن الآثار الأمنية أيضاً، وقوع جرائم القتل، إما انتقاماً لكرامة، أو ثأراً للعرض، وكذلك إشغال رجال الأمن عن أمور ومهمات أخرى يقومون بها.
- استحقاق العذاب الأليم، قال الله سبحانه وتعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَنْ تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ آمَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ﴾ (النور: ١٩).
- ظهور الأمراض المميتة في المجتمع، يقول عليه الصلاة والسلام: (لم تظهر الفاحشة

في قوم قط إلا ظهر فيهم الطاعون والأوجاع التي لم تكن في أسلافهم) رواه ابن ماجة والبخاري وغيرهما.

توجيهات عامة للمرشد كيفية التعامل مع المشكلة:

هناك بعض التوجيهات التي ربما تساعد المرشد في حل مثل تلك المشكلات ومنها:

- التزام المرشد بالسلوك الإسلامي في محاوراته وأسلوبه وتوجيهاته.
- يقين المرشد بأن لكل مشكلة حل، سواء توصل إليه أو عجز هو عن ذلك.
- محاولة التعرف على الأسباب الحقيقية للمشكلة وعدم إلقاء الأسباب على الزوج فقط.
- قد تكون هذه المشكلة مجرد مظهر لمشكلة أكبر أو أعمق أثرا في الحياة الزوجية فعلى المرشد التحقق من ذلك.
- محاولة طرح أسباب مفترضة قد تكون وراء ظهور هذه المشكلة حين يحاول طالب الاستشارة تجاهل ذلك أو جهله له.
- تهوين المشكلة لدى المسترشد مقارنة بمشكلات أكبر وأعظم.
- تقديم عدد من البدائل لمعالجة المشكلة بعد الوصول للأسباب الحقيقية للمشكلة.

- بث الأمل لدى المسترشد وتثبيت خلق الصبر والمصابرة، وبيان فضل ذلك عند الله عز وجل.
- دعوة الزوجة لاستثمار وجود الأبناء بينهما، وتخفيف زوجها على عرضه وفلذات كبده.
- أخي المرشد.. إن إطلاع أو إطلاع بعض الأزواج على بعض تلك الأضرار والآثار للمعاكسات والتي قد يغفل عنها، قد يدفعه للتخلي عن هذه العادة المحرمة.
- أما طريقة إيصالها للزوج، فتختلف من فرد لآخر، وحسب تقويم الزوجة لطبيعة شخصية زوجها، وبإمكان المرشد اقتراح أساليب أخرى، غير ما سيرد مما يناسب الموقف، ومن هذه الطرق والأساليب ما يلي:
- تسليم تلك المادة - المتعلقة بمشكلة المعاكسات - مكتوبة، مصحوبة بكلمات جميلة ورقيقة.
- تقديمها مشافهة بأسلوب المحب المشفق.
- طباعتها وجعلها أمام ناظره على المكتب أو صالة الجلوس أو غرفة النوم.
- وضعها في جهاز الفيديو إذا كانت المادة مسجلة على شريط فيديو، وتشغيله حينما يكونان مهئين لمشاهدته.

- إسماعها زوجها عن طريق المسجل إذا كانت تلك المادة مسجلة على شريط صوتي، كأن تجعل الشريط يعمل في المسجل، كأنها تريد أن تسمع، وهدفها من ذلك إسماع زوجها تلك المادة.
- إرسالها كرسائل قصيرة بالحوال، بين الفينة والفينة، مصحوبة بكلمات رقيقة، وكلمات وعظية مؤثرة ومختصرة.
- إسماعها زوجها في السيارة، عن طريق مسجل السيارة، إذا كانت تلك المادة مسجلة على شريط صوتي، فتستأذنه في وضع الشريط في مسجل السيارة، حين يكونان مسافرين لمسافة طويلة، بحجة متابعتها سماع مادة هذا الشريط الذي قطعه ركوبها في السيارة، وهي تقصد من ذلك إسماع تلك المادة لزوجها... وهكذا.

المراجع

- نواف بن عبيد الرعوجي: ثلاثون سبباً للمعاكسة، الأسباب - الآثار - العلاج.
- القسم العلمي بدار الوطن: أيها المعاكس قف.
- محمد بن صالح بن إسحاق: كيف تتخلصين من المغازلات الهاتفية.

ممارسة الماكسات الهاتفية من قبل الزوج

أ. منها العمومي

تعريف المشكلة:

إقامة الزوج علاقات غرامية عن طريق الهاتف مع نساء أجنبيات بدون علم الزوجة، وتكون هذه المكالمات مع امرأة واحدة أو أكثر.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

- اكتشاف الزوجة أن لدى زوجها أكثر من جوال بدون علمها.
- وقوع الزوجة على رسائل غرامية أو غير أخلاقية من أرقام مجهولة في جوال زوجها. وعند تتبعها لبعض الأرقام، تجد أنها تخص نساء.
- شك الزوجة في الزوج عند اطلاعها عن طريق الصدفة على فواتير المكالمات إلى بلدان اتصل عليها الزوج بصورة متكررة، خصوصاً إذا كانت بلداناً معروفة بانتشار الفساد.
- غموض الزوج في بعض مكالماته الهاتفية، مع الحرص على إغلاق الجوال وعدم «لمسه» من قبل أحد.
- سماع الزوجة لبعض مكالمات الزوج عن طريق الصدفة، واكتشاف مثل تلك العلاقات.

- وقوع الزوجة على وسائل مصورة غير أخلاقية في جوال الزوج لنساء غير محارم.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور هذه المشكلة.

- إذا كانت العلاقة مع امرأة واحدة
 - ١- شعور الزوج بالملل في حياته الزوجية، وجفافها من العاطفة من قبل الزوجة، لانشغالها بأمر أخرى، فيبحث الزوج عن مصدر خارجي يتوفر له ليشعر بالأهمية والمتعة من جديد.
 - ٢- افتقاد الرجل الإشباع الجنسي من قبل زوجته، إما لتمتعه برغبة جنسية قوية لا تتمتع بها الزوجة، أو لتطلعه للتجديد في هذا الجانب. وهذا لا يعني بالضرورة أن حاجته العاطفية غير مشبعة.
 - ٣- مرور الرجل بما يسمى «أزمة منتصف العمر» التي تبدأ عادة بعد منتصف العقد الرابع من العمر، والتي من أبرز سماتها اهتمامه بما يشعره بالجاذبية واهتمام الجنس الآخر به.
 - ٤- معاناة الزوج من بعض المشكلات القائمة على اللوم والانتقاد والتركيز على الأخطاء المتبادلة مع زوجته، مما يدفعه إلى البحث عن امرأة أخرى، ولو عن طريق الهاتف تشعره بالتقدير والحب. وقد يفكر أن ذلك طريقاً إلى الزواج بزوجة ثانية.

٥- إقامة الرجل علاقة غرامية في بعض الأحيان كوسيلة للتنبيه يديها للزوجة التي لم تستجب لمطالبه في تحسين بعض الجوانب السلبية لحياتهما الزوجية، حتى تستجيب للاحتياجات التي تهتم بها؟

٦- قد يعيش الزوج حياة زوجية هائلة، ولكن يحتك بطريقة ما بالجنس الآخر (مثل العمل أو التدريب... إلخ، فيحدث اتصال يأخذ منحىً شخصياً، يبدأ بالصدقة، تجر إلى الانجذاب، والبوح للآخر بالهموم والمشكلات الشخصية، مما قد يجر إلى إقامة علاقة حميمة خارج إطار الزواج. وفي بعض الأحيان يقع الزوج في مثل هذه العلاقة بتخطيط من الطرف الآخر دون أن يشعر.

- إذا كانت العلاقة الغرامية مع أكثر من امرأة:

عادة ما تكون هذه العلاقة مع متمرسات في هذا المسلك، حيث يكون الدافع لذلك نزوات مجنون الرجل وعبثه. وتتعدى مثل هذه العلاقات الإشباع العاطفي إلى العلاقات الجنسية المحرمة التي تبدأ عن طريق الهاتف. وفي كثير من هذه الحالات لا يكون للزوجة دور كبير في اتجاه الزوج لمثل هذه الممارسات.

الآثار السلبية على الزوج والزوجة

الآثار المتعلقة بالزوج:

(١) التباعد النفسي والعاطفي، وحتى الجسدي عن زوجته.

- ٢) اتجاه الزوج إلى صور أخرى من التواصل المحرم مع الجنس الآخر، كمحادثات الإنترنت (الشات) وما يتبع ذلك من المحرمات.
- ٣) معاناته من شكوك الزوجة وتجسسها وملاحقتها له وعدم ثقتها به حتى لو تاب من هذه الممارسات.
- ٤) الشجار المتواصل مع الزوجة والنكد المترتب على ذلك نتيجة لانعدام الثقة في العلاقة الزوجية.
- ٥) تطور علاقات المحادثات والتواصل إلى الوقوع في الرذيلة وممارسة الحرام.
- ٦) وقوع الزوج في الصراع النفسي بين الحلال والحرام.
- ٧) الشك في الزوجة نتيجة لما يجده من تجاوب النساء معه، خاصة إذا كن متزوجات.
- ٨) تطور التوتر في علاقته بزوجته إلى الانفصال والطلاق.

الآثار المتعلقة بالزوجة:

- ١) شعور الزوجة بمرارة الخيانة وتلاشي الثقة والأمان في علاقتها بزوجها.
- ٢) معاناة الزوجة من المزاج السيئ والعصبية والتوتر في شكل موجات تعلو وتخبو من حين لآخر.
- ٣) الانشغال الذهني والنفسي عن الأولاد والبيت بملاحقة الزوج وتتبع تحركاته.

٤) فقد الثقة بنفسها وبأنوثتها، وشعورها بالانكسار، وبالذات إذا تمسك الرجل بتلك العلاقات.

٥) ظهور بعض المشكلات النفسية لدى الزوجة، كالقلق والاكتئاب والشكوك المرضية.

٦) دخول أطراف خارجية، وتدخلها بتوجيهات ونصائح سلبية، أو آخرين يستغلون سوء العلاقة لمآرب شخصية ودنيئة.

٧) مبادلة الزوجة خيانة زوجها بخيانة مماثلة نتيجة لخيبة الأمل والإحباط.

٨) إصابة الزوجة بصدمة عاطفية في زوجها، وطلبها الخلع أو الطلاق منه.

توجيهات عامة للمرشد لكيفية التعامل مع هذه المشكلة:

- ١- لابد أن يدرك المرشد أن هذه المشكلة تأتي بصور مختلفة تتفاوت في البساطة والتعقيد فقد تأتي في صورة علاقة عابرة بامرأة واحدة سرعان ما تختفي، وتأتي في صورة العلاقة بعدة نساء ليس بينهم عامل مشترك إلا تحقيق المتعة عن طريق الهاتف مع رجل، وأشدهن تعقيداً إذا كانت العلاقة بنساء عاهرات (نسأل الله السلامة) يقابلهن الزوج ويجلبهن إلى بيته في غفلة من الزوجة أو بمرأى منها.
- ٢- عادة ما نجد في الصور المعقدة والصعبة لهذه المشكلة صلة بالخمر والمخدرات والسهرات الماجنة في الاستراحات أو سفر المتعة المحرمة.

٢- على المرشد أن يكون فطناً في تقصي حقائق وأبعاد المشكلة حين الاستماع للمسترشدة فالمعلومات في بدايتها تكون عامة، ثم ما تلبث أن تتضح تفاصيل في غاية الأهمية، يتحدد من خلالها مسار طرح الحلول وإيجاد العلاج..مثال على ذلك:

- معرفة ردة الفعل الأولى للصدمة من قبل المسترشدة/ طلب الطلاق/مغادرة المنزل..إلخ
- ردة فعل الزوج أمام معرفة زوجته بهذه العلاقة. إنكار ومكابرة/ اعتراف واعتذار... إلخ
- المحاولات التي سلكتها المسترشدة للإصلاح وثنى الزوج عن مسلكه هذا.
- هل لجأت المسترشدة لأطراف أخرى للمساعدة، أهل، صديقة، مستشار، صديق للزوج؟

اتجاه الإرشاد في المشكلة:

١- اتجاه نفسي « لذات المسترشدة»:

- يركز الإرشاد هنا على الإنصات من قبل المرشد بصورة كبيرة، نظراً لحاجة المسترشدة للاستماع لما تعانيه من مشاعر الصدمة وخيبة الأمل في زوجها وشعورها بالتعاسة، فيتيح لها الحديث عن هذه المشاعر تجاه المشكلة كتفريغ وجداني من

جهة، ولكي يرى المرشد إذا كان هناك أي بوادر لاضطراب وجداني كالإحباط والاكتئاب، مثل كثرة البكاء وقلة النوم أو الإعراض عن الطعام، وبالتالي إذا كانت تحتاج للتدخل الطبي مع الإرشاد.

- على المرشد أن يبين للمسترشدة أن نسيان ما حدث من زوجها لن يكون سهلاً، حتى لو عادت الأمور إلى أحسن ما يرام، وأنها ستعاني من تقلبات الأحاسيس السلبية والمزاج السيئ كلما تذكرت ما حصل، لذا عليها في بداية الأمر أن تقبل كل هذه الأحاسيس ولا تقاومها كردة فعل طبيعية لصدمتها العاطفية، وسيكون هذا مؤلماً لها بالذات في بداية المشكلة، فتأخذ هذه المشاعر وقتها حسب الأشخاص.
- يقوم المرشد بتدريب المسترشدة على طرق للتوقف عن التفكير السلبي، وتحويله إلى الإيجابية مثل:

تخيل لافته حمراء كتب عليها كلمة (قف) تظهر حينما تبرز الأفكار السلبية ومن ثم تذكر أمراً مبهجاً.. إلخ، وغير ذلك من الطرق التي تتوفر في كتب التفكير الإيجابي والإيحاء. ولو أخفقت المسترشدة في اتباع هذه الطرق، على المرشد أن يرشدها إلى أخذ الأمر ببساطة وتذكير نفسها برفق بضرورة التوقف عن مثل هذا التفكير وإشغال نفسها قدر الإمكان.

- على المرشد أن يدرك أن الصدمة العاطفية للمسترشدة لن تعامل بشكل مستقل إلا

في حال تطورها إلى مشكلة نفسية تستدعي العلاج الطبي، أما ماعدا ذلك فيدرج ضمن الإطار العام لحل المشكلة الأم.

- تحتاج المسترشدة إلى ما يرفع تقديرها لذاتها، بالتركيز على جوانب القوة في شخصيتها من خلال ما يلمسه المرشد من مواقفها في التعامل مع مشكلة زوجها مثال بسيط: (أنها لم تجعل أبناءها يشعرون بمشكلاتها مع والدهم).
- لا بد من تذكير المسترشدة بظروفها الجيدة إذا كانت تملك حظاً وافراً منها، لأن ذلك سيسهم بلا شك في رفع معنوياتها وتقوية مواقفها لاتخاذ أي قرار في صالح حياتها الزوجية مثل: (وجود الدعم من عائلتها معنوياً ومادياً، أو أنها تعمل ولديها استقلال مالي، أو أن شخصيتها قوية)، عكس بعض الحالات التي تعاني من ظروف سيئة أسرياً ومادياً تضاعف من مرارة معاناتها مع زوجها في مثل هذه المشكلة مثال:

(فتاة يتيمة تزوجت برجل اكتشفت أنه على علاقة بنساء عن طريق الهاتف، وقام بتهديدها بجلبهن للمنزل مع أصحابه، فانتقلت للعيش عند أهل زوجها خوفاً على نفسها وابنتها الصغيرة رغم معاملتهم لها بقسوة، وليس لها أهل تذهب إليهم إذا طلقت، إضافة إلى تهديد الزوج لها بأخذ ابنتها منها إذا طالبت بالطلاق)

- أكبر دعم يقدمه المرشد في هذا الجانب ترسيخ جانب الرضا بقضاء الله وتذكير

المسترشدة بأن ما تمر به ابتلاء منه سبحانه وأن عليها التوكل على الله وكثرة التوجه بالدعاء لله في طلب الحلول والإرشاد حتى يفرج الله كربتها.

اتجاه إجرائي عملي يتناول لب المشكلة:

- الإمام بتاريخ العلاقة الزوجية للمسترشدة مع زوجها في كافة الجوانب، يسهل على المرشد تشخيص الأسباب التي كان للزوجة فيها دور قوي، لدفع الزوج إلى مثل هذه الممارسات.

- (ماذا تريدین؟) سؤال مهم يطرحه المرشد على المسترشدة:

١- لمساعدتها على التفكير فيما تريد وليس مالا تريد.

٢- لمعرفة مدى قدرتها الذاتية على الاختيار لنفسها.

٣- إرشادها إلى الخيارات المتصلة بما تريده وما سيفيدها للوصول لحل

المشكلة.

- على المرشد أن يزود المسترشدة بإرشادات في كيفية المصارحة والمواجهة المثمرة مع

زوجها، وهي أهم مفتاح للوصول لباقي الحلول مثل: وقتها، ما الذي تركز عليه في

حديثها؟ وما الذي تبتعد عنه؟ كيف تواجه إنكار الزوج وغضبه عند المواجهة؟

- لابد أن تعلم المسترشدة أنه مهما كانت محاولاتها لكسب الزوج من جديد، فلا بد أن

تكون حازمة برفض أي شكل لمثل هذه العلاقة، لأن هذا الفعل يمس قدسية العلاقة

الزوجية مباشرة ولا تهاون فيه.

- أن لا يتعاطف المرشد مع المسترشدة في أمر اتضح أنها الملوثة فيه، وليس الزوج، فكثير من النساء لا يشعرن بفداحة أخطائهن مع الأزواج.. مثال: (إحدى الزوجات كانت تعلن أمام الزوج وأهله وأولادها أنها لا تأبه به حتى لو كانت له أكثر من زوجة، بالإضافة إلى تمنعها عن فراشه لفترات طويلة كدلالة على عدم الاهتمام، فما كان من الزوج إلا مجازاتها بإقامة علاقة مع امرأة من خارج بلده ومن ثم الزواج بها، ومن ثم هجر زوجته تلك حتى مماتها).
- لا بد أن يتضمن الإرشاد تغيير المسترشدة لبعض جوانب النقص لديها سواء أكان ذلك في عنايتها بنفسها، أو معاملتها لزوجها، والاهتمام ببيتها أو غير ذلك مما يعد نقصاً في دورها الزوجي أم من أي أمر يعود عليها بالضرر في علاقتها بزوجها، وهذه أحد الحلول لثني الزوج عن تلك العلاقة.
- على المرشد في الصور المستعصية لهذه المشكلة، أن يوجه المسترشدة إلى الاستعانة بأطراف قوية لردع الزوج عن مجونه وعبثه (حكماً من أهله وحكماً من أهلها).
- تحذير المرشد للمسترشدة من اللجوء إلى أطراف غير مؤمنة ظناً منها أنهم سيمدونهم بمعلومات خفية عن زوجها، كأصدقاء الزوج أو أياً ممن يحادثهم.. مثال: (قامت إحداهن بالاتصال بصديق زوجها وطلبت مساعدته، فإذا به يحاول التقرب إليها واستلطافها).

- تدريب المسترشدة على ما يسمى بـ (القطيعة العاطفية) وهي الملاذ الأخير في حال إصرار الزوج على مسلكه، وهي تحتاج لقوة وإصرار حيث تعلن الزوجة لزوجها أنه قد خان ثقتها فيه، ولذلك فهي لن تتواصل معه بأي نوع من أنواع الاتصال إلا ما يتعلق بأولادهما، وأن عليه أن يبرهن لها على انتهاء هذا العبث بها بسلوكه وليس بوعوده، إذا رغب في مواصلة العيش معه.
- في حال عدم استجابة الزوج وتطور علاقاته للأسوأ، يمكن للمرشد أن يرحب خيار الطلاق للمسترشدة بالذات إذا كانت قادرة على رعاية أبنائها والنفقة عليهم، علماً بأن خيار الطلاق لا يتجراً المرشد على طرحه كحل إلا في حالات ميئوس منها، وفي ظروف معينة مناسبة للمسترشدة.
- على المرشد أن يساعد المسترشدة على إيجاد قيم جديدة في حياتها لا يكون الزوج فيها على رأس أولوياتها، لتستطيع التركيز على مواقع التأثير في حياتها، فيمدها بمقترحات لإشغال نفسها عن وضع زوجها..مثل:
 - الاهتمام بتربية أولادها التربية الصالحة.
 - زيارة الأقارب والأهل وعدم الانعزال عن الناس.
 - الاهتمام بصحتها ممارسة رياضة المشي مثلاً لتحسين نفسياتها.
 - تقوية إيمانها بحضور المحاضرات الإيمانية.
 - حضور الدورات التطويرية لشخصيتها ومهاراتها المختلفة.

المراجع

- ١) ميشيل وينر دايفيس (٢٠٠١م) العلاج الشافي للطلاق، دار الكتاب العربي.
- ٢) خولة القزويني (١٤٢٦هـ) أسرار المرأة، الطبعة الثانية دار الصفاة.
- ٣) د. عادل صادق (٢٠٠٤) حب بلا زواج وزواج بلا حب، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
- ٤) د. ديفيد نيفن (٢٠٠٣م) أبسط ١٠٠ سر لإقامة علاقات رائعة، مكتبة جرير.
- ٥) د. هشام الحناوي (١٩٩٩) العلاقة الحميمة بين الرجل والمرأة، هلا للنشر والتوزيع.
- ٦) د. جون كارلسون (٢٠٠٣م) حان الوقت لزواج أفضل، مكتبة جرير.

المشكلة السابعة عشرة:

عدم تفهم الزوجة لاحتياجات الزوج النفسية والاجتماعية والجنسية

المشكلة الثامنة عشرة:

عدم تفهم الزوج لاحتياجات الزوجة النفسية والاجتماعية والجنسية

شارك بكتابتها:

(١) د. عبد الرحمن بن محمد الصالح.

(٢) د. سلطنة بنت محمد معاد

عدم تفهم الزوجين كل منهما لاحتياجات الآخر د. عبد الرحمن الصالح

تعريف المشكلة:

يواجه المرشد الأسري، عدداً كبيراً من المشكلات الأسرية، حيث يتعرض الزوجان لعدد من الأزمات التي قد تتطور وتكون سبباً في تفكك الأسرة وتبعثر عش الزوجية. ومن خلال عملي في الإرشاد الأسري فإن نسبة كبيرة من المشكلات بين الزوجين، وكذلك الأبوين أو أحدهما والأبناء؛ سببها عدم تفهم الطرف الأول لمتطلبات الآخر. ما يولد مشكلات عدة ينشغل بها المرشد دون أن يصل إلى المشكلة الأساسية التي بحلها تزول المشكلة. لذا يبقى الإرشاد غير فعال والمشكلة بغير حل. إن عدم تفهم أحد الزوجين لمتطلبات الطرف الثاني يشعره بخيبة أمل وعدم إشباع حاجاته التي قد ينتج عنها مشكلات أسرية أو عاطفية أو نفسية أو سلوكية.

ولذا فإن اهتمام المرشد بالإصلاح بين الناس وفق المنهج الشرعي المبني على الاحتياجات الأساسية للزوجين والأبناء والأقارب وفق خصائصهم العمرية والجنسية والاجتماعية، وإقناع الطرف الآخر بأهمية الوفاء بها، يساعد على حل كثير من المشكلات بتوفيق الله، ويحظى بالأجر العظيم الذي ورد في الحديث الذي رواه البخاري (... ومن فرج عن مسلم كربة فرج الله عنه بها كربة من كرب يوم القيامة) وقوله صلى الله عليه

وسلم: (من مشى في حاجة أخيه كان خيراً له من اعتكاف عشر سنين) رواه الطبراني والحاكم.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور المشكلة:

١- عدم التكافؤ بين الزوجين: يحرص الزوجان على اختيار الشريك المناسب، ولكن أحياناً يكون الاختيار غير دقيق فيكون الزوجان غير متكافئين، وعدم التكافؤ بين الزوجين يعني وجود فارق كبير بين الزوجين، سواء في مستوى التدين أم العمر أم التعليم أم المستوى الثقافي أم الاجتماعي أم العادات والتقاليد، وقد يسبب ذلك الاختلاف في التفكير وتقدير الأمور والتعامل. وكلما زادت الفوارق بين الزوجين؛ كان ذلك أدعى لوجود الاختلافات التي تنشأ عنها الخلافات التي قد تؤدي بدورها لانهايار الحياة الزوجية، إلا إذا تحمل كل من الطرفين الآخر وعمل على تجاوز الاختلاف.

٢- عدم فهم الأدوار ومعنى القوامة: يخطئ بعض الأزواج في فهم معنى القوامة، فيظن أنها التسلط والاستبداد كما أن بعض الزوجات تحاول الإمساك بزمام الأمور، والزوج يقاوم، إلى أن يتقاسما السلطة وهذا هو الوضع السليم، أو يستسلم أحدهما للآخر، أو يستمر الصراع والنزاع فتصبح الحياة مزعجة. وفي هذه المرحلة يجب على الزوجين ضبط النفس وتحكيم الشرع والعقل على العاطفة وحب السلطة والتسلط، وتقاسم المسؤولية والتعاون على أدائها لكي تتحقق الحياة السعيدة.

٣- أسلوب الحوار والتفاهم: الحوار هو الأسلوب الفعال لتحقيق التفاهم والتقارب، إذا استخدم بأسلوب هادئ، وتفهم الزوجان فنيات الحوار الفعال؛ مثل احترام وجهة نظر الآخر والاستماع الجيد، وعدم المجادلة والمقاطعة وإشعار الطرف الآخر بالإيجابيات التي لديه، وما حققاه من مكتسبات. أما إذا لم يتحاور الزوجان ويتفاهما؛ فسوف يبقى الزوجان متباعدين وقد يصل بهما إلى الاختلاف. وإذا كان الزوجان أو أحد الأبوين يستخدم أسلوباً خاطئاً في الحوار؛ مثل اللوم وتبادل الاتهامات أو فرض وجهة النظر وعدم احترام وجهة نظر الآخر ولو كانت خاطئة، فإن ذلك قد يؤدي إلى الافتراق وتشتت الأبناء.

٤- سوء معاملة الزوجة: إن مما يفقد الحياة الأسرية رونقها؛ معاملة الزوج لزوجته (بأسلوب قاسٍ نتيجة موروثات فكرية خاطئة؛ تقضي بأن الرجل لا بد أن يفرض شخصيته منذ اليوم الأول لزوجته، وما شابه ذلك من مفاهيم مغلوطة عن معنى القوامة، تجعل التعامل مع الزوجة يقوم على القسوة التي قد تصل إلى الضرب المبرح. وفي إحدى الدراسات الخليجية وجد أن سوء المعاملة بين الزوجين كان سبباً رئيساً في ٧٩٪ من حالات الطلاق). كما أنه يؤدي إلى الانفصال العاطفي وبرز المشكلات والانحرافات. وهذا بخلاف ما نص عليه الحديث الذي روته عائشة - رضي الله عنها - قالت قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم -: (أكمل المؤمنين إيماناً أحسنهم خلقاً وألطفهم بأهله) أخرجه الترمذي.

٥- عدم تحمل المسؤولية: يهمل عدد من الآباء والأمهات في تحمل مسؤولياتهم في تربية أبنائهم والأزواج لزوجاتهم، ومن أمثلة ذلك الخروج من المنزل إلى الأهل والبقاء معهم ساعات طويلة، أو الخروج إلى الأصدقاء حتى ساعات متأخرة، كل هذه قد يكون لها ما يبررها من وجهة نظر الزوج أو الزوجة، ولكن الزوجة أو الزوج يجب أن لا يجعل الآخر في ذيل قائمة أولوياته، بل ينبغي على كل منهما أن ينزل الآخر منزلته اللائقة به.

٦- الانصراف المبالغ فيه للعمل: يهتم بعض الأزواج أو الزوجات بعملهم بشكل مبالغ فيه فقد يعطي لعمله ساعات طويلة، لا سيما إذا كان العمل خاصاً؛ ما يجعل الزوجة تشعر بالوحدة والملل والعجز عن تربية الأبناء، كما أنه يشعرها بالحرمان والإهمال، ويشعر الرجل بأنه محروم وأن زوجته لم تضعه في اهتمامها ولم تف باحتياجاته. حيث إن بعض الرجال والنساء يجعلون عملهم أولاً لأنهم يستمدون هويتهم وتقديرهم لذاتهم من هذا العمل وكل شيء يأتي بعد عملهم في المرتبة الثانية، ما يشعر الزوج أو الزوجة والأسرة بعدم الأهمية، هؤلاء الأزواج والزوجات يحتاجون للمساعدة في تبصيرهم بأهمية الأسرة، والتركيز على أن الاستثمار الحقيقي هو الأولاد. فما قيمة المال إذا ضاع الأولاد وساءت أخلاقهم وتلفقتهم أيدي الشر في غياب الأب الموجه، والأم الحانية، وما قيمة الانهماك في العمل إذا تفككت الأسرة وتاه أحد الزوجين في البحث عن بديل للطرف الآخر؟

٧- غيرة الزوجين الزائدة: توجد الغيرة بشكل معين بين كل من الزوجين غير أن هذه الغيرة قد تتجاوز الحدود المعقولة فتكون عبئاً ثقيلاً على الطرف الآخر وغيره الزوج غالباً ما تتبع من الرغبة في الحماية أو الشك ويكون ظاهرها الخوف والتوجس والغضب، أما غيرة الزوجة فتنبع من الحب لزوجها والخوف من فقدانه والشعور بالضعف والإهانة لمجرد تصورهما أن أخرى قد أغرتة وأخذته منها. ويتم علاج الغيرة الزائدة بالوضوح والصراحة وإظهار كل طرف حبه للآخر وقناعته به وإعجابه به.

٨- عدم قدرة أحد الزوجين على التكيف مع أهل الآخر: قد يجد بعض الأزواج تحيزاً من أهل زوجته أو كرهاً أو نفوراً منهم. وقد تجد بعض الزوجات صعوبة بالغة في التعامل مع أهل الزوج خاصة إذا كانت تسكن معهم، وذلك لأنها مطالبة بالانصهار في أسرة جديدة لها أسلوبها في العيش والتفكير والتعامل مع الناس. وما يزيد الأمور تعقيداً؛ أن الزوجة قد تقابل بعض مشاعر الغيرة والرفض من أم الزوج أو بعض أخواته أو زوجات إخوته. وهذا يتطلب دراسة متأنية لنفسيات أهل الزوج والتعامل معهم بالأسلوب المناسب والتعقل من قبل الزوج في معرفة حقوق أهلها وأهله وإعطائها فكرة صحيحة عنهم، وحقوق زوجته ونفسه والوفاء بها وإعطاء كل ذي حق حقه.

٩- أسلوب طرح الأسئلة وطلب الاحتياجات: إن مما يسبب الخلافات بين الزوجين؛

أسلوب طرح الأسئلة والمحاسبة. فالزوج يكره بشدة سؤال زوجته له «أين كنت؟» بغض النظر عن دوافع هذا السؤال، فقد تكون قلقاً أو مشتاقاً أو حتى شاكاً في أمر زوجها. ولكن ينبغي عدم الاستعجال في طرح الأسئلة وكأنها تحقق معه، فقد تأتي الإجابة من الزوج تلقائياً أثناء حديثه أو البحث عن أساليب أخرى لصياغة السؤال، فيمكن للزوجة أن تبدي قلقها وخوفها عليه أو شوقها إليه، أو أنها شعرت بالوحشة والخوف من طول بقائها لوحدها بعيداً عنه ما يدفعه للحديث عن السبب بالتفصيل وإظهار الاهتمام بها، إن فن طرح الأسئلة يخلص الزوج والزوجة من كثير من الاختلافات. كما أن أسلوب طلب الحاجات الذي يشعر الآخر بأنه طرف في الاختيار وليس مجرد فرض الطلبات مما يجعله يستجيب بنفس رغبة.

الاحتياجات اللازمة لتفهم الزوجين كل منهما للآخر

أ- احتياجات الزوج:

أولاً: الاحتياجات النفسية والعاطفية:

لدى كل من الزوجين احتياجات نفسية وعاطفية مهمة تحقق السعادة الأسرية والمودة والاستقرار النفسي، كما أن عدم تحقيقها ينتج عنه عدم الاستقرار النفسي والعاطفي؛ ما يؤدي إلى التوتر وعدم التوازن وضعف الحكم على الأشياء والتطرف في المواقف. ويزداد

التوتر العصبي أثراً وصعوبة إذا قوبل من الطرف الآخر بدرجة ما من العصبية. لذا يجب على الزوج أن لا يكون متسلطاً في رأيه. وأن يستشير الأسرة في أمورهما وأن يكون واقعياً في تعامله مع أسرته، ومعيناً لزوجته في تخفيف الضغوط عليها وتوفير الراحة النفسية لها وتفعيل العلاقة العاطفية من خلال الرعاية والتفهم والاحترام والإخلاص. وقد دلت الدراسة التي نشرتها وحدة الإرشاد الأسري بوزارة الشؤون الاجتماعية ١٤٢٧هـ أن الخلافات المتعلقة بالجوانب العاطفية تمثل أهمية بالغة، حيث تبين أن الخلافات التي تسبب فتور العلاقات العاطفية بين الزوجين تمثل ٤١٪ أما المشكلات التي تتكون بسبب عدم إظهار مشاعر الزوج الإيجابية تجاه زوجته فتتمثل نسبتها ٢٤٪.

ثانياً: الحاجة إلى التدين:

التدين فطرة خلق الله الناس عليها فهم في حاجة غريزية وجبلية إلى التدين والتوجه إلى الله، يقول سبحانه وتعالى: ﴿فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ﴾ (الروم: ٣٠) وضعف التدين لدى الزوجين يحدث فراغاً روحياً قاتلاً كما أنه يسبب الوقوع في كثير من المشكلات والانحرافات التي قد تقضي على الحياة الأسرية المستقرة، كما ورد في كتاب الله سبحانه وتعالى: ﴿فَمَنْ أَتَّبِعْ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى﴾ (١٢٢) وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى (سورة طه ١٢٣-١٢٤). ومن أكثر المشكلات التي عرضت على قسم

الإصلاح الأسري تعقيداً؛ هي المشكلات المرتبطة بضعف التدين لأنها مشكلات تكون مركبة وتهدم الكيان الإنساني وخصوصاً في حال وجود انحراف شديد لدى أحد الزوجين.

ثالثاً: الاحتياجات الاقتصادية:

إن لكلا الزوجين احتياجات اقتصادية يحتاجانها، وإن اعتدال كل من الزوجين في ذلك، يجعل الحياة سعيدة ومستقرة. والاعتدال في الجانب الاقتصادي والإنفاق بحسب الاستطاعة، يكون عاملاً مهماً من عوامل السعادة الزوجية حيث لا تشعر المرأة بتدني المستوى الاقتصادي والمعيشي عند الزوج. فالحياة الزوجية تلزمها كثيراً من المتطلبات الضرورية لهذه الحياة، ومن خلال المشكلات التي تم بحثها يتضح أن للعامل الاقتصادي دوراً مهماً في نشوء الخلافات بسبب عدم الإنفاق على الأسرة بالمستوى المطلوب، إما لضعف الحال المادية للزوج أو لقناعته بعدم الصرف والتقتير في ذلك، وإقناع الزوج بأهمية الصرف بالمعروف وتلبية حاجة الأسرة عموماً والزوجة بشكل خاص مطلب مهم لاستقرار الحياة الأسرية وسلامة الأسرة من الوقوع في الخلافات وانحراف الأبناء.

رابعاً: الاحتياجات التعليمية:

الإنسان في حاجة إلى التعليم وكلما ارتقى المستوى العلمي لديه كان تفكيره أكثر نضجاً وتفهماً للطرف الآخر وللمشكلات التي يواجهها والمسؤوليات التي يكون مسؤولاً عنها، (كلما كان المستوى الثقافي متقارباً كان الزواج سعيداً، لذا يركز المرشد، في دراسته

لمشكلات الأسرة على المستوى التعليمي للزوج وأثر التباين فيه رأسياً وأفقياً في نجاح الزواج والسعادة الزوجية، ويتمثل هذا التباين في حصول أحدهما على شهادات علمية أعلى من الآخر، فربما كان ذلك سبباً في نوع من التعامل الواضح في المعاملة، وهذا مما يجب أخذه بعين الاعتبار من قبل المرشد الأسري حين تعامله مع أي مشكلة زوجية).

خامساً: الاحتياجات الاجتماعية:

خلق الله الإنسان وأوجد لديه رغبة في العيش مع الجماعة والرغبة في تكوين العلاقات الجيدة والتعارف والتآلف، يقول سبحانه وتعالى: (يا أيها الناس إنا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوباً وقبائل لتعارفوا إن أكرمكم عند الله أتقاكم) سورة الحجرات ١٣. ولذا فإن تكوين العلاقة الجيدة مطلب لتحقيق السعادة، وعدم إتاحة الفرصة لدى أحد الزوجين يسبب كثيراً من الخلافات والمشكلات. حيث تبين أن لدى عدد من الحالات التي تم استقبالها في قسم الإصلاح الأسري بمشروع ابن باز تعاني من عدم تحقيق الاحتياجات الاجتماعية، مثل منع الزوجة من زيارة أهلها أو حضور المناسبات المهمة أو تكوين علاقات اجتماعية مع الأقارب والصديقات المناسبات.

سادساً: الحاجة الجنسية:

الجنس غريزة أوجدها الله عند الإنسان وشرع إشباعها بطرق صحيحة من خلال الزواج والذي من خلاله يحصل إرواء هذه الحاجات وعمارة الكون باستمرار الجنس البشري

الذي يعبد الله ويوحده. هذه الحاجات الجنسية تستمر وتزيد الحياة الأسرية ارتباطاً حيث إن كلاً من الزوجين يتفاعل من الآخر ليحقق له الإشباع الجنسي والعاطفي من خلال وظائف بيولوجية عدة تتحرك وتتفاعل، فتحصل الرغبة لدى الطرفين في التواصل والارتباط. وهذا هو هدى شرعنا المطهر الذي يشبع الغريزة ويقضي على الرذيلة، يقول: (جابر بن عبد الله كنا نسير مع رسول الله - صلى الله عليه وسلم - فقال لي « أتزوجت بعد أبيك قلت نعم قال ثيباً أم بكراً قلت ثيباً قال فهلاً بكراً تضاحكها وتلاعبك وتلاعبها) أخرجه البخاري. وتخضع هذه الوظائف الحيوية لعوامل كثيرة؛ عضوية ونفسية فإذا كان أحد الطرفين غير مهياً عضوياً، فيعطيه الطرف الآخر الفرصة حتى يتهاى. وقد تكون المشكلات العاطفية والأسرية بين الزوجين هي السبب في عدم تحقيق التفاعل في الحاجات الجنسية. ولذا ينبغي البحث في الأسباب التي أدت إلى المشكلات العاطفية والأسرية وعلاجها حتى تعود الأمور إلى مجاريها ويشبع كل منهما احتياجاته بطرق شرعية فيها من المداعبة والإمتاع والتجديد ما يجعل الحياة الأسرية متجددة وممتعة. فقد تبين من الحالات التي تم دراستها أن القصور في تحقيق الحاجات الجنسية يقود إلى عدد من المشكلات الأسرية بل إنه سبب في ضعف العلاقة الأسرية أو إنهائها.

ب- احتياجات الزوجة:

أولاً: الاحتياجات النفسية والعاطفية:

تتميز الزوجة بأن لها احتياجات نفسية وعاطفية مهمة تحقق لها السعادة الأسرية

والاستقرار النفسي مما يساعدها على أداء دورها العاطفي في المنزل للزوج والأبناء، لذا تكون الحياة سعيدة والأسرة ترفرف عليها عوامل المحبة والمودة والترابط، يقول الله سبحانه وتعالى: ﴿... وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ﴾ (سورة البقرة: آية ٢٨٨) إن كثيراً من الأزواج يشكون من أن حياته الأسرية مملة وأنه لا يجد من زوجته المودة والمحبة ورقة المشاعر، فالمشاعر الفقيرة تمثل هاجساً ثقيلاً لدى الأزواج برغم أن المرأة بطبيعتها عاطفية وتحمل من المشاعر الفياضة والنبيل الأنثوي والتضحية الشيء الكثير. ولذا ينبغي أن ينبه الزوج إلى معرفة شخصية زوجته واحتياجاتها وتحقيقها بالأسلوب الصحيح والتعامل معها بالشكل المناسب الذي يحقق لها الاستقرار وأداء الدور الفعال الذي يجعلها مصدر المودة والرحمة والأنس للزوج. وتوافر العطف والحنان والرعاية للأبناء، كما أنه ينبغي أن لا يكون الزوج مستبداً في رأيه متسلطاً في أوامره وإنما يقدر وجهة نظر الآخرين ويستشيرهم في أمور الأسرة وأن يكون واقعياً في تعامله مع أسرته ومعيناً لزوجته في تخفيف الضغوط.

ومن ثم يأتي دور الزوجة في تحقيق السعادة للزوج بل إن صرف التوتر لدى الزوج يقع جزء منه على عاتق الزوجة نفسها فهي تستطيع أن تخفف هذا التوتر بتهيئة الجو الملائم للزوج من حيث الهدوء والملاطفة والتفاعل معه والثقة فيه، والتقبل والتقدير وإظهار الإعجاب به والتشجيع له والتركيز على السلوك الإيجابي وإيجاد العذر للسلوك السلبي، فإن ذلك ينعكس على حياتهم وشعورهم بالسعادة.

ثانياً: الحاجة إلى الدين:

الزوجة في حاجة غريزية وجبلية إلى الدين والتوجه إلى الله سبحانه وتعالى، وقد ورد في الحديث عن الرسول صلى الله عليه وسلم (كل مولود يولد على الفطرة) وضعف الدين لدى الزوجة يحدث فراغاً روحياً قاتلاً كما أنه يسبب الوقوع في كثير من المشكلات والانحرافات التي قد تقضي على الحياة الأسرية المستقرة كما ورد في كتاب الله سبحانه وتعالى: ﴿فَمَنْ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى﴾ (١٢٣) وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى﴾ (سورة طه ١٢٣-١٢٤). وقد دلت دراسة عن القيم وأثرها في التكيف النفسي والاجتماعي، للباحثة منال جنيد عام ١٩٩٤م، أن هناك ارتباطاً إيجابياً بين القيم الدينية والتكيف الاجتماعي، كما أن القيم الدينية احتلت المرتبة الأولى في ترتيب نسق القيم لدى عينة الدراسة. كما إن من أكثر المشكلات التي عرضت على قسم الإصلاح الأسري تعقيداً هي المشكلات المرتبطة بضعف الدين لأنها تكون مشكلات مركبة وتهدم الكيان الإنساني.

ثالثاً: الاحتياجات الاقتصادية:

الزوجة لديها احتياجات مالية ومتطلبات شخصية وأسرية؛ فإذا قدرها الزوج تكون الحياة سعيدة ومستقرة، وتوسط الزوجة في طلباتها يكون أدعى لاستجابة الزوج المسؤول عن الإنفاق بالمعروف، لذا فإن الاعتدال في الجانب الاقتصادي، عامل مهم من عوامل السعادة

الزوجية حيث لا تشعر المرأة بتدني المستوى الاقتصادي والمعيشي عند الزوج، الذي قد تتصور أنه سوف يلبي لها كل احتياجاتها. إن الحياة الزوجية يلزمها كثير من المتطلبات الضرورية، ومع ذلك فهناك كثير من الأسر استطاعت أن تتغلب على العامل المادي واستطاعت المرأة في صبر واحتساب أن تبني حياتها مع زوجها شيئاً فشيئاً لإيمانها أن الحياة الزوجية لا تتوقف على المال بقدر توقعها على أمور أخرى كالحب والتفاهم والصبر والاحتساب.

رابعاً: الاحتياجات التعليمية:

تحتاج الزوجة إلى التعليم وكلما ارتقى المستوى العلمي لديها كان مستوى تفكيرها أكثر نضجاً وتفهماً للطرف الآخر وللمشكلات التي تواجهها. وتصبح قدراتها أفضل في التعامل مع زوجها وأبنائها وتربيتهم تربية سليمة وإدارة شؤون منزلها. و(كلما كان المستوى الثقافي متقارباً كان الزواج سعيداً. ويتمثل التباين في حصول الزوجة على شهادات علمية أعلى من الزوج، فلربما كان ذلك سبباً في نوع من التعالي الواضح في المعاملة أو الانشغال عن الزوج وإهماله وهذا مما يجب أخذه بعين الاعتبار من قبل المرشد الأسري حين تعامله مع أي مشكلة زوجية). إن الجانب المهم هو مستوى التعامل، فبقدر حسن تعامل الزوجة وحسن تبعلها لزوجها تحظى بمكانة عالية، أما إذا كانت معجبة بنفسها منشغلة بعملها فإن ذلك سيشكل فراغاً عاطفياً قد يدفع الزوج إلى البحث عن أخرى تشبع حاجاته.

خامساً: الاحتياجات الاجتماعية:

لقد أشرنا إلى الاحتياجات الاجتماعية بشكل عام سابقاً، وهنا نؤكد على حاجات الزوجة

بشكل خاص.. إنها تحتاج إلى أن تتواصل مع أهلها وأن تكون علاقات جيدة مع صديقاتها وتتناول الحديث معهن حول هموم التربية وعمل البيت وبعض المشكلات والضغوط وخصوصاً إذا كان الزوج لا يتيح مجالاً للحديث معها وتبادل وجهات النظر حول أمور الحياة والأسرة.

سادساً: الحاجة الجنسية:

ليس الجنس هو الحاجة الوحيدة التي تدعو المرأة إلى الزواج، ولكن الغريزة التي وهبها الله إياها تدفع المرأة إلى الشوق إلى القيام بدور الأم وربة المنزل والزوجة وتزيد الحياة الأسرية ارتباطاً إذا تفاعل كل من الزوجين مع الآخر ليحقق له الإشباع الجنسي والعاطفي من خلال وظائف بيولوجية عدة تتحرك وتتفاعل فتحصل الرغبة لدى الطرفين في التواصل والارتباط. وقد تكون المشكلات العاطفية والأسرية بين الزوجين هي السبب في عدم تحقيق التفاعل في الحاجات الجنسية، ولذا ينبغي البحث في الأسباب التي أدت إلى المشكلات العاطفية والأسرية وعلاجها حتى تعود الأمور إلى مجاريها ويشبع كل منهما احتياجاته بطرق شرعية فيها من المداعبة والإمتاع والتجديد ما يجعل الحياة الأسرية متجددة وممتعة، وقد تبين من الحالات التي تم دراستها أن القصور في تحقيق الحاجات الجنسية يقود إلى عدد من المشكلات الأسرية بل إنه سبب في ضعف العلاقة الأسرية أو إنهائها. وبذلك يتضح لنا أهمية إدراك كل من الزوجين لحاجة الآخر الجنسية وتحديد

جوانب القصور في إشباعها وأسبابه وعلاجها حتى تعود الحياة إلى صفائها وتحقق المودة والرحمة المطلوبة.

موجهات عامة لكيفية التعامل مع هذه المشكلة:

- إن أهم ما ينبغي أن يركز عليه المرشد الأسري لدى المسترشد هو تقوية التعلق بالله سبحانه وتعالى والتوكل عليه والالتزام بشرعه وطلب التوفيق منه والسعادة في الدنيا والآخرة، وأن يلهمه رشده ويسدده. وذلك بتقوية الصلة بربه بأداء الفرائض والإكثار من النوافل وقيام الليل والإكثار من ذكر الله والمحافظة على أذكار الصباح والمساء.
- يجب أن لا يغفل المرشد التوجيه بالاهتمام بحسن المظهر من قبل الزوجة والتجمل والظهور بمظهر يعجب الزوج ويرغبه، وكذلك الزوج، فليس الاهتمام بالمظهر خاص بالزوجة بل عام للزوجين والتركيز على الجوانب الإيجابية والعمل على تدعيمها.
- السخاء من الزوج وتبادل الهدايا بين أفراد الأسرة والزوجين بشكل خاص.
- أن يخصص الزوج وقتاً للجلوس مع زوجته والاستماع لها والحديث معها وبحث القضايا التي تهم الأسرة فهي في حاجة إلى أن يسمع لها لكي توضح مشاعرها وهو في حاجة إلى أن تسمع له وتحترم وجهة نظره ورغباته.
- التركيز على السلوك الإيجابي وإبرازه وإغفال السلوك السلبي فالذي نركز عليه يحدث غالباً في حياتنا وتنشغل به.

- التعود على الابتسامة والبشاشة وإفشاء السلام بين الزوجين، عموماً، وعند الدخول بشكل خاص، والوداع عند مغادرة المنزل.
 - إن مما يجعل الحياة جافة والمشاعر بين الزوجين فقيرة هو الجفاف العاطفي، لذا يعمل المرشد على تدريب الزوجين على تطبيق أسلوب الثناء على بعضهما وعلى أفراد الأسرة عند القيام بالأعمال حتى لو كانت بسيطة، وذكر الجوانب الإيجابية، وإثراء الجوانب العاطفية بينهم.
 - استخدام الكلمات الطيبة والألفاظ السليمة عند التعامل مع الزوجة والأبناء.
 - إن من المهارات المهمة التي يحتاج الزوجان تنميتها لديهما، استخدام الحوار البناء كوسيلة لتنمية الحب بين الزوجين وحل المشكلات.
 - الاهتمام بتنظيم رحلة أو نزهة مع الزوجة والأبناء نهاية الأسبوع، والتجديد في نمط الحياة والتعامل بين أفراد الأسرة.
- هذه خطوات عملية قد تساعد المرشد الأسري في توجيه الذين يرغبون في بناء أسرة سعيدة وحياة زوجية طيبة ومستقرة، وبناء أجيال صالحة، وتجاوز المشكلات التي تواجههم.

المراجع

- البخاري، محمد بن إسماعيل، صحيح الإمام البخاري.
- ابن تيمية، أحمد بن عبد الحليم، العبودية.
- ابن كثير، إسماعيل. تفسير القرآن العظيم
- الجهني، عبد العزيز بن حمدي، الخلافات الزوجية في المجتمع السعودي.
- السبيعي، عبد الله بن سلطان. دليل الإرشاد الأسري، الإرشاد بالمقابلة.
- الصغير، محمد عبد الله. ما تحت الأتعة.
- الصالح، عبد الرحمن محمد. العلاقة بين أساليب التنشئة ومستوى السلوك الديني والتحصيل الدراسي.
- الصالح، عبد الرحمن محمد. المشكلات السلوكية وأثر المنهج الإسلامي في علاجها.
- النغمشي، عبد العزيز محمد. علم النفس الدعوي.
- عبد الهادي، محمد. ما يجب أن يعرفه الشاب عن العلاقات الزوجية قبل الزواج.

مشكلة عدم تفهم الزوجة لاحتياجات الزوج النفسية والاجتماعية والجنسية د. سلطنة معاد

مقدمة

إن الحياة الزوجية مليئة بالمتطلبات والاحتياجات النفسية والاجتماعية والجنسية لكل من طرفي الحياة الزوجية (الزوج - الزوجة)، فالزوجة كأحد أطراف هذه العلاقة لها العديد من الحقوق وعليها العديد من الواجبات، وكذلك الزوج بالمثل له العديد من الحقوق وعليه العديد من المسؤوليات تجاه الزوجة، ولنجاح الحياة الزوجية ينبغي أن يسعى كل طرف من أطرافها إلى الالتزام بتحقيق متطلبات الطرف الآخر، وإن تفهم كل طرف من أطراف هذه العلاقة لاحتياجات الطرف الآخر يسهم بشكل كبير في إنجاح الحياة الزوجية، وإن تعاون كل طرف من أطراف هذه العلاقة يعزز نجاح تلك العلاقة، ولاتشب المشكلات الزوجية إلا نتيجة لعدم تفهم طرف من أطراف العلاقة الزوجية لاحتياجات الطرف الآخر، والزوج كأحد أطراف هذه العلاقة الزوجية يملك العديد من الاحتياجات النفسية والاجتماعية والجنسية التي ينبغي على الزوجة تفهمها، ومساعدته على تلبية تلك الاحتياجات حتى يتحقق له التوافق النفسي والاجتماعي في الحياة الزوجية، وقد يؤدي عدم تفهم الزوجة لتلك الاحتياجات إلى نشوب الخلافات الزوجية والنزاعات الأسرية، والتي قد تنتهي إلى انفصال الزوج والزوجة أو الوصول إلى الطلاق.

تعريف المشكلة:

تعني مشكلة عدم تفهم الزوجة لاحتياجات الزوج النفسية والاجتماعية والجنسية بأنها نقص الوعي وعدم المعرفة لاحتياجات الزوج، وبالتالي التجاهل لتلك الاحتياجات وعدم الاهتمام بها. وقد تنشأ تلك المشكلة نتيجة للعديد من العوامل والأسباب الراجعة إلى الزوجة نفسها أو الزوج أو البيئة الزوجية التي يعيش في كنفها الزوجان سواء البيئة الداخلية أو البيئة الخارجية، وإن انتقال الزوج والزوجة من حياتهم الأسرية قبل الزواج إلى الحياة الزوجية يجعل هناك العديد من المتطلبات الاجتماعية والنفسية التي كان يتمتع بها كل طرف من أطراف هذه العلاقة في أسرته العادية (قبل الزواج) ومن ثم هو يحتاج إلى تكيف نفسي واجتماعي مع تلك الحياة الزوجية، وأن تكون بمثابة امتداد لما كان يتلقاه من إشباعات نفسية واجتماعية في أسرته الأولى، ودائماً ما ينظر ويقارن الزوج ما بين حياته في أسرته الأولى وحياته في أسرته الحالية بعد الزواج. فالزوجة ينبغي أن تستوعب جيداً ما يفكر فيه زوجها حتى تستطيع أن تتجاوب مع احتياجاته بكافة أشكالها، لكي لا يشعر بأن حياته الزوجية لم تلب احتياجاته ومتطلباته

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

تتجسد مظاهر عدم تفهم الزوجة لاحتياجات الزوج في ثلاثة مظاهر أساسية، والتي يمكن تقسيمها على النحو التالي:

(١) المظاهر الاجتماعية:

- سوء علاقة الزوجة بأهل الزوج الذي يؤدي إلى تفاقم مشكلات الزوج مع الزوجة، ولا سيما أن أغلبية الأزواج يسعون إلى أن تكون علاقة الزوجة بأهلهم علاقة طيبة.
- تدخل أهل الزوجة في حياتهم الزوجية، وهذا ما يرفضه أغلبية الأزواج.
- عدم احترام الزوجة للزوج أمام الآخرين والأقارب.
- عدم احترام الزوجة لتقاليد الحياة الزوجية (مثل كثرة خروجها من المنزل - والعودة من المناسبات في أوقات متأخرة - وعدم تقبلها لأصدقائه وزيارتهم له في المنزل وعدم الرغبة في ضيافتهم).
- تضرر الزوجة لزيارة أهل الزوج لها في المنزل.
- سوء معاملة الزوجة للزوج ولأهله ولأصدقائه.
- عدم اهتمام الزوجة بشؤون الزوج.
- عدم قدرة الزوجة على الحوار والنقاش والتفاهم مع الزوج.
- عدم رغبتها في السكن بجوار أهل الزوج.

(٢) المظاهر النفسية:

- عدم استماع الزوجة لمشكلات الزوج العائلية والوظيفية.
- عدم مراعاة الزوجة لضغوط الحياة اليومية على الزوج.

- العناد الدائم مع الزوج وكثرة اللوم والنقد له.
 - الغضب السريع لأتفه الأسباب.
 - عدم شعور الزوج بالأمن والطمأنينة نتيجة للخلافات الدائمة.
 - التوتر والقلق الذي تسببه الزوجة للزوج، بسبب غيرتها الشديدة وعدم الثقة به، وكثرة الوسوسة والشك فيه.
 - الاستهزاء بمشاعر الزوج الإيجابية تجاهها.
 - فتور الزوجة في مشاعرها العاطفية والرومانسية مع زوجها.
- (٣) المظاهر الجنسية:
- عدم اهتمام الزوجة بنظافتها ومظهرها العام (جسدها، وملابسها، ورائحتها) التي تنفر الزوج منها.
 - نفور الزوجة من الزوج وعدم تقبلها لمعاشرته الجنسية.
 - ضعف الاستجابة الجنسية للزوجة وتبذل مشاعرها تجاه الزوج.
 - عدم قدرة الزوجة للمعاشرة الزوجية وذلك لجهلها لتلك الأمور، أو معاناتها من أحد الأمراض.
 - عدم تلبية الزوجة للرغبات الجنسية المشروعة للزوج.
 - هجر الزوج في الفراش، أو النوم في مكان بعيد عن الزوج.

العوامل والأسباب المؤدية إلى ظهور المشكلة:

هناك العديد من العوامل لعدم تفهم الزوجة لاحتياجات الزوج النفسية والاجتماعية

والجنسية وهي على النحو التالي:

(١) أسباب راجعة للزوجة:

- عدم وجود تفاهم ولغة حوار بين الزوج والزوجة.
- انخفاض المستوى التعليمي والثقافي للزوجة.
- صغر سن الزوجة وزواجها مبكراً.
- كره الزوجة للزوج وعدم تقبلها للزواج منه.
- عدم فهم الزوجة لتقاليد الحياة الزوجية ومتطلباتها.
- انصياع الزوجة لآراء أهلها وصديقاتها في جميع الأمور
- تعدد اهتمامات الزوجة وعدم قدرتها على إحداث التوازن بين حياتها الزوجية والعملية (مثل عمل المرأة، تعليم المرأة، تربية الأبناء)
- سلبية الزوجة وتبلدها وعدم تحملها لمسؤولية الحياة الزوجية.

(٢) عوامل راجعة للزوج:

- سوء معاملة الزوج لزوجته وعدم احترامه لها.
- عنف الزوج مع الزوجة (لفظياً، أو جسدياً، أو نفسياً، أو جنسياً).

- ضعف ثقة الزوج بنفسه.
- عدم تحمل الزوج مسؤولية الحياة الزوجية.
- عدم نضج الزوج اجتماعياً (مثل عدم احترام الحياة الزوجية، وعدم معرفة الزوج بواجباته في الأسرة، وعدم احترام زوجته سواء في وجودها أم غيابها).
- إفشاء أسرار الزوجة أمام الآخرين.
- التوتر والقلق الدائم للزوج وتقلب مزاجه الذي يجعل الحياة الزوجية دائماً متوترة.
- غياب الزوج عن المنزل لفترات طويلة وهجره للأسرة.
- عدم إنفاق الزوج على الأسرة.
- عدم اهتمام الزوج برغبات الزوجة واحتياجاتها النفسية والاجتماعية والجنسية.
- عدم اهتمام الزوج بمشكلات الأبناء ووجوده في حال من اللامبالاة تجاه احتياجات الأبناء

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

- النزاعات والخلافات الأسرية بشكل مستمر بين الزوجة والزوج مما يؤدي إلى التوتر الدائم في الحياة الزوجية وصعوبة التعايش.
- هجر الزوج للزوجة وتركه لمنزل الحياة الزوجية بشكل مستمر.

- ضرب الزوج للزوجة مما يؤدي إلى سوء الحياة بينهما.
- عدم تلبية الزوج لرغبات الزوجة واحتياجاتها.
- عدم احترام الزوجة وسوء معاملتها.
- التفكير في ارتكاب الرذيلة بسبب عدم إشباع الزوج لاحتياجاته الجنسية والعاطفية.
- حرمان الزوجة من الخروج.
- حرمان الزوجة من زيارة الأهل والأصدقاء.
- الشك في سلوكيات الزوجة.
- الطلاق والانفصال.

توجيهات عامة لكيفية التعامل مع المشكلة:

(١) التوجيهات الخاصة بالمرشد:

- ينبغي على المرشد أن يسعى لإقامة علاقة مهنية مع المسترشد، تتبنى على الثقة والاحترام المتبادل بينهما والسرية التامة.
- ينبغي على المرشد عمل دراسة حالة للمسترشد، وذلك لجمع المعلومات والبيانات المتصلة بالمشكلة.
- حصر وتحديد كافة العوامل والأسباب وراء عدم تفهم الزوجات لاحتياجات أزواجهن.

- يجب عمل دورات تدريبية قبل الزواج وبعد الزواج، وذلك بهدف تبصير الزوجة لاحتياجات الزوج.
 - إعداد ندوات ومحاضرات دينية وتثقيفية للزوجة عن متطلبات الحياة الزوجية.
 - ينبغي على المرشد تعليم الزوجات المعارف وإكسابهن المعلومات الكافية لفهم طبيعة احتياجات الأزواج.
 - تنمية شعور الزوجة بالمسؤولية تجاه تلبية احتياجات زوجها.
 - ينبغي على المرشد إكساب المسترشد خبرات وقدرات جديدة للتعامل مع الزوجة.
 - ينبغي على المرشد تحديد المهارات اللازمة للمسترشد حتى يتغلب على المشكلة.
- (٢) الموجهات الخاصة بالمسترشد:
- يجب على الزوجة أن تتفهم طبيعة الحقوق والواجبات الخاصة بدورها في الحياة الزوجية.
 - يجب على الزوجة الاهتمام الدائم بمظهرها ونظافتها، مما يكون له الأثر الإيجابي على نفس الزوج.
 - ينبغي على الزوجة أن تتحلى بالصبر والتحمل وتتفهم متطلبات الزوج.
 - ينبغي على الزوجة أن تنشئ لغة حوار.
 - يجب على الزوجة عدم تقليد صديقاتها في التعامل مع زوجها وتجنب الاختلافات الكبيرة بينهن وأزواجهن.

- يجب على الزوجة التثقف والتعلم الدائم في كيفية التعامل مع الزوج من خلال القراءة أو الأشرطة المسموعة أو حضور الدورات الأسرية التدريبية.
- يجب على الزوجة الحرص على حضور الندوات والمحاضرات ولاسيما المؤتمرات التي تهتم بالجوانب الأسرية من خلال التوجيهات الدينية.
- يجب على الزوجة عدم الانشغال التام بعملها وأبنائها على حساب علاقتها بزوجها، مما يؤثر سلباً على العلاقة بينهما.

مشكلة عدم تفهم الزوج لاحتياجات الزوجة النفسية والاجتماعية والجنسية د. سلطانه معاد

مقدمة

إن من حكمة الله تعالى في خلقه أن خلق في الكون أجناساً مختلفة، وجعل كل جنس ينقسم إلى نوعين وكل نوع من هذه الأنواع له وظيفته ودوره المستقل عن الآخر، فخلق الله الإنسان وجعل منه نوعين: الذكر والأنثى وكل منهما له احتياجات وله متطلباته وقد يتشابهها في التكوين العضوي إلى حد ما ولكن كل منهما له وظيفة مختلفة عن الآخر، ومن نعمة الله علي عباده أن جعلهما مختلفين، فجعل الرجل يتسم بالقوة ويسعى إلى كسب الرزق والإنفاق علي الأسرة وحمايتها، وجعل الأنثى تلد وترضع وتربي الأبناء. ولقد وهب الله تعالى المرأة الحنان وذكاء العاطفة ورهافة الحس، فالحياة الزوجية حياة مشتركة بين الزوج والزوجة، فالمهمة الأساسية للزوجة تتجسد في السكن فجعل الزوج يسكن إلى زوجته، فالمرأة كمخلوقة تكون سكناً للرجل في أوقات الشدة وفي آلامه وهمومه فتتهون عليه متاعبه ومصاعب الحياة بما فطرت عليه من رحمة وعطف، وتأتي المهمة الثانية للمرأة وهي المودة والرحمة فالزوجة تهون على الزوج بمودتها ورحمتها وعطفها ورقتها وبسهرها على راحة زوجها، وهذا الوضع يحقق للزوجين جواً مشبعاً بروح المحبة والمودة والرحمة.

وكما تقدم الزوجة لزوجها يقدم أيضاً الزوج لزوجته، فالزوج ينبغي عليه أن يوفر

الحماية والأمن والرعاية الكافية لزوجته، ويصون كرامتها ويحافظ عليها من كل سوء، ويعاشرها معاشرة حسنة، ولقد حدد الإسلام حقوقاً للمرأة على زوجها، ومنها تعليمها ما تحتاج من أمور الدين وأمرها بالمعروف ونهيها عن المنكر، والاعتدال في الغيرة، والصداق والنفقة، والعدل في القسمة في حال تعدد الزوجات، وكف الأذى عنها ومراعاة شعورها، والصبر عليها، وعدم تصيد الأخطاء التي تقع فيها، وإن عدم تفهم الزوج لاحتياجات ومتطلبات زوجته يوجد جواً من التوتر والقلق في الحياة الزوجية والذي في النهاية قد يؤدي إلى تدمير تلك الحياة، ومن أخطر المشكلات الأسرية التي تواجه الأسرة في عالمنا المعاصر عدم تفهم الزوج لاحتياجات الزوجة وعدم تفهم الزوجة لاحتياجات الزوج، والصفحات التالية ستوضح مظاهر وأسباب وآثار عدم تفهم الزوج لاحتياجات الزوجة النفسية والاجتماعية والجنسية.

تعريف المشكلة:

تعني مشكلة عدم تفهم الزوج لاحتياجات الزوجة النفسية والاجتماعية والجنسية بأن هناك نقصاً في وعي الزوج وعدم معرفته لاحتياجات الزوجة، مما ينتج عنه إهمال وتجاهل تلك الاحتياجات وعدم الاهتمام بها. وتُعد مشكلة عدم تفهم الزوج لاحتياجات الزوجة أكثر المشكلات انتشاراً في الحياة الزوجية في الآونة الأخيرة، التي ينجم عنها مشكلات أسرية أكثر صعوبة وهي الطلاق والانفصال الأسري، وقد تنتج هذه المشكلة عن

تهاون الزوج في تلبية احتياجات زوجته، وترجع مشكلة عدم تفهم الزوج لاحتياجات زوجته للعديد من العوامل والأسباب سواء أكانت عوامل ذاتية تتصل بالزوج نفسه أم عوامل بيئية تتصل بالبيئة الأسرية التي يعيش فيها الزوجان أو البيئة الخارجية المتمثلة في الأهل والأصدقاء و كما أن عدم تفهم الزوج لاحتياجات الزوجة النفسية والاجتماعية والجنسية له العديد من الآثار السلبية على الزوجة والزوج باعتبار أن الحياة الزوجية علاقة مشتركة بين الزوجين يؤثر كل منهما في الآخر ويتأثر بها.

مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

تتبلور مظاهر عدم تفهم الزوج لاحتياجات الزوجة في ثلاثة مظاهر أساسية:-

(١) المظاهر الاجتماعية:

- سوء معاملة الزوج للزوجة.
- الخلافات والنزاعات المستمرة بين الزوج والزوجة
- سوء علاقة الزوج بأهل الزوجة والذي يؤدي إلى تفاقم المشكلات الأسرية.
- ترك الزوج للمنزل لفترات طويلة.
- عدم موافقة الزوج على مواصلة الزوجة لتعليمها.
- عدم استماع الزوج للزوجة، وعدم احترامه لحديثها أمام الآخرين.
- تدخل أهل الزوج في أمور الحياة الزوجية.

- قلة الحديث والحوار مع الزوجة وعدم وجود لغة حوار مشتركة بينها.
- عدم احترام الزوج للزوجة أمام الآخرين والأقارب.
- عدم موافقة الزوج على عمل أو توظيف الزوجة.
- عدم موافقة الزوج على أن يكون للزوجة ذمة مالية
- عدم احترام الزوج لتقاليد الحياة الزوجية (مثل سهر الزوج خارج المنزل، وإفشاء أسرار الزوجة أمام الأصدقاء والأقارب)
- عدم اهتمام الزوج بشؤون الحياة الزوجية.
- عدم موافقة الزوج على زيارة الزوجة لأهلها.

(٢) المظاهر النفسية:

- عدم تقبل الزوج للزوجة.
- استهزاء الزوج بمشاعر الزوجة وأحاسيسها والسخرية منها.
- إهمال الزوج المستمر لزوجته.
- عدم تقدير الزوج لمتاعب الزوجة.
- عدم اهتمام الزوج بمشكلات زوجته.
- التعامل بعصبية وعنف والقسوة الشديدة مع الزوجة.
- عدم مراعاة الزوج للظروف النفسية التي تمر بها الزوجة (مثل مراحل الحمل، والدورة الشهرية، ومراحل النفاس)

- التقليل من شأن الزوجة وقدراتها والمجهود الذي تقوم به معه ومع الأبناء.
- عدم التعاطف والتعامل برفق مع الزوجة.
- الانعزال والانطواء على الذات.
- التوتر والقلق الدائم من قبل الزوج، مما يكون له أثره السيئ على نفسية الزوجة.

(٢) المظاهر الجنسية:

- رفض الزوج النوم مع زوجته في غرفة النوم، وكثرة مبيتة خارج المنزل.
- عدم اهتمامه بمداعبة زوجته.
- عدم تهيئته لنفسه قبل معاشرته زوجته.
- عدم تلبية الزوج لرغبات الزوجة الجنسية.
- معاناة الزوج من بعض المشكلات والأمراض الجنسية والتي تؤثر على علاقته الجنسية بزوجه (مثل مشكلات العجز الجنسي،..... إلخ).
- عدم اهتمام الزوج بنظافته العامة.
- نفور الزوج من الزوجة وعدم تقبله لمعاشرتها الجنسية.
- تعاطي الزوج للخمر والمخدرات مما يؤثر سلباً على قدرته الجنسية.
- ضعف ثقافة الزوج الجنسية والتي تؤثر بشكل سلبي على احتياجات الزوجة الجنسية.

العوامل والأسباب المؤدية لظهور المشكلة:

- انخفاض المستوى التعليمي والثقافي للزوج.
- انشغال الزوج بمطالب الحياة الزوجية.
- الضغوط الحياتية مثل ضغوط العمل أو الدراسة أو الحياة العامة على الزوج.
- انخفاض المستوى الاقتصادي والمعيشي للأسرة والذي يجعل الزوج يسعى كثيراً للبحث عن الرزق ومصادره.
- الخلافات المستمرة بين الزوجة وأهل الزوج، وتحريض الزوج على الزوجة من قبل أهل الزوج.
- كراهية الزوج للزوجة.
- سلبية الزوج وعدم تحمله المسؤولية.
- سوء معاملة الزوج لزوجته وعدم احترامه لها.
- عنف الزوج على الزوجة (لفظياً، وجسدياً، ونفسياً، وجنسياً).
- ضعف شخصية الزوج وضعف ثقته بنفسه.
- جهل الزوج بأحكام الشريعة الإسلامية وتهاونه في أداء الواجبات الشرعية لها.
- إهمال الزوج للزوجة بسبب انخفاض الوازع الديني لدى الزوج.
- عدم اهتمام الزوجة بأطفالها.

- عدم شعور الزوج بالاستقرار.
- انحراف الزوجة وعدم رضا الزوج عن سلوكها.
- مصادقة الزوج و الزوجة لرفقاء السوء.
- الانحرافات الجنسية الشاذة للزوجة.
- تعاظم الزوج والزوجة للمخدرات والمسكرات.
- التقلب المزاجي للزوج والزوجة.
- عدم الطاعة وتلبية الزوجة لرغبات الزوج تجعله لا يهتم بتلبية احتياجاتها.
- انشغال الزوج بعلاقات نسائية أخرى تجعله لا يهتم باحتياجات زوجته.
- غياب الزوج عن المنزل لفترات طويلة وهجره للأسرة.

الآثار السلبية المتوقعة حدوثها إذا استمرت المشكلة دون حل:

- عدم احترام الزوجة للزوج وعدم تلبية رغباته.
- انحراف الزوجة سلوكياً وجنسياً.
- نظرة الزوجة للزوج نظرة دونية لعدم قدرته على تفهم احتياجاتها.
- عدم حرص الزوجة على استمرار الحياة الزوجية نظراً لعدم تفهم الزوج احتياجاتها، واختلاق المشكلات بينهما.
- إهمال الزوجة للأبناء وشؤون منزلها وزوجها.

- إهمال الزوجة لنفسها ومظهرها.
- ظهور مشكلات العناد من الزوجة تجاه أفعال الزوج وتصرفاته.
- قد تكون بداية لظهور مظاهر العنف من الزوجة على الزوج.
- الشك في سلوكيات الزوج.
- قد تكون بداية لتدخل أطراف أخرى في الحياة الزوجية بين الزوجين.
- كثرة المشاحنات والمشاجرات بين الزوجة والزوج مما يؤدي إلى التوتر الدائم في الحياة الزوجية وصعوبة التعايش.
- الطلاق والانفصال.

توجيهات عامة لكيفية التعامل مع المشكلة:

(١) التوجيهات الخاصة بالمرشد:

- توطيد أواصر الثقة والاحترام المتبادل بين المرشد والمسترشد.
- تقبل المرشد لمشكلة المسترشد والتعاطف معه، ومساعدته للوصول إلى الحلول المناسبة لمشكلته.
- دراسة حال المسترشد دراسة وافية وجمع المعلومات والبيانات المتصلة بالمشكلة.
- حصر وتحديد كافة العوامل والأسباب وراء عدم تفهم الأزواج لاحتياجات زوجاتهم.
- وضع وسائل العلاج الذاتي والبيئي الملائمة لمساعدة المسترشد للتغلب على مشكلته كأساليب المعونة النفسية والتعاطف.

- يجب عمل دورات تدريبية قبل الزواج وبعد الزواج، وذلك بهدف تبصير الزوج باحتياجات الزوجة.
 - إعداد ندوات ومحاضرات دينية وتثقيفية للزوج عن متطلبات الحياة الزوجية.
 - ينبغي على المرشد تعليم الأزواج وإكسابهم المعارف والمعلومات الكافية لفهم طبيعة احتياجات الزوجات.
 - تنمية شعور الزوج بالمسؤولية تجاه تلبية احتياجات زوجته.
 - ينبغي على المرشد إكساب المسترشد خبرات وقدرات جديدة للتعامل مع الزوجة.
 - ينبغي على المرشد تحديد المهارات اللازمة للمسترشد حتى يتغلب على المشكلة.
- (٢) التوجيهات الخاصة بالمسترشد:
- يجب على الزوج أن يشعر وزوجته بأهميتها في حياته وحياة أبنائه.
 - يجب على الزوج التعبير الدائم للزوجة عن مشاعره الرقيقة تجاهها.
 - يجب على الزوج أن يتفهم طبيعة الحقوق والواجبات الخاصة بدوره في الحياة الزوجية.
 - يجب على الزوج تلبية احتياجات الزوجة.
 - يجب على الزوج مراعاة الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية للزوجة.
 - ينبغي على الزوج أن ينشئ لغة حوار مع الزوجة.
 - يجب على الزوج احترام الزوجة بصفة دائمة وخاصة أمام الأهل والأصدقاء.
 - يجب على الزوج التثقيف الدائم في كيفية التعامل مع الزوجة.

المراجع

- ١- ثريا عبد الرؤوف جبريل وآخرون، (٢٠٠٣)، « الممارسة العامة المتقدمة للخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الأسرة والطفولة»، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعي، جامعة حلوان
- ٢- عبد العزيز الجهني، (٢٠٠٦)، « الخلافات الزوجية في المجتمع السعودي»، وزارة الشؤون الاجتماعية، المملكة العربية السعودية، الرياض.
- ٣- عبد الله محفوظ، (١٤١٧ هـ) حقوق وقضايا المرأة في عالمنا المعاصر، مكتبة فهد الوطنية، جدة.

السيرة الذاتية

تمّ ترتيبها أبجدياً

د. إبراهيم بن حمد بن صالح النقيشان

- دكتوراه في علم النفس
- مشرف على طلبة التدريب الميداني في مجالي الجانب الإرشادي والعيادي لطلبة قسم علم النفس.
- عضو مجلس إدارة الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية.
- شارك في عدد من الدورات داخل السعودية وخارجها.
- مستشار متعاون مع مركز حلول للاستشارات النفسية والسلوكية في الرياض.
- مستشار أسري متعاون مع مشرع ابن باز الخيري في الرياض.
- معالج نفسي متعاون مع أحد المراكز المتخصصة (مركز حلول للاستشارات النفسية والسلوكية).
- متعاون مع بعض المواقع النفسية على الشبكة العنكبوتية للإجابة على استفسارات المتصفحين النفسية والاجتماعية والزواجية مثل: (موقع www.holol.net وموقع www.lahaonline.com، وموقع مشروع ابن باز الخيري www.azwaj.org).

د. أسماء بنت عبد العزيز بن محمد الحسين

- أستاذ الصحة النفسية المساعد في كلية التربية - الأقسام الأدبية في الرياض.
- دكتوراه في علم النفس من كلية التربية للبنات في الرياض.
- تقديم العشرات من المحاضرات والندوات التربوية والنفسية.
- مستشارة في مواقع الإنترنت مثل: (موقع لها أون لاين) و (موقع الإسلام اليوم)، و(موقع آسيا).
- تقديم دورات تدريبية عن: الاسترخاء، ومهارات التوافق الزوجي، واكتشاف الذات.
- للكاتبة مشاركات عديدة في عدد من الصحف والمجلات.
- للكاتبة عدد من المؤلفات التربوية والنفسية ومنها:
- المدخل الميسر إلى الصحة النفسية و العلاج النفسي.
- لا تقلق: القلق السلبي وكيف نحد منه؟ نحو حياة مطمئنة.
- الزواج والتوافق: رؤية شرعية نفسية اجتماعية.

د. الجوهرة بنت إبراهيم بوشيت

- دكتوراه في التربية من جامعة أم القرى في المملكة العربية السعودية.
- أستاذ مشارك في كلية التربية جامعة الملك فيصل .
- مشرفة الشؤون الأكاديمية كلية الدراسات التطبيقية وخدمة المجتمع جامعة الملك فيصل .
- رئيسة اللجنة النسائية لفرع الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية (جستن) ، في المنطقة الشرقية.
- رئيسة اللجنة الثقافية في كلية التربية جامعة الملك فيصل.
- إعداد وتنفيذ دورة «التميز القيادي والإداري» لمشرفات الإدارة المدرسية ورئيسات الأقسام ومديرات المدارس إدارة الإشراف التربوي، الأحساء.
- إلقاء عدد من المحاضرات العلمية والتربوية داخل المملكة العربية السعودية وخارجها.
- للكاتبة عدد من البحوث العلمية المنشورة في مجلات ومراكز علمية داخل المملكة العربية السعودية وخارجها.

د. حمود بن فهد عبد الله القشعان

- دكتوراه في العلاقات الأسرية والزوجية - جامعة بتسبرج، بنسلفانيا.
- شهادة مزاولة العلاج الأسري بولاية بنسلفانيا، الولايات المتحدة الأمريكية.
- الإجازة الدولية في ممارسة الإرشاد الأسري - المجلس الوطني الأمريكي للعلاقات الأسرية.
- رخصة ممارسة الإرشاد في المشكلات الجنسية والعاطفية من الجمعية الأمريكية للعلاج الأسري، واشنطن.
- مدير إدارة الخدمات الاستشارية. مكتب الإنماء الاجتماعي. الديوان الأميري بالكويت.
- تقديم الكثير من الدورات التخصصية النفسية والاجتماعية.
- حاصل على ١١٢ شهادة حضور دورات تخصصية في مجال الإرشاد الاجتماعي والنفسي والأسري.
- للكاتب العديد من الكتب والأبحاث العلمية المنشورة وغير المنشورة، ومنها:
- دراسة حول طرق التعامل مع تعدد الزوجات بالنسبة للزوجة الأولى.
- دراسة حول المراحل النفسية أثناء وبعد اكتشاف الخيانة الزوجية.
- كتاب أساسيات الإرشاد الأسري ٢٠٠٥.
- كتاب أساسيات المقابلة الإرشادية للعاملين بالإرشاد الأسري ٢٠٠٥.

د. سلطنة محمد أحمد معاد

- دكتوراه الفلسفة في الخدمة الاجتماعية - كندا ٢٠٠٢م.
- نشر ثلاثة أوراق عمل بعنوان (بيئة الإرشاد الأسري وأسس تهيئتها، ومهارات توجيه الأسئلة والإنصات، ومهارات فهم المشكلة وتقصي مصادرها).
- عضو بمركز أبحاث الأسرة والطفولة بجامعة University- Laval في كندا.
- الاشتراك في العديد من الندوات والمؤتمرات الخاصة بالقضايا الأسرية.
- الأبحاث المنشورة:
 - ١- تقييم عمليات ومراحل التدخل المهني لأختصاصي طريقة العمل مع الجماعات في مجال رعاية الشباب.
 - تحت النشر (أبحاث):
 - ١- تقييم العوامل المؤثرة علي ارتفاع ظاهرة الطلاق.
 - ٢- تقييم ممارسة حقوق المسنين.

د. سليمان بن عبد الرزاق الغديان

- دكتوراه في العلاج النفسي من جامعة هل - المملكة المتحدة.
- أستاذ مساعد بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية قسم علم النفس.
- إشراف على الطلاب الذين يقومون بالتدريب في المدارس كمرشدين طلابيين.
- عضو في الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية (جستن).
- مستشار غير متفرغ لوحدة الأمان التابعة لمجمع الأمل.
- مستشار غير متفرغ لمركز أرائك السلام للاستشارات النفسية.
- مستشار غير متفرغ لمشروع الشيخ ابن باز لمساعدة الشباب على الزواج.
- مستشار غير متفرغ لوحدة الخدمات الإرشادية التابعة لإدارة التعليم بمنطقة الرياض.
- مشرف على وحدة الخدمات الإرشادية في الإسكان الجامعي.
- كتابة العديد من المقالات في عدد من الصحف والمجلات عن المشكلات الزوجية والأسرية.

د. عائشة بنت سفر علي الشهراني

- أخصائية للطب النفسي بوزارة الشؤون الاجتماعية.
- بكالوريوس طب عام وجراحة - جامعة الملك فيصل.
- ماجستير الطب النفسي - جامعة الملك سعود.
- الدبلوم الأيرلندي للطب النفسي.
- ممارسة الإرشاد والاستشارات النفسية والأسرية في مركز آسيا للاستشارات الأسرية ومن خلال موقع لها أون لاين الإلكتروني حالياً.
- إلقاء المحاضرات وعقد الدورات التدريبية للتوعية والإرشاد التطوعية في المجال النفسي.
- اختصاصية في الطب النفسي لأكثر من ثلاثة وعشرين عاماً متقلّة ما بين وزارة الصحة - ورئاسة تعليم البنات - ووزارة الشؤون الاجتماعية - والعيادات الخاصة.

د. عبد الرحمن بن محمد الصالح

- دبلوم في التوجيه والإرشاد الطلابي من قسم علم النفس في جامعة أم القرى.
- ماجستير من قسم علم النفس بجامعة الملك سعود عام ١٤١٤هـ.
- دكتوراة في علم النفس (الإرشادي والاجتماعي) عام ١٤٢٣هـ.
- درجة البورد العالمية في تطوير الذات وتعديل السلوك ١٤٢٤هـ.
- دورات علمية عديدة في (الإرشاد النفسي والأسري وقيادة التدريب).
- رئيس قسم الخدمات التربوية والإرشادية والاجتماعية.
- مستشار نفسي وأسري لعدد من الجهات.
- أقام العديد من الدورات في (خصائص النمو، ودراسة الحالة، وتعديل السلوك، والإرشاد الأسري).
- عضو سابق في مجلس إدارة الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية - جستن -.
- عضو سابق في الأسرة الوطنية للتوجيه والإرشاد بوزارة التربية والتعليم.
- رئيس اللجنة الاستشارية في دراسة وتطوير مشروع ابن باز الخيري.

د. عبد العزيز بن عبد الله المقبل

- عضو مؤسس للجنة إصلاح ذات البين، التابعة لجمعية البر الخيرية في بريدة.
- مستشار اجتماعي وأسري في عدد من المواقع، أبرزها: لها أون لاين، والمستشار، الإسلام اليوم.
- مشارك في الإجابة عن عدد من المشكلات في عدد من المجلات مثل الدعوة، وأسرتنا، حياة.
- مشارك في عدد من اللقاءات المتصلة بالشأن الاجتماعي والأسري.
- صدر له كتابان عبارة عن حلول مشكلات، حملا عنواني: في الحب والعاطفة، وفي العلاقات الزوجية.
- مهتم بقضايا الأسرة والمرأة في المملكة العربية السعودية.

د. علي بن عبد الله البكر

- بكالوريوس علم النفس من جامعة الملك سعود.
- ماجستير علم النفس من جامعة الملك سعود.
- دكتوراه في علم النفس من جامعة الإمام محمد بن سعود.
- أستاذ الإرشاد والعلاج النفسي المساعد بقسم علم النفس بجامعة الملك سعود.
- مشارك في عدد من المؤتمرات والندوات وورش العمل داخل المملكة وخارجها.
- مشارك في عدد من البحوث لعدد من الجهات والمؤسسات الحكومية والأهلية.
- أقام بعض الدورات التدريبية في مجال التخصص.
- مشارك في عدد من برامج الاستشارات الأسرية.
- عضو في جمعية جستن للعلوم التربوية والنفسية.
- عمل مساعداً لمدير مركز البحوث لمدة خمس سنوات بدءاً من العام ١٤١٣هـ.
- عمل مديراً عاماً للإدارة العامة للدراسات والمعلومات بوزارة التعليم العالي لمدة ثلاث سنوات.
- مستشار في مكتب مدير الجامعة لمدة سنتين بدءاً من العام ١٤٢١هـ.

د. عمر بن إبراهيم المديفر

- شهادة التخصص في طب الأطفال و المراهقين النفسي، جامعة كالجري، كندا.
- الزمالة الكندية في الطب النفسي.
- البورد الأمريكي في طب المراهقين النفسي.
- زمالة جامعة الملك سعود في الطب النفسي.
- استشاري طب النفس العام وطب الأطفال والمراهقين النفسي والعلاج الزوجي والأسري في مدينة الملك عبد العزيز الطبية للحرس الوطني - الرياض.
- رئيس قسم الطب النفسي، و مدير برنامج العلاج الأسري.
- عضو هيئة تدريس - كلية الطب - جامعة الملك سعود للعلوم الصحية.
- عضو المجلس العلمي للطب النفسي - الهيئة السعودية للتخصصات الصحية.
- محاضر وممتحن ومدرّب في برنامج الزمالة السعودية في الطب النفسي.

د. محمد بن عبد الله الدويش

- ماجستير تربية من جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- دكتورة في التربية من جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- عضو الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية (جستن).
- مستشار سابق في وحدة الإرشاد الاجتماعي في وزارة الشؤون الاجتماعية.
- عضو اللجنة العلمية في المشروع الشامل لتطوير المناهج بوزارة التربية.
- عضو اللجنة التربوية في مؤسسة مناهج العالمية.
- مشرف على موقع المربي في شبكة الإنترنت
- له نتاج مسموع يصل إلى ثمانين شريطاً (معظمها في الجوانب التربوية).
- له إنتاج مطبوع يصل إلى (١٥) كتاباً.
- قدم عدداً من الدورات التربوية.

د. منيرة بنت عبد الله القاسم

- دكتورة في فلسفة التربية، تخصص التربية الإسلامية من كلية التربية للبنات بالرياض.
- ماجستير / تربية إسلامية من كلية التربية بجامعة أم القرى بمكة المكرمة.
- عضوية التدريس بكلية التربية للبنات / الأقسام الأدبية بالرياض.
- عضو المجلس الأعلى للنشاط بكلية التربية للبنات.
- رئيسة اللجنة النسائية بالندوة العالمية للشباب الإسلامي.
- متعاونة مع موقع «لها أون لاين»، باب الاستشارات.
- متعاونة مع موقع «الإسلام اليوم»، باب الاستشارات.
- عضو جمعية الأطفال المعوقين.
- عضو الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية (جستن).
- مشاركة في الكتابة الصحفية في جريدة الجزيرة.

أ. مها بنت عبد الله العمومي

- ماجستير في علم النفس التربوي.
- مدربة معتمدة من الأكاديمية البريطانية للتنمية البشرية.
- مرشدة ومستشارة أسرية متعاونة مع عدة جهات خيرية كموقع لها أون لاين.
- كاتبة في مهارات الحياة للفتيات.
- عضو في الأكاديمية البريطانية للتنمية البشرية.
- عضو سابق في اللجنة النسائية في الندوة العالمية للشباب الإسلامي في المدينة المنورة.
- أعدت وقدمت كثيراً من البرامج التربوية والإيمانية بأسلوب عصري حديث للفتيات.
- قدمت العديد من الدورات الاجتماعية خاصة في الحياة الزوجية لقراءة الـ ٢٠٠٠ مشاركة من النساء.
- خبرة في حل المشكلات الزوجية عن طريق الإرشاد بالهاتف.
- حصلت على العديد من الدورات التربوية والنفسية الأسرية والإدارية.

أ. نورة بنت محمد الصفيري

- معالجة نفسية ومستشارة أسرية.
- بكالوريوس علم نفس اجتماعي من جامعة دوكن بالولايات المتحدة الأمريكية.
- تحضر الدراسات العليا في مجال الإرشاد النفسي والزوجي.
- ممارس معتمد في البرمجة العصبية - البورد الكندي -.
- ممارس معتمد بخط الزمن.
- معالجة بحقول التفكير TEFT.
- تعمل حالياً رئيسة مركز دار الإبداع للتدريب، كما تعمل رئيسة لمركز الاستشارات النفسية والأسرية بالرياض.
- عضو في الجمعية الأمريكية للأخصائيين النفسيين.
- شاركت في العديد من الدورات التدريبية في المجال الأسري داخل المملكة وخارجها.
- دربت أكثر من ١٥٠٠ متدربة خلال الثلاث سنوات الماضية.
- قدمت العشرات من الدورات والمحاضرات في المجال الأسري والزواجي.
- كاتبة ناشطة في المجال الإرشادي الزواجي في الصحف والمجلات.

د. هدى بنت عبد الرحمن السبيعي.

- دكتوراه في علم النفس ١٩٩٩ جامعة درم - المملكة المتحدة (بريطانيا).
- مدرب معتمد للعلاج بخط الزمن من أمريكا ٢٠٠٤ .
- ممارس معتمد في العلاج - التكامل العاطفي العصبي - ٢٠٠٤ م .
- ممارس متقدم في البرمجة اللغوية العصبية من INLPTA ٢٠٠٣ أمريكا.
- مستشار نفسي في دار الإنماء الاجتماعي في دولة قطر.
- لها أكثر من عشرين كتابا، وأكثر من ٨ أبحاث علمية في مجال التخصص.
- قدمت دورات وبرامج في الإرشاد الزوجي والأسري.
- قدمت استشارات خاصة لمرحلة الطفولة والمراهقة- وللمقبلين على الزواج - للمتزوجين- وللمطلقين.
- أشرفت على إعداد دورات المقبلين على الزواج.
- عضو في الجمعية الأمريكية لعلم النفس.
- رئيس لجنة المقبلين على الزواج (مركز الاستشارات العائلية).

د. وداد العيسى

- دكتورة في علم النفس / لندن.
- مراقبة شؤون البرامج النفسية والأسرية - الديوان الأميري - الكويت.
- استشارية نفسية وأسرية - مكتب الإنماء الاجتماعي - الكويت.
- مدربة ومحاضرة ومعالجة نفسية في دول الخليج العربي.
- حاصلة على أكثر من ٣٠ دورة علمية في مجالات عدة ومنها: العلاج المعرفي، والعلاج بالتمثيل، و العلاج السلوكي، و العلاج بالصدمات، و الإرشاد الجماعي، والعلاج الزوجي.
- شاركت في العديد من المؤتمرات والملتقيات الأسرية.
- كتابة العديد من المقالات الصحفية في الجرائد والمجلات الخليجية.
- قدمت مئات الحلقات التلفزيونية والإذاعية في المجالات الأسرية الاجتماعية على مستوى دول الخليج.
- صدر لها كتاب (مثلث التوافق الزوجي).

فهرس الجزء الثاني

الصفحة	الموضوع
٥	مقدمة
٧	المشكلة العاشرة: عناد الزوجة وعصبيتها
٥٧	المشكلة الحادية عشرة: استغلال الزوجة مادياً ومحاولة ابتزاز راتبها الشهري
٧٩	المشكلة الثانية عشرة: إدمان الزوج مشاهدة الأفلام الإباحية
١٠٥	المشكلة الثالثة عشرة: عدم العدل بين الزوجات
١٤٧	المشكلة الرابعة عشرة: تخلي الأب عن مسؤولية تربية الأبناء
١٧١	المشكلة الخامسة عشرة: الصمت في الحياة الزوجية
٢١٥	المشكلة السادسة عشرة: المعاكسات الهاتفية لدى الأزواج
٢٤١	المشكلة السابعة عشرة: عدم تفهم الزوجة لاحتياجات الزوج النفسية والاجتماعية والجنسية
٢٤١	المشكلة الثامنة عشرة: عدم تفهم الزوج لاحتياجات الزوجة النفسية والاجتماعية والجنسية
٢٧٩	السير الذاتية للمشاركين في إعداد الدليل
٢٩٨	الفهرس

تم بحمد الله

