

القسم الثاني: مهارات الشراكة الزوجية.

الفصل ١: مهارات اختيار الشريك الآخر

(الصدق - العفة - الرحم - كظم الغيظ - القدرة على العفو - كف الأذى).

الفصل ٢: مهارات بناء بيت الزوجية.

الاختلافات في الحياة الزوجية.

(وجهات النظر - العادات اليومية - الحياة الاجتماعية. أولويات

الإنفاق - أسلوب تربية الأبناء).

ركائز بيت الزوجية. (المشاركة - المصارحة - المشاورة).

الفصل ٣: مهارات لتفادي المشاكل الأسرية

أسباب الخلافات الأسرية.

(العصبية الزائدة - فقدان أسلوب حوار سليم - سوء العلاقة

الحميمة).

وسائل حل الخلافات.

(التسلح بأسلوب حوار جيد - التحصن برؤيا واضحة).

الفصل ٤: معاناة زوجين شريكين.

obeikandi.com

مهارات اختيار الشريك الآخر

ما هي الخُلُقَات التي يجب أن أبحث عنها في النصف الآخر ليصبح شريك حياة لبناء أسرة يساند بعضها بعضاً، بعيدة عن العنف مع أكبر قدرٍ من المشاركة وتكون صامدة أمام كل التقلبات التي نعيشها هذه الأيام.

نحن نسمع أغلب الناس عندما يتقدم أحد الشبان لخطبة ابنتهم يتداولون: أين يعمل؟ كم يبلغ من العمر؟ ما نوع السيارة التي يمتلكها؟ في أي منطقة يسكن؟ ولا نسمعهم يسألون عن الأخلاق التي يتحلّى بها والتي على أساسها سيوافقون على طلبه أو سيرفضونه.

بدايةً دعونا نسترشد بحديث الرسول، فعنه صلى الله عليه وسلم قال: «إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه فأنكحوه» وعنه أيضاً: «تنكح المرأة لأربع: لمالها ولحسبها ولجمالها ولدينها، فاظفر بذات الدين تربت يداك». والدين هو الخُلُق، فعن ابن القيم: «الدين كله خُلُق فمن زاد عليك في الخُلُق زاد عليك في الدين». والسؤال الذي يطرح نفسه هنا: ما هي الخُلُقَات، أو ما هي الصفات الخُلُقِيَّة التي يجب أن أبحث عنها في الشريك الآخر لتكون دلالة على دينه؟.

الصفات الخُلُقِيَّة لا تعد ولا تحصى، لكننا سوف نركز على الأساس الذي نؤكد أنه المفتاح ليكون السكن؛ سكن مودة ورحمة، وتكون الأسرة متجانسة مساندة لبعضها البعض. وأهم الخُلُقَات التي سوف نتطرق إليها هي الصدق، العفة، الرحمة، كظم الغيظ، العفو وكف الأذى. هذه الخُلُقَات منتقاة من كتاب موسوعة أخلاق القرآن لأحمد الشرباصي. وهنا تجدر الإشارة إلى أن الصفات التي افتتحنا بها مهمة ويجب أن تكون موجودة، والتي كانت على التوالي: القدرة على الحب، عدم التردد أي الثبات في الموقف، الملاحظة الثاقبة، القبول المطلق، أن نكون ملاذاً آمناً وخاصة للأبناء، ويكون لدينا رؤيا واضحة، ونعرف

تحديد الغايات والأهداف والوسائل .

الصدق

أَوَّلُ خُلُقٍ نَحَبُّ أَنْ نَرْكَزَ عَلَيْهِ هُوَ الصِّدْقُ. الصدق هو المظلة التي يجب أن تظلل أي شريكين لتكون العلاقة بينهما مبنية على أساس متين. وقد ذكر الدكتور أحمد الشرباصي في كتابه موسوعة أخلاق القرآن أن الصدق يعني أن يطابق ما يقوله اللسان الضمير، أي إلزام اللسان أن يخبر عن الأشياء بما هي عليه، وحقيقة الصدق أن تقول الصدق في مواطن لا ينجيك منها إلا الكذب وهذا تصديقاً لحديث الرسول ﷺ: «المؤمن لا يكذب، المؤمن لا يكذب، المؤمن لا يكذب» وكما يقول المثل: فإن حبل الكذب قصير، ومن الصعوبة أن يكذب الإنسان لفترة طويلة فلا بد أن ينكشف أمر من لا يصدق القول ولو لبعد فترة.

ولكن كيف نعرف بأن هذا الإنسان يكذب؟

نعرف ذلك بعد أن نلاحظ فيه عدّة نقاط ومنها:

- هل يفى هذا الإنسان بما يعد حتى ولو كان تافهاً؟

- هل يحافظ على مواعيده ويلتزم بها؟

- هل يقوم بواجباته، خاصة الالتزامات المادية، على الوقت أم يماطل بها؟

هذه الأسئلة لن تطرح على الشريك مباشرة، أبداً، بل يجب التحقق منها بالمراقبة وملاحظات المحيطين. وكما هو واضح يجب أن تكون جميع الأجوبة على هذه الأسئلة «نعم» ليكون هذا الإنسان صادقاً، إذ أن هذه المواقف تعطينا فكرة إلى حد ما، أن الإنسان الآخر إنسان صادق وبعيد عن آفة الكذب.

العفة

الخُلُقُ الثاني الذي يجب أن أبحث عنه في الشريك الآخر هو خلق العفة وإذا أردنا أن نعرف العفة نقول: أن لا يأخذ الإنسان إلا ما كان حلالاً له، ويصون يده عن تناول شيء من مصدر حرام. فكيف لنا أن نعرف ما إذا كانت هذه الصفة الخُلُقِيَّة موجودة في الآخر؟

حاول معي عزيزي القارئ أن تراقب التصرفات التالية:

- هل يتحدث عن الحسنات التي يمتلك أو يركز دائماً على ما لا يمتلك

وعن أمور ليست بمتناول اليد ويتحسر عليها؟

- هل يتهمين باستعارة أغراض الغير بسبب وبدون سبب؟

- هل هو راضٍ عن وضعه العام الذي توصل إليه، أو هو دائم الشكوى.

من المؤكد بأن الكَل قد عرف الإجابات عن هذه الأسئلة، فالإنسان بالطبع يجب أن يرى الحسنات التي يمتلك ويشكر الله عليها، يقيم العيوب والنقائص ويحاول تغييرها بدون انتقاد ودوام شكوى، لا يستعير أغراض الغير بدون سبب، بل يكتفي بما يمتلك ويكون راضياً عن وضعه مع المعنى لتطويره إلى الأفضل.

هذه، بعض المواقف التي من خلالها نستطيع أن نعرف إذا كان الآخر يمتلك خُلُق العفة أو هو غير قنوع وأن طلباته كثيرة ولن يكتفي أبداً.

الرحمة

أما الصفة الخُلُقِيَّة الثالثة التي يجب أن أبحث عنها عند الطرف الآخر فهي الرحمة. وكيف نعرف الرحمة؟

خُلُق الرحمة هو الإحساس بالآلام الآخرين وتقدير مشاعرهم والمساهمة في معاونتهم وتخفيف معاناتهم. الرحمة شعور بمشاركة وجدانية واسع يشمل البشر والحيوان، وحتى النبات. وهنا يمكن لنا أن نتوقف ونفكر لماذا نحن مأمورون أن لا ندوس حشرة ولا نقطف زرعاً في الحج؟ «من رحم ولو ذبيحة عصفور رحمه الله يوم القيامة». والرحمة بين شريكين تتطلب المعاشرة بالمعروف واحتمال الهفوة، وإذا كنا قد أمرنا بالرحمة، حتى للغريب: «من كان أخوه تحت يده أي يخدمه، فليطعمه مما يأكل وليلبسه مما يلبس، لا تكلفوهم ما يغلبهم، فإن كلفتموهم فأعينوهم»، وإذا كنا قد علمنا أن الأقربين أولى بالمعروف، فالآباء والأبناء والأزواج - رجل أم امرأة - أحق بالرحمة من الذي يعمل لدينا.

فما هي المواقف التي تبين لنا قدر المستطاع إذا كان الآخر يتمتع بكمٍّ من الرحمة، حتى أَرْضَى أن يكون شريكاً في بناء أسرة بعيدة عن التصادمات العنيفة؟

لاحظ معي هذه المواقف:

- عندما يقود السيارة هل يخفف من سرعته إذا صادف حيواناً يقطع الطريق؟

- إذا كان يسير بمزرعة بين الأعشاب والزهور، هل يتفادى السير عليها أم أنه لا يأبه أين تقع قدماه؟

- هل يقطع أوراق الأشجار بدون سبب؟
- في حال وجود أطفال، كيف يحاورهم؟ هل يستهزئ بهم أم يخاطبهم بحنو ودراية؟

- إذا أصاب أحد الأصدقاء أو الأقارب مكروه، ما هي ردة فعله الأولى؟
الشماتة أم التأسف؟
- هل هو محبوب من كبار السن المرضى في العائلة؟

لا شك أننا نعرف الإجابة عن هذه الأسئلة كلها. وهي تعطينا فكرة نوعاً ما أن الآخر يمتلك خُلُق الرحمة التي يجب أن يتحلى بها لإنشاء أسرة بعيدة عن العنف والتملك.

كظم الغيظ

أما الخُلُق الرابع الذي يجب أن أبحث عنه عند الشريك الآخر فهو كظم الغيظ. وقد سبق وتحدثنا عن التحكم بمشاعر الغضب ولا نسوغ تكرار الكلام، إلا أن هذه الصفة من الأهمية بمكان أن نعود ونركز على بعض النقاط. في كتاب موسوعة أخلاق القرآن لأحمد الشرباصي يُعرّف كظم الغيظ أنه الإمساك عن إبداء مشاعر الغضب أي كتمها، كما يقول أن الغيظ ألم يعرض للنفس إذا هُضم حق من حقوقها المادية كالمال، أو المعنوية كالشرف، فيزعجها إلى التشفي والانتقام. وكظم الغيظ هو كتم هذه المشاعر، مشاعر الغضب، واحتمال سبب الغضب والصبر على هذا الألم. وهكذا نرى أن كظم الغيظ يحتاج إلى إرادة صلبة وعزيمة قوية وشخصية مُحَكِّمة العواطف والمشاعر والانفعالات. (ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب).

يظهر أثر الغضب في اللسان ويبين في الجوارح أي الأعضاء فينطلق اللسان بالتجريح والانتقاد اللاذع إلى أن يصل إلى الفحش بالكلام كلام يخجل منه كل عاقل ويخجل منه أيضاً قائله عندما يهدأ من ثورة غضبه. وقد يظهر أثر الغضب بالأعضاء عن طريق التهجم والضرب، فيضرب كل ما بين يديه: الأرض، الجماد، الحيوان، وأحياناً يصل إلى حد القتل عند الانفعالات الشديدة.

كيف يمكنني أن أعرف أن الآخر إنسان يغضب كثيراً ولا يتحكم بانفعالاته؟
دعونا نتوقف عند هذه الأسئلة:

- كم مرة يرفع نبرة صوته بانفعال في اليوم؟
- عندما يغضب، كيف يكون لون وجهه، نظرة عينيه وحركة يديه؟
- إذا صادف فقيراً أو ضعيفاً على الطريق كيف يخاطبه؟ هل ينتهره، يستهزئ به أو يلاطفه؟
- كيف يتعامل مع إخوته الصغار، هل يعنفهم أو يضربهم لأسباب؟
- بالمختصر هل يقول من حوله أنه يغضب بسرعة؟
- قد عرفتم بلا شك ماذا يجب أن تكون الأجوبة عن هذه الأسئلة.

كظم الغيظ خُلِقَ مطلوب وهو الأساس في تكوين شراكة بين اثنين خاصة شراكة أسرة تقوم على المودة والرحمة، وكلنا يعرف أن الرسول ﷺ ردّد على أحد السائلين: «علمني شيئاً ولا تكثر عليّ لعلّي أعيه». فقال له: لا تغضب. فكرر الرجل قوله مراراً وفي كل مرة كان الرسول ﷺ يقول: لا تغضب. الغضب شعور لا يلد معنا لأننا نعرف جيداً أننا نتعلمه من حولنا ولذلك يجب أن يكون عند كل واحد منا الإرادة والعزيمة، حتى يتحكّم بمشاعر الغضب ويجد لها المتنفس الصحي كي لا يؤذي نفسه ولا يؤذي من حوله خاصة من يحبهم.

القدرة على العفو

الخُلُق الخامس الذي يجب أن أبحث عنه في الشريك الآخر، حتى أكوّن أسرة تملؤها المودة والرحمة بعيدة عن العنف والتصلب هي بالاتفاق الجماعي: القدرة على العفو لأن الرحمة وكظم الغيظ لا يكتملان إذا لم يستطع الإنسان أن يعفو ويسامح هفوات وإساءات الآخرين. وقد سبق وتحدثنا عن التسامح وقلنا أن التسامح هو شعور تجاه إنسان أخطأ معنا وكنا قادرين على أن نعاقبه ولكننا نعرض عن الإساءة ونصفح، ونتسامح. فالعفو عند المقدرة وليس لأنني غير قادر على العقاب، بل أقدر أن أعاقب ولكنني اخترت أن أسامح. سبق وذكرنا أن العفو هو فعلٌ فردي وفعلٌ فوري يمكن القيام به دون طلب إذن من أحد: ﴿وَأَنْ تَقْفُوا أَوْقَبُ لِلتَّقْوَى﴾ [البقرة: الآية ٢٣٧] ﴿وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ﴾ [النور: الآية ٢٢].

كيف يمكن أن أعرف أن الآخر عنده القدرة على العفو؟ هذه المواقف تبين لنا وبنسبة جيّدة إذا كان الشريك الآخر يعفو ويسامح؟

- عند اختلاف وجهات النظر، هل تراه يشهد بمواقف سابقة مر عليها زمن طويل؟

- هل يذكّر الآخرين دائماً أنهم باللحظة الفلانية تصرفوا بهذا الشكل أو تكلموا كلاماً ما .

- يا ترى هل عداواته - خاصة بين الأرحام - أكثر من صداقاته؟

إذا كانت الإجابات عن كل هذه الأسئلة: نعم، يكون الإنسان الآخر لا يتمتع بصفة المقدرة على العفو، على العكس فإن قلبه سيصبح مع الوقت ممتلئاً نقمة وحقداً. على كل منا أن يتعلم كيف يسامح ويعفو، لأن الحياة مليئة بالهفوات والأحقاد ومن غير اللائق أن نركز عليها، يجب أن نسامحها ونتعلم منها ونسأها.

كف الأذى

كف الأذى: هي الصفة الخُلُقِيّة السادسة. والكف يدل على الامتناع، وكف الإنسان عن الأمر أي امتنع، وكف يده عنه أي امتنع عن إيذائه، فعن الرسول ﷺ، «لا ورع كالکف»، والمراد من فضيلة الكف عن الأذى هو أن يمنع الإنسان أذاه أياً كان من قولٍ أو عملٍ، أو تصرفٍ وأن يحرص على أن يقدم الخير، فإن لم يستطع فعل الخير فلا أقلّ من منع الأذى وكف الشر. والكف أنواع، منها كف النفس عن خواطر السوء وكف العقل عن الريبة والشك والظن، وكف اللسان عن كلمة أذى وكف العين عن النظر إلى حرام، وكف اليد والجوارح عن المعاصي وكف الغير بنهيه عن المنكر ودعوته إلى الخير وأمره بالمعروف.

وإذا كان الرسول ﷺ أمر قائلاً: «لا تسبوا الأموات فإنهم أفضوا إلى ما قدّموا»، فمن الحكمة أن ننتهي عن إيذاء الأحياء ونكف اليد واللسان، فعنه ﷺ: «المسلم من سلّم الناس من يده ولسانه» أيضاً: «كف لسانك إلّا من الخير».

وكف الأذى خُلُقِيّة واسعة يمكننا أن نراها بالآخر في مواقف كثيرة.

- كيف يتكلم عن الآخرين؟

- ما مقدار وجود النعمة والغنية في كلامه؟
- عندما يتحدث عن إنسان هل يحكي عنه بحضوره بنفس الأسلوب التي يتكلم فيه بغيابه؟
- هل يحرض الناس على بعضهم البعض؟
- هل يقلب المواقف، حتى تصب لصالحه، حتى ولو سببت المشاكل للآخرين؟
- هل لديه دائماً وجهة نظر مغايرة للأغلبية العظمى من الناس؟
- إن كفت اللسان عن ألفاظ السوء والتحريض يمكن أن يكون في أوقات كثيرة مؤدياً لكف اليد عن الإيذاء.
- كثيرون سيرون أن الخُلُقَات التي يجب أن يتحلى بها الشريك الآخر كثيرة تتعدى هذا العدد من الخُلُقَات التي تحدثنا عنها. نعم، فخلق المسلم لا يتوقف عند هذا الكم من الصفات الخلقيّة غير أن هذه الخُلُقَات هي الأساس في بناء أسرة تقوم على المودة والرّحمة بعيدة عن العنف الذي نسمع أصداءه تتردد في مجتمعاتنا وبين أسرنا على نطاق أوسع من قبل.
- إذا دمجنا الصدق والعفة والرّحمة وكظم الغيظ والعفو وكف الأذى مع أسلوب حوار جيّد وإحساس بقيمة ذاتية إيجابية واستقلالية مسؤولة سنحصل على نسبة عالية من التآلف والعلاقات الإيجابية ضمن الأسرة وسنكون بعيدين كثيراً عن الاستيلاء والعنف الذي يسود بعض العلاقات الأسرية ويؤدي إلى التفنخ والانفصال.

مهارات بناء بيت الزوجية

من بعد أن يجتمع الزوجان الشريكان لإنشاء بيت الزوجية يحلم كل واحد منهما أن يكون بيته سعيداً وآمناً.

كيف يمكن أن نُكوّن بيتاً سعيداً؟ ما هي البنى التحتية التي يجب أن تكون ركائز لإنشاء هذا البيت.

كلنا يعرف أن أي شراكة تتكوّن لا يمكن أن تنجح إلا إذا كان للشريكين أدوار متخصصة محدّدة وكانا مسؤولين عنها بمرونة، يعني أدوار غير متصلة، تتداخل ببعضها البعض عند اللزوم للمساندة.

وكلنا يعرف أن المسؤولية الأولى في تأمين الأموال للنفقات الأسرية على أنواعها هي من مسؤولية الزوج، أما الزوجة فمسؤولة عن ترشيد هذا المصروف لتأمين طلبات المعيشة اليومية حتى تسير الأمور بهدوء وبدون مشاكل.

هذه هي أهم الأدوار ولكن، حتى تتكامل هذه الأدوار هناك ثلاث ركائز يجب أن نبني عليها الشراكة الزوجية.

ما هي هذه الركائز؟ أولاً: المشاركة، ثانياً المصارحة، ثالثاً المشاورة. فهل نتصور شراكة تنجح وتنمو دون هذه الركائز؟ بدون شك أن الشراكة لن تستمر بدون مشاركة ومصارحة ومشاورة وأنها لو استمرت بدون هذه الأساسيات لن تكون متجانسة وسيصادفها طريق وعُرّ وعواصف تهزها من جذورها.

الاختلافات في الحياة الزوجية

قبل أن نتحدث عن هذه الأساسيات، هناك عدة اختلافات يجب أن نكون مهيين لها عند تكوين الشراكة الزوجية.

وجهات النظر

١ - عادة ما يكون بين الزوجين اختلاف في وجهات النظر لكثير من الأمور . يجب أن تعتبر هذه الاختلافات غنى للحياة الزوجية ويجب أن يسعى كل شريك إلى أن يطلع على وجهة نظر الآخر يقبلها ويحترمها .

العادات اليومية

٢ - الاختلاف الثاني هو اختلاف في العادات اليومية حتى أبسط الأمور ، (طريقة الطعام، ارتداء الملابس ، ساعات النوم، طعام الفطور) أيضاً يجب أن يطلع كل شريك على عادات الشريك الآخر ويتقبلها ويحترمها .

الحياة الاجتماعية

٣ - هناك اختلافات في النظرة إلى الحياة الاجتماعية خاصة بالنسبة للصداقات والأقارب والجيران . هل نقلل الصداقات أو نكثرهم؟ كيف نتقبلهم؟ متى؟ كيف نتعاطى مع الأقارب ومع الجيران؟ .

هذه الاختلافات تحتاج إلى كثير من المصارحة والمحاورة، حتى يصل الشريكان لنقطة تلتقي عندها الفناعات، لأن الاختلافات في الحياة الاجتماعية وحدها من الأمور التي كثيراً ما يهدد الحياة الأسرية . مع العلم أن هذا الاختلاف لا يعني بالضرورة وجود نظرة أهم أو مفهوم أفضل عند أحد الشريكين من الآخر، على الشريكين أن يجدا نقطة توافق يرضى عنها الاثنان معاً .

ويجدر هنا تقديم نصيحة للزوجة التي تبدأ حياتها من جديد وهي أن تعطي وقتاً محدداً للصديقات والجيران، وتنتبه إلى ألا يتضارب هذا الوقت مع عودة الزوج من العمل أو وقت الطعام والراحة . نحن ننسى كثيراً أن للبيوت حرمت وغالباً ما يكون الأصدقاء والجيران غير مراعين لهذه الحرمة مما يسبب مشاكل كثيرة . الحياة الاجتماعية بند مهم يجب أن يتحاور فيه الزوجان بصراحة ويضعوا له أسساً وحدوداً يحترمها كل شريك ويكون مرتاحاً معها .

أولويات الإنفاق

٤ - الاختلاف الرابع هو اختلاف في أولويات الإنفاق وهو أيضاً بند يسبب خلافات كثيرة، خاصة بالضائقة المادية التي يعيشها الجميع ويعانون منها. هذه الخلافات أيضاً لا تتوضح إلا إذا كان الشريكان قد تحاورا بشأنها ووضعوا الخطوط العريضة وأولويات الإنفاق التي يرضى عنها الطرفان. يجب أن يكون هناك صراحة ووضوح في مسألة الإنفاق لأنها كما ذكرنا من أهم المواضيع التي ينشأ عنها خلافات أسرية.

تربية الأبناء

٥ - آخر اختلاف هو في أسلوب تربية الأبناء، وهو أيضاً من الأمور المهمة التي يجب أن يتفق حولها الشريكان وأن يتحاورا فيها ويهيئا نفسيهما لمواجهةها باكرًا ويتفقا على أسلوب تربوي موحد، حتى يوفرا معاناة كبيرة لاحقاً.

الآن لنعد إلى الأسس التي حددناها في أول حديثنا: المشاركة، المصارحة، والمشاورة.

المشاركة

بالنسبة للمشاركة فلدينا أمثلة مشرّفة في السيرة النبوية، وذلك أن الرسول ﷺ في بيته كان يشارك أهله في عملهم، فيحلب شاته ويخيط ثوبه، كما كانت زوجاته يشاركن في المعارك، ويسقين الجيوش ويداوين المرضى. إذا كانت الأدوار معروفة للطرفين وكل واحد يحترم دوره ويحاول أن يقوم به على أكمل وجه، هذا لا يمنع أن يمدّ الواحد منهما يد المساعدة للآخر عندما يتطلب الوضع المساندة خاصة في يومنا الحالي. وإذا اضطرت الزوجة إلى الخروج من المنزل للمساهمة في النفقات على الأسرة يجب على الزوج أن يشارك في أمور المنزل وألا يترك زوجته المنهكة تقوم بأعباء المنزل والأولاد لوحدها. هذا ضرب من الأنانية يجب على الرجال أن يتخلوا عنه. حتى وإن كانت الزوجة متفرغة للبيت فبعض المشاركة من الزوج تدخل إحساساً من الأُنس الذي يعد أهل البيت. يوماً بعد يوم، نرى أن المشاركة أمر لا غنى عنه، وإذا كانت السيدات كريمات نزلن للعمل ليرفعن من المستوى المعيشي ومواجهة الضائقة المادية فالأحرى أن يبادلهن الرجال هذا الإحساس بالمسؤولية فيتكاتفوا مع بعضهم البعض ويتشاركوا

في كل الأمور الأخرى، خاصة الأمور المنزلية وتربية الأبناء.

المصارحة

الركيزة الثانية هي المصارحة. وإذا نحن بصدد الحديث عن الشراكة، كيف ينتظر أحد الشركاء أن تنمو هذه الشركة إذا ما كان كل واحد من الشركاء على بينة لكل الأمور الطارئة؟ المصارحة يعني أن يحكي كل واحد عن كل ما يطرأ عليه وهو غائب عن الشريك الآخر. يجب أن يعرف كل شريك ما جرى للآخر وبالتفصيل، حتى يشعر به. كثيراً ما نسمع رجالاً يقولون بعد فترة من الزواج (زوجتي لا تشعر معي وطلباتها لا آخر لها) لو كان هذا الزوج يصارح زوجته بأوضعه أولاً بأول ويبين لها ما يزعجه ويصارحها، لن يصل إلى هذا الوضع. أيضاً إذا كان الزوج يستمع للذي يزعج زوجته ويسأل عن وضعها أولاً بأول فلن يصل إلى وقت يواجهان فيه مشكلة كان من الممكن أن يتفادها بالقليل من المصارحة. والمصارحة توجب أسلوب محاوراة وأسلوب حل نزاع سليم سبق وتحدثنا عنهما. وأهم هذه الأساليب هي أن نصغي للآخر، وأن نتحين الوقت والزمن الذي يجب أن أحاور فيه وأصارح الشريك الآخر عن كل الأمور التي تزعجني بحيث لا يكون هنالك أي موضوع يخجل منه الزوجان أو لا يقدران أن يتحاورا بشأنه ويتصارحا حوله. حتى الأمور العاطفية الحميمية يجب أن تشملها المصارحة، حتى يكون كل واحد منهما على بينة عما يرضي الشريك وعما يزعجه. المصارحة ركيزة مهمة جداً لتعزيز الشراكة الزوجية.

المشاورة

الركيزة المهمة الأخيرة هي المشاورة، وكلنا يعرف أن رسول الله ﷺ بعد صلح الحديبية توجه إلى الصحابة الكرام ليقوموا وينحروا، ثم يحلقوا. وقد كرّر هذا ثلاثاً فلم يقدّم منهم أحد. فدخل على أم سلمة رضي الله عنها واضطجع، فقالت: ما لك يا رسول الله؟ فذكر لها الأمر فقالت أم سلمة رضي الله عنها: أتحبّ ذلك؟ (أي أحب أن يطيعك أصحابك فيما تأمرهم؟) فأشار ﷺ أن «نعم» قالت: «أخرج ثم لا تكلم أحداً، حتى تنحر بدّنك ثم تدعوا بحالقك فيحلقك» فأخذ الرسول ﷺ بمقولتها، وبهذا نجا الصحابة من مخالفة المصطفى ﷺ. فالمشورة مطلوبة من قبل الشريكين، الزوجة من زوجها والزوج من زوجته ولن تنقص قيمة أحد منهما إن

هو أخذ بمشورة الآخر. ولكن، يجب أن نبين أن المشورة لا تعني الأمر ولا تعني الفرض، بمعنى إذا طلب أحد الطرفين مشورة الآخر ولم يأخذ بمشورته فلا يصح للشريك أن يغضب أو أن يظهر شماتة إذا صار ما لم يكن بالحسبان. المشورة وسيلة للدعم وكلما كسبنا ثقة الآخر كلما صارت المشورة أساساً ودعماً لكل الخطوات التي نقوم بها.

كل شراكة زوجية فيها اختلافات يجب أن نحترمها، وأمور يجب أن نتفق عليها لكن ركائز المشاركة والمصارحة والمشاورة يجب أن تكون جاهزة وأن تكون اللبنة التي توضع أساساً في تكوين أي بيت للزوجية.

مهارات لتفادي مواجهة المشاكل الأسرية

دائماً نتحدث عن مشاكل تربوية نفسية عند الأبناء ونشدد أنها تتأثر وتتفاقم بسبب المشكلات العائلية والخلافات بين الأب والأم، كما نؤكد بأن الآثار السلبية التي تخلفها المشكلات العائلية عديدة وعميقة وطويلة الأمد. وما انتشار عيادات الأطباء والمستشارين النفسيين إلا دليل ساطع على تفاقم هذه الآثار. لكن حتى الآن لم نذكر أبرز وأهم الأسباب الكامنة وراء الخلافات الزوجية. الأسباب عديدة وأهمها بالعموم ضعف الوازع الديني بفقدان التنشئة الأسرية السليمة يعني ألا يتواجد توازن بين التربية الأخلاقية والتربية الدينية.

أسباب الخلافات

أما من الناحية التربوية النفسية سوف نحصر أسباب الخلافات الأسرية بثلاثة عوامل.

العامل الأول: العصبية الزائدة، إن كان من الأم أو من الأب أو كليهما معاً (لكن من الضروري أن نؤكد بأن عصبية الأم الزائدة هي المسبب الأكبر لشحن أجواء المنزل وتفاقم المشاكل فيه)، وبسبب هذه العصبية يسارع كل من الأب أو الأم لكي يعبر عن استيائه تجاه أي من المتغيرات الحاصلة بغضب، فيتحول الاستياء إلى مشادة كلامية ومن ثم خلاف أسري زوجي.

العامل الثاني: هو فقدان أسلوب حوار سليم بين أفراد العائلة، كيف؟ بعدم الإصغاء. لا أحد يسمع لأحد ولا أحد يسمع ماذا يقول الآخر فيتحول الحوار إلى فرض ووصاية أو إسداء نصائح أو تهجم، ويصير جديلاً لا يخدم عملية التواصل بين الأفراد.

* في دراسة امتدت لعشرين سنة تبين أن الشباب يتجه إلى الانحراف بسبب

فقدان العطف والحنان بالأسرة، كما أكدت الدراسة على فقدان أسلوب الحوار بين الشباب وآبائهم.

العامل الثالث للخلافات الزوجية هو سوء العلاقة الحميمة بين الزوج والزوجة ومع أن هذا السبب هو من الأسباب غير المعلنة إلا أنها من أهم الأسباب في نشوب خلافات زوجية دائمة ومتكررة.

إذا كانت هذه الأسباب الثلاثة مجتمعة يصير الشجار سمة من سمات التعامل بين الزوج والزوجة وأغلب الأحيان يؤدي تفاقم المشاكل إلى الانفصال والطلاق.

أما إذا كانت العلاقة الحميمة بين الزوج والزوجة سليمة وفيها تجاوب جيد بين الطرفين يمكن لعاملي العصبية الزائدة وسوء أسلوب الحوار أن يشحنا الأجواء المنزلية بخلافات عديدة لكنه في الغالب لا يؤدي إلى انفصال وطلاق.

في هذه الحالة، في حالة نشوب خلاف دائم بين الأزواج، يتأثر الأبناء على اختلاف أعمارهم تأثيراً مباشراً سواء بسلوكهم الاجتماعي أو أخلاقهم أو حتى أدائهم الدراسي. لذلك في العيادات النفسية نصر على لقاء الآباء أولاً وقبل أن نعين الأبناء وأول ما نسأل عنه هو شكل العلاقة بين الأم والأب ومن ثم العلاقة بين الآباء والأبناء. وأحب أن أؤكد بأن نجاح أي معالجة لأي مشكل تربوي نفسي عند الأبناء لا يتم بدون تعاون الآباء على حل مشاكلهم الزوجية أو على إخفائها عن عيون الأبناء على أقل تقدير.

هل تهدد هذه المشاكل إحساس الأبناء بالأمن؟ وهل يا ترى يتحول الأبناء بسببها إلى أبناء عاقين متقبلاً؟

بداية عندما يكون الأبناء أطفالاً، تهدد المشاكل كثيراً إحساسهم بالأمان فيفقدون الإحساس بالاستقرار ويصبحون مترددين وغير واثقين من أنفسهم أو حتى عدوانيين. الكثير منهم ينطوي على نفسه وتتأثر علاقته مع الأصدقاء ويتأثر تحصيله الدراسي، وأصعب أمر يعاني منه الأبناء في هذه السن المبكرة هو الإحساس بأنهم هم السبب المباشر لهذه المشاحنات بين الآباء. لكن عندما يكبرون ويصيرون بسن المراهقة ومع استمرار هذه الخلافات يتلحون بإحساس عدم المبالاة ويرفعون خط دفاع أو حائطاً لعزلوا أنفسهم خلفه، ليبعدوا مشاعر

القلق وفقدان الاستقرار. أيضاً يلجأ المراهق إلى الانفراد عن بقية أفراد الأسرة ويلجأ لصحبة الرفاق، كما يعتاد ترك المنزل لفترات طويلة.

من المؤكد طبعاً أن انشغال الآباء بالخلافات الزوجية سيجعل اهتمامهم بأمور الأبناء اليومية وانفعالات النمر والاحتياجات النفسية غائبة وغير مشبعة، والرابط الذي من المفروض أن يشدهم يفقد، ومشاعر المحبة الحقيقية تخف، وبالتالي يفقد الأبناء الإحساس بالرأفة المطلوبة تجاه آبائهم عندما يكبرون، وهذا أمر طبيعى، فنحن في تكبيرة العيد نردد: «رب ارحمهما كما ربياني صغيراً» فرحمة الآباء مبنية وتأتي كنتيجة للتربية في الصغر، فإذا انشغل الآباء عن تربية الأبناء - والتربية تتعدى إطعامهم وكسوتهم وإرسالهم إلى المدرسة - يكبر الأولاد وليس عندهم إحساس بالرحمة. الرحمة تولد رحمة والعقوق يولد عقوقاً ونحن نعيش في دائرة من العقوق وفقدان الرحمة لم نعد نعرف لها بداية ولا نهاية. لكننا مسلمين مؤمنين وعليه فإن إطاعة الله أمر واجب وقد فرض الله على الأبناء إطاعة الآباء والإحسان إليهما في الكبر وهكذا يمكننا أن نوقف هذه الدائرة من العقوق وفقدان الرحمة.

والأمر الذي يحيرني كثيراً هو: كيف يشتكي بعض الآباء من عقوق أولادهم وهم كانوا البادئين بالعقوق؟ بالتأكيد أن هؤلاء الآباء يفقدون حسّ محاسبة صادقة للنفس!

الآن ما هي الوسائل التي تساعد الزوجين على حل خلافاتهم حرصاً على استقرار الأسرة؟

وسائل حل الخلافات:

أهم الوسائل على الإطلاق هو التسلح بأسلوب حوار جيد، وكيف يكون الحوار جيداً؟ يكون جيداً بالإصغاء، عنصر الإصغاء فقد أهميته بحياتنا. حاولوا أعزائي القراء بعد أي مشادة بينكم وبين الشريك أن تسترجعوا بعض الذي قيل، أغلب الأحيان لا نذكر إلا ما حكيناه نحن! الحوار السليم المبني على الاستماع يؤدي حتماً إلى التعرف إلى مشاعر الآخر، احتياجاته ومعاناته، وإذا كانت النوايا سليمة والإرادة موجودة، يصير التواصل إيجابياً ويحل المشكل. أيضاً من الوسائل المهمة لمساعدة الأزواج في حل مشاكلهم هو وضع رسم لأهم

الأولويات بحياتهم. فإذا كان كل من الزوجين مسؤولاً حقاً عن رعيته، كما وصانا رسول الله ﷺ ووضع مسؤوليته في الأولوية سينظر بالتأكيد حينئذ إلى الخلاف الحاصل نظرة أخرى ويعمل على إزالته. إذا كان الطرفان يعرفان بأن مسؤوليتهما الأولى هي الأبناء، والمحافظة على صحتهم النفسية والاجتماعية يصير عندهم الرغبة لحلوا أي خلاف ينشأ. أما إذا كانت الأولوية تدور حول من يكسب المشادة ومن سينتصر رأيه على رأي الآخر أو ينفذ إرادته، كل خلاف سيزيد الأمر سوءاً وتقسو المشاعر ويزيد البعد. ولو لم يؤد هذا الأمر إلى خلاف فهو حتماً سيؤدي إلى سوء تكيف ومشاكل نفسية تربوية على كل الأصعدة وعلى جميع أفراد العائلة.

التحصن برؤيا واضحة لكل من الزوجين واجب، والتحلي بمسؤولية كاملة تجاه الآخر وتجاه الأبناء هو السبيل لخيار السلم الأسري. عندما قرر الزوجان الاقتران ومن ثم الإنجاب من الواجب أن يكون قرارهما خياراً والتزاماً وتحمل مسؤولية وبالتأكيد لم يأخذوا رأي الأبناء قبل إنجابهم لذلك فكلاهما مسؤول عن تربية الأبناء تربية سليمة. والتربية السليمة لا تكون إلا ضمن أبوين في جو من الأمان والاستقرار، وهذه المسؤولية لا تنتهي قبل أن يصل الأبناء إلى الاستقلال المسؤول، يعني من الضروري أن نكون بجانبهم إلى سن الثامنة عشر وألا نتخلى عنهم قبل ذلك. إذا وضع الشريكان هذه الأولوية نصب أعينهم وتحملا مسؤوليتهما المشتركة، كل النزاعات تتلاشى ولا تعود لها أهمية.

ما من زوجين شريكين عملاً على إعطاء الأهمية الأولى بحياتهم لتربية الأبناء إلا وحلت معظم مشاكلهم بعونه تعالى.

معاناة زوجين شريكين

في هذا الفصل أحببت أن تشاركوني معاناة زوجين شريكين، تفاقمت مشاكلهما، حتى وصلا إلى المحكمة طالبين الطلاق، والطلاق طلب بإصرار من الزوجة أكثر من الزوج، فما هي قصة هذين الزوجين وما هي أهم الأسباب التي أدت إلى هذا القرار؟

الزوجان في مقبل العمر، الزوجة في الثانية والعشرين والزوج في التاسع والعشرين: هناء وسهيل، الأسماء طبعاً مستعارة كي لا أجرح شعورهما. هناء كان عمرها خمس عشرة سنة عندما هربت من بيت والدها لأنها كانت تعاني من غياب كامل لوجود الأب وسوء معاملة زوجة الأب التي ما رحمت الطفلة وحملت فوق طاقتها من أعمال البيت والواجبات. وطبعاً هناء ما سلّمت من قسوة امرأة أبيها وعقابها الدائم بالضرب والشتائم والإذلال. بعد ما طفح الكيل هربت هناء ولأن الدنيا ضيقة ولا أحد يحيط أحداً، تزوجت من أول إنسان صادفته، وللحظات فكرت بأن سهيل سيكون الحزن الذي يضمها ويخفف عنها قسوة الظروف. فترة الهدوء لم تطل، بعد شهرين أو ثلاثة أشهر بدأت دوامة العنف والإذلال من جديد، لكن هذه المرة من سهيل والدة.

سهيل اكتشف أن هناء طفلة وينقصها الكثير من الأمور التي لا تعرفها، لذلك استعمل يديه ليعرفها بواجباتها. إذا رأى القليل من الغبار كانت هناء تتعرض لعقاب الضرب، وإذا لم يجهز الطعام كانت هناء تتعرض لعقاب الضرب، إذا ضلت على الشرفة كانت تتعرض للضرب، وإذا تكلمت مع جارة كانت هناء تتعرض للضرب. كان ممنوعاً على هناء الاتصال بأي شخص وكانت تحبس في البيت لمدة يوم وأسبوع وشهر. ممنوع عليها أن تتصل بأحد في غياب الزوج أو حتى بوجوده. سهيل والدة كانا يخاطبان هناء بألفاظ نابية ويناديانها بكل صفات

الحيوانات التي تخطر على بال بشر، كل هذا كان بحق وردة بعمر الخمسة عشر عاماً.

بعد سنة، هناء أنجبت طفلة جميلة مثلها. طلّت هويدا، وبدل أن تكون هويدا مصدر سعادة للبيت، كانت مصدراً جديداً لتصعيد العنف ضد هناء، لماذا؟ هناء لم يكن عندها القدرة لكي تجعل ابنتها نظيفة كل ثانية من ثواني اليوم، يعني ممنوع أن تمر لحظة تكون فيها الطفلة متسخة ولو كان مجرد رائحة صادرة منها. سهيل صار عنده سبب إضافي ليمارس من خلاله سيطرته على زوجته ودائماً كان يجد مبرراً ليعاقبها. لم يمرّ يوم كان فيه لون جلد هناء لوناً طبيعياً، يوماً كانت الرضوض الزرقاء والسوداء ظاهرة أكثر بكثير من لون بشرتها البيضاء.

الإذلال لم يقتصر على الضرب والشتائم، أبداً، شمل الطعام أيضاً، كان سهيل ووالدته يجتمعان لتناول الطعام، وهناء واقفة تتفرج وتسأل نفسها: (كيف يطيب لهما أن يعاملاني بهذا الأسلوب). على فكرة كل هذه التفاصيل سردتها الزوجة بحضور الزوج ولم يكذب أي كلمة، يعني لا يعدّ أبداً هذا الكلام توهماً وخيالاً ولا حتى مبالغة من زوجة تريد أن تخلص من زوجها.

الوضع استمر على هذه الحالة ست سنين، كان الضرب العنيف فيها سيد الموقف، حتى أن بمقدور هناء أن تشير إلى أكثر من مكان في جسمها، على الوجه والكتف واليدين من أثر الضرب. أكثر من مرة حاولت هناء أن تلجأ إلى والدها لكن من جحيم إلى جحيم خاصة لأن زوجة والدها كانت تبث سمومها في كل الاتجاهات. زوج هناء كان يستمع كثيراً للآخرين وأي كلمة منهم تؤثر برأيه ويكون أثرها واضحاً جداً على جسد زوجته.

طبعاً، هناء ردتّ عنف زوجها بتعنيف ابنتها وإهمالها، يعني الطفلة الوليدة (هويدا) دخلت دوامة العنف من قبل أمها، وبشكل عنيف. التفاصيل كثيرة ومريرة.

العلاقة الجنسية لم تخل من العنف، وكان الزوج يفرض نفسه على زوجته، وأغلب المرات كانت العلاقة تتم بعد تعرّض هناء لضرب مبرح، كيف ذلك والرسول الكريم ﷺ قال: «يعمد أحدكم فيجلد امرأته جلد العبد، فلعنّه يضاجعها في آخر يومه!!» سهيل بالتأكيد لا يعرف أمور دينه ولم يطلع أبداً على الآية

الكريمة: ﴿وَلَهَنَ مِثْلَ الَّذِي عَلَيْهِنَ بِالْمَعْرِفِ﴾ [البقرة: الآية ٢٢٨].

عادة عندما يتواجد عنف في العلاقة بين زوجين، أفضل الحلول هو الانفصال أو الطلاق مهما كان هذا القرار مؤلماً. وضع هناء وسهيل يختلف نوعاً ما، لماذا؟ لأن سهيل اعترف بخطئه وأبدى كل استعداد للتغير وهو يحب أن يفتح صفحة جديدة مع هناء. لكن الأمر مختلف مع هناء، هي فقدت الثقة بالجميع: بالأب، بالزوج، بالأهل، وحتى بابنتها. لِمَ بابنتها؟ هويدا التي ما تجاوز عمرها الست سنين تعلمت من جدتها ومن والدها وصارت تتعرض لوالدتها بالشتم والضرب، وفي بعض الأحيان وعلى سبيل المداعبة كانت هويدا تطلب من الأب أن يضرب أمها فيلبي سهيل طلب ابنته مسaire لها.

الله ما هذا الوضع وما هذه المأساة!

عندما اجتمعت بهناء أول مرة كانت مصرة على الطلاق وهذا حقها، فما من أحد يستطيع أن يحتمر بهكذا ظروف. لكن لما توضحت الأمور، هناء غير متعلمة، ولا تعرف أي مهنة، ولا تستطيع أن تلجأ إلى أحد، والدها نفض يده من قصتها خاصة أنها حاولت الانتحار بعدما يئست من الوضع ومن تدخل الجميع، ومن الضرب المستمر. بعد محاولة الانتحار بدل أن يسمع الوالد لابنته ومعاناتها ويحاول أن يقف إلى جانبها، أبلغها أنه لن يتدخل أبداً وأنه ما عاد مسؤولاً عنها وخيراً فعل، هذا الأب المتسلط كان كل تفاعله مع ابنته الضرب ولا شيء غير الضرب.

في الوقت الحالي هناء عند أخيها وهو نوعاً ما يتحمل وجودها، ويُتوقع أن تكون هذه الأشهر الست الماضية أول فترة زمنية تنام فيها هناء بدون إهانة وإذلال وضرب (مع أنني أشك ألا يلجأ أخوها إلى الضرب إذا وصلت الأمور إلى حد يزعجه). والسؤال: إلى متى سيتحمل أخوها وجودها؟ فهو في مستقبل العمر وسوف يسعى إلى الزواج، إن لم يكن الآن فبعد فترة زمنية غير بعيدة، ساعته ماذا يحل بهناء هل تدخل دوامة جديدة من الإذلال والإهانة؟ من هذا المنطلق، حالة هناء وسهيل تختلف، هناء على المدى البعيد ليس لها مكان تذهب إليه وما من مهنة تمندها مادياً، وسهيل اعترف بذنبه وهو راغب في أن يفتح صفحة جديدة.

والحمد لله رب العالمين الذي أرشدنا ذاكراً في كتابه العزيز: ﴿إِنْ يُرِيدَ إِصْلَاحًا يُوَفِّقِ اللَّهُ بَيْنَهُمَا﴾ [النساء: الآية ٣٥] والأولوية للإصلاح.

كيف يتم الإصلاح؟

وجدت صعوبة كبيرة لكسب ثقة هناء بأن هناك إنساناً يحب أن يساعدها دون أن يؤذيها جسدياً. بعد ذلك كانت الصعوبة الأكبر في أن تعطي هناء نفسها وتعطي زوجها فرصة جديدة. بالنسبة لها الوضع ميؤوس منه وأبداً لا تستطيع أن تتصور نفسها داخل جدران بيت زوجها. بعد أن كسرنا هذان الحاجزان، وعلى استحياء من هناء لا بقناعة تامة منها، صار لازماً أن تأخذ هناء الوقت اللازم لتعود وتبني ثقتها بنفسها وبمن حولها. وهذا الأمر لوحده يحتاج إلى فترة زمنية غير قليلة.

- بعد هذا من الضروري أن نتحدث هناء عن كل ما عانت منه في السنوات السبع الماضية خاصة أمام الزوج (وأمامي طبعاً) وعلى مراحل، أولاً لأفراغ معاناتها، وثانياً ليستمتع سهيل ويعي المأساة التي كانت تعيش فيها زوجته. وخلال الحديث تستوجب المناقشة لكل النقاط وإبراز التفاصيل المهمة.

والخطة الميدانية الموضوعية هي التالية:

- هناء لن تنتقل إلى السكن مع زوجها إلا بعد أن تهدأ نفسها وتتعيد بعضاً من ثقتها. بعد ذلك من الضروري أن يصير حوار بينهما حول حقوق الزوج وحقوق الزوجة، وكيف يحترم كل واحد منهما الآخر ويراعي شعوره. كما من الضروري أن نحصل على تعهد من سهيل بعدم اللجوء إلى الضرب مهما كانت الأسباب، ومن هذا المنطلق سنعمل على تفسير الآيات القرآنية التي تجيز الضرب، توضح وتناقش مطولاً وبدقة.

- من الضروري أن يقتنع سهيل بأن يعطي بعض الحرية لزوجته للالتقاء بأصدقاء جيدين يحفظوا بثقتها، كما من الضروري بأن يسعى شخصياً لإخراج زوجته من هذا السجن الذي وضعها فيه.

- سوف نعي لمساعدة هناء لكي تتدرب على مهنة خياطة أو تصفيف شعر، حتى إذا ما سارت الأمور على ما يرام يكون عندها القدرة لأن تستقل مادياً وتعيد نفسها.

- الرابط بين هناء وطفلتها يجب أن يبحث فيه لبناء علاقة أفضل.

لو كانت الظروف خلاف ذلك، لو كان بمقدور هناء اللجوء إلى حضن يحميها ويخفف عنها معاناتها، كان يمكن للحلول أن تكون مختلفة لأن الوضع الراهن أصعب بكثير من أي تصور ويلزمه وقت طويل ليتبلور ويكون فعالاً. على سهيل أن يُقدّر أن معاناة سبع سنين لا يمكن أن تنتهي بجلسة أو جلستين. النفس المحطمة تأخذ وقتاً أطول بكثير لإعادة بنائها كما تأخذ صبراً وحباً وتفانياً من جميع الفرقاء.

من أول جلسة وبينما كنت أشجع هناء على أن تهدئ بالها وتعطي نفسها فرصة للصلح نظرت إلى بعينين حزينتين وسألتني: «لو كنت ابنتك هل تطلبين مني الاستمرار؟»

سؤال مؤلم جداً، وأبدأ لا يغيب عن بالي. أنا أرفع صوتي بالدعاء لرب العالمين أن يتولى هناء وسهيل برحمته ويمدني بقدرة قوية لمساعدتهم.