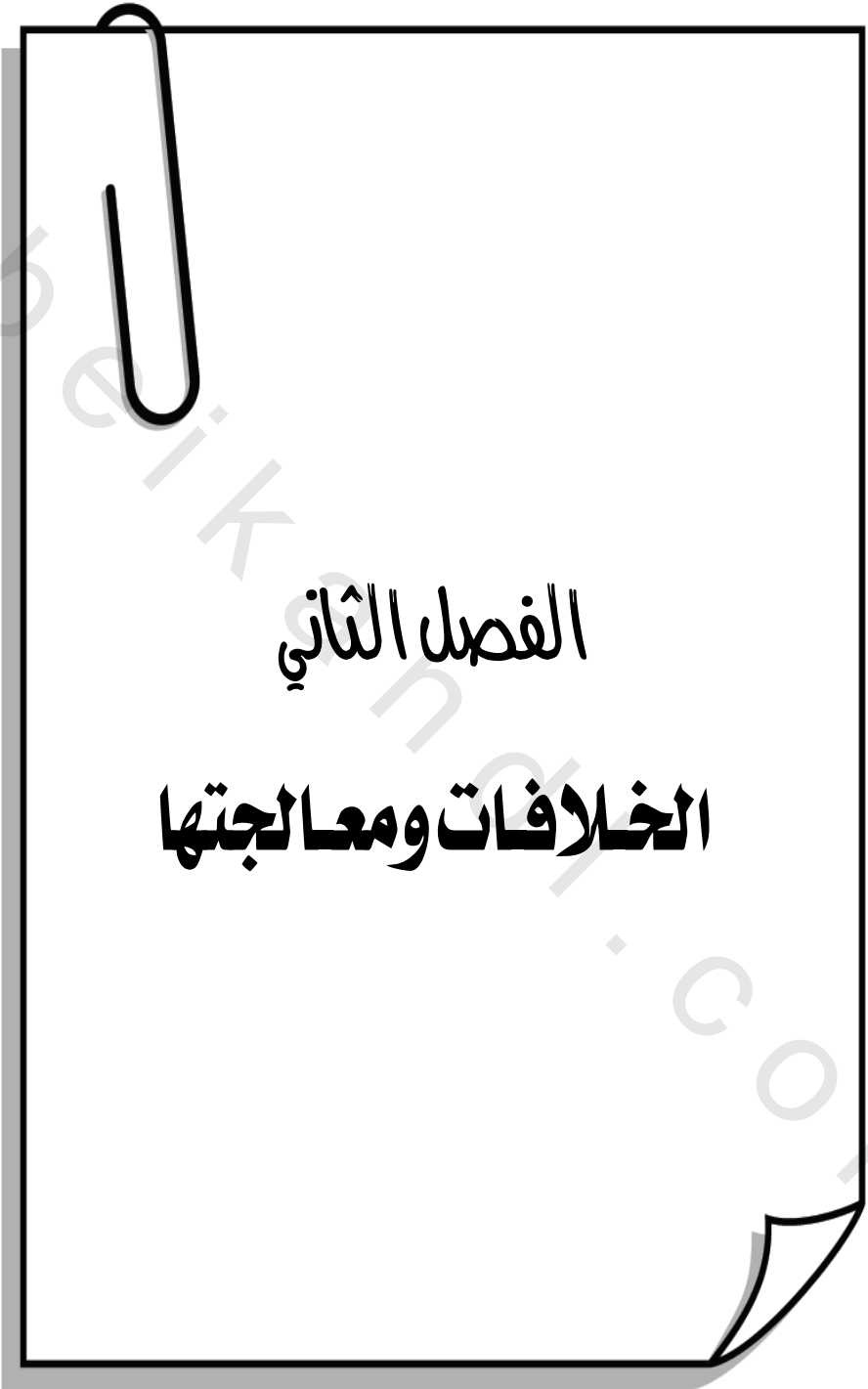




الفصل الثاني

الخلافات ومعالجتها

obeikandi.com

الأسباب الحقيقية للخلافات

تشير بعض الأبحاث إلى أن أغلب الخلافات الزوجية إنما تنشأ بسبب أربعة عوامل هي: المال، الأولاد، طريقة التخاطب، العلاقة الجنسية. ولكن في الحقيقة أن هذه الأمور الأربعة ما هي إلا مجرد أعذار أو مبررات للصراع.

إن سبب الخلافات والمشكلات هو فروق خفية في القيم والمعاني والدوافع بين الجنسين واختلاف التوقعات بينهما وهذه القيم والمعاني العميقة تظهر إلى السطح عند أقل مشكلة تواجه الزوجين.

وتكمن الصعوبة في أننا لا نكون على وعي وإدراك تام ببعض هذه التوقعات والدوافع الخفية، ولذلك فهي تؤثر كثيراً على مشاعرنا وردود أفعالنا من غير أن ننتبه إلى أنها السبب الكبير وراء الخلافات والانزعاج من التصرفات الصغيرة.

فالزوجة مثلاً قد تتوقع أن يكون هناك حديث طويل بينهما كلما عاد الزوج من عمله، والرجل قد يتوقع أن تسعى زوجته في رعايته وبكل ما تستطيع عندما يصاب بمرض أو رشح، وتنشأ المشكلات والصعوبات عندما لا تتحقق هذه التوقعات.

وتباين التوقعات بين الزوجين يرجع لاختلاف البيئة وأسلوب التربية والتعامل مع المواقف والمشاكل في مرحلة ما قبل الزواج منذ الصغر وعندما يخفق الطرفان في الحديث عن توقعاتهما، إن ذلك يؤدي إلى تدهور تدريجي في الحوار والخطاب، مما يسبب شيئاً من ضعف الثقة بين

الزوجين، فعندما ينزعج أحدهما فإنه لا يعود يتحلى بالصبر المعتاد ولا يعود يوجد الأعذار لتصرفات الآخر كما هو المعتاد.

ويبدأ جبهما بالتراجع وانطفاء وهجه، ويبدأ الزوجان بالابتعاد عن بعضهما، وتنشأ بينهما حالة من اللامبالاة.

إن الذي يحدد طبيعة مستقبل حياة الزوجين، ليس مقدار المحبة بينهما ولا كم هي ناجحة علاقتهما الجنسية أو ما هي صعوباتهما المالية، وإنما طريقة التعامل مع المنغصات والاختلافات وعلى ذلك فهناك علاقة وثيقة بين حالات الطلاق وبين ضعف القدرة على التعامل مع الاختلافات والتوترات بين الزوجين.

وتتطور الخلافات

من المعروف أن الزوجين وبعد وقت من الخلافات ومحاولة فض المنغصات يطوران الأساليب لحل هذه الخلافات بغض النظر عن أسباب هذا الخلاف. ويتطور الأمر ليصبح الأمر عادة، بمعنى أنه كلما اختلفا فإنهما يتعرفان بنفس الطريقة والأسلوب من بداية الخلاف والدخول في دائرة مفرغة من الجدل ويتتحيان لنفس النتيجة من الوصول إلى حالة اللاحل وبذلك لا يرضى أي منهما عن نتيجة الخلاف.

يتطور النزاع ليأخذ أحد الشككين إما الهجوم أو الانسحاب وانطلاقاً من قاعدة أفضل طريقة للدفاع هي الهجوم فيأخذ أحد الطرفين بالتهجم على الطرف الآخر بشكل غير شعوري فيأخذ باللوم والالتهام وإساءة العبارات ويحاول لي عنق الحقيقة للانتقام من الآخر والاستهزاء والسخرية منه.

إن الكثير من الأزواج قد لا يتعلمون من أخطاء الحوار والتخاطب بينهم، ونراهم يعيدون الخطأ يوماً بعد يوم ويحاول كل منهما الانتصار لموقفه والجدال مع الآخر وربما جرحه بالكلام والعبارات السيئة.

ومن الأفضل أن يجلس الزوجان للحديث عن الصعوبات والمشكلات بتفكير هادئ وحكيم بدلاً من العبارات الجارحة التي تزعج وتؤلم الآخر.

وقد يبدأ الشجار بأمر بسيط ولكنه يأخذ الزوجين فجأة من حيث لا يشعرون ويتلفظ كل منهما في ساعة الغضب والانفعال بكلام جارح لا يقصده تماماً ولا يعبر عن حقيقة مشاعره وأفكاره تجاه الآخر.

ويعد الشجار حواراً سلبياً يؤثر على كامل العلاقة والمحبة بين الزوجين ويزعزع الرابط القوي الذي كان يجمعهما وينتهي من دون انتصار لأي من الزوجين.

أما الانسحاب فيعني أن الزوجين مصممان على عدم حدوث خلاف ويتجنبان التوتر دوماً عن طريق موافقة أحدهما للآخر وعدم الاختلاف وهذا لا يشير بالضرورة إلى قوة العلاقة والمودة والتفاهم بينهما وبعد الانسحاب يعني تجاهل المشكلات والاختلافات تصرفاً ليس صحيحاً ولا يؤمن له.

الأفضل من الانسحاب هو النصح والتكيف للتعامل مع هذه الفروق والاختلافات بين الزوجين بحكمة وموضوعية.

كلما زادت قدرة الزوجين على الاعتراف بالاختلافات والتعامل معها كلما أصبحت أكثر حرية واسترخاء في العلاقة بينهما من غير الخوف الذي يتبعهم على الدوام من أن اختلافاً بينهما يمكن أن يحدث ويدمر كل شيء.

إن تجنب الخلافات ربما لا يقوم بأكثر من إخفاء التوتر تحت السطح أو تأجيله إلى وقت آخر يظهر فيه وربما يصبح كالقنبلة التي يصعب السيطرة عليها.

وتتعدد أشكال الانسحاب من الشكل الصامت الذي لا يفصح عما يؤلمه ويجرحه وشكل التشكي واللوم إلى كل الناس والأقارب إلا إلى الطرف الآخر، وشكل التلميح بغير تصريح، شكل الانتقال المستمر بالعمل، شكل المزاج والتهرج والتريفة من دون الحديث المباشر في الموضوع.

قد يكون الانسحاب أو المواجهة مفيداً في بعض المواقف ولكن لبعض الوقت فقط والأفضل منهما هي تحلي الزوجين بالغيرة والفهم والرؤية الواضحة للأمور ويحافظ الزوجان على الانفتاح والصراحة والاحترام المتبادل.

سرعان ما يستفحل الجدل والمواجهة بين الزوجين ويخرج عن نطاق السيطرة ويسيء إلى العلاقة بينهما وهنا يلزم إيقاف الجدل قبل أن يصل إلى طريق مسدود.

لا بد أن نوقف الجدل بين الزوجين عن طريق الوقت المستقطع عندما يخرج عن الحدود المعقولة. والعودة للحوار الصحي السليم.

ومن المهم في الأوقات الصعبة التي ترتبط بالمشاكل الزوجية أن يحاول الزوجان الحفاظ على الحوار بلغة الرعاية والود، والحفاظ على الموقف الإيجابي الحسن تجاه الطرف الآخر.

إن تعود الزوجين على الحوار الإيجابي وقت الخلافات الصغيرة من شأنه أن يعودهما على مثل هذا الحوار في المشكلات الكبيرة.

يمكن للزوجين أن يتفقا عن طريقة معينة للتعامل عندما يكون أحدهما أو كلاهما في حالة غضب أو امتعاض بعدم السؤال مباشرة حتى يرتاح الطرف الآخر، أو تركه والخروج لقضاء أي عمل بالمنزل.

من المفيد عند شعور أحد الزوجين بأن عاصفة على وشك أن تقع يحاول الآخر خفض رأسه وعدم التعرض لها حتى تمر بسلام وهذا أفضل من مواجهتها.

لا بد أن يعي الزوجان الفرق بين الصراحة الكاملة وبين ما يجول في

نفسه من غير مراعاة لمشاعر وظروف الطرف الآخر. فليس من السهل على الإنسان عندما يكون غضبان أن يتحدث مع الآخر بلغة المحبة والمودة حيث يفقد الغضب مؤقتاً مشاعر الثقة والمحبة والرعاية وعلى ذلك يكون الحوار مع كليهما أو أحدهما له تأثير سلبي شديد الخطورة على العلاقة الزوجية.

في المواقف الصعبة لا يجدي الكلام المباشر بل تفيد كتابة الرسائل للتعبير الحر عن المشاعر والأحاسيس، كما أنها فرصة لينظر الذي يكتب في كلماته ومشاعره، وهي فرصة للتعبير من دون مقاطعة، وهي فسحة من الوقت لتهذئة العواطف والمشاعر، كما أنها فرصة لاختيار الكلمات وعدم الحرج أو إيذاء الطرف الآخر.

ليس من الضروري إرسال الرسالة فقد يرى كاتبها أنه لم تعد هناك حاجة لإرسالها بعد أن فرغ شحنة غضبه ومشاعره السلبية فيها.

لكن كيف نتعامل مع الخلافات؟!

يخطئ الكثيرون ممن يتصورون أن الحياة الزوجية يجب أن تكون جنة صغيرة خاصة بأصحابها، وقد خلت من كل المنغصات والمشكلات فهذا أمر يتنافى وسنة الابتلاء الرباني لبني الإنسان ولقد صدق تعالى حين قال: ﴿تَبَارَكَ الَّذِي بِيَدِهِ الْمُلْكُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ (١) الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَلْوَكُمُ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الْغَفُورُ﴾ [الملك: ١: ٢].

كما أنه يتنافى وطبيعة الإنسان وحركة الحياة فالبشر مختلفون في أذواقهم ومؤهلاتهم وقدراتهم وشخصياتهم، ولا يمكن لأي اثنين يجتمعان في خلية زوجية أن يكونا متطابقين تماماً تطابق المثل.

ولابد من أن يكون كل منهما متفرداً بشخصية مميزة وذاتية محددة، تجعله بعيداً عن التماثل مع صاحبه قريباً من الاختلاف والتمايز، وبقدر ما يكون التشابه قريباً من الزوجين، والتكافؤ متناسباً يقل احتمال وجود الشقاق والنشوز بينهما، ولذلك علينا أن نتقبل الخلافات الزوجية على أنها أمر لا مفر منه.

ولا يعني ذلك أن نستسلم للخلاف وألا نأبه له عند حدوثه فالخلاف شر يعكر النفوس ويقتل بهجة الحياة الزوجية، وعلينا أن نفر منه بكل السبل.

ولابد أن نعي أن وقوع الخلاف لا يعني أن الكارثة قد وقعت وأن لكل داء دواء، وعلينا أن نحاول دائماً ولا نياس من إيجاد العلاج.

وهناك مجموعة من النصائح والقواعد التي إن اتبعها الزوجان يستطيعان القضاء على أي خلاف ينشأ بينهما وهي: (*)

[١] محاولة كل من الزوجين تحاشي إثارة مواضيع مثيرة للحساسيات عند الطرف الآخر أو المعارضة بشدة لكل اقتراح أو رأي يصدر عن زوجه الآخر أو القيام بعمل شيء يعرف سلفاً أنه لا يرضى عنه أو يثير غضبه، أو طلب ما يريده بصيغة الأمر أو النهي مع التعالي وهذا الأمر بالذات مطلوب من الزوجة أكثر من الرجل. ويمكن لأي من الزوجين وخاصة الزوجة الوصول إلى ما يريد إما بطريقة التفاهم والإقناع الهادئ أو بطريقة غير مباشرة توجي إلى الطرف الآخر بأنه هو صاحب الاقتراح ويده الأمر كما يجب عدم إظهار المعارضة الصريحة أو الكراهية الشديدة لأمر يعرف أحد الزوجين سلفاً أنها محبوبة ومرغوبة لدى الطرف الآخر، وأنه لا يحتمل معارضتها، ويكفي في هذه الحالة مجرد إبداء ملاحظة يسيرة لا تثير حنقاً ولا توغر صدرًا كنوع من الاختبار، فإذا ما وجد قبولاً مبدئياً عاد وطرحها مرة أخرى بصورة أوضح، وإلا تناساها واستبعد مناقشتها.

[٢] يستحسن في حالة انفعال أحد الطرفين أو كليهما اجتناب طرح أي مناقشة، فما يمكن حله في ساعة الرضا بإشارة يسيرة يستعصي حله في حالة الغضب ولو بكافة أنواع الإقناع والمطالبة، فضلاً عما تجره حالة الغضب والانفعال من أمور لا تحمد عقباها.

[٣] كم من الرجال من يرزقون زوجات هن أرجح منهم عقولاً وأكثر منهم صبراً وحكمة، وأكثر منهم سداداً ورأياً، ولا يعني هذا أيضاً

(*) مزيداً من التفاصيل انظر كتابنا (حياة زوجية بلا مشاكل) - دار طويق للنشر والتوزيع.

أن تأخذ المرأة صلاحيات الرجل ، وأن يقف الرجل من عقد الزواج مكان المرأة لأن هذا يعني إفساداً للفترة وهدماً للسعادة الزوجية ، وأسلوب إصلاح المرأة لزوجها عند نشوزها وإعراضه هو النصيح والاستعانة عليه بالأقربين وأما أن تقوم المرأة بتقويم عوج زوجها ونشوزها وإعراضه بتعاليلها عليه وهجرها لفراشه أو بضربه وتأديبه فذلك هو غاية الفساد والإفساد .

[٤] الرجل الذي أعطي حق القوامة عليه الواجب الأول في أن يكون راعياً وقواماً ، ولا يكون راعياً وقواماً إلا بأن يكون قدوة في نفسه قادراً على تقويم غيره . والقوامة لا تعني البطش والتعالي وإنما تعني الرعاية والحفظ والرأفة والرحمة ووضع كل أمر في موضعه شدة وليناً ، ولا شك أن سوء استخدام الرجل لصلاحياته المعطاة له يؤدي إلى النقيض .

[٥] الوسائل التي أعطاها الله وأرشد إليها الرجال لتقويم نشوز زوجاتهم هي خطوات لا بد منها في طريق حل المشكلات الزوجية .

تختلف طبيعة الرجل عن المرأة في حل المشكلات فبينما يميل الرجل إلى تقدير القوة والكفاءة والقدرة على العمل والإنجاز ويفض حل مشكلاته بنفسه فهو لا يحب أن يتحدث عنها إلا عند طلب النصيحة فقط وهذا لا يلجأ إليه إلا في أضيق الظروف لأن ذلك علامة على الضعف والعجز من وجهة نظره ، فمعرفة المرأة لطبيعة الرجل يساعدها على فهم أسباب مقاومته لاتباع تعليمات الآخرين حتى لو كانت زوجه حيث إن تقديم التوجيه والإرشاد للرجل يعني أنه لا يعرف كيف يتصرف أو أنه عاجز عن القيام بشيء ما وهذا ما يرفضه .

بينما تميل المرأة في حل المشكلات والحديث عنها إلى العاطفة والحوار والجدال والعلاقات الإنسانية وهي ترغب في الحديث عن المشكلات من أجل التقرب والتفاهم وليس من أجل الحصول على الحلول والمقترحات. كما أنها لا تتردد في إسداء النصح والتوجيه وتعتبر ذلك علامة للمحبة والرعاية بينما هذا النصح يشعر الزوج بالدونية والاحتقار والإهانة والتعدي عليه.

فلو أن الرجل أحسن الاستماع للزوجة لمجرد الفضفضة والحديث عما يجول في نفسها ولو أن الزوجة لم تبادر بإسداء النصح والتوجيه إلا عندما يُطلب منها ذلك ففي ذلك الخير الكثير وسد لباب تأتي منه المنازعات الكثيرة وسيشعر كل منهما بالراحة والتحسين بدلاً من الامتناع والاستياء.

لا بد أن يفهم الزوج أن عواطف ومشاعر الزوجة متقلبة بين الارتفاع الشديد عندما تكون سعيدة مبهجة وبين الانخفاض عندما تنزعج وتضعف ثقتها بنفسها وهذا أمر طبيعي.

عندما ترتفع مشاعر الزوجة وتعظم ثقتها بنفسها تكون مصدراً لا ينضب للحب والتضحية والعطف والحنان للآخرين وعندما تنخفض أحاسيسها تشعر بالاكئاب والإحساس بفراغ كبير في داخلها وتحتاج للحب والرعاية وبخاصة من زوجها وتكون بحاجة كبيرة للحديث عن الصعوبات والمشاعر السلبية وفي أمس الحاجة لمن يستمع إليها ويفهمها الزوج بالدرجة الأولى.

لا بد أن تعلم المرأة أن للرجل دوراً في علاقة المودة والألفة التي

تربطه بزوجته وهي مرحلة الاقتراب الشديد من الزوجة ثم الابتعاد بعض الوقت ثم الاقتراب من جديد وهذه الدورة طبيعية في حياة الرجل لا يخطط أو يقررهما عن عمد وإنما هي صفة تلازمه وتفسر هذه الدورة بأن الرجل يرغب في الابتعاد قليلاً بعد أن حقق رغبته وواجهه في المودة والاقتراب فإنه يحاول بين الحين والآخر تأييد نزعتة الاستقلالية لذاته.

من الخطأ تفسير الزوجة لهذا الابتعاد بأنها هي السبب فيه، وتنزعج وتشعر بالذنب والقلق وتحاول أن تعرقل رغبته هذه.

إن عدم الابتعاد للزوج ولو لفترة بسيطة تجعل الحياة الزوجية روتينية مملة ليس فيها شوق ولا إثارة ولذلك ينصح الزوجان بأن يمارس كلاهما هواياته المختلفة ليخلق هذا فرصة للانفصال قليلاً عن بعضهما لتجديد الشوق والمشاعر.

على الزوج أن يدرك أن ابتعاده يسبب انزعاجاً ومخاوف لزوجته وتحتاج لبعض الوقت للتكيف مع الاقتراب الجديد.

إن فهم الطبيعة النفسية لكل من الزوج والزوجة من شأنه أن يزيل الكثير من المخاوف ويمنع وقوع الكثير من المشكلات بينهما ويعطي قدراً من الثقة والاطمئنان مما ينمي المودة والرحمة.

يخطئ الزوجان عندما يحاول كل منهما الإحاطة بالآخر بشكل كامل لأن ذلك يزيد من صعوبات الحوار والتفاهم بينهما.

العلاقة الزوجية تقوى وتزدهر من خلال رعاية كل من الزوجين لنفسه بالإضافة إلى رعاية الطرف الآخر.

أساليب عملية

لحل الخلافات الزوجية

ينبغي أن ينظر الزوجان نظرة واقعية إلى الخلافات الزوجية إذ إنها قد تكون عاملاً من عوامل الحوار والتفاهم. إذ إن الأسلوب الذي يتبعه الزوجان في مواجهة الخلاف إما أن يقضي عليه وإما أن يضخمه ويوسع نطاقه. . ومما لا شك فيه أن الكلمات الحادة والعبارات العنيفة لها صدى يتردد باستمرار حتى بعد انتهاء الخلاف علاوة على التراكمات النفسية.

لزوم الصمت والسكوت على الخلاف حل سلبي مؤقت للخلاف فكبت المشكلة في الصدور بداية ضيق الصدر والعقد النفسية.

عند حل المشكلة لابد أن تكون التسوية شاملة لجميع الجوانب وأن تكون عن رضا وطيب خاطر من خلال البعد عن الأساليب التي تكسب الجولة فيها وينتصر أحد الطرفين على الآخر فسرعان ما يثور البركان عند عودة دواعيه وعند أدنى اصطدام ومن ثم يجب البعد في حل الخلافات عن أساليب التهكم والسخرية والإنكار والتشبت بالمكسب لأن ذلك يعمق جذور الخلاف.

ولنا جميعاً في رسول الله ﷺ أسوة حسنة فلم يكن عليه الصلاة والسلام فاحشاً أو متفحشاً وكان يقول (إن من خياركم أحسنكم أخلاقاً) «رواه أحمد».

وكان يقول ﷺ: (إن شر الناس عند الله منزلة يوم القيامة من تركه الناس اتقاء شره) «متفق عليه».

اعلم عزيزي الزوج أثر الخلاف وشدة وطأته على زوجتك وخاصة إذا كانت تكن لك الحب والود، فذلك يسبب لها الكثير من القلق والانزعاج بطبيعتها الحساسة فعليك البعد عن التعالي بالنسب أو المال أو الجمال أو الثقافة، فذلك يؤدي إلى قضم أواصر العلاقة الزوجية.

عند حل ومواجهة أي مشكلة يلزم عدم اتخاذ أي قرار إلا بعد دراسته جيداً مع تفهم الأمر جيداً هل هو خلاف حقيقي أم أنه سوء فهم، فالتعبير عن حقيقته مقصد كل واحد من الزوجين، وعماً يضايقه بشكل واضح ومباشر يساعد على إزالة سوء الفهم الذي هو أصل الموضوع. بعد الرجوع إلى النفس ومحاسبتها ومعرفة تقصيرها مع ربها الذي هو أعظم وأجل وفي هذا تحتقر الخطأ الذي وقع عليك من الطرف الآخر.

اعلم عزيزي الزوج وأختي الزوجة أنه لم ينزل بلاء إلا بذنب، ومن البلاء الخلاف مع من تحب، وقال محمد بن سيرين إني لأعرف معصيتي في خلق زوجتي ودابتي.

حصر الخلاف وتحديد حجمه من أن ينتشر بين الناس أو أن يخرج عن حدود الزوجين.

تحديد موضوع النزاع والتركيز عليه دون الرجوع إلى أخطاء وتجاوزات سابقة أو فتح ملفات قديمة لأن ذلك يوسع مساحة الخلاف.

على كلا الطرفين أن يتحدث عن المشكلة حسب فهمه لها ولا يجعل فهمه صواباً غير قابل للخطأ فكل ذلك قابل للنقاش أو الحوار، فإن ذلك قابل للحل في مهده.

في بداية الحوار يحسن ذكر نقاط الاتفاق والإيجابيات والفضائل،

لأن ذلك يرقق القلب ويبعد الشيطان ويقرب وجهات النظر ويسر التنازل عن كثير مما في النفوس .

لا تجعل الحقوق ماثلة دائماً أمام عينيك بل لا تضخمها أو تجعل حقوقاً ليست واجبة حقاً مكتسباً بل وتطالب بها .

الاعتراف بالحق فضيلة ، فعليك أن تعترف بالخطأ عن استيانه وعدم الإلحاح فيه ، وأن يكون عند الجانبين من الشجاعة والثقة بالنفس ما يحمله على ذلك .

إن الاعتراف بالخطأ طريق للصواب ، وعلى الطرف الآخر أن يشكر ويثني على الطرف المعترف بخطئه «الاعتراف بالخطأ خير من التماذي في الباطل» .

لا يجب استعمال الاعتراف بالخطأ أداة ضغط بل يوضع في سجل الحسنات والفضائل والجوانب المشرقة في العلاقة الزوجية .

الصبر على الطبائع المتأصلة في كلا الطرفين سواء الغيرة من جانب الزوج أو الزوجة ومعرفة طبائع النفوس وحسن التعامل معها برفق ولين مع الرضا بما قسم الله تعالى فإن رأت الزوجة أو الزوج خيراً حمد الله كثيراً ، وإن رأى غير ذلك فليعلم كلاهما أن الخلاف والمشاكل واختلاف وجهات النظر موجودة بين كل البشر ، فالكمال لله وحده .

التكيف مع جميع الظروف والأحوال ، فالهدوء وعدم التعجل والتهور من أفضل الظروف للرؤية الصحيحة والنظرة الصائبة للمشكلة .

على الزوجين أن يعلما أن السعادة في راحة البال والرضا بالمقسوم وأن المال ليس سبباً للسعادة .