A person with a beard

Description automatically generated with low confidence

د. يحي عثمان

استشاري تربوي وعلاقات أسرية

مستشار البحوث

بمجلس الوزراء الكويتي سابقا

[*y3thman1@hotmail.com*](mailto:y3thman1@hotmail.com)

+14169973277

**سلسلة المودة والرحمة قراري**

**ثانيا: منارات في بستان المودة والرحمة**

تناولنا في الحلقات السابقة تحت محور أولا: مفاهيم تتعلق بالمودة والرحمة:

1. إخلاص النية لله في زواجي
2. هل المودة والرحمة هبة أم توفيق من الله؟
3. القوامة
4. "..هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ.."
5. علاقة الزوج بأهل زوجه
6. ما هية الزواج
7. الشفافية
8. بيت الزوجية .. بيت من؟
9. المبادرة والاعتذار
10. الحقوق والواجبات
11. العلاقات الزوجية-1. العلاقة الخاصة
12. العلاقات الزوجية-2. العلاقة المالية
13. العلاقات الزوجية-3.الخصوصية
14. العلاقات الزوجية- 4. الرضا-أ
15. العلاقات الزوجية- 4. الرضا-ب

**نحتاج عبر مسرة حياتنا لننعم بفضل الله بالمودة والرحمة في بيوتنا، إلى منارات تعيننا على الأخذ بأسباب المودة والرحمة ومع الابتهال إلى الله العلي القدير، تكون بيوتنا مزرعة لآخرتنا وسكنا دافئا بالحب والحنان، حتى نتمكن من تربية جيل يكون قادرا على استعادة مجد الأمة ولنكون حقا خير أمة أخرجت للناس:**

1. **كيفية التعامل مع الخلافات الزوجية**

بناء على الأسلوب الذي يتبعه الزوجان في التعامل مع الخلاف إما أن يقضي عليه وإما أن يضخمه ويوسع نطاقه.

إن لجوء أحد الزوجان إلى العنف عادة ما يقبل برد فعل سلبي من الزوج الآخر، وهكذا يدخل الزوجان في حلقة شريرة تؤججها الشيطان.

**انواع العنف:**

* لفظي: لا يتضمن العنف اللفظي فقط الكلمات البذيئة، ولكن كل لفظ أو معنى لا يروق للزوج أو يسبب له ضيق هو عنف لفظي.
* البدني: كما لا يتضمن العنف البدني الإساءة البدنية، بل إن مجرد التلويح باليد هو عنف بدني.
* وجداني: إن جرج المشاعر من خلال النظرات السلبية أو ملامح الوجه العابسة أو عدم التفاعل مع إشارات الود من الزوج بالصد أو النفور هو من العنف الوجداني، والذي لا تقل آثاره السلبية عن العنف اللفظي أو البدني.

وكثيرا ما يترك العنف آثار دامية بالنفس، حتى بعد انتهاء الخلاف والاعتذار، قد يصعب على الزوج معالجة آثارها السلبية، علاوة على الصدمات والجروح العاطفية التي تتراكم على النفوس.

1. **أسباب المشاكل الزوجية:**
2. **أسباب الطبيعية**
3. عدم الرضا عن الزوج.
4. المرجعية.
5. عدم وضوح المسؤوليات والمهام والأهداف و.....
6. الجور المعنوي أو المادي.
7. المقارنة.
8. التطفيف.
9. سوء الظن
10. تباين المفاهيم.
11. عدم اشباع احتياجات الزوج المادية والمعنوية خاصة العاطفية.
12. الثقافة والبيئة.
13. سوء التواصل: مفهوم لم يقال وقول لم يفهم (انت قلت؟ أنا سمعت؟).
14. طبيعة ونمط شخصية الزوجين.
15. ضعف شخصية الزوج وتأثره بالآخر.
16. عدم تصفية النفس من المشاكل.
17. تراكم الهفوات.
18. الملل والفتور.
19. ............
20. **أسباب غير الطبيعية:**
21. الزهو والتعالي على الزوج.
22. سوء الخلق والعنف والشك والاتهام و............
23. التجاوزات الشرعية:
    * مع الجنس الآخر سواء العالم الافتراضي أو الحقيقي.
    * المخدرات.
    * المال الحرام.
    * .........
24. **نهج التصعيد:**

هو أسلوب سيئ في التعامل مع الخلافات الزوجية، يؤدي إلى تعقيد المشكلة:

* + 1. من أشكال التصعيد:

1. تناول الذات
2. ظن سيئ في النية والمحاسبة عليها
3. اجترار مشاكل سابقة.
4. المبالغة وعدم الموضوعية في حجم المشكلة.
5. توقع سلبيات من المشكلة والمحاسبة عليها.
6. توسيع نطاق المشكلة بإرجاعها إلى الأهل.
7. نشر المشكلة بين الأهل أو الأصدقاء، والإساءة إلى الزوج.
8. عدم المواجهة والانكفاء على الذات وقطع قنوات التواصل.
9. العنف.
10. الهجر.
11. تصرفات سلبية على غير المألوف:
    * عدم الاهتمام بالحقوق والمهام الزوجية
    * تجاهل الزوج.
    * تقييد النفقة أو التصرفات.
      1. الآثار السلبية للتصعيد:

* تعقيد المشكلة والتي كانت سببا في الخلاف.
* توليد وافتعال مشاكل جديدة، وعادة تكون مرتبطة بالذات وليس فقط بالسلوك.

1. **عند حدوث المشكلة:**
2. الصبر وكتم الغيظ.
3. الاحتواء العاطفي: الحمد لله قدر الله وما شاء فعل، لعله خيرا، المهم أنت والأولاد بخير، .....
4. إياك والغضب وما يترتب عليه من ثورة ولوم وتأنيب وتهديد وتهكم وسخرية احتقار وتعالي: ألم أحذر من ذلك؟ كم مرة تكرر منك هذا الخطأ، وعليه....
5. التركيز على حل المشكلة ومعالجة آثارها السلبية.
6. استمرار كافة العلاقات الزوجية بكل أبعادها بتركيز أكثر حتى نزيل ما قد علق بها من توجس.
7. **ضوابط حل الخلافات الزوجية:**
8. الإخلاص.
9. ليس هناك منتصر وخاسر، بل زوجان متحابان في الله.
10. إثارة المشاعر الإيجابية روحانية، عاطفية،
11. التأكيد على نعمة الله بالزوج والإشادة بمناقبه.
12. **كيفية حل المشكلة؟**

1.الخروج من المشكلة:

مضاعفة الدعم الروحي والعاطفي والحذر من أن تتعقد المشكلة.

2.معالجة الآثار السلبية للمشكلة:

3.حل المشكلة:

1. الاتفاق على تعريف المشكلة، ونطاقها، ومدى خطورتها وتأثيرها.
2. تجزئة المشكلة إلى مشكلات (من المؤكد أصغر من المشكلة الأصلية)، ثم إعادة التجزئة إلى أن نصل إلى إشكالات بسيطة.
3. الأسباب التي أدت للمشكلة:

* مباشرة / غير مباشرة (مساعدة).
* دائمة / طارئة.
* عفوية / مقصودة.
* يمكن العمل على تجنبها /.............../ لا يمكن العمل على تجنبها.
* ..............

1. طرق العلاج:

يجب طرح كل طرق العلاج الممكنة لمعالجة المشكلة واختيار المناسب منها بناء على:

* توافق الزوجان.
* التكلفة المعنوية والمادية.
* القدرة على التنفيذ.
* الوقت.
* .............

1. **بعد معالجة الآثار السلبية للمشكلة، ما هي الدروس المستفادة؟**

ولله الحمد تم معالجة الآثار السلبية للمشكلة واستعادة التوازن النفسي.

1. إن لم تستمع أنت فسيستمع غيرك.
2. مراجعة النفس، من أسباب نزول البلاء اقتراف الذنوب وأن من البلاء الخلاف مع الزوج، وقد قال محمد بن سيرين: "إني لأعرف معصيتي في خلق زوجتي ودابتي".
3. البحث عن دوري في المشكلة التي تمت، وهل كان من الممكن لي منع أو تقليل حدوثها؟
4. تلمس الأعذار.
5. المبادرة بالاعتذار والعفو شيم الكرام.
6. "إن الحسنات يذهبن السيئات" ،"واتبع السيئة الحسنة تمحوها"
7. البعد عن نقد الذات، والتركيز على السلوك.
8. البعد كلية عن البحث عن: ما هو المخطئ، أو كسب نقطة، بل التركيز على ما هي الأسباب التي أدت إلى حدوث المشكلة؟
9. كيف يمكن محاولة عدم تكرار هذا النوع من المشاكل؟ وما هو دور كل منا والأولاد في ذلك؟
10. البحث في جوانب الخير من المشكلة (غيرة مرضية لكنها تؤكد الحب).
11. **المنهج النبوي:**

##### كانَ النَّبيُّ صلَّى اللهُ عليه وسلَّم عِنْدَ بَعْضِ نِسَائِهِ، فأرْسَلَتْ إحْدَى أُمَّهَاتِ المُؤْمِنِينَ بصَحْفَةٍ فِيهَا طَعَامٌ، فَضَرَبَتِ الَّتي النَّبيُّ صلَّى اللهُ عليه وسلَّم في بَيْتِهَا يَدَ الخَادِمِ، فَسَقَطَتِ الصَّحْفَةُ فَانْفَلَقَتْ، فجَمَع النَّبيُّ صلَّى اللهُ عليه وسلَّم فِلَقَ الصَّحْفَةِ، ثُمَّ جَعَلَ يَجْمَعُ فِيهَا الطَّعَامَ الذي كانَ في الصَّحْفَةِ، ويقولُ: غَارَتْ أُمُّكُمْ. ثُمَّ حَبَسَ الخَادِمَ حتَّى أُتِيَ بصَحْفَةٍ مِن عِندِ الَّتي هو في بَيْتِهَا، فَدَفَعَ الصَّحْفَةَ الصَّحِيحَةَ إلى الَّتي كُسِرَتْ صَحْفَتُهَا، وأَمْسَكَ المَكْسُورَةَ في بَيْتِ الَّتي كَسَرَتْ.

**الراوي :**أنس بن مالك **المصدر :**صحيح البخاري، **الرقم :**5225**|****ص**حيح.