

تأثير الطلاق على حياتنا

للأسف، الطلاق له تأثيرٌ سلبي كبير على حياتنا، فيصيب كثيرًا من المطلقين والمطلقات بالآتي:

١ - (الصدمة العصبية):

الصدمةُ العصبيةُ معناها: جرحٌ بسبب حادث أو موقف أو عنف. الطلاق يصيب بعض الحالات بصدمة نفسية، خاصة النساء تظلّ موجوعة ومتألّمة ومذهولةً من هول القرار. ومن خلال تعاملني مع كثير من الحالات، فإن للصدمة العصبية نتائج مخيفة، مثل:

79

طلقني

- فتنة في الدين.
- عقدة من الزواج.
- كراهية الرجال أو النساء.
- عدم الثقة في الجنس الآخر، أو في الناس عمومًا.
- الميل إلى العزلة واجتناب الناس.
- الشعور بالقلق والخوف.



٢ - الاكتئاب:

الاكتئاب معناه: حالة من الشعور بالقلق والحزن والذنب، مع إنعدام الهدف في الحياة.

أغلب النساء المطلقات يدخلن حالة من الاكتئاب على اختلاف درجاته، مما يؤثر عليهن في الآتي:

- الشعور بالصداع المستمر.
- الشعور بالقلق والخوف والفرع والتوتر.
- إرهاق بدني ونفسي.
- اضطراب في الأكل والنوم.
- فقد شهية، أو شهية مفتوحة جداً.
- زيادة شديدة، أو نقص شديد في الوزن.
- مشاكل في الأعصاب.
- عصبية شديدة.
- عدم رغبة في الحياة.
- عزلة اجتماعية.
- إحساس بعدم المبالاة، والإحباط.

والأخطر من ذلك، ولا تتعجب من كلامي؛ لأنني رأيت هذه الرسائل بنفسي من زوجات أصيبوا باكتئاب حادّ مزمن، والآن يردن الانتحار؛ لأنهنّ تحطمن نفسياً ومعنوياً.



٣ - مشاكل نفسية للأولاد:

للأسف، الأطفال هم من يدفعوا الثمن غالبًا من جرّاء هذا القرار. لأنهم قبل قرار الطلاق، رأوا الهول والخوف والذعر من كثرة الخناقات والمشاكل والضرب، وبعد الطلاق سيعيشون بلا أب أو بلا أم، وذلك يؤثر بالسلب عليهم في الآتي:

- الشعور بالخوف والقلق.
- قلة الثقة في أنفسهم.
- تأخر في الكلام للأطفال الصغار.
- قلة التحصيل في الحضانة أو المدرسة.
- عنف واندفاع.
- الدخول في مرحلة الإكتئاب.
- قتل الإبداع.
- الميل إلى الانعزال.
- الخوف من الناس.

81

طلقني

٤ - السعي إلى زواجٍ سريع:

بعض الناس ينعكس عليهم موضوع الطلاق بشكلٍ معاكس تمامًا، وهو السعي إلى زواجٍ آخر سريع بهدف النسيان أو بنيّة الانتقام وكسر الطرف الآخر أو بغرض منفذ للخروج من رحلة الطلاق الصعبة.



٥ - كسر الطموح والأهداف:

يصيب كثيرًا من الحالات الإحساسُ بعدم الرغبة في فعل أي شيء.. «خلاص مليش نفس في حاجة، خلاص مش فارقة» ويؤثر أيضًا على عملهم وإنتاجيتهم، ويقتل فيهم الطموح والأهداف والسعي إلى النجاح.

٦ - الغزلة الاجتماعية:

تميل المطلقة إلى الغزلة والبعد عن الناس وذلك لقلّة ثقتها في نفسها، ولخوفها من نظرة المجتمع إليها. للأسف، مازلنا نعاني من نظرة المجتمع القاسية للمطلقة، النظرة التي تنظر إلى المطلقة بنظرة مليئة بالذنب والخطأ والتوبيخ لها.. «أكيد هي السبب»، نظرة فيها تجريم لفعلها وظلم إليها، رغم أنه من الممكن أن يكون سبب الطلاق هو الزوج.

ملحوظة:

لا تهتموا بإرضاء الناس، ولا تكثرثوا بنظرتهم إليكم؛ لأنّ رضا الناس غاية لا تُدرَك، ولكن اسعوا إلى رضا ربكم والحفاظ على أنفسيتكم.

