



الحرب بين الأزواج والزوجات .. في العيادة النفسية

التي يتم إعدادها للمقبلين على الزواج في بعض البلدان، وأهمية الإعداد النفسي والصحي لكلا الزوجين قبل الزواج وتأثير ذلك إيجابياً على التوافق فيما بينهما بعد الزواج. **حيل الزوجات والأزواج .. في**

العيادة النفسية !!

حين لا تكون الطرق المباشرة ملائمة للتعامل والحصول على ما تطلبه الزوجة من زوجها أو ما يريده الزوج من زوجته، أو حين يحاول أحد الزوجين تغيير أسلوب الطرف الآخر أو كسب عطفه أو مساندته أو تأييده في موقف ما فإن الحيلة التي يستخدم فيها الدهاء والتمثيل أو الكذب تصبح الأسلوب الذي يتم اللجوء إليه كي يحصل أي من الزوجين على ما يريد، وقد تبدأ الزوجة في استخدام سلاح الأنوثة الطبيعي، أو تحاول

هناك مناسبة لظهورها، ومن الملاحظ بصفة عامة أن الفترة الأولى للزواج تشهد بعض الشد والجذب من جانب كل من الزوج والزوجة بهدف السيطرة على الطرف الآخر وفرض أسلوب معين، وهنا قد تبدأ الخلافات حتى في فترة الزواج الأولى التي يطلق عليها «شهر العسل». ولعل الأسباب الرئيسية للمشكلات في فترة الزواج الأولى تعود إلى التوقعات التي يحملها الشباب والفتيات والصورة التي يرسمها كل منهم في ذهنه لما ستكون عليه الحياة الزوجية، وقد تكون هذه التوقعات والفكرة المسبقة عن الحياة الزوجية غير واقعية أو تتسم بالمبالغة والخيال، وهنا تكون الصدمة حين تحدث المواجهة مع المسؤوليات والأعباء بدلاً من الأحلام الوردية، وهذا دليل على أهمية البرامج

ماذا يحدث في بداية الزواج؟
مهما كانت درجة التعارف بين الزوجين في فترة الخطوبة التي تسبق الزواج، فإن الأيام الأولى للانتقال إلى حياة الزوجية ووجودهما معا لها طابع خاص، وسواء كان الزواج من النوع التقليدي دون فترة كافية من التعارف أو سبقه قصة حب عاطفية فإن وجود الزوجين وجها لوجه في مكان مغلق والتعامل بينهما في تفاصيل الحياة على مدى ساعات اليوم وتوالي الأيام بما فيها من مواقف مختلفة .. كل هذا من شأنه أن يجعل طابع وسلوكيات كل منهما مكشوفة أمام الآخر، وبالتالي تبدو الصفات الخافية في شخصية كل من الزوج والزوجة التي ربما حرص كل منهما على ألا تظهر قبل الزواج أو لم تكن

عندما تتحول الحياة الزوجية الى ما يشبه «الحرب الباردة»

الطب النفسي يقدم الحل للصراعات الزوجية وسوء التوافق بين الأزواج يقول الطب النفسي إن الناس يتزوجون لأسباب متعددة.. عاطفية واجتماعية .. واقتصادية .. وربما سياسية أيضا .. والكثير من الناس يقولون: إن الزواج استقرار ونهاية لمتاعب وفوضى حياة الشباب وقد يكون ذلك صحيحا .. لكن هناك من الدلائل ما يؤكد أن الزواج قد يكون البداية لمتاعب ومشكلات مختلفة .. وهنا نقدم من خلال حالات العيادة النفسية صورة للعلاقات الزوجية في محاولة لإلقاء الضوء على ما يقوم به الأزواج والزوجات.

وهذا الموضوع خاص بالمتزوجين فقط ونطلب من غير المتزوجين ألا يقوموا بقراءة هذا الموضوع حتى لا يؤثر على فكرهم وتوقعاتهم بالنسبة لمسألة الزواج.



د. لطفى الشربيني
استشاري الطب النفسي

وعلى الأبناء أيضاً، ويؤدى مع الوقت إلى ظهور الاضطرابات النفسية والمشكلات السلوكية، وتؤكد نتائج بعض الأبحاث أن الانفصال بالطلاق وتواجد الأبناء مع أحد الأبوين أفضل بكثير من وجودهما مع الأب والأم معا في جو من التوتر الدائم، ومن هنا كانت أهمية حل المشكلات بين الأزواج والزوجات قبل أن تتفاقم وتؤدى إلى نتائج وخيمة، والنصيحة الدائمة هنا هي حل الخلافات الزوجية أولاً بأول لأن ذلك أفضل من تركها لتتعمد مع الوقت، وعدم السماح لأطراف خارجية بالتدخل حتى لا يكون هناك مجال للمبالغة فى الأمور البسيطة.

ومن وجهة نظر الطب النفسى فإن الوقاية من المشكلات الزوجية المتوقعة تكون بإعداد المقبلين للزواج وتأهيلهم نفسياً لأعباء الحياة الجديدة، بعيداً عن التوقعات الخيالية، فلا داعى للنظر للزواج على أنه الإنقاذ من الصعوبات والتعويض عن الحرمان فى مراحل الحياة السابقة، بل يجب الاهتمام بمهارات التعامل مع الطرف الآخر واحترام مشاعره واحتياجاته، أما العلاج الزواجى Marital therapy وفيه يتم التعرف على جذور المشكلة من الزوجين معاً ووضع الأسس لحلها ولضمان العلاقة السليمة فيما بينهما فى المستقبل، وهناك مراكز تقوم بتقديم خدمة أخرى هي الاستشارات الزوجية Marital Counseling لحل المشكلات التى تسبب الخلاف بين الأزواج والزوجات .. ليكن تقديرنا للمواقف فيما يخص الأمور المشتركة واقعياً وموضوعياً، ولنحاول دون انفعال أن نعرف وجهة نظر الطرف الآخر ونستمع إليه ونتجاوز معه .. إن معظم الخلافات التى تتفاقم وتسبب لنا الكثير من الإزعاج إذا حاولنا البحث عن أسبابها سنجد أنه لا أساس لها، أو أنها بسبب تافه للغاية لا يستحق هذا السبب كل ما يحدث .. أليس كذلك؟

ورب أسرة يحظى بالاحترام الاجتماعى، ومن الناحية النفسية فإن الكثير من الأزواج والزوجات يفضلون الصبر على أمل أو توقع أن يحدث مع الوقت تغيير فى الوضع السيئ للحياة الزوجية، وتتفاوت قوة احتمال الأزواج والزوجات فى ظل الصبر انتظاراً لأمل قد يأتى أو لا يحدث، كما أننا فى ممارسة الطب النفسى نلاحظ أن بعض حالات الزواج تستمر بحكم العادة فقط، وهنا يتم التعود على أسلوب التعامل غير السوى من جانب كلا الزوجين مع إدراك كل منهما مساوئ الآخر، ويكون هذا الوضع أفضل من وجهة نظر كل منهما من الانفصال ومواجهة نمط آخر غير معلوم من الحياة، وقد تكون هناك احتياجات غير مرئية فى بعض النواحي النفسية والعاطفية فيما بين الزوج والزوجة لا يراها الآخرون تساعد على استمرار الزواج رغم الخلافات الحادة التى تبدو على السطح!!

نحو علاقات زوجية سليمة :
رغم أن الأصل فى الزواج أنه رباط دائم وبداية لتكوين الأسرة وهى وحدة بناء المجتمع، فإن الأبحاث تؤكد نتائج أن الحياة فى ظل خلافات وصراعات زوجية لها تأثير سلبى على طرفى الزواج

المكبوتة التى لا يتم التعبير عنها.

لماذا يستمر الزواج الفاشل؟
فى العلاقات الزوجية قد تكون القاعدة هى الصراع المستمر بين الزوج والزوجة، وقد يصل الأمر إلى حالة من التوتر الدائم تشبه حافة الحرب التى سادت العالم أثناء الحرب الباردة، وقد يتطور الأمر إلى العنف اللفظى بتبادل السب والشتم، أو العنف البدنى باستخدام الضرب للقمع أو التأديب، وكثيراً ما نرى بعض الأزواج والزوجات فى هذه الحالة الشديدة من التوتر وعدم الوفاق، ورغم ذلك تستمر الحياة الزوجية، وهنا قد يتساءل من يلاحظ ذلك عن السبب فى الاستمرار لهذه الحالات غير الناجحة من الزواج!!

وقد تكون أسباب الزواج غير المتوافق اقتصادية أو مادية حيث يكون المال هو الدافع لعدم تخلى أى من الزوجين عن الآخر والمخاطرة بتحمل المتاعب المادية نتيجة ذلك، أو يكون السبب اجتماعياً حيث إن المرأة مثلاً قد تقبل الحياة فى جحيم الزواج بدلاً من مواجهة المجتمع وهى مطلقة، كما يحرص الرجل على الشكل الاجتماعى له كشخص متزوج

السيطرة والتحكم فى مشاعر الزوج عن طريق إظهار الود له والمبالغة فى تدليله، أو تلجأ إلى البكاء والخصام من حين لآخر للضغط على الزوج حتى يشعر بالذنب، أما الزوج فإنه يحاول أيضاً التحكم فى مشاعر زوجته حسب المفاتيح التى تؤثر فيها من واقع معرفته لها.

وقد يصل الأمر إلى العيادة النفسية حين تفشل الحيل المعتادة فيكون الحل هنا هو ادعاء المرض الجسدى والنفسى، وتبدأ الشكوى من مشكلات صحية متعددة مثل الصداع وآلام الظهر واضطراب المعدة والقولون، والإجهاد، وغير ذلك من الأعراض المرضية التى عادة ما تشكو منها الزوجات مما يدفع الزوج إلى التعاطف، وهنا يتم اللجوء للطبيب، وفى نفس الوقت تحصل الزوجة على ما تريد حين تقنع زوجها بأنه تسبب فى مرضها، ومن الاضطرابات الشائعة فى السيدات ممن يترددن على العيادات النفسية بانتظام حالات الهستيريا التى تتميز بأعراض تشبه المرض العضوى وأسبابها نفسية، وحالات الأمراض النفسية الجسدية Psychosomatic disorders وهى أمراض عضوية تعود فى الأصل إلى الانفعالات

