

سؤال وجواب من واقع
الاستشارات الإلكترونية
بجمعية المودة للتنمية الأسرية

100



الجزء الأول



وزارة العمل
والتنمية الاجتماعية
المملكة العربية السعودية

المودة
almawaddah

جمعية المودة للتنمية الأسرية
Almawaddah Society for Family Development

سورة التوبة
الحمد لله
الذي هدانا لهذا
ما كنا لنهتدي لولا
أن هدانا الله



almawaddah

جمعية المودة للتنمية الأسرية

Almawaddah Society for Family Development

الطبعة الأولى ٢٠١٧/١٤٣٨

يمنع نسخ أو استعمال جزء من هذا الكتاب بأية وسيلة تصويرية أو إلكترونية أو ميكانيكية بما فيها التسجيل
الفوتوغرافي
والتسجيل على الأشرطة أو أقراص مقروءة أو بأي وسيلة نشر أخرى بما فيها حفظ المعلومات واسترجاعها
دون إذن
خطي من الجمعية.

جمعية المودة للتنمية الأسرية بمنطقة مكة المكرمة ١٤٣٨ هـ

جميع الحقوق الفكرية والطباعة محفوظة

المملكة العربية السعودية

هاتف : ٩٢٠٠٠١٤٢٦

فاكس : ٠٠٩٦٦١٢٦٦٤٩٨٩٨

100

سؤال وجواب من واقع
الاستشارات الإلكترونية
بجمعية المودة للتنمية الأسرية

- . الاستشارات النفسية.
- . الاستشارات الأسرية .
- . الاستشارات السلوكية.
- . الاستشارات التربوية.
- . الاستشارات الاجتماعية.(اجتماعية . اقتصادية . دينية) .

100

سؤال وجواب من واقع
الاستشارات الإلكترونية
بجمعية المودة للتنمية الأسرية



الاستشارات النفسية

1- أواجه مشكلة في التعرف على من حولي في الجامعة

الاستشارة

لي ثلاث سنوات بالجامعة ولم أستطع تكوين صداقات أو علاقات في الجامعة مع العلم أنني لا يعتريني الحياء الزائد ، بل يمتلكني خوف عدم التقبل من الطرف الآخر. أفيدوني.

الإجابة

الأخت الفاضلة وفقها الله . نرحب بك في برنامج شورى بموقع جمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله تعالى أن تجدي فيه النفع والفائدة ، وأن يسدد أقوالنا وأعمالنا ، ويسر لنا تقديم ما فيه الخير لك ولجميع الإخوة والأخوات زوار هذا الموقع المبارك .

اعلمي أن وعي الشخص بذاته من حيث معرفة الشخص لنقاط قوته ونقاط الضعف والوعي بالحاجات والدوافع والمشاعر لنفسه يمثل أحد مؤشرات الشخصية السوية والتي تكتمل باكتمال باقي المؤشرات وهي: احترام وتقبل الذات ، والسيطرة على السلوك والمشاعر ، والقدرة على بناء واستمرارية علاقات أسرية واجتماعية وعاطفية سليمة ، والقدرة على الإنتاجية . يتحفظ بعض الناس في علاقاته مع الآخرين لأسباب متنوعة قد يكون منها التحسس المبالغ فيه من النقد وهرباً من الإحراجات وما يصاحبه من ارتباك وخجل وتصغير للقدرات وبالتالي تفضيل الابتعاد عن الأنشطة الاجتماعية وما يسببه ذلك من تناقص في مهارات التواصل مع الآخرين وتوكيد الذات لأنفسنا أمام الآخرين . يقول الرسول صلى الله عليه وسلم : ((إنما العلم بالتعلم والحلم بالتحلم)) وهو إشارة لمبدأ وإجراء عملي للتغيير ، واقترح أن يتم توظيفه لتحسين هذه المهارات الاجتماعية المفقودة لديك عبر التعريض للمثيرات المقلقة بالتدرج في عدد من نقابلهم وفي كمية الوقت الذي استغرقه معهم وفي المواضيع التي أتداولها معهم من حيث درجة أهميتها أو عمقها ومزاوجة هذا التعريض مع الاسترخاء النفسي خلال هذه المواقف الاجتماعية . يسبق هذا العلاج بواسطة التدريب التعبيري معالجة معرفية بإزالة التوقعات الخاطئة التي تؤدي إلى نقص الثقة بالنفس وعدم الرغبة والقدرة على المبادرة لتنفيذ العلاج التدريبي التعبيري . هناك من يعتقد أن من لا يتفاعل مع الآخرين لديه غرور بينما الحقيقة قد تكون عكس ذلك تماماً وتتضح هذه الحقيقة بالتعايش معهم ، لذلك العلاج لحالتك يكون بالنقيض إما بالتدرج كما ذكرنا أعلاه أو بالاندماج الكامل . الخوف شيء طبيعي ومحفز للإنجاز ولتحمي الصعوبات كمقابلة أو غيره فيحدث تعرق في اليدين أو آلام في فم المعدة أو تشتت في التركيز لكن القلق بدلاً من أن تعمل



هذه المشاعر على دفع الشخص إلى التحرك والعمل المفيد ، فإنه يكون لها تأثيرات مدمرة حيث تدمر العلاقات الاجتماعية مع الأصدقاء وأفراد العائلة والزملاء في العمل فتقلل من إنتاجية العامل في عمله وتجعل تجربة الحياة اليومية مرعبة بالنسبة للمريض منذ البداية نتيجة للخبرات السلبية السابقة فتتولد لديه مشاعر الخوف والغضب والإحباط والضييق فيقوم بسلوك العاجز بالإحجام فيتمنع عن الخروج وممارسة حياته بشكل طبيعي . مثلث التفكير: (أفكار سلبية - مشاعر سلبية عنيف - سلوك إحجام) هذا المثلث يتكون من ثلاثة عناصر تبدأ بتعرضنا لموقف فيبدأ العقل بـ (التفكير) ويقدم تفسير معين للموقف ، يتبعه (مشاعر) تجاه هذا الموقف ناتجة من التفكير ، يتبعها (السلوك) وقد يكون كحالتك هروب من المواقف الاجتماعية لأن تفسيراتك هو تربص الآخرين وتصيدهم لأخطائك عند لقاءك بهم . هنا تتحول لديك المواقف الاجتماعية لتجارب مزعجة فتفضلين التجنب والهروب فتزيد لديك المشكلة وقد تتعاضم وتمس جانب مهم في حياتك إن كنت موظفة في وظيفة تحتاج بشكل أساسي لهذه المهارات . التحكم في نوع التفكير وتفسير المواقف بشكل ايجابي يعطي مشاعر إيجابية تجاه هذه المواقف وبالتالي يتصرف صاحبها بشكل طبيعي . كلما أجلنا حل مشكلاتنا كلما زادت تعقيداً وتشعبت واحتاجت لجهد ووقت لحلها وعندها قد نحتاج لتعلم كيفية التعايش معها . وأخيراً أسأل الله تعالى أن يوفقك لما يحبه ويرضاه

2- أعاني من مخاوف

الاستشارة

السلام عليكم حبيت أتكلم عن خوفي اللي ملازمي منذ أن كنت صغيرة أخاف من الأخبار وما أحب أي أحد يتكلم عن علامات الساعة وإذا سمعت أي شيء عنها أمرض ويجيني غثيان واقعد بالفراش أسبوع وتنسد شهيتي وأخاف من الظلام .. وبين فترة وفترة يجيني اكتئاب ولا أريد العيش واقعد على فراشي إلى أن تذهب هذه الحالة .. أنا لا أريد أن أخاف من شيء لأني تعبت ولم أعد أحتمل حياتي . والحمد لله أنا قريبة من ربي كثيرا لكن هذه المشكلة متعبتني أتمنى تساعدوني في حلها. وشكرا

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته .. حياك الله أختنا الفاضلة وأشكر لك ثقتك في الموقع ..
 الخوف في مرحلة الطفولة في الغالب هو شيء طبيعي ويتلاشى مع مرور السنوات، لكن التعامل
 الخاطئ من قبل الأسرة قد يبقي هذا الخوف وقد يرتبط هذا الخوف ارتباطاً شرطياً بشيء ما
 مثل الأخبار أو الحديث عن علامات الساعة كما أن ترك هذا الخوف الذي تجاوز الحد الطبيعي
 دون علاج نفسي يفاقم من الحالة النفسية، وقد يؤدي إلى اضطرابات أخرى مثل الاكتئاب.
 لذا فأنا أوصيك بالذهاب إلى أخصائية نفسية لتشخيص المشكلة من خلال المقابلة وجها لوجه
 ومن ثم وضع الخطة العلاجية والتدريب على المهارات النفسية اللازمة للتخلص من هذا الخوف
 غير الطبيعي نهائياً. والمؤمن يبتلى بالمشكلات النفسية كما يبتلى بغيرها تكفيراً للذنوب ورفعاً في
 الدرجات فعن عائشة - رضي الله عنها - أن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - قال : (ما
 يُصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم حتى الشوكة يُشاكها إلا
 كَفَّرَ اللهُ بها من خطاياها) رواه البخاري برقم (٥٣١٨) - واللفظ له - ومسلم برقم (٢٥٧٢
) وقد شرع لنا النبي صلى الله عليه وسلم التداوي من كل أنواع الأمراض والاضطرابات فعن أنس
 رضي الله عنه قال : أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ حَيْثُ حَلَقَ
 الدَّاءَ حَلَقَ الدَّوَاءَ فَتَدَاوُوا) رواه أحمد (١٢١٨٦) وحسنه الألباني في «السلسلة الصحيحة»
 (١٦٣٣). وعن أسامة بن شريك رضي الله عنه قال : قَالَتِ الْأَعْرَابُ : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، أَلَا تَتَدَاوَى
 ؟ قَالَ : (تَعَمُّ ، يَا عِبَادَ اللَّهِ تَدَاوُوا ، فَإِنَّ اللَّهَ لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلَّا وَضَعَ لَهُ شِفَاءً ، إِلَّا دَاءً وَاحِدًا ، قَالُوا
 : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، وَمَا هُوَ ؟ قَالَ : الْهَرَمُ) . رواه الترمذي (٢٠٣٨) وصححه الألباني في صحيح
 الترمذي . أسأل الله أن يتم عليك الصحة النفسية والجسدية وأن يكتب لك السعادة في الدارين.

3- مخاوف ليله الدخلة

الاستشارة

السلام عليكم أنا متزوجة من شهرين أعاني من تخوف شديد من ليله الدخلة .. حاولت كثيرا وما
 نفع ولا أعرف السبب من تخوفي. كل مرة أبكي أخاف زوجي يكرهني.. أريد مهدي للأعصاب
 .. وهل البنج يساعد على تسكين الآلام دون ضرر؟ وهل تنصحوني بزياره دكتورة نساء وولادة



لمعرفة نوع الغشاء؟ ويمكن تعطينا حل للطريقة الصحيحة والمناسبة للجماع علما بأن زوجي إنسان جدا متفهم الحمد لله بس خائفة يمل ويكرهني وينفر مني.

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد المسترشدة الفاضلة حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نشكر ونثمن لك ثقتك بجمعية المودة للتنمية الأسرية برنامج الإرشاد الإلكتروني، ** المشكلة: ^^ التشخيص: مخاوف ليلة الدخلة ^^ الأسباب: مفاهيم خاطئة حول ليلة الدخلة، ضعف الخبرة ^^ التوضيح: ابنتي الفاضلة حفظك الله، إن كثيرا من الفتيات المقبلات على الزواج أو اللاتي انتقلن لبيت الزوجية يخشين الليلة الأولى مع الزوج، وهذا عائد لحالة نفسية سببتها: ((المفاهيم الخاطئة عن ليلة الدخلة في مجتمعنا العربي، وتحويل أحداثها)). وهنا نود أن نبين: أن هذه الليلة هي أجمل ليلة تقضيها الفتاة مع زوجها والشباب مع زوجته لما يتم خلالها من تعارف وتآلف. وكون استشارتك كانت بتاريخ قديم وقد يكون مررت بالتجربة فإننا نفترض الآتي: ** أنها كانت تجربة ناجحة وتمت بسلام وهنا لا مشكلة فقد تبين لك خطأ مخاوفك وعدم منطقيتها. ** أنه واجهتك مشكلات في هذه العلاقة وقد تكون تسببت في بعض التوتر في العلاقة الزوجية بينكما سواء على مستوى العلاقة الشرعية أو التواصل النفسي والاجتماعي، وهنا نصح بالآتي: أهمية زيارة أخصائية نفسية لتقييم مستوى حالتك النفسية تجاه ما سببه هذا التوتر. زيارة طبية نساء وولادة لتلقي الإرشادات اللازمة للتعامل مع العلاقة الشرعية بطريقة آمنة تزيل مخاوفك. إن أردت إعادة التواصل معنا بتوضيح ما آلت إليه العلاقة بينكما وتقديم المشورة اللازمة التي تمكنك من إتمام مسيرة حياتك الزوجية بسلام. نسأل الله تعالى لك حياة زوجية هائلة ومستقرة وأن يجعلك نورًا بين عيني زوجك .

4- الخوف من فقدان والدي

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله

في السنتين الأخيرتين والدي مرض فجأة وأجرى عملية قلب .. ومن لحظتها لست قادرة أعيش طبيعته مثل قبل كل الذي شاغل تفكيري إني أخاف من فقدانه ولست قادرة على إيقاف تفكيري في هذا الموضوع نفسي أرجع أقوي قلبي مثل قبل.

الإجابة

الأخت الفاضلة وفقها الله .. نرحب بك في برنامج شوري بموقع جمعية المودة للتنمية الأسرية، ونسأل الله تعالى أن تجدي فيه النفع والفائدة، وأن يسد أقوالنا وأعمالنا، وييسر لنا تقديم ما فيه الخير لك ولجميع الإخوة والأخوات زوار هذا الموقع المبارك. أتفهم خوفك من مرض والدك لكن كلمات رسالتك المقتضبة أوحى لي بما يلي: القلق هو أحد المشاعر الطبيعية للإنسان مثله مثل الغضب والفرح والحزن والتي ترافقه طوال حياته، ويظهر في الإناث بنسبة أكبر من الذكور. ويظهر في المواقف التي يقيمها الفرد على أنها مهددة لاستقراره فيشعر بالانزعاج منها كعرضنا لامتحان أو إقدام على زواج أو قلق انفصال أو انتقال لبيئة جديدة مجهولة لنا أو مرض ... إلخ قلق المستقبل له ارتباط بعدم توافقتنا نفسياً ورضانا عن ظروف بيئتنا وما فيها من أشخاص وأحداث ولها ارتباط بعدم توافقتنا ورضانا عن أنفسنا وقدراتنا. هكذا تظهر لدينا الضغوط النفسية التي تستنفذ فينا ببطء كل طاقة قد نوجهها لخدمة أغراضنا وحياتنا اليومية، فالهموم من عدم القدرة على تحقيق الأهداف أو ضياعها كعدم الزواج أو الوظيفة أو فقدان الأمان بالتوجس من الفقر كل هذه الهموم تتحول لأحمال ثقيلة على أنفسنا تجعلنا في حالة عزوف عن السعي والعمل والتواصل مع الآخرين فتختفي الإيجابية من تفكيرنا وتستبدل بالأفكار السوداوية والتشاؤم . غيري طريقة تفكيرك الخاطئة بأنك تستطيعين السيطرة على الأمور الخارجة عن إرادتك كالتحكم في مرض الوالد أو غيره واستبدليها بالرضا بقضاء الله تعالى والدعاء له بالشفاء والتفاؤل والتفكير بإيجابية في الحياة والتحرك والانتقال لثقافة جديدة هي الانشغال بالعمل وبالتعليم والتعلم وحضور



الندوات والمحاضرات والدورات وإشغال وقت الفراغ بالمفيد من الاهتمامات كالقراءة والرياضة كالمشي مثلاً والاندماج في الأهل والأقرباء والأسرة والصديقات. والقاعدة الذهبية لحياتك هي أن تستمعي وتحسني نمط حياتك لذلك: (اذكري ربك ونظمي نومك ونوعي طعامك وأشغلي وقتك). وأخيراً أقترح أن تنضمي للدورات التي تقيمها الجمعية عبر التسجيل من خلال الرابط التالي : <http://almawaddah.org.sa/activities>

5- تعبت من نفسي

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته...

أرسل إليكم بعد محاولات عديدة وجاهدة لتغيير حياتي ... أنا أبلغ ٣١ سنة متزوجة من ٦ سنوات أعاني من الحُدار ثقتي بنفسي منذ تزوجت أعتقد أن السبب ضعفي وتواجدي مع زوج في كل شيء كان ينتقدي أو يشعرني باني لا أفهم وأي موضوع نتناقش فيه يجادل وينقص من رأيي وينتقد تفكيري وأسلوبني .. ازدادت المشاكل حتى توقفت عن جداله ماعدا في شيء يضريني مباشرة إذا ناقشته ووضحت له أحيانا يغير أسلوبه ويقول لم انتقص منك وبدافع عن نفسه لكن هذا هو أسلوبه لم يتغير ..

تراكمت هذه الأشياء فيّ وغيرت حالي حتى في نقاش زوجي أو مشاكل أريد حلها معه أخرج من المشكلة أي ملامة بالكامل.. أعتزف أنا شخصية تصدق مايقال عني، حساسة جدا كثيرة اللوم لنفسي دائما أوبخ نفسي وأتهمها بالتقصير في كل شيء بالرغم أنني تركت كل ما يسعدني وكل حقوقي لنفسي وصحتي وراحتي سخرت كل شيء لمن حولي .. الآن بدأت أستيقظ من غفلتي لكن لم أجد طريق الرجعة .. مشاعري ملخبطة لا أعرف أتحدث أو أعبر عن مشاعري كما في السابق مترددة كثيرا قلقه متوترة .. غير مرتاحة أبكي كثيرا ولأتفه الأسباب .. أشعر أن الجميع لا يقدرني .. غير مقبلة على الحياة، كل شيء صار بلا قيمة بدون إحساسي بنفسي ومشاعري دائما مشتتة شاردة الذهن أحاول التركيز على ما بيدي لا أستطيع .. قلقه أريد أن أنهي كل شيء لأذهب لغيره .. وهكذا إذا وضعت جدولاً لتنظيم وقتي والقراءة وعمل ما يسعدني لا ألنزم به إما انشغالا أو تسويفا وعدم إقبال .. أي دائمة الشكوى والمقارنه بيني وبين غيري بعد أن كنت لا أَرْضى بالمقارنة ..

سبق أخذت بروزاك وارتحت لكن حملت وأوقفته الآن .. أنا متعبة أريد الأمان الطمأنينة حب الحياة الاهتمام بنفسي أريد التوقف عن القلق والتوتر الشديد أريد أن أكون ذات عزيمة قوية... أرجو مساعدتي إن كان يلزمي أدوية أرغب العودة للبروزاك لكن أخاف أن أحمل لأني أتعالج الآن للحمل وقد لا تناسبني الأدوية... أريد تغيير حياتي مع نفسي المتردد القلقة المسوفة أفيدوني .. أسأل الله أن لا يذيقكم ومن تحبون أي مكروه الله يفرج عنكم دنيا وآخرة.... شكرًا لكم من الأعماق.

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته. الأخت الفاضلة: نسأل الله عز وجل أن يبارك فيك، وأن يحفظك، وأن يقدر لك الخير، وأن يرضيك به، ونشكر لك تواصلك مع برنامج الإرشاد الإلكتروني بجمعية المودة للتنمية الأسرية، ونسأل الله أن يفرج عنك همك وأن يُيسر أمرك. أولاً: تحلي بالشجاعة والقوة واعلمي أن الله معك: قال تعالى: ﴿فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ [آل عمران: ١٥٩] (كما أريد أن أهمس في أذنك بعدة أمور ١- حاولي أن تجلسي مع نفسك جلسة مصارحة واكتبي إيجابياتك وسلبياتك حتي تتمكني من معرفة مكان الخلل الذي أدى إلى شعورك باليأس وعدم الثقة بالنفس قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ [الرعد/١١]. ٢- غيري في نفسك، الى الافضل. ٣- استعيدي ثقتك بنفسك وارفعي تقديرك لذاتك , مما يشعرك بالسعادة . ٤- تعلمي فن الحوار واستخدميه مع الآخرين ومع زوجك وتعلمي فن الإقناع ثانيا : يجب أن تكتبي خطتك بوضوح بكل الخطوات الصحيحة وعليك بالرجوع إلى دورة التخطيط الشخصي وكتابه الأهداف . ثالثا: ركزي على إيجابياتك وأثني على نفسك وقدرها مما يعطيك القوة اللازمة للتغيير ويجب أن تدركي أن التغيير يمر بعدة مراحل منها ١- الإسقاطات وهي عدم الاعتراف بالمشكلة ٢- البحث والتحري-٣- السؤال والاستشارة والاستشارة ٤- التخطيط والتنفيذ وتطبيق النتائج وأرى أنك على الطريق الصحيح من الاتجاه نحو التغيير الإيجابي إن شاء الله ولا سيما أنك أصبحت مدركة للمشكلة وهذه بداية الطريق وبداية التغيير الإيجابي . رابعا: يجب أن تدركي أن الغالب من الناس لا يستطيع



التغيير بسبب - شعورهم بالاطمئنان في وضعهم الحالي أو توقع النتيجة السلبية أو الخوف من النتائج أو الخوف من الجهد الزائد أو الخوف من تغيير العادات، لذلك حاولي أن تتخلصي من هذه المخاوف . خامسا: ١- عليك بإيجاد الرغبة الصادقة في التغيير ٢- يجب أن تدركي أن التغيير يبدأ من النفس (إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم). ٣ حاولي أن تدركي أنه ليس المهم ما يحدث لك الآن وعند التغيير المهم كيف تتعاملين مع ما يحدث لك ٤- يجب أن تدركي أنك أنتِ المسؤولة عن التغيير ٥- يجب أن تدركي أن العزيمة سر النجاح (لذلك كان أفضل البشر هم أولو العزم من الرسل: نوح وإبراهيم وموسى وعيسى ومحمد صلوات ربي عليهم . سادسا: عدم الالتفات إلى النقد الجارح أو اللوم غير المبرر أو المقارنة المجحفة لأنها تقتل الإبداع وتبعد الإنسان عن طريق النجاح سابعاً: الاستعانة بالله تعالى قومي بالدعاء في السجود وفي ثلث الليل الأخير حيث يستجاب الدعاء.... تعبدي لله بالدعاء: { وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ } (غافر ٦٠) . ثامنا: تعلمي مهارات الحياة والتي تمكنك من التعامل مع ضغوطات الحياة وكذلك التعامل مع الآخرين . تاسعا: بالنسبة للبروزاك فهذا يمكنك مراجعة طبيبك الذي وصف لك الدواء حيث إنه سوف يقيم حالتك عن قرب والله نسأل أن يوفقك لما يحب ويرضى، وفي حالة لم تشعرى بتحسن يمكنك التواصل مع الهاتف الاستشاري بالجمعية للاستفادة من خدماته بسرية وخصوصية تامة على الرقم ٩٢٠٠٠١٤٢١

6- أخي و الانطواء

الاستشارة

السلام عليكم

أريد أن استشيركم بموضوع اخوي

عمره ١٧ سنه بالصف الثاني ثانوي

بداية عائلتنا لا يوجد بها حوار او نقاش الوالدان ضعيفا الشخصية ,الوالد لا يفتخر بأبنائه امام الناس ولا يمتدحهم بل يمتدح ابناء الناس ويدعي ان هذا من المثاليه والتواضع وأيضا هو سلمي ويقدم مصلحة الناس على مصالحه لا يجيد اتخاذ القرارات المناسبه . غير واثق من نفسه يستشير

غيره بكل شيء حتى بالأمور الشخصية والعادية جدا . مع ذلك هو كريم جدا من الناحية المادية وطيب القلب جدا.

أخي لديه وسواس من الأكل الذي نعهده في المنزل لا يجب ان يأكل معنا كثيرا . يغسل الأطباق او الكأس كثيرا . كثير المشي في البيت والتفكير لديه مشكله بسيطه في فكه السفلي تَوْرَقَه جدا وتشعره بأنه ليس جميل ليس لديه ثقة في نفسه كثير الإنطواء على نفسه يلعب البلاستيشين او يشاهد مسلسل تركي سياسي او يشاهد كرة القدم ليس لديه اصدقاء . كلامه ليس مرتب ولا يجيد التحدث بصوره عاديه يتفشل حتى من بعض الكلمات التي ينطقها بصوره خاطئه .. مرة قال (أصلا طريقي كله مسدود) صعبت عندما قالها احسست بأنه ضايع تائه لايعرف ماذا يفعل .. اريد أخذ موعد مع استشاري حتى يتحدث معه مباشرة في زياره للمركز .. فعليا نحن بحاجة ماسه لعلاج اخي . أريده أن يرى الدنيا من منظور مشرق ايجابي واثق سعيد .. وأعلم تماما ان مشكلة أخي نابعه من مشاكلنا الاسريه ..
انتظر ردكم جزاكم الله خير ا

الإجابة

بسم الله الرحمن الرحيم السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نرحب بك في الاستشارات الإلكترونية في جمعية المودة للتنمية الأسرية ويسعدنا تواصلك معنا... بداية من الجميل أن يكون لأخيك أخت بمستوى وعيك وحرصك عليه ونحن نهنئه بك... و من خلال ما عرضتيه في طلب الاستشارة نجد أن هناك أكثر من جانب في مشكلة أخيك نحدد في التالي : أولا: معاناته من الوسواس القهري المتعلق بجانب العناية بالنظافة. ثانيا: الانطواء وعدم الثقة في النفس. ومن أعراضها كما ذكرت عدم الطلاقة في الحديث. والانكفاء على نفسه. ثالثا: التواصل الأسري داخل الأسرة يكاد يكون مفقودا. رابعا: عدم إلمام الوالدين فن التعامل مع المراهقين. ولمساعدة أخيك في علاج هذه المشكلات يتطلب فهم المرحلة العمرية وخصائصها (المراهقة) حتى نستطيع التعامل معه بصورة واضحة. وهذا يتطلب على كل من له علاقة بأخيك المساعدة لتجاوز هذه المشكلات بدءا بالوالدين و الإخوة الأكبر سنا. إن المراهق بطبيعة الحال يمر بعدد من التغيرات التي تطرأ عليه سواء داخلية أو خارجية مما تؤثر مباشرة على الحالة الانفعالية والجسمية



والاجتماعية وبالتالي يكون عرضة لبعض الأزمات ابتداء بإثبات الذات بأكثر من طريقة ينتهجها وكذلك أزمة الاستقلالية وذلك من خلال رفض السلطة الوالدية والأكبر منه وهذا يفسر سلوكه عندما يتحدث في رغبته بتترك البيت. كما أن المراهق في هذه المرحلة يهتم بمظهره كثيرا فينظر إلى المرأة وقتا طويلا وما ذكرته عن الإصابة في فكها السفلي شكلت في داخله عقدة نفسية يشعر حيالها بالنقص مما انعكست على توافقه النفسي. إن علاج مشكلة أخيك تكمن في الآتي: أولا: ينبغي على الوالدين وخاصة الأب تغيير طريقة تعامله مع أخيك وذلك من خلال إعادة بناء الثقة عن طريق اشعاره بأنه رجل ويمكن الاعتماد عليه وإعطائه بعض مسؤوليات البيت. ثانيا: احتياج والدكم إلى ثقافة التعامل مع المراهقين فهناك عديد من الكتب تتناول هذا الجانب ومن الجميل أنك تقتنين أحدها وتهديه لوالدكم. ثالثا: جوانب تتعلق بأخيك وتحتاج إلى جلسات إرشادية مباشرة معه لتغيير أفكاره وقناعاته حول نفسه و الآخرين... لذا اكملني مشوارك في علاجه باقناعه بزيارتنا في جمعية المودة وحجز موعد عبر هاتف الجمعية ٠١٤٢٦ ٩٢٠٠٠١ أو من خلال موقع الجمعية لمقابلة أحد مستشارينا لتقييم الحالة ووضع برنامج علاجي وكذلك يسعدنا تواصلك مع هاتفنا الاستشاري على الرقم ٠٩٢٠٠٠١٤٢١. و شكر الله سعيك ووفقك لما يحب ويرضى.

7- لا أثق في نفسي

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته :

سأدخل بالموضوع لأني لا أجد المقدمات أنا طالبة جامعيه في التجمعات سواء العائليه او الأقارب تأتيني أفكار سلبيه لا إراديه تحطمني وتبطني وتسلب إحترام الناس لي مثلاً: أتكلم مع أختي وأفكر أنها تسخر من كلامي في نفسها أو صديقتي تنظر إلي بإستهتار وعندما أفكر أن أتكلم أمام النساء أساساً لا أجرؤ ! ولكن عندما أفكر أحس بأنهم لن يتفاعلوا معي وسيسخرون من طريقة كلامي وأفكار سلبيه أخرى وأيضاً لم أذكر يوماً بأنني اتخذت قراراً بجيأتي حتى ما يخصني، فأنا أعتمد على أمي ومن حولي باتخاذ قراراتي، شخصيتي ضعيفة، وعاطفتي تأخذ محل عقلي بالتفكير،

حاولت مرارًا وتكرارًا أن أطور من نفسي، لم أترك كتابًا إلا قرأته، ولكن دون جدوى أنا أنا ولن أتغير كثيرًا! أندم وأعاتب نفسي، ملاحظه أنا في طفولتي اعتقد ان سبب عدم ثقتي هو والدى جدا كان يضربني وانا صغيرة وهو عصبي، واهلي يحطموني بكلام مثل انتي فاشله غيبه .. ماتفهمني .. الخ انا أحاول أن أكون إيجابية، لكني لا أعرف كيف!، فكيف أكون لا أخاف ولا أتردد من أي شيء في طريقه كلامي، وأتخلص من سلبيتي؟! أرجوكم كيف أتخلص من الأفكار والرسائل السلبية؟ كيف أكون واثقه من نفسي واعتمد على نفسي بكل شي؟؟ وجزاكم الله خير ..

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد، المسترشدة الكريمة سددك الله السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته ابنتي الفاضلة: نشكر لك ثقتك بجمعية المودة برنامج شورى للاستشارات الإلكترونية، ونسأل الله جل وعلا أن يمن عليك بصحة نفسية وبدنية وعقلية تسهم في استقرار حياتك وتحقيق السعادة في الدنيا والآخرة. * بداية ليست المسألة بالسوء الذي تعتقدينه وليست معقدة لدرجة يصعب حلها، فكونك مدركة لمشكلتك فهذا شيء إيجابي يساعد في التغلب عليها. ** التشخيص: ضعف الثقة بالنفس وتقدير الذات ** الوصف: أن ما تشعرين به من إحساس ناتج عن عدم فهمك لقدراتك بالطريقة المناسبة ومبالغتك في السعي للكمال، والذي لم ولن يصل إليه بشر مهما بلغت مهاراته وقدراته، فالكمال لله وحده سبحانه وتعالى. ** العلاج: - أولاً: عليك أن تثقي بقدراتك وإمكاناتك وتقديري حدودها تقديرًا جيدًا وبدون مبالغة. - ثانيًا: تعامل مع النقد والسخرية: بأنه مجرد وجهة نظر لا تمثل إلا قائلها وليس شرطاً أن تكون صحيحة. ثالثاً: تخلصي من الأفكار السلبية فعلياً، وذلك بالطريقة التالية: - خذي ورقة وقلم وسجلي كل ما تدركينه من إيجابيات في شخصيتك. - تأملي وإقري تلك الإيجابيات وتخيلي نفسك وأنت تمارسينها بالطريقة التالية: أ_ محادثة النفس (مثل) أنا جريئة - أنا متحدثة جيدة . ب_ محادثة الآخر لك (مثل): قولي لنفسك وكأن شخصاً ما يحدثك، أنت يا (اذكري اسمك) جريئة - أنت يا (اذكري اسمك) متحدثة جيدة . ج_ محادثة الآخرين عنك (أي كأنك تسمعين أشخاصاً يتحدثون عنك (مثل): (اذكري اسمك): فلانة جريئة، فلانة متحدثة جيدة) تعودني على هذا التدريب وخصوصاً قبل ساعات النوم وفي مكان هادئ وطبقه لمدة شهر وبشكل يومي، وسوف تشعرين بتحسن جيد وسريع. ثم مارسي هذا التمرين مع كل فكرة تجددين أنها غير مناسبة



من خلال تحويلها للجانب الإيجابي وتحديثي مع نفسك بالطرق الثلاثة أعلاه. رابعًا : كافئي نفسك على كل عمل إيجابي تحقينه: بالثناء على نفسك، بممارسة هواية معينة لمدة أطول مما كنت تمارسها فيه، هدية من نفسك لنفسك، كتابة ورقة شكر لنفسك، خامسًا: عندما تراودك شكوك في أن الآخرين يتحدثون عنك بطريقة سلبية: أقنعي نفسك بأنهم إن وصفوك بصفات غير مناسبة (بأن العكس صحيح) وأن ذلك لن ينقص منك شيئًا وإنما هو مجرد غيرة إيجابية يتمنون أن يحققوها مثل ما حققتها أنت. تمنياتنا لك بدوام التوفيق.

8- زوجتي تعاني من اكتئاب

الاستشارة

السلام عليكم

لدي مشكلة مع زوجتي انها دائما تشتكي و تقول اني لا اهتم بها و لا احبها و اني غير مقتنع بها و لهذا السبب اصيبت باكتئاب و انا مللت كثرة شكواها رغم محاولتي افهامها اني احبها واهتم لأمرها و لكن لا جدوى و الان فكرنا في الانفصال فبماذا تنصحوني علما بان لدينا طفلة عمرها سنتان؟

و شكرا

الإجابة

الأخ الفاضل وفقه الله . نرحب بك في برنامج الإرشاد الإلكتروني بموقع جمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله تعالى أن تجد فيه النفع والفائدة ، وأن يسدد أقوالنا وأعمالنا ، وييسر لنا تقديم ما فيه الخير لك ولجميع الإخوة والأخوات زوار هذا الموقع المبارك . أتوقع أنكما شخصتما الاكتئاب في زوجتك عند طبيب مختص وبدأت الزوجة في استخدام الدواء لأجل أن ينتظم المزاج والتفكير فهما أدواتنا لتفسير الأمور ومن ثم للتعامل مع الناس . تقول إن زوجتك تشتكي بأنك لا تهتم بها وبالتالي تحكم عليك بأنك لا تحبها وقد يكون هذا دلالة على طريقة تفكير تتسم بها المرأة عموماً بأنها كلية إجمالية، فهي تربط حلقات المواضيع من كل مكان بشكل تفصيلي مطول وتجمع الخلافات السابقة معها كشواهد تقدمها لموقفها الجديد وذلك عند شعورها بضغط المشكلات ، وفي حقيقة الأمر هي تريد منه التعاطف والمشاركة وتقديم الدعم المعنوي لها لا الحلول ، فيتكرر

السيناريو التالي : تبدأ بالانفعال وتردد كلمات (دائماً كذا ! أنت دائماً ! نحن أبداً ! ..) إلى غير ذلك من عبارات التعميم التي تطلب بها منك تأكيد مقولتها وتأييدها والاعتراف بصحة ما تدعي .. وهنا على الزوج الاستجابة العاطفية لها وجعلها تتحدث ويستمع لها باهتمام وتفاعل كمسايرة لها ثم يعمل لاحقاً بذلك على تعديل الأفكار بدون مصادمة وجدال وتسلسل . هي تراك تتهرب من مسؤولياتك فتلقي باللوم عليك باستخدام قاعدة السبب والنتيجة فتقول ((أنت غير مهتم بي لأنك لا تحبني)) و((أن الطلاق سيقع لأنك تهملني)) وهي عبارات للتفريغ الانفعالي للتعبير عن المشاعر والأفكار . هذه مغالطة نقع فيها كأزواج والحقيقة أن نظام التواصل والتفاعل بيننا كأفراد أسرة جميعاً قد يكون له دور أكبر في تحويل المشكلات أكثر من حجمها الحقيقي وعن طريق فهم نظام التفاعل بين الأفراد داخل الأسرة يتم فهم سلوك الفرد فيها . ومن خلال واقع الاستشارات التغيير في طريقة التواصل بداية من اختيار المكان المناسب والوقت المناسب عند الحوارات التي تحتاج لقرارات إلى تنظيم الأفكار وطريقة الكلام ثم فن لغة الجسد وتعبيرات الوجه ونظرات العيون التي تعبر عن الاهتمام بمن نحاور وعدم استخدام تكتيف اليمين أو الإشارة بأصبع الاتهام كلغة تحدي إلى تركيز اهتمام بحسن استماع وعدم مقاطعة ورفع نبرة الصوت . أخي الفاضل كما أن للزوج حقوق فللزوجة حقوق أيضاً وأتمنى أن تقييم نفسك في إعطائها حقوقها التي هي : النفقة (الطعام - الشراب - المسكن - العلاج - الملابس - تعليم الأبناء) { الرجال قوامون على النساء بما فضل الله بعضهم على بعض وبما أنفقوا من أموالهم } [النساء : ٣٤] - المهر { وَأَتُوا النِّسَاءَ صِدْقَاتِهِنَّ نِحْلَةً فَإِنْ طِبْنَ لَكُمْ عَنْ شَيْءٍ مِنْهُ تَفْسًا فَكُلُوهُ هَنِيئًا مَرِيئًا } [النساء : ٤] - العدل مع الزوجات (المبيت - المسكن - الملابس والمأكل والمشرب - النفقة) { فَانكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مَتْنًى وَثَلَاثَ وَرُبَاعَ فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ذَلِكَ أَدْنَىٰ أَلَّا تَعُولُوا } . [النساء : ٣] { وَلَنْ تَسْتَطِيعُوا أَنْ تَعْدِلُوا بَيْنَ النِّسَاءِ وَلَوْ حَرَصْتُمْ فَلَا تَمِيلُوا كُلَّ الْمِيلِ فَتَدْرُواهَا كَالْمِغْلَقَةِ وَإِنْ تُصْلِحُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُورًا رَحِيمًا } . [النساء : ١٢٩] [- المعاشرة بالمعروف (عدم ضربها بغير سبب في الوجه) { وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيجعل الله فيه خيراً كثيراً } [النساء : ١٩] - وقايتها من النار { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ } [التحریم : ٦] - إشباع رغبتها الجنسية - مساعدتها في البيت - شكرها على ما تقوم به - تحمل الأذى والصبر عليها (التغافل) - التزين لها - حفظ السر وأقدم لك أدوات لتكسب بها زوجتك : لا تُهينها . أحسن معاملتك



- تحدث معها وإليها وأنصت لها - كن عفيفاً مستقيماً في حياتك - لا تثير غيرتها - لا تجرحها وتعيرها بعيوب وأخطاء صدرت منها في مواقف معينة - عدّل سلوكك من حين لآخر - كن هادئاً - امنحها الثقة - أثن على زوجتك - شجعها على الدراسة وتحصيل المعارف - أشعرها بالأمان - اعدل بين حبك لزوجك وحبك لوالديك وأهلك - أعطها قسطاً وافراً وحظاً يسيراً من الترفيه خارج المنزل - شاركها وجدانياً فيما تحب أن تشاركك فيه بزيارة أهلها - ودعها عند الخروج بابتسامة وطلب الدعاء وإذا دخلت فلا تفاجئها حتى تكون متأهبة للقائك - ساعدها في بعض أعمالها المنزلية - غض الطرف عن بعض نقائص زوجتك - لاعبها ... من الجيد لنا جميعاً أن نراجع طريقة تواصلنا اللفظي والبصري والمعنوي مع الآخرين وهناك العديد من مقاطع اليوتيوب التي تقدم لنا طريقة فن التواصل مع الآخرين فهي مهارة إنسانية نحتاجها بشكل مستمر في حياتنا لتعامل مع الآخرين بشكل أمثل .

9- الاثار النفسية بعد الطلاق

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

طلقت زوجتي لي سنتين الان ومعني منها ولد معاق عمرة ١٠ سنوات وبنيتين ٤ سنوات وسنتين بسبب مشاكل بين العائلتين وبسبب خيانة الزوجه لى حدث الطلاق هي بنت عمي واخوها طلق أخي وعمي طرد ابوي من بيته كلها حصلت خلال الثلاث سنوات الماضيه والان العائلتين متقاطعتين انا الان اخذ عيالي يوم ونصف بالاسبوع بحكم المحكمه وباقي الايام عند الام لكن عانيت كثير من فراقهم وبعدهم عني سنتين عشتها لحالي وانا الى الان ماتزوجت خايف من المستقبل وخايف ان اتزوج ويؤثر ذلك على ابنائي بان اهملهم مع العلم انهم متعلقين فيني كثير وبالذات الولد المعاق فلا يقدر الاستغناء عني حتى لو ارجعته لامه يبكي ويطلب البقاء معي واحترت حتى ساءت نفسيتي وايض شعري من همي وخوفي على ابنائي مع اني مستئمن جلوسهم عند امهم لكن تعبت نفسيا فماذا اعمل وجهوني ارجوكم

الإجابة

الأخ الفاضل : نسأل الله عز وجل أن يقدر لك الخير، وأن يرضيك به، ونشكر لك تواصلك مع برنامج الإرشاد الإلكتروني بجمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله أن يفرج عنك همك وأن يُيسر أمرك. اولاً : تذكر عندما سئل النبي صلى الله عليه وسلم من أشد الناس بلاءً قال: (النبيون ثم الأمثل فالأمثل، يتلى الرجل على حسب دينه فإن كان صلب الدين اشتد بلاءؤه، وإن كان في دينه رقة ابتلي على حسب دينه فما تبرح البلاء على العبد حتى تدعه يمشي على الأرض ليس عليه خطيئة) (رواه البيهقي وغيره). ثانياً : بالنسبة لما حدث بين العائلتين فيجب ألا يؤثر ذلك على علاقتك بأبنائك ولا مع هل أم أبنائك ولا مع الأم بل يجب أن تتجاوز هذه المرحلة . ثالثاً : بالنسبة لتفكيرك في الزواج أذكرك بأن أمر الزواج من الأمور المهمة في حياة الإنسان لما يترتب عليه من الاستقرار وتكوين الأسرة المسلمة يقول الله عز وجل: (ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجاً لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة) ولذلك على الإنسان أن يفكر جيداً كيف يحصل هذا الأمر من الاستقرار والسعادة - رابعاً : يتوجب عليك أن تجلس مع نفسك جلسة مصارحة وكتب إيجابياتك وسلبياتك قال تعالى: ﴿ إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ﴾ الرعد/ غير في نفسك، الى الافضل , استعيد ثقفتك بنفسك وارفح تقديرك لذاتك , مما يشعرك بالسعادة , اهتم بنفسك من جميع الجوانب , اخرج نفسك من حالة الحزن .. واعلم أن الله معك خامساً : الاستعانة بالله تعالى قم بالدعاء في السجود وفي ثلث الليل الأخير حيث يستجاب الدعاء.... تعبد لله بالدعاء: ﴿ وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ ﴾ (غافر ٦٠) . سادساً : حاول أن تتعامل مع أبنائك بالحب وألا تعيش في آلام الماضي سابعا : التحق بالدورات لتطوير ذاتك وفن التعامل مع الحياة الأسرية عن طريق موقع الجمعية والله نسأل أن يوفقك لما يحب ويرضى، وفي حالة واجهتك مشكلة أخرى يمكنك التواصل مع الهاتف الاستشاري بالجمعية للاستفادة من خدماته بسرية وخصوصية تامة على الرقم ٩٢٠٠٠١٤٢١ , كما أتمنى منك حضور الدورات التي تقيمها جمعية المودة ومنها الحوار الأسري- جمعية المودة - جدة - التحلية حي الأندلس



10- هل يؤثر على نفسيتي و زوجي في المستقبل

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله

انا تعرضت لتحرش وانا طفلة اكثر من مرة من قبل قريب من اقربائي و اخي وماكنت اعرف ابدا ولى تكررت من قبلهم لغاية ماكبرت و استمررت وعشت حياتي عادي ... طبعاً محد من عائلتي يعرف عن الموضوع ابدا ... كنت ما احب احد يقرب مني نهائي اتفرز بس حالياً عادي بس صرت اتردد كثيراً لمن يتقدم لي خاطب .. سؤالى هل اذا تزوجت راح يآثر على حياتي مع زوجي ويسببلي مشاكل بالمستقبل هذا الشي .. هل احتاج اني اعالج نفسي او استمر بحياتي وكأن شيئاً لم يحدث ... وشكراً جزيلاً اتمنى تطمنونى

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد إبنتي الفاضلة حفظك الله من كل مكروه وألهمك الصواب وفقك لاتباعه لقد أخطأت كثيراً في عدم إحاطة والدتك بما جرى منذ بدايته وخصوصاً من أخيك ، ونأمل ألا يكون التحرش وصل إلى علاقة كاملة . وهنا ننصحك بالآتي : - أولاً : التوبة إلى الله سبحانه وتعالى مما حدث ، قال تعالى ((قل يا عبادي الذين أسرفوا على أنفسهم لا تقنطوا من رحمة الله إن الله يغفر الذنوب جميعاً إنه هو الغفور الرحيم) [الزمر ، الآية ٥٣] - ثانياً : تقوى الله تعالى في نفسك وفي عرضك وعرض أهلِكَ ' قال تعالى (وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا) [الطلاق ، آية ٢] - ثالثاً : التوقف مباشرة عن ممارسة هذه السلوكيات فهي جريمة عظيمة والأكثر جرماً أن تكون مع المحارم ، وتذكري قوله تعالى (قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ * الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ * وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ * وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَاةِ فَاعِلُونَ * وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ * إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ * فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ) [المؤمنون ، الآيات ١- ٧] - رابعاً : من المهم عرض نفسك على أخصائية نساء وولادة للتعرف على سلامة عذريتك وبسرية تامة ، وعدم إحاطة أحد بذلك سوى والدتك . - خامساً : زيارة طبيبة نفسية لتقييم حالتك النفسية وإعادة تأهيلك نفسياً . - سادساً : إذا قمتِ بتلك الخطوات اجعلي الأمر طي الكتمان وامسحيه

من ذاكرتك تمامًا ولا تحدثني به نفسك أو أي شخص مهما كانت درجة ثققتك به . - سابقًا : اقبلي على حياة جديدة ملؤها التفاؤل والأمل ، وأقبلي الخاطب وفق الضابط الذي وصفه لنا نبينا محمد صلى الله عليه وسلم في قوله (إِذَا حَطَبَ إِلَيْكُمْ مَنْ تَرْضَوْنَ دِينَهُ وَحُلُقَهُ فَرَّوْجُوهُ، إِلَّا تَفْعَلُوا تَكُنْ فِتْنَةً فِي الْأَرْضِ ، وَفَسَادٌ عَرِيضٌ) [صحيح الترمذي - ١٠٨٤] أسأل الله تعالى أن يشرح صدرك ويرفع ذكرك ويضع وزرك ويريك الحق حقًا ويرزقك اتباعه ويريك الباطل باطلاً ويرزقك اجتنابه . تحياتي لك على جرأتك في المبادرة لحل مشكلتك وحفظك الله .

11- وساوس قبل زواجي

الاستشارة

السلام عليكم ... انا فتاة عمري ٢٥ زواجي بعد شهر من وقت ما ملكت وانا خائفة من الزواج لانه كنت امارس العادة السرية خارجي فقط وفيه بعض التحرشات من قريب . خائفة من غشاء البكارة ودائما يراودني شعور الخوف . من جهة أخرى زوجي محترم وخلوق ويعاملني بطيبه واحترام لكن قليل التغزل في ولا يعبر لي عن حبه الا نادرا وغالبا مشغول عني ومايزورني وهذا سبب قوي يساعدي ان احس أنه لا يريدني واخاف من الطلاق قبل أن يتم الزواج يعني باختصار انا اخاف من المستقبل عندي شعور ممكن ما نستمر .
ساعدوني بحل الله يسعدكم .

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته , أختي العزيزة نشكر لك تواصلك مع قسم الاستشارات الإلكترونية في جمعية المودة للتنمية الأسرية ونتمن لك ثققتك بنا , سائلين المولى عز وجل أن يصلح لك زوجك ويصلحك له ويرزقكم الذرية الصالحة وأن يوسع لكم في رزقكم أما بعد : أختي العزيزة يسعدني قبل أن أبدأ أن أشيد بحرصك على طلب الاستشارة المتخصصة فيما يعترض حياتك من مخاوف أو مشاكل وهذا إن دل على شيء فهو يدل على رجاحة عقلك وحسن تربيتك واستقامة خلقك نسأل



الله أن يحفظك وزوجك من كل مكروه وأن يبارك لكم في زواجكم وفي أعماركم . أختي العزيزة هناك مخاوف طبيعية (الخوف من المجهول) تعترى الإنسان الطبيعي عند الإقدام على عمل معين لم يسبق له أن عمله أو مرحلة حياتية ينتقل إليها كالزواج مثلاً أو الانتقال إلى منطقة جديدة , فهذه المخاوف تكون في الحد الطبيعي ولا تحتاج إلى علاج إذا لم تعوق الإنسان عن ممارسة حياته الطبيعية وستختفي بمجرد أن يخطو الخطوة الأولى في العمل الذي كان يخاف منه لأنه سيكتشف أنها مخاوف غير حقيقية , أما إذا زادت هذه المخاوف فأصبح الإنسان يترك أشياء وأعمال مهمة في حياته بسببها فهنا انتقلت هذه المخاوف من مرحلة المخاوف الطبيعية إلى مرحلة الفوبيا المرضية والتي تستدعي التدخل العلاجي من مختص مثال على ذلك: (الخوف البسيط من ركوب الطائرة , هذا أمر طبيعي عند كثير من الناس ولكنهم رغم ذلك الخوف يركبون الطائرة) ولكن عندما (يتنازل شخص عن وظيفة جيدة براتب جيد في مدينة غير مدينته بسبب خوفه من ركوب الطائرة للذهاب إليها هنا أصبح عنده فوبيا مرضية وليس خوف طبيعي), وأنت ذكرتِ حفظك الله مجموعة من المخاوف والتي أرجعتي سببها إلى ممارسة العادة السرية , وهذه مخاوف متوقعة ونتيجة من الآثار النفسية والعصبية والصحية للعادة السرية عند الإناث والتي تؤثر على جودة الحياة ومن هذه الآثار (ضعف تقدير الذات والشعور بالذنب والخوف من الفشل في الحياة الزوجية بسبب الخوف من فقد العذرية أو الخوف من عدم الإشباع الجنسي بعد الزواج , والتوتر العصبي , والقلق , وأحياناً قد تتسبب في اختلال الهرمونات , واضطرابات الدورة الشهرية) وهذه الآثار تختفي بعد الزواج . ونشير عليك حفظك الله . أولاً: بالإقلاع عن هذه العادة السيئة . ثانياً: بالنسبة للبيكاره فالعادة السرية لا تؤثر عليها إذا كانت الممارسة خارجية فقط لأن غشاء البكاره يبعد عن الفتحة الخارجية للمهبل تقريباً بمسافة ٢ سم , ولا يتأثر إلا بإدخال شيء صلب أو حاد أو عن طريق الممارسة الزوجية , وإذا أردت التأكد أكثر يمكنك الكشف عند طبيبة نساء وستساعدك في تطمينك وذهاب خوفك . ثالثاً: جميع المخاوف الأخرى (الطلاق , عدم التوافق , ما يجيني... الخ) هذه كلها أفكار سلبية ناتجة بسبب ارتفاع مستوى القلق لديك والحل (توكلي على الله وهو حسبك وسيختار لك الخيرة الطيبة , ثم حاولي أن تتعلمي أساليب وطرق الاسترخاء التي تعالج القلق , مثل التنفس العميق وغيرها وسوف تجدين مجموعة منها إذا بحثتي في مواقع الإنترنت , مارسي الرياضة بشكل مستمر فهي تساعد في خفض مستوى القلق وبالتالي ذهاب الأفكار السلبية , استبدلي الأفكار السلبية بأفكار إيجابية فأمامك حياة سعيدة تنتظرك وزوج محب سيسعدك وسترزقين بأطفال إن شاء الله فلا تشوهي جمال حياتك القادمة بأفكار سلبية ليست حقيقية . رابعاً: ذكرتِ أن زوجك لا يتغزل

فيك ولا يعبر لك عن حبه إلا نادراً , أختي العزيزة زوجك يحبك ولو أنه لا يحبك لما ارتبط فيك وتزوجك , ثم إن الرجل ربما يجعل أو لم يتعود على كلمات الغزل , ثم حتى تخرجي من هذه الفكرة السلبية اعلمي أن الرجال عقلانيون أكثر والنساء عاطفيات أكثر , لذلك كلام الرجل يأخذ صفة العقل والجدية أكثر والمرأة كلامها يأخذ صفة العاطفة والحب أكثر , فعندما تفهمي التركيبة النفسية للرجل ستفهمين تصرفات زوجك وكلامه . خامساً : ننصحك أختي العزيزة بالاشتراك في الدورات المجانية لجمعية المودة (, تأهيل المقبلات على الزواج) , لأنك ستتعلمين فيها مهارات بناء الأسرة السعيدة وستخفف كثيراً من قلقك , وأيضاً يمكن أن تنصحي زوجك بالاشتراك في دورات الرجال (تأهيل المقبلين على الزواج) . سادساً : نعتقد بإذن الله أن الحلول السابقة ستكون مفيدة لحل مشكلتك , ولكن إذا لم يكن هناك استجابة لخفض القلق لديك بعد تطبيقها أو زادت لديك المخاوف بحيث أصبحت عائقاً في إتمام الزواج ننصحك بالذهاب الى مختص نفسي لطلب العلاج . أخيراً , أسأل الله عز وجل لك ولزوجك أن يتم لكم زواجكم على خير بأفضل مما تتمنون وأن يحفظكم بحفظه ويجعل بينكم مودة ورحمة ويرزقكم الذرية الصالحة.

12- زوجتي تعاني مشاكل نفسية

الاستشارة

متزوج منذ ١٣ عام ولدى ٤ أطفال وقد حدثت مشاكل كبيرة بيني وبين زوجتي وقد تفاقمت كثيرا وتأثر الأولاد بها كثيرا .. زوجتي حالياً تعاني من اكتئاب حاد واضطراب ولا أعرف كيفية التعامل معها وقد وصلت الأمور للطلاق وضياع الأولاد ابحت عن مساعدة قبل وقوع ما لا يحمد عقباه

الإجابة

الأخ الفاضل وفقه الله . نرحب بك في برنامج شورى بموقع جمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله تعالى أن تجد فيه النفع والفائدة ، وأن يسدد أقوالنا وأعمالنا ، ويسر لنا تقديم ما فيه الخير لك ولجميع الإخوة والأخوات زوار هذا الموقع المبارك . إن كان الاكتئاب الحاد هو تشخيص الطبيب النفسي فأنصحك بمتابعة الطبيب النفسي لعلاج المرض دوائياً وبهذا تحاصر زوجتك أعراضه بالعقاقير الطبية وبالمعلومات الصحيحة من الطبيب المختص . رسالة لك أيها الزوج الكريم : أرجو أن تفهم أخي



الكريم أن المكتئب شخص يعتبر نفسه بلا قيمة ، غير مرغوب أو محبوب وعاجز وليس لديه أمل في المستقبل فتظهر لديه أفكار انتحارية . فإن تفهمت ما تعاني زوجتك فعليك أن تتحلى بالصبر وشجعها وقف بجانبها وذكرها بنقاط قوتها لتجاوز الأزمة لأن الانفعال والغضب سيزيد الحالة تأزماً . يلاحظ على المكتئب أنه فاقد للحياة وبطيء وضعيف التذكر والتركيز واتخاذ القرار لا يهتم بأي شيء في حياته ؛ فهو لا يأكل إلا القليل ؛ فيفقد وزناً بشكلٍ مُقلق، ونومه متقلب ولن يهتم بأي علاقة زوجية ، ولا يذهب إلى عمله ، فيترك العمل ، ولن يرغب في الخروج من المنزل ، ولن يكون لديها أي طاقة لعمل أي شيء سواء في المنزل أو خارج المنزل ، برغم رغبتها أن تفعل شيئاً، لكن مزاجها المكتئب، والذي يجعلها دائماً خاملة، منطوية، لا ترغب في إجراء أي حديث أو حوار مع أي شخصٍ كان، لأنها لا تجد في نفسها الطاقة والقدرة على القيام بمثل هذه المحادثات أو الحوارات. العلاج : أجعلها تردد دائماً : (وأفوض أمري إلى الله والله بصير بالعباد) ثم أسألها : هل بعد تفويض أمرك لله سيتخلى عنك ؟ • زيارة الطبيب النفسي من جديد والذي سيحدد الأدوية المضادة للاكتئاب ثم يحولها للأخصائي النفسي المرافق له. • البدء في الجلسات العلاجية النفسية لدى الأخصائي النفسي المرافق للطبيب النفسي وهي علاجات معرفية سلوكية . • الحصول على قسط كافٍ من النوم. • اتباع نظام غذائي صحي ومغذي. • ممارسة النشاط الحركي والرياضة بانتظام . • المشاركة في الأنشطة التي تجعلها سعيدة ، حتى لو كانت لا ترغب بذلك • قضاء بعض الوقت مع العائلة والناس . • اعتبار الصلاة والتأمل وسائل للاسترخاء واستخراج القوة الداخلية. وللمزيد من التوجيهات يمكنك التواصل مع الهاتف الإرشادي لجمعية المودة للتنمية الأسرية على الرقم (٩٢٠٠٠١٤٢١) أو أخذ موعد لدى الارشاد بالمقابلة على الرقم (٩٣٠٠٠١٤٢٦) أو الاطلاع على دورات وبرامج الجمعية من خلال الرابط <http://almawaddah.org.sa/activities>

100

سؤال وجواب من واقع
الاستشارات الإلكترونية
بجمعية المودة للتنمية الأسرية



الاستشارات الأسرية

13- زوجي صعب

الاستشارة

السلام وعليكم . انا متزوجة من شهرين وفترة ملكتنا كانت سنة ونحن متفقان انا وزوجي ومرتاحان لكن مشكلته لما نختلف في بعض الاحيان لا يعترف بغلظه حتى وهو حاس بداخله انه غلط إنما يكابر ويقلب الموضوع علي ويعصب ويغضب لو تضايقت من اسلوبه او كلامه مع اني لا أرفع صوتي وإذا أخطأ علي لا يراضيني او يعتذر وانا احيان اعذره ولا أحب تطول المشكلة بيننا واقوم ابادر واتفاهم معه وبعدين يجلس يعتذر ويقبل راسي ويقول ساعيني لم أقصدت انا بدأت اتعب من هذا الشي علما أن كل خلافاتنا نتيجة سوء تفاهم أريد مشورتكم في ذلك.

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته ، أختي الفاضلة حفظك الله ورعاك ، نشكر ونثمن لك تواصلك مع موقع الاستشارات الإلكترونية بجمعية المودة للتنمية الأسرية واعلمي وفقك الله بأن الحياة الزوجية غالبا ليست مستقرة ولا بد أن تشوبها بعض المشكلات الأسرية التي يجب أن ينتبه لها الزوجان لعلاجها والسيطرة عليها حتى لا تكبر وتزعزع كيان الأسرة لا سمح الله ،،، أختي الفاضلة من خلال عرضك لمشكلتك تبين أنكما بإذن الله زوجان متفاهمان متحابان لديكما مقومات الحفاظ على هذه الأسرة الصغيرة بإذن الله وما وضحتيه من خلافات بينكما فيأذن الله لها حل والحل يكمن لديك فأنت التي حددت سبب المشكلات وهو سوء الفهم من قبل كل منكما وأعتقد أن السبب هو أنكما حديثان في تجربتكما للحياة الزوجية حتى ولو كانت الملكة لها عام فالحياة داخل المنزل وممارسة أعباء الحياة الزوجية لها آثارها على الزوجين كلا حسب مسؤولياته، فمع مرور الوقت والصبر والاستعانة بالله والدعاء سوف تخف بإذن الله هذه المشكلة ... أختي الفاضلة زوجك إنسان يجبك ويحن عليك فحافظي عليه ، ليس من العيب طاعة الزوج والصبر عليه واستغلال الفرص لإفهامه وتعديل سلوكه لا تأخذك عزة النفس فخيركم من بدأ بالسلام . إن ما تقومين به من اعتذار وترضية لزوجك فهو أسلوب جميل ورائع للمحافظة عليه، وعملك هو من مكارم الأخلاق واحتسبي الأجر من الله في طاعة زوجك والصبر عليه ويجب أن تراعي حالة زوجك السابقة وقد تلمستها وهي حالة اليتيم التي مر بها فقد يكون يعمل هذه الأختلافات لإشباع حاجات نفسية لم تشبع في مراحل عمرية سابقة وقد يفعل ذلك لمعرفة مدى



حباك له وقد يكون تعود على اهتمام المقربين به وعطفهم عليه أنت التي تستطيعين أن تقيمي وضعه وتعديله ، فيبدو أن زوجك من النوع السهل فبكلمة أو حركة تستطيعين أن تغيرين الموقف لصالحك وأيضاً قد يكون زوجك شاباً ولم ينضج بعد وهو يفعل ذلك ليثبت لنفسه أنه هو الرجل المسؤول والمسيطر على الأسرة .. وكما ذكرنا سابقاً فمع مرور الوقت والنضج سوف تزول هذه الخلافات بإذن الله.. حاولي دائماً الاستفادة من المواقف التي يظهر فيها سوء الفهم والاستفادة منها، وتعلمي طريقة استيضاح الأمور لزوجك قبل الحكم بالموضوع، أيضاً استفيدي من المتخصصين كالمستشارين الأسريين لمساعدتك في حل أي مشكلة تواجهك ولا تستطيعين حلها وأقترح عليك التواصل مع الهاتف الإرشادي بالجمعية على الرقم ٩٢٠٠٠١٤٢١.... وكذلك الدخول على موقع الجمعية للالتحاق ببعض الدورات كدورة المقبلين والمقبلات على الزواج، وإدارة الغضب ، ورحلة النجاح الأسري وغيرها من الدورات التي تقدمها الجمعية على مدار العام من خلال الرابط التالي <http://almawaddah.org.sa/activities>

وكذلك لا ننسى الجانب الديني الذي يسبق جميع المراحل في تعديل السلوك كالمحافظة على الصلوات في أوقاتها . والأذكار والأدعية... الخ .
مع أمنياتنا لك بحياة سعيدة ومستقرة ...

14- كيف أقنع زوجي بعملتي

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله .انا متزوجة منذ ١١ سنة ولدي طفلان و قبل سنة حدثت مشاكل بيني وبين زوجي وتطلقت مرتين وحاولت جاهدة أن أجد وظيفة في معاهد كما يرغب زوجي ولكن لم أوفق وبصراحة شروطه تعجيزية .أرغب بالعمل وبصراحة فرصة لا تعوض فالراتب ٨ الاف تقريبا إضافة أنني لا أشعر بالأمان من ناحيته لذلك انا مصرة على العمل.

الإجابة

الحمد لله رب العالمين الذي خلق الزوجين الذكر والأنثى وجعل بينهما مودة ورحمة ، والصلاة والسلام على نبينا محمد . الأخت الفاضلة حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثقتك في موقعنا جمعية المودة للتنمية الأسرية . التشخيص : من الواضح أن مشكلتك هي عدم ثقتك في زوجك بسبب تجربة الطلاق السابقة (مرتين) فهذه التجربة المريرة أوجدت لديك خوفا داخليا من أن يقوم زوجك بالطلاق والانفصال عنك ، ومن الصعب تفهم مشكلتك وتفسيرها بسبب عدم توفر المعلومات وقتلتها فلا بد من معرفة أسباب الطلاق السابق ومعرفة الظروف التي تحيط بالأسرة ولكن من توضيحك يبدو أن المشكلة مادية وهي سبب المشكلة بينك وبين زوجك وليست هي السبب الرئيسي فقد تكون هناك أسباب أخرى أدت لعدم الانسجام والتكيف مع زوجك بالرغم من مضي إحدى عشرة سنة على زواجكما ووجود الأبناء فيجب عليك التركيز أولا على معرفة الأسباب التي أدت إلى ذلك وأيضا أنصحك بالمحافظة على زوجك والصبر والتحلي بالروية والحكمة فالمرأة الحكيمة هي التي تحافظ على بيتها وأبنائها وتحاول التكيف مع ظروف زوجها ولا بد أن تراعي هذه الظروف فقد يمر زوجك بضغوط في الحياة سواء مادية أو نفسية أو ضغوط في العمل .. فلا بد أن تكوني له الملجأ الذي يذهب إليه عندما تواجهه هذه الظروف أو غيرها باحترامك وحبك وحنانك وطريقة تعاملك معه تستطيعين أن تغيري زوجك وتكسي وده ، وليكن هدفك إصلاح جميع الأمور واتخاذ السبل التي تضمن عودة زوجك لك ، وكوني دائما هادئة بعيدة عن الانفعال عند مناقشتك له حتى لو استفزك بأفعاله أو كلامه ، وأكرر لا بد أن تراجع نفسك وتعرفي الأسباب التي أدت بزواجك بأن تصبح علاقته بك دائما التوتر ومهددة بالانفصال وتعاليها سواء أكان سلوكا سلبيا أو غيره ، وكوني دائما مع الله فالله يجعل من كل هم فرج إن شاء الله .. حاولي أن تحافظي على أبنائك وعدم إقحامهم في المشكلات فذلك له أثر سلبي كبير في المستقبل على شخصياتهم وحياتهم بشكل عام .. عليك التواصل مع المستشارين في الجمعية أولا بأول لتحصلي على الاستشارات السليمة والتي تساعدك في حل المشكلة بالأسلوب الأمثل بإذن الله . مع تمنيتنا لك بحياة آمنة مستقرة بإذن الله والله الموفق .



15- تزوجته من خلال مواقع التواصل فهل أطلب الطلاق؟؟

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته انا تزوجت واحدا عن طريق موقع تواصل واكتشفت انه كذب علي في أشياء كثيرة أهمها انه اكبر مني ب ٢٥ سنة وحاولت ان أتقبل الوضع ولكنه للأسف تزوج علي واحدة اخرى اجنبيه في بلد اخر يذهب لزيارتها كل فتره انا محتاره هل اكمل حياتي معه بالرغم ان اخي قال لا تطلي الطلاق لانك انت التي اخترته ولازم تتحملين وانا غير مرتاحة احس انه لا يفهمني وأيضاً تنقصني أشياء كثيرة ممن تحلم بها كل من في عمري و انا عمري ٣٥ وهو ٥٣ وبصراحة هو طيب معي ويحاول ان يكسبني لكن احس انه ما يجيني ما الحل.

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته حياك الله أختي المسترشدة في جمعية المودة للتنمية الأسرية ويسعدنا تواصلك معنا. وبالنظر إلى ما عرضته في طلب الاستشارة نجد أن مشكلتك تتلخص في الآتي: - تسيطر عليك أفكار سلبية مما ولد لديك شعور سلبي تجاه زوجك. - شعورك بعدم التوافق الزوجي. و لكي نبدأ برسم خارطة لعلاج مشكلتك لا بد من توضيح بعض الأمور: أولاً: من وجهة نظرنا نرى أن زوجك رجل صادق بكل ما تعنيه الكلمة لأنك تعرفت عليه من خلال مواقع التواصل وصدق معك في الزواج علما أن هناك فتيات مثلك تعرفن على رجال عن طريق مواقع التواصل فوقنا في حبال الكذب و الخديعة. ثانيا: إن فارق السن لا يعتبر في حد ذاته سببا في عدم التوافق الزوجي فهناك زيجات ناجحة رغم الفارق العمري بين الزوجين. ثالثا: كثير من الأزواج الذين يعددون يعشن زوجاتهم حياة مطمئنة إذا حكمن عقولهن ورضين بما كتبه الله لهن وعرفن أن ذلك سنة نبوية.. أختي الكريمة لعلاج مشكلتك ينبغي عليك اتباع الآتي : أولاً : عليك التخلص من المشاعر السلبية و ذلك من خلال التخلص من الأفكار السلبية التي تسيطر عليك تجاه زوجك بأنه لا يجبك و أن فارق العمر كما تظنين جعل فجوة بينكما ، حيث يجب عليك أن ترسلي رسائل إيجابية إلى ذاتك بأن تقولي زوجي

تظنين جعل فجوة بينكما ، حيث يجب عليك أن ترسلي رسائل إيجابية إلى ذاتك بأن تقولي زوجي يحبني ، و فارق العمر لا يشكل مشكلة بيننا . ثانيا : تقربي إلى زوجك أكثر و صارحيه بما يزعجك . فكلما تقربت منه أكثر تولدت بينكما مشاعر الدفء والمحبة أكثر . ثالثا : حاولي خلال الفترة القادمة إذا لم تنجبي أولادا أن تعلمي على هذا الأمر لأن وجود طفل بين الزوجين يقوي أواصر المحبة بينهما . رابعا : تذكري قول الله تعالى وعسى أن تكرهوا شيئا و هو خير لكم . خامسا : أختي أقبلي على الحياة بكل تفاؤل لأنه ثبت عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه يعجبه الفأل . سادسا: تناسي فكرة الانفصال لأنك لا تعلمين أيأتي زوج آخر أم لا وربما يأتي زوج آخر متقارب معك في العمر ويسيء إليك. لذلك تمسكي بزوجك واعلمي جاهدة على التقرب إليه و بناء مناخ زوجي تظله المحبة بينكما . متمنين لك حياة زوجية سعيدة. كما يسعدنا تواصلك الدائم معنا في جمعية المودة من خلال الاستشارات الإلكترونية أو الهاتف الاستشاري كما ندعوك لحضور برامجنا التدريبية في التنمية الأسرية و معرفة مواعيد هذه البرامج بزيارة موقعنا الإلكتروني و الله الموفق.

16- التدخل في خصوصيات زوجي

الاستشارة

السلام عليكم

انا مشكلتي مع زوجي أريده أن يخبرني بكل صغيره وكبيره أحب أن أفتش جواله واشوف محادثاته مع اصحابه لاني احس انهم يتحكمون فيه وفي قراراته ولا أريده معهم لذلك أريد منه يكلمني كل لحظة ويراسلني ..

كيف اغير طبعي في حب التفتيش وراءه ؟

وكيف أجعله مهتما فيّ ويسال عني ويكلمني؟



الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته بداية نشكر لك ثقتك في برنامج الإرشاد الإلكتروني بجمعية المودة للتنمية الأسرية. أختي الفاضلة من الجميل أن يحاول المرء تغيير بعض صفاته غير المرغوبة من تلقاء نفسه ويبدأ بالبحث عن الطرق المساعدة للتخلص منها وهذا ما نسميه بالاستبصار الذاتي . إن استبصارك بمشكلتك نصف العلاج و رغبتك في علاجها ينم عن شخصية واقعية تحاول التغيير للأفضل . نحن ندرك طبيعة المرأة في الغيرة على زوجها و لكن لا بد أن تكون في النطاق الطبيعي بعيدا عن الشك الذي من الممكن أن يدمر العلاقة الزوجية . ولكي تتجاوزي هذا الأمر نرشدك إلى الآتي : أولا : تذكري أختي الكريمة أن لكل إنسان خصوصيته ولا ينبغي لأي أحد أن يتعدى عليها حتى لو كان زوجها أو زوجة. ثانيا : تذكري قول الرسول صلى الله عليه وسلم (من حسن إسلام المرء تركه مالا يعنيه).
ثالثا : تحتاجين إلى إعادة بناء الثقة مع زوجك وذلك بالتخلص من الأفكار السلبية التي تسيطر عليك تجاه زوجك . وإحلال أفكار إيجابية من خلال الرسائل الإيجابية إلى ذاتك كأن تقولي (أنا أثق في زوجي) (زوجي يحبني) الخ. رابعا : دربي نفسك على السيطرة على مشاعرك . فكلما أردت أن تفتشي جوال زوجك توقفي قليلا وحدثي نفسك لماذا أقوم بهذا الفعل . إن زوجي يحبني وأنا أثق فيه . كرري هذا الأمر مع كل مرة ترغبين فيها بتفتيش جواله فمع مرور الوقت ستتمكنين من التخلص من هذه العادة. خامسا : لجعل زوجك يعطيك اهتماما أكثر ينبغي عليك اتباع الآتي:

- الاهتمام: اهتمي بالمواضيع التي يحبها زوجك، وتكلمي معه عنها، احرصى على أن تسأليه عن أخباره وعمله وعن أحوال من يحب واهتمي بأهله. واهتمي باستقباله كل يوم، استقبله بكل الحب وكأنه زوج جديد في كل مرة. أيضًا اهتمي بنفسك ومظهرك أمامه، ولا تهملتي أبناءك، اهتمي بزواجك ليبدلك الاهتمام. - الاحترام: مراعاة مشاعر الزوج، ابتعدي كل البعد عن (النقد الجارح، المقارنة، العتاب) واقتربي كل القرب من (التقدير، الشكر، المدح) ليحترمك هو. - الإشباع: أشبعي رغبات زوجك وحاجاته، وتعلمي كيف تشبعين رغباتك معه، واقتربي منه إذا اقترب، وابتعدي عنه إذا ابتعد، واعلمي أنه ما ابتعد إلا ليقرب. - التغيير : غيري من روتينك اليومي من خلال تغيير أوضاع أثاث المنزل ، تغيير الوجبات الغذائية التي تقدمينها له . تغيير طريقة الحوار والحديث معه بكلمات تبعث على الدفء والحنان . في الختام نسأل الله أن يجعل السعادة عنوانا لحياتكم .

17- خلافات مستمره

الاستشارة

بسم الله الرحمن الرحيم سأحكي وضعي وحياتي لعلي اجد عندكم الحل بعد الله ثم انتم نبذه عني وعن زوجي انا ابنه وحيدة لامي واي فليس لدي اخوان ولا اخوات ربتي امي وكانت حريصه في تربيتي جداً بان اطلع ابنة صالحة ولا اقوم بشيء ينزل راسهم الارض وصاحبتي فكانت لي الام والصديقه كانت طلباتي مجابة طالما في حدود المعقول و زوجي أيضاً وحيد والديه ولكن عندما كان عمره ستة اشهر انفصلت والدته عن والده وعاش مع امه عند جدته ام امه وربته حتى عمر التسع سنين ومن بعدها تركته وتزوجت وربته جدته لبقية حياته وامه عندما تطلقت كانت صغيره في السن فكانت شديده وقاسيه عليه جدا لدرجه كانت تحبسه في الظلام تضربه تمنعه ان يكمل اكله اذا اتسخت ملابسه وبعدها أيضاً جدته امرأة جدا متسلطه وحياتها كلها نظام فهذه نبذة مختصره عنا الاثنين ..

مشاكلنا في بدايه الزواج اتضح لي بان زوجي تملكي لابعد درجة انا تزوجت وانتقلت لمدينه ثانيه بعيدا عن اهلي فكان بمجرد ان اقول اهلي وحشوني وابغى اشوفهم يرفض ويزعل ويزعل لو تكلمت مع اهلي اذا كان موجود فكان محرم عليّ ان اتحدث بالهاتف في حضوره وحتى اذا ذهبت لاهلي وهو معي لازم اني انام واصحو معه وان اجلس معه غير مسموح لي ان اقابل صديقاتي خالاتي ولا أحد لانه يزعل وتطور الموضوع واصبح يشك طوال الوقت يفتش جوالي ويقراً محادثاتي ويرى صوري طبعاً غير مسموح لي ان اتصور بجوالي نهائي

وغير مسموح لي بتحميل اي برنامج من برامج التواصل انما هو عادي عنده بحجه انه يعرف ان يفرق بين الصح والغلط بالرغم من تأكده من اخلاقي واني اعرف الصح والغلط انما هو يجب ان يضعني في حدود المراقبه كما أنه بخيل في احتياجات البيت الشهريه اي شيء اكتبه من باب الترفيه عن النفس لا يحضره بحجة كما أنه مضر بالصحه اي شيء احتاجه للبيت يقول لي ما عندي ادفعي انت من مصروفك ويحاسبني حتى على مصروفي استمر الحال هذا الى ان حملت وفي شهري السادس قام بضربي لأول مره وكانت صادمه بالنسبه لي لاني قلت له انتبه على الصحن ألا يقع مازحة معه قال لي هذه انت من توقع الاشياء قلت له صح لانك شخص منتبه وحريص فقام بضربي وتكرر الموضوع مرتين بلا اي سبب ولكن المصيبه انه اصبح يضربني مع بنتي اوقفته من



ضربي لكن في ابنتي ما زال يضربها فضربها وهي في شهرها الخامس قام بعضٌ خدها وبعدها ضربها على وجهها كف وتوالت الضربات وكل مره اغضب يعتذر ويرجع مثل قبل وعندما اتكلم معاه بانه مضر لها يقول لي نحن تربينا على ذلك وما صار فينا شيء فهو عصبي ومتسلط جدا ولكن الغريب بمجرد ان اذكر باي سوف اترك البيت يقوم بالاعتذار واحيان البكاء كي لا اتركه الان انا تعبت ولم اعد اعرف ما الحل معه فقلبي لم يعد يحمل له ذرة حب لاني احبته من كل قلبي ولكن افعاله حطمتني الان اصبحت اكره العلاقه الزوجيه واقترب منه ولا احب التعامل معه ولكن كل همي اذا تركته هي طفلي فلا اريدها ان تعيش حياه قاسيه مع اب قاسي لا يهتمه شيء سوى نفسه لو انزعج في النوم قليلا قام وضربها لدرجة اصبحت ابنتي بمجرد ان يقول اسمها تنفض من الخوف وتبكي بصمت وهي كاتمته البكاء داخلها وهي في عمر السنه والنصف وعندما افكر ان اخذها معي قال لي ذات مره بانه سيأخذها عنده ويحرمني منها اذا طلبت الطلاق وسيأخذها في عمر السبع سنوات ما الحل لاني من جد تعبت ولم اعد اشعر باي شيء في الحياه.

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته حياك الله أختي المسترشدة في جمعية المودة للتنمية الأسرية ونسعد بتواصلك معنا . بالنظر إلى ما عرضتيه في طلب الاستشارة ، نلخص مشكلتك في النقاط التالية : أولا: حب التملك للآخر يسيطر على زوجك وأنه يجب أن يكون هو محور الاهتمام . ثانيا : تقصير زوجك في النفقات . ثالثا : سوء معاملة زوجك لك ولابنتك . أختي الفاضلة لكي نضع علاجاً لمشكلتك لا بد أن نتعرف على طبيعة شخصية زوجك حيث يتضح لنا من خلال ما أوردتيه في عرض الاستشارة أنه يتمتع بحب التملك للآخر وعادة ما تتصف هذه الشخصية بالآتي : ١- الغيرة .. تكون الغيرة غير منطقية وغير مبررة، فيمكن أن يسأل المرأة عن تفاصيل المحادثات التي أجرتها خلال اليوم والوقت الذي قضته مع الأصدقاء أو العائلة، ونرى إلحاحاً لدرجة وجود مكالمات هاتفية كثيفة، للتأكد من مكان وتصرفات الآخر . ٢- الاتهامات الشك والاتهامات بأمور ليس لها أساس من الصحة، ومن الاتهامات الشائعة هي مغازلة الآخرين أو الخيانة، ويحاول إملاء أوامر عليها ويشعر بالغضب لعدم طاعتها . ٣- فرط الحساسية في الغالب لا يتقبل أي انتقاد، وذلك نابع عن عدم وجود الثقة الكافية بالنفس، وبالتالي فإنه من السهل أن يتم استفزازه وتعكير مزاجه، وكما أن هذا النوع من الأشخاص

لا يمكنه أن يتحمل مسؤولية أي موقف سلبي، وسوف يحاول التهرب منها وإلقاءها على أشخاص آخرين بما فيهم المرأة. وسوف نضع لك الطريقة الصحيحة إن شاء الله في طريقة التعامل مع زوجك والأخذ بيدك لاستمرار علاقتكم الزوجية ونحن على ثقة بمقدرتك على تجاوز هذا الأمر ويمكن إجمالها في التالي : أولاً: اعلمي أن الغيرة الشديدة والحب الشديد قد يدفع بصاحبه إلى الشك بمحبوبه فلذلك حاولي الابتعاد قدر الإمكان مؤقتاً عن التصرفات التي تظنين أنها تشير زوجك وتجعله يفسرها بنوع من الشك. ثانياً : مناقشة زوجك بهدوء وفي وقت مناسب وتذكيره بالله عز وجل وتذكيره أن الشك قد يدمر العلاقة بينكما. ثالثاً: تجنبي زوجك إذا كان في حالة غضب وانسحي من الموقف بكل هدوء. رابعاً : أظهري له مزيداً من الاهتمام لأنه يظن أن هناك شريكاً آخر يشاركه هذا الاهتمام وهو ابنتك فلذلك وازني بينهما ولا تهلمي أحدهما على حساب الآخر. خامساً : حاولي أن تناقشيه في أمور ميزانية البيت بكل هدوء وعمل جدول للميزانية شهرياً بالتشاور بينكما مع مراعاة وضعه المادي ، و لا بد أن تفصلي بين حياتك السابقة في بيت والدك وبيت زوجك فلكل إنسان طريقة تفكير تختلف عن الآخر في أمور الصرف. سادساً : يحتاج زوجك إلى فن تربية الأطفال فمن الممكن أن تقتني كتاباً حول تربية الأبناء والقراءة فيه ثم اتركه في مكان يعتاد زوجك الجلوس فيه فمع مرور الوقت سيبدأ في القراءة فيه . سابعاً : اعلمي أختي أن تغيير سلوك الآخرين يحتاج إلى صبر وجهاد فلذلك لا تفقدي الأمل فمع صبرك وجهادك والدعاء ستصلين إلى استصلاح زوجك. وفي الختام نسأل الله أن يصلح حال زوجك كما يسعدنا أن تتواصلي معنا عبر الهاتف الاستشاري. ٩٢٠٠٠١٤٢١



17- شرط الدراسة

الاستشارة

السلام عليكم

تزوجت قبل سنة وكان من ضمن الشروط في العقد اكمال زوجتي لدراستها ولا مانع في ذلك ومع مرور الايام اصبحتنا نمر في ظروف سواء اختلاف اوقات عملي مع دوامها علماً بأنها تدرس في الجامعة انتظام والان رزقنا بمولود واصبح صعب ذهابها للجامعة مع وجود طفلنا وقلت لها بأن تحول انتساب وتكمل دراستها من البيت وتذهب فقط في اوقات الأختبارات ولكنها ترفض وتتحجج بأن كل شي له حل والامور بسيطة وان كان الولد هو المشكلة فسوف اذهب به لامي او امك ويرعوننا طالما انا في الجامعة وانا لا اريد ذلك اقول لها انت امه وانت مسؤولة عنه وليس امي وامك واريد ان يتربى بطريقتنا وليس بطريقة اي احد اخر ولكنها تقول ان اكما لي لدراستي من شروط الزواج وارد عليها بأني لم اسقط الشرط وهو لازال ولكن حسب الظروف اريدك ان تكلمي انتساب هل لو احتدم الامر واجبرتها ان تحول من انتظام لانتساب هل يعتبر ذلك اسقاطا للشرط افيدونا جزاكم الله خير

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثقتك بالجمعية ونسعد بتواصلك معنا عبر برنامج شوري للاستشارات الإلكترونية .. إن هذا الموضوع ضمن عدة مواضيع متنوعة قد يختلف عليها الزوجان وخاصة الفترات الأولى من الزواج . وعندما يتفقان على شروط معينة فلا بد أن يلتزم بها الطرفان ولكن الكيفية أو الطريقة التي تؤدي لتحقيق الشروط قد تختلف من بيئة لأخرى نظرا لاختلاف الظروف والأحوال ولكن النتيجة هي تحقيق الهدف وهو ما اشترط عليه الشريكان، وبناء عليه فلا مانع أن تكمل الزوجة دراستها انتظام أو انتساب فكلتا الطريقتين تؤديان لتحقيق الهدف أو الشرط. ولكن دعنا ننظر لسبب إصرار الزوجة على الانتظام دون الانتساب ولا نكتفي فقط أو نقف عند الشروط كأنك متعاقد مع شريكك وليست حياة زوجية تشعر فيها بالشراكة المعنوية والجسدية بينكما، هذه حياة زوجية تجمع بين مختلفين تحت سقف واحد فيخطيء من يعتقد أنه لن يقع الزوجان في خلاف إذا اتفقا في بداية الحياة . إذاً لا بد من الأختلاف ، فهنا لا بد أن نعرف كيف نجمع أثناء الأختلاف

وكيف نقوم بتقريب وجهات النظر بين الشريكين وهنا موقف يسوغ فيه الاختلاف لاختلاف الطرف الذي كان مهيناً فيما مضى من حياتهما وهو أن تكمل الزوجة دراستها وفي حقيقة الأمر لا بد أن ننظر للموقف بصورة إيجابية وهذا يُسهم في التخفيف من حدة الخلاف فننظر له من زاوية أنها ترغب في الاستزادة من العلم والمهارات والأفكار الإيجابية عما حولها فكل علم يحتوي على قراءة واطلاع بلا شك أنه يسهم في التقليل من الجهل في السلوك والمعرفة، والدراسة تعتبر طريقاً للعلم وقد حثّ الإسلام عليها إضافة إلى اكتساب طالب العلم الكثير من المهارات والمعارف التي تفيد في التفكير في التعامل مع المواقف المختلفة حتى لو كانت دراستها في الإدارة أو في الطب أو في الحاسب أو غير ذلك ومهما اختلف التخصص فإن هذه الدراسة لا نشك أنها تزيد من إمكانيات الفرد العلمية والمعرفية والتي تكون مؤثرة بشكل إيجابي على سلوكه وذلك من خلال التطبيقات التي تصاحب الدراسة. فإذا قمنا بتعديل النظرة فسوف نجد أننا أمام الأمر الواقع الذي يفرض نفسه ولكنه يفرض نفسه لقلّة الخيارات التي أمامنا فنحن لدينا ثلاث طرق للدراسة وهي انتظام أو انتساب أو عن بعد وكلها متوفرة ولله الحمد . وحينما نبدأ في فتح الحوار لا بد من : ١- اختيار الوقت المناسب لكللا الطرفين ليتم الحوار في جو نفسي مفعم بالإيجابية ولا يكون في وقت يكون فيه أحد الزوجين مضطرباً أو غائباً بذهنه عن محور النقاش . ٢- تقبل رأي الطرف الآخر وتقبل الذات في نفس الوقت فشعوركما أنه بإمكانكما الوصول لحوار إيجابي ونافع لكل الأطراف هذا مما يدل على استعداد كل طرف للآخر لتقبُّله والاهتمام برأيه والاستجابة الفعلية معه. ٣- احذرا من نقد بعضكما لبعض وهذا يظهر في عدم تقبُّل الرأي المخالف فيقوم بالتقليل من شأنه أو الاستهزاء والسخرية به. ٤- معرفة دوافع رأي الطرف الآخر كما هو حاصل الآن فإذا تعرفنا على الدوافع من إكمال الدراسة بانتظام ربما لأنها تعتقد أن التوظيف بعد الدراسة يكون الأولوية للمتظمين أكثر من المنتسبين أو عن بعد فتبدأ تتحاور معها على هذا الأساس. ٥- مناقشة العوائق التي تصاحب اتخاذ القرار ولدينا هنا تربية الأولاد ولا تكفي أنك تريد ذلك وحسب بل لا بد من ذكر الحلول الممكنة وأشعرها بأنك ترغب في أن تكمل الدراسة ولا تشعرها بالرفض ثم تسمح لها فإن المرأة ستتخذ موقف مع أول جملة تصدر منك لذلك كن فطناً لما يصدر منك من عبارات لأن المرأة ستتخذ منها موقف إما إيجابي أو سلبي. ٦- الابتعاد عن منغصات نجاح جلسة الحوار بينكما حتى يسهل التركيز في رأي الآخر مثل التلفاز أو الجوال أو تقليب النظر في الصحف ونحو ذلك فهذه رسائل للطرف الثاني بأنك غير مقتنع بالحوار معه فبالتالي سيصدر رفض لمبدأ الحوار من الزوجة فضلا



عن تستمع لرأيك أو تأخذ به. ٧- أن تسعى لتوضيح مفهوم التربية في الجلسات أثناء الجلوس أمام التلفاز بعدة وسائل متنوعة ولا تكتفي بوسيلة واحدة لأن الزوجة في هذه الحالة لا تدرك أهمية وجودها في حياة الابن وأن غيابها سيكون مؤثراً على حياة الابن ، لأن البعد عنه فترات طويلة من الأم يفقد الابن جزءاً من حنانها وعطفها وقد يصعب توجيهه في المستقبل وقد يحصل شيء من الاتكالية على الغير في التربية وقد لا يتحمل ذلك من يقوم بتربيته وخاصة أنه ابن واحد وإذا زاد عددهم من سيقوم بتربيتهم والاعتناء بهم فلا بد من الحكمة في طرح هذا الرأي وتبين لها حجم المسؤولية في التربية . ٨- شاركها في أعمال المنزل واطرك لها مساحة لمشاركتك في بعض أمورك الخاصة لتشعر بالأمان معك وأن شعورها وأحاسيسها أنك تشعر بها ولست بعيداً عنها فكم من امرأة ترى زوجها فقط جسدياً ولا ترى عواطفه وأحاسيسه ومشاعره فهي تكبت دون شعور الزوج بها. ختاماً نرغب في تواصلك مع الجمعية وللاستزادة من الوعي الأسري وطرق التربية السليمة وأخذ الوسائل المفيدة للتعامل مع المواقف المختلفة بإمكانك التواصل مع الإرشاد الهاتفي على الرقم (٩٢٠٠٠١٤٢١) أو أخذ موعد لدى الإرشاد بالمقابلة على الرقم (٩٣٠٠٠١٤٢٦) أو الاطلاع على دورات وبرامج الجمعية من خلال الرابط <http://almawaddah.org.sa/activities://> ونسأل الله تعالى أن يصلح حالكم ويطيب قلوبكم لبعضكم إنه ولي ذلك والقادر عليه وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه اجمعين.

19- طلقني مرتين

الاستشارة

انا متزوجة من ١٢ سنة وعندي بنت وولد تزوجت لما كان عمري ٢٠ سنة خبرتي كانت معدومة في الحياة وزوجي صراحة كانت معاملته سيئة جدا في بداية زواجنا وكانت الأمور طبيعية واهله كنت أبرهم كانوا يجلسوا عندنا بالشهور وانا أطبخ وأنفخ ٢٤ ساعة في المطبخ غير انه بعد ذلك ابوه سجلني في الموارد واخذ دعم الموارد من غير علمي وبعد ذلك نقلنا لجدة وبسبب حملي وقفت دراستي وما رجعت الا بطلوع الروح انتساب وكان يضايقني في الدراسة وبحجة اني مشغولة صار يتعرف على بنات في القيس بوك و بدأ بالسهر مع اصحابه وبدأت تبان شخصيته الحقيقية وعرفت بعد ذلك انه يحشش وهذا سبب عصبية غير مبررة بعد ٦ سنين حملت بطفلي الثاني وبدأت خيانتته تزيد اتعرف على بنت الجيران وهي قريبة لهم من بعيد والمصيبة اني وثقت فيها

واخواتها وكنت اعاملهم مثل اخواتي وبعد ما واجهته بكى وقال لي احبك وجلست من أجل اولادي وطبعا سافر بعدها ومن بداية زواجنا ولمدة ١٠ سنين كان يسافر لوحده وانا كنت اصبر واستحمل ويقول لي مرة شغل ومرة مع اصحابه وبعد فترة طلقني وذهبت عند اهلي وسافر هو على دبي اسبوع بحجة العمل ورجع عند اهلي ومن أجل الاولاد رجعت وبعدها بفترة اشتغلت ولاول مرة في حياتي احس بسعادة غير طبيعية أناس يقدروا كل شيء أعمله غير احساس الحب كنت أدرس بنات في معهد وبعد شهرين من الدوام نكد علي الدنيا لانه كان يجلس ٤ ساعات مع الاولاد وكان ياخذهم عند اهله فترة العصر من ٥ إلى ٩ مساء بعد الضغط تركت عملي وصارت بيننا مشكلة وطلقني للمرة الثانية انا ما اعرف لماذا سكت وما كلمت حتى اهلي بس خفت على اولادي مرت فترة وانا حاسة اني سأموت من الخنقة التي حاسة فيها ومرت فترة جيدة على حياتنا لكن ارجع وافتكر الذي عمله فيّ وأيضاً لما سافر دبي هو واخوه احس انه خانني هناك ما اعرف وهو حلف على المصحف ان ما عمل شيئاً بس ما في ثقة بيننا ولا أحس بالامان معه .

الإجابة

بداية نشكر لك أختي الكريمة حسن ظنك في موقعنا و طلب الاستشارة و نسأل الله أن يهدينا سبيل الرشاد للأخذ بيدك . أختي الكريمة تذكري أن الله إذا أحب عبدا ابتلاه و قد يكون هذا الابتلاء في زوجه أو ولده أو ماله و تذكري رعاك الله أن ما ابتليت به من زوجك قد سبقك فيه نبيا الله نوح ولوط عليهما السلام فقد ابتلي كل منهما في زوجه وأنتك لست الوحيدة التي ابتليت بهذا الأمر. وللوقوف على جميع الزوايا في مشكلتك ومساعدتك فيها لا بد أن نبحث سبب سوء سلوك زوجك ودوافع هذا السلوك حيث يمكن تفسيرهذه الدوافع في عدد من النقاط : - كثير ممن هم على شاكلة زوجك يكون رفاق السوء وراء وقوعهم في هذه المنكرات على حسب قولك. - أحيانا يلجأ بعض المدمنين إلى الإدمان للهروب من الواقع الذي يعيشونه فرميا زوجك يتعرض لضغوط نفسية نتيجة أمور مادية أو إشكاليات في العمل وغيرها من ضغوطات الحياة .. وطبعا هذا لا يبرر وقوعهم في الإدمان. - إن خيانة الأزواج لزوجاتهم قد تكون الزوجة سببا في ذلك نتيجة إهمالها له وعدم مراعاة حسن التبعل وإظهار الاهتمام به . ونحن هنا لا نبرر له خيانتة كما تزعمين ولكن نناقش الأمر بموضوعية. أختي الكريمة لعلاج مشكلتك سوف نوجز لك بعضا من النقاط التي قد تساعدك لتجاوز مشكلتك : أولا : احتسبي أجر صبرك على زوجك وتذكري أن هذا ابتلاء من الله وعلى قدر صبرك يكون الأجر إن شاء الله. ثانيا : إن اتهامك لزوجك كلها ظنون وليست هناك أدلة على ذلك وكل ذلك من وسواس



الشیطان وأفكار سوداوية تسيطر عليك لا سيما و أنه حلف لك بعدم خيانتة . وعادة مشاعرنا مرتبطة بأفكارنا . فحاولي أن تكون أفكارك أكثر إيجابية من خلال التفكير الإيجابي وإشباع وقتك بالقراءة و الاهتمام ببيتك الذي هو مملكتك بتغيير أوضاع أثاث المنزل والتخطيط لمفاجآت سارة لزوجك وغيرها من الأمور التي تبعث على السعادة و الأمان. ثالثا: حاولي أن تبحتي عن شخص مقرب من زوجك يكون ذا حكمة وعقل ليساعدك على الأخذ بيده ويقنعه بمراجعة مركز علاج الإدمان إذا تم التأكد من إدمانه . رابعا : حاولي أختي الكريمة أن تقربي من زوجك أكثر وتبحثين عن الأشياء التي تسره وأن تكون لغة الحوار والتفاهم بينكم حاضرة مهما كانت ردة فعله وشاركيه في همومه وقدمي له المساندة وبعد أن تتأكدي من الوقت المناسب للحديث ناقشيه في هدوء عن الأشياء التي تزعجك واطلي منه أيضاً أن يصارحك بالأمور التي تزعجه منك ومن ثم وضع خارطة لحياتكم الزوجية قائمة على تلبية رغبات الآخر وإسعاده بقدر الإمكان. خامسا : وأخيرا نوصيك أن تلجئي إلى الله وعليك بسلاح الدعاء وتحري أوقات الإجابة بأن يصلح لك زوجك وولدك . و ختاماً نسأل الله أن يصلح لك زوجك ... والله الموفق.

20- لم اعد منجذبة لخطيبي

الاستشارة

السلام عليكم .. أنا مخطوبة منذ ٩ أشهر كنت اقابل خطيبي مرة في الأسبوع و كنا ندرس بعضنا جيدا وكنت معجبة جدا بأسلوبه و افكاره و هو أيضاً .. ومن الجانب العاطفي كنت أشعر بالاعجاب الشديد به و كان هو دوما يظهر اهتمامه نحوي وبيادري بحنانه وسؤاله حتى بدأت اتعلق به ثم حصلت الملكة قبل أربعة أشهر .. بعد الملكة تغير جزء منه فأصبح اقل كلاما و اقل اهتماما و حنانا و كنت اقول ربما من الطبيعي بعد فترة من العلاقة يصبح فتورا عنده و كنت كلما أسأله يخبرني بأن هذا طبيعي لأننا اعتدنا على بعضنا ولكن ما يحصل الآن هو انني اشعر انه يختلف أكثر مثلا اصبح لا يحترم المواعيد بيننا فمن الممكن ان انتظره ولا حتى يتصل يؤجل الموعد وعندما نكون سويا اشعر برغبته في الرجوع سريعا (و كأنما لا يجب ان نجتمع في الخارج) يحب الجلوس في المنزل فقط وأحيانا لا يجتمع بي الا لإشباع رغباته ويغادر .. و بدرت منه مواقف اشعرني بالتقليل من احترامه لي مع العلم ان به مميزات عديدة تجعني متعلقة به.. ولكن أشعر ان ما يحصل بيننا مبكر جدا واشعر ان بعد الزواج سيكون اسوأ كما اني اشعر انني لم اعد منجذبة اليه كما كنت .. سؤالي : فكرت في الانفصال كما نصحني البعض لأن الشعور بعدم الانجذاب في هذه الفترة غريب

جدا والله اعلم كيف سيكون الوضع في المستقبل .. ولكني مترددة جدا لأني اشعر ان به مميزات عديدة نادرة الوجود في هذه الأيام .. أرجو المشورة علي ان كان الانفصال قرارا صحيحا؟ ... وشكرا

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته بداية نقدر لك زيارة جمعية المودة للاستشارات الإلكترونية وطلب الاستشارة. من خلال قراءة ما أوضحته في طلب الاستشارة تبين أنك تمتلكين شخصية تتمتع بالموضوعية في الحكم على الأشياء حيث تذكرين الجوانب الإيجابية قبل السلبية والدلالة على ذلك أنك بينتي أن زوجك يمتلك صفات إيجابية ونادرة تدفعك للتعلق به وهذا أمر إيجابي وهو مفتاح لمساعدتك في تجاوز ما تمرين به من تردد في الاستمرارية بالعلاقة الزوجية. ولو تساءلنا هل الملل فترة طبيعية قد تمر بحياة أي زوجين؟ لوجدنا أن هذا شئ طبيعي وسمه من سمات الحياة، ولكن إذا كان الحب حقيقيا فسوف تمر فترات الملل بسلام. يقول علماء الاجتماع إن الحب الحقيقي ليس معناه الحرارة والاندفاع واللهفة ولكن كلما كان الحب هادئا كان أكثر عمقا وأكثر موضوعية.. أختي الكريمة بما أنكما في بداية مشوار الحياة الزوجية فمن الجميل أن تكون المصارحة بين الزوجين عنوانا في حياتهما الزوجية... ولكن تبقى هناك شخصيات تميل إلى الوحدة في التفكير لمواجهة أي صعوبات ولا يشركون أحدا في التفكير معهم لمواجهة هذه الصعوبات وربما أن زوجك من هذه الشخصيات وربما أنه يمر بأمور حياتية أو وظيفية جعلته يتعد عنك قليلا ولا يريد أن يشغلك فيها .. وعادة كثير من الناس يفسرون المواقف نتيجة معتقداتهم وشعورهم السابقين حيث ذكرت أنه صدرت من زوجك مواقف تقلل من احترامك له ولكن ربما كانت هذه المواقف عادية ولكنك فسرتها بقله الاحترام نتيجة شعورك بأن العلاقة بينكما أصابها الفتور . أختي الكريمة بإمكانك وبالتدرج التغلب على هذه الحيرة والتردد من خلال إيجاد مساحة من الحوار الهادئ مع زوجك وتخير الأوقات المناسبة لمناقشة ما يشغله ومناقشة مستقبلكما الأسري وسبب ابتعاده وانشغاله عنك وتحديثي معه أنك شريكة حياته وأنت مستشاره الأمين... لذا أوصيك أختي أن تستبعدي فكرة الانفصال وإعطاء نفسك مساحة أكبر من الوقت للتقرب من زوجك والنظر دائما إلى الجوانب الإيجابية في شخصيته كما أنت عليه وغض الطرف عن الهفوات البسيطة والابتعاد قدر الإمكان عن الحساسية المفرطة في تفسير المواقف... وأسأل الله أن يجعل السعادة حليفكما في القادم من الأيام ويجمع بينكما في خير.



21- زوجتي وأمي

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أعاني حقيقة من مشكلة حادة خاصة بيني وبين زوجتي وبينني وبين أمي وبين زوجتي وأمي ... بدأت المشكلة منذ الملكة منذ ملكت كنت أدرس في الجامعة ولا أعلم أمي بجدول محاضراتي ولكني بعد الملكة أحسست بنوع من الإطمئنان والحب تجاه زوجتي فأعلمتها بجدول محاضراتي وهنا كانت بداية المشاكل ... حيث مرة نمت عن المحاضرة وجاءت أمي لايقاظي فقلت لها وأنا في غمرة النوم ليس لدي محاضرات اليوم ... فأرسلت زوجتي لأمي أن أيقظي زوجي فردت عليها أمي بأني ليس لدي محاضرات اليوم فأرسلت لها جدول المحاضرات الذي أرسلته لها ... هنا حدثت كارثتان الأولى أن أمي أحست بأن زوجتي أقرب لي منها وأني لا أعطي معلوماً لي الا لزوجتي .. الكارثة الثانية .. أن أمي أحست بجرأة زوجتي وكأنها تلمح لها أني زوجته وأقرب لولدك منك ... فأمي غضبت علي وبكت بكاء مريراً ...

ولمثل هذا الموقف عدة مواقف آخرها أني خرجت من المنزل وذهبت لأمي بالأعلى وأخذني الحديث مع أمي فأرسلت زوجتي لأمي ... « زوجي عندكم ؟ » فردت عليها أمي « إيه » فردت عليها زوجتي « خليه يجيني عندي شغل » فأمي بكت أمامي وقالت هذا قدرتي عندك ..زوجتك ترسل لي كأني واحدة من بناتها ولكن ما ألومها إنما ألومك أنت الذي لم تعرفها قدر امك عندك ... هذه مشكلتي وزيادة عليها أن زوجتي لاتقبل أي سؤال من أمي علي وتعتبره تدخل بحياتها الشخصية واتهام لها بالتقصير ... وتقول لي « اذا علمت امك أين نحن خارجين او رايحين أقسم لأزعل عليك» .. كل برنامجك مكشوف غير أن لسان زوجتي سليلت علي فإذا غضبت رميتني بسب قدر صراحة لم أعد أشعر بوجد تجاه زوجتي مع أنني لم أكمل شهرين من زواجي ... تقارنني برجال اخواتها وتفهم كل شئ من جانب اهلي على انه اهانة لها ...أنا الآن أتمنى الموت على العيش في نظر أمي عاق ولا استطيع اصلاح زوجتي هي متسلطة ومتحكمة بشكل كبير لايطاق ... ارجو المشورة

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته مرحبا بك أخي المسترشد في جمعية المودة للتنمية الأسرية، ونسعد بتواصلك معنا. بداية نذكرك و نذكر أنفسنا بحديث النبي صلى الله عليه وسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : «جاء رجلٌ إلى رسول الله - صلى الله عليه وسلم- فقال : يا رسول الله، من أحق الناس بحسن صحابتي؟ قال: (أملك) ، قال: ثم من؟ قال: (أملك) ، قال: ثم من؟ قال: (أبوك) متفق عليه. اعلم أخي الحبيب أن رضا الله من رضا الوالدين. و يمكن تلخيص مشكلتك في الآتي: أولا : ضعف العلاقة بين والدتك وزوجتك. ثانيا : يوجد لديك قصور في إدارة الخلافات الزوجية. ثالثا : تسلط زوجتك وجهلها بحقوق الزوج. ويبدو لنا أخي الكريم ومن خلال ما أوردته في طلب الاستشارة أنك وحيد والدتك من الذكور أو أنك أصغر إخوتك الذكور لأنه عادة الأم تكون أكثر تعلقا بهما ، فلذلك عملية انفصال الابن عن الأم أثناء الزواج تلقي بظلالها على الأم ، فلذلك على الابن أن يقدر ذلك ويحاول التواصل معها باستمرار في بداية زواجه حتى تعتاد على ذلك. ولعلاج مشكلتك نشير عليك بالآتي: أولا : الجلوس مع زوجتك في جو هادئ ووضع النقاط على الحروف بأن لأملك حقا عليك وهي مقدمة على أي مخلوق لأنها باب إلى الجنة وهذا لا يعني إسقاط حق زوجتك. ثانيا : توضيح الأمر لزوجتك بأن حقوقها محفوظة ومن ضمنها الحفاظ على خصوصية العلاقة الزوجية. ثالثا : نذكرك أخي الحبيب بأن الرجال قوامون على النساء ولا بد أن تحقق هذا الأمر من خلال وضع حد لتسلط زوجتك ومراجعتها في تصرفاتها التي تسيء إليك أو إلى أملك وعدم السماح لها بتكرار ذلك عن طريق توجيهها التوجه الصحيح وأن العلاقة لا بد أن تقوم على الاحترام المتبادل بين الزوجين. رابعا : بعد مناقشة هذه الأمور مع زوجتك يفضل أن تعطئها وقتا للتفكير في هذا الأمر . وعلى ضوءه هي من تقرر إما بالاستمرار معك وفقا للشروط السابقة أو يتم التسريح بينكما بإحسان ، لا سيما أنكما لا زلتما في بداية زواجكما . خامسا: نذكرك أخي الحبيب بأن الزوجة تعوض ولكن الأم لا يمكن تعويضها . كما نورد لك خطوات إدارة الخلافات الزوجية للاستفادة منها مستقبلا وهي كالتالي: - اختيار الوقت المناسب من أكثر الأمور الحاسمة في تعلم كيفية مناقشة المشاكل الصعبة بين الزوجين، هي التوقيت، حيث ينبغي اختيار الوقت المناسب للمناقشة بعناية فائقة، بعيدا عن الأوقات التي يكون فيها الطرفان محاطان بأمور أخرى تشتت انتباههما، كما ينبغي تجنب أي نقاش فورا بعد العودة من العمل، أو ممارسة نشاط رياضي، من أجل التفرغ للمشكلة وإعطائها الوقت الكافي لحلها بدون منغصات. -إظهار التقدير: ينبغي اختيار مكان هادئ، بعيدا عن الإزعاج، بحيث يتم فيه



بدء النقاش، بهدوء و لطف، مع اختيار بعض العبارات العشوائية التي تظهر التقدير لكليهما كتقديم هدية معينة، وذلك لإشعاره بقيمته، والتعبير عن الحب، بعيدا عن المشاحنات، مما يسهل البدء في مناقشة المشكلة. -الحفاظ على نبرة صوت منخفضة: يساعد البقاء في حالة هدوء عند القيام بمناقشة قضية ما، بتفادي تفاقم المشاكل، والوصول إلى الحل بأسرع وقت ممكن، مما يحافظ على جو إيجابي، يشمل جميع أنحاء المحادثة، حيث يعكس استخدام الكلمات القاسية، واللهجة السلبية، في النقاش، مدى تعكر المزاج، وعدم القدرة على ضبط النفس، والتزام الصراخ بين الطرفين. -التركيز على المشاعر: يمكن التركيز على المشاعر، وذلك عن طريق التحدث حول الطريقة التي تؤثر فيها المشكلة على أحد الطرفين، وعدم وضع افتراضات تخص أي طرف، عن طريق محاولة التعبير عن مشاعر الطرف الثاني، والتمسك بكلمة أنا أشعر، عند التحدث عن المشكلة، و الابتعاد عن كلمة أنت دائما، لأنها تشعر الطرف الآخر بشيء من الهجوم، والملامة، وتقلل من احتمالية فض النزاع. -الإفصاح عن الملاحظات: إنه من الجيد قيام كل من الطرفين بالإفصاح عن الملاحظات المتعلقة بالمشكلة، وعدم فرضها على أحدهما، بحيث يعطي كل طرف وجهة نظره التي يراها، ويتم النقاش، إلى أن يتم التوصل إلى تفاهم. -تأجيل المناقشة لفترة وجيزة من الزمن: في حال تم الاحتدام في المناقشة، و بدأ في التحول بالاتجاه السلبي، بحيث تحصل مشادات كلامية بين الأطراف، وتزيد حدة الانفعال والغضب، فإنه يلزم أخذ وقت مستقطع، أو تأجيل النقاش إلى أن تهدأ النفوس، ويعود الوضع إلى طبيعته. وختاما أخي الحبيب يسعدنا تواصلك معنا من خلال حضور الدورات التدريبية التي تقيمها جمعية المودة في التنمية الأسرية وكذلك عن طريق الهاتف الاستشاري.

22-إصرار زوجتي للبقاء عند اهلها

الاستشارة

السلام عليكم .. تقريبا مضى على زواجنا ٣ اسابيع وانا وزوجتي نحب بعض كثيرا .. لكن مشكلتها لما تعصب تتفوه بكلام مثل: وقح وقليل ادب انت بخيل .. وهذه مشكلتي معها دائما وقت عصبيتها تاتي المشاكل في بعض المرات اغض الطرف واتنازل لاجل حبنا ولاجل مستقبلنا . الان هي ذهبت لبيت اهلها بعد اصرارها . عارضتها وحاولت اهديها لدرجة خرجت من البيت لكي تهدا الاجواء وأحضرت معي باقه ورد . واصرت ان تذهب . احس عندي كلام كثير لا تكفي هذه السطور . الاستشارة التي اريدها الان هل اتركها في بيت اهلها . علما ان امها مطلقه

وهي الان عند جدتها . والدها لا يعلم بشيء وانا أيضاً لا اريد لوالدها ان يعلم لكي لا تكبر المشكلة . ولكن اريد حل معها . واي خلاف بيننا صارت تقول باخذ شنطي واروح لاهلي .

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثققتك في الجمعية وتواصلك معنا ونسأل الله التوفيق والسداد في القول والعمل نعم أخي الحبيب ثلاثة أسابيع ليست كافية لكي يتعرف شريك الحياة على شريكه فإنهما يخفيان كثيرا من سلوكهما وكثيرا من انفعالاتهما تجاه الآخر رغبة منهما ألا يرى الآخر منه إلا ما يسرّ ولكن تأبى المواقف إلا أن تبرز المكنون، ولازال الشريكان يكتشفان بعضهما أثناء حوارهما واختلافهما واتفاقهما وهنا نحتاج بعض المهارات لكي نكتسبها للتعامل مع هذه المشكلات . وقبل أن نتعامل مع المشكلات لا بد من تحديدها ، وبالنسبة للمشكلة الواقعة الآن أنها تغضب وعند الغضب يصدر منها كلمات لا ترغب بسماعها منها. اعلم أخي أن بداية كل حياة يكتنفها نوع من الاختلافات والتي سرعان ما تظهر على سطح العلاقة الأسرية وتكون متعددة الأشكال والصور وهذا الأمر لا بد على الطرفين أن يستوعبا هذه المواقف جيدا ويدركا أهمية المرحلة وأنها تحتاج إلى قدر من مراعاة كل طرف الآخر وأنه سيكتشف ما كان خافيا في بادئ الأيام أو أيام الخطوبة ونحو ذلك . هنا لا بد أن تعرف السبب الذي أدى إلى عصبيتها والتلقظ بالألفاظ غير المقبولة فالحوار السليبي قد يكون سبباً أو تكون ردة فعل لبعض الأمور التي لا ترغب الزوجة أن تراها ولكنك لم تكتشف ما يُغضبها فتحاول تجنب ذلك وقد يكون من الأسباب هو التغيرات النفسية المصاحبة للفترة التي تمر على الزوجة في العذر الشرعي . والاختلاف في الحياة الزوجية هو ملح الحياة الزوجية حيث إن فيه يبني التواصل بين الزوجين وفيه يزيد تعارف الزوجين بشخصيتهما وفيه يحصل الود والرحمة والألفة بعد انقطاع التواصل لفترة ما . وقد حاولت التعامل مع عصبيتها بأسلوب إيجابي جميل بأن تتغاضى عن آثار عصبيتها ولا تُظهر تفاعل معها وخروجك من المنزل وتجنبك المشكلات والانتظار حتى هدوء الوضع مما أدى تكرار ذلك إلى ازدياد عصبيتها لأن الزوجة قد تفهم من ذلك أنك تتجاهلها دون الاهتمام بمتطلباتها وأما تقديم الهدايا كان أسلوبا جميلا بلا شك وهو سبيل للوصول لقلب الزوجة ولكن لا تنظر إلى أنها رفضت ذلك هو طبع هذه الزوجة وإنما لا بد ألا تربط بين خروجها وإصرارها للذهاب لبيت أهلها وبين رفض الهدية ، حاليا أعتقد أنك تحتاج قبل إرجاعها لبيت الزوجية لا بد أن تفهم احتياجات الزوجة وكيفية التعامل معها بالقراءة والاطلاع وحضور الدورات التي تقيمها الجمعية في إدارة الغضب الزوجي



والقائد الأسري ونحو ذلك وللاستزادة من الوعي الأسري بإمكانك التواصل مع الإرشاد الهاتفي ٩٢٠٠٠١٤٢١ أو أخذ موعد لدى الإرشاد بالمقابلة على الرقم ٩٣٠٠٠١٤٢٦ ونسأل الله تعالى أن يصلح حالكما ويطيب قلوبكم لبعضكما إنه ولي ذلك والقادر عليه وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه اجمعين.

23- زوجتي تنقل اسرار البيت لأهلها

الاستشارة

السلام عليكم

اشكر القائمين على الجمعيه وأسأل الله ان يجعلها في موازين حسناتكم وان يبارك لكم كل عمل خير تقومون به

مشكلتي من بداية الزواج ام زوجتي واعتقد اخواتها يحرصون زوجتي وهي تسمع كلامهم مع اني نبهتها اكثر من مره وببداية الزواج قلت لها لاتطلع الأسرار خارج البيت ولكن مع الأسف ما تقيدت بكلامي .. اهلها من بداية الزواج يعيبون بالسكن ويحرصون زوجتي على طلب تغييره وامي وأختي دائما يصلهم كلام ان زوجتي تعيب بأغراض المطبخ وأنا ما وفرنا شي يبيض الوجه ومن هذا الكلام .. بالرغم انهم قبل الزواج كان علاقتهم مع بعض اكثر من اخوان وما ادري ما الذي تغير وصارت العداوه لدرجة ان ام زوجتي قطعت امي بدون سبب طبعاً امي ساكنه معي لأن ما في مكان تسكن فيه الا عندي ومستحيل اخليها تعيش لوحدها والآن زوجتي ما تكلم امي بالرغم انه ما كان فيه اي مشاكل بينهم وامي ليست من النوع التي تنتقد او تعمل مشاكل معتبرتها مثل بنتها .. سألتها لماذا أنت غاضبة تقول ان واحدة قالت لها ان امي تكلمت عليها وانها قالت فيها كلام بالرغم انها هي واهلها يطلعون كلام انا إلى الآن ماسك نفسي واحاول قد ما اقدر ما تزيد المشكله واصلح بين امي وزوجتي ما الحل؟

الإجابة

أخي الفاضل حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته كان الله في عونك بالرغم من عدم توفر بعض المعلومات المهمة مثل العمر للزوجين وكذلك هل يوجد لديكما أولاد وكم مدة الزواج إلا أن مشكلتك تتمثل في عدم التوافق بين والدتك وأخوانك وبين زوجتك وأهلها اتضح من خلال

توضيحك للمشكلة أن هناك أسباب عديدة للمشكلة منها - عدم توفر الخبرة في التعامل بين الزوجين يظهر ذلك من إفساء الأسرار الزوجية من قبل الزوجة وكذلك عدم احتواء المشكلة من قبل الزوج . ٢ - اتضح أيضًا من خلال طرحك للمشكلة أنك جعلت نفسك طرفًا في المشكلة ، وهذا خطأ وقعت فيه فيفترض منك أن تكون محايدًا وحريصًا على تقريب وجهات النظر بين جميع الأطراف ٣ - من الواضح أن هناك أطراف خارجية تحاول التفرقة وخلق المشكلات بينكم، ومن الخطأ أن يعطوا فرصة للتدخل ونقل الكلام ... وقد تكون هناك أسباب أخرى لم تتضح لنا ، بسبب عدم توفر المعلومات والحل من وجهة نظري يكمن في ما يلي : ١ - عدم التسرع ومحاولة احتواء المشكلة بينك وبين زوجتك أولاً وأن تكون هناك جلسة حوار هادفة تكون فيها المصارحة ومعرفة أسباب المشكلة والتعاون مع الزوجة لحل المشكلة . ٢ - إذا لم تستطع احتواء المشكلة بمفردك استعين بمن تثق فيه من الأسرة وليكن والدها أو والدك لحل المشكلة ٣ - حاول أن تستعين بالصبر والدعاء والاستعانة بالله أولاً وفي جميع الأمور . ٤ - حاول أن تقترب من زوجتك أكثر فيبدو أن بينكما فجوة سببها هذه المشكلة ، فلتاخذها بنزهة خارج المنزل أو بسفرك لمدينة قريبة منك لمدة قصيرة تراجع معها أمور حياتكما وتنظيمها وعمل خطة لإزالة الخلافات السابقة ٥ - الاستعانة بالمختصين والاستشاريين عند تعرضك لأي مشكلة . ٦ - الاستفادة من جمعية المودة والدورات التي تقدمها ... ٧ - التأكيد على جميع الأطراف بعدم الاستماع للآخرين وتوضيح أهدافهم من زرع التفرقة بين الزوجين وخلق المشاكل بين الأُسرتين . ٨ - توضح للزوجة أن البر بالوالدين مطلب شرعي وأن محبة والديك من محبة الزوج ... الخ ٩ - كن أنت المبادر فوراً بأن تقوم بوضع أغراض زوجتك في مكانها ، وجعلها تشعر بأنك حريص عليها وكذلك إشعارها بأهميتها ومكانتها . ١٠ - أيضًا لا تنسَ واجباتك تجاه والديك وتوضيحها للأسرة . ١١ - لا تنسَ أنك أنت الرجل الذي يملك النضج والحكمة وعليك باحتواء جميع الأطراف وحل المشكلة . ١٢ - اجعل نفسك قدوة للآخرين باحترامك لأهلها وإكرامهم وحسن التعامل معهم ومدحهم دائماً أمام زوجتك . ١٣ - أنصحك بالصبر وعدم التعجل في اتخاذ القرارات حتى تكون قراراتك صائبة دوماً وأخيراً أتمنى لك التوفيق والسداد وفقك الله ورعاك.



24- زوجي يفقدني الثقة ودائم الانتقاد

الاستشارة

السلام عليكم

مشكلتي لا أعلم هل هي بسببي أم بسبب زوجي فكثيرا ما تحصل مشكلات بيننا وعند حدوث مشكله يأتي بأشياء قديمه ويتحدث فيها وأنك سبق و فعلت وقلت يغير محور الحديث وكثيرا ما يدافع عن نفسه لا يعترف بالاختاء أبدا احاول قدر المستطاع ان ارضيه وافعل ما يريد ككثيرا ويتهمني بكره أهله ووالله لم يحدث شيء بيننا غير انني بعض الأوقات اعتذر عن الذهاب لهم لتعبي او انشغالي وأحيانا محاولة التخفيف عنهم خصوصا انني بعض الأحيان في زيارتي لهم يكونون عابسين لا يطيقون احد وانا اعلم بانشغالهم وكثرة زيارتنا لهم وكل هذا لإرضائه ولم يرضى ويعايرني بذلك في اي مشكله ...

وهناك كثير من الأمور يقلبها ضدي مثل احيانا أقول ظروفنا صعبه وبيتنا ونحن أولى من ان تعزم رجلا كل شهر وهو هنا وانت تكرمه بالذبائح فيقول عند المشاكل انك منعتيني من اكرام الضيوف وغير ذلك كثيرًا ما جعلني أرسل لكم انني لاحظ عليه منذ شهر تقريبا وهو لا يطيق الحديث معي لا يسمع ما أقول ويرفض خروجي من المنزل علما انني لا اخرج الا معه فليس لي احد في منطقتي غيره واهله.. أيضًا يرفض ان اتصرف بمال يعطوني إياه اهلي ويقول أنا من يصرف أقول طيب اريد واحتاج كذا وكذا فيقول لا أستطيع وانا اعلم بظروفه ولا اطلبه شيء غير أغراض المنزل لكن احتاج وأريد الشراء وإسعاد نفسي محرومة من الوظيفة من الشراء من تغيير بيتي وأثاثه من الخروج من التعرف على اي احد ..

اخيراً سألته ذات يوم قلت ستذهب قال نعم قلت اريد الخروج وقضاء بعض الحاجيات أين ستذهب فلم يخبرني وقال أنت تخنقيني وقال لن تذهبي وغير مسموح لك قلت طيب ... الان أنا بعيده عنه لا انا مع ولا اطبخ ولا اتحدث معه عند السؤال اجيب فقط كل منا في عالم مللت الوضع جدا اريد العيش بقدرتي وكرامتي اريد الخروج والوظيفة اريد أناس اتحدث معهم أرجو إفادتي هل أتركه لوحده حتى يعود ام أناقشه ولا أعتقد انه سيناقش والاكيد سيحملني الأخطاء كالعاده تعبت من الضغوطات والحرمات والصبر لأجله وكثرة تأنيب الضمير فأنا دائما أسأل نفسي ماذا فعلته وأحمل نفسي الأخطاء تعبت من ذلك ثقني بنفسي تحللت وذهبت وحي للحياة.

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته حياك الله أختي الكريمة في بيتك الثاني (جمعية المودة) وبالنظر إلى ما عرضتيه في طلب الاستشارة نُمس في أذنك أختي الكريمة بأن الحياة لا تخلو من المنغصات وهذه هي سنة الحياة فلا سعادة مطلقة ولا حزن مطلق بل إن هذه المنغصات نعتبرها ملح الحياة الزوجية ومن خلالها تتجدد العلاقة الزوجية عن طريق العتب والرضا بين الزوجين وإن ما سردته في علاقتك مع زوجك أمر طبيعي يحدث بين أي زوجين . حتى أن بيت النبوة لم يخلو من هذه المنغصات . ومن الجميل أيضًا أنك ذكرت جوانب مضيئة في تعامل زوجك معك حين ذكرت أنه يرفض أن تصرفني على نفسك من المال الذي يعطيك إياه أهلك . فهذا دليل على أنه يتمتع بالمسؤولية تجاه بيته وهو يحقق مبدأ القوامه التي أمر بها الله عز وجل في حق الرجل. ونقدر لك مراعاة ظروف زوجك فهذا يدل على حكمتك كأمراة ناضجة. حاولي بل جاهدي أختي في معرفة ما يحبه زوجك واعلمي عليه ومعرفة ما يبغضه وتجنبيه. فإذا كانت زيارتك لأهله أمر يرضيه ويرضى عنك فكري هذه الزيارات . وإن ما تمرين به حاليا من جفاء زوجك لا يعدو كونه سحابة صيف وتنجلي . وعليك أن تتقري منه أكثر واختاري الفرص المناسبة لمناقشته فيما يزعجه بكل هدوء وروية وأظهري له اهتمامك به وتعلقك به فالحديث العاطفي المحمل بكلمات الحب والدفء قادر على سد فجوة الجفاء بينكم . وأيضًا نوصيك أختي الكريمة كلما حدث خلاف بينكما ألا تطيلا فترة الصمت بينكما حتى لا يزيد فتور العلاقة الزوجية.. فلذا بادري أنت بالوصل حتى لو كان الخطأ منه فالتنازل أحيانا مطلب من أحد الزوجين لاستمرار العلاقة الزوجية . أخيرا أختي بادري فورا بإرسال رسائل حب ومداعبة عن طريق الجوال له و تزييني له وغيري من وضع أثاث المنزل من باب التجديد كل ذلك يبعث الإيجابية في علاقتكما ومن ثم بادريه بالحديث عن مدى حبك له وعدم الحديث مطلقا فيما مضى واطلبي منه نسيان ما كان و فتح صفحة جديدة بينكما. و في الختام نسال الله لكم حياة زوجية سعيدة..

25-أرغب في اتخاذ قرار

الاستشارة

انا متزوجة من ١١ سنة ولدي ولد و بنت من قبل ١٠ سنوات زوجي كان كثير السفر لوحده دون دواعي للعمل صبرت من أجل استمرار الحياة ثم اكتشفت خياناته لي في الجوال ويعتذر. وبعدها يعود كما كان .. صبرت من أجل أسرتي ولكن قبل سنة طلقني وذهبت إلى بيت أهلي لمدة



أسبوع مع اولادي وهو على طول يسافر لدي وبعد عودته منها رجعت معه لكن نفسي كانت مكسورة حسيت بأكبر إهانة في حياتي وبعدها بشهر اختلفنا على شيء تافه وقال لي اذهبي عند أهلك انا غضبت وقلت له طلقني فطلقني وعندما هممتُ بأخذ ملابسني وولدي الصغير صار يبكي حزنت عليه وجلست والله حسيت بموت في تلك الفترة ومرّت والحمدلله... ولكن للأسف عاد كمان وأصبح عصيبا وبتهمني بالتقصير وهو خلاف الواقع وأنا والله الحمد لله جميلة بشهادة كل اللي يعرفني وأخلاقي طيبة مع كل الناس وأطبخ كل يوم صنف جديد وأبدا لست مقصرة في الأشياء الثانية... انا استحملت لكن فكرت اني أنزل من كرامتي مستحيل تعبت انا والله أشك إنه بيخونني رغم أني شفت جوال وما لقيت شيء وسمعتة يكلم صاحبه انه بيغا يسافر معاهم على الاسبوع الجاي فقلت اكيد افتعل هذه المشاكل حتى يسافر.... هو يقول اني ما اهتم فيه لاني أحيانا بنام ساعتين في العصر لاني بكون تعبانة بالله هذا عذر انا صرت شاكة في نفسي أسألك بالله نصيحة تعطيها لأختك لو كانت مكاني لأنك رجال والرجال يعرفوا كيف يفكر الآخر .

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته كم نحن سعداء جدا بتواصلك معنا في جمعية المودة و نقدر لك أختي المسترشدة ثقتك فينا وطلب الاستشارة . أختي الكريمة إن الخلافات الزوجية أمر وارد في كل بيت ... وعادة كثير من هذه الخلافات تعود إلى اختلاف التفكير بين الطرفين وعدم فهم الآخر و طريقة تفكيره . وأحيانا لا بد من التنازل من أحد الطرفين فالحياة الزوجية أشبه بمركب في البحر معرض تارة للرياح و تارة أخرى للأمواج لذا يحتاج إلى التوازن حتى لا يغرق ... وللعودة إلى ما عرضتته في طرح ما تعانينه مع زوجك فإن مكنم الخلاف يعود إلى عدم تفهم كل منكما الآخر وطريقة تفكيره وسرعة الانفعال . أختي الكريمة إن أول الحلول لمشكلتك هو تعلم فن إدارة الغضب وضبط النفس حيث يبدو أنك سريعة الانفعال والدليل على ذلك تطلبين الطلاق أو الذهاب إلى أهلك عند حدوث خلاف بينكما... وللأسف أيضاً زوجك ردة فعله مشاهمة لك... لذا نوصيك أن تكوني أكثر هدوءاً في حالة أي خلاف مع زوجك وأن تنسحي فوراً أثناء النقاش حتى تهدئي ونوصيك أن تختاري الوقت المناسب لمناقشة أي خلاف بينكما في جو يسوده التفاهم وعدم التركيز على السلبيات واستحضار الصور الإيجابية للآخر . كما نرشدك إلى عدم الاستسلام للوساوس والشك في تصرفات زوجك فقد ذكرت أنك فنشت جواله و لم تجدي شيئاً وتصرفك هذا خاطيء فللكل إنسان خصوصيته ولا يحق لأحد التدخل والبحث

فيها حتى لو كان زوجا . لأن هذا الأمر يقود إلى نزع الثقة بين الطرفين. ويمكنك إعادة بناء الثقة مرة أخرى بينكما من خلال تجاوز هذه الشكوك وإرسال رسائل إيجابية لزوجك بأنك تثقين فيه وأن رابط الحب بينكما أقوى من أي رياح عاتية ... فعندما تشعرينه بذلك سوف تمتلكينه .. أيضاً ابحتي عن اهتماماته وشاركه فيها وتجنبي الأشياء التي تزعجه واعلمي على تحديد حياتكما الزوجية من خلال تغيير وضع أثاث المنزل والتزين له واستقباله عند عودته للمنزل بالابتسامة والكلمات المفعمة بالحب.. ونحن على ثقة إذا عملتِ بذلك ستمتلكينه .. كما يسرنا دعوتك في جمعية المودة لحضور إحدى الدورات التدريبية التي تهتم ببناء العلاقة الزوجية وذلك بزيارة موقعنا ومعرفة المواعيد كما يسرنا أيضاً أن تتواصل معنا عبر الهاتف الاستشاري ٩٢٠٠٠١٤٢١ مع أمنياتنا لك بحياة سعيدة .

26- اخت زوجي سبب مشكلاتي

الاستشارة

السلام عليكم

اشكركم على هذا الموقع وهذه الخدمة من تقديم الاستشارات ونحوها جعلها الله في موازين حسناتكم

انا والله الحمد اعيش مع زوجي حياه مستقرة هناك بعض الخلافات الصغيرة لكن مشكلتي تكمن في اخت زوجي الكبرى فهي كثيرا ما تحرض زوجي علي امامي وخلفي وتريد اثاره غيرتي ودائما ما تفتح معه موضوع الزواج بالثانيه وتتكلم عن زميلاتنا المدرسات غير المتزوجات علما انه هذا طبعها مع بعض محارمها وهي غير مستقره مع زوجها وكثيره الخلافات معه وزوجي يحب اخته كثيرا ويتأثر بها كثيرا وكثيرا ما نتفاهم في بعض الامور ثم بعد جلوسه معها يختلف رأيه هو يعلم وقد قال لي ان اخته هذه تحرضه علي وتريد اثاره المشاكل بيننا لكنه يقول انه لا يتأثر بما تقوله ما ذا افعل معه؟ وكيف اتصرف عندما تتحدث امامي بذلك؟ علما اني خجوله ولا احب المشاكل



الإجابة

بسم الله الرحمن الرحيم لأخت الفاضلة/ حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد،،، فالحمد لله، والصلاة والسلام على رسول الله وعلى آله وصحابه ومن والاه.. وبعد: نشكرك لك تواصلك مع الموقع . . ذكرت أختي الكريمة أنك تعيشين وزوجك حياة سعيدة ومستقرة ، تتخللها مشكلات صغيرة كما أسميتها ، وهي ملح الحياة الزوجية . . وهذا يدل على الانسجام الذي تعيشه أسرتهما . . ذكرت أن معاناتك مع أخت زوجك . . أخت الزوج قد تغار من زوجة أخيها، خاصة إذا أحبها وأكرمها ووجدت عنده حظوة ، كذلك تغار إذا كان هذا الأخ بدأ يتغير عليهم ويركز على زوجته . . وإن حصل هذا فأرجو أن تلفتي نظر زوجك بضرورة أن يضاعف من الاهتمام بأمه وبأخته ، مع عدم تأثير ذلك الاهتمام على حياتك الخاصة وفيما ذكرت تدمرك من بعض السلوكيات التي تمارسها معك أخت الزوج ، على مرأى ومسمع من زوجك ، قد تكون تلك التصرفات ناتجة عن معاناة تعانيتها ، كعدم استقرار حياتها الأسرية مثلا . . جربي معها الاقتراب منها والانفتاح عليها ، طالما أن زوجك يقدر وضعها ويعلم طبيعتها . . إذا وجدت أن هذا الأسلوب لا يفيد فابتعدي عنها تدريجيا . . بيني لزوجك معاناتك الحقيقية من قرب أخته منكم ، تغيير البيئة حل مهم وجذري في مثل هذه الحالات . . خففي من زياراتهم والالتقاء بهم بالقدر الذي يحفظ لك مكانتك . . وكذلك اطلبي من زوجك عدم نقل ما تقوله له أخته ، وبينني له أن هذا الأمر يزعجك ، وتفضلين عدم سماع أي شيء من هذا الأمر . . وما يساعد على إزالة هذه الغيرة من نفوسهن الإحسان إليها والمبالغة في إكرامها، وإظهار الحفاوة لزوجك أمامهم عدم الانتقاص من حقه، كذلك إظهار النوايا السليمة الحسنة لزوجك، كذلك تشجيع هذا الزوج على أن يكون بارًا بأخته، فإن هذا يعود على الزوجة بالخير وبالعافية ، مثل هذه المسائل من شأنها أن تزيل هذه الآثار السالبة التي يؤججها الشيطان، فإن الشيطان حريص على أن يخرب بيوتنا وعلى ألا يتيح لنا فرص الوئام {إنما يريد الشيطان أن يوقع بينكم العداوة والبغضاء} ننبهك إلى أن ردود الفعل تجاه هذا الأمر ، هي سبب التوتر الذي تعيشينه ، يجب أن تتكيفي مع وضع أخت زوجك وتقبلها بعيوبها وتلتمسي العذر لها . . لا تياسي من الجلوس مع زوجك والحوار معه حول معاناتك ، وطلبه الوصول الى حل وسط ، لا يؤثر على علاقته بأهله ، ويحفظ لك حقدك وكرامتك . . الأفضل للتعامل مع أخت زوجك أن تتغافلي عما تقوله لك أمام زوجك ، وبينني لها أنك لست عاجزة عن الرد ، ولكن احترامك وتقديرك لزوجك هو ما يدفعك للسكوت عنها . . نسأل الله لك التوفيق والسداد.

27- زوجي كثير الغضب وبارد جنسيا

الاستشارة

السلام عليكم

تعبت من زوجي ، كثير الزعل على اتفه الأسباب وكأنه ينتظر مني الزلة احيانا يزعل من مجرد مناقشتي له في امر ما ..عندما يرفض لي طلب واحاول ان اناقشه يزعل ، هو عصبي جداً وتفكيره سطحي ، يحب المشاكل حتى في الشارع مع هذا وذاك وكأنه يبحث عن مشكله ولا يرضى الا بعد ايام او اسبوع عندما اراضيه انا ، والمشكلة الاكبر انه بارد جنسيا ، متزوجة منه منذ ثلاث سنوات ولدي طفلة عمرها سبعة أشهر . فبماذا تنصحوني .

الإجابة

الأخت الفاضلة وفقها الله . نرحب بك في برنامج شورى بموقع جمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله تعالى أن تجدي فيه النفع والفائدة ، وأن يسدد أقوالنا وأعمالنا ، وييسر لنا تقديم ما فيه الخير لك ولجميع الإخوة والأخوات زوار هذا الموقع المبارك . لا يوجد إنسان بلا أخطاء أو عيوب والذكي هو من يعرف التعامل مع الآخرين بمختلف طباعهم ، والحياة الزوجية تحتاج نوعا من التضحية والتغاضي والتسامح ليدوم الحب والاحترام والمودة بين الزوجين . - أ- ينشأ الغضب والعصبية من عدم تلبية احتياج الفراش أو المأكل أو الملابس أو الشعور بنقص التقدير والاحترام منك أو التقليل من قيمته أمام الآخرين . وهنا يجب التعامل مع الأسباب الحقيقية لغضب الزوج والتعرف عليها مما يخفف كثيراً منه، وتقبل فكرة أنه لا توجد حياة كاملة خالية من المشاكل والهموم، ولا أسرة تعيش بدون منغصات . - ب- على الزوجة أن تكون أكثر فطنة أثناء غضب الزوج حتى لو كان غضبه غير مبرر فعليها عدم مجاراته في انفعاله وإعطائه الفرصة فيما يريد قوله ، وأن تكون لغة الاعتذار واضحة وصریحة مع إعطائه قيمته وأنه محل تقديرها ومكانته عالية عندها. - ج - الاتفاق المسبق أنه في حالة الغضب وخروج النقاش عن السيطرة أن يتم إيقاف النقاش حتى تهدأ النفوس، وعليك كزوجة أن توقفي الحوار بطريقة ذكية كأن تقولي: «أنت الآن غاضب ومنفعل، وأنا أقدر غضبك، ولكن سأبرر لك موقفتي عندما تهدأ؛ لأني أحبك وغضبك يؤلمني قبل أن يؤلمك .» - د- عدم السماح لدخول أطراف أخرى إلا في حالات ضيقة جداً، فكلما كان الغضب داخل أسوار المنزل سهلت السيطرة عليه . ومن أفضل الوسائل لحل المشكلات الزوجية ما يلي : ١- اطلبي من زوجك مناقشة موضوع يتعلق بحياتكما ودعي



له تحديد الوقت والمكان المناسب الذي يراه حتى لا يشعر بالتحدي فيرفض ٢- بداية أي حوار تكون بشكر الشخص المقابل والثناء عليه وعلى ما قام به وما يقوم به من جهود كبيرة للحفاظ على الأسرة وتماسكها وما أدى ذلك إلى نجاح أفرادها في النجاح والنمو بشكل سوي ٣- قولي له بعد ذلك بأن هذا شيء رائع تعودت عليه منك لكنني أشعر بأني مقصرة تجاهك وأحتاج تقول لي بالضبط ماذا تلاحظه علي من أخطاء بشرط أن تساعدني في معالجتها ٤- هنا عليك الإنصات وليس الاستماع فالإصغاء مهم في حياة الإنسان والإنصات يعد سلاحاً سرياً للتعامل مع الآخرين ٥- التواصل بالحوار مع الطرف الآخر مع تعلم فنيات الحوار باختيار الوقت المناسب والمكان المناسب وبالطريقة المناسبة (التواصل البصري والتوافق في نبرة الصوت والهدوء) ٦- تعزيز الحوار غير اللفظي بالابتسامة وهز الرأس الإيجابي يقول النبي صلي الله عليه وسلم (تبسمك في وجه أخيك صدقة) الترمذي (١٨٧٩) الترغيب والترهيب (٣/٣٦٥) ٧- عدم المقاطعة والانتظار حتى ينتهي الشخص الآخر من إكمال حديثه . ٨- عدم إصدار أحكام وقت إنصاتك للطرف الآخر. ٩- شكر الطرف الآخر على كل الأعمال التي قدمها لك . ١٠- المبادرة بالتشجيع وإظهار الراحة والاطمئنان فهما يخففان من حدة النقاش . ١١- أعد ما سمعته من الطرف الآخر للتأكد من دقة فهمك للحديث الذي كنت تناقشه مع الطرف الآخر . ١٢- تقبل الآراء المخالفة بصدور رحب والتعبير عن ذلك بالمشاعر الإيجابية والعمل على تصحيحها. وهذه كلمات في كيفية كسب زوجك: المبادرة ولا تأخير - الحب والاحترام وما أجمل المبادرة والاستمرار عليه - الصدق في المشاعر مع من نريد إصلاح علاقتنا به - العطاء وهو خلق عظيم - الثقافة والثقة بالنفس وهو وقود ما سبق - العناية بالجمال والتجدد الدائم ليراك زوجك في أبهى صورة وتظل صورتك بأناقتك في ذهنه - المسؤولية وأنت أهل لها لإصلاح حياتك - الحنان والأنوثة وعدم التعامل بخشونة وتأفف حتى يرى زوجته لا شخص آخر - أحسن استقباله - أرسلني له رسائل اشتياق - لا تقارني غيره به فيشعر بتسلطك عليه - شاركه همومه بحب بدون انتقاص في قدراته مما يشجعه على بث همومه لك . وأخيراً أسأل الله أن يصلح ما بينكما ويؤلف بين قلوبكما على طاعته.

28- أريد تثقيف زوجتي

الاستشارة

السلام عليكم

انا متزوج منذ ثلاث سنوات والله الحمد لدي ابن عمره سنة تزوجت بنت صغيرة في العمر جدا بدون الالتحاق باي دوره تثقيفيه للزواج. وزوجتي الله يهديها تحتاج الى تثقيف في الحياه الزوجية لان والديها مقصران معها ولم يعلموها طريقة الحياه الزوجية وصرت انا الاب والام والموجه والمنصح وصرت اخاف من ان تقوم بعمل خاطئ في البيت علما انها لم تكمل دراستها المتوسطة لان لديها طفلا والتزاماتي في العمل.

ارجو منكم مساعدتي في الحاق زوجتي في الدورات المفيدة.

(طريقه تربيته الأبناء وكامل تفاصيل الحياه الزوجية)

وجزاكم الله الف خير.

علما اني في المنطقة الشرقية.

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد المسترشد الكريم حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته هنتكم بشهر رمضان المبارك ونسأل الله تعالى أن يجعلكم من المقبولين الفائزين . نقدر لكم ثقتكم بجمعية المودة للتنمية الأسرية برنامج الإرشاد الإلكتروني ، ونسأل الله أن يوفقنا وإياكم لما فيه خير وصلاح المجتمع.

** وصف المشكلة : يتضح من استشارتك أيها الابن الكريم ، أن الزوجة صغيرة في سنها إلى جانب ضعف خبرتها في الحياة الزوجية وهذا حال كثيرات ممن هُن في سنها ، وهذا عائد لضعف في مستوى التربية الأسرية في إعداد الأبناء (ذكوراً وإناثاً للحياة الزوجية بدواعي عديدة منها ما هو صائب وغالبها ما هو خاطئ) ، لذا فإننا نود أن نطمئنك أن هذا هو حال كثير من الفتيات مع إمكانية تصحيح المسار . ** الحلول المقترحة : الابن العزيز حلول مشكلتك يسيرة شريطة الصبر والإرادة الصادقة للتعامل معها ، وذلك على النحو التالي : التهيئة لعلاج المشكلة ، ويتم وفق الخطوات التالية : - ١ - لا تشعر زوجتك بتدمرك منها ومن سلوكها ، فهذا يوترها ويزيد من عنادها غير المتعمد . - أكرمها من حيث : التعبير لها عن محبتك وإعجابك ، والثناء عليها وعلى جمالها واهتمامها بأناقته حتى وإن



كان ذلك دون المستوى المطلوب . - ٢ - قدم لها هدية رمزية : كعطر ، أو أدوات تحميل بسيطة لتشعرها باهتمامك بها ، وحبك لها ورضاك عنها . (فهذا في حد ذاته يعزز العلاقة بينكما ويهيئها للعمل على التغير من سلوكياتها) . - العلاج : * قدم لها كتيب يصف الحقوق الزوجية وتدارسه معها ما لها وما عليها وما لك وما عليك . * اقتن الإصدار الصوتي (شريط) بعنوان : (كيف تكسب محبوبتك ، وكيف تكسبين محبوبك) ، وحدد معها وقت مناسب لكما للجلوس والاستماع لهذا الإصدار بحيث لا يتجاوز عشر دقائق يوميًا حتى إنهاء الإصدار ، ثم أوقفنا الشريط وتناقشنا حول ما تم الاستفادة منه وما يمكن لكل منكما تطبيقه . [ففي ذلك فوائد عظيمة لكما من تنظيم اليوم ، واكتساب الخبرة في كيفية التعامل الزوجي ، ...] . - تواصل مع جمعية واثم لديكم بالمنطقة الشرقية للحصول على دورة تدريبية لكما في الحياة الزوجية . تمنياتي لك ولزوجتك بحياة زوجية سعيدة ،،

29- زوجتي متعبة و تؤجل الحمل كل مرة

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته...لدي استشارة وجزاكم الله خيرا ..
أنا متزوج منذ ٣ سنوات والله الحمد رزقني الله بمولود طفل بعد معاناة ٧ شهور من بداية الزواج و بعد الولادة بسنة و ٦ أشهر طلبت من زوجتي الحمل مرة أخرى و لكن زوجتي قالت اصبر لزوج أختي وأخي ٤ شهور لكن تم زواج أختها ولم يتم زواج أخوها وتأجل سنة وطلبت زوجتي أن أصبر سنة مرة ثانية وأنا رافض تماما . استشارتي هل أتزوج بثانية أم أضربها واهجرها حتى ترجع .. أم ماذا ترون ؟

الإجابة

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد: حياك الله أخي الكريم ونشكر لك ثقتك بالجمعية .. إن على الزوجين أن يعلموا أن من حكم الشرع في الزواج هو النسل وتكثيره وقد حثنا نبينا صلى الله عليه وسلم على الزواج من المرأة الولود وبين الحكمة في ذلك وقال « فإني مكاثر بكم الأمم يوم القيامة » ثم إن طلب الولد من الحق المشترك بين الزوجين وهو مما ينفع العبد بعد الموت فالولد الصالح الذي يدعو لوالديه بعد موتهما هو مما ينفعهما كما أخبر بذلك صلى الله عليه وسلم رغم ذلك قد يحصل ضرر على المرأة من كثرة تكرار الحمل والولادة المتتالية لذلك لا بأس من تنظيم النسل دون قطعه إذا خافت

المرأة على نفسها وهناك بعض الأسباب التي لا بد عليك أخي الكريم أن تتأكد منها قبل الحكم على الزوجة من أنها تمتنع عن الحمل ، من ذلك إنها ربما لا تريد أن يتغير شكلها من كثرة الحمل والولادة ومنها إنها ربما تريد التفرغ لك أكثر وخدمتك والعناية بك لأن الطفل يشغلها عنك كثيرا وقد يكون لأسباب مادية. وقد تكون هناك أسباب لم نذكرها لذلك يحتاج منك أن تجلس معها وتتحدث معها بالحسنى واختر أحسن الكلام وألينه وأعدبه فليس هناك زوجة تكره الإنجاب بل يسعى كثيرون في البحث عن طريقة لإنجاب طفل واحد ولا يكون لهم ذلك إلا بعد قدرة الله تعالى وما يدريك لعل الله تعالى لم يأذن لك بالحصول على الولد فعليك بالصبر. وقد تكون الزوجة تأذت كثيرا من حملها الأول فاعرف أسباب ذلك وحاول أن تجنبها ذلك الأذى . ثم إنه ليس من الصحيح أن تسعى للتفكير بالضرب والهجر بهذا الأسلوب فزوجتك هي مطيعة لك ولم تمنع أبدا ولكنك لو تأملت قليلا لرأيت أنها أخبرتك بتأجيله دون أن تمنع. فهنا عليك أن تصطحب معها على مدة معينة دون إكراه على ذلك لأن الحمل يحتاج لأم راغبة فيه لتعتني به وتحافظ عليه طوال حملها به فالإكراه لا يفيدكما. ثم عليك أن تتعرف على زوجتك أكثر فلا شك أن كثرة الأولاد في المنزل يجعل المرأة تشغل عن زوجها، فتقرب منها أكثر واترك التهديد بالزوجة الثانية وابدأ مع زوجتك بأن تتحمل لها في النظافة الشخصية أو بطريقة اللباس داخل المنزل أو في طريقة النوم واعلم أن كل ذلك متاح لك لعل الروتين مما يجعل الزوجة تتضجر أو لا تترتاح في الجماع فتأخر الإنجاب. ولا بأس من أن تعرضا نفسيكما على طيب إن شعرتما بالحاجة لذلك. وفقك الله وجعلك من أهل السعادة والغفران وصلى الله وسلم على نبينا محمد وآله وصحبه أجمعين.

30- أكره زوجتي

الاستشارة

متزوج من قرابة ٤ سنوات و لدي ابن عمره سنة و نصف و طفلة عمرها ايام لدي كره لزوجتي ولا أريد رؤيتها امامي مع العلم بأنها عند اهله منذ قرابة ٨ اشهر تواصلنا ضعيف جداً جداً ارسل لها مصروف شهري على حسابها ١٠٠٠ ريال منذ ان خرجت من البيت بسبب مرض والدها في منطقة أخرى كانت فرصة لابتعادها عني ولم ارغب في ارجاعها وانوي طلاقها ، بالأمس علمت بانها ولدت المولودة الثانية ولم اتواصل معها وقاموا بالاتصال باهلي باني اذا ما رجعت زوجتي فانهم يعطوني الولد يتربي عندي لان امه لا تستطيع تربية الاثنين مع بعض



و انا في حيرة من امري ، و انا لي علاقة مع امرأة ثانية منذ خرجت زوجتي من المنزل وتواعدنا على الزواج لكن بعد سنتين من الان وانا بين نار علاقتي مع المرأة الثانية فأنا احبها ولا ارغب في الانفصال عنها وبين ام الاولاد واهلي رافضين فكرة انفصالي عنها الان ويرودون ابقائها الى ان يكبر الاولاد و اطلقها بعد ذلك....ماذا افعل؟

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد .. المسترشد الكريم حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نشكر لكم ثقتكم بجمعية المودة للتنمية الأسرية برنامج الإرشاد الإلكتروني ، ونسأل الله تعالى لنا ولكم العون والسداد . ** أشرت في استشارتك لجانبين هما : - كره الزوجة ^ - الارتباط العاطفي بامرأة أخرى ** تدرك أخي الكريم ^^ قوله تعالى: ((وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ)) [البقرة: ٢١٦] . ^^ قوله صلى الله عليه وسلم : ((لا يَفْرُكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ)) [رواه مسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه] ^^ قوله صلى الله عليه وسلم : ((حَبِيبٌ حَبِيبِكَ هَوْنًا مَا عَسَى أَنْ يَكُونَ بَغِيضَكَ يَوْمًا مَا , وَأَبْغَضُ بَغِيضِكَ هَوْنًا مَا عَسَى أَنْ يَكُونَ حَبِيبَكَ يَوْمًا مَا)) [رواه الترمذي عن أبي هريرة رضي الله عنه] . وبتأمل النصوص اعلاها نجد أن هناك توجيهات شرعية تدعو للتعامل العقلاني مع كراهية الآخرين . وعليه نود إيضاح الآتي : *** لعل هناك أسباب جوهرية من وجهة نظرك الشخصية بنت هذا الحاجز النفسي بينك وبين الزوجة ترجمته بخبرتك الخاصة إلى الكراهية ، لذا فإنه من المهم تحديد هذه الأسباب وبحث الحلول لها حفاظًا على الاستقرار الاسري في جوانبه النفسية والاجتماعية والتربوية والزواجية . *** التوجيه : - لا نؤيد فكرة الطلاق قبل النظر في الأسباب والعمل على علاجها لتحقيق التوافق النفسي بينك وبين زوجتك والذي ينعكس بدوره على المحافظة على الكيان الأسري ونشأة الأبناء في كنفكما . - فيما يتعلق بالمرأة الأخرى ومستوى العلاقة بينكما، فإننا نتوقع أنه ارتباط عائد لاندفاعات نفسية قد تتحول فيما بعد الزواج إلى شكوك نتيجة لكونها تواصلت معك دون حدود وقيود شرعية واجتماعية ، مما يسهم في تحول الحياة الزوجية بينكما إلى سلسلة من الخلافات القائمة على الشك . فمن تسمح لنفسها بالتواصل مع رجل غريب فما المانع أن تتواصل مع غيره . لذا فإننا نوصي بما يلي : أ- تقييم العلاقة مع زوجتك والنظر في الجوانب الإيجابية وتعزيزها والسلبية معالجتها . ب- الاستعاذه بالله من وساوس الشيطان التي تدفعك للطلاق وتزينه لك بإظهار الكراهية للزوجة وعدم تقبلها ، فهي امرأة ككل النساء لها من المحاسن ما يجعل الحياة معها رائعة . ج- حدد الأسباب

الحقيقية وراء كراهية الزوجة وضع لها الحلول مستعيناً بالله سبحانه وتعالى ، وإن واجهتك مشكلة في إيجاد الحلول تواصل معنا للعمل على مساعدتك في حلها . د- اقطع العلاقة تماماً مع المرأة الثانية فقد تكون أحد العوامل التي ساعدت في كراهيتك لزوجتك نتيجة لإغراءات وممارسة معينة جعلتها مقربة من نفسك ، فيكفيك أخي الكريم أنها تواصلت معك متجاهلة القيم الشرعية . هـ - تذكر أن زوجتك لم تقبل الزواج بك إلا لأنها رأت فيك ما تحب ، ولم تقبل أنت بالزواج بها والاستمرار معها أربع سنوات والإنجاب منها إلا أنك رأيت منها ما يسرك . و- تذكر أنك بقدر ما تضايقت منها فقد تسببت في إيذائها وجرح مشاعرها ويكفيها ألماً أنك تجاهلتها لمدة ثمانية أشهر عند أهلها بتواصل ضعيف وأنت حتى لم تفكر في التعاطف مع ظروفها الصحية وتهنتتها بالولادة . ثم أننا نوصيك بتقوى الله جل وعلا في نفسك وزوجتك وأبنائك . فامرأة مكنتك من نفسها بشرع الله ، خيرٌ وأطهر من امرأة تواصلت واتفقت معك في خفايا وواعدتك على الزواج بلا حياء من خلف أسرتها . شرح الله صدرك ورفع قدرك ويسر أمرك وجعلك نوراً بين عيني زوجتك وجعلها نوراً بين عيني ، وجمع بينكما في خير وعلى خير .

31- زوجي نادم على طلاق

الاستشارة

زوجي يجرمني من حقي الشرعي وصلت المدة سنة كاملة ونحن نعيش معا كالأخوين وعندما أتحدث معه يخبرني انا هذه حالي يا تقبلي تعيشين كذا او اطلبي الطلاق... زوجي لديه السكر وربي رزقنا بطفلين ساكنة ومتحملة عشائهم. ومن اسبوعين طلقني بحجة كثرة الطلبات واتصالي عليه وهو بالعمل ولم يخبرني من قبل بانزعاجه من ذلك وقال لي اهلي انه ندم على الطلاق.هل ارجع؟ماذا تنصحوني.

الإجابة

بسم الله الرحمن الرحيم الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله نشكر لك ثقتك وسؤالك لمستشار الجمعية ونسأل الله تعالى القبول ولقد سألت في أمر هو كما ذكرت أنه حق شرعي واعلمي أنه أمر عظيم عند الرجل أن يصعب عليه أن يجامع زوجته إذا كان لديه سبب من مرض ونحوه فرمما لديه مرض معين ولا يستطيع إخبارك به ومريض السكر عموماً قد يصاب بما يسمى (الضعف الجنسي) وهو أن يضعف انتصاب القضيب أثناء الجماع ، فقد يكون حصل له ذلك ولا يريد أن يخبرك وهو أمر يسهل



اكتشافه بالنسبة لك. أما بالنسبة لطلاقه لك بسبب كثرة الطلبات والاتصال عليه في عمله فهذا امر لا يستدعي لذلك وقد يكون أنه سريع الغضب وقد يشكل عليه خطورة في ارتفاع نسبة السكر مع الغضب . فعليك أخذ الحيلة في هذا الأمر فلا تعارضيه في أمر أو تكثري الإلحاح عليه بل ليكن كلامك معه في الوقت المناسب بأن يكون هادئ البال وغير منشغل بعمل ونحوه أيضًا تجني الاتصال به أثناء عمله بل اكتفي بإرسال رسالة ويا حبذا التنويع في الرسائل لا تكن كلها فقط للطلبات بل أحيانا تكون رسائل يتبين من خلالها رغبتك بالجلوس معه والاستماع لكلامه ولا مانع من بيان الحب والشوق إليه ، وبعد ذلك عليك بالحرص على التجمل والتهئية لزوجك عند النوم ليكون ذلك أرغب له ومما يزيد الأنس بينكم . والحمد لله يوجد بينكم أبناء فيدل ذلك على أن المشكلة نشأت قريبا جدا من بعد المولود الثاني فلا بد أن تبحثي السبب الذي نشأت منه المشكلة مع مراعاة حالة مرضه واعلمي أن هذا مما يزيد أجرك عند الله تعالى فالصابرون يوفون أجورهم عند الله بغير حساب فالله سبحانه وتعالى لا يحاسبهم على صبرهم بل يجزل لهم العطاء سبحانه ذو الكرم والعطاء. بعد أن تبذلي جميع محاولاتك ولم تنجح صارحيه بأن يعرض نفسه على طبيب خاص بالأعضاء التناسلية إذا تبين لك أنه يعاني من ضعف وإذا رفض فبيني له أنك تعانين من عدم رغبتك بذلك فإذا لم يستجب لك بعد عدة محاولات لإقناعه حاولي إدخال أحد أقاربك ويكون هذا القريب من محارمك ذو بال واسع وأمين على الأسرار ولديه أسلوب في الإقناع والتأثير على الزوج حتى لو كان أكبر منه حتى لا تكبر المشكلة إذا علم الزوج أنك أخبرتته بهذا الأمر. وهذا القريب لا يبدأ بالحديث مباشرة بالموضوع بل يتدرج معه - لحساسية الموضوع - بأن يسأله عن أحواله وربما يكون مدخل أن يبدأ من خروجك لبيت أهلك وسبب طلاقه ذلك. أما عن رجوعك فلا بأس إذا راعيت زوجك فيما سبق فترجعي له ونسأل الله تعالى أن يوفق بينكما ويسبغ عليكم نعمة المودة والرحمة إنه ولي ذلك والقادر عليه وصلى الله وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه اجمعين.

32- أريد الطلاق

الاستشارة

السلام عليكم

تزوجت قبل سنة و لي ٦ اشهر في بيت اهلي اريد الطلاق لاسباب من الممكن ان الكثيرين لا يرونها منطقية و اهلي يريدون ارجاعي لزوجي و انا لدي اسبابي فهو ليس لديه وظيفة و شخص

لا مسؤول و كسول و اغلب وقته نائم في المنزل وانا امرأة عاملة و يومي منظم وهو العكس اضافة الى ذلك فهو لديه ضعف جنسي انا اعاني من ضغط نفسي شديد عندما كنت في منزلي لا اشعر انه بيتي وهو طوال الوقت يعاتبني انني غير مهتمة و انا احاول ان لا اقصر في حقوقه تناقشنا كثيراً ولا نصل لحلول. انسان غامض وغير واضح لا اشعر بالارتياح معه اريد الانفصال و خائفة من امور كثيرة اخاف ان اظلم نفسي . وامي جداً متعلقة بزوجي وتعامله كابنها و تضغطني كثيراً بسببه فهو يتواصل معها اكثر مني وفي كل مشكلة يكلمها ولدي اخ رحمه الله توفي قريبا وامي قلبها موجوع لا اريد ان ازيد وجعها ماذا افعل فكرت بالرجوع لكن اشعر بحمل ثقيل على قلبي كيف اعيش مع شخص لا اتقبله ولا ارتاح معه احيانا اشعر انني ورطت نفسي بهذه الزيجة ، واعلم ان الخير من عند الله ..

الإجابة

أهلا بك أختي الكريمة ، ونشكر لك ثقتك وتواصلك عنونت لرسالتك بأريد الطلاق ، ومن خلال ما ذكرت في آخر الرسالة أنك تخافين أن تظلمين نفسك بالانفصال . وهذا شيء جميل ، بدأت بالتعبير عن ما تشعرين به حقا وما يعتصرك من مشاعر الألم ، وختمت بالتفكير التحليلي للخطوة التي تنوين الإقدام عليها ، وما قد تحمله لك من الخفايا التي قد تجلب عليك هموما مختلفة بدلا من هم واحد . وهذه هي سمات الشخص الذي يمتلك مقومات النجاح من تنظيم الوقت والحرص والشعور بالمسؤولية . فيما ذكرت أنك تزوجت قبل سنة ولك ٦ أشهر في بيت أهلك ، وهذا يعني أنك عشت مع زوجك ٦ أشهر فقط ، ألا ترين أنها فترة بسيطة جدا ، ولا تتمكنك من فهم شخصية زوجك الفهم الصحيح . الحكم على شخصية شريك الحياة يحتاج إلى قدر كبير من التفكير الإيجابي والمرونة والبعد عن (المقارنة) ، والبعد عن المثالية المبالغ فيها . لو نظرت إلى من حولك من الأزواج ، وتأملت فيهم لوجدت أنهم غير متوافقي الأنماط ، وهذه حكمة الله في خلقه ، فالأنماط المتشابهة لا تتوافق غالبا . التكيف الزوجي أختي الكريمة لا يتولد في السنة الأولى من الزواج ، وإنما يحتاج الى فترة طويلة من الوقت ، قد يصل إلى ٣ سنوات وأكثر من ذلك ، إذا لم تُقدم التنازلات في حدود ما أنزل الله ، وفي حدود قدرة الشخص على التحمل . كما ذكرت أن لديك أسبابك التي تدفعك لطلب الطلاق وهي كونه لا يعمل وأنت تعملين ، هو كسول وغير منظم عكسك تماما ، إضافة إلى الأسباب الخاصة جدا كالضعف الجنسي الذي ولد لديك الضغط النفسي الشديد . أدرك حقيقة



ما تشعرين به من الألم تجاه شخصية زوجك ، التي لم تكن يوماً الشخصية التي تحلمين بها . . الجوانب المشرقة في شخصيتك وفي من حولك كبيرة ، فيما تمتلكينه من مميزات ، لديك أم رائعة ، ظهرت روعتها من حرصك الكبير على عدم جرح مشاعرها ، كما ظهرت من استطاعتها كسب قلب زوجك ، بعكس الكثير من حالات الزواج التي تكون فيها أم الزوجة عائقاً نحو نجاح الزواج . . أنت بحاجة إلى أن تهتمي بأمر أكثر من اهتمام زوجك بها ، فأنت أولى بها منه ، ذكرت أنه يتواصل معها أكثر منك ، وهذا مؤشر خطير على الفجوة الكبيرة بينك وبين أمك ، ولذلك أمك أصبحت تشكل لديك ضغطاً . . تواصلك مع أمك سيجعلها تتفهم وضعك تماماً وتدرك حقيقة معاناتك . . كما أن هناك حلقة مفقودة وهي لو كان زوجك بهذا السوء ، كيف سترضى لك أمك أن تعيشي معه في هذا الجحيم الذي وصفته ، أمك أرحم بك من غيرك ، أمك تلمس جوانب مشرقة في زوجك وتمنى لو تدرकिनها وتنظرين إليها كما هي تنظر إليها . . أسألي أمك عنها بخضوع ، بيني لها حرصك على العودة وليس على الانفصال ، حينها ستبين لك أمك جوانب الإشراق في شخصية زوجك ، أما تركيزك أمامها على الانفصال ، فخوفها عليك سيجعلها تركز عليك وعلى سلبياتك وعلى مدى الدلال الذي تعيشين فيه ، والعناد ، واللامسؤولية ، ونظرتها لك بهذه الطريقة ستؤلمك بالتأكيد . . تركيزك على السلبيات في زوجك وعدم ذكر أي إيجابية ، سوى ما ذكر عرضاً من حبه لأمرك وتواصله معها ، وفي المقابل إطراؤك لنفسك ، هذا يدل على النظرة الفوقية التي تنظرين بها للعلاقة ، وهذه غالباً تكون نتائجها عكسية على العلاقة لكوونها تعتمد على المقارنة والتفضيل . . وأخيراً ، وقبل تحديد العودة من عدمها أنت بحاجة إلى تحديد إيجابيات الطلاق وسلبياته ، وتحديدتها بالنسبة لك لا يكون بمفردك ، اجلسي مع شخص قريب منك ، وناقشي إيجابيات الطلاق وسلبياته على حياتك بموضوعية بعيداً عن التحيز والعاطفة . . لا بد من ذكر إيجابيات زوجك ، كما لا بد من تقديم بعض التنازلات . . الحوار من الضروري أن يكون من أجل تجلية المشكلة والبحث عن حلول لها ، وليس من أجل إثبات من المخطئ ، ومن المصيب ، وهذا ما يفسد كثيراً من النقاشات ، ويزيد حدة التوتر والجفاء . . لديك كنز عظيم وباب من أبواب الجنة عريض أكسبيه ليكون قناة الوصل بينك وبين زوجك ، خاصة وإنها أمك ، كم من البر ستحملين لها لو ناقشتها بشيء من الشفافية ، وتقديم التنازلات ، وعدم التثبيت بآرائك وقراراتك وكأنها صحيحة . . وبينها لها كما ذكرنا حرصك على العودة لا على الانفصال . . تخيري الأوقات المناسبة لبحث الحلول ، وابتعدي عن أوقات التوتر والضغط فمعها لا يمكن أن يعمل العقل التحليلي . . أتمنى لك التوفيق ، وأسأل الله ان يكسبك رضا والديك ، وأن يسخر لك زوجك ، ويرزقك الذرية الصالحة . .

33- عناد زوجتي

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

فضيلة الشيخ انا متزوج من خمس عشرة سنة وعندني خمسة ابناء ومشكلتي مع زوجتي انها تقوم برمي بعض اغراض البيت وكذلك بعض الملابس الخاصة بي بحجة انها لا تناسب، وقد كررت لها اكثر من مرة بعدم رمي أي شي من أغراض البيت الا بعد عرضه علي ولكن بدون فائدة وتصبر علي ذلك واحيانا يقوم بعض اخواتها واخواتها بمساعدتها في ذلك. على أثر ذلك رميت عليها طلقة واحدة و تصر على العناد في ذلك . وقد منعتها من دخول أخواتها بيتي إلا بعد أن اسمح لها . ولكن بدون فائدة حيث تصر على استقبال اخواتها بدون أن اسمح لها وكذلك توجد مشاكل بين زوجتي وامي على خلفيه الأبناء حيث ان أمي قامت بطرد زوجتي من بيتها ومنعتها من زيارتها مرة أخرى وقد انقطعت عن زيارتها قرابة اربعة اشهر وقمت بزيارة أمي في بيتها ومعني زوجتي وأبنائي وكانت الامور مستقرة حينها ومطمئنة حين حضر أخي غير الشقيق وهو أصغرنا حيث طلب من زوجتي الخروج من بيت أمي وقد حصل تلاسن بين زوجتي واخي وامي حيث خرجت بعدها واثرت ذلك منعت زوجتي من زيارة امي وكذلك عدم الرد على اتصال من اخواتي منعا لتفاهم الامور، على أثر ذلك اقوم بزيارة أمي لوحدي فقط . حيث منعت زوجتي ابنائي من زيارة جدتهم (أمي) من حوالي ثمانية أشهر . أمل من فضيلتكم حل مشكلتي وتوجيهي بما يلزم لتتخلص من تلك المشاكل.

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد ... المسترشد الكريم السلام عليكم ورحمة الله وبركاته - نشكر ونثمن لك ثقتك بموقع جمعية المودة للاستشارات الإلكترونية ، ونسأل الله لك النفع والفائدة . * تحليل المشكلة : من منطلق ما وصفت في استشارتك تبين لنا الآتي : ^^ تخلص الزوجة من بعض الأغراض المنزلية والخاصة بك . ^^ الإذن لإخوتها بدخول منزلكما بدون إذن . ^^ خلافات بين الزوجة والأم هدأت ثم عادت بإثارة من الأخ . ^^ انقطاع الأبناء عن زيارة جدتهم . يتبين من خلال ما ورد أعلاه أن هناك ضعف في التواصل اللفظي بينك وبين زوجتك ، أضعف التوافق



الفكري بينكما . ** أخي الكريم لقد وصفت سلوك الزوجة بأنه عناد والأرجح أنه ليس كذلك بل هو رد فعل لممارسات سلوكية غير مدروسة من كليكما تجاه بعضيكما نتيجة لضعف المهارات الاجتماعية والنفسية ، وهنا ننصح بالآتي : - حصر الاختلافات والخلافات القائمة بينكما . - تحديد الأسباب المؤدية لها - التعرف على وجهة نظرها في كل خلاف ومسبباته وبيان وجهة نظرك كذلك ، ثم وفي هدوء تام وعدم تعصب للرأي البحث عن حلول مشتركة ترضيكمما معاً وتيسر العلاقة بينكما ، وتقديم التنازلات اللازمة لتقريب وجهات النظر- التعرف على نقاط الاختلاف بين الزوجة والأم ومناقشتها بهدوء وحكمة مع كل منهما وتقريب وجهات النظر بينهما والعمل على الإصلاح بينهما - المبادرة بزيارة الأبناء لجدتهم لما لذلك من تأثير إيجابي في تحسين العلاقة بين الأم والزوجة . ** ولتحقيق ذلك نوصي بالتدرب على مهارات : ^^ إدارة الحوار ^^ حل المشكلات من خلال الاطلاع على مقاطع اليوتيوب المعنية بذلك . تمنيتنا لك بحياة أسرية مستقرة

34- مشكلة في المعاشرة الزوجية

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

نحن زوجان من أسر متدينة نكمل ثلاث سنوات سويا بعد شهرين وليس لدينا أولاد ، نحب بعضنا كثيرا ولدينا مشكلة مستمرة ونحن نبحث لها عن حل .

الزوج:

أنا شاب عمري ٢٥ عام على وشك الحصول على شهادة الماجستير وحالتي المادية متوسطة المشكلة أني سريع الاستثارة ولدي شهوة قوية وزوجتي ترفض المعاشرة الزوجية إذا جامعتها في اليومين السابقين وأحيانا ترفض إذا حدثت المعاشرة في اليوم السابق، وترفض أيضاً المداعبة والمباشرة دون إيلاج لنفس السبب، وتظهر كراهيتها للمعاشرة وتقول إنني تزوجتها لأجل الجنس فقط أنا أحبها جدا وأقوم بتلبية جميع رغباتها بقدر المستطاع وهي حاليا ربة منزل.

الزوجة:

أنا فتاة أبلغ من العمر ٢١ عاما وأنا أحب زوجي كثيرا ولكنه يجلس على الكمبيوتر طوال الوقت ولا يأتيني إلا لحاجته فقط وسبق أن قال لي بصريح العبارة انه تزوج من أجل الجنس فقط . انه لا

يشبع حاجتي العاطفية ولا يقبلني ولا يحضني إلا عندما اطلبه بذلك ولا أشعر بالاستمتاع معه، وقد طلبت منه أن تكون المعاشرة كل ثلاثة أيام ولكنه رفض.

الإجابة

أبنائي كم أنا سعيد بتواصلكم معنا وطلب الاستشارة .. وما طرحكم للمشكلة من الطرفين إلا دليل وبعيكم وشفافية الحوار بينكما. وهذا مؤشر قوي على نجاح العلاقة وتجاوز كثير من العقبات التي تعترضكم. وحيث إن مشكلتكم تكمن في عدم قبول الزوجة للعلاقة الجنسية بشكل يومي. وهذا شيء طبيعي في مثل حالتكم للأسباب التالية : ١- أنت أبلغتها أنك تزوجتها للجنس. وهذا كاف في حد ذاته لنفورها منك. ٢- ابتعادك عنها طوال الوقت ولا تعرفها إلا وقت الحاجة. ٣- افتقارك للمودة والرحمة وجفاف المشاعر في الأوقات التي لا ترغب في المعاشرة الجنسية. ٤- مداعبتك لها في المنطقتين اللتين ذكرتهما يزيدان نفورا منك لأنها مناطق أثارة بالنسبة لك أما بالنسبة لها فهي دليل توكيد أنك لا تقترب منها إلا للجنس ٥- العنف في المعاشرة الجنسية ليس دليلا على الفحولة. فهي علاقه ديناميكية بين زوجين لها مراحل تمر بها ولا بد لكل مرحلة أن تأخذ نصيبها من الوقت الكافي لكي يصل في النهاية كلا الطرفين للاستمتاع والإشباع . ٦- مراعاة مشاعر الزوجة العاطفية - توكيد الذات - المديح - أثناء - الغزل - الملامسة - القبلات - العناق - الاحترام - المودة - الرحمة . ٧- الجلوس على الجهاز معظم الوقت له آثاره الصحية - والاجتماعية - والسلوكية . وينبغي أن تقنن الوقت ولا تنسى نصيب الزوجة. على الزوجة تقبل الزوج ومشاركته في التغيير وتشجيعه ودعمه والشفافية معه أثناء الممارسة الجنسية وطلب البقاء معها حتى الإشباع. وأقترح عليكم التواصل مع الهاتف الإرشادي بالجمعية على الرقم ٩٢٠٠٠١٤٢١ و أسأل الله لكما التوفيق ,,

٣٥- خلافي مع زوجي وخلاف زوجي مع أمي (أسرية)

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ..

أنا متزوجة لي ٦ سنين وعندي طفلين والله الحمد كان لي علاقه قبل الزواج ومع زوجي أنهيت كل شيء، وبعد فترة رجعت علاقتي السابقة. وشعرت بذنب اتجاه زوجي فقطعت العلاقة نهائيا وغيرت رقمي وانتهى كل شيء وقد كنت أحكي لقريبتني على الواتساب . وبعد فترة زوجي شاف كلامي في جوالي وعرف كل شيء انهار ووصلنا للطلاق بس زوجي



يجبني كثيرا وما قدر يطلق ورجعنا لبعض بس زوجي رجع إنسان قاسي جدا حاولت أساعده لكي أطلع من محنته ما استطعت. قرر أنه يتزوج وكلم أهله وأنا وقتها قلت خلاص برجع بيت أهلي صارت مشكلة ما خلاني أطلع من البيت وجو أهلي وأهله وكبرت المشكلة وأنا خارجة طلب مني ما أروح وأنه حينفذ اللي أبغاه جلست في بيتي لأني أنا أبغى زوجي وعيالي قال لي كنت أبغى أرد اعتباري وأطفي القهر اللي فيني عشان كذا قررت القرار هذا بس أنا خلاص قلبي برد تجاه الموضوع وراح نرجع أحسن من أول وأنا تغيرت .. الآن لي يومين وشايقة فيه تغيير في كلامه في نظراته لي .. بس أنا خائفة أنه يرجع لنفس كلامه أنا تعبت من الضغوطات والمشاكل أبغى أعرف كيف أتصرف معاه هذي مشكلتي الأولى.

مشكلتي الثانية..

زوجي مع أمي لما صارت المشكلة وعند مجيء أهله وأهلي وعندما رفض زوجي أن أطلع من البيت وقال بتصل بالشرطة لأهلي . أمي قالت له انت إنسان مريض غير طبيعي هو زعل والآن رافض يدخل بيت أهلي إلا باعتذار من أمي له وأمي رافضة أيضا وزوجي رافض أخذ عيالي معي عند زيارة أهلي ...
أتمنى أجد عندكم النصيحة التي تساعدني على حل مشكلاتي.

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته .. وبعد: نشكر لك ثقتك بالجمعية ونسأل الله تعالى أن يعيننا وإياكم ونسأله التوفيق والسداد .. لا شك أن الموقف الذي حصل منك هو ليس بالسهل فالحمد لله على توفيقه لك بالتوبة وأسألي الله أن تكون توبة صادقة وموقف الزوج كان إيجابيا حيث إنه رغم تأثره من الموقف لم يطلق ولم يفضحك عند أحد فقام بالستر رغبة في بقاء الصورة الحسنة لأهله وأنت تبقيين في الأول والأخير زوجته وعرضه فكيف يشوّه ويحدث عرضه هذه حقيقة من شهامة الزوج فقد ستر عليك وهذا لا نستنكره أنه من غيرته على زوجته وأنه يفعل المستحيل لحمايتها مما يؤذيها. الآن نتكلم عن الآثار التي نتجت من هذا الموقف هو تغير العلاقة فيما بينكما إن الحياة الزوجية تتغير بتغير الأحوال والأزمان فليست العلاقة ثابتة بين الزوجين من أول زواجهما إلى انتهائهما بموت أحدهما .. لا ، وإنما يحصل فيها التغيرات ومشكلات يكون لبعضها الأثر على العلاقة الزوجية بحسب نوع ودرجة المشكلة ومن الواضح أن هناك مشكلات أخرى تجعل شريك الحياة يبحث عن الإشباع العاطفي

خارج أسوار الحياة الزوجية فالزوج أحيانا قد يظهر الحب عن طريق الأفعال فيخبرك أنه يحبك ولا يستطيع الاستغناء عنك ولكن قد ينشغل عن زوجته بأموره الخاصة وعلاقاته الاجتماعية مما يجعل الزوجة تفكر في مصير الحياة مع زوجها وتفكر كثيرا في أبنائها ، بل حينما أصبحت تركزين على زوجك وتركت العلاقات ظهرت لك المشكلات فأصبحت تحاولين التعديل وحل المشكلات وهذا مبادرة جيدة ولكن لا بد حين التعامل مع المشكلة أن تقومي بتحديد أبعادها وآثارها فإذا نظرنا لمشكلتك حسب ما أوردت في سؤالك فإنك تشعرين بتغير في أسلوب التعامل وأنه قرر الزواج بأخرى، والثالثة هو سوء العلاقة بين زوجك وأهلك . لا بد أن نبتعد عن دوافع الغضب وأسبابه فبعض النساء تعتقد أن مجرد حبها لزوجها ورغبتها في إسعاده هو يكفي للحفاظ على العلاقة الزوجية والعاطفية وتنسى أن الزوج يريد أعمالا لا أقوالا، والنوايا وحدها لا تكفي فعلى الزوجة أن تبتعد عن الأمور التالية: أولا: توجه الزوجة اهتمامها ورعايتها بأولادها وتقل العناية والاهتمام بالزوج وأمور المنزل ومتطلباته فقد تغفل الزوجة عن احتياجات الزوج فيظن الزوج أن الحب قد اختفى وخاصة بعد أن اكتشف السلوك الخاطئ الذي وقعت به . ثانياً: إهمال الزوجة لمظهرها أمام الزوج ونحن لا نطالبك بأن تكونين دائما على هذا المظهر الحسن الكامل ولكن أن يغلب على حياتك ذلك لأن الحياة الزوجية كاملة تقابلينه ليلا ونهارا ولكن لكل شيء حدود طبعاً فلا ننسى أن لديكم أبناء وقد يعكر صفوكم قليلا ، ولكن المقصود أن بعضهن لا تلبس اللباس الحسن ولا يراها زوجها متأنقةً إلا عند الخروج للمناسبات. ثالثاً: عدم احترام خلوته، فلكل رجل خلوة خاصة به في بيته إما نائم أو يرتاح لوحده أو يقرأ أو يمارس هوايته المفضلة حيث يعشق الصمت والسكون والمرأة الموقفة تحترم خلوته وتحذر أطفالها من خدش هذه الخلوة. رابعاً: عدم العناية به ، فالمرأة هي التي تستطيع أن تصنع أجواء السعادة في البيت أو تملؤه بأشباح النكد والشقاء والمرأة المهملة لا تحرص على أناقته ولا على الأطباق الطيبة التي تقدمها له ولا على صحته أو راحته النفسية. خامساً: العناد ، دليل على إهمال مشاعر هذا الشخص وعدم الاهتمام الإيجابي بل الحرص على إغاضته وتوتيره وتنكيد حياته وكثير من الأسر تحطمت حياتها على صخرة العناد. فهذه أبرز الأمور التي تتجنبها المرأة في حياتها الزوجية ومن المواقف الزوجية والتي على المرأة أن تسلك فيها أفضل الأساليب وهي : ١- عندما يتعرض الزوج لمشكلة ما فتسعى الزوجة لنصحه وإرشاده دون أن يطلب منها ذلك مما يشعره بعدم الثقة بنفسه. ٢- عندما يخطئ تبادل الزوجة للوم على خطئه وهذا سلوك خاطئ بلا شك فلا بد من الحكمة في ذلك. ٣- على الزوجة أن تقابل عطايا زوجها بالتقدير أو التشجيع أو الامتنان الذي يريد فالرجل يبذل المزيد بالتشجيع. ٤- إدخال الزوجة أهلها



في كل حادثة أو بعضاً من حياتها ومشكلاتها الزوجية وهذا مما يعمق المشكلة أكثر بين الزوجين فلا بد أن يقوموا بالحل بنفسيهما دون اللجوء من أحد إلا إذا كان مستشاراً وله قدرة على علاج المشكلات.

٥- عندما يصمت الزوج فجأة لأي سبب كان ينتاب الزوجة القلق وتبدأ في طرح الأسئلة والإلحاح عليه وتحاول أن تخرجه عن صمته إنه يريد بعض الوقت للتفكير لذلك على الزوجة أن تعطيه الفرصة. هذه الأمور السالفة الذكر إذا تمت فستتغير تصرفات الزوج وإن كانت هناك ملاحظات على سلوكيات زوجك فتستطيعين بعد أن تقدمي وتبذلي أن تتحاورى معه عنها بأسلوب لطيف يعيد قيمته الزوج في حياتكم فسيقدم لك كما بذلت كل ما تتمنين. أما بالنسبة لعلاقة الزوج بأهلك فلا تخلو أسرة من هذه المشكلة إلا ما ندر نظراً لسوء تفاهم أو نحوه ولكن لا تحمل لأن فيها قطيعة رحم ولكن نحاول التقريب بينهم بين الفينة والأخرى واستثمار أوقات المناسبات والأعياد وإدخال من يمكن الاستعانة به لإصلاح ما يمكن إصلاحه بين الزوج ووالدتك ووثقي بالله تعالى أن الأمور إلى أحسن وإلى تقدم باهر في حياتكم الزوجية جعل الله المودة بينكم ويسر أمركم وصلى الله على نبينا محمد وآله وصحبه أجمعين.

36- زوجتي وتغطية الوجه

الاستشارة

السلام عليكم.

الرجاء مساعدتي بطرق جعل زوجتي تقوم بتغطية وجهها علماً أنها ترفض و تريد الاكتفاء بالمنديل حول الرأس؟

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته أخي العزيز نشكر لك ثقتك بالجمعية ونسأل الله الهداية لزوجتك .. ولكن الأمر يحتاج حقيقة أن تكون سهلاً ليناً في أمورك عامة وخاصة مع الزوجة فمبدأ حرصك على تغطية وجه الزوجة تشكر عليه ونسأل الله أن يكتب لك الأجر ولكن لا بد أن ننظر إلى الوضع العام وحياتكم الزوجية بشكل عام فلا شك أن هناك ارتباطاً وثيقاً ، قد تسأل نفسك وتقول كيف؟ أجيبك فأقول إن العلاقة الزوجية إذا كانت جيدة وعلى مستوى طيب من التفاهم والتوافق فيمكنك أن تفنن زوجتك بتغطية الوجه . وأما إن كانت مسألة تغطية الوجه مرتبطة في ذهن الزوجة بمواقف فيها توتر بالعلاقة بينكما أو مرتبطة بسلوكيات صدرت منك غير مرغوبة للزوجة فاعلم أن المسألة تحتاج



لوقت حتى يمكن أن تصل لإقناعها فلا يمكنك أن تجتزئ مسألة تغطية الوجه من العلاقة الزوجية وتريد الحلول لها دون النظر لعلاقتك بزوجتك . إننا نميل في بداية الأمر للطرق غير المباشرة بالإيجاءات والتلميحات وإن لم تُفد فلا بد من الحوار الهادئ والعقلي والنقلي لأدلة ونقاشات العلماء في مسألة تغطية الوجه بأن تقوم بتعديل سلوكك مع الزوجة - إن كان - فيه توتر في العلاقة ، ثم تختار الوقت المناسب لطرح الموضوع ثم معرفة رأيها وعلى ماذا تستند في تركها لتغطية الوجه ثم انتقاء الألفاظ الحسنة أثناء الحوار ودون تجريح أو تلميح لرأي أو فكرة معينة أو إبداء نوع من الاستنكار على كلام الزوجة وأن يكون ردك لطيفاً وسهلاً ومتقبلاً لنفسية الزوجة . ولنا في رسول الله صلى الله عليه وسلم أسوة حسنة فلما جاء النبي عليه الصلاة والسلام إلى الناس وجد عندهم أخطاء ومعتقدات خاطئة وكثيرة فتعامل مع كل مشكلة لوحدها بالتدرج تارة وبالإقناع تارة وبضرب المثل تارة وهكذا . ومن الأساليب التي يمكن أن تتخذها في ذلك معرفة حال الصحابييات وأقوالهن في هذه المسألة والقصص الواردة في ذلك أو تنطلقون من المسائل التي تتفقون فيها أنت وإياها وأقوال العلماء في المسائل التي تتفقان فيها وبعدها تنتقل لمسألة تغطية الوجه وذلك إذا شعرت أن زوجتك اتخذت قرارها بناء على جانب شرعي ، أما إذا كان غير ذلك فربما تكون متأثرة ببيئتها التي تجتمع معها سواء كانوا أقارب أو صديقات أو جارات ونحو ذلك فلا شك أن ذلك يؤثر في رأيها بشكل عميق . فأعود وأقول إن التغيير لا بد أن يكون في مبدأ العلاقة بزوجتك فعليك ترك النقاش في هذه المسألة حالياً وأحسن لها جيداً حتى لو بدأت بتغطية الوجه عند الدخول في السوق على الأقل وتكون كاشفة في السيارة وتكون مظلمة فلا مانع وبعد ذلك تتدرج في تغطية الوجه عند الذهاب للتنزه أو السفر إلى أن تتقبل المسألة بإذن الله ولا بد في نفس الوقت أن تكون أنت أيها الزوج قدوة في ذلك بأن تبتعد أنت عن المحرمات وما نهى الله عنه حتى تكون نصيحتك نافذة لقلبها . ختاماً : عليك ألا تنسى بالدعاء لها فكل تلك التوجيهات إن لم يكن فيها عون من الله فلن تكون مجدية ولن تتأثر بها . وصلى اللهم وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .



37- كرهت زوجي

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله و بركاته

أنا عمري ١٨ سنة تزوجت قبل ٥ شهور تقريباً من ولد عمتي عمره ٢٥ سنة مصاب بالغرور يجب المديح والثناء، في بداية زواجي كنت أمتدحه حتى أشبع رغبته ولكنني تورطت معه. حيث أصبح يقلل من شأني ويقارني بأهله في كل شيء (حديثي ، لبسي ، مكياجتي ، وزني) حتى شككني في نفسي بالرغم أنني أعلى منه في التعليم وفي الحالة المادية. يخفي عني كثيراً من الأمور منها: خرجاته وزيارته ومكان عمله وأيضاً لا يصلي ..

أنا عصبية وهو هادئ إذا زعلت وأبغى أكلم أمي يفضل يراضي عشان لا أشتكي لأمي. أنا عند أهلي مدة شهر بسبب النقل ونفسي أطلق منه بس أنا حامل ...
وأهلي يخافون على مشاعر امه كلما يتصل الوالد عليه لكي نحل المشكلة ولكنه يتهرب. أفيدوني.

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد: فإننا نشكر لك ثققتك بالجمعية وشرحك لمشكلتك ونسأل الله التوفيق والسداد ، أيتها الأخت الكريمة الحياة الأسرية قافلة تسير يقودها ربانها من الزوج والزوجة على خط واحد بهدي من شريعة الله السمحة مقتدين بالنبي صلى الله عليه وسلم وإذا علمت ذلك فلا بد أن تعرفي أن كل البيوت يوجد بها مشكلات، لا يخلو بيت من مشكلات وحياتكما الزوجية لا بد أن يتخللها شيء من المشكلات وقدوتنا محمد صلى الله عليه وسلم لم يخلو بيته من مشكلات. ولكننا نحتاج عند مواجهة المشكلة إلى عدة أمور: أولاً معرفة المشكلة وتحديد أسبابها . ثانياً: أن نضع الحلول المناسبة ونختار الوقت المناسب لها فبعض الحلول قد تزيد المشكلات إذا لم تستخدم في الوقت المناسب. هناك أمور لا بد أن تعلمها الفتاة أثناء ممارسة حياتها الزوجية أولاً: أن هذا الرجل له صفات وطباع قد اعتاد عليها وأنت لك صفات وطباع اعتادت نفسك عليها ومنها أنك تقولين إن زوجك - (مغرور) ويعتقد ألا أحد يعرف شيئاً في الدنيا إلا هو فقط - هذه إحدى صفات زوجك وبطبيعة الحال هو لا يراها كما ترينها بل يراها سعة علم واطلاع وثقافة وقد استخدمت معه أسلوباً وهو أن تضعيه في المنزلة التي هو يريدتها وأنتك تشعرينه بحاجتك للتعرف حول بعض الأمور عن طريقه وهذا جيد ولكن مع التوازن في ذلك فلا بد أن تُظهري له شيئاً



من معرفتك ودرائتك دون أن تختلفي معه فلا شك أن هناك أشياء تختلفان حولها فلا تتناقشا فيها الآن بل أبرزى الأمور التي تتفقان عليها وأظهرها له . ثانياً: من صفاته (أنه يقارن بينك وبين غيرك بل حتى لا يمدحك إذا تزينت) بعض الرجال يكون كثير النقد لزوجته بل ويقارن فينتقد طريقة اللباس وأسلوب الكلام وهذا طبع في بعض الرجال فعليك أيتها الكريمة أن تبدلي ما في وسعك في التجمل لزوجك قد لا تعجبه طريقتك وبيّن لك أنها لا تُعجبه فقومي بتغييرها ولا تستعملي أسلوباً واحداً بل قومي بالتنوع بين الأساليب واحذري أن تصل حياتكما إلى الروتين والبرود في الحياة الزوجية فالتجديد في طريقة الاستقبال للزوج والتجديد في اللباس والتجديد في ترتيب أثاث المنزل أو غرفة النوم أو طبقاً لذيذاً أو إعداد مفاجأة ترغّب الزوج في العودة للمنزل سريعاً وهذه من أساليب جذب الزوج للمنزل والعودة بتفكيره ووقته لأسرته وزوجته. وأما بالنسبة لحالة الإحباط التي أنت تعانيين منها من شدة ما ينتقدك في كلامك وأسلوبك أصبحت تعتقدين أنك لا تفقهين شيئاً وأنك لا تُحسنين التعامل مع الناس أو مع أدوات المنزل وبالتالي حينما وصلت لهذا الشعور أصبحت تعتقدين ذلك فتتج عن ذلك أنك لا تتكلمين مع أحد وهذا بالطبع فناعة غير صحيحة فإن أسلوب عرضك لمشكلتك يوحي بأنك تستطيعين الوصول لما تريدين وتناقشين غيرك دون أدنى جهد في ذلك فلا بد أن تُخرجي نفسك من القفص والدليل أنك قادرة على ذلك درستك بالجامعة فأنت تستطيعين أن تعايشي أقرانك وصديقاتك وأقربائك ولست مُلزّمة أن تأخذي بكل نقد يأتيك من زوجك ولا من غيره - إذا كان غير صحيح طبعاً وليس في محله - فلا أحد يُلزمك بتغيير قرارك إذا كان صحيحاً بل أنت من تواجهين وتحملين قرارك وأسلوبك وإذا أخطأت فلا مانع من التصحيح ومن قال إن الناس لا تخطئ؟ بل إنهم يخطئون ويقومون بتصحيح أخطائهم فعليك بالحوار الهادئ دون تعصّب لرأي معين ولا شك أن الناس مختلفون في تفكيرهم وسلوكهم وأخلاقهم . ثالثاً: بعض الرجال (يحبُّ أن يعيش الغموض وعدم الوضوح والصرامة مع زوجته في تصرفاته بل يعتقد أنه ليس شرطاً أن تعرف الزوجة كل أمورك) فهذا نوع من الرجال يحتاج إلى نوع من المسايسة دون المواجهة المباشرة ويحتاج منك لأسلوب حوار معه في اللحظات المناسبة حيث تقومين بالإعداد الجيد لها من تهيئة المكان والوقت المناسبين مثل إجازة آخر الأسبوع وقد لا يكون في المنزل. هذا الأسلوب مما يعطي الفرصة للزوجين البوح بمومهما والمشاكل التي قد يواجهونها في حياتهم العملية أو حياتهم الخاصة أو مشكلات الأولاد أو قد يتداولون قضية عامة أو خاصة أو تخطيط للمستقبل أو تنظيم أمور مالية تحتاجها الأسرة ويمكن الحديث الآن عن المولود الجديد من جهة اسمه وتربيته ودراسته ونحو ذلك المهم يعطي فرصة للحوار والنقاش، ولتبتعد الزوجة عن أسلوب



المحققين والذي يستلزم السؤال والجواب فلتجعليه حواراً يسيراً يميل للبساطة دون تكلف دون أن تفكري بالانتصار وفرض الرأي وتحمل الحوار وتبعاته دون غضب . وعليك ألا تجعلي للشيطان عليك طريقاً فيقف بينك وبين زوجك ويضع في رأسك أموراً تسيئ العلاقة بينكما . مثل - ربما أنه لا يكون في عمله أو أنه تأخر في الليل يقول إنه معزوم وأن كلامه غير صحيح - ونحو تلك المواقف. فاعلمي أنك إذا فكرت بهذه الطريقة فسيقوم زوجك بالتفكير بنفس طريقته وينتشر الشك في التصرفات في البيت وبين الزوجين وتنعدم الثقة ، لا .. بل عليك بزرع الثقة بينكما وينبغي ألا يلاحظ ذلك الزوج في تصرفاتك بأنك تشتاقين له أو بأنك أعديت مفاجأة له وتنتظرين مجيئه ولا بد أن تقدمي حسن الظن به فهو يريد أن تدخل المنزل وهو نظيف فلا يريد لك التعب وخاصة الآن وأنت في شهرك الأول فيحتاج أن تحافظي على وضع الجنين بالثبات وقلة الحركة ومراجعة الطبيبة وأخذ ما يلزم في ذلك. أما بالنسبة لعمله فقد رأينا أناساً يعملون دوامين ودوام واحد ١٢ ساعة وإلى أكثر من ذلك فرمما عمله يتحتم عليه المكوث أكثر فهذا أمر طبيعي وقد تأتي الشركة بقرارات بين الحين والآخر وعليه تنفيذها وهذا وضع الشركات عموماً. رابعاً: (بعض الرجال يريد أن يفتعل المشكلات مع زوجته) وهذا دليل على أنك كلما حاولت إدخال أهلك وقف أمامك حتى لا تتكلمي معهم بما تريدن. حيث إنه لا يريد أن تكبر المشكلة فيريدها أن تكون في محيط البيت فقط. وهو لا يعلم أن ذلك يضايق الزوجة كثيراً فبالحوار تُحلُّ المشكلات ، أما بالنسبة لإدخال أهلك في الموضوع فلا يستحسن إدخالهم لأن ذلك مما يعقد المشكلات أكثر بين الزوجين لا بد أن تقومي أنت بحلها فأنت أدري بما يصلح الزوج وهو يجبك أكيد ولولا ذلك لما قديم إلى والدك وطلبك منه فهو يحبُّك والمسألة فقط اختلاف طباع وعدم فهم ما يريده الآخر .. لا بد أن تفهمي ، ماذا يريد الزوج مني؟ وأما ما تشعرين به الآن من حالة التعب والكُره للزوج ولأهله فلا شك أنك تعلمين ما تمرُّ به الحامل وخاصة أول مولود وعدم إدراك لطبيعة المرحلة التي تمرُّ بها الزوجة وتسمى (الوحام) وهو شعور يصيب المرأة الحامل بتقلبات في نفسيتها فتكره ما حولها وتصل هذه الكراهية لأقرب الناس إليها ألا وهو الزوج فعليك بتقدير الأمور وأخذها باللين. أما الأمر الأعظم وهو التهاون في الصلاة وسماع الأغاني والنظر المحرم للأفلام فهذا مما يغضب الله تعالى وقد تكون كل ما تمرِّين به من مشكلات بسبب هذا الفعل من الزوج فعليك اللجوء إلى الله تعالى بالدعاء أن يصلح زوجك وأن يصرف عنه السوء والفحشاء ويهدي قلبه، وعليك بنصيحته بأي أسلوب مناسب لحاله دون تجريح أو تقريع أو إهانة فقد ابتلاه الله تعالى بذلك فكوني عوناً له على شيطانه فأنت إذا أصلحت ما أسلفت لك من التوجيهات فستصلح هذه بإذن الله فيقتنع بكلامك

وتوجيهاتك واحذري من مشاركته وعليك بالتوبة إلى الله إذا كنت قد شاركته أو تغاضيت عنه قبل هذا السؤال. وعليك بالصبر ثم الصبر ثم الصبر فليس كل البيوت تخلو من المشكلات فتفكيرك باتخاذ قرار الانفصال عنه لن يكون مجدياً بالصورة التي تعتقدينها وإنما هي طريقة للتخلص والهروب ليس إلا. أسأل الله الهداية لزوجك وأن يصلح قلبكما وبالله التوفيق.

38- طريقة الحديث مع الزوج

الاستشارة

السلام عليكم

لدي مشكلة في الحديث مع زوجي ...

عندما تحصل أي مشكلة بيننا أتلفظ ببعض الكلمات التي تجرحه أو أنها تقلل من قدره وعندما أعود للاعتذار لا أعرف كيف أنتقي الكلمات المناسبة لأعتذر وقد أخبرني بأني لا أعرف انتقاء كلمات مناسبة لأي شيء وأنا أريد أن أتعلم كيف أتعامل معه بطريقة لبقة وأن يكون حديثي معه لطيف .

ولكم الشكر

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته نشكر لك استشارتك الجمعية ونبشرك أن علاقتك بزواجك طيبة والله الحمد ولكن تحتاجين لأن تتفهمي اهتمامات زوجك وما هي طبيعة حواراته وموضوعاته التي يجب الكلام فيها. ونريد أن تتبعي عدة وصايا: أولاً : لا بد أن تكسر الزوجة الروتين بالتجديد والتغيير ولو كان تغيير مكان تناول الطعام أو نوعه أو إيجاد المفاجآت الجميلة التي يحبها زوجك ، فهذه ستجعل الزوج يسعى للكلام معك والحديث . ثانياً: اكتشاف شخصية زوجك، هل هي قيادية، أم عاطفية، أم عملية، أم تخيلية، أم صدامية، هل هو غضوب، أم حلیم، فعند معرفة شخصيته يكون التعامل معه حسب شخصيته؛ لأن اكتشاف شخصية الزوج يسارع إلى فهمه، وكيفية التعامل معه. ثالثاً: تجنبي مصادمته وقت غضبه؛ لأن النفس البشرية في غالبها إذا غضبت زلّت، وإذا زلت ظلمت، فدعيه حتى يذهب ما به، ثم لاطفيه بقول حسن، وكلمة صادقة. رابعاً: كوني وسطاً في كل شيء، فالتوسط طيب،



لا تغالي فيه، ولا تجافيه، ولا تبدين له كل شيء أرادته أم لم يردده، ولا تمنعيه مما يريد، خامسا: في الغالب الرجل تعجبه المرأة: الأنثى اللينة في حزم، والعاقلة في حكمة، والذكية القريبة، والمتغافلة النجيبة، والحافظة النقية. أما المرأة الأنثى اللينة في حزم؛ فلأنه طبعها فالرجال في الغالب لا يريدون المرأة المسترجلة، أو القاسية؛ لأن هاتين الصفتين تخالفان فطرتها وطبيعتها، فبأنوثتها تملك قلب الرجل، وبلينها في حزم يعرف أنها معه هو فقط لينة، وأما مع غيره فهي تُنزل كلاً منزلة، وتتعامل معه بما يليق به بلا إفراط ولا تفريط، ولا وكس ولا شطط. وأما العاقلة اللببية؛ فالرجل يريد امرأة تقيس الأمور بعقل، وتزنها بحكمة، فليس كل أمر تتسرع فيه، وليس كل شيء يعجبها لا بد أن تقتنيه وهكذا.. وأما الذكية القريبة؛ فهي التي مهما بلغ ذكاؤها لا تستخدمه في الضغط على زوجها، أو بالحيل والتحايل عليه، فما أجمل الحياة بالتقارب والتفاهم، لا بالتذاكي والتصابي، والحيل والاستغلال، فالمرأة الذكية تصرف ذكاءها في كسب زوجها وإسعاده، لا في السيطرة عليه وإرهاقه. وأما المتغافلة النجيبة؛ فهي التي تتغافل عن الزلة، وتتسامح في الهفوة، فلا تبحث عن زلته، ولا تفتش عن عثرته؛ بل كأنها لا ترى الهفوة منه، مع أنها تعلم أنه قد لاحظ أنها عرفت لأنها نجيبة، فتقدم محبته على رغبة ذاتها، فالحياة تغافر وتسامح، لا محادة ومباحثة عن الزلات والهفوات. وأما الحافظة النقية، فهي التي تحفظ ما بينها وبين الله، وما بينها وبين زوجها فلا تفشي سره، ولا تبثلي خبره، ولا تفضح زلته، فتحفظ لسانها عن ما يغضب ويسيء إلى زوجها حتى من أقرب الناس إليها؛ فالرجل لا يريد أن يذكر بسوء كما المرأة تريد ذلك، وأما نقاؤها فهي نقية لا تخالطها ريبة، فإن أشد شيء على الرجال أن يعثر من امرأته على زلة في عرض، أو هفوة في دين، فإن هذه الهادمة للحياة، والمخربة للدار، والطاردة للمرأة. أخيراً: إذا أردت السعادة الحقيقية فعليك بأن تحسني ما بينك وبين الله، فإن أحسنت فيما بينك وبين الله أصلح الله ما بينك وبين الخلق؛ لأن الذنوب مفسدة للمعاش، ومحقة للبركة، والطاعة مصلحة للمعاش، محلة للبركة. أسأل الله تعالى أن يصلح لك زوجك ويعمر بيتك بالخير .

39- هل أحكم عقلي أم قلبي

الاستشارة

متزوجه لي ٩ سنوات عندي ولد و بنت .. أول زواجي اكتشفت أن زوجي عنده حبيبة ويرسل لها قليل الصلاة، بعد ولادتي رجعت اكتشفت أنه يشرب الخمر بعد كم شهر حملت وولدت، وجدته أصبح يتعاطى الكبتاجون وبعد مرور سنوات والله الحمد من الصبر ترك كل الأمور ولكن لا يصلي

ولا يوجد بيني وبينه أي تواصل ولا جماع ولا حب ولا تفاهم ويسافر لوحده ووجدت بجواله أثناء سفره أسماء نساء ودايما أذكره أنه مقصر مع أطفاله والمنزل ولكن دون جدوى أنا قلت له إذا درس أطفالك سأكمل دراستي لكنه رفض ذهب لأهلي وأصلحوا بيننا، لي الآن سنة وهو لم يتغير الآن أنا عند أهلي وأرسلت له بأي سوف أقرر أرجع لك أو ننفصل ولكن دائما أفكر بأطفالي... أرجو نصحي وألف شكر مقدما

الإجابة

ابنتي الغالية : ذكرت أن زوجك لا يصلي ويشرب الخمر ويتعاطى المخدرات ومقصر في العلاقة الحميمة بينكم ولا يوجد بينكم حب أو تفاهم وله علاقات محرمة وبصبرك ألق عن الخمر وتعاطي المخدرات . وأود أن أشير إلى أن البعد عن الله وعدم المحافظة على الصلاة هو السبب لكل هذه المشكلات التي تعانين منها وأنصحك بالتالي أولا - حث الزوج على الصلاة بكل الطرق المناسبة والتي يمكن من خلالها يكون لديه استجابة وكوفي متفائلة ثانيا - ذكره وبطرق غير مباشرة عن عقوبة تارك الصلاة وأنها عمود الدين . إذا صلحت صلح العمل ثالثا - حثي أولادك على الصلاة أمامه ودعيه يسمع الأذان واطلبي منه أن يصطحب ابنه معه لكي يتعود على الصلاة في المسجد خامسا - الزمي الدعاء وخاصة في أوقات الاستجابة وسلي الله أن يصلحه ويهديه ويرده إلى رشده وأن يؤلف بين قلوبكم فيما يحب ويرضى سادسا - راجعي حساباتك مع نفسك لماذا النفور منك وعدم الرغبة فيك وعالجي السبب سابعا - افتحي معه حوارا في الوقت والمكان المناسب ونفسيته جيدة قابله للحوار وابدئي بذكر محاسنه والثناء عليه ثم تطرقي لجميع ما تعانينه معه من قصور وحرمان ثامنا - حدثه عن عقوبة العلاقات المحرمة من الناحية الشرعية والصحية . وأن الجزء من نفس العمل تاسعا - لا تتعدين عنه حتى لا ينشغل عنك بأمور لا ترضي الله واهتمي بنفسك وأحسني التبع لزوجك عاشرا - اصبري واحتسبي في استصلاح زوجك وتذكري أنه بإرادة الله ثم صبرك وقابلية زوجك للتغير يستطيع أن يقلع عن شرب الخمر وتعاطي المخدرات الحادي عشر - الحياة الزوجية حياة مستديمة بين طرفين وطبيعي أن يختلجها بعض المنغصات ولكي تستمر لا بد من الصبر وتقديم تنازلات ومبادرات ،، وفي الختام أسأل الله أن يصلح لك زوجك ويؤلف بين قلوبكم.



40- زوجي وأبنائي من طليقي

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.. أنا زوجة ثانية لرجل في الخمسين من عمره لديه زوجة وبنات وأولاد . وأنا مطلقة ولدي ثلاثة أطفال. كان أولادي شرط أساسي قبل الزواج بأن لا يمنعني عنهم وهو وافق ولكن بعد الزواج اكتشفت بأنه يتضجر من زيارتهم وإقامتهم عندي. وبعد ذلك اكتشفت بأنه يشك في أنني أحسن لهم ولوالدهم. أنا حالياً حامل. في الإجازة ذهب هو وأولاده للتنزه وتركني بيت أهلي وغاب عني أربعة أيام. عندما يكون الأمر يخص عائلته لا أتدخل ولا أتكلم ... في هذي الأثناء حضر أولادي لزيارتي فبقيت معهم في بيت أهلي. اتصل علي وأبدى زعله بأنني بقيت مع أولادي وتركته. وأغلق الهاتف ولم يكلمني لمدة يومين . وأنا كنت أتصل عليه ولا يرد . ثم بعدها أرسل لي رسالة وضح فيها شكوكه تجاهي بأني أودع أولادي ووالدهم ويذكرني بالماضي . كانت لهجته شديدة. وكأنه يخبرني بينه وبين أولادي. هو الآن تاركني في بيت أهلي.. كيف أتصرف معه أنا محتارة لا أريد أن أفرط في أولادي وخصوصاً أنهم صغار محتاجين لحناي بين الحين والآخر .. أرشدوني .

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثقتك بالجمعية فلنقم وإياك بتحديد أساس المشكلة ولنترك مظاهرها ، فمن المظاهر : تركك في بيت أهلك هذا مظهر يدل على وجود مشكلة - مظهر آخر : الشك الذي يساوره تجاه علاقتك به. وقد صرح به. اعلمي أن الرجل بعد الخمسين يميل إلى أمور تناسب مرحلته العمرية تجهلها كثير من النساء .. ولو سألت نفسك لماذا تزوجك؟ ستبحثين عن عدة إجابات وقد تجدين أسباباً معينة لا يذهب تفكيرك عنها. أما السبب الحقيقي هو البحث عن اهتمام وإشباع الرغبة في العاطفة والحب من الطرف الآخر فهو يشعر بحاجة للاهتمام في هذا العمر أكثر من ذي قبل . وأدوات الاهتمام بالرجل ووسائله وطرائقه تتنوع حسب أسلوب حياته الذي يختاره هو. فقد يحتاج الاهتمام بشخصيته وذاته فيسعى لتحسين صورته أمامك دون أدنى تعبير للمشاعر . وقد يحتاج للنظر في اهتماماته وأفكاره فيجد منك إهمالاً ظاهراً - لا يكون متعمداً - ولكن الموقف أثبت له ذلك. لذلك هو لم يزن الأمور من ناحية الأولاد وأن لهم حق الرعاية حيث إنه كان يقول: إذا

تزوجتها فستتغير وتميل إلى أكثر من أولادها بينما حصل العكس. لذلك هو يطالبك بأن تختارين أحد الطريقتين إما هو أو أبناءه. بالطبع الأم لن تستغني عن أبنائها ولكنك لن تفعلينها. لأنه رأى منك اهتماما تجاه أبنائك بشكل يحرك لديه الغيرة فيظن أنهم عائق في التواصل بينكما ، بينما أنت في الحقيقة تقومين بواجبهم ورعايتهم. لا بد أن تظهري له اهتمامك وأغرقيه بالمشاعر والكلمات التي تشبع غريزته. فإذا كنت عنده فكوي له مطيعة متحبة إليه متجملة فليشعر أنك تطيرين من سعادتك برؤيته فإذا كان عند زوجته الأخرى فستكون لك فرصة لتأخذي راحتك مع أبنائك وتراعين أمورهم وتقضين وقتك معهم. ولا بد أن يشعر أبنائك بذلك وتفاهمي معهم بقدر الإمكان فلا يشغلونك عنه فطاعته وتقديره واحترامه والنظر في شؤونه وقضاء حاجاته هو من الواجبات عليك وإن كنت تظنين أنه يجد ذلك عند الأولى. فهو من الباحثين عن الهدوء فإذا لم يجد حاجته فسيبحث عنها عند غيرك والذي يظهر من موقفه أنه يريدك ولا يريد غيرك رغبة فيك فلا تفرطي في هذه اللحظة . فقومي بالتواصل معه أو عن طريق أحد أقاربك يقوم بالتواصل معه ويقوم بعمل اتفاقية بوجود الأولاد في حياتكما دون التفريط في حقه أو إشعاره بشيء من التقصير تجاهه. واعلمي أيتها الأخت المباركة أن كل تصرفاته التي بدرت منه هي من باب توصيل الرسالة ذاتها التي أخبرتك بها. وليس هو أسلوبه وطبيعته. أسأل الله تعالى أن يصلح حالكما وأن يجمع بينكما على خير يا رب العالمين وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

41- طريقي المدمن تاب ويريد إرجاعي

الاستشارة

مطلقه لي سنتان من زوج مدمن حشيش وحبوب وبعض الأحيان خمر . الآن عاد ويريد إرجاعي ويخلف أنه تاب .. ولا أستطيع تصديقه لأني أعلم أنه يشرب أشياء تبطل التحليل ويصعب تشخيصه وأجري تحليل أثبت أنه متوقف له أكثر من ستة أشهر ولدي منه طفلان وأخاف عليهما منه لأنه مغيب عن الوعي وأنا موظفة والله الحمد لكن أحبه ولا أدري هل هو حب حقيقي أو حب احتياج فقط . ماذا افعل؟؟



الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين نبينا محمد المسترشد الكريمة سلمك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نشكر ونثمن لك ثقتك في موقعنا (جمعية المودة للتنمية الأسرية) ، ونسأل الله لك النفع والفائدة * التشخيص : عدم القدرة على اتخاذ القرار * توضيح ، استشارتك ذات جانبين : الأول جانب شرعي ونوصي بالرجوع للافتاء بشأنه (فيما يتعلق بأحكام الرجعة). الثاني : زواجي اجتماعي ، متمثل في التردد في اتخاذ قرار العودة للتطبيق . الوصف : الزوج له تاريخ مع الإدمان ، ويشير ووفقاً لنتائج التحليل أنه أفلح عن الإدمان، مع وجود شك لديك في مصداقية ذلك . هنا نود أن نفيديك أنه يمكن للمدمن التوقف عن الإدمان والتزام طريق الصواب والاستقامة في بعض الحالات . والنقيض في حالات أخرى ، لذا نوصي وبعد التعرف على رأي الافتاء في حكم الرجوع وفي ظل مخاوفك المبررة والطبيعية ، بالآتي : - تحديد مشاعرك الشخصية تجاه طليقتك وبدقة ، هل تحببته لذاته وترغبين في العودة إليه فعلاً أم لا ، ولا تضعي مبررات واهية للعودة (كتهريب العودة لأجل مصلحة الأبناء - أو الحاجة له ، ...) - الدقة في السؤال عنه ومدى انضباطه في عمله ، وتجنبه للمواقع التي كان يرتادها أثناء الإدمان ، ومدى محافظته على أداء الصلوات في أوقاتها وفي جماعة . - التحقق من سلوكياته وتعاملاته مع الآخرين : (هل هو عصبي ، متوتر ، ... الخ من سلوكيات العنف ..) - اشترطي الآتي للرجوع : أ- تقرير طبي نفسي يوضح تعافيه من الإدمان ، واستقراره النفسي . ب- الالتحاق ببرنامج تأهيل المقبلين على الزواج والذي تنفذه جمعية المودة الخيرية للتنمية الأسرية . ج- الالتزام بالنفقة والقيام بواجباته تجاهك وتجاه أبنائه في جميع شؤونكم التي كفلها لكم الشرع . د- إفادة من إمام مسجد الحي بمحافظته على الصلوات في جماعة . إذا تحقق ذلك يمكنك العودة له وأنت مطمئنة بحول الله تعالى شرح الله صدرك ويسر أمرك ونور بصيرتك وبصائرک

42- زوجي يجب السيطرة والتحكم

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أنا عمري ٣١ سنة متزوجة من ٦ سنين وعندي طفلتان والحمد لله زوجي عمره ٣١ نحن والحمد لله كُنَّا متفاهمين وبيننا تفاهم ومن أول ما تزوجنا سافرنا لأمريكا للدراسة وعشنا ٥ سنين هناك

مشاكلنا تكمن في أننا احنا الاتنين اختلفنا كثير هنا وتعاملنا اتغير مع بعض واهتماماتنا المشكلة إني دائماً أشوف أنو في حلول للمشاكل .. زوجي صار سلبي كل ما تصير مشكلة يشوف أنو خلاص احنا ما ننفع نعيش مع بعض أحس أنو عندو تراكمات وأنو ماخذ فكرة سلبية عني من مشاكل قديمة بالإضافة إني أحس أنو هنا بدأ يحاول يصير أنو أنا رجال وأنا المتحكم يعني صار يجب السيطرة تفكيرو كلو اتغير غير أنو متحسس مني يقول لي انتي تخصصك علم نفس انتي اللي تفهمي أنا ما أفهم .. يقول أبغى أجي استشارة أنا وزوجي يا ريت تفيدوني وشكرا

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته بداية نشكر لك ثقتك في برنامج الإرشاد الإلكتروني بجمعية المودة للتنمية الأسرية. ويسعدنا تواصلك والإجابة عن استشارتك. أختي الكريمة بالنظر إلى طلب استشارتك نورد لك الآتي: في بادئ الأمر الحقيقة إن هناك عددا من الحلقات المفقودة في استشارتك لم تقومي بتوضيحها تتعلق بالجوانب الآتية: - لم توضحى هل ما زلتما في بلد الدراسة حاليا أم رجعتما لأرض الوطن. - لقد ذكرت أن هناك خلافات قديمة بينكما لم توضحها. عموما يمكن الرد على استشارتك بصورة عامة: أختي الكريمة من الواضح أن سفر الزوجين لبلد آخر والعيش فيه خاصة إذا كان هذا البلد تختلف ثقافته كلياً عن بلد الزوجين يلقي بظلاله على حياتهما. فطريقة العيش ستختلف ونمط الحياة بشكل عام سيختلف. والتعاطي مع هذا الاختلاف الثقافي والمعيشي ومدى التأقلم يختلف بين الأسر، فهناك أسر تتأقلم وتتجاوز هذا الأمر دون وقوع مشكلات، وهناك أسر أخرى لا تستطيع التأقلم بصورة كلية وبالتالي تحدث بعض المشكلات، ومن الواضح أنكما وقعتما في هذا الجانب وخاصة زوجك. لذا على الزوجين تفهم هذا الأمر ومحاولة تهدئة الوضع حتى لا تتفاقم المشكلات بينهما. لذا أختي الفاضلة عليك تقدير وضع زوجك فمع ضغط الدراسة وعدم تكيفه مع بيئة البلد الذي يدرس فيه شكلت لديه حدة في المزاج، مما أثرت على طريقة تعامله معك. لذا عليك أن تتعامل مع الموقف وفقاً للآتي: أولاً: تجنبي النقاش المباشر مع زوجك في حال حدوث خلاف بينكما. وإرجاء ذلك إلى وقت لاحق. ثانياً: المساندة الإيجابية من خلال إيقاظ مشاعر المحبة والدفء بينكما، وغض الطرف عن الزلات. ثالثاً: فتح مساحة من الحوار الهادئ بعد اختيار الوقت المناسب لمناقشة أسباب الخلاف بينكما، وإعطاء مجال للاستماع للتعبير عن وجهات النظر بعيداً عن توجيه اللوم المباشر، والتمسك بالرأي. مع وضع حلول واقعية لتفادي المشكلات مستقبلاً حتى وإن لزم للتنازل عن بعض الأمور التي



لا تخل بالشرع أو الشرف. رابعاً : اعلمي جاهدة على احتواء زوجك وكوني له الزوجة الصديقة والأخت . خامساً : إن من سنن الله الكونية أن جعل للرجل القوامة على المرأة ، فلذلك تفسرها بعض الزوجات على أنها حب سيطرة من قبل الزوج ، وهذا تفسير خاطيء ؛ لذا ينبغي التنبه لهذا الأمر ، وعليهن النظر إليه بصورة إيجابية . سادساً: تذكري أختي الكريمة أن نقطة التقاء السعادة الزوجية يكمن في تفاهم الزوجين ومعرفة شخصية الآخر وطريقة تفكيره . سابعاً: يسعدنا أختي الكريمة تواصلك معنا من خلال الهاتف الإرشادي (٩٢٠٠٠١٤٢١) . كما يسعدنا حضوركما أنت وزوجك لدوراتنا التدريبية من خلال الرابط الإلكتروني <http://almawaddah.org.sa/activities> متمنين لكما حياة أسرية مطمئنة

43- زوجي يظلمني

الاستشارة

زوجي إنسان عصبي كثير التدخين لا يوجد لديه أصدقاء يميل إلى الاكتئاب بخيل نوعاً ما متعلق بأمه بشدة لدرجة أنه يقضي معظم أوقاته عندها ويهملني وهي متسلطة نوعاً ما لكنها تتظاهر بمحبي أمامه وهي تكيد لي دائماً وتحب أن تعرف كل شيء عنا . مشكلتي أنه سليط اللسان علي جداً يتهمني بالخبث وإني بأقطعه عن أهله عند أي مشكلة . حياتي ما فيها أي خصوصية ممكن تدخل علي أمه فجأة وأنا بمنزلي كلمته أنه يعطيني خبر بمجيئها لكنه يقول هي الداخلة وانتي الطالعة مع احترامي الشديد لها ولأهله وعدم معارضتهم بشيء إلا أنه دائماً يتهمني بكرههم هو لا يفهم أي زوجة وأحتاج إليه فهو يهملني كثيراً وينام عندهم بدون مبرر وبمعني من الخروج بلا سبب واضح . مشكلتي أيضاً أنه في أي نقاش يمد يده علي وأنا صابرة ويطول أيام الزعل ممكن تصل إلى شهر ما يكلمني ابداً ويهجرني بالفراش كثيراً مما يسبب لي عذاب نفسي شديد فأنا أعاني من وحدة شديدة يأخذ أولادي كل يوم ويجلس عند أهله ٥ ساعات أو أكثر غير أنه لما يطلع من عمله يذهب عندهم مع أولادي من المدرسة ويجلس ٣ ساعات تقريباً كلمته كثير بأنه إرهاق لهم لكنه يقول بتقطعيني من أهلي لا يفهم أبداً احتياجي النفسي له ولأولادي ولرغبتني بالنظام . حياتي فوضى هو لا يطلب مني أي شيء إلا نادراً لا يهتمه شيء وفي آخر نقاش كان السبب أي طلبت أن أطلع من البيت رفض وأخذ ابني وذهب لبيت أهله ونام عندهم وبعد ٩ ساعات جاء وأنا متضايقه جداً من إهماله وهو يعرف أي بحاجة إليه عصبت وارتفع صوتي وضربني كما أنه لا

يعطيني أي مصروف لي أو لأولادي أنا أتحمل طلباتهم من السوق أنا في حيرة من أمري .. أرجوكم ساعدوني بحل سريع.

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد المسترشدة الكريمة سلمك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثقتك بموقع جمعية المودة للتنمية الأسرية برنامج شوري للاستشارات الإلكترونية ، ونسأل الله لك النفع والفائدة - الأخت الفاضلة نقدر لك من تمرين به من توتر في العلاقة الزوجية، ومن ضغوط نفس جنسية ، ونسأل الله تعالى أن يعيننا وإياك على تجاوز هذه الأزمة .
*أولاً : دعينا نفكك المشكلة القائمة بينك وبين زوجك إلى العناصر التالية : - عصبية الزوج وشراسته في التدخين - تعلقه بوالدته - اقتصار علاقاته الاجتماعية على أسرته - اتهامك بالخبث والسعي لقطيعة الرحم - الإساءة والاعتداء بالضرب والصمت الطويل . - الهجر في الفراش كوسيلة للضغط
* ثانيًا : التشخيص : من خلال وصفك يتبين أن الزوج يعاني من : أ- قلق ب- اعتمادية على الأم ج- ضعف الشخصية وهو بذلك لا يرى أن لديه مشكلة ، وهذا ما يجعل ردود فعله تكون كما وصفتي . @ علاج المشكلة * من هنا نوصي بالآتي : ^^ فيما يخص سلوكيات الأم وردود فعل الزوج : - تجاهلي سلوكيات الأم وتعاملي معها بهدوء وصبر وحكمة . - قابلي سلوكياتها بالنقيض من خلال الاحترام الصادق . - لا تنتقدي تصرفها أمام زوجك ، حتى وإن كان من قبيل لفت انتباه الزوج لخطأ والدته ، فهو متعلق بها ولا يرى أخطاءها أصلاً . ولكي تساعدني نفسك في تحقيق ذلك فسري سلوكها على أنها والدتك وتتطلع إلى معرفة شؤونك خشية عليك وحبًا فيك . ^^ تجاهل زوجك لمشاعرك وعقابه غير المبرر بالهجر والصمت - تعري على نفسك زوجك ، وطريقة تفكيره جيدًا . - احرصي على عدم استفزازه بضبط انفعالاتك ، مع سلوكياته غير الحسنة . - تحدثي معه بكلمات لطيفة ولكن دون ابتذال (أي تكون متناسبة مع المواقف : مثل - استقباله عند عودته من خارج المنزل بكلمات حب وشوق ، و....) - لا تقفي عند زلاته وتحاسبيه ، ولكن تفادي النقاش معه حولها دون الإشارة تصريحًا أو تلميحًا بأنه مخطئ وإنك لا ترغبين النقاش معه لأنه منفعل فقد يزيد ذلك من توتره (ولكن برري بأنه ليس لديك ما تقوليه في موقف لا تعلمي أين خطؤك فيه) . - تأكدي أن قدرك كامرأة يجعلك تتعاملي مع الرجل بجميع صفات المرأة للرجل : * زوجة تمنحه الدفء والحنان والحب ، وتوقظ فيه رجولته . * أمًا تراعي طفولته الكامنة ((خصوصًا أنه متعلق بأمه ، وهذا قد يكون



مؤشراً على تدليل والدته له في طفولته في ظل معاملة نقيضه من والده أو قسوة من إخوته)) * أخت مخلصه تشاركه همومه وأفكاره وطموحاته . * ابنه تستثير فيه عاطفة الأبوه . وبقدر مرونتك وتوازنك في التنقل بين تلك الأدوار ، سوف تنجحين بحول الله تعالى على معالجة مشاكل زوجك التي وردت أعلاه ، وسلوكياته الخاطئة التي يمارسها معك . *** ثم تأكدي أيتها الأخت الفاضلة أن قريك من الله ومحافظتك على الصلوات والأذكار وقراءة القرآن والدعاء ، تعد وسيلة ناجحة في تفريغ الهموم والكربات . أرجو الله تعالى أن يشرح صدرك ويضع وزرك ويرفع ذكرك ، وأن يجعلك نوراً بين عيني زوجك .

44- زوجي يمنعني من أهلي

الاستشارة

متزوجة منذ ٢٥ عاماً وبين زوجي وإخواني مشاكل وزوجي يمنعني من زيارتهم أو السفر إليهم أو حضور أفراحهم ويحرمني من زيارة أخواتي أيضاً مع العلم أنه متزوج زوجة ثانية ويسمح لها بالذهاب لأهلها في كل إجازة وقبل ٦ أشهر مرضت أختي واحتاجتني للبقاء بجانبها وسمح لي بالبقاء ليومين فقط ولكن عندما رأيت وضع أختي الصعب رفضت أن أعود إلا بعد ٤ أيام واتصل علي وأخبرني بأني مطرودة من البيت ولن يسمح لي بدخوله وحجز لي للذهاب لأهلي وحرمني من رؤية أولادي طوال ٦ أشهر وأخبر أولادي أنني إذا اعتذرت منه فسيسمح لي بالعودة للمنزل وأنا في حيرة من أمري هل أعود وقد أهانني وحرمني من أبسط حقوقي وطردني من بيتي بعد كل تلك السنوات أم أبقى عند أهلي إلى أن يقدر وجودي ويأتي ليرضييني؟؟ أرجو الرد ولكم جزيل الشكر

الإجابة

أختي الفاضلة. نرحب بك في موقع المودة ونشكر لك ثقتك بنا في طلب الاستشارة. ملخص مشكلتك.: زوجك يمنعك من زيارة أهلك لوجود خلاف بينه وبين إخوانك وذلك من ٢٥ سنة بعمر زواجكم وعندما احتاجت أختك وجودك بجانبها وافق لك على البقاء معها لمدة يومين ولكنك رفضت الرجعة ومكثتي أربعة أيام . مما جعله يرفض عودتك إلى المنزل وأنت في بيت أهلك من ٦ شهور ولم يسأل عنك بل أرسل مع أبناءك إن رغبت في الرجعة الاعتذار له وسؤالك . هل ترجعين لبيتك وتعتدري لزوجك . أو تبقي حتى يعرف قدرك ويرضيك . الإجابة: أختي الكريمة تعلمين أن رفضه

زيارة أهلك ليست لشخصك الكريم ولكن لسبب الخلاف الذي بينه وبين إخوانك منذ سنوات . وكذلك عدم موافقته على رجوعك إلى بيتك وعدم طاعتك له بالرجوع في الوقت المحدد . هو هنا لم يقدر احتياج أختك لوجودك بجانبها . وأنت لم تطيعينه فيما أمرك وأصبحت المشكلة عناد .. كل منكما متمسك برأيه ويرى أنه على صواب . وهذا يتنافى مع تعاليم الشرع والحقوق الزوجية . وكان الأجدر به تقدير ظروف أختك وحاجتها لك . وأنت كذلك طالما أنه لم يوافق على بقائك أكثر من يومين فطاعته واجبة عليك لا سيما أنها في غير معصية لله . كما قال تعالى (الرجال قوامون على النساء بما فضل الله بعضهم على بعض وبما أنفقوا من أموالهم) والحديث عن رسول الله عليه الصلاة والسلام (لو كنت أمر أحدًا يسجد لغير الله لأمرت المرأة أن تسجد لزوجها) . ونرى بعودتك إلى بيتك تتحقق طاعة زوجك ورعاية أبنائك والاستقرار النفسي والاجتماعي لأسرتك . أما بقاؤك حتى يحضر لك يرضيك فلا أعتقد أنه يفكر بذلك لأنك أنت من عصاه ورفضت الرجعة إلى بيتك في الوقت المحدد والأفضل رجوعك إلى بيتك والمحافظة عليه ورعاية أبنائك . والعمل على إصلاح الخلاف القائم بين زوجك وإخوانك سواء بشكل مباشر أو عن طريق طرف محايد له تأثير على الطرفين . نسأل الله لنا ولكم التوفيق والسداد.

45- زوجتي مدمنة على الجوال

الاستشارة

أنا شاب في الشهر الثاني من زواجي.... يعلم الله أنني أحب زوجتي وسعيد معها... ولا أرفض لها طلبًا .. ولكن تستخدم الجوال كثيرا... وأنصحها بطريقه غير مباشرة ... وتستمع في نفس اليوم ... واليوم الثاني ترجع مثل ما كانت... وتغاضيت .. والشيء الآخر إنها عنيدة وخاصة في الجلوس عند أهلها بكثرة ... ولكن الأمور الباقية مستقرة... حاول أنصحها... وزعلت ... وقالت انت ما تحبني وانت ما تقدرني الآن ماذا أفعل مع مشكلة إدمان الجوال... والإكثار من زيارة أهلها..



الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين . أخي الحبيب السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ، وبعد : أسأل الله - عزّ وجلّ- أن يصلك ردي وأنت في أتم صحة وأحسن حال، نرحب بك في موقع جمعية المودة ونشكر لك ثقتك في موقعنا ونسأل الله أن يعيننا على حل مشكلتك. أخي الكريم: الحوار بين الزوجين هو مفتاح التفاهم والانسجام، الحوار هو القناة التي توصلنا إلى الآخر. فعندما نتحاور إنما نعبر عن أنفسنا بكل خبراتنا الحياتية وبيئتنا الأسرية والتربوية، نعبر عن جوهر شخصيتنا عن أفكارنا عن طموحاتنا... فالحوار ليس أداة تعبير «لغوي» فقط بل الحوار هو أداة التعبير الذاتي. أن تعلم «الحوار» وممارسته في الحياة الزوجية والأسرية من أهم العوامل التي تحقق الانسجام والتفاهم الزوجي والاستقرار الأسري. أخي: برامج التواصل الاجتماعي انتشرت بين الناس انتشاراً كبيراً وأنت تحاول تمتع زوجتك منها. وهي مبسطة بهذا الشيء وتشوفه حق من حقوقها مثل الناس ولكنها مزودة الموضوع حبتين. وإذا أنها أصبحت ما تحس بنفسها وتعلقها بالجوال. فأحياناً الشخص ممكن يصل لهذه المرحلة بدون ما يدري ... والعلاج يكون بعدة طرق حتى تستطيع توازن نفسها وتستخدم الجوال بشكل سليم. ومنها.. تعويدها على فترات متباعدة البعد عن الإنترنت .. مثل تقول لها ناسفر أو نروح رحلة برية أو بحرية أو أي مكان وتتعهد أن لا يكون فيه إنترنت حتى تبدأ تحس بنفسها قليلاً ولا تخاطبها بشكل مباشر أنت ولكن قل لها شوفي كيف حياتنا صارت أحلى ولقينا وقت نتكلم فيه وتناقش فيه ونتمشى فيه .. طبعاً هي راح تتضايق بالبداية وتشعر بالضيق وتفكر في صديقاتها ولكن ستكون فرصة بين فترة والثانية أنك تبعدها عن الجوال بطريقة غير مباشرة حتى تتعود. طبعاً الحل يكون بالحوار معها وحسم الأمر! بتنظيم الوقت يعني مثلاً قل لها وقت ما أكون خارج البيت خذي راحتك ولكن مع اهتمامك ببيتك ووقت أكون موجود على الأقل احترمي وجودي واتركيه صامتاً حتى ما تسمعين نعمة الرسائل واعطيني وقتي ووقت ما أكون خارج البيت خذي راحتك أنا لن أحرملك .. هذا الشيء من حقلك، كن جادا في طلباتك ولا تتنازل عن أي طلب تُريده، أنت ربان السفينة وأنت الراعي الأول المسؤول أمام الله عنها ضع وقتاً محدداً لإيقاف الإنترنت في البيت تلتزم به أنت. أخي الحبيب: زوجتك عندها وقت فراغ كبير والجوال هو الشيء الذي يملأ فراغها لوعندها هوية أو عمل أو شيء آخر حتى لا تتعلق بالجوال كل هذا التعلق . أما زيارة أهلها: ليس هناك تحديد في الشرع لعدد مرات زيارة الأقارب ولأنه يختلف باختلاف أحوال الناس ومشاكلهم وقربهم وبعدهم وظروف عمل الزوج الذي سيوصل زوجته إلى أهلها وأوقات دوامه وإجازاته ، ومن الزوجات من

تسكن بقرب أهلها ومنهن من تسكن في بلد غير بلد أهلها فكلّ هذا يؤثّر في الأمر ولكن ينبغي على الزوج أن يعلم أنه لا يجوز له تعمد قطع الزوجة عن أهلها ومنعها من صلة رحمها ، ويجب على الزوجة في المقابل أن لا ترهق زوجها بالأسفار والمصروفات التي لا يتحمّلها وإنما تطلب منه ما هو في حدود قدرته وإمكاناته. أخي الغالي : هذه نصائح لتجعل زوجتك تحبك وتهتم بك أكثر من نفسها : ١ - احترم أفعال زوجتك وتصرفاتها، واحترم تفكيرها حتى وان كنت تراه تافها، ولا تتفه من أي شيء تقوم به زوجتك. ٢ - حاول أن تتقرب لعائلة زوجتك، وأعرب لها عن حبك لهم لأنهم السبب في تربيتها التربية التي جعلتك تختارها زوجة لك. ٣ - اعرف كل تفاصيل حياة زوجتك كي تعرف أنك مهتم بها، كل تفاصيل يومها، ولكن إياك أن تجعلها تحس أنك تشك فيها أو في أفعالها . ٤ - أنصت لزوجتك ولكل مشكلاتها، وحاول أن تفكر معها في حلول ولكن لا ترغمها على فعل شيء أنت تراه من وجهة نظرك أنه صحيح، بل دعها تأخذ قرارها بنفسها مع مساعدتها في ذلك . ٥ - اجلس مع زوجتك وقتاً كافٍ يومياً، لا يقل عن ٣ ساعات. ٦ - راعي ذكريات زوجتك الحزينة، مثل وفاة أحد أفراد أسرتها أو عائلتها، وشاركها الأحزان. ٧ - إذا كنت على لقاء مع زوجتك، أو تأخرت عن موعدك معها، اتصل بها لتقدم لها اعتذار وتشرح لها أسباب تأخرك. ٨ - إذا ضايقك زوجتك في شيء، اعتذر لها بلطف . ٩ - إذا اختلفت في وجهة النظر مع زوجتك، لا تتركها، أو تعلي صوتك عليها، واعلم أن زوجتك تحبك، ولا تريد أن تضايقك أبداً، وحاول أن تفهم زوجتك وجهة نظرك، وأن تقوموا بحل مشكلاتكم بالتفاهم. ١٠ - عندما تكون مع زوجتك تجنب النظر إلى ساعتك فهذا تشعرها أن الوقت يمر عليك ببطء وأنت متضايق من الجلوس معها، أو تشعرها بأن هناك شيء آخر يشغل تفكيرك .

46- زوجي عصبي جدا

الاستشارة

زوجي عصبي وسريع الغضب ويخرج من البيت لا أراه إلا وقت النوم ويسب ويغلط ويندم لكن أريده ألا يسبني.. بالرغم أني أعلم الذي يحبه لكن لا يعجبه العجب أعرف أنه يحبني لكن أريد أن يعاملني بطريقة حسنة.



الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته أختي الفاضلة نرحب بك في جمعية المودة للاستشارات الإلكترونية ونشكرك على ثقتك بنا أولاً: ابتعدي قدر الإمكان عن الأمور التي تقود زوجك للغضب فكل امرأة تعرف مفاتيح زوجها لذلك عليك الابتعاد عن افتعال الغضب ثانياً: إذا كان زوجك في حالة غضب فعليك أن تتمالكي نفسك إلى أقصى الحدود حتى يهدأ وتهدأ العاصفة لأنك إذا تبادلتي معه النقاش أثناء غضبه فإنما بذلك تزيدين النار حطبا وسوف تسمعين ما لا تريدينه ثالثاً: الحوار الفعال اختاري وقتاً مناسباً يكون فيه زوجك هادئاً وتحديثي معه عن غضبه ولكن بطريقة عقلانية وهادئة حتى لا يغضب وأخبريه عن مدى انزعاجك وربما هو كذلك يخبرك بأشياء لا يجبها فيك تقوده للغضب وهذه الطريقة تتفادوا أخطاءكم رابعاً: أختي الفاضلة ذكرت أن زوجك يندم وهذا دليل على حبه لك وعدم رضاه عما يفعله أثناء الغضب وتذكري دائماً أن الإنسان وقت غضبه لا يعي مايقول ولا يقصده فساعدي زوجك على تجاوز هذا الغضب بالنظر إلى نفسك واكتشاف الأمور التي تقوده للغضب وتغييرها حتى تنعموا بحياة هادئة وتأكدي أنه لا يوجد إنسان لا يعجبه العجب ولكن من الممكن أنه لا يعجبه أسلوبك في فعل الأشياء أو تذكيره دائماً بأنك تفعلين من أجله الكثير فالمن من الأساليب التي تقود الشخص للغضب فابتعدي عنه وأسأل الله أن يوفقك لما يرضاه

47- مشاكل مع زوجتي

الاستشارة

لقد أخذت إجازة وذهبتنا نحن والأولاد لإحدى المدن وقد استمتعنا وقد اتفقنا أن نبقى لخمسة أيام في بيت إحدى أخواتنا ولكن لسبب ما أحسست بأن الزوج يريد أن يبقى مع زوجته والبيت صغير فقلت لزوجتي فلنذهب وحين عودتنا تلفظت عليها وشتمتها بسبب تصرفاتها الغريبة في بيت أختها وقبل هذا قد نصحتها ولكني أحسست بخطئي حينها واعتذرت ولكن لم تقبل اعتذاري وطلبت الذهاب إلى بيت والدها ولكن في طريق عودتنا كنت قد عزمت أن أزور والدي ولكن لم تنزل معي وبقيت في السيارة وكان أبي غاضباً من تصرفاتها ولم أبق طويلاً حتى سافرت وذهبت بها إلى والدها وعند الوصول نزلت وتركت الأولاد معي ودخلت البيت وعند اتصالي بها قالت خذ الأولاد معك فأخذتهم معي حين أن تهدأ ولكن عند عودتي لبيت والدها ومقابلته كنت أشرح له

سبب الخلاف بيننا وإني أعتذر فذكر لي مشاكل لا علاقة لها بالقضية وقال هل أنت تريد العيش معها وكأنما يريد الطلاق فخرجت ولا زالت الآن في بيت أبيها المشاكل كالاتي : ١. غضب والدي وقال لي لن يرضى عن تصرفاتها هذه . ٢. والدها لا يريد أن يصلح بل يريد أن ينتصر لابنته كما يظن وقد سبق أنني اعتذرت لها . ٣. فتح مواضيع قديمة وخاصة تتعلق بالحياة الزوجية وقد تمت المناقشة فيها.

الإجابة

الحمد لله وحده والصلاة والسلام على رسول الله وبعد: نشكر لك ثقتك في الجمعية .. إن المشكلات الزوجية لا يخلو منها أي بيت وعندما نتأمل فيها نجد أنها تختلف كثيرا عن بعضها البعض فبعضها يمكن حلّه بغض الطرف عنه - وكان شيئاً لم يكن - وبعضها بالنصيحة المباشرة وبعضها بالرسالة غير المباشرة وبعضها يمكن حلها بين الزوجين فقط وبعضها لا بد من إدخال أحد الأقارب من جهة أي منهما أو إدخال الأهل إذا لزم الأمر وبعضها يمكن معاشته مع التنبيه عليه وقد رتبت الشريعة بين الزوجين أموراً في حال الغضب فقال تعالى: (وَاللَّائِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاصْرَبُوهُنَّ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلاً إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيماً كَبِيراً) { النساء: ٣٤ } وهذا بلا شك للرجال ولم يأمرنا الله تعالى بالسب والشتيم إذا غضبنا والأمر الآخر لا بد أن يكون سبب الغضب أن يكون شرعياً وليس اختلاف طبائع فمن المعلوم أن كلا الزوجين مختلفان في الطبائع والعادات التي اعتاد عليها في أسرته وبيئته ونحن نلمس الاختلاف بين الإخوة في منزل واحد فكيف بين الزوجين وقد ذكر الله تعالى الاختلاف في ربيع آية { وَلَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنثَى } [آل عمران: ٣٦] ولقد بين القرآن هذا التفاوت بين الجنسين في مواضع كثيرة، منها: قوله تعالى: { الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ } وهم الرجال { عَلَى بَعْضٍ } وهن النساء، ومنها: قوله تعالى: { وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ }، (وذلك لأن الذكورة في كمال خلقي، وقوة طبيعية، وشرف وجمال، والأنوثة نقص خلقي، وضعف طبيعي، كما هو محسوس مشاهد لجميع العقلاء، لا يكاد ينكره إلا مكابر في المحسوس) { أضواء البيان ٣/ ٤٩٨ } وبعد أن عرفنا أن الاختلاف هو حاصل لا محالة فلا بد أن نتدرج في الوصول للتوافق بين الزوجين ويحتاج لذلك بذل من جهة الزوجين لبعضهما حتى يصلا مع بعضهما لذلك التوافق والآن نتكلم معك حول هذا التوافق عليك أن تقوم بتغذية التواصل بإغداق الزوجة بالعطاء من دون تذمّر وأن تغدق على زوجتك بالحب دون استخسار و عليك أن تعذرها كثيرا دون ملل ففي لحظات الغضب لا بد من



تملك نفسك فلا تُمَدَّنْ بلسانك ويدك عليها لأنها امرأة ضعيفة وأنت الرجل المتصرف المتحكم في تصرفاتك . قد تقول: هي تقوم بأعمال تجعلني أفقد أعصابي ، أقول لك : لا بد من التحمل وكانت أعظم وصية للرجل حينما طلب الوصية من النبي صلى الله عليه وسلم قال : « لا تغضب » . فقط ولم يتعدى هذه الكلمة فأراد أن يكمل له الوصية فلم يزد عن قوله « لا تغضب » فالغضب والعصبية داءٌ عضال في الحياة الزوجية لا بد أن تنتهي عنه وإن لم فلنخفف منه ولا يكن إلا بقدر يسير حسب الموقف ولا يتعداه لمواقف اخرى وكان علي رضي الله عنه إذا غاضب امرأته يخرج من البيت وهذا أسلوب حسن في بعض الأحيان حتى لا تصل الأمور لطريق مسدود ثم الفراق - والعياذ بالله- أماقولك أي نصحتها كثيرا فقد تكون النصيحة لم تصل لها بأسلوب صحيح فطبائع الناس مختلفة أو لم تكن في الوقت المناسب إذ ربما كانت متعبة أو مشغولة بأمور لم تجعلها تنهياً لاستماع النصيحة ثم إن الحوار الناجح هو الذي يشعر فيه الطرفان بأن له الحق في الرد وأخذ والعطاء أثناء الحوار أما الحوار من طرف واحد فهو ليس بحِوَار . فالمواقف القديمة كما ذكرت في استشارتك قد تكون أنك انتهيت مع زوجتك وأخبرتها بوجهة نظرك ولكنها تبقى في نفس الزوجة ولا تسمح وليس معنى ذلك أنها من طبعها الحقد .. لا بل من طبع المرأة أنها لا تنس المواقف التي تشعر فيها بالنقص والقصور في آدائها للحياة الزوجية فحينما لم تنتهي من حياتها وكانت حبيسة صدرها فأخرجت ذلك عند أهلها فحصل ما رأيت من والدها فكان هذا الموقف هو - القشة التي قصمت ظهر البعير - فاعتذارك لم تشعر فيه الزوجة برد اعتبار حيث أن هذا الموقف كما يبدو - حينما لم تقبل اعتذارك - أنه تكرر ذلك الاعتذار ولم تفي بوعدهك بعدم التكرار . واعلم أيها الزوج المبارك أن أكثر ما يضييق نفس الزوجة هو سبها - أمام أولادها - حيث تعتبره إهانة- ولا مجال للنقاش في هذا. اخي الحبيب المرأة هي مستودع المشاعر والأحاسيس وإذا لم تقابلها ولو بالقليل من تلك المشاعر فلا شك أن الصبر سينفذ يوماً من الأيام. فلا بد أيها الزوج الكريم ان تستدرك وتحاول إرجاع زوجتك بأمور منها : ١- الدعاء : أن تدعوا الله تعالى أن يلين قلبها ويصلح حال بيتكم وان يعود إليه الأمن والاستقرار وعليك ان تصدق مع الله في التوبة والرجوع وتصحيح مسارك في الحياة بالمحافظة على الواجبات التي أمرك الله بها والبعد عن ما نهاك الله عنه واعلم انه لا يحدث بلاء إلا بذنب سواء علمت ذلك أو لم تعلم و لا يُرفع إلا بتوبة. ٢- تعزيز ثقة الأبناء في أهمهم دون رمي التهمة عليها وأنها السبب في ما حصل ومحاورتهم في كيفية إصلاح ما فسد ربما يكون عندهم بعض الرأي الذي ينفعلك في مثل هذه الأحوال. ٣- اذهب لبيت أهلها ولا يأتي في بالك أنهم يريدون تطبيقها منك فلم يذكر ذلك أحد منهم وحاول مناقشتها ومناقشة أهلها

وأدخل عليهم بما يطيب خاطرها وخاطرهم من الهدايا المحببة للنفوس والنبي صلى الله عليه وسلم يقول «تهادوا تحابوا». ٤ - راسلها بوسائل التواصل المتنوعة وبين لها اشتياقك ورغبة الأبناء في عودتها وأرسل لها بعض المقاطع الصوتية أو المرئية التي تلين قلبها عليهم. ٥ - أحضر من تشاء من أقاربك من تعرف منه الحكمة في القول والاصلاح بين الناس. ٦ - حاول ان تتواصل مع المستشارين الأسريين لتتعرف أكثر عن الحياة الزوجية ومعرفة وسائل النجاح في الحياة الزوجية أسأل الله تعالى ان ييسر لك أمرك ويهدي القلوب لما فيه خير لكما وأن ينعم عليكم الاستقرار في حياتكم.

48- زوجي مهمل بيته

الاستشارة

أم لطفلين عمري ٢٥ مشكلتي مع زوجي الوقت والإهمال زوجي جدا مهملي ومهمل أطفاله ولا يعطينا من وقته وإذا رجع من الشغل يقعد على جواله و يقول خلاص قعدت معكم و يروح ينام هو جدا مشغول يشتغل دوامين وأنا أعذره ومقدرة وضعه لكن في نهاية الأسبوع إذا قلت له تطلع عيالك الملاهي الحديقة أي مكان يقول الخميس والجمعة هذا الوقت لي لأني أتعب طول الأسبوع وهذا وقت راحتي أنا ويذهب مع أصحابه الاستراحة الشيء الوحيد الذي يعمله يذهب بنا عند أهلي إذا طلع فقط.. أنا جدا مقدرة شغله والضغط الذي عليه لكن هو ما يقدر شيئا طول الأسبوع قاعدة في البيت وأفكر دائما بالانفصال لأنه أحس أنه ما ينفع أب ولا مربي يقول انت عليك التربية و التعليم وأنا علي تأمين حياتهم أنا جدا مليت من إهماله لي ولأطفالي أشاهد الناس الذين حولي يطلعون مع أبنائهم ويسافرون ، أنا مليت من هذا الأمر أريد حلا.

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته. الأخت الفاضلة : نسأل الله عز وجل أن يبارك فيك، وأن يحفظك، وأن يقدر لك الخير، وأن يرضيك به، ونشكر لك تواصلك معنا وثقتك الغالية بنا ، ونسأل الله أن يفرج عنك همك وأن ييسر أمرك. اولاً : أشكرك على حرصك وذكرك لإيجابيات زوجك ((جوالي و أغراضي و خصوصياتي ما يلمسها ابدا جدا يحترم الخصوصية)) فهذا من طيب العشرة فجزاك الله خير ، وابشرك بحديث المصطفى صلى الله عليه وسلم: أيما امرأة ماتت وزوجها عنها رضي دخلت الجنة. (رواه الترمذي وابن ماجه وضعفه الألباني في ضعيف الجامع رقم ٢٢٢٧). وقد أثنى الله على النساء



الصالحات بقوله تعالى: ﴿فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ﴾. (النساء: ٣٤) كما يريد ان اهمس في اذنك : تذكري عندما سئل النبي صلى الله عليه وسلم من أشد الناس بلاء قال: (النبيون ثم الأمثل فالأمثل، يتلى الرجل على حسب دينه فإن كان صلب الدين اشتد بلاؤه، وإن كان في دينه رقة ابتلى على حسب دينه فما تبرح البلايا على العبد حتى تدعه يمشي على الأرض ليس عليه خطيئة) (رواه البيهقي وغيره). الاستعانة بالله تعالى، فالقلوب بين يديه سبحانه.. قومي بالدعاء في السجود وفي ثلث الليل الأخير حيث يستجاب الدعاء.. ألحى في الدعاء لزوجك بالهداية ولا تملي الدعاء أبداً.. تعبدي بالدعاء: ﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ﴾ { غافر } ٦٠ . ثانيا : قدرى عمله واحترمي تعبه وفي نفس الوقت تعلمي فن الحوار المفعم بالحب حتى توصلي له رسالة أنه قد قصر في الواجبات والحقوق التي افترضها الله عليه من العشرة بالمعروف وذكره بقول الله تعالى: ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾. {النساء: ١٩}. ثالثا : تحلي بالشجاعة والقوة للتغير حياتك مع زوجك للأفضل : ١- حاولي أن تجلسي مع نفسك جلسة مصارحة واكتبي إيجابياتك وسلبياتك حتي تتمكني من معرفة مكان الخلل الذي جعل زوجك لا يبالي بمشاعرك ومشاعر ابنائك قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ الرعد/١١ . ٢- غيري في كل نفسك، لا تبقي سلبية، فالرجل يريد المرأة التي تتطور لتطوره. ٣- تعلمي، و احصلي على دورات تدريبية واستمعي لمحاضرات في التناغم الاسري ٤- استعيدي ثققت بنفسك وارفعي تقديرك لذاتك , مما يشعرك بالسعادة . رابعا: سجلي اليوم مشروعك وضعيه امامك دائما وهو (أريد أن أغير زوجي للأفضل وأعيش حياه سعيدة بإذن الله) ثم ابدئي بالعمل على ذلك فوراً . خامسا: وسعي خيالك واستخدمي ذكائك في كل الطرق الى تساعدك على دفع زوجك للاهتمام بك سادسا: عاملي زوجك بلغة الحب والاهتمام والمسؤولية , وكوني أنتى المبادرة , أوصلي له الحب بالعمل وبالتصرف وبالنظر، بعيداً عن المحاسبة صدقيني سوف يتعامل معكي بكل تقدير وحب واحترام . قال تعالى : ﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ (٣٤) وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا ذُو حِظٍّ عَظِيمٍ (٣٥) سورة فصلت . بل جعل الإسلام درجة حسن الخلق وطيب التعامل مع الناس مساوية لدرجة الصائم الذي لا يفتر والقائم الذي لا يفتر , عَنْ عَائِشَةَ ، رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا ، قَالَتْ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ : إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَيُذْرِكُ بِحُسْنِ خُلُقِهِ دَرَجَةَ الصَّائِمِ الْقَائِمِ . أخرجه أحمد ٦٤/٦ و«أبو داود» ٤٧٩٨ , الألباني : صحيح الترغيب والترهيب ٥/٣ . والله نسأل أن يوفقك لما يحب ويرضى، وأن يهدي زوجك، ويبدل حاله إلى أحسن حال.

49- زوجتي واخلاقها

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

انا شاب حديث الزواج والان اكملت ٩ اشهر من زواجي .. الحقيقة منذ بداية الزواج وحتى هذه اللحظة لم اشعر ان حياتي الجديدة مستقرة وهادئة .. فلا يمر اسبوع او اسبوعين الا لا بد ان يحدث بيني وبين زوجتي شجار .. فمع الاسف زوجتي انسانه حساسة جداً ولسانها طويل وفيها عناد غريب .. واكتشفت انها انسانة عقلها مليء بالأفكار السلبية عن الزواج .. فهي إنسانه تكره فكرة قوامة الرجل وتعتبر طاعة الزوج ضعف للمرأة وأن على المرأة أن تجعل زوجها يمشي خلفها (قالت هذا الكلام حرفياً) .. علماً أي إنسان هادئ تماماً ولا أحب المشاكل ومنذ بداية الزواج أحاول أن أطبق مبدأ الحوار والتفاهم بهدوء .. لكنها إن سمعت رأيي في أي موضوع تبدأ تتحسس من الرأي وتفهم أنه ضدها وتسيء الظن في نيي .. ثم تبدأ هي أولاً برفع صوتها وتسيء الأدب بالكلام .. وأحياناً تستهزئ بطريقة كلامي والح .. ردت فعلي أنا في البداية بدأت بالنصيحة والتوجيه .. لأني كنت لا أريد الاستعجال بالحكم على أخلاقها وشخصيتها فقلت يمكن بسبب أنها حديثة زواج يمكن أنها لم تتعود على الحياة الجديدة ثم بعد ما لاحظت انه ما ينفع معها هالشيء .. وأن هذا طبعها وشخصيتها بدأت بالحزم ورفع الصوت عليها وأحياناً أظل صامتاً أتجاهل وجودها .. بعدها تأتي الي مكسورة ومستحيه تعتذر مني .. فأقبل اعتذارها .. فتهدأ .. ثم ما يمر فترة إلا تكرر نفس هالخطأ .. البنت ليست بصغيرة فعمرها ٢٩ سنة .. يعني من المفترض تكون عاقلة وفاهمة .. ومتعلمة جامعية تخصصها شريعة إسلامية وتجتهد بحفظ القرآن الكريم .. فأستغرب جداً أخلاقها وأسلوبها من بنت مفترض يظهر منها الدين .. علماً بأني والله منذ بداية الزواج أحترمها وأحترم أهلها ولا أقصر معها في شيء سواء من أغراض بيت أو سفريات او سوق .. حتى اذا رفعت صوتي عليها تكون والله العظيم دائماً هي السبب وهي البادئ فيها وأحاول وأنا أرفع صوتي عليها من باب تأديبها لا أكثر حتى اني لا أهنئها بالكلام أثناء غضبي ورغم ما قلته فيها من هذه الصفات إلا إنها مجتهدة جداً في بيتها .. فهي دائماً حريصة على تنظيمه وترتيبه ونظافته .. كما أنها حريصة على تلبية حاجاتي سواءً تنظيف ملابسني او الطبخ لي او حتى في الامور الحميمه .. اشهد لها انها ما تقصر في هذه الامور .. وتحاول ارضائي فيها كلها .. كذلك حريصة على مظهرها واناقتها ونظافتها أمامي .. هذه هي إيجابيتها .. ولكن سلبياتها مع الأسف



تجعلني أنسى كل ما تقوم به .. فما الفائدة إن فقد الزوج احترامه في بيته؟! أتمنى أن تنصحوني لأنني بدأت من الآن بالتفكير بشكل جاد بالانفصال حاملاً تفشل جميع محاولات الإصلاح التي سأقوم بها من الآن .

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثقتك في الجمعية إن الحياة الزوجية هي ارتباط بين مختلفين في السلوك والطباع والأخلاق والتنشئة الاجتماعية عموماً فحينما تتقابل مع أحد أصدقائك لأول مرة ليس كمن يقابله كل مرة فستكتشف من خلال الجلوس والذهاب والإياب معه صفات متعددة منها ما هو (من وجهة نظرك) أنه حسن وأخرى تعتقد أنها صفات أو عادات سيئة نشأ صديقك وترى عليها فتأتي مهارتك في التعامل مع صديقك كما هو وربما تسعى لتغيير بعض صفاته السلبية لأخرى إيجابية هذا المثال بين الرجال فكيف بالارتباط بين رجل وامرأة والذين أصلاً هم مختلفين في صفاتهم وتفكيرهم وتعاملهم مع الأمور ومصداق لذلك قوله تعالى (وليس الذكر كالأنثى) فالأختلاف موجود ، ولكن كيف نتعامل أو ماهي قدراتنا للتعامل مع الآخرين المختلفين عنّا وخاصة المرأة وبالأخص حينما تكون الزوجة فحينما يرتبط الرجل بالمرأة فيبدأ كلاً منهما باكتشاف صفات الآخر وإذا رأى الزوج من زوجته بعض ما يكرهه من زوجته فيأتي التوجيه الرباني من الله تعالى (وعاشروهن بالمعروف فعمسى أن تكرهوا شيئاً ويجعل الله فيه خيراً كثيراً) وثنى عليه الرسول صلى الله عليه وسلم بقوله: « لا يفرُّك مؤمن مؤمنة إن كره منها خلقاً رضي منها خلقاً آخر». وأنت بارك الله فيك ذكرت من الصفات الحسنة الشيء الكثير وهذا من حسن تعاملك مع زوجتك وأما ما ذكرته في سؤالك عن رفع صوتها أثناء الحوار والاستهزاء بكلامك وأنها تحمل أفكار مغلوبة عن التعامل بين الزوجين وعدم احترامه هي من المبادئ التي ربما اكتسبتها من خلال التربية والأحداث والمواقف التي شاهدتها في بيت أهلها حتى أصبحت صفات متأصلة فيها ، فلذلك لا بد ان تتعامل وتتأقلم مع صفاتها أما إنهما جامعية في تخصص شرعي وأنها تحفظ القرآن الكريم فهذا لا يعني أنها ستكون حاملة للصفات الحسنة فقط . لا بل يوجد تقصير ويحصل من البشر عموماً حتى وإن ارتفعت مكانتهم العلمية والاجتماعية فالزلزل يحصل من الصغير والكبير والعالم والجاهل . واعلم ان الزوجة لا بد أن تلبّي رغباتها العاطفية فهي تحب الشخص الذي يحنو عليها ويُقدّر مواهبها ويعطي أفكارها وعقلها الاهتمام حتى لو كان شكلياً فقط دون همز أو لمز أو تحقير أو تجريح حتى لو كان بالإشارة أو بأي تصرف يوحي لها بعدم تقديرها او احترامها ليس شرط أن يكون

التصرف صريحاً فمن الواضح أنك تستطيع أن تملك لسانك عند الغضب وهذا جميل وأنت تبذل لها ما تستطيع وما تريد سواء لها أو لأهلها ولكن المرأة تريد المدح والثناء ونبع الحب من فم الزوج ، لماذا ؟ لأن الرجل غالباً وبطبيعته لا يحتاج بعد سن النضج أن يعامل بالحب والعاطفة بل بالتقدير والاحترام وهذا الذي شعرت أنت بنقصه في أسرتك وهي أيضاً أكيد أنها شعرت بنفس الشعور فلا بد أن تعاملها حسب تفكيرها واهتمامها بالدعم والتشجيع لأفكارها وجهدها وبذلها وربما يساورك شعور بأن هذه التصرفات تؤدي للتبعية للمرأة فأقول لك يقول الله تعالى (لقد كان لكم في رسول الله أسوة حسنة لمن كان يرجو الله واليوم الآخر.. الآية) وإليك صور من علاقة رسول الله صلى الله عليه وسلم بزوجاته فتجده أول من يواسيها، يُكفكف دموعها، يُقدّر مشاعرها، لا يهزأ بكلماتها، يسمع شكواها، ويخفف أحزانها؛ فكان مثلاً يُحنّدي، وقدوة حسنة يستفيد منها البيت المسلم على مرّ القرون والأزمان؛ فعن أنس أنه قال: بلغ صفيّة (زوجة النبي صلى الله عليه وسلم) أن حفصة قالت: بنت يهودي. فبكت فدخل عليها النبي وهي تبكي، فقال لها: «ما يبكيك؟» فقالت: قالت لي حفصة: إني بنت يهودي. فقال النبي: «إِنَّكَ لَابْنَةُ نَبِيٍّ، وَإِنَّ عَمَّكَ لَنَبِيٍّ، وَإِنَّكَ لَتَحْتَ نَبِيٍّ، فَفِيمَ تَفَخَّرُ عَلَيْكَ؟» ثم قال: «أَتَقِي اللَّهَ يَا حَفْصَةُ» وكما وصفت السيدة عائشة -رضي الله عنها- حال رسول الله كزوج داخل بيته، فقد كان «يُخْصِفُ نَعْلَهُ وَيُرْقِعُ ثَوْبَهُ». فكان تعامله مع زوجاته من منطلق الرحمة والحب، كما أنه تعامل أيضاً من منطلق أنه بشر مثل باقي البشر الأسوياء، الذين لا يرون غضاضة في مساعدة أزواجهم. ومن عظيم محبته لمن -رضي الله عنهن- أنه كان يشاركهن المأكل والمشرب من نفس الإناء، فعن عائشة -رضي الله عنها- أنها قالت: «كُنْتُ أَشْرَبُ فَأَنَاوِلُهُ النَّبِيَّ، فَيَضَعُ فَاهُ عَلَيَّ مَوْضِعَ يَدِي، وَأَتَعَرِّقُ الْعَرَقَ فَيَضَعُ فَاهُ عَلَيَّ مَوْضِعَ يَدِي». وكان يخرج معهن للتنزه لزيادة أواصر المحبة، فيروي البخاري: «كَانَ النَّبِيُّ إِذَا كَانَ بِاللَّيْلِ سَارَ مَعَ عَائِشَةَ يَتَحَدَّثُ». وكان كثيراً ما يمتدح زوجاته، فهذا هو ذا رسول الله يمتدح عائشة -رضي الله عنها- قائلاً: «إِنَّ فَضْلَ عَائِشَةَ عَلَى النِّسَاءِ كَفَضْلِ التَّيْبِدِ عَلَى سَائِرِ الطَّعَامِ». ورغم ما كان يجد النبي في بعض الأوقات من نساءه، إلا أنه لم يضرب امرأة له قط كما قالت عائشة رضي الله عنها: «مَا ضَرَبَ رَسُولُ اللَّهِ امْرَأَةً لَهُ قَطُّ... بل كان يواسيها عند بكائها لأي سبب من الأسباب، فيروي «أن صفيّة -رضي الله عنها- خرجت مع رسول الله في سفر، فأبطأت في المسير، فاستقبلها رسول الله وهي تبكي، وتقول: حملني على بعير بطيء. فجعل رسول الله يمسح بيديه عينيها ويسكتها.... والناظر إلى سيرته يجد أن رسول الله كان يُقدّر أزواجه حقّ التقدير، ويؤلّيهن عناية فائقة ومحبّة لائقة، فكان نِعْمَ الزوج . والمرأة تكره كثرة نقد الزوج لها فلذلك هي لاتستقبل نصائحك وتوجيهاتك إلا بإساءة



الظن بقصدك فلا تفهمك حسب وجهة نظرك بل تحمل كلامك على غير محمله فتحصل مشكلة جديدة حين مناقشة بعض الأمور فمن الآن لا بد لك قبل أن تنقد أي تصرف لها أولاً : تأكد منها لم فعلت ذلك التصرف . لأنه ربما تكون هناك بعض السلوكيات صدرت منها للأسباب معينة قد لا يدركها الرجل . ثانياً: اختر الوقت المناسب فلا تكن متعبة أو عندها العادة الشهرية فهو مما يجعلها متقلبة المزاج . ثالثاً : امدح السلوك الايجابي وقدم الشكر على بذلها وحسن إدارتها للأمور ، وقل لها: غير أن هناك ملاحظة بسيطة وتبدأ في الموضوع . قد يكون ذلك مما يساعدك على تجاوز إساءة الظن فكما ذكرت أن حوارك هادئ وهذا جيد ولا يستدعي منك رفع الصوت فزوجتك بجاورك واحذر من الغضب والاستعجال بالرد فالأمر يحتاج لسعة صدر وفهم الأمر وتقديره فلا مانع من اختيار مكان الحوار وتغييره من فترة لأخرى ومن التجديد ألا تبدأ بالنقد إلا بعد حوار هادئ ولطيف. واحذر أيها المبارك من حب نفسك والابتعاد عن الزوجة فترات طويلة فإن هذا الأسلوب يؤدي مفعوله فترة مؤقتة وبعد ذلك يفقد تأثيره وقوته لأن الزوجة تعتاد بعد ذلك على أسلوب التطنيش ويصيها ملل من كثرة الاعتذار بدون سبب مقنع فاترك هذا الأسلوب وقم بمواجهة الزوجة واصبر على تصرفاتها فالحياة إذا أمد الله في عمرك ليست سنتين أو ثلاثة بل أمد الدهر بإذن الله . أسأل الله تعالى لكما سعادة الدارين وأن يرزقكما الذرية الصالحة وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين

50- زوجي غيور جدا

الاستشارة

أنا سيدة متزوجة للمرة الثانية عن حب قوي جدا من زوج غيور جدا وحساس وكريم وذكي ، تكررت المشاكل والخلافات وكل مرة يهدد بالابتعاد ولا يبتعد. بعد عيد الفطر تغير مزاجه فجأة وقرر الابتعاد جربت معه الكلام والاستعطاف وكل الوسائل ولكن بلا فائدة أحبه ولا أريد الابتعاد عنه.

أريد مشورتكم في إرجاع زوجي لحبي والإحساس بي من جديد.

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد المسترشدة الفاضلة سلمك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثققتك في موقعنا ونسأل الله جل وعلا أن تجدي فيه النفع والفائدة .

يتضح من استشارتك حبك لزوجك وحرصك على استمرار علاقتكما وهذا أمر إيجابي تشكرين عليه ، كما أنه يتبين أن زوجك لا يريد الابتعاد فعلا، ولكنه قد يكون يشعر بالملل والروتين في العلاقة . ومن المهم أن تعلمي أن نفور الأزواج من زواجهم يعود لأسباب عديدة ، قد تكون ذات ارتباط بالجانب : - العاطفي - الجنسي - النفسي - الاجتماعي - الاقتصادي - الفكري وهنا من المهم معرفة البعد الذي أدى إلى نفور الزوج وصدوده ونقترح عليك الآتي : - لا تشغلي تفكيرك بهذا الأمر ، وكوني على طبيعتك . - تعريفي على اهتماماته وأرغعي من مستوى ثقافتك فيها ، وأجعلها أحد محاور النقاش بينكما . - لا تصرري عليه في العلاقة الخاصة خصوصاً في مثل هذه المرحلة ، بل إهتمي بإثارته إثارة غير مباشرة . - تعريفي على ما يجذبه للمرأة واحرصي على تلبية له . - أظهري حبك واحترامك له بطريقة متوازنة غير مبالغ فيها ، متجنباً حب التملك للزوج . - تجنبي إثارة غيرته بأن تكوني واضحة في تصرفاتك وسلوكياتك ، وأطلعيه على برنامجك اليومي وزياراتك وأسبابها . - إبحثي عن فرصة جيدة تشعرين فيها أنه متقبل للحوار وأسأليه عن ما يحتاجه منك . - عندما تجديه منصرفاً عنك ، فلا ترعجيه بالطلبات أو الحوارات ، بل وجهي له تساؤلات تظهر إهامامك به (مثلاً : أراك منشغلاً هل أحضر لك شئ تشربه أو تأكله) . - إهتمي بترتيب المنزل وتزيينه بطرق جذابة تخالف المعتاد . - احرصي على التزين بالطريقة التي تتلاءم مع احتياجاته النفسية والفكرية . وأسأل الله تعالى أن يجعلك نوراً بين عينيه ويجعله نوراً بين عينك وأن يعصم قلبكما عن معصيته .

51- زوجي يهجري وبارد عاطفياً

الاستشارة

السلام عليكم برحمة الله بركاته

انا حابه اتكلم عن مشكلتي واتمنى الاقي حل او نصيحه

انا متزوجه من خمس سنوات وعندي طفلين منذ انجابي طفلي الاول اعتزل زوجي النوم معنا وذهب

للمجلس بحجه ازعاج الولد وان عنده دوام ..

على فكره منزلنا صغير حدا غرفة نوم ومجلس وصاله فقط والابنا ينامون معايه على نفس السرير

المهم انا فعلا اعاالي من هجرانه لأنه تعود على النوم لوحده وهذا الشيء سبب برود في كل

علاقتنا

ماعمرة حسسني اني زوجة حتى لو بالكلام

منك ثناءك على الجانب الايجابي (كرم، بشاشته، تعاونه وخدمته لاهله) وهذا مؤشر لتقبله للتغيير الإيجابي والتجاوب معك بإذن الله، وأقترح عليك مايلي: - الاستعجال بعودة الزوج لغرفة النوم وتدريب الاطفال على النوم بمفردهم عن طريق تهيئة مكان النوم حتى لو كان هذا المكان المجلس ، والتدرج معهم بحيث تبقي معهم حتى نومهم حتى يعتادوا على الوضع الجديد، ومن الامور المساندة في ذلك (تنظيم وقت نومهم حتى لا يأتي المساء إلا وهم يرغبون في النوم ، رواية قصة لهم ، تشغيل القرآن بغرفتهم حتى يشعروا بالسكينة والطمأنينة، مكافأتهم معنويا وماديا في حال نومهم بغرفتهم). - أشركي زوجك مسؤولية أبنائه بحب ومتعة وليس بالالزام والقوة حتى يخف الضغط الذي تشعر به . - اختاري الوقت المناسب لفتح حوار هادئ وممتع بخصوص حياتكما واطرحي عليه هذا السؤال: ماالأمر التي لوقمنا بها سنكون أسعد ؟ وتقبلي منه الإجابات التي سيطرحها بصدر رحب واسعي لتطبيقها قدر المستطاع وفي المقابل أخبريه بالأمر التي تسعدك كتخصيص وقت لكما للتنزه ولا يشترط التكلفة في المكان حتى لا يكون باب جديد للمشاكل ، الإحتضان ، تبادل الرسائل الرومانسية. - مهم جدا أن تتعرفي وزوجك على الفروقات الفكرية والإحتياجات العاطفية بين الأنتى والذكر فعدم الإلمام بها سبب كثير من الخلافات والنزاعات بين الزوجين كان من الممكن تفاديها ، وهي بحر لايكفي أسطر لاحتوائها لذلك أنصحك بالاطلاع على هذا الموضوع ومن أجمل الكتب في هذا الموضوع «الرجال من المريخ والنساء من الزهرة» وإن كان متاحًا لكما الالتحاق بالدورات فجمعية المودة تعقد عدد من الدورات الجوهرية في الحياة الزوجية والتي تعينك على اكتساب المهارات الأساسية كالحوار الزوجي وإدارة الغضب الزوجي وغيرها أرجو التكرم بزيارة رابط الجمعية للإلتحاق بها في حال رغبتك. - من الجميل أن يرافقك رحلة العلاج خطوة بخطوة مستشار أمين يفيدك بخبرته بكل سرية وهذا ماتوفره الجمعية عن طريق هاتف شورى عبر كادر متخصص من المستشارين والمستشارات من الساعة الثامنة صباحا إلى العاشرة مساء على الرقم ٩٢٠٠٠١٤٢١. أخيراً .. تذكري دائما أن الزوجة الناجحة هي التي تتخذ قرار المبادرة لتجديد الحياة الزوجية وتدفعتها بعد أن حاصرها البرود وتأكدي أن زوجك سيسعد فاستعيني بالله واحتسبي كل خطوة تحطيتها لسد الفراغ والثغرة التي بينك وبين زوجك وتذكري حديث الرسول صلى الله عليه وسلم حينما قال : (أما امرأة ماتت وزوجها عنها راضٍ دخلت الجنة) رواه ابن ماجه. أسأل الله لكما السعادة وراحة البال ...



52- يقولون خليك ثقيل

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أنا شاب عقدت قراني على بنت عمي والحمد لله تمت الأمور. وبيننا أشياء مشتركة كثيرة والحمد لله، المهم أصحابي ينصحوني بالثقل والرزانة، وفيه أناس آخرون يقولون كن على طبيعتك معها ولا تتصنع شيئاً حتى لا تصدم منك بعد الزواج. أنا شخصيتي عفوية ولو فكرت أصير ثقيل لا أعرف... الاستشارة كالتالي: كيف أتعامل مع الإنسانية وكيف يكون الأسلوب؟ وهل فعلاً لازم أكون ثقيل؟ ولا أعرف كيف أتكلم معها أريد حلاً. دمتم بخير،،

الإجابة

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد: وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثقتك بالجمعية الزواج من نعم الله العظيمة بل هو من آياته الدالة على عظمته وقدرته فقال سبحانه (وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ) الروم آية ٢١. وقد حث عليه النبي الكريم صلى الله عليه وسلم كما في حديث عبد الله بن مسعود قال: قال لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم { يا معشر الشباب، من استطاع منكم الباءة فليتزوج فإنه أغض للبصر، وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء } وقد سمى الله تعالى هذا الزواج بالميثاق الغليظ لقوله تعالى (وأخذن منكم ميثاقاً غليظاً) النساء ٢١ فالحمد لله أن هياً لك هذا الأمر فكم من شباب مقتدرين ويبحثون عن الزوجة المناسبة فلم يجدوا وآخرين لم يستطع الواحد منهم إكمال مشروع زواجه لكثرة التكاليف وآخرين.. وآخرين فالحمد لله أولاً وآخراً. ثم اعلم ايها المبارك أن الحياة الزوجية أوسع وأشمل من هذه الفترة التي هي أجمل فتراتها حيث أنها تتميز بالتعارف والاكتشاف لشخصية جديدة ترغب انت بالارتباط بها ورضيت الفتاة بك شريكاً لإكمال حياتكما مع بعضكما بإذن الله ورغم أنها من أجمل الفترات إلا أنها في نفس الوقت من أهمها فإن تجاوزتما هذه المرحلة فيذن الله تكون حياتكما في سعادة ولكن هناك أمور يجب التنبه لها في هذه الفترة

خاصة لتسير على ما يرام : ١- احذر من ان تُدخل أهلك وأسرتك في حياتكم الزوجية ، صحيح انهم أهلك وصله رحمتك ولا تَنفكُ عن البرِّ بهم والإحسان إليهم ولكن لا يحسن بك أن تدخلهم في كل أمر صغير أو كبير في حياتكم الزوجية فهذه حياتك الخاصة أنت المتحكِّم والمتصرِّف فيها حسب ما تراه انت لا ما يراه الآخرون فقد يتدخل أحدهم بحجة أنك مبتدئ في الحياة وقد لا تدرك بعض الأمور فتفتح له الباب فلا تستطيع إغلاقه بعد ذلك فتصبح غير قادر على التحكم في حياتك وتجد الآخرين هم من يُديرون حياتك وتتعب نفسك وزوجتك فلا تستطيعا اتخاذ أي قرار، والاستشارة لا بأس بها ولكن في حدود المعقول وتنقي من تستشير وهذا الكلام ينطبق أيضاً على الزوجة وهنَّ أكثر من يُدخلن أقاربهنَّ في حياتهم وخصوصياتهم نظرا لضعفهن وحاجتهن لمن يقف معهن ممن تثق به سواء من صديقاتها من أصحاب الخبرة أو قريباتها فتقوم بتطبيق الرأي الذي قيل لها بكل جزئياته مما قد لا يناسب حياتها فتبدأ الخلافات والنزاعات في ذلك بين الزوجين فاحرصا على ألا تدخل أحدا في حياتكما. ٢- حاول أن تحسن علاقة زوجتك بأهلك وخاصة أمك واحرص على تحسين علاقتك باهل الزوجة فكثير من المشكلات والخلافات بين الزوجين يكون تأثيرها الأساسي ومنبعها من اهل الزوجين نظراً لسوء تفاهم حصل بينهم او موقفٍ ما جعل العلاقة تتوتّر بينهم، فليكنَّ عشَّ الزوجية حصناً منيعاً أمام الخلافات التي لا دخل لكم بها فعلاقتك بزوجتك تكون على ما يرام فتسوء نظراً لأن أم الزوج غضبت من أم الزوجة في موقف أو مناسبة معينة ، ولتعلم أن كثيراً من الأزواج يتعب في هذه الفترة لأن الأمور اختلطت عليه لأنه أصبح لا يدري يُرضي من ؟ هل يرضي زوجته أم أمه أم أم الزوجة ؟ فتجده إذا لم يكن منصفاً ينحاز لأمه ويغضب ويقف في طريق كل من يريد إغضاها !! وهذا بلا شك غير صحيح لأنها ربما هي التي أخطأت أو تصرفت بشكل غير لائق فتغضب من الزوجة وأمها فتنتقد الزوجة امام الزوج وتشكو له ما فعلت ، فتخرب بيوت بسبب هذه التصرفات بل الصحيح أن تستمع لوالدتك ما لديها من ملاحظات على الزوجة وتُعدها بأنك ستقوم بالواجب وتمتص غضبها ، واعلم أنه قد يكون من أسباب غضب أمك هو غيرها من زوجتك فتشعر الأم أن الزوجة قد اختطفت ابنها من بين يديها . فلا بد من الرجل ان ينتبه لتصرفاته وسلوكياته فلا يقدم الزوجة على أمه بل يحرص أن يرضي الطرفين بما لا يحصل معه الخلل في العلاقات. ٣- احذر من نقل الكلام بين أهلك وزوجتك ولتحذر أيضاً الزوجة من نقل الكلام بينك وبين أهلها فكم من بيوت خربت وتفكك أفرادها



بسبب نقل الكلام عن بعض لا شعورياً وربما بدون قصد أحياناً فتحصل الكارثة فمهما سمعت عن زوجتك عند أهلك من سوء الصفات فلا تنقل لها إلا الطيب من القول والثناء والمديح وامدحها عند أهلك ولتسمع هي بذلك ليعلم أهلك أنك في سعادة مادامت هذه الزوجة في حياتك وروى مسلمٌ في صحيحه أن عائشة زوج النبي صلى الله عليه وسلم، قالت: ((أرسل أزواج النبي صلى الله عليه وسلم فاطمة بنت رسول الله إلى رسول الله، فاستأذنت عليه وهو مضطجع، فأذن لها، فقالت: يا رسول الله، إن أزواجك أرسلنني إليك، يسألنك العدل في ابنة أبي قحافة، وأنا ساكتة، فقال لها النبي صلى الله عليه وسلم: أي بنية! ألسنتِ تحين ما أحب؟ فأحبي هذه وأشار إلى زوجته رضي الله عن الجميع. فالشاهد من القصة أن النبي صلى الله عليه وسلم لم يتردد في بيان حبه أمام أهله وأقاربه. ٤ - هذه الفترة تعتبر فترة اختبار لكلا الطرفين فكل منهما يود اختبار الآخر في سلوكياته وطريقة أخذه للأمور فلا بد على الزوجين أن يكونا على طبيعتهما التي خلقهما الله عليها ونشأ عليها، ولكن الأهم من ذلك هو تقبل الطرف الآخر فلا شك أن هناك بعض الصفات لم يتعود عليها من شريك الحياة بل ربما لا يجبها أن تصدر منه فيأتي هنا معنى التقبُّل لشريك الحياة ومع الوقت تستطيع ان تُغيِّر من بعض الصفات التي يمكن ان تتغيَّر، وأما التي لا يمكن تغييرها فعليك بالتعايش معها فالزمن كفيل بتغييرها. ٥ - جميل ان نتحدثا في هذه الفترة عن عِشِّ الزوجية وكيف يتم تهيئته من أثاث وترتيب ويمكن ان تُشعرها بالاهتمام والتقدير بأن تستشيرها في تجهيز أثاث المنزل ومما يمكن في هذا الباب أن تقوم بتصوير الأثاث واخذ رأيها فيه بإرسال صورته وهذا مما يزيد العلاقة بينكما ارتباطا . ٦ - هذه الفترة ذهبية وتحلو فيها الزيارات لأهل الزوجة وتوثيق العلاقة معهم ويحسن بك ان تحضر لزوجتك بعض الهدايا التي تتألف بها قلبها. ٧ - لتكن فترات الاتصال متنوعة حسب الظروف فمرة في المساء واخرى في الصباح ولتكن بين فترة وأخرى فلا تكن الاتصالات يومية ولا متباعدة ولتكن متنوعة في طريقة التواصل فمرة بالجوال وأخرى بالبريد الإلكتروني وأخرى بمواقع التواصل . ٨ - احذر من الوسواس التي يسعى الشيطان لفضفها في نفوس الأزواج الجدد فتقول مثلا: لماذا لم تتصل بي؟ - لماذا لم ترد علي؟ هل هي زعلانة مني؟ ونحوها من العبارات التي لا طائل منها في هذه الفترة بالذات فكن على ثقة بالله تعالى أن طريقك ميسور وسهل برحمة الله تعالى لأنك طرقت الباب الحلال الذي شرعه رب العالمين. أسأل الله تعالى أن يوفق بينكما وييسر أمركما ويرزقكما الذرية الصالحة وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

53- زوجي يريد إرجاعي بشروطي

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وأسعد الله أوقاتكم بكل خير أتمنى النظر في مشكلتي :
أنا متزوجة منذ عشر سنوات لكن في دوامة من المشاكل مع زوجي لا تنتهي بدايتها دراستي
و ثم وظيفتي وتنازلت عنها من أجل تربية أبنائي والعيش بسلام لكن زوجي سليط اللسان يسبني
ويشتمني وأحياناً يضربني لأسباب تافهة منها منعي زيارة أهلي دون سبب صحيح إني أرد عليه
وآخذ حقي وقت ما يظلمني ويفرض أوامر أهله حتى أخواته علي بالأصح ضعيف الشخصية
وكان يجرمني من أبنائي الست شهور والسنة فلجأت بعدها للمحكمة أطلب بفسخ النكاح ورؤية
أولادي حتى وصلت جلسات الصلح وحاول الشيخ الإصلاح بيننا لكني رفضت وزوجي مصر
على عدم طلاقي وأنه يريدني وبكى بكاءً شديداً حتى إني استغربت من تصرفه وموافق على جميع
شروطي ومع ضغط أطفالي علي عندما أتوا زيارتي أن أكون بجانبهم لأنهم ما زالوا أطفال صغار ٩
و٦ سنوات وما رأيته في أعينهم ونفوسهم من كسر نفسي فكرت بالرجوع لكن زوجي لا يصلي
وسبق رأيته يستخدم ورق عادي يوضع عليه تبغ الدخان الموجود بداخله وواجهته بالمحكمة ورد
أن ذلك تنباك ليس حشيش وهو يستخدمه لترك الدخان وأنا ما أزال أشك في الأمر مع أنه
كريم وطيب وحنون معي لا أنكر ذلك لكن كان يقوم بأفعال توحى بأنه غير طبعي مع أن أبنائي
متعلقين بوالدهم وإذا أتوا زيارتي يملون من بيت أهلي ويلحون علي بالرجوع وأنا في حيرة من أمري
ولا أريد ترك أبنائي للزمن وفي نفس الوقت أخاف من أفعال زوجي
وشكرا لحسن تعاونكم

الإجابة

بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله أما بعد: فنشكر لك ثقتك في الجمعية أختي الكريمة
إن الحالة التي وصلت لها كانت بسبب عدم التفاهم مع حول هذه القضايا التي ذكرتها وهي (الشتم
والضرب ومنعك من زيارة أهلك وتدخل اهل الزوج في حياتكم) هذي قضايا تفسد الحياة الزوجية بل
ربما تنتهي إذا لم يتم إدراكه في الوقت المناسب فحينما يطلب منك الرجوع لبيت الزوجية فهناك رغبة من
الرجل ولا بد حين تكتفي شروطك تتضمن (ألا يضربك أو يشتمك أو يهينك أبدا وتكون العلاقة على
مبدأ الاحترام- ألا يمنعك منعاً يوصل من خلاله لقطع الرحم والعياذ بالله ، ألا يدخل احدا من أهله
في حياتكم الزوجية ولا يقوم بنقل مشاكله خارج جدار بيت الزوجية. أن يترك جميع الأنواع المخدرة أو



أي مادة يشتبه فيها ان تكون مخدرة لحرمتها شرعا ولضررها على حياتكما، المحافظة على الصلاة) بعد ذلك عند عودتك له تقومين بالتالي : بفتح الحوار المؤدب مع الزوج دون رفع للصوت او مقاطعة للحديث والوصول لحلول فعلية يسهل تطبيقها على الطرفين . ان تقومي بإعطاء الثقة في نفس الزوج وان تشعره بقدرته على إدارة حياته دون تدخل احد وبإمكانه اتخاذ قراره بنفسه او بالتشاور مع بعضكما. ان تنظري في محبوبات الزوج ورغباته وتسعين جديا لتطبيقها وان تنظري لمكروهات ينزعج منها الزوج فتبعدي بأي وسيلة عنها . عليك ان تبدأي مع زوجك حين الحوار بالطف العبارات والثناء على جهوده ثم تبدأين بنقاط الإتفاق ثم تتوسعي في الحديث معه. بالنسبة لأبنائك لا يدخلون في حياتكم الزوجية ومشاكلكم فلا بد من حلها دون إدخال الأولاد. نسأل الله تعالى لنا ولك القبول والسداد والصلاح.

54- طلب المساعدة بطريقة العلاج

الاستشارة

أرجو مساعدتي بطريقة علاج زوجتي حيث إنها تعاني من مشكلة العصبية الحادة حيث لا تقدر عواقب الأمور بسوء التصرفات عند الزعل، علماً أنها لا تتفهم ولا تسمع صوت غيرها ولم أتمكن من حل المشكلة وحدي حيث لا يوجد من يعاونني على حل المشكلة بتاتاً. وقد أدى ذلك على عدم قدرتي على احتمال الوضع وخروجي من البيت.

الإجابة

الأخ الفاضل وفقه الله . نرحب بك في برنامج شوري بموقع جمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله تعالى أن تجد فيه النفع والفائدة ، وأن يسدد أقوالنا وأعمالنا ، وييسر لنا تقديم ما فيه الخير لك ولجميع الإخوة والأخوات زوار هذا الموقع المبارك . العصبية هي سلوك قد يكون سمة في الإنسان مكتسبة من الوراثة وأكدتها أساليب التنشئة خلال سنوات العمر أو قد تكون حالة ظهرت لأسباب طارئة مثل عدم القدرة على التعامل مع الضغوط الحياتية المتنوعة من ضغوط اقتصادية أو مشكلات بالعمل أو سوء تواصل مع الناس أو عدم تلبية احتياج الفراش أو المأكل أو الملابس أو الشعور بالإرهاق نتيجة عدم تعاون الشريك في مسؤوليات البيت وواجباته أو الشعور بنقص التقدير واحترام أو التقليل من قيمته أمام الأبناء . لذلك أوصي الأزواج بما يلي : ١- التعامل مع الأسباب الحقيقية لغضب الزوجة والتعرف عليها يخفف كثيراً من هذه العصبية ، وعلينا جميعاً تقبل فكرة أنه لا توجد حياة كاملة خالية

من المشاكل والهموم، ولا أسرة تعيش بدون منغصات وتستتمر الحياة بهذه التحديات أو بدونها ، والمهارة هنا كيفية التعامل معها بذكاء وحنكة. ٢- على الزوج أن يكون أكثر فطنة أثناء غضب الزوجة حتى لو كان غضبها غير مبرر فعليه عدم مجاراتها في انفعالها وإعطائها الفرصة فيما تريد قوله ، وأن تكون لغة الاعتذار واضحة وصريحة مع إعطائها قيمتها وأنها محل تقديره ومكانتها عالية عنده . ٣- الاتفاق المسبق أنه في حالة الغضب وخروج النقاش عن السيطرة أن يتم إيقاف النقاش حتى تهدأ النفوس، وعليه أن يوقف الحوار بطريقة ذكية كأن يقول: « أنت الآن غاضبة ومنفعلة ، وأنا أقدر غضبك، ولكن سأبرر لك موقفي عندما تهدئين ؛ لأني أحبك وغضبك يؤلني قبل أن يؤلمك ». ٤- عدم دخول أطراف أخرى إلا في حالات ضيقة جداً، فكلما كان الغضب داخل أسوار المنزل سهلت السيطرة عليه . ٥- جاء في الأثر أن الإنسان إذا كان قائماً فليجلس وإذا كان قاعداً فليضطجع، ويؤخذ منه أن تغير المكان سواء داخل المنزل أو خارجه أمر في غاية الأهمية حتى تهدأ النفوس وتعود الحالة الانفعالية إلى وضعها الطبيعي، ثم يتم النقاش بهدوء وطمأنينة . وأخيراً فعن سُلَيْمَانَ بْنِ صُرْدِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : كُنْتُ جَالِساً مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَرَجُلَانِ يَسْتَبْتَانِ وَأَحَدُهُمَا قَدْ أَحْمَرَّ وَجْهَهُ . وَانْتَفَخَتْ أَوْدَاجُهُ . فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : « إِنِّي لِأَعْلَمُ كَلِمَةً لَوْ قَالَهَا لَدَهَبَ عَنْهُ مَا يَجِدُ ، لَوْ قَالَ : أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ذَهَبَ عَنْهُ مَا يَجِدُ . فَقَالُوا لَهُ : إِنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : «تَعَوَّذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ» . متفق عليه .

55- أريد النصح والإرشاد

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أنا متزوج منذ ٤ سنوات والحمد لله عندي بنت ولكن تواجهني مشكلة أنا وزوجتي وقت الغضب والزعل بعدم احترام بعضنا وتجريح بعضنا بكلام جارح توصل لحد رفع الصوت أو طلب الطلاق مني ويبدر مني كلاما جارحا لها في بعض الأحيان لعدم احترامها الكلام الذي بيننا وتنسى حلاوة العشره بيننا لكنني اتاسف منها حتى لو أخطأت زوجتي بكلامها على حتى تستمر العشرة بيننا وفي اخر مرة صار بيننا زعل تلفظت بكلام وهي تلفظت بكلام وقالت ابي الطلاق وقلت لها ما هو كل شي يتم حله بالطلاق وطلبت مني عدم النوم معها وعدم ملامستها .
الشي الثاني علي حد قولها انيلا أريدها والله يعلم ما في قلبي من محبة لها لكن الانسان وقت



الغضب يقول أشياء ويندم عليها لكن أتأسف منها إذا أخطأت وتقول لي إنه أهلي لا يريدونها والشيء هذا عكس كلامها وتجب سيرة أمي الله يخليها لي ولكن أحذرهما وأتغاضى بعض الأحيان وإذا تصالحنا ننسى ما راح بيننا وكل واحد يعتذر لكن إذا صار الزعل صارت تقلب في أوراق الماضي وتحاسني عن كل شيء ...

فأفيدوني بأي فكرة أو حل الله يجزاكم كل خير

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثقتك بالجمعية وأسأل الله تعالى السداد في القول والعمل إن الحياة الزوجية والتي يعيش بها زوج وزوجة لا شك انهما مختلفان في الطباع ، في الأراء ، في السلوك .. إلخ . وذلك يحتاج إلى حوارات مفتوحة مع بعضكما للوصول لنقاط اتفاق..ولا شك انكما في حاجة للتعرف على طرائق الحوار السليمة وسبل نجاحه . واعلم انه ليس بالضرورة ان تصلا لاتفاق في كل الموضوعات ولكن بعضها تتفقان عليها وبعضها تصلان فيها إلى جزء من اتفاق وهذه أبرز فوائد الحوار . وعليكما الاتفاق او معرفة آداب الحوار ، ومنها: ١- أن يكون الوقت مناسباً للطرفين بحيث لا يكون مشغولاً بعمل أو تكون الزوجة متعبة من عمل المنزل ونحوه فيجب اختيار الوقت المناسب. ٢- ان تبدأ نقاشك معها بالنقاط التي اصلا انتما متفقان عليها فمثلا انتما متفقان على ترتيب اثاث المنزل بشكل معين فمنها ممكن تبدأ نقاشك او مثلاً متفقان على مبلغ المصروفات المنزلية . ٣- معالجة المشكلات التي تعيق عملية الحوار ، فكما ذكرت أنكما كلما اختلفتما في أمر فإن الزوجة تقوم بتقليل أوراق الماضي، فلا تترك الموضوعات عالقة بدون حل حتى لا تؤثر على عملية الحوار. ٤- ألا يتدخل أحد في حياتكم الخاصة سواء من الوالدين أو من أقاربكما . ٥- أن يحترم كل واحد منكما الآخر فلا يقلل من رأيه فمثلاً تجد أن الزوجة تقترح أمراً بسيطاً فيقوم الزوج بالإستهزاء بهذا الرأي والتقليل من شأنه، وألا يرفع احدكما صوته على الآخر وأن يملك كل واحد منكما نفسه عند الإختلاف حول قضية ما. يقول النبي صلى الله عليه وسلم» ليس للشديد بالصرعة وإنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب« . ٦- أن يعتذر المخطيء إذا أخطأ. وفي نفس الوقت أن يتراجع عن رأيه إذا كان الرأي الآخر هو الأصوب. هذي بعض الآداب التي يمكن ذكرها في هذا الباب ولا مانع أيها الزوج الكريم من التجديد في حياتكما، في وقت الجماع فلا يستلزم أن يكون في الليل فقط وإنما في أوقات متنوعة فقد قال الرسول صلى الله عليه وسلم « وليكن بينكم رسول» يعني أن تكون هناك مقدمات للجماع

يناسبكما وطرائق مختلفة. ان تقوم بإهدائها بطريقة مفاجأة وجديدة وهذا من أساليب التجديد في الحياة الزوجية. ونشكر لك التغاضي على تصرفات الزوجة فهذا من تقديرك واحترامك. ونسأل الله ان يوفق بينكم ويزيل الهموم والغموم من حياتكم. والله أعلم وصلى الله وسلم على نبينا محمد وآله وصحبه.

56- هل لي حق في طلب الطلاق ؟

الاستشارة

أنا متزوجة لي ٧ سنوات تخللها محاولة منه لزواج من زوجة ثانية لكن باءت بالفشل وفي الأخير تمت الموافقة تم تحديد الزواج في آخر لحظة رفضت العروس الزواج به فحط زوجي اللوم علي بأني شوهت سمعته أنا قلت إنه لا يستطيع ماديا ووقتها قال لي حصل الذي تمنيتيه قلت وما هو قال المرأة رفضت الزواج أنا طرت من الفرحة فرد علي وقال إنه لا يريدني أن أكون معه في حياته صدقته وذهبت إلى أهلي وقلت لهم إنه لا يريدني فقال لي أحد إخوتي إذا اتصل لا تردني عليه ففعلت مثل ما طلب مني ومن وقتها حتى الآن لم يأتي إلى أهلي ليأخذني منهم... لكن بعد مرور شهرين خطب حرمة أخرى ووقتها لم أحتمل ما صار وقلت لازم تضحية بأن أخسر كرامتي فاتصلت عليه وكان فرحا لدرجة قررت أني أحارب الناس كلهم لأكسبه فوعدني بأنه سيأتي إلى إخوتي بعد عقد القران. وعقد قرانه وبعدها استمهلني بأن أصبر حتى ينهي زواجه وانتظرت حتى أنهى زواجه وبعدها قال لي بعد عدة شهور سأتي وأخذك وصبرت وقال لي بأنه سوف ينهي دراسته ويأتي لأنه لا يستطيع أن يغطي تكاليف بيتين مع أنه دائما عند أمه وزوجته عند أهلها وتعاني من آلام الحمل ولا تستطيع العيش معها فلا هو مع زوجته ولا هو معي أنا وأولاده الاثنتين نفد صبري وفقدت أعصابي وقلت له باقي ليعند أهلي نصف شهر وأتم السنة إذا لم تأتي سأطلب الطلاق .. توجد أمور أريد توضيحها - ١- أخوي الكبير قال لا تكلميه إذا كلمتيه ما راح أسامحك ولا انتي أختي ولا أنا اخوك - ٢- بيني وبينه ورقه إذا تزوج علي قبل ما يدفع عند زوجته الثانية يعطيني (١٢٠٠٠ ريال) وموقع عليها وتزوج وما أعطاني - ٣- أنا همي عيالي متعلقين فيه لأنه طيب معاهم فقلت ما أبغى أبعدهم عنه لأن البعيد عن العين بعيد عن القلب - ٤- إذا كلمت أخوي أبغى أرفع دعوة طلاق وتكلم زوجي بأني كلمته من وراه راح أطيح من عينه وبدل ما أخسر زوج أخسر زوج وأخو وسند



الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته. الأخت الفاضلة : نسأل الله عز وجل أن يبارك فيك، وأن يحفظك، وأن يقدر لك الخير، وأن يرضيك به، ونشكر لك تواصلك معنا وثقتك الغالية بنا ، ونسأل الله أن يفرج عنك همك وأن يُيسر أمرك. اولا : أشكرك على حرصك على بيتك ومحاوله الرجوع فهذا من طيب العشرة فجزاك الله خير ، وابشرك بحديث المصطفى صلى الله عليه وسلم: أما امرأة ماتت وزوجها عنها رضي دخلت الجنة. (رواه الترمذي وابن ماجه وضعفه الألباني في ضعيف الجامع رقم ٢٢٢٧).

وقد أثنى الله على النساء الصالحات بقوله تعالى: (فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ .) (النساء: ٣٤) كما اريد ان اهمس في اذنك : تذكرني عندما سئل النبي صلى الله عليه وسلم من أشد الناس بلاء قال: (النيون ثم الأمثل فالأمثل، يتلى الرجل على حسب دينه فإن كان صلب الدين اشتد بلاؤه، وإن كان في دينه رقة ابتلى على حسب دينه فما تبرح البلايا على العبد حتى تدعه يمشي على الأرض ليس عليه خطيئة) (رواه البيهقي وغيره). الاستعانة بالله تعالى، فالقلوب بين يديه سبحانه..

قومي بالدعاء في السجود وفي ثلث الليل الأخير حيث يستجاب الدعاء.. ألحي في الدعاء ان يهدي الله زوجك وان يتقي الله فيكي وفي ابنائه ولا تملي الدعاء أبداً.. تعبدي بالدعاء: { وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ } { غافر } ٦٠ . ثانيا : ارى عدم التفكير في الطلاق و الانفصال لعدة أسباب منها , انك ذكري انه طيب وان ابنائه يحبونه , كما اشعر انك محبه له , لذلك لا بد من الصبر مع بذل الأسباب المعينة على رجوع الاستقرار لحياتكم . ثالثا : تحلي بالشجاعة والقوة واعلمي ان الله معك : قال تعال (فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ } [آل عمران: ١٥٩] (١ - حاولي ان تجلسي مع نفسك جلسة مصارحة واكتبي إيجابياتك وسلبياتك حتي تتمكني من معرفة مكان الخلل الذي ادي الى اهمال زوجك لكي وعدم حرصه على ارجاعك قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ الرعد/ ١١ . ٢- غيري في نفسك، الى الافضل . ٣- تعلمي ، و، احصلي على دورات تدريبية أو ورش منظمة في التناغم الاسري . ٤- استعيدي ثقتك بنفسك وارفعي تقديرك لذاتك , مما يشعرك بالسعادة . رابعا: سجلي اليوم مشروعك وضعيه امامك دائما وهو (أريد أن أعود إلى بيت زوجي معززة مكرمة وأعيش في استقرار وسعادة) ثم ابدائي بالعمل على ذلك فورا . خامسا: حاولي ان تبحتي عن من يتدخل في الموضوع ويكون طرف محب لك ولأبنائك بحيث يقرب وجهات النظر ويحاول أن يضغط على زوجك حتي يلتزم بمسؤولياته أمام الله اتجاهك واتجاه أبنائك . سادسا: كوني أنت المبادرة , أوصلي له الحب بالعمل

وبالتصرف والنظر، بعيداً عن المحاسبة صدقيني سوف يعود لك بكل تقدير وحب واحترام . قال تعالى : وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ (٣٤) وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ (٣٥) سورة فصلت . بل جعل الإسلام درجة حسن الخلق وطيب التعامل مع الناس مساوية لدرجة الصائم الذي لا يفتر والقائم الذي لا يفتر , عَنْ عَائِشَةَ ، رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا ، قَالَتْ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ : إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَيُدْرِكُ بِحُسْنِ خُلُقِهِ دَرَجَةَ الصَّائِمِ الْقَائِمِ . أخرجه أحمد ٦٤/٦ و\«أبو داود\» ٤٧٩٨ , الألباني : صحيح الترغيب والترهيب ٥/٣ . والله نسأل أن يوفقك لما يحب ويرضى، وأن يهدي زوجك، ويعيده لكم

57- كيف أتعامل مع زوجي ؟

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

زوجي هو ابن عمي، وأصغر مني بـ ٦ سنوات، لنا الآن ٤ أشهر من زواجنا يجبني جداً وأنا أيضاً واخلاقه جداً جميله اذا كان راضي ولكن المشكله اذا زعل وعصب قاسي وجاف، وشكاك، ومتسرع جداً، ويتخذ قراراته بسرعة، وإذا زعل من تصرف يحكم علي بدون مايفهم اللي في نفسي او ليه تصرفت كذا ويحقد وكأني أشد أعدائه ولا يرضى ويرجع بسهولة ولا يعتذر وحتى لو بررت له السبب مايقنع فيه عشان يثبت نفسه، وكل زعل اقوى من اللي قبله وبنفسه يقول لي مو كل مرأ برضى تعودتي عادي مايهمك تقولين بيرضى زي كل مرأ ويشد في زعله اكثر

مللت من أسلوبه، فهو عنيد، ويُعاملني بنفس معاملة أهله له، وعندما أقول هذا أسلوب أهلك يكابر ويقول: اكتشفت أنهم علي حق، لكن يحاول تصحيح الفعل، علماً أنه كان يشتكي من هذا الأسلوب ، ولا يجبه، والدليل أنه يغير أسلوبه مباشرة ومعاملته لي كأنه يريد أن يربيني من جديد، هذه المعاملة من فترة الملكة، يهدأ فترة ثم يرجع من جديد. مثلاً: يغير الرقم السري لجوالي، ويقول: افعلي كذا وكذا لي، أو لن أشترى لك، يتحكم بي عن طريق ما اطلبه منه! ولكن أشعر بأنه يتلذذ بهذا التصرف، ويشعر برجولته.. وانا احس السبب من والده كان شديد جدا عليه ويشك فيه ويكذبه وتربيته لها دور كبير في شخصيته ابغى احل المشكله خصوصاً ان والده متأثر من سحر

وعلاقته بأهله وتربيته متشدده وقاسيه بمعنى الكلمه وانا احب زوجي وابغى اساعده وهذا كله مآثر على نفسيته وانا اراعي هذا الشيء ولكن ابغى طريقه اكسبه فيها واخليه يرتاح ويريجني من الشك والخوف علي .. مع العلم اني اعطيته الرقم السري لجوالي ولحاسبي في الانستقرام لانه طلبه مني وابغى اشيل الشك من باله ..

– كيف اتعامل معاه بحيث يثبت رجولته ولكن بدون مايمحي شخصيتي؟

– كيف اخليه واثق من نفسه وواثق فيني؟

– كيف اقنعه في النقاش بدون زعل؟

وعندي استفسارات مهمه كثير وما اعرف كيف اتواصل معاكم غير هنا وشكراً جزاكم الله خير

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ~ لقد حكم الله سبحانه وتعالى بالاختلاف بين البشر في التفكير وأسلوب الحياة وطريقة تعامله مع المواقف اليومية فهناك من يتعامل مع المواقف بعدم انفعال وبرود وهناك من يفعل الأفعال عندما يختلف مع الآخرين وهكذا فكيف بمن يشاركك حياتك الزوجية؟ فكيف إذا كانا مختلفين في الجنس فقد قال تعالى (وليس الذكر كالأنثى) فالرجل يختلف تفكيره عن المرأة فهو يحب الإجمال ولا يحب التفاصيل تجديده قليل الكلام وسرعة اتخاذ القرار وعدم التردد ، يعبر عن انفعاله احيانا بالصمت ، يعبر عن مشاعره بالماديات والمحسوسات دون التحدث بها بتقديم الهدايا او تلبية طلبات ونحو ذلك وعلى المرأة أن تراعي أمور الاختلاف وصفاته ومحبوباته ومكروهاته فمن خلال العشرة الزوجية يتبين لك صفات شريك الحياة فمنها لا شك حسن وجيد وعليك أن تمدحينه عليها وإبرازها ليقوم بالاستزادة منها وتحسين سلوكه في تصرفاته السلبية ومنها ما يمكن معاشته والتخفيف منه مع الوقت ومنها ما يمكن البعد عن أسبابه فيقل ويضعف وجوده وحضوره ومنها ما ينبغي لنا أن نصبر عليه وعدم الاهتمام به ليترك للزمن. وكثير من المشكلات الزوجية تحدث بسبب الصدمة التي تنتاب أحد الزوجين.. وعندما يكتشف أن شريكه ليس بالمستوى الأخلاقي الذي ظنه.. تتسع الهوة بشكل سريع وخاصة أن سوء الخلق مشكلة لا يمكن التعامل معها إلا بتغيير السلوك السيء.. وهو ما يرفضه في الغالب الشخص السيء وقد يجادل ويكابح إلى أن يحيل حياتهما إلى جحيم.. فلا بد من الصبر والتغيير..! ولا نستطيع ان نجمل كل المواقف التي تحصل فكل موقف يحكم بقدره ومن الجيد أن نتعرفي على بعض أسباب تصرفات شريك الحياة فكما ذكرت في سؤالك أن

التنشئة التي تربي عليها ما جعله ينتهج الأسلوب مع تغيير بسيط في تعامله بعد حدوث الموقف. والرجل يريد أن يمارس القوامة على المرأة ولكن القوامة ليس من معانيها التسلط على الزوجة؟ وهل من معانيها قهر الزوجة؟ وهل يكون الزوج نكدياً؟ لا بالطبع. لا بد ان يمتاز الحوار الزوجي بأسلوب المشاركة بين الزوجين وليس بأسلوب استجواب او تقريع لأحدهما بمواقفه هذا ليس بحوار، مع الأدب في الحديث مع الآخر بدون تكبر او تعالي وان نبتدأ بنقاط الإتفاق ثم ننتقل للنقاط المختلف فيها تدريجياً حتى الوصول لنقاط تجمع بين وجهات النظر. وبداية اي حوار على الزوجة ان تحرص على ألا يطول ويكون بنظر كل منكما للآخر دون الانشغال بأجهزة أو بأي أمر ونركز في كلمات الطرف الآخر ليساعدنا ذلك على فهم واستيعاب الكلام ودون أن نحملها على غير محلها.. وأن نحسن الظن، ولا بد من عقد اجتماع مع زوجك ولكن مع تغيير في المكان حتى يضيء على الحوار طعماً آخر واحرصي أختي الكريمة على مقدمات للحوار او يكون ضمن نزهة مع شريك الحياة حتى يبتعد عن صفة الرسمية، وفي نهاية الحوار تضعان نقاط للإتفاق عليها وليس شرطاً ان تكون متتابعة لا بد من التباعد بينها حتى لا يصاب بالملل واعطاء فرصة لتطبيق ماتم الإتفاق عليه- حيث إن كثرة النقد والملاحظات تضع لنا عقبات في بناء التفاهم مع شريك الحياة ونركز على الإيجابيات لتزداد. وإليك بعض الأساليب للتعامل مع الشكاك: ١- أختي الكريمة: الزوج الشكاك يقرأ ما بين السطور ويفسره على أنه تهديد، لذا يجب أن تربي كل كلمة في التعامل معه وأن تكون كلماتك مختصرة قدر الإمكان. فلا تتكلمي بكلمات وجمل لها أكثر من معنى ومغزى، أو حديث طويل صعب فهمه ويسهل تحليله وتفسيره لأكثر من معنى. ٢- كوني صريحة وواضحة معه في الأقوال والأفعال لئلا تثير الريبة في نفسه فلا تفعل تصرفات تثير ريبته وشكه. لا تثيري شكه بالألغاز في قولك وتصرفاتك، ولا تحاولي إشعال نار الغيرة معه فهي لعبه خطره وتؤدي إلى الشك. وحينما تعطينه ارقام حساباتك فهذا مما يبعد الشك عنه بإذن الله لكن تنبهي مما يضاد ذلك فتقومين بمقارنته ببعض ازواج الأقارب او الصديقات او الجارات فهذا مما يزيد شكه وغيرته. ٣- لا تبالغ في الصراحة معه أو الاعتذار منه، إذا بدر منك تجاهه تقصير، فإنه قد يفسر تصرفاتك تفسيراً غير حسن. ٤- تجنبي مجادلته وانتقاده، ولا سيما أمام الناس، وبيني له ما تربيته صواباً بأسلوب لطيف دون تعنيف أو إلزام بتغيير قناعاته، فليس هيناً عليه أن يفعل ذلك. فهو مقتنع بأنه هو دائماً على حق، فلا تحاولي مجادلته لإقناعه بخطئه، ولا تنتقدي قوله وتصرفاته أمام الآخرين، فهو مقتنع بأنه الوحيد الذي يفهم ولا يخطئ. ٥- إن احتجت إلى محاورته فاستعدي لذلك بالأدلة المقنعة والحجج القوية والحوار الهادئ، مع الحذر من إسقاطاته. إذا لزم الأمر



حاوريه بهدوء دون جدال عقيم، وقدمي له أدله مثل اعترافات وأقوال ممن كانوا معك في ذلك الموقف. ٦ - لا تدعيه يسقط عليك أخطاءه وتقصيره وهفواته، ولا تواجهيه بعنف فينفجر . لا توافقني على إسقاط أخطاء ملفقة وكاذبة بحقك فسكوتك يعني موافقتك وأنه هو على حق حاولي تبرير نفسك بهدوء دون جدال. ٧- إذا قدر احترامك له فاستمري في احترامه دائما دون انقطاع ولا تحتقرينه إذا لم يقدر، فهو معذور، لأنه قد يكون مصاب بمرض الشك فضعي نفسك مكانه. ٨- إذا رأيت أن المواجهة الكلامية في موقف معين لن تجدي، فحاولي عدم الجدال معه. كثرة الكلام معه وخاصة لحظة الغضب قد لا تفيد، فاتركيه يهدأ وحاوريه فيما بعد لتبرير ذاتك، ولا تعقدي الموقف أثناء حدوثه، فلحظتها نار الشك لا زالت مشتعلة فلا تزيدها سوءاً. ختاماً أسأل الله تعالى ان يهديكما لسواء السبيل وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه اجمعين.

58- زوجي لا يهتم

الاستشارة

السلام عليكم ..

أنا متزوجة لي سنتين ونصف تقريبا ولدي بنت , زوجي دوامه خارج مدينة جده وانا ما زلت أكمل دراستي في الجامعة في مدينة جده .. يأتي في الشهر مرتين فقط , طبعه بارد جدا ومهمل تماما يعني ممكن يمر أسبوع أو أكثر لا يتصل أو يسأل في الواتس والأمر بالنسبة له عادي عنده وإذا عاتبته يقول أنا مشغول انت اتصلي , وفعلا اتصل لكن ما يرد اغلب الوقت .. والمصروف ما يعطيني الذي يكفيني انا وبنتي وغالبا ما اطلب من ابي وأخرج منه , مع ذلك هو لا يرى نفسه مقصرا من هذا الجانب ويقول اني انا اصرف النقود على اشياء ماها داعي .. مللت من الوضع هذا أريده يهتم قليلا ولم أعرف كيف اتعامل معه .. إذا عاتبته ما ينفع تعود على العتاب , أفكر إنني أهمله وما أسأل عنه مثله تماما .. أفيدوني .

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته حياك الله أختي المسترشدة في بيتك الثاني (جمعية المودة) و نسعد في تواصلك و تقديم المشورة لك : أختي العزيزة لا يخفى عليك أن بناء العلاقة الزوجية يقوم على أسس ينبغي على الطرفين العمل بها لاستمرار هذه العلاقة... فأنت و زوجك ما زلتما حديثي عهد

بالزواج و الحياة امامكما . و إن طلبك للاستشارة يدل على رجاحة عقلك و اتزانك النفسي و سوف ندلك على هذه الأسس التي ان شاء الله من شأنها بناء نسيج الألفة و المحبة في علاقتكما الزوجية و هي : - التفاهم : يعد التفاهم بين الطرفين من أهم العوامل التي تساعد في بناء علاقة ناجحة و قوية قادرة على الاستمرار، فالتفاهم يساعد في التعرف على صفات الشخص الآخر و طريقة تفكيره، لذا ينبغي أختي أن تفهمي طريقة تفكير زوجك حتى يتحقق أساس التفاهم بينكما. - الاهتمام : للاهتمام مفعول خاص يجعل العلاقة بين الطرفين مليئة بالحب و الحنان، فكل طرف يبحث عن الشخص الذي يهتم به بكافة أموره، فالاهتمام ينقل مشاعر الحب و المودة بين الطرفين، لذلك يعتبر الاهتمام من أهم الوسائل التي تساعد في بناء علاقة ناجحة مليئة بالحب و الاحترام المتبادل بين الطرفين كما يساعد في بناء أسرة مترابطة و سعيدة، وعلى العكس فالإهمال يعد سببا أساسيا في انهيار العلاقات.. لذا أختي حاولي أن تظهري مزيدا من الاهتمام بزوجك خاصة بعد عودته من السفر .. اظهري لهفتك و شوقك إليه.

– المصارحة : التواصل الدائم بين الطرفين و المصارحة من وقت لآخر من الأمور الضرورية لنجاح العلاقة بين الطرفين، فالمصارحة تساعد في إنهاء العديد من الخلافات و تمنع حدوث مشكلات جديدة، و في أثناء النقاش يجب عدم التحدث بأي كلمات جارحة مهما كان الشعور بالضيق من الطرف الآخر، فالكلمات الجارحة و القاسية تترك أثرا سيئا في النفس و من الصعب نسيانها بسهولة. - الرضا : تقبل الطرف الآخر كما هو من أهم الأمور التي تساعد في بناء علاقة ناجحة، فالمقارنة في معظم الأحوال تتسبب في العديد من المشكلات و تجعل الطرف الآخر يشعر بالنقص، مما يؤدي إلى تدهور العلاقة و هروب الحب منها. ثقي أختي الكريمة إذا تدرت على هذه الأسس فإنك بمشيئة الله ستجعلين زوجك يزيد من اهتمامه و حنينه إليك و الى بيتك. متمنين لك و لزوجك حياة زوجية سعيدة كما يسعدنا تواصلك معنا و لدينا العديد من الدورات التدريبية لتساعدك في بناء الأسرة و يمكنك التسجيل فيها من خلال موقع جمعية المودة للتنمية الأسرية.

59- ابنتي و زوجي

الاستشارة

أنا فتاة عمري ٢٧ متزوجة من سنتين عندي بنت عمرها ٨ أشهر أحب ابنتي ولكن لا أحب حياتي معها وذلك ولا أستطيع أن ارتاح وخاصة في النوم لا أشعر بالراحة أشعر بالتعب طوال الوقت



وضع زوجي إلى الآن غير مستقر ترك وظيفته للحصول على وظيفة أخرى والآن لم يحصل عليها (منذ ثلاثة أشهر) منذ قدوم ابنتي وحياتنا الجنسية أصبحت قليلة جدا وذلك يشعري بأنني غير مرغوبة مع أنني لم أكسب أي وزن زائد في الحمل ولا زال جسمي كما هو قبل ٦ اشهر اكتشفت أن زوجي يخونني بمحادثات جنسية وواجهته واعترف بغلظه وهو يحاول بأن يثبت إخلاصه ولكني لا أستطيع أن أنسى حاولت أن أبحث عن حل ولم أجد أشعر بأن حياتي أصبحت مملّة وفارغة ولا أعلم ماذا أفعل أصبحت أتمنى أن أموت ولكني أخاف من عقاب الآخرة . أرجوكم ساعدوني ولا أستطيع أن أذهب إلى أحد ..

الإجابة

نشكر لك تواصلك ، ونسال الله التوفيق أختي الكريمة من خلال ما ذكرت أنك أصبحت تشعرين بالكره لابنتك، وهذا الأمر يحزنك كثيرا . . وشيء طبيعي أن تشعرين بالحزن تجاه ذلك ، فلا يمكن لأم أن تكره ابنتها . . كل ما في الأمر أن الحمل والولادة ووجود المولود في حياتك ارتبط ببعد زوجك عنك ، وارتبط بمزيد من الجفاف العاطفي ، وشيء طبيعي أن الإنسان يكره مصدر الألم ، إذا لم يستطع التعامل معه والتغلب عليه . . ابنتك لا ذنب لها ، طفلة بريئة، روح طاهرة، احذري من إسقاط كل آلامك من زوجك عليها، يجب أن تفصلي بينها وبين زوجك ومشكلاتك . . كما ينبغي أن تركزى على مصادر المشكلة واسبابها دون إلقاء اللوم على أحد، فالكل معرض للوقوع في الخطأ . . ومن خلال ما ذكرت أيضًا ، أنك تعانين من انصراف زوجك عنك وخاصة في العلاقة الحميمة . شعور هذا مؤلم ومسيطر على تفكيرك ، وذلك لسبب أنك ربطت هذا البعد النفسي والجسدي بما تمرين به من آلام الولادة وما تتعرض له المرأة من جراء الولادة ، مع أنه بعد الزوج شيء طبيعي ، فهناك من الأزواج من تتغير حاله عند استقبال المولود الجديد ، ويحدث هذا لفترة قصيرة لا تستمر طويلا . . اما الخيانة الزوجية فبالأكيد كان لها سببا . والسبب مشترك من الطرفين ، هو لديه افكار خاطئة عن المرأة الحامل والولود، وأنت انشغلت بحملك وولادتك وطفلتك، والبعد يسبب الفتور والفتور يسبب الملل وبالتالي يبعث ذلك الى البحث عن بديل والخروج من الروتين . لا بد ان تؤمني ان لك يدا في ذلك ، حتى تتغلي عليها . وتلتمسي العذر لنفسك ولزوجك وتبادري مباشرة . لا يمكن ان تتغلي على المشكلة الا بالفهم والتقبل . احرصي على التوازن في موعد نوم طفلك بحيث يكون قبل نوم الزوج بفترة . وتفرغين للعلاقة الحميمة . ولذلك عليك أختي الكريمة، محاولة إصلاح العلاقة العاطفية

والنفسية بينكما . لذا قبل أي شي لا بد من البحث عن هذا الأمر وإصلاح أي خلل فيه ، وذلك بالجلوس مع زوجك جلسة هادئة ناعمة رومانسية في مكان وتوقيت مناسب ، وتبثان سوياً عن كيفية تحسين العلاقة والحصول على السعادة بشكل مناسب ، فلا تقطعي المحاولات في الحوار الهادئ والنقاش اللطيف ؛ فإن هذا سيؤتي ثمرته - إن شاء الله - شيئاً فشيئاً. حاولي أن تنظري للجوانب الإيجابية من علاقتك بزوجك : المنزل ، طفلتك ، الاستقرار ، الستر ، وغيرها الكثير وتذكري إيجابياته : الصلاح ، حال الآلاف من النساء اللواتي يعشن في كنف رجال ضالمين ، أو منحرفين ، أو مدمنين نسأل الله السلامة .. وتذكري من حرمت من الزواج ، ومن حرمت من الصحة ، أو من الإنجاب ، أو غير ذلك فذلك أجدر أن تتذكري نعم الله عليك فتشكريها . عوديه على سماع كلام الحب وكلام المودة واستخدمي في ذلك أساليب شتى ، فتارة برسالة على هاتفه ، وتارة بكلام مباشر، وتارة بمكالمة هاتفية ، وتارة بهدية تكتبين عليها مشاعرك وأحاسيسك ، فنوعي في هذه الأساليب وفجري ينابيع الحب من قلبه ، وتجنبي الجدال والخصام قدر الاستطاعة معه ، فإن هذا كما تعلمين يغير القلب ، وحاولي أن تتفقي معه على قدر جهدك واستطاعتك ، مع التهوين على نفسك فإن الأمر يسير وينال مع الأيام والليالي بإذن الله عز وجل . اهتمي بنفسك ومظهرك، البسي ومارسي الرياضة ، حاولي أن تهيئ له ما يحب ويرغب بالحلال وتعلمي حركات الدلال ، واستعملي النظرات واللمسات ، وتابعي الجديد من خلال القراءة والاطلاع ، توجرين أنت وهو في هذا ، ونظراً لعدم معرفة البعض لأسرار فن التعامل مع الزوج قد تتعثر الزوجة في جذب قلب الزوج إليها ، حاولي أن تجعليه يتمنى دائماً القرب منك والتحدث معك . فلا بد من ان تكسري حاجز الصمت وتبتي لزوجك ان جسدك لم يتغير، وانك ما زلت جاذبة ومثيرة وقادرة على تلبية رغباته ، خاصة وان زوجك بادر واعتذر . . لا تنتظري ان زوجك من أول مرة سينجذب لك، وهيئي نفسك لذلك وحاولي مرات ومرات ، اكسري حاجز الصمت والرغبة داخلك لتستطيعي كسره أمام الآخر. اما البحث عن العمل في الوقت الحالي ليس حلاً . بل هو هروب من الواقع . . بل ممكن يضاعف المشكلة ويدفع الزوج للهروب النهائي . . وكذلك فيه تفریط في حق الطفلة في الاهتمام والرعاية . . تستطيعين التكيف والتغلب مع وضعك زتعلم مهارات جديدة من خلال الاطلاع وحضور برامج مفيدة، لذا ننصحك بالتواصل مع جمعية المودة للتسجيل في الدورات التي قد تساعدك في التغلب على ضغوط الحياة . . وتحقيق المزيد من التناغم الاسري ، ويمكنك التواصل مع منسقة دورات السيدت على الرقم ٠٥٠٠٣٤٦٦٥٥ و أخيراً أختي الكريمة نسال الله تعالى لك التوفيق . .



60- زوجي كثير السفر والخيانة

الاستشارة

أنا متزوجة من ١١ سنة ولدي ولد و بنت من قبل ١٠ سنوات زوجي كان كثير السفر لوحده دون دواعي للعمل صبرت من أجل استمرار الحياة و ثم اكتشفت خياناته لي في الجوال يعتذر وبعدها يعود كما كان صبرت من أجل أسرتي ولكن قبل سنة طلقني رحت بيت أهلي أسبوع مع أولادي وهو على طول يسافر لدي و بعد ما خلص من الذي فعله هناك جاء و رجعت معه لكن نفسيتي كانت مكسورة حسيت بأكبر إهانة في حياتي وبعدها بشهر اختلفنا على شيء تافه قال لي روجي عند أهلك أنا غضبت وقلت له طلقني فطلقني جيت آخذ ملابسي وولدي الصغير صار يبكي حزنت عليه و جلست و صار مرات عصبي و على طول مكشر في أنا تركته حتى يهدأ و قلت له روح غير جو عند أهلك وما يبغى يروح .

أنا والله الحمد لله جميلة بشهادة كل الذين يروني وأخلاقي طيبة مع كل الناس وأطبخ كل يوم صنف جديد وأبدأ غير مقصرة في الأشياء الثانية وكنت أشوفه يكلم مغربيات على الجوال وأسكت وبتحرش في الشغالة وسكت أقول غدا يعقل يحضر أصحابه في البيت ويحششون وقلت غدا يبطل .

أنا استحملت كثير وعندي شك أنه بيخونني رغم أنني شفت جواله وما وجدت شيئا أسألك بالله نصيحة تعطيها لأختك لو كانت مكاني لأنك رجال والرجال يعرفون كيف يفكر أما عمري دحين ٣٢ ممكن أبدأ حياتي لكن بعدين ما أدري والله طول ما أنا معاه خيفة منو يغدرني في أي لحظة أخاف أمرض حتى لمن مرضت يقولي ليش مافي أكل ما يقول سلامتكم.

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته كم نحن سعداء جدا بتواصلك معنا في جمعية المودة و نقدر لك أختي المسترشدة ثقتك فينا و طلب الاستشارة . أختي الكريمة إن الخلافات الزوجية أمر وارد في كل بيت ... و عادة كثير من هذه الخلافات تعود إلى اختلاف التفكير بين الطرفين و عدم فهم الآخر و طريقة تفكيره . و أحيانا لا بد من التنازل من احد الطرفين فالحياة الزوجية أشبه بمركب في البحر معرض تارة للرياح و تارة أخرى للامواج لذا يحتاج إلى التوازن حتى لا يغرق . و للعودة إلى ما عرضتيه في طرح ما تعانينه مع زوجك فإن مكمن الخلاف يعود إلى عدم تفهم منكما الآخر و طريقة تفكيره و سرعة

الانفعال. أختي الكريمة إن أول الحلول لمشكلتك هو تعلم فن إدارة الغضب و ضبط النفس حيث يبدو أنك سريعة الانفعال و الدليل على ذلك تطلبين الطلاق أو الذهاب إلى أهلك عند حدوث خلاف بينكما... و للأسف أيضًا زوجك ردة فعله مشابهة لك... لذا نوصيك أن تكوني أكثر هدوءا في حالة اي خلاف مع زوجك وأن تنسحي فوراً أثناء النقاش حتى تهدئي ونوصيك أن تختاري الوقت المناسب لمناقشة أي خلاف بينكما في جو يسوده التفاهم وعدم التركيز على السلبيات و استحضار الصور الإيجابية للآخر . كما نرشدك إلى عدم الاستسلام للوساوس و الشك في تصرفات زوجك فقد ذكرتي أنك فتشتِ جواله ولم تجدي شيئاً وتصرفك هذا خاطيء فلعلك إنسان خصوصيته ولا يحق لأحد التدخل والبحث فيها حتى لو كان زوجا . لأن هذا الأمر يقود إلى نزع الثقة بين الطرفين. ويمكنك إعادة بناء الثقة مرة أخرى بينكما من خلال تجاوز هذه الشكوك وإرسال رسائل إيجابية لزوجك بأنك تثقين فيه وأن رابط الحب بينكما أقوى من أي رياح عاتية... فعندما تشعرينه بذلك سوف تمتلكينه . أيضاً ابجثي عن اهتماماته و شاركه فيها وتجنبي الأشياء التي تزعجه واعلمي على تحديد حياتكما الزوجية من خلال تغيير وضع اثاث المنزل و التزين له و استقباله عند عودته للمنزل بالابتسامة و الكلمات المفعمة بالحب.. و نحن على ثقة إذا عملتي بذلك ستمتلكينه . كما يسرنا دعوتك في جمعية المودة لحضور إحدى الدورات التدريبية التي تهتم ببناء العلاقة الزوجية و ذلك بزيارة موقعنا و معرفة المواعيد كما يسرنا أيضاً أن تتواصلي معنا عبر الهاتف الاستشاري على الرقم ٩٢٠٠٠١٤٢١ متمنين لك حياة سعيدة ومستقرة .

61- أريد أن أثق بزوجي

الاستشارة

رأيت زوجي بالصدفة يتحدث مع فتاة على الواتس اب وقمت بمواجهته واعترف بغلظه واعتذر، ولكن ما زلت أشعر بالشك ولم أعد أثق في كلامه بأنه لم يعيد هذا التصرف وأصبحت أراقب جواله وتصرفاته مع العلم أن لي ٦ أشهر منذ أن تزوجنا ولم ألاحظ عليه أي تصرف سيء اتجاهي .. حالياً أنا مضطربة ولا أريد أن أستمع بالشك .. ما الحل ؟



الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد المسترشدة الكريمة حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ابنتي الفاضلة : نقدر لك ثقتك بموقع جمعية المودة الخيرية للتنمية الأسرية برنامج شورى للاستشارات الإلكترونية . المشكلة : علاقة الزوج بفتاة عبر الواتس آب التوضيح : إن أخطر ما يهدد الحياة الزوجية هو الشك وهو ناتج عن بعض الممارسات البسيطة الفضولية التي تتحول فيما بعد إلى مشكلات عميقة تؤثر سلبيًا على مستوى العلاقة الزوجية بين الزوجين - الحل : الثقة ليست قرص دواء تناوله فيزول معه الشك ، الثقة ممارسة فكرية تنتهي بممارسة سلوكية ، أي أنه ينبغي أن تتبعي الآتي : أ- التوقف تمامًا عن متابعة زوجك وترصد سلوكياته ومراقبة جواله وأوراقه ، و..... و ... ب- التخلص من الأفكار السلبية حول ما شاهدته أو قرأته ، وذلك بالاستعاذه بالله من الشيطان وأعتبرها قصة عابره أنتهت . واستبدال تلك الأفكار بالتأمل في إيجابيات الزوج وحسن معاملته لك . ج- الإهتمام بالزوج وتلبية احتياجاته ، والعناية بالجلوس معه والتحدث إليه ، والعناية بالعبارات العاطفية والمداعبة والملاطفة . د- تقصي اهتماماته في العلاقة الزوجية والعمل على اشباعها . تمنياتنا لك بحياة زوجية مستقرة وناجحة.

62- أنا عصبي مع زوجتي !

الاستشارة

أزعل بسرعة.. كيف أعالج سرعة الغضب والزعل

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته بارك الله فيك ونشكرك على تواصلك معنا على موقع (جمعية المودة للاستشارات الإلكترونية) أخي الفاضل : حفظك الله وبعد / لم توضح في سؤالك مدى شمولية الغضب لديك هل هو محصور فقط لزوجتك أم في غالب حياتك اليومية ؟ فقد يكون الغضب عارض لعلة معينة أو قد يكون أحد مكونات الشخصية وهذه هي المشكلة . وسوف نجيب على السؤال بناء على المبدأ الثاني ، من حيث تعريفه وأسبابه وعلاجه ، فإذا كان الغضب أحد مكونات الشخصية لديك ، فإنه قد يؤدي إلى صعوبة التعامل مع الآخرين وبالتالي إلى عدم القدرة على إتخاذ القرارات السليمة وفقد السيطرة على الثبات الانفعالي خلال التعرض لمواقف معينة . وخير ما يبدأ به الفرد حديث الرسول - صلى الله عليه وسلم - يوجهنا إلى أن الإنسان إذا غضب يجب أن يستغفر،

ويجب أن يستعيد بالله من الشيطان الرجيم، ويجب أن يغير وضعه الذي عليه حين الغضب، ويغير مكانه، فإذا كان جالساً فليقف، وإذا كان واقفاً فليجلس، وقد أرشد من قال له: عطني، قال له: (لا تعضب) - كررها ثلاثاً - أي عليه أن يتقي أسباب الغضب . اخي الفاضل : قد أحسنت حين شعرت بخطورة سيطرة الغضب عليك، وسعيت لعلاج ذلك، وإن أول خطوة في علاج سرعة الغضب هي: الاعتراف بالمشكلة بشكل واضح، ثم السعي لعلاجها. أضرار الغضب :- ١- اجتماعية :- تؤثر على نوعية العلاقات مع الآخرين ، وإنجاز المهام و العداوة والبغضاء بين الأصدقاء ، وتنقطع الصلة بين الأقرباء ، فتنفس الحياة وتنهار المجتمعات « ٢- صحية وجسمية :-على صحة وسلامة الإنسان التي منها التعرض لارتفاع ضغط الدم ، واحتمال الإصابة بالأزمات القلبية نتيجة التوتر الشديد الذي يُصاب به الإنسان الغاضب الذي يتعرض « لتغير لونه ، وطفح دمه ، وانتفاخ أوداجه ، وارتعاد أطرافه ، واضطراب حركته ، وقد تؤدي شدة الغضب والانفعال إلى سرعة خفقان القلب أو انفجار شرايين المخ ، أو الإصابة بالجلطة القلبية إذا كان الغاضب يشكو من ضعف في القلب » العلاج :- أخي وفقك الله فيما يلي - حاول أن تتعرف على الأسباب والظروف التي تجعلك أكثر وأسرع غضباً، مثلاً: إذا كنت مرهقاً، أو عند إزعاج طفلك، أو وقت قيادة السيارة، وغيرها. - بعد أن تتعرف على المواطن التي تجعلك أكثر غضباً؛ حاول تجنبها قدر استطاعتك، مثال: إذا كنت لا تتحمل صياح طفلك الصغير؛ فغادر المكان مباشرة إلى غرفةٍ أخرى؛ حتى تطفئ الشعور بالغضب التي يعتربك، وهكذا. - بعد فترةٍ معينة من الاستمرار على هذه الطريقة ستشعر بأنك أصبحت أكثر خبرة في تفادي مواطن الغضب، ولكن لم نصل للعلاج بعد. - إذا غضبت لأي سبب مهما كان؛ فبادر إلى تطبيق السنة الواردة عن النبي صلى الله عليه وسلم حال الغضب، فتوضاً، وغير هيئتك، فإذا كنت واقفاً فاجلس، وإذا كنت جالساً فاضطجع، وهكذا. - لا تتخذ أي قرار وأنت غاضب، بل اصمت تماماً، ولا تتهجم على أحد، واحذر من جرح مشاعر الآخرين خاصةً زوجتك، وفرغ غضبك في قول: لا حول ولا قوة إلا بالله مثلاً، أو فعل شيء معين يهدئ من غضبك دون التهجم على الآخرين. - مع التدريب والاستمرار سيخف غضبك كثيراً، وستشعر بالفرق، ولكن لا بد من الاستمرار، واطلب ممن حولك أن يساعدوك على ذلك، حتى تصل لدرجة أن تتحكم في غضبك بشكل مناسب وطبيعي .. - لا تنس بأن تكثر من الدعاء، وأن تطلب العون من الله في علاج مشكلتك، وأن تستغفر من كل خطأ أوقعك فيه غضبك. - احذر بشكل خاص من التعامل مع ابنك الصغير وأنت منفعل؛ فهذا سيؤثر عليه سلباً في المستقبل. كما نوصيك بأن تبدأ في بناء علاقات مع الآخرين ممن حولك



وبالذات مع شريكة حياتك ، وأن تحرص على رفقة الصالحين، وحضور مجالسهم، والحلم بالتحلم والعلم بالتعلم، والذي يخالط الناس ويصبر على أذاهم خير من الذي لا يخالطهم ولا يصبر على أذاهم. - حضور الدورات التي تحت عنوان فنيات إدارة الغضب التي تقدمها جمعية المودة من خلال الرابط (<http://almawddah.org.sa/activies>) أو غيرها من الجمعيات ومعاهد التدريب . أسأل الله أن يوفقك لكل خير، ويسدّدك، ويعينك.

63- هل الطلاق في صالحه ؟

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله

أنا متزوجة من ٩ سنوات تقريبا من ابن عمي ولدينا بنتان وولد والحمد لله .. الكبيرة ٧ سنوات ثم الأصغر ٣ سنوات والولد سنة ونصف

بداية أول سنة زواج كانت رائعته وأثبت أنني أحبه نتيجة تصرفاته معي .. سافرت لبريطانيا لدراسة الماجستير وذهب زوجي معايا وكان سعيد بمرافقتي (يشتغل معلم وقدم إجازة استثنائية) المهم أكثر خلافتنا كانت بسبب المال والصرف .. يطلب مني أطلب من أهلي وأنا أرفض لأنه الحمد لله عندنا خير وأنا بعد ما رجعنا من بريطانيا بسنة تقريبا اتوظفت بإجبار منه في بنك والحمد لله أستلم راتب موازي لراتبه ... هو يبغاني أصرف معاه بالتساوي بكل شيء خاصة بعد معرفته برصيدي بالبنك .. وأنا أخبرته عشان نتضامن في شراء بيت ملك ويخليه باسمي أو يكتب نصيبي بمشاركتي على الأقل .. رفض وصارت حجته أي أنانية وأي ما أثق فيه .. وزادت بيننا المشاكل وطلعت من بيتي مرتين .. مرة وأنا حامل في الولد بسبب مدة يده علي ولاسباب تافهة وجلست عند اهلي ٤ اشهر ما فكر يسال عننا او عن اولاده ولا أرسل ريال واحد كمصاريف .. وبعدها رجعت عشان الأولاد وأنه ممكن بعد الولد يتغير وتحسن حياتنا .. ما كملنا سنة رجعنا اتضاربنا ثاني وكنت عند أهلي وأعطيته أولادي عشان يتحمل مصاريفهم لأنه أبوهم ومسؤول عنهم وسحب شهاداتي وأوراقي الرسمية عنده من المضاربة اللي قبل .. جلست شهر ورجعت واتنازلت عشان أولادي والحياة اللي شفتمهم فيها من بعدي وأنه قسمهم الولد عند أهله في المنطقة الغربية والبنات معاه لوحدهم في الرياض .. رجعت وحاولت أغير كل شيء في نفسي ممكن يغير حاله ويفهم أي شاريه بيتي وحياتي معاه .. قبل شهرين تقريبا رجعنا للمشاكل والفلوس هوة الشغل الشاغل له

... انا اصرف خدامة ونص رسوم دراسة بنتنا الكبيرة واتحمل مصروف ملابس الاولاد واي شي احتاجه للبيت وفوق هذا مو عاجبه .. صار يقذف بالكلام ويهين ويستخدم أساليب استغفر الله ما تنقال الا بالشوارع .. وصبرت وسكتت وطلبت منه الطلاق باللين دام الحياة معاه صارت مستحيله رفض الطلاق ويبغى خلع عشان يستفيد ... وقتله اوكي اعطيك فلوس وتطلقني قالي كم تحطي .. قتلته اعطيك مهرك يقول لا مايكفي يبي كل ريال على كلامه صرفه في بريطانيا وهيه الحكومة الي كانت تصرف علينا بيغى ٣٠٠ الف ريال .. قتلته ابداء ومستحيل ... صار حتى بالعلاقة سيء ويطلب امور بالحرام لانه اعتاد العادة السرية وهوة من افصح بهالشيء وانه يتابع افلام اباحية وانها سبب لضعفه ... انا كرهته من صراحته ليا وحاولت اتعلم كيف ممكن اساعده عشان يترك هالامور ... هددني بالطرد لاسباب وحجج واهيه من عنده ورجعت يوم من دوامي لقيته مقفل الباب ورفض اني ادخل ... ما لقيت حل غير اني اطلب الشرطة وبالفعل رحنا المركز وطلبت ادخل بيتي واتنازلت بتعهد منه أنه ما يؤذيني ... ومن بعد هذا الموضوع طلعت اجازة عند اهلي ورجعت بنفسيه جديدة وصالحته عشان حياة اولادي والا كانت نيتي الطلاق ... بعد يومين اكتشفت انه في فتره الاجازة اتعرف على وحدة ويبغى يتزوج واحس انه انتقام مني لموضوع الشرطة .. ومهما حاولت اسكت واعطيه جوه الاقيه يستفزني ويقولني باتزوج ووراني ورقه فحص ما قبل الزواج ... أنا كل هذا مستعدة أطنشه وأكمل حياتي عشان أولادي بس صار متغير في كثير اشياء غير العلاقة .. صار يدخل فلوس بالحرام لبيته من كم موقف صار ما يصلي ... كان يحاول يخليني اعسل وكنت ارفض والحين لما قررت اشاركه لعل وعسى يتغير لقيته يقول اني قليله ادب ويقولني لاتقولي لأهلك اني اعرف قوليلهم انك تعسلي من ورايا .. وأساسا ما جربته غير يوم واحد ومعاه لأني اكرهه ... انا حابة اعرف هل الكلام الي يقال انه مستحيل يتغير ودام الفلوس اكبر همه عادي يسوي اي شي عشانها ومايهتم لبيته وعياله؟؟ هل الطلاق حل عشان احمي اولادي ونفسي من الحرام ومن تربية غير صالحة وبيته سيئة؟؟ ارجو ان تفتوني في امري لاني ضايعه

الإجابة

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وآله وصحبه أجمعين ، وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته وبعد: نشكر لك تواصلك مع جمعية مودة للتنمية الأسرية ونتمنى أن يصل كل زوجين للسعادة في حياتهم ومع أسرهم . أختي الكريمة لاحظنا من خلال سرد المشكلة أن لديك صفات إيجابية تعطيك



القوة بعد الاعتماد على الله تعالى في استطاعتك للتفاعل مع الحياة الأسرية ومواقفها المختلفة :

- ١- القدرة على الصبر والتحمل للمشكلات ومواجهتها. ٢- تمتلكين تقدير للأسرة وشعور بأهمية وجودك في الأسرة وانها ركن مهم للتربية والرعاية للأولاد. ٣- لديك شعور بالمسؤولية وأن لك دور مكمل لدور الزوج في إدارة الأسرة. ٤- تمتلكين طموح وعلو همة في الحرص على التعلم رغم المشكلات. ٥- الرغبة المستمرة في تحسين الحياة الزوجية والأسرية رغم أن المحاولات تنتهي بالفشل.
- أما الصفات الإيجابية للرجل: ١- تعاونه معك لإكمال دراستك وتعليمك ولم يكن عائقاً لذلك.
- ٢- صبره وتحمله لمواجهة المشكلات والتعاون أثناء الخلاف في مسؤولية الأبناء والحفاظ عليهم بقدر المستطاع. وهناك عدة أسباب حقيقية أوصلت الأمور لما هي عليه الان: • سوء إدارة الخلاف الأسري من كلا الطرفين : ١- فيرى الزوج أن رأيه هو الرأي السديد ولا يمكن للزوجة أن تبدي رأياً في أي امر فبقى مكبوتة المشاعر ومهضومة الحق في المشاركة في الحياة الزوجية ولا تستطيع التعبير عما في داخلها.
- ٢- قيام الزوجة بالخروج من المنزل أثناء الخلاف والذهاب لمنزل أهلها والبعد عن الأسرة فترات طويلة وهذا يُعد عاملاً مساعداً لازدياد الخلاف حتى على المستوى العائلي بين اهل الزوجين. ٣- غياب مفهوم الحوار من كلا الطرفين حيث أن الخلاف حينما يبدأ فلا يتم النظر في اسبابه وآثاره على الزوجين والأسرة وتاجيل الحوار حوله مما يسبب في تراكم المشكلات التي نحتاج لحل وتراكمها يؤدي لتأثير في حياة الأسرة. ٤- غياب مفهوم الفروق الفردية وأن هناك اختلافاً بين الرجل والمرأة في المور الانفعالية والعقلية والاهتمامات ، فكل زوجين لكل واحد منهما اهتماماته وأولوياته وهنا يظهر التناقض في المصالح وذلك بناء على اختلاف في وجهات النظر فقد يكون من وجهة نظر الزوج أن على الزوجة المساهمة في النفقة على الأسرة ووجهة نظر الزوجة أن لها الحق في الاستقلال براتبها وتدخرها لنفسها وهذا مما يعيق التوافق بين الزوجين. • من الأمور التي قد لاتدركها الزوجة وتسبب نفور الزوج من الأسرة هو شعوره باهتمام الزوجة بالأبناء أكثر من الزوج، وهذا امر طبيعي أن تقوم المرأة بشؤون التربية والرعاية لأبنائها لأنها تحبهم لأنها ترى المستقبل في أبنائها والدليل على ذلك هو رجوعك للبيت من أجل أبنائك فقط كما ذكرت في سؤالك . • من الأمور التي تسبب نفور الرجل من المرأة : كثرة الخلافات الزوجية وعجز الرجل للوصول لحل لهذه الخلافات، وهذا مما يجعله أكثر رغبة في الخروج من المنزل والبعد عن مواجهة المشكلات فيفقد السيطرة على نفسه فيقوم بالسب والشتم والإهانة ويقوم بالضرب . • من الأمور التي تؤدي للخلافات الزوجية : كثرة المخالفات الشرعية من كلا الطرفين وخاصة من الزوج ، فإن بُعد المسلم عن طاعة الله تعالى يجعله في مشكلات وخلافات لاتنتهي فيظل

يدور فيها ولا يهتدي لوسائل التعامل معها ومن أبرز المخالفات الشرعية: التهاون أو ترك الصلاة ولا شك أن ذلك له الأثر في تعامله مع أسرته خاصة وفي حياته عامة فعليك بالتعاون معه على طاعة الله ، أما أنك لديك أمل في تغييره وتقومين بمشاركته في شرب المعسل فهذا سلوك خاطيء والتقارير الرسمية تثبت أضراره على صحة الإنسان ومن هنا قد نهي الاسلام عن كل ما يضر البدن والابتعاد عنه فكيف تقومين بموافقة على سلوكه. أما سلوك النظر للحرام فلا شك أن ذلك يؤدي لأثر خطير في العلاقة بين الزوجين وخاصة العلاقة الحميمة فيطلب الرجل من زوجته امورا تأنف منها الزوجة فيهتم بمصلحته وكيفية تلبية الرغبة دون النظر لمشاعر ورغبات الزوجة وهذا امر نسبي لكنه متفق عليه لأنها صفة غالبية لدى الرجال. • وهناك أسباب تجعل الزوج يسلك هذه السلوكيات ومن أبرزها: ١- نفور من الزوجة والبعد العاطفي والنفسي من الزوج وضعف اهتمامها بالتجديد في نفسها ولباسها وحياتها الأسرية عامة ، فتجد المرأة تميل للروتين ولا ترغب في التجديد بينما الرجل هو عكسها تماما فيحب التجديد فلا بد أن تحاولي أن تملئي قلب زوجك بالنظر إليك. ٢- ألا تتغيبي عنه فترات طويلة بل أن تسعى دائما ألا تمر ليلة إلا وقد ساهمت في تقديم الجديد في حياتك وأسلوبك في طريقة تعاملك مع الزوج وستلاحظين بإذن الله الفرق في التعامل من الزوج حينما يشعر بتغيير في حياته. ختاماً نرغب في تواصلك مع الجمعية من خلال وللاستزادة من الوعي الأسري وطرق التربية السليمة واخذ الوسائل المفيدة للتعامل مع المواقف المختلفة بإمكانك التواصل مع الإرشاد الهاتفي على الرقم (٩٢٠٠٠١٤٢١) أو أخذ موعد لدى الإرشاد بالمقابلة على الرقم (٩٣٠٠٠١٤٢٦) أو الاطلاع على دورات وبرامج الجمعية من خلال الرابط <http://almawaddah.org.sa/activities/>.

64- زوجتي والاهتمام بأمي

الاستشارة

كلما ذهبت إلى أُمِّي تتضايق زوجتي .. وتقول انت ما تبقي لنا وقت علما بأني أذهب إلى أُمِّي كل يومين أو ثلاثة أيام في الأسبوع!؟
متزوج منذ ١٣ سنة وقد كانت هناك مشاكل في بداية زواجي بسبب تدخل العائلة في حياتي الزوجية!؟



الإجابة

السلام عليك ورحمة الله وبركاته .. حياك الله أخي العزيز ، ونشكر لك ثقتك بنا في جمعية المودة للتنمية الأسرية . كما تعلم أخي العزيز أن الله تعالى أمر ببر الوالدين ، بل وقرن طاعته تعالى بطاعتهم والإحسان إليهما .. ولا شك أن المسلم لا يساوم أحدا في أوامر الله بل ينبغي عليه تنفيذها وكله رضاً وإيماناً وقبولاً .. أخي الكريم لا يتوقف بر الوالدين بعد الزواج عند الزيارة فقط كما يقوم به أغلب الأبناء في عصرنا هذا ، فالوالدين لهم احتياجات كثيرة وخاصة عند كبر السن لا يُفترض أن يليها إلا الأبناء خاصة، وكما يقال « كما تدين تدان » ، فبرّ اليوم يُبر بك غدا ، والكأس الذي تملأه ستشرب منه غدا . بالنسبة لزوجتك أخي الكريم في هذا الموضوع فينبغي عليك عدة أمور : - توضيح فضل بر الوالدين وآثارها على مستوى البركة في الرزق والمال والنفس . - تبيين أن بر الوالدين مقدم على كل شيء فقد اقترن بعبادة الله تعالى « وقضى ربك أن لا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحسانا » - الأساس في وجودك ووجود زوجتك بعد الله هما الوالدين ، فلا بد أن تعلم زوجتك أن بر الوالدين ليس فضلاً وإنما ركن إنساني وواجب ديني وأخلاقي . - ينبغي عليك استخدام أسلوب اللين في إيصال هذه الرسائل لزوجتك والحوار معها والتي هي أحسن . - أيضاً عليك أن تتلمس الحاجات العاطفية لزوجتك وتحاول أن تشبعها ، فلربما مع مرور السنين والانشغال بأمور الدنيا قد يسهى الرجل عن زوجته وعن حقوقها وخاصة العاطفية منها ، مما ينعكس ذلك على تصرفات الزوجة سلبا وتظهر في أمور جانبية قد لا يعلم الزوج لها تفسيراً . أخيراً أخي وبذكرك لمشكلات قد وقعت في بداية الزواج فينبغي عليك أن تترك استذكار ما حدث في الماضي وعدم تعثر سير زواجكما بالنباش في أمور قد حصلت في ما سبق والنظر للمستقبل بكل إيجابية . فلا يوجد بيت زوجية بدون مشاكل ولن تجد شخص كامل الصفات وما دامت الحياة الدنيا فإن التعب والشقى له نصيب منها ، والشخص الإيجابي هو الذي يوزن بين الآمال والآلام ويحاول أن يُوصل سفينته لبر الأمان . جعل الله حياتكم عامرة بالأمن والإيمان وطاعة الرحمن وملاً قلبيكما بالرحمة والود والسكينة.

65- زوجي مقصر عاطفياً

الاستشارة

السلام عليكم أنا زوجة أعاني من بدايه زواجي ١٢ عامًا بتجاهل زوجي المستمر كوني زوجة لي احتياجاتي العاطفية والجنسية والاستمرار في الهروب من المنزل وعند أدنى مشكلة يزيد من البعد

ولا يوجد أي اهتمام نهائيًا حاولت بكل الطرق دون جدوى والآن وصلت لدرجة أنني لا أحتمل نفسياً هذا الحال لدي ابنان صغيران في المرحلة الابتدائية

الإجابة

الأخت الفاضلة : نسأل الله عز وجل أن يبارك فيك، وأن يحفظك، وأن يقدر لك الخير، وأن يرضيك به، ونشكر لك تواصلك مع برنامج الإرشاد الإلكتروني بجمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله أن يفرج عنك همك وأن يُيسر أمرك . اولاً : تحلي بالشجاعة والقوة واعلمي أن الله معك : قال تعال (فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ } [آل عمران: ١٥٩] كما أريد ان اهمس في اذنك بعدة امور :

١- حاولي أن تجلسي مع نفسك جلسة مصارحة واكتبي إيجابياتك وسلبياتك حتي تتمكني من معرفة مكان الخلل الذي أدي إلى إهمال زوجك عنك والى برود الجوانب العاطفية قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ الرعد/١١ . ٢- عليك بإيجاد الرغبة الصادقة في التغيير الى الافضل في جميع جوانب حياتك الجسدية والدينية والصحية وحاولي أن تدركي أنه ليس المهم ما يحدث لك الآن ولكن المهم كيف تتعاملين مع ما يحدث لك ٣- يجب أن تدركي أن العزيمة سر النجاح, كل هذا يدفعك إلى تقدير ذاتك بشكل أفضل وإلى استعادة ثقتك بنفسك فالرجل ينجذب إلى الزوجة الواثقة من نفسها ٤- الاستعانة بالله تعالى قوم بالدعاء في السجود وفي ثلث الليل الأخير حيث يستجاب الدعاء.... تعبد لله بالدعاء: { وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ } (غافر ٦٠) . خامساً : حاولي أن توجدي اهتمامات مشتركة بينكم سادساً : كوني أنتى المبادرة , أوصلي له الحب بالعمل وبالتصرف وبالنظر, بعيداً عن المحاسبة صدقيني سوف يعود لكي بكل تقدير وحب واحترام . قال تعالى : وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ (٣٤) وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ (٣٥) سورة فصلت . بل جعل الإسلام درجة حسن الخلق وطيب التعامل مع الناس مساوية لدرجة الصائم الذي لا يفتر والقائم الذي لا يفتر , عَنْ عَائِشَةَ ، رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا ، قَالَتْ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ : إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَيُدْرِكُ بِحُسْنِ خُلُقِهِ دَرَجَةَ الصَّائِمِ الْقَائِمِ . أخرجه أحمد ٦٤/٦ و«أبو داود» ٤٧٩٨ , الألباني : صحيح الترغيب والترهيب ٥/٣ . سابعا : فعلى الحوار الهادي بينكم ووضح له التصرفات السيئة التي تضايقتك . ثامنا : كذلك عليك أيتها الأخت الفاضلة



أن تهتمي أكثر بالتجمل، وأن تكوني علي ما يجب ويشتهي من المنظر الطيب والرائحة الطيبة بقدر الاستطاعة، وقد لا تلمسي أثرًا قريبًا منه، ولكن على المدى البعيد ستجدي أثر ذلك واضحا ، فمهما بعد الرجل أو ابتعد فحتما سيحن إلي زوجته ، فإذا وجد المنظر الذي يريده والذي تقر به عينه ووجد الرائحة التي تجذبه إلى زوجته فسيغير الحال كثيرا. والله نسأل أن يوفقك لما يحب ويرضى، وفي حاله لم تشعري بتحسن يمكنك التواصل مع الهاتف الاستشاري بالجمعية للاستفادة من خدماته بسرية وخصوصية تامة على الرقم ٩٢٠٠٠١٤٢١

66- تمت الخطبة ولكنني في حيرة !!!

الاستشارة

بسم الله الرحمن الرحيم

السلام عليكم وعليكم ورحمة الله وبركاته

تقدمت بخطبة من إحدى العائلات، تمت النظرة الشرعية، تم حضور الوالد والوالدة والجلوس مع إخوة البنت (هم أيتام والدهم متوفي) البنت معلمة اشترطت إكمال الدراسة والعمل ليست المشكلة هنا ..

المشكلة إلى الآن لا أعلم هل أنا أريدها أم لا ؟ استخرت أكثر من مرة بل كثير يقولون تحس براحة أو نفرة منها ولم أحس بشيء لا أعرف هل أريدها أم لا ما يجعلني متردد هو أنها مذكورة بالخير وأهلها أهل خير والبنت صاحبة دين كيف أعرف أن الله اختار لي أن أمضي معها أو لا أكمل وأبحث عن غيرها استخرت كثيرا ولم أر شيئا ...

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد صل الله عليه وسلم الابن الفاضل حفظك الله ونفعك ونفع بك السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثققتك في موقع جمعية المودة للتنمية الأسرية ونسأل الله لك النفع والفائدة . . من خلال ما ذكرت انك استعنت بالله وتقدمت إلى خطبة فتاة ونظرت إليها ونظرت إليك . واتبعت ما أمر الله به على لسان رسوله صلى الله عليه وسلم عندما قال «فاظفر بذات الدين تربت يداك» . . تظهر عليك الحيرة ، وسبب الحيرة أنك تنتظر أن ترى رؤيا أو تشعر براحة تدلك على تيسير امر الزواج ، وطالما انتظرت هذا الشعور فلن يأتيك ، وذلك لأن

هذه الأفكار بُنيت على معلومات خاطئة حول الاستخارة ، الاستخارة لا تكون بهذا الشكل . . . وليس كل أمر يُستخار فيه وله ، وليس كل من استخار رأى رؤيا أو شعر براحة . . . هناك من يستخير ولا يشعر بشيء ويقدم على الزواج ويُوفق . . . ولو أن كل من رغب الزواج استخار ولم يرَ شيئاً وصرف نظره عن الزواج لبارت النساء وما تزوجت فتاة . . . المشكلة تكمن في أنك اقبلت على الخطبة وأنت واضح في ذهنك مسبقاً أن الاستخارة هي التي ستحدد رضاك عنها أو لا . . . وهذا جعلك تغفل عن أشياء مهمة في النظرة ، مثل الحديث مع الفتاة عن كثير من الأمور التي ينبغي الحديث عنها في هذه اللحظة . . . ليس بالضرورة أن تشعر بالراحة أو الرضا أو القبول ، بل من الطبيعي أن تشعر بما تشعر به لأن هذا يعود إلى شخصيتك ولا يعود إلى المخطوبة ، هذا الأمر يعود إلى كيفية تعاطيك مع الموقف ، فالأمور الجديدة غالباً في حياتنا لا يقبلها الفرد بسهولة ويشعر بتردد نحوها وتوجس أحياناً . . . يجب ان تعرف أكثر عن الفتاة التي ترغب الزواج منها . وإذا لم تتبين لك أمور من خلال النظرة الأولى . تواصل مع اخوانها وبين لهم رغبتك في لقاء آخر بوجودهم تجلس مع الفتاة وتحدث معها اذا رغبت حول ما تريد ان يستبين لك . . . كل ما عليك ان تنظر الى ما يدل على صلاح الفتاة في جوانب عدة ، وهي :

الجانب الروحي: دينها والتزامها . الجانب الشكلي : هل اعجبك شكلها وقوامها أم لا . الجانب الفكري : فكرها ومنطقها وطريقة تفكيرها . الجانب الشخصي : هل هي فتاة تمتلك مهارات حياتية اساسية تعينها على القيام بحقوقك وحقوقها . . الجانب العاطفي : هل تشعر بشيء من القبول لها . . . الرسول صلى الله عليه وسلم قال : انظر الى ما يدعوك الى نكاحها . . فليس بالضرورة التوافق في جميع الجوانب ، ولا بد أن يقدم الزوحيين تنازلات من أجل تحقيق الانسجام. لا تنتظر ان تأتي كما تريد أنت ، فهي قادمة من بيئة وتنشئة مختلفة عن بيئتك وطريقة تنشئتك . . كل هذه الامور تؤخذ في الحسبان . . مع العشرة واتاحة الفرصة للاخر والتماس العذر كذلك والتفهم والتقبل والتعليم والتوجيه والنصح تستطيع أن تتحقق السعادة بإذن الله . . الله سبحانه وتعالى يقول «وإذا عزم فتوكل على الله» وانت عزمته ونظرت النظرة الشرعية . . كما نصحك بالتواصل مع الجمعية عبر الرابط (http://almawddah.org.sa/activies) للالتحاق بدورة تأهيل المقبلين على الزواج ، كون هذه الدورة تناقش أهم خمسة جوانب تسهم باستقامة و استقرار العلاقة الزوجية وهي : - الجانب الشرعي - الجانب الاقتصادي - الجانب النفسي - الجانب الاجتماعي - الجانب الصحي ،،،، وفقك الله وسدد خطاك . . .



67- خروج زوجتي من البيت وتطلب الطلاق

الاستشارة

تخاصمت مع زوجتي وخرجت من البيت بدون أذني ..

وتطلب الطلاق علما أنه لدي أربعة أولاد ٢ كبار معي الآن .. و ٢ صغار لديها .. لا أريد

الطلاق وتشيتت عائلتي

ولكن لا يوجد تواصل مع زوجتي. وأهلها يرفضون تدخل أهل الخير ولا يقنعونها .. ما الحل؟

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته أخي الفاضل حفظك الله ورعاك ، نشكر ونثمن لك تواصلك مع موقع الاستشارات الإلكترونية بجمعية المودة للتنمية الأسرية ، وطلب الاستشارة ومساعدتك في إيجاد الحل المناسب لتحقيق الإستقرار والسعادة لك ولاسرتك ، ونسأل الله لك التوفيق والسعادة ، كما نسأله سبحانه وتعالى أن يرزقنا الإخلاص في القول والعمل ، أخي الفاضل ذكرت أن لكم من الأبناء أربعة اثنان كبار يعيشون معك ، واثنان صغار يعيشون مع والدتهم ، وذكرت أيضاً ان زوجتك ذهبت إلى بيت أهلها بدون إذن منك ، وذلك بعد الخصام الذي نشب بينكم ، وأنها تطلب الطلاق ، وأهلها يرفضون تدخل أهل الخير للإصلاح بينكم ، وانك لا ترغب في الطلاق خوفاً على اسرتك من الشتات والضياع . أخي الفاضل / نقدر معاناتك ، ونشكر لك حرصك واهتمامك على احتواء اسرتك ، واعلم أن المشاكل لا توجد إلا ولها حل بإذن الله ، وما هي الا نقاط توقف لمحاسبة ومراجعة النفس ، وتحديد العلاقة ، وقد لا تكون هذه هي المشكلة الوحيدة التي مرت عليك ، وإنما قد تكون الأقسى وذلك لرفض أهل الزوجة تدخل أهل الخير في حل المشكلة ولذا نشير عليك بالاتي / اولاً / الثناء على الزوجة امام اولادك الكبار وهم بدورهم سوف ينقلون هذا الكلام الى والدتهم عند زيارتها لتلطيف العلاقة بينكم . ثانياً / نقترح عليك التواصل مع الهاتف الإرشادي بالجمعية للاستفادة من المتخصصين كالمستشارين الأسريين لمساعدتك في التواصل مع أهل الزوجة وإنهاء المشكلة بإذن الله على الرقم (٩٢٠٠٠١٤٢١) وختاماً نأمل منك كذلك الدخول على موقع الجمعية على الرابط (<http://almawddah.org.sa/activies>) للاستفادة والالتحاق ببعض الدورات التي تعقدتها الجمعية كدورة المقبلين على الزواج ، وإدارة الغضب ، ورحلة النجاح الأسري ، وغيرها من الدورات التي تقدمها الجمعية باستمرار .

68- زوجتي لا تهتم بالجانب الرومانسي !

الاستشارة

السلام عليكم

أنا حديث عهد بالزواج ولي شهرين فقط ومشكلتي أن زوجتي لا تبادرني بأي مبادرة في الجانب الرومانسي والحب وتبادل المشاعر ...
 علما بأني لا أترك فرصة إلا وأقوم بضمها وتقيلها وأشياء أخرى وعندما أقول لها لماذا لا تبادرين بمثل هذه الأشياء تسكت أو تتحجج بأنها تعاني من ألم أو صداع أو أنها متعبة وأعترف بأنها مقصرة في هذا الجانب فقط ..

الإجابة

الحمد لله رب العالمين الذي خلق الزوجين الذكر والأنثى وجعل بينهما مودة ورحمة ، والصلاة والسلام على نبينا محمد . الاخ الفاضل حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثقتك في موقعنا جمعية المودة الخيرية للتنمية الأسرية (الاستشارات الإلكترونية) . أخي الفاضل اعلم أن الرومانسية ليست كل شيء في الحياة الزوجية فالعلاقة التي تجمع بين الزوجين عبارة عن حياة كريمة متكاملة الجوانب .. والحياة فيها ما يقرب الزوجين من بعضهما من الأولاد وحسن العشرة والأحلام المشتركة .. ويبدو أن زوجتك ليس لديها خبرة في مفردات الحب والرومانسية ولا تستطيع أن تعبر بمشاعرها تجاهك، وليست عندها القدرة على الرومانسية التي ترضيك وتشبع عاطفتك المرهفة والجياشة إما لأنها تربت في أسرة شديدة الصرامة وليس لها تجارب سابقة بالحب والرومانسية وهذه نعمة وجب عليك الشكر لله ، وكذلك فإن زوجتك تمتلك حياً ولا تستطيع أن تعبر عن ما بداخلها تجاهك وليس لها خبرة في هذا الجانب وعلى ما يبدو أن المحيطين بها كذلك ، فيبدو أن مشكلتك حلها بيدك ولا تنزعج منها ، فاصبر على هذه الزوجة الصالحة العفيفة وقم بتعليمها الحب والرومانسية ومع الايام بإذن الله سوف تتغير الى الافضل . قم بإهدائها بعض الكتب والأشرطة المتخصصة في هذا الموضوع ، لا تحاول الضغط عليها وإحراجها بالكلام أو الأفعال ، أو بتكرار كلمة (انت غير رومانسية) لأن لها أثر سلبي كبير عليها، استعن بالله والصبر والدعاء أخي الفاضل لا تنزعج من هذه المشكلة التي بإذن الله سوف تتروى مع مرور الوقت واكتساب زوجتك للخبرات في الحب والرومانسية ، وأيضاً يجب عليك عدم الياس ومواصلة المسيرة دون ملل لتعليم زوجتك وتدريبها بإذن الله سوف تحقق نتائج مذهلة وتستمتع



معها في حياة سعيدة آمنة ومستقرة. استعن بالله دائما واجعل تواصلك مستمرا مع المستشارين في المركز واستشارتهم عند احتياجك للمشورة . وفقك الله ورعاك ،،،،،

69- زوجي عصبي ودائم الخروج من البيت ..

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته أنا متزوجة منذ ٥ سنوات وعندي طفلين الحمد لله مشكلتي مع زوجي مرة عصبي وما يتقبل مني أي شيء .. سريع الزعل والانفعال على أتفه الأسباب منكذ عليه حياتي بكل شيء .. جلساته برا أكثر من جلسته بالبيت صرت أتضايق من تصرفاته لامبالاه لي ولأولاده لدرجة صرت أشك فيه أنه يخونني .. علاقتنا على وشك الانفصال عايشين مع بعض زي الأغراب ما نكلم بعض أبداً ما صرت أفهمه كأنه مريض نفسي ومقصر معاي بكل شي حتى المصروف ما أشوف منه أي شيء أعطوني حل الله يجزاكم خير

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته أختي الفاضلة حفصك الله ورعاك , نشكر ونثمن لك تواصلك مع موقع الاستشارات الإلكترونية بجمعية المودة للتنمية الأسرية ، وكذلك نقدر سعيك في تحقيق الاستقرار والطمأنينة لك ولأسرتك ، ونسأل الله لك التوفيق والسعادة ، كما نسأله سبحانه وتعالى أن يرزقنا الإخلاص في القول والعمل ، ذكرتِ أختي الفاضلة تاريخ الزواج ولكن لم تذكرِ تاريخ المعاناة هل تعانين من عصبية زوجك من بداية الزواج ، أو بعد الزواج والإنجاب ، وكذلك كل ما يدور في خاطرك انه يقوم بخيانتك ، يعني لم تلاحظي عليه آثار تعاطي لا سمح الله ومنها على سبيل المثال لا الحصر : (فرط الحركة وعدم الاتزان عند النقاش ، وعدم الاهتمام بنظافته الشخصية ، الانطواء وعدم مخالطة المجتمع وخاصة الاقارب ، اتصالات في أوقات غير مناسبة وعند الرد عليها يتكلم بالغاز او يذهب الى خارج المنزل) وهذه بعض اثار التعاطي فان لاحظتي منها شيء فعليك ابلاغ والدك ووالده للوقوف بجانبك في مساعدته على الإقلاع عن التعاطي وإن لم تلاحظي منها شيئاً وهذا ما نتمناه ، وكوني على ثقة بأن الشخص العصبي : ما هو إلا طفل كبير ! فهو شخص ضعيف جدا لا يستطيع التحكم في انفعالاته والسيطرة عليها . وغالبا فإنه شخص واضح وشفاف كالصفحة البيضاء يمكنك احتوائها ولكن ماذا عن الزوج العصبي ؟ زوج عصبي ، سريع الغضب ، تزداد عصبيته يوم بعد يوم ، لا تقدرين

على تحمل البقاء والاستمرار معه . الزوج العصبي : هو شخص لا يقصد جرح الآخرين فهو يقوم بذلك دون وعى وإدراك منه فهو سريع الغضب وسريع الهدوء أيضاً وربما لا يتذكر ما بدر منه أثناء غضبه .

الزوج العصبي : هو شخص لا يقصد جرح الآخرين فهو يقوم بذلك دون وعى وإدراك منه فهو سريع الغضب وسريع الهدوء أيضاً وربما لا يتذكر ما بدر منه أثناء غضبه . وترجع اسباب العصبية الزائدة الى فقدان الثقة في النفس فهو يحتاج للاهتمام والحنان لأنه انسان يشعر بضعفه . عن أبي هريرة رضي الله عنه أنّ رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : (لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ) . فالقوة : هي أن يمسك الشخص نفسه عند الغضب والعصبي هو شخص لا يستطيع التحكم في نفسه لضعفه . وأحد أهم اسباب إهماله لك وللنزل وعدم الاهتمام بكم هي جدالك معه حول هذه العصبية ، وهذا إن كانت هذه العصبية من بداية تاريخ الزواج اما ان كانت بعد الزواج والإنجاب فقد يكون اهتمامك باطفالك اثر على علاقتكم بعض الشيء ، وللتعامل واستمرار الحياة مع الزوج العصبي اليك تلك النصائح و منها : أولا / لا تحكّمي على تصرفات زوجك وقت غضبه فهو يفعل تلك الاشياء دون إدراك تعاملتي معه كأنه طفل أو شخص مريض بالعصبية التي لها وقتها ويهدأ . ثانيا / كوني صبورة ولا تعانديه في وقت غضبه ولا تستفزيه بالإصرار على رأيك . ثالثا / اجعليه يشعر بأنك معه وبجانبه وأنتك تشعرين به و تحدّثي معه بكلمات التي تهدي من غضبه مثل : (انت محق انا اشعر بك هذا الأمر لن يتكرر مرة أخرى هكذا) . رابعا / لا تصرخي امامه فهذا يزيد من الخلاف وبهذا تجبري نفسك على سماع ما لا ترضيه وما يجرح مشاعرك وكرامتك أيضاً . خامسا / اتركه يهدأ وبعد ذلك تعاملتي معه بشكل جيد و باهتمام ورعاية وبعد ذلك تحدّثي معه بهدوء واجعليه يشعر بانكسار خاطرك وحزنك على ما فعله لكي يشعر بالندم ويحاول ارضائك . وفقك الله أختي الفاضلة ، لا تنسى اللجوء الى الله والدعاء لك ولاسرتك دائما بالتوفيق والهداية ، وختاماً نقترح عليك التواصل مع الهاتف الإرشادي بالجمعية للاستفادة من المتخصصين كالمستشارين الأسريين لمساعدتك في حل أي مشكلة أسرية قد تواجهك لا سمح الله ولا تستطيعين حلها على الرقم / ٩٢٠٠٠١٤٢١ وكذلك الدخول على موقع الجمعية على الرابط <http://almawddah.org.sa/activies> للاتحاق ببعض الدورات التي تعقدها الجمعية كدورة المقبلات على الزواج ، وإدارة الغضب ، ورحلة النجاح الأسري ، وغيرها من الدورات التي تقدمها الجمعية باستمرار .



70- هل أطلب الطلاق ؟

الاستشارة

متزوجة منذ خمسة أعوام ونصف ولدي ابن عمره أربع سنوات زوجي يخونني مع فتيات أخريات .. مكالمات ورسائل ومقابلات .. واجهته في المرة الأولى واعتذر ووعدني بأنه لن يفعلها مجددا ولكن للأسف عاد للخيانة ثم واجهته بعدها ثلاث مرات وفي كل مرة يحلف وبعدي بأنه لن يفعلها وأنه يجني ولا يستطيع الاستغناء عني .. في المرة الخامسة لما اكتشفت أنه ما زال على علاقاته السابقة لم أواجهه لأن من الواضح أن المواجهة لم تجدي نفعاً كنت أنتظر الفرصة المناسبة لأتركه وحدث ذلك أن تشاجرنا على مشكلة سطحية جدا فضربني ضربا مبرحا مع العلم أنه يتحمل مسؤولية المشكلة فهو المتسبب بها وتركت له فرصة أن يعتذر أسبوع كامل من الصمت ولكنه لم يبادر .. بعد أسبوع في حين كان هو في عمله ذهبت إلى بيت أهلي وهم يسكنون مدينة أخرى غير مدينتنا .. ومكثت عندهم ستة أشهر ووضحت لها في بداية الفترة عن أسباب ذهابي عنه أولا الضرب وبعدها المكابرة وأنه ما زال على علاقاته السابقة ، في البداية كان يهددني بأنه سوف يأخذ ابني مني وتارة يعتذر وتارة يهدد ولكني لم أعطه مجالا لا في التهديد ولا الاعتذار فلم أكن أجيب على مكالماته أو رسائله بعد ستة أشهر وبعد مئات من المكالمات وسيل من الاعتذارات والوعود .. طلب مني فرصة أخيرة فقط وإن تكرر الموضوع لي كامل الحرية في تركه ويا لحماقتي كنت قد صدقته مجددا فعدت ومضى على عودتي خمسة أشهر اكتشفت فيها أنه ما زال يكلم ويرسل ويلهو ويلعب ويريد مني أن ننجب طفلا آخر وأنا لا أريد أبدا أن أنجب منه .. ضاقت بي الحياة فلم أعد أعرف ماذا أفعل هل أذهب هل أواجهه هل أطلب الطلاق في حيرة من أمري فأرجو التكرم علي بالمشورة أثابكم الله

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته بداية نشكر لك ثقتك في برنامج الإرشاد الإلكتروني بجمعية المودة للتنمية الأسرية. و يسعدنا تواصلك والإجابة على استشارتك . أختي الكريمة في قراءة لطلب استشارتك نجد أن مشكلتك تنحصر في الآتي: - خيانة زوجك لك. - اضطراب في التوافق الزوجي. - حيرتك في البقاء معه أو طلب الطلاق. و لعلاج مشكلتك نرشدك إلى الآتي : أولا : الخيانة الزوجية: إن الخيانة الزوجية أمر لا يقبله دين أو عقل ، وإن ديننا الإسلامي الحنيف أمرنا بغض النظر وحفظ اللسان

والفرج عن المحرمات ، و لعلاج هذه المشكلة ينبغي معرفة الأسباب التي تؤدي إلى الخيانة الزوجية و نستطيع إجمالها في التالي : - التنشئة الأسرية الخاطئة تلعب دورا كبيرا في خيانة كثير من الأزواج من كلا الجنسين ، فالأسرة التي تحمل جانب التربية الدينية و غرس القيم و المبادئ تسهم كثيرا في تمادي أفرادها في ارتكاب المعاصي ، فتغيب عنهم الرقابة الذاتية و مراقبة الله عز وجل . - إهمال الزوجة لزوجها أو إهمال الزوج لزوجته: إن إهمال أحد الزوجين للآخر يدفعه إلى البحث عن طريقة أخرى لاشباع حاجاته النفسية أو الجنسية خارج صندوق العلاقة الزوجية. - و هذا الأمر لا يعتبر مبررا للخيانة - و لكن نحن هنا نوضح سببا من أسباب الخيانة الزوجية. و يمكن علاج هذه المشكلة في الآتي : - استخدام التوجيه الديني بأن يتم تذكير زوجك بأن ما يقوم به أمر مخالف للشرع لا سيما وأنه محصن و الذنب أعظم و عقوبته أشد و هي الرجم . - معرفة شخصية الزوجين لبعضهما و طريقة التفكير و التنشئة ، كل ذلك يسهم في تغيير السلوكيات الخاطئة بمعرفة دافع التفكير السليبي و إعادة بناء التفكير الإيجابي القائم على تعاليم الدين الإسلامي و مراقبة الله في كل التصرفات . - التقارب العاطفي بين الزوجين القائم على الدفء و المشاعر الإيجابية التي من شأنها إذكاء روح المحبة و توليد العاطفة الحميمة بينهما. - الاهتمام الداخلي و الخارجي لكلا الزوجين ، فالترزين و التطيب أمر حبيب إليه ديننا الإسلامي فعلى الزوج و على الزوجة أن يهتم كل منهما بنظافته الداخلية و الخارجية و محاولة إظهار الجمال لجذب الآخر . ثانيا : التوافق الزوجي: و يمكن تحقيقه من خلال الآتي: - - قراءة شخصية الآخر: إن معرفة طبيعة شخصية الزوج أو الزوجة يساعد على تجنب كثير من المشكلات ، فطبيعة التفكير و معرفة ردة الفعل من خلال المواقف يعطي قراء واضحة للشخصية و من خلالها نستطيع كيفية التعامل معه ، فهناك الشخصية العصبية و هناك الشخصية الانبساطية و هناك الشخصية المزاجية ... الخ . - التفاهم : يعد التفاهم بين الطرفين من أهم العوامل التي تساعد في بناء علاقة ناجحة و قوية قادرة على الاستمرار، فالتفاهم يساعد في التعرف على صفات الشخص الآخر و طريقة تفكيره، لذا ينبغي أختي أن تتفهمني طريقة تفكير زوجك حتى يتحقق أساس التفاهم بينكما. - الاهتمام : للاهتمام مفعول خاص يجعل العلاقة بين الطرفين مليئة بالحب و الحنان، فكل طرف يبحث عن الشخص الذي يهتم به بكافة أموره، فالاهتمام ينقل مشاعر الحب و المودة بين الطرفين، لذلك يعتبر الاهتمام من أهم الوسائل التي تساعد في بناء علاقة ناجحة مليئة بالحب و الاحترام المتبادل بين الطرفين كما يساعد في بناء أسرة مترابطة و سعيدة، و على العكس فالإهمال يعد سببا أساسيا في انهيار العلاقات. - المصارحة : التواصل الدائم بين الطرفين و المصارحة من وقت لآخر من الأمور الضرورية لنجاح العلاقة بين الطرفين،



فالمصارحة تساعد في إنهاء العديد من الخلافات وتمنع حدوث مشكلات جديدة، وفي أثناء النقاش يجب عدم التحدث بأي كلمات جارحة مهما كان الشعور بالضيق من الطرف الآخر، فالكلمات الجارحة والقسامية تترك أثرا سيئا في النفس ومن الصعب نسيانها بسهولة. ثالثا : مسألة البقاء أو الطلاق : فإننا نوصيك أن تستبعدي فكرة الانفصال و تحاولي أن تستصليحي زوجك ، فتعديل سلوك الآخرين يحتاج منا إلى صبر و جهاد ، فنحن على ثقة تامة في مقدرتك على ذلك ، كما أن نوصيك باللجوء إلى الله و الدعاء بأن يصلح زوجك ويعيده إلى رشده . ونسأل الله لك حياة زوجية سعيدة.

100

سؤال وجواب من واقع
الاستشارات الإلكترونية
بجمعية المودة للتنمية الأسرية



الاستشارات السلوكية

71- إصرار زوجي على التعاطي

الاستشارة

السلام عليكم

متزوجة منذ ٦ سنوات ولدي طفل واحد بعد زواجي بشهرين بدأت أشك بزواجي وبعدها عرفت أنه يستخدم الحشيش ومع مرور الوقت زاد التعاطي وعندما رأيته بالسيارة بكيت وطلبت أن أذهب لأهلي ولم أخبر أحدا منهم وجلس يبكي ويحلف وبعدي أنه لن يكرر ذلك ورجعت معه وبعدها بفترة وجدته أيضاً وذهبت شهر كامل أيضاً وأتى بعد شهر وحلف ووعد وأخلف إلى أن أصبح يقول لي أنا ما أضرك وأنا حر في نفسي ولن أترك الحشيش، زادت نفسيته سوءاً وعصبية وشكوك وبدأت أكره حياتي، علما أن زوجي طيب ويحبنى ولدي طفل عمره ثلاث سنوات وأمنى يدخل مستشفى ليتعالج أو يكون هناك حل تعبت جدا وتدمرت نفسيتي أفكر في نفسي وطفلي وزوجي الذي لم يجد أحدا يقف معه؟

الإجابة

أختي الفاضلة : تلخصت مشكلتك في أن زوجك متعاطي للحشيش المخدر . وأعطيتيه عدة فرص ولكن سرعان ما ينتكس واصبح يتعاطى أمام ابنه وبكل جرأة واستعنت بوالده ولكن لم يبال بالأمر ولم تجد من يساعدك في علاجه رغم أنه طيب ويحبك وأنت تبادلينه نفس المشاعر. الإجابة : لا شك يا أختي أن الإدمان مرض وله علاج في أربعة مراكز متخصصة في المملكة (الرياض - جدة - الدمام - القصيم) . وبما أنك حاولت بمجهودك مساعدته بالتوقف عن التعاطي ويوعدك في كل مرة ولكن سرعان ما ينتكس .فهذا دليل على أنه لا يملك الإرادة والعزيمة والإصرار وهي أهم عناصر لتحقيق العلاج . وأرى أنه لا بد من علاجه بالقوة الجبرية عن طريق إدارة مكافحة المخدرات حيث لديهم إدارة مستقلة ومتخصصة لهذه الحالات . يتقدم لهم ولي أمر المدمن الذي يرفض العلاج ولم ينفع معه النصح والإرشاد . بطلب علاجه وهم يقومون بدورهم بنقله إلى مستشفى الأمل وعلاجه ومن ثم تسليمه لولي أمره دون أدنى مسؤولية وبكل سرية وخصوصية . وفي حالة عدم تجاوب والد زوجك أو والدته بإمكانك أنت مراجعة القسم النسوي بمكافحة المخدرات وطلب علاجه . وثقي أن هناك كثير من الحالات المشابهة تم إدخالهم لمستشفيات الأمل عن طريقهم وتم علاجهم وأصبحوا أعضاء صالحين في المجتمع . وعليك بعد دخوله المستشفى زيارته أسبوعيا ودعمه وتشجيعه على إكمال العلاج بكل



مراحلها ومتابعة حالته مع طبيبه المعالج مع الدعاء له في أوقات الاستجابة . وإبلاغ أهلك بالمشكلة .
أسأل الله له الهداية والصلاح وأن يمن عليه بالشفاء وأن يكون لك عون ومعين في تجاوز هذه المعاناة
وبالله التوفيق.

72- يطلب منها الاختلاط

الاستشارة

تزوجت ابنتي قبل أربعة أشهر وزوجها يجبرها على الاختلاط بأخوانه والخروج معهم بمفردها وقام
بتعليمها شرب الدخان والمعسل ويطلب منها أن تكشف وجهها أثناء خروجهم بالسيارة وقبل
أسبوع حصل خلاف بينهما واتهما بأنها على علاقة هاتفية بابن عمه وأعادها لبيتي ويهددها
بالطلاق وبعد أن تكلمت معه قال لي ما أدري أطلقها أو لا ... أفكر وأرد لك خبر بعد يومين ولم
يكلمني حتى الآن ولا أعلم كيف اتصرف وكيف اصلح من شأنهما والحيرة تكاد تقتلني هل اطلقها
منه لسوء اخلاقه وافساده لاخلاق ابنتي ام اصلح بينهما ولا اعلم ماهي نيته في الاستمرار او
الطلاق واذا اراد اعادة زوجته هل اعيدها له أو اطلب طلاقها وابنتي منهارة جدا وتريد العودة
له وهو كما يقال ذهب ولم يعد لم يطلق ولم يردها ولم يتكلم ويفصح عن نيته... ماذا أفعل جزاكم
الله خيرا.

الإجابة

بسم الله الرحمن الرحيم الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد: إن من أكثر أسباب الطلاق في
السنة الأولى من الزواج هو عدم السؤال والتحري الجيد والدقيق في أخلاق وتعامل ودين شريك الحياة
فحينما يرتبط الطرفان ببعضهما ويبدأن في اكتشاف السمات التي نشأ عليها كل واحد فيرى عيوب
الآخر فبالتالي تحدث المشكلات وخاصة إذا كانت من المشكلات التي ربما لا يستطيع أحدهما التكيف
معها.. إن من المشكلات وخاصة التي فيها محرمات هي مشكلة الاختلاط والانفتاح على إخوان الزوج
والذهاب معهم والخلوة بهم وشرب الدخان والمعسل وكشف الوجه هذه مما لا يرضاه الله تعالى . أن لا
يكون ذلك في معصية الله، لقوله صلى الله عليه وسلم: لا طاعة لمخلوق في معصية الخالق. رواه أحمد،
وصححه الألباني. ولقوله صلى الله عليه وسلم: إنما الطاعة في المعروف. متفق عليه. قال القرطبي في
المفهم: يعني بالمعروف هنا: ما ليس بمنكرٍ ولا معصية فتدخل فيه الطاعات الواجبة والمندوب إليها

والأمور الجائزة شرعاً، فلو أمر بجائز لصارت طاعته فيه واجبة، ولما حَلَّتْ مخالفتُهُ. هـ. فأنصحك بالصلح بينهما إذا كانت ابنتك ترغب العودة إليه ولكن لا بد أن لا يعود لهذه الملاحظات الخطيرة والتي قد تجرح الحياة الزوجية وخاصة آخر مشكلة وهي اتهام الزوجة بأن لها علاقة مع الأجانب من الرجال وهذا أمر لا يجوز شرعاً ما لم يكن مثبتاً. ولا بد عند رجوعها إدخال أحد الأقارب الذين يشهدون هذا الاتفاق بينكم ويكون ممن يقرب بين وجهات النظر ولا يزيد رقعة الخلاف. وعلى الزوجة أن تعرف حدود طاعة الزوج وأن له القوامة في البيت ولكن في غير معصية الله فلا ترسخ لهذه الأوامر التي فيها ضرر واضح بها ، بل إذا كتب الله لها الأولاد فكيف يعيشون في بيئة هذه مشكلاتها وتحيط بها وعلى ماذا سيتربون؟! لذلك من الواجب على الزوج أن يحميها وأن يراها وأن يبذل في سبيل ذلك نفسه وماله ، لا أن يتركها تذهب مع الأجانب حتى لو كانوا إخوانه فهم غير محارم لها. وإذا شعرت أنها فقدت السيطرة على الوضع وأن الضغط عليه من إخوانه أقوى منها فلتطلب سكن خارج المنزل الحالي إن كانت تسكن مع أهله أو قريباً منهم فلا بد أن تطلب سكناً مستقلاً إذا سمحت الظروف بذلك فهو أدعى لحفظها من أن يعتدى عليها في حال غياب الزوج - لاسمح الله - مع حرص الزوجة على التوكل على الله والدعاء وأن تعتصم بالله سبحانه وتعالى ولا بد أن تعلم أن حبها لزوجها لا يجعلها تعصي الله تعالى في سبيل إرضاء الزوج ففي صحيح ابن حبان عن عائشة رضي الله عنها قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: من أرضى الله بسخط الناس كفاه الله، ومن أسخط الله برضا الناس وكله الله إلى الناس. وقد روى الترمذي من حديث عائشة. رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا. قالت: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: مَنْ التَّمَسَّ رِضًا اللَّهُ بِسَخَطِ النَّاسِ كَفَاهُ اللَّهُ مُؤْنَةَ النَّاسِ، وَمَنْ التَّمَسَّ رِضًا النَّاسِ بِسَخَطِ اللَّهِ وَكَلَهُ اللَّهُ إِلَى النَّاسِ. أسأل الله تعالى لنا ولكم وللزوج السداد وأن يصلح ذرياتنا إنه ولي ذلك والقادر عليه وصلى الله على نبينا محمد وآله وصحبه أجمعين.

73- زوجي يوم عاقل ويوم مجنون

الاستشارة

زوجي مدمن فترة ٢٥ سنة والآن تقاعد وما زلت أحاول أنه يقلع لكن كل محاولاتي باءت بالفشل أنا متعلمة وموظفة يعني أستطيع اعول نفسي لكن الذي كاسرني اولادي لان لما اطلب الطلاق يقول لي ما راح ترينهم ثانية حتى لو تقولوا لي ان القانون بصفي ..ولكن اولادي بين نارين فهم يحبون والدهم ويكرهوه في نفس الوقت لان أتعبنا من عصبيته الزائدة والقلق الذي عشنا فيه فهو



يومان يكون قمة في الهدوء والتفاهم ويومان من عصبية أخاف انه يولع فينا اهلي يقولوا لي اطلقه واعطيه عياله وانا رافضة بشدة وفي الحقيقة هو اب رائع وانسان فاضل لكن تاثير المخدرات فيه تقلب مزاجه اتعبنا رغم انه غير مقصر علينا ويجب اولاده بشكل جنوني وهو رجل طيب واصيل المعدن بس عصبية ترعيني انا واولادي وهو له محاولات اقلاع لكن لمدة ٣ أشهر وينتكس علما أنه يتركها من غير تدخل خارجي ولا يتعالج أصبت بالاكئاب وأشعر أنه يريد ترك المخدرات بس ضعيف امامها وعندما يعصب علينا لدرجة يهددني بالضرب وحيانا يشك في من غير مبرر لهذا الشك و يرجع يتاسف لكن هذا الوضع غير صحي واخاف على نفسية اولادي وخاصة انهم في سن مراهقة وانا تعبت معه فهو في ساعة واحدة يتغير يكون هادئ وفي لحظة يثور ويعصب لسبب تافهة ارجو ان تساعدوني اشعر اني سأمرض بسبب عصبية .

الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته بداية نشكر لك ثقتك في برنامج الإرشاد الإلكتروني بجمعية المودة للتنمية الأسرية. و في قراءة لما عرضته في طلب الاستشارة نجد أن مشكلتك تتلخص في الآتي: أولاً: تعاطي زوجك للمخدرات ثانياً : ظهور بعض الأعراض الانسحابية على زوجك نتيجة نقص المادة المخدرة في جسمه متمثلة في القلق و العصبية . ثالثاً: المناخ الاسري يفتقد للطمأنينة. رابعاً ؛ حيرتك في البقاء مع زوجك أو طلب الطلاق. و لرسم معالم العلاج لمشكلتك لا بد الوقوف على أسباب المشكلة وتحديدتها في نطاق ضيق حتى يسهل علينا بناء البرنامج العلاجي ، و لو تأملنا كل المشكلات السابقة التي حددناها مسبقاً نجد أنها جميعاً تشترك في سبب واحد و هو (تعاطي المخدرات) . أختي الكريمة إن مضي خمسة وعشرين عاماً على إدمان زوجك تعتبر فترة طويلة و لكن أمر علاجه ما زال متاحاً و هو يحتاج إلى وقفة منك و مساندة للتخلص من الإدمان و عليك اتباع الآتي: أولاً: تذكيره بالله وأن ما يتعاطاه من مواد مخدرة فيه معصية لله . ثانياً : تذكيره بأن الأب قدوة لأبنائه . فهل يرضى أن يكون أبناؤه مدمنين. ثالثاً: تواصلتي مع أحد النفاة ممن يثق فيهم زوجك لإقناعه بالعلاج في أحد المراكز المتخصصة لعلاج المدمنين كمستشفى الأمل. و عليك أيضاً إقناعه بذلك و تبين أن هذا الأمر سيصب في مصلحته و مصلحة الحفاظ على أسرته و خاصة أبنائه. رابعاً: استغلي الجوانب الإيجابية في شخصيته التي ذكرتها خاصة في الوقت الذي يكون فيه هادئاً لمناقشة أمر علاجه و لا سيما أنك ذكرت أنه لديه رغبة في ترك التعاطي . خامساً : عليك بسلاح الدعاء بأن يصلح الله لك زوجك .

سادسا : استبعدي فكرة الانفصال عن زوجك و اعلمي جاهدة على استصلاحه و اطلبي من الله العون في ذلك. في الختام نسأل الله لك العون و السداد كما يسعدني تواصلك معنا عبر الهاتف الاستشاري (٩٢٠٠٠١٤٢١).

74- زوجي شاذ الاستشارة

أبلغ من العمر ٢٨ عاما و زوجي ابن خالتي وعمره ٢٧ عاما رزقت قبل أيام بنت مشكلتي تكمن من بداية زواجي قبل ثلاث سنوات زوجي مهمل في الصلاة يخرج كثيرا من المنزل يدخل بالجوال في الحمام و قليل الجامعة لي. رزقه الله الوسامة والجسم الجذاب والوظيفة الطيبة ولكن زوجي كثير الغياب عن الدوام و يهتم بمظهره بشكل مبالغ فيه يلبس السلاسل والأساور و يخلق شعر جسمه بالكامل و شفت في سيارته واقى ذكري ونحن لا نستخدمه في علاقتنا ، بعد سنة من الزواج ذهبت لمنزل أهلي لأنه لا يصلي وجلست عندهم ثلاث شهور حاول كثيرا إرجاعي ووعدي بالتغير وقيل لنا بأن به مس من الجان .

بعد ما أخذنا منه ميثاق غليظ عدت له وتحسن حالته معي وتسوء إلى أن حملت وأنا في الشهر التاسع قال لي أنا أصبت بمرض ولا بد من عمل تحاليل لك لسلامة الجنين وهو مرض السيلان وكما هو معروف طيبا بأنه مرض جنسي لا يأتي إلا بالاتصال المباشر مع شخص مصاب وجميع مخاوفي أصبحت واقع بأن زوجي شاذ ويفعل فاحشة اللواط ويصور أعضائه فغضبت وتناقشنا ، وبكل كبرياء يقول إذا كبرت بأعقل كل الناس كذا تعودت كذا من زمان وأصلا خلاص بيننا طفل الانفصال صعب ارضي بالذي كتب لك وكأني فهمت أنه سيستمر على فعلته إلى أن يهديه الله .. الآن أنا في فترة النفاس عند أهلي يزورنا كل أربعة أيام نصف ساعة نتجادل فيها ويمشي هل قرار انفصالي صائب هل سأظلم ابنتي !؟

كيف أخبر أهلي لا أريد أن أفضح له قرابته الشديدة لنا وهل أخبر والدي أم والده أم أخي الأكبر لا أنكر خوفي من المستقبل وخوفي على ابنتي ، انصحني وشد على يدي...



الإجابة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته جمعية المودة تقدر لك أختي الكريمة ثقتك فيها ونسأل الله أن نوفق في إرشادك . أختي الكريمة إن ما يقوم به زوجك أمر عظيم وكبيرة من الكبائر التي نهي عنها الشارع الكريم وكذلك انتكاسة ومخالفة للفطرة السوية .. ويحتاج الأمر منك إلى حزم لإنهاء هذا الأمر.. وأمامك طريقان وهما : أولاً: مناصحة زوجك مرة أخرى قبل العودة له وتذكيره بالله وأن ما يقوم به كبيرة من الكبائر وعليه التوبة النصوح والرجوع إلى الله ومجاهدة نفسه في الابتعاد عن هذه المعصية الكبيرة إضافة إلى ذلك تذكيره بأن شذوذه قد يقوده إلى الأمراض الخطيرة لا قدر الله و أن إصابته بالسيلان هو نذير من الله للعودة إلى رشده فقد يصيبه أخطر من ذلك . وعليك أيضاً نصحه بمراجعة معالج نفسي لمساعدته على ترك هذه الممارسات فهو يعتبر مريضاً نفسياً لأن لديه ازدواج في الميل الجنسي . وحاولي أختي أن تلبي احتياجاته النفسية والعاطفية من خلال التقرب منه أكثر وأن تحسني التبعيل . وتذكره أيضاً في حال عودته لهذه الكبيرة فإن قرار الانفصال هو خيار لا رجعة فيه وأنتك سوف تخبرين أهله وأهلك بأنه شاذ جنسياً .. لعله إن شاء الله يرتدع عن ذلك . ثانياً : إذا لم يستجب لك أختي الكريمة وعاد إلى ما كان عليه . فإننا نصحك بطلب الانفصال منه بعد أن تستخيري الله فهو لا يستحقك ولا يستحق أن يكون زوجاً تأمينين نفسك عليه . وفي الختام نسأل الله أن يصلح حال زوجك ويرده إلى رشده. و لله الموفق.

75- أخي والمقاطع الإباحية

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .. جزاكم الله خيراً على ماتقدموه ونفع بكم المسلمين .. أستاذيكم وكلني أمل أن أجد بأسرع وقت ممكن الجواب الذي يدلني على الصواب أخي الوحيد يبلغ من العمر ١٢ سنة اكتشفت مؤخراً أنه يشاهد مقاطع إباحية على اليوتيوب لم أواجهه بالأمر فقط عملت حماية لليوتيوب بحيث أنه لا يستطيع الوصول للمقاطع الإباحية وأصبحت أنا وأخواتي قريبات منه نحاول بشتى الطرق أن نشغله عن تلك المقاطع .. نحاول أن نذكره بالله وبحرماتها وعقابها دون أن يكون أسلوبنا مباشر .. ومع ذلك ما زال يحاول من أي مصدر كان أن يشاهدها ماذا أفعل وبماذا تنصحوني كي أمنع أخي من أن يقع في شر هذه الكارثة التي كما تعلمون أنها تجر وراءها الكثير من المصائب عادة سرية .. وقوع في الزنا .. التعرض

للمحارم .. حماه الله من هذا كله .. أشياء كهذه تخيفني عليه وأشعر أبي عاجزة فنحن أخوات ليس لدينا أخ سواه.. أفيدوني جزاكم الله خيراً ..

الإجابة

الأخت الفاضلة وفقها الله . نرحب بك في برنامج شورى بموقع جمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله تعالى أن تجدي فيه النفع والفائدة ، وأن يسدد أقوالنا وأعمالنا ، ويسر لنا تقديم ما فيه الخير لك ولجميع الإخوة والأخوات زوار هذا الموقع المبارك . تبدأ المراهقة بالبلوغ والتغيرات الفسيولوجية التي تحدث للمراهق في مرحلة المراهقة كثيرة ومنها الرغبة في الانعزال عكس مرحلة الطفولة ، الخمول والكسل الجسمي المصاحب لتغيرات الجسم ، العناد ومقاومة سلطة الوالدين والأهل ، الانفعال الشديد ، الخجل ونقص الثقة بالنفس ، أحلام اليقظة ، الاهتمام بأمور الجنس . بعض المربين ليس لديهم مهارات في التربية ولا استعداد للتعلم والقراءة في خصائص هذا الابن . ويتعاملون مع أبناءهم المراهقين بإهمال أو عنف ويغفلون أنهم في هذه المرحلة العمرية لديهم رغبات وغرائز طبيعية كتهيئة للزواج وهي غريزة قوية ، والأولى إشباعهم بالحب وتعزيز ثقتهم بأنفسهم وإمدادهم بكلمات التشجيع والتقدير لأن هذا النوع من التعامل الصحيح يشغل المراهق عن البحث عن المتعة بأي وسيلة ومنها العادة السرية . رقابة الوالدين الصريحة على السلوك السري لن تجدي بل إنها تلفت نظره لها ويركز عليها مما يسبب له القلق والمزيد من محاولات الإشباع عبر هذه المتعة مما يسبب له مشاكل لاحقة بعد الزواج . والحل هو التوجيه بشكل غير مباشر كما يلي : خصائص مرحلة المراهقة : ١- يلاحظ الطفرة في النمو . ٢- حركات المراهق غير دقيقة ويكثر تعثره واصطدامه بالأثاث وسقوط الأشياء من يديه . ٣- فترة تمايز ونضج في القدرات والنمو والعقلي . ٤- تتصف الانفعالات في هذه المرحلة بأنها انفعالات عنيفة منطلقة متهورة لا تتناسب مع مثيراتها ولا يستطيع المراهق التحكم فيها . ٥- يلاحظ مشاعر الغضب والثورة والتمرد نحو مصادر السلطة في الأسرة والمدرسة والمجتمع خاصة التي تحول بينه وبين تطلعه إلى التحرر والاستقلال . ٦- تظهر في هذه المرحلة الميول الجنسية ، ويزداد نبض قلب المراهق . وهناك احتياجات للمراهق منها : ١- الحاجة إلى الشعور بالأمن في بيئته التي يعيش فيها . ٢- الحاجة إلى الحب للآخرين ومنهم . ٣- الحاجة إلى الشعور بالتقدير والأهمية . وبالمثل توجد متطلبات يحتاجها المراهق أن تلبى له لينمو نمواً سوياً دون مشكلات تؤثر سلباً على شخصيته وهي : المتطلبات التربوية لمرحلة المراهقة : ١- العمل على استثمار طاقة المراهقين في أوجه النشاط المختلفة . ٢- عدم إجبار



المراهق على اتخاذ القرار . ٣- تشجيع الرغبة في التحصيل ومساعدته على التعلم من كافة المصادر .

٤- الاهتمام بالتربية الاجتماعية في الأسرة والمدرسة والمجتمع والعناية بمجالات النشاط . ٥- الاهتمام بتعليم القيم والمعايير السلوكية السليمة . ٦- ترك الحرية للمراهق في اختيار أصدقائه مع توجيهه لحسن الاختيار . ٧- احترام ميل المراهق ورغبته في التحرر والاستقلال دون إهمال رعايته وتوجيهه .

٨- العمل على زيادة تقبل المسؤولية الاجتماعية وإتاحة الفرصة لممارستها حتى يشعر المراهق بالمواطنة والمكانة الاجتماعية والثقة بالنفس . ٩- تنمية الاتجاه إلى النضج والمسؤولية . ١٠- تزويد المراهق بالتعاليم الدينية والمعايير الاجتماعية والقيم الخلقية . بداية مرحلة البلوغ للمراهق وثورة الغريزة الجنسية قد يتحول بها المراهق لاحقاً لحالة إدمان جنسي من خلال الممارسة اليومية للاستمناء (العادة السرية) اكتساباً شرطياً أقتن بالمشاهدات المحرمة ويعزز باستمرار من خلال حصوله على المتعة والراحة بعملها وشعوره بعدم الراحة بحالة عدم سماح الظروف لعملها. والرغبات والمشاعر الجنسية تظل في حالة تحفز للعمل من خلال دوامة التفكير والخيالات الجنسية الوسواسية التي تدعوه للبحث والاطلاع على المواقع الجنسية أو الأفلام التي تعزز الاستمرار بها. أما خطوات العلاج المقترحة فهي : لوقف أسباب الممارسة يتم العمل على عدم : ((الفراغ - البقاء في غرفته وحده - الوحدة وعدم وجود أصدقاء - عدم ممارسة الرياضة)) وعلينا كمرتين أن نقوم بما يلي : أولاً : لا نمنع النت من البيت لأنه أصبح من الأساسيات وليس من الكماليات وبالمقابل نكون واضحين لدى الجميع بوضع قوانين لتنظيم في التعامل مع النت وتقنينه وضبط الوقت . ثانياً : أن لا تسمح لهم بالتصفح بالنت في وقت متأخر من الليل وهذا وقت انتشار الشياطين الليلية الإلكترونية ، ولنحرص أن تغلق الاتصال اللاسلكي (DSL) وقت النوم حتى لا يتواصل الأبناء بالنت ليلاً . ثالثاً : نحرص على تشغيل برامج الأمان في الجوال والآيباد والكمبيوتر حتى لا يدخلون مواقع مخلة للأدب أو مواقع مدمرة فكرياً وعقدياً ، كمواقع الملاحدة وعباد الشياطين وأصحاب المواقع المنحرفة فكرياً فقد انتشرت في الفترة الأخيرة ولهم طرقهم ووسائلهم في كسب الشباب الصغار . رابعاً : نتحدث معهم بصراحة حول سلبيات النت والجرائم الإلكترونية والأخلاقية من انحرافات جنسية وغيرها ، ولتكن علاقتنا مع أبنائنا (ودية) لا تحمل تهديد لهم حتى يتحدثوا معنا ويصارحونا إن شاهدوا شيئاً سيئاً على النت . خامساً : نتابع حسابات أبنائنا على شبكة التواصل الاجتماعي بأنواعها لتتعرف على محتوى الحوار والدردشة فنعرف أصدقاءهم ونتعرف على اهتماماتهم ، مع أخذ الحذر من المغالاة في المراقبة التي تؤدي إلى (عدم الثقة وقلة الاحترام والتلاعب في تنفيذ التوجيهات)، والصواب أننا نراقب أبنائنا في فترة وأخرى، أو أن تكون المراقبة عن

بعد من غير أن نشعرهم بأننا نراقب تحركاتهم. سادساً : نتحدث معهم حول البريد الإلكتروني والتعامل مع البنوك والتحميل للبرامج والتواصل مع الشبكات الاجتماعية والتسوق وألعاب التسلية ، وإذا لم يكن لدينا معلومات وافية حول هذه المواضيع نعمل على ترتيب جلسة بين أبنائنا وأحد معارفنا أو أصدقائنا الخبراء ليستمعوا منه ويستفيدوا من معلوماته فتكون حماية لهم . فهذه سبعة قوانين والدية وقبلها سبع قواعد تربوية تساعدنا لوجود نت آمن يتعامل معه أبنائنا في حرية وسلام ، ولا ننسي بين فترة وأخرى أن نجلس ونتحاور معهم فيما يفعلونه لتتعرف على أعمالهم ، ولا مانع أن نشاركهم أنشطتهم على الأنستوجرام أو التصوير عبر الكيك أو التغريد عبر التويت ولا نفصل حياتنا عنهم ، وأخيراً ندعو الله أن يحفظ أبنائنا من شر شياطين النت وأعوانهم ومن أساليب التربية الجنسية للولد من ١٠-١٥ سنة :

- ١- نشرح له طريقة تكون الجين وأن الطريقة الوحيدة بالإسلام من خلال الزواج ٢- نوضح له أهمية غض البصر ٣- نبين له سبب تحريم الشرع للخولة بالفتاة الأجنبية عليه ٤- نبين له الابتعاد عن الشباب الذين يتحدثون في الأمور الإباحية ٥- نوضح له حدود التعامل مع الفتاة لو كان يدرس بمدرسة مختلطة أو أجنبية ٦- فتح المواضيع العاطفية والجنسية معه بين فترة وأخرى ليخرج ما في نفسه
- ٧- الحديث عن الأمراض الجنسية وأسبابها (الإيدز والهريس.....) ٨- إشغاله بألعاب الفيديو جيمز والبلايستيشن ويمارس ألعاب رياضية ويسجل في نادي بناء قوة . ٩- تذكيره بالتوبة والاستغفار لو ارتكب خطأ جنسياً أو عاطفياً وهي خطوات عملية يمكن للوالدين تطبيقها علي أبنائهم، ويفضل أن يتكرر المفهوم لأكثر من مرة عند تطبيقه لأن التكرار مهم في العملية التربوية، وخاصة للأطفال الصغار فهم لا يدركون أحياناً أبعاد التربية الجنسية، لأنهم يظنون أن أكثر الناس طبيون ومخلصون، ولا يتوقعون أنه يوجد أشخاص قد يستغلونهم من أجل شهوتهم ومصالحتهم الشخصية ومن الأمور التي تساعد الوالدين في نجاح التربية الجنسية المعلومات الفقهية التي يذكرها الوالدان للأبناء وخاصة في أحكام الطهارة والغسل، وكذلك ذكر قصة مريم وكيفية ولادة عيسى عليه السلام من غير رجل، بالإضافة إلى التنبيه للصور الإباحية والفيديوات الموجودة (بالإنستجرام والتويت والفيس والكيك) ووسائل التواصل الاجتماعي من غير أن نتجسس عليهم . وأحذر جداً من أن لا نشعرهم بأننا نخاف عليهم لدرجة الوسواس، فإن ذلك يلفت نظرهم ويجعلهم يركزون على الجوانب الجنسية أكثر من غيرها . وأهم ثلاثية تربوية نختم بها في حفظ أبنائنا وتربيتهم جنسياً بالطريقة الصحيحة، أن تكون العلاقة بيننا وبينهم مبنية على (الثقة، والعلم، والأمان) فأما الثقة فهي التي تطيل عمر العلاقة بين الوالدين والأبناء، وأما العلم فحتى يكون الوالدان مرجع المعلومات الجنسية لهم، وأما الأمان فيظهر في حالة لو ارتكب الطفل خطأ



جنسيا فلا بد أن نشعره بالأمان ونعلمه كيفية تصحيح خطئه فنعطيه الثقة والدعم لكي لا يكرر الخطأ مرة أخرى. وأخيراً اللهم إني أسألك الهدى والتقى والعفاف والغنى

76- زوجتي متقلبة وتطردني من المنزل

الاستشارة

السلام عليكم

أنا متزوج قبل أكثر من ٢٥ سنة لي ٨ من الأبناء زوجتي كثيرة التقلبات النفسية والمزاجية صبرت طوال هذه السنين على أمل أن تستقر حياتنا في يوم من الأيام لكن دون فائدة تبادت في الفترة الأخيرة بطردي من البيت أكثر من مرة كوني تنازلت لها ولأبنائها عن ملكية البيت وآخر مرة قضيت أكثر من خمسة شهور بحث خلالها عن زوجة أخرى وقد أكرمني الله بامرأة طيبة وبعد ذلك اصطلنا أنا وأم عيالي وطلبت مني قيمة المهر الذي دفعته للزوجة الجديدة ووافقت وبعد أخذها جزءاً من المال عادت تطلب مني أن أطلق الزوجة الجديدة وأستمر معها أو أطلقها هيا رغم كل محاولاتني أن تتراجع عن هذا الطلب إلا أنها مصرة على ذلك إما هي أو الزوجة الثانية وطلبت عدم المبيت عندها فهل أوافق على طلاقها وماذا عن مصير الأبناء أرشدوني جزاكم الله خيراً.

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثقتك بالجمعية وتواصلك معنا الذي يظهر من خلال استشارتك أنك تقوم بالاعتماد على زوجتك في الأمور المنزلية وشؤون الأسرة وهذا جعل الزوجة تواجه ضغطاً نفسياً من جهة الأسرة والاهتمام بأمور الرعاية وفي حال الخلاف بينكما فإنك تقوم بالتنازل في أكثر الأحيان، ومن أكبر أنواع التنازل لإرضائها هو تنازلك عن المنزل لها ولأبنائها كما تزعم، وبعد أن واجهت من زوجتك في الخلاف الأخير صدوداً لم تتحمله أنت فقامت بالتفكير في الزواج رغبة في إيجاد حل لهذه المشكلات المستمرة وقد أحسست بنوع من الاستقرار العاطفي والنفسي مع الزوجة الثانية والآن تعود الأولى لتمارس عليك الضغط لترك زوجتك الثانية ولن ترتاح نفسياتها حتى تقوم بطلاقها وهذه نتيجة متوقعة من الزوجة التي تسعى للسيطرة على الرجل بكل أشكال التسلط . إن التعدد شرعه الله تعالى حيث قال الله تعالى في كتابه العزيز : (وَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تُقْسِطُوا فِي الْيَتَامَى فَانكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مِمَّا مَثَى وَثَلَاثَ وَرُبَاعَ فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً أَوْ مَا مَلَكَتْ

يَمَّا تُكْمُ ذَلِكَ أَدْنَى أَلَّا تَعُولُوا) النساء/ ٣ . فهذا نص في إباحة التعدد فقد أفادت الآية الكريمة إباحته ، فللرجل في شريعة الإسلام أن يتزوج واحدة أو اثنتين أو ثلاثاً أو أربعاً ، بأن يكون له في وقت واحد هذا العدد من الزوجات ، ولا يجوز له الزيادة على الأربع ، وبهذا قال المفسرون والفقهاء ، وأجمع عليه المسلمون ولا خلاف فيه . وليعلم بأن التعدد له شروط : أولاً : العدل لقوله تعالى : (فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً) النساء/ ٣ ، أفادت هذه الآية الكريمة أن العدل شرط لإباحة التعدد ، فإذا خاف الرجل من عدم العدل بين زوجاته إذا تزوج أكثر من واحدة ، كان محظوراً عليه الزواج بأكثر من واحدة . والمقصود بالعدل المطلوب من الرجل لإباحة التعدد له ، هو التسوية بين زوجاته في النفقة والكسوة والمبيت ونحو ذلك من الأمور المادية مما يكون في مقدوره واستطاعته . وأما العدل في المحبة فغير مكلف بها ، ولا مطالب بها لأنه لا يستطيعها ، وهذا هو معنى قوله تعالى : (وَلَنْ تَسْتَطِيعُوا أَنْ تَعْدِلُوا بَيْنَ النِّسَاءِ وَلَوْ حَرَصْتُمْ) النساء/ ١٢٩ ثانياً : القدرة على الإنفاق على الزوجات : والدليل على هذا الشرط قوله تعالى : (وَلَيْسَتَعْفِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُعْطِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ) النور/ ٣٣ . فقد أمر الله في هذه الآية الكريمة من يقدر على النكاح ولا يجده بأي وجه تعذر أن يستعفف ، ومن وجوه تعذر النكاح : من لا يجد ما ينكح به من مهر ، ولا قدرة له على الإنفاق على زوجته « . الفصل في أحكام المرأة ج ٦ ص ٦ وأنت بتنازلك عن البيت للزوجة الأولى فقد أبديت حسن النية في عدم الظلم لها مع وجود الزوجة الثانية. ولا ننصح بأن تطلق زوجتك الثانية وحافظ عليهما مع الإلتزام بالشروط السابقة واعلم أن الخلافات مستمرة بوجود الزوجتين أو زوجة واحدة وفي كل خلاف تتعامل فيه بالحكمة لتستمر الحياة . ولا بد أن تتوازن في تعاملك مع الزوجة الأولى بأن تتفق معها على الأمور المالية والنفقة على الأسرة وعلى توزيع الوقت وأيام المبيت بين الزوجتين و لا تنس أن الأبناء يأخذون تقدير رب الأسرة واحترامه من تعاملكما مع بعضكما فإذا رأوا أنها تحترمك وتقدر جهدك وبذلك للأسرة فسيثمر ذلك في علاقتك بهم وطاعتهم وإحسانهم إليك فإذا كان العكس فهذا يستدعي سوء العلاقة بينك وبينهم وصعوبة التفاهم فيما بينكم نتيجة لوجود المؤثر الأكبر على العلاقات الأسرية وهي الزوجة الأولى. ولعل من الحكمة في الحفاظ على الزوجة الثانية والتي ربما تسهم في رجوع الزوجة الأولى لرشدتها وتكون الزوجة الثانية سببا في عودة الزوجة الأولى لرشدتها وتغيير في تعاملها معك ، ولترى منك زوجتك الأولى حسنا في تعاملك معها فهذا مما يسهم في تغيير نظرتها أو أن تضعف امام إصرارك على الزوجة الثانية. ونصيحة اخيرة : ساهم في ان تكون الزوجة الثانية معينة لك للإستقرار الأسري ولا تكن معينة لتكوين علاقات إيجابية مع أسرتك الأولى فلهم حق عليك ولا ينبغي الغفلة عنهم



بسبب توتر العلاقة معهم وعدم استطاعتك للوصول لتواصل إيجابي معهم. وعليك بالصبر والدعاء فهذا أساس لصبر العبد المؤمن على البلاء في الدنيا وتذكر رفعة الدرجات في الآخرة. ختاماً نرغب في تواصلك مع الجمعية من خلال وللاستزادة من الوعي الأسري وطرق التربية السليمة وأخذ الوسائل المفيدة للتعامل مع المواقف المختلفة بإمكانك التواصل مع الارشاد الهاتفي على الرقم (٩٢٠٠٠١٤٢١) أو أخذ موعد لدى الارشاد بالمقابلة على الرقم (٩٣٠٠٠١٤٢٦) أو الاطلاع على دورات وبرامج الجمعية من خلال الرابط <http://almawaddah.org.sa/activities://> ونسأل الله تعالى أن يصلح حالكم ويطيب قلوبكم لبعضكم إنه ولي ذلك والقادر عليه وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه اجمعين.

77- زوجتي تخونني

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الإخوة في جمعية المودة تحية طيبة وبعد .. ترددت كثيراً حتى أكتب إليكم فمشكلتي كبيرة جدا ولا أريد أن يتملكني الشيطان وأن أتخذ قرار أندم عليه .. علمت وبالصدفة أن زوجتي تعرف شابا وتبادلته الحب بشكل جنوني لدرجة أن حبها له يفوق الحب لي أنا زوجها .. لدرجة أنها ترسل له كل كلمات الحب التي تكون بين الأزواج وتتصل عليه بشكل شبه يومي ... أنا في حيرة من أمري ماذا أفعل أرجوكم انصحوني أرجوكم مع العلم أن لدينا طفلان .. قد يكون رأيكم هو السبيل لحالتي النفسية التي أمر بها.

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد المسترشد الكريم سلمك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد نشكر لك ثقتك بموقع الاستشارات الإلكترونية بجمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله لك النفع والفائدة . التوضيح : إن الخيانة الزوجية أمرها عظيم سواء أكانت من الزوج لزوجته أو العكس ، وهي عائدة لعدة أسباب ، يصعب حصرها في هذا العرض ، إلا أننا نود أن نورد أهم الأسباب المؤدية لخيانة الزوجة لزوجها وكيفية معالجة هذه المشكلة ، وندعو الله تعالى أن يوفقنا وإياكم لما يحبه ويرضاه . التشخيص : خيانة زوجية الأسباب : تعود خيانة الزوجة لزوجها ما لم تكن

تحت ضغط تهديد لعلاقة قبل الزواج ، لعدة أسباب منها وليس بالضرورة أن تكون جميعها : - وجود خلافات والدية لدى أسرة الزوجة عاشتها في طفولتها ، أفقدتها الثقة بالحياة الزوجية مما أدى لأن تكون حياتها حاملة منتطرة حياة زوجية مثالية ، وعندما تصطدم بالواقع ولا تكن كما تخيلت تبدأ بالبحث عن ضالتها في رجل آخر . - خيانة الزوج لزوجته وعدم النضج النفسي لديها مما يجعلها تعتقد أن محاسبتها تكون بمثل ما اقترف . - عدم الإشباع الجنسي مع الزوج ، وغياب الوازع الديني ، خصوصاً في ظل الانفتاح الفضائي ومتابعة المسلسلات الهابطة . - العوز الاقتصادي - إهمال الزوج لزوجته ، وعدم عنايته بمشاعرها وحاجتها الجنسية والنفسية . - اضطهاد الزوج لزوجته واحتقارها والتعيب على أنافتها ومظهرها . وكل ذلك وغيره لا يبرر الخيانة الزوجية . علاج المشكلة : ** يجب أولاً التفريق بين أنواع الخيانة الزوجية ، ثم اتخاذ الإجراء بما يتلاءم ونوعها ، ومن هنا عليك التفريق بين نوعين للخيانة : ^^ النوع الأول : خيانة مقتصرة على الحوار هاتفيًا أو تقنيًا ^^ النوع الثاني : الخيانة الجسدية والعياذ بالله وعليه يكون الإجراء على النحو التالي : * التحلي بالصبر والحكمة في التعامل مع المشكلة وعدم اتخاذ قرارات متسرة قد تؤدي لزيادة تعقيد المشكلة . * التحقق من نوع الخيانة والتصرف وفقاً لإجراءات ذلك النوع . * في جميع الأحوال يجب مصارحة الزوجة بحدوء وحكمة بما تم معرفته وبالدلائل ، لكي تدرك أن أمرها انكشف ولا مجال لديها سوى الاعتراف بوجود المشكلة ، والإسهام من خلال تعاونها في حلها . إذا ثبت أن الخيانة مقتصرة على النوع الأول : حوار ، عليك أخي الكريم بالآتي : * إن وجدت الزوجة نادمة ومحرجة من تصرفها مبررة وقوعها في الزلل ، فعليك منحها الفرصة لإثبات صدقها وندمها وتوبتها . * الفرض عليها بتغيير رقم جوالها وهاتف المنزل ، ومتابعتها ومراقبة سلوكها واتصالاتها . * بحث أسباب الخيانة معها ومعالجتها بالحكمة والنهج العلمي السليم للقضاء على أسباب الخيانة . * نسيان الموقف منكما سوياً وبدء حياة زوجية جديدة قائمة على الوضوح والثقة والمصارحة بالاحتياجات النفسية والعاطفية والجنسية ورسم الخطوط العريضة للعلاقة الزوجية وتنظيمها . * تنمية الوازع الديني لكما وتجنب المشاهد الإثارية عبر وسائل الإعلام المختلفة والتي تعد معززاً سلبياً يثير الغرائز بما لا يمكن تحقيقه في واقع الحياة الزوجية . إما إن كانت الخيانة تجاوزت إلى النوع الثاني فنوصي بالآتي : * الامتناع عن العلاقة الشرعية الجنسية لضمان عدم الحمل أو شرعيته . * العمل بأحد خيارين هما : أ- الصبر على المصيبة والستر عليها ومعالجة المشكلة معها بحدوء إذا لمست منها الندم والخوف من الله جل وعلا ، والحرص على التوبة والعودة لله تعالى . ب- الطلاق : مع الستر عليها حفظاً لكرامتك وكرامة الأبناء . سائلين الله أن يشرح صدرك ويضع وزرك ويرفع ذكرك ويصلح ذريتك وزوجتك .



78- زوجي مدمن للعادة السرية والأفلام الإباحية

الإشارة

أنا فتاه متزوجة لي سنة و ٦ أشهر ولدي طفلة وكانت حياتي بداية الزواج جميلة جدا لكن بعد فترة من الزواج زوجي تغير يعمل العادة السرية بوجودي وينظر للأفلام الإباحية ، ويتركني عند اهلي كثيرا ويجب العزلة والوحدة انتصابه ضعيف حين يجامعني ويقذف بسرعه جدا ولا يريد مني أنا أتقرب منه ويجب أن يشتمني دائما ويقلل من ثقتي بنفسي ، وبخيل بشكل كبير وغير قادر على المسؤولية ويضربني أحيانا ولديه صفة سيئة وهي الكذب ومتناقض دائما وليس لديه شخصية محدد فاهل زوجي مسيطرين عليه بشكل تام ، ويتهرب مني دائما وانا لا ينقصني شيء جميلة والحمدلله ومتعلمة ولكن يقول باني بشعة وجسمي لم يعجبه وان والدته افضل مني بالتصرفات انا تعبت من اسلوبه وما فهمت ماذا لديه من مرض هل هو جنسي او نفسي او مس . افيدوني .

الإجابة

الأخت الفاضلة وفقها الله . نرحب بك في برنامج شورى بموقع جمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله تعالى أن تجدي فيه النفع والفائدة ، وأن يسدد أقوالنا وأعمالنا ، ويسر لنا تقديم ما فيه الخير لك ولجميع الإخوة والأخوات زوار هذا الموقع المبارك . العصبية والانفعالات ومحاولات الانتقاص من الآخرين والضغط عليهم هي مظاهر وأعراض لمشكلات وأسباب كثيرة أحدها عدم الإشباع الجنسي لأحد الطرفين أو لكليهما ، وهنا يجب أن تقفي مع نفسك وتحكمين على صحة هذه العبارة بطريقة أو بأخرى . اكتسب زوجك الإدمان الجنسي من خلال الممارسة اليومية للاستمناء (العادة السرية) اكتسابا شرطياً أفتزن بالمشاهدات المحرمة ويعزز باستمرار من خلال حصوله على المتعة والراحة بعملها وشعوره بعدم الراحة بحالة عدم سماح الظروف لعملها. والرغبات والمشاعر الجنسية تظل في حالة تحفز للعمل من خلال دوامة التفكير والخيالات الجنسية الوسواسية التي تدعوه للبحث والاطلاع على المواقع الجنسية أو الأفلام التي تعزز الاستمرار بها. ولغرض معالجته، عليك أولاً إشباع رغباته الجنسية بطريقة طبيعية بدورك كزوجة وبالتدرج بهذه الممارسة للوصول إلى الممارسة الكاملة ، لأنها الطريقة الصحيحة والصحية للممارسة الجنسية السوية والتي حللها الله ، على إن تعزز حالة الممارسة لحد إشباع رغباته مما يصحح لديه الأفكار والانحرافات الجنسية المحرمة شرعاً ، عدا أن لها أثارها السلبية الضارة صحياً ونفسياً وجسيمياً وأسرياً . أما خطوات العلاج المقترحة فهي : ١- تفعيل التواصل ومبدأ الحوار بينكما على أن تظهرين تقديرك وحرصك عليه ، وتذكره بتاريخه الزوجي المشرق وحياتكم السعيدة ، وأنتك

تقديرين له حبه لك ، كل هذه المعاني بلغة من يرغب بحل مشكلة وليس بطريقة من هو متحفزاً لخلق مشكلة . أول خطوات المعالجة هي التوقف نهائياً من التثبيت بالمواقع الإباحية نهائياً. ٢- لا بد من الاتفاق على وضع خطوات علاجية أساسها أن يكون لزوجك إرادة قوية ورغبة صادقة للتخلص ومنها: التثقيف الصحي والنفسي وتوجيه الذات نحو أهمية الممارسة الجنسية الصحية الطبيعية وكذلك ممارسة فعاليات ونشاطات رياضية واجتماعية وثقافية وفنية من شأنها أن تمتص وتستنفذ الكثير من الطاقة والخيالات الجنسية وأن تقلل من الحاجة للتعبير الجنسي بمثل هذه الطريقة ، والتخلص من الفراغ بالقراءة - والأعمال- والسفريات- والألعاب الرياضية- والزيارات الاجتماعية- ومشاهدة البرامج الهادفة- والأختلاط مع الأصدقاء من الطلبة المهتمين بدراستهم وواجباتهم المنزلية . ٣- العلاج الديني أهم علاج عبر زيادة معدل التدين عنده ، عن طريق دعمه وتشجيعه وتحفيزه بكلمات التشجيع على الصلوات في وقتها وكذا النوافل المؤكدة ، والأذكار ، وصلاة الليل ، وكثرة التذلل لله عز وجل وممارسة فرائض العبادة وقراءة القرآن وفهمه لتردع نفسه من أي ممارسة شاذة أو منحرفة. ٤- الصبر علي زوجك مع الإحسان إليه ، والصبر ليس سلاحاً سلبياً، وإنما هو سلاح إيجابي جداً؛ لأن الله سبحانه وتعالى أمر نبيه صلى الله عليه وسلم به فقال: (فَاصْبِرْ صَبْرًا جَمِيلًا) (المعارج، ٥) . ٥- أطلبي منه في حالة الصفاء أن تلجؤوا في حالة الخلاف لحل مشاكلكما إلى مستشار شرعي او اجتماعي يرضيه وممن عرف بدينه وتقواه وصلاحه وتجربته وأن تتحاكما إليه لتسمعوا رأيه ومشورته ويلتزم بها الجميع حتى لو رفض الالتزام بذلك فالأمر هذا فيه خير كثير . ٦- ثقنتك بنفسك كبيرة لم تهزها سحرته منك أو من ذوقك أو من ملابسك وهو شيء محمود لك . ٧- أقترح أن تضعي لك فترة محددة للعلاج وراقبي النتائج فإن لم تفلح هذه الخطوات فلا بد من الحديث معه من جديد والإصرار على المطالبة بحقوقك وأولها شرعاً حسن العشرة بالمعروف و عدم إيذائك نفسياً (وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ) (النساء، ١٩) ، مع تأكيدك على صدق رغبتك في مواصلة الحياة معه و عدم سعيك لمعرفة أهلك بما يدور بينكما. وأخيراً مع الصبر والاحتساب أسأل الله ان يصلح بينكما ويظهر محاسنكما ويستر عيوبكما ويفتح قلوبكما .

79- نظر زوجي لصديقاتي

الاستشارة

فتحت جوال زوجي ولقيت ماخذ صور صديقاتي من جوالي مصورها . من غير علمي؟ هل أواجهه؟ وشفقت مقاطع غير كويسة وصور، ودائماً يعترض على شكلي.



الإجابة

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين نشكر لك ثقتك بالجمعية ونسأل الله التوفيق والسداد .. إن نقد الزوج للزوجة في شكلها مما يؤكد نظر غيرها فيقوم بالمقارنة سواء كان نظره للنساء من خلال التلفاز وما يعرضه من مفاتهن في الشاشة او من خلال جهاز الكمبيوتر الخاص به او من خلال جواله ، فتبدأ عند الزوج- ل للأسف - المقارنة بين ما يراه وبين واقع الزوجة . لا بد أن يفهم الزوج ان المرأة التي في التلفاز والجوال ليست إلا شكليات فقط تحت اضواء الكاميرات وان الزوجة ليست جمالا فقط، بل جمال المعشر والحياء والمودة . إن الحديث مع الزوج حول هذه النقطة قد يثيره أكثر إن لم تصحبه الحكمة لأنه يعتقد انه ليس من حقه البحث في جواله وربما يستخدم معك نفس الأسلوب ويقوم كذلك بمراقبة جوالك والبحث فيه فلذلك الأصلح لك في هذه الحالة . فلا بد ان تشعره انك تثقين به لا بد أن تخبريه بذلك فتقولين (زوجي العزيز انا أثق فيك وفي رأيك... الخ من الأقوال المشابهة) لأن النبي صلى الله عليه وسلم امر الصحابي الذي يحب أخاه في الله أن يعلمه بذلك ولا يجعلها محبوسة في صدره فبالتالي لا بد أن تخبريه. الأمر المطلوب منك في هذه الحالة أيضاً أن تقتربي منه أكثر وألا تتركه يخلوا كثيرا بنفسه فكوني معه لطيفة أثناء حديثك معه وحاولي أن تجدد في أسلوبك من ناحية اللباس والجلوس وربما اللعب معه بأمور تناسب الزوجين إجعليه يشعر بتغير في حياته فهو حقيقة لم يتجه لهذا الفعل إلا بحثا عن شئ نقص في بيته فلا بد أن تلي رغبته في نومه وأكله وراحته. لا بد أن تصبري على تعديل أسلوبه الذي طرأ عليه وحتى يعود لبيته وتعيشين معه في أمان يحتاج لوقت . نحن نعلم أنه ليس كل الحياة الزوجية سعادة وأنس بل لا يخلو بيت من مشكلات فلذلك لا ينبغي أن نصلح الخطأ بخطأ آخر فمثلا ربما تفكرين بالخروج من عنده والذهاب لأهلك وما إلى ذلك من التصرفات التي تزيد الشقاق بين الزوجين . فعليك بالصبر وما أجمل أن يكون منزلكما يملؤه تلاوة القرآن فتتبارك حياتكما بتلاوته والمحافظة على الفرائض والبعد عن القنوات الهابطة والأغاني وكل ما يغضب الله تعالى فالذي يظهر من حال الزوج ضعف الالتزام بالدين وأوامر الله فلو زاد الارتباط بالله تعالى لتغير حالكم لما هو أحسن بإذن الله. ختاماً نسأل الله تعالى ان يصلح حال زوجك وأن يهديه سواء السبيل.

80- زوجي يخونني

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

حببت تفيدوني في موضوعي لأني تعبت نفسيا وصحيا وأفكر بالانفصال مشكلتي اكتشفت ان زوجي كان يخونني مع واحدة واعترف بعد ما كشفته ووعدني أنه معد يكررها وأن الفكرة هذى شايها من رأسه بس ماني قادرة أصدقه أو أثق فيه صرت من أتفه شيء أشك تعبت حتى تغيرت صرت انطوائية ما أحب أتركه لوحده انعزلت عن العالم وما عندي أمل ولا واحد بالمئة أن ثقتي بترجع زي قبل .. وشايفة أن الانفصال أفضل حل لي لأني بالطريقة هذي أقدر أشيله من راسي .. مع العلم أي أحبه

الإجابة

الأخت الفاضلة : نسأل الله عز وجل أن يبارك فيك، وأن يحفظك، وأن يقدر لك الخير، وأن يرضيك به، ونشكر لك تواصلك مع برنامج الارشاد الإلكتروني بجمعية المودة للتنمية الأسرية ، ونسأل الله أن يفرج عنك همك وأن يُيسر أمرك. اولاً : أشكرك على تواصلك معنا وحرصك على اخذ المشورة من اهل الاختصاص لأن ذلك مما يعين الشخص على أخذ القرار بشكل صحيح بعد توفيق الله عز وجل، خصوصاً أن الشخص في أثناء المشكلة قد يصعب عليه التفكير بشكل سليم. ثانياً : تحلي بالشجاعة والقوة واعلمي أن الله معك : قال تعال (فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ } [آل عمران: ١٥٩] كما اريد ان اهمس في اذنك بعدة امور ١- حاولي ان تجلسي مع نفسك جلسة مصارحة واكتبي إيجابيا تك وسلبياتك حتي تتمكني من معرفة مكان الخلل الذي ادي الى خيانة زوجك لك ووقوعه في هذا الامر السيء قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ الرعد/ ١١. ٢- غيري في نفسك، الى الافضل. ٣- استعيدي ثقتك بنفسك وارفعي تقديرك لذاتك , مما يشعرك بالسعادة . ٤- تعلمي فن الحوار واستخدميه مع الآخرين ومع زوجك وتعلمي فن الاقتناع ثانياً : لا شك أن ما وقع فيه زوجك مما ذكرت في هذه الاستشارة خيانة يكرهها كل مؤمن كما أنه يحق لك أن تصدمي من هذا العمل الذي قام به زوجك. ويحق لك أن تتألّمي ... ولكن لأنه قد أبلغك بتوبته فلك أن تقبلي منه، وأن تنسي ماضيه، فإن التوبة تجب ما قبلها. والمهم أن يكون صادقاً في توبته، وعلامة ذلك قطعه لتلك العلاقة ، ولا بد أن تشتمل التوبة على أمور ثلاثة كما ذكر أهل العلم، وأولها : الندم على ما مضى من الذنب، والأمر الثاني: الإقلاع منه وتركه خوفاً من الله وتعظيماً له. والأمر



الثالث: العزم الصادق ألا يعود الى تلك المعصية قال عز وجل) وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ) التوبة ٣١ وقال سبحانه (وَإِنِّي لَغَفَّارٌ لِمَن تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا ثُمَّ اهْتَدَى) طه ٨٢ مع تركيزه على الجانب الديني من الصلاة والاستغفار وقراءة القران والصيام طالب المغفرة من الله سبحانه وتعالى . رابعا : وضوح الحوار معه بكل صدق عن مدي التزامه بعقد النكاح وحقوق الله وحقوقك كزوجة . خامسا : يجب عليك بعد ذلك حرق الماضي وعدم الوقوف عنده او الرجوع له مرة اخري والانطلاق في الحياة بعد ان تأكدتى من صدق توبته وندمه على ما فات قال تعالى(فمن عفا وأصلح فأجره على الله إنه لا يحب الظالمين) الشوري ٣١ سادسا : ويجب عليك ن تحسين خلقك مع زوجتك والرفق به ، وتقديم ما يمكن تقديمه إله مما يؤلف قلبه ، من العاطفة والحب والاحترام والتقدير سابعا : حوالى ان تتخلصي من الافكار الغير عقلانية التي تسبب لك الحزن واشغلي تفكيرك بما زيد من قيمتك وثقتك بنفسك أي حولى تفكيرك الى ذاتك وابدعي في ذلك مما يشعرك بالسعادة . ثامنا : الاستعانة بالله تعالى قوم بالدعاء في السجود وفي ثلث الليل الأخير حيث يستجاب الدعاء....
تعبد لله بالدعاء: { وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ } (غافر ٦٠). والله نسأل أن يوفقك لما يحب ويرضى، وفي حاله لم تشعرى بتحسن يمكنك التواصل مع الهاتف الاستشاري بالجمعية للاستفادة من خدماته بسرية وخصوصية تامة على الرقم ٩٢٠٠٠١٤٢١

100

سؤال وجواب من واقع
الاستشارات الإلكترونية
بجمعية المودة للتنمية الأسرية



الاستشارات التربوية

81 - أختي لا تهتم بدراستها.. كيف أتصرف معها؟

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أختي بالصف السادس الابتدائي لا تهتم بدراستها أبداً درجاتها متدنية في بعض المواد أحضرت لها والدتي مدرسة خصوصية لتلك المواد ولكن لم تتجاوب معها (ترفض مساعدة المدرسة لها فمرة لا تحضر الكتب وتكذب تقول لها المعلمة بالمدرسة جمعتها وفي آخر اليوم تكتشف أمي بأن الكتب موجودة بالحقيبة ومرة تقول لها ليس لدي شيء لا أريد المذاكرة وهكذا تنهرب كل يوم بعذر) أمي تريد أن تعاقبها ولكن محتارة بطريقة العقاب المناسبة ، هي تقضي معظم وقتها باللعب على جهازها الإلكتروني هل تحرمها منه !!؟
وشكرا لكم على جهودكم الداعمة لنا .

الإجابة

أختي الكريمة أشكر لك تواصلك مع برنامج الاستشارات الإلكترونية في جمعية المودة، و لكم هو أمر جميل أن تهتمي بأختك الصغرى و تحرصي على مستواها الدراسي وعلاقتها بوالدتكم الكريمة. إن الأخت الصغرى تنظر لأختها الكبرى كقدوة ومرشدة وراعية لها، و أنت نعم الأخت الكبرى. إن ما تمر به أختك هو أمر طبيعي في مرحلتها العمرية، فهي لم تصل مرحلة من النضج تسمح لها بربط التعليم بالمستقبل ولكن بإمكانك عزيزتي بالتعاون مع والدتك تنظيم وقت أختك بين اللعب والدراسة، وتحذيرها بعدم السماح لها باستخدام أجهزتها الإلكترونية في حال عدم إتمام الواجبات. وهناك تطبيقات يتم تحميلها على الأجهزة الإلكترونية تقوم بالتحكم في استخدام الطفل للجهاز منها تطبيق OurPact و FamilyTime بالتالي لا تتمكن أختك من استعمال الجهاز ولو كان في متناول يدها. وفي حال امتناعها عن الدراسة، امنعها من اللعب لتتعلم الانضباط و تحمل المسؤولية. وبالإضافة للعقاب فأنصحك بتعزيز السلوك الحسن بإخبارها بأن هناك مكافأة لها إذا أنهت واجباتها في وقت محدد، وتكون المكافأة معنوية وليست مادية، فالهدف من المكافأة هو دعم الطفلة والتقريب بينكم، فتكون المكافأة إعطاؤها جزءاً من وقتك لمشاركتها لعبة معينة، خبز نوع طعام تحبه أو قراءة قصة سوياً. ونحن في جمعية المودة نقدم دورة مجانية بعنوان (خصائص مرحلة الطفولة) و أنصحك بحضور



الدورة التي ستمكنك من التواصل مع أختك بصورة أفضل. وفي الختام أرجو منك ألا تترددي في التواصل معنا في حال استمرار المشكلة فنحن نسعد بخدمتك. أسأل الله أن يوفقك و من تحبين.

82- كيف أعلم ولدي الدفاع عن نفسه ؟

الاستشارة

طفلي عمره ٥ سنوات لا يدافع عن نفسه ودائما يشكو من ضرب الأطفال رغم أنني لا أقسو عليه وألبي طلباته وأعلمه كيف يدافع عن نفسه ويفهم كلامي ولكن عند مواجهة الموقف ينسى ويضعف .. السنة المقبلة سيلتحق بالروضة وأريده يكون قادرا على الدفاع عن نفسه ولا أحد يضربه أو يأخذ شيئا من أغراضه ماذا أفعل؟؟

الإجابة

بسم الله الرحمن الرحيم الأخت الفاضلة: حيّاك الله، وطمأن قلبك وبالك على ولدك، وأقرّ عينك به. شكراً على تكمّمكم بطلب الاستشارة من خلال موقع جمعية المودة « وثقتكم بنا، آمليّن في تواصلكم الدائم مع الموقع، وبعد: من المؤكد أن هذا الانطباع ليس وليد البارحة، بل ترسّخ في أعماق الطفل منذ فترة. وله أسباب كثيرة منها نوع التربية مثل توبيخ الطفل في حاله عدم قيامه بما يتم طلبه منه مما يفقده الثقة بنفسه ويعتقد أنه غير قادر على القيام بأي عمل , وقد يكون سببه أيضاً يعود إلى الخجل أو الانعزال أو ضعف تقدير الذات وبالتالي تؤثر في تكوين شخصيته. ويجب أن تدركي أختي الفاضلة أن مسألة الدفاع عند الأطفال يتعلمونها من خلال اللعب، ومن خلال ما يحصل بينهم من مشاجرات ومن مشاحنات، وهذا الطفل بحاجة إلى أن يكون إلى جوار مجموعات من الأطفال دائماً حتى يتعلم منهم كثيراً من هذه الأشياء، وإذا ضرب الطفل من طفل آخر فإننا عند ذلك ينبغي أن نعلمه أولاً أن يدافع عن نفسه، ونعلمه ثانياً أن المسلم منظم ولا يأخذ حقه بيده، وإنما يرفض الضرب ويرفض العدوان عليه ويحاول دائماً أن يتواصل مع كبار السن، حتى نبين له أن الإنسان يأخذ حقه لكن بالأسلوب الصحيح. كما ان الاب يساهم في شكل كبير في تعليم ابنه كيف يدافع عن نفسه، فهو النموذج الذكوري الأول الذي يتأثر به الولد. لذا عندما يأتي الطفل إلى والده ويشكو له أحد الاطفال، على الأب ألا يقول له لماذا سمحت له أو يلومه، بل عليه أن يمنحه تقنيات الدفاع عن

نفسه، كأن يقترح عليه أن يعيدا المشهد بشكل فكاهي. مثلاً أن يقوم الأب بدور الولد اللطيف جداً والإبن بدور الولد المشاكس، ويستمتع جيداً إلى ما يقوله الإبن ليفهم ما الذي يزعجه، ثم يبدأ الأب الدفاع عن نفسه بعبارات قوية. ثم يسأل الإبن هل شعر بالخوف من نظراته وعباراته، ثم يقول له: «هكذا سوف يشعر الطفل المشاكس إذا ما واجهته بهذه الطريقة». ثم يقلبان الأدوار فيكون الأب المشاكس والابن الطفل المهذب. بارك الله لك في أبنائك، وعافاهم من كل سوء، وجعلهم قرة عين لك ولأبيهم.

83- طفلي عنيد الاستشارة

طفلي عمره ٤ سنوات عنيد جدا دائما يضرب أخاه الأصغر منه عمره سنة وستة شهور ويتلفظ علي بالفاظ بذيئة أحيانا يمد يده علي ، استخدمت معه كل الأساليب الحديثة في التربية لكن لا توجد فائدة عجزت .. كيف أتعامل معه وأصبحت أضربه .
اتمنى اجد حلا وشكراً

الإجابة

بسم الله الرحمن الرحيم وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته. وبعد: فإننا بدايةً نرحبُ بك في الإرشاد الإلكتروني بجمعية المودة، ونسألُ الله لك التوفيقَ والسداد في البداية أحب أن أبين لك أن طريقتك في التعامل مع طفلك خاطئة جداً فأنت السبب في جعله طفلك عنيد فالعناد هي ظاهرة سلوكية تبدأ في مرحلة مبكرة من العمر، فالطفل قبل سنتين من العمر لا تظهر مؤشرات العناد في سلوكه لأنه يعتمد كلياً على أمه أو غيرها ، فهم يوفرون له حاجاته فيكون موقفه حتماً بالحياد والاتكالية والمرونة ويبدأ العناد عندما يكون الوالدان عصبيان أو عنيدان فيكتسبه اكتساباً ويبدأ الطفل في المعاكسة والمشاكسة ومعارضة الآخرين ويأخذ العناد وسيلة متواصلة لإثبات وجوده والتحدي والانتقام من أهله خاصة عندما تستعملي الضرب معه يُصر على ثورة الغضب ، وعدم الاستماع لك ولطالبك أنت وأبوه. ابنك يعاني من العناد والغيرة لأنه لم تتم تهيئته قبل مجيء الثاني؟ لذلك يشعر غالباً أنه سحب منه بساط الاهتمام ويجعله يتصرف هكذا للفت النظر إليكم وهو يحاول الدفاع عن نفسه بالضرب



ورمي الأشياء. ففي هذه الحالة أنصحك كأم وكأب في تغيير تربيتك لابنك بإتباع الأمور التالية: ١. تهيئة الطفل وإشعاره أنّ الصغير يحبّه، وسوف يلعبُ معه وحرصُ الأبِ على إبعاده عن هذا الجو وتعويضه عاطفياً. و إظهارُ الفرح به وتوجيه طاقته لحبِّ أخوه المحتاج لخدماته وعطفه. وزيادة الاهتمام به كلما أظهرَ مشاعرَ إيجابية تجاه أخوه، ومكافأته، والثناء عليه. وتخصيصُ وقتٍ له، والذهابُ إلى حجرتِهِ والإضجاع معه، وحكاية قصصٍ له حتى ينام. ٢. البعد عن إرغامه على الطاعة بالأوامر واللجوء إلى المرونة والحب والحنان في التعامل معه ، وإشغاله بشيء آخر ومناقشته بالأمر الذي يريد. ٣. عدم وصفه بالعنيد على مسمعه ومقارنته بأطفال آخرين عنيدين. ٤. امدحي طفلك عندما يكون جيد وعندما يظهر بادرة منه وكوئي واقعية في مطالبك. ٥. معاملة الطفل العنيد ليست بالأمر السهل فهي تتطلب الحكمة والصبر وعدم اليأس والاستسلام للأمر الواقع وكل شيء له حل فركزي على التعلم بالدرجة الأولى لفهم هذه المرحلة. ٦. احرصي أنت وزوجك على الابتعاد عن المشاكل أمام طفلك .

84- بناتي المراهقات وكيفية التعامل معهن ؟

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .لدي ٥ بنات وولد واحد .. وأنا مطلقة عن زوجي قرابة ٤ سنوات وقد كان أولادي مع أبوهم وزوجته سنتان قد تعرضوا فيها للضرب والأذى والحرمان من الدراسة بعد ذلك من الله علي وأخذتهم حضانة وأرجعتهم للدراسة وحاولت قدر الإمكان أعوضهم لكن لدي بنتان الكبار عنيدات ومتمردات حاولت بأكثر من أسلوب أن أغير مافي أنفسهم لكن تعبت وأنا أعرف أن المشاكل والأذى الذي تعرضوا له ليس بالشيء البسيط .ابنتي مها ١٩ وريم ١٧ وغزلان ١٣ لا يريدون أن أملي عليهم أوامر ولا يريدون أن يعيشوا معي حسب قدرتي المادية مع إني والحمدلله موظفة وقادرة عل تلبية متطلباتهم الأساسية لكل شيء يريدونه فأتعبوني جدا غير الضرب والقسوة على إخوتهم الصغار . متحملة الشيء الكثير لأجلهم لكن أريد من يساعدي بعد الله سبحانه وتعالى في وضعهم .. أرجو من تصله رسالتي يقدم لي يد العون والنصح وإن كان زيارة للمركز مع البنات تحت إشراف استشاري لا أمانع ما دام في مصلحتهن ومستقبلهن .

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته أختنا الفاضل .. مرحباً بك وأشكر لك ثقتك بموقع جمعية المودة .. وبعد قراءة رسالتك؛ فهمت من كلامك أنك تعاني من بناتك المراهقات أهن: ١. عنيدات ومتمردات ٢. لا يردن أن تملي عليهن أوامر ٣. لا يردن أن يعيشن حسب قدرتك المادية ٤. يمارسن الضرب والقسوة على إخوتهن الصغار ونصيحتي لك كالتالي: ١- مراعاة أهن يمررن حالياً بمرحلة المراهقة والتي من طبيعتها العناد والتمرد وكره الأوامر والعواطف الجياشة لذا فهن يحتاجن إلى التعامل الهادئ والمتزن وفتح باب الحوار وإشباع الحاجة للثناء والتقدير كما أنك بحاجة للقراءة في خصائص هذه المرحلة العمرية. ٢- تطوير مهاراتك في تعديل السلوكيات السلبية لدى بناتك مثل الغضب والضرب من خلال قراءة كتب تعديل السلوك وحضور الدورات التدريبية المتعلقة بذلك. ٣- كما أن فكرة زيارة الجمعية مع البنات لطلب المشورة الاجتماعية والنفسية هي فكرة جيدة لك ولهن. أسأل الله أن يحفظهن ويصلحن لك وأن يعينك على تربيتهن.

85- ابنتي تبكي في المدرسة

الاستشارة

ابنتي طالبة في الصف الأول في نفس مدرستي وهي ذكية وخلووقه ومحبوبة من الجميع وقد درست في الروضة أي أنها معتادة على جو الدوام مشكلتها أنها يوم تداوم وتحضر الطابور وتدخل فصلها بدون مشاكل وتذهب للفسحة لوحدها مع صديقاتها ويوم تبكي وتصرخ لأكون معها أو تأتي لغرفة المعلمات وإذا إحدى زميلاتهما بكت تبكي مباشرة حاولت أفهمها بهدوء أن هذا نظام وأعطيتها كل ما أحسنت التصرف ولم تبك هدية لتعزيها وأفاجأ في اليوم التالي أنها تبكي وتصرخ وترفض الخروج للفسحة إلا معي ماذا أفعل علما أنها مرحة وكما قلت الكل يجبها وتندمج مع الآخرين بسهولة وفي المساء تذهب إلى التحفيظ ولا تعاني أي مشكلة. بالعكس معلمة التحفيظ كذلك تثني عليها ولفقت انتباهها من أول يوم داومت فيه معلمتها في المدرسة لاحظت أنها تحب أن تكون مركز الاهتمام دوماً ولا أعلم هل هذا صحيح لأني لم ألاحظ أنها غيورة في المنزل فهي لا تغار من أختها الصغرى أبداً أم أن هذا مجرد دلال أم هناك مشكلة دلوني على التصرف الصحيح وشكراً



الإجابة

عزيزتي الأم لقد فهمت من شرحك للمشكلة أن ابنتك كانت تذهب للروضة في مدرسة مختلفة وهي الآن تبدأ الصف الأول الابتدائي في نفس مدرستك. يختلف الأمر تماماً عندما تتواجد الأم مع الطفلة عند بداية المدرسة عن وجود الطفلة لوحدها، فإن وجود الأم يزيد من تعلق الطفلة بأُمها. الأمر الآخر هو أنها انتقلت من مدرسة لأخرى ورغم أن ابنتك تبدو متأقلمة مع المعلمات و زميلاتهما فهي مازالت طفلة صغيرة وقد تغير المكان الذي اعتادت عليه. بالإضافة لذلك، فإن بيئة التعلم في الروضة تكون متساهلة و بها الكثير من اللعب و هذا يختلف بصورة كبيرة عن المرحلة الابتدائية التي تتصف بالجدية. و لهذه الأسباب فإن ابنتك ما زالت تجد صعوبة في الاستقلالية في بيئة المدرسة مضافا إليها كونها تعلم أنك موجودة و بإمكانها اللجوء إليك كلما تذكرك أو حدث أمر يضايقها، و الخطأ كل الخطأ هو في السماح لها بالقدوم إليك فعليها أن تفصل عنك أسوة بزميلاتهما في الصف اللاتي انفصلن عن أمهاتهن و تأقلمن بشكل أفضل. بإمكانك أن تتواصلي مع معلمة الصف بهذا الشأن فتحرص المعلمة على منع الطفلة من التوجه لمكتبك، و إن حدث أن جاءت ابنتك إليك فعليك معاملتها بلطف و حزم في المدرسة وأن توجهيها لوجوب العودة لصفها. إن صغيرتك تهدف في كل مرة تأتي فيها إليك للحصول على بعض الحنان، العناق، الدعم أو مجرد التغيير عن جو الفصل، وفي حال أنها لم تلق منك ما أتت لأجله فإنها ستتوقف عن القدوم. أسأل الله لها ولك التوفيق و السعادة.

86- كيف أتعامل مع ابني المراهق

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

مشكلتي مع ابني الذي يبلغ من العمر ١٣ عاماً. انطوائي ولا يحب الاختلاط مع الناس. ودائماً يفضل طلعاته وجلساته مع العائلة فقط. هو الأخ الأصغر لبنتين أكبر منه. زوجي دائماً مشغول في عمله ولا يجد وقتاً إلا نهاية الأسبوع ولا يتفق معه أبداً. على الرغم أنه أب حنون ولا يجعله يحتاج أي شيء لكن لا يتفقان... ووالده مركز جداً على المسائل الدينية وخاصة الصلاة في المسجد وهو متكاسل عنها وما يجب يروح المسجد. هذه واحدة من نقاط الاختلاف. أيضاً غير منظم وأبوه يجب النظام جداً.. أيضاً مشكلتي أنني لا أعرف كيف أشغل وقته بأشياء يستمتع فيها وتعود عليه بالفائدة. ما عنده هواية محدده أقدر أنميها فيه. طوول يومه يتابع المسلسلات ولو منعته يقولي أعطيني البديل. علماً أنه ذكي ما شاء الله في دراسته وأخلاقه عالية وأتمنى أستثمر

فيه كل الصفات الإيجابية. دلوني وجزاكم الله خير

الإجابة

عزيزتي الأم أشكر لك تواصلك مع برنامج الاستشارات الإلكترونية في جمعية المودة وأثني عليك اهتمامك وحرصك على ابنك. إن ما يمر به ابنك هو طبيعي في مرحلته العمرية، كثير من المراهقين يفضلون قضاء أوقاتهم بمفردهم بعيداً عن المناسبات الاجتماعية ويتجنبون الاختلاط بالآخرين، بإمكانك مساعدته للخروج من القوقعة التي وجد نفسه فيها، فقضاء أوقات طويلة في مشاهدة المسلسلات لن يمكنه من تحسين مهاراته الاجتماعية. من الضروري تشجيع ابنك على خوض تجارب جديدة ومنها سيتمكن من التعرف على اهتماماته وشغل وقته بغض النظر ما إذا كان والده متواجداً أم لا. يعد المسرح من النشاطات الممتازة للمراهقين، كونها توسع آفاقهم وتتيح لهم التعرف على أشخاص جدد. وإن كان مراهقك خجولاً، فسيساعده المسرح على الانفتاح أكثر على العالم. وإن كان شخصاً اجتماعياً، فسيساعده المسرح على التألق وسط بيئة مبدعة، ومن الممكن أن تشجعي ولدك المراهق على التطوع في الجمعيات الخيرية أو منظمات الرفق بالحيوان، فهذا النوع من الأنشطة سيُعلّمه مهارات اجتماعية جديدة من خلال مدّ يد المساعدة للآخرين. لا تنسي أهمية الرياضة فهي لا تقتصر في حياة المراهق على كونها مصدراً للمتعة والتسلية وتمضية الوقت. فالمعروف عن الرياضة أنها تعلّم المراهق التنظيم والعمل الجماعي والرشاقة، وتنمّي فيه روح القيادة وتمنحه كل الدعم والتحفيز. وهذه الصفات الجيدة هي الأساس الذي تقوم عليه المهارات الاجتماعية. حمّسي طفلك على الانضمام لأحد المخيمات الصيفية والمشاركة في نشاطاته المختلفة التي لا بد أن تمنحه فرصة كسب صداقات جديدة والتفاعل مع الغرباء والتعاون والعمل معهم جنباً إلى جنب. وإن كان مراهقك يحبّ المتاحف ويهتم كثيراً للتاريخ، اصطحبيه في رحلات استكشافية لمتاحف المنطقة وجوارها وشجّعيه على تعميق اهتماماته وتوسيع آفاقه من خلال الاختلاط بالأشخاص من حوله وحضور ندوات ومحاضرات ذات صلة تتطلب المشاركة فيها جرأة كبيرة وحساً اجتماعياً عالياً. مهما كان اختيار ابنك من الأنشطة المذكورة أو غيرها فادعّميه و ستلاحظين التغيير للأفضل. أسأل الله التوفيق لك و لابنك..



87- أكره والدي

الاستشارة

أنا طالب جامعي في كلية الحقوق من ٥ سنوات وأعاني مشاكل مع والدي وأهلي بالعموم . أعاني من الاحتقار منهم في كل ما أفعله وتصغير كل إنجاز أقوم به وتعقيد الأمور في كل شيء والاستماع إلى أنواع السب والشتم من والدي والتحقير لي فلا يسمح لي الخروج من المنزل إلا للصلاة ويشترط أنه يكون معي يعني حتى الصلاة ما أقدر أخرج لحالي أو الخروج لمشوار معه فقط

...

ولم يعلمني قيادة السيارة إلى الآن وأنا عمري يناهز ال ٢٠ سنة ضربني أكثر من مرة أمام الناس وتفل علي وأهانني بعدد شعر رأسي وكل عذره يريدني أن أصبح رجلا يعتمد عليه وخوفه علي إذا علمني القيادة مع أنني أحتاجها للتنقل بين كليات الجامعة بدلا من السير لمسافات وهذا يضيع وقتي وجهدي. كرهته كرها شديدا فقد حاولت التودد إليه وصرحت له بحبي له ولكن دون جدوى الأمور كما هي .

وأمل فيكم بعد الله أن تجدوا حلا لي وتدلوني إلى الحل الصائب.

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته. الابن الغالي نسأل الله أن يبارك فيك، وأن يحفظك، وأن يقدر لك الخير، وأن يرضيك به. أولا : أشكرك على تواصلك معنا وحرصك على أخذ المشورة من أهل الاختصاص لأن ذلك مما يعين الشخص على أخذ القرار بشكل صحيح بعد توفيق الله عز وجل، خصوصا أن الشخص في أثناء المشكلة قد يصعب عليه التفكير بشكل سليم. ثانيا : الاستعانة بالله تعالى، فالقلوب بين يديه سبحانه.. عليك بالدعاء في السجود وفي ثلث الليل الأخير حيث يستجاب الدعاء.. ألح في الدعاء لوالدك بالهداية ولا تمل الدعاء أبداً.. تعبد لله بالدعاء: { وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ } (غافر ٦٠). ثالثا : وسع خيالك واستخدم ذكائك في كل الطرق التي تساعدك على هداية والدك قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (لئن يهدي الله بك رجلاً واحداً خير لك من أن يكون لك حمر النعم) (رواه البخاري: [٣٤٩٨]، ومسلم: {٢٤٠٦} . رابعا : ولا شك أن إرضاء الوالد مطلب، وتكرار المحاولات أمر مهم بعد التوجه إلى رب الأرض والسماوات، خامسا : ضرورة الاجتهاد في معرفة السبب ولو من وجهة نظر

الوالد؛ لأن معرفة السبب فيه عون -بعد توفيق الله- على إصلاح الخلل . سادسا : يجب أن لا يدفعك عناد الوالد وتعامله القاسي معك إلى التوقف أو التقصير في حقه؛ لأن للوالدين حقا حتى ولو كانوا غير مسلمين، وحتى لو أمرنا بمعصية فإننا لا نطيعهم فلا طاعة لمخلوق في معصية الخالق، ولكن مع ذلك فإن التوجيه القرآني أرشد إلى: (وإن جاهدك على أن تشرك بي ما ليس لك به علم فلا تطعهما) ثم قال سبحانه: (وصاحبهما في الدنيا معروفا واتبع سبيل من أناب إلي). سابعاً : تعلم فن الحوار والإقناع، درب نفسك وطورها على مهارات التواصل مع الناس، فهذا علم يتعلمه الإنسان يرتقي به في تعامله مع نفسه ومع الآخرين ، فيسعد ويسعد ،وكما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم « إن من البيان لسحر » حديث صحيح . ثامناً : تذكر ان والدك حقه عليك عظيم، فبادل إساءته بالإحسان، وتجنب إثارته، وتودد له بشتى الطرق والوسائل، ولا شك بأنه سيتأثر ولو بنسبة بسيطة، وتذكر بأنك بهذا الفعل تتقرب إلى الله وتطلب رضاه. تاسعاً : ابحث من أهلك المؤثرين من يستطيع نصح والدك. نسأل الله لك التوفيق والسداد.

88- ابني لا يسمع كلام أمه

الاستشارة

لدي ابن في الثامنة عشرة من عمره وهو لا يتقبل من أمه النقاش أو الأوامر بالشراء أو بالتوصيل بالسيارة على عكس أنه معي هادئ ومطيع ترى أين المشكلة هل هي في أسلوب التربية أم طريقة التعامل التي تختلف بيني وبين زوجتي ، هذا بالرغم من توصيتي له دائما بطاعة أمه وبرها

الإجابة

الأخ الفاضل السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، وبعد: أولاً : أبنائنا جزءٌ منّا، ونتمنى لو نراهم أفضل الناس، بل يكونون طموحنا أن نراهم كاملين مُتميّزين، لكن من المهم جداً أن نكون على درايةٍ وقربٍ من كلِّ مرحلةٍ يمرُّ بها أبنائنا، ونتفهم فيها احتياجاتهم لنُعطيهم الثقةَ بأننا نفهمهم ونشعر بما يشعرون به، وإلا فقدناهم، فأصبحوا يُشكِّلون لنا عبئاً وهمّاً، وأصبحنا بالنسبة لهم أجساداً لا تفهم ولا تشعر ، أعتقد أنك استطعت أن تصل إلى هذه المرحلة من التفاهم مع الابن ويجب أن تدرك الأم أهمية تفهم هذه المرحلة وهي مرحلة المراهقة وهذه المرحلة تبدأ من سن ١٣ حتى سن ٢١، تجد المراهق فيها مُتقلِّب المزاج، دائم الضَّجْر والاكْتئاب، كثيرَ الخروج والاعتراض والانطواء والعزلة، لا يقبل النَّصيحة ولا



الانتقاد، يفعل ما يريدُه هو، لا يستجيب لأبيّ ضغطٍ أو أوامر، والنمو الاجتماعي والتأثر بالشَّلَّة ومفاهيمهم حتى ولو لم يكن مقتنعًا بأفكارهم ولذلك كان واجب على الآباء تفهم هذه المرحلة وطريقة التعامل معها . ثانياً : من المهم جداً في مرحلة المراهقة أن يكون شعار الوالدين في التعامل مع ابنهم هو (التوجيه لا المواجهة) لأن المواجهة تستفز الشاب المراهق إلى مزيد من التحدي والعناد ، وهو ما يؤدي إلى خسارة الوالدين لمواقفهم ولابنهم كذلك على المدى البعيد . ثالثاً : إليك هذه النصائح في التعامل معه ١- ادعُ الله تعالى له بالهداية وصلاح الحال: فدعاء الوالد لولده مستجاب، وثق بمعونة الله لك، وأنه ابتلاءٌ سيفرجه الله إن استعنتَ به . ٢- حث والدته على ان تكونَ علاقةً حقيقيَّةً مع الابن: إنَّ علاقة الأم مع ابنتها في الغالب هي علاقةٌ تقليديَّة فقط؛ مثل: عمل الشاي، تقبيل الرأس... وهكذا، أو علاقة توجيهيَّة تشملُ أوامر ونواهي فقط، وهذه مشكلةٌ تكمن في أنَّ هذه العلاقة تُوجدُ جداراً عازلاً بين الام والابن ٣- حث والدته على ان تمدح ابنها: فمثلا تمدح الأم تفكيره، وطريقته في التعليق على الموضوعات المثارة، وأسلوبه في فتح موضوعات معيَّنة للمناقشة، وطريقته في إلقاء النكات، أو استخدام الفكاهة، كما يمدح سرعة بديهته، ويمدح شكله، وطريقته في الملبس، ومدى الأناقة والجمال في أختياراته كلها، ٤- حث والدته على تجنُّب النَّقد و رفع الصوت مع ابنها . ٥- يجب ان يكون هناك تفاهم بينك وبين والدته على الاسلوب المتبع في التربية ٦- يجب عليك كذلك احترام والدته وعدم التقليل من شأنها امام ابنائها . وفَّقك الله، وجعل ابنك قرَّة عينٍ لك في الدُّنيا والآخرة.

89- اريد حلا لمشكلة طفلي

الاستشارة

عندي ولد عمره ٧ سنوات ميوله أنثوية يعني يجب مجالسة البنات واللعب معهن. ومشاهدة البرامج اللي تخص البنات ومبتعد عن الأولاد ولا يجب ممارسة أنشطة الصبيان علما بأنه يوجد له أخ عمره ١٠ سنوات ولكن لا ينسجم معه في اللعب أرجو حل مشكلتي لأني خائفة أن تزيد المشكلة وتتطور مع مرور السنين

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد المسترشدة الفاضلة حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نشكر لك ثقتك بموقع جمعية المودة للتنمية الأسرية برنامج شورى للاستشارات

الإلكترونية ، ونسأل الله تعالى لنا ولك التوفيق والسداد - تشخيص المشكلة : اضطراب هوية - الجوانب الإيجابية : هو إدراكك للمشكلة وأهمية معالجتها في وقت مبكر - توضيح الأخت الفاضلة ندرك ونقدر لك حجم القلق الذي تعيشينه جراء ما لمستيه من سلوكيات غير جيدة لدى ابنك ، إلا أننا نؤكد على : ** أهمية الهدوء والحكمة في التعامل مع المشكلة لتحقيق الأهداف المرجوة المتمثلة في تصحيح مسار سلوك ابنك . ** أنه وبالرغم من حساسية المشكلة إلا أن الحلول الموجودة ويسيرة عند التعامل معها بحكمة . - الأسباب : لا نريد أن نقلقك فالأمر بسيط بحول الله ، ولكن من المهم أن نوضح إن ما يمارسه ابنك من سلوك هو شكل من أشكال اضطراب الهوية الجنسية نتيجة لتأزر العديد من العوامل المرتبطة بأساليب التنشئة والتي لا يسعفنا المجال لبيانها . - الحلول المقترحة : عليك أيتها المسترشدة الكريمة العمل بما يلي : * توضيح الفروق بين الذكور والإناث للأبن ، وأهمية محاكاة سلوك الذكور له . ((ويجب تدخل الأب تدخلا إيجابيا في ذلك)) . * التخلص من كل ما يخص البنات وهو موجود ضمن مقتنياته . * تكليفه ببعض المهام التي يمارسها الرجال والإشادة برجولته في أدائها . * مصاحبته وملازمته لوالده في مجالسته لمجالس الرجال التي يتم الحديث فيها عن بطولات رجولية . * إشعاره بأنه رجل وما تتطلبه هذه الرجولة من ممارسات . * الحذر من الضغط عليه وتأنيبه والقسوة عليه تجاه ما يمارسه من السلوك ، بل الأجدر مداراته والتلطف معه في التوجيه . * من الأفضل أيضا زيارة عيادة نفسية . تمنياتنا لك ولأسرتك الكريمة بدوام التوفيق.

90- اختلافات في تربية الأبناء

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله

أنا وزوجي دائما مختلفين في أغلب الأمور . حتى في تربية أطفالنا ، وتتم نقاشاتنا ورفع أصواتنا والتقليل من بعضنا أمام أطفالنا. حتى عند اختلاف ومشاجرات أبنائنا لا يتحدث معهم ولا ينهرهم. وعندما نتناقش عن أمور البيت والأبناء تعلق أصواتنا وتلفظ على بعضنا بكلام غير سوي. ودايما ينحاز لابنته حتى وإن كانت هي الغلطانة. ودائما في مشاكل معاه وما نتفق وهو من الناس الكسولين ويقضي وقته بره البيت حتى مشاويري اتكالي على أهلي وأهله وصلاته من الجمعة إلى الجمعة .. وشكرا



الإجابة

بسم الله الرحمن الرحيم الحمد لله وحده والصلاة والسلام على من لا نبي بعده أما بعد: فالحمد لله أتمها وقفنا على هذا ولم تتطور المشكلة، ولا بد حينما تريدان أن تحلّي مشاكلك لا تتخذي أساليب تؤدي لمشكلات أكبر. فأنّ أردت حل مشكلة عدم اهتمامه بتربية الأولاد بمصادمته ومواجهته بالمشكلة وهذا الأسلوب لا يصلح مع الزوج . وكذلك تضمنت شكواك أنه لا يتحمل مسؤولية التربية ورعاية المنزل لأنه غير متواجد في المنزل ومعنى ذلك أيضاً أنه لا يوجد حوار بينكما حول البيت وأموره واحتياجاته. وعلى هذا الأساس خلافاتكم مستمرة ولم تصلوا لاتفاق في قضاياكم ، فنحتاج نتعرف على كيفية البدء بحل الموضوعات العالقة والتي لم تصلوا فيها حل قبل ذلك يحتاج أن تحسني علاقتك بزوجه فلنبدأ بالحل من أساس الهرم وأساس البيت هما الأب والأم ، كيف علاقتك بزوجه ؟ هل هي مستقرة ام انها تحتاج لإعادة تأهيل وترتيب؟ فهذا أولى خطوات الحل أن تعيدي الحياة إلى العلاقة بينكما. كيف ؟ ١- تخيري الوقت المناسب للجلوس مع زوجك الهدف منها ليس مناقشة موضوعات بل لحظات عاطفية ملؤها مشاعر الحب . ٢- أن تقومي بتغيير روتين المنزل ونظامه والنظر في اهتمامات الزوج وتلبية رغباته وأخذ رأيه وإشراكه في الأمور المنزلية بالقدر الذي يشعر فيه بأهميته في المنزل فرمما كثرة خروجه وسلبيته تعود لفقدته الشعور بالمسؤولية نظرا لوجود من يقوم مقامه. ٣- اجثي عن موضوعات تتفقان عليها وتتجاوزان حولها بهدف إنشاء قضايا عامة في سياسة المنزل تتفقان عليها، مثال: أوقات النزهة - وأين تقضونها - المصروفات المنزلية.. ونحو ذلك ثم ابدأي بالموضوعات التي تعرفين مسبقا أنكما تختلفان حولها مثل تربية الأولاد.. ٤- عند بدء الحوار لا بد من التنازل عن الرأي ولو بنسبة بسيطة حتى يتم الاتفاق وربما اذا لم تستطعي كسبه في اللقاء الأول قد تكسبينه في اللقاء الآخر وهكذا. ٥- ألا تنتقصي زوجك في أي أمر فإنه مما يصعب مهمة الوصول لاتفاق بينكم ابتعدي عن الكلمات (انت لا تفهم في التربية—انت اصلا كذا وكذا...) فلا تتحدثان في كل الموضوعات وابدأي بأهمها. أما بالنسبة لموضوع تربية الأبناء : فلا بد من اتفاق قبل الدخول في تربية الأبناء على أمور النفقة وتربيتهم على كل ماهو خير لهم، وقد تكونين أوتيت من العلم في هذا الموضوع فلا ينبغي لك ان تلغي شخصية الزوج أمام أبنائه فلا بد ان تضعيه في مكانه الذي ينبغي أن يكون فيه مع كامل الاحترام حتى لو كان فعلا لا يفقه في التربية لا بد أن يكون حاضرا في المنزل بأخذ رأيه او باستخدام السُّلطة. أما علاقته بابنته فمن الأمور التي يجب أن تفقهها الأم الحب الزائد من الأب تجاه ابنته. فلا

بد أن تراعي هذا الأمر. وعليك تسيير كلام الأب حتى لو كان خاطئاً حتى لا ينتقصون من رأيه وكلامه ، لأنه اذا وصل لهذي الحالة فلن تستطيعي بعد ذلك من اصلاح علاقته بالمنزل فأدركي قبل ألا تدركي. واعلمي أنه لا بد من العدل بين الأولاد في التربية حتى لو كانا ولد و بنت فلا بد من العدل كلاً فيما يخصه. أما بالنسبة لمسؤوليته تجاه المنزل: فعليك الاعتماد عليه تدريجياً حتى يشعر بأهميته في المنزل وأن له دور ورأي ومن الخطأ أن يرمي بالمسؤولية على أهلـك وأهله فعليك ألا تقبلي بالذهاب إلا معه. وهذا مما يجعله يرتبط بالبيت علماً أنه لا ينبغي رمي التكليف عليه جملة واحدة حتى لا يكره المنزل ومسؤولياته فعلينا عمل كل شيء يحبه في المنزل. أما بالنسبة للصلاة: فإنها الصلة بين الله وبين عبده فكيف يقطع الصلة مع الله، عليك أن تفتحي موضوع الصلاة اثناء حواركم لأن الصلاة صلاح الحال بينكم فإذا صلحت صلح أمركم وإذا فسدت فسد أمركم وأحوالكم. وتذكيره بغقوبة تارك الصلاة كيف حاله في الدنيا والآخرة. نسأل الله سبحانه أن يريكما الحق حقاً.

91- نفسية ابنتي غير مستقرة

الاستشارة

السلام عليكم أرجو منكم مساعدتي

ابنتي عمرها ١٤ سنة من بداية العام الدراسي وهي انقلبت شخصيتها وتغيرت نفسيته كثيراً لدرجة البكاء تقريباً دائماً في الليل قبل النوم سألتها وحاولت معها وقالت إنها تحس بضيق في صدرها فظيعة وصارت نفسها مكسورة وتحب تكون بجني دائماً وبعد إلتحاح عليها لم تعترف لي لكن فهمت من كلامها أنها تحس أنها أقل من بنت عمها وشكلها ليس جميلاً مع أنها متفوقة في دراستها الحمد لله لكن من اهتمام البنات في المدرسة بينت عمها وتعرضت لبعض التلميحات من زميلاتها بأنك يا فلانة أحلى من فلانة وهي حساسة جداً وهي ما عليها الحمد لله مقبولة جداً لكن مرة ثقتها في نفسها مهزوزة وتحاف من معلماتها وتحاف حتى مني أمها ما تبي تزعلني ودائماً لي سمعا وطاعة علماً أنه قبل المدرسة لم تكن كذلك ولقد بلغت من (شهرين فقط) وشخصيتها ضعفت مرة يا ليت تنصحوني ماذا أفعل معها وضعها محزن ولا أريد أحسسها أنه فيها شيء وأحاول أتجاهل بعض حركاتها للفت الانتباه لها واستعطاف من حولها من أهل البيت لها فيا ليت



تفيدوني وجزاكم الله خيرا

الإجابة

عزيزتي الأم أقدر مشاعر القلق التي تحسّين بها وأحبي فيك حبك الشديد لابنتك ورغبتك في مساعدتها، كما أريد أن أطمئنك بأن ما تمر به ابنتك هو طبيعي جدا في مرحلتها العمرية. الفتيات عند بداية مرحلة البلوغ يصبحن شديدات الاهتمام بالمظهر الخارجي ونظرة الآخرين لهن، ويتضح من وصفك للمشكلة أن ابنتك تأثرت من الطريقة التي ينظر لها بها من قبل زميلاتهما، كما يتضح أن ابنتك لا تمتلك شخصية قوية ولذا فهي بحاجة لأمرين: زيادة الثقة بالنفس و تقوية الشخصية. بالنسبة لزيادة ثقتها بنفسها فإن أفضل ما يمكنك عمله هو أن تكوني كريمة في مدحها سواء عندما تكونان منفردتين أو أمام الآخرين. و المدح لا يقف على نواحي شكلية بل بإمكانك مدح سلوكياتها و اهتماماتها و طريقة تناولها للأمور كأن تقولي لها «أنتي رائعة و حنونة جدا مع أخيك الصغير، إنه محظوظ بوجودك في حياته». مع التركيز على المدح الوصفي الذي يحدد التفاصيل كأن تقولي لها «أعجبتني طريقتك في ترتيب الغرفة، لقد خصصتي مكانا لكل شيء و رتبتي المكتبة بطريقة جميلة». إن إعطاء تفاصيل للأمر الذي يتم مدحه يكون له وقع أكبر في النفس. بالإضافة للمدح في إمكانك إعطاءها تمرينا بسيطا هو عبارة عن ورقة بها ١٥ قلب و تطلي منها أن تكتب في كل قلب أمرا تحبه في ذاتها و حياتها، إن هذا التمرين يساعدها على التركيز على الإيجابيات و قد يلفت انتباهها لأمر لم تكن تشعر بأهميتها من قبل. كما يمكنك أن تقومي بعمل التمرين و تكتبي في الورقة كل الأمور التي تحبينها في ابنتك و تعطيتها الورقة لتقرأها، فكلما زادت ثقتها بنفسها كلما أصبحت شخصيتها أقوى. كما أن هناك طرقا بسيطة يمكنك اتباعها مع ابنتك لتعزيز قوة الشخصية، منها تركها لتحل اختلافاتها البسيطة مع إخوانها بنفسها دون تدخل منك. اسمحي لها بالتعبير عن رأيها بصراحة و إن كان مختلفا عن رأي الآخرين. عليك أيضاً أن توضح لها أن تكون أكثر مرونة عند سماع النقد و أن تتعامل معه بطريقة إيجابية، فأفكار وآراء الآخرين عنها لا تعكس الواقع وهي أمور نسبية، فما لا يعجب شخصا ما يكون هو مفهوم الجمال التام عند شخص آخر. وأخيرا ادعيميها بتعزيز صداقاتها مع عدد أكبر من الفتيات، لأنها بحاجة لدعم اجتماعي عن طريق تكوين صداقات تشعرها بأنها مقبولة من الآخرين. أسأل الله لها و لك التوفيق و السعادة.

92- أطفالي والألفاظ النابية

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

لدي ولد عمره ٤ سنوات و بنت عمرها ٣ سنوات و حضانتهم عند والدهم ومتى شئت أخذهم عندما أخذهم أجد لديهم ألفاظ وتربية خاطئة أصححها لهم قدر المستطاع ولكن يعودون عند والدهم ويتعلمون الخطأ مرة أخرى ... حقيقة احترت ولا أعلم ماذا أفعل وجزيتم خيرا

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته .. وأسأل الله العظيم أن يختار لك خيرا ويكفيك شر كل ذي شر .. أختي الكريمة: لقد وجه الإسلام إلى التربية الأخلاقية القائمة على التدين الصحيح؛ فالأخلاق من الدين، ولا شك أن كل أم مربية تطمح إلى أن يكون أبنائها على أعلى درجة من الخلق والأدب، والألفاظ البذيئة قد أفضت مضاجع الأمهات وضايقتنهن؛ فكم من طفل يتلفظ على أقرانه أو جيرانه أو أقرابه ممن يكبرونه سنا، بل قد يتعدى ذلك إلى الوالدين أما عن طريقة العلاج: ١. يجب أن يكون رد الفعل الأول في عدم الضحك مهما كان اللفظ أو الموقف مضحكا، فالضحك يدفعه إلى التكرار؛ لأن التهريج في هذا العمر يريجه، كما أن الحشمة لا تعنيه ٢. قد يكون التجاهل والتغافل في البدء خير علاج خصوصا لأطفال < ٢ ٤ > سنوات، ويكون بلفت انتباه الطفل إلى موضوع آخر، فإن أصر يشرح له باختصار أن ذلك من سوء الأدب مع إظهار بعض الزعل، من أن بعض الكبار وبعض الأطفال يتلفظون بهذه البذاءات، وإنك لا تفعلين فعلهم، ولا تحبين هذا الفعل، وأنه يؤمك أن يتلفظ بها، فعدم الاهتمام والانفعال يؤثر على الطفل الصغير أكثر من غضب الوالدين الشديد، إذ قد يكون الطفل يحب استشارة الوالدين، ولفت أنظارهم فيفرح بذلك ويصر على هذه الكلمات. ٣. معرفة سبب الألفاظ فإن كان من الأسرة فعلى الوالدين أن يكونا قدوة حسنة، فهما المؤثر الأول فيبتعدا عن الألفاظ البذيئة أيا كانت أو أم، ولذلك نرى أن كثيرا من الأسر تبتعد عن اللعن فيبتعد أطفالها عنه، لكنها تتلفظ بالكلمات البذيئة فيتلفظ بها أطفالها. فالأسرة هي المؤثر الأول، فإذا ابتعدت عن ألفاظ السباب ابتعد عنه أطفالها، وإن خرجت من أفواههم تأثرا بأقرانهم فإنها لا تظهر إلا نادرا؛ ٤. إذا كان مصدر الكلام البذيء هو أحد الأقران ولأول مرة فيعزل عنه فترة مؤقتة، وفي نفس الوقت يغذى الطفل



بالكلام الطيب، ويجذر من الكلام السيئ، حتى يتركه، وإذا عاد للاختلاط فإنه يكون موجها ومرشدا للطفل الآخر. أما إذا كانت الكلمات البديئة قد تأصلت عند الطفل فيستخدم معه أساليب الثواب والعقاب، إذا كان الطفل في عمر ٤ سنوات فما فوق. ٥. إعطاء البديل للصغير هو نوع من العلاج، فإن بصق الطفل يعطى قبلة، فيترك البصاق ويقبل تقليدا، وهذا علاج مجرب لأطفال في الثانية والثالثة من أعمارهم. ٦. استخدام المصطلحات الشرعية كالعورة بدلا من العيب ليكسب الطفل أدبا وارتباطا باللغة والمصطلحات الشرعية. ٧. تعليم الطفل آداب الإسلام وأختيار الكلمة الطيبة، وبيان فضلها وفضل الخلق الحسن، بذكر الآيات والأحاديث الواردة: «سباب المسلم فسوق وقتاله كفر» متفق عليه... «المسلم ليس بطعان ولا لعان ولا فاحش ولا بذيء»، «المسلم يصل بحسن خلقه درجة الصائم القائم»، وغيرها من الأحاديث. ٨. لا تهتمي بشكل مثير بهذه الألفاظ: حاول قدر المستطاع عدم تضخيم الأمر ولا تعطه اهتماما أكثر من اللازم، تظاهر بعدم المبالاة حتى لا تعطي للكلمة سلطة وأهمية وسلاحا يشهره الطفل متى أراد سواء بنية اللعب والمرح أو بنية الرد على سلوك أبوي لا يعجبه. وبهذا تنسحب من الساحة.. ٩. مدح الكلام الجميل: علم ابنك ما هو نوع الكلام الذي تحبه وتقدره ويعجبك سماعه على لسانه.. أبد إعجابك به كلما سمعته منه.. عبر عن ذلك الإعجاب بمثل «يعجبني كلامك هذا الهادئ» «هذا جميل منك» «كلام من ذهب» ١٠. علميه فن الكلام: علميه مهارات الحديث وفن الكلام من خلال الأمثلة والتدريب وعلميه الأسلوب اللائق في الرد «لا يهمني» تعبير مقبول لو قيل بهدوء واحترام للسامع وتصبح غير لائقة لو قيلت بسخرية واستهزاء بالمستمع ١١. حولي اللفظ بتعديل بسيط: لو تدخلت بعنف لجعلت ابنك يتمسك باللفظ ويكتشف سلاحا ضدك أو نقطة ضعف لديك.. ولكن حاولي بكل هدوء اللعب على الألفاظ بإضافة حرف أو حذفه، أو تغيير حرف، أو تصحيح اللفظ لدى الطفل موها إياه بأنه أخطأ فلو كانت مثلا كلمة «قلع» غير لائقة فقل له: لا وإنما تنطق «ملعب» وهكذا. ١٢. توجيه شحنات الغضب لدى الأطفال حتى يصدر عنها ردود فعل صحيحة ويعاد الطفل ويتدرب على توجيه سلوكه بصورة سليمة، ويتخلص من ذلك السلوك المرفوض.

93 - تهيئة الطفل بعد الانفصال للحياة بأقل ضرر نفسي

السلام عليكم..

أبغى مشورتكم في موضوع جدا شاغلي

أنا انفصلت عن زوجي من عشرة شهور تقريبا وعندي ولد وبنت ومو عارفة كيف أفهم ولدي عمره تسعة سنين وأخليه يتقبل فكرة عدم وجوده بأقل أضرار ممكنة على نفسيته وأبوه ما يفكر يزوره ولا يكلمه منذ ثمانية أشهر برغم أني أطلب منه باستمرار وصل الأولاد بانتظام وما يدخلهم بيننا وجعل حياتهم مستقرة فليس لهم ذنب بيننا وجدا متأثر بغيابه وحاول أكثر من مرة يكلمه بنفسه ويرسل فيديو وهو يبكي يقوله وحشتني يا بابا ويوعده ولا يجي ويتصل يبلغه باستلام شهادته وبرضه ما يبيزوره كلها تكون تسجيلات ما بيلاقي رد منه قبل النوم دائما بيفتكر وينام بكدر وبكاء واشتياق يشوف موقف لفيلم كرتون أو فيلم أطفال لمواقف آباء بيكي أصبحت منذ فترة أحاول أشغله عن التواصل معه بطريق غير مباشر وأن جوالي ما فيه اتصال والنت مخلص وأقفل شبكة الاتصال وأعطيه الجوال عشان لا يحس أني بمنعه ويتعلق أكثر وأحاول أبرر له أن باباك مشغول مرة وما يقدر يجي صار يقول أنا لو جاء ما راح أكلمه ولا أبغى أشوفه أبدا ولو جاء يبغاني ما تخليه يشوفني لما انقطع ..

كيف أتصرف معاه؟ وضعه مضايقي ومتعب نفسيتي عليه مرة ومو هان عليا ينحرم من أبوه وفي نفس الوقت ما أبغاه يعيش غير مستقر إما يوصله كويس أو يختفي تماما من حياته ويتأقلم تصرفاته وردود فعله مع أخته عدوانية أظافره كل ما أجي أقصها الجمعة ما في شيء ..

تفكيره صار دائما ما أحد يحبه من أقل كلمة تنقال له أو يُرْفَض شيء له ..

عصبي لأنفه الأسباب ورمي وخط الباب تقطيع لأي دفتر أو كتاب قدامه ..

تكسير لبعض أغراضه ومرسمته والألوان مع العلم حاليا خفت تصرفاته بعد الانقطاع عن المكالمات والاتصال ..



الإجابة

أختي الكريمة أشكر لك تواصلك مع برنامج الاستشارات الإلكترونية في جمعية المودة، كما أحبي فيك حبك لأبنائك وحرصك على صحتهم العاطفية، بالإضافة لرجاحة عقلك في التعامل مع موضوع الطلاق. و أقدر بشدة مشاعر الألم و الحزن التي تشعرين بها نتيجة لموقف الأب من ابنك. إن ما تمرين به هو للأسف أمر متكرر عند عدد من الأسر بعد الانفصال، و رغم صعوبة تفهم سبب ابتعاد الآباء عن أبنائهم إلا أن هناك عدة عوامل قد تسبب هذا التصرف. من أهم هذه العوامل انخفاض تقدير الذات لدى الأب؛ لأن الأب يشعر أن ابنه يحتاج له لكن حدوث الطلاق أثر على فعالية دوره كأب مما يشعره بالإحباط و يسبب تحججه بعدم وجود وقت أو عدم وجود ما يقوله لأبنائه. وضع الطلاق يعتبر قوة أكبر من الوالد تمنعه من أداء دوره كأب بالصورة التي ترضيه مما نتج عنه انسحابه من حياة الأبناء. بالتالي، نصيحتي لك هي التحلي بالصبر مع الأب عوضا عن الغضب منه. إن تصرف الأب يزيد من أعباء دورك كأم، فبالإضافة لكل مسؤولياتك أنتي مطالبة من أبنائك بتفسير سبب غياب الأب مع إقناعهم بأنهم غير مسؤولين عن تصرفات الأب لأن الأبناء ضحية بريئة لظروف تفوق درجة استيعابهم. و أفضل طريقة تكون بإجابة كل سؤال بسؤال. فإذا سألك ابنك «لماذا لا يحضر والدي لمجلس الآباء؟» أجيبه بسؤال هو «ما هو شعورك تجاه هذا الأمر؟»، و هنا أنصحك بتشجيع أبنائك على التعبير عن مشاعرهم و آرائهم لمساعدتهم على التأقلم مع الوضع، فمشاعر الحزن، القلق أو الغضب هي مشاعر مشتركة بينهم و بين كثيرين و يسهل التغلب عليها. حاولي إبقاء قنوات الاتصال مفتوحة مع الأب دون علم الأبناء، لأن العديد من الآباء يعودون بعد فترة انقطاع لطلب حقهم في زيارة الأبناء و التواصل معهم. لا تعطي أبنائك أملا مزيفا، و لكن احرصي على عدم تشويه صورة الأب أمامهم، حتى يتمكنو من التواصل معه في المستقبل. و بالنسبة لك أنصحك بعدم التركيز على أمور خارجة عن حدود إمكاناتك كتواجد الأب و تواصله مع أطفاله و كرسي جهدك على الأمور التي بمتناول يدك فبإمكانك توفير بيئة من الحب و الدعم لأبنائك بتواجدك معهم و الإصغاء لحديثهم. و عند شعور ابنك بافتقاد والده شجعيه على رسم صورة لأبيه أو كتابة رسالة له يحدثة فيها عن إنجازاته و هواياته فتكون بمثابة تفرغ عاطفي للابن و تقديرا منك لمشاعر المحبة التي يكنها لأبيه و احتفظي بها من أجله دون إخباره بذلك. الأمر الآخر هو أن ما يحدث بين ابنك و أبيه يؤثر سلبيا على تصرفات ابنك كما تفضلتي بالتوضيح عند طرحك للمشكلة، و أفضل طريقة للتغلب على عدوانية ابنك تجاه

أخته هي تشجيعه على رعايتها و الاهتمام بها، فالحرمان يولد التعاطف والرحمة، و افتقاد ابنك لوجود أبيه سيعطيه دافعا للاهتمام بأخته الصغرى، كما يمكنك السماح له باقتناء حيوان أليف ليكون مسؤولا عنه. و بإمكانك دعم ابنك بإعطائه مسؤوليات بسيطة تناسب مرحلته العمرية لكي تنمي شعور الاستقلالية وتقدير الذات لديه، وتركيزك على إيجابيات ابنك ومدحه سيدفعه للعطاء بصورة أكبر. وعندما يخطئ ابنك التصرف كوني حازمة معه و وضحي له أنه أخطأ وأن عليه ألا يكرر السلوك الخاطئ ووجهيه لكيفية التصرف الصحيح. إننا نقدم دورة مجانية في مقر جمعية المودة بعنوان (مفهوم خصائص الطفولة) و حضورك للدورة سيساعدك على تفهم احتياجات ابنائك و التواصل معهم بصورة أفضل. و ختاماً لا تتردد في التواصل معنا في حال استمرار المشكلة أو حدوث أي تغيير، و أسأل الله التوفيق لك و لمن تحبين.

94- ابني يعاني من صعوبة النطق

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله. أسعد الله أوقاتكم بكل خير
لدي ابن يبلغ من العمر سنتين ونصف والحمد لله يتكلم بشكل جيد ويستطيع تركيب الجمل وإجراء الحوارات البسيطة ..
لكن قبل أسبوع بدأ وبشكل مفاجئ يجد صعوبة وتأتأة في نطق الكلمات ولم أجد تفسيراً لذلك أحيانا أؤنبه وأصرخ عليه بشدة إذا آذى أخته التي تصغره بسنة ونصف أو أضربه على يده ضرب خفيف غير مؤذي ..
ما الطريقة المناسبة لتعديل حل مشكلة صعوبة النطق ..
مشكورين مأجورين ..

الإجابة

الأم الفاضلة أشكر لك تواصلك مع برنامج الاستشارات الإلكترونية في جمعية المودة للتنمية الأسرية، وأحيي فيك حبك و حرصك على ابنك. إن التأتأة أمر شائع في الأطفال بين عمر سنتين إلى خمس سنوات، بالنسبة لبعض الأطفال التأتأة جزء من تعلمهم لكيفية استخدام اللغة و تركيب الجمل.



قد تأتي التأناة و تذهب وقد تستمر لعدة أسابيع ومعظم الأطفال يتخلصون منها دون تدخل أخصائيين. من الطبيعي أن شعري بالقلق حيال الأمر, و قد يساعدك أن تعلمي أن واحد من كل ٢٠ طفل يواجه مشكلة التأناة, وإذا أردتي بإمكانك زيارة الطبيب وسوف يقوم بتحويلك إلى أخصائي نطق وتخطب. وفي الفترة الحالية تستطيعين دعم طفلك بتوفير بيئة مرحة وممتعة للتحدث, و احرصي على عدم وجود أمور تشغل الطفل أثناء حديثكم, فأغلقي التلفاز وأبعدي الأجهزة الإلكترونية. بالإضافة لذلك لا تركزي على طريقة نطقه للكلمات ولا تنتقديه إذا أخطأ, فمن الخطأ وضع الطفل تحت ضغط من أجل أن يتحدث. وعندما يتحدث طفلك معك أنصتي له جيدا ولا تظهري تضجرك من بطئه في الكلام, واستعمال جمل على غرار (توقف وخذ نفسا عميقا) أو (تحدث ببطء) قد تستعمل لتساعد الطفل لكنها تؤثر على نفسيته ويستحسن أن تتواصلي معه بالتحدث ببطء و هدوء لكي يقلد أسلوبك دون توجيه مباشر. و من ناحية تعنيف الطفل لفظيا أو ضربه فمن الأفضل استخدام أسلوب كرسي العقاب بوضع الطفل في مكان معين لمدة دقيقة لكل سنة عمرية (دقيقتان و نصف في حالة طفلك) حتى يمتنع عن السلوك الخاطيء. أسأل الله التوفيق لك و لأسرتك.

100

سؤال وجواب من واقع
الاستشارات الإلكترونية
بجمعية المودة للتنمية الأسرية



الاستشارات الاجتماعية

اجتماعية . دينية . اقتصادية

95- أنا مطلق وبناتي يرفضن أمهن نهائيا

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .

أنا مطلق ولدي بنتان ولكن مشكلتي أهن يرفضن أمهن نهائيا بسبب بعدها عنهم وعدم سؤالها لفترة تتجاوز ٨ أشهر وبعد ذلك كانت تأتيهم للمدرسة وتقول سأتي للبيت وأعود للعيش معكم ويحدث عكس ذلك تأتي ومعها الشرطة للإمساك بي وكأنني مجرم أو أنا من يمنع البنات ، وغير ذلك أمور كثيرة للأسف ، وهذا الأمر سبب لهم حاجز نفسي وأصبح لديهم عدم الرغبة فيها وحتى كرهوا الذهاب للمدرسة خشية أن تأتي إليهم. وهذا الأمر يشهد الله أي مستاء منه وليس لي فيه يد بالعكس كنت دائما أذكرها بكل الخير لعلهم يتجاوزون هذا العائق النفسي والذي شكل لهم عدم الإحساس بالأمان من ناحية والدتهم ويخشون فقداي أيضا لأنهم أحسوا بالأمان معي. طلبت من والدتهم أن تترك الأمور قليلا حتى يذوب الجليد ولكنها للأسف تعتقد أنني من يمنعهم أو يضغط عليهم وأنا والله يشهد على ما أقول أنني أتمنى أن تحن قلوبهم لها وأن تتفهم والدتهم أن ما عانوه خلال سنة مضت ليس بالأمر السهل وأنا متعاون وحتى الأخير سأتعاون ولكن عليها أن تهدأ قليلا وكل شيء بالتدريج. ما هو رأيكم أثابكم الله ..

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته نشكر لك تواصلك وثقتك يظهر لي من خلال ما ذكرت حجم التضحيات التي بذلتها من أجل استقرار الأسرة قبل وبعد الانفصال . . وانك سعيت بعد الانفصال في خلق بيئة نفسية مناسبة لاطفالك في ظل زيارات امهم المتكررة وتشكيلها لكثير من الصغوط على نفسيته ونفسية اطفالك بأساليبها المستفزة . . أنت في حاجة الى تكثيف تجميل صورة الأم في نظر اطفالها والثناء عليها أمامهم . وإن كان هناك أمل في عودتها حال تعديل سلوكها فهو أفضل . وإن لم يكن هناك أمل بالحفاظ على الود والفضل هو المسلك المناسب لصحتك وصحة أبنائك النفسية . والاستمرار في مناصحة الأم عن طريق ذويها وعن طريق المصلحين من الأقارب الذين تتوسم فيهم الخير ليكونوا حلقة وصل قوية تشكل ضغطا على الأم وأهلها كي تتراجع عما تقوم به من أساليب ضغط . وفي حال أصبحت الأم تشكل خطرا على نفسية الأبناء فأنت بحاجة الى تغيير البيئة التي أنت فيها . . وفقك الله الى ما يحبه ويرضاه . .



96- شاب يؤذيني لأني توقفت عن مكالمته

الاستشارة

السلام عليكم

أنا بنت أو من بالعادات والتقاليد وقدّر الله وأني تكلمت مع شاب في أحد مواقع التواصل الاجتماعي ولم أستطع أن أنفك عنه لمدة سنة إلى أن أخبرت أمي وساعدتني .. الآن مضى أكثر من شهرين على توقفي عن محادثته وحذفت كل وسائل الاتصال التي كان يتواصل معي بها في خلال الشهرين وكتب على جدار منزلنا مرتين واليوم أتى إلى مقر عملي وهو يعلم عني تقريبا كل شيء أخاف أن أستمر في السكوت عن تصرفاته ويتمادى وأخاف أشتكي وتكبر المشكلة وأسأل الله الهداية والثبات على دينه يا رب العالمين

الإجابة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ابتداءً عليك أن تحمدي الله كثيراً أن وفقك لقطع العلاقة مع هذا الشاب .. وهذا يحتاج منك شكراً عظيماً لله تعالى. أعجبني كثيراً أنك صارحتِ والدتك وهذه خطوة مهمة في ترك العلاقة وقطعها معه؛ لأن والدتك ستقف معك واجعلها قريبة منك دوماً موضوع التواصل والعلاقة السابقة أرجو تنسيها ولا- تجعلوها تؤثر عليك ولا تضعفي امام تواصله المستمر ومحاولاته المتكررة. وأرى أن الأمر لا يخلو من شيئين: الاول: أن يكون حصل منك على أمور مادية بيده قد يهددك بها. فهذا له إجراء في المؤسسات الضبطية قى الدولة.. ويمكنك تقديم شكوى ضده.. وهم يتعاملون معه بجزم حتى لا يتهور ويهدد وقد يرتكب حماقات أكبر.. فالدولة تحفظ حقاك. يمكنك التقديم للشرطة ، للمباحث، لهيئة الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر.. الثاني: أن لا يكون لديه شيء ضدك ولكنه يبك فإن كان صادقاً فليتقدم لخطبتك والزواج منك إن كنت ترين أنه الشخص المناسب. أما العلاقة لمجرد العلاقة أو لتحقيق رغبات النفس وحظوظها فقط، فهذا لعب بالمشاعر وقلوب البنات وسمعتهم وهذا لا يجوز. وعليك اخباره بضرورة أن يتقدم لخطبتك ان أراد الزواج. ولا تفتحين معه باب حوار أو نقاش حتى لا يستدرجك لعودة العلاقة من جديد أو يسجل مكالمات معه ليعيدك إليها إن لم تنفذي له ما يريد باستمرار العلاقة بينكما. ومن الضروري أن تقطعي كل سبل التواصل معه إن لم يتقدم لخطبتك رسمياً: تغييرين رقم جوالك بريدك الإلكتروني إن كان يعرفه تعطيلينه او تحذفه حساباتك في

مواقع التواصل ان كان تواصلك معه عن طريقه إما أن تحذيره أو تحذفين تلك الحسابات. تيقني أن سمعتك ومستقبلك في يدك لا تستمتعي لتهديداته أبداً فالضرر الأكبر باستمرار العلاقة بالحرام وعدم الزواج أكرر عليك عدم الخوف من قطع العلاقة وعدم الاستجابة لتهديداته ولو استمر في الحضور عند بيتكم أو في العمل بلغي الشرطة مباشرة، وأشهدني من كان حاضراً أن هذا الشاب يؤذيك.. وليس شرطاً أن يعرفوا ان كان بينكما علاقة.. لأن استمرار حضوره للعمل عندك قد يؤثر على استمرارك في العمل.. فأقطعه دابره بالتبليغ.. ولو يوجد كاميرا على باب بيتكم يمكن ان تصوره وهو يتردد وهذا الأمر ينفع كثيراً لدى الشرطة والتحقيق والادعاء العام لو تحرر واشتكيتيه. خوفك أن المشكلة تكبر لو اشتكيت غير مبرر؛ لأن الوضع لو استمر على ما هو عليه الان بتردده لبيتك وعملك ستكبر أكثر وأكثر. وهذا في حال عدم بعده عنك. وإن كان لديه ما يبارك به لتعلمي أن هذه جريمة تعاقب عليها الدولة بالسجن لمدة سنة اضافة للغرامة حدود ثلاثمائة الف ريال أرجو لك الثبات على ما أنت عليه من قطع علاقتك به وعليك باللجوء الى الله كثيراً بأن يحميك منه ومن غيره ممن يريد إيذائك. مع وجوب حماية نفسك بالشكوى للجهات الضبطية الموجودة في الدولة.. كوني قوية ولا تضعفي أمام كثرة تردده أو حتى تهديداته لو كان يهدد. أو اصراره لو كان يصبر عليك لعودة العلاقة. وعليك أن تحمي نفسك وأسأل الله أن يحميك.

97- الغيبة والنميمة كيف أتصرف معها

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أرجو منكم الاطلاع والرد سريعاً على مشكلتي

أنا معلمة أعمل في مدرسة ابتدائية

في غرفة المعلمات هناك معلمة دائماً تتحدث عن الآخريات بنقل كلام الكل وتغيير الكلام . صادقت زميلة أخرى عندما لم تجدي أتفاعل معها . وهذه الصديقة صديقة لخالتي . وأكثر من مرة أعرف أن المعلومات تأتيها غلط عني . ولكني لم أنبهها عن ذلك حتى لا يحدث سوء تفاهم . ولكن في آخر مرة تخبرني أنني أنا الفتانة والفتنة أشد من القتل أمام زميلاتي مع أنني أخبرتها أنني أقول أمامك كل شيء ولا أخشى شيئاً . ولكنها ظلت تقول إنني منذ أن قدمت للمدرسة وأنا أفرق بينهم وأنها سمعت كثيراً وتجاهلت ولكنها هذه المرة تحدثت . لم أقل شيئاً وخرجت لبدء حصتي وذهبت ولم أحضر للمدرسة من وقتها بسبب التهاب في الصدر . كان بسببها لأنها نقلتنا في غرفة

بها سجاد غير نظيف مع أنني أخبرتها أنني تعبت من قبل بسبب هذه الغرفة الضيقة وهذا السجاد المتسخ جدا. ولكنها أصرت أنه سينظف ولكن لم يحدث ذلك. عذر الغياب لي كان لثلاثة أيام. و في اليوم الثالث تغيرت تقول إن الدكتورة أخبرتها بأن تبعد عن الحر والأماكن الضيقة . أستشيركم وأرجو منكم الحل لمشكلتي.

كيف أخبرها وهي تدافع عنها ولا تستمع وتتجاهل أي كلام عن الزميلات وبالذات عن هذه الزميلة التي هي صديقة لها.

وجزاكم الله خيرا

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد المعلمة الفاضلة حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نهنئكم بشهر رمضان المبارك ونسأل الله تعالى أن يجعلكم من المقبولين الفائزين ، كما نهنئكم بنهاية العام الدراسي الحالي ١٤٣٦ - ١٤٣٧ هـ وما تحقق بتوفيق الله لكُن من نجاحات ومخرجات مميّزه . المعلمة الفاضلة : * الواقع : إن المجتمع التعليمي مجتمع ناضج راقى يزخر بالكفاءات العلمية والعملية والفكرية سواء أكان ذلك في قسم البنين أو البنات . وما يحدث في المدارس من بعض السخافات فهو أمر طبيعي ، المهم أن لا يؤثر على الرقي الذي تتمتعون به . وهُنا أود الإشارة إلى أهمية عدم التأثير بما يتداوله الإعلام والمنتديات ووسائل التواصل من نقد غير منصف لمنسوبي ومنسوبات التعليم ، فما يتم تداوله ما هو إلا نتيجة : أ- لمعاناة نفسية عند هؤلاء المُتشدقين مروا بخبرات سلبية نتيجة لعدم تكيفهم مع واقع المجتمع التعليمي فعكسوها على التعليم . وخصوصاً مجتمع المعلمات ووصفه بأوصاف لا تليق به مما جعل بعض المعلمات وخصوصاً من هُن حديثات في التعليم يتأثرن سلبيًا بتلك الأفكار . ب- لعبة قدره يُحيكها أصحاب النفوس الضعيفة لإحداث فجوة بين المجتمع التعليمي وأفراد المجتمع خارج المنظومة التعليمية . * المشكلة : لقد تبين من مشكلتك أن الأمر يتعلق بنقل بعض الأحاديث المكذوبة بهدف إثارة الفتنة ، وتحميلك جزء من ذلك . ** الحلول المقترحة : ### عليكن أولاً وقبل حل هذه المشكلة الانتباهلالآتي - من المهم جداً في أي منشأة أن يكون هناك لغة حوار إيجابية قائمة على الوضوح والشفافية ، تنطلق من مبدئين هما : * أن لكل شخص وجهة نظر خاصة تكون صحيحة عنده هو وعلينا أن نحترمها كما هي وليس شرطاً الاقناع بها . * أن نتقبل الآراء المختلفة كما هي وليس شرطاً أن نتبناها . - البعد عن الجدل العقيم الذي يثير الفتن والعمل على وقفه في بداية ظهوره بطريقة إرشادية تبين أن هذا الجدل قد يتحول إلى مشكلة على

أن يكون ذلك مبني على اتفاق مسبق مفاده (أنه عندما يبدأ الجدل غير المفيد تتدخل أحدًا كن لوقفه وعلى المجادلالاتاللتزام بوقفه ، وتحويله إلى ناقش وموضوع آخر مفيد) ودون أن تأخذهن العزة بالآثم من مبدأ الانتصار للذات (فهذا هو أساس أي مشكلة بكل أسف) . - لا تقحمي نفسك في خلافات الآخريات إلا بهدف تقريب وجهات النظر والإصلاح . أن وجدت في نفسك القدرة على ذلك . *** تأكدي أن احترام الآخرين والابتسامه لهم والسؤال عنهم والثناء عليهم ومشاركتهم افراحهم بالتهنئة وأحزانهم بالمواساة والتحفيز تجعلك تحتلي مكانة عالية في نفوسهم وتمكنك من أن تكوني مؤثرة في قراراتهم وسلوكياتهم . التصرف في الموقف : قدمي لها الاعتذار مُعلِّلةً ما حدث بأنه سوء فهم للموقف من قبلك إنت حتى تتقبل منك الحوار . ثم : * اخبرها بتقديرك لوجهة نظرها واحترامك لفكرها وأراءها . * أنك ترغبين في معرفة وجهة نظرها في المشكلة . * استفهمي منها فيما يُشكل عليك دون توجيه نقد أو دفاع . * بيني وجهة نظرك ومقصودك في المشكلة ، موضحة أنك ترغبين التوصل معها إلى حلول منطقية تحقق لكن الاستقرار الاجتماعي في مدرستكن وتُسهّم في تقريب وجهات النظر ، مراعية في ذلك ماورد أعلاه . تمنياتي لكن بمزيد من التميز والإبداع .

98- التردد في اتخاذ القرار

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته

لقد تقدمت لفتاة (قبل الزيارة للرؤية الشرعية قمت بالاستخارة ، وشعرتُ بالقبول والارتياح لها ، قبل ان اراها) وبعد اول زيارة شرعية تأكد لدي هذا الاحساس وزاد لدي القابلية للاستمرار معها ، وحقا لقد وجدت فيها كثيرا من صفات الفتاه التي كنت اتمني ان ارتبط بها وان تصبح شريكة حياتي ، حيث انها فتاة محترمة وذات اخلاق وطيبة ، الا انها صرحت لي بانها تقصر في الصلاة وليس بمحافطة عليها (بحجة الانشغال في اعمال البيت وتنظيفه وهكذا) وعندما طلبت منها المحافظة علي الصلاة وانها عماد الدين ولا يمكن ان ياسس أي بيت يراد فيه السعادة والبركة بدون الصلاة ، فواعدتني أنها ستحافظ عليها (والله أعلم بتنفيذ ما وعدت)، كما أني أصبحت لا أشعر بالراحة النفسية او القبول الروحي لامها (التي أحسست منها بالاستغلال ومغالاتها في الأمور المادية وحرصها علي الحصول على أكبر قدر من المال وعدم الانضباط الديني (والله تعالى أعلم) وكثيرا ما تتحدث امها وتختلف بما وعدت ، وأيضا يتضح من حديث الام وتصرفاتها انها هي المسيطرة على إدارة أمور البيت وليس الزوج...بالاضافة الي ان امي اصبحت ليست موافقة



علي اتمام ارتباطي من هذه الفتاة بسبب تصرفات والدتها التي لا تطمئن (حيث انها كثيره الحديث والتكرار للكلام والتغيير فيه وكذا كثيرة التدخل في حياه هذه الفتاة) وعند سؤالي لهذه الفتاه عن قرائتها للقرآن الكريم اوضحت انها لا تقرأ الا في وقت الفراغ(والله تعاليعلم)،(أي انني أشعر أن مستوى هذه الفتاة الديني قليل إلى حد ما ولا يناسني) إلا أنني كنت احدث نفسي باني ان اصبحت من نصيبي سوف اغير من حالها (بإذن الله تعالى) وأن آخذ بأيديها الي طريق الله.

الاسئلة:-

- ١- ما معني أن يستخير العبد ربه في موضوع الارتباط مثلا(اي اي موضوع اخر) ثم يحدث ان يسير الموضوع بلا مشاكل ثم تحدث فيه عقبات ؟
- ٢- هل على الشاب ان اراد الزواج من فتاة ان يبحث عن الفتاة وحدها ام اهلها(بالتحديد والدها وامها) وماذا عليه اذا كانت الفتاة جيدة والوالدين ليس كذلك؟
- ٣- هل لزاما ان تكون الفتاة بمثل صفات وافعال وتفكير والديها ؟
- ٤- ماذا علي الشاب ان يفعل اذا كان يجب الفتاه وتعجبه ويريد ان يكمل حياته معها(مع الالتزام بالضوابط الشرعية في الأختيار) الا انه يشعر بعدم الراحة النفسية او الاطمئنان لاحدي والديها؟
- ٥- ماذا علي الشاب تجاه الفتاه ان احس انها تدعوه الي معاندة وعداوة امه من اجلها ؟
- ٦- ماذا علي الشاب ان يفعل ، ان حدث تعارض بين رغبته في الارتباط من الفتاه وبين رغبه امه في الانفصال عنها؟
- ٧- هل علي الشاب من ذنب وحساب ان هو ترك الفتاه التي تقصر في الصلاة ، رجاءا من الله تعالى ان يرزقه افضل منها (من ترك شيئا لله عوضه الله خيرا منه)؟
- ٨- ما تفسير حضراتكم لفتاة ووالدتها ، وخصوصا الوالدة ، في الاصرار علي التمسك الشديد بالشباب(بغض النظر عن تدين واخلاق الشاب اومركزه الوظيفي او وسامته ولباقتة او طبيته)) رغم ان موضوع الارتباط يكاد ان يكون اغلق.
- ٩- ماذا علي الشاب ان يفعل اذا وجد ان الفتاه جيدة وصالحة لان تكون زوجة ولكن اهلها ليسوا بالمستوي الديني او الاخلاقي المطلوب.
- ١٠- نريد من سيادتكم نصحية للشباب الذي كان مرتبطا بفتاه ولم يكتمل الامر ، نرغب في دواء شافي وبشرة من الرحمن ، حيث ان كثيرا منهم يصاب بالحزن والغم والههم ويكثر من التفكير في امر هذه الفتاه ..ويعتقد ان الحياه قد انتهت عند هذه الفتاه .
- ١١- ما رأيكم في ارتباط الشاب بفتاه يغلب علي حياتها الطابع الفني(حب الاغاني والمسلسلات

والأفلام الرومانسية)

١٢- بماذا تنصحون الشاب الذي قد يرتبط بفتاه ليس للجانب العلمي أو التثقيفي دور مهم في حياتها ؟

١٣- نريد من فضيلتكم ، بيانا للشباب الذي يريد الارتباط بفتاة كيف يعرف أخلاقها وتدينها ومدى مناسبتها للشباب وكيفية تصورها للحياة الزوجية ؟؟
انتهت الاستشارة

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد المسترشد الكريم حفظك الله السلام عليكم ورحمة الله وبركاته نقدر لكم ثقتكم في جمعية المودة للتنمية الأسرية برنامج شورى للاستشارات الإلكترونية ، ونسأل الله أن يعيننا وإياك على العمل بما يرضية عنا . * التشخيص والمقترحات : المتفحص لإستشارتك يجد عدد من الجوانب : أ- جانب شرعي : يتمثل الاستفسار عن الاستخارة وحكم ترك الفتاة ،... والعديد من الاستفسارات ، وفي هذا الجانب نحيلك إلى الأفتاء والتواصل معهم على الرقم المجاني (٨٠٠١٤٥١٠٠٠) ، وسوف تجد بحول الله الرد المناسب . ب- جانب مهاري : يتمثل في اتخاذ القرارات ، وهنا نود بيان الآتي : حتى تكون القرارات المتخذة أكثر دقة وأقرب للصواب على الأقل على المدى البعيد ، من المهم اتباع الآتي : - تحديد نوع الهدف : هل هو عادي ، دوري ، أم مصيري (وقرار الزواج يعتبر من القرارات المصيرية) . - تحديد المتطلبات الشخصية بدقة في سمات المرأة المطلوب الإقتران بها . - جمع المعلومات الكافية عنها وعن أسرتها ، وتصنيف تلك المعلومات إلى (مناسب لك ، غير مناسب لك ، مؤثر في مستوى العلاقة المستقبلية ، غير مؤثر) - تحديد نسبة الإيجاب إلى السلب . - رسم الخطوط العريضة لنمط العلاقة المأمول من وجهة نظر الطرفين ومناقشته مع الفتاة وأسرتها ومدى إمكانية تحقيق التكيف بينكما . - تحديد دقيق لجوانب الأختلاف في وجهات النظر على أن لا تتحول إلى خلاف ، والتحقق من مدى إمكانية التوصل لحلول ترضي الطرفين . - بناءً على النتائج يتم اتخاذ القرار بالاستمرار ، والاعتذار بأدب من أسرة المخطوبة مع بيان سعادتك بالتعرف عليهم وسعادتك في استمرار العلاقة الأخوية بين الأُسرتين . ج- مدى تأثير الفتاة بطباع أهلها : من الطبيعي أن ينشأ الأبناء على نهج الأباء في السلوك النفسي والاجتماعي والاخلاقي والتربوي ، والإلتزام الشرعي . إلا أن ذلك ليس شرطاً مطلقاً للسلوك العام للأبناء فقد تكون هناك أسرة مفككة أو غير ملتزمة ويخرج منها أبناء صالحون ، ولنا في قصة إبراهيم عليه السلام عبرة (كان

أبوه مشركًا ، وهو نبي الله و خليله) قال تعالى (يا أَبَتِ لَا تَعْبُدِ الشَّيْطَانَ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلرَّحْمَنِ عَصِيًّا * يا أَبَتِ إِنِّي أَخَافُ أَنْ يَمَسَّكَ عَذَابٌ مِّنَ الرَّحْمَانِ فَتَكُونَ لِلشَّيْطَانِ وَلِيًّا * قَالَ أَرَأَيْتَ أَنْتَ عَنْ أَهْلِي يَا إِبْرَاهِيمُ لَئِن لَّمْ تَنْتَهَ لِأَرْجُمَنَّكَ وَاهْجُرْنِي مَلِيًّا) { مريم - ٤٤ - ٤٦ } ، وفي المقابل قد تكون الأسرة على قدر عالي من الخلق والقيم ومستوى التدين ويخرج منها أبناء ضالون ومنحرفون ، ولنا في قصة نوح عليه السلام وإبنة عبدة (نوح عليه السلام نبي الله ومن أولي العزم ، وإبنة مات كافرًا) ، قال تعالى : (وَنَادَى نُوحٌ رَبَّهُ فَقَالَ رَبِّ إِنَّ ابْنِي مِنْ أَهْلِي وَإِنَّ وَعْدَكَ الْحَقُّ وَأَنْتَ أَحْكَمُ الْحَاكِمِينَ * قَالَ يَا نُوحُ إِنَّهُ لَيْسَ مِنْ أَهْلِكَ إِنَّهُ عَمَلٌ غَيْرُ صَالِحٍ فَلَا تَسْأَلْنِ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنِّي أَعِظُكَ أَنْ تَكُونَ مِنَ الْجَاهِلِينَ) { هود : ٤٥ - ٤٦ } . لذا ننصح بدراسة أخلاق الفتاة والتعرف على مدى التزامها الديني وإمكانية تعديله ، فقد تكون مقصرة في الصلاة إلا أنها غير مهملة لها وتعديل اسلوك هنا سهل . تمنياتي لك بدوام التوفيق والسداد ،،،

99 - زوجتي والنت

الاستشارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أنا شاب ملتزم وتزوجت من عائلة ملتزمة أو على الأقل أبوهم رجل فاضل ويمنع عن أهل بيته أي شيء محرّم وعند العقد اكتشفت الكثير من المخالفات واستشرت الكثير أخبروني إما الترك أو توضح لهم ما تريد وأوضحت لهم أنني لا أرضى الكثير من لباسهم ، والعباءة ، وتصوير أنفسهم ... الخ . وواجهت الكثير من العقبات وأنا لا أرضى شيئاً لا يرضي الله قبل أن نتم الزواج . فوافقت على ما أريد مجبرة في كثير منها ، وتم الزواج والله الحمد وتدرجت معها في كثير من الأمور حتى وصلت إلى درجة مرضية تقريباً . ورزقنا الله بنت أكملت الآن العام ومضى على زواجنا سنتين .. لكن أنا أعمل من بعد الفجر ولا أعود إلى المنزل إلا قريب العصور كنت أخشى على أهلي من الإنترنت وكنت أردد دائماً أنا فرح أن ليس لدي إلا قنوات محافظة (المجد) بينما يوجد إنترنت مفتوح بين يدي زوجتي تستطيع معه مشاهدة جميع القنوات وأكثر من ذلك .. خاصة أن جميع قريباتها وزميلاتها ومن هم في سنّها توجد عليهم الكثير من المخالفات ومنفتحين على المسلسلات والأفلام والأغاني وغيرها ..

وبعد متابعة اكتشفت أن زوجتي تتابع المسلسلات التركية واعترفت لي بالأمس بعد جهد جهيد أنّها تتابعها منذ مدة بينما هي تظهر لي الالتزام والمحافظة فصدمت صدمة لا يعلمها إلا الله أنني أراها

حتى الموسيقى لا تسمعها بينما هي عند ذهابي تتابع ما هو أشد من ذلك ولا تخفى عليكم الخلاعة وعلاقات الحب المحرمة والمشبوهة المشتهرة فيها المسلسلات التركية فأول ما فعلت فصلت أنت المفتوح عنهم وأبقيت لهم باقة (٥ جيجا) وهي ليست بالقليلة لكن أبقيتها للتواصل وبعض البرامج لكن اليوم فكرت أقطع أنت عنهم ولا يستخدمونه إلا عند حضوري ويكون أنت معي فقط مع العلم أي لم أدرج جهداً في مناصحتهم قبل مراقبة الله والصلاح وغيرها والتعامل معهم بحب وإغداق الهدايا لهم وتلبية جميع طلباتهم ..

والحب موجود والله الحمد لكن أرى أن الإنترنت يفسد علي مجهوداتي ، وأيضاً يراودني وقد اكتشفت من قبل ربما تلبس شيئاً أمامي وعند أهلها شيئاً آخر وتأتينا الشكوك أن هذه كلها أمامك بينما من خلفك شيء مخالف وما أخاف أن هذه ستكون مربية أبنائي وهي على غير الصلاح والبيئة التي حولها أسوأ منها حالا فأرشدونا ونأسف على الإطالة.

الإجابة

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته أهلاً بك أخي الحبيب ونسأل الله أن يبارك فيك، وأن يهدي أهلك، وأن ييسر أمرك. أخي الحبيب : أولاً: البيوت لا تخلو من بعض المشكلات والمنغصات ، والزوج الحكيم هو الذي يتغلب عليها مهما بلغت ذروتها ، والزوجة المسلمة العاقلة مأمورة بسماع كلام زوجها في كل ما يرضي الله سبحانه وتعالى . يقول تبارك وتعالى (وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ) { الروم: ٢١ } ومع ذلك فيإمكانك التأثير عليه وتغييره للأفضل ان شاء الله ، وذلك بالاستمرار في نصحتها وتوجيهها الى كل ما يرضي الله . ثانياً : إن من أبرز أسباب الإدمان على النت (الهروب) من الواقع، والبحث عن واقع (بديل)، ومع مرور الوقت يتكيف الإنسان على ذلك، ويصبح من الصعوبة عليه التخلص.. أخي الفاضل: الحقيقة التي لا تحتاج إلى إيضاح أن الزوجة إنسان له مشاعره وأحاسيسه، وأن كلمة الشكر تدفعها، وكلمة الثناء تحفزها . ثالثاً : يجب ان توضح لزوجتك انك مسؤول عنها امام الله عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ يَقُولُ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، الْإِمَامُ رَاعٍ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالرَّجُلُ رَاعٍ فِي أَهْلِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ فِي بَيْتِ زَوْجِهَا وَمَسْئُولَةٌ عَنْ رَعِيَّتِهَا، وَالْحَادِمُ رَاعٍ فِي مَالِ سَيِّدِهِ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، -قَالَ: وَحَسِبْتُ أَنَّ قَدْ قَالَ: وَالرَّجُلُ رَاعٍ فِي مَالِ أَبِيهِ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ- وَكُلُّكُمْ رَاعٍ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ) أخرجهما البخاري ومسلم في صحيحهما عن ابن عمر (وانك تريد لها الخير والصلاح . رابعا : يجب عليك أخي



الحبيب ان تراجع نفسك وان تجلس مع نفسك جلسة مصارحة قال تعالى { إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ } [الرعد: ١١]. وذلك لكي تتعرف على النقاط الايجابية في حياتك والتي تفتخر بيها وتعرف على النقاط السلبية في حياتك و في تعاملك مع زوجتك حتي تبدأ في تغييرها الى الافضل , مما يشبع حاجاته العاطفية . خامسا : الزوجة إذا قوي تدينها وخوفها من الله كانت حريصة على الحذر من كل ما يغضب الله , ولذلك ، فعليك العمل على زيادة تدينها عن طريق أخذها للمحاضرات الدعوية، أو جلب الأحاديث والخطب المقروءة إن كانت تحب القراءة، أو المسموعة إن كانت تهوى السماع. سادسا: الصبر وكظم الغيظ والعفو عن المسيء من خلق الكرام ، لا سيما مع الزوجة ، فعن عائشة رضي الله عنها قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : (خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ ، وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي) رواه الترمذي (٣٨٩٥) وصححه الألباني في «السلسلة الصحيحة» (١١٧٤) . حاول ان تحتوى الزوجة عن طريق تعيّر أسلوب تعاملك معها ، فالزوج العاقل المتبصر بالعواقب يسعى لجمع الشمل ، وحل مشاكله في جو من الألفة والمودة ، وحفظ المعروف والعشرة ، وإظهار الحرص على زوجته ، والرأفة بها ، والبعد كل البعد عن كل ما من شأنه إيغار الصدور ، وإلقاء العداوة في القلوب . سابعا : اجلس معها جلسه حوار ناقش معها وجهة نظرك عن الأنترنت وتوصل معها الى حل يرضي الطرفين . الاستعانة بالله تعالى، فالقلوب بين يديه سبحانه.. قوم بالدعاء في السجود وفي ثلث الأخير من الليل حيث يستجاب الدعاء { وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ } { غافر ٦٠ . }

100- أريد التطوير هل من معين؟

الاستشارة

تزوجت من قريب لي وجلست معه سبع سنوات رغم فقره وأغلب وقتي عند أهلي .. هو عايش حياته بالطول والعرض متعرف على امرأة أخرى كبيرة وتصرف عليه وتساfer معه لكن كل هذا ما كان واضح عند أهلي لأنه يكذب عليهم.

وعليه ديون كثيرة، رزقت بولد والله الحمد وبعد تسعة أشهر من الولادة تركنا وذهب مع زوجته الثانية وبعد ست سنين من المعاناة خلعتة. أنا الآن أعمل مساعدة إدارية في مدرسة لأبني أحمل شهادة دبلوم وبكالوريوس براتب خمسة آلاف.

الراتب قليل وأبغى أكمل ماجستير ودكتوراه وما انقبلت تعبت . غير كذا ما عندي مانع لو اتوظف العصر أبغى مصدر رزق للسفر والترفيه على الأقل أسافر آخر الشهر أو العطلة نصف

الشهر ما فيه راتب مع أي أقتصد وأتحمل مصاريف الولد لأنه أصلاً لا يعرف أباه أبداً أبداً ولا بحياته زاره ومدرسته تأخذ مني الكثير تقريباً تسعة عشر الف. أفيدوني ..

الإجابة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد المسترشدة الفاضلة حفظك الله وسدد خطاك السلام عليكم ورحمة الله وبركاته * نهنئك بشهر رمضان المبارك ونسأل الله تعالى أن يجعلك فيه من المقبولين الفائزين . ** ثم أننا نتمن لك ثقتك بجمعية المودة للتنمية الأسرية برنامج الإرشاد الإلكتروني . # أولاً وصف المشكلة: يتضح من استشارتك - أ - ارتباك نفسي واجتماعي ناتج عن عدم وضوح الرؤيا لديك في كيفية تحقيق أهدافك والوصول للاستقرار الذاتي . وهذا أمر طبيعي في ظل الضغوط التي تعرضت لها . - ب - ردة فعل ضد الطليق وزوجته تمثلت في الاندفاع والرغبة في السفر وربط السعادة والراحة بالسفر .

الحلول المقترحة : - أ - عليك أولاً التعايش مع واقعك الحالي في ظل التفاصيل ومحدودية الدخل . - ب - أحرص على نقل ابنك إلى مدرسة حكومية حتى ينخفض مستوى الضغط المادي . - ج - تدريبي على إدارة ميزانيتك بشكل يحقق لك مستوى من الرفاهية التي تسعين لتحقيقها دون أن يخل رصيدك المالي ، فراتب خمسة آلاف لأم وابن كاف جداً للحياة بمستوى معيشي جيد (هناك مواقع في النت ومقاطع اليوتيوب لدورات تدريبية عن إدارة الميزانية) . - د - تأكدي أن الاستمتاع بالحياة ليس مرهوناً بالسفر خارج المدينة أو القرية أو خارج الوطن . ((نحن من شكلنا ضغط على أنفسنا في رهن السعادة بالسفر ونحن ننظر للآخرين أنهم سافروا وقضوا مدة من الزمن في الخارج استمتعوا فيها بالمناظر والطبيعة والأجواء ، وكل ذلك قد يخفي خلفه العديد من الهموم فكثير ممن سافروا أثقلوا كواهلهم بديون لأجل السفر وهذا يشير إلى ضعف في مستوى الصحة النفسية)) . ومع كل ذلك تنظيم مصروفاتك وإدارتك لميزانيتك سوف يسهم في قدرتك على إذخار جزء من دخلك بشكل شهري حتى وقت الاجازة تستطيعين معه السفر والتنزه . - هـ - استمتعي بيومك من خلال تنظيم يومك بين العمل والعلاقات الاجتماعية الإيجابية والترفيه . * أما فيما يتعلق بالبحث عن وظيفة إضافية فمن المرجح أن الرغبة في ذلك عائد لإحساسك بعدم كفاية دخلك للسفر الذي يحقق الإشباع النفسي في إظهار مقدرتك على السفر والتنزه ، ومع ذلك فعليك أن تدرسي ذلك بشكل جيد قبل البحث عن وظيفة من خلال الجوانب التالية : - أ - هل لديك الوقت الكافي في ظل رعاية الابن لعمل إضافي . - ب - هل لديك الاستعداد البدني للعمل لساعات طويلة خلال اليوم . المسترشدة الكريمة لاتدعي



انفعالاتك تحكم قراراتك ، فأنت قادرة على تحقيق أحلامك وطموحاتك بالإمكانيات المتاحة . ***
وتذكري أن الله سبحانه وتعالى أقرب لعبده من جبل الوريد *** تمنياتنا لك بحياة أسرية مستقرة .

100

سؤال وجواب من واقع
الاستشارات الإلكترونية
بجمعية المودة للتنمية الأسرية

المودة

almawaddah

جمعية المودة للتنمية الأسرية
Almawaddah Society for Family Development



9 2 0 0 0 1 4 2 6
www.almawaddah.org.sa

     @almawaddah_j |  info@almawaddah.org.sa