



سيكولوجية الزوج الهدام

في البداية هناك علاقة حكيمة بين الزوج والزوجة التي أشار إليها القرآن الكريم بالمودة والرحمة، فيقول الله تعالى «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْتَكِرُونَ» (سورة الروم ٢١)

ومن جوهر هذه العلاقة الحكيمة:

أ) أن يقوم الزوج بتسديد احتياجات زوجته وتقوم الزوجة بتسديد احتياجات زوجها التي تلخص في:

١- احتياجات الزوج: الحب - القبول - الثقة - التقدير

٢- احتياجات الزوجة: الحب - التفهم - الرعاية والاهتمام - الاحترام

ب - المرأة تقع في حب الزوج وتظل تحبه عندما يقوم الزوج بتسديد احتياجاتها

ويلاحظ أنه «عندما يتغير الأزواج سيتغير المجتمع» لأن المشكلة في العلاقة الزوجية تظهر عندما يصر الأزواج على طلب احتياجاتهم النفسية من زوجاتهم فقط ولا يسددون احتياجات زوجاتهم النفسية يؤدي ذلك إلى:

١ - ظهور روح الأنانية لديهم ويحدث الخلل في قيادتهم للأسرة وبالتالي لا يقومون بواجبات القوامة فيها. فمن أهم صفات القوامة، «أن يكون قلب الزوج خادما لأسرته حتى تتحقق هذه القوامة» والقلب الخادم معناه أن «قلب الزوج ينقل المشاعر الإيجابية لزوجته ولأولاده من تعاطف واحتواء ورحمة وإيثار وعفو وتسامح» وهي من أهم صفات القوامة لدى الزوج. بالإضافة للصفات الأخرى للقوامة.

٢- تعيش المرأة واقعا سيئا من الألم النفسي - عدم الأمان - المعاناة الشاملة في حياتها.

ومن هنا تظهر الشخصيات الصعبة في الزواج التي يمثل كل منها معول هدم للأسرة التي سنتناول بعضها وهي: الزوج المتسلط، والزوجة المتسلطة - والزوج غير الأخلاقي - والزوج المشتت والزوجة المشتتة - الزوج السلبي. وذلك:

أولاً: حتى يتم معرفة كل زوج من هذه الشخصيات الصعبة خطورة المشكلة التي يعاني منها وكيف يقلل من حدتها حتى لا يهدم بيته بيديه، وبالطبع هذا في حالة اعترافه بمشكلته ورغبته في العلاج وعدم التكبر على هذا العلاج.

ثانياً: حتى يتبين للزوجة في حالة رغبتها في استمرار علاقتها الزوجية كيف تحتوي زوجها «صاحب الشخصية الصعبة»؟ وكيف تتعامل معه؟

أولاً: الزوج المتسلط:

الأسباب التي تصنع من الرجل شخصاً متسلطاً:

ضعف رعاية الوالدين أو انفصالهما حيث إن الشخصية السوية تحتاج أثناء نموها في مرحلة الطفولة إلى:

أ - العواطف الملموسة

ب - كلمات الحب

ج - الرعاية والاهتمام

د - الحوار الهادئ المتميز بالرفق

فعندما يفقد الطفل هذه الرعاية الوالدية يبدأ بناء الشخصية القائمة على الحيل النفسية الدفاعية مثل (الكبت - النكوص

- الإسقاط - التكوين أي رد الفعل العكسي - التقمص أو التماهي - الإبطال - الإنكار - الانشقاق - الإزاحة - التسامي أو التعالي - الفعلنة).

س ١ - إلى من يجذب هذا الرجل؟

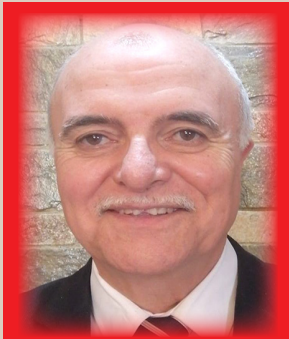
ج - يجذب عادة لفتاة تعرضت لرعاية مفرطة لاعتقاد الوالدين أو أحدهما (أنا لا أريد أن أحرم بنتي أو ابني من أي شيء تطلبه)

ولكن في الحقيقة كما يقول علماء النفس «أن الحاجات تلبى والرغبات ترشد» وكان يتم التدخل في حياتها بشكل ملحوظ! «أنت لا تعرفين مصلحتك زينا، اعملي كذا وكذا فتختار لها كل شيء في حياتها».

س ٢ - لماذا يجذب هذا الرجل لهذه الفتاة؟

ج - أ (حاجته للرعاية والاهتمام والانتماء التي تمتلكها هذه الفتاة فهي تربت في بيئة كلما اشتتت شيئاً اشتتته) الذي حرم منها هذا الزوج وهو صغير.

ب - (عندها تقدير ذاتي منخفض وضعف في الثقة بذاتها (الطفلة اليتيمة مثلاً، فيختارها قائلاً «أنا اخترتها لأنها طول عمرها يتيمة فمكسورة فلن تتبجح في»). وبالتالي تحتاج لإحساس قوي بالهوية فتجد ذلك في مثل هذه الشخصية القوية قائلة «هذه هي الشخصية التي يمكن للواحدة تستند عليها».



د. محمد زكريا محمد
استشاري الصحة النفسية
والإرشاد الأسري

منها الاعتذار أمام الزوج المتسلط دوماً، فهي تريد أن تتماشى مع الأمور والأشياء التي يريدها الزوج المتسلط، لأنها تريد الحفاظ على السلام، وألا تثير لديه موجات الغضب القاسية، ففي حالة غضبه تقوم بتقبيل رأسه والطبوبة عليه مع سيل من الاعتذارات حتى يرضى، فهي تعيش هي والأطفال كما لو أنهم يسيرون على حافة الهاوية، فطالما الزوج موجود في المنزل؛ هناك حالة من الاستنفار والقلق والإجهاد، تكون هي سيدة الموقف!

- حب الرجل المتسلط مشروط؛ كأن يحب زوجته أو خطيبته إذا غيّرت لون شعرها من أجله، أو قامت بفقدان وزنها أو زيادة وزنها كي يرضى!

- يستخدم الزوج المتسلط الغيرة كسلاح سري، فحتى لو أرادت قضاء بعض الوقت مع صديقاتها، فإنها لن تهتم بمظهرها! وستخرج وهي منزعة وغير مهتمة بمظهرها، ولو لها صفحة على الفيس بوك تقوم الدنيا ولا تقعد إذا قام رجل بعمل (لايك) إعجاب على صفحتها أو مقالة كتبها. فتضطرب لإغلاق صفحتها وذلك كله وغيره حتى لا تثير غيرته المريضة والمفتعلة وغضبه.

- يضغط الرجل المتسلط على زوجته لممارسة العلاقة الزوجية، كما أنه يتحكم ويهيمن على كامل العملية الجنسية والجماع وأوقاته وظروفه، أو أنه يعاقب زوجته بالنوم في غرفة منفصلة.

- تبدأ الزوجة بإخفاء الكثير من الأسرار الصغيرة والتفاصيل عن زوجها المتسلط، فعلى سبيل المثال لا الحصر: زيارة سرية تقوم بها لصديقتها! أو شراؤها ثوبا أو هدية لوالدتها في إحدى مناسباتها! وإذا وصلت الزوجة لهذه الدرجة فالحياة بينهما قد انتهت!

- الاعتداء الجسدي على الزوجة بضررها أو إلقاء أشياء عليها أو فعل أي شيء آخر لإلحاق الأذى الجسدي بها؛ أو يدق بيده على المكتب أو

مصلحتها حتى أنه يتحكم بإصدار العقوبات والمكافآت المالية؛ كشكل من أشكال السيطرة، وهذا مثال لحالة «محسنة متزوجة من محسن وهو زوج متسلط يقول لها: «ممتازة جداً يا محسنة، فتعالي ننزل نشترى فستان لك!!!» لأنك قطعت علاقتك بأختك وزوجها الذي لا أتحمّل رؤيته» «فدائماً لو عملت ما أريد سأعطيك الهدية بعد الهدية»!!!

- مع الرجل المتسلط لا يمكن للزوجة الاحتفاظ بأي نوع من الخصوصية. لا حسابات على مواقع التواصل الاجتماعي لا يعلم بها، أو لا يمتلك كلمة المرور إليها، كذلك الحسابات البنكية والثياب التي تمتلكها والمصاغ وحتى الأفكار التي تفكر بها!!! مع أن الخصوصية احتياج أساسي لكل إنسان منا.

- لا يجب الرجل المتسلط أن تقضي زوجته الوقت مع أصدقائها وعائلتها بدونه، حتى تبدأ الزوجة بالانعزال والابتعاد عن كل علاقاتها بسبب زوجها المتسلط.

مثال: زوج مسافر فاستأذنت زوجته أن تسافر هي وأولادها إلى المصيف مع عائلتها فيرفض قائلاً «يجيلكم نفس ويهون عليكم تروحوا المصيف من غيري»

- العزلة هي العلامة الحمراء الخطيرة التي تدل على زوج متسلط، لأنه عندما يحرم زوجته من الاتصال بالآخرين، تفقد القوة وموارد الدعم من أهلها وأصدقائها، ثم يقوم الزوج المسيطر بفرض جميع القواعد حول ماهية الحب والحياة الزوجية، حتى أنه قد يستخدم أطفالهما كوسيلة ضغط، قائلاً لها «لن تتمكني أبداً من رؤية الأطفال مرة أخرى إذا لم تفعلي كذا، أو كذا!!!» أو يهددها بالزواج عليها من أخرى!!!

- يحاول الزوج المتسلط إحراج زوجته أمام الآخرين، كلما سنحت له الفرصة بذلك، فعل سبيل المثال الأرز شاط منها، أو استخدمت المكينة وتعطلت منها خاصة عندما لم تلب الزوجة طلبه

- تجد الزوجة نفسها في مواقف تتطلب

ونتيجة هذا الارتباط تنشأ علاقة اعتمادية غير صحيحة على الإطلاق وفي الغالب لا يكتب لها النجاح.. لماذا؟

١ - لأنه مع مرور الوقت سيفقد الرجل احترامه لهذه الفتاة لأنها ضعيفة في ثقها بنفسها وقليلة القيمة بذاتها

٢ - سيزداد ضيقها منه يوماً بعد يوم لتسلطه عليها وتقوم بخلة إذا لم يطلقها.

● علامات ومظاهر الزوج «المتسلط»
- يظن الرجل المتسلط أنه على صواب دوماً، وأنه لا يمكن أن يخطئ في رأيه مهما كان الموضوع.

- يلوم الزوج المتسلط زوجته على كل الأمور السلبية والسلوكيات غير المحسوبة التي يقوم بها، والقرارات الخاطئة التي يتخذها أيضاً فلو المدير أوقع عليه جزاء مخالفة وقع فيها فستكون الزوجة هي السبب.

- يدفع الرجل المتسلط الآخرين بمن فيهم زوجته وأولاده؛ لأن يشعروا أنهم مدينون له دوماً، ويستخدم الهدايا بمثابة مكافأة الزوجة والأولاد على تنفيذ ما يريده هو.

- يحاول الزوج السيطرة على أفعال الزوجة، فيما تأكل وتلبس. وفيما تنفق والمسايق التي تستخدمها مستخدماً ذرائع مختلفة وبحجج قد تكون مقنعة لها (من مبدأ ديني وحرام أنا جنتك ونارك، وطاعة الزوج، ولو خبتي حاجة علي ربنا سيحاسبك أو، حقي كزوج لك، أو أنه يغار عليها؛ بذريعة الحب.

- يحاول الزوج السيطرة على زوجته من خلال الصراخ والغضب، حتى لو لم يستخدم العنف الجسدي ضدها. الخصام، التكبيرة

- يستخدم الزوج المتسلط النقد والسخرية من زوجته والاستهزاء بها، كما يحاول أن يبدو ويتصرف بطريقة متفوقة عنها. فيرفع من قيمته من خلال خفض قيمتها وتحقير إنجازاتها سواء في الأكل، نظافة البيت

- يسيطر الزوج المتسلط على الأمور المالية في المنزل بما في ذلك راتب الزوجة، الفيذا، الميراث ومقداره، فيوهم زوجته أنه يريد





المائدة أو يقلب المائدة بالأكل الذي عليها فهذه محاولات كلها وغيرها للسيطرة عليها.
توافر ٣ صفات من الصفات السابقة في الزوج فهو زوج متسلط .

خطبة الشفاء والتعافي من الزوج المتسلط:

هناك مشكلات بين طرفي العلاقة الزوجية الزوج المتسلط والزوجة المتسلط عليها ولا بد من الشفاء والتعافي لكليهما:

أولا الزوج المتسلط:

لا بد أن يعترف الزوج المتسلط بأن عنده مشكلة التسلط وأن تعاملاته مع زوجته تتسم بالتسلط، فأساس العلاج هو الاعتراف بأن لديه مشكلة، وألا يتكبر على العلاج، فإذا تحقق ذلك فلا بد من التواصل مع المرشد الأسري النفسي ليضع له خطة العلاج التي تتضمن الأنشطة العملية التي تعينه على التخلص من هذا التسلط، ومعرفة أسباب تسطه وعلاجها

ثانيا الزوجة المتسلط عليها:

أ - وهي في فترة الخطبة وظهرت عليه علامات التسلط من خلال التعامل معها ومع أسرقتها فلتبادر هي وأسرقتها برفض هذا العريس المتسلط منذ البداية. حتى تحافظ الفتاة على سلامة صحتها النفسية والجسدية.
ب - وهي في السنة الأولى زواج وقبل الإنجاب وظهرت أمام الزوجة علامات التسلط على زوجها فيترك لها قرار الاستمرار في هذه العلاقة أو الانفصال عن زوجها المتسلط.

ج - أما في حالة رغبتها في الاستمرار ومن خلال المرشد الأسري النفسي تبدأ الرحلة الحقيقية لعلاج التسلط وأثره عليها من خلال نقاط هامة تبين كيفية التعامل مع الزوج المتسلط فمن هذه النقاط:

١ - تطبيق تقنية الانفعالية والمبادرة:

وتتلخص هذه التقنية في «عندما يفعل الزوج المتسلط على زوجته تلتزم هي بالهدوء وتأخذ موقفا سلبيا بمعنى لا جدال ولا نقاش ولا غضب ولا حزن ولا صراخ ولا بكاء، إلخ وتلتزم بالصمت، والهدوء والابتسامة وغيرها من التصرفات العقلانية حتى يبدأ الزوج تماما، وبعد الهدوء تبدأ الزوجة بتقنية المبادرة فتبدأ تسأل نفسها ماذا يجب أن تفعله الآن بدون خسارة؟

فهذه تقنية جيدة ولكنها تحتاج لامرأة ذات نضج نفسي كبير. حيث إن العيش مع شريك مسيطر يضر زوجته بصحتها العاطفية والجسدية مثل مشاكل ضغط الدم والصداع أو آلام الظهر والرقبة وغيرها، وصحتها النفسية.
٢ - لا تكافئ الزوجة السلوك السيئ لزوجها المتسلط.

فكلما كانت الزوجة خاضعة أكثر ازداد الزوج تسلطا، حيث تتناسب نسبة التسلط تناسباً طردياً مع نسبة الخضوع. فنحن مع الأذان ومع الصلاة نقول «الله أكبر»، فإله

عليه مع أهله وأهلها أو مع من يردعه أو من يدعمها من أقاربها. فهو يحرص دائما على صورته العامة تكون حسنة أمام الآخرين.

٧ - لا تشعر الزوجة بالذنب إذا رفضت الامتنال لرغباته ولتخبره أن طلباته ستفكر في تنفيذها وستنفذ ما تستطيع أن تقدر عليه فقط، ويجب عليه احترام قرارها ومعرفة سبب رفضها لما لا تقدر عليه.

٨ - يجب أن تعلم الزوجة أن عطايا زوجها وهداياها بغرض خضوعها له وليست دليلا على محبته أو إسعادها وبالتالي لا يمكن الوثوق به، فالعطايا والهدايا يجب أن تكون لإسعادها وليست للمن والأذى ويجب ألا يتوقع شيئا مقابلها لها وإذا فعل ذلك فيجب أن تسأله ما هو المقابل لذلك؟

٩ - في حالة الرغبة في الانفصال:

أ - يجب أن تكون الزوجة صادقة مع نفسها وصبورة جدا عليه وتضمن سلامتها الشخصية حتى تتفصل في سلام لأنها لا تضمن عواقب علمه برغبتها في الانفصال. فالمتسلط يعتبر الحياة بالنسبة له حربا يخوضها فلذلك يجب توثيق مخاوفها بمعنى. من خبرتها معه تعلم ماذا سيفعل؟ فلذلك يجب تأمين حياتها وسلامتها فاللعبة التي يقبض عليها قررت الهرب منه!

ب - تلتزم الزوجة بالمحافظة على صحتها من جانب التغذية والرياضة والنوم وصحتها النفسية، والعاطفية. حتى تحافظ على رعايتها الذاتية.

ج - ضرورة فهم المشاعر المختلطة لديها فقد تكون مشاعر الانفصال هي الغالبة ولكن مع علمه برغبتها في الانفصال فيتودد لك ويعتذر فيتسرب إلى الزوجة مشاعر رغبته في التغيير وأنه سيتغير فتتنازل عن رغبة الانفصال فعند عودتها عن قرارها سيكون أشد مما كان عليه. فهي لا تتخيل كيف ستكون حالتها بعد الطلاق؟ أو كيف ستكون حياتها بعد الرجوع إليه؟ فتصبح مشاعرها مختلطة. ولا بد من فهم تلك المشاعر المختلطة جيدا.

أكبر من كل شيء، فالمتسلط يشعر بالكبر وأن له نظرة علوية على زوجته، وبعض النساء يعتقدن أنهن عندما يقابلن سوء معاملة الزوج المتسلط لهن بالمودة والاعتذار والطبوبة أملا في تغييره ولكن للأسف يزداد تسطه، وهذا الوضع يكون له الأثر السيئ على تنشئة الأولاد، من اضطرابات وأمراض نفسية.

٣ - تدع الزوجة زوجها يعلم أنها تتألم كلما كان سلوكه انتقاميا أو كلما فرض شروطا لحبه فلا تسكت عن حقها في التعبير عن ضيقها وألمها فعليها إيجاد حل نهائي معه. فلتعلمه بدون خصام ولا نكد حتى لا تتكد على نفسها وأولادها.

٤ - تتعامل الزوجة مع سلوك زوجها الساخر الذي يدعي أنه مجرد دعاية وهزار فالدعاية والهزار يكون مرة واحدة وانتهت، وليس سمت حياة وذلك عندما يسخر من مظهرها أو قدراتها أو أي جانب من جوانب شخصيتها، فهو يفعل ذلك ليس من أجل تحسينها وتطويرها ولكنه يزرع بذور الشك في ذاتها حتى يغيرها بالطريقة التي يريدها.

أيضا في حالة النقد والسخرية منها تكون الزوجة إيجابية وترفع شعار «رأيك في لا يدل علي» أو «حدد لي ما هو المطلوب مني بالضبط واكتب ذلك بدون نقد وسخرية»

٥ - تخرج الزوجة من حالة العزلة وتستعيد قوة علاقاتها بأهلها وصديقاتها، فكان يبرر لها سابقا أنه يخاف عليها ويغار عليها ولكن الاضطرابات والأمراض النفسية والسلوكية تتفاقم في حياتها، فلذلك عليها جمع الدعم والسند من أقاربها الذين تثق فيهم فسيشعر زوجها المتسلط بقوتها بوجودهم حولها.

٦ - تتعامل الزوجة مع الإنذارات والتهديدات بعدم رؤية الأولاد أو بالزواج من امرأة أخرى لو لم تفعل طلباته، ولا تسكت أبدا على استنزافها عاطفيا (حرام عليك، الملائكة ستلعنك، طيب انت ضميرك مريحك يا محسنة!) فتقوم بحملة إعلامية