

## • العلاقة مع الأبناء

:- الاتفاق بين الزوجين على أسلوب تربية الأبناء وطريقة معاملتهم ؛ والوصول إلى قرار مشترك فيما يخصهم من أمور حياتهم .

## (ج) العلاقة الاقتصادية

:- لابد من اتفاق الزوجين على أوجه الإنفاق . ولابد من وجود مصروف خاص للزوج يلبي احتياجاته ؛ ومصروف خاص للزوجة يلبي احتياجاتها ؛ ومصروف خاص بالأولاد ؛ وتغطية مستلزمات المنزل . وذلك برضا الطرفين على كيفية توزيع الدخل على هذه المتطلبات ؛ والتحديد المشترك للأولويات .

## (د) العلاقة الجنسية

:- عندما تنجح العلاقات الثلاث السابقة تنجح بالتالي العلاقة الجنسية . وتعتبر العلاقة الجنسية ناجحة عند الإعجاب بالطرف الآخر جسدياً والإقبال عليه ؛ والاستثارة من خلاله والرغبة فيه والاستمتاع أثناء ممارسة الجنس معه .

وهناك بعض الأخطاء التي يقع فيها الزوجان وتؤثر على تلك العلاقة التي تصل إلى البرود الجنسي للمرأة أو العجز الجنسي للرجل ؛ مثل :-

- تقصير الزوجة في العلاقة الجنسية مع الزوج متعلقة بالتعب أو الإرهاق أو المرض نتيجة لجهلها في مثل هذه الأمور مما يزيد انطفاء مشاعر الحب لدى الرجل مؤدياً إلى الجفاء والهجر .
- إحباط الزوجة نتيجة تقصير الزوج في التعبير عن مشاعر الحب سواء بالتعبير اللفظي أو غير اللفظي؛ أو نتيجة عدم اهتمام الزوج تجاهها .
- انشغال الزوج كل الوقت في عمله على حساب الزوجة وحساب الأسرة .
- ولسلامة بناء الأسرة لابد من نجاح العلاقة بين قطبي



# الإعجاب والتفاهم عوامل نجاح العلاقات الزوجية

(١) العلاقة العاطفية والمشاعر :- لا بد أن تكون علاقه عاطفية + عقل . ولكي يكون هناك انسجام من حدوث :

(أ) القبول (ب) الاقتناع (ج) الإعجاب (د) الحب  
أولى الخطوات في العلاقة العاطفية الناجحة بين الزوجين هي القبول والاقتناع الداخلي بالطرف الآخر؛ وأهم الخطوات في العلاقة العاطفية الإعجاب بالشخصية ( الزوج / الزوجة ) وصفاتها والشكل وتقبل الروح ( مع نوع من الفخر والزهو بالآخر  
وعندما يتم ذلك يتكون الحب ( حب الطرف الآخر حباً متكاملاً ) ؛ حب الروح والشخصية والإعجاب بالشكل والرغبة الجسدية فيه .  
ولابد من توافر غذاء للحب بين الزوجين - لتدعيم العلاقة العاطفية بين الزوجين التي تشملها المرونة - يتكون من :

يشملها التفاهم والرضا من الزوجين. وتتمثل العلاقة الاجتماعية في :  
• علاقة الزوجين داخل المنزل :- الحوار اليومي الدائر في كل أنشطة الحياة اليومية ؛ وتلبية الاهتمامات المشتركة داخل المنزل والحياة الأسرية .  
• علاقة الزوجين خارج المنزل :- الرحلات - الزيارات - الخروجات المحببة المشتركة .  
• العلاقة مع الأهل والأصدقاء :- علاقة حب وتفاهم بين الزوجين بأهل الزوج الآخر وأصدقائه وتكون العلاقة بما يرضى الطرفين.

التعاون المشترك بينهما في كل ما يتعلق بأمور البيت والأسرة  
• العطاء :- التهادي في المناسبات ؛ عدم البخل في ما يجب الطرف الآخر .  
• التحاور :- مناقشة الأمور المتعلقة بالزوجين والأسرة ؛ ووجود محطات المصارحة بين الزوجين ومناقشة القصور في أي ركن من أركان العلاقة الزوجية بود ورغبة في الوصول لحل يرضى الطرفين .  
• التواصل :- سواء لفظياً عن طريق كلمات الحب - كلمات التدليل - ..... ؛ أو التواصل غير اللفظي عن طريق القبلات- الأحضان -  
ب ( العلاقة الاجتماعية :- لابد أن تكون هذه العلاقة

• التفاهم :- التلاقى في أسلوب التفكير وانسجام الأفكار ( وليس تماثلها ) والاتفاق في المبادئ والالتقاء في وجهات النظر بنسبة معقولة وتقبل الاختلاف مع الآخر ووضع النفس مكانه والتكيف مع ذلك .  
• التسامح :- تقبل عيوب الآخر بنسبة معقولة والتجاوز عن هفوات الآخر .  
• الثقة المتبادلة بين الطرفين :- الاطمئنان النفسي والذهني لسلوك الآخر وأفكاره واثمائه على حبه وعشرته وشرفه .  
• التعاون :- التضحية من في حدود المعقول : التنازل طواعية عن بعض ما يجب الإنسان من أجل سعادة الآخر



## اللقاء الصامت

إنه لقاء لا توجد به كلمات مباشرة وصريحة يمكنك الاستدلال منها بشيء مفهوم ولكن التأثير النفسى لهذا اللقاء قد يفوق تصورنا جميعا إنه لقاء طفل معاق مع أسرته أو بمفرده بالمجتمع فكم مرة قابلنا ونحن فى الطريق طفلاً معاقاً مع أسرته أو شخصياً كفيفاً وأصم أو معاقاً حركياً؟ لعلنا نقابلهم أحياناً كثيرة فى حياتنا اليومية بالمواصلات العامة أو فى الطريق .

### أخى الكريم

توقف لحظة ! هل تتذكر رد فعلك الأول إذا كنت قد مررت بهذا الموقف؟ هل تتذكر فعل شخص آخر بجوارك ؟ قد لا تكون قد مررت بهذه التجربة أو لم تشاهدها من قبل دعنا اليوم نصف لك بعض الأنماط لردود الأفعال التلقائية لبعض الأفراد التى يعلمها جيداً كل أب وأم لديه طفل معاق ذهنياً أو كل شخص لديه إعاقة حركية أو سمعية أو بصرية وتتمثل تلك الردود فيما يلى:

● قد يخاف البعض من الاقتراب من هذا الطفل اعتقاداً منه أن هذا الطفل مجنون وقد يمثل خطورة مباشرة عليه أو على أطفاله فيهمس لأطفاله بالابتعاد عنه أو يطلب فرد من الآخر الذى بجواره انظر إلى هذا إنه مجنون ويظل موجهاً نظراته إليه وكأنه يرى إنساناً من كوكب آخر وهو لا يعلم أن مثل هذه النظرات حارقة لهذا الطفل وأسرته، وآخرين قد يعلقون انظر هذا أحرس أو هذا أعمى أو مكسح ينطقها بصوت منخفض جداً من وجهة نظره وهو لا يعلم أن كلماته تصل إلى هؤلاء الأفراد كالسهم السام قاتلة وجارحة وغيرها من الأنماط المختلفة عند اللقاء بهؤلاء الأفراد الذين لا يختلفون عنا كثيراً، فليس لأحد منا الفضل أو المهارة فيما أعطاه الله إياه أو سلبه منه، قد لانعلم أن هؤلاء الأفراد يتميزون ببعض القدرات التى لا نمتلكها نحن ممن نظن بأننا أسوأهم وبشكاوى قد تكون متشابهة فى أنهم جميعاً يشعرون بالألم وعدم القدرة على مواجهة مثل هذه الإساءة ورغبتهم فى الانسحاب من الاختلاط بالمجتمع بالمواقف المختلفة وكذلك الابتعاد عن حضور الاحتفالات والمناسبات العامة .

### أخى الكريم

هل تعتقد الآن لماذا هذا الشعور؟ إن هذا الشعور هو نتاج هذا اللقاء الصامت الذى يعد من أسوأ أنماط الإساءة الموجهة للأطفال ذوى الإعاقة وأسره فى الوقت الذى يحتاج فيه هؤلاء إلى دعم المجتمع لهم وتقبلهم كأفراد لهم الحق فى حياة بدون إساءة حتى ولو كانت بنظرة أو همسة غير موجهة.

وفى نهاية هذا اللقاء نود أن يتوقف كل منا لحظة مع نفسه ويحدد لنفسه مهارة يجب اكتسابها فى التعامل مع ذوى الاحتياجات الخاصة عند لقائه بمفرده أو مع أسرته وهى عندما تراه تذكر أن نظرتك، حديثك الجانبى ، تعليقاتك، رد فعلك التلقائى تخرجه وتسبب له وإلى أسرته نفسياً إساءة قد يصعب على العلاج النفسى محو آثارها تماماً... فتعامل بشكل طبيعى معه كما تعامل مع الآخرين وتذكر دائماً إنه من نفس الكوكب الذى ننتمى إليه، الفارق الوحيد أن مشكلته قد تكون واضحة فى ملامح جسده الخارجية ونحن فقط لا تظهر مشاكلنا وعجزنا على السطح.

## بقلم / كريمة عونى الخشاب

أخصائى نفسى إكلينيكى

ومعد برامج لذوى الاحتياجات الخاصة

## بقلم



### د. علاء فرغلى

استشارى الطب النفسى

الأسرة وهما الزوج والزوجة ؛ ولابد من وجود دعائم ثابتة قوية بين الزوجين تتمثل فى الإيمان بأسس بناء الحياة الأسرية الناجحة ؛ وقوة الوازع الدينى للزوجين ؛ ومعرفة كل منهما بواجباته نحو الزوج والأبناء ؛ ونضج شخصية كل من الزوجين ؛ وبدل الجهود والمحاولات من كلا الزوجين لتعديل السلوكيات والعادات الخاطئة التى تؤثر على الطرف الآخر.

ولابد من شعور كل من الطرفين بالاستقرار والرغبة فى الاستمرار عن طريق الإصغاء إلى الزوج الثانى باهتمام ؛ وتقديم النصيحة والمشورة إذا طلبها ؛ وتلافى التفاهات الصغيرة - مثل نسيان التهادى فى المناسبات ؛ نسيان فعل الأشياء الصغيرة التى يحبها الطرف الآخر ؛ غياب البسمة ؛ نسيان التأق والاهتمام الشخصى - والتى تؤدى إلى الفجوات الكبيرة نتيجة التراكمات التى تؤدى إلى الابتعاد والغربة بين الزوجين .

ولابد من وجود مسافة يتنفس فيها الزوجان؛ وتجنب الخلاف والشجار وكثرة العناد ؛ ولابد أن يوجد بين الزوجين محطات للمصارحة إذا وجد قصور فى أى ركن من أركان العلاقة سواء فتور فى

﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾

صدق الله العظيم

