

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

أستاذ علم الاجتماع بجامعة الملك سعود

والمستشار بوحدة الإرشاد الاجتماعي

الأستاذ الدكتور/ محمد بن مسفر القرني

رئيس قسم الخدمة الاجتماعية

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 سرية ٢- ال سرية
أ - العنوان
ديوي ٤٢, ٣١٠

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 استقرائية 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/ وداد 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 وتتكامل جوانب الإيضاح فيه، مما جعل المعلومات التي قدمها هذا الدليل ثرية وعلمية مرتكزة على الجانب التنظيري، 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 الهدان 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 خُلةً، إنه سميع مجيب وبالإجابة جدير وصلى 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 وكافٍ 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 سواءً 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 لا بد 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 وأنجح 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 تساعده 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 مِّنْ نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَن أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَن 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 يُسْلَمُهُ، 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 نفس عن مؤمن كربة من كرب الدنيا نفس 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 يؤجر 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).
 والشيطان حريص على إغواء المرء وفتنته، لذا فهو يقوده عبر خطوات، فقد يؤهم
 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- آخراً 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 المرشد، ويقصد بها الجنسين (المرشد والمرشدة) وذلك بحسب السياق في النص، وهذا مما تجب ملاحظته حين تصفح الدليل.

د. عمر المديفر - د. عبدالله السدحان

والله الموفق

المشكلة الأولى

العصبية والعنف من قبل الأزواج

شارك في كتابتها كل من:

(١) أ. نورة بنت محمد الصفيدي

(٢) د. سلطانة 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 لأتفه 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 طالبةً 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 مما 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 يقظين 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 ألاحظ 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 ووالديها وأساليب التربية المتبعة وأي أحداث مأساوية عايشتها أو فقدانها لأشخاص عزيزين عليها، وكيف كانت مراهقتها؟ 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 وتتأبه 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 مشاعرهما 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 يؤذيها نفسياً وجسدياً عندما يغضب، كما أنه دائماً يعرضها لمواقف تفزعها 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 عنف 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 الثقوب.

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 ولفترات 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 عمّن 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، فنجد بعضهم بدأ مستواه الدراسي في التدهور، 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 المسترشدة 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 السلوكات 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 نتيجة 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 فعصبيته 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 و عدم 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، وتطالعتنا 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 وتدرک هي، بعد دراسة حال الغضب التي تنتاب 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، و من دون أن تشعر، تثير نوبات الغضب لديه. وذلك لأن النوبات عادة تنتهي ببيكاء 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 تكراراً، هو نشأة الزوج في جو أسري مضطرب حيث يكون الأب فيه متسلطاً وغازباً ومتحكماً هذا النموذج هو ما تم برمجته في عقل هذا الزوج كطفلٍ 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.. وعادةً 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 يتعرضن للعنف اللفظي أو الجسدي مما يجعلهن يصبن بما يسمى «victim syndrome» مما يجعل شخصياتهن سلبية جداً و شاعرات بالضعف وفقدان الأمل وعدم القدرة والكفاءة على القيام بأي شيء، لائمت 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 وشلت 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 إيلامه 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 سواءً 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 جلسيتين 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 وثنائي 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 بالمشكلة (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... الخ.

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 وغازب 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 تغييرى؟

- ما الذي سأخسره في حياتي في نهاية المطاف إن لم ألتجأ إلى التغيير؟
- ما الكلفة الذهنية، والعاطفية، والبدنية، والمالية، والدينية، التي أتحمّلها الآن، نتيجة لعدم التغيير؟
- ما الثمن الذي يدفعه أطفالي، كنتيجة للمشكلة؟
- وهناك جوانب يجب أخذها بالاعتبار في حال كان هناك عنف جسدي وايداء:
- 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: فنوبات 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 كبتة أو إلغاءه 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 متنفساً لتحرير تلك الطاقة السلبية.

العصبية والعنف من قبل الأزواج

د . سلطانة 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 و الاقتصادية والثقافية، المرتبطة بالتحويلات السريعة والحديثة في مجتمعاتنا.

تعريف المشكلة ووصفها:

لا شك أن الوقوف على تعريف محدد للعصبية والعنف من قبل الزوج تجاه الزوجة يعدُّ 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 سواءً من الناحية الجسمانية أو الجنسية أو النفسية، بما في ذلك التهديد بأفعال من هذا القبيل مثل الحرمان التعسفي من الحرية سواءً 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 والنبد 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 والشتيم 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 تعاطٍ 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 وتتأثر به الأسرة بشكل كبير، وانتشار سلوكيات وعادات سيئة في المجتمع مثل اللامبالاة في المجتمع، تعقد الحياة العصرية و التغيير في شكل العلاقات الاجتماعية، طغيان المادة علي الحياة الاجتماعية.

الآثار السلبية المتوقع 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 أسرارهم 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 والعصبية 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 على 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 تنجم 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 التقرّيع 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 والحط من قيمتها وإشعارها بالخجل، ودفعها إلى الانطواء وفقدان الثقة بالنفس ويتضمن ذلك الشتائم والسب مثل: أنت فاشلة، أنانية، جاهلة، أقل من مستواي، 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 التجاهل 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 تعاطي للمسكرات أو إدمان المخدرات، أو لديه مرض نفسي أو عقلي، وغالباً يتسم بالعزلة والعجز والاكْتئاب، 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، ودعمه 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... وإلا...فلا»، فهي ترفع صوتها على زوجها إن رفع صوته، وتستفزه بالكلمات غير اللائقة، وترددها للزوج أثناء غضبه، كأن يقول لها كلام لا تستحسنه فتترد عليه بنفس الكلام... إلخ.

- عدم تهيئة الجو المريح للزوج عند عودته من عمله متعباً محملاً بهمومه ولا يجد الراحة في البيت، بل يجد زوجة تنتظره بكثرة مطالبها وشكواها مما يزيد من متاعبه فيجعله يقوم بأفعال وسلوكيات 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 الثقافى والعلمى للزوج، وضعف الوازع الدينى.
- 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 المتوقع 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 استمراره 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) تأثير 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 يغضب الزوج ويشيره.

- 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 بالدفء والتقدير والحنان.
- أظهري لزوجك اهتماماً إيجابياً في محاولاته لمساعدتك، أو محاولاته في أداء واجباته العائلية.
- أوجدي طرقاً لتظهري لزوجك أن مساعده 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 الألفاظ غير اللائقة مع زوجك مثل: أنت عديم الإحساس، أو أنت رجل مسيطر، أو أنت قاس، أو أنت أناني، أو أنت مغفل..... الخ
- اجعلي زوجك يشعر بالأمان والحب والقبول في منزله ومنك.
- قولي لزوجك أسفة عندما تكونين على خطأ.

- لا تسألني زوجك«كيف تشعر؟» لأن الرجل بطبيعته غير ميال إلى إظهار عواطفه بوضوح، ولأنه ليس كالمرأة فهي معتادة على التعبير عن مشاعرها دائماً، اسأليه 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 تَكْرَهُنَّ 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، تغيير 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. الابتهاج 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.
- وأخيراً وليس أخيراً اجتهدي 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 حمد النقيّاه

غياب الزوج عن البيت والسهر خارج المنزل

د. إبراهيم النقيان

من المشكلات التي تعاني منها بعض البيوت، ويكثر الاسترشاد عن حلول لها، مشكلة غياب الزوج غالب الوقت بعد العمل خارج البيت، ويشمل سهر الزوج ليلياً، 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 تكتفه 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 المنتزهات 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 بقائه 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 الأناج 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 أهلكم !!، أو لتذهبوا مع السائق !!. السهر خارج المنزل يعبر عن أنانية الأزواج، والتخلي عن المسؤولية في الحياة الزوجية، التي تقوم على الشراكة، وتقضي 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 المتوقع 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 التبعية 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 بالنعاسة 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 أعيها السهر و طال 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، تغاضيت 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 الألفاظ، 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 يعيش 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 يطلبكم 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 والفضوى.

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 للشيوخوخة؛ 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:

- حثت 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 إطلاع 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 مهيين 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 يهيمه، 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 جيلة 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 اقتترانه بأخريات، وأيضا ما تشعر به بعد زواجه من غيرها. و المرأة كائن غيور بطبعه.. فهي ذات مشاعر رقيقة ومركبة وعاطفية أكثر من الرجل، ولذا فليست غيرتها في محلها دائما.

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 مشكلة.
- 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.

أمَّا 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 الهويات، 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).

وأمَّا 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 بالمهانة 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 بالشراة 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 والتخلي أو الرفض والنبذ 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 متعلمات تعليماً جامعياً وتعليماً ثانوياً وغير متعلمات على الإطلاق) اتفقت الإجابات على:

- أن المرأة التي لا يمتلكها 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 أيضا 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 الغيورة 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 ومحاربتة، وإسقاط ما بها عليه، من باب الدفاع عن النفس كأن تتهرب 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 يحبها 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 الإنسانة 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 يهمها 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، غيرة هذه المرأة تمتد إلى عمل الرجل ومصالحه، وهواياته، وتمتد إلى أمه وأخواته، وهي تريد أن تستحوذ على زوجها بالكامل، ولا يبقى منه أي شيء لأي شيء غيرها.. فإذا اعترض واتهمها بأنها تبالغ 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

العجوز، 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 وحببي؟ تشعر بالإشفاق تجاه نفسها، وقد تتخذ مواقف عدوانية تجاه الآخرين.. المرأة الغيور بهذا الشكل تحمل بعض ملامح الشخصية الاضطهادية « البارانويد » 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 بتشويهه 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 وصل إلى، 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 كآلم 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 ستحمي 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.

ثانياً: 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: ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾. 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، فلوم 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 يعلنانها.
- 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 غيرة 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 أعتري على دليل يدينه؟

وكيف أحافظ على ثقتي به، وثقتي 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 «غارت 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 يوجب مشاعر الغيرة 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 الغيرة المفرطة.

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

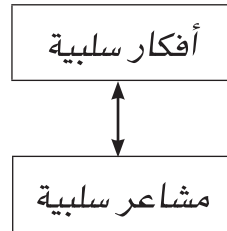
التعريف بالمشكلة:

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 تربي 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 تنكر دائماً مسؤوليتها الشخصية عن سلوكياتها المضطربة وتسندها 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 كانفعال 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 جحيما لا يطلق.

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.

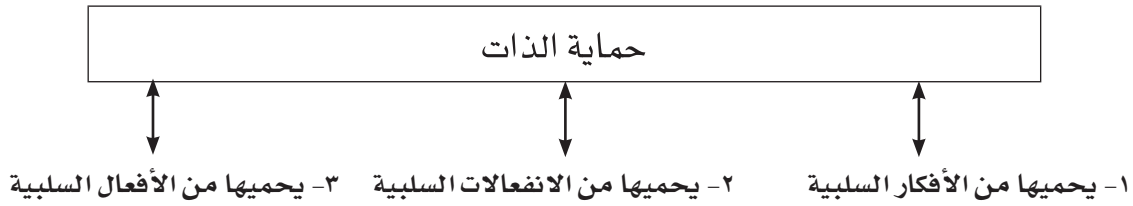
٣- فقد حب الذات - لأن حب الذات مؤشر قوي يدل على الصحة النفسية للفرد - الإنسان الذي يحب ذاته يسلك ثلاثة سلوكيات وهي:

أ- قبول الذات.

ب- حماية الذات.

ج- تنمية الذات.

إن السبب في سلوكيات 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 تجرها 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 المتوقع حدوثها على الزوج إذا استمرت المشكلة:

إن الغيرة كأنفعال 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

- التوترو والهلع من الداخل
 - الرعشة
 - تسارع ضربات القلب
- وهذا ما يسمى بأعراض (القلق) ..
- ٣- إن الغيرة المفرطة والإحساس 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 جسدية 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، أو عصبية، أو سب) عن طريق الضرب والتكسير، أم الهجران للفراش وغرفة النوم.

توجيهات لكيفية التعامل مع هذه المشكلة:

لربحنا في أسباب كل المشكلات بين الزوجين نجدتها 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 للزوجة 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؟.

فنحن 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 غير 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 للمسترشد 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.
- 5- يطلب المعالج من الحالة المشي ثلاث مرات في الأسبوع.
- 6- يعلمها مهارات التنفس العميق للتغلب على التوتر والعصبية والصراخ.
- 7- يحثها على تبادل المشاعر مع الزوج باستمرار لتتأكد بأنها زوجة مهمة في حياته.
- 8- 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.
- 9- أن يجلس المرشد مع الزوج ويحاول أن يبين له كيف يقوي علاقته مع الزوجة حتى تزيد من ثقته فيه إن كان ذلك ممكناً.
- 10- يبين المرشد للزوج خطورة الغضب على الجسم وكل المهارات التي تساعد في التخلص من الغضب.
- 11- يشعرها بمسئوليتها 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 مسؤولون..)

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
كتبتها:
د. إبراهيم به حمد النقيان

بخل الزوج وعدم النفقة

د. إبراهيم النقيان

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 مِيرَاتُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ﴾ (آل عمران: ١٨٠)، وقال سبحانه وتعالى ذمًا هذه الصفة: ﴿الَّذِينَ يَبْخُلُونَ وَيَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبُخْلِ وَيَكْتُمُونَ مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَأَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ عَذَابًا مُهِينًا﴾ (النساء: ٣٧)، وقال عز وجل: ﴿وَإِنْ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُوزًا أَوْ إِعْرَاضًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا وَالصُّلْحُ خَيْرٌ وَأُحْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ وَإِنْ تُحْسِنُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا﴾ (النساء: ١٢٨).

وفي تفسير الجلالين، لآية النساء (١٢٨): (وإن امرأة) مرفوع بفعل يفسره (خافت) توقعت (من بعلها) زوجها (نشوزا) ترفعاً عنها بترك مضاجعتها والتقصير في نفقتها لبعضها 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 الصحبة 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 حاضرته لا تغيب عنه، المعنى أن المرأة لا تكاد تسمح بنصيبتها 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، والبُخْل 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 تقدير 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 التقدير في الضروريات من مأكَل 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:

- التقدير 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، وتعمم المصيبة، إذا كان شحيحاً لدى إحدى الزوجات، مسرفاً عند الأخرى، ومن أسباب هذا الخلق السيء 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 المتوقع 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 بالفن 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- اضطرار 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 يفدق عليهم من قرناء السوء.
- ٨- إصابة الزوجة والأبناء بأمراض واضطرابات نفسية نتيجة المعاناة والشعور بالفن.

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 الحرقعة، 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 مهندساً، رحبت الأسرة به، وتم الزفاف بعد أقل من ستة أشهر من الخطبة، ومع اليوم الأول اكتشفت بخله، إذ لم أجد في دولاب ملبسه إلا ثوبين للصيف ومثلهما للشتاء، وعندما سألته عن بقية ملبسه، 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 شيئاً، أما المياه فيجب أن تظل القارورة خمسة عشر يوماً، 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 توفى 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 لزواج 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 نلقي 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 ببعده 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، سواءً توصل إليه أم عجز عنه.

- طمأنة 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 للمسترشدات حديثات الزواج، أن الزوج لم يتم له الزواج، إلا بعد أن تحمل الديون لإتمام نصف دينه ومن ثمّ فلا يعجلن في مثل تلك الأمور الشكلية.
- البعد عن المقارنات من قبل الزوجة، بالآخرين خاصة 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 الزواجي. في حين أن ٣٠٪ من تلك الحالات التي تطلب الإرشاد الزواجي، 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 و٢٠-٥٠٪ 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 ومؤشراتها متداخلة ومترابطة، 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 كشماحة 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 زوجي. 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، فكثرة 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 الملابس 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 عشاءٍ، أم حجز فندقٍ 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 مدعاةً 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.

فتعمد 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 ملبسه 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 مميزاته 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 يحكم تصرفات الإنسان. ويعود السبب في عودة الشخص للعلاقات غير الشرعية والتي كانت قائمة قبيل 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 كمنصوح 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 مدعاةً للشك بين الزوجين. فإن وجدت المرأة على زوجها مثلاً مصاحبة غير الأسوياء دينياً وأخلاقياً، أو لاحظت عليه حضور مجالس المجون والحفلات الصاخبة، فإن ذلك مدعاةً 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 المهياً 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 الفرص: 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، كالمنصب، 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 كالإغتصاب 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

بالتساقت 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 شراً 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 والانسار 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 جسمي ونفسي على حد سواء. كما يصل الحال ببعض 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 لأتفه 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 بوجود 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 بالدفع العاطفي، وبالحب المشتركة ويمدى صدق مشاعره. إذ تعدها المرأة نتيجة للصدمة من جهة، ونتيجة لطبيعة مرحلة الغضب والثورة، عبارةً 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، كالثي 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... الخ.

(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 مختلفةً 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 قائلةً «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 قوةٍ في الشخصية أو عذوبةٍ باللسان، أو ملابس وأناقة. إن لسان الحال يقول «لقد كنت عاجزةً 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، سواءً 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 التأرجح 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 يعانيتها 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 وسلوكيات 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 المسترشدين 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 (العشيقة)، ولهذا فعلى المرشد تهيئة المسترشدين 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 الرئيسية 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 تلقى 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 التي تجاوزت تأثير الخيانة	خصائص الأسر المعرضة للطلاق بعد الخيانة
١- تظهر الخيانة بعد مدة غير قصيرة.	١- تظهر الخيانة في السنوات الأولى للزواج.
٢- يكون لديها أبناء.	٢- تكون الخيانة من طرف الزوجة.
٣- تكون الخيانة من طرف الزوج.	٢- كل من الزوج والزوجة لديهم علاقات خارج الزواج.
٤- الزوجة ليس لها علاقات خارج الزواج.	٤- عدم وجود درجة من المسؤولية والتعهد
٥- وجود رغبة وتعهد لإصلاح الخلل وتجاوز المشكلة.	لإنجاح العلاقة الزوجية.

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 الشهراني

تعريف المشكلة:

هي كل علاقة غير شرعية عاطفية أو جنسية أو هما 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... الخ، 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، إذ 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 لفظياً 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 المحظور، ويخرج الشاب حامل عيبه من التجربة مزهواً ويصفق له الجميع، أما البنت فتخرج من قانون حامل عيبه بعار التجربة وتكون محصلة التجربة للاثين 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 متأذياً 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 ٣ سنوات من علاقتهم في ضرورة الارتباط والزواج وأصرت على ذلك قطع علاقته بها، وأصيبت سارة بالكآبة والحزن والصراع، فهي لا تفهم كيف يحبها ولا يريد الارتباط بها ؟.

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 تتطفئ 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 ولسبب ما بعد فترة يموت كل الإحساس نحوها، وتتطفئ 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، ويتقن في دراسة نفسية المرأة والسعادة بصحبتها وخلق علاقة خاصة معها بناء على تركيبتها، 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 جاءته 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 مداراة زوجته وأسرته حتى إن زوجته أبداً لا تشك بروعته وإخلاصه ومحبهته 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 ويبذل جهداً ولكنه ينهار في النهاية، هو من النوع الذي ينساق دون إرادة ووعي لكنه يعيش إحساساً بالذنب والاضطراب، ويبقى رغم سعادته بالعلاقة يلعن الصدفة 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 تحريض 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 بالتركيبية 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 حزن 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، يندفع الكثير به فهو قد يكون شخصية مرموقة « طبيب- أو محام - أو قاضٍ - أو مدير - أو أديب - أو شاعر... إلخ» يحب الخير والعطاء للآخرين ليقال 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 و تركيبة هذا الرجل لا تميل للاتصاق 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 يضحى 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 لتئيم 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 براقية أمام الناس، أو من باب المحافظة على الأولاد في بعض الأحيان.

من ملفات العيادة: نورة فتاة تبلغ من العمر ٣٠ عاماً أحببت 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 أتستمر 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، ويفش، 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 أنعس 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 تداخل 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 الأبشع 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، وتنطلق منه عبارة تتم عن عدم تصديق ما يحدث: «معقولة؟» وبسرعة يستعيد شريط العشرة.. كل لحظة خاصة.. جدول الدخول والخروج والحركات.. وبالذات اللحظات الحلوة والصعبة التي عاشها معاً. وبعد حال الذهول يأتي الغضب.. الغضب الشديد جداً. بعض الغضب ينصب على الخائن بشتمه..

بضربه.. بإهانتته 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 ويبداً باجتراح الأيام التي عاشها، ويسأل

نفسه: هل كانت تلك اللحظات تمثيلاً وكذباً؟ وبعدها يدخل المغدور في تخيل أفعال الشريك الخائن مع الطرف الثاني.. يتخيله بسعادته 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 ويفغر، 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 وكراهية 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 نتحفنا 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 جساً 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 فيبعد 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 تخصها .

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 حوارها، 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 وقلماً 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 حياثل 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 تخون 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 نافعاً لمشكلتها أين كانت، فهي فكرت في الخيانة ولكنها وجدت أنها ليست الحل الصحيح فتركها 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 خيانتته 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 افتضاحها 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 كالآتي:

1- 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 الراضية للخيانة هي:

1- 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 وبين نفسها بشكل حيادي قدر الإمكان.

2- 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 مكالمة مسجل، فواتير، صورة... الخ، يعني دليلك قبل المواجهة يجب أن يكون فعلياً وملموساً.
- ٥- أعد 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 وأعرفي 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 عقلاي 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 تنتبه الزوجة والزوج أن الهدف الأول لحل المشكلة هو إعادة الثقة بين الزوجين، ولبوغ 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» إن المجتمع متى أصلح نفسه وخلصها من آثار جاهليته وحاكم الرجل بقدر ما يحاكم المرأة عند ارتكاب الخيانة سوف تتخلص 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 تنفع 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 بديلاً 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 تتحولي 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 تمتلك مشاعر العداوة والانتقام، ولا تكرهي عفوك وضعفك، ولا تكرهي قبولك لبعض الأشياء على مريض، 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 سجيناً 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 ولمسات 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 وعنْف، 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 يحب 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، قولي له: إني أحبك وأحب حبك وأحب الحب ذاته الذي بيننا فأنا أغار عليك قولها بصراحة، لا تقولي إني أشك فيك ولكن قولي له: حاول أن تفهم مشاعر المرأة التي تحب، قولي 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 به عبدالله البكر

٢) د. أسماء بنت عبدالعزيز الحسيه

٣) أ. مها بنت عبدالله العمري

البرود العاطفي في الحياة الزوجية

د. علي البلد

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 تحققه لهما من إشباع، والعلاقة الإنسانية الصحيحة لابد أن يحكمها نوع من العواطف التي تعبر عن طبيعة هذه العلاقة ومصادقيتها ولذلك صنفت العواطف بموجب هذه العلاقات إلى تصنيفات عدة بحسب موضوعها فمثلا 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 وتحكمها مراحل النمو المختلفة وما يصاحب ذلك من نشاط للغدد وإفراز للهormونات المرتبطة بالجنس ذكورة أو أنوثة وما تسببه من إثارة وتهيج، يحتاج الفرد إلى إشباعها ليعود الجسم إلى وضعه الطبيعي، ولاشك أن الأساس للرجبة 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 فالجمال 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 وصفائها 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 ألف 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 كليلية،

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 الأمن سعادة 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 ليحقق 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 والدفء 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 سواءً 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 بدرجة، 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 وتنميتها وتحافظ عليها.

الآثار السلبية المتوقع 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 لدي 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 خَطَاءٌ.
- عدم التركيز على الجوانب الشكلية، 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 وتنمية 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 السلوكيات 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 الحسيدي

حينما فتح باب منزله ذات يوم استقبله مظروف 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 تبعث 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 ممتعصاً 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 مراهقين لا داعي لها! صدمت الزوجة من ردة فعله، وبسرعة حاولت لملمة 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 هو نوع 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، وللمساعدة 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، تفرق في التفاصيل وتتمتع بأمر صغير 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 وتعبر 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، وقلما 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، وتقوم 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 كائناً مزاجياً فتتأرجح شهرياً - على سبيل المثال - بين التفاؤل والنكد،
وبين الهدوء والعاصفة، وبين الفرح والحزن، أو بين الهوس والاكنتاب، 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 كلا 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 وفتيات 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 ببرد 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 يعتره 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.

- تعويد الزوج على الاهتمام بالأمر 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 يتعود 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 فنجان شاي عمله، مع ضرورة تفقد الأنا ومواجهة النفس بالعيوب وما إذا كان هناك ثمة مبالغيات 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 استحلتنهم 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 يلتمس الأعذار 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 خلعه لحدائه 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)، آين 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. منها العمومي

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- جحودها 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 مرشدهات 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 شاهدته في وسائل الإعلام، وصدمتها من الصورة المغايرة التي وجدتتها من زوجها في السنة الأولى من الزواج.
- شعور الزوجة بالتباعد العاطفي بينها وبين زوجها، نتيجة تقلبها بين ظروف الحياة التي أخذت منها معاً أو من أحدهما جهدهما الجسدي

والنفسى والذهنى وحينئذ 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 الزواج، عمر الزوجة وعمر الزوج، والمستوى الاجتماعى، والمستوى العلمى 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 التمثيلى) 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 الرئيسية 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 المرشديات 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- لا بد 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 تتعد عنه، كيف أسلوبها.

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

١٤- لا بد 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 بن حمد النقيان

٢) د. سلطانه بنت محمد معاد

تعاطي الزوج المسكرات والمخدرات

د. إبراهيم النقيان

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 أسئ 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 أسئ 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 العصابية.

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 طبيياً، 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 وخلقاً 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،

ومزيج 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 ببعض الحجج والتبريرات، أو بالقوة.
- ١٠- الشروع في بعض الأعمال غير المشروعة، كالتسول 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 و عدم 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 وإيداعها.
- 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 يقترح 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 للقدره 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.
- التغيير السريع في المجتمع واختلال القيم والمعايير الاجتماعية السائدة.
- عدم الاستثمار الأمثل لوقت الفراغ.
- التطلع للوصول إلى الثروة والغنى بأسرع الطرق.
- التكاليف 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 المتوقع 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 التشرذم 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 جنائيتهم الذنب.
- فقدان الأمن النفسي والفعلي داخل أسر المدمنين، فكم من جرائم قتل مروعة أو شروع في القتل من قبل الزوج لزوجته وأبنائه.
- تفكك الأسر وانهايار العلاقات الأسرية والاجتماعية.
- العجز عن توفير المتطلبات الأساسية للفرد والأسرة وكثرة الديون.
- كثرة جرائم السرقة والترويج 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.
 - طمأنة 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 لوقايتهم 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 . سلطانة 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 التأثر بعقار طبيعي أو مصنع، وتتخلص 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 لعلو 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 وتعقد 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 لدي 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، افتقاد 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.
- التغيير 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 واشمئزازها 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.
- اجتهاد 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 يسهم في سرعة عودته للحياة الطبيعية بقدر الإمكان والاندماج في المجتمع بوصفة 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 وتهدأ 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 مفامرة 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 وصدائه 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 تتجذب 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 إن 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 (المنزلاج).

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 عن 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 بانهايار 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 تثور نائرتة وقد يعمد إلى ضربها. والغريب أن هؤلاء الرجال الشكاكين لا يطلقون زوجاتهم، ولا يفكرون في ذلك؛ كأنما يستمتعون بهذا الشعور المرضي، 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 الارتياحية، 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 تواجدتها خارج المنزل.

وأيضا 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 تنجذب 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؟ وتهدئة 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 سألتها 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.

وآخرًا وليس أخيراً..

أن تستشعر الزوجة أهمية الصبر والوضوح؛ حتى لا يفهم الزوج أي أمر فهمًا خاطئًا.

كما أن الجلوس مع الزوج والتحدث معه (بمعنى أن يفضي لها بما في داخله) قد يجعل الزوج يتحدث عما يكنه 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 الشكك

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- سلوكيات 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 تزاوُل 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- أو قد يكون السبب من وسائل الإعلام، وما تقدمه وسائل الإعلام من رسائل سلبية سواء أكانت مسلسلات أم مقالات أم شكوفاً 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.

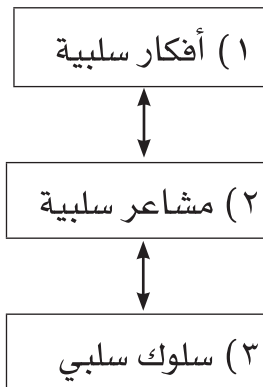
مظاهر وجود المشكلة في الحياة الزوجية:

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 نجدّها 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:



فبالزوج 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 والمتمثلة 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 المتوقع 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:

- 1- فقدان الأمن والاستقرار الزوجي: إنَّ الله سبحانه وتعالى سنَّ كونيَّة وهي (وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّن 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 تطفئ 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 كفيلا 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 ومحرفة..

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 وييؤج 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 وحصرتها 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 به عبدالله الدويش

(٢) د. سليمان به 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؛ فيصلي 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 والدردشة.

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 تقف موقف المعلم والموجه لزوجها، وألا تفترض في زوجها أن يتحول إلى تلميذ يتعلم منها؛ فجنس الزوج، وموقعه ودوره في الحياة الزوجية، بالإضافة إلى ضعف تدينه 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 نهيته وتغييره منهم - بنية حسنة - تركهم لكن لا شيء، فبدأ يتدرج في الانحراف حتى أدمن السفر للخارج وتغيرت أحواله، شعرت قريباته 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 تلاحظ 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 ييثر 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:

تكمّن 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- التضييق 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 ينكر دوره.
- 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 المتوقع 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 عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا).
 - ٤- عدم القدرة على تحمل ضغوط الحياة ومصاعبها.
 - ٥- النظرة التشاؤمية للحياة.
 - ٦- زيادة المشكلات الأسرية.
 - ٧- ظهور السلوكيات 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 فاقده 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. لأن 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: الغيرة 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