



رأيت باحثاً في مجال عالم الحيوان لكي يتعامل مع فرس النهر ويقرب منه ليأخذ مسحة من عرق ظهره بذل جهداً كبيراً، ولك أن تتخيل ماذا فعل؟

أولاً ذهب ليراقبه وهو في العراء ويلاحظ سلوكه وتصرفاته في كل حالاته وهو يستحم في الماء، وهو في معركة مع غيره، وهو مسرور، وهو غضبان، ثم ذهب إلى القفص وهناك وقف مع الحارس أمام فرس النهر وسأله عن الصفات النفسية له، وجمع كل المعلومات عنه ليعرف كيف يتعامل معه ومتى يقرب؟ ومتى يبتعد؟ ثم ذهب إلى المعمل ليصنع له هيكل أو غطاء في شكل وحجم فرس النهر ليتحرك بينهم وهو تحت هذا الغطاء دون أن يؤذيه أحدهم، ليتمكن من الاقتراب منهم وأخذ مسحة من عرق ظهر أحدهم، والعجيب أن نفس هذا العالم قد صنع من قبل غطاء على شكل تمساح ليتحرك به بين التماسيح ليقرب منهم ويمشي بينهم دون أن يؤذيه منهم أحد.

ورأيت كيف تعب هذا العالم وهو يجثو على يديه وقدميه حاملاً فوق ظهره هذا الغطاء الثقيل ليقرب من فرس النهر، وينجح في الوصول إلى هدفه وهو أخذ مسحة من عرق ظهره.

بعد رؤيتي لهذا الفيلم الوثائقي وما بذله الباحث من جهود وأخطار لمعرفة الصفات النفسية لفرس النهر ليتمكن من الاقتراب منه، تساءلت: هل يبذل أحدنا ولو 1 على 10 من الجهد الذي بذله الباحث ليفهم شريكه الآخر؟ ويفهم الصفات النفسية له؟ ويفهم احتياجاته النفسية والعاطفية؟

أخي الزوج / أختي الزوجة :

إن عدم فهم الاحتياجات النفسية والعاطفية لكل طرف من أسباب المشكلات الزوجية.

إنه من المهم جداً أن يفهم كل من الزوجين ما يحتاجه الآخر، وإلا فمن الممكن أن تنشأ للزوج متطلبات لا يمكن أن تحققها له زوجته.... وكذلك الحال بالنسبة للزوجة.

فعلى الزوجة أن تظن أن هناك مراحل في عمر الزواج تزيد فيها فرص ابتعاد الزوج مثل: قدوم الأطفال وتزايد أعباء الزوجة وإرهاقها ساعات الليل والنهار.

وهناك مرحلة حرجة أخرى تأتي مع تقدم سنوات الزواج عندما يبلغ الأبناء سن المراهقة وتنغمس الأم في مشاكل أبنائها، وأيضاً قد يؤدي تقدمها في العمل ووصولها لمركز مرموق أن يشعر الزوج أنها ليست في حاجة إليه وأن هناك أشياء كثيرة تشغلها عنه وهذه الأشياء أهم عندها منه.

وهنا أقول لكل زوجة (لا تدوبي في خدمة الأطفال بشكل جائر على حق الزوج.... وأشعريه باهتمامك البالغ مهما بلغ عمره أو عمر زواجكما، فالمرأة بحكم طبيعتها أكثر قدرة على العطاء، وهذا العطاء هو الباعث الحقيقي لعطاء الزوج أيضاً.... ولذلك فإن جلوسك مع زوجك لمدة ساعة على الأقل يومياً تكونين متفرغة له تماماً، تتجاذبين أطراف الحديث في الشئون التي تهمة يعد أنفع وأجدي من قيامك بأى عمل آخر مهما كلفك ذلك من تضحيات.

وعلى الزوج أيضاً تفهم الأوضاع الجديدة لدى الزوجة، والمشاركة معها في رعاية الصغار ما

أمكن ذلك) [حتى يبقى الحب د.محمد محمد بدري ص [508

**احتواء الأزمت :**

و أنا أسأل كل زوجين، هل يوجد بيت بدون مشاكل؟

لا يوجد بيت بدون مشاكل، فورا كل باب يوجد العديد من المشاكل والأزمات، وليست المشكلة في وجود المشكلة في حد ذاتها، ولكن الأهم من ذلك هو كيف أتعامل مع المشكلة وأجد الحلول لاحتواء الأزمت.

ليست الأسرة السعيدة هي أسرة بلا أزمات، فهذه الأسرة بذلك الوصف لا وجود لها في عالم الواقع، إنما الأسرة السعيدة هي التي تملك فلسفة لاحتواء الأزمت، ثم تحديد المرجعية التي ننظر من خلالها إلى تلك الأزمت، إن جزءاً كبيراً من أزماتنا يكون بسبب: عدم اكتشاف جذور الأزمت، وعدم تحديد المرجعية، ومن ثم تكون مواجهاتنا لمشكلاتنا مواجهات غير حضارية.

**الاختلافات السيكولوجية :**

لا يعد الرجال والنساء مختلفين فقط من الناحية البيولوجية والتشريحية، بل يظهر الاختلاف كذلك في الناحية السيكولوجية، فعلى سبيل المثال (يلاحظ عالمياً أنه عند مقارنة النساء بالرجال فإنهن يعتبرن أكثر وجدانية واهتماماً بالحب والعلاقات، كما أنهن يظهرن ردود أفعال

مختلفة تجاه الضغوط, كذلك لهن أنواع من الشكوى والمشكلات في العلاقات بينهن وبين

(الرجال) [الرجال والنساء والعلاقات بينهما د.جون جراى، ص [71

وعندما يوجد الاختلاف فهذا مدعاة إلى اختلاف الاحتياجات، فبدون فهم احتياجاتنا المختلفة فإن كلاً من الرجال والنساء (يقومون بتعديل أفعالهم وردود أفعالهم دون جدوى، فجهودنا تتجه صوب الاتجاه الخاطئ.... فنحن بحاجة إلى تغيير افتراضاتنا حول طبيعة الرجل والمرأة، وأن نتعرف على أنفسنا بشكل عملي وعلى ما نستطيع تقديمه لبعضنا البعض وكيف يمكننا التكاتف لحل المشكلات....

فأكبر مشكلاتنا داخل البيت تتمثل في أن النساء يتوقعن من الرجال أن يتصرفوا ويسلكوا نفس السلوك الذي يفعلنه هن، فيما يظل الرجال يخفقون في فهم احتياجات النساء، فبدون فهم إيجابى صحيح لهذه الاختلافات فإن معظم الأزواج يبدءون تدريجياً في الشعور بأنهم في معزل عن بعضهم البعض بدلاً من أن يعتمدوا على مساندة بعضهم البعض كما كان شعورهم في مبدأ

(العلاقة) [لماذا يتصادم المريخ والزهرة د. جون جراى ص [26

**يغيب الفهم وتبرز المشكلات :**

(لكي تتوفر السلامة النفسية لابد من وجود ثلاثة أمور هي:

1-الاتصال السليم

2-التعرف على مراحل النمو النفسي الاجتماعي

3-المهارات الحياتية) [سمعتها بنفسي في محاضرة من دبلوم الارشاد النفسي، كلية التربية، جامعة

الإسكندرية]

فالمأمل في واقع الحياة الزوجية لكثير من الناس يجد أن المشكلات تبدأ عادة عندما يغيب الفهم وعدم معرفة الحاجات النفسية والعاطفية للزوجين، وتبدأ أيضاً عندما (ينسى الرجل وتنسى المرأة أن كلا منهما مختلف عن الآخر، لأن كل واحد يتوقع من الآخر أن يكون مثله.... إن هذا الافتراض المتوهم سيكون عند صاحبه خيبات الأمل المتكررة وسيضع الحواجز الكثيرة بين

(الزوجين) [التفاهم في الحياة الزوجية د. مأمون مبيض ص 19 باختصار]

**خلاصة مهمة:**

على الزوجين معرفة أن هذا الزواج يجمع بين فردين لكل منهما (شخصيته وأفكاره وميوله وذوقه وعواطفه واحتياجاته وما يحب وما يكره، وأن هناك فروقاً كبيرة بين الرجل والمرأة جسدية ونفسية، ودراسة هذه الفروق تولد نوعاً من الفهم العميق لصفات الشريك الآخر، وهذا الفهم يولد المحبة والمودة والاحترام ويساعد على وجود البدائل والحلول لكثير من المشكلات التي تواجه

(الزوجين في حياتهما) [سنة أولى زواج , هيام محمد يوسف ص [106

**هل أنت من الأزواج السعداء :**

الفهم السليم والعميق للواقع النفسي للطرف الآخر، هو دوماً وأبداً عامل هام يميز حياة الأزواج السعداء، فهم في كل موقف يحدث بينهم يسعون لإيجاد مخرج من الأزمة والانتهاج بالصلح... إن الفهم هو محور تخفيف المشاكل الزوجية، ومراعاة الظروف النفسية للطرف الآخر هي مقدمة التألف.

**تعرف على شريكك**

هناك عدة صفات يختص بها الرجل عن المرأة والعكس، لابد من معرفتها وتفهمها حتى لا نصدر حكماً على شريك الحياة ونحن نجهله.

فالرجل كلامه ومشاعره وحركاته يغلب عليها العقلانية والقوة، وقليلًا ما ينظر إلى تفاصيل الأشياء ورؤية الأمور الدقيقة، وتفكيره في حل المشاكل يغلب عليه النزعة المادية.

بينما المرأة تحب أن تخرج عاطفتها للرجل وتجالسه وتكثر من الحديث معه، وتهتم بالتفاصيل

والأمور الدقيقة، ولها قوة هائلة من الخيال والعاطفة، وبالرجل والمرأة تتكامل الحياة كالليل والنهار (فلا بد أن يراعى الرجل مشاعر المرأة وعواطفها وكذلك المرأة تراعى نفسية الرجل ومشاعره ولا يتحقق ذلك إلا بالفهم) [الحروف الأبجدية في السعادة الزوجية، جاسم محمد المطوع ص 41 بتصرف]

### وماذا بعد الكلام؟

1. ارفع شعار الفهم أولًا فهو يمثل أكثر من 50 % من التواصل مع الآخر.
2. يتخذ كل من الزوجين دفترًا يدون فيه تحليله لشخصية شريكه وطبيعته وصفاته وما يحب وما يكره.

3. ليكن أول ما تبدأ التفكير به عند حدوث مشكلة بينك وبين زوجتك هو الصلح وعودة المياه إلى مجاريها فهي شريكة حياتك التي تحملت معك الكثير.
4. لا تقللي من شأن زوجك أو من اهتمامك به بعد الأولاد أو الانشغال بالعمل فهو الأولى بالرعاية دوماً وحقه عليك أعلى من حق أبنائك عليك.

### المصادر:

1. الحروف الأبجدية في السعادة الزوجية، جاسم محمد المطوع
2. سنة أولى زواج , هيام محمد يوسف
3. التفاهم في الحياة الزوجية د. مأمون مبيض
4. لماذا يتصادم المريخ والزهرة د. جون جراى
5. الرجال والنساء والعلاقات بينهما د.جون جراى
6. حتى يبقى الحب د.محمد محمد بدري.
7. محاضرات دبلوم الارشاد النفسي، كلية التربية، جامعة الإسكندرية

كاتب المقالة : مفكرة الإسلام

تاريخ النشر : 23/02/2011

من موقع : موقع الشيخ محمد فرج الأصفر

رابط الموقع : [www.mohammdfarag.com](http://www.mohammdfarag.com)