



دليل الإرشاد الأسري 12

أثر المتغيرات المعاصرة في الأسرة وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟

الإشراف العلمي والتحرير

د. عبد الله بن ناصر السدحان

1448هـ/2026م

مراجعة

البروفيسور. محمد بن مسفر القرني
أستاذ العلاج الأسري في جامعة أم القرى بمكة المكرمة

د. سناء بنت محسن العتيبي
أستاذ علم اجتماع القانون المساعد بجامعة الملك سعود

د. عدنان بن مُحَمَّد الخياري
د. فاطمة بنت عبد العزيز مجاهد
أ. فاطمة بنت مُحَمَّد الشهري
أ. د. مُحَمَّد بن إبراهيم السيف

د. خالد بن سعود الحليبي الزيد
د. عبد العزيز بن عبد الله المقبل

شارك في الكتابة

أ. د. أسماء بنت عبد العزيز الحسين
أ. جابر بن عبد العزيز المقبل
د. حسين بن مُحَمَّد الحكمي
د. خالد بن حمد الرشيد

أثر المتغيرات المعاصرة في الأسرة وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟

شارك في الكتابة:

أ. د. أسماء بنت عبد العزيز الحسين	د. خالد بن سعود الحليبي البن زيد	د. عدنان بن مُحَمَّد الخياري
أ. جابر بن عبد العزيز المقبل	د. عبد العزيز بن عبد الله المقبل	د. فاطمة بنت عبد العزيز مجاهد
د. حسين بن مُحَمَّد الحكمي		أ. فاطمة بنت مُحَمَّد الشهري
د. خالد بن حمد الرشيد		أ. د. مُحَمَّد بن إبراهيم السيف

مراجعة

البروفيسور/ محمد بن مسفر القرني	الدكتورة/ سناء بنت محسن العتيبي
أستاذ العلاج الأسري في جامعة أم القرى بمكة المكرمة	أستاذ علم اجتماع القانون المساعد بجامعة الملك سعود

الإشراف العلمي والتحرير
الدكتور/ عبد الله بن ناصر السدحان

1448هـ/ 2026م

* تم ترتيب الأسماء أبجدياً

ح عبدالله بن ناصر السدحان ، ١٤٤٧ هـ

السدحان ، عبدالله بن ناصر
دليل الارشاد الاسري: أثر المتغيرات المعاصرة على الأسرة
وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟. / السدحان ، عبدالله بن
ناصر - ط١. -. الرياض ، ١٤٤٧ هـ

ص. ص. ؛ ..سم

رقم الإيداع: ١٤٤٧/١١١٤٣
ردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٠٦-٢٩٦٣-٣

جميع الآراء والأفكار الواردة في هذا الدليل تُعبر عن وجهة نظر كاتبها فقط

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وعلى آله وصحبه، أما بعد

مسيرة مباركة تخطوها هذه السلسلة من أدلة الإرشاد في مجال الإرشاد الأسري في المملكة العربية السعودية وفي الخليج العربي، فهي هذا الدليل الثاني عشر يُزف إلى المرشدين والمرشدات في المجال الأسري؛ ليكمل منظومة العقد العلمي التطبيقي، المهاري في مجال الإرشاد الأسري، في ظروف يحتاج فيها المجتمع السعودي والخليجي؛ للتعامل المهني مع التغيرات التي تمر بها المجتمعات محلياً وإقليمياً وعالمياً، فلا يخفى الواقع المتغير والمتسارع، جراء النقلات الاقتصادية والحضارية التي تبنتها الدولة لمواكبة التغيرات العالمية، ولكن بنكهة محلية تراعي القيم والثوابت وتساير العالم من حولنا.

والمجتمع السعودي وهو يعايش برامج (رؤية 2030) تلك الرؤية الطموح التي أطلقتها الدولة (وفقها الله)، بما تضمنته من نص صريح يؤكد أن (الأسرة هي نواة المجتمع، حيث إنها تمثل الحاضنة الأولى للأبناء، والراعي الرئيس لاحتياجاتهم، والحامي للمجتمع من التفكك)، وتأكيداً على المكانة المحورية للأسرة بوصفها الأساس الذي يقوم عليه البناء الاجتماعي، وأهمية ترسيخ القيم الأصيلة وتعزيز الهوية الوطنية بما يساهم في تقوية الروابط الأسرية، وتمكين المرأة بما يكفل تعزيز مشاركتها المجتمعية بطريقة تدعم توازن الأدوار الأسرية، يأتي هذا الإصدار من سلسلة أدلة الإرشاد الأسري متماهياً مع توجهات الرؤية التي تدور حول أهمية الأسرة وضرورة تماسكها وترابطها حماية للمجتمع.

ولقد كان منهجنا في هذا الدليل متسقاً مع المنهج الاستكثابي للأدلة السابقة، فقد كان التركيز على الجانب الإجرائي، مع عدم إغفال الجانب العلمي من توثيق ولكن دون إرباك للقارئ، بحيث تُسرد المراجع والمصادر التي استفاد منها الكاتب في نهاية كل مبحث، كما حرص (الفريق العلمي المشرف على أدلة الإرشاد الأسري) على استكتاب من جمع بين الجانب الأكاديمي، وجانب الممارسة العملية للإرشاد الأسري، من مختلف مناطق المملكة، ولا شك أن في ذلك تنوعاً في الطرح وإثراء في الخبرات العلمية والعملية، فكانت المعلومات التي قدمها المشاركون في الدليل ثرية وعلمية مرتكزة على الجانب النظري، ومعززة بالممارسة العملية من خلال التعامل مع المسترشدين بشكل شبه يومي وقد تحقق هذا بنسبة كبيرة ولله الحمد والشكر.

جزيل الشكر والعرفان إلى السادة مؤسسة الضويان الخيرية بالدمام على دعم هذا الجزء من سلسلة أدلة الإرشاد الأسري، ويتواصل الشكر إلى مؤسسة الجميع الخيرية وكذلك السادة مركز بيت الخبرة للبحوث والدراسات الاجتماعية على الإسهام في دعم هذا الدليل ونشره وتوزيعه للمستفيدين، فهو يُوزع مجاناً باعتباره عملاً وقفيًا، فهذه السلسلة من أدلة الإرشاد الأسري بدءًا من الدليل الأول الذي صدر قبل عشرين عامًا وحتى هذا الدليل الثاني عشر كلها لا تُباع، بل هي عمل وقف يَرتجى ثوابه من الله عزّ وجلّ للداعمين والمشاركين وكل من عمل فيه وله.

إن هذا الدليل ما كان ليرى النور لولا فضل الله ثمّ الجهود العلميّة الرائعة التي قام بها المشاركون والمشاركات في كتابة فصوله محتفياً بخبراتهم العريقة في الإرشاد الأسري، وتخصصاتهم الأكاديمية المميزة، وتقدير وشكر خاص إلى سعادة البروفيسور/ محمد بن مسفر القرني أستاذ العلاج الأسري في قسم الخدمة الاجتماعية بجامعة أم القرى بمكة المكرمة وسعادة الدكتورة/ سناء بنت محسن العتيبي أستاذ علم اجتماع القانون المساعد بجامعة الملك سعود لقيامهما بمراجعة الدليل مراجعة علميّة متقنة، احتوت تصويبات سديدة، فكتب الله للجميع الأجر الجزيل على جهودهم.

همسة أخيرة لزملائي المرشدين والمرشدات الأسريين، هذه الجهود بُذلت منذ صدور الجزء الأول منها قبل عشرين عامًا، كانت لكم ومن أجلكم، فأرجو أن يتحقق الهدف منها، ولا تنسوا من كان وراء هذا العمل بالدعاء لهم في ظهر الغيب.

بارك الله في الجهود وسدّد الخطى، ونفع بالدليل وأثاب من بذل فيه جهداً وشكراً لمن أسدى نصحاً أو سداً خلةً، إنه سميع مجيب، وبالإجابة جدير.

المشرف العلمي

د. عبد الله بن ناصر السدحان

ansadhan@gmail.com

المُخَوِّرُ الْأَوَّلُ

المتغيرات الاجتماعية والإرشاد الأسري⁽¹⁾

أ. د. مُحَمَّد السيف

(1) هذا المبحث مُستل من كتاب (المدخل إلى دراسة المجتمع السعودي المعاصر) للأستاذ الدكتور/ محمد إبراهيم السيف، لجزء الثاني، نشرته مكتبة المتنبي بالدمام، عام 1446 هـ / 2024 م.

يشهد هذا الدليل قوة التحدي لمعارف ومهارات الإرشاد الأسري في مجتمعنا السعودي بسبب تحول الشبكات الاجتماعية التقليدية (الأسرة، العائلة، المجتمع المحلي، الأصدقاء، جماعة العمل، جماعة النادي والترفيه، والعلاقة مع التنظيمات الرسمية...) إلى شبكات اجتماعية إلكترونية.

كان يطلق على مجتمعنا السعودي بالأمس - قبل التحول الرقمي - المجتمع المتغير أو المجتمع الحديث أو المجتمع المتحضر، والآن يطلق على مجتمعنا المعاصر بسبب التحول الرقمي مجتمع الشبكات الاجتماعية؛ لأن جميع العلاقات الاجتماعية تكاد تكون إلكترونية، حتى العلاقات العائلية والأسرية والقرباية أصبحت تدخل في الجانب الإلكتروني، وأصبحت علاقة الجيرة وعلاقة أهل الحي وجماعة العمل وجماعة الترويح في شبكات إلكترونية، حتى المعاملات الاقتصادية عند البيع والشراء وإنجاز الأعمال العدلية والقضائية والخدمية تحتاج إلى الدخول لشبكة إلكترونية وتعامل إلكتروني.

لذلك يتطلب المركز الوطني لتنمية القطاع غير الربحي من المرشد الأسري المعاصر أن يعدَّ المجال الرقمي ينبيء بعصر جديد ومجتمع رقمي جديد وأسرة رقمية جديدة، ويركز على إرشاد أسري رقمي يسير جنباً إلى جنب مع منهج ومهارات الإرشاد الأسري الحالي وأدواته، وفي معرض توضيح هذه الحجة، ينبغي على المرشد الأسري حتى يقوم بعمل الإرشاد الأسري بمهنية واحتراف في هذه الفترة الرقمية فترة برامج التواصل الاجتماعي، أن يدرك أثناء عمله الإرشادي بما يأتي:

1. تنظيم الأسرة رسمياً (نظام الأحوال الشخصية، حقوق الطفل، مركز الحماية الأسرية وحماية الطفل، مركز بلاغات العنف الأسري، برامج تمكين المرأة)، وتقليص الأعراف والعادات في ثقافة وبناء الأسرة فانتقل محور الضبط الاجتماعي الأسري (الآباء والأزواج) إلى المؤسسات الرسمية بدرجة ليست قليلة.

2. التطبيقات الرقمية المستخدمة في برامج التواصل الاجتماعي شاركت بقوة في عملية التنشئة الأسرية والزواجية للأبناء والبنات باستيراد قيم العولمة (الحرية والمساواة والمشاركة)، فتحدث تلك التطبيقات أحياناً تنافساً للثقافة المحلية، أو تحدث أحياناً إقصاء للقيم والمبادئ والمعايير المحددة لثقافة الأسرة المحلية الدينية والاجتماعية.

3. الابتعاد عن المهارات والخبرات الفردية عند الإرشاد الأسري في هذه الفترة الرقمية الجديدة، والاستناد على النظريات عند تفسير الظواهر والمشكلات الاجتماعية الأسرية باستخدام الافتراضات النظرية المعاصرة لتكون خريطة ثابتة وعامة بمنح المرشد أسباب التغير واتجاه التغير وحجم التغير والتنبؤ بمستقبل الظاهرة والمشكلة.

التحولات الرقمية في فترة برامج التواصل الاجتماعي

عملية الإرشاد الأسري مرتبطة بالظروف الثقافية والاجتماعية لكل فترة عاشها المجتمع، فمع بداية استقبال البث الفضائي عبر الأقمار الصناعية منذ عام 1990م أصبح العالم مثل القرية، والآن مع الإنترنت والتحول الرقمي والتطبيقات التجارية والحكومية وبرامج التواصل الاجتماعي يمكن القول بأن العالم أصبح في الجيب نحمله معنا في كل مكان.

الأسرة - وهي الخلية الرئيسة في المجتمع السعودي - أصبحت صامدة بقوة أمام المتغيرات التي مرت بالمجتمع، فكان البناء الأسري والثقافي قوياً، تجاوز كل الصدمات الثقافية، فصمد البناء الاجتماعي والثقافي وتكيف مع متغيرات كثيرة من خارج النسق الاجتماعي، مرت على المجتمع في فترات زمنية سابقة، ابتداء من الهجرة من القرى إلى المدن، ثم جاءت الطفرة الاقتصادية التي غيرت المساكن وبدلت الأحياء، وصمد بناء المجتمع وتماسكت ثقافته، حتى مع بدء استقدام العمالة الأجنبية، وخاصة العاملات المنزليات والسائقين، واستمر المجتمع متمسكاً بثقافته وبنائه بقوة، حتى مع استقبال البث المسموع (الراديو) والبث المرئي المحلي (التلفاز) والبث الفضائي العالمي (الأقمار الصناعية) واستخدام الإنترنت، حتى حدث التحول الرقمي وما يحوي من تطبيقات خدمية وبرامج التواصل الاجتماعي، فأصبحت ثقيلة الوطأة على البناء والثقافة، وأحدثت تغييراً قوياً جداً من داخل الأنساق الاجتماعية بدأت من الفرد، وتغيراً بالعلاقات والأدوار الاجتماعية، وأصابا تغييراً في كثير من قيم الفرد الاجتماعية.

بمعنى أن التحول الرقمي منح فرصة لتجاوز القيم المحلية والثقافة الرئيسة للمجتمع، وتبني قيم ثقافية لمجتمعات أخرى، بمعنى أن برامج التواصل الاجتماعي منحت أفراد المجتمع التوسع في العلاقات الاجتماعية مع أفراد في محافظات ومدن ودول وقارات، فمثلاً حدث عند بعض الأفراد ومستخدمي البرامج والتطبيقات خللٌ في فهم المواطنة، من خلال عدم التفريق بين المشكلات الاجتماعية الوقائية، والحقوق المطلوبة دائماً، فمثلاً في دراسة عن حقوق الإنسان في برامج التواصل الاجتماعي ومفاهيم حقوق الإنسان في برامج التواصل الاجتماعي، تبين أن معدل 38% من مستخدمي برامج التواصل لديهم صراع معرفي، ولا يفرقون بين المشكلات والحقوق، ولم يكن لديهم وعي كافٍ بأن المشكلة مؤقتة، مثل مشكلات التعليم والصحة والخدمات البلدية، وهذه المشكلات يمكن معالجتها بخطط وبرامج تنموية، ولم يكن لهؤلاء الأفراد وعي كافٍ بحصولهم على حقوقهم تامة في المجتمع؛ لأن الحقوق قائمة ودائمة في كل وقت، وترتبط بالضرورات الخمس التي قام بها المجتمع على أكمل وجه (وهي المحافظة على الدين والنفس والمال والعرض والعقل)؛ لذلك نجد برامج التواصل الاجتماعي تضع لبعض المشكلات قيمة عُلّيا، وكأنها حقوق؛ مما يحدث خللاً وضرراً بمواطنة بعض الأفراد في المجتمع.

ومثال آخر: نجد برامج التواصل الاجتماعي تمنح بعض أفراد المجتمع ثقافة جنسية وليس تربية جنسية، والفرق بين الثقافة والتربية الجنسية أن الثقافة الجنسية لا تسير ثقافة المجتمع بدينه وعاداته، فلا تستند على

مصادر موثوق فيها، وتستند على الأفلام السيئة والمجلات والكتب غير المنضبطة علمياً وطبياً وأخلاقياً ودينياً، بينما التربية تستند إلى الثقافة المحلية ومصادرها موثوقة مثل: القرآن الكريم والسنة النبوية، لكن للأسف التطبيقات في الإنترنت وبرامج التواصل الاجتماعي تمنح لمستخدميها ثقافة جنسية تؤخذ بطريقة عشوائية وتلقائية من القصص ومن الأفلام ومن الروايات، ففي دراسة عن التربية الجنسية والإنترنت تبين أن معدل 21% من طالبات الثانوي أخذن معلومات عن العلاقة العاطفية والجنسية للمرأة بطريقة خاطئة من الإنترنت، ومعدل 26% منهن أخذن من الإنترنت معلومات جنسية وعاطفية خاطئة عن الرجل، ومعدل 30% منهن تعلمن من الإنترنت طرقاً غير مفيدة لمعرفة الشباب من أجل الزواج.

ويمكن حصر أهم التحولات الاجتماعية بسبب التحول الرقمي فيما يأتي:

1. البث الفضائي في الفترة السابقة أصاب التغير المراكز الاجتماعية داخل النسق الاجتماعي، بينما التحول الرقمي في الفترة الحالية أصاب التغير بالمكانات الاجتماعية على مستوى المجتمع.
2. بسبب استيراد قيم العولمة (الحرية والمساواة والمشاركة) يوجد خلط بين المشكلات والحقوق.
3. انتقال محور الضبط الاجتماعي في فترة التحول الرقمي من الأسرة إلى المؤسسات الرسمية.
4. التغير الاجتماعي في فترة ما قبل التحول الرقمي (الفترة الفضائية السابقة) مصدره من خارج المجتمع، خارج الأنساق الاجتماعية، بينما التغير الاجتماعي في فترة التحول الرقمي الحالية من داخل المجتمع، أي من داخل النسق، وبدأ التغير من الفرد بسبب تواصله مباشرة مع التطبيقات والبرامج الإلكترونية.
5. الاتجاه في فترة التحول الرقمي نحو الثقافة الجنسية بدلاً من التربية الجنسية السائدة في الفترة الفضائية السابقة.

الإرشاد الأسري في ظل تحييد الأعراف الأسرية

على المرشد الأسري أن يدرك في عملية الإرشاد، أنه في هذه الفترة الحالية (فترة التواصل الاجتماعي) عملت الحكومة على إعادة تنظيم الأسرة، بتحييد وتقليص دور الأعراف والتقاليد، بإدارة وتنظيم الأسرة رسمياً، والتوسع في ربط البناء الأسري والعلاقات الزوجية بالتنظيمات الحكومية، وذلك بضبط وتنظيم وصاية الأب على أولاده، وضبط وتنظيم قوامة الأزواج على زوجاتهم، بسن الأنظمة التي تحد من زواج صغيرات السن، أو الزواج بإكراه وقسر، وسن نظام الأحوال الشخصية، وأنظمة الضمان الاجتماعي، وسن الأنظمة التي تدعم حقوق الطفل المعيشية، والتأمين

الطبي، وامتلاك سكن في مرحلة عمرية مبكرة، وسنّ الأنظمة التي تيسر وتسهّل الزواج للذكور والإناث، والأنظمة التي تمنح الأفراد الحقّ في دراسة التخصصات الفنيّة في المعاهد والكلّيات بما يتلاءم مع القدرات والرغبات، وبتمويل ومنح حكوميّة وخيريّة، وتنظيم القطاع الخاصّ لاستيعاب المواطنين من الذكور والإناث، وذلك بتحديد الوظائف والمهن وساعات العمل والأجور، بما يتناسب مع أنظمة الخدمة المدنيّة الحكوميّة، فتقلص دور الأعراف والتقاليد بإدارة وتنظيم الأسرة بشكل ملحوظ، وستكون المؤسسات الحكوميّة في الوضع الراهن ملاذًا لأفراد المجتمع بدلًا من الأسرة، فيزداد معدل التوافق الاجتماعيّ بين الأفراد والأسر ومؤسسات المجتمع.

الإرشاد الأسري في ظل تعزيز الضبط الرسمي

في هذه الفترة انتقل محور الضبط الاجتماعي في المجتمع السعودي من الأسرة إلى المؤسسات الرسمية بدرجة كبيرة، حيث أصدرت الحكومة في فترة برامج التواصل الاجتماعي عدة أنظمة أمنية، ونظّمت ورسّخت الأمن المجتمعي في المجتمع السعودي فصدر بعد عام 1440 هـ عدد من الأنظمة ومنها: نظام التحرش الجنسي، ونظام الذوق العام، والعمل بنظام الجرائم المعلوماتية، ونظام النيابة العامة، ونظام الإثبات، ونظام التنفيذ الذي تُشرف عليه محاكم وزارة العدل، ونظام الأحوال الشخصية.

وأنشأت الحكومة ونظّمت ورسّخت الأمن المجتمعي في المجتمع السعودي وضبط السلوك رسميًا في هذه الفترة الحالية، فترة التواصل الاجتماعي، وعملت ما يأتي:

أ. تأسيس النيابة العامة:

هي جهاز قضائيّ مستقل، يختص بالتحقيق في الجرائم بالمملكة العربيّة السعوديّة، يقوم بالعمل فيه محققون جنائيون يتمتعون بالصفة القضائيّة، ولهم الحصانة القضائيّة، ففي عام 1438 هـ، صدر أمر ملكي بتغيير مسمى هيئة التحقيق والادعاء العام إلى النيابة العامة، ويسمى رئيسها النائب العام.

ب. إنشاء رئاسة أمن الدولة:

وهي مؤسسة أمنيّة واستخباراتيّة، هدفها حماية أمن الدولة، واستقرار المجتمع، ومكافحة الإرهاب بأشكاله المتعددة، وترتبط بمجلس الوزراء، وأنشئت بمرسوم ملكي في عام 1438 هـ / 2017 م.

ج. هيئة مكافحة الفساد:

تقوم الهيئة بحصر المخالفات والجرائم والكيانات المتعلقة بقضايا الفساد، بالإضافة إلى إصدار أوامر منع السفر والقبض على المطلوبين، ولها الحق في اتخاذ الإجراءات الاحترازية حتى تُحال للجهات القضائية، واتخاذ ما يلزم مع المتورطين في قضايا الفساد، وتأسست في عام 1438هـ / 2017م.

د. إصدار نظام مكافحة التحرش الجنسي:

في هذه الفترة الحالية، فترة التواصل الاجتماعي، تدخلت الأجهزة الرسمية بشكل مباشر لسلامة العلاقة بين الجنسين في الأسواق وأماكن العمل، فأصبحت مسؤولية القبض والتحقيق بالقضايا الجنسية وكل ما يחדش الحياء من مهام جهاز الشرطة والنيابة العامة.

فصدر نظام مكافحة التحرش الجنسي في فترة برامج التواصل الاجتماعي عام (1439 هـ)، ويُقصد بجريمة التحرش: «كل قول أو فعل أو إشارة ذات مدلول جنسي، تصدر من شخص تجاه أي شخص آخر، تمس جسده أو عرضه، أو تחדش حياءه، بأي وسيلة كانت، بما في ذلك وسائل التقنية الحديثة»

ويهدف النظام إلى مكافحة جريمة التحرش، والحد من وقوعها، وتطبيق العقوبة على مرتكبيها وحماية المجني عليه، وذلك صيانة لخصوصية الفرد وكرامته وحيثية الشخصية التي كفلتها أحكام الشريعة الإسلامية والأنظمة.

هـ- إصدار لائحة تنظيمية بالمحافظة على الذوق العام:

قرّر مجلس الوزراء في عام 1440هـ الموافقة على لائحة المحافظة على الذوق العام، ومسودة اللائحة سبق أن تضمنت: المخالفات التي يعاقب مرتكبها بالحبس والغرامة، ومنها: التنمر بكافة صوره، أو إطلاق العبارات الخادشة أو العنصرية أو الشتائم والتحرش؛ بغرض فرض السيطرة أو السخرية أو الإضحاك ونحو ذلك، استخدام الكلمات والعبارات الهابطة والخادشة للحياء العام من خلال الهواتف والبرامج والمقالات ومقاطع الإعلانات والأغاني والأناشيد والأفلام، وما في حكمها.

وثبت من دراسة ميدانية اجتماعية عن الأنظمة العدلية وتقليص جريمة التحرش، بأن الأنظمة العدلية الصادرة في فترة برامج التحول الوطني في رؤية المملكة 2030م ابتداء من نظام التحرش الجنسي ونظام الذوق العام ونظام الجرائم المعلوماتية ونظام النيابة العامة ونظام الإثبات ومحاكم التنفيذ التي تشرف عليها وزارة العدل، قد أسهمت وساندت المرأة العاملة في سوق العمل بحمايتها من التحرش الجنسي، وكان للأنظمة العدلية، أثر في تقليص التحرش الجنسي بالمرأة العاملة في أثناء ممارستها للأنشطة التجارية.

وتوصلت تلك الدراسة إلى أن الأنظمة العدلية عززت الضبط الرسمي، من خلال النتائج التالية:

-النتيجة الأولى:

أن الأنظمة العدلية الصادرة في فترة برامج التحول الوطني لرؤية المملكة 2030م حققت وظائف اجتماعية في تقليص جريمة التحرش بالنساء العاملات في المحلات التجارية ومراكز الترفيه وفي المطاعم، وفي مختلف المراحل العمرية، على النحو الآتي:

1. الأنظمة العدلية قلصت جريمة التحرش، وحققت للمرأة العاملة وظيفة التكيف الاجتماعي في سوق العمل، بالتكيف مع البيئة الوظيفية بعلاقة آمنة مباشرة مع المديرين والزملاء، أو منحهن فرصة لإبراز مهارات فنية وعملية تحقق مكاسب مادية ومعنوية.
2. الأنظمة العدلية قلصت جريمة التحرش، وحققت للمرأة العاملة وظيفة تحقيق الهدف في سوق العمل؛ باستثمار المهارات والخبرات الشخصية، بعمل دورات مفتوحة للجنسين، أو العمل بمتجر خاص، أو العمل في السوق التجاري.
3. الأنظمة العدلية قلصت جريمة التحرش، وحققت للمرأة العاملة وظيفة التكامل وتبادل الحقوق والواجبات في سوق العمل مع المديرين والموظفين؛ وذلك بحسن الظن بالآخر، والتعاون والمساندة المتبادلة، والحوار المفيد والحرية باتخاذ قرارات تتعلق بالحركة في السوق التجاري.
4. الأنظمة العدلية قلصت جريمة التحرش، وحققت للمرأة في سوق العمل وظيفة المحافظة على نمط القيم الرئيسة في المجتمع خاصة ما يتعلق بانتحال الشخصية، والتزوير، والكذب، والاحتيال المالي.

-النتيجة الثانية:

أن الأنظمة العدلية الصادرة حديثاً حققت وظائف اجتماعية للمرأة العاملة في المراكز التجارية ومراكز الترفيه والمطاعم؛ فقد حرصت على حماية المرأة من جريمة التحرش الجنسي؛ مما منحها فرصة استثمار تخصصها العلمي، وتحقيق الرضا المهني، وحمايتها من الابتزاز، وتبادل الحقوق والواجبات بشفافية مع الآباء والأزواج.

-النتيجة الثالثة:

أن الأنظمة العدلية الصادرة حديثاً أسهمت بحماية المرأة العاملة من التحرش الجنسي، وحققت وظائف اجتماعية خاصة للمرأة المطلقة والمرأة في مرحلة عمرية متقدمة؛ وذلك بالحد من خدش حياتها، والعمل بثقة وتكيف مع العملاء.

-النتيجة الرابعة:

أن الأنظمة العدلية ردعت النزعات الغريزية عند الرجل؛ مما قلصت التحرش الجنسي في سوق العمل، وحقق زيادة بالرضا المهني عند المرأة، وخاصة المرأة المتزوجة، وزادت من الأمان عند المرأة كبيرة السن؛ لاستثمار مهاراتها وقدراتها للعمل في سوق العمل التجاري، والحصول على وظيفة آمنة.

-النتيجة الخامسة:

أن الأنظمة العدلية حققت وظائف اجتماعية للمرأة العاملة، وقلصت من جرائم التحرش الجنسي في سوق العمل بالمحلات التجارية ومراكز الترفيه والمطاعم، كما ساندت المرأة المتزوجة وغير المتزوجة والمطلقة بمختلف المراحل العمرية في الحصول على وظيفة آمنة دوامها في النهار أو الليل، وتحقيق علاقات آمنة مع العملاء والرجال ومع الجهات الرقابية، وتحقيق حماية للمرأة من الابتزاز الجنسي أو المالي وعند السفر؛ لإنجاز مهام ومسؤوليات وظيفية.

التوافق الاجتماعي محور الإرشاد الأسري

يهدف الإرشاد الأسري إلى تحقيق التوافق الاجتماعي للفرد مع الأسرة والمجتمع، وإنَّ التفسير الاجتماعي لظاهرة التوافق الاجتماعي للفرد مع الآخرين ومع الأسرة ومع مؤسسات المجتمع، وتفسير الظواهر والمشكلات الاجتماعية بشكل عام في المجتمع السعودي يتطلب نظرية في علم الاجتماع السعودي، تُنظر بمستوى واحد ومتوازٍ لثلاث سلطات رئيسة تركز عليها ثقافة المجتمع السعودي بالضبط الاجتماعي، وهذه النظرة - للأسف - لم يدركها الباحثون الذين استخدموا النظريات الغربية في دراساتهم عن المجتمع السعودي، فنظرية علم الاجتماع الغربي تكون مناسبة لتفسير الظواهر والمشكلات الاجتماعية المتولدة من نسيج ثقافي قانوني علماني، لكن وجدنا قصوراً وثغرات في افتراضات تلك النظريات عند تفسير ظواهر ومشكلات متولدة من نسيج ثقافي ديني يحوي ثلاث سلطات رسمية لها صبغة دينية، كما في المجتمع السعودي.

فمثلاً، انظر وتمعن في نوع التوافق الاجتماعي ومستواه عندما نُفسر بعض الظواهر والمشكلات الاجتماعية المتعلقة بالتنشئة والضبط الاجتماعي في ثقافة المجتمع السعودي، كما يأتي:

- تركيز الأسرة ومؤسسات المجتمع على التنشئة والضبط الاجتماعي على قيم ومعايير الأسرة والقبيلة فقط (الضبط الأسري) فينشأ عنه سوء توافق اجتماعي في المجتمع؛ بسبب ظهور شخصيات عنصرية قبلية وإقليمية، وتشدد تلك الشخصيات باتباع العرف والعادات والتقاليد في الزواج، وفي تقييم الأداء، وعند اختيار

الموظفين، والعاملين، وعند ممارسة المهنة، وفي أنشطة الترويح، وفي العلاقات الاجتماعية بشكل عام، وتقلل من قيمة المبادئ الدينية، ولا تبالي بأنظمة الدولة، وتركز في مستقبلها وإنجاز مسؤولياتها على العلاقات العائلية والمحسوبة والوساطة الاجتماعية، ولا تهتم بالكفاءة والجودة.

• عند تركيز الأسرة ومؤسسات المجتمع على التنشئة والضبط الاجتماعي على المنهج الديني فقط (الضبط الديني) ينشأ في المجتمع سوء توافق اجتماعي؛ بسبب نشوء شخصيات متطرفة دينياً، وانحراف فكري ديني متشدد في المواقف السياسية والعلاقات الاجتماعية، وموقف متشدد من الترويح والترفيه، وقد يعيق هذا التطرف الديني المتشدد التغيير والتحديث في المجتمع، وتقلل تلك الشخصيات المتطرفة من شأن حقوق الحاكم، وتتجاوز تلك الشخصيات أنظمة الدولة ويفصلون بين الهوية الدينية والهوية الوطنية، كما تتمرد تلك الشخصيات على قيم الأسرة، وتغوص في التاريخ لعلاج مشكلاتها المعاصرة.

• وعند تركيز الأسرة ومؤسسات المجتمع على التنشئة والضبط الاجتماعي على الأنظمة واللوائح فقط (الضبط الرسمي) ينشأ عنه سوء توافق اجتماعي في المجتمع؛ بسبب ظهور شخصيات علمانية ليبرالية، تمارس الحريات الشخصية الدينية والسياسية والجنسية والفكرية بدون ضوابط دينية، وتقلل من شأن القيم الدينية والأسرية.

إذاً، التوافق الاجتماعي للفرد سلبي وإيجاباً وما يتبعه من ظواهر اجتماعية ومشكلات اجتماعية، تنشأ وتتحرك في المجتمع السعودي من أثر الضبط الاجتماعي بأشكاله الثلاثة، وهي: الضبط الديني، والضبط الأسري، والضبط الرسمي، ويكون سلوك الفرد عقلانياً ورشيداً ومقبولاً وإيجابياً في المجتمع السعودي، عندما يحقق الفرد توافقاً اجتماعياً ويضع توازناً في احترام لهذه السلطات الثلاث، فيتبع الفرد قيماً ومعايير مقبولة، ومتفقاً عليها من قبل ثلاث سلطات رئيسية في المجتمع بدون تعارض أو صراع أو تناقض، فيتبع الفرد بشكل مواز ومتساو: منهج الله سبحانه وتعالى (السلطة التشريعية)، وأنظمة الدولة (السلطة التنظيمية التنفيذية)، ومعايير الأسرة (السلطة الاجتماعية).

إنَّ العقلانية في السلوك والرشد بالعلاقات الاجتماعية في ثقافة المجتمع السعودي تتطلب توافقاً اجتماعياً باحترام تلك السلطات الثلاث جميعاً، وبعبارة أخرى: فإنه لن يضطلع الأفراد بأدوارهم ومسؤولياتهم على مستوى الأسرة أو على مستوى المجتمع المحلي أو على مستوى المجتمع ككل إلا بتنشئة اجتماعية شاملة ومتوازنة باحترام منهج الله (سبحانه وتعالى)، وأنظمة الدولة، ومعايير الأسرة؛ وذلك حتى يحقق الفرد رشداً وعقلانية بالأفعال الاجتماعية، ويحقق أيضاً توافقاً اجتماعياً مع الآخرين، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع.

المرشد الأسري يسعى ويهدف من عملية الإرشاد عند معالجة المشكلات الاجتماعية إلى تنمية التوافق الاجتماعي عند أعضاء الأسرة، أو إعادة التوافق الاجتماعي الأسري المفقود، لذلك ينبغي أن يتعرف ويفهم المرشد الأسري التفسير العلمي للتوافق الاجتماعي في المجتمع السعودي من ناحية مصدره وخصائصه واتجاهه، وأثاره، من خلال عرض تصورات نظرية (السيف) عن التوافق الاجتماعي:

التصور الأول:

إن التوافق الاجتماعي للفرد مع الأسرة والمجتمع يتحقق في ثلاث حلقات أو خطوات تراكمية متتابعة، وهي:

الخطوة الأولى (التوافق الضعيف): وينحصر بالتجانس بالصفات والخصائص فقط مع الآخر، ونعني بالتجانس: قبول الطرف الآخرين الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع، والقدرة على التعايش معه فقط، ومستوى التوافق الاجتماعي في هذه الحلقة الأولى ضعيف وهش، فالتوافق الاجتماعي في خطوته الأولى ينحصر بتقبل معظم الصفات والخصائص الثقافية المعنوية في الطرف الآخر فقط، مثل: تقبل قيمه ومبادئه الفكرية والثقافية والاجتماعية المتعلقة بالدين، والعادات، والموطن، والقبيلة، والإقليم، والجنسية، والنوع، واللون، أو تقبل معظم الصفات والخصائص الثقافية المادية في الطرف الآخر، مثل: الظروف التنظيمية والمادية والاقتصادية والمهنية، مع الانتباه إلى أنه يزداد التجانس مع الآخر كلما زاد تقبل أكثر الخصائص ليحصل التعايش؛ لذلك يتطلب التجانس والتعايش مع الغير، قبول معظم الخصائص الرئيسية الثقافية المعنوية والمادية في الطرف الآخر، سواء أكان التعايش مع فرد، أم مع أسرة، أم مع مؤسسات المجتمع.

الخطوة الثانية (التوافق المتوسط): عندما يحدث بعد التجانس الاعتماد المتبادل المعنوي والمادي: وهو التوافق الاجتماعي بدرجة متوسطة، وهو مرحلة ثانية تتبع التجانس والتعايش، ونعني بالاعتماد المتبادل، المشاركة بفاعلية مع الطرف الآخر (مع الفرد، أو مع الأسرة، أو مع مؤسسات المجتمع) في الجوانب المعنوية، فيتبادل الطرفان العدل والمساواة والصدق والنزاهة، والأمن النفسي الاجتماعي كمشاركة في مواقف فرح واحتفال، والمشاركة في مواساة الأحزان، وتبادل التسامح، وتبادل تقدير الظروف، وثناء وشكر وتقدير واحترام متبادل. وكذلك يشمل الاعتماد المتبادل بين الطرفين الجوانب المادية، والحصول على مساندة مادية مستمرة من الطرف الآخر، وتبادل المنافع والمصالح المادية بين الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع؛ لتوفير احتياجات الغذاء والصحة والإسكان والتعليم والعمل والزواج والترفيه، وغيرها من المتطلبات الاجتماعية والاقتصادية.

وعندما يصل الفرد إلى مرحلة الاعتماد على الطرف الآخر في مواقف الحياة المتغيرة المادية والمعنوية، يمكن القول أن الفرد تخطى الحلقة الأولى، ووصل إلى الحلقة الثانية في التوافق الاجتماعي مع الفرد، أو مع الأسرة، أو مع مؤسسات المجتمع.

الخطوة الثالثة (التوافق العالي): عندما يحصل التجانس والاعتماد المتبادل، ويوجد شفافية معنوية ومادية مع الطرف الآخر، يكون التوافق الاجتماعي بين الطرفين بدرجة عالية، وهي مرحلة ثالثة وأخيرة تتبع من التجانس والقبول الثقافي المعنوي والمادي، وتتبع مباشرة الاعتماد المتبادل المعنوي أو المادي. والشفافية لها جانبان، الجانب الأول: شفافية معنوية، ومعناها بوح ذاتي بالأسرار المهمة ذات الصبغة الاجتماعية للطرف الآخر (الفرد، أو الأسرة، أو مؤسسات المجتمع). أما الجانب الثاني للشفافية، فهو الشفافية المادية، ومعناها: بوح ذاتي بالأسرار المهمة ذات الصبغة المادية للطرف الآخر (الفرد، أو الأسرة، أو مؤسسات المجتمع)، فإذا كانت تلك الأسرار المعنوية والمادية تصل للطرف الآخر فهو مؤثر على وجود علاقة اجتماعية شفافة وتوافق اجتماعي عالٍ، والعكس يكون صحيحًا، إذا الشفافية مؤثر قوي على ارتفاع درجة التوافق الاجتماعي مع الآخر (مع الفرد، أو مع الأسرة، أو مع مؤسسات المجتمع).

وبمعنى آخر: هناك أسرار وأحداث خاصة مادية ومعنوية اجتماعية عند الفرد أو عند الأسرة أو عند مؤسسات المجتمع لا يمكن البوح بها للطرف الآخر؛ لأن البوح بها للآخرين قد يُخسره كثيرًا ماديًا ومعنويًا، واجتماعيًا، وعندما يقوم الفرد أو تقوم الأسرة أو تقوم مؤسسة المجتمع بالبوح بتلك الأسرار والأحداث المهمة، معنى هذا أن هناك تفضيلًا للطرف الآخر نتج عنه اختصاصه بمعرفة أهم جانب في العلاقة الاجتماعية؛ مما يبرهن ويثبت أن الفرد (أو الأسرة، أو مؤسسات المجتمع) وصل إلى قمة «التوافق الاجتماعي» في علاقاته الاجتماعية مع الطرف الآخر، وهي المرحلة الأخيرة والعالية من التوافق الاجتماعي في المجتمع.

التصور الثاني لنظرية التوافق الاجتماعي:

الضبط السائد في المجتمع يحدد مستوى التوافق الاجتماعي بين الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع، كما يتضح في الجدول الآتي:

نمط الضبط السائد في المجتمع السعودي	مراحل التوافق الاجتماعي	التوافق الاجتماعي المعنوي مع الفرد والأسرة ومؤسسات المجتمع	التوافق الاجتماعي المادي والنفعي مع الفرد والأسرة ومؤسسات المجتمع
الضبط الأسري	1. تجانس ثقافي	تجانس معنوي عالٍ (+)	تجانس مادي ضعيف (-)
	2. اعتماد متبادل	معنوي ضعيف (-)	مادي ونفعي عالٍ (+)
	3. شفافية	معنوية ضعيفة (-)	مادية ضعيفة (-)
الضبط الرسمي	1 (تجانس ثقافي)	تجانس ضعيف (-)	مادي ونفعي عالٍ (+)
	2 (اعتماد متبادل)	معنوي عالٍ (++)	مادي ونفعي ضعيف (-)
	3 (شفافية)	معنوي عالٍ (+)	مادي عالٍ (+)

وفيما يأتي شرح لتصور النموذج النظري كما تتضح في الجدول:

1. عند سيادة الضبط الديني والأسري في المجتمع، يحدث معدل التوافق الاجتماعي في المجتمع، على النحو الآتي:
 - يوجد تجانس ثقافي معنوي عالٍ (+) بالعادات والتقاليد والأعراف والمعايير الثقافية مع الطرف الآخر، لكن تُسبب هذه العادات والتقاليد والأعراف والمعايير الثقافية تجانساً مادياً ونفعياً ضعيفاً (-) مع الطرف الآخر.
 - بسبب سيادة العادات والتقاليد والأعراف؛ يحدث ضعف (-) بالتبادل المعنوي بين الطرفين، لكن سيادة العادات والتقاليد والأعراف تسهم بأن يكون التبادل المادي والنفعي عالياً (+) مع الطرف الآخر في المجتمع.
 - بسبب سيادة العادات والتقاليد والأعراف والمعايير الثقافية يحدث ضعف بالشفافية المعنوية (-)، وكذلك تُضعف الشفافية المادية (-) بين الطرفين في المجتمع.
2. عند سيادة الضبط الرسمي الذي تُشرف عليه الحكومة يحدث معدل التوافق الاجتماعي في المجتمع، على النحو الآتي:

- يوجد تجانس ثقافي معنوي ضعيف (-) بالعادات والتقاليد والأعراف والمعايير الثقافية مع الطرف الآخر، فيتجه الأطراف في المجتمع إلى التجانس الثقافي المادي والنفعي بدرجة عالية (+).
 - ضعف العادات والتقاليد والأعراف والمعايير الثقافية مع الطرف الآخر يمنح فرصة بتبادل معنوي عالٍ بين الطرفين في المجتمع (++) .
 - بسبب وجود تجانس ثقافي مادي ونفعي بدرجة عالية (+) بين الطرفين، يكون الاعتماد المتبادل المادي مع الطرف الآخر ضعيفاً (-).
 - بسبب ضعف التجانس بالعادات والتقاليد والأعراف والمعايير الثقافية مع الطرف الآخر، يزداد معدل التبادل المعنوي بين الطرفين (++)، وهذا يمنح فرصة لتحقيق شفافية معنوية عالية (+) وشفافية مادية أيضاً عالية (+) بين الأطراف في المجتمع.
3. ارتفاع معدل التبادل المعنوي (++) هو العامل الرئيس في تنشيط عملية التوافق الاجتماعي بين الأفراد، ومع الأسر، ومع مؤسسات المجتمع، والسبب أنه يمثل رأس المال البشري في المجتمع، فهو نتاج التنمية الاجتماعية، ويمتلكه غالبية الأفراد والأسر ومعظم مؤسسات المجتمع. والتبادل المعنوي عبارة عن مساندة معنوية مستمرة بعدل وصدق ونزاهة، وتواصل اجتماعي مع الطرف الآخر رائع ومميز؛ ليتبادل الطرفان الأمن النفسي الاجتماعي (مشاركة فرح، مواساة حزن، تسامح وتقدير ظروف، ثناء وشكر واحترام).
4. التبادل المعنوي (++) له دور فعال أكثر من التبادل المادي في عملية التوافق الاجتماعي في المجتمع، والسبب أن محتوى الجانب المادي رأس مال اقتصادي يمتلكه فئة قليلة من الأفراد والأسر والمؤسسات في المجتمع؛ لذلك يكون أثره محصوراً، وغير واسع وشامل لأنساق المجتمع، في حين يعد التبادل المعنوي رأس مال بشري من نتاج برامج التعليم والتنمية الاجتماعية والبشرية، وأثره واسع وشامل لأنساق المجتمع؛ لأنه سهل ويسير أن يمتلكه غالبية الأفراد والأسر والمؤسسات في المجتمع، وتوافره مؤشر قوي يدل على نجاح التنمية الاجتماعية في المجتمع.
- ويطلق على هذا النموذج النظري (التوافق الاجتماعي) في علم الاجتماع: النموذج التركيبي وهو أداة موجهة، أو نسق مستنبط من: الخصائص، والسمات، والعناصر، والأشكال، والمعايير، وهو مفيد كأساس في المقارنة وفهم العالم الواقعي، وهو بناء مكوّن من عناصر محددة، وتعبير آخر: النموذج التركيبي «مركب معقد يشكل نسقاً من التصورات النظرية المترابطة»، وهو نسق من الصفات مستنبط إجرائياً، ويتكون من عناصر مجردة، وتمت صياغته في نسق تصوّري واحد، وقد يكون هناك قوة في واحدة أو أكثر من صفاته لاعتبارات إجرائية.

ثلاث افتراضات تحدد مسار الإرشاد الأسري

وعلى أساس ما سبق، يمكن تحديد مسؤولية المرشد الأسري بالاستناد على نموذج نظريّ (نظريّة التّوافق الاجتماعيّ)، تتلاءم هذه النظريّة وخصائص ثقافتنا السّعوديّة، وتناسب سمات التّغيّر والتنمية في مجتمعنا السّعوديّ؛ ليساهم هذا النموذج في وصف وتفسير الظاهرة الاجتماعيّة كما هي في الواقع، والتنبؤ بمسارها ومستقبلها، في ضوء علاقات تصوّريّة بين حركة الظواهر ونشأة المشكلات في المجتمع، وبين سيادة نمط معين من أنماط الضّبط الاجتماعيّ في المجتمع السّعوديّ. ويتكوّن نموذج نظريّة التّوافق الاجتماعيّ من ثلاثة افتراضات رئيسيّة، وهي على النحو الآتي:

1. الافتراض الأول: «عند سيادة الضّبط الدينيّ والأسري في المجتمع تسير العلاقات الاجتماعيّة بمحددات ثقافيّة؛ فتحدد العلاقات الاجتماعيّة وسماتها بالقيم الدينيّة والأعراف والعادات الاجتماعيّة، فيكون التّوافق الاجتماعيّ (مع الفرد ومع الأسرة ومع مؤسسات المجتمع) في معظمه توافقيًا وتجانسًا ثقافيًا معنويًا وليس ماديًا، وعند سيادة الضّبط الرسميّ الذي تُشرف عليه الدولة ينعكس هذا على خصائص العلاقات الاجتماعيّة لتكون (ماديّة) فتسير العلاقات وسماتها بالمنفعة والمصلحة الشخصية، فيكون التّوافق الاجتماعيّ (مع الفرد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع) في معظمه توافقيًا وتجانسًا ثقافيًا ماديًا وليس ثقافيًا معنويًا».

2. الافتراض الثاني: «نمط الضّبط الاجتماعيّ السائد في المجتمع - بكونه دينيًّا أسريًّا أو رسميًّا تُشرف عليه الدولة - هو الذي يحدّد مستوى التّوافق الاجتماعيّ في العلاقات الاجتماعيّة بين الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع، في ثلاثة مستويات، هي:

- التّوافق الاجتماعيّ بدرجة ضعيفة: وهو يقتصر على التعايش والتجانس الثقافيّ المعنويّ أو الماديّ مع الطرف الآخر؛ مع الفرد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع.
- التّوافق الاجتماعيّ بدرجة متوسطة: وهو عندما يتجاوز الفرد التجانس الثقافيّ المعنويّ أو الماديّ، ويصل إلى الاعتماد المتبادل المعنويّ أو الماديّ مع الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع.
- التّوافق الاجتماعيّ بدرجة عالية: وذلك عندما يتجاوز الفرد التجانس الثقافيّ المعنويّ أو الماديّ، ويتجاوز أيضًا الاعتماد المتبادل المعنويّ أو الماديّ، ويصل إلى الشفافية المعنويّة والماديّة مع الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع.

وعلى أساس هذا الافتراض، يحدث التوافق الاجتماعي المعنوي والمادي بين الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع في مستويات ثلاثة؛ إما أن يكون: توافقاً اجتماعياً ضعيفاً، أو توافقاً اجتماعياً متوسطاً، أو توافقاً اجتماعياً عالياً.

3. الافتراض الثالث: «عند سيادة الضبط الديني والأسري في المجتمع، يزداد التجانس الثقافي المعنوي في العلاقات الاجتماعية، فيقل الاعتماد المعنوي المتبادل بين الطرفين، ثم تنخفض الشفافية المعنوية والمادية، فيضعف التوافق الاجتماعي بين الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع. وعند سيادة الضبط الرسمي في المجتمع يزداد التجانس الثقافي المادي، ويزداد الاعتماد المعنوي المتبادل بين الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع، ثم تزداد الشفافية المادية والمعنوية بين الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع؛ فيزداد مستوى التوافق الاجتماعي في المجتمع».

مفاهيم رئيسة للمرشد الأسري

1. التجانس: معناه قبول سمات الطرف الآخر وخصائصه الثقافية المعنوية والمادية والتعايش معها، ونقصد بالسمات الثقافية المعنوية: قبول الآخر والتعامل معه بصرف النظر عن خصائصه المادية مثل: مستوى الدين، أو نوع كل من: المذهب الديني، أو القبيلة، أو الإقليم، أو الجنس، أو الجنسية، أو الثقافة (بادية أو حضر). ونقصد بالسمات الثقافية المادية: قبول الآخر والتعامل معه، بصرف النظر عن خصائصه المعنوية مثل: نوع المهنة، والمستوى التعليمي، والمستوى الاقتصادي، والمهارات، والهوايات، والهيئة الجسمية، والظروف الصحية، والإعاقة.
2. الاعتماد المتبادل المادي: مساندة مادية مستمرة، وتبادل المنافع والمصالح المادية بين الأفراد، ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع؛ لتوفير احتياجات الغذاء والصحة والإسكان والتعليم والعمل والزواج والترفيه، وغيرها من المتطلبات الاجتماعية والاقتصادية.
3. الاعتماد المتبادل المعنوي: مساندة معنوية بين الطرفين، وهو نتاج التنمية، ومستمد من التعليم والتنمية الاجتماعية والبشرية، وهو رأس المال البشري في المجتمع؛ لذلك قد يمتلكه غالبية الأفراد، ومعظم الأسر، ومؤسسات المجتمع. والتبادل المعنوي عبارة عن مساندة معنوية متبادلة بين الأفراد ومع الأسرة، ومع مؤسسات المجتمع؛ وذلك بتقديم تواصل اجتماعي رائع ومميز ومنظم للطرف الآخر، فيتبادل الطرفان العدل والمساواة والصدق والنزاهة، والأمن النفسي الاجتماعي كمشاركة في مواقف الفرح، ومواساة في مواقف الحزن، وتبادل التسامح، وتقدير الظروف، وتبادل الثناء والشكر والاحترام.

4. الشفافية: تعني عدم وجود أسرار وخفايا بين الطرفين؛ فتكون الجوانب المادية والمعنوية الاجتماعية بين الأفراد، ومع الأسرة، ومع المؤسسات الاجتماعية واضحة ومعلومة. والشفافية المعنوية: تعني عدم إخفاء أسرار اجتماعية، والشفافية المادية: تعني عدم إخفاء أسرار مادية.

5. مفهوم الضبط الأسري: المقصود به: الضبط الأسري الشديد الممزوج بالعُرف والعادات والتقاليد الاجتماعية، والعنصرية القبلية، واستغلال الأزواج الذكور مبدأ القوامة المشروع على أزواجهم استغلالاً سيئاً، والتجاوز بوصاية الآباء المشروعة على بناتهم تجاوزاً مُجحفاً، وتعويد البنت أثناء تنشئتها على الخضوع للرجل احتراماً لقيمتها الذكورية، وأن تكون تابعة له في كل الأحوال؛ فهو صاحب السلطة والقرار، ولا ينبغي الاعتراض عليه وتعديل سلوكه أو اتجاهاته؛ حتى تعيش بسلام. لذلك تُزود البنت أثناء الضبط الأسري المتشدد بكل قيم النضال والصبر على الرجال، وفي الوقت نفسه يُزود الابن بكل قيم الشجاعة والبطولة والقوة للسيطرة على النساء، واستخدام حق القوامة ولو كان بتسلط، وكأنَّ الوالدين بهذا الأسلوب التربوي يقدمان أبناءهما للحياة الزوجية كالصقور، وفي الوقت ذاته يقدمان بناتهما كحمائن يسهل افتراسها، فالعادات والأعراف والتقاليد المتشددة بالمجتمع منذ البداية سلّبت من المرأة أي حق في تعديل اتجاهات الزوج وسلوكه، وكثير من الزوجات يعشن بتعاسة أولم يستطعن الاستمرار بالحياة الزوجية مع أزواج يستخدمون قواصمهم بتسلط وعدوانية.

6. سيادة الضبط الأسري: بمعنى تكون سلطة الأسرة قد امتزجت بالعُرف والعادات والتقاليد، وتجاوزت الوصاية الشرعية على البنات، وتعدت القوامة الشرعية على النساء؛ بسبب تفضيل الأولاد على البنات.

7. سيادة الضبط الرسمي: بمعنى تدخل المؤسسات الرسمية الحكومية مباشرة بعملية الضبط الاجتماعي في جميع أنساق المجتمع، وقيام أجهزتها المدنية والأمنية بمراقبة السلوك الاجتماعي في كل نسق، وتدخل الأجهزة الحكومية مباشرة لوقف وتحييد الضبط الديني المتشدد، والحد من الضبط الأسري الممزوج بالعُرف والتقاليد والعادات المتشددة.

الإرشاد الأسري ونماذج تفسيرية لنظرية التوافق الاجتماعي

التوافق بين الزوجين هو توافق اجتماعي يتم على ثلاث حلقات متتابعة، ولها علاقة بنوع الضبط الاجتماعي السائد في المجتمع، فهو يبدأ من:

- التجانس: عند سيادة الضبط الأسري في المجتمع يزداد التجانس الثقافي المعنوي بين الزوجين، وعند سيادة الضبط الرسمي في المجتمع يزداد التجانس الثقافي المادي بينهما. والتجانس يعني قبول صفات الطرف الآخر وخصائصه

مثل: مستوى التدين، والموطن، والجنسية، واللون، والتعليم، والعمر، وغيرها من الخصائص الاقتصادية والاجتماعية والصحية، وليس من الضروري أن يكون التجانس عاليًا بكل الخصائص، بل يتطلب الأمر التجانس في معظم الخصائص.

- الاعتماد المتبادل: عند سيادة الضبط الأسري في المجتمع يزداد الاعتماد المتبادل المادي بين الزوجين، وعند سيادة الضبط الرسمي في المجتمع يزداد الاعتماد المتبادل المعنوي بين الزوجين، والاعتماد المتبادل هو المشاركة بفاعلية مع الشريك، وتبادل المنفعة المعنوية والمصالح المادية، في الأحزان والأفراح، والمساندة في أوقات الشدة والرخاء، وعندما يصل الزوج إلى مرحلة الاعتماد على الشريك في مواقف السعادة والحزن، وينتظر من الطرف الآخر الدعم المعنوي في مواقف الحياة المتغيرة، يمكن القول أن الزوج تخطى الحلقة الأولى، ووصل إلى الحلقة الثانية في التوافق الاجتماعي مع الشريك.

- الشفافية: عند سيادة الضبط الأسري في المجتمع تضعف الشفافية المادية والمعنوية بين الزوجين، وعند سيادة الضبط الرسمي في المجتمع تزداد الشفافية المادية والمعنوية بينهما، والمقصود بالشفافية: هل أسرار الزوج المهمة المالية والاجتماعية تصل للطرف الآخر؟ إذا كانت تصل فهناك شفافية وعلاقة قوية، والعكس صحيح، وبمعنى آخر: هناك أسرار وأحداث خاصة عند الفرد لا يمكن البوح بها لأحد؛ لأن البوح بها للآخرين قد يخسره كثيرًا ماديًا ومعنويًا، واجتماعيًا، وعندما يُقدم أحد الزوجين على البوح للشريك عن تلك الأسرار والأحداث المهمة في حياته دون الآخرين، معنى هذا أن الزوج قد فضّل الطرف الآخر واختصّه بمعرفة أهم وأعلى جانب في حياته، وفضّله على أصدقائه وأشقائه ووالديه؛ مما يبرهن ويثبت أن الزوج وصل إلى قمة «التوافق الزوجي» مع شريك الزواج، وهي المرحلة الأخيرة من مراحل التوافق الاجتماعي.

ونستعرض هنا عدد من الظواهر الاجتماعية التي لها علاقة بتحديد مستوى التوافق الاجتماعي للفرد مع جماعة الأسرة، ومن أبرزها:

- التربية الزوجية:

الأسر السعودية في ظل سيادة الضبط الأسري الممزوج بالأعراف والتقاليد المتشددة تربي البنت ثقافيًا على أن تكون خاضعة وتابعة لأي زوج؛ مهما كان رشيدًا أو غير رشيد، فيغفل الآباء والأمهات تمامًا في ظل سيادة الضبط الأسري الممزوج بالأعراف والتقاليد المتشددة عن الظروف الاجتماعية والاقتصادية التي قد تغيرت كثيرًا في المجتمع السعودي، وأن عليهم تعديل تربية أبنائهم وبناتهم الزوجية وتطويرها بما يناسب احتياجاتهم ومتطلباتهم المعاصرة، فالوالدان يكرران خبراتهما وأدوارهما الزوجية، وينقلانها لأولادهما الذكور والإناث بدون تعقل أو بصيرة، ولم يع والوالدان أن الظروف الاقتصادية والثقافية في المجتمع قد تغيرت، وأن ذلك ينبغي أن يتبعه تغير في نظرات البنت والابن نحو الزواج من القوي والضعيف، أو التابع والمتبوع إلى نظرة أخرى يكون فيها الزوج يتمثل الصاحب والصديق

الرحيم بزوجه أو زوجته، وهذا يتطلب منا قيمًا جديدة في تربية الآباء والأمهات لبناتهم وأبنائهم، وإعدادهم للمستقبل الزواجي من أجل النجاح في الحياة الزوجية. وقد لاحظنا من خلال عملنا بالإرشاد الأسري، والاطلاع عن قرب على مشكلات الأزواج، أن كثيرًا من الأسر في مختلف المستويات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والدينية تعيش سوء عشرة بين الزوجين؛ بسبب إغفال توافر المتطلبات والاحتياجات الشخصية عند الزواج، فقد يحدث تضاد وتناقض بين شخصية الزوج والزوجة، فتجد مثلًا الزوج العاطفي مقابل لامبالاة الزوجة، أو الزوجة الحنون مقابل الزوج المتسلط، أو الزوجة المخلصة مقابل الزوج الخائن... وهكذا.

وعند سيادة الضبط الرسمي، تتجه التربية الزوجية لأبنائنا وبناتنا إلى المصلحة والمنفعة الشخصية المعنوية والمادية، وذلك بتضييق الهوية والفجوة بين أفكار الأولاد والبنات فيما يتعلق بالزواج، ونسعى إلى تجانسهما بدلاً من تضادهما، وذلك بالتركيز على قيم الاحترام المتبادل، والمشاركة الوجدانية، والاعتماد المتبادل المادي والمعنوي بجميع أشكاله، ويتغير مفهوم الزواج في نظرة الجيل الجديد من رئاسي يقوم على كلمة الرجل، إلى زواج مودة ورحمة يقوم على المشاركة والاعتماد المتبادل، فالنظرة الأولى وهي السائدة في ظل سيادة الضبط الأسري الممزوج بالأعراف، كانت تعتمد على المنفعة للرجل وأهله، في حين تسود النظرة الثانية في ظل سيادة الضبط الرسمي، وتعتمد على عوامل نفسية مشتركة أهمها العاطفة المتبادلة والصحة الحقيقية، وعلى احترام الآخرين وتبادل مشاعر الدفء والحنان، وعدم النظر إلى المرأة بدونية، وتقديم قيم التضحية والتعاون المشترك على تحمل المسؤولية ونبذ الاتكالية.

- ظاهرة الزواج:

عند سيادة الضبط الديني والأسري، يحرص الأزواج ذكورًا وإناثًا على الخصائص والشروط الثقافية المتعلقة بالأعراف والتقاليد والعادات، وهذه الخصائص قد تعيق ارتفاع مستوى التوافق الاجتماعي بين الأزواج في الاعتماد المتبادل المعنوي، لكن قد تدعم العادات والأعراف والتقاليد والقيم الدينية الاعتماد المادي المتبادل مع شريك الزواج، وبسبب سيادة الجوانب الثقافية في العلاقة الزوجية لن يصل كثير من الأزواج -في هذه الحالة- إلى المستوى العالي من التوافق الاجتماعي والشفافية، والبوح الذاتي المعنوي والمادي مع شريك الزواج؛ فيكثر في المجتمع الأسر المتجانسة ثقافيًا، ويتعايش أفرادها مع بعض ويتقبل كلٌّ منهم الآخر، ولكن توافقها الاجتماعي قد يكون ضعيفًا بشكل عام؛ بسبب عدم وصول الطرفين إلى مرحلة الاعتماد المتبادل ومرحلة الشفافية.

- الاختيار للزواج:

عند سيادة الضبط الرسمي الذي تُشرف عليه المؤسسات الرسمية في المجتمع يحرص الأفراد ذكورًا وإناثًا عند الزواج على الخصائص والشروط المادية المتعلقة بنوع الوظيفة والدخل الاقتصادي والمركز الوظيفي والمنفعة من الزواج، ويقل الاهتمام بالسماح المتعلقة بالأعراف والتقاليد والعادات، وهذه الخصائص المادية قد تضعف مستوى التوافق الاجتماعي بين الأزواج في الاعتماد المادي المتبادل مع الطرف الآخر، ولكن يزداد بينهما الاعتماد المتبادل المعنوي

الثقافي، ولضعف التجانس بالجوانب الثقافية في البداية عند الاختيار للزواج قد يصل الأزواج - في هذه الحالة - إلى المستوى العالي من التوافق الاجتماعي والشفافية والروح الذائقي المعنوي والمادي مع شريك الزواج، والسبب ضعف تدخل الأعراف والتقاليد والعادات في العلاقة الزوجية.

الإرشاد الأسري والقرارات والأفعال الاجتماعية

من الضروري أن يميز المرشد الأسري بين الفعل أو القرار الاجتماعي العقلاني والرشيد، والفعل أو القرار الاجتماعي غير العقلاني وغير الرشيد، ونظرية عالم الاجتماع ماكس فيبر قدمت للمرشدين أربعة أنماط من الأفعال والقرارات الاجتماعية، وهي كما يأتي:

أ- الفعل الاجتماعي التقليدي (غير عقلاني وغير رشيد):

هو كل فعل اجتماعي نأتي به من خلال ما تحدده التقاليد والعادات الخاصة بنا، وهو فعل تقليدي غير رشيد (مستمّد من العادات المتوارثة).

ب- الفعل الاجتماعي الوجداني (غير عقلاني وغير رشيد):

هو كل فعل ذي طابع اجتماعي ينبع من خلال معرفة السلوك الوجداني العاطفي للأفراد في المجتمع، وهو فعل عاطفي غير رشيد (يرتبط بمشاعر وأحاسيس أو يرتبط بشخصية كاريزماتية ملهمة).

ج- الفعل العقلاني الموجه بالقيم (عقلاني ورشيد):

هو كل فعل اجتماعي يقوم به الفرد على خلفية توجهه بالقيم والأخلاق السائدة في المجتمع كالقيم الإسلامية، التي تظهر فيه هذه الأفعال بصورة أساس، وهو فعل قيمى رشيد (يحقق أهداف الجماعة).

د- الفعل العقلاني الموجه بأهداف معينة (عقلاني ورشيد):

هو كل فعل اجتماعي يقوم به الفاعل بتحديد السبل والشروط التي تمكنه من بلوغ غايته، من خلال إدراكه للعلاقة المترابطة بين السبب والنتيجة، وهو فعل نفعي رشيد (يحقق الهدف الذاتي).

إذاً؛ تتأرجح مثالية السلوك بين حدّي اللامعقولية والمعقولية؛ فالسلوك التقليدي والعاطفي يندرجان في خانة اللامعقولية وعدم الرشد، في حين يدخل السلوك النفعي أو القيمي في خانة المعقولية والرشد، والتغير في القرارات

والأفعال الاجتماعية بين فترتين عاشها المجتمع السعودي كان واضحاً في جميع أنساق المجتمع، لكن حجم التغير والآثار الاجتماعية يتباين من نسق إلى نسق آخر، بسبب قوة نمط الضبط الاجتماعي في كل فترة؛ ففي كل نسق أفعال وقرارات تقليدية مستمدة من التقاليد والعادات، أو مستمدة من قيم الجماعة وخاصة الدين الإسلامي، أو مستمدة من الوجدانية والعاطفية، أو تحقق أهدافاً ذاتية، ويمكن توضيح ذلك على النحو الآتي:

- في الضبط الأسري:

عند قوة الضبط الأسري والديني في الفترة الثقافية السابقة، كانت قرارات الأسرة السعودية وأفعالها في الضبط الأسري تستند إلى أفعال عقلانية موجهة بالقيم والأخلاق السائدة في المجتمع، وخاصة التي لها صبغة دينية.

كما يركز الضبط الاجتماعي الأسري في تلك الفترة على أفعال وقرارات تقليدية تحددها العادات والتقاليد والأعراف، كذلك كان الضبط الاجتماعي الأسري يحتوي على قرارات وأفعال عاطفية ترتبط بشخصية كاريزمية ملهمة في العائلة، وهو أمر الأولاد والبنات بالacquiescence في سلوكهم وعلاقاتهم وأقوالهم بأحد الآباء والأجداد من الذكور والإناث.

وفي هذه الفترة الحالية، فترة التواصل الاجتماعي عند ازدياد الضبط الرسمي، اتجهت الأسر عند الضبط الاجتماعي إلى الأفعال والقرارات النفعية التي تحقق أهدافاً ذاتية مثل الضبط الاجتماعي المتعلق بحجم الاستهلاك بالمواد والسلع، وترشيد حجم الإنفاق على احتياجات الأسرة، وتنشئة الأولاد على ترشيد استخدام الكهرباء، والماء، وضبط سلوك الأولاد بشكل عام، وترشيد مصروفاتهم المالية.

- في قرار الاختيار للزواج:

في الفترة الثقافية السابقة، مع قوة الضبط الديني والأسري كانت قرارات الزواج:

○ إما تقليدية: تحددها العادات والتقاليد.

○ أو كاريزمية: تتعلق بطاعة واتباع رغبات الكبار في العائلة.

○ أو عقلانية: موجهة بالقيم الأخلاقية الدينية.

ثم تغير قرار الاختيار للزواج في المجتمع في هذه الفترة (فترة التواصل الاجتماعي) عند ارتفاع قوة الضبط الرسمي؛ فاتجه الأفراد في المجتمع عند اختيار الشريك إلى الأفعال والشروط النفعية التي تحقق للفرد من زواجه أهدافاً ذاتية مادية، أو مصالح ومنافع اجتماعية متعددة.

- الأفعال والقرارات في العلاقات العائلية :

عندما ساد الضبط العائلي والديني في الفترة الثقافية السابقة، كانت العلاقات العائلية كالزيارات والتعاون والتساند والخلافات تركز على أفعال تقليدية اجتماعية (عادات وتقاليد وأعراف)، أو أفعال مستمدة من التعاليم والمبادئ الدينية، أو أفعال اجتماعية لها طابع وجدائي وعاطفي مرتبط بشخصية كاريزمية ملهمة بالنسق القرابي؛ كالتواصل والتعاون مع بعض الأقارب، وتقدير كبار السن واحترامهم وطاعتهم.

وعندما ازداد الضبط الرسمي في هذه الفترة، وهي فترة التواصل الاجتماعي، تحولت الأفعال والعلاقات العائلية في النسق القرابي من جانب تقليدي وديني وعاطفي، إلى جانب نفعي ومادي يحقق مصلحة وأهدافاً مادية وذاتية.

الإرشاد الأسري والتفاعل الاجتماعي في فترة برامج التواصل الاجتماعي

تمنح النظرية الاجتماعية المرشد الأسري فهماً وتفسيراً لمصدر المشكلة الأسرية وحركتها، فمثلاً من المساهمات النظرية المهمة في نظرية التفاعل الرمزي، أن الفرد يستطيع تعديل معاني الأشياء وتعديل المواقف الإيجابية والسلبية التي يتفاعل معها بمبررات ذاتية واجتماعية مقبولة له، بصرف النظر عن تجانس مبررات الفرد مع قيم ومعايير المجتمع.

لذلك، تجد أنصار التفاعلية الرمزية يضعون فرقاً بين الدور الاجتماعي للفرد والدور التفاعلي للفرد. والدور التفاعلي هو المقصود في نظرية التفاعل الرمزي، وفيه ابتكار وتجديد، ويمثل مزاج الشخص، وهذا يعني أن يتصرف الفرد إزاء نفسه ومع الآخرين، وعند اتخاذ القرارات ويرسم الخطط والمقاصد، فالدور التفاعلي لا يستجيب للآخرين بطريقة محددة بنائياً، كالدور الاجتماعي المحدد ثقافياً في قيم ومعايير وعادات وتقاليد المجتمع، فالنظرية البنائية الوظيفية ترى أن ذات الفرد ليست خلاقة أو مبدعة بالسلوك والعلاقات والمواقف؛ لأنه يجب أن يكون سلوك الفرد وعلاقاته واستجابته موافقة للقيم والمعايير والأدوار والمكانات التي حددتها ثقافة المجتمع، فهي سابقة على ولادته ووجوده في المجتمع، وكأن الأفراد في المجتمع كائنات راضخة لقوى خارجية.

أما التفاعل الاجتماعي في ضوء نظرة الاتجاه البنائي الوظيفي يركز على الضبط الاجتماعي على حساب التغير الاجتماعي، وهي تفضل التغير التوافقي وتتجاهل التغير الثوري، كما تُعالي في التأكيد على أهمية الأمن وحاجات المجتمع على حساب المصالح والغايات، التي لا يمكن تلبيةها دون التغير الاجتماعي بوجه عام، وتركز الوظيفية كذلك على البناء الاجتماعي الكلي أكثر من العمليات الاجتماعية داخل النسق، كما تركز الوظيفية على التحليل السيسولوجي بعيد المدى أكثر من التحليل قصير المدى.

إنَّ تركيز الوظيفة على التحليل السيسولوجي بعيد المدى يعني أن يتخذ المرء وجهة نظر فوقيّة للمجتمع، عندما ينظر إلى المجتمع بمنظور وظيفي، في حين ترى التفاعلية الرمزية المجتمع من الأسفل، حيث يتفاعل الأفراد مع بعضهم. إنها ببساطة صورة تؤخذ من زاوية مختلفة، إذا أخذنا بعين الاعتبار على سبيل المثال: مواقع العديد من الكاميرات التلفزيونية في اجتماع سياسي، فإننا ندرك أن كلّ كاميرا تلتقط جزءاً من الواقع، ولكن لا توجد كاميرا بعينها تلتقط كلّ صور الفعل.

وهكذا هو الأمر بالنسبة للمنظورات النظرية السيسولوجية، وفي الوظيفة تؤخذ جميع الصور من المكان المرتفع، وتركز على البنى الاجتماعية، ومعظم الصور تُصور بفيديو، ومع ذلك فإنّ جزءاً فقط من الواقع الكلي متضمن في تلك الصور، لكن التفاعلية الرمزية تتفوق على الوظيفة، وتختلف عنها، من خلال تركيزها على المصالح والتغير، والعمليات الدينامية لسلوك الفرد، ووجهة النظر المأخوذة عن قرب، والتي تتضمن فحصاً دقيقاً للتفاعلات الاجتماعية.

والنموذج التصوريّ للنظرية الجدلية الصراعية يناقض تصورات التفاعل الرمزي، ويناقض كذلك النظرية البنائية الوظيفية في ظاهرة التفاعل الاجتماعي، ولا ينظر إلى المجتمع في حال التوازن، بل يتصوره في ضوء الافتراضات الآتية:

1: التصور الجدلي: وهو أن يتصور المجتمع في حالة صراع، ولا يقرّ حالة استقرار المجتمع، ويرى أن المجتمع في حركة دائمة من التغير، من حالة إلى نقيضها ثم تألف بينها.

2: الصراع والتغير: وهما عنوانان لصيقتان بطبيعة المجتمع، فما دامت هناك حياة اجتماعية وُجد فيها من الصراعات ما يسود جماعتها، وعناصر ثقافتها، والتغير قائم في كلّ مكان وزمان، وهو لصيق بطبيعة المجتمع، وهو الذي يكشف عن هذه الطبيعة ويظهرها إلى الوجود.

3: التغير في ظلّ الصراع تغيرٌ جدليّ: بمعنى: أن التغير يسير في حركة دائمة التموج من حركة إلى نقيضها، (فالاجتماع المحافظ يؤدي إلى الاتجاه الثوري، وهذا يؤدي إلى الاتجاه المحافظ مرة أخرى، والسلام يؤدي إلى الحرب، وهذه تؤدي بدورها إلى السلام، فالحركة تؤدي إلى نقيضها)، ويظلّ الصراع بين الحركة ونقيضها مستمراً حتى يحدث التألف بين كليهما، وهذا التألف يمكن أن يصبح بدوره خطوة أولى في حركة جدلية ثلاثية، وهنا يسير الثلاثي الجدليّ للتغير في مستوى أعلى من المستوى الأول.

4: منشأ التَّغْيِيرُ الجَدِيدِيّ في المجتمع: ومرجع ذلك إلى تلك العوامل القائمة في نطاق البناء الاجتماعيّ، بحيث لا ينظر إلى البناء الاجتماعيّ على أنه إطار استاتيكي (ثابت للتغير)، بل على أن هذا البناء نفسه هو مصدر الأشكال الخاصة للتغير الاجتماعيّ، وهذا التَّغْيِيرُ وليدُ لتناقضاتٍ وصراعاتٍ بين عاملين أو أكثر من العوامل المتعارضة في البناء الاجتماعيّ، فقد تكون هذه العوامل قيمًا، أو أيديولوجيات، أو أدوارًا، أو نظمًا، أو جماعات، وبهذا يصبح مصدر التَّغْيِيرِ الاجتماعيّ لتلك العمليات الجدلية التي تعني تنابُع البناءات الاجتماعية في ضوء مفهوماتِ الفكرة ونقيضها والتألف بينها.

برامج التواصل الاجتماعيّ والمسؤولية الأسرية للزوجة

أولاً- التفسير النظري (نظرية الاغتراب):

ومن أهم النظريات الاجتماعية التي فسّرت مشكلات الأسرة وعلاقتها بوسائل التواصل الاجتماعيّ: نظرية الأنومي (الاجتراب) خاصة عندما يطرأ على الأسرة التَّغْيِيرُ أو التَّغْيِيرُ أو التَّحْدِيثُ، فهذه النظرية تفترض أن مشكلات الأسرة هي حالة اغتراب بسبب مواقف في التفاعل الأسري، ومن أهم هذه المواقف عندما ينقص الإجماع على القيم داخل الوحدة الأسرية بسبب استقلالية أعضاء الأسرة بعلاقاتهم الاجتماعية عن باقي الأعضاء، واتجاهها إلى العلاقات الثانوية مع أعضاء آخرين خارج النسق الأسري، وهذا يحدث الاغتراب الذي يترتب عليه سلوكات اجتماعية تسمى أحيانًا انحرافات، وأحيانًا أخرى مشكلات، قد تكون سلوكًا انسحابيًا أو سلوكًا طقوسيًا أو سلوكًا تمرد أو سلوكًا ابتداع.

وفي ضوء افتراضات نظرية الاغتراب يكون الزوج، وتكون الزوجة الوسائل الرئيسة لتحقيق أهداف اجتماعية ضرورية للأسرة، وتتصور أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعيّ تعيق أحد الطرفين عن القيام بمسؤولياته الأسرية والزوجية، وتتصور أن انشغال الزوجة بوسائل التواصل الاجتماعيّ مع الآخرين خارج النسق الأسري يُعدُّ معوقًا رئيسًا لأهداف الأسرة بتحقيق التوافق الاجتماعيّ والاستقرار الأسري والقيام بالمسؤوليات الأسرية؛ لذلك يحدث الاغتراب عندما تعيق وسائل التواصل الاجتماعيّ الزوجة عن القيام بمهامها ومسؤولياتها الأسرية، فتلجأ إلى سلوكات مغتربة لتتكيف مع بيئة الأسرة الحديثة في عالم التقنية، فتلجأ إلى التمرد على الزوج، أو الكذب عليه، أو يُضعف تفاعلها معه ويتسم قيامها بالمسؤوليات والمهام الأسرية بالبرود، أو قد تنسحب من المشاركة بالمهام، وكلُّ هذه سلوكات تُعدُّ انحرافًا عن قيم الثقافة العامة والمجتمع، التي تأمر الزوجة بأن تكون متفاعلة ومشاركة مع الزوج وقائمة بالمسؤوليات الخاصة بها.

وعلى ضوء افتراضات هذه النظرية (الاجتراب)، يمكن صياغة إطار نظريّ، وهو أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعيّ قد يعيق الزوجة عن أداء مهامها ومسؤولياتها الأسرية تجاه الزوج والأولاد والقرابة؛ وبالتالي لا يتحقق الهدف الرئيس للأسرة وهو: التوافق الاجتماعيّ مع الزوج والقيام بمسؤوليات الأولاد والأسرة بشكل عام، فقد تُحدث وسائل

التواصل الاجتماعيّ تحولاً في علاقات الزوجة المباشرة مع زوجها، وكذا قيامها بمسؤوليتها الأسرية مع الزوج والأولاد والقرابة إلى مستويات أقل، وهذا يترتب عليه حدوث سلوك اجتماعيّ اغترابيّ عند الزوجة قد يكون تمرّداً وعصياناً، أو انسحاباً وانعزالاً، أو سلوكاً روتينياً طقوسياً، أو سلوكاً جديداً مبتدعاً، وكل هذا من أجل التكيف مع ظروف الأسرة المصاحبة للتقنية المعاصرة؛ وبالتالي يطرأ على أعضاء الأسرة العلاقات الاجتماعية غير المستقرة.

الآثار الاجتماعية لبرامج التواصل الاجتماعيّ:

لقد تبين من دراسة مُعاصرة (2017م) أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعيّ قد يعوق الزوجة عن أداء مهامها ومسؤولياتها الأسرية تجاه الزوج والأولاد والقرابة؛ وبالتالي لا يتحقق الهدف الرئيس للأسرة وهو: التوافق الاجتماعيّ مع الزوج والقيام بمسؤوليات الأولاد والأسرة بشكل عام، كما يأتي⁽⁹⁾:

- 1) بعض الزوجات في الأسر السعودية، بسبب الانهماك في استخدام وسائل التواصل الاجتماعيّ والتشتت في عالم الجماعات الافتراضية وملاحقة المستجدات؛ انصرفن عن الاهتمام بأزواجهنّ بالشكل الفاعل، سواء في الاهتمام بالمظهر أم الحاجات العاطفية، أم المشاركة في قرارات الأسرة وحلّ المشكلات الأسرية.
- 2) بعض الزوجات في الأسر السعودية يمارسن سلوكات غير مرغوبة فيما يخصّ الحوار مع الزوج والإنصات؛ بسبب انشغالهنّ بوسائل التواصل الاجتماعيّ.
- 3) بعض الزوجات في الأسر السعودية من جرّاء استغراقها في استخدام وسائل التواصل الاجتماعيّ، لا تتعامل التعامل الأمثل عند حدوث خلاف مع الزوج، وتلجأ لبعض السلوكات غير المرغوبة.
- 4) بعض الزوجات في الأسر السعودية، بسبب استخدام وسائل التواصل الاجتماعيّ والاندماج بالحديث والحوار مع الجماعات الافتراضية والبحث عن الترفيه والتسلية وملاحقة الحوادث والمستجدات؛ انصرفن عن الاهتمام بأولادهنّ بالشكل الفاعل فيما يخصّ الجانب الدينيّ والتعليميّ والترفيهيّ لأولادهنّ، وصحتهم ونظافتهم.
- 5) بعض الزوجات في الأسر السعودية، مع امتداد سنوات استخدام وسائل التواصل الاجتماعيّ والارتباط بالجماعات الافتراضية، يتبعن سلوكات غير مرغوبة فيما يخصّ التعاون مع الأقارب في الأزمات والمناسبات، وتبادل الزيارة مع قرابتها أو مع أهل الزوج.

أولاً - عملياتُ تجميلِ النساءِ:

إنَّ دراسة الأبعاد الاجتماعية والثقافية لعمليات التجميل للمرأة السعودية لها من الأهمية العلمية والتطبيقية، حيث تُعد عملياتُ تجميلِ النساءِ من الدراساتِ النادرة والجديدة في علم الاجتماع، خاصةً في المجتمع السعودي، وبشكل لافت للانتباه فقد وجدت عملياتُ التجميل إقبالاً منقطع النظير عند النساء بشكل خاص، وكذلك عند الرجال، سواء أكانت في الفترة الثقافية السابقة، أم في فترة التواصل الاجتماعي الحالية، حتى أصبح الاهتمام بالشكل والمظهر الخارجي ظاهرة اجتماعية لها دور رئيس في العلاقات الاجتماعية والمعايير الثقافية في المجتمع خاصة لدى النساء، ولقد ارتبط قرارُ التغيير والإقبال على عمليات التجميل في هذه المرحلة من خلال دوافع وأبعاد اجتماعية مثل: الحصول على القبول الاجتماعي من الآخرين، أو من أجل التواصل الجيد معهم، مع العلم أن لعمليات التجميل جوانب ثقافية في المجتمع السعودي، وأهمها الضوابط الدينية، وعُرف المجتمع وتقاليد.

وفي فترة التواصل الاجتماعي الحالية، ومع عولمة الثقافة أصبحت العمليات التجميلية في تغيير الشكل والمظهر جزءاً من ثقافة هذه الفترة عند النساء والرجال في المجتمع السعودي، ومع زيادة وسائل التجميل تقدمت فنون صناعة الجسد، وأصبحت ثورة التقنية لها تدخلاتها في تحويل الجمال إلى عمل وصناعة، وتحديد القالب المثالي لجسد المرأة من خلال مقاييس ومعايير مُحكّمة تحدّد هوية الجمال، وما يجب أن يظهر وما يجب أن يُخفى. ولأنَّ التجميل بشكل عام يأخذ مجالات متعددة من ناحية أهميتها وحاجتها؛ لذا يمكن حصرها في ثلاثة مجالات وهي:

1. العمليات التجميلية، والهدف منها إبراز الجمال أو الشكل الموجود أصلاً دون تدخل جراحيّ مثل: استخدام المساحيق، وقصّ الشعر، وتجميل الأظفار، وغيرها.
2. العمليات التجميلية غير الجراحية، والتي تسمى (الموضعية) وهي: عمليات الحَقن في الوجه أو الشفاه أو الرقبة، والهدف منها تحسين المظهر مثل: بلازما والميزوثيرابي والكولاجين والديرمابن.
3. العمليات التجميلية الجراحية الترميمية، والهدف منها إعادة تشكيل هيكل الجسم أو جزء منه من خلال التدخل الجراحي؛ كعمليات شدّ البطن، أو تصغير الأنف، أو شدّ الوجه، أو تكبير الثديين وغيرها.

يأخذ التجميل أشكالاً متعددة؛ فالله عزّ وجل أودع في ابن آدم غريزة حبّ التزيّن والتجمل، وإن اختلفت من جماعة إلى أخرى، ومن مجتمع إلى مجتمع آخر في طريقة التجميل، إلا أنه ما زال الإنسان يمارسه على مرّ العصور وبالأخص المرأة؛ لطبيعتها الأنثوية، التي تتطلب منها العناية والاهتمام بالتزيّن والتجمل، ولكن وفق ضوابط وحدود شرعية تحذّر من الخروج عن المألوف والمخالف لأمر ديننا الحنيف في قوله تعالى: ﴿وَلَا تُضِلُّهُمْ وَلَا مَنِيَّتُهُمْ وَلَا مَرْنَهُمْ فَلْيَبْتِكُنْ أَذَانَ الْأَنْعَامِ وَلَا مَرْنَهُمْ فَلْيَغَيِّرَنَّ خُلُقَ اللَّهِ﴾ [سورة النساء، الآية: 119].

وجاءت المؤشرات والإحصاءات التي أصدرتها الجمعية الدولية لجراحي التجميل في عام 2016م توضّح أن الولايات المتحدة هي الأولى في الجراحات التجميلية، والأكثر انتشارًا، وفي زيادة باستمرار بنسبة 9% عن معدلها الطبيعي، وتأتي بعدها البرازيل واليابان وإيطاليا والمكسيك بنسبة 41,4%. أمّا على المستوى العربي فتحتل المملكة العربية السعودية المرتبة الأولى في العمليات التجميلية، في حين تحتل السعودية المركز 18 عالميًا في حجم الإقبال على العمليات التجميلية التي تجرى داخل مراكز التجميل والعيادات في السعودية والتي تُقدَّر بأكثر من 95 ألف عملية تجميلية لعام 2017م، من أصل 12 مليون عملية تجميل على مستوى العالم وفقًا لتقرير الجمعية (الجمعية الأمريكية لجراحي التجميل 2017، psaps).

ثانيا - التربية الجنسية:

كشفت دراسة اجتماعية تطبيقية في الفترة الثقافية السابقة أن هناك غيابًا شبه تامًا للدور الأسري والمدرسي في التربية الجنسية لأبناء المجتمع وبناته، وذلك بتركها والتغاضي عنها، مما يدفع أولاد الأسر ذكورًا وإناثًا إلى استقاء معلوماتهم وحلّ مشكلاتهم الجنسية من مصادر مُشْتَبِه فيها، مثل: الأصدقاء، والأفلام والقنوات الفضائية الإباحية، والمواقع الجنسية في الإنترنت؛ فكان لذلك أسوأ الأثر على استقرار حياتهم الزوجية؛ حيث نتج عن القصور والضعف في التربية الجنسية من خلال المظاهر الآتية:

1: حدوث التنافر الجنسي في العلاقات الزوجية؛ لأنّ الأسر والمدارس في المجتمع لم يمنحوا الأولاد والبنات معلومات تساعد على الاعتناء بالأجسام، حتى تعطيهم جاذبية مستمرة عند شريك الحياة، من أهمها عدم اهتمامهم بنظافة الجسد، وما يصدر منه من روائح، أو بسبب رائحة الفم الكريهة، وعدم فهمهم للاضطرابات الانفعالية عند الزوجات بسبب ثورة الهرمونات وتقلب المزاج قبل فترة الحيض، والاشمئزاز الجنسي الذي يحدث بين الزوجين بسبب سوء التفاهم في ممارسة الجماع في الظروف غير العادية، في أثناء الحمل أو بعد الولادة أو في أثناء الدورة الشهرية، وعزوف الزوجات عن التربية البدنية والتمارين السويدية، والتي تُعيد للزوجات شبابًا جسديًا ونفسيًا يضمن لهنّ التواصل الجنسي، خاصة بعد الولادة، وهناك الأفكار الخاطئة في التربية الجنسية، والتي تُملّي على الزوجة اتخاذ موقف سلبي أو مُمانع في سرير الزوجية، والرجل يكون في حالة دائمة لحوًا؛ مما يُحدث الروتين والرتابة والملل في ممارسة الجماع بين الأزواج، فهما يفقدان منشطات الجنس بينهما، والتي منها مبادرة الزوجة والتودد إلى الزوج في طلب الجماع.

2: أن غياب الدور الأسري والمدرسي في التربية الجنسية في مجتمعنا قد أحدث مشكلة البرود الجنسي عند الزوجات في علاقاتهنّ الزوجية؛ بسبب أخطاء التربية الجنسية في بعض الأسر، ومن بعض المعلمات، وذلك عندما يقدمون الجنس للبنات شيئًا كريهًا، وكذلك تربية البنات بشكل مترمّ على الصمت أو الخزي من كلّ ما له علاقة بالجنس الشرعي بين الأزواج، فيرفضنّ مع أزواجهنّ المطارحات الغرامية والمداعبات الجنسية، محتقرات أو مستنكرات، وقد تُقدّم التربية الجنسية للمجتمع للأبناء خطًا تربويًا كبيرًا، عندما تُملّي عليهم أن الطابع الحادّ واللحوح للإغراءات

الذكورية أنه هو الذي يشكل سر المنهجية الغرامية والحب الجنسي عند الزوجة، فهذا التصور جهل، يقابله احتقار وسخرية من الطبيعة الأنثوية، ويوصل الزوجات عملياً إلى البرودة الجنسية، وقد يكون عدم المهارة والأنانية والشراسة من جانب بعض الأزواج، وإهمالهم وعدم وعيهم وجهلهم لمتطلبات الزوجة عند الجماع، -مثل إهمال التمهيدات الجسدية والمطارحات الغرامية، من جرّاء تهاون أناني، أو بسبب جهل أو كسل، أو نتيجة لاحتقار المرأة، سواء أكان ذلك متعمداً أم غير إرادي -هو أحد العوامل الاجتماعية المسببة للبرودة الجنسية عند الزوجات. وإن من أهم وأسرع الصدمات العاطفية للزوجة التي تسبب لها البرود الجنسي: خيانة الزوج لزوجته، والميل نحو امرأة أخرى بعلاقة غير شرعية، مهما كان حجم العلاقة، وهذا يحدث ألماً نفسياً ونفوراً جسدياً ينجّم عنه تصدع واضطراب في العلاقات الزوجية.

3: أن غياب الدور الأسري والمدرسي في التربية الجنسية في مجتمعنا قد أنشأ مشكلة العجز الجنسي عند الرجال في علاقاتهم الزوجية، وذلك عندما بدأت ثقافة المجتمع تُغذي الشباب بقيم ذكورية خاطئة: من أهمها أن الزوج عليه في أول زواجه أن يثبت للزوجة أنه (فحل) ولديه القدرة على أن يقوم بالعديد من المضاجعات؛ فيعتاد على نمط جنسي مضطرب، مما يوصله إلى شفير الإرهاق والوهن، وينتهي إلى العجز الجنسي، وهناك شكل من أشكال العجز الجنسي عند الأزواج وهو (القذف المبكر)، والذي توصلت الدراسة في شأنه إلى أن له جانباً اجتماعياً كبيراً؛ لأنه يضيق الزوج كما يضيق الزوجة، بسبب عدم مقدرة الزوج على إرواء الزوجة، وتأمين حاجتها من المتعة، كما تبين من الدراسة أن هذا النمط من العجز الجنسي عند الأزواج يرجع إلى التربية الجنسية الخاطئة، وذلك من خلال ما اعتادوا عليه من مشاهدة الأفلام الجنسية الإباحية في القنوات الفضائية ومواقع الإنترنت، والتي جعلتهم في حالة استثارة دائمة، وفي مرحلة ذروة مستمرة، قابلة للقذف عند أدنى ملامسة للزوجة.

إن من أهم الأخطاء التربوية الجنسية عند الشباب الاعتقاد بأن الكحول مؤثر في تنشيط الرغبة الجنسية، ومن ناحية أخرى كشفت الدراسة أن بعض الأزواج لديهم عجز في التعامل مع بعض الزوجات اللاتي لديهن اضطرابات هرمونية، وخاصة عند زيادة هرمون الذكورة في أجسامهن، فتزداد الرغبة الجنسية عندهن، فقد يتركها زوجها دائماً وهي في حالة عدم إشباع، ولديها تؤثر وإثارة جنسية، وبذلك يصبح في نظرها عاجزاً جنسياً.

إن الهدف الأسمى من التربية الجنسية إنما هو المساعدة على الوقاية من المشكلات الجنسية التي تسبب القلق، والتي من الصعب مناقشتها مع أي شخص آخر، وكل مشكلة تقريباً قد تهدد الحياة الزوجية بأي شكل من الأشكال، وربما بدا مظهر تلك المشكلات غير مؤلم، ولكنها ليست تافهة أو سهلة؛ إذ من الممكن أن تضرب بعُمق سعادة الزوج أو الزوجة؛ فالحياة الجنسية مصدر قلق سرّي لا ينتهي أبداً، لماذا نشعر بالحرج، ودستورنا القرآن الكريم، وهو الذي قد وضع قواعد أساسية في التربية الجنسية هادفاً إلى تحقيق المودة والرحمة في العلاقات الزوجية، إننا بحاجة إلى رؤية علاجية وإستراتيجية خاصة بمجتمعنا تناسب ثقافتنا، حتى لا يقاومها المجتمع، مستمدة من قرآننا الكريم وسنة المصطفى صلى الله عليه وسلم.

- السيد شتا: نظرية الاغتراب من منظور علم الاجتماع، القاهرة، عالم الكتب، 1984م - 1404هـ.
- حصة بنت عبدالله بن إبراهيم البليهي: العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والمسؤولية الأسرية للزوجة، دراسة تطبيقية على معلمات المرحلة الثانوية في مدينة بريدة، رسالة ماجستير، جامعة القصيم، 2016م.
- حمد حجازي: النظريات الاجتماعية، القاهرة مكتبة وهبة، 1408هـ.
- رث والاس السون وولف: النظرية المعاصرة في علم الاجتماع، ترجمة: محمد الحوراني، الأردن، جامعة اليرموك، 2012م.
- طالب عبدالرضا كيطان، الجسد في الدراسات السوسيوأنثروبولوجية.
- عامر بن دلهم القحطاني: وسائل التواصل الاجتماعي وأثرها في مفاهيم حقوق الإنسان (دراسة وصفية)، رسالة دكتوراه، جامعة القصيم، 2022م.
- عبدالله صالح العقيل، العوامل الاجتماعية والنفسية المرتبطة بإقبال الفتاة السعودية على عمليات التجميل الجراحية. مجلة مجمع - جامعة المدينة العالمية - ماليزيا، 2014م.
- عبدالله محمد عبدالله: النظرية في علم الاجتماع، الدمام، مكتبة المتنبى 2015م.
- فاطمة علي أبو الحديد، المتغيرات الاجتماعية والثقافية وعلاقتها بجراحات التجميل دراسة اجتماعية ميدانية، مجلة إضافات. 2018م.
- كرس شلنج، الجسد والنظرية الاجتماعية، ترجمة: منى البحر ونجيب الحصادي، دار العين للنشر، أبوظبي، 2009م.
- محمد بن إبراهيم السيف: التربية الجنسية والعلاقات الزوجية في الأسرة السعودية، مركز التنمية الأسرية بالأحساء، 1433هـ.

- مريم الكعبي، المحددات الثقافية والاجتماعية المؤثرة في ممارسة المرأة للرياضة في المجتمع السعودي، رسالة ماجستير الدمام، 1434هـ.
- منال بنت عبد الرحمن الغفيص: الوظائف الاجتماعية للأنظمة العدلية ودورها في تقليص جريمة التحرش (دراسة تحليلية مقارنة لأنظمة مكافحة جريمة التحرش الجنسي بالملكة العربية السعودية) رسالة دكتوراه، 1445هـ-2024م.
- موقع الهيئة العامة للترفيه www.gea.gov.sa.
- هدى بنت إبراهيم التركي، الآثار السلبية للإنترنت في التربية الجنسية، دراسة تطبيقية على طالبات الثالث الثانوي بمدينة بريدة، رسالة ماجستير، جامعة القصيم، 2016م.
- وجدان بنت محمد بن مطلق الزايد: الأبعاد الاجتماعية والثقافية لعمليات التجميل للمرأة السعودية (دراسة مُطبَّقة على النساء المراجعات للمجمعات والمراكز الطبية في منطقة القصيم)، رسالة ماجستير، جامعة القصيم، 2020م.
- وفاء عواد شقاء الشمري، العوامل المؤدية لممارسة الرياضة النسائية في المجتمع السعودي، رسالة ماجستير، جامعة القصيم، 2018م.

المُخَوِّرُ الثَّانِي

القيم الجديدة بين الشباب والفتيات وكيف
يتعامل معها المرشد الأسري

د. خالد الرشيد

في العصر الحاضر تحولت القيم إلى جزء كبير من نسيج المجتمع، ونسيج المعرفة الإنسانية، وموضوعات الدرس والنقاش العلمي. فلم تعد قاصرة على النقاش الفلسفي كمبحث رئيس من مباحثها الثلاثة. وإطلالة عابرة على المجالات المعرفية التي تهتم بالقيم الآن تؤكد الأهمية الكبرى لهذا المجال في فضاء المعرفة والتأثير المجتمعي والإنساني. وأضحت الدراسات الدينية والفلسفية والإدارية والتربوية والاجتماعية والتعليمية والاقتصادية وغيرها تتكلم عن القيم، وأثرها، وأهميتها، وكيفية ترسيخها، وتعديلها. هذا الطيف الواسع من المجالات المعرفية المهتم بالقيم يجعلنا أمام إحدى الموضوعات العميقة، والشديدة الأهمية.

يتحدث كثير من المهتمين والباحثين عن أزمة قيم عالمية تعصف بالعالم، حيث يؤكد بيندي (2005) على أن الأزمة القيمية لم تؤثر فقط على القيم الدينية والأخلاقية، بل أثرت في قيم العلمانية والحدثة بذاتها، متخوفاً من تغيرات تمس إنسانية الإنسان. فهل نحن نسير إلى عالم يخلو من القيم والقواعد السلوكية؟ هذا التساؤل أفرزته التغيرات التي تعصف بالعالم خاصة العولمة والتقنية. ويؤكد الأمين العام للأمم المتحدة ماتسورا على أن الأزمة العالمية ليست وجود القيم من عدمها، بل في تحديد معنى القيم ودور القيم وكيف توجهنا القيم (بيندي، 2005). هذه التخوفات تدعو بالراح إلى التعاطي مع القيم بكثير من الجدية والتركيز والعناية.

والإرشاد الأسري والتربوي والنفسي ليس بمعزل عن هذه الأهمية، ولا عن التأثير والتأثر بدور القيم، فضلاً عن استثمارها في مجال الإرشاد الإنساني. وهذه الورقة تحاول المساهمة في تجسير العلاقة بين المرشد الأسري وبين العناية بالقيم في العملية الإرشادية خاصة منظومة القيم المعاصرة التي استجذت على الفضاء القيمي.

ما القيم:

الْقِيَمَةُ، بِالْكَسْرِ وَاحِدَةٌ: الْقِيَمُ، وَهُوَ ثَمَنُ الشَّيْءِ بِالتَّقْوِيمِ، وَأَصْلُهُ الْوَأُ؛ لِأَنَّهُ (يَقُومُ) مَقَامَ الشَّيْءِ، (و) يُقَالُ: (مَا لَهُ قِيَمَةٌ إِذَا لَمْ يَدُمْ عَلَى شَيْءٍ) وَلَمْ يَثْبُتْ، وَهُوَ مَجَازٌ وَقَوِّمْتُ السَّلْعَةَ تَقْوِيمًا، وَفِي الْحَدِيثِ: «فَقَالُوا لَهُ: لَوْ قَوِّمْتَ لَنَا سَعْرَنَا، فَقَالَ: إِنَّ اللَّهَ هُوَ الْمُقَوِّمُ أَوِ الْمُسَعِّرُ» [رجاله رجال الصحيح] أَي: لَوْ سَعَّرْتَ لَنَا، وَهُوَ مِنْ (قِيَمَةِ الشَّيْءِ أَي: حَدَدْتَ لَنَا) قِيَمَتَهَا، (وَأَسْتَقَامَ) الْأَمْرُ: (اعْتَدَلَ)، (وَقَوِّمْتُهُ: عَدَلْتُهُ، فَهُوَ قَوِيمٌ وَمُسْتَقِيمٌ). يُقَالُ: رُمِحَ قَوِيمٌ، وَقَوَامٌ قَوِيمٌ، أَي: مُسْتَقِيمٌ».

وَالْقَوَامُ: الْعَدْلُ؛ قَالَ تَعَالَى: ﴿وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا﴾ [الفرقان: ٦٧]. وَالْقِيَمَةُ: وَاحِدَةُ الْقِيَمِ، وَأَصْلُهُ الْوَأُ؛ لِأَنَّهُ يَقُومُ مَقَامَ الشَّيْءِ. وَالْقِيَمَةُ: ثَمَنُ الشَّيْءِ بِالتَّقْوِيمِ. تَقُولُ: تَقَاوَمُوهُ فِيمَا بَيْنَهُمْ، وَإِذَا انْقَادَ الشَّيْءُ وَأَسْتَمَرَّتْ طَرِيقَتُهُ فَقَدْ اسْتَقَامَ لَوَجْهٍ.

ومن خلال ما سبق يتضح أن القيمة تدور على معنيين: التثمين والتقدير وتمتاز بالمساواة (بين القيمة والشيء والمقيم)، والثبات والاستمرار. والمعنى الآخر مأخوذ من التعديل والإصلاح والسلطة على الشيء والحفظ له. ويجمع الأصلان في أصل واحد هو الحكم على الشيء والقدرة عليه والتأثير به.

وفي كتاب الله تعالى وردت مرادفات لمصطلح القيم المعاصر، ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَنْزَلَ عَلَى عَبْدِهِ الْكِتَابَ وَلَمْ يَجْعَلْ لَهُ عِوَجًا (1) قَيِّمًا لِيُنْذِرَ بَأْسًا...﴾ [الكهف: 1، 2]، ﴿قُلْ إِنِّي هَدَانِي رَبِّي إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ دِينًا قِيَمًا مِلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا﴾ [الأنعام: 161]، ﴿ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ﴾ [يوسف: 40]، ﴿وَذَلِكَ دِينُ الْقِيَمَةِ﴾ [البينة: 5]، وهذه الألفاظ القرآنية وغيرها مما ورد، واعتمادًا على كلام المفسرين، تدور - والله أعلم - على الجمع بين الاستقامة والاعتدال، وعدم التغير والثبات والاستمرار، وبين الرعاية والإصلاح والتعديل والهيمنة والتدبير والحكم.

وفي الفكر الفلسفي تعدد القيم أحد المباحث الثلاث الرئيسة في الفلسفة، وهي: الوجود والقيم ونظرية المعرفة، ويطلقون على مبحث القيم: نظرية القيم أو فلسفة القيم أو علم القيم (Axiology)، وتهتم نظرية القيم بالبحث في طبيعة القيم وأنواعها ومعاييرها، كما أنهم يركزون على ثلاث قيم رئيسة يعدونها مصدر القيم الأخرى: قيم الحق والخير والجمال.

والقيم بمفهومها المعاصر هي مصطلح حديث المفهوم في اللغة العربية، ولم يرد ذكره في الفكر اللغوي العربي مرادفًا للأخلاق والفضائل، وإنما كان له معناه الخاص كما سبق الإشارة له. وفي الفكر الغربي المعاصر تعدد القيم أيضًا حديثة النشأة، وتتجاذبه تخصصات معرفية كثيرة، ويصعب الوصول إلى تعريف محدد ومتفق عليه نظرًا لتباين زاوية النظر التي يتبناها الباحثون في هذه المجالات.

أحد التعريفات المهمة هو ما أشار إليه كرسي الأمير نايف بن عبد العزيز للقيم الأخلاقية القيم بأنها «اقتناعات ومبادئ مستمدة من الوحي، والعقل السليم، والعرف المعترف، يتبناها الفرد، وتشكل له معايير وموازن يحكم بها على الأشياء والأفعال والأشخاص بالقبول أو الرفض، أو بالحسن أو القبح، وتصدر عنها سلوكات وأعمال»

ويمكن أن نخلص إلى التعريف التوافقي التالي. فالقيم هي «معايير عميقة في الشخصية توجه حياة الإنسان عند تقييمه للأحداث والمواقف واتخاذ القرارات، تنعكس على شكل اختيارات، وسلوك يمارسه في حياته». والعمق المقصود هو أنها مرتبطة بإيمان الإنسان وهويته وقناعاته ووجدانه، تأثرًا وتأثيرًا.

مصطلحات ذات علاقة بالقيم:

1. نسق القيم لدى الفرد: يقصد به «البناء أو التنظيم الشامل لقيم الفرد وتمثل كل قيمة في هذا النسق عنصرًا من عناصره وتتفاعل هذه العناصر معًا لتؤدي وظيفة معينة بالنسبة للفرد» ويقصد به الترتيب الهرمي للقيم

عند فرد أو جماعة، ويكون بذلك مجموعة من المعايير التي يصبح بها السلوك القيمي معقولاً، ويربط الفرد بهويته والمجتمع بتقاليد، بحيث تكون العلاقة بينهما واضحة ومنظمة، سواءً أكانت هذه المعايير والمبادئ معلنة أم ضمنية»
2. الحكم القيمي: «مصطلح يصف رد فعل الفرد تجاه شخص آخر، أو تجاه حادثة أو رأي، بطريقة تتضمن تقويم هذا الشخص أو الحادث أو الرأي، بدلاً من تقويم صفاته أو سماته»
3. نظام قيمي: «معتقدات بالجوانب الحسنة والجوانب السيئة من السلوك، كما تؤمن به ثقافة ما أو طبقة اجتماعية ما».
4. الصراع القيمي: وهو الصراع داخل النفس البشرية بين القيم الداخلية للفرد والقيم الخارجية في المجتمع، محدثاً التوتر وتردداً واعتلالاً في الصحة النفسية.

موقع القيم من العلوم:

موضوع القيم أصبح مجالاً للدراسة في عدة فنون ومجالات علمية، فهي تدرس عند التربويين في كيفية غرس القيم لدى الطلاب وتربيتهم عليها، كما يدرسها علماء النفس الاجتماعي في مجال القيم بصفته وسيطاً بين الفرد والمجتمع وفي مجال الإرشاد والعلاج النفسي، ويدرسها علماء الإدارة في قيم المنظمات وكيف تسهم القيم في صناعة ونجاح المنظمة، كما يدرسها الفلاسفة بصفته أحد المحاور الرئيسة في الفلسفة وإن كانوا يركزون على ثلاث قيم يعدونها أساساً لغيرها (الحق، والخير، والجمال)، كما يدرسها علماء الدين؛ لأنها صورة أخرى للأخلاق والفضائل، كما أنها أساس في ضبط سلوك الإنسان وفق التوجيهات الشرعية، كما يدرسها علماء الاجتماع حيث يركزون على قيم المجتمعات، أو القيم التي تسود في فئة أو مجتمع وكيف تؤثر هذه القيم في سلوك المجتمع بأفراده، ففي حين يركز علم النفس الاجتماعي على قيم الأفراد فإن علم الاجتماع يركز على قيم الجماعات.

أهمية القيم:

القيم بمفهومها المعاصر تحولت إلى مكون كبير في التأثير الإنساني، ولا يكاد يخلو منها حديث معاصر، في أي مجال معرفي ولا حتى المنظمات في القطاعات الحكومي والخاص وغير الربحي. وفيما يلي بعض ما يؤكد دور أهمية التعاطي مع القيم واستحضارها في أي تفاعل معاصر مع الإنسان:

1. القيم ضرورة من ضرورات الحياة، وبدونها لا يستطيع الإنسان أن يحافظ على بقائه في الحياة؛ لأنه بدون القيم سيقضي على نفسه من خلال قضائه على مقومات حياته وحياة الآخرين من حوله. بدون القيم لن

يستطيع تنظيم نفسه ولا قراراته ولا تقييماته، ففي حين أنه ملزم بوصفه إنساناً أن يتخذ قرارات حياتية بشكل يومي، فإنه بدون القيم لن يجد تلك المعايير والضوابط التي تساعد على التقييم واتخاذ هذه القرارات. القيم جزء من الحياة اعتماداً على هذا الرأي، فبدونها لن توجد حياة، و"لا يمكن للإنسان أن يعيش باعتباره شيئاً آخر غير الإنسان"، فإذا تقمص أو مارس أدواراً غير أدوار الإنسان، واستخدم قيماً غير قيم الإنسان فإنه يتحول إلى مخلوق آخر، وهنا سيدمر نفسه والآخرين.

2. القيم هي مصدر الاتزان والهدوء عند الإنسان، وحين تتعارض القيم لديه يقلق ويتوتر ويدخل في حالة اضطراب. وهذا يفسر بعض حالات التوتر في الاستشارات الأسرية والتربوية، ففي حين أن التوتر ليس نابغاً من مشكلة واقعية على الحقيقة إلا أنه موجود لارتباطه بتعارض قيمي داخل شخصية المستفيد.

3. القيم هي أحد مكونات الضمير الإنساني والمؤثرة فيه، ولذا فإن تعارض سلوكه وحياته مع قيمه يسبب له تأنيب الضمير المزعج المسبب للشقاء، وتواءم سلوكه وقراراته معها يقوده إلى السعادة والهدوء وراحة الضمير. وهذا ملاحظ حين يضطر الفرد للكذب لتحقيق مصلحة كبرى كالحفاظ على حياة إنسان، فإنه - مع اقتناعه عقلياً بصحة فعله - غير أنه يتألم ضميرياً لمخالفته قيمه.

4. القيم أحد أهم مساعدات الإنسان على اتخاذ القرارات في حياته، فمن خلالها يخف عليه عبء التفكير والتحليل، وتكون قراراته واضحة وسهلة، لكن المشكلة عند اتخاذ القرارات تكمن حين تتعارض القيم، ولا يكون لدى الإنسان أولويات قيمية.

5. القيم هي الموجه الحقيقي لسلوك الأفراد وأحكامهم، وقراراتهم، واختياراتهم، واتجاهاتهم بين ما هو مرغوب وغير المرغوب، وما هو محبوب أم لا، وما هو خير أو شر، وبين ما هو مؤلم أم لا، ولذا يمكن التنبؤ بقرارات الأفراد وأحكامهم من خلال معرفة القيم التي يؤمنون بها. فأى فرد يكون المال أهم عليه من الكرامة، ستعلم يقيناً أنه سيفعل لك ولغيرك ما تريد من أجل المال.

أهم أدوار القيم في حياة الشباب:

ليس الهدف هو استقصاء هذه الأدوار، وإنما التركيز على أهم هذه الأدوار ذات العلاقة بالإرشاد الأسري، والتي تتمثل فيما يلي:

1. القيم تتحكم بنظرة الفرد وتقييمه وأحكامه تجاه المواقف، والأشخاص، والعلاقات، والأحداث، والأشكال، إلى غير ذلك من شؤون الحياة. واليوم تعد نظرة الشباب والفتيات نحو الزواج هي أبرز الأمثلة على دور القيم في حياتهم. فالتغير القيمي أحدث تحولاً في نظرتهن للزواج، وتعدى ذلك للخصوبة، حيث تعاني الأخيرة من انخفاض عالمي، ومحلي؛ نتاج تحول نظرة الشباب إلى الزواج والإنجاب، ويقود هذه النظرة قيم جديدة أثرت عليهم، من أهمها المادية، والاستمتاع. ونظرة فاحصة ومعقدة لحالات الخلع، والطلاق، ستظهر للباحث تأثر أصحابها بالقيم المعاصرة، وبعضهم يصرح بذلك.

2. القيم تتحكم بقرارات الإنسان، فحين يقف الفرد بين خيارات متعددة ستكون الغلبة للقيم، سواءً أدرك الفرد ذلك أم لا، (لا يدخل في ذلك قرارات شبه الإكراه التي يجبر الإنسان اجتماعياً عليها). الاختيار والقبول والرفض، قائمة على القيم بامتياز. ولن تستطيع أن تجد خطاً ناظماً لقرارات الإنسان إلا خيط القيم غير المرئي. أفضل مثال هو قرارات الشراء، وقرارات العلاقات. وبإجراء مسح سريع على عالم الوسائط الاجتماعية، وتركيزاً على التنازلات الحادثة في الأخلاق، سيظهر بجلاء دور التغير القيمي في إحداث هذه التنازلات (التنازل هو قرار). الرحمة حين تجد طريقها إلى منظومة القيم تؤثر في الإنسان وتدفعه نحو قرارات المساعدة والإعانة، بينما الآخر لا يرى في الموقف الذي أمامه سبباً لتقديم يد العون.

3. القيم تتحكم وتؤثر في مشاعر الإنسان، فالمتعة، والبهجة، واللذة، والألم، والتعاسة، والرضا، وغيرها، هي مشاعر خاضعة لإدارة القيم. والضمير خير مثال. تلاحظ موقفاً واحداً يشاهده شخصان، الأول يتألم، والثاني يضحك. الكرامة قيمة سيادية كبرى، فمن كانت حاضرة في منظومة قيمه سيتألم من أي سلوك استهتاري يمارسه شاب أمامه مع عامل ضعيف، بينما شخص آخر لا تعنيه الكرامة الإنسانية، قد يجد ذلك مكاناً للفكاهة. الرحمة (قيمة) تجعل الفرد يتألم حين يرى مكلوماً أو جريحاً، وفاقد الرحمة لا يشعر بشيء. الرحمة (قيمة) تدفع الفرد للعطف والحنان، وفقدتها يدفع للقسوة والغلظة. وفي حديث عائشة رضي الله عنها: "جاء أعرابي إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: تَقْبِلُون الصَّيَّانَ؟ فَمَا نَقْبَلُهُمْ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَوْ أَمْلِكُ لَكَ أَنْ نَزَعَ اللَّهُ مِنْ قَلْبِكَ الرَّحْمَةَ!" [رواه البخاري].

مصادر تسرب القيم إلى الشباب:

أظهرت دراسات كثيرة تعرض الشباب والفتيات لتغير قيمي؛ حدث نتاج عدد من المتغيرات الاجتماعية، والثقافية، والاقتصادية، والتقنية. ولعل هذا التغير لم يستهدف الحرب على القيم بشكل مباشر وصريح، ولكنه تسرب إلى الشباب والفتيات عبر منافذ ومصادر تؤثر في شخصياتهم، وعلى منظومة القيم لديهم بشكل غير مباشر، مما يجعل هذه القيم تتسرب إلى عقولهم، وشخصياتهم، فيتأثرون بها، دون أن يقوم أحد بغرسها أو تعليمها لهم. هذه المنافذ تتعامل مع اللاوعي الشبابي، محدثة تغييراً قيمياً على المدى البعيد يظهر انعكاسه على قرارات وسلوكيات الشباب.

هذه المصادر تعد الأكثر خطورة لأن الشباب يتشربون هذه القيم وتنغرس لديهم دون مقاومة، ففي حين أنهم يقاومون التربية على بعض القيم التي يود الوالدان والمربون غرسها في شخصياتهم، إلا أنهم لا يشعرون بتسربهم لقيم تبثها مصادر أخرى، ويمارسونها دون أن يدركوا أنهم قد تأثروا بها، وتتحول إلى قيمهم وهم لا يشعرون:

1. الإعلام والإعلان الرقمي:

وهو الإعلام الذي يشيع في وسائل التواصل الاجتماعي، عبر صور، ومقاطع، وأصوات يتابعها الشباب ويتداولونها بينهم، ويسهمون في نشرها، تحت مظلة الترويج أو التثقيف، محدثة تغييراً في قيمهم. وتؤكد الدراسات أثر الإعلام الرقمي في إعادة تشكيل هويات الشباب وقيمهم. فالضخ الذي يتلقاه الشباب عبر وسائل التواصل يحمل مضامين يتلقفها الشباب ولا يوجد من يناقشها معهم، ولا من يصححها، أو ينقحها، مما يقودهم نحو ممارستها ثم تحولها إلى قيم شخصية وثقافة راسخة، فضلاً عن الأثر الكبير للإعلانات بنوعيتها التلفزيوني والرقمي في ترويج وتسويق القيم والثقافات.

الإعلام بأنواعه يمجّد الانبساطيين وذوي الحضور والشهرة، ولا يبالي بأصحاب التفكير والتأمل والحكمة محدثاً ضغطاً قيمياً على فئة كبيرة من المجتمع هم الانطوائيون. فالإعلام والأفلام والإعلانات وتصميم الأماكن العامة جميعها تخبرنا بأن علينا أن نكون اجتماعيين وأقوياء ومبتهجين بالأضواء والأحداث الصاخبة واللقاءات الجماهيرية، وإذا كنا سننعب من هذا الصخب فعلياً أن نتناول مسكنات حتى لا نكون انعزاليين.

2. ثقافة السوق:

أضحت الإعلانات التجارية، التي تروجها الشركات الباحثة عن الربح دون عناية قيمية، تكرر صوراً نمطية للإنسان، وتبني نموذجاً لما يحتاجه، وترسم مخططاً لتشكيل شخصياته يقوم على استخدام منتجات هذه الشركات. لم تعد الاحتياجات البشرية هي مصدر تصميم المنتجات، وإنما تحولت المؤسسات التجارية إلى ما يسمى (قيادة الاحتياج)، حيث تصمم احتياجاً جديداً، وتبني له منتجات، وتسوق هذه المنتجات عبر تكثيف الاحتياج الجديد.

الإعلانات التجارية، والمنتجات، والخدمات التي تضحها الشركات، تحولت إلى صانع لقيم الشباب، ومحرك لدوافعهم، من أبرز الأمثلة هو العناية بالموضة وثقافة (البراندات) (العلامات التجارية). فليس المهم هو أن يلبس الشاب ما يحتاج إليه، بل الأهم هو لبس العلامة التجارية التي تحمل احتياجاً مخفياً هو (الرغبة في الإعجاب والظهور). هذا الاحتياج تم تضخيمه في عقول الشباب إلى أن تحول إلى قيمة تتحكم في قراراتهم، وتقييماتهم، وسلوكاتهم.

3. سوق العمل:

الإنسان يبحث عن مصدر الرزق، وهذا التحدي مؤثر بشكل كبير، في حياة الناس، بل هو الأقصى، مما يعرض القيم والأخلاقيات، حتى التدين إلى خلخلة في شخصية الفرد.

احتياجات الإنسان تقوم على وجود المال، والمال يتحكم به سوق العمل، وسوق العمل بحاجة إلى منظومة قيم تحركه، وتدفع به. وهذا بدوره يجعل الفرد مضطراً للانخراط في قيم معينة ليتوافق مع سوق العمل، ومن العيش فيه لكسب رزقه، ومن الاستمرار في الترقى.

التحولات التي حدثت في سوق العمل، رافقتها تحولات أيضاً في منظومة القيم، ويظهر هذا جلياً في التحولات الكبرى من الرعي إلى الزراعة، ومن الزراعة إلى الصناعة، ومن الصناعة إلى التقنية، والآن إلى عصر الذكاء الاصطناعي. فكل تحول رافقه مجموعة قيم، مما يجعل سوق العمل أحد أكبر المؤثرات على منظومة قيم الفرد.

البحث عن النجاح أحد المصطلحات الوليدة لثقافة الأعمال، وتحول النجاح إلى غاية بذاته، وقيمه تحرك القرارات وتدفع بالسلوكات، بدلاً من كون النجاح وسيلة. والذاتية، إحدى القيم التي أفرزتها ثقافة سوق العمل. والتحول نحو الفردانية، وعدم الاحتياج للآخر، هي أيضاً جزء من إفرازات منظومة سوق العمل.

تشجيع الشخصية الانبساطية وتقليل قيمة الشخصية الانطوائية، هي أحد إفرازات سوق العمل، وهو وليدة الثقافة الغربية كما أشار عدد من الباحثين. تحول الانبساط والظهور الاجتماعي والتواجد بين الناس إلى قيمة أساسية كشرط للنجاح. هكذا في الثقافة الغربية، بينما الواقع والدراسات لا تتوافق مع ذلك. ففي دراسة قام بها عدد من الباحثين هدفت إلى مقارنة 480 طالباً من شانغهاي و296 طالباً من كندا ليرى ما الصفات التي تجعل منهم أشخاصاً محبوبين، كانت النتيجة أن الصينيين يرون أن سمة الخجل والحساسية تعد من أفضل سمات الأصدقاء، بينما في كندا قل أن يتم اختيار الأصدقاء الخجولين والحساسين.

أصبح الأفراد في عالم الأعمال الآن يتحركون وفق قيم السوق أكثر من قيمهم التي تربوا عليها. وسوق العمل قطار إما أن تشتري تذكرة الصعود القيمية الخاصة به، وإلا سيغادرك تاركاً إياك تنتظر المجهول أحياناً.

4. الذكاء الاصطناعي:

مع ظهور أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي ومن أوائلها (ChatGPT) عام 2022، أخذ الذكاء الاصطناعي بالتسارع في الوجود اجتماعياً، وبين أوساط الشباب خاصة. ومع خدماته الكبيرة، أصبح صديقاً مرافقاً للشباب والفتيات في التعلم، وحل المشكلات، والأحاديث، والبحث، والثرثرة الاجتماعية. وهذه الأخيرة دفعت بالشباب إلى حوار مع التقنية، متحدثين عن أسرارهم، ومشاكلهم، وشخصياتهم، ويطلبون من أداة الذكاء الاصطناعي المساعدة في أمورهم الشخصية. ومع تدقيق في مرجعية المعلومات التي يستقي منها الذكاء الاصطناعي اقتراحاته، سنجد أنها فضائية المصدر، لا هوية لها، أو لنقل تحمل هوية عولمية. وبدأ الفكر الذي يقدمه الذكاء الاصطناعي يتسلل إلى عقول الشباب والفتيات دون شعور بأثره القيمي، فلم يعد النشأ يتعامل مع هذه الأداة على أنها غريب يجب أن نطمئن منه قبل قبول اقتراحاته. بل تحول إلى مصدر موثوق، مع ميزة أنه لا يعرفنا، ولا يشعر بالكره أو الحب تجاهنا، مما يؤهله أن يتبوأ منصب الناصح

الأمين. في غفلة صارخة عن القيم التي يغرسها، ويقود إليها. ومع قلة المحتوى العربي والإسلامي، فإن الغلبة للمحتوى الغربي المادي البرجماتي. ولك أن تتخيل الناصح القائمة على هذا الفكر إلى أين ستقود الأجيال، وكيف ستكون قيمهم؟

5. الثقافة الفرعية:

يشير مصطلح الثقافة الفرعية (SubCulture) إلى وجود ثقافة تميز مجموعة محددة داخل المجتمع، تشترك فيما بينها بعدد من الخصائص والسلوكيات، وتتميز عن غيرها، مما يجعل الفرد داخل هذه المجموعة مختلفاً عن سلوك باقي أفراد المجتمع، مع استمرار هذه المجموعة بوجود عموميات تشترك بها مع عامة المجتمع. فحين يتواجد فئة لديهم اهتمامات وسلوكيات وقناعات متماثلة تختلف عن المجتمع الأم؛ تكون هذه الثقافة الفرعية، ومن ثم تتولد داخلها قيم خاصة بها، وتؤثر في أفرادها كي يتقمصوا هذه القيم، ولعل ظاهرة «مؤثري السوشيال ميديا» نموذجاً على ذلك، ومع مرور الوقت تبدأ هذه الثقافة الفرعية بجذب عدد كبير من الشباب والفتيات إليها، وفي الوقت نفسه تعمق قيمها فيهم. الدراوية، و.....، كلها نماذج لبعض الثقافات الفرعية، ونماذج لكيفية تأثير هذه الثقافات على قيم أفرادها.

اللاقيمية:

وهو مصطلح يُقصد به ضعف الوعي بالقيم، وضعف معرفة القيم، والجهل بأثرها ودورها في حياة الفرد. مما يعرض الإنسان إلى تشويه قيمه، وخلل قيمي، وعدوى قيمية، وتنازل قيمي، دون أن يعي ذلك. وكما يقول المفكر المهدي المنجرة «أن يكون الإنسان واعياً بقيمة القيم فتلك قيمة في حد ذاتها».

تتجه الدول والمناهج التعليمية والتربوية إلى الاهتمام بالقيم، وغرسها واستثمارها في بناء الأفراد، والسعودية من الدول التي عُنت بذلك عبر برنامج تنمية القدرات البشرية، وعبر مناهجها التعليمية، فضلاً عن دول متعددة، ومن أبرز المنظمات الدولية (OECD) وهي تحوي عدداً كبيراً من الدول المتقدمة. وظهر اهتمام واضح في البرامج المقدمة للشباب، سواء أكان ذلك عبر القطاع الحكومي، أم غير الربحي، أم القطاع الخاص. كل ذلك وغيره يؤكد أهمية العناية بالقيم. وفي المقابل يبرز ضعفاً واضحاً لدى النشء في مجال القيم والعناية بها، فضلاً عن إدراك دورها وأثرها في حياتهم وشخصياتهم. أما وعيهم بكيفية تسلل القيم إلى عقولهم دون انتباههم فهذا يكاد يكون معدوماً. هذا الضعف تحول إلى منفذ لعدد من القيم العابرة للثقافات، والقيم ذات الأثر السلبي، مما يستدعي عناية خاصة برفع الوعي القيمي بذاته، فضلاً عن تعزيز القيم وترسيخها.

أبرز صور الخلل في القيم في المجتمعات:

القيم تعدُّ مكونًا أساسًا من مكونات الشخصية، ولذا فإنَّ الخلل الذي تتعرض له القيم يعدُّ من أشد أنواع الخلل على المدى البعيد، والصورتالية تحكي أنواع الخلل التي يمكن أن تتعرض لها القيم في أي مجتمع:

1. عصيان القيم، أو نفاق القيم، ويقصد به الانفصال بين القيم التي يؤمن بها الفرد والمجتمع، وبين الممارسات والسلوكات، فمع وجود مناداة بعدد من القيم، واهتمام بها إلا أن الممارسات الحياتية بعيدة عنها، والسلوكات الفردية تتعارض معها. مما يمثل عصيَانًا لما تدعو إليه القيم، وكأنه نفاق قيمي، ينادي من خلاله الإنسان بقيم، ويطبق ضدها. وهذه أهم أزمة تواجه القيم في المجتمعات، وأكثرها انتشارها، إذ يسهل أن تجد المنادين للعدل، لكن يصعب أن تجد المطبقين له، ومثله الصدق، والمسؤولية، وغيرها.
2. مDAHنة القيم، حيث يمارس الفرد قيمًا أو يدعو لها، مDAHنة ومجاملة لمجتمعه ومن حوله، لأنه مؤمن بها، ويعتنيها، ويدافع عنها. إنها هروب من لوم المجتمع، ومن عتابه وعقابه، عبر ممارسة ما يريده المجتمع علنًا، ومعارضته في الخفاء، أو إذا خرج منه. كم من الأفراد يدعو لقيم ويطبقها؛ لأنه يخاف من سطوة المجتمع، فهو يتماشى مع الثقافة السائدة فقط. ومنذ أن تتغير الثقافة أو تضعف سطوة المجتمع، يتحول عن هذه القيم. ولعل ثقافة العيب ترسخ ذلك، فهي تبعدنا عن مراعاة الضمير إلى مراعاة الآخرين، ومن تطبيق ما نؤمن به إلى ما يريده منا الآخرون.
3. نسيان القيم، ويقصد به أن يكون المجتمع لديه عدد من القيم التي تمثل هويته وثقافته وتسهم في نجاحه وتنظيمه، ثم مع الوقت أو وجود صراع قيمي حضاري، فإن هذه القيم تتعرض للنسيان، وكأنها لم تكن موجودة في تاريخ المجتمع، فيصبح أفراد المجتمع وقد نسوا قيمهم التي كانت سببا لعزهم ونجاحهم وتميزهم.
4. تشويه القيم، ويقصد به أن القيم موجودة بوصفها أسماء فقط، لكن مفهوم القيمة قد تعرض لعدد من التشوهات، والذي يكون له انعكاس في التطبيق والممارسات، وهنا تجد الأفراد ينادون بالقيم نفسها لكن سلوكياتهم مختلفة، والسبب هو التشويه الذي لحق بمفاهيم القيم.
5. فقدان القيم، ويقصد به أن المجتمع يكون خاليًا من القيم فاقداً لها، أو أن يكون أفراد ذلك، وهذا في الحقيقة لا يوجد، لكن الذي يوجد هو فقدان القيم الفاعلة ذات المرجعية. فإن أي مجتمع يتبنى قيمًا سواءً أصرح بذلك أم لم يصرح، كتبت هذه القيم أم لم تكتب، لكن هل هذه القيم هي القيم المطلوبة أم لا؟ فحين تكون هذه القيم ليست القيم التي تعزز ثقافة المجتمع وهويته ونجاحه، حينها يوسم هذا المجتمع بفقد القيم.
6. إعادة ترتيب القيم، وهنا توجد القيم لكن يحدث الخلل في ترتيبها على شكل أولويات، وينتج عن هذا الخلل خلل في السلوكات والقرارات لدى أفراد هذا المجتمع.

مكونات القيم ودور المرشد الأسري معها:

تشير الأدبيات التربوية إلى عدد من المكونات للقيم، وفيما يلي استعراض لنماذج مكونات القيم:

1. النموذج الرباعي: يرى مناصرو هذا النموذج أن القيم تتكون من: مكون معرفي، وجداني، واعتقادي، وسلوكي.
 - (1) مكون معرفي: ويكون دور المرشد في توضيح مفهوم القيمة، وإزالة التشوهات حوله.
 - (2) مكون اعتقادي: ويكون دور المرشد في ترسيخ قناعة الفرد بالقيمة، وإزالة عوائق القناعة بها، مما يحول القيمة إلى اعتقادٍ راسخ.
 - (3) مكون وجداني: ويكون دور المرشد في ترسيخ أهمية القيمة، وأثرها، ودورها في حياة الإنسان.
 - (4) مكون سلوكي: ويكون دور المرشد في توضيح السلوكيات القائمة على القيمة، وتعزيز ممارستها لدى المستفيد.

2. النموذج الثلاثي: ويرى مناصرو هذا النموذج أن القيم تتكون من ثلاثة مكونات:

- (1) مكون معرفي.
- (2) مكون وجداني.
- (3) مكون سلوكي.

وغالباً فإن النموذج السائد هو النموذج الثلاثي.

المرشد الأسري والقيم:

ترسم هذه الورقة معالم مقترحة لدور المرشد الأسري مع القيم، اعتماداً على الأدبيات التربوية، والدراسات ذات العلاقة، والتجارب التي مارسها الكاتب في هذا المجال. ويتمثل دور المرشد الأسري وغيره من المرشدين في التعامل مع القيم وفق ثلاث مراحل: الوعي بالقيم، واستكشاف القيم، واستثمار القيم.

المرحلة الأولى: الوعي بالقيم:

يأتي الوعي بالقيم بصفته أهم أدوار المرشد الأسري للتعامل مع القيم وإدماجها ضمن آليات الإرشاد الأسري، ويتمثل الوعي بالقيم في عدة نقاط مضى الإشارة إلى بعضها:

1. مفهوم القيم.

2. أدوار القيم.
3. أهمية القيم وأثرها في حياة الإنسان والمجتمع.
4. مصادر القيم.
5. أنواع القيم.
6. مركبات القيم ومكوناتها.

وغير ذلك من المباحث التي تؤصل لوعي المرشد في مجال القيم.

المرحلة الثانية: استكشاف القيم:

تمثل معرفة القيم نقطة الانطلاق نحو التعامل الهادف مع القيم، والمرشد الأسري وهو يحامي عن منظومة القيم الدينية والاجتماعية والإنسانية الإيجابية، فإنه أمام دور كبير يحاول من خلاله استكشاف القيم الإيجابية، والقيم الدخيلة ذات الأثر السلبي؛ كي يتمكن من الانتقال إلى مرحلة التعامل معها:

القيم ذات الأثر الإيجابي:

من خلال استعراض الأدب التربوي في هذا المجال، والدراسات ذات العلاقة، والوثائق الوطنية للمجتمع السعودي (المجتمع السعودي نموذجًا)، وفي مقدمتها رؤية 2030، وبرنامج تنمية القدرات البشرية، يمكن استعراض عدد من القيم الإيجابية (للمتمثيل وليس الحصر):

1. المسؤولية.
2. الوسطية.
3. التسامح.
4. الإتيقان.
5. العزيمة.
6. المثابرة.
7. الانتماء الوطني.
8. الإيجابية.
9. المرونة.
10. العدالة.
11. الإيجابية.
12. التنافسية.

وغيرها من القيم التي تسعى البرامج الوطنية، والمناهج التعليمية لتعزيزها وترسيخها لدى المواطن.

القيم ذات التأثير السلبي:

هذه محاولة من الباحث لاستعراض عدد من القيم ذات الأثر السلبي. وتم اعتماد التقسيم بناءً على الأثر، لأن القيم غالباً يمكن النظر إليها بإيجابية، أو سلبية حسب ما تقود إليه من سلوكيات ناتجة عن كيفية فهم وتعاطي الفرد لهذه القيمة. فالكرامة قد تتحول إلى كبر حين تتضخم، وقد تتحول إلى إهانة حين تنكمش، ولذا سنركز على التقسيم القائم على الأثر بعيداً عن الجدل في القيمة ذاتها.

ويمكن سبر هذه القيم بملاحظة التغيرات الاجتماعية السلوكية في المجتمع، أو من خلال الظواهر الاجتماعية التي استجبت، أو اعتماداً على الحوارات الشبابية التي يديرونها بينهم، أو مع الكبار. فضلاً عن الدراسات ذات العلاقة. ومن هذه القيم (على سبيل التمثيل لا الحصر):

أثر القيم ذات الأثر السلبي:

هذه بعض الآثار لتوضيح مدى تأثير القيم السلبية في الشباب والفتيات، وسأشير إلى ما له مساس بالحياة الأسرية بشكل كبير:

1. الاستهلاك. واهتمام الشباب بالشراء لذات الشراء، أو للظهور والحصول على إعجاب، وليس لتلبية احتياج. وهذا مشاهد لأي متابع، مما أحدث انعكاسات سلبية على جودة الأفراد وحياتهم ورفاههم وصحتهم النفسية والاجتماعية.
2. تشويه الهويات: أي تشابه الهويات القائم على تشابه القيم، فمع تداخل القيم ومرورها عبر جسر العولمة نحو المجتمعات، ومع الوعي بدور القيم في قرارات الأفراد وسلوكهم، ترى الآن تشابهاً في الهويات، حيث ذابت الفوارق القيمية، وهذا من أخطر الآثار، واللباس نموذج لهذا التشويه.
3. ازدواجية الوحدة والعزلة: وما يتبعها من خلل في المنظومة النفسية لدى الشباب، ففي حين أن الجيل الصاعد يعاني الوحدة بعيداً عن العلاقات الاجتماعية الحقيقية المباشرة الصريحة، إلا أنه منخرط في علاقات افتراضية مع عدد كبير من الناس لا يعرفهم، وإنما يجمعهم بهم اهتمامات مشتركة، كالألعاب، أو الهوايات. والدراسات تدق ناقوس الخطر حول هذا الموضوع محذرة من عواقبه النفسية.
4. تصدع العلاقات: وهي نتاج الانسحاب من العالم الحقيقي إلى العالم الافتراضي، ومن عالم الوضوح والصراحة إلى عالم الاختفاء، حيث يبحر الشاب في العالم الافتراضي دون أن يظهر بشخصيته الحقيقية. وبدأ الشباب يعاني من ضعف مهارة إقامة العلاقات، وتدني القدرة على الحديث والحوار، خاصة في عالم المواجهة. وهذا بدوره ألقى ظلالاً من التحول في العلاقات الأسرية والزوجية.

5. الحياة الفندقية: وهذا من أسوأ عواقب التحولات القيم وما أنتجته، فبدأنا نشاهد بيوتًا تحولت من كونها سكن أسري، إلى فندق يجمع عددًا من الأفراد. هذا البيت يوفر الطعام، والمأوى، لكنه لا يوفر السكن والروح الاجتماعية. لم يعد غريبًا أن الأسرة لا تلتقي على مائدة طعام، ولم يعد غريبًا أن تقل مشاركة بعض أفراد الأسرة في مناسباتها، وتحول التواصل إلى نصوص مكتوبة بالتقنية، وليس روحًا منقولة عبر اللقاء. كل فرد له اهتماماته ومشاركاته وحياته التي لا يعلم أحد بها، إلى أن وصلنا إلى برود عاطفي فندقي، إذ لا تجد استجابة الشاب أو الفتاة لأفراح أحد الأسرة إلا كما يستجيب شخص خارج الدائرة.

المرحلة الثالثة: استثمار القيم في الإرشاد الأسري:

يأتي الدور العملي المتوقع من المرشد الأسري في تعامله مع الحالات، من خلال استثمار القيم في عمليات الاستشارات والإرشاد الأسري، ويمكن تحديد أسلوبيين رئيسيين لاستثمار القيم في مجال الإرشاد:

1) أسلوب الاستثمار المباشر للقيم:

يقوم هذا الأسلوب على التعامل مع القيم والاتجاه إليها مباشرة، عبر بناء، أو ترسيخ قيم معينة يرى المرشد أهمية وجودها لدى المستفيد، حيث يؤثر وجودها في تحسين حياة المستفيد وتطوير جوانب حياته. وهذا الأسلوب في الغالب يمارسه المرشدون التربويون، ويمكن أن يمارسه المرشدون الأسريون في حال وجود حاجة له. لكنه يقوم على أساليب تعليمية وتربوية لتعزيز قيم معينة. والإرشاد بأنواعه هو أحد الخدمات التي تقدم للأفراد والجماعات بهدف حل مشكلاتهم وتجاوز المعوقات والصعوبات التي تواجه حياتهم، وتعزيز الصحة النفسية لديهم، ورفع مستوى رفاهية وجودة الحياة. وتعد المقابلة الشخصية أحد الطرق المستخدمة في اكتشاف أو قياس القيم لدى الفرد وهي أحد الأدوات التي يمارسها المرشد الأسري بشكل مستمر مع المستفيدين من خدماته.

وتؤكد الدراسات على دور الإرشاد النفسي في بناء سلوك الإنسان في كافة مجالات الحياة المختلفة. ومنها القيم والتي بدورها تحافظ على صحته النفسية، وجودة حياته، كما أظهرت الدراسات دور الإرشاد النفسي والتربوي في تعزيز عدد من القيم، و«التربية على القيم تعد إحدى مداخل بناء الفرد الصالح في المجتمع الهادف، مجتمع يؤمن بمعايير قيمية معينة تحصن الأفراد فيه من الأخطار والنجسية العمياء. مجتمع يصبو إلى تحقيق مبادئ الرفاهية والسعادة في إطار مشروع قيمى منهجي وإجرائي قابل للتطبيق، يجعل مدخلات التربية فيه ذات بعد قيمى بامتياز»، والمهارات التالية تسهم في تحقيق هذا الدور:

أ) تعديل النسق القيمي، أي إعادة ترتيب منظومة القيم لدى الفرد، والذي بدوره يؤثر في قراراته وسلوكاته، ويكون عبر استثمار:

- التربية والثقافة الدينية لتعديل هذا النسق.
- التربية والثقافة القانونية والنظامية لتعديل هذا النسق.
- العادات والتقاليد والآثار الاجتماعية لتعديل هذا النسق.
- الدراسات والتجارب والقصص لتعديل هذا النسق.

ب) تعديل القيم وفهمها، أي تصحيح الفهم الخاطئ للقيمة، أو السلوكات المترتبة عليها، أو تعديل النظرة إليها وأهميتها، ويكون من خلال:

- تصحيح المفاهيم الخاطئة حول القيم.
- تصحيح السلوكات ذات العلاقة بالقيم.

ج) تبديل القيم، أي استبدال قيمة غير مناسبة، بقيمة أخرى، ويكون من خلال:

- القدوة.
- برامج الأقران.
- البرامج التعليمية.

د) بناء القيم، أو التربية على القيم، ويكون من خلال عدد كبير من الطرق، منها على سبيل المثال:

- القصص والرموز.
- لعب الأدوار.
- الحوار وحلقات النقاش.
- الكتابة التأملية القيمية.
- الحالات الدراسية.
- الفنون الجميلة.
- الدراما.
- التدعيم (المكافأة والتأديب).

(2) أسلوب الاستثمار غير المباشر للقيم:

وهذا الأسلوب يقوم على استثمار القيم في تقديم الخدمة للمستفيد، وليس تقديم القيم بذاتها. حيث إن القيم التي يتبناها المرشد والقيم التي يتبناها المستفيد تؤثران على النتائج النهائية لعملية الإرشاد، ومن الأمثلة على ذلك:

- القيم التي يتبناها المستفيد تؤثر في تقبله لعملية الإرشاد من عدمها.
- التشابه والاختلاف بين قيم المرشد والمستفيد تؤثران على استمرارية المستفيد في العملية الإرشادية.

والصور التالية توضح أثر القيم في مجال الإرشاد والاستشارات الأسرية:

- هذا شاب يتساءل عن دور زوجته في الإنفاق على البيت، موضحاً أنه يريد أن يكون لها دور كبير في ظل تقاسم الأدوار الاجتماعية داخل الأسرة (قيمة المساواة). إن إدراك المرشد لأثر قيم (المادية، والمساواة) في تفكير هذا الشاب يقود إلى تعديل هذه القيم، وأن الإنفاق على الأسرة هو شأن رجولي، موضحاً له الأثر السبي لدخول المادية والمساواة على أساسها في الحياة الزوجية.

- هذه فتاة تصف زوجها بالبخل، وأنه يمتنع عن الإنفاق عليها، موضحة أن سلوكه المالي السيء يدفعها للتفكير في الانفصال. وبسؤالها عن نماذج بخل الزوج أشارت إلى رفضه شراء شنطة قيمتها (3000 ريال). هنا سيكون أحد طرق الحل هو إدراك المرشد لأثر قيم المتعة والتفاهة والمادية على الفتاة، وسيكون الحل هو مساعدة الفتاة على تعديل هذه القيم كضمان لعدم تكرار أمثالها في المستقبل. فإن مجرد توضيح أن رفض الزوج لعدم الشراء ليس بخلاً، لا يكفي للتعامل مع مواقف أخرى سترد في حياة هذه الفتاة. بينما التركيز على تصحيح القيم ذات الأثر السلبي عبر عدد المقترحات التالية، سيكون - بإذن الله - مسهماً في تقليل المشاكل المستقبلية.

والوسائل التالية تساعد المرشد في التعامل مع القيم كأحد الإجراءات التي يمارسها مع المستفيد، مع التأكيد على أن الهدف هو استثمار تصحيح القيم كمدخل من المداخل، وليس هو الأوحد، ومن الجدير بالاهتمام الإشارة إلى أن تغيير القيم يعتمد على الأفكار ونقاشها، أكثر من المحسوسات والتفاعل معها. ومن الوسائل المقترحة للمرشد الأسري (على سبيل المثال وليس الحصر):

- تعديل نسق القيم، عبر حوار يعيد ترتيب القيم لدى الفرد، وتوضيح أثر النسق الحالي على حياته وحياة أسرته، ومساعدته لإعادة التوازن القيمي عبر زيادة أهمية قيمة ما، أو تقليل من أهمية قيمة أخرى بالمقارنة مع غيرها.

- التساؤل العميق، فحين يطرح المرشد على المستفيد تساؤلاً عميقاً حول أي الخيارات هو الأفضل، ذلك الخيار القائم على قيمة ذات أثر سلبي أم الخيار القائم على قيمة ذات أثر إيجابي، ويمكن طرح التساؤل عبر نص شرعي، أو قصة، سرد تجرية. هذا التساؤل العميق يستنطق القيمة المؤثرة ويسمح للمرشد بتصحيحها.

- توضيح القيم والحوار الصريح حول القيمة، بأن يتحول النقاش مع المستفيد إلى شرح وتعريف بالقيمة، وأثرها السلبي، ودور تعديلها في إحداث أثر إيجابي على الفرد أو أسرته.

- الكتابة الوجدانية، والتعبير الكتابي القائم على سرد الحالة اعتماداً على القيم، حيث يطلب المرشد من المستفيد كتابة مشكلته اعتماداً على القيمة السلبية الحالية، ثم كتابتها عبر القيمة الإيجابية المطلوبة. ثم نقاش الحالتين وقيادة المستفيد للتغيير المطلوب.

- النتائج المستقبلية، وهي وسيلة تقوم على توضيح النتائج المستقبلية المترتبة على قيمة معينة يمارسها المستفيد، وكيف ستكون النتائج لو تغيرت القيمة المسيطرة على تفكيره وسلوكه.

ختاماً:

في ظل التغيرات المجتمعية والثقافية والاقتصادية والتقنية، فإن الشباب والفتيات يتعرضون لموجات من التغيير المستمر للقيم ونسقتها في حياتهم. مما ينتج عنه أثاراً سلوكية وشخصية في حياتهم، وحياة من حولهم عبر قراراتهم واختياراتهم، وأحكامهم. مما يستدعي دوراً أكبر من المرشد الأسري لمراعاة ذلك في عمليات الإرشاد الأسري. خاصة وأن القيم تلعب دوراً كبيراً في حياة الأفراد، ومواقفهم. ويتغير القيم أو نسقتها، تتغير كثير من علاقات وسلوكات الإنسان. وهذا يؤكد الدور الذي يقع على عاتق المرشد في استثمار منظومة القيم في عمليات الإرشاد.

كانت هذه الورقة محاولة أولية للمساهمة في ذلك، وهي تثق أن القارئ لن يقف عندها، وإنما سيزداد بحثاً وتأملاً للوصول إلى زيادة المعرفة والتعمق في الوسائل والأساليب.

والله أعلم وصلى الله وسلم وبارك على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

- الأحمر، عبد السلام. (2020). نحو منهجية فعالة للتربية على القيم الأخلاقية، تم تنزيله من الرابط: <https://www.ma.rrabita.download>.
- آدم، أ بكر. (2018). الإرشاد النفسي الديني وأثره في تغيير القيم والسلوك الاجتماعي: (دراسة وصفية تحليلية)، مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، مركز جيل البحث العلمي.
- برنامج تنمية القدرات البشرية. (2021). الوثيقة الإعلامية: برنامج تنمية القدرات البشرية 2021-2025، الرياض: رؤية 2030.
- بومهراس، الزهرة؛ ويمينية، توفيق؛ وعميرات، فاطمة. (2017). إسهامات الإرشاد النفسي والتربوي في تعزيز قيم المواطنة لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي دراسة ميدانية بثنائية الحاج علال بن بيتور بمتلي-ولاية غرداية، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 2(51).
- بيندي، جيروم. (2005). القيم إلى أين، ترجمة: زهيدة جبور وجان جبور، منشورات اليونسكو، تونس: المجمع التونسي للعلوم والآداب والفنون بين الحكمة.
- جدعون، زينة. (2020). الشباب والقيم، في ظل وسائل الإعلام الحديثة، دراسة ميدانية حول الشباب الجزائري، مجلة الإنسان والمجال، 6(1).
- الجندي، سالم. (2017). التحديث ودوره في تغيير بعض القيم الاجتماعية لدى الشباب الجامعي، مجلة العلوم الإنسانية والعلمية والاجتماعية، كلية الآداب والعلوم قصر الأخيار، جامعة المرقب، (3).
- حفيظي، سليم. (2015). التغير في منظومة القيم لدى الشباب الجامعي (دراسة ميدانية)، مجلة العلوم الإنسانية، 15(1).
- الخلف، سعد. (2020). القيم فلسفة الفهم ومنهجية البناء، الرياض: دار الرواد للنشر.
- خليفة، عبد الطيف. (1992). ارتقاء القيم-دراسة نفسية، سلسلة عالم المعرفة، الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- خليفة، عبد الطيف. (1992). ارتقاء القيم دراسة نفسية، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.
- الدولية، صالح. (1441). دائرة القيم، (الحقوق للمؤلف).
- الشريفي، شوقي. (2000). معجم مصطلحات العلوم التربوية، الرياض: مكتبة العبيكان.
- الشقير، عبد الرحمن. (2019). الفلاح السعودي: تحولات منظومة القيم بين عصرين، تم استرجاعه من

موقع : <https://www.aranthropos.com>.

- الشقير، عبد الرحمن. (2024). أرقام القبائل وأزمة الهويات الفرعية، تم استرجاعه من موقع : <https://www.aranthropos.com>.

- شنون، خالد. (2022). التربية على القيم، أبعادها، قياسها وتقويمها في المناهج التعليمية، الصراط، 24(2).

- طبال، لطيفة. (2012). التغير الاجتماعي ودوره في تغير القيم الاجتماعية، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية، جامعة ابن خلدون، 4(8).

- عبد السلام، أماني. (2023). التغير القيمي لدى طلاب جامعة أسيوط في ضوء بعض التغيرات المعاصرة، المجلة العلمية، كلية التربية، جامعة أسيوط، 39(10).

- العريدي، بندر. (2016). دور المرشد الطلابي في تنمية القيم الخلقية لدى طلاب المرحلة الثانوية من وجهة نظر المعلمين بمدينة الرياض، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، جامعة الفيوم، كلية التربية، 6(3).

- كرسي الأمير نايف بن عبد العزيز للقيم الأخلاقية. (د ت). الدليل الإجرائي للقيم الأخلاقية، جامعة الملك عبد العزيز.

- لالاند، اندريه. (2001). موسوعة لالاند الفلسفية، ترجمة: خليل خليل، بيروت: منشورات عويدات.

- لولي، حسيبة. (2015). الشباب ومظاهر التغير في ظل العولمة، دراسات اجتماعية، مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية، (18).

- مجمع اللغة العربية. (1983). المعجم الفلسفي، القاهرة: الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية.

- محمد، إبراهيم. (1989). موقع القيم من بعض فلسفات التربية، دراسات تربوية، مصر، مج 4، ج 16.

- مريمي، سعاد. (2021). التربية على القيم دعامة أساسية في التنمية البشرية، مجلة سوسيولوجيا، 5(1).

- مطروح، وفاء؛ وبلخيري، رضوان. (2018). الأبعاد القيمية للإعلانات التلفزيونية - دراسة في آليات إنتاج الدلالات، مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي، (9).

- المنجرة، المهدي. (2007). قيمة القيم، المؤلف.

- OECD. (2019). OECD Future of Education and Skills 2030- Conceptual learning framework- ATTITUDES AND VALUES FOR 2030.

المُجُورُ الثَّالِثُ

عمل الزوجين ومتغيراته وكيف يتعامل المرشد الأسري مع آثاره؟

د. حسين الحكمي

المحور الأول: الإطار النظري لعمل الزوجين بصفته متغيراً أسرياً معاصراً:

تُعد مسألة عمل الزوجين واحدة من القضايا الأسرية الجوهرية المعاصرة، وذلك لما ينتج عنها من تغييرات جذرية في بنية الأسرة وأدوارها وحدودها وأنماط علاقاتها؛ إذ لم يعد العمل اليوم مجرد وسيلة للكسب المادي، بل ارتبط بتحولات مجتمعية على الجوانب الثقافية والاقتصادية، فبرزت أمام الأسرة المعاصرة تحديات جديدة تتطلب وعياً وفهماً عميقين من المرشد الأسري، ليقدم تدخله الإرشادي بناءً على استيعاب واقعي للمتغيرات والسياقات المحيطة.

مفهوم عمل الزوجين

في السنوات الأخيرة حصل تغير لمفهوم العمل داخل الأسرة؛ فلم تعد قائمة على التقسيم التقليدي للأدوار والمتعارف عليه بأن يقوم الزوج بالعمل خارج المنزل ويجلب الرزق وتقوم الزوجة بالإنجاب، وتربية الأولاد، والاهتمام بالمنزل وشؤونه. بل أصبح الشائع هو أن يعمل الزوجان معاً في القطاعات المختلفة، وينسحب هذا على المجتمعات المعاصرة عالمياً أيًا كان موقعها الجغرافي وخلفيتها الثقافية.

هذا التحول نتج عن أسباب ودوافع عدة؛ يمكن أن يُعزى ذلك لحاجات اقتصادية ملحة، وأهداف وتطلعات ذاتية لدى كل من الرجل والمرأة، كما يمكن أن يعود للتغير في مفهوم النجاح والهوية الفردية داخل الحياة الأسرية والنظرة للذات ومفهومها. فقد أضحت العمل بالنسبة للزوجين وسيلة لتحقيق الذات وإثبات القدرات، إلى جانب كونه استجابة للمتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المتسارعة.

وكما هو متوقع لأي تغير اجتماعي، فقد أفرزت هذه الظاهرة مفهوماً جديداً لدور ومهام كل من الزوجين في البيت وإدارته، حيث بات التعاون وتوزيع الأدوار في كثير من الأسر مرهوناً بمدى قدرة كل طرف على الموازنة بين متطلبات العمل ومسؤوليات الأسرة. كما ظهرت تساؤلات حول جودة الحياة الأسرية، والقدرة على إشباع الاحتياجات النفسية والعاطفية لكافة أفراد الأسرة في ظل هذا النمط الجديد من الأسر التي يغلب عليها غياب الزوجين لساعات طوال في العمل خارج المنزل. وفي ظل هذه التغيرات، والتي من المؤكد أن ينتج عنها اختلاف في وجهات النظر وخلاف حول دور ومهام كل فرد وما قد ينشأ عنه من تقصير، يظهر دور المرشد الأسري بصفته خبيراً ومختصاً يعمل على مساعدة الأسرة وتمكينها من التعامل مع التحديات التي يمكن أن تواجهها الأسر التي يعمل فيها الزوجان.

عمل الزوجين من منظور الإرشاد الأسري

يفرض التطور والنمو الاجتماعي على المرشد الأسري مسؤولية كبيرة في فهم مشكلات واحتياجات الأسر المتغيرة، وبالتحديد تلك الأسر التي يعمل فيها الزوجان. فالمشكلات التي تظهر في هذه الأسر غالباً ما تكون معقدة ومتداخلة، فهي تتعلق بضعف التواصل أو عدم وضوح الأدوار أو ظهور صراعات نفسية واجتماعية واقتصادية جديدة.

في هذا السياق يحتاج المرشد الأسري إلى أدوات معرفية ومهارية خاصة تساعد على تقدير المشكلات وتشخيصها بالشكل السليم وتحديد أسلوب العلاج المناسب لكل أسرة بحسب ظروفها ومتغيراتها، كما عليه أن يدرك طبيعة التحولات الثقافية والاجتماعية وأثرها في البناء الأسري، ويعمل على تعزيز الشراكة والمرونة بين الزوجين، بحيث يتمكن كل طرف من التعبير عن احتياجاته ورغباته، والعمل على إيجاد حلول خلاقة للتحديات المشتركة.

ومن أدواره أيضاً تمكين أفراد الأسرة من إدارة الوقت والضغط، وتشجيعهم على بناء نماذج جديدة للشراكة تقوم على التوازن، بعيداً عن الأنماط السلبية أو التقليدية التي قد لا تكون مناسبة لنموذج أسرهم ولا للسياق الحالي. كما يجب أن يكون واعياً للعوامل الثقافية والاجتماعية التي توجه أسرة المسترشد، ليستطيع التدخل بشكل فعال.

هذا يبرز أهمية البحوث والدراسات العلمية والمعالجة المنهجية لمسألة عمل الزوجين والآثار الناتجة عنها، بالإضافة إلى تنفيذ برامج تدريبية متخصصة للمرشدين الأسريين ليتمكنوا من تطبيق النظريات والمداخل الملائمة لمثل هذا النوع من المشكلات، واستحداث أساليب علاجية وإرشادية تناسب طبيعة القضايا المستجدة في ميدان الإرشاد الأسري، بما يعزز جودة الحياة الزوجية والأسرية وينعكس مباشرة على استقرار المجتمع.

المحور الثاني: المتغيرات والسياقات المعاصرة المرتبطة بعمل الزوجين

١. التحولات الاقتصادية والاجتماعية التي دفعت نحو عمل كلا الزوجين

شهدت العقود الأخيرة تحولات اقتصادية ضخمة على مستوى كافة المجتمعات العربية والعالمية أدت إلى تغيير في بنية الأسرة ودور أفرادها. تصاعدت متطلبات الحياة وارتفعت تكاليف الإنفاق اليومي، مما فرض على كثير من الأسر ضرورة مشاركة كلا الزوجين في سوق العمل كوسيلة للحفاظ على استقرارها الاقتصادي وتحقيق مستوى معيشي مقبول. فقد أظهرت الدراسات الحديثة أن الأزمات الاقتصادية وموجات الغلاء والصعوبات المالية غيرت من أنماط الإنفاق والاستهلاك، ولا سيما مع اتساع دائرة الاحتياجات الأسرية وظهور أنماط استهلاكية جديدة فرضها المجتمع المعاصر.

وقد أسهمت هذه التحولات في إدخال المرأة بقوة إلى سوق العمل، حيث أصبح دخلها جزءاً أساساً من ميزانية الأسرة. ساهم هذا الأمر إيجاباً في رفع قدرة الأسرة على مواجهة الأزمات المالية غير المتوقعة، ودعم فرص التعليم والصحة لأفرادها. إلا أن هذا التغير الكبير حمل معه تحديات جديدة، منها تضخم المسؤوليات على الزوجين؛ إذ باتا يقسمان جهودهما بين العمل خارج المنزل وإدارة شؤون الأسرة داخله، مما فرض ضغوطاً إضافية تؤثر بدرجة كبيرة في علاقتهما وجودة الحياة الأسرية كلها.

أثرت هذه التحولات كذلك في معايير الزواج، حيث بات كثير من الأزواج يضعون في الحسبان قدرة الطرف الآخر على المساهمة المادية قبل اتخاذ قرار الزواج. كما أصبح تأخر سن الزواج وارتفاع معدلات الطلاق من الظواهر المصاحبة لهذه التحولات الاقتصادية والاجتماعية، نتيجة لتوتر العلاقات الزوجية تحت ضغط الأعباء المادية وتعدد المصادر المؤثرة في الاستقرار العائلي.

٢. تحولات الأدوار وتقاسم المسؤوليات داخل الأسرة

كانت الأسرة التقليدية تقوم على تقسيم واضح للأدوار بين الزوجين؛ فدور الرجل يتمثل في توفير الماديات وجلب الرزق وتوفير المتطلبات الأساس للحياة، بينما تتفرغ المرأة لمهام المنزل وتربية الأولاد. هذا التقسيم كان انعكاساً لمنظومة اجتماعية وثقافية ناتجة عن ظروف اقتصادية وتعليمية وسياسية معينة.

إلا أن دخول المرأة إلى سوق العمل، تزامن مع التحولات الكبرى التي شهدتها القرن العشرون من زيادة معدلات التعليم، وتراجع المعوقات الاجتماعية والثقافية أمام مشاركة المرأة، فضلاً عن ازدياد الحاجة إلى دخل إضافي بسبب الظروف الاقتصادية. بدأ تحول الأسرة يظهر تدريجياً، حيث صارت المرأة في عدد من الأسر تلعب دوراً موازياً للرجل في الجانب المادي، مما فرض أعباءً جديدة تتعلق بالتنظيم وإدارة الوقت وتوزيع المهام.

في كثير من المجتمعات العربية تم هذا التحول وسط تحديات مقاومة اجتماعية، ما أدى إلى صراعات أو إعادة تفاوض حول الأدوار التقليدية داخل البيت. كما تغيرت توقعات أفراد الأسرة حول السلطة واتسع مفهوم الشراكة، وراح الأطفال ينشؤون في ظل أبوين عاملين، ما انعكس على دور الأسرة بوصفها إحدى مؤسسات التنشئة الاجتماعية، وأثر في العلاقات البينية داخل الأسرة.

ترافق التحول الاقتصادي أيضاً مع تغيير في الأدوار التقليدية التي كانت قائمة داخل الأسرة؛ إذ لم تعد المرأة محصورة في أعمال المنزل فقط، ولم يعد الرجل معيلاً وحيداً، بل أوجد هذا التحول مساحة أكبر للمساواة وتقدير العمل الجماعي بين الزوجين. ومع ذلك، لا يزال المجتمع في كثير من الأحيان يسير مع النظرة السابقة التي تضع العبء الأكبر للمرأة داخل المنزل، حتى مع عملها خارج البيت، وهو ما يمهد أحياناً لصراع أدوار يتطلب تدخلاً إرشادياً لإعادة بناء تصور مشترك وعادل للمسؤوليات.

٣. تأثير مواقف كل طرف من الآخر تجاه قرارات إجازة الوالدين

تشير الدراسات الحديثة في علم الاجتماع الأسري إلى أن قرارات الأزواج المتعلقة بإجازة الوالدين (Parental Leave) لا تتحدد فقط بعوامل اقتصادية أو وظيفية، بل تتأثر بدرجة كبيرة بالمواقف من الطرف الآخر السائدة داخل الأسرة والمجتمع. والمقصود بالمواقف من الطرف الآخر - هي التصورات والتوقعات المسبقة حول (ما يجب أن يفعله الرجال والنساء) فهي تشكّل محدداً رئيساً لكيفية توزيع مسؤوليات رعاية الطفل، ومدة الإجازة.

أظهرت الأدبيات أن المجتمعات التي تتبنى (نموذج المعيل الذكري) (Male Breadwinner Model) تميل إلى اعتبار إجازة الوالدين مسؤولية نسائية بالدرجة الأولى، مما يدفع النساء لأخذ إجازات أطول، ويُثني الرجال عن المشاركة، حتى في الدول التي توفر إجازة أبوة مدفوعة (Johansson, 2019 & Duvander). أما في المجتمعات ذات القيم الأكثر مساواة، فإن الأزواج يظهرهم استعداداً أكبر لتقاسم الإجازة، ويظهر الرجال مشاركة أعلى في رعاية الأطفال، الأمر الذي يرتبط بتحسين الصحة النفسية لكل من الأم والأب وارتفاع الرضا الزوجي.

وتبيّن البحوث أن تبني مواقف أكثر مرونة يساهم في تقليل الضغط على الأمهات العاملات، ويخفف الإرهاق المرتبط بالرعاية الأحادية، كما يعزز مشاركة الآباء في الأدوار التربوية، ما يؤدي إلى تنمية نماذج أسرية أكثر توازناً وتكافؤاً. ولذلك يُعدّ وعي المرشد الأسري بهذه المواقف عاملاً أساساً، إذ يساعده على تحليل القرارات الأسرية المرتبطة بالإجازات وتوزيع الأدوار، وفهم جذور المقاومة أو التوتر، وتقديم تدخلات تراعي الخلفية القيمية والثقافية للأسرة.

٤. التغيير في أنماط التربية والعلاقات البينية نتيجة ضيق الوقت وتعدد الأعباء

لقد كثرت المهام التي يتحملها كل من الوالدين في الأسرة المعاصرة نتيجة عملهما المشترك، وهو ما انعكس على نمط التربية والعلاقات العائلية. أصبح الوقت المتاح للأب أو الأم للاهتمام الكامل بالأولاد أقلّ من ذي قبل، ما أدى إلى نشوء أنماط تربية جديدة تعتمد على توزيع الأدوار والاستعانة بمؤسسات رعاية خارجية كالمدارس والحضانات أو حتى أفراد العائلة الممتدة.

تراجعت جلسات الحوار والتواصل اليومي بين الآباء والأولاد بسبب الإرهاق وضغط الوقت، وبرزت تحديات ترتبط بمتابعة التحصيل الدراسي ورعاية الأولاد النفسية والاجتماعية. كما ازدادت احتمالات الاعتماد على التكنولوجيا والأجهزة الرقمية في ملء أوقات الأولاد، مما أدى في كثير من الأسر إلى نوع من الانفصال الشعوري وضعف الترابط الأسري.

تؤدي هذه الظروف إلى ظهور صراعات أو مشكلات سلوكية لدى الأولاد نتيجة نقص الإشراف المباشر أو فقدان القدوة المستمرة. كذلك، يعاني الأزواج من ضعف التواصل الحميمي وتراجع فرص بناء علاقات قائمة على التفهم والدعم المشترك، ما قد يؤدي إلى تصدّع منظومة الدعم الأسري مع مرور الوقت.

٥. أثر التقنية والتحول الرقمي في بيئة العمل والحياة الأسرية

رافق التحول الرقمي والتقدم التكنولوجي الهائل تغيرات جذرية في سوق العمل والحياة المنزلية. فقد أصبح العمل عن بعد والتواصل الرقمي جزءاً لا يتجزأ من منظومة العمل للأزواج، ما سهّل أحياناً الجمع بين المسؤوليات المنزلية والمهنية، وأعطى مرونة في تقسيم الوقت والجهد. ومع ذلك، فرضت التقنية تحديات كثيرة تمثلت في تداخل الحدود بين الحياة المهنية والحياة الخاصة؛ فلم يعد البيت فضاءً للراحة فحسب، بل امتداداً لمتطلبات العمل.

ساعدت وسائل التواصل الاجتماعي والتقنيات الحديثة في تعزيز قنوات الاتصال بين الأزواج، وإدارة شؤون البيت بشكل أفضل، وتوفير فرص عمل إضافية عبر الإنترنت. لكنها في المقابل أسهمت في تقليل جودة التواصل الإنساني المباشر، وزيادة حالات الإدمان على الشاشات، وأثرت سلباً في الصحة النفسية للأفراد والعلاقات الأسرية، حيث أفرزت شعوراً بالوحدة أو الفراغ العاطفي رغم كثرة التواصل الرقمي.

كما أن الدور الاقتصادي للتقنية أصبح واضحاً لدى الأسر؛ فقد وفرت فرص دخل جديدة وسهلت عمليات الترشيد والاستهلاك وإدارة الميزانيات، لكنها في الوقت ذاته رفعت حدة المنافسة وسرعة وتيرة الحياة، ما يولد توتراً إضافياً يتطلب من الأسرة مهارات تنظيمية وإدارة وقت من نوع جديد.

٦. تحولات الحدود بين العمل والمنزل بسبب التقنية

أحدثت التقنيات الرقمية وتحول أنماط العمل (خصوصاً العمل عن بُعد والعمل الهجين) تغييرات جوهرية في الحدود الفاصلة بين العمل والحياة الأسرية. إذ تشير الأدبيات المعاصرة إلى أنّ هذه التقنية أسهمت في خلق حالة (طمس للحدود) (Boundary Blurring) بين المجالين المهني والخاص، ما أدى إلى إعادة تشكيل ديناميات الأسرة العاملة بشكل عميق.

ففي حين أن العمل عن بُعد يوفر مزايا واضحة مثل المرونة الزمنية وتقليل ضغوط التنقل، إلا أنه يؤدي في الوقت ذاته إلى اختراق الحياة المهنية للفضاء الأسري؛ حيث يصبح المنزل مكاناً للعمل، وتتداخل ساعات العمل مع الوقت المخصص للعائلة، ما ينتج عنه ارتفاع احتمالات (تسرب العمل إلى المنزل) (Work-to-Home Spill-over). وقد أظهرت الدراسات أن هذا التداخل يؤدي إلى زيادة الإرهاق الإدراكي، وتراجع جودة التواصل الأسري، وصعوبة تحقيق الانفصال النفسي عن العمل في نهاية اليوم.

ومن جانب آخر، تسهم الاتصالات الفورية والبريد الإلكتروني المستمر ومنصات العمل الرقمية في تعزيز متطلبات الاستجابة السريعة والتوافر الدائم، مما يُضعف قدرة الأزواج العاملين على خلق حدود نفسية وتنظيمية واضحة. ويؤدي غياب هذه الحدود إلى ما يُعرف بـ (الدور المفرط) (Role Overload)، حيث يشعر الزوجان بأن التوقعات المهنية تتجاوز طاقتهم وتتنافس مباشرة مع مسؤوليتهم الأسرية.

وترى الأدبيات أن الحل يكمن في بناء إستراتيجيات حدية (Boundary Management Strategies) تساعد الأزواج العاملين على إدارة هذا التداخل، مثل تأسيس مساحات منزلية مخصصة للعمل، وضع قواعد أسرية للاستخدام الرقمي، وتحديد أوقات توقف واضحة للتقنية. وتشير النتائج البحثية إلى أن الأسر التي تطبق هذه الإستراتيجيات تحافظ على جودة أعلى للعلاقات الأسرية وتستطيع تحقيق توازن أكثر استدامة بين العمل والأسرة.

٧. القيم الحديثة المتعلقة بتحقيق الذات والموازنة بين العمل والأسرة

أدى ظهور القيم الحديثة إلى تغيير أولويات الأزواج ونظرتهم للحياة الأسرية والمهنية. فقد أصبحت مفاهيم مثل تحقيق الذات والاستقلالية الفردية وتقدير الإنجاز الشخصي من أهم المحركات لسلوك الأزواج عند اتخاذ قرارات العمل والأسرة. لم يعد السعي وراء الاستقرار المادي وحده كافياً، بل برزت أهمية التطور المهني والنفسي وتحقيق الطموح الشخصي لكل فرد ضمن الحياة المشتركة.

ترافقت هذه القيم مع تصاعد أهمية الموازنة بين الحياة العملية والحياة الأسرية، حيث أصبح الأزواج يطالبون بهوامش أكبر للراحة الذاتية وتنمية الهوايات والمشاركة المجتمعية. كما انتشرت ثقافة العمل المرن والعطلات الممنوحة للأسر بهدف تقليل آثار الإرهاق وتوفير بيئة صحية للنمو الأسري والفرد معاً.

كذلك، ساعد انتشار الوعي بهذه القيم على تقليل الشعور بالذنب لدى المرأة العاملة أو الرجل الذي يشارك في الأعمال المنزلية، وخلق بيئة أكثر تقبلاً لطلب الدعم النفسي والإرشاد لمواجهة التحديات الناتجة عن هذا النمط الجديد من الحياة. كل ذلك عزز أهمية التعليم والإرشاد الأسري في مواكبة هذه القيم وتوطينها في المجتمع لضمان تماسك الأسرة وتطورها الإيجابي في مواجهة تحديات العصر الجديد.

المحور الثالث: الآثار الإيجابية لعمل الزوجين

1. الإسهام في الجانب الاقتصادي ودعم الاستقرار المعيشي

يُمثل الاستقرار المالي أحد أهم الدوافع للعمل المزدوج للأزواج في العصر الحديث. فقد أظهرت موجات التضخم وارتفاع الأسعار العالمية أن الاعتماد على دخل فرد واحد في الأسرة لم يعد كافيًا لتغطية الاحتياجات الأساس وتحقيق حد أدنى من الرفاهية، خاصة مع تزايد المتطلبات المرتبطة بالسكن، والتعليم، والصحة، والترفيه.

يسهم عمل الزوجين معًا في تعزيز الأمان المالي للأسرة من خلال مضاعفة الدخل الشهري وتنويع مصادر التمويل، ما يمكنها من مواجهة التحديات الطارئة مثل الأزمات الصحية أو فقدان الوظيفة أو الظروف المفاجئة. كما يتيح هذا الاستقرار المالي للأسرة التخطيط على المدى البعيد، والاستثمار في تعليم الأولاد، وضمان تغطية متطلباتهم بأريحية، ويوفر هامشًا أكبر لممارسة الأنشطة التنموية والسفر والترفيه.

فضلاً عن ذلك، يقلل العمل المشترك من الاعتماد المفرط على طرف واحد، ما يسهم في تفادي مشاعر العجز أو القلق من فقدان مصدر الرزق، ويعزز من قدرة الأسرة على التكيف مع الأزمات الطارئة. وتظهر الدراسات المقارنة أن الأسر ذات الدخلين تحقق معدلات أعلى في مؤشرات الاستقرار المعيشي والقدرة على الادخار والاستثمار وتحسين نوعية الحياة.

ولا تقتصر المنافع الاقتصادية على حجم الدخل فقط، بل تشمل اكتساب الأسر مهارات مالية جديدة مثل التخطيط المشترك، ووضع الميزانيات، والترشيد في الإنفاق، والاستفادة من الفرص الاستثمارية. ويسهم ذلك في تعزيز ثقافة الأسرة المنتجة، وتقليص فجوة الاعتمادية بين الأطراف، ورفع مستوى المساواة في الأدوار الأسرية.

2. تعزيز الإحساس بالإنجاز والهوية المهنية لدى الزوجين

يوفر عمل الزوجين بيئة مثالية لتعزيز الإحساس بالإنجاز الشخصي والمهني؛ فالعمل لا يُعد فقط مصدر رزق، بل وسيلة لبناء الشعور بالذات وتحقيق الطموحات وتطوير الكفاءات الفردية. وقد أوضحت دراسات مجتمعية عديدة أن الزوجين العاملين يمتلكان مستويات أعلى من احترام الذات والثقة بالنفس وشعوراً أعمق بقيمة الذات.

فالمرأة العاملة، على سبيل المثال، تصف العمل بأنه أداة فعالة للتواصل مع الآخرين واكتساب الذاتية، ويضعها على قدم المساواة مع الرجل كمصدر إنتاج، الأمر الذي يعزز مكانتها وحضورها المجتمعي. ومن ناحية الرجل، فإن مشاركة الزوجة في العمل ترفع عنه جزءاً من ضغط إعالة الأسرة، كما تمنحه حافزاً أكبر للتقدم وبناء مسار مهني أكثر استقراراً بالتفاعل مع شريكة تلتقي معه في الطموح والمسؤولية.

وما يميز تجربة الزوجين العاملين أن كل طرف يصبح مصدر دعم معنوي للآخر؛ ففي الأزمات المهنية أو لدى مواجهة التحديات الوظيفية، يقدم كل منهما المساندة النفسية والتشجيع، ما ينعكس على رفع المعنويات والإصرار على تجاوز الصعوبات. كما تؤكد بيانات حديثة أن النجاح المهني ينعكس إيجاباً على الرضا الأسري؛ إذ يشعر كل فرد بالتقدير لإنجازاته وبقدرة أسرته على تحقيق التوازن بين تطلعات العمل ومهام الحياة الشخصية، وتسهم الأسرة هنا في توفير مناخ داعم للطموح المشترك وتربية الأولاد على الانفتاح والمبادرة والمثابرة.

3. تبادل الأدوار وزيادة التعاون الأسري

من التحولات الجوهرية التي ينتجها عمل الزوجين تطور نموذج الشراكة والتكامل في توزيع الأدوار والمسؤوليات داخل الأسرة. تجاوزت الأسرة الحديثة النمط التقليدي القائم على تقسيم صارم للأدوار، لتصل إلى حالة أكثر انسجاماً بين الزوجين، حيث يتبادلان الإدارة والتخطيط والتنفيذ بحسب المصلحة العامة.

في هذا السياق، لا يعد تقسيم العمل المنزلي أو مسؤولية التربية مجرد التزام فردي، بل مسؤولية مشتركة تقوم على التفاوض والحوار والدعم المتبادل. أكدت الدراسات أن الأسر التي تتبنى هذا النهج في توزيع الأدوار تحقق معدلات أعلى من التفاهم، وتنجح أكثر في مواجهة الضغوط الحياتية والتحديات المفاجئة، وتقل فيها حدة الصراعات اليومية المرتبطة بنزاع المسؤوليات.

التعاون الأسري لا يقتصر على رعاية الشأن الداخلي، بل يمتد إلى جميع جوانب الحياة العائلية مثل الميزانية، وتخطيط المستقبل، والاهتمام بالقضايا التربوية للأولاد، ودعم بعضهم بعضاً في المبادرات المهنية أو التعليمية. ويعزز هذا التعاون قيمة الحوار المتواصل ويضعف إحساس كل فرد بأنه جزء أساس في نجاح الأسرة واستقرارها.

أظهرت البحوث أن التعاون الأسري يسهم في تربية أولاد ناجحين يستمدون الثقة من روح الشراكة في البيت، فيما يكون الأزواج قدوة في التأزر وتخطي العقبات بطريقة بناءة.

4. تطوير مهارات الأولاد من خلال رؤية نماذج عمل مزدوجة

من محاسن عمل الزوجين تأثير هذه الظاهرة على الأولاد، ولا سيما في تنمية مهاراتهم الفكرية والاجتماعية والسلوكية. فالأولاد الذين يعيشون في أسرة عاملة يتعلمون من والديهم نماذج عملية لكيفية إدارة الوقت، وترتيب الأولويات، والاعتماد على النفس.

هذه الأسر غالباً ما تعتمد على تقنيات تنظيمية وخطط يومية دقيقة لتحقيق التوازن بين الدراسة والأعمال المنزلية والنشاطات الاجتماعية، ما ينعكس على سلوك الأولاد ويحفزهم لتبني عادات إيجابية للنظام والانضباط وتقدير قيمة الوقت. كما يكتسب الأولاد مهارات التفاوض وتوزيع المهام وأهمية التعاون، بناءً على مشاهداتهم اليومية لتبادل الأدوار بين والديهم.

كون الأبوين قدوة في الالتزام المهني يدفع الأولاد إلى تطوير تطلعات مهنية واضحة وطموحات واقعية، إلى جانب الإحساس بالمسؤولية الجماعية والتكاتف الأسري. كذلك تنمو لديهم القدرة على التكيف مع التغيرات، لأنهم يرون أبويهم يديران شؤون الأسرة باحترافية ويجمعان بين متطلبات المهنة والأسرة بنجاح، مما يعمق الإحساس بالثقة والاستعداد للمستقبل.

ومن زاوية أخرى، يوفر وجود أم عاملة وأب مسهم في شؤون البيت بيئة ذات مرونة ثقافية وفكرية تشجع الأولاد على بناء تصورات إيجابية للعلاقات الإنسانية وروح التكافؤ والاعتبار المتبادل.

المحور الرابع: الآثار السلبية والمشكلات الناشئة عن عمل الزوجين

1. الإرهاق النفسي والجسدي وتوتر العلاقات الزوجية

يعدُّ الإرهاق النفسي والجسدي من أكثر المشكلات شيوعاً بين الأزواج العاملين؛ فالانخراط في سوق العمل يتطلب جهداً يومياً مستمراً قد يفوق قدرة الفرد على التحمل إذا تراكمت الضغوط العملية مع مسؤوليات المنزل ورعاية الأولاد. ومع تزايد ساعات العمل أو تعقد المطالب المهنية، يشعر الزوجان بالإجهاد المزمن، ما ينعكس سلباً على حالتهما النفسية والجسدية.

هذا الإرهاق يؤدي غالباً إلى انحسار مشاعر الرضا والهدوء الأسري، وينقل التوتر من بيئة العمل إلى جو المنزل، ما يزيد فرص حدوث النزاعات وفتور العلاقات الزوجية. كما يقل مستوى الاهتمام المتبادل والرعاية العاطفية؛ فالانشغال الدائم يجعل التعبير عن الحب والتقدير أمراً نادراً ويفقد الحياة الزوجية جانبها الحميمي والداعم.

وعلى المدى الطويل، يصبح الإرهاق النفسي والجسدي بيئة خصبة لنشوء مشكلات الصحة النفسية كالإكتئاب، أو القلق، أو العصبية الزائدة، أو مشاكل أسرية ما يتطلب تدخلاً من المرشد الأسري لمساعدة الأزواج على إدارة الضغوط وتحديد أولويات الحياة وتقليل مستوى الإجهاد بين طرفي العلاقة.

وتُظهر الأدبيات الحديثة في علم الأسرة وعلم النفس التنظيمي أنَّ الضغوط المهنية لا تبقى محصورة داخل مجال العمل، بل تنتقل - بصورة مباشرة وغير مباشرة - إلى الحياة الزوجية. ويُعرف هذا المفهوم بالانتشار المتبادل للضغوط، والذي يتخذ شكلين رئيسيين: الانتشار الداخلي (Spillover) والانتشار المتقاطع (Crossover).

يشير الانتشار الداخلي (Spillover) إلى انتقال الضغوط الناتجة عن العمل إلى النطاق الشخصي للفرد نفسه، بحيث تؤثر في مزاجه، وطاقته، وقدرته على التواصل داخل الأسرة. وقد بينت الدراسات أن الأزواج العاملين الذين يعيشون مستويات مرتفعة من الإجهاد الوظيفي يميلون إلى إظهار تهيج أعلى، وانخفاض في جودة الحوار، ونقص في التفاعل العاطفي مع الشريك.

أما الانتشار المتقاطع (Crossover) فيشير إلى انتقال الضغوط من أحد الزوجين إلى الآخر، بحيث يتأثر الشريك بمستوى الإجهاد الذي يعاني منه الطرف الآخر، حتى وإن لم يتعرض لنفس المواقف الضاغطة. يحدث ذلك من خلال التعاطف العاطفي أو عدوى المزاج أو تضخم الأعباء المشتركة داخل الأسرة. وتؤكد الأدلة أن الأزواج الذين يرتبطون بمستويات عالية من التفاعل العاطفي هم الأكثر عرضة لانتقال الضغوط المتبادلة، مما يجعل أحدهما يعاني انعكاسات الضغوط المهنية للطرف الآخر.

وتشير نماذج crossover إلى أن هذا الانتقال لا يقتصر على الجانب النفسي، بل قد يمتد ليؤثر في مؤشرات الصحة الجسدية، وتراجع الرضا الزوجي، وارتفاع احتمالات النزاع الأسري. كما أظهرت مراجعات منهجية أن انتشار الضغوط بين الزوجين قد يؤدي إلى دورات من الإرهاق المشترك والعجز عن التعافي، ما لم تُعزز الأسرة مهارات الفصل بين الأدوار والتنظيم الانفعالي.

لذلك، يمثل فهم هذه الظاهرة أداة مهمة للمرشد الأسري، حيث يمكنه من التنبؤ بأنماط التفاعل السلبية وتطوير تدخلات وقائية تعتمد على مهارات إدارة الانفعالات، وتعزيز الحوار، وتقليل انتقال الضغوط من مجال العمل إلى المجال الأسري. كما يمكن توظيف نماذج spillover-crossover لتدريب الأزواج على بناء إستراتيجيات (الحماية الحدية)، التي تهدف إلى احتواء الضغوط وعدم السماح بانتقالها بين الطرفين.

2. ضعف التواصل اليومي والحميمية الأسرية:

تشير الدراسات إلى أن عمل الزوجين غالباً ما يؤدي إلى ضعف التواصل اليومي بين أفراد الأسرة، وخاصة في ظل ضغوط الوقت وكثرة الانشغالات المهنية والمنزلية. فقد أصبح من الطبيعي أن تنخفض فترات الجلسات الأسرية والحوارات المفتوحة، ويحول الانشغال بالجدول الزمني دون تحقيق التواجد الفعلي والمشاعر الدافئة بين أفراد الأسرة.

ضعف التواصل يؤدي بدوره إلى فقدان الحميمية الأسرية وتراجع مشاعر التفاهم والدعم، وعادة ما يشكو الأزواج العاملون من الإحساس بالعزلة أو البعد الشعوري رغم وجودهم في نفس البيئة المنزلية. كما أن غياب الحوارات اليومية يقلل من فرص مناقشة المشكلات الطارئة، ويجعل تراكمها أكثر خطورة على استقرار الأسرة مستقبلاً.

الأسرة الحديثة بحاجة لإعادة تنظيم أولويات التواصل وتخصيص فترات نوعية للحديث والتقارب، وهو تحدٍّ يستدعي من المرشد الأسري تعليم الأسر وسائل التواصل الفعال وإدارة الوقت والضغط النفسية بما يضمن استمرار جودة العلاقات الأسرية رغم كثرة المسؤوليات.

3. مشكلات تربية الأولاد وضعف المتابعة

نتيجة لانشغال الزوجين وتوزيع جهودهما بين العمل والمنزل، تشهد عملية تربية الأولاد ضعفًا في المتابعة المستمرة أو الإشراف المباشر. وتبرز مشكلات مثل الاعتماد الزائد على مؤسسات التعليم أو الحضانات، وتراجع مراقبة سلوك الأولاد أو تلبية احتياجاتهم النفسية الخاصة.

تكون النتائج أكثر وضوحًا عند غياب أحد الوالدين لفترات طويلة أو ترك متابعة الأولاد لمربية أو أفراد من العائلة الممتدة بشكل دائم؛ فيفقد الأطفال القدوة اليومية والمتابعة الدائمة من الأم والأب، ويظهر لديهم مشكلات سلوكية مثل العصيان أو العزلة أو تراجع الاهتمام بالدراسة.

كذلك، تقل فرص اكتشاف مشكلات الأولاد مبكرًا، مما يؤدي إلى تفاقمها وتراجع فرص التدخل الإيجابي. كما تضعف العلاقات بين الإخوة أنفسهم إذا غاب التنظيم الأسري عن الحياة اليومية، وهو ما أدى في بعض الأسر إلى انتشار مشاعر الغيرة والتنافس السلبي بين الأولاد نتيجة غياب الدعم النفسي الملائم.

تحتاج الأسر إلى إعادة التفكير في توزيع المهام وتحديد أولويات التربية، والتأكيد على المهارات التنظيمية والوقت النوعي مع الأولاد لكيلا تتحول مشكلات التربية إلى أزمات طويلة الأمد.

4. الصراعات حول توزيع الأدوار والمسؤوليات

من أبرز سلبات عمل الزوجين نشوء صراعات حادة حول توزيع المسؤوليات المنزلية والتربوية، خاصة في المجتمعات التي لا تزال تحتكم إلى تقسيم تقليدي للأدوار بين الزوجين. الشعور بعدم الإنصاف أو عدم التوازن في توزيع المهام قد يولد احتكاكات يومية ويؤدي إلى توترات بين الطرفين؛ إذ يشعر أحدهما بأنه يقع عليه عبء أكبر أو بأن جهده لا يُقدَّر بما فيه الكفاية.

صراعات الأدوار داخل الأسرة العاملة تبرز بين الرجل والمرأة حول قضايا مثل تنظيف المنزل، متابعة الأولاد، إدارة الميزانية المنزلية، ما قد يفضي إلى تبادل الاتهامات بالتقصير أو عدم التعاون. وفي الظروف المعاصرة حيث تتداخل أوقات العمل والبيت، تزداد حدة هذا الصراع مع تصاعد الإجهاد الشخصي وفقدان القدرة على الحوار البناء.

يتضح من الدراسات أن الأسر التي تعجز عن وضع نظام واضح لتوزيع الأدوار والمسؤوليات تكون أكثر عرضة للخلافات والانفصال العاطفي وانهيار التفاهم والشراكة، ما يتطلب تدخلاً إرشادياً يركز على بناء منظومة تعاون وتفاوض تضمن عدالة توزيع المهام وتقدير دور كل طرف في نجاح الأسرة.

5. تصاعد أنماط الصراع القيمي أو المقارنة المهنية بين الزوجين

يؤدي عمل الزوجين إلى نشوء أنواع جديدة من الصراع غير المسبوق في الأسر التقليدية، وأبرزها الصراع القيمي أو المقارنة المهنية بين الطرفين. فقد يحدث أن تتباين القيم والرؤى المرتبطة بمفهوم النجاح أو تحقيق الذات أو أهمية العمل، ما يولد خلافات حول أولويات الحياة أو مدى الالتزام المهني مقابل الالتزام الأسري.

في بعض الحالات، تبرز المقارنة المهنية، حيث يشعر الطرف الأكثر نجاحاً مهنيًا بالعزلة أو يحس الطرف الآخر بالتهديد أو النقص أو التهميش، الأمر الذي ينعكس على علاقات السلطة واتخاذ القرار داخل البيت. كما يؤدي اختلاف الثقافات العملية أو الخلفيات التعليمية إلى ظهور صراعات قيمية مستمرة بشأن التربية أو صرف المال أو القيم التربوية والسلوكية داخل الأسرة.

وقد تتفاقم هذه المشكلات إذا لم تكن الأسرة جاهزة للحوار والانفتاح على القيم الحديثة، وإذا افتقد الأزواج للاستعداد النفسي والاجتماعي لتقبل النجاح أو الفشل المهني للطرف الآخر دون حساسية أو غيرة أو تعقيدات نفسية أخرى.

الحل يكمن في تعزيز الحوار والاحتواء ومنح كل طرف مساحة للتعبير عن احتياجاته وطموحه دون إلغاء أو مقارنة سلبية، ويتولى المرشد الأسري دوراً محورياً في إعادة تشكيل منظومة القيم وبناء توازن صحي بين أولويات العمل والأسرة.

المحور الخامس: العوامل المؤثرة في قدرة الأسرة على التكيف مع عمل الزوجين

1. نوع العمل وظروفه (دوام، ضغوط، استقرار وظيفي)

يُعد نوع العمل الذي يؤديه كل من الزوجين وظروفه من أهم المحددات لمستوى التكيف الأسري؛ فالأعمال التي تتسم بطول ساعات الدوام أو الضغوط المهنية العالية غالباً ما تؤدي إلى فقدان التوازن بين متطلبات العمل والحياة الأسرية. فعدم استقرار الوظيفة أو تعرض أحد الطرفين للبطالة أو التنقل المهني المستمر يشكل مصدراً للقلق والتوتر داخل الأسرة، ويؤثر في جودة العلاقات ومؤشر الرضا الأسري.

تتميز الأسر القادرة على التكيف بوجود مرونة في شروط العمل (دوام جزئي، قدرة على العمل عن بُعد، بيئة داعمة)، ما يمنح أفرادها وقتًا أكبر للتواصل والعناية بالمهام المنزلية والتربوية. كذلك، يساهم الاستقرار الوظيفي والوضوح حول الأدوار المهنية لكل طرف في تقليل أخطار النزاع وضغط الوقت، ويؤدي إلى بناء منظومة عائلية أكثر استقرارًا. تظهر الدراسات أن الأسر ذات الدخل الثابت والعمل المستقر تحقق معدلات أعلى من التوافق الأسري والرضا الزوجي.

2. مستوى النضج النفسي والمرونة في الأدوار

تُعد المرونة الداخلية والنضج النفسي للزوجين من العوامل الحاسمة في قدرة الأسرة على التكيف مع ضغوط العمل. إذ يتطلب الوضع المعاصر إعادة توزيع الأدوار التقليدية، واتساع دائرة المسؤوليات، وتعزيز التعاون والشاركة بين الطرفين، وهنا تظهر أهمية الاستعداد النفسي لتقبل المتغيرات وحل النزاعات بأساليب بناءة.

تظهر الدراسات الاجتماعية أن الأسر التي يتسم أزواجها بالقدرة على الحوار والتفاوض وتقبل الاختلافات وتخطي العقبات تحقق درجات أعلى من التوافق، وتخطي الأزمات بشكل أسرع، وتستثمر الضغوط كأساس للتطوير والنمو. النضج النفسي يُمكن أفراد الأسرة من التعامل مع الإحباطات اليومية، ومنح الآخرين مساحة للتعبير عن الذات واحترام الاحتياجات الفردية دون انتقاص. كما أن المرونة في الأدوار تبني نماذج أسرية متعددة يمكنها التكيف مع التحولات المستمرة في الواقع الديموغرافي والاجتماعي.

3. الدعم الاجتماعي من العائلة والمجتمع

للدعم الاجتماعي الخارجي أثر بالغ في قدرة الأسرة على تحمل ضغوط الحياة والعمل المشترك، فقد أظهرت نتائج البحث أن الأسر المرتبطة بعلاقات قوية مع العائلة الممتدة أو الأصدقاء أو مؤسسات المجتمع المدني تظهر قدرة أعلى على مواجهة الأزمات وتخطي المشكلات. يمكن لهذا الدعم أن يتحقق في أشكال متعددة، مثل المشاركة في رعاية الأطفال، الاستعانة بالأجداد أو الأقارب في إدارة شؤون المنزل، أو تلقي خدمات مؤسسات رعاية الأسرة وتطوير المهارات.

كما أن شبكة العلاقات الاجتماعية الداعمة توفر للأسر معلومات وخدمات ووسائل إرشادية مهمة تساهم في تحقيق الاستقرار الأسري وتحسين الصحة النفسية للزوجين. يُساهم وجود مجتمع داعم في تقليل الشعور بالوحدة أو الاغتراب الذي قد ينتج عن ضغوط العمل، ويمنح الأسر مساحة أكبر للمبادرة والتجربة والتعلم. من المهم أن يمتلك الزوجان مهارات الانفتاح على المحيط الاجتماعي وبناء علاقات متينة يستخدمانها في أوقات الحاجة.

4. الدعم المؤسسي والتنظيمي للأسر العاملة

يمكن للمرشد الأسري، في إطار الأسر ثنائية الدخل، أن يعزز فعالية تدخلاته من خلال توجيه الأزواج نحو الاستفادة من الدعم التنظيمي في بيئات العمل مثل الدوام المرن، وإتاحة العمل الهجين، وتخفيض ساعات العمل، وهي ممارسات أثبتت الدراسات العربية أنها تقلل من الضغوط النفسية المرتبطة بتعدد الأدوار. وقد أكدت دراسة العمري والعدوان (2020) أن المرونة في ساعات الدوام ترتبط مباشرة بتحسين التوازن بين العمل والأسرة لدى الزوجين العاملين.

كما تظهر الأدبيات العربية أهمية الدعم المجتمعي وشبكات المساندة في تعزيز قدرة الأسرة على التكيف. وقد أشارت دراسة أحمد وآخرون (2021) إلى أن مشاركة الأسرة في المبادرات الاجتماعية يوفر بيئة مساندة تخفف الاحتكاكات اليومية الناتجة عن ضغط الوقت وتعدد المسؤوليات.

وتؤكد الدراسات العربية كذلك أن ربط الأسر بمؤسسات المجتمع المدني - جمعيات الإرشاد الأسري، مراكز التوجيه، والمبادرات الأسرية - يساهم في الحد من الصراع الزوجي وتحسين جودة التواصل. وخلصت دراسة الغباري (2019) إلى أن حصول الأزواج على دعم اجتماعي منظم يرفع من مستويات الرضا الأسري والمرونة النفسية.

من جهة أخرى، تشير التقارير الرسمية العربية إلى أن السياسات الحكومية الداعمة للأسر العاملة - مثل إجازات الأمومة والأبوة، الدعم المالي لرعاية الأطفال، وتوسيع خدمات الرعاية النهارية - تمثل ركناً أساساً في تعزيز التوازن بين الحياة المهنية والحياة الأسرية. وقد بين مرصد الأسرة العربية (2022) أن الأسر التي تستفيد من هذه السياسات تسجل درجات أعلى من التوافق الأسري وانخفاضاً في المشكلات المرتبطة بتوزيع الأدوار.

وبناءً على ذلك، يتجاوز دور المرشد الأسري حدود الجلسة الإرشادية ليشمل توجيه الأسرة نحو الاستفادة من الفرص التنظيمية والمجتمعية والقانونية المتاحة لها، بما يضمن قدرة أفضل على مواجهة ضغوط العمل وتحقيق توازن مستدام بين الجوانب المهنية والأسرية.

5. مهارات التنظيم وإدارة الوقت داخل الأسرة

تعد إدارة الوقت والتنظيم الداخلي من أهم العوامل المؤثرة في نجاح التكيف الأسري مع عمل الزوجين، حيث تبرز الحاجة إلى تحديد أولويات واضحة، وجدولة المهام المنزلية والمهنية، وتقسيم المسؤوليات اليومية بالتوافق بين الطرفين. الأسرة المنظمة قادرة على تخصيص وقت لنفسها، وممارسة الأنشطة المشتركة، وتوفير الدعم للأبناء دون أن تتأثر بانشغال الأبوين المهني.

أثبتت الدراسات أن الأسر التي تعتمد أساليب التنظيم الذكي (جداول مشتركة، تطبيقات رقمية، تقسيم المهام الأسبوعي، التخطيط المالي المشترك) تواجه تحديات أقل وتنجح في تحقيق أهدافها الأسرية والمهنية بفاعلية أكبر. تنظيم الوقت يمنع ضياع الفرص، ويساعد على دمج احتياجات العمل مع متطلبات المنزل، ويقلل من احتمال نشوء النزاعات المرتبطة بتراكم الضغوط والواجبات. كما أنه يعزز الإحساس بالسيطرة والرضا، ويسهم في ترسيخ قيم التعاون والإنجاز لدى جميع أفراد الأسرة، وخاصة الأولاد.

6. الخلفية القيمية والثقافية للأسرة

تلعب الخلفية القيمية والثقافية للأسرة دورًا محوريًا في قدرة أعضائها على التكيف مع ضغوط العمل ومواجهة التحولات المعاصرة. فالأسر التي تنتمي إلى ثقافات مرنة وتؤمن بحرية اختيار الأدوار والعمل تظهر قدرة أكبر على التعامل مع التغيير واحتواء الصراعات اليومية. أما الأسر التي تضع قيودًا صارمة على توزيع الأدوار، فتكون أكثر عرضًا للتوتر والانقسامات الداخلية.

يساعد التنوع الثقافي في تشكيل منظومة قيمية متماسكة توفر للزوجين مساحة للتفاوض حول الحلول وتقدير جهود الآخرين، ويعزز من استعداد الأسرة لتبني أنماط جديدة من التعاون والتآزر. كما تعمل القيم الدينية أو الأخلاقية على تهيئة المناخ الداخلي للاحترام والحوار وتقبل النقد، مما يزيد من فرصة التكيف الناجح مع التحولات المستجدة في الحياة العملية والشخصية.

تؤكد نتائج الدراسات أن الأسر ذات القيم الإيجابية والمفتوحة تسهم في تقليل مشكلات التفكك الأسري، وتدفع أفرادها للبحث عن سبل الدعم والتعلم، وتمنح الأولاد نماذج حية من المرونة والقوة في مواجهة التغيرات. كما تمكن الأسرة من استثمار الضغوط وتحويلها إلى فرص للتعلم والنمو الشخصي والجماعي.

ومن ثم يتضح أن نجاح الأسرة في التكيف مع عمل الزوجين مرتبط بتكامل هذه المحددات في تنشيط قدرات الأفراد وتحقيق التوازن المطلوب بين العمل والأسرة؛ فكلما توافرت هذه العوامل بفعالية أكبر، نجحت الأسرة في تجاوز الأزمات وبناء بيئة مستقرة ومنتجة في ظل المتغيرات المعاصرة.

1. مدخل إلى دور المرشد الأسري في الأسرة ثنائية الدخل

شهدت السنوات الأخيرة تحولات عميقة في بنية الأسرة، كان من أبرزها انتشار نموذج الأسرة العاملة ثنائية الدخل، حيث يعمل كلا الزوجين خارج المنزل وتتشابك مسؤولياتهما المهنية مع التزاماتهم الأسرية. أمام هذا الواقع الجديد، أصبحت مهمة المرشد الأسري أكثر تعقيداً، تتطلب قدرة على الفهم العميق للديناميات الأسرية، وتشخيص المشكلات بواقعية، وتصميم تدخلات مهنية متكاملة تساعد الأسر العاملة على التكيف وتحقيق التوازن المطلوب.

2. فهم ديناميات الأسرة العاملة ثنائية الدخل

أولى خطوات المرشد الأسري تبدأ بفهم (ديناميات الأسرة العاملة)، أي النمط الذي تسير وفقه العلاقات الداخلية بين أفراد الأسرة، وطبيعة التفاعل اليومي بينهم وموقع العمل في تشكيل تلك العلاقات. تختلف ديناميات الأسرة ثنائية الدخل عن الأسر التقليدية من حيث توزيع الأدوار، الكثافة الزمنية للاتصال، نوعية القرارات، ومستوى التعاون في مواجهة الضغوط.

يدرك المرشد أن الأسرة العاملة تتسم غالباً بتشابك المسؤوليات واندماج الأدوار التقليدية مع الأدوار المهنية؛ فالأم والأب كلاهما معيل ومربٍّ، وكلاهما معرض للتعب والضغط. لذا، على المرشد أن يعاين نوعية التواصل الأسري، والقدرة على التنسيق، ومستوى الرضا المشترك. ويؤي أهمية للهيكل الاجتماعي للأسرة، كعدد الأفراد وطبيعة الأدوار الفعلية، وكذلك مصادر الدعم الخارجي مثل الأهل والأقارب. يساعد هذا الفهم في رسم خريطة واقعية لديناميات الأسرة، والتمييز بين أنماط التفاعل الصحية والمشكلات البنيوية المتكررة.

كما تُظهر الدراسات الحديثة حول الأسر ثنائية الدخل أن العلاقة بين العمل والحياة الأسرية ليست ثابتة، بل تتشكل عبر مزيج معقد من المكاسب (Gains) والضغوط (Strains)، يختلف من أسرة إلى أخرى بناءً على خصائصها النفسية والاجتماعية والمهنية. ولتفسير هذا التباين، استخدمت دراسة (Lee & Kim 2022) نموذج تحليل الأنماط الكامنة (Latent Profile Analysis) لفهم الفئات الخفية التي ينتمي إليها الأزواج العاملون وفق مستوى المكاسب أو الضغوط التي يختبرونها في حياتهم اليومية.

وقامت الدراسة بتحديد عدة ملفات شخصية (Profiles) للأسر العاملة، من أبرزها:

1. نمط المكاسب المرتفعة / الضغوط المنخفضة، وهذا يتميز بقدرة عالية على إدارة الوقت، دعم اجتماعي قوي، مرونة وظيفية، وتواصل فعال بين الزوجين.
2. نمط الضغوط المرتفعة / المكاسب المنخفضة، وهذا يتميز بإرهاق مهني، غياب تنظيم أسري، ضعف الدعم الاجتماعي، وصراعات متكررة حول الأدوار.
3. نمط متوسط المكاسب والضغوط، وهذا هو الأكثر شيوعاً، حيث يواجه الزوجان ضغوطاً واضحة، لكنهما يحققان أيضاً مكاسب من حيث الاستقلالية والهوية المهنية والتعاون.
4. نمط ضغوط العمل العالية / الاستقرار الأسري المتوسط، ويتضمن أزواجاً ذوي أعمال مرهقة أو غير مستقرة، مع بقاء الأسرة بوضع عاطفي مستقر نسبياً.

توصي الأدبيات بأن استخدام هذه النماذج التصنيفية يساعد المرشد الأسري على تصميم تدخلات أكثر دقة مقارنة بالمقاربات التقليدية. فعلى سبيل المثال، يمكن للمرشد أن يحدد ما إذا كانت الأسرة من نمط (ضغوط مرتفعة) وبالتالي تحتاج إلى تدخلات في إدارة الوقت وتقليل مصادر الضغط، أو من نمط (مكاسب مرتفعة) وتحتاج إلى تعزيز التواصل والمحافظة على المكتسبات. كما يمكن أن يوجه هذا التصنيف المرشد نحو تصميم برامج مخصصة، مثل:

• برامج تخفيض الضغوط المهنية للأسر التي تقع ضمن النمط عالي الضغط.

• برامج تعزيز المهارات الأسرية للأسر ذات المكاسب العالية للحفاظ على التوازن.

• برامج تدخل تكاملية (Hybrid interventions) للنمط المتوسط.

ويعد هذا المنهج ذا قيمة خاصة في السياقات العربية، حيث تتداخل الضغوط الاقتصادية مع التحولات الثقافية والاجتماعية، مما يجعل الأسر تختلف بدرجة كبيرة في مستوى الضغط أو الدعم. وبالتالي، فإن اعتماد تحليل الأنماط الكامنة يوفر إطاراً علمياً يمكن المرشد من تقديم إرشاد قائم على الدليل، بعيداً عن الحلول العامة التي لا تأخذ في الاعتبار الفروق الدقيقة بين الأسر العاملة

3. تشخيص أنماط التفاعل وأسباب الاحتكاك أو الضغط

تنطلق عملية التشخيص من التحليل الدقيق لأنماط التفاعل داخل الأسرة، مثل أساليب التواصل، طرق حل النزاعات، تقسيم الأدوار المنزلية، مدى المشاركة العاطفية، وأنماط اتخاذ القرار. يحاول المرشد كشف أسباب الاحتكاك أو الضغط، التي قد تنجم عن إرهاق العمل، سوء توزيع المهام، ضعف الدعم الخارجي، أو اختلاف القيم المهنية بين الزوجين.

يستفيد المرشد من أدوات المقابلات الشخصية والجماعية، الملاحظة المباشرة، واستبانة التفاعل الأسري لاكتشاف مواطن الخلل في التواصل أو تنظيم الوقت. يركز التشخيص أيضًا على أحداث التغيير المفاجئة (مثل تبدل وظيفة، أزمة صحية، انتقال سكن)، والتي غالبًا ما تعمق الاحتكاك أو تكشف عن ضعف البنية التنظيمية داخل الأسرة. كما يهتم المرشد بتحديد المشكلات السلوكية لدى الأولاد التي تنشأ عن غياب أي طرف أو تفاقم الصراع بين الأبوين.

في المجتمعات العربية، يجب على المرشد أن يكون واعيًا للتحديات الثقافية وأن يحمل حساسية خاصة تجاه التحولات القيمية التي قد تزيد من التوتر أو تعرقل الشراكة الأسرية، بما يساعده في تصميم تدخلات واقعية وفعالة.

4. استخدام أدوات القياس النفسي والاجتماعي لتحديد مواطن الخلل

تُعد أدوات القياس النفسي والاجتماعي أحد الأعمدة الأساس للعمل المهني للمرشد الأسري، فهي تمكنه من قياس درجة التوتر، واقتدار التواصل، ومستوى الرضا، والإدراك الذاتي للمشكلات بين أفراد الأسرة. تشمل هذه الأدوات الاختبارات النفسية التي تقيس الضغط النفسي، والمسح الأسري لتوزيع المسؤوليات، واستبانات الذكاء العاطفي والاجتماعي، وأدوات تقييم جودة الحياة الزوجية والروابط الأسرية.

يستفيد المرشد من مقارنة النتائج بالمقاييس المرجعية لتحديد مواطن الضعف مثل: تراجع مهارات التنظيم، وضعف الاتصال الفعال، وانخفاض الدعم الاجتماعي، أو ارتفاع مؤشرات الاكتئاب والضغط النفسية لدى أحد الزوجين أو الأولاد. هذه القياسات تساعد على تخصيص التدخل العلاجي وقياس درجة التقدم في مسار الإرشاد.

يجب التحقق من مواءمة أدوات القياس للبيئة المحلية، كي تكون ملائمة ثقافيًا واجتماعيًا، وتمنح نتائج دقيقة قابلة للتطبيق. ويعد تحليل النتائج نقطة انطلاق لوضع خطة إرشادية متكاملة تأخذ بعين الاعتبار الاحتياجات الفردية والجماعية للأسرة.

5. تصميم برامج إرشادية تعزز التوازن بين العمل والأسرة

يقوم المرشد الأسري - بعد الفهم والتشخيص - بتصميم برامج إرشادية متعددة المستويات بهدف تحقيق التوازن بين احتياجات العمل والحياة الأسرية. تستند البرامج الناجحة إلى مبادئ الشراكة والتعاون وإدارة الوقت وتطوير المهارات التنظيمية، ويتضمن محتواها ما يلي:

- إرشاد فردي للأزواج: يساعد كل طرف على التعبير عن ضغوطه واحتياجاته وتطوير مهارات المواجهة والتكيف.
- جلسات جماعية للأسر العاملة: تعمل على تبادل الخبرات وتقديم الدعم النفسي وتعزيز روح الفريق داخل الأسرة.
- برامج تدريبية لإدارة الوقت وتنظيم المهام: تقدم للأسر أدوات عملية لتوزيع العمل الأسري والمنزلي وضمان تخصيص وقت نوعي للتواصل الأسري.
- تغيير أنماط التواصل وبناء الحوار: تدريب على مهارات الاستماع الفعال، والتعامل مع النزاعات بقواعد حوار منصفة.
- تثقيف مالي وتنظيم الإنفاق الأسري: وضع خطط للميزانية العائلية وتقسيم المسؤوليات المالية بما يحقق الإنصاف ويقلل الصراعات حول الإنفاق.
- تتميز هذه البرامج بالمرونة والتدرج وتراعي الظروف الخاصة لكل أسرة، ويُنصح بتقييم أثرها بشكل دوري باستخدام أدوات القياس السابقة، وقد تشتمل على متابعة إلكترونية أو اجتماعية.

6. تنمية وعي الزوجين بمفاهيم تقاسم الأدوار والذكاء العاطفي الأسري؛

من أهم مهام المرشد الأسري تعزيز الوعي لدى الزوجين بمفهوم (التقاسم والتكافؤ في الأدوار)، إذ لم يعد التقسيم التقليدي للمسؤوليات صالحاً للمعطيات المعاصرة. لذا يعمل المرشد على تثقيف الأزواج بمجموعة من القيم الجديدة، من أبرزها:

- مفهوم الشراكة الحقيقية: إشراك كل طرف في اتخاذ القرار العائلي، وتنمية احترام الدور المهني والمنزلي لكل طرف.
- الذكاء العاطفي الأسري: تدريب الأزواج والآباء والأولاد على إدارة المشاعر، وفهم احتياجات الآخرين، وقبول الاختلافات، ومواجهة الضغوط بحس عاطفي.

• احترام التنوع في القدرات: تشجيع تبادل الأدوار حسب الظروف، وإعادة بناء الثقة والشعور بالأمان في العلاقات الأسرية.

• إعادة صياغة معنى النجاح: منح كل طرف مساحة لتحقيق ذاته في العمل دون أن يؤثر ذلك سلباً في الانتماء أو المشاركة الأسرية.

يستخدم المرشد أساليب متعددة لإنماء هذا الوعي، منها ورش العمل، برامج التثقيف الرقمي، الاستشارات الفردية، الأمثلة العملية، والتطبيقات اليومية لتنمية الذكاء العاطفي، بما يتناسب مع السياق المحلي والثقافي للأسرة. وعندما يتحقق هذا المستوى من النضج والوعي، تظهر لدى الأسرة قدرة أعلى على تجاوز الصراعات والضغوط وبناء بيئة قائمة على التعاون والاحترام والثقة والدعم المشترك.

ومن خلال هذه الأدوات والأساليب يتضح الدور المحوري للمرشد الأسري في حماية الأسرة العاملة ثنائية الدخل من الانهيار، وتحصينها ضد مشكلات العصر، وتحقيق نمو وتوازن دائم بين جميع أفرادها.

المحور السابع: الأساليب الإرشادية والتقنيات العملية مع الأسر العاملة

1. الإرشاد السلوكي المعرفي لحل الصراع الزوجي المتكرر

يُعد الإرشاد السلوكي المعرفي من أكثر الأساليب فعالية في علاج الصراع الزوجي المتكرر في الأسر العاملة. يركز هذا المنهج على تعديل الأفكار والسلوكات غير السوية التي تسبب النزاع والتوتر، من خلال إعادة بناء أنماط التفكير اللاعقلاني لدى الزوجين وتعزيز مهارات الحوار وحل المشكلات.

تبدأ الجلسات بتحديد جذور الصراع، وتدريب الأزواج على رصد التشوهات المعرفية التي تقود إلى سوء الفهم أو التفاعل السلبي. يُستخدم مبدأ (لعب الأدوار) لتطوير القدرة على رؤية وجهة نظر الطرف الآخر وتجريب حلول عملية للصراعات اليومية. يعتمد المرشد في إرشاده على بناء الثقة بالنفس، وتنمية تقدير الذات، وتدعيم المهارات السلوكية التكميلية كضبط الانفعالات وإدارة المشاعر، وهو ما أثبتت فاعليته في تحسين مستوى التكيف الزوجي والارتقاء بجودة التواصل الزوجي.

تُظهر الأبحاث والدراسات التطبيقية أن هذا النوع من الإرشاد يقلل من أحداث النزاع الحاد ويرفع من فرص التفاهم وإعادة البناء العاطفي في العلاقة، كما يُحدث نقلة نوعية في تقدير الذات لدى الزوجين وخفض معدلات الكدر الزوجي والتوتر الأسري.

2. الإرشاد بالواقع ومهارات إدارة الضغوط الأسرية

يعتمد الإرشاد بالواقع على تفحص الظروف المحيطة بالأسرة، مع التركيز على تحمل المسؤولية وتوجيه التفكير نحو ما يمكن تغييره فعلياً في حياة الزوجين والأسرة. يدرّب المرشد الزوجين على تبني أنماط واقعية لإدارة الضغوط اليومية، كتعلم استراتيجيات تنظيم الجدول الزمني للأسرة، وتحديد الأولويات، ووضع أهداف مرحلية ممكنة التحقيق.

يتطلب الإرشاد بالواقع استخدام تقنيات استبطان المشكلات وتحليلها، ثم توليد حلول عملية عبر تمارين حل المشكلات وتفعيل البدائل المتاحة أمام الأسرة. يسعى المرشد لتعزيز مهارات اتخاذ القرار، وتنمية الوعي لدى الأطراف بحدود الممكن والواقعي في ظل ظروف العمل والضغوط، مع إخراج الأسرة من دوائر اللوم أو التهرب إلى مساحات التحرك الفعال.

يسهم الإرشاد السلوكي الواقعي في تقليل التوتر وزيادة قوة التحمل، كما يعزّز من روح التعاون والمشاركة في مواجهة الأعباء، خاصة لدى الأسر التي تعاني كثرة الضغوط وتعدد المسؤوليات المشتركة. ويفيد استخدام تمارين حل المشكلات الجماعية ومهارات التعزيز الإيجابي في ترسيخ التصرفات المرغوبة وتحقيق التغيير المنشود.

3. الإرشاد الجمعي للأزواج العاملين

ترتكز فكرة الإرشاد الجمعي على جمع عدد من الأزواج العاملين في برامج تفاعلية هدفها تبادل الخبرات، وتحفيز الحوار، وتوفير الدعم النفسي والاجتماعي. تتنوع صور الإرشاد الجمعي بين الجلسات الميدانية والافتراضية، وتتميز بقدرتها على خلق بيئة داعمة تحفز الأزواج على مواجهة تحدياتهم بروح الفريق. هذا النوع من الإرشاد نادر جداً في المملكة العربية السعودية وفي عموم الوطن العربي، لكن مؤخراً ظهرت بعض التطبيقات المعنية بالإرشاد الأسري التي تدعم الفكرة بحيث يكون هناك إرشاد جمعي من خلال تقديم الإرشاد في أوقات محددة وأيام محددة، ويمكن للراغبين حضور الجلسات الإرشادية أن ينضموا لغيرهم من المسترشدين مع دفع مبلغ رمزي.

يحرص المرشد في هذه اللقاءات على تنظيم مناقشات مفتوحة حول الصعوبات المتعلقة بتنظيم الوقت، وتوزيع الأدوار، والتفاعل مع الأولاد، ويشجّع المشاركين على طرح أسئلتهم واستفساراتهم أو تجاربهم وحلولهم أمام المجموعة، مما يؤدي إلى التعلم المتبادل وتطوير رؤى جديدة.

يمكن إدخال تمارين مثل (الحوار الثلاثي)، حيث يتبادل الأزواج أدوار الحوار ويجربون نماذج متنوعة في حل المشكلات. كما تُستخدم استبانات قياس الضغط، وتُعرض حالات دراسية عملية، وتُعمد أساليب تشجيع التواصل وبناء خطط مناقشة مشتركة تدعم البناء العائلي وتجعل أفراد الأسرة أكثر قدرة على مواجهة الظروف المعاصرة.

4. تمارين إعادة تنظيم الحياة اليومية ووضع الجداول المشتركة

يُعدّ تدريب الأسرة على إعادة تنظيم اليوم وتوزيع الأعباء نقطة محورية لتجنب الفوضى والضغط. يستطيع المرشد استخدام تطبيقات وجداول مهام لتصميم خطة يومية أو أسبوعية يشترك فيها جميع أفراد الأسرة، حيث يُحدد فيها وقت العمل، وقت التواصل الأسري، أوقات راحة الأولاد، ومهام كل فرد.

تعتمد هذه العملية على مهارات التخطيط، ووضع الأهداف، وتحديد الأولويات حسب الاحتياجات وحركة العمل الأسري والمهني. ويجري تحديث الجداول بشكل دوري مع تقييم مدى الالتزام وتحليل النتائج، وذلك لدعم المرونة والتكيف مع الأحداث المستجدة. التدريب على تقسيم الأعمال المنزلية يشجع على تبادل الأدوار، ويعزز الشعور بالمسؤولية الجماعية.

تساعد هذه التقنية على تقليل الصراعات وتحقيق الانضباط وتخفيف الإرهاق، كما تجعل التواصل اليومي أكثر جودة. وتفيد الأسر التي تواجه مشاكل في تنظيم الوقت والإيفاء بالالتزامات المهنية والأسرية في آن واحد، مما يؤدي إلى رفع مؤشر الرضا والسعادة الأسرية.

5. الدعم الإرشادي المتكامل عبر التطبيقات والمنصات الرقمية

ساهم التطور الرقمي في نقل الدعم الإرشادي إلى مستوى جديد؛ حيث استطاعت التطبيقات والمنصات التفاعلية تقديم خدمات إرشادية للأسر بمرونة عالية وسرعة توافر. يمكن للمرشد أن يستخدم منصات إرشاد ذكية تقدم برامج تدريبية رقمية، وجلسات إرشاد فردية وجمعية، وتطبيقات لحل المشكلات وتنظيم الحياة الأسرية، إلى جانب أدوات قياس نفسي وتدريبات رقمية على مهارات التواصل وحل النزاعات.

يُحقق هذا النوع من الإرشاد مزايا كبيرة للأزواج العاملين الذين يصعب عليهم حضور جلسات ميدانية بسبب ضيق الوقت أو التوزع الجغرافي للأسرة. كما يتيح الإرشاد الرقمي للأفراد الوصول لمصادر المساعدة في الوقت المناسب، ويسمح بتبادل الخبرات والتفاعل مع خبراء ومشاركين آخرين، ويحتوي على مكتبات وفيديوهات تعليمية واستبانات تقييم لتحديات الأسرة.

تُسهّم التطبيقات المتكاملة في حل المشكلات وتقديم المساعدة على مدار اليوم، كما تضيف بُعد المتابعة المستمرة الذي يفتقر إليه كثير من الأسر في العملية الإرشادية التقليدية. ويحرص المرشد هنا على توجيه الأسر نحو استخدام الموارد الرقمية بكفاءة، مع الحفاظ على الخصوصية وتجنب الاستخدام السلبي للتقنية الذي قد يفاقم المشكلات بدلاً من حلها.

تشكل هذه الأساليب مجتمعة منظومة فعّالة لمساعدة الأسر العاملة والأزواج في مواجهة التحديات الجديدة، وتحقق نتائج بارزة في تطوير مهارات التفكير والحوار، وإدارة الوقت، وتعميق التكافل الأسري، ورفع درجة التكيف والرضا في ظل واقع الحياة المتغير.

المحور الثامن: الخطة التطبيقية للمرشد الأسري في التعامل مع قضايا عمل الزوجين

يشكل عمل الزوجين في العصر الحديث أحد أبرز المتغيرات البنيوية التي أعادت صياغة منظومات الأسرة والعلاقات الداخلية فيها، حيث تزايدت معدلات الأسر ثنائية الدخل عالمياً نتيجة التحولات الاقتصادية والاجتماعية والتقنية. ونتيجة لهذا التحول، برزت مشكلات جديدة تتعلق بالتوازن بين العمل والحياة، وصراع الأدوار، وتوزيع المسؤوليات، وضعف التواصل الأسري، الأمر الذي جعل دور المرشد الأسري أكثر تعقيداً من أي وقت مضى.

أصبح لزماً على المرشد أن يتبنى مداخل تطبيقية حديثة قائمة على تشخيص دقيق، وتدخلات متعددة المستويات، وربط الأسرة بموارد الدعم المجتمعي والتنظيمي. وتقدم الخطة التالية إطاراً عملياً متكاملًا يوجّه المرشد الأسري للتعامل بفعالية مع التحديات التي تواجه الأسر العاملة، مستندة إلى الأدبيات العلمية والنماذج النفسية المعاصرة.

1. بناء العلاقة العلاجية وتطبيع التجربة

- تأسيس علاقة مهنية آمنة تقوم على الإصغاء غير المشروط، مما يعزز ثقة الزوجين بالمرشد.
- تطبيع المشكلات المتعلقة بعمل الزوجين وتوضيح أنها شائعة عالمياً، مما يخفف الشعور بالذنب أو التقصير.
- يُسهم ذلك في تهيئة البيئة النفسية الملائمة لبدء التدخل.

2. إجراء تقييم شامل باستخدام أدوات مقننة

- تطبيق مقاييس علمية مثل Work-Family Conflict Scale لتحديد مستوى الصراع وضغوطه.
- جمع بيانات حول أنماط التواصل، توزيع المسؤوليات، الدعم الأسري والاجتماعي.
- صياغة ملف تشخيصي يحدد العوامل النفسية والاجتماعية المؤثرة في المشكلة.

3. تحديد أولويات التدخل وأهداف الجلسات

- مساعدة الزوجين على تحديد المشكلات الأكثر إلحاحًا، كالإرهاق أو صراع الأدوار.
- وضع أهداف واضحة وقابلة للقياس تدعم تقدم العملية الإرشادية.
- تشكيل إطار تنظيمي يوجّه جلسات العلاج.

4. معالجة انتقال الضغوط بين الزوجين

- شرح الآلية النفسية لانتقال الضغط من العمل إلى البيت ثم إلى الشريك.
- استخدام تقنيات إعادة التقييم المعرفي للحدّ من التفسيرات السلبية.
- تدريب الزوجين على روتين الانتقال من العمل إلى المنزل للحد من نقل التوتر.

5. تعزيز مهارات التواصل والحميمية الزوجية

- تطبيق تدريبات الاستماع العاكس، الحوار المنصف، وتجنب اللوم.
- تشجيع تخصيص وقت نوعي لتعزيز الحميمية.
- يعمل ذلك على استعادة الدفء العاطفي وتحسين جودة العلاقة.

6. إعادة تنظيم الأدوار وتقليل صراعات المسؤوليات

- وضع قائمة مشتركة للمهام المنزلية، وتوزيعها، وفق الوقت، والقدرة، والمرونة.
- صياغة (اتفاق منزلي) يحدد المسؤوليات ويقلل التوتر اليومي.

7. دعم مهارات التربية ومتابعة الأولاد

- تدريب الأسرة على تنظيم وقت الأولاد والمتابعة المستمرة.
- تخصيص وقت فردي لكل طفل، لرفع الاستقرار العاطفي وتقليل المشكلات السلوكية.

- أظهرت الدراسات أن ضعف الإشراف يؤدي إلى تفاقم السلوكيات السلبية.

8. معالجة الصراع القيمي والمقارنة المهنية بين الزوجين

- مساعدة الزوجين على تحديد قيمهما الأساس وبناء خريطة قيم مشتركة.
- تصحيح التفسيرات المرتبطة بالنجاح أو الفشل المهني.
- يقلل ذلك من المنافسة السلبية ويعزز التفاهم الأسري.

9. ربط الأسرة بموارد الدعم المؤسسي والمجتمعي

- توجيه الأسرة للاستفادة من برامج الدعم الوظيفي مثل الدوام المرن والحضانة المؤسسية.
- تعزيز استخدام المنصات الرقمية للإرشاد والمتابعة.
- تشير الأدلة إلى أن الدعم المؤسسي يقلل الصراع ويزيد الرضا الأسري.

10. المتابعة والتقييم المستمر لفعالية التدخل

- استخدام أدوات القياس قبل وبعد التدخل لقياس التطور.
- إجراء مراجعات دورية وتعديل الخطة حسب الحاجة.
- يضمن ذلك استدامة التغيير وتثبيت المهارات المكتسبة.

يتضح من هذه الخطة التطبيقية أن عمل الزوجين ليس مجرد تحدٍّ اقتصادي أو تنظيمي، بل هو منظومة متشابكة من الضغوط النفسية والاجتماعية والسلوكية التي تتطلب تدخلًا مهنيًا متكاملًا. ويبرز دور المرشد الأسري بوصفه عنصرًا محوريًا في إعادة بناء التوازن بين العمل والحياة، ودعم الأسرة في تحقيق التكيف الإيجابي.

تُسهّم هذه الخطة في توفير إطار منهجي يساعد المرشدين على تقديم تدخلات مهنية قائمة على التشخيص الدقيق، والمهارات العلاجية، واستخدام الأدوات النفسية والاجتماعية، والربط مع موارد الدعم المجتمعي. ومن شأن هذا النهج أن يعزز جودة الحياة الأسرية، ويحدّ من الآثار السلبية للعمل المزدوج، ويؤسس لثقافة أسرية أكثر مرونة وقدرة على مواجهة متغيرات العصر.

- المرونة الوظيفية وعلاقتها بالتوازن بين العمل والأسرة لدى الموظفين. مجلة جامعة الإسراء للدراسات التربوية والنفسية.
- الدعم المجتمعي ودوره في الحد من الضغوط الأسرية لدى الأسر العاملة. مجلة كلية التربية
- الدعم الاجتماعي وعلاقته بالتوافق الأسري لدى الأزواج العاملين. مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية.
- مرصد الأسرة العربية. تقرير حالة الأسرة العربية. وزارة الشؤون الاجتماعية، الإمارات العربية المتحدة
- صراع الأدوار والضغط النفسي لدى المرأة العاملة. مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية
- صراع الدورين المهني والأسري وعلاقتهما بالضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات. مجلة العلوم التربوية والنفسية.
- الأسرة في المجتمع العربي وقضايا العمل. بحوث ودراسات كلية التربية. جامعة الملك سعود.
- موسوعة الأسرة المسلمة. دار السلام للنشر
- أثر الخلافات الزوجية أمام الأولاد (فقه الأسرة). مكتبة الشاملة. <https://shamela.ws/book/7698/56>
- تأثير عمل المرأة على استقرار الأسرة من وجهة نظر الزوجين. جمعية المودة للتنمية الأسرية.
- رسالة عاجلة إلى الزوجين. دوحة المعرفة.
- العلاقة الإيجابية بين الزوجين. موقع الألوكة.
- العلاقات الزوجية في الأسرة العربية بين الثابت والمتحول من منظور التحولات الاجتماعية.
- <https://alamanaweb.ma//في-الأسرة-العربية>
- مشكلات الحياة الزوجية في الواقع المعاصر. إسلام أونلاين.
- أهم مفاتيح الإرشاد الأسري لتحقيق السعادة الزوجية.
- الأسرة في المجتمع العربي وقضايا العمل. بحوث ودراسات كلية التربية
- المرأة العاملة بين تحقيق الذات وتوازن الأسرة.
- الإجهاد الأسري الناتج عن عمل المرأة
- Kim, S. Y., & Lee, J. H. Work-family balance among dual-earner couples in South Korea: A latent profile analysis. Journal of Family Issues,

- Kossek, E. E., Allen, T. D., & Burke, L. B. Boundary management and work-life balance in the digital age: The role of technology in blurring work and family domains. *Journal of Vocational Behavior*.
- Allen, T. D., Golden, T. D., & Shockley, K. M. How effective is telecommuting? Assessing the status of our scientific findings. *Psychological Science in the Public Interest*.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. The spillover-crossover model. *From Stress to Wellbeing*.
- Westman, M. Crossover of stress and strain in the work-family context. *The Psychology of Work and Organizations*.
- Ledermann, T., Bodenmann, G., & Cina, A. Crossover of daily stress between partners in dual-earner couples: A dyadic analysis. *Journal of Family Psychology*.
- Haas, L., & Rostgaard, T. Fathers' rights to parental leave in Nordic countries: Consequences for the gendered division of work. *Community, Work & Family*.
- Duvander, A., & Johansson, M. Parental leave and gender equality: A review of the impact on families and workplaces. *Social Politics*.
- O'Brien, M., Connolly, S., & Speight, S. Parental leave, father involvement, and family well-being: A comparative analysis. *Journal of Family Studies*.
- Allen, T. D., Johnson, R. C., Kiburz, K. M., & Shockley, K. M. Work-family conflict and flexible work arrangements. *Personnel Psychology*.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. The spillover-crossover model. In J. Grzywacz & E. Demerouti *Psychology Press*.
- Beck, J. S. *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond*. Guilford Press.
- Fadila, A., & Elnagar, A. Quality of life and marital adjustment among working married women. *Journal of Educational and Psychological Sciences*.

- Gottman, J., & Silver, N. The seven principles for making marriage work. Crown.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. Sources of conflict between work and family roles. Academy of Management Review.
- Aulad Journal. Early childhood parenting efforts in dual earner family.
- Hidayat, N., & colleagues. How non-financial incentives shape employee motivation in Indonesia's public sector. Asian Management and Business Review.
- Lighthouse Arabia. Mental health & wellbeing services.
- American Association for Marriage and Family Therapy. (n.d.). Family counseling and therapy techniques.
- Sexton, T. L. Handbook of family therapy. Wiley.
- Markman, H. J. Counseling couples in conflict. American Psychological Association.
- Journal of Marriage and Family Therapy. Work-family balance and marital satisfaction.

المُخَوِّرُ الرَّابِعُ

تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الأسرة
وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟

أ. جابر المقبل

ظهرت مواقع التواصل الاجتماعي في بدايتها وسيلةً لتعزيز التواصل البشري، ولزيادة الألفة، وتبادل الخبرات، إلا أن التطور التقني، مصحوبًا ببحث شركات التقنية الكبرى عن الإيرادات المالية العالية، جعلها تستعين بخبرات مختلفة، تتنوع مجالاتها وتلتقي جميعًا عند هدف واحد، وهو: كيف أحتفظ بالمستخدم داخل البرنامج لأطول فترة ممكنة؟

وسرعان ما تحقق الهدف، لا سيما في ظل اندفاع الأفراد للبحث عما يشغل أوقاتهم، ويخرجهم من واقعهم إلى عالم يتوافق مع اهتماماتهم، ليصبح «إدمان التصفح» أحد المشكلات التي تفرض نفسها على المرشد الأسري.

ولأن الأسرة تمثل منزلًا صغيرًا، يكون في مجموعته مجتمعةً كبيرًا، كان لتلك التأثيرات دورها في تغيير واقعها، وإدخال مشكلات جديدة عليها.. ومن هنا كان اكتشاف مثل تلك المشكلات والتعامل معها إحدى أهم ما يرد المرشد الأسري.

وهنا تجدر الإشارة إلى أن مثل هذه المواضيع غالبًا من الصعب استقاؤها من المراجع، كون أغلب المراجع تركز على الجانب الأكاديمي، بعيدًا عن التطبيق العملي، ولذا حرصت على أن يكون أغلب ما ذكرته في هذه الورقة مستقىً من تجربتي في تقديم الاستشارات، راجيًا من الله أن يكتب له القبول وأن ينفع به.

العلاقات الزوجية في ضوء مواقع التواصل الاجتماعي

تبرز العلاقة الزوجية بوصفها أساسًا لكثير من الجوانب الحياتية، فجوهرها وتماسك أركانها ينعكس على مخرجاتها، فالطبيب زوج، والمعلمة زوجة، وذاك الطفل أو المراهق هو نتاج عملية الزواج، من هنا كانت تلك العلاقة تلقي بظلالها على كافة العمليات المختلفة التي تجري في المجتمع ككل، فذاك الخدش الذي يُصيب جدار هذه العلاقة الصغير، سينعكس على جدار المجتمع الكبير.

ولأن الأسرة هي قطرة في بحر المجتمع الكبير، كانت تتأثر وتتلون بما يعتريه، لا سيما مع المتغيرات المتسارعة التي فرضتها العولمة على العالم أجمع.

ومن هنا كانت مواقع التواصل الاجتماعي تلقي بظلالها على العلاقة الزوجية، لتكون أشبه بعملة معدنية تحمل وجهًا إيجابيًا وآخر سلبيًا، ليكون أفراد تلك العلاقة هم من يختار تحت أي جانب يستظلون. وهنا تجدر الإشارة إلى أن العلاقة الزوجية باعتبار أطرافها تنقسم قسمين:

- 1- أزواج ما قبل مواقع التواصل الاجتماعي.
- 2- أزواج ما بعد مواقع التواصل الاجتماعي.

ويُقصد بالقسم الأول الأزواج الذين لم ينغمسوا في مواقع التواصل الاجتماعي إلا بعد منتصف العمر، وعلى الجهة المقابلة نعني بأزواج ما بعد مواقع التواصل الاجتماعي، الأفراد الذين عايشوا مواقع التواصل الاجتماعي منذ طفولتهم واستمر ذلك معهم وصولاً إلى واقعهم الزواجي حالياً.

وأهمية هذا التقسيم، هي في كونه يفتح للمرشد الأسري نافذة جديدة لفهم المشكلة، ومعرفة منطلقات المسترشد، فما يبدو مشكلة (عويصة) في نظر القسم الأول، لا يشكل (أي اهتمام) لدى القسم الثاني، كما أن وسيلة حل المُعضلات التقنية تتباين بحسب الجيل، ونظرة المسترشد وتفسيره للمشكلة.

ويرجع كل ذلك الاختلاف إلى ظروف النشأة، وطبيعة تكون العلاقة الزوجية، واختلاف القيم (التقنية)، وجوانب الحقوق والواجبات الزوجية التي تختلف نظرة الأجيال إليها.

تتفق الدراسات جميعها على وجود جوانب إيجابية تحققها التقنية، فهي من جهة تعزز العلاقة الزوجية، تقوي أركانها، وتشد من عضد أفرادها.. ومن هنا كانت الإشارة إلى جوانب تلك التقنية الإيجابية أمراً واجباً، تُعين المرشد الأسري في تحويل تفكير المسترشد، وتساعد على التوجيه الصحيح لتلك التقنية.. فمن تلك الجوانب الإيجابية:

- تبصير المسترشد بالمشكلة، زيادة وعيه، وإيصاله إلى المرشد الأسري الذي يُعينه على حل تلك المشكلة.
- تعد المجتمعات التي تنتشر فيها الثقافة الإلكترونية الداعمة هي من أقل المجتمعات وصماً لأصحاب المشكلات، مما يوفر دعماً يُعين المسترشد على تجاوز ما يمر به.
- تعزز شبكات التواصل الاجتماعي من العلاقة الزوجية، وذلك بزيادة الروابط من خلال الاستخدام الأمثل لها، فعلى سبيل المثال تشير كثير من الدراسات إلى أن تبادل الزوجين للمقاطع والصور الشخصية، وتشارك الأنشطة التي تتم بعيداً عن الطرف المقابل تسهم في تعزيز تلك العلاقة.
- توفر مواقع التواصل الاجتماعي بيئة خصبة لإيجاد الأنشطة المشتركة بين الزوجين، وتبادل الاهتمامات مما يشكل مزيداً من التعزيز لتلك العلاقة.
- يمثل تبادل الرسائل الإيجابية، والأحاديث الودية عبر مواقع التواصل بين الزوجين فرصة لزيادة التقارب، إذ أسهمت مثل هذه الرسائل بزيادة التقارب بنسبة تقارب 62%.
- لتبادل المكالمات المرئية، والتواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي، دور كبير في تعزيز الارتباط العاطفي لدى الأزواج المغترب بعضهم عن بعض لأي ظرف.
- أسهمت التدريبات العملية، في تحسين طرق التواصل، التي تحدث عبر بيئة افتراضية في تجويد العلاقة الزوجية بنسبة 28%.
- كان لاستخدام البرامج الاجتماعية، التي تُساعد على إدارة المنزل، أو تسهل التواصل في الجوانب التربوية، دورٌ في تجويد رعاية الأطفال، ومنحهم تربية إيجابية.

وفي مقابل ذلك، كان ثمة جوانب سلبية، يعايشها المرشد الأسري من خلال المشكلات التي تردده، ولعل أبرز تلك المشكلات:

- إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، والعيش وسط عالم افتراضي، مما يؤثر في الأدوار والمسؤوليات الزوجية.
- تعزيز جوانب الغيرة، وحضور الشك لدى أحد الطرفين، نتيجة تصرفات الطرف الآخر الافتراضية.
- تعزيز القيم السلبية على اختلاف توجهاتها، وانتقال تأثيرها إلى واقع الحياة الزوجية.
- زيادة المشكلات الزوجية، وارتفاع حدة الخلاف، نتيجة آراء أطراف خارجية افتراضية خاطئة.
- ارتفاع الاستحقاق، والتقليل من شأن الشريك، ودخول المقارنة في كافة الجوانب.
- المشكلات الاقتصادية على اختلاف توجهاتها.
- جوانب الخيانة الزوجية، والتي قد يقع فيها أي من الشريكين لظرف أو لآخر.
- المشكلات الجنسية، وتأثير الإباحية في أحد الطرفين.

أبرز النقاط الرئيسية في التعامل مع المشكلات الزوجية الناتجة عن مواقع التواصل الاجتماعي:

1. التفهم:

يمثل التفهم الركيزة الأولى لمعرفة المشكلة، فبتقبل المرشد، تفهم دوافعه، ويعطى مجالاً للحديث وإبداء ما لديه، تستطيع من خلال ذلك الإحاطة بالمشكلة كاملة، لا سيما أن المستمع الجيد يمارس ما يشبه (صيد السمك)، ففي بحر الكلام تكمن كلمات هي مفاتيح لتلك المشكلة، توضح الأسباب، وتبين الدوافع، وتوضح أدوار الأطراف داخل تلك المشكلة.

2. تحديد نقاط ارتكاز المشكلة:

تمثل المشكلة ما يمكن تشبيهه (بالبركة الطينية)، فهي تجمع لجوانب مختلفة، تشكل محيطاً عكراً، يحتاج معه المرشد الأسري إلى التركيز والانتباه، لفصل خيوط المشكلات المختلفة، وتحديد ما يتعلق منها بالمشكلة المقصودة بعينها، ومعرفة سبب شكوى المرشد، إن تحديد جوانب المشكلة بدقة هو السبيل لتفكيكها بسلاسة ودقة، ليتحول ذاك العكر إلى صفاء وسعادة يُغذي العلاقة الزوجية مجدداً.

3. تحديد دور المرشد:

يظهر دور المرشد نقطة رئيسة في الحل من عدة اتجاهات، فطبيعة العلاقة، ونوع الشخصية، ودور الشخص في العلاقة كلها، له توجهاته التي تُعين في توجيهه للحل المناسب.

4. التعاون المشترك بين الأطراف:

تحتاج مشاكل مواقع التواصل الاجتماعي في مُجملها إلى تضافر جهود الزوجين لحلها، ومن هنا كان تبصير الطرف المقابل بالمشكلة، ودفعه للتواصل -هو أيضًا- مع المرشد الأسري في غاية الأهمية، مما يساعد المرشد الأسري على التبصر أكثر في المشكلة وأدوار كل فرد فيها، ويعينه على رسم خطة تكاملية تشمل كلا الطرفين ليتعاونوا على الحل.

5. الاستبصار بأسباب المشكلة:

لكل مشكلة أسباب، بتفهمها يسهل إيجاد الحلول، أو استبعاد المُثير الذي يؤدي لها، ومن هنا كان المرشد الأسري الحاذق بارعًا في استخلاص الأسباب، ثم إعادة صياغتها بأسلوب مناسب، وبطريقة تتواءم مع المسترشد ليكون لهذا التفهم دوره في الحل.

6. تعزيز التواصل المشترك:

يمثل التواصل الزوجي الإيجابي وسيلة مُعينة على تجاوز أي (مطبات) قد تبرز في طريق الحياة الزوجية، لا سيما حين يُدرك كل فرد حقوقه وواجباته، ويعرف أن الوسيلة الصحيحة لسعادته مرتبطة بتحسين هذا التواصل مما ينعكس على جودة الحياة الزوجية ككل، ومن ثم كان لهذا التواصل دوره الفعال في تجاوز المشكلات، شريطة أن يجمع بين الطريقة المناسبة، والأسلوب المناسب، فعلى سبيل المثال إن اختيار النبذة المناسبة في الوقت الملائم، إلى جانب الكلمات الهادئة التي تتواءم مع الشريك، سيكون له أثر رائع مقارنة بعكسه.

7. تعزيز الشفافية المنضبطة:

لكل طرف خصوصيته في العلاقة الزوجية، إلا أن ثم جوانب من الشفافية لابد أن تُحيط بحياتنا التقنية، فوجود عدة حسابات في مواقع التواصل الاجتماعي، ومبالغة أحد الأطراف في التخفي حين مطالعتها، والتشديد على الخصوصية الزائدة، هي جوانب قد تزرع بذور الشك في نفس الطرف الآخر، سواء واقعيًا أو لا أساس له، لذا كانت الشفافية (المنضبطة) أساسًا لتعزيز العلاقة ونزع (أشواك) المشكلات المؤذية.

8. تعزيز الجوانب التقنية الإيجابية المشتركة:

وهي من أساليب الوقاية والعلاج، وذلك بتعزيز جوانب الاهتمام المشتركة، والمشاركة الإيجابية لأجزاء من الحياة الخاصة مع الشريك، واستعمال التقنية لزيادة جودة الحياة كلها.

١- الخيانة الزوجية^(١)؛

تمثل الخيانة الزوجية إحدى أصعب المشكلات وأكثرها انتشاراً، لا سيما مع سهولة تحققها، ووجود مصالح مادية أو معنوية لدى بعض مرتادي مواقع التواصل الاجتماعي من إيقاع الأفراد فيها، يترافق مع ذلك عظم أثرها على الطرفين، فمن جهة الفرد الذي مارس الخيانة فقد يتحول الأمر إلى نوع من الإدمان إن لم يتدارك، أو لربما ترك أثراً نفسياً يتمثل في عظم الشعور بالذنب مما قد يتفاقم إلى جوانب أخرى، وعلى صعيد الطرف الذي تمت خيانتة.. فإن شعور الصدمة والإحساس بالخيانة تمثل ألماً شديداً الوقع عليه.. مما يحيط حياته بغيمة قاتمة من الحزن قد تنتج عنها تصرفات تنعكس سلباً عليه أو على من حوله..

ومن هنا كان المرشد الأسري في مثل هذه الحالة أشبه بالجراح، فهو يفتح جُرح الخيانة بدقة، مُحاذراً إصابة ما قد يفاقم الحالة، وصولاً إلى منبع المشكلة لاستئصالها، ويمكن التعامل مع مشكلة الخيانة من خلال النقاط التالية:

- تحقيق الأمان النفسي للمسترشد: إن أولى المهام التي تقع على عاتق المرشد الأسري هي تقديم الدعم النفسي للمسترشد، كونه قد يُحسُّ بأن له علاقة بخيانة الطرف المقابل، أو شعوره العظيم بالأذى نتیجتها.. لذلك كان الدعم النفسي مقدمة لما قد يأتي بعده. (أعرف أنك كنت تحببته وتحققين له كل احتياجاته، صدقيني لا يلزم أنك سبب في المشكلة ١٠٠٪ - أفهم أنك متضايق بسبب ما حصل خصوصاً بعد كل هذه الأمور التي ذكرت لي أنك قدمتها لها، لكن لا يلزم أن المشكلة منك).

- تحديد مدى قوة ارتباط العلاقة الزوجية: إن العلاقة الزوجية الصحية، التي يحمل أفرادها بعضهم لبعض الود والمحبة، تختلف في آلية التعامل معها عن العلاقة المكتظة بالمشكلات، وذلك في وقع المشكلة وأثرها.. إلى جانب آلية اختيار الحل المناسب. (كيف تشوفين علاقتكم بشكل عام - خلال كل هذه السنين كيف تقيم علاقتكم وارتباط بعضكم ببعض)؟

- تحديد مدى الخيانة ومسبباتها: يقع على عاتق المرشد الأسري فكرة فتح مدارك المسترشد، للوصول إلى الحد الذي وقفت عنده الخيانة (صور - فيديوهات - مجرد رسائل)، كما يحاول المرشد الأسري الحاذق تحديد المسببات التي ربما أدت إلى وقوع المشكلة، حتى لو لم يصرح بذلك. (يعني لاحظت فقط وجود رسائل بينهما - أفهم منك وجود صور لكن ولله الحمد كلها صور عادية لا تحوي أي نقاط جنسية)، (تحسين أن غيابك ووجود مشكلات بينكما كان له دور، وكونها تبحث عن شخص تفضفض له، تعتقدين أن طبيعة عمله ووجود وفرة مالية ربما جعل هذه الفتاة تتعرض له).

1 1 سبق أن صدر الجزء الخامس من سلسلة أدلة الإرشاد الأسري عن هذا الموضوع بعنوان (مشكلة الخيانة الزوجية وكيف يتعامل معها المرشد الأسري) في العام (1422هـ / 2011م) ويمكن الرجوع لها للاطلاع على مزيد تفصيل عنها (المحرر).

بعد تجاوز هذه النقاط يكون المرشد الأسري قد كوّن تصوّرًا عن المشكلة وطبيعتها وأفرادها، مما يقوده لاقتراح الحل المناسب، والذي ينبغي أن يتوافق مع تصوّره الذي اكتسبه من بداية الاستشارة.

الحلول المقترحة:

- التغاضي: يظهر للمرشد الأسري أحيانًا أن تلك الخيانة إنما هي زلة بسيطة، لم تؤثر في طبيعة الحياة الزوجية، وتم اكتشافها بالصدفة بعد انتهائها.. يرى المرشد الأسري وجود حيرة لدى المسترشد فهو لم يرتأثيرًا مباشرًا على حياته، وفي ذات الوقت انتهت الخيانة، سواء من تلقاء نفسها أو باعتذار الطرف الآخر ووعده بعدم العودة.. مع وجود شواهد تشفع لذلك الوعد.. وهنا يستطيع المرشد إقناع المسترشد بالتغاضي، موصيًا إياه بزيادة ترابط الحياة بينه وبين زوجته.. وألا يكون لذلك الموقف أي ترتيبات مستقبلية، بل أن يعتبرها فرصة لتغيير واقعهما وتجديد حياتهما.. مع تحديد موعد مستقبلي لأخذ التغذية الراجعة.

- المصارحة: تمثل المصارحة نقطة أساس؛ لا سيما حينما تكون العلاقة الزوجية متينة، أو حين يخشى الطرف الخائن من انكشاف أمره في مجتمعه ومحيطه، ومن هنا كانت المصارحة فرصة لإعادة الأمور إلى نصابها.. شريطة أن تكون بأسلوب مناسب يقدمه المرشد بما يتوافق مع خصائص الزوجين. (أنا عارفة أنك تحبني وأنا أحبك.. وعارفة أنك ربما وقعت بزلة بدون ما تحس، لكني زوجتك وأقرب الناس لك.. وسأكون عونًا لك في تجاوز هذه المشكلة - أنت غالية علي وبالرغم من أني صُدمت لما اكتشفت إلا أني مسكت نفسي لأنني ما يرضيني أن هذا الخبر يعرفونه أهلّك وأهلي ومن حولنا..).

- وضع الشروط: بعد تجاوز المصارحة تبدأ نقطة وضع الشروط والاتفاقات أو ما يسمى بـ (ميثاق الحل)، يحوي هذا الميثاق على شروط يتفق عليها الطرفان تتعلق بهذه المشكلة فعلى سبيل المثال يمكن الاتفاق على:

- حذف الحسابات الاجتماعية (ولو مؤقتًا).
 - إغلاق أي مساحة للشكوك من خلال المصارحة التامة.
 - إعادة هيكلة الروتين لإلغاء الارتباط الشرطي.
 - التعاون على تجاوز أي أسباب قد تُعيد المشكلة.
- العلاج المعرفي السلوكي: في الحالات المتقدمة، التي يرى المرشد الأسري أن الطرف الخائن قد يعود بسهولة لها، أو في حال تكرار الخيانة المستمر، يمكن عرض العلاج السلوكي لدى متخصص كأحد الشروط التي يتفق عليها الطرفان.
- إعادة بناء الحياة العاطفية: إن تعزيز الاهتمام المتبادل، والعمل على بناء ذكريات جديدة إيجابية، وعمل تجديد في الحياة الزوجية، يعمل على تحويل تلك الحياة من أمر روتيني إلى روح متجددة، لا سيما حين يعمل كلا الطرفين على إعادة ترميم حياتهما بعد تعرضها لتلك المشكلة.

- تعزيز الممارسات الروحية: إن تجديد العلاقة بالله، وزيادة الاهتمام الديني ولو بشكل يسير مقارنة بما قبل المشكلة، يُعزز المراقبة الذاتية لدى الفرد، ويعطيه حافزًا للابتعاد عن تلك المشكلة.. لا سيما حين تكون تلك الممارسات بقلب حاضر وروح خاشعة.

- إعطاء الثقة: إن محاصرة الطرف الخائن بشكل مستمر، ورمي التهم عليه، لربما جعله ذلك يعود إلى ذات المشكلة، بحثاً عن الراحة التي كان يستشعرها فيها مقارنة بواقعه.

- علاج الأثر النفسي لدى الطرف الآخر: إن الطرف الذي تعرض للخيانة، يُحس بغصة مؤلمة، قد تؤثر في حياته وعلاقاته، وتفقدته ثقته بنفسه، لذا كان واجباً على المرشد الأسري حين يُحس بعدم قدرة الفرد على تجاوز ألمه طرح فكرة العلاج السلوكي، لأن عودة ثقته بنفسه إليه هي خطوة مساعدة في الوصول إلى شاطئ الحل الناجح.

٢- إدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

منذ أن خلق الإنسان وهو يبحث عما يشغل وقت فراغه، ولميل النفس البشرية الطبيعي إلى المتعة، وبحثها عن أسهل طريقة لتحصيلها، ظهرت مواقع التواصل الاجتماعي، التي تسعى (لسرقة) أكبر قدر ممكن من وقت الفرد، وإبقائه في شباكها لأقصى مدة ممكنة، ومن هنا تعددت الطرق بما يضمن عدم انتهاء المحتوى المعروض.

إلا أن هذا بدوره ينعكس على الحياة الواقعية للإنسان، ومن ذلك العلاقة الزوجية، فبقاء الإنسان لوقت طويل في داخل تلك المواقع هو نوع من الإدمان الذي يترك أثره على كافة تفاصيل حياته، مشعراً من حوله ببُعده العقلي رغم حضوره الجسدي، هذا بالإضافة إلى ما تتركه من آثار أخرى على مختلف جوانب الحياة.

وهنا تجدر الإشارة إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تحفز المتعة السهلة والسريعة، مما يُفرز هرمون الدوبامين الذي يمثل هرمون المتعة في الدماغ، فيُدمن العقل هذه المتعة التي لا تحتاج إلى جهد، ويمكن الوصول إليها في أي مكان، ومن هنا تظهر صعوبة الانفكاك عن مثل هذه المواقع إلا بعد عزيمة وصبر. ويمكن للمرشد الأسري أن يتعامل مع مشكلة الإدمان بطرق مختلفة، ومن أبرزها:

- تفهم الأسباب: يمثل معرفة السبب أول نقاط الحل، فمن يتعامل مع مواقع التواصل الاجتماعي كوسيلة للهروب، يختلف عن الشخص الذي يدمنها للمتعة، ومن هنا كان اكتشاف السبب الدقيق أولى نقاط تحديد بوصلة الحل.

- وثيقة المنزل: إن اتفاق الزوجين على وثيقة تنظم حياتهما الزوجية، سواء مكتوبة أو ذات اتفاق ضمني، يحقق لهما كثيراً من المصالح المشتركة، فمن ضمنها يُمكن تحديد وقت بعيد عن الهواتف المحمولة، يلتزم خلاله الطرفان بترك هاتفيهما خارج الغرفة، وقضاء الوقت معاً.

- تشجيع الهوايات: تمثل مواقع التواصل الاجتماعي مخدراً يُحيط بالعقل، فيمنعه من التركيز على ما سواه، مما يجعله أسيراً للمتعة السريعة، ومن هنا كان تبصير الفرد بهذا الأمر، وتوجيهه لإدخال هوايات يسيرة، بعيداً عن هاتفه هي وسيلة للخروج من هذه الدوامة.

- صيام الدوبامين: إحدى الصيحات في حل مثل هذه المشكلة تمثل حث الفرد على صيام الدوبامين، وهو قيام الفرد طوعاً بالابتعاد عن وسائل المتعة السريعة، لفترة معينة، يعتاد من خلالها على برمجة وقته وحياته بما يحقق أفضل مصلحة له، ولها طرق ومبادئ مختلفة يمكن الرجوع إليها.

- تعزيز الجانب العاطفي: يمكن التخفيف من مثل هذه المشكلة، بتعزيز الجانب العاطفي لدى الشخص، وإشعاره بأهميته وذلك على سبيل المثال: (والله يا أبو فلان إن سواليفك ما ينشبع منها لكن هذه الفترة أنت حارمنا منها..) (أنا عارف أنك تحبين تتابعين الأخبار، لكن تدريين أي أشتاق لفلانة القديمة التي كانت جلسة القهوة معها فرصة أجدد فيها طاقتي).

- الاستبصار العقلائي: إن التبصير العقلائي له دوره أيضا في تغيير الواقع، لا سيما إن كان بأسلوب مناسب، ويلازم واقع الفرد. (أمس أقول لولدنا اترك الجوال وذاكر.. قال لي شوفي الوالد ما يترك الجوال أبداً حتى ونحن معه) (أحياناً أفكر في فلانة التي كانت فنانة في التصميم، وكنت أحمس لتصاميمها الجديدة لماذا اختفت.. ليتها ترجع حرام مثل هذي الموهبة تختفي)

- تغيير الروتين: يمثل الروتين مُحفزاً للعادة؛ لذا كان تغييره ربما له دورٌ في التخفيف من ذلك الإدمان، (قلت اليوم نتقهوى في حديقة بدل قهوتنا في البيت ما رأيك) (بودي نجرب أنا وإياك تنغدا وتنفرج على حاجة ونترك جوالنا على الشاحن).

- التدريب: تغيير أي عادة يحتاج إلى صبر واستمرار، وتدرج في العمل، لتحضر النتيجة بعد فترة كما يريد لها ويتمناها الشخص.

- الاستعانة بالمتخصصين: في حال عدم قبول الشخص للتغيير، وإصراره على بقاء الأمر كما هو هنا يمكن اللجوء إلى جلسات العلاج السلوكي، أو غيرها لتغيير العادات.

3. اكتساب القيم السلبية:

تجمع مواقع التواصل الاجتماعي الناس على اختلاف أشكالهم وأفكارهم، لأجل ذلك كانت مؤثرة في تغيير القيم وتبديلها، مما قد يترك أثره على الحياة الزوجية.

يمثل اكتساب القيم السلبية مشكلة ظاهرة، على اختلاف أنواع تلك القيم، ومما يزيد في عظم تلك المشكلة سهولة تغلغلها وصعوبة العودة عنها، مما يُعطي بُعداً خطيراً لمواقع التواصل..

ويمكن التعامل مع تلك القيم السلبية كما يلي:

- تحديد مدى سلبية القيمة: يمثل تحديد مدى سلبية القيمة أولى خطوات الحل، فالمرشد الأسري ينبغي أن يكون متوازناً وقت استماعه للشكوى، كون بعض القيم التي توصف (بالسلبية) هي مجرد خروج عن نسق القيمة الاجتماعي السلي، ولا يعني بالضرورة سلبيتها، كما يعرف المرشد الأسري الحاذق أن غالبية المسترشدين يميلون إلى

تضخيم المشكلة، مما قد يجعله يعطي رأياً لا يتواءم مع حجم المشكلة الفعلي.

- فهم الدوافع: تمثل بعض القيم السلبية ردود فعل عنيفة على توجهات خاطئة تعرض لها صاحب المشكلة، فيكون هروب الفرد هو باعتناقه لمبادئ تعارض تلك القيم التي تضرر بسببها، فعلى سبيل المثال يمكن أن يكون تبني الشخص لأفكار تشجع الاستقلال عن الأهل، وبذلك تماماً هو بسبب تعرضه مسبقاً لتعنيف أو مشكلة معينة معهم، مما جعله يسلك هذا المسلك عندما أتحت له الفرصة.

- سماع أقوال الطرف الآخر: إن سماع المشكلة من وجهة نظر صاحبها يمنح المرشد الأسري خريطة واضحة، ولذا كان المرشد الأسري الحاذق يطلب التواصل مع الفرد صاحب المشكلة مباشرة في حال إمكان ذلك.

- التفاوض القيمي: يمكن لطرفي العلاقة الزوجية، عمل ميثاق قيمي، يحددان من خلاله القيم المشتركة، ثم يرسمان القيم المتضادة، وبعدها يحددان أثر ذلك التعارض على علاقتهما وأبنائهما، وصولاً إلى التفاوض القيمي، الذي من خلاله يُتفق على التنازل (بشكل معقول) وصولاً إلى الوسطية التي تُعيد قطار الحياة إلى مساره، فعلى سبيل المثال حين يُمانع الزوج العمل المختلط لزوجته، بينما لديها هي إصرار شديد، يرافقه اقتناع قيمي، يمكن -بمساعدة المرشد الأسري- أن يحدد الزوجان أثر تلك القيمة في حياتهما المستقبلية، وبعد ذلك يمكن إيجاد حلول وسطية تساعد في إعادة المياه إلى مجاريها، كاشتراط الزوج عدم التواصل المباشر مع الجنس الآخر، أو اقتناع الزوجة بالبحث عن وظيفة لا يكون فيها اختلاط، أو مستوى العمل المختلط فيها أقل من الأولى.

إن الميثاق القيمي غالباً ما يساعد كلا طرفي العلاقة على الخروج من بحر العاطفة، والنظر إلى مستقبل علاقتهما وأثار مواقفهما فيها بكافة التفاصيل، ويمثل المرشد الأسري هنا الموجه الذي يسهم في فتح آفاق جديدة تُحقق المراد من الاستشارة.

- الحوار الفعال: إن بناء حوار إيجابي، يجعل ثم أرضية خصبة للتفاهم، لا سيما حين يتحلى ذاك الحوار بروح التفهم وتقبل وجهات النظر المقصودة، فشتان ما بين قولين: (أصلاً كل ما تكلمت عنه غلط، شكلك ما فهمت ما يؤثر فيك) وبين (صحيح.. أحس أنك ما اقتنعت بهذا الشيء إلا واطلعت وفكرت.. وأنا أهنيك على هذا الشيء.. لكن أنا قلق أن هذا الشيء يؤثر فيك من ناحية كذا وكذا)، إن ممارسة الحوار بمهاراته الدقيقة ستحقق نتيجة مميزة على هذا الصعيد، وهنا يكمن دور المرشد الأسري في ممارسة هذه المهارات، أو منحها للطرف المقابل لاستخدامها.

- تعزيز التفكير الناقد: إن التعامل مع الشخص بذكاء، والحوار بمهارة، يمكنك من زرع أي فكرة تريدها، ومن هنا كانت أهمية تعزيز التفكير الناقد لدى الفرد، ليقوم بنقد تلك القيمة التي تبناها بنفسه، مما يجعله ينقدها بطريقة مُقنعة بالنسبة له، مما يسهم في عودة المياه إلى مجاريها. (أنت ذكي ما شاء الله، أحس أنك تفكر في الموضوع قبل ما تسويه، أذكر زميلاً لي كلمني قريباً من كلامك.. لكن ذكر لي أن هناك مشكلات واجهته مثل كذا وكذا.. ما رأيك أنت، وهل فيه مشكلات تحسها موجودة؟).

- إعطاء مساحة: كثير من القيم السلبية تكون نتيجة اندفاع مؤقت، فإذا واجهت انتقاداً حاداً رسخت.. لذا كان إعطاء مساحة (مدروسة) هو وسيلة للتخلص منها.

- النقاش العقلاني: يمثل النقاش العقلاني طريقة جيدة للتعامل مع مثل تلك القيم، لكن شريطة أن ينطلق من اتجاهات الشخص المقصود وتطلعاته، لا من وجهة نظر المرشد الأسري، وهنا يتقمص المرشد عقل المسترشد ويتحدث بطريقته ليبصره بنقاط الضعف التي تحملها تلك القيمة، بشكل يتواءم مع تفكيره وشخصيته.

4. المشكلات الجنسية؛

تجمع مواقع التواصل الاجتماعي أطيافاً مختلفة، ولكل منهم أهدافه التي من أجلها داخل عالم تلك المواقع، ومن ذلك الجوانب الجنسية، التي يعرضها بعضهم هناك بحثاً عن الجانب المادي، أو رغبة في نشر تلك الثقافة الإباحية في المجتمعات.

ومن هنا بدأت تبرز مشكلات جنسية، سببتها مواقع التواصل الاجتماعي، فعلى سبيل المثال قد يرد إلى المرشد الأسري بعض المشكلات التي تتعلق بطلب أحد الطرفين مشاهدة الأفلام الإباحية سويًا، أو ممارسة بعض التصرفات المحرمة شرعًا، أو وجود انحرافات سلوكية ناتجة عن إدمان مشاهدة تلك الإباحيات. كل هذه الانحرافات تؤثر بشكل مباشر في العلاقة الزوجية بإحدى ثلاث طرق: تقليل التواصل العاطفي، وتقليل الرغبة الجنسية، والممارسات الشاذة والمحرمة.

من هنا يمكن القول: إن تلك الانحرافات تختلف في شدتها، وأثرها، وقدرة الشخص على التخلص منها، لذا كان لكل نوع من تلك الانحرافات خصائصه التي يأخذها المرشد الأسري في الاعتبار أثناء تقديم الحل، لكن يمكن تقديم حلول عامة تشمل أغلب تلك المشكلات - مع حاجة للإضافة حسب نوع المشكلة وتأثيرها -:

- الإقلاع الفوري: إن أولى خطوات الحل هي اقتناع الشخص بالابتعاد عن المصدر الذي يُغذي مثل هذه السلوكيات لديه، وهي هنا مواقع التواصل الاجتماعي، فما دام المؤثر موجوداً فالسلوك لن يتوقف، لذا كان القطع الكامل لتلك المواقع أولى الوسائل لتحقيق نتيجة جيدة.

- التثقيف الجنسي: يقع على عاتق المرشد الأسري التثقيف الجنسي للمسترشد، وتبصيره بكون غالب تلك الممارسات لها آثارها الجسدية والنفسية التي تظهر بعد فترة، كما يجب تبصيره بأن إدمان مثل تلك السلوكيات لن يتوقف أبدًا، بل يجد الإنسان نفسه -تدريجياً- مضطراً لزيادة مدى الشذوذ لتحقيق المتعة، كون تلك السلوكيات تفقد لذتها مع الوقت مما يستلزم ممارسة أمور أسوأ لتحقيق المتعة السابقة.

- وضع حدود واضحة: ينبغي للطرف المتضرر في العلاقة وضع حدود واضحة وصارمة، حتى لا يعطي للطرف الآخر فرصة للتمادي، مع دفعه للتواصل مع المرشد الأسري لمساعدته على حل المشكلة (أنا أحبك وأنت غالي عليّ، لكن كذا وكذا وكذا مستحيل تماماً، ولن أقوم به إطلاقاً..).

- جدول المهام اليومية المشترك: إن جزءاً من الإقلاع عن الإدمان يتمثل بوضع وتيرة ثابتة للزوجين يتشاركان فيها، حتى لا يجد الطرف الآخر فرصة للاختلاء بنفسه ومشاهدة مثل تلك الأمور، فتحديد وقت للنوم والاستيقاظ، والواجبات والنزهات، تساهم في تعزيز العلاقة، وملء وقت الطرف صاحب المشكلة.

- تعزيز الإرادة: إن مثل هذه التصرفات تُفقد الإنسان ثقته بنفسه، مما يجعله أسيراً لرغبته، لا يملك أي إرادة لتجاوز مشكلته، وهنا كان تعزيز الثقة، والمساعدة على استعادة الإرادة وسيلة ناجعة لتحقيق انتصارات في مثل هذه المشكلات.

- وضع القيود: تسمح مواقع التواصل بتفعيل حاجب يمنع وصولك للمحتوى الجنسي، مما يعطي المدمن فرصة للتفكير قبل مواصلة البحث، هذه اللحظات التي يخبره الموقع خلالها بكون ذلك المحتوى لا يتوافق مع اختياراته، تسهم بنسبة كبيرة في تمالك الشخص لنفسه، لا سيما مع تعزيز الإرادة.

- التواصل الجنسي الإيجابي: إن تعزيز العلاقة الجنسية بين الزوجين، وتغيير الروتين بشكل إيجابي، سيسهم (مع الوقت) في استعادة البوصلة، خاصة مع وجود رغبة جادة لدى الطرفين في تحسين علاقتهما، واستيعاب كل واحد لأهمية الصبر والتشجيع للطرف المقابل.

المشكلات التربوية في ضوء مواقع التواصل الاجتماعي

يبرز الأطفال والمراهقون كإحدى منتجات الأسرة، ويمر الزمن ليكونوا هم سبباً في إنشاء أسر جديدة، ولذا كانت المشكلات التي تحيط بهم مؤثرة في المجتمع كله حاضراً ومستقبلاً.. ويمكن تقسيم الأطفال والمراهقين - في الوقت الحالي - إلى قسمين:

أ- جيل زد:

وهو الجيل الذي ظهر ما بين 1997 - 2012، ويعُدُّ ذا خصائص مختلفة كونه نشأ مع انتشار الإنترنت، مما أفرز له مشكلات مختلفة، وجعل للتواصل معه طُرُقاً تختلف عن الأجيال السابقة له.

ب- جيل ألفا:

ظهر هذا الجيل بداية ما بين 2010 وحتى 2013 وما بعد باختلاف تعرض الطفل للمؤثرات، وما زال مستمراً، يتميز هذا الجيل بكونه قد نشأ وسط خوارزميات مواقع التواصل الاجتماعي، وترافق مع الذكاء الاصطناعي، وكان تعرضه للتقنية وفقاً للدراسات أسرع من أي جيل سبقه.

يتشارك الجيلان في صفات نفسية واجتماعية معينة، تجعل ثم قواسم مشتركة لتتأج تعرضهما لمواقع التواصل الاجتماعي..

فعلى الناحية الإيجابية كان من أبرز النقاط:

- 43% من المراهقين أبدوا تفهمهم لمخاطر السلوك السلبي من خلال حملات مواقع التواصل بشكل يفوق تعرفهم عليها في الواقع.
- أسهمت الألعاب القيمية في تعزيز التعاون والتسامح والتفاهم لدى الأطفال الذين تعرضوا لها.
- زاد الإبداع لدى الأطفال والمراهقين الذين يعملون على إنتاج المحتوى بنسبة 20%
- كانت قناعة الطفل بالقيم الإيجابية أكبر حين يترافق التوجيه الوالدي بتعرضه لذات القيمة على مواقع التواصل الاجتماعي.

وعلى الناحية السلبية:

- كان للمعلومات المضللة على مواقع التواصل قبول لدى الأطفال والمراهقين حين تُعرض بشكل جذاب.
- زادت نسبة السلوك الانحرافي لدى المراهقين مدمني مواقع التواصل الاجتماعي بنسبة 29%.
- زيادة واضحة في الاكتئاب والعزلة والقلق من مظهر الجسد؛ نتيجة التعرض لمواقع التواصل الاجتماعي باستمرار.
- انخفاض الاهتمام بالقيم التقليدية.
- زيادة بنسبة 19% في نسبة القيام بالأعمال الخطرة لتنفيذ تحديات مواقع التواصل الاجتماعي.
- انخفاض في الانتباه العقلي والنشاط البدني.

أبرز النقاط في التعامل مع مشكلات الأطفال والمراهقين الناتجة عن مواقع التواصل الاجتماعي:

- تفهم خصائص الجيل: إن فهم خصائص الجيل والاطلاع عليها، سيكون عوناً للمرشد الأسري على تفهم توجه الطفل أو المراهق، ومعرفة نمط تفكيره، ونوع الضغط الذي يتعرض له من الأقران، مما قد يكون سبباً في وصوله إلى هذه المشكلة، كما تفيد هذه المعرفة في تحديد نمط اللغة المناسب لاستخدامه مع المراهق، حتى يكون الحل متوافقاً مع توجهاته فيسهل عليه العمل به.
- وضع حدود بالتعاون مع الوالدين: إن كثيراً من الأهالي يتعاملون مع التقنية بصفته شيئاً إيجابياً في مجمله، لذا يمنحون أبناءهم حرية الوصول الكاملة إليها، مما يوصل الابن إلى تلك المشكلات، وهنا يبرز دور المرشد الأسري الذي يشرح للوالدين أهمية وضع خطة عملية، يُحدد فيها وقت واضح لاستعمال التقنية، ويعرف الوالدان نوع البرامج التي يستخدمها الأولاد، ويعملان على حثهم لاستعمالها إيجابياً، وهنا يوضح المرشد الأسري للوالدين أن الأمر ليس سهلاً لا سيما مع ضغط الأقران وإلحاح الأولاد... إلا أن الغاية العالية تحتاج جهداً للوصول إليها.
- التوجيه الإيجابي للتقنية: تمثل التقنية عصب أغلب جوانب الحياة، ومن هنا كان للوالدين دورهما في صنع مستقبل أجمل لأبنائهما من خلال التوجيه الواعي، وإلحاقهم بدورات متخصصة ليكون استعمال التقنية إيجابياً، يُسهم في تطور مهارات الطفل أو المراهق، ويصنع مستقبلاً أجمل له، بعيداً عن التصفح المستمر الذي لا يحقق أي غاية.

- صنع هوايات رقمية مشتركة: إن إيجاد نقاط مشتركة بين الوالدين والأولاد، أو الإخوة بعضهم لبعض، سيسهم في تعزيز الروابط الأسرية، وتحقيق الجوانب الإيجابية، فعلى سبيل المثال: تبني الوالدين لهوايات الأولاد ومشاركتهم بعض أخبار تلك الهواية أو مهاراتها، سيحقق جوانب إيجابية في تلك العلاقة، ويصرف الأولاد عن نقاط سلبية أخرى.

- الرقابة: أسهمت الأجهزة الحديثة في مساعدة الوالدين على إدارة جوانب حياة الأولاد الرقمية، فكثير من الأجهزة الآن تعطي للوالدين فرصة لتحديد وقت الاستعمال، ومنع تطبيقات محددة، ومتابعة ما يتصفحها الابن، وكل هذه ستسهم في حماية الطفل لا سيما في سنّيه المبكرة.

- تنمية المراقبة الذاتية: لا بد للوالدين من تنمية الرقابة الذاتية لدى الطفل منذ سنّيه الأولى، لتكون - بإذن الله - جدار الحماية الأول، الذي يمنع مُشكلات مواقع التواصل الاجتماعي وغيرها من الوصول للطفل.

أبرز المشكلات التربوية المتعلقة بمواقع التواصل الاجتماعي:

1. المشاهدات الإباحية:

إن أحد أبرز الأمور التي تؤلم الوالدين، هو الصدمة الناتجة عن اكتشاف تعرض الابن للإباحيات، لا سيما حين يظهر لهما أن هذا الأمر ليس بعابر، بل هو متكرر ومستمر، إن هذا الألم يُنتج - أحياناً - ردة فعل حادة، مما قد يُفرز أثراً أشد من السابق، ومن هنا كان المرشد الأسري الحاذق، يستمع بتفهم للوالدين، يتفاعل بشكل يُشعرهما بأنه يُحس بمدى الصدمة التي يعيشانها، يشرح لهما مرحلة المراهقة، أثارها ونواتجها وتفاعلاتها، ثم يركز على الحل مع تنبيه مستمر لأهمية الهدوء والصبر.. ولعل التعامل مع مثل هذه المشكلة يمكن أن يمر عبر النقاط التالية:

- تحديد شدة السلوك ونوعه: إن معرفة نوع التعرض للإباحية، والوسائل التي يتم استخدامها للاطلاع عليها، إلى جانب النوع الذي يتعرض له الابن، يُسهم في تحديد التوجه الأنسب، فالتعرض الدائم يختلف عن العارض، والإباحية تختلف حسب نوعها.

- العلاج المعرفي السلوكي: إن الإدمان الشديد، أو التعرض لنوع شاذ من الإباحية، يستلزم تدخلاً ومتابعة من مختصين، لكسر ذلك الإدمان، ووضع حد ما بين الآثارة وهذا المحتوى، ليسهم ذلك في استخراج الابن من هذه الدائرة.

- بناء العادات الإيجابية: يمثل الفراغ إحدى أكبر المشكلات التي تُسهم في تعرض المراهق للمشكلات، ومن ذلك يمكن بناء جدول للابن، يشمل جوانب حياتية ورياضية، لتفريغ الطاقة، وملء الوقت بما ينفع.

- تغيير البيئة: كل نوع من المشكلات يرتبط غالباً ببيئة معينة، كمجموعة الرفاق، أو عادات معينة، أو أجهزة محددة، ومن هنا كان التعامل مع تلك البيئة، كتغيير الأوصحاب، ومعالجة العادات، ووضع حدٍّ لاستعمال الأجهزة، يُسهم في التغلب على تلك المشكلات.

- الخصوصية المقننة: إن وضع جانب من الخصوصية لدى الابن أمر مهم، وله دوره في تنمية الرقابة، لكن من المهم

أن يكون ثم تقنين لتلك الخصوصية، بما يضمن تجاوز تلك المشكلة، فعلى سبيل المثال، يمكن - بالتفاهم مع الابن - وضع حد لاستعمال الأجهزة، وإلغاء كلمة سر الهاتف، أو الإفصاح عنها للوالدين فقط، ووضع برامج لحجب المحتوى الضار، ونحوها من الوسائل. فعلى سبيل المثال يمكن الاتفاق على عدم استعمال الأجهزة داخل الغرف الخاصة، وتركها في غرفة المعيشة وقت النوم، لتقليل فرص التعرض لمثل ذلك المحتوى.

- تعزيز ثقة الابن بنفسه: إن التعرض للإباحية يقلل ثقة الفرد بنفسه، ويعزله عن مجتمعه، معززاً عقدة الذنب والخوف لديه، لذا كان تعزيز الثقة طريقة لتجاوز تلك المرحلة.

- بناء القيم: إن قيماً مثل ضبط النفس، والعفة، والاعتزاز بالذات، تُعين على علاج مثل هذه المشكلات، لا سيما حين تُزرع بطريقة مُتقنة تتوافق مع توجه الابن وتفكيره، مما يجعلها تترك بصمتها على كامل حياته.

- السلوك الأبوي المتفهم: إن سلوك الوالدين في المجمال يُحقق كثيراً من النجاحات في مثل هذه المشكلة، فالصبر، والتفهم، واللطف، مدموجة بالحزم، سيكون لها دورها في مساعدة الابن على تجاوز هذه المرحلة، مع متابعة مستمرة مع المرشد الأسري للتأكد من نجاعة العلاج.

2. إدمان تصفح مواقع التواصل الاجتماعي

تظهر مواقع التواصل الاجتماعية كوسيلة للمتعة السريعة، وشغل وقت الفراغ، مما جعلها أشبه بالمخدرات العقلية لدى كثير من المراهقين، ثم أسهم في تعزيزها كونها أصبحت وسائل للتواصل بين الأقران، والاطلاع على الاهتمامات حتى صارت عالمًا لا يكاد المراهق ينفك عنه.. يمثل هذا مشكلة لدى كثير من الأهل، لانعكاس هذا الإدمان على حياة الابن الاجتماعية والدراسية، مما يشكل قلقاً على مستقبله كله.. ومن هنا يمكن التعامل مع هذه المرحلة عبر نقاط من أهمها:

- القدوة: تُشكل القدوة أولى وسائل العلاج، كونها تمثل النموذج الحياتي الأساس للمراهق، لذا كان جديراً بالوالدين إظهار مدى التوازن الحياتي الذي ينتهجه في تعاملهما مع مواقع التواصل الاجتماعي، ليكون هذا أدعى لقبول الرأي.

- تعزيز الأنشطة الواقعية: إن إشغال الابن، وربطه بجدول حياتي مرتب، يشمل أنشطة مختلفة، يُعزز من انشغاله الواقعي، وابتعاده عن العالم الافتراضي، كما يمكن تعزيز هذا الأمر من خلال إعطائه حرية دعوة أصدقائه للمنزل، وتعزيز هذا الأمر لديه.

- القوانين المنزلية: إن وضع القوانين المنزلية الواضحة والحازمة، التي تمنع استخدام الأجهزة الإلكترونية في أوقات معينة، وتسمح بها في أحيان أخرى، يشكل نوعاً من الضبط الذي يقي من هذا الإدمان.

- تعزيز الطموح: إن الوالد المحب، يُجيد زرع الطموح في ابنه، وتعزيز الهوايات، ورسم مستقبل يعمل الابن للوصول إليه، لذا كانت الجلسات الأبوية، التي تستعمل أسلوباً يتوافق مع شخصية الابن وعمره، وتُعزز من شخصيته وطموحه، وتُعين على تقوية الشخصية، والانشغال بما هو أفضل.

- تعزيز الأعمال العائلية المشتركة: يمثل زرع أنشطة عائلية مشتركة، كالرحلات أو الألعاب اليسيرة ونحوها، وسيلة

لتعزيز الترابط الأسري، وتقوية العلاقات، وإشغال الابن بما ينفع.
- التقنية الإيجابية: يمكن استثمار وقت الابن التقني، بتحفيظه لتطوير مهاراته في جوانب تقنية مفيدة، كالتصميم أو البرمجة، مع وضع أهداف قصيرة وطويلة، مصحوبة بمحفزات، تجعل من استخدام التقنية وسيلة إيجابية للابن.

3. المشكلات النفسية الناتجة عن مواقع التواصل الاجتماعي

تشير الدراسات إلى كون التقنية قد عززت عددًا من المشكلات الشخصية والنفسية لدى الأطفال والمراهقين، كالتشتت والقلق والمقارنة، في شكل غرس بصمة سيئة في نفوسهم.

إن أولى خطوات الحل، هو إيمان الوالدين بأن هذه المشكلة نتاج طبيعي للتقنية، وليست خللاً في ذات الابن، بل هي مشكلة جيل بأكمله.. ومن هنا يمكن أن يعمل الوالدان على تخفيف المشكلة وحلها بوسائل من أهمها:

- التشخيص الدقيق للاضطراب: إن تحديد الاضطراب ومعرفة حدوده ومسبباته، يُسهم بلا شك في علاجه، وتحدد هل هو نتاج موقف مؤقت، أو متغلغل في نفس الابن، لذا كان الإلمام بجوانب حياة الابن المتعلقة بهذا الاضطراب أولى خطوات الحل.

- التواصل مع المدرسة: إن الموجه الطلابي في المدرسة، حين يكون متمكناً من عمله، يمكن أن يُسهم في علاج مثل هذه الاضطرابات، عن طريق إشراك الابن في أنشطة تخفف من تلك الحساسية، وتعزز الشخصية مما ينعكس إيجاباً على المراهق أو الطفل.

- الأنشطة الذهنية: إن الأنشطة الذهنية، كتركيب قطع البازل، أو الأعمال اليدوية التي تستلزم تركيزاً، تُسهم في صفاء الذهن وتعزيز الاسترخاء، مما يمنح الابن لحظات من السكينة، تُسهم في تخفيف حدة المشكلة.

- تعزيز القدوة: إن وجود قدوة يعترف بها الابن، سواء من الوالدين أو أحد الأقارب، يُسهم في تعزيز شخصية الابن، وتقويمه بشكل غير مباشر، من خلال أنشطة مشتركة كالأحاديث الجانبية، أو الزيارات وغيرها.

- التشجيع المستمر: يمثل التعزيز بكافة أشكاله، تحفيزاً يُسهم في تقوية الشخصية، ويجعل ثمَّ مساحة من الوضوح والصراحة بين الوالدين والابن، مما يدفعه للحديث عن مخاوفه، ويمنحهما فرصة للتقويم (بأسلوب مناسب وغير مباشر).

- فهم المشكلة من وجهة نظر المراهق: إن حديث المراهق عن مشاعره، وإيضاح أسبابها له، مما يجعله يستوعب حجم المشكلة وأثرها الحالي والمستقبلي، يُسهم في تحفيزه للعمل على حلها.

- وضع خطة عملية: بعد أن يستوعب المراهق المشكلة، ويبحث عن الحلول لها، يمكن للوالدين بعد أخذ رأي المراهق، وبالتعاون مع المرشد الأسري، بناء خطة عملية، تشمل أنشطة واقعية، ليتم تجاوز المشكلة تدريجياً..

فعلى سبيل المثال تمثل مشكلة التشتت إحدى المشاكل الشائعة لدى الأطفال والمراهقين، ويمكن بناء خطة عملية، تبدأ بتقليص ساعات التعرض للأجهزة، وتضع ألعاباً ذهنية تزيد من التركيز، وتمنح لحظات من التأمل والخلو مع

الذات، كلها على شكل أنشطة صغيرة لا تجعل المراهق يحس بالملل، بل تعزز فخره بذاته من خلال تلك الانتصارات التي تتحقق من خلال تجاوز التحديات الصغيرة للخطوة.

4- تبني قيم غير متوافقة مع المجتمع:

تمثل مشكلة تبني المراهقين للقيم والأفكار التي تُسَوِّق بشكل جذاب إحدى المظاهر السيئة لمواقع التواصل الاجتماعي، لا سيما أن مظاهرها لا تتضح إلا بعد أن يتشربها الابن، ويعمل وفقاً لها.. ومن هنا تبدأ الصدمة، كيف أن ذاك الابن المطواع، ذا القيم الجميلة، أصبح حادّ الطبع، يجابه قيم والديه بردود وأفعال مستفزة، وهنا يمكن للمرشد الأسري أن يتعامل مع المشكلة من خلال عدة نقاط:

- التفهم وترك الصدام: إن مجابهة أفكار المراهق بقوة، ومعارضته بطريقة مُصادمة له، ستجعله يزداد تشبثاً بتلك القنوات، ليُظهر مدى قوته وثبات رأيه، مما يكون له أثر سلبي على المشكلة كلها.
- تفهم خصائص المرحلة العمرية: إن المرحلة العمرية التي يمر بها الطفل أو المراهق، لها أثر كبير في تلقيه للأفكار وتفهمه لها، ولها انعكاس على آلية التعامل مع المشكلة كلها.
- طبيعة تبني القيم السلبية: من المهم تحديد نوع تبني المراهق للقيم، فشتان بين من يتبناها اقتناعاً لظروف معينة، وبين من يُصر عليها بصفقتها نوعاً من التمرد وفرض الرأي.
- تعزيز القيم الإيجابية: إن تعزيز القيم الإيجابية الأخرى، يترك بصمة إيجابية على نفس المراهق، ويعيد تشكيل اقتناعاته بشكل تدريجي.
- تعزيز التقارب الأسري: إن إعطاء المراهق نوعاً من الحب والثقة، وإشعاره بمكانته داخل الأسرة، وما يعني لنا وجوده، وإظهار ألماننا من رؤيته وهو يجابه تلك الاقتناعات بهذه الطريقة، تُضيء مصباحاً في عقله، يُسهّم تدريجياً في تقليل تأثير تلك الأفكار.
- دراسة البيئة الرقمية التي يتعرض لها المراهق: توجه خوارزميات مواقع التواصل الاجتماعي الشخص وفق اهتماماته، حتى تكاد تشعره بأن العالم بأجمعه يمارس هواياته نفسها، ويتبنى أفكاره ذاتها؛ لذا كانت دراسة البيئة الرقمية التي يتعرض لها المراهق، وتبصيره بالفارق بين الواقع والافتراضي، وبيان خوارزميات مواقع التواصل الاجتماعي له، لها دور في عمل نوع من التوازن لديه.
- الحزم والحب: إن لكل أسرة دستوراً خاصاً بها، يحمل قيمها وتوجهاتها، لذا من الواجب على المراهق احترام دستور الأسرة ولولم يُعجبه، ويمكن للوالدين تخفيف ذلك الصدام من خلال الاتفاق مع الابن على تبنيه لتلك السلوكات بعيداً عن إخوته، وبشكل لا يؤثر في الأسرة، مما يُسهّم في تقليل تعريض بقية الأفراد لذات الإشكالية.
- الصبر: إن مثل هذه المشكلات تحتاج وقتاً حتى يمكن تجاوزها، ويمر دربها عبر القدوة، والحوار الهادئ، والانفتاح

المضبوط على الأفكار؛ مما يُسهم بإذن الله في تجاوزها بأمان، وبنتيجة مرضية للجميع.
ختامًا..

تمثل التقنية بحرًا متلاطم الأمواج، يبرز المرشد الأسري فيه ربًا ماهرًا، يُجيد قيادة سفينة الأسرة حتى يحقق لها التوازن المنشود، وفي ذات الوقت يتجدد هذا البحر باستمرار، مما يُحتم تطوير الذات المستمر، والإلمام بجديد التقنية، لاستباق أي ظاهرة سلبية قادمة.. وعلى الله التوكل والاعتماد ومنه التوفيق.

1. Castillo, I. (2025). Exploring the intersections of race, gender, and stigma. University of Houston Institutional Repository. Retrieved from <https://uh-ir.tdl.org/items/91278f3a-b8b2-4dbf-842d-b4377030ae37>. (uh-ir.tdl.org)
2. Martínez Espitia, N. M., & Palacio Dumeth, S. del C. (2025). Relación entre el uso de redes sociales y los procesos de adaptación escolar y familiar en adolescentes de 13 a 17 años de edad de la Institución Educativa Técnica PIO XII de Coveñas, Sucre [Specialization thesis, Corporación Universitaria del Caribe – CECAR]. Repositorio institucional. <https://repositorio.cecar.edu.co/handle/cecar/10606>. (repositorio.cecar.edu.co)
3. McDaniel, B. T., Uva, S., Cornet, V., Drouin, M., & Kaura, N. (2025). Objective phone use during time with one's partner: Associations with relationship and individual well-being. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2025, Article ID 3547526. <https://doi.org/10.1155/hbe2/3547526>. (ResearchGate, Wiley Online Library)
4. Mosley, M. A., Yoshida, N. R., & Turner, F. A. (2025). Communication Is Key: The mediating effect of demand-withdraw patterns on partner phubbing and couple satisfaction. *Journal of Marital and Family Therapy*, 51(3), e70053. <https://doi.org/10.1111/jmft.70053>. (PubMed)
5. Ogidiolu, A. O., & Aderounmu, D. A. (2025). Social media, digital technology, and sex-related conflicts among Christian couples in the Good Message Baptist Association, Lagos State, Nigeria. *African Journal of Religious and Theological Studies*, 4(1), 66–82. <https://doi.org/10.62154/ajrts.2025.04.01015>. (afropolitanjournals.com)

المُجُورُ الخَامِسُ

التأخر والعزوف عن الزواج وكيف يتعامل معه المرشد الأسري؟

د. عبد العزيز المقبل

لا يكاد المرء يجلس في مجلس؛ عام أو خاص، إلا ويكون ضمن ما يطرح تأخر الشباب في الإقدام على الزواج، بل ويظل بعض حاضري المجلس، يؤكدون الظاهرة عملياً بذكر عدد من أقاربهم، الذين جاوزوا الثلاثين، بل ربما قارب بعضهم الأربعين، وربما جاوزها.

وعلى الضفة الأخرى تحزن وأنت ترى حولك عدداً من البيوت، قد تكون من قراباتك، أو جيرانك، أو معارفك، وفي البيت بنت أو بنتان أو أكثر، قارين الثلاثين، أو جاوزنها، دون زواج.

وإذا كان الأصل أن يخطب الشاب، وأن تخطب الفتاة، فإن هناك متغيرات كثيرة، أدت إلى مشكلات تأخر الزواج، بل جعلت إلى جوار العزوبة أو العنوسة الاضطرارية، عنوسة أو عزوبة اختيارية.

ولا شك أن تأخر الشباب والفتيات، في الزواج، له آثار على مستويات عدة، قريبة وبعيدة، شخصية واجتماعية ووطنية.. ومن يقدر له أن يسمع شكاوى البنات، من مضي قطار العمر، وعدم تقدم خاطب، وقد يزيد العناء النفسي للفتاة، كونها لم تشغل نفسها بعمل، ما يجعل وقتها كله مسرّحاً للتفكير المتعب.. وكم من الأمهات المشفقات، التي تواصلن - بأسى - مع عدد من المشايخ والمرشدين - طالبات مساعدتهن في البحث عن رجال مناسبين، لبناتهن، اللاتي يطالعن وجوههن - بحزن - طوال ساعات اليوم..

وهذا الأمر يضعف نفسية البنت لدرجة تجعلها - أحيانا - تفرح بأي كلمة أو إشارة، من زميل عمل، أو شخص تعرفت عليه عبر أي وسيلة تواصل، لتشعر نفسها أنه معجب بها، وأنه ربما يتقدم لها.!

وبحسب دراسة الدكتور محمد بن إبراهيم السيف: علاقة الحرمان العاطفي بجرائم الزوجات والبنات (دراسة ميدانية في علم الاجتماع على المحكوم عليهن بالسجن)، فإن من وقعن، من البنات، في جرائم أدت بهن على السجن، جزء من دوافعهن يكمن وراء بحثهن عن الإرواء العاطفي والجنسي، الذي لم يتحقق، بسبب عدم الزواج، لأي سبب.

والشباب أنفسهم كلما تأخر بهم الزمن، خفت عندهم دافع الغريزة الجنسية، مما قد يزيد مخاوفهم من الإقدام أكثر، ويزيد مخاوفهم شعورهم بثقل المسؤولية الزوجية والأسرية، وهم قد تكيفوا مع الحرية، التي يشعرون أنهم يعيشونها، دونما زواج.

ومثل هذا الموضوع يُعدّ نازلة اجتماعية، فتأخير الزواج، ليس هو مسؤولية الشاب وحده، أو الشابة وحدها، بل ليس هو مسؤولية الأسرة، بقدر ما هو تحول اجتماعي كبير، بدأ يفرض نفسه على أفراد المجتمع، بحيث أصبح للزواج طقوس وأدبيات، نقلت الزواج من صيغته الميسرة، إلى صورة معقدة، وانتقل قراره من الفردية إلى الجماعية.

كما أن تحول الأسرة من ممتدة إلى نووية، كان له دور في ذلك، إذ كان الشاب يعرف من كثر، من خلال الأسرة الممتدة عددًا من الفتيات، من بنات العم أو الخال، كما أنه جرى العرف قديمًا، أن الأب والأم يختارون لابنهم، بمواصفات ومقاييس يرون أنها تضمن أن الفتاة ستندمج مع مجتمعهم.

وبدلاً مما كان عليه الأثرياء سابقاً، من مقارنة المجتمع، في مراسيم الزواج، أصبح بعض الأثرياء اليوم يضعون حفلات أسطورية.

مداخل:

أولاً:

مشكلة تأخر زواج الشباب، من الجنسين، هي مشكلة عالمية، فوفقاً لتقرير Morgan Stanley المعروف باسم "Rise of the SHEconomy" (الصادر في أغسطس 2019)، من المتوقع أن تبلغ نسبة النساء العاملات في الفئة العمرية 25 إلى 44 سنة، أي في سن العمل الأساس، اللاقي يُتوقع أن يكنّ غير متزوجات حوالي 45% في عام 2030، مقارنة بنحو 41% في عام 2018. كما يتوقع التقرير أن عدد النساء غير المتزوجات سيرتفع بمعدل سنوي يبلغ نحو 1.2% بين عامي 2018 و2030، مقابل 0.8% لكل السكان عموماً.

ثانياً:

يستغرب المهتم والمتابع والمطالع، من وجود تناقض غريب، في البحوث ونتائجها؛ فثمة بحوث (تنتقد) - وبشدة - الزواج (المبكر)، وهو ما كان في بداية العشرينات من العمر، وفي الجهة الأخرى يصرخ المهتمون والمعنيون بقضايا المجتمع، محرضين على البحث - بجدية - عن أسباب تأخر الشباب في الزواج!!

وإذا كان الزواج (المبكر)، يبدو عند منتقديه، كأنه هو - وحده - الأرضية، التي تنبت فيها أشجار المشكلات، ويغضّ أولئك الطرف - بوعي أو دون وعي - عن الاعتراف بأن أشجار المشكلات تنبت في (كل) أرض، تكون (خصبة) لنباتها ونموها، ولا يرتبط ذلك بعمر معين، فثمة من تخالغ زوجها، حتى وهي في الستين!!

ثالثاً:

لا يكاد بحث، عرض لموضوع أسباب تأخر الزواج، يغفل موضوع الكلفة المادية.. تلك الكلفة التي ترتبت على مواضع اجتماعية، لما يفترض أن يكون عليه حفل الزواج، يدفع إليها التباهي بين الأسر، والنساء خاصة، بين

اختيار بيت مستقل، يليق بالزوجة وأهلها، مع تأثيث كامل (وأحياناً فاخر) لها، وقد تطلب الفتاة - بصورة مباشرة أو غير مباشرة - أن يكون التأثيث على ذوقها، واختيار صالة للحفل تناسب ضيوف الأهل، ومائدة (ترفع رؤوسهم)، وسفرة تدل على ذوق الزوج وكرمه. وهذا في الأحوال العادية، وفي المدن، غير الرئيسية، قد يكلف ما بين (100 - 150) ألف ريال. والزوج قد يكون تخرج بعمر الثانية والعشرين، وظل يبحث عن عمل مناسب، وتبعاً لمتطلبات الزواج المادية، فقد يحتاج فترة من الزمن يجمع كلفة الزواج، خاصة ووالده ليس من أرباب الأموال، وراتب الوالد على مستوى الأسرة، وراتب الابن محدود.

وفي مثل هذه الحال ليس للمرشد دور، لكن الموضوع يظل يتأرجح بين جمعيّات التنمية الأسرية، والمؤسسات الحكومية المعنية، ووجهاء البلد. وليس المطلوب مجرد حلول مسكنة، كالمساعدات المالية اليسيرة، التي تقدمها الجمعيات الأسرية، أو حفلات الزواج الجماعي، التي لا يلتحق بها كل أحد، خوفاً من الوصمة الاجتماعية، تلك الوصمة التي يفصلها المجتمع (على مزاجه). لكنها تحتاج إستراتيجية كاملة، تتعاون في دراستها وإنضاجها كل الأطراف المعنية.

رابعاً:

أسباب تأخر زواج الشباب، من الجنسين، متعددة؛ ما بين أسرية واجتماعية، وفردية وشخصية، وقد تكون نتيجة أسباب مباشرة أو غير مباشرة كما أنها قد تكون لأسباب إجبارية أو اختيارية.

خامساً:

البحوث والدراسات في هذا الموضوع كثيرة جداً، إلا أن هناك ملاحظات على بعضها؛ فبعض تلك البحوث أجريت على طلاب الجامعة، ومعروف أن طلاب الجامعة تتراوح أعمارهم - غالباً - بين سنتي (19 - 22)، وفي العصر الراهن قلّ أن يُقدم الشاب على الزواج، في مثل هذه السن. فكيف يمكن أن نبحث أسباب تأخر سن الزواج عند من لم ير نفسه بلغ سن الزواج، ومن ثم يفكر فيه، وفي عواقبه؟!.

وبعضها مضى عليه أكثر من عقدين، وفي الوقت الراهن، وفي ظل المتغيرات المتسارعة، تتغير الأسباب، وتستجد أسباب، فالركون إلى دراسات مضى عليها سنوات، قد لا يكون دقيقاً أو مفيداً. فمثلاً عدد من تلك البحوث أكدت أن أحد أسباب تأخر زواج الفتيات التحاق الفتاة بوظيفة. وإذا كان هناك من ذوي الدخول المرتفعة، من يجتنب بقاء الزوجة دون عمل، فإن هناك من ذوي الدخول المنخفضة أو العادية، وهم من يمثلون الغالبية، من يحرص على التحاق زوجته بعمل وظيفي. فالمشكلة باتت ليس في الارتباط بعمل بحد ذاته، بل حين يكون العمل مكلفاً، أو ذا دوام طويل، أو في مكان بعيد، أو يتطلب عملاً ميدانياً.

ومثال آخر منها من يجعل ضمن أسباب تأخر الفتيات عن الزواج إصرارها على استكمال تعليمها.. (وهو سبب يتكرر في بعض البحوث الحديثة أيضا)، ومع أن هناك كثيرا من الفتيات، ممن يخطبن في الجامعة، لا يمانعن، ولكنهن يشترطن الاستمرار في الدراسة، إلا أن المشكلة ليست في تأخر الفتاة التي تكون في سن الجامعة، أن يتأخر زواجها سنة أو سنتين، فالحديث عن التأخر، الذي يمثل قلقا، وهو حين تصل الفتاة الثلاثين، أو تتجاوزها دون زواج. ولو كان الحديث عن استكمال الدراسات العليا كان أقرب. وهناك عدد ربما ليست قليلة من تلك البحوث، يعتمد أصحابها السرعة، ولذا تتكئ - غالبا - على الاستبانة الإلكترونية. لذا لا عجب أن كثيرا منها بحوث متشابهة جدا، حتى تبدو كما لو صبت في قالب واحد، وإن اختلفت المدن، أو الجامعات، أو حتى الدول. ! وأبرز ذلك التشابه، في استعراض الأسباب، مع تباعد الأوقات، والمناطق.

أبرز أسباب تأخر الزواج، وكيف يتعامل معها المرشد :

أسباب متصلة بالأسرة:

أولاً: الارتباك فيمن يكون له القرار (النهائي)، في البيت؛ إذ يختلف الوالدان - أحيانا - في رؤيتهما، فيمن يخطبانهما أولدهم، أو يقبلانه لابنتهم، خاصة، وأنه قد يوجد اختلاف، بين ما يراه الرجل في الخاطب، ويجعله يرتاح لقبوله أو الاعتذار منه، وهي - غالبا - صفات ذاتية، وبين ما تراه المرأة فيه من صفات؛ تقتضي القبول أو الرد، وهي - غالبا - صفات خارجية، متصلة بأهله، أو منزلته الاجتماعية، أو عمله، أكثر مما هي متصلة بذاته. !

فأحيانا يرى الوالدان، أو أحدهما، ألا يقبلوا خاطبا لابنتهم إلا من ينتمي إلى عائلة تماثلهم اجتماعيا واقتصاديا، ومن ثم قد يردون من يتقدم، ممن لا يرون مساواة أسرته لأسرتهم.. وأحيانا يختلفون حول خاطبين؛ أحدهما من أقارب الأب، والآخر من أقارب الزوجة. والضحية هنا البنت أو الابن، الذي لا يريد أن يغضب أحد والديه، في سبيل إرضاء الآخر.

وفي مثل الحال السابقة، من اختلاف الوالدين، في اختيار شركاء أولادهم، أو اختلافهم، يحاول المرشد أن يناقش من يتصل به من الوالدين، والأم خاصة، فيما يمكن أن يترتب على هذا من عواقب، باختلاف أنواعها، مؤكداً أن لكل نظرة، وأن هناك أمورا أساسية، هي ما يجب أن يكون التأكيد عليها، في مواصفات زوجة الابن، أو زوج البنت، مع الانتباه أن القرار يفترض أن يكون لصاحب الشأن؛ سواء الابن والبنت. وضرورة الانتباه ألا يكون زواج الابن أو البنت، الذي يفترض أن يفرض به الأبوان، سببا في التأثير - سلبيا - في علاقتهما الزوجية.

ثانيًا:

الصورة (السلبية)، التي يكون عليها أحد الوالدين أحيانًا، في تعامله مع الآخر. فالأم قد تحتقر الأب وتتسلط عليه، وتكون شخصية الأب ضعيفة أمامها، وذلك على مرأى الأولاد، الذين يأخذون انطباعا سلبيا عن (جنس) المرأة.. والأب قد يحتقر المرأة، ويتسلط عليها، وربما وصل الحال إلى ممارسة العنف بصوره وأشكاله، وتكون الأم ضعيفة أمامه، وذلك على مرأى البنات، اللاتي قد ينالهن غبار المعارك الأبوية، ومن ثم قد يحملن انطباعًا سلبيًا عن (جنس) الرجل. وحينئذ قد يحدث ارتباك في الحماس للزواج، عند الشاب، وفي قبول الخاطب، عند الفتاة. والرسالة التي يمكن توجيهها للأولاد، هي الحذر من (تعميم) صورة أحد والديهم على (جنسه)، من الآباء أو الأمهات.

ثالثًا:

قد يضع الأب - مدفوعا أحيانًا بتوصيات الأم - اشتراطات ومتطلبات، على الزوج، فيما يتصل بحفلة الزواج. وهناك زواجات أنهيت بسبب (اختلاف) الزوج مع أهل الزوجة، في مستوى الحفل، أو جهة سفرة الزواج، أو مستوى الشقة، التي سيسكنها الزوجان. (شاهد الأب شقة الزوج وأجل الزواج.. وأب آخر شاهد شقة الزوج وطلب تغييرها، مع جودتها وغلائها، واكتشف الزوج أن وراء ذلك الأم، لأن الأب سبق أن زاره وحده ولم يبد أي ملاحظة، لكن حين زارت الأم بدأ الأب يصرح بضرورة التغيير، وهو ما دفع الزوج لإنهاء الزواج، بل أنهيت زواجات من أجل الاختلاف في وجهة سفرة الزواج).

رابعًا:

بعض الأحيان تختلف توجهات الفتاة، عن والديها فقد تتطلع إلى الارتباط بشاب محافظ، ولكن أهلها يحملون صورة سلبية، عن مثل ذلك الشاب، وقد يكون العكس فالأهل - بحكم محافظتهم - يأملون ارتباط ابنتهم بشاب مستقيم، بينما هي قد تكون تحمل صورة (سلبية) عن مثله، فمن تراه الفتيات، ممن يتقدمون، قد يعترض عليه الوالدان، ومن يعبر من بوابة الوالدين قد تتحفظ عليه البنت!!

وحين يصرا أهل على مثل هذا، فإنهم قد يسهمون في تشكك ابنتهم في قبولهم بعض الخطاب، كونه على شرطهم فترفض. وهم بعملهم ذاك يؤسسون - أيضًا - لمشكلات في حياة ابنتهم، إذ إنها هي من سيرتبط بالخطاب، ويصبح شريكًا له. والبنات إما أن تعيش حياتها مع الزوج لونا من (التمثيل)، قد لا يلبث أن يكتشفه الزوج، والغالب أنها ستمارس ما تقتنع به من سلوكات، بما يصدم الزوج، ويحس معه بالغبن والخديعة، إن كان محافظًا، أو يظل هو شغل زوجته الشاغل هو العمل على تقويمه، إن كان غير ذلك. ومثل ذلك فيه جناية على كلا الطرفين.

بعض الفتيات يتولد لديها إحساس بعدم مبالاة أهلها بمصيرها الزوجي، ولذلك يهتمهم أن تتزوج، دونما أي عناية بمعرفة واقع الخاطب المتقدم، وقد يكون لها أخت سبقتها، امتدح أهلها الزوج المتقدم لتفاجأ بصفات مختلفة جدًا، عما ذكره أهلها عنه، ومن ثم فإن مثل هذه الفتاة تظل مرتبكة متوترة.. خاصة وأنه ليس لها حيلة، لتستطيع بنفسها معرفة ما توّد معرفته عن الشاب المتقدم. وهنا يفترض تذكير الأهل بواجبهم، وحرصهم وبذلهم السبب، في جمع معلومات توصل للحقيقة أو قريب منها.

البنات - غالبًا - أكثر عناية بأهلها من أخيهن، وتمرّن نماذج نرى فيها أن الفتاة العاملة قد أخذت قرضًا طويل الأجل، واشترت بيتًا لأهلها.. وقد تكون تتحمل أكثر ميزانية أهلها، حين يكون الأب ذا تقاعد يسير. وقد يخالجها خوف أنها لو تزوجت لا تعرض الزوج عليها في ذلك.

وبعض الفتيات - بدافع عاطفي - تضحي بمستقبلها الزوجي، كون والدها متوفى، أو كبير سنّ، أو مريضًا، فتظل تنفق على الأسرة، وترعى إخوانها وأخواتها، وتشرف على زواجهم، ولو مضى بها قطار العمر، وأصبح من يتقدم لها محدودًا.. وبعضهن يكون والدها كبيرين، وترى إخوانها بعيدين عنهم، ومنشغلين بأسرهم، فتقرر عدم الزواج، والبقاء إلى جانب والديها.. فتاة لفتت نظري، قالت - وهي تتصل بي مستشارة -: أنا أرغب بزواج محدود، ولأنها في السابعة والعشرين من العمر، أبدت استغرابي، وسألتها: ولماذا؟ وأنت لا تزالين صغيرة، ولا أظنك تقلين عن غيرك. فقالت: لأشترط عليه أن يأخذني بيتًا عند والدي، حتى لا أنشغل به طوال الوقت، وحتى يسهل عليّ خدمتهما!. موضحة أن والديها كبيران، وإخوانها منهم المنشغل والبعيد.

وإذا كانت هذه الفتاة، وبدافع ذاتي اتخذت مثل هذا القرار، محاولة منها، واجتهادًا لسدّ الفراغ، الذي تركه رحيل إخوانها عن والديهم، أو بعدهم عنهم. فإن هناك من يتعمّد من الإخوة، ردّ الخطاب المتقدمين لأختهم، بأيّ عذر، كون والديهم كبيرين، وهي تسكن معهم في البيت، كونها لم تتزوج، وإخوانها يرون أنها لو تزوجت (سيتورطون) بالتناوب على والديهم. ومن ثم ينتهي بهم تفكيرهم أن يضحوا بمستقبل أختهم الزوجي، وقد يلبسونه لباسًا دينيًا، فهي ببرّها والديها، على باب من أبواب الجنة.!

وفي حالات، لا تبدو كثيرة، قد يكون الآباء مستفيدين من البنات ماديًا، سواء أكانوا بحاجة أم ليسوا كذلك، ومن ثم يردون الخطاب، ربما دون أن يستشيروا بناتهم، أو حتى يخبروهن، طمعًا في رواتبهن، وخوفًا - بزعمهم - أن يستولي عليه الزوج الغريب.!!.

والمرشد ينبغي أن يوضح لمن تتقدم لاستشارته، أهمية التوازن، بين حقوقها وحقوق الوالدين، فحق النفس يأتي بعد حق الله مباشرة، وقبل حق الأهل، والاندفاع العاطفي، غير المتزن، قد يرجع عليها بالضرر.. وهي تستطيع أن تفيد أهلها وهي متزوجة.

وحين يكون الوالد هو من يعتمد منعها، من أجل راتبها، فلتقف أمامه بقوة وأدب، ولتشعره أنها قادرة على أن ترفع أمرها إلى القاضي، وأن الشرع، الذي تطبقه الدولة قد حفظ للناس حقوقهم، ولكنها لا ترغب تعريض والدها للفضيحة، وتنتظر أن يكون القرار منه. وكذا الشأن، مع الإخوة، حين تتأكد أنهم - فعلاً - يعيقون زواجها. ولكن لو لم يستجب، أو لم تُرد هي أن تُقدم على مثل ذلك، فيمكنها أن تأخذ إجازة استثنائية، لمدة ستة أشهر، دون راتب، لتبدو كما لو أنها تركت العمل.. ووقتها يسهل على الوالد الجشع، السماح لها بالزواج!

سابعاً:

هناك آباء يمارسون العضل على بناتهم؛ إما لتمسكهم بنقاء العرق بزعمهم، وبالتالي فلا يقبلون إلا أشخاصاً، من نفس شجرة النسب، بدائرتها المحدودة، ولذا ربما وضعوا خياراً أمام بناتهم؛ القبول بالمعديدين، وكبار السن، من تلك الفصيلة، ليفسحوا لهن الطريق بالزواج.. قالت إحدى بنات أولئك الآباء: هم يتزوجون - على كيفهم - من كل بلاد الدنيا، ونحن يتحكمون بنا، ويشترطون فيمن يتقدم لنا ما لا يشترطونه، ولا رُبَّعه، فيمن يرتبطون بهن!! وهنا يحضر دور التذكير بالمسؤولية الدينية والاجتماعية.

ثامناً:

إلى وقت ليس بعيداً، وربما لا تزال بعض الأعراف تعيش مواضع اجتماعية، تقتضي أن بنت العم لابن العم، وقد يكون هناك تباين كبير بينهما، من جميع النواحي؛ العقلية والدينية والدراسية والسلوكية، بل قد يكون مشتملاً على سلوكيات سيئة جداً، ولأن الفتاة ليس أمامها خيار غير ذلك فقد تضحي بالزواج كله، ولا تقدم على الارتباط بشخص تدرك - يقيناً - أنها ستموت معه بالتقسيط!! وهنا قد تستطيع الرفض، أو تحتج عن الإقدام على الزواج بأي حجة.

وهنا يكون دور المرشد تشجيعها على عدم القبول، إن كانت متأكدة بوجود بون شاسع؛ ديني أو فكري أو سلوكي، بينها وبين ابن عمها. لكنه في المقابل يحثها على فتح حوار مع والدها، بصورة فيها قوة وأدب، وأنها تعرف أن هناك قنوات حكومية يمكن أن تنصفها، لكنها لا ترغب إحراج والدها.. لكنها إن وجدت نفسها مضطرة قد تلجأ لذلك. وربما بحثت، من محارمها ممن لديه قدر جيد من الوعي أن يكون له تدخل في الأمر، بل حتى لو تواصلت -

بطريق مباشر أو غير مباشر - مع خطيب الجامع، الذي اعتاد والدها الصلاة فيه، وأوحت إليه أن هناك مشكلة تعاني منها بعض بنات مَنْ يحضرون الصلاة معه، وتتمنى منه الحديث عنها، ومخاطبة الآباء في ذلك.. ويؤكد على الفتاة أن رفضها الزوج الذي اختاره والدها، لا غبار عليه من الناحية الشرعية إطلاقاً، فخنساء بنت خدام جاءت النبي صلى الله عليه وسلم تشكو والدها، كونه زوجها من ابن عمها، وهو أقل منها، فجعل المصطفى - صلى الله عليه وسلم - الأمر إليها!

تاسعاً:

حين تنتسب البنات إلى بيوت ثرية، وبحسب بعض الدراسات، قد يمثل ذلك سبباً في تأخر زواج البنات، كون عامة الشباب قد يستبعدون قبول أهل تلك الفتاة لهم، كون هناك تفاوت اقتصادي كبير، بينهما، كما أن الشاب يخشى أن تكون مثل تلك الفتاة اعتادت على مستوى من الإنفاق، ونمط من العيش لا يمكنه توفيره. ويمكن أن يلحق بذلك ذوو المكانة الاجتماعية الكبيرة. وهي افتراضات إن كان لها حضور أحياناً، في أحيان أخرى مجرد أوهام.. خاصة حين يكون والدا الفتاة معروفين بالعقل والخلق.

عاشراً:

في ظل كساد سوق الزواج قد يوجد في بعض البيوت ثلاث أخوات أو أكثر، وقد يكون بعضهن تجاوزت الثلاثين، من العمر، ثم يتقدم خاطب يرغب خطبة البنت الثانية أو الثالثة؛ أي أنه يتجاوز الكبرى إلى الصغرى. وقتها يقع الأهل في حيرة، وتنبع حيرتهم من كونهم يرغبون أن تتزوج بناتهم بالترتيب، كما يحرصون على المحافظة على نفسيات بناتهم، التي يكبرنها، وعدم كسر خواطرهن، وخشية من حديث الناس، إذ المتعارف اجتماعياً تزويج البنات حسب ترتيبهن العمري، لكن هذا قد لا يحل مشكلة البنت الكبرى، وفي الوقت نفسه يصنع مشكلة للبنت الصغرى.

وأول ما يلفت المرشد نظر الأسرة إليه، اعتبار عمر البنت؛ فإذا كانت الصغيرة متقدمة في العمر، أي أن مَنْ هُنَّ في مثل سنّها قد تزوجن غالباً، والخاطب مرضي الدين والخلق، فالأصل أن يُمضى الزواج، وإذا كانت صغيرة، لم يتزوج إلا القليل، ممن هُنَّ في عمرها، فالأولى اشتراط تأجيل الزواج حتى زواج البنت التي تكبرها، فإن رضي الخاطب وإلا فقد يرزقها الله بغيره، ممن هو أفضل منه. وإذا كان الزواج حقاً شرعياً للبنت، فالأصل، حين يرفض الخاطب التأجيل، وتطالب البنت بإمضاء الزواج، فلا بأس - إن رضي الخاطب - أن يؤخر الزواج ولو بعض الوقت، التماساً لوجود فرصة لزواج الكبيرة.. لكن في النهاية الزواج رزق، وسيرزق الله كلا من سعته.

والبنت الكبيرة قد تبدي اعتراضاً كبيراً، على زواج أختها التي تصغرها، وترى ذلك وصمة، يشترك الأهل فيها، إن أمضوا الزواج. وقد تبدي رضى تاماً، وأن هذا رزق من الله لأختها، وسيرزقها ربّها، وقد تلزم الصمت، فلا يفهم منها سخط ولا رضى. وعلى أي حال فمن حق البنت الكبرى أن يطمئنّها الأهل، ويذكروها بالقضاء والقدر.

وقد تحدثت، في مثل هذه المشكلة، مع البنات أحياناً، ومع الأمهات الحائرات أحياناً، محاولاً ذكر نماذج، ممن حدث لهن مثل ما حدث للبنات وأختها، وكيف أن كثيرات كانت حظوظهن أكبر، وإن تأخر زواجهن نوعاً ما، موضحاً أن من يفكر بالخطبة، يرى أمامه لديكم مجموعة خيارات، لكن حين تتزوج الأصغر، وتبقى الأكبر يزول موضوع الخيارات، ومن ثم تنتهي المقارنة. وقد يكون في تأخر إحدى البنات خير كبير لها، فقد يتقدم لها شاب قريب من سنّها، ولكنه ربما أفضل في بعض الجوانب، ممن تقدم لأختها.

حادي عشر:

بعض الأسر تؤثر الانطواء، ويقل حضورها المناسبات العائلية والاجتماعية؛ إما لكون الأم انطوائية، في طبيعتها، أو تعاني من اضطرابات.. وقد تكون البنت - لأي سبب - تميل للانطواء، فتتفصل عن الأسرة، وتتخلف عن صحبتها في المناسبات. وهنا لا يعرفها أحد، ليذكرها أو يتذكرها، من النساء اللاتي قد يكون أولادهن في سن الزواج، وهو أمر معتاد في الأوساط الاجتماعية، وبالتالي فلا يكاد يطرق الباب أحدٌ خاطباً، فيمضي بها الوقت، ومن الطبيعي أنه كلما مضى الوقت بدأت فرصها في الخطبة تقل. ودور المرشد هنا، تشجيع الفتاة على الانخراط في بعض النشاط، والإسهام في بعض الأعمال التطوعية، التي تتيح لها حضوراً جيداً، وكذا الحرص على مشاركة العائلة مناسبتها. والتأكيد على الأمهات عدم إهمال البنت، التي تؤثر الانطواء، لأن هذا قد يؤثر في مستقبل حياتها.

أسباب تتصل بالشباب من الجنسين:

أولاً:

عدم وضوح الرؤية، في الهدف من الزواج؛ فهناك من يراه واجباً اجتماعياً، وهناك من تراه (متلازمة) سفريات ومطاعم وتسوق!..

ثانياً:

شعور الفتاة بعدم تقدم الرجل (المناسب) مع ضبابية كبيرة حول معرفة من هو الرجل المناسب.. وذلك ينتج - غالباً - عن رؤية عاطفية، تحلم فيها الفتاة أن يتقدم لها (الأفضل) لتظل (تنتظره)، خاصة حين تحس أنها تمتلك مقومات جيدة، تجعلها تنتظر من يكون مماثلاً لها في ذلك. وقد يزيد هذا الأمر لديها كون من تستشيرهم هم صديقاتها، اللاتي يماثلنها سنّاً وخبرة.

ثالثاً:

التخوف من عدم القيام بالوظيفة الزوجية، المتعلقة بالممارسة الخاصة، جراء (إدمان) ممارسة العادة السرية، خاصة لدى الشباب، والشعور بالإشباع من خلالها، وقد نبتت شجرتها من خلال (إدمان) المواقع الإباحية.. وهذا تورط فيه كثيرون، منهم ذوو سمات دينية.!!

رابعاً:

قد يكون الشاب يحصل على حاجاته الجنسية من خلال أسفاره، سواء أكانت بطريق يحمل غطاءً شرعياً، مهما كانت رفته (!)، أو بطريق غير مشروع. وحينها يؤقت للزواج بعد الأربعين، ويكون هدفه من الزواج - حينئذ - الإنجاب، أي أنه يريد المرأة (الأم)، لا المرأة (الزوجة)، ولذا فبرنامج بعد الزواج لا يختلف عنه قبل الزواج، سوى ربما مدة قصيرة، كنوع من التهذئة.!

خامساً:

الإحساس بضرورة التماشي مع الأوضاع (الشكلية) للمجتمع، التي تفرض أماكن فخمة للاحتفال، ومراسيم مكلفة مادياً بصورة كبيرة، وهو ما يستوجب إطالة الثوب الاقتصادي المشمر للشباب، وذلك يتطلب الإلحاف في البحث عن المساعدات والقروض، أحياناً بصورة تشفق عليه منها. (مرّ عليّ حالات يسلم علي شاب، وربما كان يعرفني بوجهي فقط، ويترجاني إن كنت أعرف أحداً لديه مساعدة أو زكاة أن أخبره عنه..!!)، المشكلة أن هذه الزكاة أو المساعدات، لا تعود على الشاب بالفائدة، بل تكون وقوداً لحطب الشكليات. (أحدهم أخذ زكاة ليستأجر بها صالة الأفراح).!. وبعض من يربأ بنفسه عن أخذ المساعدات، فضلاً عن الزكوات، يحتاج وقتاً يجمع فيه القدر، الذي يمكنه من تغطية كلفة الزواج الباهظة. خاصة وأن بعضهم قد يتأخر عثوره على عمل وظيفي.

سادساً:

التطلع للمثالية في الاختيار، وتتباطأ الفتاة في القبول، باسم عدم وجود الرجل المناسب، وهي تعني الرجل (الكامل)، الذي لن يوجد أبداً، لكن ذلك يضيع عليها وقتاً، لترضى - مضطرة - بأقل مستوى من عدد ممن كانوا قد تقدموا لها. والشباب أصبح يتطلع إلى فتاة ذات جمال باهر، ومرح تام، ولغة جاذبة.

وقد يكون أفرز مثل هذه النظرات والمفاهيم كثير من البثوث في وسائل التواصل الاجتماعي؛ بالذات من يظهرون مع زوجاتهم - أحياناً - بأكمل زينة، ويبدون لمتابعيهم صورة (متكلفة)، لا تعكس - إطلاقاً - الواقع الفعلي..

وكل ذلك ركضا وراء زيادة المتابعين، ولأن الشباب والشابات هم الجمهور المتابع، أصبحوا يضعون مواصفات أقرب إلى الخيال منها إلى الواقع، لمن يخطبها الشباب، أو تقبل به الفتيات.. وقد تلقيت عددا من المكالمات كنت أشفق على فتاة، وهي تعدد الصفات الرائعة في الشاب المتقدم لخطبتها، لكنها تقف مترددة، عند عتبة الشكل، مع أنها تعترف بأن ذلك الشاب ليس دميما.!

سابعاً:

قد يعوق الفتاة عن الإقدام على الزواج، ويدفعها إلى رد الخطاب، التردد بسبب وجود مرض؛ جسدي؛ كالسكر، أو الغدة، أو مرض نفسي، كالوسواس القهري، أو وجود أثر حرق، أو أثر عملية قديمة، أو تكميم، والتخوف من اكتشاف الخاطب ذلك الأمر، فيما بعد، ومن ثم قد تحدث مشكلات، وهي - في المقابل - تخشى حين يذكر للخاطب ذلك أن ينصرف، وحين يتكرر انصراف الخاطب، فسيتعبها ذلك نفسياً. وحين يوجد لدى الشاب شيء من ذلك قد تساوره مخاوف، ومن ثم يتردد، ويحجم عن التقدم للخطبة، خوف الرد.

وفي ظني أن على المرشد أن يدفعها للإقدام، على الموافقة، خاصة بعد التأكد من الصفات الأساس المطلوبة، ومن ثم إتاحة فرصة الرؤية الشرعية، وحين يبدي الخاطب ارتياحه وموافقته، ويمضي بعض الوقت، ويتساءل عن تحويل المهر، يمكن لولي الفتاة، أن يدعوها إلى جلسة خفيفة، ويبدي له صفات الفتاة الدينية والأخلاقية، ويؤكد له أنهم أسرة اعتادوا الصراحة والوضوح، وأنه أراد أن يخبره أن ابنته / أخته تعاني كذا.. ويعرض الموضوع، بصورة واضحة، ولكن طبيعية؛ فإن كانت الفتاة لا تزال تتعاطى علاجاً أخبره، ثم عرض عليه - إن رغب - رقم الطبيب، الذي تراجع، لأنه سيكون حيادياً في إخباره عن الحال.. وإن كان ما يرغب إخباره عنه أثراً حاول أن يعطيه عنه تصوراً جيداً.. ثم يقول له: أعط نفسك فرصة وفكر.. وقد وجدت - في بعض الحالات التي مرت عليّ، ووجهت بمثل هذا الرأي - أن الخاطب، الذي قد يكون رأى الفتاة، وأعجب بشكلها وأدبها، خاصة حين يحدث قدر من الكلام بينهما، قد يدفعه ذلك إلى الإقدام، خلاف ما لوقيل له عن ذلك العيب أو المرض، قبل الرؤية الشرعية. أما الشاب فيمكن تشجيعه، فليس هو أولاً كالفتاة، وليست كل فتاة تستعجل الرد، ثم من الجيد أن يتواضع هو في متطلباته، في الزوجة، ومن ثم فستكون الفرصة أمامه أكبر.

ثامناً:

كون الفتاة تعيش في بيت أهلها، ملكة غير متوجة، فكل طلباتها مجابة، والخادمة - بين يديها - تنتظر أوامرها، ولا تحمل أي لون من مسؤولية البيت، بما فيه غرفتها الخاصة.. بل قد يشعرها مثل ذلك التعامل، بأكثر قدر من الاستحقاق، ومن ثم لا يرضيها أي شيء، بل لو أبدت غضباً أو لونا من الهجر لسارع الأهل إلى استرضائها. ومثل تلك الفتاة تدرك أنها لو تزوجت ستتحمل مسؤولية، فتؤثر الراحة التي اعتادتها وأدمنتها، على الزواج، الذي تراه

يحمل مستقبلاً مجهولاً، بالنسبة لها.. وهي الآن متفرغة، بصورة كاملة، لمحادثة الزميلات، والخروج معهن للأماكن الترفيهية، والخروج للتسوق، والتفرغ للإبحار، غير المحدود، في بحار الشبكة العنكبوتية، بما فيها تلك التي قد تكون عميقة وخطرة، وكذا وسائل التواصل، بطرح الكثير منها المواد التافهة.

والبنت تفكر بأنها بزواجها، ستنقل انتقالة ضخمة، يصبح كل وقتها ترتيباً وتنظيفاً وغسلاً وطبخاً، إلى جانب خدمة الزوج، وحين ترزق بطفل ستوسع دائرة المسؤولية، لتصبح حياتها كلها في ذلك الإطار، ومن ثم تتردد في الإقدام، على الزواج. وفي مثل هذه الحال يفترض تنبيه الأهل إلى تحمّل مسؤوليتهم التربوية؛ حيث إن لهم إسهامهم في تردد ابنتهم في الإقدام على الزواج، بسبب ذلك. كما يفترض تنبيه الفتاة أن دوام الحال من المحال، وأن أهلها لن يدوموا لها، وأن فرصها في الزواج ستقل مع تقدمها في السن.

تاسعاً:

حدوث تحرش للفتاة، في طفولتها أو مراهقتها، وقد لا يكون حقيقياً أو مؤثراً، لكن خوفها من الفضيحة يجعلها تتردد، ومن ثم ترفض الزواج، لأي سبب، وإذا كان الأهل ممن يضغطون على فئاتهم، فقد يكون احتيالها على الرفض، هو الحرص على إبراز (أي) عيب في كل من يتقدم، مهما كان، لتسوّع رفضها، أمام الأهل.

عاشراً:

هروب الفتيات، مع تقدم العمر، من القبول بالمعدّد، خشية المعرة المجتمعية، وتأثراً ببعض الأطروحات، في وسائل التواصل، ووجود فهوم خاطئة، وهي خشية الوقوع في الخطأ في حق زوجة من تقبل به خاطباً، أو لسماعها بعض الأخبار السيئة، المتصلة بالتعامل، المنسوبة لبعض المحدثين، ممن تعرفهم، ومن ثم تتخذهم نموذجاً. (وتقبل - تحت ضغط العمر والأهل - شخصاً تدرك هي - بنسبة كبيرة أنها ستراجع مطلقة، أو تعيش في بحر من المشكلات).

حادي عشر:

وجود أطروحات، عبر شبكة الانترنت ووسائل التواصل، تشكك في الموروث الفقهي، بل وبعض الأحكام الشرعية، وتري انخيازها لجانب الرجل، وأن الفتاة حين تتزوج ستكون مستعبدة للرجل.. ومن ثم تشجع بعض الفتيات الساذجات بذلك، وتري أنه ما دام الأمر بتلك الصورة فلتبق على حريتها.!!

ثاني عشر:

بعض الشباب والفتيات قد يجعلهم يترددون في الإقدام على الزواج، شعورهم بعدم معرفتهم (الجيدة) بمن يمكن أن يرتبطوا به، وهو ما جعل أحد البحوث يشير إلى (عدم وجود فرصة للتعارف في المجتمع السعودي).. بل

نعى أحد الكتاب يومًا على المجتمع وقوفه بقوة نحو التقاء الجنسين، ليتم التعارف والزواج.. لكن من يتأمل يجد أنه في الآونة الأخيرة أصبحت الفتاة تعمل جنبًا إلى جنب مع الشاب، ولكن النماذج التي مرّت عليّ لا أراها مشجعة، لبداية مشروع زواج؛ إذ تشبه إلى حدّ كبير العلاقات العاطفية، جراء التعارف عبر وسائل التواصل؛ فالفتيات قسман؛ منهن من تقترب من زميلها وتبادلله الحديث، وهي - لا شعوريًا - تخطب ودّه ليخطبها، لأنها أعجبت به، فالاقتراب وواقع الاختلاط يولّد علاقة عاطفية (واقعية)، إذا كانت وسائل التواصل الاجتماعي تولّد - أحيانًا - علاقة عاطفية (افتراضية).

والقسم الآخر من الفتيات، تبدو فيه الفتاة قد وضعت حدودًا لعلاقتها بالزملاء، وقد يأخذ بعضهم انطباعًا جيدًا، قد يدفعه إلى خطبتها، ربما أعجب بمعالم جسمها الخارجية، مما لا تستطيع إخفاءه، ويتأزّرع ذلك، (إعجابه) بما يراه هو من سلوكها. لكن هناك أمور (مهمة) لإنجاح الزواج (تتكشف) لاحقًا، قد لا ترضي كل طرف عن الآخر، لكن تلك الأمور لم تكن ظاهرة على السطح.

ولذا كنت قبل سنوات، في ورقة طرحتها، في ملتقى عن الأسرة والتقنية، اقترحت - في سبيل إعطاء فرص أكبر لنجاح الزواج، ودفعًا لمحاصرة المشكلات - أن تتاح مساحة مدروسة (محدودة)، يتحادث فيها الخاطب والمخطوبة، وذلك - في ظني - مهم جدًا، ولكن وفق الأمور التالية:

- التحضير لمثل هذه الاتصالات.

- أن ينتبه الطرفان لكون أسئلتهما لبعضهما مفتوحة، لتتيح فرصة أكبر، للتعرف على ما يريده أحدهما، في الطرف الآخر، وما ينفر منه فيه.

- وهذه الاتصالات يمكن أن تكون قبل الرؤية الشرعية، أو أثناءها. ومطالبتي بكونها (محدودة)، لأنني وقفت على نماذج كانت المدة فيها طويلة (خمسة أشهر / ثمانية أشهر)، وحديث مستمر، ومن ثم غطى سماءها - بالنسبة للفتاة - الجانب العاطفي، الذي دفعها لقرار القبول، مع معرفتها بعيوب في الزوج، لو صرح بها لها أول مرة، وقبّل رحلة التواصل الطويلة تلك، فلا أظنها يمكن أن تقبل به.!!

ثاني عشر:

الهجرة الداخلية من القرى والأرياف إلى المدن، أو من منطقة إلى منطقة أخرى، بسبب ظروف عمل الأب، ولأنهم يشعرون بأنهم غرباء، وقد لا يكون لديهم الحس الاجتماعي عاليًا، فيصبحون كما لو كانوا معزولين، مما يسهم به من ضعف في العلاقات الاجتماعية؛ بينها بصفتها أسرة مهاجرة، وبين الأسر المستوطنة، في تلك المدينة، وذلك قد يفوّت الفرصة الملائمة للزواج وخاصة أن معرفة أسرة الفتاة يعدّ عاملاً مهماً في الخطبة والزواج منها. إضافة إلى أنهم

- بحثنا عن قدر أكبر من التوافق - قد يجمعون عن تزويج من يشعرون أنه يحمل طبائع وعادات مختلفة.!

وبعض الآباء حين يتقاعد أو يقاعد، قد يعود أدراجه لمدينته أو قريبتة الأصلية.. لكن غالباً قد لا يكون يعرفه إلا من بينه وبينه قرابة، ولا يعرف أولاده إلا قرابته، وبصورة قد لا تكون ذات مستوى عميق، كون مشاركتهم في المناسبات العائلية الكبيرة والمتباعدة، وبالتالي فهي لا تعطي فرصة للتعارف.. كما أن الأولاد - غالباً - يبنون صداقاتهم، في مرحلة طفولتهم ومراهقتهم، مع زملاء المدرسة، وأولاد الجيران، ولذا غالباً، حتى لو عاد الأب إلى موطنه الأصلي، أو فكّر في العودة، فالأولاد - غالباً - قد يعترضون، أو لا يشاركونه تفكيره، فالمكان الذي ولدوا فيه، ونشأوا فيه أصبح هو موطنهم.

وقد يساعد في حل هذه المشكلة كثرة التردد على الموطن الأصلي للأسرة، والمشاركة في مناسبات الأقارب هناك، كما يمكن تشجيع الفتاة، أو وليها، على المشاركة في بعض الجمعيات، المعنية بالتوافق الزواجي.

ثالث عشر:

تعيش الفتاة - أحياناً - صراعاً داخلياً، وهي ترى أن المتقدم لها، قد يكون أقل منها مستوى تعليمياً، وأن هناك فرقاً واضحاً، في ذلك. أو أن وظيفته متواضعة، وبالتالي فراتبه محدود، وأنه قد يكون تقدم لها معرفته بأنها ذات راتب جيد، ويزيد تردد الفتاة، حين يساورها خوف أن يعتمد عليها مادياً. ودون تمعن أكثر، أو تقويم وكشف عن الصفات الأساس، التي قد تُصدّق ظنونها أو تنفيها، وقد يحرضها من حولها على الرفض. فترفض ليس قناعة بالرفض، بقدر ما هو لون من الشعور بإنزال حمل التفكير، الذي أععب ذهنها.

وهنا يكون دور المرشد محاولة لفت نظرها إلى التوازن، بالالتفات إلى السن، التي وصلته، ومدى توافر الصفات الأساس في الشاب، وهل الفروق بينها وبين الشاب، فيما يؤثر أم فيما لا يؤثر، وماذا عن شخصيته، وبالذات فيما يتصل بتحملة المسؤولية، وحسن تعامله. وهذا يقتضي تجميع المعلومات، والسؤال عما يهّمها - بالدرجة الأولى - ومن ثم الخروج بنتيجة مبدئية، ثم يتم التأكد من هذا التقويم المبدئي، من خلال تواصل وكلام ونقاش واضح، بين الطرفين، سواء أكان وقت الرؤية الشرعية، أم بعدها، ولكن بالتأكيد يجب أن يسبق عقد النكاح، أو الملكة.

رابع عشر:

مع العنوسة الإجبارية، التي تعيشها بعض البنات، قد يمضي الوقت بالفتاة دون زواج، وحين تتجاوز الخامسة والثلاثين، قد ترفض قبول من تراه يكبرها بسنوات، كما تتردد في قبول من يصغرها. ومن وجهة نظري أن الفتاة تحتاج إلى لون من التبصير والتنوير، حول تذكيرها بالهدف الأساس من الزواج، والحرص على قبول من تتوافر فيه الصفات، التي تساعد في تحقيق ذلك الهدف. فمن هو فوق الخمسين يختلف الأمر هل هو يتزوج لأول مرة، فأنا حينئذ أتأمل، فإن

كان تأخره لظروف معتبرة فالأمريسيير، لكن حين يكون تأخره هرباً من تحمل المسؤولية، وقد تكون قيمه الأخلاقية والدينية أقل، بحيث يتوقع أن يشبع رغباته الجنسية، بأساليب لا يتحمل فيها تبعات، وتمنحه تنوعاً في النساء، فهو غالباً - الآن - يرغب بامرأة تكون أمّ أولادٍ، أكثر مما يريد لها زوجة!.

وإذا كان غير راغب في الزواج لكنه أقدم بناء على ضغط من حوله، فقد يكون قصد التخلص من ذلك اللوم والضغط، فهو قد يتزوج ويطلق، ليثبت لهم أنه (جرب) النساء، ولم يرغبهن!.

وإن كان من هو فوق الخمسين مطلقاً، فمن المهم التساؤل: هل هو (مطلق)، بكسر اللام، أم إنه (مُطلق)، بفتحها؛ فربما كان من السوء بدرجة جعلت زوجته لا تستطيع مواصلة الحياة معه، خاصة حين يكون بينهما أطفال.. والمهم هو (التأكد)، قبل الإقدام، فليس كل (مطلق) سيئاً.

وإن كان أرمل، فمن المهم أن تتأكد منذ متى توفيت زوجته، فإن كانت وفاتها، من سنوات، فالغالب أنه كان مرتبطاً بها عاطفياً، بدرجة كبيرة، جعلته يغلب على ظنه ألا يالف امرأة بعدها، ومن تريد الارتباط به، فلتوطن نفسها على ذلك، فقد تستطيع أن تملأ عليه حياته، وتمثل بديلاً رائعاً، وقد تحتاج لذلك وقتاً!.

ولتدرك أن أولاده؛ وبناته بالذات، قد يحتاجون وقتاً لتقبلها، كونهم يشعرون أنها حلت محل والدتهم، وقد يطول ذلك الوقت، ولذلك من الأولى ألا تسكن معهم، على الأقل في البداية، حتى تتأكد أن علاقتها بهم أصبحت ذات مستوى جيد.

وإن كان المتقدم أصغر منها، فأرى أن الفارق العمري إلى أربع سنوات يمكن تجاوزه، لكن بشرط أن يعرف المتقدم الفارق بدقية، ويتقبله. كما أن من المهم أن تتأكد أن المتقدم على درجة من النضج والثقة بالنفس، لأن بعض من يعاني من ضعف الثقة بالنفس، قد يثير موضوع الفارق العمري، أحداً ممن يحتك بهم، ووقتها قد ينفر من الزوجة، ويشعر بالغبن، مع أنه ليس لها ذنب، وقد يطلق.. كما أنه إذا كان غير ناضج قد يظل - بين حين وآخر - يجرحها بكلمات مؤلمة: (أنت في عمر العجائز.. كبيرة.. أكبر مني). ولا شك أن من المهم جداً، سواء أكان من تقبل به فوق الخمسين، أم أصغر منها، أن تتأكد من توافر الصفات الأساس لديه.

خامس عشر:

قد تتردد الفتاة، حين يكون المتقدم لها صاحب دين وخلق، ومستوى وظيفي جيد، لكنه من منطقة ترى أنها تختلف طباعها وعاداتها عن طباع منطقتها وعاداتها.. فتخشى ألا يتم قبولها، من قبل عائلته، كون محيطه اعتادوا أن يكون زواج شبابهم من قريباتهم، كما تخشى أن تحدث، بينها وبينه، مشكلات بسبب اختلاف الطباع.

ويمكن للمرشد أن يلفت نظرها إلى أن هناك من يكون أقام بمنطقة، خلاف منطقته، وقتاً، واندماج مع أهلها، بدرجة جعلته يتشرب طبائعهم، ويألفها. كما أنه قد قرر الإقامة في تلك المنطقة، ثم إن أهله متفهمون لاختياره الزواجي، ومؤيدون له. وقد يكون أهله هم من انتقلوا منذ زمن لمنطقة سكن الفتاة. وهناك من لا يزال مقيماً في منطقته، وبين أهله، وتعرف على الفتاة إلكترونياً، أو عن طريق خطابة، فيتوقع - حينئذ - أن تحدث بعض الإشكالات المرتبطة باختلاف الطبائع، أو ثورة العائلة، بسبب مخالفته السائد، في إثارة البعيدة على بنت العم!.

سادس عشر:

هناك من الشباب، من عاش في ظل أسرته، دون أن يُربى على تحمل أي مسؤولية؛ إذ لم يفكر أبواه في تحميله المسؤولية منذ الطفولة، فنشأ على هذا.. وحين بلغ سن الزواج بدأت تحيط به مخاوف، من عدم قدرته على تحمل المسؤولية، وقد يكون يفكر فيها بصورة مبالغ فيها، خاصة وهو يسمع - أحياناً - من زملائه المتزوجين، قدراً من التذمر، من كثرة طلبات الزوجات.

وهنا يجب تنبيه الشباب أنهم - تقدموا أم تأخروا - سيتحملون المسؤولية، خاصة وأن هذا مصيرهم في النهاية، وفرصهم في الاختيار مربوطة بتقدمهم في الزواج أو تأخرهم فيه، كما يجب التنبيه إلى أن الذين يعانون من مشكلات نحو المسؤولية، في حياتهم الزوجية، هم أولئك الذين يجعلون الفوضى هي من يحكم حياتهم، أما من يفكر ويخطط ويتوازن في ذلك فستصبح حياته جيدة، يؤدي مسؤولية الآخر دون أن يخل بمسؤولية نفسه، كما أن التعاهد على التعاون، في الحياة الزوجية سيكون في مصلحة الزوجين كليهما.

سابع عشر:

أتاحت وسائل التواصل فرصة سهلة لبعض الشباب، للوصول إلى المواقع والمقاطع الإباحية، وكثرت دردهم عليها، بل أدمنها بعضهم، وبالتالي أدمن معها ممارسة العادة السرية، وأصبح يغشاه قلق، خوفاً من إقدامه على الزواج، وعودته منه بالفشل، جراء ضعفه الجنسي!.

وهنا يأتي دور المرشد الأسري محاولاً التطمين، وأن الشاب من الصعب أن يقف في خندق التردد، ويدع الزمن يمضي، دون أن يبادر بالزواج، ولكن من الجيد أن يرتدي ثوب الشجاعة، ويراجع أخصائياً نفسياً جيداً، ليرسم له برنامجاً إرشادياً، يساعده في التخلص من إدمان المواقع الإباحية والعادة السرية، ووقتها سيزول الخوف، وسيستأنف حياته بصورة طبيعية، ويؤكد له المرشد أنه ليس وحده، من وقع في هذا الأمر، وأن من اندفع، من الشباب، بثقة إلى مراجعة أخصائي نفسي، تخلص، واستأنف حياته، بصورة طبيعية.

ثامن عشر:

في ظل غَبَش الرؤية، في الهدف الرئيس من الزواج، ومن ثم غياب التقييم الفعلي، للخاطب المتقدم، تظل الفتاة - متأثرة بالطرح الإعلامي، وآراء من حولها - ترسم صورة ذهنية (باذخة)، عن الخاطب، خاصة حين تكون تمتلك بعض المقومات الجمالية. الشيء المؤلم أن بعضهن تبدو كمن تبحث، في الخاطب عن عيب ترده به، مع ما فيه من صفات جيدة.. ويمضي الوقت، ويرتفع السن، ويصبح المتقدمون أقل عددًا، وأقل مقومات.. فنتنظر لعل أحدًا مثل السابقين يتقدم، لتكتشف أن المعددين بدأوا - بسبب ارتفاع السن - يطمحون في قبولها لهم.!

وفي كتابها (تزويجيه)، تحدثت الطبيبة النفسية، والكاتبة الفرنسية لوري غوتليب، عن هذا الموضوع باستفاضة، مستعرضة تجربتها الشخصية. لذا مهم جدًا أن يلفت المرشد نظر الفتاة، حين تتقدم لاستشارته، إلى ضرورة التأكيد على الصفات الأساس، وقطع التردد، حتى لا تقع فيما وقعت بعض الفتيات، التي طمعت للأفضل، فمضي الوقت، وفاتها حتى من يكون في مستوى من ردهه سابقًا.!

المؤثرون الخارجيون:

أولاً:

هناك من المهتمين، من يتحمس، اجتهدًا منه، وصدى لبعض قضايا قد يكون سمعها، من التأكيد على الفتيات، جعل الوظيفة قبل الزواج، للتأكد من الأمان المالي، وعدم الاتكال على الزوج.. وهذا وإن كان، قد يصدق في حالات معينة، كون الفتاة أو أهلها أقدموا على قبول الخاطب، دونما تأكد من نضجه العقلي، أو صحته النفسية، أو حتى قدرته المالية، لكن لابد من الإشارة أن الإمعان في التحاق المرأة بالعمل، بغض النظر عن ظروفه، وما يعطي المرأة، وما يأخذ منها، هو أحد الأسباب التي دفعت المرأة الغربية في التأخر عن الزواج، كون العمل قلل اعتمادها الاقتصادي على الزواج، بل جعل بعض النساء هناك، تفضل الاستقلال المالي والمهني على الارتباط المبكر. وأصبح التركيز على النمو المهني وتحقيق الذات. ولا شك أن مثل هذه الدعوة، وصدورها من أشخاص لهم حضورهم الإعلامي، يترك أثرًا سلبيًا، خاصة ومن يطلق مثل هذه الدعوة يطلقها بعامة، ولا يربطها بعمر معين، ومن الطبيعي أنه مع كثرة الإقبال على الأعمال ستقل الفرص، فكيف ستنظر الفتاة، حتى تجد العمل المناسب، لتفكر - وقتها - في الزواج، خاصة وأن عمر الإنجاب، بالنسبة للمرأة محدود، نوعًا ما.

ثانيًا:

نسب الطلاق المرتفعة، والتي تتداولها وسائل الإعلام، بقدر مبالغ فيه أحيانًا.. وكذا الحديث عن تيار المشكلات الزوجية الجارف، يُحدث قدرًا من التخوف عما يمكن أن ينتظر الفتاة، بعد زواجها، من طلاق أو مشكلات عاصفة.

ومن يتابع بعض (البثوث في وسائل التواصل الاجتماعي) يرى كيف نَصَب أصحابها أنفسهم مرشدين أسريين، وتعجلهم في إصدار النتائج، وغالب من يطرح المشكلة النساء، وكثير ممن يستقبل الطرح يبدي التعاطف المطلق معها، وقد تكون تلك الزوجة حدث لها مع زوجها مشكلة صغيرة، ثم وجدت صاحب البث - في حال تأثرها - فطرحت المشكلة، لتجد جوابا (مسلوقا) يدين ليس الزوج وحده، ولكن (كل) الأزواج، الذين يصفهم بممارسة الظلم للمرأة.. وقد تكون تلك المرأة تعيش قدراً كبيراً من الصفاء مع زوجها، فتمثل تلك الإجابة (الحمقاء) غباراً يكدر صفاء حياة أولئك الزوجين. لكن الأخطر من ذلك هو ما يرسمه ذلك في ذهن الشباب والفتيات، من مخاوف، تجعلهم يترددون كثيراً، في الإقدام على الزواج.

ثالثاً:

مرور بعض الرجال والنساء، بتجارب زواجية، خاضا فيها حروباً، انتهت بالطلاق أو الخلع.. وبغض النظر عما هو المخطئ، ووجود (نماذج) من الجنسين، انقلب أحدهما على شريكه، فإن الملاحظ أن النساء بالذات، وهناك رجال أيضاً، ممن مروا بمثل هذه التجارب، أصبحت (بثوثهم) وكلامهم، في وسائل التواصل الاجتماعي، يدور في غالبه، على (هجاء) الجنس الآخر، والتنقيص منه، ورميه بعدم الوفاء.

وإذا كان أولئك يمثلون أشباحاً، فإن بعضهم، والنساء خاصة، تبدو بصورتها المعروفة، ويبدو أولئك من خلال كلامهم كأزواج يحكي كل منهم تجربة، يصفها بـ (المرّة والمؤذية) مع شريك / شريكة حياته، التي انتهت بالطلاق، أو هي قريبة منه، بسبب كثرة المشكلات.. يتكلم كل منهم، بسخرية لاذعة، وحنق بالغ، عن جنس الطرف الآخر، ولأن أصواتهم عالية، فالسذج يظنون هذا هو الواقع، ومن ثم قد يحملون هذا التصور، ويتهيبون من الإقدام على الزواج!!

وقد بدأ ذلك يفرض ما بدأ يظهر على السطح، من تيارات النسوية والذكورية، ولا شك أن الشباب والفتيات هم - غالباً - مرمى وسائل التواصل، ويسمعون مثل هذه الأحاديث، وهي ما تترك لدى بعضهم - أحياناً - قدراً من التخوفات.

رابعاً:

وسائل التواصل، التي يبحث أصحابها عن (أي) محتوى، ومن ثم ساعة تحدث حادثة عنف زوجية، قد تكون فردية، وربما لإنسان، مضطرب أو مريض أو مدمن، يطيربها غالب أصحاب منصات التواصل، ويظل الكل يتحدث عنها، مع غير قليل من الأباذير والبهارات والمنكّهات!! وبقدر من الثقة، كما لو كان شاهداً عليها، ولأن غالب من يتابعون أولئك من النساء يفتقدن العمق والنظرة الفاحصة، فقد يعممنها، وتترك لديهن أثراً سلبياً، يجعلهن يتوقعن أنه سينتظرن بالزواج إشكالات مثلما يسمعن، وبالتالي يحجمن عنه.

التأثر ببعض الأطروحات، التي يكثر تداولها أخيرًا، من مثل أن المرأة المستقلة ماديا يضعف ارتباطها بالزوج والأسرة، وتتسع شهيتها للحرية. وأن الوظيفة توصل إلى مثل هذه النتيجة، ومن ثم فالشباب يبحث عن زوجة غير موظفة، ليتجنب برأيه مثل تلك التخوفات. ولكن لأن الفتاة أصبحت عدم ارتباطها بعمل يمثل وصمة اجتماعية، خاصة في الوسط النسائي، أصبح هناك تهالك على أي عمل، ولو كان مردوده المادي لا يكافئ أجره التردد منه وإليه. ولذا صار من المتعارف عليه اشتراط العمل، في عقد الزواج.

وقد يقف بعض الشباب ليس عند العمل بذاته، بل حين يصبح العمل شرخًا في الحياة الزوجية، فقد تجد الزوجة فرصة وظيفية، ولكن على بعد مئات الكيلومترات، وقد تكون بعقد مكاني، ستظل فيه، وهي ترى أن العمل، ومرتبّه، فرصة لن تتكرر! لكن سيظل الزوج في معادلة صعبة، إن بقي في مدينة عمله، والتحقّت زوجته بمدينة عملها، وظلا يتواصلان مرتين في الشهر، فلن يمثل ذلك حياة زوجية مستقرة، والزوج يصعب عليه أن يغامر بنقل عمله.. والشأن نفسه في موضوع فرص الابتعاث للزوجة.

وهناك أمر متصل بهذا الجانب يتمثل في كون بعض الشباب يتحفظ - كثيرًا - على أن تعمل زوجته، في عمل مختلط.. وقد تذكر له فتاة بمواصفات جيدة، موظفة بوسط غير مختلط.. لكن ما يعيشه من قلق، يجعله يتخوف أن تتحول، يوما ما، إلى بيئة مختلطة، وهو ما سيثير - وقتها - بينهما زواج مشكلات.

وقد ذكرت - سابقا - أن من أسباب تأخر الزواج، شعور الفتاة، بناء على بعض دعوات تسمعها، أن العثور على وظيفة، يفترض أن يسبق الارتباط بزواج، كونه يمنحها الاستقلال المادي.

انفتح باب السفر، وسهل أمره أن من أراد السفر سيجد خارطة على بعض وسائل الاتصال، تأخذ بيده خطوة خطوة، من تعريفه على مكاتب الحجز الأرخص سعرًا، مع البطاقات البنكية، مع تحديد خطوط طيران مفضلة، ترشيح بعض أسماء الفنادق والمطاعم المناسبة، وتحديد الأماكن التي تستحق الزيارة، في أي بلد.. ولا يكتفي بهذا، فسيجد تعليقات الزوار، وعرض تجاربهم الناجحة، والمواقف المزعجة. ومن هنا أصبح ذلك مغريًا بالتجربة، والتجربة تولّد تجارب.. خاصة حين يجتمع مجموعة أصدقاء، يمثلون (شلة).

والشباب الذين اعتادوا السفر، واتخذوا منه مادة لهم على منصاتهم، في وسائل التواصل، بدأ يساور أحدهم الخوف من أن يقيّد الزواج حريته، خاصة مع انفتاح عالم السفر، ووجود ذاته مع متابعين كثير، وبعضهم نساء، وهو يجد ذاته معهم، وهو يحدثهم - بجنسيتهم - بعفوية تامة، بما في ذلك من تعليقات وضحكات.. يغلب على ظنه أن الزوجة لن تدع حريته مطلقة.

سابعاً:

بدأ على نطاق محدود، اختيار الزواج من الأجنيبيات بزعم انخفاض الكلفة المادية، وقلّة الطلبات، والمبالغة في العناية بالزوج. والمشكلة أن بعض الناس - في إطار الصراع بين الجنسين - بدأ يحاول استفزاز النساء المواطنات، بمثل هذه الدعوات، على منصات التواصل، وعبر المقاطع.

معالم عامة لتعامل المرشد، مع قضايا تأخر الزواج:

مع الوالدين:

أولاً: الإشارة إلى مسؤولية الوالدين تجاه البنت؛ الدينية أولاً، والاجتماعية ثانياً، وأنه يجب أن يدركوا أن كونهم يفرضون على ابنتهم خاطباً بعينه؛ قريباً أو بعيداً، له مخاطره، على نفسية البنت ومستقبلها الزوجي. وعلى نظرتها لهم، وعلاقتها بهم. إن البنت أمانة عند والديها، وهم مستأمنون عليها، وأنه يجب أن يقدموا مصلحتها على مصلحتهم، خاصة وهي محتاجة لهم، فقد تستجيب لهم من باب البرّ، فتُكره نفسها إرضاءً لهم، وهو ما يضاعف مسؤوليتهم. ونتيجة لطبيعة البنت فقد تضافرت أحاديث المصطفى صلى الله عليه وسلم بأهمية العناية بها، ومراعاة أحوالها النفسية، وتأديبها، والإحسان إليها، وتزويجها الكفاء، ممن ترضاه.. والبعد عن إكراهها على من لا ترضاه، بل حتى لو حدث لها طلاق أن يستكمل الوالد استقبالها ورعايتها.

ثانياً: الزواج هو حق للبنت، وليس للوالدين، وينبغي ألا تستعمل الولاية، التي أوجبها الشرع، استعماً لا تعسفياً، في

تزويج البنت من يشاء الوالدان. كما أن منعها من الزواج؛ بصورة مباشرة أو غير مباشرة، جريمة بكل المقاييس، ولو حدث أي انحراف منها، بسبب ذلك، فالمتسبب من الوالدين شريك، في الإثم.

ثالثاً: قد يؤدي منع البنت من الزواج، لأي سبب، أو محاولة فرض الزواج عليها من أحدٍ لا ترضاه، إلى تمرد البنت على والديها؛ فقد تبقى بلا زواج، وقد ترفع شكوى على والدها، وهو أمر سيشكل فضيحة للأسرة هي في غنى عنها، وفي النهاية قد يعدُّ الأمر عضلاً، ويتولى القاضي تزويجها، وهو أمر سيمثل وصمة على والد الفتاة. وقد مرَّ عليَّ حالات سارت أحداثها بهذه الصورة.

رابعاً: أحياناً يُبقي الوالدان الفتاة في دائرة من الحيرة، فكل دورهما هو إخبارها بالخاطب، وتزويدها بالمعلومات اليسيرة، التي صرَّح بها الخاطب للوالدين عن نفسه، لكنهما لا يقومان بأي مبادرة في السؤال عنه، والتأكد من مدى مناسبته، من خلال جمع معلومات - مؤكدة أو شبه مؤكدة - عنه. ولأن الفتاة تدرك ضخامة قرار الزواج ومتربئاته، فهي تبقى مترددة، ولكنها - أخيراً - قد تحجم. ومن ثم فإن من مسؤولية الوالدين سؤال الخاطب عن عمله، وبعض أصدقائه، ومعارفه، وأخذ عنواناتهم، والعمل على جمع معلومات جيدة عنه، تساعد في الإقدام أو الإحجام.. وهذا فيه مصلحة لهما، فلو اتضح - من بعد - أن الخاطب غير مناسب، فهما من سيحتملان عواقب ذلك القرار، كونهما مرجعية البنت.

خامساً: قد تكون هناك عوائق كثيرة، تجعل الخطاب يترددون، حتى لو كانت الفتاة ذات مقومات جيدة، كسوء سمعة الأسرة، أو سوء سمعة الأب، بين الناس.. وهو أمر يفترض في الوالدين العاقلين أن ينتبها له، ولمدى تأثيره المستقبلي على الأولاد.. وتعجبنى بعض النساء، اللاتي قد يُبتلين بأزواج سيئين، من نواح كثيرة، وقد يظلمها، ويبخسها حقوقاً مادية، وحين تضطر للطلاق، تحاول ذلك، بأيسر طريق، وقد تتنازل عن حقوق لها، لأنها تنظر للمستقبل، وأن ما قد تتخذه من خطوات وشكاوى في المحاكم سينتشر، ويؤثر في سمعة الأسرة، وبالتالي يلحق سمعة بناتها وأبنائها.

سادساً: قد تكون الأم هي من طلبت الطلاق، وبالتالي قد يكون الأب متحاملاً عليها، وقد يشمل بغضبه الأولاد، بمن فيهم البنات.. وقد يبدأ برد الخطاب، دونما رجوع للأم أو البنت، وقد يزعم أنه وقف على عيوب فيهم دفعته إلى ردِّهم، فالمرشد - حينئذٍ - يوجِّه الأم أو البنت إلى التلطف مع الأب، وأن الزواج شأن للبنت، فمن الجيد أن تعرف من خطبها، وتبدي رأيها، لكن حين يرفض أو تبدو مماطلته، فمن الجيد أن تدخل في الموضوع بعض القريبين المؤثرين، من الأعمام أو الأخوال، لكن لو لم يوصل ذلك إلى نتيجة، أو كانت تدرك - مسبقاً - أن ذلك يستفز الأب، ويزيد في حقنه، فمن الجيد أن تستعين ببعض لجان الإصلاح.

سابعاً: حين تظل البنت ترد الخطاب، مع أنهم في نظر الوالدين مناسبون، من المهم أن يلتمس الأهل - بلطفٍ شديد - سبب الرفض؛ فقد يكون لأسباب منها:

- تعرضها لتحرش، في طفولتها أو مراهقتها.

- وجود معلومات مغلوبة، عن الزواج وقفت عليها من خلال شبكة الإنترنت، أو سمعتها في مجالس النساء.

- وقد تكون عاشت أجواء من المشكلات المستمرة، بين والديها، التي قد ترى فيها والدتها تبكي وتتأثر، وربما رأت والدها يعتدي على والدتها جسدياً، أو يعنفها نفسياً ولفظياً. ومن ثم بدأت ترى الرجال في صورة والدها، فقررت إلغاء الزواج من قاموسها، خوفاً أن تصبح مع زوجها صورة من والدتها.

- قد تكون دخلت علاقة حب، مع شاب، وأصبحت لا ترى نفسها مع غيره؛ وسواء أصرحت بذلك ورفض أهلها، أم إنها مترددة، في إخبارهم خوفاً من ردة فعلهم.!

وعلى المرشد، حين يعرض عليه أحد الوالدين، شكواه من رفض البنت المستمر، لمن يتقدم من الخطاب، أن يحاول أن يطلب من الوالدين دفع البنت نفسها للتواصل معه، ويحاول طمأنتها، وإشعارها بالأبوة، ويتحدث عن أن الزواج فطرة، وأن الأمومة فطرة لا يمكن أن تتحقق دون زواج، وأن الأبوين - مهما كان حبهما لابنتهما - لا يمكن أن يبقيا لها، سيمضي بهما قطار العمر، وأن الإخوة والأخوات، حتى لو كانت علاقتها بهم جيدة، فسينشغل كل منهم بنفسه وحياته وأسرته، وأنها قد تفاجأ بعد سنوات بالوحدة، ووقتها حتى الزواج قد لا يتيسر لها، أو لا يأتيها من تراه مناسباً، وقد تكون تجاوزت مدة الحمل الطبيعية.. ثم يحدثها المرشد أنه نتيجة لذلك فلا بد أن هناك أسباباً لرفضها الزواج، ويستعرض معها الفروض السابقة، ويتحدث معها - بهدوء وشفقة - عن وجهة نظره، فيما تبديده.

فالتحرش لو حدث، فهو - غالباً - سطحي لا يترك أثراً، لكن حساسية البنت، وخوفها الفضيحة، يجعلها تتخوف. ومن ثم يطمئنها، ويذكر لها بعض نماذج مثلها، كانت مترددة، ومضت، وتزوجت، وسارت حياتها بصورة رائعة.

ولو كانت تخوفاتها ذات مستوى عالٍ، فيمكن أن يشجعها المرشد، لحسم الأمر، بمراجعة طبيبة مختصة.. ولو كانت قد وصلت، بسبب ذلك، إلى كراهية الزواج فيمكن أن يقنعها بمراجعة أخصائية نفسية جيدة، كون ما يكرهها في الزواج أمر عارض، والزواج نفسه أمر فطري.

وقضية المعلومات، يفترض أن تؤخذ من مصادر علمية، ويمكن أن يذكر لها المرشد بعض الكتب العلمية المناسبة.

وموضوع المشكلات يؤكد لها أن من ظلم الرجال إنزال صورة والدها على كل منهم؛ فهناك رجال سيئون وآخرون رائعون، كما أن هناك نساء سيئات وآخر رائعات.

وأما موضوع الحب، فليحاول مناقشتها، بمزيج من العقل والقلب، أن زواج الحب، حتى من الناحية العلمية، وحسب وجهة نظر خبراء عالميين، يغلب عليه الفشل.. لكن لو رأى عدم قناعتها فليشجعها على مناقشة والديها بكل هدوء وأدب.. ووقتها يمكن أن يدع فرصة لاتصال أحد الوالدين، ومتى ما أنس من خلال مكالمة أحدهما، النضج، ناقشه في الموضوع، وأن من الجيد محاولة إقناع الفتاة بالعدول - بطرق مختلفة - لكن لو أصرت، فكونها تتزوج، حتى لو فشل زواجها، وتزوجت من جديد، لهو خير من أن تبقى بلا زواج.. فضلاً أن تبقى علاقتها بذلك الحبيب (!)، دون زواج شرعي.!

وأحياناً، ومع كثرة المؤثرات والمؤثرين، قد تكون ردة فعل البنت، بسبب رفض والديها، أقوى، إلى مستوى لم يخطر في بال الأبوين، فتستقل عنهم في السكن، ولأنها تدرك أن النظام يتيح لها ذلك، وأن الوالدين ليس لهما سبيل إلى إجبارها، فكأنها تبدو كمن لا يرغب رؤيتها.!

وقد يبدأ الوالدان بعد ذلك مشواراً، في محاولة التواصل معها، ولكن ربما دون أي تجاوب، وهناك نماذج حدثت، تمنى الوالدان - بأسئ - أن لو يعود الزمن، ويمضيان زواجهما، ولو بمن لا يرضيانه بصورة تامة، فهو أولى من كونها بعيدة عنهم، لا يعلمان عنها أي شيء، وربما ناقمة عليهم.

مع البنت:

أولاً: يؤكد المرشد على الفتاة أن قرار الزواج هو قرار عقلي، وليس قراراً قلبياً محضاً، وبالتالي فالاستفادة من الآخرين، تضعف دور الاستيلاء العاطفي، وأقرب الآخرين الوالدان.. فالفتاة قد تمتنع عن الزواج لأي سبب، لكن ذلك لن ينال بالضرر أحداً أكثر مما ينالها، ويعود إليها. فليست المسألة مجرد مسألة جانب جزئي؛ كالإنفاق أو إرواء الغريزة، مما يمكن تجاوزه أو تعويضه، ولكنها عملية لها جوانب كثيرة، تتضح أبعادها مع مرور الوقت.. فهناك إشباكات مهمة، لا يمكن أن تتحقق إلا بالزواج، ولكن بالتأكيد ليس أي زواج.!

ثانياً: من المؤكد أن قرار الزواج هو قرار البنت، لكن من المهم أن تدرك البنت أن والديها حريصان جد الحرص على مستقبلها، وهما أكثر خبرة حياتية منها، ومن ثم فينبغي أن تتوقف عند آرائهما، وتحيل النظر فيها، ولا تستعجل القرار بنفسها، أو تصرّ على الخاطب - قبولاً أو رفضاً - ولوالدين وجهة نظر مختلفة، فهو من مصلحتها.. فعلى الأقل تعطي نفسها فرصة للتأمل فيما يريانه، وتستشير مرشداً خارج دائرة العائلة، ليكون أكثر حيادية.

ثالثاً: يجب ألا تتبع الفتاة، في موضوع قرار الزواج، من يكون في مستواها العلمي والعمرى، بل يجب أن تتجاوز في

الاستفادة، إلى من تراه أكثر علماً وخبرة.

رابعاً: حين تكون شكوى الفتاة أن والدها يمتنع من تزويجها لأي سبب، أو يرد الخطاب، فليبحث معها المرشد، ما تتوقعه من أسباب، ويحاول طرح بعض الحلول، بناء على فهمه - من خلال حديثها - عن طبيعة والدها، ونمط شخصيته.

خامساً: من المهم أن تدرك الفتاة أن الزواج من الطبيعي أن يتطلب استعداداً، ويترتب عليه بعض المسؤوليات، لكن ذلك لا يعني بالتأكيد أن الفتاة ستظل طوال يومها، في أمور تقتضيها حياتها الزوجية، وأن الزواج سيسلبها حياتها السابقة، وما فيها من نشاطات أو صديقات أو مواهب، بل الأمر أيسر من ذلك، لكن لتعلم أن مسؤوليتها وهي طالبة جامعية - مثلاً - يختلف عن كونها - من بعد - موظفة؛ فمسؤوليتها موظفة قد تكون أكبر، وأتعب قليلاً، لكنها ستمنحها راتباً، وتصنع لها قيمة، وهو ما يحققه الزواج، مع حسن الاختيار، بصورة تفوق الوظيفة.

إن أي عمل - فضلاً عن الزواج، يتطلب لإنجاحه قدرًا من الوعي والثقافة والمهارات.

سادساً: فرص الزواج تظل تتناقص مع ارتفاع سن المرأة. والحمل والإنجاب، في الأعمار المبكرة أفضل بكثير منها في الأعمار المتأخرة. ولابد من التخلي عن الصور المثالية في الزوج، والتأكيد على الصفات الأساس؛ الدائمة والمستمرة.

سابعاً: الفتاة هي من تسوّق نفسها؛ فسلوكها ونوعية صديقاتها، ولباسها، وسلوكها مع الأخريات، يعطي انطباعاً عنها لمن يعرفها، أو يراها.. لذا من الجيد أن تتوازن الفتاة في خروجها ومشاركاتها؛ فلا تنطوي على نفسها، ولا يصبح وجودها خارج البيت أكثر من وجودها فيه، وأن يكون لها إسهامات ومشاركات، وأن تحافظ على قيمها وحدودها، وأن تدرك أن الأناقة ليست مرتبطة بضرورة إخراج أجزاء من الجسد، مما يفترض ستره. فالأم التي تراها وتعجب بها ستفرح أن تكون زوجة لابنها، وقد تبادر بخطبتها، والشباب - في غالبهم - يتمنون أن تكون شريكاتهم مثلاً للأدب والخلق وحسن السلوك.

مع الشاب:

أولاً: قد يعيش الشاب حياته مع والديه ويرى كيف يعاني والده من والدته؛ فقد تكون سريعة الانفعال، عالية الصوت، شديدة الغيرة، متحكمة، وهو ما يجعله كلما فكّر في الزواج بدأ يعتريه خوف أن يعيد زوجته في حياته معها، (الوضع)، الذي يعيشه أبوه مع والدته.

أذكر شاباً فوق الخامسة والثلاثين، تواصل معي مستشيرًا، وخلاصة استشارته، أن لهم جازًا يمثل - هو وأولاده - قمة الأدب والخلق، وأنه فاجأه اليوم، بأنه معجب به، وأن لديه بنتًا في مواصفات جيدة، لكنه لا يرغب لها أي أحد، ولأن الشاب لم يكن يفكر في الزواج، وفي الوقت نفسه يكن لهذا الرجل كثيرًا من الاحترام والإعجاب، أحب أن يستشير، قبل أن يبادر بالرد.. كأنما أدركت من كلامه ما جعلني أسأله: بصراحة، هل أفهم أن لديك نموذجًا، هو الذي صنع ترددك عن الزواج؟ ولم يخب ظني، فقد ضحك، وهو يقول: بصراحة، أمي حفظها الله، تزوج والدي عليها منذ أكثر من ثمانية عشر عامًا، ولا تزال تعامله كما لو كان متزوجًا بالأمس!! وكلما تخيلت أن زوجتي قد تعاملني كما تعامل والدي والدي أحجمت.!

وهنا يمكن للمرشد أن يؤكد له أن والدتك قد تكون هي ضحية لأسرتها، التي ربّتها، وتعاملت معها، مع عدم إغفال مسؤوليتها، وأن النساء يتفاوتن - حسنا وسوءًا - كما يتفاوت الرجال، وأنه حين يبحث عن فتاة نبتت نباتًا حسنًا، في أسرة مستقرة، سترزق - بتوفيق الله - دائرة سعادته، وتربي له أولاده.. وقد قلت لذلك الشاب: إن جارك الذي أسرك بخلقه، كانت زوجته لديها استعداد للاستقرار، وهو تعامل معها برقي، وهذا ما أسس لدى الأولاد - بتوفيق الله - ما تراههم عليه من خلق وأدب.

ثانيًا: عدد من الشباب كانوا يرون أنهم سيظلون قبل الزواج أحرارًا، وأن الزواج يمثل قيدًا يحد من حريتهم، لكن من خاض تجربة الزواج، ووفق في الاختيار، تمنى أنه تقدم سنوات في زواجه؛ فالزوجة العاقلة تضي على حياة زوجها جمالًا وسعادة وأنسًا.. وحين يرزقون بأطفال سيزدادون سعادة. وهي أمور من الجيد أن يذكر به المرشد الشاب، الذي قد يبدو متأرجحًا بين الاستجابة لضغط والديه، في الزواج، وبين تخوفاته مما يمكن أن يتركه الزواج في حياته، من وضع حدّ لتحركاته.

وإذا كان الشاب، حتى بعد زواجه قد يضطر للسفر، بسبب متطلبات العمل مثلاً، أو يكثر خروجه من البيت، تبعًا لذلك، ويكون هذا الأمر هو ما يدفعه للتردد، فبإمكانه أن يحاور من يقع عليها اختياره، قبل عقد القران، ويضع ظروفه بين يديها، بكل وضوح، ويعطيها فرصة كافية للتفكير، وفي الوقت نفسه يجب عليه أن يدرك أن أي إنسان، مهما بلغت مكانته وانشغالاته، يجب أن تكون حياته بعد الزواج غيرها قبل الزواج؛ فطبيعة الحياة الزوجية لا بد أن تشمل على طقوس (مرتبة)، تُشعر الزوجة بالاستقرار، ويكون ذلك - حين الحوار حول برنامج الزوج - بمثابة وضع نقاط على الحروف، تطمئن الزوجة أن ارتباط الزوج بعمل طويل، أو سفر متكرر، لن يسلبها حياتها الزوجية، أو شعورها بالأمان.

ثالثًا: كلما تأخر الشاب في الزواج، ومن الطبيعي أنه لا يدري متى يقدر له مجيء الأولاد، فإن الأولاد قد يبلغون مرحلة المراهقة وهو في سنّ عمرية متأخرة، فيكون تحمّله لهم أقل، وتعبه منهم أكثر. كما أن هناك فرقًا بين أن يرزق الإنسان بأولاد، وهو في سنّ يستطيع معها النزول إلى مستوى أطفاله، والاستمتاع معهم، وبين من يكون بينه وبين أطفاله مسافة زمنية ضخمة.!

رابعًا: حين يكتشف المرشد أن ما يدفع الشاب إلى التردد، في الإقدام على الزواج هو الخوف؛ سواء من تحمل المسؤولية الجديدة للبيت والزوجة والأولاد من بعد، أو تخوفه من تأثير بعض سلوكات سابقة له، أو تخوف من ضعف في قدرته الجنسية، أو وجود أمراض جنسية، جراء ممارسات جنسية خاطئة، في السابق، فليوضح له المرشد أن حياته لن تكون طبيعية دون زواج، وأن مثل تلك المخاوف يحملها كثيرون، وأن من خاضوا التجربة اكتشفوا أن تلك المخاوف هي مجرد حواجز نفسية، تكشف خطؤها مع الزواج، ولكن لا يمنع - إطلاقًا - أن يكون ضمن تهيئة النفس للزواج؛ حسيًا ومعنويًا - وهو أمر صحي، أن يراجع الشاب طبيبًا مختصًا، أو يتواصل مع مرشد، وذلك يجسد العقل والشجاعة، أما أن يدفن رأسه في رمل الأوهام، فالمشكلة ستظل تكبر، ودائرة الخوف تتسع.

خامسًا: يمكن أن ينبّه المرشد الشاب أن الجمال لدى الزوجة مطلب، لدى كل الرجال، بل قد وجّه إليه المصطفى، صلى الله عليه وسلم، كونه يساعد في غض الطرف عن الحرام، لكن الإمعان في تطّلب المواصفات الجمالية، بصورة مبالغ فيها، ووجود صورة ذهنية لدى الشاب، رسمها من مشاهدات له - واقعية وافتراضية - عبر زمن، وهو يريد لها كلها فيمن يرتبط بها، وحتى دونما نظر لواقعه هو (!). ذلك الإمعان يجعل الشاب قد يغفل عن جوانب مهمة جدًا، تمثل مطالب حياتية يومية في الزوجة، من خلال تركيزه على الجانب الجمالي الشكلي. وينبّه المرشد الشاب أن يقلب المعادلة، فيضع حدًا أدنى من الجمال لا يرغب بمن يرتبط بها أن تكون أقل منه، ويوازن في توافر الصفات الأخرى، التي تمثل أساس التفاعل.. فهناك جمال صامت، هو جمال الوجه والجسد، وهناك جمال متحرك، هو جمال العقل والخلق، وحسن التصرف.

خاتمة:

جاء تكليفي بهذا الموضوع، وكنت أعيشه همًا، يذكرني به كثيرون؛ ممن يلتمسون حاجات الناس ويعيشون همومهم، أو من آباء يشكون قلة حيلتهم أمام أبنائهم، الذين تجاوزوا الثلاثين، دون زواج، أو من آباء وأمّهات، تحس بثقل الهموم التي يحملونها، تذكرك بقول الأحنف بن قيس، رحمه الله: «أَفْعَى تُحَكِّكُ فِي نَاحِيَةِ بَيْتِي أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ أَيْمٍ قَدْ رَدَدْتُ عَنْهَا كُفُوًا».

أسأل الله أن ينفع به، ويجعله خالصًا لوجهه.

يمكن الاستفادة من هذه الكتب:

- تزويجه، دفاع عن فكرة القبول بالسيد (جيد إلى حد مقبول)، لوري غوتليب.

- تأخر سن الزواج لدى الشباب (أسباب - مشكلات - حلول)، إيمان عبد الحكم البطران.

www.morganstanley.com/ideas/womens-impact-on-the-economy-

المُخَوِّرُ السَّادِسُ

التغير في متطلبات المرأة وكيف يتعامل المرشد الأسري مع آثاره؟
(السفر وحدها، الخروج للمقاهي، الندية في التعامل، اختلال الأدوار الزوجية)

أ. د. أسماء الحسين

تعيش المجتمعات العربية والإسلامية اليوم مرحلة انتقالية حساسة بفعل التحولات الاقتصادية والثقافية والاجتماعية الناتجة عن الانفتاح والعولمة وانتشار وسائل الاتصال الحديثة. ومن أبرز المتأثرين بهذه التحولات المرأة، باعتبارها ركيزة أساساً في بناء الأسرة والمجتمع؛ فقد ازدادت مطالب المرأة وتطلعاتها بما يتجاوز الأطر المتعارف عليها، مثل السفر بمفردها، والخروج مع الزميلات إلى الأماكن العامة، والمطالبة بالندية في التعامل مع الزوج، وهو ما انعكس على الأدوار الزوجية وأدى في بعض الأحيان إلى اختلال التوازن الأسري؛ ومن هنا فإن معالجة هذه الظواهر تتطلب فهماً عميقاً للجدور الثقافية والدينية والاجتماعية، وكذلك استحضار أدوار الإرشاد الأسري في التوجيه والتصحيح والتوازن بين متطلبات العصر وثوابت المجتمع.

كما شهد العالم المعاصر تحولات اجتماعية واقتصادية وثقافية غير مسبوقة، انعكست بشكل مباشر على المرأة ومكانتها داخل الأسرة والمجتمع. فقد أسهمت العولمة والانفتاح الإعلامي والتقني، إلى جانب التطورات التعليمية والاقتصادية، في بروز جملة من المتطلبات الجديدة للمرأة، بعضها يتعارض مع التقاليد السائدة، وبعضها الآخر يجد قبوله في المجتمعات الحديثة.

وهذه المتطلبات لم تعد قضايا فردية تخص المرأة وحدها، بل أصبحت موضوعاً أساساً للنقاش الأسري والاجتماعي؛ لأنها ترتبط مباشرة باستقرار الأسرة وتماسكها. من بين أبرز هذه المتطلبات: رغبة بعض النساء في السفر بمفردهن لأغراض التعليم أو العمل أو الترفيه، ورغبة أخريات في الخروج إلى المقاهي والأنشطة الاجتماعية مع الزميلات، بالإضافة إلى المطالبة بـ(الندية) في التعامل مع الزوج في إطار الحياة الزوجية، وأخيراً إعادة تشكيل الأدوار الأسرية بما يتلاءم مع الواقع الجديد.

وهنا تبرز أهمية المرشد الأسري، الذي يُعد حلقة الوصل بين حاجات المرأة ومخاوف الأسرة، وبين قيم المجتمع ومتطلبات العصر. فوظيفته ليست الرفض أو القبول المطلق، وإنما البحث عن حلول وسطية تراعي التوازن وتضمن التماسك الأسري. وسوف أتناول هذا الموضوع من خلال عدة محاور، تتمثل فيما يلي:

المحور الأول: متطلبات المرأة المتعلقة بالسفر بمفردها:

أولاً: البعد الاجتماعي والنفسي:

أصبح سفر المرأة بمفردها من أبرز القضايا المثيرة للجدل في المجتمعات العربية والإسلامية. فهناك نساء يرغبن في السفر للدراسة في الخارج، أو المشاركة في برامج تدريبية ومؤتمرات، أو حتى للسياحة والترويج. هذه الرغبة تعبر عن نزوع طبيعي نحو الاستقلالية وتحقيق الذات، وهي أيضاً انعكاس لتغير صورة المرأة في المجتمع من فرد تابع فقط، إلى فرد فاعل يملك قراراته.

ومن الناحية النفسية، ترى بعض النساء أن السفر يوفر فرصاً للمرأة لاكتساب خبرات جديدة، والتعرف على ثقافات مختلفة، وتنمية الثقة بالنفس. تشير دراسة صادرة عن منظمة اليونسكو (2022) إلى أن 35% من الطلاب العرب المبتعثين للدراسة في الخارج هن من الإناث، ما يعكس زيادة ملحوظة في قبول المجتمع لدور المرأة الأكاديمي.

ثانياً: التحديات الثقافية والدينية:

لا يزال سفر المرأة بمفردها يثير جدلاً واسعاً. فبعض الأسر تخشى على المرأة من المخاطر الأمنية أو الانحراف الأخلاقي، بينما يرى آخرون أن هذا يتعارض مع الأحكام الشرعية وبعض الأعراف الاجتماعية. على سبيل المثال، يُستشهد بالحديث النبوي: «لَا تُسَافِرُ الْمَرْأَةُ إِلَّا مَعَ ذِي مَحَرَمٍ» [رواه البخاري]. إلا أن فقهاء معاصرين قدّموا اجتهادات تُفيد بإمكانية سفر المرأة دون محرم إذا كان السفر آمناً وتحت إشراف جهات رسمية أو ضمن برامج أكاديمية مضمونة، ويكون خلال يوم وليلة، بناء على حديث الرسول صلى الله عليه وسلم: «لَا يَحِلُّ لِمَرْأَةٍ تَوْمَنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ أَنْ تَسَافِرَ يَوْمًا وَلَيْلَةً، فَذَكَرَ مَعْنَاهُ. [أي معنى حديث: لَا يَحِلُّ لِمَرْأَةٍ مُسَلِّمَةٍ تَسَافِرُ مَسِيرَةَ لَيْلَةٍ إِلَّا وَمَعَهَا رَجُلٌ ذُو حَرَمَةٍ مِنْهَا]. (صححه الألباني).

قصص واقعية توضيحية:

قصة طالبة جامعية. رغبت طالبة في إكمال الماجستير بالخارج، فقبولت بالرفض من أسرتها بدعوى الخوف عليها، تدخل المرشد الأسري ونظم جلسة حوار بين الطالبة ووالدها، تم التوصل إلى حل وسط يقضي بسفرها لمدة عام واحد فقط ضمن بعثة حكومية مضمونة، مع زيارات متقطعة للأسرة، مما أشبع رغبة الطالبة وحافظ على استقرار الأسرة.

قصة موظفة. حصلت موظفة في إحدى الشركات على فرصة تدريب في الخارج، لكن زوجها رفض سفرها وحدها، ساعد المرشد الأسري الزوجين على التفاوض، حيث وافق الزوج على سفرها بشرط تزويده بتقارير أسبوعية عن رحلتها ومتابعتها عبر الإنترنت.

ثالثاً: دور المرشد الأسري في هذا المحور.

يقوم المرشد الأسري بعدة أدوار للتعامل مع هذه القضية:

- ✓ التوعية: شرح أهمية السفر في تنمية شخصية المرأة ومستقبلها.
- ✓ الوساطة: فتح قنوات حوار بين المرأة وأهلها للوصول إلى حلول وسطية.
- ✓ التطمين: اقتراح حلول عملية مثل السفر ضمن مجموعات أو تحت إشراف جهات رسمية.
- ✓ التوازن بين القيم: الاستناد إلى المرجعية الشرعية، مع مراعاة الواقع الجديد.

المحور الثاني: متطلبات المرأة المتعلقة بالخروج إلى المقاهي والأنشطة الاجتماعية:

أصبح ارتياد المقاهي والأنشطة الاجتماعية من الظواهر الحديثة التي ارتبطت أكثر بالشباب، رجالاً ونساءً. وفي العقود الماضية، كان يُنظر إلى هذه الأماكن بوصفها فضاءات ذكورية بامتياز، أما اليوم فقد تحولت إلى فضاءات مشتركة، حيث تجتمع الفتيات مع زميلاتهن لمناقشة شؤون العمل أو الدراسة أو حتى الترفيه. بالنسبة للمرأة، لم يعد المقهى مجرد مكان للجلوس، بل أصبح رمزاً للانفتاح الاجتماعي وإثبات الوجود في المجال العام. وظهرت صور جديدة للأنشطة الاجتماعية مثل: النوادي الثقافية، وورش العمل التطوعية، والمنتديات الفكرية، وحلقات النقاش الطلابية.

أولاً: الأبعاد النفسية لهذا السلوك:

ترى بعض النساء أن الخروج مع الزميلات إلى المقاهي والأنشطة العامة يحقق للمرأة جملة من الحاجات النفسية، مثل:

- الانتماء: حيث تشعر أنها جزء من مجموعة تدعمها.
- التقدير: كونها قادرة على المشاركة في الفضاء العام دون رقابة مباشرة.
- الترويح النفسي: الابتعاد عن روتين الحياة الأسرية والعملية.

ومع أن دراسات علم النفس الاجتماعي ترى أن الأنشطة الجماعية تعزز الصحة النفسية وتقلل من معدلات الاكتئاب، خاصة لدى النساء العاملات أو الطالبات الجامعيات (دراسة ميدانية - جامعة القاهرة، 2021م)، فإن ذلك - في نظر المجتمع المحافظ - لا بد أن يكون منضبطاً بضوابط الشرع والعرف العام.

ثانياً: التحديات الأسرية والثقافية:

رغم إيجابيات هذا السلوك، تواجه المرأة جملة من الاعتراضات:

- الخوف من الصورة الاجتماعية: بعض الأسر تخشى أن يُساء فهم وجود الفتاة في المقاهي، خاصة في المدن الصغيرة.
- الوقت والالتزامات: يرى الأزواج أحياناً أن خروج الزوجة مع صديقاتها يمثل إهمالاً لواجباتها الأسرية.
- الخلط بين الحرية والانفلات: يربط بعض الآباء بين خروج الفتاة وكسر الحدود الأخلاقية.

قصص واقعية وأمثلة توضيحية:

قصة زوجة عاملة. اعتادت إحدى الزوجات على الخروج مع زميلاتهن للمقهى بعد انتهاء الدوام. شعر زوجها بأن ذلك يقلل من الوقت المخصص للأسرة. تدخل المرشد الأسري، وأقنع الزوجة بتقليل عدد المرات الأسبوعية، مقابل تفهم الزوج لرغبتها في الترفيه.

قصة طالبة جامعية. كانت طالبة تقضي وقتاً طويلاً في المقهى مع صديقاتها، مما أثر في دراستها. المرشد هنا لم ينصح بعدم الخروج، لكنه ساعدها على تنظيم جدول وقتها بحيث تتوازن بين الدراسة والأنشطة، وتعطي أهلها حقهم في الاستئذان، والإفصاح عن أسماء الصديقات، والمقهى الذي تتراده.

ثالثاً: البعد الديني والأخلاقي:

الإسلام لم يمنع المرأة من الخروج والاختلاط بالمجتمع في حدود الشرع، بل شاركت النساء في الأسواق، والمساجد، وحتى في بعض النشاطات العامة منذ صدر الإسلام. المهم هو:

- منح الزوج حقه في طلب الإذن منه عند الخروج.
- الالتزام بالآداب العامة.
- تجنب الأماكن المشبوهة.
- الحفاظ على التوازن بين مسؤوليات البيت والنشاط الاجتماعي.

دور المرشد الأسري:

المرشد الأسري لا يقف في صف طرف دون آخر، بل يسعى إلى تحقيق توازن بين حاجات المرأة ومخاوف الأسرة.

- الاستماع للمرأة: لمعرفة دوافعها من الخروج، هل هي للترفيه أم للهروب من مسؤوليات الأسرة، أو بسبب مشاكل البيت؟

- إقناع الأسرة: بأن هذه الأنشطة ليست خطرًا إذا تمت في أطر شرعية وصحية وآمنة.
- التوجيه العملي: مثل وضع حدود زمنية أو تحديد أنشطة اجتماعية مفيدة (كالأنشطة الثقافية أو التطوعية).
- تقريب وجهات النظر: بجعل الخروج وسيلة لتعزيز العلاقات بدلًا من النزاع.

وبالتالي؛ نخلص من هذا العرض بأن الخروج إلى المقاهي والأنشطة الاجتماعية بات مطلبًا لبعض النساء في ظل الانفتاح، ويمكن أن يحدث دون مشكلات بناء على التفاهم الأسري، ووجود إطار شرعي وقيمي يحكم السلوك، ودور المرشد الأسري في تنظيم هذه العملية دون إفراط أو تفريط.

المحور الثالث: اختلال الأدوار الزوجية في ظل الانفتاح الأسري؛

أولاً: تعريف اختلال الأدوار الزوجية ومؤشراته

اختلال الأدوار الزوجية يعني عدم وجود توازن واضح بين مهام ومسؤوليات الزوجين داخل الأسرة، بحيث يتحمل طرف أكثر من طاقته أو يتراجع طرف عن مسؤولياته التقليدية أو المتوقعة مما يولد ضغوطًا وصراعات. هذا الاختلال قد يكون مؤقتًا (بسبب ظرف طارئ كفقدان عمل) أو يتحول إلى نمط دائم.

ومن مؤشرات الاختلال العملية والتربوية مثل:

- تراكم مهام منزلية على طرف واحد (غالبًا الزوجة).
- اختلافات في المعايير حول من يتخذ القرارات المالية والتربوية.
- شعور أحد الطرفين بالاستغلال أو فقدان القيمة.
- تزايد الخلافات حول الوقت المكرس للأسرة أو العمل.

ثانياً: الأسباب الجذرية لاختلال الأدوار.

يمكن تقسيم الأسباب إلى ثلاث مجموعات رئيسية:

أ. عوامل اقتصادية:

- دخول الزوجة سوق العمل وارتفاع مساهمتها المالية دون تعديل الممارسات المنزلية.

- فقدان عمل الزوج أو انخفاض دخله مما يدفع الزوجة لتولي دور المعيل.

ب. عوامل اجتماعية وثقافية:

- التحولات الثقافية التي تعيد تعريف الدور الأنثوي والذكوري.

- انخفاض الدعم المجتمعي لهيكل الأدوار التقليدية في البيئات المتغيرة (مدن كبيرة مقابل أماكن ريفية).

ج. عوامل فردية ونفسية:

- توقعات غير واقعية لدى أحد الطرفين بشأن تقسيم العمل.

- مشاعر النقص لدى الرجل عند فقدانه «المكانة المادية»، أو شعور الزوجة بالضغط لتأدية جميع الأدوار.

ثالثاً: مظاهر الاختلال وتأثيرها في الأسرة

تأثيرات نفسية:

- زيادة مستويات القلق والاكتئاب لدى الطرف المحمل فوق طاقته.

- تدني التقدير الذاتي لدى الطرف الذي يشعر بالهامشية أو الإقصاء.

تأثيرات تربوية:

- تراجع جودة الرعاية التربوية للأطفال (قلة وجود الأب، أو إرهاق الأم).

- نماذج سلوكية سلبية لدى الأولاد (تعلم عدم التشارك أو العنف اللفظي).

تأثيرات اقتصادية واجتماعية:

- تضخم الصراعات المالية، وتدهور الأداء الوظيفي لدى أحد الطرفين.
- احتمال زيادة نسب الطلاق أو الانفصال المؤقت.

مثال حول المقارنة الثقافية: من حيث اختلاف المدن والريف، والطبقات الاجتماعية

في المدن الكبرى قد يكون الاختلال ناجماً عن مشاركة واسعة للمرأة في العمل وتغير المعايير، بينما في الأرياف قد يأتي الاختلال من ضغط اقتصادي مفاجئ أو هجرة الذكور للعمل خارج المنزل. كذلك، الأسر ذات الموارد المحدودة تواجه ضغوطاً أكبر لإيجاد حلول عملية لتوزيع الأدوار.

قصص توضيحية مفصلة.

- قصة (سارة ومحمد) التحول من اتفاق صريح إلى اختلال.

سارة (32 عاماً) موظفة متقدمة: ارتفع راتبها مؤخراً، فبدأ زوجها محمد (35 عاماً) مُتردداً في مشاركة الأعمال المنزلية؛ ظناً منه أن دوره بوصفه (رب الأسرة) يقتضي الحفاظ على الصورة التقليدية. تراكمت الخلافات: سارة شعرت بالإرهاق، ومحمد شعر بالإحراج أمام زملائه. بعد تدخل المرشد الأسري، عُقد اجتماع عائلي تم خلاله وضع صيغة (اتفاق تجريبي) لمدة ثلاثة أشهر لتوزيع مهام أسبوعية مع مراجعة دورية، ونجحت التجربة بعد تعديل يسير في ساعات العمل وترتيبات الرعاية بالطفل.

- قصة. (ليلى وعمّار) فقدان عمل وضرورات التكيف:

عمّار فقد عمله فجأة، وبدأ يقضي وقتاً طويلاً في المنزل دون مهام واضحة، ما أدّى إلى شعوره بالضيق وفقدان الدور. تولّت ليلى العمل لسدّ الاحتياجات، وسرعان ما تزايدت حدة الخلافات. التدخّل الإرشادي ركز على إعادة بناء هوية عمّار عبر مهام بديلة (المشاركة في رعاية الأطفال، إدارة الصيانة المنزلية) وبرنامج تدريبي لتأهيله لسوق العمل؛ النتيجة: تراجع الشعور بالهامشية وتحسّن التفاهم.

قصة «زوجان حديثا الزواج» توقعات ما قبل الزواج غير واضحة:

زوجان حديثا الزواج دخلا بيتين مختلفين من التوقعات: الزوجة اعتقدت أن الشراكة المطلقة ستكون قاعدة، الزوج تربّع على انتظار هياكل تقليدية، والمرشد أقام جلسة قبلية (premarital counselling) لتحديد القيم والترتيب العملي للأدوار، وصياغة (عقد أسري) يوضح التوقعات ويحتوي على آلية مراجعة كل 6 أشهر.

رابعاً: أدوات قياس وتقييم أولي للاختلال (قابل للتطبيق ميدانياً):

المرشد الأسري يحتاج آليات ميدانية بسيطة لتشخيص درجة الاختلال. ومن أمثلة الأدوات العملية القابلة للاستخدام:

1. قائمة التدقيق المنزلية. تعداد المهام الأسبوعية من حيث من يقوم بها (الطهي، التنظيف، رعاية الأطفال، المشتريات، إدارة الحسابات) مع توقيت كل نشاط.
2. مقياس رضا زوجي مبسّط 10. أسئلة تقيس الرضا عن توزيع الأدوار، الشعور بالتقدير، والتوازن بين العمل والأسرة. (إجابات بنظام ليكرت 1-5).
3. مقابلات استقصائية موجزة. جلسة 45 دقيقة مع كل طرف لتجميع توقعاته وقيمه ومخاوفه.
4. يمكن للمرشد تحويل النتائج إلى جدول يوضح الفجوات ويوجه خطة التدخل).

خامساً: توصيات وإجراءات إرشادية لعملية لمعالجة الاختلال:

أ. الإطار النظري للتدخل.

- العلاج الأسري النظامي. رؤية الأسرة كنظام؛ تعديل عنصر واحد يؤثر في النظام كله.
- العلاج المعرفي السلوكي للأزواج TBC الزوجي. العمل على إعادة تطوير الأفكار والسلوكيات المتعلقة بالدور والمسؤولية.
- نهج التفاوض والتعاقد، تقديم اتفاقات مرنة قابلة للمراجعة.

ب. خطوات إجرائية مقترحة (خطة إرشاد مدتها 8-10 جلسات رسمية).

■ المرحلة الأولى: تقييم وبناء العلاقة (الجلسات 1-2).

- هدف: بناء ثقة، جمع معلومات، وإجراء أدوات التقييم (قوائم التدقيق، مقياس الرضا).
- نشاط عملي: كل طرف يسرد «ثلاث مسؤوليات أراها ضرورية» و«ثلاث توقعات أحتاج تحقيقها».

■ المرحلة الثانية: التوعية وإعادة التوجيه (الجلسات 3-4).

- هدف: توضيح مفهوم الشراكة والتكامل، عرض نماذج ناجحة محلية أو دينية.
- نشاط عملي: عقد جلسة تعليمية قصيرة عن «دور كل زوج في رعاية الأسرة» واستكشاف المرونة.

■ المرحلة الثالثة. التفاوض وصياغة الاتفاق (الجلسات 5-6).

- هدف: صياغة «الاتفاق الأسري» الذي يحدد توزيع المهام والزمن ومسؤولية اتخاذ القرارات.
- نشاط عملي: إعداد «جدول أدوار» أسبوعي ومناقشة آلية التناوب في المسؤوليات.

■ المرحلة الرابعة. التدريب على المهارات (الجلسات 7-8).

- هدف: تدريب على مهارات إدارة الوقت، التواصل، وحل النزاع.
- نشاط عملي: تمارين لعب دور (role-play) للتعامل مع مواقف يومية (مثلاً: مشاجرة حول إعداد الطعام أو الانصياع لروتين نوم الطفل).

■ المرحلة الخامسة. المتابعة والتقويم (جلسة المتابعة بعد شهرين).

- هدف: تقييم مدى التزام الأطراف بالاتفاق، وإجراء تعديلات إن لزم.
- نشاط عملي: مراجعة سجل المهام وتقاسم الانطباعات.

ج. أدوات تدريبية وتمرين عملية (للمنفذ/ المرشد):

1. تمرين «العمودين». يكتب كل طرف أعمدة: (مهامي اليومية) و(ما أتمنى أن يقوم به الشريك). يجري مقارنة ومناقشة.
2. تمرين «الأولوية الأسبوعية». تحديد ثلاثة مهام أساسية لكل طرف أسبوعياً وتحديد من يتحملها.
3. تمرين «رسالة التقدير». كل أسبوع يكتب كل طرف رسالة قصيرة يذكر فيها شيئاً يقدره في الآخر. هذا يعزز التقدير المتبادل.
4. مهمة «تطبيق معين للمهام بالفترة الزمنية - التجربة التجريبية» لمدة 03 يوماً. الاتفاق على تطبيق توزيع معين للمهام لمدة 03 يوماً ثم عقد جلسة تقييم.

سادساً: آليات التعامل مع مقاومة التغيير:

- مقاومة الرجل لفقدان التحكم، استخدم لغة تقديرية (لا تسحب «القيادة» بل تشاركها)، وعرض قصص نجاح حقيقية.
- خوف المرأة من التراجع عن المكتسبات. ترتيب «ضمانات» مثل فترات مراجعة وصياغة اتفاقات مكتوبة.
- تدخل الأسرة الممتدة، إقامة جلسات توعوية تشمل الأجداد والأقارب المهمين لتقليل ضغوط المجتمع.

سابعاً: توصيات مؤسسية وتربوية للتخفيف من الاختلال على مستوى المجتمع:

- برامج إرشادية ما قبل الزواج في المدارس والجامعات. تضمين وحدات عن توزيع الأدوار والشراكة.
- ورش عمل لأرباب العمل، ترويج سياسات مرنة للعمل (ساعات مرنة، إجازات أبوة) لتقاسم المسؤوليات.
- حملات توعية إعلامية، عرض نماذج أسرية ناجحة تبرز الشراكة في مسؤوليات الحياة اليومية.
- تعزيز خدمات الإرشاد الأسري في المراكز الصحية والمجتمعية: جعل الدعم النفسي متاحاً بسهولة.

ثامناً: قياس أثر التدخل (مقترح مؤشرات متابعة):

- نسبة تحسن في مقياس الرضا الزوجي بعد 3 أشهر.
- تقليل عدد الشكاوى المتعلقة بعبء العمل المنزلي بنسبة الهدف 30% خلال 6 أشهر.
- زيادة عدد الساعات المشتركة المخصصة للأسرة والنشاطات المشتركة.
- تقليل احتمالية الطلاق / الانفصال في الفترات التالية (مقارنة قبل / بعد).

تاسعاً: اعتبارات أخلاقية وثقافية للمرشد الأسري.

- احترام القيم، والالتزام بالأحكام الشرعية والثقافية للأسر مع الحفاظ على حقوق المرأة.
- السرية والحياد المهني: عدم اتخاذ طرف ضد آخر.
- تجنب الوصاية: المرشد ليس محامياً للقيم التقليدية وحدها، بل هو وسيط لبناء حلول عملية.

المحور الرابع: اختلال الأدوار الزوجية في ظل الانفتاح المعاصر:

الأدوار الزوجية ليست مجرد تقسيم ميكانيكي للمهام بين الرجل والمرأة، بل هي منظومة اجتماعية وثقافية نفسية متكاملة، تحدد طبيعة العلاقة، وترسم حدود المسؤوليات، وتبني صورة التوازن الأسري. فحين يقوم كل طرف بدوره ضمن إطار من التكامل والانسجام، تتحقق السكينة التي أشار إليها القرآن الكريم: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾.

لكن في ظل الانفتاح الثقافي والإعلامي والتقني، ومع تصاعد مطالب المرأة المتعلقة بالسفر والاستقلالية الاجتماعية والندية مع الزوج، بدأت الأدوار الزوجية تشهد تحديات عميقة، ما أدى في كثير من الأحيان إلى حالة من الارتباك والتداخل، وأحياناً التصادم.

أولاً: ملامح اختلال الأدوار:

ويمكن رصد عدد من المظاهر التي تعكس هذا الاختلال فيما يلي:

- تراجع الدور التقليدي للرجل بوصفه معيلاً، فلم يعد الرجل في كثير من البيوت هو المصدر الوحيد للدخل، بل قد تتفوق المرأة في بعض الأحيان في الدخل والمكانة الاجتماعية. مثال: زوجة تعمل في مجال الطب أو الهندسة وتحقق دخلاً مضاعفاً لزوجها الموظف الذي دخله محدود نسبياً، مما يثير تساؤلات حول المرجعية القيادية في البيت.

- صعود مطالب المرأة بالاستقلالية، فالمرأة اليوم لم تعد تكتفي بدور «الزوجة والأم» فقط، بل تطالب بدور «الشريكة الكاملة» في اتخاذ القرار، والسفر، وتحديد نمط حياتها الاجتماعية. قصة متكررة: زوجة تصر على السفر لحضور دورة تدريبية خارج البلاد بمفردها، بينما يرى الزوج أن في ذلك مساساً بدوره بصفته «وليّاً» أو «قائداً للأسرة».

- ازدواجية التوقعات، فالمرأة تطالب بحقوقها كاملة، لكنها أحياناً ترفض الالتزامات المقابلة. فمثلاً قد تطالب بالندية الكاملة في القرار، لكنها في الأزمات تتوقع من الزوج أن يتحمل العبء الأكبر. كذلك الرجل أيضاً قد يطالب بسلطته التقليدية، لكنه في المقابل لا يؤدي دوره الاقتصادي أو العاطفي على الوجه الأكمل.

ثانياً: انعكاسات الاختلال على الحياة الأسرية:

1. تصاعد الخلافات اليومية

- الخلاف لم يعد محصوراً في تفاصيل صغيرة (الإنفاق أو الخروج)، بل أصبح خلافاً حول هوية الأسرة: من يقود؟ ومن يحدد أولوياتها؟ مثال: في إحدى القضايا الأسرية المسجلة بمحاكم الأحوال الشخصية، كانت الخلافات تبدأ من موضوع «من يقرر مكان قضاء الإجازة الصيفية»، لكنها سرعان ما تتطور إلى اتهامات متبادلة حول احترام كل طرف لدور الآخر.

- ضعف صورة الأب أمام الأولاد، فعندما تتحدى الأم قرارات الأب أمام الأولاد، أو عندما يظهر الأب بمظهر «العاجز عن القيادة»، فإن صورة السلطة الأبوية تتهاوى، ويصبح الأولاد في حالة ارتباك سلوكي، وهناك شواهد ميدانية كثيرة تؤكد أن أبناء الأسر ذات الأدوار المضطربة يميلون إلى التمرد المبكر وضعف الانتماء الأسري

2. الإرهاق النفسي للمرأة

رغم شعارات الندية والاستقلالية، إلا أن كثيرًا من النساء يعانين من الاحتراق النفسي، إذ يجدن أنفسهن مطالبات بالنجاح في العمل، ورعاية الأولاد، وإدارة المنزل، ومجارة الزوج. وهناك قصص شائعة: زوجة موظفة تستيقظ في الخامسة صباحًا لإعداد الفطور والاعتناء بالأطفال، ثم تعمل لثماني ساعات، ثم تعود للقيام بأعمال المنزل. هذا الضغط يخلق فجوة عاطفية بينها وبين زوجها.

ثالثًا: تفسيرات اجتماعية ونفسية:

- التغير الثقافي العالمي: الإعلام ووسائل التواصل قدمت صورة جديدة للمرأة «المستقلة»، وأعادت صياغة التوقعات.

- التحولات الاقتصادية: دخول المرأة بقوة إلى سوق العمل غير ميزان السلطة داخل البيت.

- التوقعات المثالية: كل طرف بات يتبنى توقعات عالية من الآخر (الرجل يريد طاعة بلا نقاش، والمرأة تريد حرية بلا قيود).

- الاضطراب الهوياتي: غياب النموذج الواضح للأدوار، يضع الرجل والمرأة في حيرة حول معنى الرجولة والأنوثة في الزواج.

بعض الأمثلة والقصص الواقعية:

قصة الزوجة المسافرة: إحدى الزوجات طلبت السفر بمفردها لحضور مؤتمر دولي. رفض الزوج بحجة العادات والتقاليد، فأصرت الزوجة، وسافرت بدعم أهلها. النتيجة: انفصال نفسي طويل الأمد بينهما، رغم أنهما بقيا تحت سقف واحد.

قصة الزوجة القيادية: زوجة تعمل مديرة مدرسة، بينما زوجها مدرس. بدأت القرارات الأسرية كلها تمر عبرها، حتى شراء سيارة جديدة. الزوج شعر بفقدان رجولته، وبدأ ينسحب تدريجيًا من مسؤوليات البيت، ثم وقع الطلاق بعد 10 سنوات.

قصة النجاح: في المقابل، هناك نماذج ناجحة حيث أعاد الزوجان تعريف أدوارهما بتفاهم. مثل زوجة تعمل طبيبة وزوجها مهندس، اتفقا أن يكون القرار المالي مشتركًا، وأن يوزعا الأدوار المنزلية بما يتناسب مع وقت كل طرف. النتيجة: استقرار أسري رغم ضغوط العمل.

رابعاً: دور المرشد الأسري في معالجة اختلال الأدوار:

- إعادة التوازن: توضيح أن الزواج ليس ساحة صراع، بل علاقة تكامل.
- الثقيف النفسي: شرح الفروق بين مفهوم «الندية» و«المساواة»، وأن التكامل لا ينفي المساواة.
- توظيف الأمثلة الواقعية: نقل قصص أسرية ناجحة كوسيلة للإقناع.
- إدارة الحوار: تعليم الأزواج فن التفاوض بدلاً من فرض الرأي أو الانسحاب.
- تعزيز المرونة: الأدوار ليست جامدة؛ يمكن إعادة توزيعها حسب الظروف (عمل، دراسة، مرض).

خامساً: إستراتيجيات الإرشاد الأسري لمعالجة اختلال الأدوار الزوجية:

- الثقيف حول مفهوم الدور: فعلى المرشد أن يبدأ بتوضيح أن (الدور) ليس أداة للسيطرة، بل وسيلة لتحقيق التوازن. ومثال على ذلك: يشرح للزوج أن الإنفاق ليس مجرد التزام مالي، بل وسيلة لإظهار الاهتمام والرعاية، ويبين للزوجة أن الاهتمام بالمنزل ليس انتقاصاً من قيمتها، بل عنصر من عناصر الاستقرار النفسي للأولاد. يقول النبي صلى الله عليه وسلم: "كلكم راعٍ وكلكم مسؤول عن رعيته" [متفق عليه]، ليوضح أن المسؤولية مشتركة، لكن لكل فرد دائرة مسؤولية.
- إعادة صياغة مفهوم (الندية): فكثير من النساء يخلطن بين الندية (المساواة في القيمة الإنسانية) والمنافسة (الصراع على السلطة). دور المرشد هنا أن يوضح أن الزواج يقوم على التكامل: فالرجل يتميز في جانب (القيادة الميدانية، والحماية)، والمرأة تتميز في جوانب أخرى (الحنان، والعاطفة، والمرونة التربوية)، ومن الشواهد على ذلك: زوجة أصرت أن تدير كل شؤون المنزل بنفسها لتثبت أنها (ندّ) لزوجها، فانتهى بها الأمر مرهقة ومنهكة. بعد جلسات إرشادية، اتفقت مع زوجها على مبدأ (المسؤولية المشتركة)، فتحسن جو البيت بشكل ملحوظ.
- التدريب على مهارات الحوار والتفاوض: فالخلافات غالباً تتصاعد بسبب ضعف لغة الحوار. ويقوم المرشد باستخدام تمارين عملية مثل: تمرين "أنا أفضل" بدل "أنت دائماً"، وكذلك كأن تقول الزوجة: «أنا أفضل أن نتشاور قبل أن أسافر»، بدلاً من «أنت لا تحترمني»، إلى جانب تمرين «خريطة الأولويات»: حيث يكتب كل طرف أهم 3 أولويات له، ثم يبحثان عن منطقة توافق. ومثال عملي: زوجان على خلاف حول سفر الزوجة، طلب المرشد الأسري أن يكتب كل منهما «مخاوفه» على ورقة. كتب الزوج: «أخشى على سمعتنا»، وكتبت الزوجة: «أخشى أن يفوتني التقدم الوظيفي». بعد النقاش، اتفقا أن تسافر مع زميلة موثوقة، مما أَرْضَى الطرفين.

- التركيز على مصلحة الأولاد: فالمرشد يذكر الزوجين بأن الأولاد يتأثرون سلبيًا عند رؤية صراع الأدوار. وعلى سبيل المثال وجدنا في إحدى الأسر، أن الأم اعتادت على أن تعارض الأب أمام الأطفال. النتيجة: الأولاد أصبحوا يستخفون بأوامر الأب. بعد تدخل المرشد وتنبيه الزوجين، اتفقا على أن تكون النقاشات بعيدًا عن مسامع الأولاد، فتحسّن السلوك العائلي.

- المرونة في توزيع الأدوار. فالأدوار ليست جامدة، بل يمكن إعادة توزيعها حسب الظروف. ففي حالة مرض الزوج: تتحمل الزوجة مسؤولية أكبر. وفي حالة انشغال الزوجة بالدراسة: يتكفل الزوج بجزء من مهام المنزل. وهناك شاهد عملي: زوجة طالبة ماجستير اتفقت مع زوجها على أن يتحمل هو مسؤولية توصيل الأولاد للمدرسة خلال عامين حتى تنتهي من الدراسة. النتيجة: استقرار أسري، وزيادة شعور بالشراكة.

- تقديم نماذج ملهمة: فمما ينبغي على المرشد أن يقدم قصصًا من الواقع أو التاريخ. ومن ذلك شاهد من السيرة: النبي ﷺ كان يشارك في أعمال المنزل، كما ورد في حديث عائشة رضي الله عنها: «كان يكون في مهنة أهله» [رواه البخاري]. وهناك نموذج واقعي: أسرة اتفقت على أن تكون القرارات المالية مشتركة، بينما القرارات التربوية يقودها الطرف الأكثر دراية (الأم)، مما حقق توازنًا ناجحًا.

- التحذير من التطرف في المطالب، فالمرشد يوضح أن الإفراط في المطالب بالحرية أو التسلط يقود إلى فشل العلاقة. وهناك قصة واقعية: زوجة أصرت ألا تستشير زوجها في أي قرار مالي لأنها تعدّ دخلها (مستقلًا). مع الوقت شعر الزوج بالتهميش، وانتهى الأمر بالطلاق.

- بناء ثقافة الاحترام المتبادل، فالمرشد يؤكد على أن الاحترام هو أساس أي دور. وعندما يحترم الزوج دور زوجته كعاملة أو أم، وتحترم الزوجة دور زوجها بوصفه قائدًا أو مُعَيَّلًا، ينشأ التوازن الحقيقي. وهناك شاهد واقعي: زوجة تعمل طبيبة، تعود متأخرة أحيانًا. الزوج كان يشعر بالغيرة، بعد جلسة إرشادية اتفقا على أن تخبره مسبقًا بمواعيد عملها، مقابل أن يساعدها في العناية بالأطفال؛ بهذا تحققت الثقة والاحترام المتبادل.

ومن خلال قراءة ما سبق عرضه في هذا المحور نلاحظ أن اختلال الأدوار الزوجية ليس قدرًا محتومًا، بل هو نتاج متغيرات ثقافية واقتصادية يمكن التعامل معها عبر:

- التثقيف.
- الحوار.
- المرونة.
- استحضار مصلحة الأولاد.
- بناء الاحترام.

وبالتالي؛ فإن اختلال الأدوار الزوجية نتيجة طبيعية لتحوّلات اجتماعية متسارعة، لكنه ليس مشكلة ميؤوس منها. عبر تشخيص دقيق، وتطبيق أدوات تقييم عملية، وتنفيذ خطة إرشادية منهجية (تفاوض - تدريب - متابعة)، يستطيع المرشد الأسري إحداث تغيير حقيقي يضمن عدالة مسؤوليات الأسرة، احتراماً لخصوصيات المجتمع وقيمه.

المحور الرابع: دور المرشد الأسري في مواجهة تحديات الانفتاح واختلال الأدوار:

المرشد الأسري اليوم لم يعد مجرد مستمع أو وسيط لحل الخلافات السطحية، بل أصبح قائداً معرفياً وتربوياً يساعد الأسر على التكيف مع التحوّلات الكبرى التي فرضها الانفتاح الثقافي والتقني، فalcضايا مثل: سفر المرأة بمفردها، جلوسها في المقاهي مع زميلات، مطالبتها بالندية، وتغيير الأدوار داخل الزواج، كلها تعكس تحولات قيمة تحتاج إلى معالجة متوازنة.

أولاً: أدوار المرشد الأساس:

1. التشخيص الدقيق للمشكلة:

لا يكتفي المرشد بسماع رواية طرف واحد، بل يسعى لفهم جذور الخلاف، ويقوم بالتساؤل حول عدد من الجوانب مثل: هل اعتراض الزوج على سفر زوجته نابع من الخوف الحقيقي أم من مفهوم مغلوّط للسيطرة؟ هل إصرار الزوجة على الندية نابع من شعور بالظلم أم من تقليد أعمى للنماذج الغربية؟ وهنا مثال واقعي عن إحدى الحالات؛ فقد اعترض زوج على خروج زوجته مع زميلات للمقهى، وبعد الجلسة تبين أن اعتراضه لم يكن على الخروج نفسه، بل على السهر حتى منتصف الليل، التوضيح غير مجرى الحوار.

2. التثقيف النفسي والاجتماعي:

المرشد يقدم جلسات توعوية تسهل مفاهيم: الفرق بين الحرية والفوضى، والفرق بين الندية والتكامل، وأهمية الأدوار الزوجية المتوازنة. ولدينا شاهد من التراث: قول عمر بن الخطاب رضي الله عنه: "لا تكرهوا بناتكم على العيش مع الأزواج، فإن كنَّ كارهات، فعسى أن تكرهوا شيئاً ويجعل الله فيه خيراً كثيراً"، يبرز احترام المرأة كإنسانة لها قرار، مع بقاء مبدأ الشورى.

3. تدريب الأسرة على مهارات حل النزاع:

يقوم المرشد باستخدام تقنيات مثل:

- جلسات العصف الذهني: وضع حلول متعددة قبل اتخاذ قرار.

- تقنية الوسيط المحايد: لعب دور المحكم الذي يعكس ما يقوله الطرفان بموضوعية.

- تقسيم القرارات: قرارات فردية (خاصة بالشخص)، وقرارات مشتركة (تخص الأسرة).

- القصة التطبيقية: في إحدى الجلسات، قسم المرشد قرارات زوجة (الذهاب للجامعة، السفر للتسوق، السفر للتدريب). اتفق الزوجان أن الجامعة والتدريب مقبولان، لكن السفر للسياحة يحتاج لتنسيق.

4. تعزيز البعد الديني والقيمي.

ويكون من خلال ربط المرشد القضايا بقيم الشرع ومن ذلك أن الإسلام أقر حرية المرأة في البيع والشراء والسفر مع الضوابط، وكذلك أوصى بالمعاشرة بالمعروف: ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾ (النساء: 19)، ففي إحدى المشكلات الزوجية قام المرشد بتذكير الزوج بحديث النبي ﷺ: "«خيركم خيركم لأهله، وأنا خيركم لأهلي»" [صحيح]، وكأن الزوج يسمعه لأول مرة، مما جعله يتراجع عن أسلوبه المتسلط في النقاش مع زوجته.

5. إعادة بناء الثقة.

المرشد يُساعد الزوجين على استعادة الثقة المفقودة عبر خطوات عملية منها: الاتفاق على الشفافية (إخبار مسبق عند السفر أو الخروج)، ووضع قواعد مشتركة للوقت والمال، وإشراك الأولاد في بعض النقاشات التربوية لتعزيز الانتماء: ففي قصة ملهمة: إحدى الزوجات كانت تخرج للمقاهي دون إخبار زوجها، مما أدى لتوتر شديد، اقترح المرشد أن يخبره دائماً مسبقاً مع تحديد وقت العودة، هذا الاتفاق اليسير أعاد الثقة.

6. إدارة التوقعات المستقبلية:

المرشد يُساعد الزوجين على وضع خطة مشتركة منها.

- ماذا لو أرادت الزوجة إكمال دراستها خارج البلاد؟
- ماذا لو فقد الزوج عمله وصارت الزوجة هي المعيل الأساس؟
- وضع هذه السيناريوهات يخفف من الصدمات عند وقوعها.

ثانيًا: أدوات المرشد الأسري:

- المقابلات الفردية والجماعية؛ للتعمق في فهم كل طرف.
- الأمثلة والقصص الواقعية؛ لإقناع الزوجين عبر تجارب الآخرين.
- التمارين العملية: مثل كتابة «توقعاتي من الزواج» ثم تبادلها بين الطرفين.
- المراجع الشرعية والاجتماعية؛ لربط الإرشاد بالقيم الأصيلة.

ثالثًا: التحديات التي تواجه المرشد الأسري.

1. مقاومة الزوج للجلوس مع المرشد؛ لشعوره أن الاعتراف بالمشكلة ضعف.
2. تأثير الزوجة بأفكار إعلامية متطرفة من شأنها تغليب الفردانية على الأسرة.
3. ضعف الثقافة الإرشادية في مجتمعاتنا، حيث لا يلجأ كثيرون للمرشد إلا بعد تفاقم الأزمة.

رابعًا: قصص نجاح من الواقع الإرشادي:

قصة الزوجة والماجستير: كانت الزوجة مصرة على السفر وحدها لإكمال دراستها، والزوج رافض. بعد جلسات إرشاد، اتفقا أن يسافرا معها في السنة الأولى، ثم يسمح لها لاحقًا بالسفر وحدها إذا أثبتت التزامها. فكانت النتيجة: استمر الزواج ونجحت الزوجة في دراستها.

قصة المقاهي: زوجة شابة اعتادت الخروج مع زميلاتها للمقاهي. الزوج كان يراها عادة غير مناسب،. اقترح المرشد حلًا وسطًا: أن تختار المقاهي الأسرية أو العامة، مع مواعيد محددة فكانت النتيجة: استمرار العلاقة دون صدام.

قصة إعادة توزيع الأدوار: زوج فقد عمله لفترة، فبدأ يشعر بالإحباط، أوضح له المرشد أن عمل الزوجة لا ينتقص من قيمته، بل هو مرحلة مؤقتة. وفي الوقت نفسه الزوجة تعاونت ودعمت زوجها حتى عاد إلى عمله.

يمكن القول بأن المرشد الأسري ليس مجرد مصلح لحظي، بل هو مهندس للتوازن الأسري. نجاحه يعتمد

على:

- فهم جذور الخلافات بدل الوقوف عند مظاهرها.
- إعادة تعريف مفاهيم الحرية والندية والأدوار.
- تعزيز الحوار والمرونة.
- ربط القضايا بالقيم الشرعية والاجتماعية الأصيلة.
- تقديم أمثلة واقعية تلهم الطرفين للعودة إلى التوازن.
- المزج بين العلم النفسي والقيم الشرعية.
- بناء الثقة والاحترام المتبادل كأساس للأدوار الزوجية.

وبذلك يصبح الإرشاد الأسري أداة فاعلة في بناء أسر مستقرة قادرة على التكيف مع ضغوط الانفتاح دون أن تفقد أصالتها، وبالتالي؛ فإن دراسة متطلبات المرأة في ظل الانفتاح المعاصر، سواء أكان في قضايا السفر بمفردها، أو الخروج للمقاهي مع الزميلات، أو المطالبة بالندية في التعامل مع الزوج، تكشف عن تحولات اجتماعية ونفسية عميقة تمس البناء الأسري. وهذه التحولات ليست مجرد مظاهر سطحية، بل تعكس إعادة تشكيل لدور المرأة ومكانتها، وما يقابله من تحديات للرجل في الحفاظ على صورته ودوره التقليدي.

علاوة على أن اختلال الأدوار الزوجية يمثل المحور الأشد خطورة؛ لأنه ينعكس على كل ما عداه، حيث يتحول الزواج من علاقة تكاملية إلى ساحة صراع إذا غابت الحكمة. ومع ذلك، أثبتت التجارب الواقعية والشواهد أن الحلول متاحة وقابلة للتطبيق إذا جرى تفعيل دور المرشد الأسري بطريقة علمية.

- عبد العزيز، عادل (2021). الإرشاد الأسري: الأسس النظرية والتطبيقية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- إبراهيم، فاطمة (2020). المرأة والتحول الاجتماعي في المجتمعات العربية المعاصرة. بيروت: المركز الثقافي العربي.
- الشامي، محمود (2022). «النديّة الزوجية: قراءة في ضوء علم النفس الأسري». مجلة الدراسات الأسرية، العدد 12.
- الدليمي، عبد الله (2021). دور المرشد الأسري في تعزيز الاستقرار الزوجي. الرياض: مكتبة العبيكان.
- محيسن، سناء (2023). «وسائل التواصل الاجتماعي وتحديات التوازن الأسري». مجلة جامعة الإسكندرية للدراسات التربوية.
- الخشاب، سامية (2018). الأسرة العربية في ظل المتغيرات المعاصرة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- عويضة، محمد (2020). علم النفس الأسري والإرشاد الزوجي. عمان: دار المسيرة.
- المراغي، ناهد (2019). دور المرأة العربية في مواجهة تحديات العولمة. بيروت: مركز دراسات الوحدة العربية.
- عبد الرحمن، فاطمة (2021). التحولات الاجتماعية وأثرها في العلاقات الزوجية. الإسكندرية: دار الوفاء.
- القحطاني، سعد (2022). الإرشاد الأسري: نظريات وتطبيقات. الرياض: مكتبة العبيكان.
- Walsh, F. (2016). Strengthening Family Resilience. New York: Guilford Press.
- Goldenberg, I., & Goldenberg, H. (2017). Family Therapy: An Overview. Cengage Learning.
- McGoldrick, M. (2019). The Expanding Family Life Cycle: Individual, Family, and Social Perspectives. Pearson.
- Carter, B., & McGoldrick, M. (2018). The Changing Family Life Cycle: A Framework for Family Therapy. Routledge.
- Olson, D. H., & Gorall, D. M. (2020). "FACES IV and the Circumplex Model: Validation Study". Journal of Marital and Family Therapy, 46(2).
- Beck, Ulrich (2017). Risk Society: Towards a New Modernity. London: Sage.
- Giddens, Anthony (2019). Sociology. Polity Press

- الحارثي، نورة (2022). المرأة والأسرة في عصر العولمة، جدة: دار المنهاج.
- موقع منظمة المرأة العربية: <http://arabwomenorg.org>
- مقالات منصة حسوب I/O وقسم «المجتمع والأسرة».
- الشمري، بدر (2020). «وسائل التواصل الاجتماعي وأثرها في البنية الأسرية». مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الكويت.
- حسن، ليلي (2021). «تمكين المرأة وتحديات التوازن الأسري». مجلة التربية والمجتمع، جامعة القاهرة.
- دورة تدريبية عبر منصة «رواق»: الإرشاد الأسري - د. فاطمة المقبل.
- دورة على منصة «إدراك»: أساسيات الصحة النفسية والإرشاد الأسري.
- محاضرة د. طارق الحبيب: التوازن الأسري في ظل المتغيرات المعاصرة.
- محاضرة TEDx: The Changing Roles in Modern Families.
- دورة «الإرشاد الأسري والتعامل مع التغيرات الاجتماعية» - معهد التنمية الأسرية، الرياض

المُخَوِّرُ السَّابِعُ

المتغيرات المعاصرة وأثرها في العلاقة الجنسية بين
الزوجين وكيف يتعامل معها المرشد؟

د. حسين الحكمي

يشهد المجتمع المعاصر موجة متلاحقة من التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والتقنية، الأمر الذي أدى إلى إعادة تشكيل كثير من المفاهيم المرتبطة بالحياة الزوجية. وتُعد العلاقة الجنسية أحد أهم المجالات التي تأثرت بهذه التحولات، إذ لم تعد مجرد جانب خاص من العلاقة بين الزوجين، بل أصبحت عنصرًا محوريًا في فهم التوافق الأسري وصحة الأسرة النفسية والاجتماعية. ومن هنا تبرز ضرورة وعي المرشد الأسري بأبعاد هذا الجانب، كي يتمكن من تقديم إرشاد فعال يستوعب واقع الأزواج وقضاياهم في الزمن الحديث.

أولاً: أهمية العلاقة الجنسية في الحياة الزوجية

تحتل العلاقة الجنسية موقعًا جوهريًا في بناء واستمرار الزواج، فهي ليست مجرد تلبية لحاجات بيولوجية أو جسدية، بل منظومة متعددة الأبعاد تتداخل فيها المشاعر، والحاجات النفسية، وأساليب التواصل، والقيم الثقافية. وفي السنوات الأخيرة، كشفت التجارب الأسرية وملفات الإرشاد عن ارتفاع نسبة المشكلات الزوجية التي تعود جذورها إلى قصور في العلاقة الجنسية أو غياب الحميمية. فالعلاقة الجنسية السليمة تُعد أحد أعمدة الاستقرار الأسري لأنها:

1. تعزز الترابط العاطفي بين الزوجين

تشكل العلاقة الجنسية وسيلة تواصل عميقة تتجاوز الحوار اللفظي، وتعكس درجة القرب العاطفي، والاحتواء، والاستجابة لمشاعر الطرف الآخر. وجود حميمية صحية يرفع مستوى التعاطف والرضا، ويقوي رابطة الصداقة والشراكة بين الزوجين.

2. تحقق السكينة والأمان النفسي

حين يشعر كل طرف بأنه مرغوب ومُقدّر من قبل شريكه، يتولد لديه إحساس بالأمان العاطفي والقبول، وهو ما يشكل حجر أساس في الحفاظ على استقرار العلاقة.

3. تساهم في نماء واستمرارية الزواج

تجدد اللقاءات الحميمية الدافئة مشاعر الود، وتمنح العلاقة الزوجية حيوية تمنعها من الدخول في الرتابة أو التآكل العاطفي. ولذلك تعد عاملاً مهمًا في الحفاظ على الزواج على المدى البعيد.

4. تدعم توازن الصحة النفسية والجسدية للطرفين

أثبتت الدراسات أن العلاقة الجنسية المتوازنة تقلل من مستويات التوتر، وتمنح الجسم طاقة إيجابية تؤثر إيجابًا في جودة النوم، والمزاج، والصحة العامة.

5. تلبية الاحتياجات النفسية والجسدية لكلا الزوجين

لكل إنسان احتياجات عاطفية وجسدية فطرية، وتحقق هذه الاحتياجات عبر علاقة زوجية متوازنة تحترم خصوصية كل طرف ورغباته ومشاعره. من الخطأ اختزال العلاقة الجنسية في بعدها الجسدي فقط؛ فهي منظومة إنسانية معقدة تنصهر فيها عناصر:

- العاطفة
- التواصل النفسي
- الرغبة والقبول
- القيم الثقافية والدينية
- الثقة والاحترام المتبادل

بهذا المنظور، تصبح العلاقة الجنسية جزءاً متكاملًا من تماسك الأسرة، وليست أمرًا منفصلًا أو ثانويًا، بل عاملاً مؤثرًا في الانسجام العاطفي، والتماسك الأسري، وبناء بيئة صحية يسودها الود والاحترام.

ثانيًا: المتغيرات المعاصرة وأثرها في النسق الأسري

يشير مفهوم المتغيرات المعاصرة إلى التحولات العميقة التي طرأت على المجتمع نتيجة التطور التكنولوجي والثقافي والتحول من نمط الحياة التقليدي إلى نمط حديث سريع الإيقاع ومتغير باستمرار. وقد ولد هذا التحول منظومة جديدة من القيم وأنماط التفكير، وانعكس تأثيره بشكل مباشر على الأسرة باعتبارها الوحدة الاجتماعية الأولى التي تستقبل هذه التغيرات، وتمتاز هذه المتغيرات بأنها واسعة ومتشعبة وتشمل:

- إعادة تشكيل القيم والمعايير الاجتماعية.
- ظهور تحديات جديدة تتطلب وعيًا مختلفًا للتعامل معها.
- تأثير مباشر على تفاعلات الزوجين وأنماط التواصل بينهما.
- انعكاسات نفسية ووظيفية على الأفراد داخل الأسرة.
- تغيير في مفهوم الأدوار والمسؤوليات بين الزوجين، خاصة مع عمل المرأة وتغير طبيعة العمل لدى الرجل.

هذه العوامل مجتمعة أعادت صياغة بنية الأسرة، وأثرت على استقرارها، وغيّرت شكل العلاقات الزوجية بما فيها العلاقة الجنسية.

ثالثاً: العلاقة بين المتغيرات المعاصرة والعلاقة الجنسية بين الزوجين

تؤثر المتغيرات الحديثة بشكل مباشر وغير مباشر على العلاقة الجنسية، من حيث المضمون، والتوقعات، والأداء، والوقت المتاح، والجوانب العاطفية، والنفسية. ويظهر هذا التأثير من خلال مجموعة من المظاهر:

1. التغير في نمط العلاقات اليومية

أصبح استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، والانشغال المستمر بالتقنية، يؤثران بشكل واضح على جودة الوقت بين الزوجين، ويقللان من فرص اللقاء الحميمي والتواصل العاطفي.

2. تغير المفاهيم والأدوار التقليدية

تغيرت الصورة النمطية حول الجنس، ومسؤولية المبادرة، وتوقعات الأداء، مما أدى إلى فجوات بين ما يعتقد الطرفان أنه (من المفترض) أن يحدث في العلاقة وما يجري فعلياً.

3. الضغوط الاقتصادية المتزايدة

تؤدي ضغوط المعيشة، وتعدد الالتزامات، وارتفاع وتيرة العمل، إلى زيادة مستويات التوتر والإرهاق، وبالتالي تراجع الرغبة الحميمية ونقص الاستجابة العاطفية بين الزوجين.

4. تأثير الإعلام والإنترنت وصناعة الوهم

أسهم الانتشار الواسع للمحتوى الرقمي في خلق تصورات جنسية غير واقعية، وفي إدخال قيم وسلوكات جديدة تولد المقارنة، وعدم الرضى، والشعور بالنقص، وتؤدي إلى سلوكات غير صحية جراء ما يشاهد ويسمع ويقرأ في وسائل الإعلام والتواصل الاجتماعي.

5. تغير نموذج الأسرة وبنيتها

انتقال الأسرة من نمط ممتد إلى نواة صغيرة، وتراجع الدعم الاجتماعي، وتعدد الأدوار الواقعة على الزوجين، كلها عوامل تقلل من استقرار العلاقة الجنسية وتضعف انتظامها وجودتها.

رابعاً: العلاقة الجنسية بين الزوجين في السياقين النفسي والاجتماعي

يُعدّ فهم العلاقة الجنسية بين الزوجين مدخلاً أساساً لتحليل الحياة الأسرية المعاصرة، خاصة في ظل التحولات الاجتماعية والثقافية والتقنية والاقتصادية المتسارعة التي فرضت تحديات جديدة على الأزواج وعلى ممارسات الحميمة داخل الأسرة. ويستند هذا المحور إلى إبراز الأبعاد النفسية والاجتماعية التي تشكل جوهر العلاقة الجنسية، مع توضيح الخصوصيات الثقافية في المجتمع، ودورها في تنظيم هذه العلاقة ورسم حدودها.

1. العلاقة الجنسية نفسياً

العلاقة الجنسية بين الزوجين ليست مجرد ممارسة جسدية؛ بل هي منظومة عاطفية-نفسية-روحية تتداخل فيها مشاعر الحب، والانجذاب، والحميمية، والشعور بالقبول، والانتماء.

من هذا المنظور، تتجسد العلاقة الجنسية في عدة وظائف نفسية أساسية، منها:

- تعميق الثقة والقبول وتعزيز الشعور بالأمان النفسي بين الزوجين.
- إشباع حاجات الدعم العاطفي، وتخفيف الضغط النفسي والتوتر.
- تقوية الارتباط الوجداني عبر تبادل الحنان والاقتراب العاطفي والجسدي.
- رفع تقدير الذات لدى كلا الطرفين من خلال الشعور بأنهما مرغوبان ومحبوبان.

تشير الدراسات النفسية الحديثة إلى أن اللقاءات الحميمة المنتظمة تساعد في انتشال العلاقة من الرتابة، وتجدد الروابط العاطفية، وتحسن المزاج العام والصحة النفسية والجسدية للطرفين. وتؤكد الأبحاث أن الشعور بالطمأنينة والاستقرار أثناء العلاقة ينعكس إيجاباً على جودة التواصل اليومي داخل الأسرة.

2. العلاقة الجنسية اجتماعياً

اجتماعياً، تُعدّ العلاقة الجنسية أحد الأدوار المركزية للزواج. فهي:

- وسيلة لاستمرار النوع البشري عبر الإنجاب.
- آلية لتعزيز التماسك الأسري والارتباط الاجتماعي بين الزوجين.
- ممارسة تُشرعن عبر مؤسسة الزواج وتحظى بالقبول الاجتماعي والثقافي.
- إطاراً لضبط العلاقات الإنسانية ومنع الانفلات السلوكي عبر حدود أخلاقية ودينية واضحة.

ترتبط العلاقة الجنسية في المجتمع العربي بهوية الأسرة وقيمها، وتُمارَس ضمن إطار شرعي يحظى بالاحترام والدعم المجتمعي. وقد أثبتت الدراسات الاجتماعية أن الأزواج الذين يتمتعون بعلاقة حميمة صحية أكثر قدرة على مواجهة الأزمات، وأكثر تماسكًا في مواجهة ضغوط الحياة اليومية.

3. الخصوصية الثقافية للعلاقة الجنسية

العلاقة الجنسية ثقافياً ليست شأنًا فردياً فحسب، بل هي جزء من منظومة قيمية - دينية - اجتماعية تؤثر السلوك وتحدد المقبول والمرفوض. من أبرز ملامح هذه الخصوصية:

- الحياء والسرية: التعامل مع العلاقة الجنسية على أنها مجال خاص لا يُناقش إلا في أضيق الحدود.
 - ارتباطها بالشرف والعفة: مما يفرض سياقات صارمة على الممارسات والتوقعات.
 - التوقعات النمطية للأدوار: حيث يُتوقع من الرجل المبادرة والثقة، ومن المرأة الحياء والتحفّظ.
 - ضعف التثقيف الجنسي الرسمي: الذي يسهم في انتشار مفاهيم خاطئة أو مسكوت عنها.
- هذه الخصوصية رغم أنها توفر حماية من الابتذال، إلا أنها قد تخلق تحديات مثل غياب الحوار الجنسي، أو اللجوء لمصادر غير موثوقة للمعلومات، أو تراكم مفاهيم مغلوطة تُعيق التكيف الجنسي السليم.

4. البُعد الرمزي والقيمي للعلاقة الجنسية

يرى الاجتماعيون أن العلاقة الجنسية تُعد قناة للتعبير عن القيم العميقة والسلوكيات المتأصلة داخل الأسرة، فهي ترتبط:

- بأنماط التفكير والتنشئة الأولى في الطفولة.
- بالتجارب المبكرة حول الحياء والأنوثة والرجولة.
- بالرمزية الروحية المرتبطة بالمودة والرحمة في الزواج.
- بتوقعات المجتمع حول التكامل بين الزوجين.

لذلك، تُعدّ العلاقة الجنسية مساحة يتداخل فيها الجسد بالمشاعر والعقيدة والثقافة، مما يجعلها نقطة حساسة تحتاج إلى وعي وتثقيف وتوجيه دقيق، خصوصًا في ظل المتغيرات المعاصرة وضغوط الحياة الحديثة

خامسًا: أهمية العلاقة الجنسية في بناء التوافق والاستقرار الأسري

تحتل العلاقة الجنسية موقعًا محوريًا في بنية الأسرة المعاصرة، فهي ليست نشاطًا جسديًا مستقلًا، بل تُعد أحد أهم المؤشرات التي تعكس جودة التواصل العاطفي، والانسجام النفسي، واستقرار العلاقة الزوجية. وقد أثبتت الدراسات النفسية والاجتماعية أن التوافق الجنسي يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالتوافق الأسري والعاطفي، ويكون عامل وقاية وحماية من كثير من الأزمات والاضطرابات داخل الحياة الزوجية.

وتبرز أهمية العلاقة الجنسية في تحقيق مجموعة من الوظائف الأساس التي تحافظ على تماسك الأسرة، من أبرزها:

1. الإشباع العاطفي وتعزيز الترابط بين الزوجين

العلاقة الجنسية المتوازنة تُعمّق مشاعر المودة والقرب، وتؤسس لشعور بالأمان والاحتواء بين الشريكين. فالرغبة المتبادلة والمشاركة المنتظمة في العلاقة الحميمية تمنح الزوجين:

• شعورًا بالقبول والتقدير.

• مستوى أعلى من الثقة والانتماء.

• قدرة أكبر على تجاوز الضغوط اليومية.

وقد أظهرت الأبحاث أن الأزواج الذين يحظون بحياة جنسية مستقرة يتمتعون بمرونة أكبر في مواجهة المشكلات، وبانخفاض في النزاعات الحادة داخل الأسرة.

2. الوقاية من المشكلات الأسرية والنفسية

تُعدّ العلاقة الجنسية بمثابة صَمَام أمان داخل الأسرة، فهي قناة لتفريغ التوترات العاطفية والضغوط النفسية. وفي المقابل، يؤدي الاضطراب أو الحرمان الجنسي - لأي سبب كان - إلى:

• تراكم مشاعر الغضب والإحباط.

• تعزيز مشاعر الإهمال والرفض.

• زيادة حساسية الزوجين تجاه الخلافات الصغيرة.

لهذا السبب، يحرص المرشدون الأسريون على تضمين تقييم العلاقة الجنسية ضمن تشخيصهم لأي مشكلة زوجية، لأنها ترتبط بشكل مباشر بالاستقرار العاطفي العام.

3. تعزيز الصحة النفسية والجسدية للأسرة

أثبتت البحوث الطبية والنفسية أن العلاقة الجنسية المنتظمة والصحية ترتبط بتحسين واضح في:

- مستويات المزاج والسعادة.
- خفض معدلات القلق والاكتئاب.
- تحسين جودة النوم.
- تعزيز الجهاز المناعي.
- تحسين صحة القلب والهرمونات.

كما تسهم العلاقة الجنسية في تحرير هرمونات تساعد على الشعور بالراحة، مثل الأوكسيتوسين، الذي يعزز الترابط العاطفي.

4. بناء حوار عميق وفهم مشترك بين الزوجين

العلاقة الجنسية ليست ممارسة جسدية فقط، بل هي أيضًا:

- لغة حوار غير لفظي.
- مساحة للبوح والمصارحة.
- وسيلة لتعزيز الثقة المتبادلة.

كلما تمكّن الزوجان من مناقشة رغباتهما ومخاوفهما وتوقعاتهما الجنسية بصراحة واحترام، ازداد مستوى التفاهم بينهما، وتضاءلت فرص سوء الفهم أو التباعد العاطفي.

5. آثار العلاقة الجنسية على الصحة الإنجابية والاستقرار الأسري:

لا يقتصر تأثير التوافق الجنسي على الزوجين فقط، بل يمتد إلى أفراد الأسرة كافة. فمن نتائجه:

- تعزيز الرغبة في الإنجاب، وتحقيق توازن في اتخاذ القرارات الإنجابية.
- تربية الأولاد في بيئة يسودها الهدوء والانسجام.
- الحد من السلوكيات الخطرة مثل الإدمان السلوكي أو العلاقات البديلة.
- تعزيز مناعة الأسرة ضد التفكك أو الانهيارات العاطفية.

إن العلاقة الجنسية المتوازنة تعزز (المناعة النفسية) للأسرة، وتجعلها أكثر قدرة على مواجهة التحديات المعاصرة

سادساً: تأثير المتغيرات المعاصرة على العلاقة الجنسية بين الزوجين

تسببت المتغيرات الحديثة في إعادة تشكيل طبيعة العلاقة الجنسية بين الزوجين من حيث المفاهيم، والتوقعات، والسلوكات، وأنماط التواصل اليومي. وتستند هذه التحولات إلى عوامل اجتماعية وثقافية واقتصادية وتقنية أثرت بصورة واضحة على الممارسة الجنسية والحميمية داخل الأسرة، خصوصاً في المجتمعات العربية وفي المملكة العربية السعودية التي شهدت تغيرات سريعة في العقدين الأخيرين.

هذا المحور يُبرز أبرز التحولات المعاصرة وكيف أثرت على العلاقة الجنسية، مع تقديم تحليل شامل يساعد المرشد الأسري على فهم جذور المشكلات الحميمية.

1. التحولات الاجتماعية والثقافية وأثرها في وتيرة العلاقة الجنسية

شهدت المجتمعات العربية انتقالاً واضحاً من نمط الأسرة الممتدة إلى الأسرة النوواة، إضافة إلى دخول المرأة سوق العمل بشكل أوسع وفي مهن ووظائف متعددة، وارتفاع مستوى التعليم لكلا الجنسين. وقد أدت هذه المتغيرات إلى:

- إعادة تعريف أدوار الرجل والمرأة داخل الأسرة.
- ظهور قيم جديدة مثل المساواة والخصوصية والفردية.
- ارتفاع توقعات الزوجين حول الحميمية والتواصل الجنسي.
- تغير نمط المبادرة والتعبير عن الرغبات الجنسية.

هذا التحول خلق فجوة بين قيم الأصالة التقليدية وقيم الانفتاح الحديث، فزاد التردد لدى بعض الناس حول ما هو مباح أو غير مباح، وظهرت تفاوت في التوقعات الجنسية بين الأزواج. وقد أثبتت الأبحاث أن الأسر الأكثر مرونة وتقبلاً للتغيير هي الأكثر قدرة على تحقيق رضا جنسي أعلى.

2. ضغوط العمل وتعدد الأعباء اليومية وتأثيرها في الرغبة والوقت الحميمي

تُعد الضغوط المهنية والاقتصادية من أبرز العوامل التي أثرت في العلاقة الجنسية في العصر الحديث، فمع:

- زيادة ساعات العمل،
- الإرهاق البدني والذهني،
- تعدد مسؤوليات المنزل،
- اشتراك الزوجين في الأدوار اليومية،

أصبحت العلاقة الجنسية تُهمَّش تدريجياً لصالح النوم والراحة، أو الانشغال بالتقنية، أو الالتزامات اليومية.

أظهرت الدراسات الاجتماعية أن عمل الزوجة لساعات طويلة وانشغال الزوج بوظائف مرهقة يقلل فرص اللقاء الحميمي، ويرفع مستوى التوتر، ويزيد احتمال النزاعات حول تقسيم الأدوار. ومع غياب مهارات التنظيم الأسري، يتآكل الجانب الحميمي داخل الزواج ببطء، ما وصل في بعض العلاقات الزوجية إلى الانفصال العاطفي.

3. تأخر سن الزواج وتغير أعمار دخول الحياة الزوجية

شهد المجتمع ارتفاعاً ملحوظاً في متوسط سن الزواج، خاصة لدى النساء. هذا التأخر له انعكاسات مباشرة على العلاقة الجنسية:

- الأكبر سناً عند الزواج يواجهون تحديات تتعلق بالمرونة الجسدية والصحة الهرمونية.
- طول سنوات العزوبية يولد أنماطاً فردية يصعب دمجها في حياة زوجية قائمة على المشاركة.
- تأخر الإنجاب يخلق ضغوطاً نفسية، وقد يحول العلاقة الجنسية إلى مهمة وظيفية مرتبطة بالإنجاب لا بالمتعة.

هذه العوامل تجعل من التكيف الجنسي في السنوات الأولى أكثر صعوبة خاصة إذا غابت مهارات الحوار والتفاهم والتواصل الفعال.

4. التقنية الحديثة ومواقع التواصل وتأثيرها في التواصل العاطفي والجسدي

أصبحت التقنية أحد أهم مصادر الضغط على العلاقة الزوجية. فقد أثبتت الدراسات أن:

- استخدام الهواتف الذكية لساعات طويلة يقلل التواصل المباشر.
- الانشغال بالعوالم الافتراضية يخلق جفاء عاطفياً وبروداً جنسياً.
- المقارنات المستمرة مع المشاهير والمحتوى المثالي تضعف الرضا عن الشريك.
- العلاقات الإلكترونية ترفع مستوى الغيرة والشك وانعدام الثقة.

كما تراجعت القدرة على الحديث عن الرغبات الجنسية بسبب انشغال الطرفين بالشاشات، فتتأثر المشاعر الحميمية وتراجع جودة العلاقة بوضوح.

5. تغيير قيم الجسد والجمال والصحة وتأثيرها في الحميمية

العصر الحديث فرض على الأزواج ثقافة بصرية مشوهة تؤدي إلى:

- مقارنة مستمرة بالجسد المثالي للمؤثرين.
- تراجع الرضا عن الذات والجسد.
- ازدياد اللجوء للتجميل لتحسين المظهر الجنسي.
- ارتفاع مشاعر الإحباط والحرج داخل العلاقة.

كما أدت أنماط الحياة الحديثة - مثل قلة الحركة، التغذية السريعة، زيادة الوزن، والأمراض المزمنة - إلى انخفاض الأداء الجنسي، وتراجع الثقة بالنفس، والتحرّج من الاقتراب الجسدي. وقد ارتفع الطلب على العلاجات (الجنسية / النفسية) لتحسين الصورة الذاتية وتعزيز الثقة في الأداء الحميمي.

سابعاً: التحديات المعاصرة التي تواجه العلاقة الجنسية بين الزوجين

أثرت المتغيرات الحديثة بشكل عميق على طبيعة العلاقة الجنسية بين الزوجين، فازدادت تعقيداً وحساسية أمام ضغوط العيش وتغير القيم والثقافة. ولم تعد المشكلات الحميمية مجرد اضطرابات فردية، بل أصبحت نتاجاً مركباً لعوامل اجتماعية ونفسية وتقنية واقتصادية متداخلة، مما يتطلب من المرشد الأسري وعياً مهنيًا وقدرة على التشخيص الدقيق والاحتواء السليم. وفيما يلي أبرز التحديات التي أفرزتها المتغيرات المعاصرة:

1. تصاعد معدلات البرود أو الفتور الجنسي تحت الضغوط الحديثة

تشير الدراسات إلى ارتفاع ملحوظ في حالات البرود الجنسي أو الفتور بين الأزواج، وذلك بسبب:

- ضغوط العمل والوظيفة.
- تعدد الالتزامات المنزلية والاجتماعية.
- تراجع جودة التواصل اليومي.
- الإرهاق الذهني والجسدي المستمر.
- غياب الأوقات الخاصة بالزوجين ذات الطابع المناسب.

هذه الظروف تجعل العلاقة الجنسية في آخر قائمة الأولويات اليومية، ما يؤدي إلى:

- تآكل مشاعر القرب والحميمية.
- تراكم التوتر والاحتقان النفسي.
- ازدياد النزاعات الزوجية.
- لجوء بعض الأزواج لإشبعات بديلة مثل العلاقات الإلكترونية.

ويزيد الأمر سوءاً غياب مهارات التنظيم الأسري، وعدم تخصيص وقت خاص للزوجين بعيداً عن الضغوط.

2. تغير أنماط المبادرة والرغبة وحدود الخصوصية

أثر نمط الحياة المتسارع على ديناميكية العلاقة الجنسية بشكل واضح، إذ ظهرت ظواهر مثل:

- انخفاض المبادرة الجنسية من أحد الطرفين أو كليهما.
- الخلج الزائد من مناقشة الاحتياجات الجنسية، خصوصاً في الأسر المحافظة.
- استخدام العلاقة الجنسية كأداة عقاب أو مساومة (الصمت العقابي).

• تراجع العفوية في العلاقة وتحولها إلى واجب روتيني.

كما أدى الانكشاف الإعلامي المتزايد إلى خلق توقعات غير واقعية حول العلاقة، فأصبحت المقارنات اليومية عاملاً مؤذياً للرضا والالتزان العاطفي لدى كل طرف.

3. تداخل المشكلات النفسية والجسدية مع الأداء الجنسي

تسببت أنماط الحياة الحديثة في انتشار مشكلات نفسية وجسدية تؤثر مباشرة على الأداء الجنسي، منها:

• القلق والتوتر والاكتئاب.

• السمنة وأمراض القلب والهرمونات.

• اضطرابات النوم نتيجة السهر والتكنولوجيا.

• انخفاض الثقة بالجسد وتراجع الرضا الذاتي.

هذه العوامل تجعل العلاقة الجنسية ساحة تُسقط عليها مشكلات الهوية والثقة، وتتحول إلى مساحة خوف بدلاً من مساحة قرب ومتعة. وفي الغالب، لا يطلب الأزواج المساعدة المهنية لاعتبارات ثقافية، فيتفاقم الاضطراب ويؤدي إلى مشكلات عميقة في التواصل العاطفي والاجتماعي.

4. تصاعد مشكلات الخيانة الإلكترونية والإدمان الرقمي

الإدمان الرقمي أصبح من أخطر التحديات على العلاقة الحميمة، إذ يؤدي إلى:

• تشتت الانتباه وفقدان التواصل الحقيقي بين الزوجين.

• ظهور مقارنات مضرة مع نماذج (مثالية) على الإنترنت.

• زيادة الشك والغيرة وعدم الثقة.

• استبدال العلاقة الحقيقية بعلاقة افتراضية.

وقد حملت كثير من الاستشارات الأسرية شهادات حول:

• تفضيل أحد الزوجين التفاعل الافتراضي على العلاقة الواقعية.

• رفض العلاقة الجنسية بسبب الانشغال الرقمي.

• انهيار الثقة بسبب العلاقات الإلكترونية.

• سهولة إشباع الرغبات عبر التواصل الرقمي.

لذا فهذه التحولات تحتاج تدخلاً احترافياً يجمع بين الوعي النفسي والفهم التقني من قبل المرشد الأسري.

ثامناً: التحديات المعاصرة في التواصل والإشباع الجنسي بين الزوجين

شهدت العلاقات الزوجية في العالم العربي تحولات عميقة تحت تأثير المتغيرات الثقافية والإعلامية والتقنية والاجتماعية، ما جعل التواصل الجنسي والإشباع الحميمي مساحات معقدة تتطلب فهماً أعمق ومهارات إرشادية متقدمة.

تتناول هذه الفقرة أبرز التحديات التي تواجه الأزواج اليوم، مع تحليل انعكاساتها النفسية والسلوكية على جودة الحياة الزوجية.

1. ضعف الحوار الجنسي وغياب الجرأة في النقاش الحميمي

لا يزال ضعف الحوار حول الجنس أحد أكثر التحديات الجذرية داخل الأسرة العربية. ويرجع ذلك إلى:

- ثقافة الصمت التي تقرن الحديث عن الجنس بالعيب والحرام بين الأزواج.
- غياب التربية الجنسية الصحيحة منذ الطفولة، ما يخلق جيلاً غير قادر على التواصل المعرفي حول رغباته.
- اللجوء للصمت أو التلميحات بدل المواجهة، ما يؤدي إلى سوء فهم غالباً.

ويظهر ذلك في عدة مظاهر:

- تراكم مشاعر الإحباط والاستياء.
- فقدان الطرف الآخر الشعور بالتقدير أو القبول الجنسي.
- ظهور إشباعات بديلة خارج العلاقة (كالهروب للتقنية، أو العمل أو العلاقات الإلكترونية أو غيرها).
- تحويل البرود أو الفتور إلى مشكلة مزمنة أساسها سوء التواصل وليس ضعف الرغبة في الأساس.

تشير الدراسات إلى أن معظم مشكلات البرود لا تتعلق بالعجز الجنسي العضوي، بل بانعدام الحوار الجنسي السليم؛ لعدم كشف الاحتياجات الحقيقية للطرفين.

2. أثر التفاوت في الخبرات والتوقعات الجنسية المتأثرة بالإعلام

أحد أخطر التحديات الحديثة هو خلل التوقعات الجنسية الناتج عن تأثير الإعلام الرقمي والمسلسلات ومنصات التواصل. فقد أصبح:

- الإعلام مصدرًا أساسيًا لتحديد (شكل العلاقة الجنسية) لدى الجيل الجديد.
- الأزواج يقارنون أنفسهم بنماذج غير واقعية.
- الخيال الإعلامي يخلق ضغوطًا على الأداء، الرغبة، وتنوع الحميمة.

انعكاسات هذا التفاوت تشمل:

- شعور أحد الطرفين بالنقص أو العجز إذا لم يستطع مطابقة (الصورة الإعلامية).
 - تنامي المقارنة بين الشريك الحقيقي والصور الرقمية.
 - انزلاق بعض الأزواج إلى الإدمان الرقمي أو المحتوى الجنسي الافتراضي بحثًا عن (تجربة مطابقة للمحتوى).
 - فقدان المتعة الحقيقية بسبب تضخم التوقعات.
- وتؤكد البيانات الميدانية ارتفاعًا في الطلب على الاستشارات الأسرية بسبب فجوة التوقعات الإعلامية / الواقعية، خاصة بين الأزواج الجدد.

3. ظهور أنماط جديدة من المقارنة والغيرة بسبب المؤثرين والصور الرقمية

أدى انتشار منصات التواصل إلى صعود أشكال جديدة من الغيرة الزوجية، حيث لم يعد الشريك يُقارن بما حوله فقط، بل:

- بمشاهير يمتلكون أجسادًا مثالية وبصورة مُحسنة تكنولوجياً لا تعكس الواقع.
- بعلاقات (هوليوودية) مُفلترة ومصنوعة.
- بصور مُحسنة تكنولوجياً لا تعكس الواقع.

وتنتج عن ذلك:

- ضعف الرضا عن الذات والجسد.
- شعور بعدم الكفاية أو عدم الجاذبية.

- مبالغة في التجميل أو تغيير الجسد إرضاء لتوقعات الطرف الآخر.
- نزاعات حول متابعة المؤثرين أو الإعجاب الرقمي.
- اهتزاز الثقة والاتزان داخل العلاقة الجنسية.

هذه المقارنات تؤدي بمرور الوقت إلى هشاشة الحميمية، وفقدان الشريك أهم شروط العلاقة الجنسية: الوجود، والتقبل، والقرب، والأمان العاطفي.

4. تزايد الإدمان الرقمي والخيانة الإلكترونية وتأثيرهما على العلاقة الحميمية

الإدمان الرقمي لا يسرق الوقت فقط؛ بل يسحب:

- الانتباه،
- التركيز،
- والمشاعر من العلاقة الزوجية.

وتُظهر الاستشارات الزوجية ما يلي:

- تصاعد الخيانة الإلكترونية عبر الرسائل أو التفاعل المفرط مع الآخرين.
- تراجع الحميمية بسبب انشغال أحد الطرفين بالعالم الافتراضي.
- فقدان الثقة وتشكل بيئة من الشك والغيرة.
- انسحاب أحد الزوجين من العلاقة الجنسية لصالح تجارب افتراضية.

كما يؤدي الإدمان الرقمي إلى:

- ضعف الرغبة الجنسية،
- تبرد المشاعر،
- غياب الحضور الذهني أثناء العلاقة.

مما يجعل العلاقة الحقيقية تبدو باهتة مقارنةً بجرعة الآثارة الرقمية المتاحة بضغطة زر.

تاسعاً: التأثيرات النفسية والاجتماعية للمشكلات الجنسية في الأسرة

تؤثر جودة العلاقة الجنسية على بنية الأسرة ووظائفها تأثيراً مباشراً وعميقاً، فهي ليست نشاطاً جسدياً منعزلاً، بل محور أساس في الصحة النفسية والاجتماعية والإنجابية داخل الحياة الزوجية. ومع تسارع المتغيرات المعاصرة، أصبحت العلاقة الحميمة أكثر حساسية تجاه الضغوط، وأكثر تأثيراً في الاستقرار العاطفي والوظيفي للأسرة.

1. انعكاس البرود أو التوتر الجنسي على الاستقرار الأسري والعاطفي

يُعد البرود أو الفتور الجنسي من أبرز المؤشرات التي تنذر بخلل في العلاقة الزوجية. فقد أظهرت الدراسات أن تراجع الإشباع الحميمي يؤدي إلى:

- تصاعد النزاعات الزوجية وحدة الخلافات.
- ضعف التفاهم العاطفي ونقص الاحتواء.
- بحث أحد الزوجين عن الإشباع خارج العلاقة (العمل، والأصدقاء، والعلاقات الرقمية أو غيرها).
- ظهور حالة (الطلاق الصامت) رغم استمرار الحياة المشتركة.

وتتمثل خطورة البرود في أنه:

- يُنتج سلسلة من المشاعر السلبية (الإحباط، والغضب، وخيبة الأمل).
- يحوّل التوتر الجنسي إلى خلافات ظاهرية حول قضايا ثانوية.
- يخلق بيئة غير مستقرة عاطفياً، تؤثر حتى في حياة الأطفال وتفاعلهم داخل الأسرة.

في غياب الحوار والوعي بالأسباب الحقيقية، يتحول الفتور إلى أزمة كامنة تُضعف الروابط الداخلية وتؤدي إلى شرح عميق في العلاقة.

2. العلاقة بين الصحة النفسية والإشباع الجنسي في الأسرة المعاصرة

تؤكد الأدلة العلمية أن العلاقة الجنسية تُعد جزءًا من منظومة الصحة النفسية للأسرة، فهي:

- تخفف التوتر والضغط اليومي.
- تمنح شعورًا بالأمان والقبول والارتباط.
- تعزز الثقة بالنفس والدعم العاطفي.
- ترفع معدلات السعادة الزوجية والرضا العام.

وفي المقابل، تؤدي الاضطرابات الجنسية إلى:

- زيادة احتمالات القلق والاكتئاب.
- تراجع تقدير الذات.
- العزلة والتجنب وفقدان التواصل.
- اضطرابات في النوم والمزاج.

وتشير البيانات السريرية إلى أن كثيرًا من الأزواج الذين يعانون من اضطرابات نفسية يظهر لديهم أحد نمطين:

1. انسحاب من العلاقة الجنسية بسبب الإرهاق الذهني.

2. تهيج جنسي مفرط يعكس توترًا نفسيًا غير معالج.

ويسهم هذا الخلل في إضعاف الشراكة العاطفية ويجعل الأعباء اليومية أثقل وأصعب على الطرفين.

3. أثر المشكلات الجنسية في الصحة الإنجابية والتربية والأدوار الأسرية

أولاً: الصحة الإنجابية

تؤثر الإشباعات الجنسية في:

- انتظام الهرمونات.
- جودة الخصوبة.
- فرص الحمل.

وقد يؤدي القلق الجنسي إلى إعاقة الحمل نفسيًا، بينما يتحول السعي للإنجاب إلى (مهمة) تفقد الحميمية معناها.

ثانيًا: المناخ التربوي

أثبتت الدراسات أن الأسر المستقرة جنسيًا تتميز بـ:

- دفاء عاطفي أعلى .
- قدرة أفضل على التربية المشتركة .
- بيئة داعمة يشعر فيها الأولاد بالأمان والثقة .

أما الأسر التي تعاني مشكلات جنسية مزمنة فغالبًا ما تسودها:

- برود عاطفي .
 - توتر مستمر .
 - ضعف في التعاون والتواصل .
- وهو ما ينعكس مباشرة على الأولاد، خاصة المراهقين .

ثالثًا: توزيع الأدوار داخل الأسرة

عند غياب الإشباع الجنسي :

- يميل أحد الطرفين للانسحاب أو الهيمنة .
- يتضخم دور أحد الزوجين مقابل الآخر .
- تظهر أنماط العناد والصمت والانسحاب .
- تصبح الأعمال اليومية والتربوية ساحة لتفريغ الإحباطات العاطفية .

وفي بعض الحالات تتحول العلاقة الزوجية إلى علاقة (زماله) أو تعايش وظيفي، مما يقلل من قدرة الأسرة على مواجهة الضغوط .

4. الخلاصة المهنية: لماذا العلاقة الجنسية هي (العصب) في الصحة الأسرية؟

- من خلال المعطيات النفسية والاجتماعية والبيولوجية، يتضح أن العلاقة الجنسية:
- هي مؤشر مباشر لجودة الحياة الزوجية .

- تؤثر في الصحة النفسية، والاستقرار، والتربية، والأدوار.
- ترتبط بجميع مكونات المنظومة الأسرية.
- تمثل حاجة نفسية وروحية قبل أن تكون جسدية.

ولذلك فإن اختلالها يستدعي:

- تدخلًا مهنيًا واعيًا يزيل الوصمة.
- حوارًا صريحًا بين الزوجين.
- تمكينًا للطرفين من مهارات الحميمة والتواصل.
- تصحيح المفاهيم الثقافية الخاطئة.
- دعمًا نفسيًا يعالج التوترات الداخلية.

إن العلاقة الجنسية الصحية ليست رفاهية، بل هي ضرورة للحفاظ على تماسك الأسرة وجودة حياتها.

عاشراً: دور المرشد الأسري في تشخيص ومعالجة المشكلات الجنسية المعاصرة

باتت المشكلات الجنسية بين الأزواج من أهم القضايا المؤثرة في الاستقرار الأسري، خاصة مع المتغيرات الحديثة التي أعادت تشكيل الأنماط الحميمة وأدوار الشريكين. ولذلك يتطلب دور المرشد الأسري إدراكاً متعمقاً لجذور هذه المشكلات، وفهماً متوازناً للعوامل الثقافية والنفسية والاجتماعية والتقنية التي تفرض تحديات معاصرة. يقوم المرشد هنا بوظائف تشخيصية وتواصلية وعلاجية متكاملة تسهم في إعادة بناء الصحة الجنسية والنفسية للأزواج.

1. أدوات التشخيص النفسي والاجتماعي للعلاقة الجنسية في ظل المتغيرات الحديثة

يعتمد المرشد الأسري على مجموعة من الأدوات العلمية التي تساعد في تكوين صورة واضحة عن طبيعة العلاقة الجنسية بين الزوجين وتحديد مواضع الخلل بدقة، وتشمل هذه الأدوات:

أولاً: الاستبانات والمقاييس النفسية والجنسية

• تُستخدم لتقييم:

○ مستوى الرغبة الجنسية.

○ درجة الإشباع والرضا.

○ وجود توتر جنسي أو صراعات ذات صلة بالجنس.

○ أعراض البرود أو الاضطرابات النفسية المتعلقة بالعلاقة الحميمة.

• من أمثلتها: مقاييس البرود الجنسي العالمية، استبيانات التوافق الجنسي، واستبيانات القلق والاكتئاب التي تلقي الضوء على الارتباط بين الصحة النفسية والجنسية.

ثانياً: المقابلات الشخصية والاجتماعية

تركز المقابلات على:

• طبيعة العلاقة الحالية.

• تاريخ المشكلات الحميمة.

• التوقعات والأدوار.

• مصادر الضغط الداخلية والخارجية.

• تأثير الظروف الاجتماعية والثقافية على الطرفين.

هذه المقابلات تمنح المرشد فهماً عميقاً للأبعاد النفسية والعاطفية وراء السلوكات الجنسية.

ثالثاً: الملاحظة السلوكية

تتيح الملاحظة للمرشد:

• فهم كيفية تفاعل الزوجين في مواقف مختلفة.

• رصد أنماط الحوار أو الصمت.

• التعرف على أساليب المواجهة أو التجنب.

رابعًا: القياسات الاجتماعية

تشمل تقييم:

- الدعم الاجتماعي المتاح.
 - الضغط الرقمي ودرجة استخدام التقنية.
 - مستوى الوعي الثقافي الجنسي.
 - وجود مؤثرات خارجية (كالعمل، والمقارنات الرقمية، والعائلة الممتدة).
- هذه الأدوات مجتمعة توفر إطارًا تشخيصيًا متناسقًا يساعد في تحديد المسار العلاجي المناسب.

2. مهارات الحوار الآمن حول المشكلات الجنسية بين الزوجين

يعد الحوار الآمن حجر الأساس في علاج المشكلات الجنسية، وهو مهارة يحتاجها الشريكان ويعمل المرشد على تدريبهم عليها عبر عدة مبادئ:

أولًا: أسس بناء الحوار الآمن

- السرية التامة داخل الجلسة الإرشادية.
- الاحترام المتبادل والتعامل اللائق بين الزوجين.
- الاستماع الفعال بمشاعر متفهمة.
- اختيار الوقت المناسب للحوار بعيدًا عن لحظات التوتر.
- احترام وتقدير الاختلافات الثقافية.

ثانيًا: استخدام لغة المشاركة

يعزز المرشد لغة:

• "أنا أشعر..."

• "أنا أحتاج..."

• "أخشى أن..."

بدلًا من تحميل الطرف الآخر مسؤولية كاملة، مما يقلل ردود الفعل الدفاعية.

ثالثاً: التدرّج في الطرح

البداية تكون من :

• المشاعر العامة،

• ثمّ الاحتياجات النفسية،

• ثمّ المخاوف،

• ثمّ الانتقال تدريجياً إلى الجوانب الجنسية المحددة.

رابعاً: التعبير عن المخاوف والتوقعات

تعليم الأزواج التعبير بجرأة واحترام عما يريدونه وما يزعجهم، ومعرفة أن الاختلاف في التفضيلات أمر طبيعي لا يمثل فشلاً.

خامساً: تقديم الدعم النفسي

يساعد المرشد الطرف الأكثر خجلاً أو قلقاً على تجاوز الصمت، عبر:

• إعادة الطمأنة.

• زرع ثقة داخلية.

• إزالة الوصمة عن الحديث الجنسي.

• تبيان الجزء البسيط سبب المشكلة.

الدراسات تؤكد أن الأزواج الذين يتعلمون الحوار الآمن ويتقبلون الرأي الآخر وفهمه بشكل صحيح يحققون تحسناً واضحاً في الأداء الجنسي والرضا العاطفي.

3. إستراتيجيات التخلص من المؤثرات الخارجية أثناء علاج المشكلات الجنسية

تتعاظم أهمية الإستراتيجيات العلاجية اليوم في ظل التأثيرات الضاغطة للتقنية والإعلام وثقافة المقارنة. وتشمل أهم الوسائل:

أولاً: إدارة وقت التقنية والحد من التشّيت الرقمي

- تخصيص (ساعات بلا هواتف).
- الحد من استخدام التقنية قبل النوم مباشرة.
- وضع قواعد واضحة حول مواقع التواصل ومنع المقارنات السلبية الخاطئة.
- إعلاء قيمة اللحظات الواقعية مقابل اللحظات الافتراضية.

ثانيًا: التثقيف الجنسي والثقافي

من خلال:

- ورش عمل زوجية.
- جلسات تثقيفية مبنية على العلم.
- تصحيح المفاهيم المغلوطة حول الجنس، الأداء، الأدوار، والمتعة.
- وذلك بما يتلاءم مع قيم المجتمع دون الابتعاد عن الأساس العلمي.

ثالثًا: تنمية مهارات إدارة الضغوط

عبر أدوات مثل:

- التنفس العميق.
- الاسترخاء العضلي.
- الرياضة واليوغا.
- المشي السلوكي.
- تحسين جودة النوم.
- تحسين جودة الأكل.

وهي إستراتيجيات تقلل التوتر وتساعد الجسم على استقبال العلاقة الجنسية بسهولة.

رابعاً: تعزيز التعاون الأسري

من خلال:

- توزيع الأدوار والمهام المنزلية.
- دعم الطرف المرهق بدلاً من انتقاده.
- خلق مساحة مشتركة للراحة.

التعاون يقلل الاحتقان ويزيد من جرعة الرضا العاطفي.

خامساً: الدعم النفسي المتخصص

قد يحتاج بعض الأزواج إلى:

- العلاج السلوكي المعرفي (CBT).
 - العلاج الزوجي العميق.
 - العلاج القائم على القبول والالتزام (ACT).
 - تدخلات طبية لفحص الجانب الهرموني والعضوي.
 - فحوصات طبية للفيتامينات.
- هذه العلاجات تُعالج المشكلات من جذورها، وليس فقط من مظاهرها.

الحادي عشر: الأساليب والتقنيات الإرشادية المناسبة لعلاج المشكلات الجنسية والتواصل بين الزوجين في ظل المتغيرات المعاصرة

يمثل هذا المحور الجانب العملي والتطبيقي في عمل المرشد الأسري، إذ يهدف إلى معالجة المشكلات الجنسية المتجددة الناتجة عن المتغيرات الثقافية والاجتماعية والتقنية، باستخدام أدوات علمية وتربوية وسلوكية تساعد الأزواج على تطوير تواصل صحي واستعادة جودة العلاقة الحميمة. يعتمد المرشد على مجموعة من التقنيات العلاجية الحديثة التي أثبتت فعاليتها في الواقع المعاصر.

1. الإرشاد السلوكي المعرفي (CBT))

يعد العلاج السلوكي المعرفي أحد أكثر الأساليب فعالية في التعامل مع البرود الجنسي والقلق من الأداء وسوء التواصل بين الزوجين، نظراً لقدرته على تعديل الأفكار والمعتقدات غير الواقعية التي تشكل جذور المشكلة وارتباطها

بالمشاعر الذي أدى إلى السلوكيات الخاطئة بين الزوجين أو داخل الأسرة.

أهم خطوات الإرشاد السلوكي المعرفي في هذا السياق:

- تحديد أنماط التفكير المشوه مثل الخوف من الفشل، الشعور بالنقص، أو الاعتقاد بأن الطرف الآخر غير راضٍ، وهي أفكار تزيد من التوتر وتقلل الأداء.
- إعادة البناء المعرفي وتغيير التصورات السلبية إلى أفكار واقعية وصحية تدعم الثقة بالنفس وتقلل القلق الجنسي.
- تعليم مهارات التواصل الفعال من خلال فهم إشارات الجسد، التعبير عن الرغبة، وكيفية قول "لا" أو "نعم" بطريقة بناءة.
- التدريب على التقارب الجسدي بتمارين عملية ترفع مستوى الوعي بالجسد وتخفف التوتر أثناء العلاقة.
- معالجة اضطرابات الرغبة أو الآثار الناتجة عن الضغط النفسي أو توقعات غير واقعية.

وقد أثبتت الدراسات أن CBT يحقق تحسناً كبيراً في:

- الرضا الجنسي
- الثقة في الأداء
- تقليل البرود والفتور
- تحسين التواصل العاطفي

2. الإرشاد الواقعي وإدارة الضغوط اليومية لتحقيق التوازن بين العمل والحياة الجنسية

يركز الإرشاد الواقعي على ربط الأزواج بالواقع اليومي وإعادة تنظيم حياتهم بطريقة تسمح للعلاقة الجنسية أن تحظى بالاهتمام اللازم دون أن تطغى عليها الضغوط العملية أو المسؤوليات المجتمعية والاجتماعية.

عناصر الإرشاد الواقعي:

- خطة أسبوعية واضحة تخصص وقتاً للراحة والمودة الجنسية بعيداً عن العمل.
- تحديد الأولويات التي تضع الجانب العاطفي والحميمي في مكانه الطبيعي داخل الأسرة.
- تعليم مهارات تخفيف التوتر مثل:

○ تمارين التنفس،

○ اليقظة الذهنية،

○ الرياضة،

○ الاسترخاء العضلي،

• تفهم تغير الأدوار داخل الأسرة وتقبل التوازن الجديد بين الشريكين.

• التأكيد على أن العلاقة الحميمة تفاعل ممتد وليس طقسًا روتينيًا، بل تحتاج تجديدًا ورعاية.

هذه التقنية تساعد في بناء علاقة أكثر نضجًا ومرونة، تتكيف مع سرعة العصر دون أن تفقد عمقها.

3. ورش العمل وتمارين بناء الصراحة والحوار الجنسي الآمن

تمنح ورش العمل بيئة تدريبية تسمح للأزواج بكسر حاجز الخجل والتردد عبر تمارين تفاعلية تساعد في تحسين الحوار الجنسي.

أهم التمارين والأنشطة:

• الاستماع النشط: تعلم الاستماع دون مقاطعة والتركيز على فهم الطرف الآخر وليس التفكير في الرد، وتفسير لغة الجسد، وبناء ردود فعل إيجابية.

• ألعاب الأدوار: محاكاة المواقف الحساسة لإعطاء الطرفين فرصة للتعبير دون خوف.

• التمارين التعبيرية: كتابة أو قول الاحتياجات والمخاوف الجنسية بصراحة ووضوح.

• جلسات تعليمية مشتركة: لرفع الوعي بالصحة الجنسية وتصحيح المفاهيم الخاطئة.

• تنمية مهارات تحديد الحدود الجنسية: وإيجاد منطقة التقاء تحترم رغبات الطرفين.

هذه الورش تساعد الأزواج على إعادة اكتشاف التواصل، وتفتح بابًا لإعادة الدفء والحميمية.

4. الجلسات الإرشادية الفردية والجماعية لمواجهة المتغيرات التقنية والاجتماعية

تدمج الاستشارات الأسرية بين الجلسات الفردية والجماعية والزوجية لتحقيق نتائج متوازنة.

أنواع الجلسات ودورها:

• الجلسات الفردية:

○ مساحة آمنة للتعبير عن المشاعر الخاصة.

○ معالجة الصدمات السابقة أو الضغوط الداخلية.

○ خطة علاج شخصية لكل فرد.

• الجلسات الزوجية المشتركة:

○ تعزيز الحوار حول المشكلات.

○ تشجيع الدعم والمساندة بين الزوجين.

○ حل المشكلات التي تعتمد على تفاعل الطرفين.

• الجلسات الجماعية (بسبب طبيعة المجتمع وثقافته فهي نادرة، لكن يمكن تقديمها عن بعد):

○ تبادل الخبرات.

○ إدراك أن المشكلات الجنسية ليست حالات فردية.

○ تعزيز الانتماء والوعي الجماعي.

مثل هذه الجلسات ترفع من قدرة الأزواج على فهم تأثير المتغيرات المعاصرة وتجاوز آثارها.

5. استخدام التطبيقات والبرامج الرقمية لدعم الصحة الجنسية الأسرية

مع تطور التوجّه الرقمي، أصبحت التكنولوجيا جزءاً من العلاج الإرشادي، خاصة لدى الأزواج الذين يواجهون ضيق الوقت أو ضغط العمل.

التطبيقات الرقمية تقدّم:

- برامج تثقيف جنسي وعاطفي.
- أدوات تقييم للحالة النفسية والجنسية.
- فيديوهات قصيرة عن مهارات التواصل.
- خطط يومية للتفاعل الحميمي.
- تقليل الإدمان الرقمي عبر ضبط وقت الهاتف.
- متابعة التقدم على مدار الأسابيع.

وتمثل هذه التطبيقات امتداداً طبيعياً للجلسات الإرشادية، وتضمن دعماً متواصلًا.

تعتمد فعالية الإرشاد الأسري في مواجهة المشكلات الجنسية المعاصرة على:

- الجمع بين العلاج النفسي، والسلوكي، والاجتماعي، والتثقيفي.
- استخدام تقنيات حديثة تتناسب مع الواقع الرقمي والثقافي.
- تمكين الأزواج من مهارات الحوار، التفاهم، وإدارة الضغوط.
- معالجة الجوانب الفردية أولاً، ثم بناء توافق مشترك.
- دعم العلاقة الجنسية باعتبارها جزءاً أساسياً من الصحة النفسية والزوجية.

إن توظيف هذه الأساليب في خطة علاجية متكاملة يساعد المرشد الأسري على إعادة بناء الحميمية، وتجديد الروابط العاطفية، وتحسين جودة الحياة الزوجية في ظل المتغيرات الحديثة

الثاني عشر: دعم الثقافة والوعي الجنسي في المجتمع

يمثل دعم الثقافة والوعي الجنسي أحد الركائز الأساسية لتعزيز الصحة الجنسية والأسرية في ظل المتغيرات الاجتماعية والثقافية والتقنية المتسارعة. وتزداد أهمية هذا الجهد المجتمعي الشامل مع ارتفاع نسب المشكلات الجنسية والزوجية في المجتمع، مما يستدعي نشر معرفة علمية صحيحة، وإعادة صياغة المفاهيم الحالية بما يتوافق مع القيم الدينية والثقافية دون إهمال التطور العلمي والمعرفي.

1. التثقيف الجنسي الموجه بالأسس الدينية والثقافية

يتطلب التثقيف الجنسي توازنًا دقيقًا بين تزويد الأفراد بالمعرفة العلمية الصحيحة وبين احترام الإطارين الديني والثقافي الذي ينظم العلاقة الزوجية. ويعتمد هذا التثقيف على عدة ركائز:

أولاً: الأسس الدينية

- يؤكد الإسلام على أن العلاقة الجنسية جزء من المودة والرحمة بين الزوجين، ووسيلة لتحقيق السكن والاستقرار.
- تقدم النصوص الشرعية توجيهات واضحة للعلاقة الجنسية، تشمل:

○ احترام حاجات الشريك،

○ الرفق والمعاشرة بالمعروف،

○ الاعتدال والستر.

- التربية الجنسية المستندة إلى المقاصد الشرعية تهدف إلى تعليم:

○ الحياء،

○ احترام الخصوصية،

○ فهم الحقوق والواجبات الجنسية،

○ توعية الشباب قبل الزواج بأسلوب معتدل لا يصدم القيم الدينية.

ثانيًا: الأسس الثقافية

- الثقافة العربية تحمل إرثًا من قيم الحياء والخصوصية، ما يتطلب تحديث لغة التثقيف دون تجاوز الحدود الأخلاقية.
- البرامج التوعوية تشجع على فهم العلاقة الجنسية بوصفها حقًا زوجيًا وجزءًا من الصحة النفسية والبدنية.
- يراعى عند تصميم البرامج الثقافية خصوصيات المجتمع، مع توفير محتوى واضح بعيد عن التبسيط المخل أو الغموض الذي يسبب مشاكل مستقبلية.

2. تصحيح المفاهيم المغلوطة

أدى انتشار المحتوى الرقمي غير المنضبط إلى تكوين مفاهيم خاطئة حول الجنس والعلاقة الحميمة وأشكالها وطبيعتها، مما يسهم في زيادة الاضطرابات الجنسية داخل الأسر. ولذا يركز التثقيف الحديث على معالجة هذه المفاهيم الخاطئة.

أمثلة على المفاهيم المغلوطة الشائعة:

- أن الإباحية مجرد (تسلية آمنة)، بينما هي أحد أكبر مسببات الإدمان والخلل الجنسي.
- الاعتقاد بأن الحديث عن الجنس (حرام) أو (عيب)، رغم أنه ضرورة لحماية الأسرة من الانهيار.
- الاعتقاد بأن من يعاني من إدمان جنسي لا يمكنه العلاج، مما يمنع طلب المساعدة.
- الفكر الشائع عند البعض أن البرود الجنسي ليس له علاج.

جهود تصحيح المفاهيم تشمل:

- حملات توعية تبين أخطار الإباحية والإدمان الرقمي على الصحة النفسية والجنسية.
 - توفير مصادر تعليمية تجمع بين العلم والدين لتقديم توجيه موثوق.
 - تشجيع الحوار داخل الأسرة والعمل على كسر الوصمة المحيطة بالمواضيع الجنسية.
 - برامج تعزيز ضبط النفس والتعامل الآمن مع التقنية.
 - تيسير الوصول للجلسات الإرشادية العلاجية.
- هذه الجهود تهدف إلى حماية الأسرة من التشوهات المعرفية والسلوكية التي تخلقها الوسائط الحديثة.

3. دور المؤسسات التعليمية والمنصات الرقمية في تعزيز الوعي الجنسي الصحي

لم تعد الأسرة وحدها قادرة على مواجهة تحديات المعرفة الجنسية الحديثة، خاصة مع الانفتاح الرقمي وتعدد مصادر المحتوى. لذا تلعب المؤسسات التعليمية والمنصات الرقمية دورًا مهمًا في نشر الوعي الصحي.

أولاً: المؤسسات التعليمية

- دمج التربية الجنسية العلمية في المناهج بطريقة تتناسب مع المراحل العمرية ومراعاة الآداب. والثقافة والدين.
- تدريب المعلمين على التعامل مع الأسئلة الجنسية بوعي وتوازن وحكمة.
- إنشاء برامج دعم نفسي وتوعوي تشجع الطلاب على تبني سلوكيات صحية وتجنب المخاطر.
- تعريف الطلاب بمهارات الحماية الذاتية من التحرش، الإدمان الرقمي، والاستغلال الجنسي.

ثانيًا: المنصات الرقمية ووسائل التواصل الاجتماعي

- الاستفادة من المؤثرين الموثوقين لنشر رسائل توعوية.
- الحملات الإلكترونية التي تستخدم الفيديوهات والبودكاست والإنفوجرافيك لشرح المفاهيم الجنسية بلغة مبسطة.
- تقديم برامج إلكترونية تساعد الأزواج في تنظيم حياتهم الجنسية والتعامل مع المشكلات.
- توفير خدمات استشارية إلكترونية تحافظ على السرية وتسهل الوصول للمساعدة.

يعد دعم الثقافة والوعي الجنسي مشروعًا مجتمعيًا والهدف هو بناء ثقافة جنسية صحية تقوم على:
واسعًا تتكامل فيه الأدوار بين:

- المؤسسات الدينية،
- التعليمية،
- الأسر،
- الإعلام التقليدي والرقمي،
- والمرشدين الاجتماعيين والنفسيين والأسريين.
- الأصالة الدينية،
- القيم الأخلاقية،
- المعرفة العلمية،
- الوعي التقني،
- والالتزان الاجتماعي.

هذه الثقافة تحمي الأسرة من الانهيار، وتحقيق التكيف الصحي مع متغيرات العصر دون التفريط بالقيم الأساس.

- موقع وزارة الصحة السعودية - الصحة الجنسية.
- Mayo Clinic - Sexual health and relationships.
- Mental Health Foundation - Emotional wellbeing in couples.
- Family Therapy Techniques - Jon Carlson.
- Handbook of Family Therapy - Sexton & Lebow.
- American Association for Marriage and Family Therapy (AAMFT).
- موقع "زاد الأسرة" - مقالات في الإرشاد الأسري.
- المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية - مقالات عن العلاقات الزوجية.
- WHO - Sexual and reproductive health reports.
- المكتبة الرقمية العربية - دراسات عن الأسرة والزواج.
- موقع "إسلام أونلاين" - العلاقات الزوجية.
- Evolve to Success - مقالات عن العلاقات والوعي الذاتي.
- الإرشاد الأسري - د. محمد الشناوي.
- الزواج والعلاقات الأسرية - د. شريف راغب.
- الصحة الجنسية - د. هبة قطب.
- العلاقات الزوجية: علم النفس والحميمية - د. أحمد الشريف.

المُخَوِّرُ السَّابِعُ

المتغيرات المعاصرة وأثرها في العلاقة الجنسية
بين الزوجين وكيف يتعامل معها المرشد ؟

د. فاطمة مجاهد

تُعدّ العلاقة الجنسية بين الزوجين إحدى أهم ركائز بناء الأسرة واستقرارها، وهي ليست مجرد غاية بيولوجية، بل هي وسيلة لتحقيق السكن النفسي، والود، والرحمة، كما أشار إليه القرآن الكريم في قوله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (الروم: ٢١)، إنها مختبر حقيقي للتواصل، ومؤشر على صحة العلاقة العاطفية بين الطرفين، فعندما تزدهر هذه العلاقة، فإنها تنعكس إيجاباً على كافة جوانب الحياة الأسرية، وتضفي عليها الاستقرار والسكينة، والعكس صحيح.

من الأهمية بمكان أن ندرك أن العلاقة الجنسية في الحياة الزوجية تمثل ركناً أساساً قال الله تعالى: (هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ) (البقرة: 187)، فهي ليست مجرد وسيلة للإنجاب أو أمراً ثانوياً، بل عنصر جوهري يعزز الرابطة العاطفية والجسدية بين الزوجين، ويسهم في ترسيخ مشاعر المودة والألفة، مما يخلق بيئة آمنة ومريحة للطرفين، ويُلبي احتياجاتهما العاطفية والجسدية، وعندما تكون هذه العلاقة صحية ومُرضية، فإنها تدعم الرضا والسعادة الزوجية، وتزيد من ثقة كل طرف بنفسه وبشريكه.

كما أن الممارسة المنتظمة والمُرضية للعلاقة الجنسية تُعدّ عاملاً مهماً في تحسين جودة الحياة الزوجية، إذ تعزز التفاهم والانسجام، وتخفف من التوتر والقلق، مما ينعكس إيجاباً على استقرار الأسرة وسعادتها، إلى جانب ذلك، فقد أثبتت الدراسات أن للعلاقة الجنسية فوائد صحية عديدة، من بينها تقوية جهاز المناعة، وتحسين صحة القلب، وتقليل أخطار الإصابة ببعض الأمراض المزمنة.

وبإيجاز، يمكن القول بأن العلاقة الجنسية تمثل دعامة أساسية للحياة الزوجية الناجحة، وتلبية الاحتياجات الجسدية والنفسية، وتحقيق الرضا والانسجام بين الزوجين، ومع ذلك، فإن الحفاظ على علاقة زوجية متوازنة ليس أمراً سهلاً، بل يحتاج إلى وعي متبادل من الطرفين، يقوم على الاستثمار في العلاقة، وإضفاء روح المفاجأة والتجديد، مع الحفاظ على الهدوء النفسي وتحقيق التوازن في جوانب الحياة المختلفة كالعمل والنجاح الشخصي.

علامات الحياة الزوجية السعيدة:

1. المودة العفوية: العلاقة الزوجية التي يستمر فيها كلا الطرفين بإظهار المودة على مرّ السنين هي علاقة صحية، كما أن المعانقة، والمشي يدًا بيد، والمجاملات، والهدايا الصغيرة كل هذه التصرفات تحافظ على علاقة متكاملة من العاطفة والحب، ومع مرور الزمن تُعطي هذه الممارسات الصغيرة إحساساً بالمودة لكل من الزوجين وأنه شخص مرغوب فيه ومحبوب.

2. الضحك والمرح: النكتة هي واحدة من أهم الأمور من أجل الحفاظ على علاقة صحية وممتعة، فالعلاقة الزوجية الصحية هي علاقة يعرف فيها الشريكان كيف يضحكان معًا، ويمرحان ويلعبان معًا تمامًا مثل الأطفال.

3. العطف: قد يبدو هذا الكلام واضحًا، ولكن الحياة الزوجية السعيدة والعلاقة الزوجية الصحية والغنية بالدفع والحب هي التي يستمر فيها كلا الطرفين بإظهار التعاطف مع الآخر في الأوقات العادية وكذلك في أوقات الأزمات، حتى وإن وُجدت رغبة خفية في السيطرة أو اعتقاد بالحق المطلق، تبقى العلاقة الحقيقية الصحية هي التي يتجاوز فيها الطرفان ذلك، ويحافظان على عاطفة متبادلة دائمة الحضور.

4. الاستمتاع بالوقت: في بعض الزيجات يقضي الزوجان وقتًا طويلًا معًا لأنهما يستمتعان حقًا بهذه الرفقة، بينما قد يفعل آخرون الأمر نفسه بدافع الخوف من الوحدة، لكن العلاقة الصحية هي تلك التي يجتمع فيها الزوجان لأنهما يريدان ذلك برغبة وحب، لا بدافع الحاجة أو الإلزام، والأجمل أن يعرف كل طرف متى يترك للآخر مساحته الخاصة ووقته الهادئ، فيحترم ذلك، وهكذا تبقى العلاقة متوازنة، فيها قرب ودفع، وفيها أيضًا حرية وراحة.

5. الحفاظ على حدود معينة عند الشجار: من الطبيعي أن تمرأي علاقة زوجية بخلافات أو مشاجرات، لكن الأهم هو كيفية التعامل معها، ففي العلاقة الصحية يدرك الزوجان أن النقاش يدور حول موضوع محدد فقط، فلا يتركان المجال لفتح ملفات قديمة أو إدخال قضايا أخرى، وبذلك تعالج كل مشكلة على حدة بهدوء ووعي.

وبالمثل، فإن العلاقة الحميمة تُعد ركيزة أساسية في الحياة الزوجية السعيدة، فهي ليست أمرًا ثانويًا بل جزء مهم من استقرار العلاقة وجودتها، ومع ضغوط الحياة اليومية قد لا تتوفر دائمًا الأجواء المناسبة أو الرغبة الفورية، وهنا يأتي دور الزوجين في اهتمام كل منهما بالآخر، وتجديد علاقتهما، وإدراك أن للزمن أثره الكبير، فتعزيز ثقافة الوعي بأهمية العلاقة الحميمة ينعكس إيجابًا على الصحة النفسية والجسدية، كما يساهم في تقوية الروابط العاطفية والاجتماعية، ويزيد من استقرار الحياة الأسرية بشكل عام.

6. الثقة في الحياة الزوجية: الثقة في الحياة الزوجية: تُعد الثقة عنصرًا حاسمًا في العلاقة الزوجية الناجحة، ومن الممكن استكشاف وجودها بين الزوجين من خلال طرح أسئلة مفتوحة، مثل:

- كيف يعتمد كل من الزوجين على الآخر في تفاصيل الحياة اليومية؟
- كيف يُظهر كل طرف لشريكه أنه سيكون حاضرًا وقت الأزمات؟
- كيف يواجهان معًا مواقف الفشل أو التحديات الصعبة؟

إن الإجابة عن مثل هذه الأسئلة تكشف عن عمق الثقة المتبادلة، وتفتح المجال لفهم كيف تُترجم هذه الثقة إلى مواقف عملية، وهنا يظهر أيضًا دور العلاقة الجنسية في دعم هذا البعد؛ إذ إنها تُساهم لدى أغلب الناس في تعزيز

الثقة بالنفس وتقدير الذات، ومنحهم شعورًا بالرضا والاحترام لذواتهم، وبطبيعة الحال، لا يتوقف هذا الأثر على كثرة الممارسة، وإنما على صدق المشاعر (وجود العلاقة بين الزوجين).

7. سلامة الجسد عند ممارسة الجنس: فقد أشارت دراسات متعددة أجريت على رجال ونساء إلى أن النشاط الجنسي المنتظم ينعكس إيجابًا على الصحة العامة؛ حيث يسهم في خفض مستويات التوتر، وتوازن ضغط الدم، وتعزيز جهاز المناعة، وهو ما يظهر أثره في قدرة الإنسان على مواجهة المواقف الصعبة والتعامل مع المرض بشكل أفضل، كما تعد من علامات الحياة الزوجية الصحية السعيدة ودلائل ذلك يظهر جليًا في: تحسين صحة وسلامة القلب، وتحسين جودة هرمون الحب، وجودة النوم، وفوائد أخرى.

زيادة الرغبة الجنسية لدى الزوجين:

إن الصحة الجنسية للمرأة - شأنها شأن الرجل - عنصر مهم للسعادة العاطفية والبدنية وبناء حياة جنسية مُرضية وصحية لذا يحتاج كل من الزوجين بمساندة المرشد الأسري تأكيد أهمية مراجعة النفس والتواصل الصريح مع شريك الحياة، ورغم أن الحديث عن الحياة الجنسية قد يكون أمرًا صعبًا، فإن هذا الموضوع يستحق المناقشة فعلاً، وفي ظل التغيرات السريعة التي يشهدها العصر الحالي، من ثورة تكنولوجية، وتغير في أنماط التواصل، وتعدد مصادر المعلومات باتت العلاقة الحميمة عرضة للعديد من التحديات التي لم تكن موجودة في الماضي، وقد أفرزت هذه المتغيرات آثارًا سلبية وإيجابية على حد سواء.

لذلك على المرشد الأسري أن يكون مُلمًا بالأسس النظرية والأدوات العملية اللازمة لفهم هذه التحديات، والتعامل معها بفاعلية واحترافية. فمما لا شك فيه أن المتغيرات المعاصرة تؤثر بشكل كبير على العلاقة الجنسية بين الزوجين ومن أبرز هذه المتغيرات:

1. ضغوط العمل والحياة.
2. التغيرات في الأدوار الاجتماعية.
3. زيادة استخدام التكنولوجيا.
4. ارتفاع مستوى التوقعات الجنسية.

فهم العلاقة الجنسية في ظل المتغيرات المعاصرة (الجانب النظري والتأصيلي)

أولاً: العلاقة الجنسية بين الحق والواجب في المنظور الشرعي والنفسي:

كثيراً ما يلتبس على الأزواج الجدد مفهوم العلاقة الجنسية: أهى حق يطالب به أحد الطرفين أم واجب يقع على الآخر؟ والجواب أنها مزيج متكامل يجمع بين الحق والواجب، يقوم على الأجر والمودة، ويُلبي في الوقت نفسه حاجة نفسية عميقة، ومن المهم أن يكون المرشد ملماً بجوانب هذا المفهوم ومعرفة أبعاده المختلفة، ومن تلك الجوانب:

1- الجانب الشرعي: فلقد جعل الله لكل من الزوجين حقاً على الآخر وواجباً تجاهه، قال النبي صلى الله عليه وسلم: «أَلَا إِنَّ لَكُمْ عَلَى نِسَائِكُمْ حَقًّا، وَلِنِسَائِكُمْ عَلَيْكُمْ حَقًّا»، [صحيح أخرجه الترمذي]، ومن حق الزوجة على زوجها أن يعفها، وألا يغيب عنها مدة طويلة لغير عذر شرعي، ومن حق الزوج على زوجته أن تعفّه وتجيبه إذا دعاها، قال صلى الله عليه وسلم: «إِذَا دَعَا الرَّجُلُ امْرَأَتَهُ إِلَى فِرَاشِهِ فَأَبَتْ فَبَاتَ غَضَبَانٌ عَلَيْهَا لَعَنَتَهَا الْمَلَائِكَةُ حَتَّى تُصْبِحَ». [رواه البخاري]. هذا التوازن يؤكد على أهمية تلبية حاجة كل طرف للآخر في إطار من المحبة والرحمة، والعلاقة الحميمية في الإسلام تقوم على المودة والاحترام المتبادل، وليست مجرد إشباع لغريزة، مما يؤكد على أهمية الرضا والتوافق النفسي.

2- الجانب النفسي: توفر العلاقة الحميمية مساحة آمنة للزوجين للتعبير عن عاطفتهم دون خوف، مما يعزز شعور السكن والأمان، فتعدُّ العلاقة الجنسية وسيلة فعالة للتخفيف من التوتر والضغط النفسية التي يتعرض لها الزوجان في حياتهما اليومية، كما أنها وسيلة لتعزيز الثقة بالنفس، فعندما يشعر الزوجان بالرغبة والقبول من شريكهما، فإن ذلك يعزز ثقتهم بأنفسهما وجاذبيتهما، كما أن تلك العلاقة الحميمية المستقرة تُعدُّ مؤشراً على صحة العلاقة، فغالباً ما تكون جودة العلاقة الجنسية مرآة صادقة لجودة العلاقة الزوجية بشكل عام.

دور المرشد:

يجب على المرشد أن يصحح المفاهيم المغلوطة، ويوضح للزوجين أن العلاقة الحميمية ليست مصدراً للإكراه أو المن، بل هي رحلة مودة متبادلة تبدأ بالتعبير عن الاحتياج وتنتهي بالسكن والسكينة.

ثانياً: المتغيرات المعاصرة وتحدياتها:

لقد أثرت المتغيرات المعاصرة على طريقة فهم الأزواج الجدد للعلاقة الحميمية، مما أفرزت تحديات جديدة لم تكن شائعة في الماضي، وتتطلب من المرشد فهماً عميقاً لها.

1- العلاقة الجنسية بين الواقع والتزييف: تُظهر وسائل التواصل الاجتماعي والأفلام والمواقع الإلكترونية صورًا مبالغًا فيها ومزيفة، على أنها مثالية للعلاقات الجنسية، لا علاقة لها بالواقع. الهدف منها الترويج للاستفادة من الجانب المالي والاتجار بها، ومنها يقع الزوجان في فخ المقارنة بين حياتهما الطبيعية وما يرونه في الإعلام المضلل، مما يؤدي إلى:

• توقعات تخلو من المصادقية: خاصة لدى الشباب الذين يستمدون معلوماتهم من مصادر غير موثوقة، فيتوقعون أن تكون العلاقة الزوجية متطابقة مع ما يرونه في الأفلام، مما يؤدي إلى صدمة الواقع والإحباط. وهناك عدد من المشكلات التي تقع في غرفة النوم ويعاني منها ذوو الاضطرابات في الجانب الحميمي للعلاقات الزوجية، ومن ذلك:

1 (اضطراب الخيالات الجنسية Sexual Fantasies؛

التخيل هو عملية ذهنية تحدث في الدماغ، ولا يُؤخذ المسلم على ما يجول في خاطره من أفكار أو صور، سواء أكانت عادية أم جنسية، ما دام لم يترجمها إلى قول أو فعل. هذا المبدأ الإسلامي قائم على حديث النبي ﷺ: (إِنَّ اللَّهَ تَجَاوَزَ لَأَمَّتِي عَمَّا حَدَّثَتْ بِهِ أَنْفُسُهَا، مَا لَمْ تَكَلِّمْ أَوْ تَعْمَلْ بِهِ) [متفق على صحته]، لكنه لا يستدعيه، ويقصد استثارته، لأنه هنا يكون قاصداً.

ويعدُّ الخيال الجنسي من العوامل القوية التي تثير الشهوة لدى الرجال والنساء على حد سواء، وقد يكون وسيلة لتحقيق المتعة الجنسية. ويلجأ بعض الأزواج إلى الخيال الجنسي عندما يجدون صعوبة في الإشباع الكامل داخل العلاقة الزوجية. فمثلاً، قد تستخدمه الزوجة التي تعاني من عدم وصولها إلى الإشباع بسبب سرعة القذف لدى زوجها، وقد يلجأ إليه الزوج الذي لا تثيره زوجته. في هذه الحالات، يصبح الخيال الجنسي أداة مساعدة لإثارة الرغبة وتحقيق المتعة، والحالات المعروضة على المستشارين تؤكد أنه مرفوض من الطرف الآخر لو علم به.

متى يكون الخيال الجنسي مشكلةً تستلزم تدخلاً علاجياً؟

- إذا كان هناك استرسال مع النفس في هذه الخيالات الجنسية إلى حدٍّ تُفقد معه متعة الاتحاد الجسدي في الواقع؛ فمثلاً هذا الخيال يوحي بعدم الرضا عن العلاقة الحميمية، وأن الزوج غير مثير بما يكفي لتحريك شهوة الجماع!
- إذا كانت الخيالات الجنسية قسرية، ويصعب ضبطها والتحكم فيها.
- إذا احتوى مضمون الخيال الجنسي على أفعال شاذة، ومحرمة شرعاً وعرفاً؛ كتخيل الرجل امرأة غير امرأته، أو خيال المحارم، أو الجنس الجماعي، والحكم الشرعي لهذه الخيالات مبسوط في عدد من الاستشارات الأسرية في المواقع الإلكترونية.

التحليل النفسي للخيالات الجنسية الشاذة:

تكشف الخيالات الجنسية عما تنطوي عليه النفس من مُشكلاتٍ واضطراباتٍ؛ نتيجة الخبرات القاسية، والصدمات الجنسية في الطفولة؛ كالتحرُّش الجنسي. إن محتوى الخيال الجنسي قد يكشف عن قضايا نفسية أعمق، مثل ضعف الثقة بالنفس أو قلة احترام الذات لدى أحد الزوجين أو كليهما، فقد تعكس بعض الخيالات الجنسية لدى أحد الزوجين توجهات أو رغبات مكبوتة، حتى وإن كان في الواقع يرفض هذه الأفعال وينكرها. هذا قد يشير إلى صراعات داخلية بين ما يعتقد الشخص وما يخالجه في اللاوعي.

العلاج:

يتمُّ العلاج من جهتينٍ إحداهما من جهة الزوج أو الزوجة، والأخرى من خلال أسلوب التعامل مع المشكلة. فأما التي من جهة أحد الزوجين، فقد يضطر المرشد إلى الإقناع بضرورة استشارة طبيب نفسي، أو محلل نفسي، أو مُعالج نفسي متمكّن في العلاج السلوكي المعرفي؛ لأجل معالجة الخلل وخاصة إذا كان يمس الخيالات الجنسية غير الشرعية أو التي فيها اضطراب جنسي (وقد يظهر عند الرجال بنسبة أكبر من النساء)

ومن خطوات العلاج:

- تذكير الزوجين بالتسمية عند الجماع؛ طردًا للخيالات الجنسية التي قد يُثيرها الشيطان؛ لقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لو أن أحدكم إذا أراد أن يأتي أهله قال: بسم الله، اللهم جنبنا الشيطان وجنب الشيطان ما رزقنا؛ فإنه إن يقدر بينهما ولدٌ في ذلك، لم يضُرَّهُ الشيطان أبدًا" [متفق عليه].
- تشجيع الزوجين على نظر كل منهما الآخر، وإلى محاسن الجسد بذكاء؛ لأن إغماض العين قد يُشجّع على الاسترسال في الخيال الجنسي السلبي.
- عدم إطفاء أنوار الغرفة، ويكفي تخفيفها؛ فالنور سيُشجّع الزوجين على النظر والتمتع الحلال، عوضًا عن الاسترسال في الصور المحرمة في مخيلة أحدهما.
- إضافة مرآة كبيرة في غرفة النوم؛ كي تنعكس عليهما صورة العلاقة الحميمة بينهما، فيركّز كل منهما أو أحدهما النظر عليها عوضًا عن التركيز على الصور المحرمة في مخيلته الجنسية.
- التجديد في المظهر وفي طرق الاستجابة الجنسية بينهما؛ فالاعتیاد والروتين الجنسي من قاتلات المتعة الجنسية، وقد أشار الأدب القرآني لهذا المعنى النفسي في قول الله عز وجل: ﴿نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأَتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ﴾ [البقرة: 223]، وقد ورد في معنى «أنى»: "أن تكون بمعنى متى؛ قول الله - تعالى - ﴿قُلْتُمْ أَنَّى هَذَا﴾ [آل عمران: 165]؛ أي: متى هذا؟ وكيف هذا؟ وتكون أنى بمعنى: من أين؟ واستعمالها في هذا السياق الكريم يوحي بكل معاني التجديد: التجديد الزماني المتعلق بأوقات الجماع، والتجديد المكاني المتعلق بمكان ممارسة العلاقة الحميمة، والتجديد الكيفي المتعلق بالأوضاع الجنسية، وكيفية الإغراء والآثار الجنسية، من أجل ذلك على المرشد أن يوجه الزوجين لعدم الالتفات لما

يتردد على السنة بعض الناس عن (ثقافة العيب) على فراش الزوجية؛ فليس في الحلال عيبٌ، إنما العيبُ في الجهل الجنسي، وترك الأزواج للخيالات الجنسية المحرمة، وخائنة الأعين للإشباع الجنسي! - الاهتمام بالإيماءات التعبيرية على فراش الزوجية من أجل الآثار، والإشباع، والإيجاءات النفسية، والعاطفية.

2 (ثانياً: اضطراب الشتم والكلام البذيء حال الوطء؛

هذه المسألة تحوي جانبين: أحدهما طبيعي، والآخر شاذٌ، فأما الطبيعي فاستعمال الألفاظ الجنسية والوصفية للاستثارة الجنسية؛ فهذا الذي يصطلح عليه لغةً وشرعاً بالرفث، أو هو من معاني الرفث! ونحوهما، مما يكون في حالة الجماع، وأصله: قول الفحش، والرفث أيضاً: الفحش من القول، وكلام النساء في الجماع؛ تقول منه: رفث الرجل وأرفث». والرفث مما أباحه الشارع الحكيم؛ بقوله - تعالى - ﴿أَجَلٌ لَكُمْ لَيْلَةَ الصَّيَامِ الرَّفَثُ إِلَى نِسَائِكُمْ﴾ [البقرة: 187]، وأما الشاذ في المسألة فالمتعلق بالشتم والسب؛ فيتم التعويض عنه بالكلام الجنسي الذي لا يجرح المشاعر والحياء حتى يتعود الزوج على سماع المفردات الجنسية التي تفضلها الزوجة؛ ليرددها معها مع مرور الوقت.

3 (ثالثاً: اضطراب الوطء في الدبر؛

أن الأدلة متعددة في الحكم للإتيان في الدبر وهو التحريم، ويلزم التنبيه على عدم طاعة الزوج فيما يغضب الله، ومحاولة علاج المشكلة من خلال إمتاع الزوج من مكان الحرث، فإن كانت الزوجة تعاني من مشكلة جنسية تذهب لذة زوجها في الوطء في القبل؛ فلتتدارك الأمر عند طبيبة نسائية؛ كي لا تدفع بزوجها إلى الحرام!

أما الطلاق، فليس هذا أوانه؛ إذ يجب أولاً استفراغ كافة الحلول، ومنحها الوقت الكافي لتعطي تأثيرها في الزوج والحياة الجنسية، ثم يكون بعد ذلك قرار مصير الحياة، ونسأل الله تعالى ألا يضيع أجر الزوجة في استصلاح زوجها، وأن يرد كل زوج إلى الصواب والحق رداً جميلاً، ويهدي ويعافي مما ابتلي به بعضهم، آمين.

وعلى المرشد أيضاً معرفة المشكلات الجنسية الشائعة كالأعراض والعوارض الصحية الجنسية التي من الممكن أن تواجه النساء والرجال لإمكانية تقديم المساندة الثقافية عند الجلسات الإرشادية مع المرشد (زوج / زوجة) والحث على مراجعة أخصائي / أخصائية لمعرفة السبب الحقيقي لتلك العوارض.

4 (ثالثاً: الخجل الزائد عند الرجل؛

قد تكون هناك مشكلة خجل الرجل في التعبير وهذا يؤرق الزوجة، حيث يعاني بعض الرجال من صعوبة التعبير عن مشاعرهم والبوح بما يكتُمونه بداخلهم من أحاسيس تجاه الشخص الآخر، بسبب شعورهم بالخجل على الرغم من إظهار عكس ذلك، وهذه الظاهرة تعد من أبرز المشكلات التي تعاني منها الزوجة لأنها تسبب لها كثيراً من

الإزعاج والقلق وتورقها بشكل كبير، وفي هذه الحالة تجد الزوجة صعوبة في كيفية جعل الزوج يعبر عن مشاعره.

وأن أغلب النساء لا يستطعن إقناع أزواجهن بالتعبير عن مشاعرهم، وأن عدم تعبير الرجل عن مشاعره للمرأة بشكل واضح وصريح تحول إلى مشكلة اجتماعية أسرية يعاني منها كثير من النساء، وتؤدي في غالب الأحيان إلى حدوث خلافات حادة، من شأنها أن تقود إلى الطلاق وتدمير الحياة الزوجية بشكل كامل. لاسيما وأن هناك اعتقاداً بأن الرجل بطبعه يكره الحديث عن عواطفه، لكن هذا الاعتقاد مجرد خرافة، فبالفعل هناك بعض من الصعوبات النفسية التي تقف حجر عثرة أمام تعبير الرجل عن عواطفه ومشاعره، ولكن يمكن التخلص من هذه العوائق بمساعدة الزوجة، عن طريق تشجيعه على التعبير عن مشاعره بشكل صريح ومفتوح، ويبقى الأمر نسبياً، لأن بعض الرجال غرست في أذهانهم فكرة أنه من الخطأ أو من عدم الرجولة بوح الرجل بمشاعره وعواطفه أمام المرأة، لأن هذا من شأنه أن يقلل من هيئته ومكانته أمامها وهنا يأتي دور المرشد الأسري في تعديل القناعات وأهمية الاستمتاع بالحياة.

ومن المعلوم أن الرجال لديهم القدرة على فتح قلوبهم والحديث عن مشاعرهم، ولكن مع المرأة الصحيحة وليس مع الكل، حيث إن الرجل لا يحب ما يعرف باسم (الحدة العاطفية)، وهي مقتصرة على النساء، فالرجل يمكن أن يتأثر وتبرز مشاعره وعواطفه، ولكنه لا يحب البكاء عندما يعبر عن ذلك، على عكس المرأة التي تضخم وتبالغ أحيانا في التعبير عن مشاعرها وعواطفها وإخراج ما بداخلها، وهذا هو الشيء الذي لا يحب أن يمارسه أو أن يكون ذلك جزءاً منه، كما أن هناك حقيقة لا بد من معرفتها، وهي أن الرجل يمكنه التعبير عن مشاعره للمرأة المناسبة التي تمنحه الأمان حول الاحتفاظ بسرّه عندما يبوح لها، فالرجل لا بد أن يشعر بالراحة والأمان مع زوجته لكي يتحدث معها عن مشاعره وأحاسيسه تجاهها.

ومجمل القول:

إن عدم تعبير الرجل عن مشاعره للمرأة بشكل واضح وصريح تحول إلى مشكلة اجتماعية أسرية يعاني منها كثير من النساء، وتؤدي في غالب الأحيان إلى حدوث خلافات حادة، من شأنها أن تقود إلى الطلاق وتدمير الحياة الزوجية بشكل كامل، والمرشد المتمكن يستطيع أن يعالج ذلك عندما يتفهم طبيعة كل من المرأة والرجل ويعمل على تعديل المسار وفق طبيعة الحياة الزوجية، للوصول إلى أفضل الطباع وأفضل التعبير عن المشاعر، فيصل إلى التوازن في التعبير الواضح عن المشاعر

ولا يمنع أن يكون دور المرشد المساند للزوجة استخدام بعض الطرق لجعل الرجل يعبر عن مشاعره، ويتمثل ذلك في أن تحاول المرأة إثارة موضوع عاطفي عندما تكون منشغلة بعمل شيء معين، لكيلا يشعر الرجل بأن زوجته تقصد عمداً سحب الأحاديث منه حول مشاعره، فربما لهذه الموضوعات التي يتم إطلاقها بشكل عفوي أن تجعل الرجل يظهر عواطفه بشكل عفوي أيضاً، كما أن الرجل يفضل أن يلقي كلاماً رومانسياً لزوجته، لذلك على المرأة أن تهتم بجمالها بشكل يومي لتجد زوجاً رومانسياً. وعلى الزوجة أن تشعر زوجها برجولته واعتمادها عليه بشكل كلي،

لأن هذا الأمر يجعل الرجل في حالة من النشوة التي تخلصه من الخجل الذي يشعر به، فعلى المرأة أن تقوم باستثمار الجانب الإيجابي في علاقتها بزوجها، حتى تحصل على ما تريد، وتضيف مزيجاً من المرح والمتعة لعلاقتها الزوجية وكل ما تبذله الزوجة تجاه زوجها فهو شيء عظيم لإنقاذ العلاقة الزوجية من الفشل، ونجاح ذلك بصعوبة حقيقية في جعل بعض الرجال يتحدثون عن مشاعرهم بشكل صريح، وهو ما يُوجد نوعاً من الجمود العاطفي يؤثر سلباً في الحياة الزوجية، خاصة أن هناك رجالاً يلجؤون للقيام بمشاهدة الأفلام الإباحية وإقامة علاقات غير شرعية للتخلص من خجلهم، وهو ما يأتي بنتائج عكسية تزيد العلاقة الزوجية سوءاً وتوترًا، وربما تؤدي إلى انهيار الأسرة بأكملها.

ما مقدار النشاط الجنسي الطبيعي في الزواج؟

النشاط العادي هو كل ما تشعر معه بالرضا بالنسبة لك ولشريكتك، ويلعب الاتصال دوراً رئيساً في التأكد من شعور الطرفين بالرضا، ومع ذلك، وجدت دراسة عام 2017 ظهرت في أرشيفات السلوك الجنسي أن الشخص البالغ العادي يستمتع بالجنس 54 مرة في السنة، وهو ما يعادل مرة واحدة في الأسبوع تقريباً. وهذه المعلومة يفضل أن تكون معروفة لدى المرشد ويضاف إليها:

• البُعد العاطفي: يصبح التركيز على الأداء بدلاً من المودة، وتتحول العلاقة من حالة عاطفية إلى مجرد ممارسة جسدية، وهذا يتناقض مع المقصد الشرعي والنفسي.

وحتى تتم حماية الزوجين من ذلك فإنه يمكن تحديد مدى التوافق في العلاقة الحميمية على مقياس بياني، فلا يمكن الحكم عليها بمبدأ الأبيض والأسود، وهي لا تبقى أبداً على حالتها؛ لأنها في حقيقة الأمر تتطور مع الوقت، خاصة كلما نضجت العلاقة بين الشخصين. ولا يمكن تحديدها إلا بعد مرور فترة على الزواج. لذا علينا أن نتفهم نظرة كل من الزوجين للعلاقة الحميمية، خاصة من جهة المشاعر، لأن بعض الأفراد لا يبدوون في الاستمتاع المتبادل في العلاقة، إلا إذا شعروا بأمان عاطفي، والبعض الآخر يحتاج إلى تلك العلاقة ليقوي مشاعره تجاه الطرف الآخر.

كما هو الحال فيما يخص كل جوانب العلاقة الزوجية، فعلى المرشد الأسري مناقشة ما يحتاجه كل طرف في العلاقة الحميمية مع الطرف الآخر بصراحة دون خجل، فمن الخطأ أن يتوقع كل طرف قراءة أفكار الطرف الآخر، ولا يمنع التعبير بوضوح إما كتابة أو مشافهة إذا كان ذلك أسهل على الزوجين.

أما إذا كان هذا هو الزواج الأول لأحد الزوجين فيلزم الصبر وترك الأمر ليتطور بطبيعته. أما إذا كان أحد الزوجين أو كلاهما له زواج سابق فيلزم أن يتعامل مع العلاقة الجديدة أنها جديدة تماماً. والجيد حيال التوافق في العلاقة الحميمية هو إمكانية العمل على تطويرها مادامت هناك أساسات التوافق، طالما سارت الأمور الأخرى بشكل طبيعي ولم تؤخذ بشكل شخصي.

كأداة إرشادية، يمكن استخدام المرشد الأسري هذه الاستبانة لتقييم مدى التوافق في العلاقة الحميمة، وهو عنصر أساس وضروري لنجاح العلاقة وتطورها.

أجب\ي على هذا الاختبار ولاحظ نتيجة كل منكما:

1 (توجد العديد من الأشياء التي أحتاجها في العلاقة الحميمة، ولكن لا أناقشها مع زوجي/زوجتي.		
أ (صحيح تمامًا		
ب (صحيح إلى حد ما		
ج (غير صحيح إلى حد ما		
د (غير صحيح إطلاقاً		
2 (لن نكف أبداً عن محاولة تحسين علاقتنا الحميمة.		
أ (صحيح تمامًا		
ب (صحيح إلى حد ما		
ج (غير صحيح إلى حد ما		
د (غير صحيح إطلاقاً		
3 (نستطيع أن نتحدث فيما بيننا عن أي شيء، وهذا يتضمن علاقتنا الحميمة.		
أ (صحيح تمامًا		
ب (صحيح إلى حد ما		
ج (غير صحيح إلى حد ما		
د (غير صحيح إطلاقاً		
4 (لا أشعر بالرضا تمامًا عن علاقتنا الحميمة.		
أ (صحيح تمامًا		
ب (صحيح إلى حد ما		
ج (غير صحيح إلى حد ما		
د (غير صحيح إطلاقاً		

5 (إذا أراد /ت زوجي /زوجتي تجربة وضع جديد لا ضرر منه ، سأستجيب له .		
أ) صحيح تمامًا		
ب) صحيح إلى حد ما		
ج) غير صحيح إلى حد ما		
د) غير صحيح إطلاقاً		
6 (أعتقد أن رغبتنا تتساوي في إقامة العلاقة الحميمة .		
أ) صحيح تمامًا		
ب) صحيح إلى حد ما		
ج) غير صحيح إلى حد ما		
د) غير صحيح إطلاقاً		
7 (إذا أراد زوجي /زوجتي القيام بعلاج جنسي سأكون سعيد /ة بالذهاب معه /L.		
أ) صحيح تمامًا		
ب) صحيح إلى حد ما		
ج) غير صحيح إلى حد ما		
د) غير صحيح إطلاقاً		

النتائج والتحليل				
1	0 (أ)	1 (ب)	2 (ج)	3 (د)
2	3 (أ)	2 (ب)	1 (ج)	0 (د)
3	3 (أ)	2 (ب)	1 (ج)	0 (د)
4	0 (أ)	1 (ب)	2 (ج)	3 (د)
5	3 (أ)	2 (ب)	1 (ج)	0 (د)
6	3 (أ)	2 (ب)	1 (ج)	0 (د)
7	3 (أ)	2 (ب)	1 (ج)	0 (د)

😊	😐	😞
من 15 - 21: استمتعا بالحياة	من 8-14: لم نصل لمرحلة فاصلة	من 0-7: غير متوافقين مطلقاً
تنفسا الصعداء، فيمكننا القول إنكما متفقان بهذا الشأن، وطالما ظل بإمكانكما التحدث عما يقلقكما، ستصلان في النهاية لمرحلة من الرضا عن هذه العلاقة بإذن الله	ربما لا زلت بحاجة لتقوية التواصل مع شريكك، ولكن كن حذرًا، فإمكانية حدوث مشاكل لا تظل محلقة في الأجواء.	توجد فجوة كبيرة بين ما تريده في علاقتك الحميمية، وما يريده الطرف الآخر، وهي من الخطورة بحيث يمكن أن تسبب مشاكل جدية بينكما.

الخلاصة هو أن العلاقة الحميمية شيء لا يمكن إهماله، أو غرض الطرف عنه، فهو محرك للمشاعر والأحاسيس.. بكلا الاتجاهين السلبي، في حال الإخفاق في العلاقة، والإيجابي الرائع في حال النجاح والتوافق.. فمن الضروري أخذ هذا الأمر بشكل جدي.

الخجل من البوح بالمشكلات في الفراش:

على الرغم من الانفتاح الظاهري، لا يزال الخجل من التحدث عن مشكلات العلاقة الحميمية سائدًا، ويختلف بين الماضي والحاضر. ففي الماضي، كان الحل يُطلب غالبًا من الأمهات أو الأقارب المقربين، أما الآن، ومع غياب هذا الدور، يلجأ الأزواج خاصة الجدد إلى مصادر غير موثوقة، أو يلتزمون الصمت.

- أسباب الخجل:

- التربية المحافظة: التي تعد هذا الموضوع من المحرمات المطلقة.
- الخوف من النقد: يخشى أحد الزوجين أن يُتهم بالقصور أو عدم الكفاءة.
- الجهل: عدم وجود لغة مشتركة للتعبير عن هذه المشاعر والحاجات.

- الآثار السلبية لعدم البوح:

- تفاقم المشكلة النفسية أو العضوية.
- تولّد مشاعر الغضب والنفور بين الزوجين.
- تأثير ذلك على كافة جوانب الحياة الأسرية، بما في ذلك تربية الأولاد.

العلاقة الحميمة بين الحق والواجب:

العلاقة الحميمة هي حق مشترك للزوجين، ولكن قد يتردد بعض الأزواج في المبادرة أو التعبير عن رغباتهم خوفاً من ردة فعل الطرف الآخر. غالباً ما يكون القلق لدى الزوجة أكبر، خاصةً في المجتمعات التي تحمل إرثاً ثقافياً يلقي بمسؤولية المبادرة على عاتق الرجل، بدءاً من الخطبة وتأسيس الحياة الزوجية. لذا، يجب على المرشد الأسري أن يعمل على فصل الأمور التي تسبق الزواج عن تلك التي تتبعه.

من يبادر؟

من الناحية النفسية، يُفضل أن تكون المبادرة من الزوج، وعلى الزوجة ألا ترفض، بل أن تتجاوب وتُظهر الترحيب والتشجيع لزوجها. يمكنها ذلك من خلال الأقوال، والأفعال، والمشاعر التي تعبر عن تقبلها ورغبتها في هذا التواصل.

أهمية التوافق والمبادرة في العلاقة الحميمة بين الزوجين:

يبدأ الأمر بالمبادرة من الزوج، وتشجيع وترحيب الزوجة، لأن رفض الزوجة أو إعراضها قد يؤدي إلى عواقب نفسية خطيرة. فقد شهدنا حالات إرشادية لزوجات وصلن إلى مرحلة التشنجات والخوف الشديد، مما اضطرهن إلى تلقي العلاج النفسي والدوائي.

وفي ظل التغيرات المعاصرة وانتشار وسائل التواصل الاجتماعي، أصبحت المرأة بحاجة ماسة إلى التعامل بمرونة أكبر مع العلاقة، وتجنب النفور. كما يجب عليها أن تكون أكثر وعياً للمغريات التي تواجه الرجل، سواء من خلال الاختلاط أو المشاهدات الخارجية. وكذلك الحال بالنسبة للزوج عليه ألا يصد زوجته عند مبادرتها بمقدمات للعلاقة الحميمة لما في ذلك من الآثار النفسية السلبية التي تصاب بها الزوجة ومن الضروري أن يتعامل الزوجان مع المتغيرات الحديثة بعقلية واعية ومنفتحة، للحفاظ على استقرار علاقتهما.

العلاقات الجنسية وتدخل أهل الزوجين:

في بعض الأحيان يقع الأزواج في خطأ فادح، وهو إفشاء أسرار فراش الزوجية لأهلهم أو أصدقائهم طلباً للمشورة أو نتيجة للخلافات وهو ما يضر بقضية هذه العلاقة ويعرضها لتدخلات قد تكون ضارة وغير سليمة وتأني أهمية دور المرشد الأسري في تصحيح المسار وتوضيح الخطأ من الصواب، وبخاصة من جانب الحدود الشرعية وخصوصية استقرار الحياة الزوجية، والموجه في هذا قول الرسول صلى الله عليه وسلم: «إنَّ من شرِّ النَّاسِ منزلة عند الله يوم القيامة، الرَّجُلُ يَفْضِي إلى المرأة، وتَفْضِي إليه، ثُمَّ يَنْشُرُ سَرَّهَا». ولذلك فإنه من الضروري وضع حدود لهذه التدخلات للحفاظ على خصوصية واستقرار الحياة الزوجية.

أسباب تدخل الأهل في الحياة الزوجية:

- الخوف من فقدان مكانتهم في حياة أولادهم.
- الرغبة في المساعدة بقصد حل المشاكل:
- التأثيرات الثقافية والاجتماعية:

من آثار التدخلات السلبية:

- تفكك العلاقة الزوجية، فقد يؤدي التدخل المستمر والمتكرر من قبل الأهل إلى تفكك العلاقة الزوجية وشعور أحد الزوجين بعدم الأهمية.
- فقدان الثقة، فقد يؤدي التدخل السلبي إلى فقدان الثقة بين الزوجين وتدهور العلاقة بينهما.
- فقدان الخصوصية، فقد يؤدي تقديم حلول عاطفية غير موضوعية تفقد الزوجان خصوصيتهما، وتتحول المشكلة الخاصة إلى مشكلة عائلية أكبر.
- تأثير سلبي في سلوك الأطفال، فإذا كان هناك أطفال في العلاقة، فقد يتأثرون سلباً بالخلافات بين الوالدين الناتجة عن تدخل الأهل.

وهنا تأتي أهمية دور المرشد الأسري لبيان كيفية التعامل مع تدخل الأهل وتوضيح الخطوات السليمة وهي كالتالي:

كيفية التعامل مع تدخل الأهل:

- الحوار الصريح، فيجب على الزوجين التحدث بينهما حول حدود تدخل الأهل ووضع قواعد واضحة.
- تحديد الأولويات، يجب على الزوجين تحديد أولويات العلاقة الزوجية والاتفاق على كيفية التعامل مع تدخل الأهل.
- تجنب الخلافات، فيجب على الزوجين تجنب الخلافات أمام الأهل وتقديم صورة موحدة عن علاقتهما.

- الاستعانة بالمرشد الأسري، ففي حالة تفاقم المشاكل، يمكن للزوجين الاستعانة بمرشدين أسريين أو متخصصين لحل المشكلة.
- التواصل مع الأهل، وهنا يجب على الزوجين التواصل مع الأهل بشكل هادئ ومحترم وتوضيح حدود التدخل.
- بناء الثقة الداخلية، فيجب على الزوجين بناء الثقة المتبادلة بينهما لتعزيز وحدتهما وتقليل تأثير التدخلات الخارجية.
- إدراك الفرق بين النصيحة والتدخل: من المهم التمييز بين الرأي البناء الذي يهدف للدعم، وبين التدخل الذي يفرض سيطرة على القرارات الزوجية.
- وضع حدود واضحة، فالتعامل الجيد يبدأ برسم حدود منذ البداية توضح للأهل أن هناك مساحات خاصة لا يجب تجاوزها.
- الحفاظ على التواصل الداخلي، فالتواصل الصادق بين الزوجين يمنع تسرب الخلافات إلى الخارج ويقلل من فرص التدخل العائلي.
- احترام الأهل دون انصياع، ذلك أن التعامل الراقي مع الأهل يجب ألا يتحول إلى استسلام لرغباتهم على حساب الحياة الزوجية.
- اتخاذ القرارات بين الزوجين فقط، فمن المهم ألا تُدار شؤون الحياة الزوجية تحت تأثير آراء الأهل حتى لا تضع الهوية المشتركة للعلاقة.

ملاحظة: الفهم الحقيقي لمعنى التعامل مع تدخل الأهل في الحياة الزوجية هو الخطوة الأولى لبناء علاقة متوازنة ومستقرة بين الزوجين دون صراعات أسرية. وللمرشد دور عظيم في تعديل المسار عن طريق الوعي التام للأسباب والآثار وكيفية التعامل التي تم ذكرها سابقاً:

من أفضل الطرق المجربة في التعامل مع تدخل الأهل في الحياة الزوجية بذكاء وهدوء أن يستخدم المرشد الأسري الجدول الآتي أثناء الجلسة الإرشادية بين الزوجين:

الطريقة	الهدف منها	كيفية التطبيق	الفائدة الزوجية
النقاش الهادئ بين الزوجين	تعزيز التفاهم الداخلي	تحديد الأمور التي يجب مشاركتها مع الأهل وتلك التي تبقى خاصة	بناء جبهة موحدة تدعم الاستقرار
تخصيص مسافة صحية مع الأهل	الحفاظ على استقلالية العلاقة	زيارة الأهل بانتظام دون إشراكهم في التفاصيل اليومية	تجنب الخلافات الناتجة عن التدخلات الزائدة

الطريقة	الهدف منها	كيفية التطبيق	الفائدة الزوجية
التعامل باحترام دون تسويغ مفرض	الحد من التدخل دون إثارة مشكلات	استخدام كلمات إيجابية مع الأهل دون الكشف عن أمور خاصة	الاحتفاظ بصورة طيبة للعلاقة العائلية
الاتفاق على سياسة موحدة للرد	منع التصرفات المتضاربة	تنسيق ردود الزوجين على تدخلات الأهل لتكون متسقة	تقوية الثقة بين الطرفين وتقليل سوء الفهم

مفاهيم عامة ومهمة لموضوع التدخل من الأهل:

- تدخل الأهل يُصبح مذمومًا شرعًا إذا تجاوز حدَّ النصيح بالحسن وتحول إلى فرض للآراء أو السيطرة.
- الأصل في العلاقة الزوجية الاستقلال، وأي تدخل يعطل هذا الاستقلال يُعد إخلالًا بالميثاق الزوجي.
- يُشترط في تدخل الأهل أن يكون بنية الإصلاح وأن يتم بطريقة غير جارحة للطرفين.
- التدخل في الخصوصيات الزوجية محرم إذا ترتب عليه كشف أسرار أو تفكك الأسرة.
- تدخل الأهل ينبغي أن يكون في أضيق الحدود وضمن ما يُحقق المصلحة دون الإضرار بالعلاقة.
- الالتزام بضوابط الشرع والتوازن في العلاقات الأسرية يضمن حياة زوجية أكثر استقرارًا وراحة للطرفين.

المنهج الإجرائي للمرشد الأسري في قضايا العلاقة الحميمية:

يجب أن يتبع المرشد الأسري منهجًا عمليًا واحترافيًا عند التعامل مع قضايا العلاقة الحميمية، بحيث يجمع بين الحكمة والمهنية. هذا المنهج يجب أن يكون مبنياً على أسس نظرية موثوقة، وليس مجرد اجتهاد شخصي. ولضمان سلامة العملية الإرشادية وحماية خصوصية الزوجين، يُفضل أن تتم معالجة قضايا العلاقة الحميمية من خلال:

- مرشد رجل مع المسترشد الرجل.
- مرشدة امرأة مع المسترشدة المرأة.

وإذا اضطر المرشد (رجلاً كان أو امرأة) إلى التعامل مع الزوجين معاً، فلا ينبغي أن ينفرد بالطرف الآخر (المرأة مع المرشد الرجل، أو الرجل مع المرشدة المرأة) لتجنب أي شبهة أو سوء فهم قد يحدث أثناء الجلسة، وتحقيقاً لعدم الخلوة المحرمة.

التعامل مع المسائل الحساسة:

يجب على المرشد /ة أن يكون حذرًا عند مناقشة الأمور الحساسة المتعلقة بالجنس، وخاصة عند التعامل مع الجنس الآخر. لذلك، لا يجب طرح أسئلة أو الاستفسار عن تفاصيل العلاقة إلا بعد تحقق شرطين أساسين:

١- تأسيس علاقة مهنية عالية، ووجود الثقة المتبادلة بين المسترشد والمرشد، فالثقة كما يعرفها المختصون (King, 1992)، بأنها علاقة تمر بثلاث مراحل أساسية:

(أ) مرحلة الثقة الأولية: وهي ما يحمله المسترشد حول سمعة وكفاءة المرشد العلمية والعملية، فكلما كانت سمعة المرشد إيجابية لدى المسترشد الذي لا شك في أنه كَوْن ذلك نتيجة نصيحة زميل / زميلة، أو قراءة مقالة بمجلة، أو صحيفة، أو محاضرة، أو لقاء تلفزيوني، سهل ذلك في الانتقال للمرحلة الثانية من الثقة والتي تتمثل بالثقة المتولدة.

(ب) الثقة المتوالدة: وهي كل ما يلاحظه ويراه المسترشد من طريقة وأسلوب المرشد في إدارة الجلسة من دراسة للحقائق حول المشكلة، مرورًا بمرحلة التشخيص (التقدير)، وأخيرًا بوضع خطة علاج واضحة المعالم محدودة زمنيًا ومرحليًا، فإن تم ذلك فهذا يكون المرشد قد حقق المرحلة الأخيرة من الثقة والمتمثلة في الثقة النهائية.

(ج) الثقة النهائية: هي المحصلة النهائية للعلاقة الإرشادية، فعندما تتوطد العلاقة والثقة في نفس المستفيد من الإرشاد، يصبح المسترشد بآرائه وعلاقاته مصدرًا للإعلان عن مدى الاستفادة التي حصل عليها، سواء أكان ذلك لدى أقربائه أو زملائه.

٢- إعادة بناء الثقة بين طرفي العلاقة وتأسيس قدر من التوافق بينهما.

من المعلوم أن الجنس بين الزوجين محصلة لحسن توافق زواجي، فإن غاب التوازن في التوافق، حصل خلل في الثقة بين الزوجين. إذن كيف يتوقع المرشد أن تصبح العاطفة الزوجية مقبولة وجياشة بين طرفي العلاقة دون إصلاح الخلل بالعلاقة الزوجية؟

الأسس النظرية للمرشد الأسري: يعتمد التعامل مع مشكلات العلاقة الحميمة على دمج عدة نظريات إرشادية لتوفير حلول شاملة وفعالة.

• النظرية النسقية (Systemic Theory): ترى هذه النظرية أن الزوجين يشكلان نظامًا متكاملًا، وأن أي مشكلة في العلاقة الحميمة ليست مشكلة فردية، بل هي عرض لخلل في هذا النظام. مثلًا، مشكلة (البرود العاطفي)

لدى الزوجة قد تكون نتيجة لعدم التقدير من الزوج، مما يؤثر في رغبتها.

○ تطبيق عملي: يركز المرشد على فهم التفاعلات بين الزوجين، لا على إلقاء اللوم على طرف واحد، ولذلك فإن الاستبيان للعلاقة الحميمة الذي سبق ذكره مهم لمثل ذلك.

○ شرح النموذج: يمكن للمرشد أن يشرح للزوجين أن العلاقة بينهما تشبه الدائرة المغلقة، حيث يؤثر كل طرف على الآخر. فعلى سبيل المثال، يؤدي ضعف التواصل العاطفي بينهما إلى نقص في التقدير، والذي يؤدي بدوره إلى نقص الرغبة في العلاقة الجنسية، مما يزيد من ضعف التواصل، وهكذا. المرشد هنا يقطع هذه الدائرة السلبية من أي نقطة ممكنة.

• النظرية المعرفية السلوكية (CBT): تركز هذه النظرية على أن الأفكار والمعتقدات الخاطئة هي التي تقود إلى المشاعر والسلوكات السلبية. كثير من المشكلات الجنسية تنبع من أفكار غير واقعية أو معتقدات سلبية حول العلاقة.

○ تطبيق عملي: يساعد المرشد الزوجين على تحديد الأفكار السلبية (مثلاً: «إذا لم ننجح في هذه العلاقة، فإننا زوجان فاشلان»)، ثم يقوم بتحدي هذه الأفكار واستبدالها بأخرى أكثر إيجابية وواقعية.

○ شرح النموذج: يمكن للمرشد أن يشرح للزوجين نموذج «الحدث-الفكرة-الشعور-السلوك». فعلى سبيل المثال، الحدث: الزوجة ترفض مبادرة الزوج. الفكرة: «زوجتي لا تحبني، أنا فاشل». الشعور: الحزن والإحباط. السلوك: الانسحاب والعزوف عن العلاقة. يتدخل المرشد لتغيير الفكرة السلبية، مما يؤدي إلى تغيير الشعور والسلوك.

المنهج الإجرائي العملي (خريطة طريق للجلسة الإرشادية): يجب أن يتبع المرشد خطة عمل واضحة لضمان فعالية الجلسات.

المرحلة الأولى: بناء العلاقة العلاجية (Establishing the Therapeutic Alliance): هذه هي أهم مرحلة، حيث يتم فيها بناء الثقة والأمان.

○ الهدف: أن يشعر الزوجان أن المرشد هو الشخص الوحيد الذي يمكنهما البوح له دون خوف من الحكم أو النقد.

○ خطوات عملية:

- البدء بتأكيد المرشد على سرية وخصوصية ما سيتم مناقشته.
 - استخدم لغة هادئة ومهنية، وتجنب أي تعابير قد توحى بالحكم أو الصدمة.
 - التوضيح للزوجين أن المشكلة شائعة جداً، وأن مجرد مجيئهما لطلب المساعدة هي خطوة إيجابية وقوية.
- المرحلة الثانية: التشخيص والتقييم (Diagnosis and Assessment): في هذه المرحلة، يقوم المرشد بجمع المعلومات الضرورية لتحديد الأسباب الجذرية للمشكلة.
- الهدف: فهم المشكلة من منظور الزوجين، وتحديد العوامل النفسية، والاجتماعية، والجسدية المؤثرة.

○ خطوات عملية:

- استخدام الأسئلة المفتوحة: "ما مفهومك للعلاقة الزوجية الحميمة؟" بدلاً من "هل تواجهون مشكلة في الفراش؟".
- تقنية «التجسير»: ابدأ بمناقشة مشكلات أقل حساسية (مثل التواصل) ثم انتقل تدريجياً إلى الموضوع الأساس.
- تقنية «التخيل والتعبير»: اطلب من الزوجين تخيل حياتهما الزوجية المثالية وكيف تبدو علاقتهما الحميمة، ثم ابدأ بتحليل الفجوة بين الواقع والمثال.
- التفريق بين الجانب العضوي والنفسي: اسأل عن وجود أي مشاكل صحية سابقة، أو تجارب سلبية في الماضي، وإذا كانت المشكلة قد ظهرت بشكل مفاجئ.

المرحلة الثالثة: التدخل والعلاج (Intervention and Treatment): بناءً على التشخيص، يبدأ المرشد بتطبيق الإستراتيجيات المناسبة.

- الهدف: تزويد الزوجين بالأدوات اللازمة لحل المشكلة، سواء أكانت أدوات للتواصل، أم لتصحيح المفاهيم، أم للتعامل مع الجوانب الفنية.

○ إستراتيجيات عملية:

■ تقنيات كسر حاجز الصمت :

- تمثيل الأدوار (Role-Playing): اطلب من الزوجين أن يتدربا على كيفية التعبير عن احتياجاتهما ومخاوفهما في بيئة آمنة تحت إشرافك.
- تقنية (المرأة): اطلب من أحد الزوجين أن يكرر ما قاله الآخر للتأكد من فهمه الكامل لرسائله.

■ التعامل مع المشكلات الفنية:

- التوعية الجنسية السليمة: يزود المرشد الزوجين بالمعلومات الصحيحة من مصادر موثوقة (مثل الكتب والمقالات المتخصصة).
- خطة عمل تدريجية: إذا كان الزوجان يعانيان من صعوبة، يمكن للمرشد أن يضع خطة تدريجية لتحسين العلاقة، تبدأ بالتركيز على اللمس غير الجنسي والتقبيل، ثم الانتقال تدريجيًا إلى مراحل أخرى.
- الإحالة المختصة: يجب على المرشد أن يعرف جيدًا متى تتجاوز المشكلة نطاق الإرشاد النفسي أو الاجتماعي، وأن يحيل الزوجين إلى طبيب نفسي أو طبيب مختص في المسالك البولية أو أمراض النساء، خاصة في حالات: وجود مشكلة عضوية واضحة. أو رفض أحد الزوجين الاعتراف بالمشكلة أو طلب العلاج. أو العجز الجنسي الواضح (سرعة قذف، ضعف انتصاب). أو الألم المستمر أثناء العلاقة.

قصص واقعية من واقع الإرشاد الأسري:

هذه القصص أمثلة واقعية، تم تغيير تفاصيلها لضمان الخصوصية، تظهر كيف يمكن للمرشد التعامل مع قضايا شائعة.

الحالة رقم (١): فتاة بكر بعد زواج دام عشر سنوات.

الحالة: استقبلت زوجين شابين، زواجهما مستمر منذ عشر سنوات، ولديهما طفل بالتبني (مُحتضن). الزوجة تشكو من نفور زوجها منها، واكتشفت بالصدفة أنه لا توجد بينهما علاقة حميمة، وأنها لا تزال بكرًا. كان الزوج يتجنب الحديث عن هذا الأمر ويختلق الأعذار، مما تسبب في شعور الزوجة بالإحباط الشديد.

تحليل المرشدة: اتضح أن الزوج كان يعاني من «رهاب الجنس» (Sexual phobia) الناتج عن تربية شديدة القسوة، واعتقاد خاطئ بأن هذه العلاقة (قدرة). كان يتظاهر بوجود علاقة لتجنب مواجهة المشكلة، خوفًا من حكم الآخرين عليه.

الخطة الإرشادية:

1. بناء الثقة: جلسة منفردة مع الزوج لكسر حاجز الإنكار، وتوضيح أن ما يمر به حالة نفسية قابلة للعلاج، وأن المرشد ليس هنا ليحكم عليه.
 2. الإحالة: إحالته إلى طبيب أو أخصائي نفسي مختص في العلاج السلوكي المعرفي، مع متابعة المرشد لتقدم الحالة بشكل دوري.
 3. دعم الزوجة: جلسات مشتركة مع الزوجة لتعزيز ثقتها بنفسها، وتوجيهها لدعم زوجها نفسيًا، وتوضيح أن المشكلة لا تتعلق بها شخصيًا.
- النتيجة: بعد فترة من العلاج، بدأ الزوج في التغلب على مشكلته، وعادت العلاقة بينهما إلى طبيعتها تدريجيًا، وأصبحت مبنية على التفهم والدعم المتبادل.
- الحالة رقم (٢): فتاة لم تحمل بسبب طريقة الإتيان الخاطئة.
- الحالة: راجعتني فتاة متزوجة منذ عامين، تشكو من عدم الحمل رغم سلامة الفحوصات الطبية. كانت في حالة حزن ويأس، خاصة مع ضغط أهل زوجها. (كان الزوج من ذوي الاحتياجات الخاصة، وهذا يؤكد ضرورة العناية بهذه الفئة في المجال الأسري وتوعيتهم وثقتهم).
- تحليل المرشدة: بعد جلسة منفردة، اتضح أن الزوجين لم يكن لديهما معرفة كافية بالطريقة الصحيحة للعلاقة الحميمة بسبب ظروف زوجها وظروف الزوجة الصحية. كان كل ما يعرفانه هو ما رأياه في أفلام، مما أدى إلى ممارسات خاطئة تمنع الحمل.

الخطبة الإرشادية

1. جلسة توعوية مبسطة: عقد جلسة للزوجين لتبديد المفاهيم الخاطئة، وتوضيح الفروقات بين الواقع والتزييف.
 2. تقديم نصائح عملية: حول العلاقة الصحيحة، بناءً على المعلومات الموثوقة التي يحتاجانها.
 3. التأكيد على الطبيعية: التأكيد على أن هذا الجهل ليس عيباً، بل هو أمر طبيعي يمكن تداركه.
- النتيجة: بفضل الله تعالى، بهذا التوجيه الصحيح تمكن الزوجان من تصحيح ممارساتهما، وبعد بضعة أشهر، أبلغت الزوجة عن حملها، مما أثلج صدرها وأسرتها.
- الحالة رقم (٣): رجل يرفض العلاج ولا يعترف بالقصور.
- الحالة: استقبلت سيدة تشكو من برود زوجها وعزوفه عن الفراش، وترجح أن السبب هو إدمانه على العادة السرية أو مشاهدة المواد الإباحية، وهو ما ينكره الزوج تماماً.
- تحليل المرشدة: لاحظت أن الزوج في الجلسة المشتركة كان دفاعياً ورافضاً للحديث، مما يؤكد فرضية وجود مشكلة لديه. كان يتهم زوجته بأنها لا تفهمه.

الخطبة الإرشادية:

1. تغيير زاوية النقاش: التركيز في الجلسات المشتركة على تحسين التواصل العاطفي بينهما.
2. الاستكشاف غير المباشر: جلسات منفردة مع الزوج، دون توجيه اتهامات مباشرة، بل من خلال الحديث عن ضغوط الحياة وأثرها في العلاقة الزوجية.
3. الإحالة غير المباشرة: إبراز الخيارات العلاجية المتاحة حلاً لمشاكل الضغط والتوتر، وربطها بشكل غير مباشر بمشكلة العزوف.
4. توعية الزوجة: في حال استمرار الرفض، يكون التركيز على توعية الزوجة بأساليب التعامل مع زوجها، وضرورة عدم الدخول في صراعات مباشرة معه حول هذا الموضوع.

النتيجة: بدأت الحالة في التحسن تدريجياً عندما شعر الزوج بأن المرشد لا يحكم عليه، وبدأ يلمح إلى بعض الضغوط التي يمر بها، وبدأت الجلسات تتحول من التركيز على العلاقة إلى التركيز على صحته النفسية.

خاتمة وتوصيات:

إن التعامل مع قضايا العلاقة الجنسية في الإرشاد الأسري يتطلب قدرًا كبيرًا من الوعي، والاحترافية، والقدرة على كسر الحواجز النفسية. فالمرشد ليس طبيبًا، لكنه جسر يوصل الزوجين إلى بر الأمان، ويصحح لهم المفاهيم، ويشجعهم على طلب العون المتخصص عند الحاجة.

توصيات للمرشدين الممارسين:

- التعلم المستمر: لا تتوقف عن تطوير مهاراتك في هذا المجال الحساس من خلال الدورات والمؤتمرات المتخصصة.
- بناء شبكة إحالة: كن على اتصال مع أطباء ومختصين تثق بهم للإحالة إليهم، خاصة الحالات التي تتطلب تدخلاً طبياً.
- التركيز على الجانب الوقائي: ابدأ مع الأزواج الجدد بتثقيفهم حول هذه العلاقة قبل أن تقع المشكلات.
- كن محايداً: احذر من الانحياز لأي طرف، واعمل دائماً لمصلحة الأسرة ككل.
- استخدام لغة مهنية: تدرب على استخدام مصطلحات مهنية لتسهيل الحوار مع المسترشدين وتجنب الإحراج.

مراجع مقترحة للاستزادة:

- فن العلاقة الحميمة في الإسلام، عماد الدين الرشيد: كتاب يجمع بين التأصيل الشرعي والواقع النفسي، ويوفر فهماً عميقاً للموضوع.
- دليل المرشد الأسري في القضايا الجنسية، جمعية الإرشاد الأسري: دليل عملي يوفر أدوات وتقنيات مباشرة للممارس.
- العلاج الجنسي المعرفي، مؤلفون متعددون: يقدم إستراتيجيات علاجية للعديد من المشكلات الجنسية الشائعة.
- العلاقة الجنسية في الحياة الزوجية، جاسم المطوع: يقدم نصائح عملية ومبسطة للزوجين والمرشدين.
- أساسيات إدارة الزواج، مايكل إتش. ماكان: كيف تدربين زوجك حتى يكون الزوج الذي كنت تحلمين.
- ليلة العمر، د. ناصر الزهراني.
- هل أنتم سعداء - عثمان عبد الكريم: اختبار العلاقة الزوجية.
- الدليل الشامل - مركز الاستشارات العائلية: لمهارات الإرشاد الزوجي والجنسي.

المُخَوِّرُ الثَّامِنُ

مشكلات كدر العلاقة بين البنات والوالدين،
وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟

د. عبد العزيز المقبل

قبل أكثر من عقدين، عندما هبت رياح البث الفضائي، كان ذلك أمرًا جديدًا على الناس، مفزعًا لكثير منهم، وحينها بدأ التساؤل الكثير، مع أجواء الخوف، حول مدى ضرر هذا البث. وحاول بعض الناس، اجتهدًا منهم، أن يستصدر فتاوى من العلماء، لتوقف - بزعمه - هذا المدّ. وبالفعل صدرت بعض الفتاوى، لكن المدّ استمر، وطوفانه كان أكثر من أن تحجزه أية فتوى، أو حتى مجموعة فتاوى.

ولا أزال أذكر كيف عنونت مجلة الإمامة لتقرير لها عن موضوع البث الفضائي، بعنوان يجسد الأمر: «من يبني سدًا في الفضاء».. وقد كان العامة، منذ زمن قديم، يتداولون مثلًا شعبيًا يقول: «من يسدّ السيل بعباته»..! وإذا كان المثل نابغًا من معاناة تناسب زمن قائله، فهو يظل يحمل دلالة عميقة، أن هناك أمورًا يصعب التصدي لها، والوقوف في وجهها، بصورة مباشرة وقاطعة، وأن دور الإنسان حينئذ هو البحث عن حيلة ينجوها من (السيل)، أو يتخفف - على الأقل - من تأثيره.

مضى عصر الفضائيات وجاء عصر الانفجار التقني بكل سلبياته وإيجابيات. وودع الناس معه عصر الضبط الاجتماعي، وزمن العائلة الممتدة، بترابياتها، التي تجعل للجد السلطة العليا، على الجميع. وأصبح العقلاء يدركون أن المسؤولية الحقيقية هي مسؤولية البيت والأسرة.

إننا لا نستطيع أن نعتقل الريح، ولا أن نتحكم في كمية الأمطار، ولا أن نمنع الغبار، لكن ما يمكننا فعله هو أن نجتهد، في وضع مواد في بيوتنا تمنع التسرب، وأن نحكم بناء بيوتنا، وغلق نوافذنا، لكي نخفف كثيرًا من آثار السيول والرياح والغبار. والأمر نفسه بالنسبة للتربة؛ فرياح التآثير تهب من كل مكان، وفي كل مكان، وأصبح يقتحم بيوتنا حتى في الغرف القاصية، وما لم يكن هناك تطعيم لأولادنا فسيجرفهم التيار.. وإذا كان هناك من يزعم أنه يستطيع حماية أولاده، وسط هذه البحار المتلاطمة، فإنه يمارس سذاجة. لا شك أن أولادنا مسؤوليتنا، وإننا يجب أن نحملهم لكن الجزء الأكبر من حمايتهم هو في زرع المناعة عندهم؛ لأننا شئنا أم أبينا لن نستطيع، وبشكل دائم أن نكون معهم، بل إن الخندق التقني قد يجعل أولادنا حين يرغبون خداعنا قد يمارسون ذلك بمحضرتنا، ودون أن ندرك، وهو ما يؤكد أهمية الدفاعات الذاتية، التي يجب أن نبكر في زرعها، ونستمر في صيانتها. ولكن من المؤكد أننا لن نستطيع أن نزرع أشجار تلك المناعة إلا على أرض علاقة والدية متينة، قوامها الحب والقرب والرفق.

إننا - معاشر الوالدين - بشر نخطئ ونغفل، وبالتالي من الطبيعي أن تحدث لنا مع أولادنا مشكلات، بل قد يكون حرصنا هو سبب ما يحدث من مشكلات، ومهما بلغنا من الفطنة والذكاء، فإننا لا نستطيع أن نرى المشكلة، ومن كل جوانبها، ونحن طرف فيها. وهنا يأتي دور الاستشارة. ويأتي في الوقت نفسه أهمية تأهيل المرشدين، فالمرشد العاقل يظل يطور نفسه تبعًا لما يستجد من مشكلات وقضايا.

1 - مشكلة كدر العلاقة، بين البنات والوالدين، مشكلة عالمية، ومسبباتها تكاد تكون واحدة، لتشابه ظروفها.

2 - قد تكون مشكلة الكدر، بين البنت والأم، أظهر منها بين البنت والأب، كون الأب أقل حضوراً في البيت، وربما أكثر تسامحاً، كلون من الهرب من المعارك (!!)، وهو بطبيعته أقل احتكاكاً مع البنت، بخلاف الأم. وقد يكون الأب - بطبيعته - لا يحمل من (العتب) على البنت، مثل (العتب)، الذي تحمله الأم على البنت، المتكئ، على أنها هي من عانت من عبء الحمل والرعاية، غير كون البنت من نفس جنسها، وكون الأم كانت ترى فيها نفسها.

3 - تختلف البنات، كما تختلف الأمهات؛ فأحياناً تكون الأم ضعيفة، والبنت قوية، فتفعل البنت ما تريد، وتتخطى حدود الأم دون أدنى هيبة، ولا تبالي بأمرها أو نهيتها. وأحياناً تكون البنت هي الضعيفة، وحينها ربما اتخذت منها الأم - لا شعورياً - (سلة نفايات نفسية)، لما تتعرض له الأم، من ضغوط.!

4 - الشكوى من مشكلة الكدر قد تأتي من أم متضايقة جداً من تمرد ابنتها، أو خوفها من وصولها إلى التمرد، وتعبها من التعامل معها. وقد تأتي الشكوى من بنت تعاني معاناة مرهقة، من سلوك أمها معها. وقد تأتي الشكوى من أب يشهد معارك، بين زوجته وابنته، تؤثر - كثيراً - في جو البيت، أو يبدي تخوفه من تأثيرها، مع مرور الوقت، على البنت.

5 - المشكلات الزوجية المزمنة، بالذات، قد تقف وراء الكدر، بين البنات والوالدين، حين يحاول أحد الزوجين - بجهل مطبق - اجتذاب الأولاد، إلى صفه، وهو أمر قد يترك آثاراً مستقبلية متعبة للأولاد من بعد، وللبنات خاصة. كما أن تلك المعارك ستجعل الزوجين ينشغلان بأنفسهما عن متابعة أولادهما، والقرب منهم، وإشباع حاجاتهم، كما أنه سينزع منهم الشعور بالأمان، وهو حاجة أساس لدى الأولاد، وسيترك ذلك آثاراً سلبية عميقة، في نفوسهم، تجاه والديهم.

6 - فرق أن تكون الأم أو البنت المتصلة، تبدو من خلال عرض المشكلة ذات حساسية عالية، ومن ثم فالمشكلة في ذهنها أكثر منها في الواقع، وبين أن تكون هناك مشكلة فعلية حقيقية. وكثيراً ما ترسم مشاعر الخوف لدى الأم على ابنتها، ورؤيتها إياها، في مستوى عمري تخشى معه أن تقع ابنتها في مشكلة، وغالباً تأتي مشاعر الخوف وتراكم مما تسمعه الأم من أحداث، سواء أكانت حقيقية أم مجرد إشاعات، ولكن شدة الخوف قد تدفع الأم إلى اتخاذ قرارات وخطوات، تحدث بينها وبين ابنتها صدمات.

7 - فرق بين أن يبدو من عرض المشكلة وجود مظاهر لمرض أو اضطراب نفسي، لدى الأم أو لدى البنت، وقد يبدو من أسلوب العرض أن الكدر يحدث نتيجة اختلاف في الرؤية أو التعامل.

8 - قد يكون حل المشكلة يحتاج وقتاً وجهداً، لكن الأم ترى أنه ليس لديها الوقت لذلك، فتلجأ إلى خيار الاختصار بإصدار قرارات المنع، وهو ما يباعد بينها وبين ابنتها أكثر، أو إنها تضغط على الزوج / الأب أن يتخذ قراراً بذلك، وهو ما قد تدركه البنت، فالمنع، ولو صدر من الأب، فالأم تقف خلفه، وحينئذ قد تكون الأم لا ظهراً أبقت، ولا طريقاً قطعت.!

9 - فراغ الأولاد النفسي، وحاجتهم للحب والانتماء، مع سهولة الحصول على موقع، في مختلف منصات التواصل الاجتماعي، يسهّل تورطهم في مشكلات كثيرة. وكون الذكاء الاصطناعي الآن يمثل الموضة الجديدة، ويحمل إغراء يفوق غيره؛ يساير الإنسان، ويتفاعل معه، بما يشجعه على الاستمرار، بل ويشعره بالأمان، ذلك يمثل مخاطر كبيرة بدت تلوح في الأفق بعض آثارها.

صوفي روتنبرغ، فتاة تبلغ من العمر 29 عاماً، توفيت منتحرة في فبراير 2025م، في الولايات المتحدة الأمريكية، ولأن أمها الكاتبة لورا رايلي في نيويورك تايمز، فقد نشرت عن ابنتها مقالاً (فبراير-مارس 2025). جاء فيه: «في يوليو، وبعد خمسة أشهر من وفاتها، اكتشفنا (من خلال محادثات محفوظة) أن صوفي قد أفضت بخطتها إلى ChatGPT المعالج النفسي الاصطناعي الذي أطلقت عليه اسم 'Harry'. «على الرغم من حضورها الاجتماعي الملفت، كانت مشاكل التغيرات الهرمونية تعصف بها، في سرّاً لا يشاركه معها أحد». «لم يكن الأمر عن التكنولوجيا وحدها، بل عن غياب مساحة أمانة لقول الحقيقة أمام إنسان». «إن الروبوت لم يقتل صوفي، لكنه ساعدها على بناء "صندوق أسود" (black-box) من العزلة، حيث لا يرى أحد ألمانها الحقيقي». «Harry لم يقتل صوفي، لكنه سوى رغبتها بأن تخفي الأعنف من الداخل؛ أن تظهر بأنها بخير، حتى لا يشعر أحد بمدى عذابها الكامل».

صور من الكدر، بين البنات والوالدين:

هناك صور كثيرة جداً، لكني أكتفي منها بأربعة نماذج:

النموذج الأول:

فتاة فوق الخامسة والعشرين، جامعية غير موظفة، هي كبرى الأولاد، تتعامل مع والدتها كما لو كانت الوالدة جندياً ضعيفاً، والبنات ضابطاً أحمر؛ ترفع صوتها، تهدد، وتحاول التفريق بين إخوتها وأخواتها، لا تجلس أو تأكل مع أهلها أبداً، لا تتحمل أي مسؤولية في البيت، ما تريده تطلبه وبقوة وباستحقاق عالٍ، والأم تسارع بتوفيره، الأب يشارك الأم في الضعف، والأم تشكو وتبدي تضاييقها، ولكنها لا تدري ماذا تصنع لحل المشكلة.

النموذج الثاني:

أنا البنت الكبرى، أمي خمسينية، لها مكانة اجتماعية، متدينة وموظفة، تحب مساعدة الأخريات. تهمها صورتها أمام الناس. في البيت كثيرة النقد اللاذع، تحب السيطرة والنكد، تقارننا كثيرا بالآخرين، مع أننا لسنا سيئات، تتدخل في لبسي، مع أنه عادي، وبطريقة ليس فيها أي تلطف.. مجرد أوامر.. في عقلها قالب تريد أن تشكّلني وإخوتي فيه... كنت أجد الذهاب للجامعة متنفسًا، كانت بيننا فجوة كبيرة جدًا في التعبير عن المشاعر... في طفولتي إذا لم أنفذ ما تطلب وبدقة كانت تضربني ضربًا مبرحًا. كنت أنام وأنا أبكي. عشت بفراغ عاطفي كبير. فرحت حين خُطبت لأُخرج من هذا الجو الخانق... والدي طيب جدًا، ولكنه ضعيف، يجاريها لكي لا يدخل معها في مشكلات.. بعد زواجي أصبحت في مدينة أخرى، وشعرت بفرح كبير، كوني شعرت بالتححرر من قبضتها. لا أفرح بالعطل لأنها ستضطرنني لأن أعود لأمي.. وقتها دائمًا تحطني بمواقف محرّجة أمام الناس.. تصرفاتها مستفزة جدًا جدًا لوما هي أمي ألغيت وجودها من حياتي وربي.. تعبتتتت). ملخص رسالة فتاة.

النموذج الثالث:

تعيش مشكلة مع ابنتها، ابنتها بعد تخرجها من الجامعة، وجدت فرصة للتدرب على العمل.. الأم ترفض رفضًا قاطعًا، وبشدة، كون المكان مختلطًا.. الأمر تحول إلى معركة، تعبت منها الأم أكثر من البنت.!

تعترف الأم بعد الحديث معها حول المشكلة أنها لا تعرف - منذ زمن - الحوار مع ابنتها، بل صرحت، وبلهجتها العامية: (ما لي خلقها)!!

تعترف الأم بمشاعرها السلبية تجاه البنت، بقدر كبير من الألم، ولكنها لا تستطيع معرفة السبب.

النموذج الرابع:

فتاة خريجة جامعة، بيت أهلها محافظ، تفاجئ أهلها، ببث مباشر على بعض منصات التواصل الاجتماعي، بصورة أفزعت الأم؛ وجهها مكشوف، ورأسها دون غطاء، بنصف أكمام.. تكلمت معها الأم، وبكت، لكنها لم تنظر - أبدًا - لأي من توسلات أمها.. بل ما تطرحه من مواد يتعارض ومحافظة أهلها، هجرتها الأم، لكن دون فائدة.. البنت مندفعة جدًا، في ذلك الاتجاه، وزاد اندفاعها كونها شعرت أن عدد المتابعين يزداد، والأهم أنها صارت محط أنظار بعض المعلمين، أي أن تلك المنصة أصبحت تدر عليها المال بسخاء.!!

أسباب الكدر، بين البنات والوالدين:

هناك صفات غالبا ما توجد في الوالدين، والأم خاصة، الذين يكثر وجود الكدر بينهم وبين بناتهم، ومنها:

1 - وجود المرض النفسي أو الاضطراب. كالوسواس القهري، والشك المرضي، والاكتئاب، والقلق الدائم، والتوتر، والرهاب.

2 - ضعف الجانب الإداري: فالأسرة تمثل مؤسسة كبيرة؛ فهي تشمل أفرادا عدة؛ منهم الكبير والصغير، والذكر والأنثى، على اختلاف خصائصهم وصفاتهم. كما أن نشاطاتها متعددة؛ منها الداخلية والخارجية، وعلاقات طرفيها واسعة، والعمل فيها دائم، والأعمال متعددة، تشمل مختلف جوانب الحياة.. وإذا كان للمدير في الشركات أهميته، التي تجعل الشركة تختار من يشتمل على أكبر قدر من الصفات، التي ينتظر أن ترتقي بالشركة، والتي يمنح - حسب ميزاته - راتباً مغريا، فإن الأسرة - بذلك التركيب - تحتاج مديراً يجمع جملة من الصفات، لتحقيق الأسرة المستوى المطلوب، من النجاح. فثمة إدارة علاقات الأفراد، وإدارة الميزانية، وحل المشكلات، وقبل ذلك رسم الإستراتيجية، وتوزيع المسؤوليات.

ويغلب على ظني أن من أكبر عوامل ضعف الأسرة هو ضعف إدارتها، وتداخل الأدوار، وضعف مهارة معالجة المشكلات، وعدم القدرة على التخفف من الضغوط. ويمكن الإشارة هنا إلى أنواع إدارة الأسرة الثلاثة:

- أ) الإدارة المتسلطة: حيث يكون هناك نظام، وليس هناك حرية، أو إن هامشها محدود جدا.
- ب) الإدارة المتساهلة: حيث يكون هناك حرية مطلقة، بينما لا يوجد نظام.
- ج) الإدارة المتوازنة: حيث يوجد نظام مرن، وتوجد حرية منضبطة، وهو ما أعبر عنها - دائما - بالحاءين: الحب والحرم.

3 - ضعف التحكم بالذات: وهو وإن كان جزءاً من الإدارة، وهو إدارة الذات، إلا أن أهميته أوضح، والعرب قديماً تقول: (من لم يستطع سياسة نفسه لم يستطع سياسة الناس). فالوالد الذي يعاني سرعة في الانفعال، ومن ثم يتصرف في أجواء ذلك الانفعال، ستكون تصرفاته غير مدروسة، بل غير معقولة، وقد يعتذرويندم، لكن مع أول موجة انفعال قادمة، وقد لا يبعد زمنها عن الأولى، يعيد مثل تلك الأخطاء.

4 - ضيق الحيلة: فالإنسان الذي يمتلك نظرة بعيدة، وأفقا واسعا، وتفكيراً جيداً، قد يمنحه ذلك رؤية لفروض كثيرة، ومخارج متعددة، للمشكلة الواحدة، لكن ضعيف الحيلة، مثل الطبيب المزيف، الذي لا يزيد لمرضاه، أيّا كانت أمراضهم، على الحبوب المسكنة.

5 - العجلة وعدم ترويض النفس على الصبر: وهي صفة تتعب صاحبها، ومن يحتك بهم، حتى لو كانوا في قمة العقل، فكيف حين يكونون أطفالاً ومراهقين، لهم خصائصهم، التي تتطلب من القائم عليهم، مراعاتها. فالأولاد يحتاجون إلى طول نفس، وسعة بال، للاستماع والإقناع، وهو ما تبنى عليه قواعد العلاقة السوية. ووجود العجلة - غالباً - قد يضعف الشعور بالأمان، لدى الأولاد، والبنات خاصة.

6 - ضعف الوعي: وأهم درجات الوعي إدراك الفرق الكبير بين الأجيال، والانتباه إلى أن لبس القائم على الأسرة ثوب والده السلوكي، مع الأولاد، وتدوير تعامله دونما تعديل، هو ظلم لهم، حتى لو رآه والدهم (نموذجياً).. وضعف الوعي يشمل عدم إدراك المآلات، التي قد تترتب على التصرفات، وعدم الإلمام بمستجدات الأنظمة. وقد يستدعى هنا القاعدة الفقهية: (درء المفسد مقدم على جلب المصالح).

7 - ضعف المعرفة: لابد من قدر من المعلومات، التي تضيء للوالدين طريق التعامل، مع أولادهم، والتعاطي مع ما يعرض لهم معهم، من مشكلات. وغالب الأسر، التي تعصف بها المشكلات، ويعيش طرفاها كدراً مع أولادهم، يعانون ضعفاً في إدراك بعض ما يعينهم، في التعامل مع أولادهم، وفي طليعتها معرفة خصائص النمو، خلال المراحل العمرية المختلفة. مع الاعتراف بأن القراءة الحرة، قد تكون سلعة قد يندر أن نجد من يتصف بها.

8 - غلبة التنشئة الأسرية للوالد، أو تأثير بيئة الوالدين الأسرية السابقة: هناك دراسات تؤكد - مثلاً - أن من تعرض للضرب، في طفولته، قد يمارسه مع أولاده. ولكن الأمر المؤكد، أن كثيرين، يمارسون مع أولادهم سلوكات تمثل (تدويراً) لممارسات والديهم معهم. وغالباً تأتي بصورة تلقائية، ويغفل كثيرون العديد من الاختلافات، خاصة بين الأجيال الشبابية المعاصرة، ومن قبلهم؛ فالتقنية لم يكن تأثيرها مقصوراً على مجرد الإلهاء، وتضييع الوقت، بل التعامل مع الألعاب ترك أثرًا لديهم، في تعامل أدمغتهم، مع الأشياء، حيث صار الملل مصاحباً لهم، وصارت السرعة تحكم كل شيء فيهم.. كما أن التقنية بتنوعها أورثت ضعف المهارات الاجتماعية، وفي الوقت نفسه أدت سهولة الحصول على المعلومة إلى شعور الأولاد أنهم لم يعودوا بحاجة إلى توجيه والديهم، بل يساورهم إحساس أنهم أكثر معرفة، أليسوا أكثر قدرة في التعاطي مع التقنية، من والديهم؟!

9 - ضعف مهارات التواصل والحوار: وهو أمر مهم جداً، لإقامة جسور العلاقة؛ لأن سوء الحوار، الذي قد يرى فيه الوالدان أو أحدهما أن دور الأولاد السماع، وقد يفسران أي كلمة، وإن خرجت بأدب، أنها لون من التناول على الوالدين، وأنها تنافي البر، المأمور به شرعاً.. أو أن من يدخل في حوار معهم من الوالدين لا يملك نفسه، من نوبات الانفعال، ومن ثم يفلت بكلمات النقد والسخرية والانتقاص، أو أنهما يبدآن حواراً في مكان أو زمان غير مناسب.. من المؤكد - حينئذ - أن يبتعد الأولاد ليس عن الحوار مع والديهم، بل عن والديهم أنفسهم.

10 - الجفاف العاطفي واللغوي: يعد الذكاء العاطفي واللغوي من أهم الوسائل، التي تزرع التأثير الإيجابي، وتصنع المودة، وتبني جسور القرب؛ فجودة التعبير، وانتقاء الألفاظ، مع توظيف طبقة الصوت، ومساعدة لغة

الجسد، تحقق مثل ذلك وأكثر.. لكن بعض الوالدين يخرج الكلمة دونما أي تفكير، بمدى ملاءمتها من عدمه، وقد يرتفع صوته كثيراً، وقد يبدو - أثناء الحوار - متجهماً مخيفاً، وهنا حتى لو حاول مدّ جبل الحوار، مع أولاده، فإن أولاده لن يجدوا، في أنفسهم حماساً لذلك، بل ربما حاولوا الاعتذار، بأي عذر يخلصهم، من الدخول في حلبة ذلك الحوار، التي تذكرهم بحلبة المصارعة!!

ويمكن اختصار ما يورثه فقدان العوامل السابقة، في الجوانب التالية، التي تمثل الأسباب الكامنة، وراء الكدر:

- سوء التواصل والحوار.
- كون معالجة القضايا والمشكلات ردود أفعال.
- التعامل مع الأولاد؛ صغارهم وكبارهم، ذكورهم وإناثاً، بمقياس واحد.
- التعامل مع المشكلات؛ كبيرها وصغيرها، عارضها ومستمرها، بأسلوب واحد.
- المقارنات المسيئة، بين الأولاد بعضهم بعضاً، وبينهم وبين الآخرين.
- ارتفاع مستوى الاستحقاق المنتظر.
- الفهم المغلوط لمعنى البر.
- المثالية التي يحملها بعض الوالدين، وكذا التدقيق.
- كون التعامل - إيجاباً أو سلباً - وفق الطقس النفسي اللحظي للوالد.
- اللغة الرديئة في الخطاب.
- سرعة الانفعال.
- التجسس على الأولاد، والبنات خاصة.
- كثرة النقد.
- إخراج أسرار الأولاد ومشكلاتهم.
- فرض الأمور بالقوة والتهديد.
- كثرة الزعل والهجر.
- اختلاف توجيهات الوالدين.
- معارك الوالدين المكشوفة.

موقف المرشد الأسري مع الوالدين:

التذكير بالبعد الديني:

لا بد أن يلفت المرشد في - بداية حديثه - نظر الوالدين، خاصة في المشكلات الزمنية، إلى أن الإنسان، مهما بلغ من امتلاك المهارات التربوية، ووصل من مستوى معرفي وثقافي، فإنه يجب أن يدرك أن الهداية في أصلها من الله، سبحانه وتعالى، وأنه حين يجمع بين التضرع والدعاء، وبين استخدام الوسائل التربوية المناسبة، ويفيد من المرشدين، ولا يغير ذلك من واقع ولده أو ابنته شيء، فهو قدر الله، سبحانه وتعالى، ولن يلومه أحد بعد ذلك.

وأنه يجب التنبيه على أن أولادنا، حتى لو استخدمنا كل الأساليب الممكنة، واستخدمنا جميع الوسائل المتاحة، ولكن ظل أولادنا على سلوكياتهم، فمن المهم أن تبقى علاقتنا بهم جيدة، ومشاعرنا نحوهم جيدة. وفي قصة نوح، عليه الصلاة والسلام، أعظم درس؛ فمن المؤكد أنه كان أحرص على هداية ولده، من هدايته قومه، وظل يحاول هدايته حتى آخر لحظة، قبل أن تبتلعه أمواج الطوفان، فمات على الكفر، لكن مشاعر نوح، عليه السلام الأبوية، بقيت فإذا هو يقول: (رب أن ابني من أهلي وإن وعدك الحق وأنت أرحم الراحمين). ولم يكف حتى نهاه ربه.

ومن جهة أخرى فالأولى أن ينبه المرشد، من يتواصل معه من الوالدين، أن التعامل مع تقصير البنات، في أداء الشعائر التعبدية، يجب أن يغمره الحب والدفع والترغيب، وأن الأداء هو مصلحة للولد، والنتيجة الأخروية - إيجابية أو سلبية - ستعود له.. وأن يبعد جدًا عن القسر والفرص.

المسؤولية الشرعية:

أحيانًا يكون الكدر بسبب تضايق الأم أو الأب من تأخر البنت، في أداء الواجبات الشرعية، كالصلاة، ومن ثم يبدأ الانفعال، الذي قد ينتهي بمعركة..

ويمكن للمرشد أن يذكر الأم أو الأب أن البلوغ هو مرحلة يفترض أن يقف عندها الوالدان كثيرًا، فالولد يحس بكيونوته، من جهة، ومن جهة أخرى فهو قد أصبح مكلفًا، دورنا معه التذكير والحفز والترغيب.. وأن من المهم الانسحاب من المعارك، التي يخوضها كثير من الآباء مع أولادهم، في إيقاظهم للصلاة، تدفع الوالدين - أحيانًا - للخروج عن طبيعتهم، والوقوع في تصرفات، قد يكونون من بعد هم أول من يندم عليها.

إن مسؤولية الوالدين تنتهي عند التذكير الحازم، وبلغة جيدة محببة، فالبنت هي المسؤولة شرعًا عن نفسها، والمحاسبة من ربه، كونها بالغة.

ثم لابد من الانتباه لأمرٍ مهم جداً، فالدين بصورة عامة، وأداء الشعائر، بصورة خاصة، ما لم يأت برغبة ذاتية من قبل البنت، سيكون أداؤه أداءً بارداً، ولن تبالي البنت أن تؤخره، لكن حين يكون دورنا، هو توضيح الحكمة من فرض تلك الشعيرة، وأن المصلحة، من أدائها، بصورة جيدة، والمحافظة عليها، هي خاصة بمن يؤديها، وليس لأحد آخر.. ويمكن أن يشفع الوالد، بين حين وآخر، بطريقة عاطفية، أننا كما اجتمعنا في الدنيا نتمنى أن نجتمع في الآخرة، ومن ثم جميل أن نتواصى، لتحقيق ذلك، بالحق والصبر، كما أمر ربنا، عز وجل.

أهمية وجود الثقة:

من المهم أن يحرص المرشد الأسري، منذ بداية عرض المشكلة، على إقامته علاقة جيدة، مع المسترشد لأنه، متى ما وثق فيه، أعطاه - من جهة - كل التفاصيل، التي قد تأخذ بيده إلى معرفة أبعاد الموضوع، ومن جهة أخرى، حتى يتقبل وجهة نظره فيما يعرضه عليه، ويناقشه فيه، من الحلول.

التهيئة النفسية:

عند تقديم الحل لابد من وجود مقدمة تسهل تقبل هذا الحل، خاصة عندما يدرك المرشد بأن المتصل من الوالدين، هو من يقع عليه الخطأ، أو من يتحمل المسؤولية. وهو أمر قد يكون ثقيلاً على النفس، خاصة عندما يقدم لمشكلته بمدى المعاناة، التي يلقاها، والعطاء الكثير الذي بذله..

التعاطف اللغوي:

يحتاج المرشد الأسري إلى مهارة لغوية، يستطيع من خلالها تقديم وجهة نظره، بطريقة لا تجرح المستشير. وأن يقدم فلسفة للموضوع لا تلحق حرجاً بالمستشير؛ كأن يقول: أنت بذلت واجتهدت وأعطيت، وليس غريباً على مثلك فأنت والد، وأنت إنسان حريص على أولادك، وهو ما يدل على وعيك وعقلك وتربيتك، لكن نحن بصفتنا آباء وأمّهات مضطرون لمراعاة خصائص هذا الجيل، التي تختلف عن خصائص جيلنا، وقد يحتاج هذا منا بعض تعديل الوسائل والطرق، ولكن الحرص على النتيجة الجيدة يجعلنا - أحياناً - نمضي في هذا الطريق، حتى لو تعبنا بعض الشيء، فتعبنا يستحق.

البحث عن الدافع:

من المهم جداً أن يقف المرشد على سبب الكدر، فقد يعود لأسلوب الأم أو الأب التعامل، وقد يكون راجعاً إلى طبيعة شخصية البنت، وقد يكون راجعاً إلى الأسلوب المستخدم في التعامل، وقد يكون راجعاً إلى خصائص المرحلة، ونحو ذلك.

مراعاة خصائص المرحلة:

جميل أن يلفت المرشد نظر الوالدة أو الوالد المسترشد، إلى أهمية مراعاة خصائص المرحلة التي يمر بها الأولاد، فالمشكلة قد يكون سببها عدم تركيز البنت، أو سرعة تغير مزاجها، أو سرعة تأثرها، أو سرعة انفعالها، أو ثقل نومها، أو حساسيتها، وهي أمور ذات صلة بالمرحلة العمرية، التي تعبرها.

أهمية إشباع الحاجات:

يلفت المرشد نظر المستشير إلى أنه كلما منح أبناءه وبناته الأمان كانوا أقرب إليه، وأصبح هو الشجرة الظليلة، التي يأوون إليها هرباً من هجير المشكلات.

تصحيح المفاهيم:

الآباء، في مزيج خوفهم على أولادهم، وحرصهم عليهم، يحتاجون إلى بوصلة لضبط مسارهم؛ فأحياناً يفسرون منح الحب على أنه الوجه الآخر للدلال، الذي يسمعون بالغ ضرره، وفي الاتجاه الآخر يسمعون ضرورة القرب فيجعلون تلبية كل الطلبات هي وسيلتهم على ذلك.. وهنا يكون تأكيد المرشد على التوازن بين الحب والحزم، وتلبية المطلوب، دونما التباس.

استعرض معه طريقة تعامله:

بعض الأحيان، باجتهاد ودون قصد، وربما بسبب ضعف الوعي، يكون سبب الكدر هو أسلوب الوالد، وطريقته في التعامل، وغالباً يكون أسلوبه نوعاً من (تدوير) أسلوب والده التعامل وطريقته، واعتباره (نموذجاً) ناجحاً، تخرج به هو وإخوانه، دونما إدراك أو مراعاة لوجود اختلافات كثيرة، توجب على الأقل (تحديث) النموذج، وهو ما يستطيع المرشد معه، لفت نظر الوالد له، والتأكيد على أهميته وتأثيره..

مراعاة اختلاف أنماط الشخصية:

يلفت المرشد نظر الوالدين إلى أن أولادهم لا يمثلون أواني مستطرفة، بل لكل منهم شخصيته، وتفكيره، وإن كانوا قد عاشوا تحت سقف واحد. وهنا من المهم جداً أن نتعامل مع كل منهم حسب ما يجيد، ونعالج لديه ما نراه ينقصه، لكن دون استعجال أو تثريب.

اعتنِ بلغتك جيداً:

يجب أن يلفت المرشد نظر الوالدين إلى أن اللغة أثراً عظيماً جداً، ومن ثم فإن الإنسان يمكنه أن يقول كل شيء، في أي وقت، ولأي أحد، ولكن من المهم جداً أن يعرف كيف يقول، بحيث يبلغ ما يريد، ويعالج ما يطمح إليه، في وقت لا يترك أثراً سلبياً، في نفس من يحده.

ومن هنا فحين يكون لدى الوالدين مستوى جيد، من الذكاء اللغوي، يستطيعان الوصول إلى أهدافهما، مع بناتهن، وبصورة جيدة، دون خدش لمشاعرهن، بل ربما أوقعوهن - بذكاء - في حرج، وجدن أنفسهن منساقات للتجاوب معهن، ولكن مع الإبقاء على حبهم.

إن الكلمة قد تقرب بناتنا منا جداً، وقد تبعدهن عنا جداً، وهو ما يفرض على الوالدين أهمية العناية بلغتهما، مع أولادهما؛ إن في طبقة الصوت، أو اختيار المفردات، أو صياغة الجمل، أو لغة الجسد.

من أين نتلقى:

في بحر الحيرة التي يغرق فيه الآباء والأمهات، أو في مواجهة أزمة عارضة، قد ترسو سفينة استشارتهم على شاطئ بعض الدكاكين العشوائية، التي يتميز أصحابها بالجهل والجرأة، فيؤكد عليهم أسلوباً في الحل، قد يوسع دائرة المشكلة، ويزيد ضرامها. وهنا ينبّه المرشد الوالدين إلى أن مثل هذه الأمور يجب ألا نستعجل بقبول كلام أي أحد، خاصة وأن لها مترتبات وانعكاسات، بل نتأكد، منذ البداية، من مدى جودة هذا المرشد وتخصصه.

لنتقّف أنفسنا:

المرشد الحاذق لا تعتمد حلوله على مجرد ترقيع الخروق، بل قد يتخذ من تواصل المستشار معه فرصة لدفعه للتثقف، ولكن هذا يتطلب أن يكون لدى المرشد قائمة، سبق اطلاعه عليها، أو يثق باطلاع من دله عليها، ونصحه بها. ومن تجربتي الشخصية، ومنذ زمن كنت قد أعددت قوائم أسميتها (الصيدلية التربوية)، تشمل العلاقات الزوجية، والتعاملات الوالدية، والمهارات، ووجدت أن لمنحها المستشارين، خاصة النساء، أثراً رائعاً.

التحذير من التعامل وفق ردود أفعال قوية:

قد يكون كدر العلاقة - مثلاً - نابغاً، من وجود علاقة للبنات بشباب، عبر إحدى وسائل التواصل، وقد تتجراً البنات وتصرح بأنها تحبه، ولن تتزوج غيره، وأشد من ذلك أن تعترف للوالدين أنها جرت بينها وبينه علاقة جنسية، وقد يعد الوالدان ذلك تحدياً سافراً لهما، أو أنهما يطالبان البنات باسمه وعنوانه الحقيقي، فترفض خوفاً مما يمكن أن يترتب من تصرفات والديها. وهنا يبدي المرشد تفهمه لمشاعر الوالدين، ولكنه يؤكد أن الحل الفعلي لا يكمن في

مجرد إطفاء مشاعر ثائرة، والثأر لغضب عارض. وأن الهدف الحقيقي هو الجدية في إعادة جسر العلاقة والثقة، بين الوالدين والبنات. فالبنات ستظل ابنتهما طال الزمن أو قصر. ثم عن ردود الفعل العنيفة وغير المدروسة، قد تفاقم الأمر، وتجعل البنات تشعر بالتحدي، وتكسر كل حواجز الأهل، أو قد تمارس الهروب، خوفًا مما تسمعه من تهديدات الوالدين، أو أنهما قد يمارسان عليها حَجْرًا ومنعًا، لكن ذلك لن يطول، لأن البنات تعمل كل حيلة، في كسر ذلك الحصار، حتى يتسنى لها الإفلات من أسر الأسرة كلها.

تبصير الوالدين بالأنظمة والقوانين:

قد يسمع المرشد من الوالدين مقترحات يريانهما في حل المشكلة، خاصة بعض المشكلات الكبيرة، وقد يتضمن ذلك الضرب والحبس والمنع من حقوق أساس، وهنا يكون دور المرشد تبصيرهما أن هناك لوائح نظامية قد تدينهما لو مضوا فيما يستشيرون في تنفيذه. وسيكون هذا ضغطًا على ابنتهما أن تضطر لتقديم شكوى ضدهما، وقد يتعرضان لعقوبة هم في غنى عنها. ثم - كما سبق - أن الحلول العنيفة تضر ولا تنفع.. والنبي - صلى الله عليه وسلم - جعل أحد معالم الاستقرار البيتي الرفق، فقال: « فإن الله إذا أراد بأهل بيت خيرًا أدخل عليهم الرفق » [رجاله رجال الصحيح].

قد يكون للمشكلة بعد نفسي:

حين يستطيع المرشد، من خلال سماعه المشكلة، أن يرى فيها معالم تدل على وجود اضطراب أو مرض نفسي، فمن المهم وقتها أن يؤكد على الأبوين زيارة مختص نفسي، وأنهما - ما دام ذلك الاضطراب موجودًا - لن يصلوا إلى نتيجة، وأن مراجعة المختص هي الطريق السليم.

ضرورة التفسير الإيجابي:

أحيانًا تكون الأم - أو الأب - ذات حساسية عالية، ومن ثم تترك فيها أي كلمة أو تصرف، من البنات، ردة فعل تجاه ذلك، تتمثل في الرد القاسي، أو العتاب المؤلم، أو التمنن بالوالدية، وربما ممارسة الهجر.. وهذا يجعل البنات، يومًا بعد آخر، تمارس انسحابًا، ووقتها قد لا تسمع الأم كلمة، أو ترى تصرفًا، لكنها بالتأكيد ستشعر بانسحاب ابنتها، ولذلك الانسحاب ضريبته، وحينئذ ستكون المشكلة أكبر. فتنبه المرشد الأمهات على أهمية حسن الظن، وأخذ الكلمات والتصرفات بالجملة وليس بالتفصيل، وقبل ذلك ضرورة ردم هوة ضعف الثقة بالنفس، والتي تمثل تنظيفًا لزجاج رؤيتنا بصورة أفضل، لما يصدر عن أولادنا.

ضعف الثقة وراء الحساسية:

هناك سلوكيات تزعج الوالدين من البنات، وتغذي الكدر، كسرعة التأثر، والحساسية المفرطة من أي سلوك أو كلمة تسمعهما منها، بل قد تفسر الكلام على أنه انتقاد موجه لها.. وهنا يلفت المرشد نظر الوالدين إلى أن المشكلة

هنا في كون البنت تعاني من ضعف ثقة بالنفس، ووقتها يمكنه أن يزودهم ببعض الأدوات والوسائل، التي تساعدكم في ردم هوة ضعف الثقة، أو يدلهم على بعض المواد التي تفيدهم.

كثرة الانتقاد وراء البعد:

تنسى بعض الأمهات الفوارق بينها وبين ابنتها، وأنها كانت يومًا تعيش مثلها، ومن ثم قد ترى ضعف مستواها الدراسي، أو ضعف مشاركتها في البيت، أو تخوفها من الإقدام على الأمور، أو ضعف شخصيتها، وهنا قد يكون زاد الأم في معالجة الموضوع هو الانتقاد، لكنها لا تلبث أن تلاحظ أن البنت بدأت تنسحب يومًا بعد آخر عنها، وقد تنظر لمشكلة الانسحاب والبعد، وتقلقها، وتستشير في سببها. وهنا قد يكون المرشد استوحى من كلامها، في توصيف ابنتها، أن السبب هو الانتقاد، لكنه كان بد (نية) حسنة. لكن الانتقاد، بكل أشكاله، وبالذات مع فتاة ضعيفة الثقة، لا يقطع أرضًا، ولا يبقى ظهرًا.

هل المشكلة عارضة أم مستمرة:

بعض الأمهات والآباء، ربما خوفًا مما يسمعون من مشكلات، مجرد ما يرون سلوكًا عارضًا لابنتهم يفزعون مستشيرين، وهنا يكون دور المرشد التأكد؛ فإن كانت المشكلة عارضة أوضح لهم أن هذا أمر طبيعي، يحدث في كل بيت، وأن ما يجب أن نقف عنده، ونعمل على معالجته، هو السلوك المستمر.

التمنن بالوالدية:

بعض الأمهات، بطيبة زائدة، تظل تفرح سمع ابنتها، عند كل خطأ، ولو كان صغيرًا، بتعدد قائمة ما منحته لابنتها، ليكون دليلًا ناصعًا على حبها لها، وهو ما يدفع البنت إلى عدم الطلب من أمها، بل وربما الاعتذار عن قبول ما قد تمنحه الأم لها.. وقد تستشكل الأم ذلك.. لكن المرشد قد يستوحى من عرض الأم مشكلتها مع ابنتها، ومن ثم يوجهها لتجنب ما يחדش وجه علاقة ابنتها بها، ومنه ما تفهم منه البنت، أو تفسره على أنه لون من التمنن بسابق أفضال الأم عليها.

حتى لا يكبر الخطأ:

حين يعالج الوالدان الكدر، بينهما وبين ابنتهما، ويبعدان سوء الظن، ويستخدمان الأسلوب الأمثل، واللغة الجاذبة، فهو دليل نضجهما العقلي.. فليست مشكلتهما مع ابنتهما هي إعلان حرب، بقدر ما هي زلة عارضة، يُختبر بها صبر الوالدين، وسعة صدرهما، واتساع حيلتهما.. خاصة وأن الإمعان في التصعيد، قد يدفع البنت، بمرحلتها العمرية، وقلة خبرتها، واتكائها على العاطفة، إلى ارتكاب حماقة نيرون، في حرق روما، حين قال: (عليّ وعلى أعدائي)!

تقديم المصلحة المستقبلية على المفسدة الحاضرة:

بعض الأحيان يكون الكدر نابغاً من اختلاف بين البنت والوالدين، أو أحدهما، حول أمر يريانه خطيراً، ويتنافى مع قيمهما جملة وتفصيلاً، مثلما لو صرحت البنت لوالديها أنها لن تتحجب، ووالداها محافظان، ولا شك أنه أمر سيكون صعباً عليهما جداً، وهنا فالمرشد ليس مختصاً شرعياً، لكن دوره حول العلاقة بالبنت، وهو ينبّه الوالدين أن البنت ربما لو صعدا معها الأمر قد تخرج الموضوع خارج البيت، ليتحول إلى قضية، كما أنها قد تخضع لهما، ولكن ليس قناعة داخلية لكن انتظاراً لبلوغها سن الثامنة عشرة، حيث يتيح لها النظام الاستقلال عن الأسرة، وهو أمر ربما يهون عندها عدم ارتداء الحجاب كثيراً..

قرار الوالدين وقرار البنت:

قد يفاجأ الوالدان بخاطب يريانه نموذجياً، ولكنهما يفاجآن برفضه من قبل البنت، ويحاولان إقناعها دون فائدة، وقد يحتد الأمر بينهما وبينها، فإذا هما يتواصلان مع المرشد.. وسواء أكانت هذه الصورة أو ما يقاربها، من الصور، فإن على المرشد أن يقدر حرص الأهل على مصلحة البنت، وتفهمه لمشاعرهم بالتضاييق من رفضها، لكنه يوضح لهما أن ما عليهما من واجب النصح أدياه، وأنهما لو أمعنا بالضغط ربما قبلت البنت، لكنه قبول سيظل الشعور بثقله يصاحبها، حتى ربما ساد الكدر حياتها مع زوجها، أو ظلت لا تبالي بزوجها لو طلقها، ولكن أسوأ من ذلك هو أن تجعل والديها، في كل مناسبة، هم سبب طلاقها، وأنها كانت قد رفضته، لكن هما من أصرّ عليها.. وهناك صورة تتصل بهذا الموضوع، وقد تكون أصعب على الوالدين، وهي كون البنت ارتبطت بعلاقة حب مع شاب، وجاء يخطبها، وقد تكون عليه ملاحظات، وعرف الأهل بالعلاقة، فإن استطاع الأهل إقناعها بالعدول عن الارتباط، بصورة جيدة، أو استطاع المرشد أن يؤدي ذلك الأمر مع البنت، وإلا فالأولى إمضاء الموضوع، خاصة حين يحس الأهل أنه قد يترتب على الرفض ما هو أسوأ منه.!

وعموماً فقرار الزواج هو قرار الفتاة، التي سترتبط بذلك الشاب زوجاً، ودور الأهل هو التوجيه والنصح.

استعراض الحالة، ومعرفة ملابساتها:

جميل أن يستعرض المرشد تطور الحالة حتى يكون حكمه أكثر دقة، وأن يتأكد أن الموضوع ليس أمراً عارضاً، لكن قد يكون لدى أحد الوالدين يمثل حساسية زائدة، جعلته يراه كبيراً. كما أن من المهم معرفة ظروفه وملابساته، فهي قد تجليه بصورة أوضح، لكن نزعاً من سياقه قد يبديه أكبر مما هو عليه.

الاحترام لا يعني الطاعة المطلقة:

جميل أن يؤكد المرشد للوالدين أن كون أولادنا يحترمونا لا يعني أنهم لا يناقشوننا في بعض الجوانب، لكن ما

يعيننا أن يكون نقاشهم معنا بلغة جيدة، وأسلوب مناسب، وأن نحصر نحن أن نمثل لهم قدوة في ذلك.

قد يحتاج الأمر وقتاً وصبراً:

من المهم أن يؤكد المرشد للوالدين أن إعادة جدولة العلاقة مع البنت، بعد المشكلات التي طرأت، قد يحتاج جهداً وصبراً، كما يحتاج تجديداً، في الوسائل والطرق، وقبل ذلك معرفة بطبيعة البنت.

دعم التغير بالتحفيز:

يؤكد المرشد للوالدين أن عليهما أن يرحبا بأي قدر من التغير، حين يكون في الاتجاه الإيجابي، وأن يحتفيا به، ويعملان على تحفيز البنت عليه، كي يشجعانها على الاستمرار.

الوالدان أكثر مسؤولية:

يجب أن يؤكد المرشد أن على الأب والأم اللذين يحملان همّ كدر العلاقة، وجاءا يحدهما الحرص على ترميم جسور العلاقة، مع البنت، أن يدركوا أنهم أكثر مسؤولية من أولادهم، بحكم عملية النضج، فأولادهم - كما سبق - لم يصلوا إلى مرحلة النضج، وهم - من جهة أخرى - لا يملكون الخبرات، كما هو الحال مع الوالدين، وأنه متى وصل الأولاد إلى مرحلة النضج أدركوا كم بذل آباؤهم معهم من جهد وصبر، وأن تعامل والديهم معهم كان جيداً، مع أن سلوكهم كان يدفع الوالدين للاستفزاز، ومن ثم يقدر ذلك للوالدين.

أعباء الحل:

قد يقتضي معالجة الكدر جهداً نفسياً من الوالدين، وقدراً أكبر من الانضباط، يتعب معه الوالدان، خلال الوقت المتوقع، لحل المشكلة، لكن لأن يتحمل الوالدان عبأ نفسياً، ولو كان ثقيلاً، بصورة مؤقتة، لهو خير من أن يعيشوا حياتهم، في صراع مع أولادهم، طوال حياتهم، مع ما يتركه ذلك الصراع من أثر سلبي، على العلاقة، يظل يتعمق، مع مرور الوقت.

التخلص من المثالية:

قد يكون الكدر راجعاً إلى نزعة المثالية عند الوالد، وجميل أن يؤكد المرشد حين يدرك ذلك، على الأبوين عدم الإمعان في المثالية، فالمثالية تجهد الابن وتزعج الوالد، الذي يتعب في التوجيه، ويتعب في انتظار النتيجة، في الوقت الذي قد تحبط البنت، بل وربما أصبحت تلك المثالية سبباً للبعد والتهرب عن الوالدين.

جميل أن يلفت المرشد نظر الوالدين إلى تفاوت طبائع البنات، ومن ثم ألا ينتظر الوالدان من إحدى البنات مثلما ينتظران من الأخرى تماماً، وألا ينتظران أن تكون ابنتهما صورة لبنات تعجبهم صفاتها؛ قريبة أو بعيدة، فلكل خصائصه وقدراته، وليدركوا أن المقارنة قاتلة، وأنها بدل أن تقرب البنات فإنها تبعدهن، وبدلاً من أن تمنحهن الأمان فهي تزرع فيهن الخوف، وبدل أن تؤكد على ثقتهم بأنفسهم فإنها تكسبهن، أو تزرع فيهن ضعف الثقة بالنفس، وهو أمر سيكون له تأثيره السلبي، على شخصياتهن.

الحل منظومة حين يراد المعالجة الجيدة:

يجب أن يكون حل المشكلة وفق إستراتيجية، ذات مراحل، وليست أساليب سريعة التنقل، ففي الوقت الذي لا يلوم أحد الوالدين في حرصهم، على إعادة جدول العلاقة، مع بناتهم، إلى مساره، يجب ألا تكون إعادته رهن إرادة البنات، اللاتي قد يحيلهن الأسلوب الخاطئ، المبالغ فيه من قبل الأم أو الأب، مع وعيهم وذكائهن وإدراكهن، إلى أمهاتٍ، في وقت تتحول فيه الأم أو الأب إلى أبناء، وهو أمر لو حدث سيكون أكثر خطورة.

إشباع الحاجة للحب باللغة المناسبة:

من المهم جداً أن يُشبع الوالدان غريزة الحب لدى أولادهم، بكل الطرق، وأن يدركوا أن الأولاد في تبليغهم الشعور بحب والديهم، يختلفون في الوسيلة الموصلة إلى ذلك الحب؛ فمنهم من يشعره التعبير اللفظي بذلك، ومنهم من يحتاج إلى التواصل الجسدي، ومنهم من يوصله معنى الحب الهدية، ومنهم من يؤكد له معنى الحب الاهتمام، ومنهم من يوصله معنى الحب أن يخصّه والده بالجلوس معه، بين حين وآخر.

ضرورة الإقناع:

يجب أن يلفت المرشد نظر الوالدين إلى أن القيم التي يحب الوالدان أن يزرعاها في بناتهم، ويرغبان أن تبقى وتعمق، فمن المهم أن تكون عن طريق الإقناع، سواء أكان مباشراً عقلياً، أم عارضاً ضمن وسائل معينة، لكنها توصل هذا المعنى.

التبكير في زرع القيم:

قد يكون السبب وراء الكدر تأخر الأم أو الأب في زرع قيمة ما، لدى ابنتهم، وحين تجاوزت مرحلة عمرية معينة، وأراد الوالدان توجيهها بدءاً يعانيان مشكلات، وهنا من الجيد أن يلفت المرشد نظر الوالدين إلى أن زرع القيم يجب أن يكون مبكراً، فيما لديهم من الأولاد، وأن يكون وفق برنامج مستمر، حتى تتوطن هذه الجوانب عند الأولاد لتكون عادة، وبالتالي تصبح روتيناً يومياً، يحاول الآباء تعميق هذا الروتين بالتحفيز.

العدل بين الأولاد:

قد يكون الكدر بسبب عدم العدل بين الأولاد، أو تفضيل الأولاد على البنات، أو تفضيل بعض البنات على بعض، ولا شك أن ذلك يوغر الصدر، ويزرع العداوات. والأم أو الأب العقلاء يحرصون على العدل، حتى لا يورثوا العداوات بين أولادهم، ويملؤوا قلوبهم بالشحناء.. وقد تكون إحدى البنات أكثر قرباً من الأم، أو مطاوعة لها، وبالتالي تكن لها الأم مشاعر أكثر، لكن الأم العاقلة لا تظهر مثل هذا، على الأقل، في حضور البنت الأخرى. والوالدان العاقلان يجتنبان أي سلوك يبعد أولادهم عنهم، أو ينفّرهم منهم، أو يبعد بعضهم عن بعض.

العدل مع الأولاد:

قد يشكو الوالدان من اعتذار البنت عما يكلفانها بهن أو يطلبانه منها، وعند التأمل يلحظ المرشد أن البنت كانت قريبة منهما، وطوع أمرهما، لكنها حين ترغب - لسبب يخصها - تأجيل تلبية الطلب، أو تنفيذ الأمر، تنطلق قذائف النقد، كما لو لم يكن لها تاريخ مع الوالدين، وكأنها لم تقم لهما يوماً بأمر، بل قد تصرح بعض الأمهات بعبارات توحى بهذا.. وهنا ترى البنت أنها إن استجابت أو اعتذرت فالأمر واحد، فتري أن الراحة أولى بها، ما دامت سترجع - دائماً - باللوم. فالأم العاقلة تدرك أن التحفيز له أثره، والتماس العذر يزيد احترام البنت للأم.

الشكر والامتنان:

حين قال النبي - صلى الله عليه وسلم -: (من صنع لكم معروفًا فكافئوه...) كان خطاباً عاماً، يشمل حتى أهل البيت، بل هم أولى به. وهناك فهم خاطئ، لدى بعض الوالدين، أن أولادنا يجب عليهم طاعتنا، مهما تكن الأمور، ومن ثم إن أطاعونا فهو الأصل، وإن رفضوا انتقدناهم وحرّجناهم. وقد قال سفيان الثوري، رحمه الله، عن (الأبرار): «إنما سمّوا أبراراً لأنهم برّوا الآباء والأولاد».. وقد يمتدّ قول أحد الأولاد لوالده: «يا أبت! إن كبير حقك عليّ لا يلغي صغير حقّي عليك، ولا أزعم أنا سواء، ولكن الله لا يحب الاعتداء».

اعترفوا بهم:

قد تمتلك البنت عقلاً ومنطقاً متميزين، لكن لأن والدتها عرفتها وصاحبته منذ الصغر، ربما استهانت بها، واستشارت من هي أقل منها بكثير، بينما قد يغبط كثيرون تلك الأم على ابنتها تلك.. وربما اقترحت البنت أمراً، لكن مجرد صدوره من البنت قلل قيمته، لكن حين يطرحه أحد خارج البيت، أو يبدي إعجابه به، وقتها قد تلتفت له الأم. وذلك يجعل البنت تبتعد نفسياً عن الأم. قد يوجد بعض الوالدين لديهم تطرّف في النظر إلى أولادهم، فلا يرونهم كفؤاً أن يشاركوا الكلام، في الجلسة التي يحضرها الضيوف، وقد يكون الوالدان، دونما شعور، يعترضون على كل ما تطرحه البنات، وينظرون إلى الجانب السلبي مما يطرحن، وهو - مع مرور الوقت - سيدفع البنات للانسحاب، من ساحة الوالدين.

قد لا تكون المصلحة في إخبار والد البنت:

قد تذكر بعض الأمهات، في اتصالها، على المرشد، أنها كشفت علاقة في حياة ابنتها، مع شاب، وصدمت من جراء ذلك صدمة كبيرة، فهل تخبرا الأب؟! وكنت أسأل عن طبيعة الأب، من جهة، ومستوى علاقته بالبنت، من جهة أخرى. فإذا عرفت أن الأب - مثلاً - سريع الانفعال، ولا يتحكم في ذاته، وأنه قد يتصرف تصرفاً مبالغاً فيه، قد يضر البنت والموضوع، فالأولى عدم إخباره، لكن إن كان حكيماً، وله قدر وهيبة، ويدير الموقف بصورة جيدة، فلتخبره، سواء رأى أن يتدخل مباشرة، أو يتفق مع الأم على أن يكون بعيداً، وكأنه لم يبلغه الأمر، لكن الأم يمكن أن تجعله مصدر هيبة للبنت.

كونوا لهن شاطناً آمناً:

من الطبيعي أن تقع البنت، في بعض المشكلات، أثناء رحلتها الحياتية، لكنها حين تحس بقرب أمها منها، فستسارع إلى وضع الأمرين يديها، لكن حين تكون العلاقة شائكة، أو تمثل الأم مصدر خوف، أو أنها ستبدأ مقدمة طويلة، في لوم البنت، فإن البنت لن تجرباً على عرض المشكلة، ولا حتى التعريض بها.. بل ربما استشارت صديقتها، التي قد تماثلها في العمر والتجربة، وقد يترتب على ذلك إشكالات.. وحين تتسع رقعة المشكلة، وتطلع عليها الأم، قد تلوم البنت في عدم إخبارها، دون أن تدرك السبب. لذا فالمرشد يؤكد على الوالدين أن يدركا أن مقياس استقرار علاقة البنت بهما، يتمثل في كونها تراهما الشاطن الآمن، حين تغمرها أمواج المشكلات، والشجرة الظليلة، التي تأوي في ظلها هرباً من هجير الحياة.

انسوا الأخطاء، وامحوها:

مما يؤزم البنت، ويزرع أشجار الكدر في الطريق، بينها وبين والديها، هو كون الوالدين عند أدنى خطأ، يستدعيان قائمة بالأخطاء السابقة، التي وقعت فيها.. وقد تكون نيتهما سليمة، لكن مثل هذا الأسلوب يؤلم الفتاة، بل ويريكها، ويؤثر في ثقتها بنفسها.. وربما كانت ذاكرة الوالدين انتقائية، تتذكر الأخطاء، لكنها لا تتذكر الأعمال الجيدة، وهو ما يزيد مستوى الألم.

إن آلمكم الطلاق فاحرصوا ألا يؤلمهن كثيرًا:

يترك الطلاق، الذي يأتي بعد سلسلة من المشكلات، في الغالب، آثارًا سلبية على البنات؛ فقد ينقسمن، بين الوالدين، تبعًا لولائهن لأيٍّ منهما، وهو ما ينعكس عليهن تجاه بعضهن. كما أن من المؤكد أن الصور المخزنة، من خلال مسلسل المشكلات، الذي ظل يعرض عليهن زمنًا طويلًا، سيترك أثرًا، لكن يزيد، أو يحدّ منه، تصرف الوالدين، بعد الطلاق. وحين يكون طلب الطلاق، من الزوجة، لأي سبب، فقد يقوم الأب الأحمق - نوعًا من الانتقام أو التضيق على مطلّقة - بمعاقبته بأولادها؛ في تقتيره في النفقة، وفي ضعف الاتصال، أو إهماله، وهو ما يؤثر نفسيًا في نظرة بناته له، وتواصلهم معه، وقد يكون للأم دور في ذلك، لكنها تعدّ ذلك ردّ فعل طبيعيًا. (هناك من ربما لا يعرف ابنته من طفولتها، حتى يأتي دوره بصفته وليًا لتزويجها).

بل قد تظل البنت تحمل ردة فعل سلبية قوية، تجاه والدها، التي ظلت تعاني من ثقل مشكلاته مع والدتها، وقد يدفعها ذلك لكرهية الرجال، ممثلين في صورته. وربما اضطرت الأم إلى التنازل عن الطلاق، أو فكرت في تأجيله، حين عرفت أنها حامل بالبنت، وهذا قد يدفعها - لا شعوريًا - إلى النفور من البنت، كما صرّحت لي إحدى الأمهات، دون أن تعرف السبب، وحين ساءلتها، وعرفت سيرة حياتها مع زوجها، بالصورة التي أشرت إليها، أدركت أنها أصبحت ترى في تلك البنت، قيدًا ربطها لدى رجل لا تحبه (!).

وأم أخرى أبدت لي مشكلة لم تستطع فيها محاورة البنت، واعترفت أنها (ماله خلق البنت)!!.. وحين ساءلتها عرفت أنها عانت من الأب معاناة كبيرة، فطلبت الطلاق، فهددها إن تطلقت أن يأخذ البنت، فاضطرت لتحمل التعب والمعاناة، لكن ذلك أبقى عتبًا نفسيًا، ظل يلوّن علاقتها بالبنت، لا شعوريًا.

قد تنشأ البنات عند الأب، لظروف الأم أو زواجهما، وهنا لن يكون حضور الأب، في حياة البنت، بسبب ظروفه وطبيعته، مثل حضور الأم، ولن يدرك احتياجاتها - غالبًا - كما قد تدركها الأم. بل قد تتحسس البنت من محادثة الأب ببعض أمورها خوفًا من نقلها إلى زوجته. وأسوأ شيء أن تعاني البنت من عنف زوجة الأب، ولا يقل عن ذلك سوءًا التشويه المتعمد، من الأم لزوجة الأب، في نفس البنت، وربما وصل الحال إلى زرع معاداتها، والعمل على مضايقتها.

وقد تبقى البنت في حضانة الأم، وحين تتزوج، ويكون الأب متزوجًا، ترغب أن تبقىها عند الجدة، ومع فارق العمر بين الجدة والحفيدة، ومن ثم بعد الفهم والاهتمامات. وقد تصبح البنت مُهملةً، تستغرق وقتها؛ كلّه أو غالبه، في وسائل التواصل، وقد تفرش لها الجدة بساط الدلال، كونها تشعرها بذاتها، ويؤنس وجودها وحدتها.

قسطوا عليهم الحرية والاستقلال، كي لا يتخطوكم:

تقتضي خصائص النمو أن الأولاد، منذ بداية قرعهم باب البلوغ، أن يتطلعوا للاستقلال والحرية، وقد لا يكون لدى الوالد إدراك لذلك، بل قد يفسر ذلك سلباً، وأنه نوع من التمرد، يجب أن يخمد في مهده، فتصدر تصرفات تؤسس لعلاقة مأزومة. وهنا يكون دور المرشد تنبيه الوالدين، على أن ذلك طبيعي، خاصة في تلك المرحلة، وأنه حتى في حال التمرد الحقيقي، يجب على الوالدين العاقلين ألا يعدانها معركة، يدخلانها بكل أسلحتهم، بل يحافظان على هدوءهما، ويدركان أن هناك دوافع لذلك، وأن حسن تعاملهم مع الموقف، سيترك أثراً إيجابياً عميقاً، في نفس البنت مستقبلاً.

حين تعاني من عدم تحملهن المسؤولية:

بعض المشكلات تحدث بسبب أن الأم تظل تقوم بالأمر بنفسها؛ إما لأنها لا ترغب إتعاب البنات، وإما لأنها ترغب أداء الأمور بسرعة، والبنات - بطبيعتهن وخصائص عمرهن - يصعب عليهن سرعة الأداء، التي تتطلبها الأم، أو أنهن عرفن طبيعة الأم، وأدركن أنهن حين يتباطأن، فإن الأم ستسارع بأداء العمل، وربما رشقتهن ببعض النقد، واعتدن تحمله، بل صار النقد أسهل عليهن، من التعب في القيام بالعمل!.

وإذا كانت الأم قد فرطت، في تعويد بناتها تحمّل المسؤولية، في مراحلهن المبكرة، فلتدرك أن تعويدهن ذلك متأخراً يحتاج جهداً أكبر، ولكن بحزم، ودونما انفعال، وبقدر من التشجيع، وابتعاد عن النقد والمثالية، وإسباغ الثناء المحفز.

مارسي الحزم:

أحياناً تكون الأم متأكدة، من أنها قد أشبعت حاجات البنت، من الحب والأمان، ولم تقصّر في تلبية متطلباتها، حسب الإمكان، وبقدر من الاعتدال.. لكن البنت ترفع صوتها - أحياناً - على أمها، أو تفرض لها مكانة - بالقوة - على أخواتها، أو تتخذ قرارات، في صالحها هي، وإن ألحقت ضرراً بالأسرة.. هنا ينبّه المرشد الأم على أن تمارس الحزم. والحزم - بالتأكيد - لا يعني الشدة والعنف، لكنه يبعث برسالة جادة إلى البنت، أنها واحدة من الفريق الأسري، في سرائه وضرائه، والخضوع لأنظمتة وقوانينه، وأن الأم - بصفته مديراً تنفيذياً للمؤسسة البيتية - لا تسمح لها بالتجاوز الفردي. وقد تغمغم البنت، كناية عن التضايق، لكن على الأم - وقتها - ألا تطيل الكلام، وأن تمضي وتدعها. ومن التجارب أن البنت (الطبيعية) تحتاج إلى الحزم، وأن بعض البنات قد تختبر الأهل، في تجاوز بعض الحدود والأنظمة البيتية، فإن وجدت حزمًا - بالكلام والسلوك - تراجعت.

افصلي بينهم وبين والدهم:

قد تحدث للزوجة مع زوجها مشكلات، قد تنتهي بالطلاق، أو على الأقل وجود ألمٍ ممضٍ مستمر، من هروب الأب من مسؤولياته، وتخليه عن المشاركة الأسرية، بأنواعها. وقد تعاني الأم ضغطًا كبيرًا نتيجة ذلك.. وقد تكون عاملة، أو تضطر للعمل، لأجل سدّ حاجات الأسرة، وهو ما يزيد العبء النفسي. وحين لا يكون لدى الأم قدرٌ من الوعي، من جهة، ومستوى من مهارة التعامل مع الضغوط، من جهة أخرى، فقد تجعل من بناتها - دونما شعور - مكبًا لنفائياتها النفسية، وقد تعاقبهم - لا شعوريًا - بذنب والدهم.. ومع مرور الوقت تظل البنات يبتعدن عنها، وهو ما ربما يدفعها للانفعال، فهي ترى نفسها تنهك نفسها لأن يحيوا حياة كريمة، بينما هنّ - حسب رؤيتها - يتخلين عنها. وتنسى أن لها دورًا في ذلك. بل قد تفاجأ من وقوع ابنتها في مشكلات تصدمها، وكان طريق البنت للوقوع في تلك المشكلة، هو في سبيل بحثها عن الحب والأمان، التي لم تجدها في البيت، وإن أسبغ عليها البيت ثوبًا فضفاضًا، في الجانب المادي.

قضايا تستدعي تدخل المرشد:

حين تكون القضية لا تستطيع الأم والأب الوصول فيها مع البنت إلى حل، أو يكون الكدر ممتدًا وعميقًا، يمكن أن يُشرك المرشد، ويترك له فرصة للتواصل مع البنت.. وهنا أمر أراه مهمًا جدًّا، أن تكون البنت مقتنعة بالاتصال، وليست مرغمة عليه، وأن يكون المرشد ذا خبرة في الموضوع، الذي يمثل مشكلة، وقبل ذلك في الحوار مع مثل تلك البنت. ولعل أقرب مثال على ذلك حين تصرّ البنت على الارتباط بشاب، تعرفت عليه عن طريق بعض وسائل التواصل، وقد يكون غير سعودي، والأهل متأكدون أن تلك نزوة ستنتهي بالفشل. وأرى أن على الأهل أن يتفقوا مع المرشد على أنهم لم يتواصلوا معه، وأنهم فقط حجزوا للبنت موعد استشارة لديه.

وأرى، وهو رأي قد يتحفظ عليه البعض، أن البنت إذا كانت مصرة جدًّا، وأن وقوف الأهل قد يترتب عليه عواقب كبيرة، ولو متوقعة بنسبة كبيرة، كالهروب معه، أو وضع الأهل أمام الأمر الواقع، بالممارسة معه، أو على الأقل الاستقلال عن الأهل بالسكن.. أرى أن يستخير الأهل ويزوجوها منه، ما لم يكن هناك موانع معتبرة، حتى الأهل لا يستطيعون تجاوزها.

والشيء نفسه، في حال كانت البنت هي من تشكو من والدتها، فيمكن للمرشد، إذا رأى من المناسب أن يدفع البنت لدفع أمها للتواصل معه، ليكون له دور جيد، في إصلاح الوضع.

موقف المرشد مع البنت:

استدعاء البعد الديني:

صورة لا زالت عالقة بذهني، مع تقادم زمنها. فتاة تشكو أن أمها سريعة الانفعال، وأنها حين تنفعل، حتى على أمور قد تكون سهلة، لكنها ترفع صوتها بدعوات مزلزلة على البنت.. وأنها كان يصيبها رعبٌ شديد، كون من تدعو عليها أمها، فكانت تسارع إلى الوضوء، وتفرش سجادتها، وتدعو الله ألا يستجيب دعاء أمها!!

قلت لها: يا ابنتي إن الله - عز وجل - حكم عدل، لا يظلم مثقال ذرة، ولا يحب لعباده الظلم، ومن ثم فأى دعوة لم تكن في مكانها فإن الله لا يستجيبها. ومع مكانة الوالدين، وأهمية برهما، لكن ليس من حقهما أن يدعوا على أولادهما، حتى لو وقع أولادهما في أخطاء، وقد وجّه بذلك النبي، صلى الله عليه وسلم.

وقد تعرض البنت مشكلتها مع أمها، بأنها تسعى جهداً في إرضائها، لكن أي خطأ، أو ما تراها الأم خطأ، أو تأخر، ولو لحظات في الاستجابة لندائها، ولو كانت البنت مشغولة، فإنها تمطرها بوابل من النقد والتهكم، وذكر مواقف قديمة.

إن من المهم التخفيف، من الحساسية، التي قد تتعب البنت جداً، وأمها - مع اجتهداها معها - ترميها بعدم البر، وتتهمها بالعقوق، فالبنت مطلوب منها أن تبذل جهداً، وفق ظروفها، في مساعدة والدتها، لكن حين تكون طلبات الأم فوق طاقة البنت، فتؤدي منها ما تستطيع، ولا يكلف الله نفساً إلا وسعها. خاصة والأم، التي قد تطلب مطالب فوق طاقة أولادها، أو لا تراعي ظروفهم، وحين لا يستجيبون لها، أو لا يستجيبون بالصورة التي ترغبها، تتهمهم بالعقوق، إما أمٌ غير واعية، أو تعاني اضطراباً.

ويمكن للمرشد، في مثل هذه الحال، أن يزيل الحرج، الذي يعتري البنت، ويقول لها: اطلبي من أمك - بكل أدب واحترام - ألا تتكلم معك، بهذا الأسلوب، وإذا لم تستجب لك، فلا يلزمك الوقوف عندها، وسماع كلامها الذي يؤذيكَ، مع مراعاة الانسحاب الهادئ، ويمكن طلب تدخل أحد المقربين من الأم لإفهامها هذا الأمر.

كما أن المرشد يؤكد، بصورة عامة، أن ما يعتري حياتنا، من مشكلات، هي لون من الابتلاءات، وهي - بصورة عامة - قد تكون دليل خير، ف«أشدُّ الناس بلاء الأنبياء، ثم الأمثل فالأمثل»، كما قال المصطفى، صلى الله عليه وسلم في الحديث الصحيح، وللصابر عليها أجر كبير، كما أن من المقررات الشرعية أن القضاء لا يتمحض لشرِّ قط، والله - سبحانه وتعالى - يقول: ﴿فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا﴾ (19) [النساء].

واحتساب البنت، في الصبر على ما يصيبها من والدتها، ومسامحة والدتها، والدعاء لها، سيخفف الضغط على البنت، وسيترتب عليها الأجر.

إعادة رسم الصورة الذهنية الخاطئة والمشوهة:

قد تحمل البنت صورة سلبية قديمة، تكونت من تفسيرها بعض سلوكيات والديها أو أحدهما معها، والمرشد الحصيف، يحاول أن يعيد تشكيل تلك الصورة، بتفسيرات إيجابية، تصحح للبنت فهمها.

لا أزال أتذكر فتاة تواصلت معي، (25 عاما)، شكت أن والديها لا يحبانها، واستدلت على ذلك بكون والدها يضربها حين تهم بالغياب، حين كانت في المرحلة الابتدائية، وكونها تشعر أن والدتها أهملتها صغيرة. سألتها عن مستواها الدراسي، وتقديرها حين التخرج، فأخبرتني أنها متميزة، قلت لها: هل لوترك والدك، ولم يكن معك حازماً، هل كنت لتحققى هذا التميز؟! قالت: لا. قلت لها: قد يكون أسلوب والدك خاطئاً، لكن هدفه كان جيداً، وقد حققت ما كان يرغب لك. ثم سألتها عن أختها التي تليها، وعن عدد إخوانها، فقالت: إن أمها حملت بأختها بعد ولادتها بأشهر، وأن إخوانها عشرة. فقلت: أنت تدركين أن الحمل متعب للمرأة، فكيف حين تكون مسؤولة عن زوج وبيت وأولاد، ثم حين يكون للأم بنتان؛ صغيرة وأصغر، وهي مضغوطة جداً، من منهن الأولى بالرعاية؟! قالت: طبعي الصغرى. قلت: لعلك أدركت أن أمك لم يكن لديها خيار، فيما كنت تحسب إهماً، ولعلها كانت تتألم من الوضع، لكن لم يكن بيدها حيلة.. شعرت أن تلك الفتاة بدأت مشاعرها تتغير تجاه والديها، وانزاح عنها كابوس شعور ظل يلزمها مدة طويلة، ويتعبها أكثر وجود ذلك الشعور مع إحساسها بأهمية بر الوالدين!

المشكلات تمثل دورة تدريبية:

تشكو بعض البنات سرعة انفعال أمها، أو مقاطعتها في الكلام، وعدم سماع كلامها، أو هجرها أحياناً، بذنب قد يكون يسيراً، أو حتى فهمته الأم فهماً خاطئاً. ومن المؤكد أن البنت وقتها تتضايق جداً. لكن مما يمكن أن يخفف على البنت أن يذكرها المرشد أنها - مع ما سيلحقها بصبرها من أجر - ستقوى تلك المواقف مرونتها النفسية، وإذا كانت الآن في بيتها، ومع أمها، تخوض مشكلات محدودة، ومع من هم قريبون منها، فهي حين يمضي بها الوقت، وتتزوج، وقد تتوظف، ستكبر دائرة علاقاتها كثيراً، ومن الطبيعي أنها ستواجه أنماطاً من الشخصيات، بمن فيهم ذوو شخصيات متعبة، وربما حتى مؤذية، وحينها لن تفاجأ، بل ستكون تملك خبرة وتجربة، في الصبر والمصابرة، وتجاوز المواقف، دون أن تترك لديها أثراً كبيراً. فالسباحة في (بركة) الأسرة، منحتها دورة تدريبية، للسباحة في (بحر) المجتمع!

وكنت أقول لبعض البنات، اللاتي يشكون قسوة أمهاتهن، أو جفاءهن، أو سرعة انفعالهن: كأنني أرى أمك، حين كانت في سنك كانت تعاني من والدتها، مثلما تعانين أنت الآن، وكانت تشعر بالتضايق الشديد، لكن حين مضت قافلة الأيام، وأصبح لها بيت وزوج وأولاد، فإذا هي تنسى المعاناة، وتعيد (تدوير) سلوك والدتها معها، ربما دون وعي!

وأنت الآن - بنتي الكريمة - جئت تشكين ما تعانينه من والدتك، حفظها الله، فكلّ ما أمله أن يكون لديك الوعي الجيد، بأن ما يتعبك الآن من والدتك، فإنه سيتعب ابنتك منك!!؟ ومن ثم تحمدين لأمك، هذا الدرس، مع ما فيه من ألم..!

ثم من الجيد أن تدري أن أمك - ومثلها ربما كثير - أخذت كتالوج والدتها التعاملي، مع أنها مختلفة عن والدتها؛ ثقافياً وتقنياً وأسرياً، وجزء كبير من معاناتها، هو كونها تتعامل مع مستجدات، بالكتالوج القديم، دون أي تحديث..! فهل سيكون لك بذلك عبرة.

سوء تعامل أمك معك دليل تزكية؛

مرّ عليّ كثيرون؛ من الرجال والنساء، يشكون سوء تعامل أحد والديهم معهم، وكنت أذكرهم بقول الله - عزّ وجلّ -: ﴿إِذَا بَلَغَ الْكَبِيرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا، فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أَفْ وَلَا تَنْهَرُهُمَا﴾. وأؤكد أن الإشارة إلى الكبر لها دلالة عميقة؛ فالكبير من الوالدين، يصاحبه شعوران؛ الأول: سحب بساط المسؤولية من تحته، لقد كان أولاده بالأمس صغاراً، يحومون حوله، ويطلبونه، وتبدو فرحتهم الكبيرة بما يعطيهم، ويحققه لهم.. ثم دار الزمن دورته، فإذا أولاده كبار، لكل منهم بيته، وأولاده، واستقلاله، واستغناؤه. والثاني: أن الوالد، مع كبر السن، ووهن العظم، وتناوش الأمراض، يشعر بالضغط النفسي، وقد يسوء خلقه، ويحتاج إلى من ينفس فيه (!!).. ومن المؤكد أنه لن ينفس، لدى من يردّ عليه، ويرفع صوته عليه، من أولاده، بل سيبحث، من ولده، عمن يصمت ويحتمل، حين يضطر للتنفيس عليه.. وبالتأكيد، أن هذه شهادة تزكية، من الوالد، أن هذا هو خير أولاده، والمحتمل لسوء خلقه.

التمسي لأمك عذراً؛

يحاول المرشد تقريب صورة للأم، ربما عذرت البنت معها الأم، فيما يصدر منها تجاهها، من أخطاء. فالأم تحمل هم البيت، وهم الزوج، وهم الأولاد. وقد يكون بينها وبين زوجها مشكلات تضايقها، لكنها تحرص ألا يطلع عليها الأولاد، وبالتأكيد أن ذلك سيمثل لها ضغطاً، وقد يكون زوجها متخلياً - كلياً أو جزئياً - عن مسؤوليته، فتحمل المسؤولية كلها، وهو ما يضاعف أعباءها.

وقد يكون مستواها العلمي والثقافي محدودًا، وقد تكون خرجت من بيت عانت فيه من ضغوط كثيرة، وفي المقابل قد لا تكون وفّقت إلى مهارات تستطيع معها إدارة ذاتها ووقتها وبيتها وأولادها، ولا مهارات تستطيع معها التخلص من الضغوط، أو على الأقل التخفيف منها. وقد تكون تعاني من أمراض بدنية أو نفسية، فيجتمع عليها تعب المرض ووطأته، وثقل القيام بالمسؤولية، وربما زاد الأمر تفاقمًا، كون الزوج لا يعذر. وربما كان لها مشكلات مع أهل الزوج، أو مع بعض أهلها، فمن المؤكد أن الأم بشري يعاني من ضغوط كثيرة متراكمة، وحطب هذه الضغوط قابل للاشتعال مع أي موقف، ولكن ممن (تأمن) رد فعله !!

أمك تعطي ولا تأخذ.. بادري بإعطائها:

بعض الأمهات تعطي بلا حدود، وتنهك نفسها جدًا، وتحمل همّ الزوج والبيت والأولاد، في كل حالاتها، وقد تكون مثالية، فتزيد الأعباء عليها، وقد يكون انشغالها المفرط في البيت والأولاد، أبعداها دون قصد عن الزوج، وقد يكون إفراطها مع الأولاد جعلهم شخصيات اعتمادية بامتياز، وعندما يصيبها تعب يسير تتحامل على نفسها، لتظل تعطي، وتؤدي الدور بكل ما تستطيع، لكن حين يزيد تعبها، وتجذ نفسها مضطرة للنوم، بعد أن تجهد وتنتهي طاقتها، ويمرّ يومان أو ثلاثة، لتشعر بقدر من التعافي، وتنهض تجد كل الأعباء تنتظرها، غالبًا ستصدم، وتشعر بالغبن، فالزوج والأولاد، لم يقدروا حتى مرضها، وقد تستمر بالعطاء لكن مصحوبة بمشاعر الغيظ والقهر.. هنا يمكن أن يشجع المرشد، البنت، وهو يرسم لها الصورة المنهكة للأم، على أن تبادر بالقرب من أمها، وتبدأ معها برنامجًا طويل الأجل، يبدأ بمنحها فرصة للجلوس معها، وترك الفرصة لها لتفضفض، ومفاجأتها بالهدية مرة، وبالقيام ببعض ما كانت تنوي القيام به مرة أخرى، والثناء عليها، وإسماعها الدعوات، للتأكيد على أننا نعترف لها بالفضل.. وأولى أهل البيت بهذا الدور هو البنت، أو البنات الكبار؛ فهنّ أولا من جنس الأم، وسيكنّ أقرب إليها من الأولاد، وأعرف بنفسيتها منهم، ثم هنّ في المستقبل سيكونّ زوجات وريّات بيوت.. كما أن من الجيد ضغط البنت على الأم بإعطائها (إجازة)، ومحاولة إيجاد لحظات ترفيه.. ذلك كله غالبًا سيكون له أثره الكبير، في تخفيف الضغوط، والتهدة النفسية للأم.

أُمك أولى بالرحمة والعذر من اللوم؛

الأم عرضة للمرض، مثلها مثل غيرها، وقد تكتم مرضها، وقد تعاني من اضطراب نفسي، وقد تعاني من مشكلات مع زوجها، أو مع أحد من أهله أو أهلها. وقد تكون ذات دين تتحرج من الرد، وقد يغلبها الخوف فتصمت على مضض. وقد تعاني من ضغوط، في العمل، إن كانت عاملة. ومع مرور الوقت من المؤكد أنه سيصيبها احتراق نفسي، سيترك أثره على سلوكها، مع أولادها؛ بصورة عارضة أو مستمرة. وقد لا تملك المهارات التي تمكنها من التخلص من المشكلات، أو التخفف من الضغوط. وإذا لم تعذر البنت أمها، وهي تتذكر وضعها، فمن يعذرها.

خاتمة:

منذ زمن طويل، وأنا أحمل همّ هذا الموضوع، خاصة ومشكلات الفتيات تتالي عليّ، ولديّ كثير من مذكراتهن، وفي المقابل يتواصل معي كذلك عدد من الأمهات، شاكيات أوضاع بناتهن، بل لاحظت أنه، مع مرور الوقت، بدأت مشكلات الأهل مع البنات، تغطي مشكلاتهم مع المراهقين، من الأولاد!

ولأن الموضوع ليس له مصادر دقيقة، فقد اعتمدت فيه على تجربتي وخبرتي، وهي طويلة، بحمد الله، وقد تعمدت أن تكون بلغة قريبة، وعرض سهل تطبيقي، ومن المشكلات، التي يسمّعها المرشدون كثيرًا، من الوالدين، لتتسع دائرة الإفادة منها.

يمكن الإفادة من الكتب التالية:

- بناتنا الصبايا كيف نربيهن؟ الدكتور جيمس دويسون.
- كن الأب الذي تحتاجه ابنتك، د. كيفن ليمان، ترجمة: نورهان عبد السلام، 2025م.
- ما تريده الفتاة من والدها كيف تعد ابنتك لمواجهة الحياة؟ ريك جونسون، ترجمة أليشوا حنا.
- كيف تربي فتاة واثقة من نفسها، د. ياسمين المهدي، 2022م.
- لغات الحب الخمس للمراهقين، جاري تشابمان.
- يا بني لقد أصبحت امرأة، محاسن الشرهان.
- تربية البنات، د. خالد بن سعود الحليبي - محاضرة في قنواته في اليوتيوب.
- بين الأم وابنتها، حقيبة تدريبية محكمة، مركز بيت الخبرة للبحوث والدراسات الاجتماعية، ١٤٦هـ (٢٠٢٥م).

المُخَوِّرُ التَّاسِعُ

الإدارة المالية المنزلية وثقافة الاستهلاك وأثرها في الحياة
الأسرية ودور المرشد الأسري ؟

د. عدنان الخياري

يُعد الإرشاد المالي الأسري من أهم المجالات المتخصصة في علم النفس والسلوك التطبيقي والعلوم الاجتماعية، حيث يهدف إلى مساعدة الأسر على تحقيق الاستقرار المالي والرفاهية الاقتصادية من خلال تطوير المهارات والمعارف اللازمة لإدارة الأموال بفعالية. في عصر يتسارع فيه التطور الاقتصادي وتتعدّد فيه الأدوات المالية، تزداد الحاجة إلى مرشدين ماليين مؤهلين قادرين على تقديم الدعم والتوجيه للأسر في مختلف مراحل حياتها.

تواجه الأسر المعاصرة تحديات مالية متعددة ومعقدة، بدءاً من إدارة الميزانية اليومية وانتهاءً بالتخطيط للتقاعد والاستثمار طويل المدى. هذه التحديات تتفاقم بفعل عوامل عديدة منها التضخم، وتقلبات الأسواق المالية، وتغيّر أنماط الاستهلاك، وتأثير وسائل الإعلام والتكنولوجيا على القرارات المالية. في هذا السياق، يأتي دور المرشد المالي الأسري بوصفه عاملاً محورياً في مساعدة الأسر على التنقل عبر هذا المشهد المالي المعقد.

إن الإرشاد المالي الأسري ليس مجرد تقديم نصائح مالية تقليدية، بل هو عملية شاملة تتضمن فهم الديناميكيات المعرفية والنفسية والاجتماعية التي تؤثر في السلوك المالي للأفراد والأسر. يتطلب هذا المجال فهماً عميقاً لعلم السلوك المالي، وديناميكيات الأسرة، والعوامل الثقافية والاجتماعية التي تشكل المواقف والسلوك المالي.

تعريف الإرشاد المالي الأسري

الإرشاد المالي الأسري هو عملية مهنية متخصصة تهدف إلى مساعدة الأسر على تطوير المهارات والمعارف والسلوكيات اللازمة لإدارة مواردها المالية بفعالية وتحقيق أهدافها المالية قصيرة وطويلة المدى. يتضمن هذا المجال مساعدة الأسر على فهم وضعها المالي الحالي، وتحديد أهدافها المالية، ووضع خطط عملية لتحقيق هذه الأهداف، والتعامل مع التحديات المالية التي قد تواجهها.

يتميز الإرشاد المالي الأسري عن الاستشارة المالية التقليدية بتركيزه على الجوانب النفسية والاجتماعية للسلوك المالي، وفهم ديناميكيات الأسرة وتأثيرها في القرارات المالية. كما يأخذ في الاعتبار المرحلة العمرية لأفراد الأسرة واحتياجاتهم المتغيرة عبر دورة الحياة الأسرية.

أهداف الإرشاد المالي الأسري

يسعى الإرشاد المالي الأسري إلى تحقيق مجموعة من الأهداف المترابطة:

الأهداف قصيرة المدى:

- تحسين إدارة الميزانية الشهرية للأسرة.
- تقليل الضغوط المالية والنزاعات المرتبطة بالمال.
- تطوير مهارات اتخاذ القرارات المالية.
- زيادة الوعي بالعادات الاستهلاكية وتأثيرها.

الأهداف متوسطة المدى:

- بناء صندوق طوارئ مالي للأسرة.
- تطوير خطة لسداد الديون.
- وضع أهداف ادخارية واقعية وقابلة للتحقيق.
- تحسين التواصل المالي بين أفراد الأسرة.

الأهداف طويلة المدى:

- تحقيق الاستقلال المالي والأمان المالي.
- التخطيط للتقاعد وضمان مستقبل مالي مستقر.
- تعليم الأطفال المفاهيم المالية وإعدادهم لحياة مالية ناجحة.
- بناء ثروة أسرية مستدامة.

دور المرشد المالي الأسري

يقوم المرشد المالي الأسري بمجموعة متنوعة من المسؤوليات والأدوار:

دور المقيم والمشخص:

- إجراء تقييم شامل للوضع المالي للأسرة.
- تحديد نقاط القوة والضعف في الإدارة المالية.
- تشخيص المشاكل والتحديات المالية.
- تحليل أنماط الإنفاق والسلوك المالي.

دور المعلم والمثقف:

- تعليم المفاهيم المالية الأساس.
- شرح الأدوات والخطط المالية.
- تطوير الوعي المالي لدى أفراد الأسرة.
- تقديم المعلومات حول المنتجات والخدمات المالية.

دور المرشد المالي والتخطيط:

- مساعدة الأسرة في وضع أهداف مالية واقعية.
- تطوير خطط مالية شاملة ومخصصة.
- تصميم خطط الادخار والاستثمار.
- وضع خطط لإدارة المخاطر المالية.

دور المرشد والداعم:

- تقديم الدعم العاطفي والمعنوي.
- مساعدة الأسرة على التعامل مع الضغوط المالية.
- تعزيز الثقة بالنفس في اتخاذ القرارات المالية.
- تحفيز الالتزام بالخطط المالية.

المهارات المطلوبة

يحتاج المرشد المالي الأسري إلى مجموعة متنوعة من المهارات ومن ذلك:

- المعرفة بالمفاهيم المالية والاقتصادية
- إتقان استخدام الأدوات المالية والتقنيات الحديثة.
- القدرة بشكل - معقول - على التحليل المالي وقراءة البيانات المالية.
- فهم القوانين واللوائح المالية ذات الصلة بشكل - معقول -.
- الصبر والتعاطف في التعامل مع التحديات المالية.
- القدرة بشكل - معقول - على تحليل المعلومات المالية.
- مهارات حل المشكلات واتخاذ القرارات.

أسس الإدارة المالية المنزلية

الإدارة المالية المنزلية هي عملية منهجية ومنظمة لتخطيط وتنظيم ومراقبة الموارد المالية للأسرة بهدف تحقيق الأهداف المالية قصيرة ومتوسطة وطويلة المدى وضمان الاستقرار المالي والرفاهية الاقتصادية لجميع أفراد الأسرة. تتضمن هذه العملية مجموعة من الأنشطة المترابطة التي تشمل تحديد مصادر الدخل، وتخطيط المصروفات، وإدارة الديون، وإدارة المخاطر المالية، والادخار، والاستثمار.

تختلف الإدارة المالية المنزلية عن إدارة الأعمال في عدة جوانب مهمة. فبينما تركز إدارة الأعمال على تحقيق الربح وزيادة القيمة للمساهمين، تهدف الإدارة المالية المنزلية إلى تحقيق الرفاهية والأمان المالي للأفراد والأسرة. كما أن القرارات المالية في الأسرة تتأثر بعوامل عاطفية واجتماعية أكثر من القرارات التجارية البحتة.

العناصر الأساسية للإدارة المالية المنزلية:

1. التخطيط المالي:

يشمل وضع أهداف مالية واضحة ومحددة، وتطوير الخطط لتحقيق هذه الأهداف. يتضمن التخطيط المالي أيضًا تحليل الوضع المالي الحالي وتوقع الاحتياجات المستقبلية.

عناصر تحقيق الأهداف المالية:

1. ما أهدافك المالية المحددة؟ (مثل: شراء منزل، التقاعد، تعليم الأطفال، بناء ثروة، إلخ).

2. ما الإطار الزمني لكل هدف؟ (قصير المدى، متوسط، طويل المدى).

3. ما المبالغ المطلوبة تقريبًا؟

بنود الوضع المالي الحالي:

1. هل لديك ديون؟

2. ما مستوى دخلك الشهري تقريبًا؟

3. ما نفقاتك الشهرية الأساس؟

4. هل لديك مدخرات حالية؟

5. هل لديك استثمارات؟

2. إعداد الميزانية:

عملية تخطيط وتوزيع الدخل على المصروفات المختلفة بطريقة تضمن تلبية الاحتياجات الأساس وتحقيق الأهداف المالية. تتطلب الميزانية الفعالة متابعة مستمرة وتعديلات دورية. فالميزانية هي خطة مالية شاملة تحدد

كيفية توزيع الدخل على المصروفات المختلفة، مع التركيز على تحقيق التوازن بين الاحتياجات الحالية والأهداف المستقبلية. تتميز الميزانية الفعالة بالخصائص التالية:

- واقعية: تعكس الوضع المالي الحقيقي وليس المثالي.
- مرونة: قابلة للتعديل حسب تغير الظروف.
- شمولية: تغطي جميع جوانب الحياة المالية.
- قابلية للقياس: تحتوي على أرقام محددة وقابلة للتتبع.
- تحقق التوجه نحو الأهداف: تخدم أهدافاً مالية واضحة.

الفوائد الأساس من وجود ميزانية:

1. السيطرة على الأموال: معرفة أين تذهب أموالك بالضبط.
2. تحقيق الأهداف: تخصيص الأموال للأولويات المهمة.
3. تجنب الديون: منع الإنفاق الزائد عن الدخل.
4. بناء المدخرات: تخصيص جزء ثابت للدخار.
5. راحة البال: تقليل القلق المالي والتوتر.
6. اتخاذ قرارات أفضل: قرارات مالية مدروسة ومخططة.

الفوائد طويلة المدى

-
- بناء الثروة تدريجياً.
- الاستعداد للطوارئ المالية.

- تحقيق الاستقلال المالي.
- تحسين نوعية الحياة.
- ترك إرث مالي للأجيال القادمة.

مراحل إعداد الميزانية

أولاً: تحليل الوضع المالي الحالي:

1. حساب الدخل الشهري

الدخل الثابت:

- الراتب الأساس (بعد الاستقطاعات).
- المكافآت الثابتة.
- دخل الاستثمارات المنتظم.
- دخل الإيجارات.

الدخل المتغير:

-
- العمولات والحوافز.
- الأعمال الإضافية.
- الهدايا المالية المنتظمة.
- مصادر دخل أخرى.

نصائح مهمة:

- استخدم متوسط آخر 6 أشهر للدخل المتغير.
- كن محافظاً في التقديرات.
- لا تحسب الدخل غير المؤكد.
- 2. تتبع المصروفات الحالية
- المصروفات الثابتة (الضرورية):

-
- الإيجار أو قسط المنزل.
- فواتير الخدمات (كهرباء، ماء، غاز).
- التأمينات.
- أقساط القروض.

- الاشتراكات الضرورية

المصروفات المتغيرة (الضرورية):

-
- الطعام والشراب.
- المواصلات.
- الملابس الأساس.
- الأدوية والعلاج.
- صيانة السيارة

.

المصروفات الاختيارية:

-
- الترفيه والتسلية.
- تناول الطعام خارج المنزل.
- الهوايات.
- السفر والإجازات.
- التسوق غير الضروري.

3. تحديد صافي الدخل - المعادلة:

صافي الدخل = إجمالي الدخل - إجمالي المصروفات

إذا كان الناتج:

- موجباً: لديك فائض يمكن توجيهه للإدخار أو الاستثمار.
- سالباً: تحتاج لتقليل المصروفات أو زيادة الدخل.
- صفراً: تعيش من راتب إلى راتب وتحتاج لتحسين الوضع.

4. إدارة التدفق النقدي:

مراقبة وتنسيق توقيت التدفقات النقدية (الدخل والمصروفات) هي العمود الفقري للإدارة المالية السليمة للأفراد والأسرة على حد سواء. إنها عملية استباقية لمنع أزمات السيولة حتى في الأوقات التي تكون فيها الأرباح أو الدخل الكلي جيداً.

المراحل الخطط لتحقيق السيطرة وضمان سيولة نقدية دائمة:

1. إنشاء خطة التدفق النقدي (Cash Flow Plan)

هذه الخطوة الأساس تعدّ خريطة للطريق:

التوقع الشهري: قم بإعداد جدول (يفضل أن يكون على Excel أو تطبيق مالي) يتضمن جميع التدفقات النقدية للشهر القادم.

- قسم الدخل: حدد مواعيد استلام راتبك، أو أي إيرادات أخرى (دخل عمل الحر، الخ...)، مع ذكر المبالغ بدقة.

- قسم المصروفات: صنف مصروفاتك إلى:

- ادخار: المبلغ المحدد لتحقيق الأهداف المالية.

- ثابتة: إيجار/قرض منزل، قروض سيارة، اشتراكات.

- متغيرة ولكن متوقعة: طعام، مواصلات، مرافق (كهرباء، ماء، غاز).
- دورية (كبيرة ولكن غير شهرية): هذه هي الأكثر خطورة! (أقساط مدرسية، تأمينات سيارات سنوية، صيانة).

2. خطط عملية للتنسيق والمراقبة

جدولة مواعيد الاستحقاق:

- توحيد مواعيد الفواتير: إذا أمكن، اتصل بالجهات الدائنة (مثل شركات الاتصالات، الكهرباء) وغير موعد استحقاق الفاتورة ليكون بعد يومين من صرف راتبك مباشرة. هذا يضمن توفر السيولة لسدادها.
- تعديل مواعيد السداد الآلي: اضبط المدفوعات التلقائية (الخصم المباشر) لتتم بعد يوم أو يومين من تاريخ دخول الراتب إلى حسابك.

استخدام نظام «المغلفات» الرقمية (Envelope System):

- المبدأ: خصص حسابات أو «حسابات هدف» فرعية داخل حسابك البنكي أو حسابات ادخار منفصلة لكل بند من البنود الدورية الكبيرة (المذكورة أعلاه).
- يتم تنفيذها مباشرة بمجرد صرف راتبك، قم فورًا بتحويل المبلغ المخصص لكل بند (مثل: 12/1 من قيمة تأمين السيارة) إلى حسابه المخصص. عندما يحين موعد السداد، يكون المبلغ متاحًا بالكامل.

فترة «الصفري إنفاق» (Zero-Spending Periods):

- حدد أيامًا في الشهر (مثل الأيام الخمسة التي تلي صرف الراتب مباشرة) تكون مخصصة فقط لسداد الفواتير الثابتة والادخار الإجباري. تجنب أي إنفاق غير ضروري في هذه الفترة لضمان تغطية الالتزامات أولًا.

3. أدوات للمراقبة والتنبيه

- التطبيقات المالية (Money Management Apps): استخدم تطبيقات مثل (MoneyGuard) أو (Monefy) أو حتى الميزانية الذكية في تطبيق البنك itself. تربط هذه التطبيقات بحساباتك وتصنف إنفاقك تلقائياً وترسل لك تنبيهاً عندما تقترب من تجاوز الميزانية في بند معين.
- التنبيهات البنكية: ضع تنبيهاً على رصيد حسابك الجاري ليخبرك عندما ينخفض below حد معين (مثال: 1000 ريال). هذا إنذار مبكر لك لتفعيل «وضع التقشف» وتجنب السحب على المكشوف أو الغرامات.

4. بناء حواجز الأمان (صندوق الطوارئ)

- الغرض: امتلاك صندوق طوارئ (قيمة - 3 6 رواتب) هو أهم إستراتيجية على الإطلاق لإدارة السيولة. فهو يعمل كـ «مصد» لأي طارئ غير متوقع (عطل في السيارة، مرض، فقدان وظيفة) دون أن تضطر إلى تعطيل خططك المالية أو اللجوء للقروض.
- تخصيص جزء صغير من دخلك شهرياً لهذا الصندوق حتى تصل إلى هدفك. ضعه في حساب منفصل وسهل الوصول (مثل حساب ادخار).

5. مراجعة وتقييم دورية

- اجتماع مالي أسبوعي / شهري: تخصيص جلسة كل أسبوع مع الزوج / الزوجة لمراجعة الحسابات ومقارنة الإنفاق الفعلي بالخطة التي وضعها.
- التعديل المرن: الحياة متغيرة. إذا لاحظت أن خطة التدفق النقدي لا تناسبكم، قم بتعديلها. الإدارة النقدية الناجحة هي التي تتكيف مع الظروف، وليس العكس.

الخلاصة: السيطرة على التوقيت النقدي ليست سحراً، بل هي تخطيط استباقي وانضباط في التنفيذ. من خلال تبني هذه الخطط، تتحول من رد الفعل لأزمات السيولة إلى التحكم الفعال في أموالك، مما يمنحك راحة بال كبيرة ويحميك من التكاليف المالية والنفسية للالتزامات غير المدفوعة.

6. إدارة الديون:

تطوير الخطط لاستخدام الائتمان بحكمة وسداد الديون بطريقة فعالة تقلل من التكاليف وتحافظ على

الصحة المالية. إنها عملية تحويل الائتمان من كونه عبئاً مالياً إلى كونه أداة فعالة تحت سيطرتك.

خطط الاستخدام الحكيم للائتمان (الوقاية)، هذه الخطط تمنع تراكم الديون من الأساس، ومن ذلك:

(1) القرض التزام وحق عليك، وليس أموالاً إضافية: والقاعدة الذهبية: لا تستخدم البطاقة الائتمانية أو تقترض لشراء أشياء لا تستطيع دفع ثمنها نقداً في ذلك الشهر، إلا في حالات الطوارئ الحقيقية، الاستثناء الوحيد: الأصول التي قد تزيد قيمتها أو تولد دخلاً (مثل قرض الدراسة، قرض السيارة إذا كانت ضرورية للعمل، قرض العقار).

(2) افهم التكلفة الحقيقية للاقتراض، قبل الاقتراض أو الشراء بالتقسيط، احسب إجمالي المبلغ الذي ستدفعه بعد إضافة الفوائد والرسوم. هذا الرقم هو الذي يجب أن تقرر إذا كان المنتج يستحقه.

(3) حافظ على نسبة استخدام منخفضة للائتمان، وهذه هي النسبة بين الرصيد المستخدم والحد الائتماني الكلي لك. وهي أحد العوامل الرئيسية في حساب درجة الائتمان الخاصة بك. وحاول ألا تتجاوز 30% من حدك الائتماني في أي وقت. على سبيل المثال، إذا كان حد بطاقتك 10,000 ريال، ابق رصيدك المستخدم أقل من 3,000 ريال.

(4) اختر أدوات الائتمان المناسبة لاحتياجاتك، فالبطاقة الائتمانية: للمشتريات اليومية التي تسدها كاملة كل شهر (لاستخدام المزايا مثل النقاط أو الأميال).

(5) اقرأ التفاصيل الدقيقة دائماً، وافهم سعر الفائدة السنوي (APR)، وفترة السماح، والرسوم (رسوم السحب النقدي، الرسوم السنوية، رسوم التأخير). وتذكر أن سحب النقود من بطاقة ائتمانية هو أحد أغلى أنواع الاقتراض على الإطلاق.

الخطط الفعالة لسداد الديون

إذا كنت مثقلاً بالديون، فهذه الخطط ستساعدك على الخروج منها بأقل تكلفة ممكنة.

1. إجراء جرد كامل للديون: ضع قائمة بجميع ديونك: البطاقات الائتمانية، القروض الشخصية، إلخ. ولكل دين، سجل: المبلغ الإجمالي المستحق، الحد الأدنى للدفع الشهري.

2. إعداد ميزانية واقعية: حدد مقداراً إضافياً يمكنك تخصيصه شهرياً لسداد الديون، حتى لو كان مبلغاً صغيراً، سيكون له تأثير كبير على المدى الطويل.

3. اختر استراتيجية السداد المناسبة لك، وهذه تعتمد على الحافز النفسي والمالي. وهناك طريقتان رئيستان:

أ) طريقة الأعلى تكلفة: وهذه تركز هذه الطريقة على سداد الدين الأعلى في نسبة الفائدة، مع الاستمرار في

دفع الحد الأدنى للديون الأخرى. والميزة أنها توفر أكبر قدر من المال على المدى الطويل لأنك تقتل الديون الأكثر نسبة فائدة أولاً.

ب) طريقة الكرة الثلجية: وهذه تركز هذه الطريقة على سداد أصغر دين (بغض النظر عن سعر الفائدة)، مع الاستمرار في دفع الحد الأدنى للديون الأخرى. والميزة أنها تحقيق «إنجاز» سريعة وإغلاق ديون كاملة، وهذا يعطي دفعة نفسية قوية وتحفيزاً للاستمرار.

4. التواصل مع الدائنين: إذا كنت تواجه صعوبة حقيقية في السداد، لا تتجاهل المشكلة. اتصل بالبنك أو جهة التمويل. في كثير من الأحيان، قد يكونون على استعداد لمناقشة خطة سداد معدلة تناسب ظروفك بدلاً من تخلفك عن السداد تمامًا.

خطة عمل إستراتيجية متكاملة:

- الوقاية: استخدم بطاقة الائتمان لشراء ما يمكنك سداده نقدًا شهريًا.
- التقييم: إذا كان عليك ديون، قم بإعداد «جرد الديون» الخاصة بك.
- الاختيار: اختر إستراتيجية السداد التي تناسبك (التكلفة أو الكرة الثلجية).
- التفاوض: استكشف خيارات دمج الديون أو تحويل الرصيد لتقليل الفوائد.
- الإعداد: خصص مبلغًا ثابتًا في ميزانيتك الشهرية للسداد المتسارع للديون.
- الحماية: بعد سداد دين، لا تغلق البطاقة الائتمانية (إلا إذا كانت لها رسوم سنوية عالية وتؤثر في ميزانيتك)؛ لأن إغلاقها قد يضر بدرجة الائتمان الخاصة بك بدلاً من ذلك، استخدمها لشراء يسير في الشهر وسدده بالكامل.

تذكر أن الهدف النهائي ليس فقط التخلص من الديون، ولكن بناء عادات مالية سليمة تمنعك من الوقوع في الفخ مرة أخرى، والانتقال إلى مرحلة بناء الثروة والاستثمار للمستقبل.

5. الادخار: وذلك بتخصيص جزء من الدخل لبناء الثروة وتحقيق الأهداف طويلة المدى من خلال الادخار والاستثمار في أدوات مالية مناسبة.

إن بناء الثروة وتحقيق الأهداف المالية طويلة المدى من خلال الادخار ليس مجرد عملية وضع أموال في حساب بنكي، بل هو إستراتيجية متكاملة قائمة على الانضباط والحكمة والاستمرارية. الادخار هو حجر الأساس، لكن لبنائه بشكل صحيح، نحتاج إلى خطة. فالادخار ليس ما تبقى بعد الصرف، بل هو أول ما تدخره قبل أي إنفاق، هذه هي القاعدة الذهبية. حدد مبلغ ادخارك الشهري بمجرد استلام دخلك، ثم عش

على ما تبقى، فالثروة تُبنى على المدى الطويل، لذلك يجب تهيئة المسترشد للاستعداد لرحلة بناء الثروة «الرحلة الطويلة» ولكن نتأجها الاستقرار والرفاة المالي.

أهمية الإدارة المالية للأسرة

1. تحقيق الاستقرار المالي: فالإدارة المالية الجيدة تساعد الأسرة على تحقيق الاستقرار المالي من خلال ضمان توازن الدخل والمصروفات وبناء احتياطات مالية للطوارئ. هذا الاستقرار يوفر الأمان والطمأنينة لجميع أفراد الأسرة.
2. تحسين القدرة الشرائية: فمن خلال التخطيط الجيد وإدارة المصروفات بفعالية، تستطيع الأسرة تلبية متطلباتها الشرائية وتوفير جميع احتياجاتهم بكل يسر وسهولة.
3. بناء الثروة: فالإدارة المالية السليمة تمكن الأسرة من بناء الثروة تدريجيًا من خلال الادخار والاستثمار، مما يحسن من مستوى المعيشة ويوفر الأمان المالي للمستقبل.
4. تقليل التكاليف المالية: فتجنب الديون غير الضرورية، والعمل على سداد ديون بفعالية إن وجدت، من خلال وضع ميزانية محكمة والالتزام بخطة سداد واضحة.

الفوائد النفسية والاجتماعية

1. تقليل الضغط النفسي: فالإدارة المالية الجيدة تقلل من القلق والتوتر المرتبط بالمشاكل المالية، مما يحسن من الصحة النفسية والعقلية لأفراد الأسرة، وبالتالي تقليل المشاكل الأسرية.
2. تحسين العلاقات الأسرية: فعندما تكون الأمور المالية منظمة وواضحة، تقل النزاعات والخلافات بين أفراد الأسرة حول المال، مما يحسن من جودة العلاقات الأسرية.
3. زيادة الثقة بالنفس: فالنجاح في إدارة الأموال يزيد من ثقة أفراد الأسرة بأنفسهم وقدرتهم على اتخاذ قرارات مالية سليمة.
4. تحقيق الأحلام والأهداف: فالإدارة المالية الفعالة تمكن الأسرة من تحقيق أحلامها وأهدافها، سواء أكانت شراء منزل، أم تعليم الأطفال، أم السفر، أم التقاعد المريح.

مكونات النظام المالي الأسري

مصادر الدخل

الدخل الأساس :

- الرواتب والأجور من العمل الثابت.
- دخل العمل الحر والمهن المستقلة.
- عوائد الاستثمارات والأصول.
- المعاشات والمساعدات الحكومية.

الدخل الإضافي :

- العمل بدوام جزئي أو العمل الإضافي.
- الأنشطة التجارية الصغيرة.
- بيع الممتلكات أو الخدمات.
- الهدايا والمساعدات من الأقارب.

الدخل الاستثنائي :

- المكافآت والحوافز.
- عوائد بيع الاستثمارات.
- التعويضات والتأمينات.
- الميراث والهبات.

أنواع المصروفات:

المصروفات الثابتة: هي المصروفات التي تبقى ثابتة نسبياً من شهر لآخر ولا يمكن تجنبها بسهولة:

- أقساط الأهداف المالية.
- الإيجار أو قسط المنزل.
- أقساط القروض والديون.
- الرسوم المدرسية والجامعية.
- فواتير الخدمات الأساس (كهرباء، ماء، هاتف).

المصروفات المتغيرة: هي المصروفات التي تتغير من شهر لآخر ويمكن التحكم فيها إلى حد كبير:

- الطعام والشراب.
- الملابس والأحذية.
- الوقود والمواصلات.
- الترفيه والتسلية.
- المصروفات الشخصية والجيب.

المصروفات الاستثنائية: هي المصروفات غير المتوقعة أو التي تحدث بشكل غير منتظم:

- الإصلاحات والصيانة الطارئة.
- المصروفات الطبية غير المتوقعة.
- مصروفات المناسبات والأعياد.
- استبدال الأجهزة والمعدات.

العوامل المؤثرة في الإدارة المالية المنزلية:

العوامل الداخلية

- حجم الأسرة وتركيبها: عدد أفراد الأسرة وأعمار أفرادها له علاقة مباشرة بالنفقات، فكلما زاد عدد الأفراد، زادت الاحتياجات المالية الأساس مثل الطعام، والملابس، والتعليم، والرعاية الصحية.
- مستوى التعليم والوعي المالي: فالمستوى التعليمي لأفراد الأسرة، خاصة الوالدين، يساعد على قدرتهم على تطبيق المفاهيم المالية، واتخاذ قرارات مالية سليمة.
- القيم والمعتقدات: فالقيم الشخصية والدينية والثقافية تؤثر في أولويات الإنفاق وأساليب إدارة المال. بعض الأسر تعطي أولوية للدخار، بينما أخرى تركز على الاستهلاك الحالي.
- الصحة الجسدية والنفسية: فالحالة الصحية لأفراد الأسرة تؤثر في المصروفات الطبية والقدرة على العمل وكسب الدخل.
- المهارات والخبرات: فمهارات إدارة المال والخبرة في التعامل مع الأدوات المالية تؤثر في فعالية الإدارة المالية المنزلية.

العوامل الخارجية

- الظروف الاقتصادية: ومن ذلك معدلات التضخم والفائدة، ومستوى البطالة في المجتمع، والنمو الاقتصادي والاستقرار المالي، وأسعار السلع والخدمات الأساس.
- السياسات الحكومية: ومن ذلك السياسات الضريبية، وبرامج الدعم الحكومي، وقوانين العمل والضمان الاجتماعي.
- العوامل الاجتماعية والثقافية: ومن ذلك الضغوط الاجتماعية للاستهلاك، والتقاليد والأعراف المجتمعية، وتأثير وسائل الإعلام والإعلانات، ومستوى المعيشة في المجتمع.
- التطورات التكنولوجية: ومن ذلك ظهور أدوات وخدمات مالية جديدة، والتطور في وسائل الدفع والتحويل، وتطبيقات إدارة المال والميزانية، والتجارة الإلكترونية وأثرها في أنماط الاستهلاك.

ثقافة الاستهلاك وتأثيرها في الأسرة:

ثقافة الاستهلاك هي نظام من المفاهيم والمعتقدات والسلوكيات التي تركز على اقتناء السلع والخدمات بوصفها وسيلة لتحقيق الهوية الشخصية والمكانة الاجتماعية والسعادة. تتميز هذه الثقافة بالتركيز على الاستهلاك المستمر والرغبة في امتلاك أحدث المنتجات والخدمات، حتى لو لم تكن ضرورية أو في حدود الإمكانيات المالية.

ثقافة الاستهلاك، يصبح الاستهلاك ليس مجرد وسيلة لتلبية الحاجات الأساس، بل يتحول إلى نشاط اجتماعي وثقافي يعبر عن الهوية والطموحات. هذا التحول يؤثر بشكل عميق في كيفية تفكير الأفراد والأسر في المال والإنفاق والأولويات المالية.

خصائص ثقافة الاستهلاك

1. التركيز على المظاهر: حيث تشجع ثقافة الاستهلاك على الاهتمام بالمظاهر الخارجية والصورة الاجتماعية أكثر من الجوهر والقيمة الحقيقية. هذا يؤدي إلى إنفاق مبالغ كبيرة على أشياء قد لا تكون ضرورية.
2. الإشباع الفوري: التي تروج لفكرة الحصول على الإشباع الفوري بدلاً من التأجيل والادخار. هذا يؤثر في قدرة الأفراد على التخطيط المالي طويل المدى.
3. ربط السعادة بالاستهلاك: يجعل فكرة أن السعادة والرضا لا يمكن تحقيقهما إلا من خلال شراء المنتجات والخدمات، مما يخلق دورة مستمرة من الاستهلاك.
4. التنافس الاجتماعي: من خلال التشجيع على التنافس مع الآخرين من خلال الاستهلاك، مما يؤدي إلى ضغوط مالية واجتماعية.
5. التحديث والتجديد المستمر: بترويج لفكرة ضرورة تحديث وتجديد الممتلكات والمنتجات باستمرار، حتى لو كانت الموجودة تعمل بشكل جيد.

مصادر ثقافة الاستهلاك

1. وسائل الإعلام والإعلانات: حيث تلعب دوراً محورياً في نشر ثقافة الاستهلاك من خلال الإعلانات المكثفة التي تربط المنتجات بالسعادة والنجاح والمكانة الاجتماعية.
2. وسائل التواصل الاجتماعي: التي تساهم في تعزيز ثقافة الاستهلاك من خلال عرض أنماط الحياة الاستهلاكية

والمقارنات الاجتماعية المستمرة.

3. ضغط الأقران: وتأثير الأصدقاء والزملاء والمعارف على قرارات الاستهلاك، خاصة بين المراهقين والشباب.
4. البيئة التجارية: مثل انتشار مراكز التسوق والمتاجر وسهولة الوصول إليها، بالإضافة إلى التسوق الإلكتروني.
5. السياسات الاقتصادية: التي تشجع على الاستهلاك كوسيلة لتحفيز النمو الاقتصادي.

تأثير ثقافة الاستهلاك في الأسرة

التأثيرات المالية

1. زيادة الديون: فثقافة الاستهلاك تؤدي إلى زيادة الاعتماد على الائتمان والقروض لتمويل المشتريات، مما يؤدي إلى تراكم الديون وزيادة الأعباء المالية على الأسرة.
2. تقليل وتدني الادخار: فالتركيز على الاستهلاك الحالي يقلل من قدرة الأسرة على الادخار للمستقبل، مما يؤثر في الأمان المالي طويل المدى.
3. سوء تخصيص الموارد: وذلك بإنفاق المال على أشياء غير ضرورية بدلاً من الاستثمار في الاحتياجات الأساسية أو الأهداف طويلة المدى.
4. عدم الاستقرار المالي: فالتقلبات في الإنفاق والاعتماد على الائتمان يؤدي إلى عدم الاستقرار المالي وصعوبة في التخطيط المالي.

التأثيرات النفسية والاجتماعية

1. الضغط النفسي لمواكبة أنماط الاستهلاك السائدة يؤدي إلى التوتر والقلق، خاصة عندما تتجاوز الرغبات الإمكانيات المالية.
2. انخفاض تقدير الذات وعدم القدرة على مواكبة أنماط الاستهلاك المرغوبة قد يؤدي إلى انخفاض تقدير الذات

والشعور بالنقص.

3. تدهور العلاقات الأسرية: من خلال النزاعات حول الإنفاق والديون الذي يؤدي إلى تدهور العلاقات بين أفراد الأسرة.

4. فقدان الاحتياجات الأساس: فالتركيز المفرط على الاستهلاك يؤدي إلى إهمال الاحتياجات الأساس مثل الادخار والقناعة والرضا.

التأثير على الأطفال

1. تعلم عادات استهلاكية سيئة فالأطفال يتعلمون من خلال الملاحظة والتقليد، فإذا رأوا والديهم يمارسون الاستهلاك المفرط، فسيتعلمون هذه العادات.

2. صعوبة في تقدير قيمة المال: فالأطفال الذين ينشؤون في بيئة استهلاكية مفرطة يجدون صعوبة في فهم قيمة المال وأهمية الادخار.

3. الضغط للحصول على أحدث المنتجات: فالأطفال يتعرضون لضغوط من أقرانهم ومن الإعلانات للحصول على أحدث الألعاب والملابس والأجهزة.

4. تطوير مفاهيم خاطئة عن السعادة: وذلك بربط السعادة بالحصول على الأشياء المادية بدلاً من القيم والعلاقات والإنجازات.

خطط مواجهة ثقافة الاستهلاك

على مستوى الأسرة

1. تطوير الوعي النقدي، وتعليم أفراد الأسرة كيفية تحليل الرسائل الإعلانية والتفكير النقدي في قرارات الاستهلاك.

2. وضع قيم أسرية واضحة لتحديد القيم الأساس للأسرة والتأكيد عليها، مثل الادخار والقناعة والرضا والامتنان.

3. إشراك الأطفال في التخطيط المالي وتعليم الأطفال كيفية وضع أهداف مالية وإعداد الميزانية واتخاذ قرارات مالية مدروسة.

4. وضع حدود واضحة للإنفاق وتحديد ميزانيات محددة لمختلف أنواع المصروفات والالتزام بها.
5. التركيز على التجارب بدلاً من الأشياء وتشجيع الأسرة على الاستثمار في التجارب والذكريات بدلاً من تراكم الممتلكات المادية.

على مستوى الفرد

1. التأمل في الدوافع وتشجيع أفراد الأسرة على التفكير في الدوافع الحقيقية وراء رغبتهم في شراء شيء معين.
2. ممارسة التأجيل وتعليم تقنية تأجيل القرارات الاستهلاكية لفترة معينة للتأكد من ضرورتها، والنظرة المستقبلية.
3. تطوير هوايات غير استهلاكية وتشجيع الأنشطة التي لا تتطلب إنفاق مال كثير، مثل القراءة والرياضة والفنون.
4. ممارسة القناعة والامتنان بتطوير عادة تقدير ما هو موجود بدلاً من التركيز على ما هو مفقود.

نماذج خطط العمل

خطة العمل للأسرة ذات الدخل المحدود:

الأولويات:

1. إعداد ميزانية دقيقة ومتابعتها.
2. تقليل المصروفات غير الضرورية.
3. بناء صندوق طوارئ صغير (500 - 1000 ريال شهرياً).
4. تحسين المعرفة المالية.

الإجراءات:

- جلسات أسبوعية لمراجعة الميزانية.

- تدريب على تقنيات توفير المال.
- وضع أهداف ادخارية صغيرة وقابلة للتحقيق.
- تعليم مهارات التسوق الذكي.

خطة العمل للأسرة ذات الديون المرتفعة:

الأولويات:

1. تحليل شامل للديون وترتيبها.
2. وضع خطة سداد الديون.
3. منع تراكم ديون جديدة.
4. البحث عن مصادر دخل إضافية.

الإجراءات:

-
- تطبيق إستراتيجية كرة الثلج أو الانهيار الجليدي التي سبق ذكرها.
- التفاوض مع الدائنين
- إلغاء أو تقليل بطاقات الائتمان

خطة العمل للأسرة ذات الدخل المرتفع:

الأولويات:

- 1.
2. تحسين الخطط الاستثمار
3. التخطيط الادخاري
4. التخطيط للتقاعد
5. تعليم الأطفال إدارة المال

الإجراءات:

-
- تنويع المحفظة الاستثمارية
- زيادة المساهمات في صناديق التقاعد
- وضع خطط تعليمية للأطفال
- التفكير في الاستثمارات العقارية

المُخَوِّرُ العَاشِرُ

أزمة منتصف العمر
وعلاقتها باستجابة الزوجين للمتغيرات المعاصرة
وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟

د. خالد الحلبي

امتن الله تعالى على الإنسان بأن جعل له زوجًا وأولادًا وذرية، فقال سبحانه: ﴿وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ بَنِينَ وَحَفَدَةً وَرَزَقَكُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ أَفَبِالْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَتِ اللَّهِ هُمْ يَكْفُرُونَ﴾ [سورة النحل: 72]. ولحفظ هذا الكيان العظيم جعل روابطه الحب والمعاشرة الحسنة، ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [سورة الروم 21/30].

ولم يتعامل ديننا مع العواطف فقط في العلاقة بين الزوجين، بل جعل بينهما حقوقًا وواجبات؛ ﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَ بِالْمَعْرُوفِ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ﴾ [سورة البقرة 228/2]. ومع ذلك فتح باب العطاء والتسامح ليكون أكثر فسحة من شح النفوس في الحقوق والواجبات؛ ﴿وَأَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى وَلَا تَنْسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾ [سورة البقرة 237/2].

لقد فسح الإسلام للمتعة بين الزوجين ما لم يفسحه بين كائنين؛ بضوابط محدودة؛ فقال عز وجل: ﴿رِيسَاؤُكُمْ حَرْتُ لَكُمْ فَأَتُوا حُرَّتَكُمْ أَتَى شِئْتُمْ وَقَدَّمُوا لَأَنْفُسِكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلَاقُوهُ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ﴾ [سورة البقرة 223/2]. وجعل الزواج إفضاءً كاملاً، وعقدًا مقدسًا؛ ﴿وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَى بَعْضُكُمْ إِلَى بَعْضٍ وَأَخَذَ مِنْكُمْ مِيثَاقًا غَلِيظًا﴾ [سورة النساء 21/4].

ولكون الحياة الزوجية علاقة تستمر العمر كله بإذن الله تعالى، فينبغي أن يسعى الطرفان أن تكون حياة سعيدة مطمئنة نامية في جميع مراحلها بلا استثناء. ولكونها تعبر جزر العمر كلها، فإن لكل جزيرة أجواء خاصة بها، على كل من الزوجين أن يستعدا بما يلائمها؛ كما يفعل المسافر حين يتنقل بين بلاد تحتفل بالربيع، وبلاد تتخبأ من الشتاء، وبلاد تقطف ثمرات الصيف وهي تصطلي بناره، وبلاد تكنس أوراق الخريف.

وبالعودة إلى سيرة الرسول صلى الله عليه وسلم نجد هذا المعنى ماثلاً في عدد من النصوص التي تؤكد حقيقة مهمة في المجتمع المسلم، هي أن الأصل ثبات البناء الزوجي، وأن عنصر الأمان أساس في استمراره واستقرار الأسرة، يقول الرسول صلى الله عليه وسلم لعائشة رضي الله عنها، بعد أن سمع وصفًا لأحد عشر نمطًا من أنماط الأزواج، وقد اختار أفضلهم، لكنه طلق لسبب عارض: «يا عائشة! كنت لك كأبي زرع لأم زرع، إلا أن أبا زرع طلق، وأنا لا أطلق» [حديث صحيح]. وليس عند المرأة قيمة زواجية مقدمة على الأمان أبدًا مهما امتد العمر، بل يشير الرسول صلى الله عليه وسلم إلى الامتداد الأخروي للحياة الزوجية التي تبقى حتى آخر العمر، فيقول: لعائشة: «إنه ليهوّن عليّ الموت أتي أريتك زوجتي في الجنة» [حسنه الألباني]، وهو الذي يقول: «خيركم خيركم لأهله، وأنا خيركم لأهلي» [صححه الألباني].

ولذلك تطبّع بذلك أتباعه، يُحكى أن شريحًا القاضي - رحمه الله تعالى - تزوج امرأة من بني تميم يقال لها زينب، ورأى منها رجاحة العقل، وكريم الخلق، وفقه معاشرة الزوج، وحسن الصحبة؛ ما جعله يقول يوم وفاتها: «وددتُ أني قاسمتُها عمري، أو متُّ أنا وهي في يوم واحد».

مرحلة منتصف العمر

تلك الفترة التي تقع بين 36 و 56 من العمر، وإن شئت فقل: بين 40 و 60، وإن شئت فلك أن تقول هي مجموعة من السمات والتغيرات الجسدية والنفسية والسلوكية، تقع للرجل والمرأة، بعضها يتشابهان فيه، وبعضها يتفرد كل منهما بخصائصه، قد تتقدم على 36، وقد تمتد بعد 60، وهي ليست مرتبطة - بالضرورة - بمرض جسدي، أو اضطراب نفسي، بل هي مفصلٌ من أهم مفاصل العمر، تحتاج إلى وعي وإدراك وتفهم وتوطئة؛ لتصبح (مرحلة منتصف العمر الرائعة) بدلًا من (أزمة منتصف العمر)، وقد يحتاج الزوجان - في بعض الحالات - إلى جلسات إرشادية من مختصين وخبراء في الإرشاد النفسي أو الأسري، أوهما معًا، وفي حالات أخرى إلى عقاقير وهرمونات من قبل أطباء مختصين بعد تشخيصهم لها.

مراحل الحياة الزوجية

أظهرت أبحاث أجرتها (د. روبين جوترديج) من جامعة (سنترال إنجلاند) في بريطانيا على 12 حالة زواج ناجحة وطويلة أن هناك أربع مراحل تمر بها العلاقات الزوجية:

المرحلة الأولى (السنوات الخمس الأولى): مرحلة الاختبار، يجري فيها تفاوض دقيق حول الأدوار وتقاسم المسؤوليات وتحديد (الخط الأساس) للعلاقة الذي يعود إليه الزوجان لاحقًا لتقييم زواجهما. هذه المرحلة هي الأساس لنجاح العلاقة مستقبلاً، وهي المرحلة التي تشهد تنازلات من كلا الطرفين لإرضاء الطرف الآخر، ويبدأ في هذه المرحلة الواقع يحل محل الأحلام الوردية والأوهام الرومانسية.

والمرحلة الثانية: مرحلة البناء، عندما يدخل الأطفال في المعادلة، حيث تبدأ عملية البناء التي تتطلب من الزوجين العطاء دون انتظار شيء في المقابل، يضحي كل من الزوجين ببعض رغباته الفردية لصالح الأسرة والعلاقة، ويستثمران في بناء بيت مستقر ومتوازن.

والمرحلة الثالثة: منتصف العمر، حيث تنضج العلاقة بشكل جيد وتبدأ المتطلبات من الزوجين بالانخفاض تدريجيًا، بعد أن تخف الالتزامات العائلية، يبدأ الزوجان بالنظر إلى الزواج بوصفه كيانًا متناغمًا يمنحهما فرصًا للنمو الشخصي، ويستفيدان من (الرصيد العاطفي) الذي جمعه خلال السنوات الماضية.

والمرحلة الرابعة: الشيخوخة، حيث يزداد الحب والتقدير بين الزوجين، ويلتصقان أكثر من ذي قبل، وينكفئان على أنفسهما بعد أن غادرت الأطيار عشاها.

وبالتأمل في هذا التقسيم سنجد أنه يتسق مع وضع (التوافق) في الحياة الزوجية؛ لأن عينة الدراسة كلها من الزوجات الناجحة؛ ولذلك تمرُّ مرحلة منتصف العمر بسلام، وغالبًا يكون ذلك بسبب انضباط الزوجين في الحقوق والواجبات، واتسام الأسرة في مراحلها كلها بثلاثة عناصر: (التماسك والتواصل والمرونة)، كما أثبتت ذلك دراسات حول خصائص الأسرة القوية قام بها (أولسون) وآخرون، وامتدت عند (ستينت وديفرن) في ستة أبعاد، هي: الالتزام، والتقدير والمودة، والتواصل الإيجابي، وقضاء الوقت معًا، والرفاهية الروحية، والقدرة على التعامل مع الضغوط والأزمات، ولن يتحقق ذلك كله إلا بارتفاع مستوى الوعي، والتكيف، والتعايش في بعض الأحيان.

ولكون هذه الورقة معنية بمرحلة من مراحل العمر الزوجي، فلا بأس من إيراد تقسيم آخر لمراحل الحياة الزوجية؛ لكون مرحلة منتصف العمر مرتبطة بكل المراحل التي قبلها ومؤثرة في التي بعدها، حيث تمثل المراحل التي قبلها محطات ذات بعدين، إما أن تساعد على تنمية العلاقة بين الزوجين في الاتجاه الإيجابي؛ فتقوى الرابطة الزوجية وتستقر وتنمو في منتصف العمر، أو أن تكون سببًا في تأزيم هذه المرحلة، فتتمزق الرابطة الزوجية خلالها.

إن عزل دراسة مرحلة منتصف العمر عن المراحل التي كانت سببًا فيها، يعد نقصًا فادحًا في محاولة فهمها، وتفكيك عقد الصراع فيها، ولذلك كانت الأهمية بالغة للإلمام بكل المراحل التي سبقتها، ومحاولة استقصاء أثرها فيها، وأثرها هي في المرحلة التي تليها.

كما أن المستجدات الاجتماعية الواسعة يجب أن تكون حاضرة في محاولة الفهم أيضًا، ولاسيما المتغيرات السلبية العميقة التي أثرت في نشأة الأسرة (تأخر سن الزواج، وقلة الإنجاب)، وفي تماسك الأسرة (الانفصال بكل أشكاله: الطلاق، والمخالعة، والفسخ)، والتعامل الزوجي المبني على الندية، والاستقلال، والفردية، بدلًا من تقدير البناء الأسري السوي القائم على قوامة الزوج ومسؤوليته، وحفظه لحق الزوجة ودورها بصفتها «راعية على أهل بيت زوجها، وولديه وهي مسئولة عنهم» [رواه البخاري]. وعلى الشعور بأن الأسرة تعبر عن مكون اجتماعي فريد في المشاركة في تحقيق جودة الحياة للجميع بتعاون وتكامل، والعمل - سويًا - على سعادة الحاضر وأمان المستقبل، مع حفظ حق كلٍّ من الزوجين في خصوصياته، التي قررها الشرع المطهر، مثل التصرف في المال الخاص.

إن أولى مراحل الزواج تعدُّ البيئة الزمنية الطبيعية للتوافق أو الاختلاف، وتمتد إلى خمس سنوات، لذا ينبغي أن يسعى فيها الزوجان إلى الكشف عن مشاعر إيجابية يغمرها التفاضل؛ لتزداد مشاعر الألفة والمودة بين الزوجين، وهما يفكران سوياً في المستقبل السعيد الذي ينتظرهما. وهذه المشاعر الإيجابية لا تترك فرصةً لأية مشاعر سلبية تفسد عليهما أجواء الألفة والمودة، بل يسعيان إلى التمرس على المهارات اللازمة لتساعدهما على معالجة أكثر نقاط الخلاف حساسية بينهما بطريقة ودية، وخاصة الدائمة منها؛ مثل: المال، والإنجاب، والعمل، ومكان الإقامة، والطموح الشخصي.

وعلاقة هذه المرحلة بنجاح العلاقة في مرحلة منتصف العمر علاقة الأساس بالبناء، فكلما سويت الأمور القابلة للاختلاف بوضع القوانين المرضية للطرفين منهما معاً، كان ذلك ممهداً لاستقرار الحياة الزوجية في المستقبل.

ومن أبرز أنواع الاختلافات في أول الحياة الزوجية في ظل الانفتاح الاجتماعي الذي يعيشه المجتمع المحلي مستجيباً لكثير من التحولات الاجتماعية العالمية، الاختلاف القيمي والسلوكي، وهو مما يمكن اكتشافه قبيل الزواج، في فترة (الاختيار)، ثم فترة (الخطبة)، ثم فترة (الملكة) التي قضى التحول المجتمعي المعاصر أن يتواصل الزوجان خلالها مباشرة تواصلًا دائمًا ومنفتحًا حتى (الدخول) دون خلوة كاملة غالبًا.

فحينما يتزوج رجل محافظ بامرأة منفتحة أو العكس، وربما الخلفية البيئية التي جاء أحدهما منها تدعم ذلك السلوك لديه، فلا بد من الاتفاق على حلول تتنوع بين: تنازل أحدهما لصاحبه اعترافاً بسداد توجهه، فهذا هو (التوافق)، أو يتقبل ما يريد دون أن يؤمن به، لكنه يطبقه من أجل صاحبه، وإن لم يكن مقتنعاً به، فذلك هو (التكيف)، أو يتفق الطرفان على عدم التغيير لدى كل منهما، دون أن يعترض الآخر على فكره أو سلوكه، وهذا هو (التعايش).

وهذا يؤسس لعلاقة آمنة يتجاوز بها الزوجان كل عقبات الحياة المقبلة؛ لوجود منهجية متفق عليها بينهما تجاه مستجدات كرة التغيير الدائمة التدحرج بلا توقف.

ومن أبرز ما يجعل فرص التفاهم متاحة للزوجين: الأوقات السعيدة التي يقضيانها؛ حيث تساعد على حسم بعض الأمور الخلافية، أو حتى تصحيح المفاهيم المغلوطة عن الزواج، التي كانت موجودة قبل الزواج، في جو مرغوب منهما.

المرحلة الثانية: تشكيل رؤية كل من الزوجين لطبيعة الآخر

هذه المرحلة ثمرة لنجاح أو فشل المرحلة الأولى، حيث تبدأ مرحلة تشكيل رؤية كل من الزوجين لطبيعة الآخر، وهي المرحلة التي يتعرف فيها كل من الزوجين على نقاط القوة والضعف في شخصية الآخر، وفي بداية هذه المرحلة

يقترح الزوج والزوجة عمل قائمة بالأشياء الإيجابية والسلبية التي يراها كل منهما في الآخر ثم يحاول كلاهما الوصول إلى نقطة اتفاق تمكنهما من الانتقال بهدوء إلى المرحلة التالية.

المرحلة الثالثة: قدوم طفل تتحول الزوجة - معه - مباشرة من الحبيبة إلى الأم؛

مع قدوم طفل تتحول الزوجة مباشرة من الحبيبة إلى الأم. وهذه مرحلة خطيرة من مراحل الحياة الزوجية لما تحمله من تغيير نفسي في شخصية الزوجة وحياتها. هذه المرحلة التي تبدأ بولادة طفل ويتغير فيها شكل الحياة الزوجية من زوج وزوجة عاشقين، إلى أب وأم مشغولين بالضيف الجديد، وقد تنشأ خلافات حول اقتسام المسؤوليات الخاصة بالطفل وبأعمال المنزل وأيضا حول طريقة تربية الطفل وتنتهي هذه المرحلة باستسلام الزوجين للزائر الجديد المقيم؛ الذي يفرض نفسه عليهما، بل ليكون صاحب الأولوية في حياتهما.

وإذا تدخلت التصورات (غير السوية) المستجدة على الأمومة، من أن الأم يجب ألا تكثر من الإنجاب، بل يكفي اثنان أو ثلاثة؛ حتى لا تتغير ملامح جسدها، أو عدم إرضاع الأطفال؛ بسبب الانشغال بالعمل وعدم القدرة على تنظيم الرضعات بانتظام، أو حتى الخوف من تشوه الثدي أو فقدان جاذبيته، وأن الحليب الصناعي يكفي عن الطبيعي، بينما الرضاعة الطبيعية ليست غذاءً فقط، بل رابطة وجدانية بين الأم ووليدها، يبقى أثرها مدى الحياة.

والدور المطلوب من الزوجين في هذه المرحلة؛ لتبقى الحياة في فترة منتصف العمر قوية متماسكة هو: المحافظة على بقاء الحب في توهجه، بل تنميته وسقيه بتقدير ما يقوم به الآخر، وبالهدية، والكلمة الطيبة، والمساعدة في القيام بدور الآخر، والاحترام المتبادل، والإصغاء، والوقت الخاص، والاهتمام في حالات الضعف والحاجة للمساندة، وتقديس الحياة الزوجية.

المرحلة الرابعة: (منتصف العمر) حين يكبر الأولاد، وتزداد أعباء الحياة.

وهي مرحلة التغيرات الكبرى في الحياة الزوجية، ولا سيما حين تعمل الزوجة خارج المنزل، إما من أجل استثمار جهدها التعليمي، والإسهام في بناء وطنها ومجتمعها، أو لإثبات الذات، أو من أجل كسب المال الخاص بها، أو من أجل المشاركة في إعالة أسرتها، ولكل من هذه الدوافع أثره الخاص إما في تقوية العلاقة الزوجية أو في إضعافها، ثم تأتي قضايا الخروج من المنزل وترك الأولاد عند الخادمة، ودرجة الاختلاط في العمل، وراتب الزوجة، وكلها من مستجدات العصر التي تحتاج إلى اتفاق مسبق، فإن لم يكن قد حصل قبل ذلك، فعليهما تقبل كل تغيير مقبول شرعاً وعرفاً، بنوع من المرونة والتكيف السريع مع مجريات الأمور؛ عن طريق جلسات صراحة وتفاهم؛ تحدد من خلالها المشكلة الأساس، وعدم الخروج عنها، ثم وضع مجموعة من الحلول، ثم اختيار أفضلها، ثم تحديد موعد للبدء بإنهاؤها، ووضع تاريخ لنهايتها بعون الله تعالى.

أو من خلال المرشد الأسري الذي يجب أن يتعرف على الدوافع من وجهة نظر الزوجين، ويدرس تاريخ الحالة، مستحضراً ما يتصل بأحكامها في (نظام الأحوال الشخصية) حتى يحفظ الأسرة من إصدار القرارات غير المدروسة، وغير المتوقعة؛ فقد ينحرف أحد الزوجين، أو يعمل أحدهما خارج البلد هروباً من المشكلة، وقد يعدد الزوج دون اعتبار لقوله تعالى: ﴿فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً﴾ [النساء: 3]، وقد تكثر الزوجة من طلب الطلاق دون داعٍ معتبر شرعاً أو عرفاً لذلك.

إذا نجح الزوجان مباشرة، أو من خلال المرشد الأسري، في تسوية ما يقع بينهما من خلاف خلال هذه المرحلة الحرجة، فقد مهدا النجاح المرحلة التالية باقتدار، وإن فشلا فقد يتفرقان فلا يصلان إليها، أو يضطران للبقاء فيدخلان (مرحلة الشيخوخة) العمرية، بشيخوخة العلاقة أيضاً، وهنا يحرم من ألد ما فيه مرحلة الحصاد، التي سماها بعض المختصين: (مرحلة الجوائز).

المرحلة الخامسة: مرحلة الجوائز

وهي المرحلة التي يترك فيها الأولاد المنزل لتأسيس أسر جديدة، ويبقى الزوجان وحدهما، فيما يسمى: (متلازمة العش الفارغ)، وهنا يأتي أثر مرحلة (منتصف العمر) فإذا كانت ناجحة، فإن الزوجين يكونان قد تمرسا على عبور التحديات الحرجة في مسيرة زوجهما، إلى إن أصبحا أكثر نضجا وحكمة، ومن ثم يمكنهما التمتع بحياتهما الجديدة دون مسؤوليات التربية التفصيلية، وعليهما أن يحاولا الاستمتاع بحياتهما بأقصى قدر ممكن؛ مستعينين بخبرتهما في إبعاد الملل عن علاقتهما الزوجية، وأن تكون لهما علاقة ودية ومستمرة بأولادهم؛ للمساندة، وتوريث الخبرة، وينصحان أن يكون لهما عمل وقفي أو تطوعي خارج المنزل، ليكون لهما أثر طيب بعد وفاتهما.

وأما إن فشلا في تحقيق الحد الأدنى من النجاح في مرحلة منتصف العمر، فسوف تبقى الملفات المتأزمة والمحترقة مفتوحة، تنزراًها قاسدياً، واستنزافاً نفسياً في هذه المرحلة التي تتقدم نحو الضعف والشيبة، وغالباً يقبل الزوجان بالاستمرار في جو من الشقاق، والقلق المستمر، حفاظاً على الصورة المجتمعية للأسرة، فيفقدان أرق مراحل العمر، وأكثرها حاجة إلى الراحة.

وقفة خاصة بمرحلة منتصف العمر

الفرد حينما يسعى للحياة الزوجية إنما يسعى لتلبية مجموعة من الاحتياجات التي يريد إشباعها، وأهم هذه الاحتياجات التي يحققها الزواج: تكوين أسرة، والسكن والمودة والرحمة، وربما للهروب من أوضاع غير مرغوب فيها في الأسرة الأصل، أو الحصول على الحماية وبخاصة الزوجة، والرغبة في الإنجاب والذرية، وتحقيق الاستقرار العاطفي والوجداني، والحصول على شريك في الحياة، وقد يكون تحقيقاً لرغبة الوالدين، أو الحصول على المال، كما أن الزواج يعطي الطرفين مركزاً اجتماعياً مقدراً.

إذا وصل الزواج إلى هذه المرحلة العمرية (منتصف العمر) فإن المتوقع أن تكون هذه الاحتياجات قد تحققت بالكامل، أو أنها في سقف التوقعات لدى الزوجين يجب أن تتحقق، ولذلك فإنه حين تختل أو يختل شيء منها فقد يؤدي ذلك إلى ارتكاب أخطاء وممارسات غير مقبولة من الطرفين، وبسبب الطبيعة المتسارعة والمعقدة لحياتنا المعاصرة، فإن مرحلة منتصف العمر أصبحت تنطوي على كثير من المفاجآت، ولهذا يقول علماء الاجتماع إنها قد تؤدي إلى كثير من الاختلافات والبعد بين الزوجين ما لم يتعاملوا معها بوعي ومعرفة عميقين.

ومن خلال متابعة شخصية لحالات الطلاق الحديثة تبين أن حالات الطلاق في ارتفاع متزايد بين الأزواج الذين قضاوا 20 عاماً أو أكثر في زيجاتهم.

ونظراً لفشو بعض المقولات المترهلة في وسائل التواصل الحديثة، التي تؤكد على نصح أي إنسان ألا يقبل العلاقات المؤذية، فإما أن تستجيب بطريقة إيجابية، أو على الطرف الآخر أن يغادر، أو يرحل، حسب تعبيرات مختلفة رصد تكرارها بعض الدارسين بالملايين في البرامج المتاحة.

فإن هذه المقولات إن صحت - أحياناً - في العلاقات خارج الأسرة، فلا يصح أن تطبق داخلها إلا في حالات مخصوصة جداً، يقدرها المرشد الأسري، بعد أن يدرس الحالة وتاريخ تطورها من جميع الجوانب، ويرى استحالة تحسينها.

ويكثر هذا الاختيار غير المدروس من الزوجات أكثر من الأزواج، ويفسر هذا الواقع بعض الأخصائيين بأن النساء في منتصف العمر يمكن أن يمررن بمرحلة تشبه الولادة من جديد، خاصة عندما يترافق ذلك مع زواج الأولاد ومغادرتهم المنزل لبدء حياة جديدة خاصة بهم، فالمرأة غالباً ما تكون سعيدة بإحساسها بالاستقلال مرة أخرى، وتسعى لصياغة شخصية جديدة لنفسها بصفاتها أنثى، يغذي هذا الشعور الحالة القلقة المزمنة مع زوج مهممل، أو قاسٍ، أو اعتمادي، أو بخيل، ويزيد من ضرامها مشهورات مطلقات مخبّبات، وحفلات الطلاق التي تحولت إلى موضة جديدة، ورؤية قاصرة لما بعد الطلاق.

كما أن بعض الرجال لا يتقبلون مثل هذا التحول في شخصيات زوجاتهم، خاصة إذا ترافق مع تغيير نمط العلاقة تغيير البرنامج اليومي الذي اعتاد عليه؛ فالزوج يجد صعوبة في التنازل عن حقه في استئذان الزوجة منه عند رغبتها في الخروج من المنزل أو السفر، أو حتى في قبول مطالباتها بقضاء وقت أطول خارج المنزل مع صديقاتها، في مكان ترفيهي، أو في السوق، دون حاجة للتسوق، فضلاً عن أن تقرر أن تسافر معهن داخل البلاد أو خارجها، كما قد حدث في الفترة الأخيرة بالذات، ويحاول الضغط على زوجته كي تبقى الأمور على ما كانت عليه.

وهنا يأتي دور المرشد الأسري الذي يجب أن يعمل على تبصير الزوجين بمغبة التفريط في كيان الأسرة، وأن هناك مخارج من هذه الأزمة على الجميع التعاون من أجل الوصول إليها.

كما أن على المرشد الأسري أن يرفع الستار عن الفارق بين الجنسين في نمط التغيير في مرحلة منتصف العمر، فالتغيير عند المرأة يتمحور حول تطوير الذات، بينما التغيير عند الرجل يأخذ غالبًا شكلًا آخر يتمثل في محاولة العودة إلى الشباب، أو (التصايب) كما يحلو للبعض تسميته. فهم يحاول أن يثبت لنفسه ولأقرانه وربما لزوجته، بأنه ما زال يتمتع بالشباب والجاذبية والقوة التي كانت لديه منذ عقدين من الزمن.

المشكلة الرئيسة تكمن في عدم قدرة الزوجين على تفهم بواعث وأسباب التغييرات المفاجئة عند الطرف الآخر، فكل طرف يتوقع أن يبقى الطرف الآخر ثابتًا بدون أي تغيير، وفي حال أبدى طرف رغبته في التغيير فإن الطرف الآخر قد يقرأ ذلك على أنه تدمير وعدم رضا.

فإذا أبدت المرأة رغبة في الانضمام إلى العمل أو إلى عمل تطوعي مثلاً، قد يفهم الرجل ذلك على أنه محاولة للابتعاد عنه؛ لذلك يجب طرح أي تغيير جديد بهدوء وحسن ظن، وإظهار تأثيره الإيجابي في العلاقة الزوجية بشكل عام، سواء أكان ذلك صادرًا من الرجل أم من المرأة.

لكي تستمر العلاقة الزوجية في مرحلة منتصف العمر بنجاح، يجب على الزوجين أن يتقبلا أن حياة الأسرة لها أكثر من جانب:

- علاقة الزوج بالزوجة، وتحكمها الحقوق والواجبات.
- علاقة كل من الزوجين بالأولاد، وتحكمها المسؤولية التربوية.
- علاقة كل منهما بقربات وصدقات ربما لا علاقة للآخر بهم، ومن حق كل منهما أن يحترم خصوصية هذه العلاقات إلا أن تكون مؤثرة تأثيرًا سلبيًا في علاقة كل منهما بالآخر.
- علاقة الأسرة بالمجتمع المحيط.
- تأثيرات العلاقات الخارجية الواقعية والافتراضية في العمل ومع الأصدقاء وغير ذلك.

وفي الوقت الذي قد تكون إحدى هذه العلاقات ناجحة جدًا، يجب على الطرفين أن يتقبلا أن العلاقات الأخرى قد لا تكون بمستوى النجاح نفسه.

(مسعد عبد الله) مهندس في الـ 45 من عمره، متزوج وعنده أبناء، معروف عنه الجدية، والصرامة والالتزام في حياته كلها، واهتمامه الشديد ببيته وعمله، لوحظ عليه في الفترة الأخيرة بعض التغيرات.. أصبح كثير السهر مع أصحابه في الاستراحات أو في السينمات، يجلس على المقهى وحده أو مع أصدقائه.. يتغيب كثيرا عن تلبية حاجات أسرته.. وهذا لم يعهده أحد من قبل عليه، وليس هذا فقط.. بل إنه تعرّف أيضا على بنات في عمر أبنائه، وأصبح يُعَدِّقُ عليهن الأموال والهدايا الثمينة، رغم ما عُرف عنه من حرصه الشديد على المال، بل لم يكن معروفًا بهذه العلاقات المحرمة من قبل!

تقول زوجته (ريم مسعود): لاحظت عليه تغيرات في عنايته بجسده وهيئته، نوع جديد من أصباغ الشعر.. رائحة عطر مختلفة، رنات للجوال لا تنقطع، واهتمام غير مسبوق بالشكل والهندام قبل الخروج، ابتسامة لا تحتل صفحة الوجه إلى عند عتبة الخروج من المنزل، إنها دلالات واضحة على تغير أحوال زوجي، ما علاقة ذلك بوصوله أعتاب الأربعين؟!

تفسير ذلك: يقف الرجل ليجري عملية محاسبة لنفسه عن ماضيه وحاضره ومستقبله، وقد تبدوله سنوات عمره الماضية كأنها كابوس ثقيل، فهو غير راض عما تحقق فيها، ويشعر أنه فشل فشلاً ذريعاً في تحقيق بعض أحلامه أو كلها، وأنه كان يجري وراء سراب، وبحسابات الحاضر هو أيضاً خاسر؛ لأنه يصرف مذكراته على زوجته وأولاده، بينما لا يخصص منها إلا شيئاً نزرًا لنفسه!!

في بعض الأحيان يشعر الرجل أنه يريد أن يبدأ صفحة جديدة من حياته، ويظن بأن ذلك يستلزم الابتعاد عن الزوجة والأولاد والتحرر من قيودهم، وبالفعل يبدأ يتغيب كثيراً عن المنزل ويرتبط بمجموعة من الأصدقاء الجدد الأصغر سنًا الذين يفتحون أمامه أبواباً متعددة للمتعة وقضاء الأوقات، الأمر الذي قد يؤدي إلى ارتكاب أخطاء وممارسات غير مقبولة.

هذا الأمر قد يقود إلى حالة من الملل والفتور بين الزوجين، ويؤدي إلى عدم تكيف كل طرف مع رغبات الآخر في هذه السن، مما يؤدي لحدوث الانفصام النفسي، والوجداني، والفكري! أو ما يسمى بالطلاق العاطفي.

وغالبًا تظهر أعراض أزمة منتصف العمر عند الرجال، من خلال المظاهر التالية:

- شعور بالتوتر المستمر، ونهاية الحياة مما يسبب ردود فعل أخرى.
- تتراجع القدرة على تعلم الأشياء الجديدة وتزداد الرغبة في الوحدة.

- يقوم الرجل بتغييرات جذرية على مظهره الخارجي، ويعتني بهندامه.
 - يعبر باستمرار عن حنينه للماضي ويكثر من استدعاء ذكرياته، ويطلق عبارات «أنا محروم، ضاع شبابي».
 - يفقد اهتمامه بزوجته، وقد ينام في غرفة وحده، ويقضى وقتاً أقل مع عائلته بشكل عام.
 - يتصيد عيوب الزوجة، ويخلق المشكلات، وينظر لها نظرة دونية، ويبدأ يهدد بالزواج من أخرى، أو حتى بترك العائلة، أو بالطلاق، وقد يكثر من السفر بصورة لافقة.
 - يتخلف تدريجياً عن مسؤوليات المنزل، وقد يصل به الأمر إلى أن يوكلها بالكلية إلى أبنائه أو أهل الزوجة.
 - يتخذ قرارات عشوائية فيما يتعلق بالتصرف بأمواله أو على الصعيد المهني.
 - ظهور علامات الاكتئاب، كالنوم الكثير، وفقدان الشهية، والاستيقاظ عند منتصف الليل دون حاجة.
- وبينما تقع الزوجة فريسة الوحدة والاكتئاب وإهمال هذا الزوج، تتسع الفجوة بهجر الزوج لبيته وعمله؛ ليتفرغ لعالم الإنترنت، والفضائيات، ويقضي وقته بحثاً عن صبايا المسيار.

بعض الأزواج يلجأ - في هذه السن - إلى الزواج الثاني الذي يحاول من خلاله إثبات قدرته ورجولته، وأنه لا يزال مرغوباً، وقد يلجأ آخرون إلى علاقات عابرة يصل منها إلى الهدف نفسه، وهو ما ينقل رسالة إلى زوجته ذات الأربعين بأنها قد أنهت مدتها، وانتهت مهمتها لدى الرجل مما قد ينتهي بالطلاق الفعلي وليس فقط العاطفي.

كيف تتجنب الزوجة آثار فترة منتصف العمر لدى زوجها؟

على المرشد الأسري أن يدرب الزوجة على أن تُلِمَّ بطبيعة المرحلة التي يمر بها زوجها، التي قد تصل عند بعضهم إلى ما يسمى بـ (المراهقة المتأخرة)، ومن خلال هذا الإلمام تستطيع أن تفسر تصرفاته الغريبة والمستجدة.

وأن تتدارك الأمر من بدايته حتى لا تتسع الفجوة بينها وبين زوجها، فيذهب الزوج دون رجعة، أو يقع في مخالفات شرعية، ولكن لتحاول من البداية زيادة جرعة الاهتمام بالزوج، وإشعاره بمكانته وأهميته في الأسرة، خاصة أن الاهتمام في هذه المراحل العمرية ينصب على الأولاد ومشكلاتهم، بينما يتحول الأب إلى مجرد ممول للأسرة، ولكن يجب الانتباه للعمل على أن يعود الأب محور الاهتمام وموضع التقدير من الجميع.

والمرشد الأسري الذي يعمل بخبرة أعلى ومهنية أكثر، يمكنه أن يؤهل الزوجة لتكون قادرة على أن تتجنب كثيراً من آثار أزمة منتصف العمر لدى زوجها، وذلك بالتالي:

- مشاركة الزوج همومه وأحزانه!
- الاقتراب منه وتشجيعه بأن يتحدث عن مشاعره.
- تنبيه الأولاد والبنات بأن يقتربوا من أبيهم أكثر، ويدمجوه في مفاصل حياتهم.
- التجاوز عن أخطاء الزوج المحتملة في هذه المرحلة.
- استخدام لغة إيجابية في الحوار.
- تنمية وسائل التواصل غير اللفظي.
- الاهتمام بالمناسبات الخاصة بالزوج.
- تقدير ما قدمه الزوج خلال حياته الماضية، ومساعدته على اجتياز هذه المرحلة بسلام.

وفي المقابل فإن على الزوج عدم المكابرة والعناد، وعدم الإصرار على الجفاء، وأن يضع لم شمل الأسرة في مقدمة أولوياته، وأجمل من ذلك إقناعه بالاعتذار لزوجته إذا أخطأ في حقها، فإن ذلك يعنى لديها كثيرًا من التقدير، بينما يعدّه بعض الأزواج - خاطئين - نوعًا من الخضوع والضعف!!

ومن خلال مئات الحالات في مراكز الإرشاد الأسري، وجدت أن المرأة لا تنسى ملفًا لم يغلق برضاها، فسوف تعود إليه ولو بعد حين، متذكرة كل تفاصيله، وهو مما يُضجر الرجل ويشعره بالإحباط واليأس، ولو أنه فهم ما تريد، وفتح الجرح وعالجه، لتقبلت زوجته منه ذلك، وأرشفته في رف الامتنان، بل في رفوف الاستحقاق، التي عادة تكون مكتظة في حالة الخلاف.

وبالرجوع إلى عدد من المراجع العلمية، فإننا نجد أسبابًا مختلفة لظهور أعراض أزمة منتصف العمر، ومنها ما ذكره د. هاني السبكي استشاري الطب النفسي: «أحيانًا تكون أزمة منتصف العمر لدى الرجل ناتجة عن عدم النضج العاطفي، وعدم إشباع تلك المشاعر في سن المراهقة والشباب، وهذه الحالة تحتاج للجوء إلى طبيب نفسي؛ حتى لا تتفاقم فيقع في مشكلات متتابعة، يؤدي بعضها إلى بعض، لاسيما وأن الواقع يؤكد أن العلاقات التي يخوضها الرجال خلال مرورهم بهذه (الأزمة) لا يكتب لها النجاح، وتكون لها نتائج وخيمة عليه وعلى الآخرين».

يسبب الملل والفتور، وعدم تكيف كل طرف مع رغبات الآخر في هذه السن إلى الانفصام النفسي والوجداني والفكري؛ فهي عملية نفسية لا علاقة لها بالجانب الفسيولوجي.

ولا نستطيع أن نلقى باللائمة على أحد الزوجين، فلربما اشترك الزوجان في الأسباب نفسها، وربما كان أحدهما أكثر تسببًا!!

ومن الممارسات التي أتاحت لها مستجدات التقنيات فرص التكاثر والتضاعف، العلاقات المحرمة، وهي من منافذ الهروب للرجل في فترة منتصف العمر، وفي أكثر الحالات تكتشف الزوجة خطيئة زوجها، فتغضب، وربما تترك بيتها وأولادها، وبدلاً من اعتراف الزوج بخطئه، ورجوعه لربه، واحتوائه لزوجته، وامتصاص غضبها بالكلمة الطيبة، والالتزامات المؤكدة، والهدايا المملوطة؛ ليحافظ على أسرته، يتخذ الأسلوب الهجومي وسيلة لإسكاتها، محملاً إياها المسؤولية كاملة، مذكراً بإهمالها له عاطفة وجنساً، وانكبابها على بيتها وأولادها، ومشروعاتها الشخصية!

أثر العلاقة الحميمية في منتصف العمر

ومع الأهمية العظمى للعلاقة الحميمية التي تمثل ما يقارب نحو ربع جودة الحياة الزوجية (25%)، فإنها تتراجع في نهاية فترة منتصف العمر، ويقع التفاوت الكبير بين الزوجين، فقد تنشط الزوجة جنسياً؛ لارتباط النشاط الجنسي الأعلى لديها بالثلاثين من عمرها حتى قرب الخمسين، تقريباً، ثم تبدأ في الانخفاض بعده، فقد أجرى علماء بريطانيون دراسة حول عملية التغيرات ونوعية الحياة الجنسية في المرأة مع تقدم العمر، كشفت أنه مع التقدم في السن يحدث تحسين في الحياة الجنسية لها وزيادة الرغبة العلاقات الزوجية الحميمية، وشملت الدراسة 2000 امرأة، 77% من النساء قالوا إن حياتهم الجنسية كانت في ذروتها عندما كانوا في سن 40-50 عاماً. قال الطبيب النفسي (بولدن جين) الذي أشرف على أكثر من دراسة علمية عن النساء في منتصف العمر، أن النساء يعلو لديهن الإحساس والاهتمام بالحياة الجنسية مع التقدم في السن. وأوضح (د. جين) أن ذلك يحدث: لأن المرأة في منتصف العمر تكون تعلمت كيفية الحصول على الارتياح في السرير، وتهتم بمظهرها أكثر من النساء الأصغر سناً، وتكون أكثر خبرة في كيفية إظهار مفاتنها للزوج، وأكثر ثقة بالنفس، ولا تحشى أو تحجل بالبداية بطلب الممارسة بالتلميح أو التصريح.

بينما الرجل يبلغ أعلى مستوى جنسي في العشرين من عمره، ثم يبدأ في الانخفاض التدريجي، ولا يتوقف حتى نهاية العمر، إذا سلم من بعض الأمراض التي تعد مؤثراً فاعلاً في القوة الجنسية، فقد تكون سبباً في إضعافها أو إطفائها.

ومما رصدته خلال عملي في الإرشاد الأسري، ما يقوم به بعض الأزواج من إقناع زوجته بأن قدرتها الجنسية لديها مرتبطة بتوقف الطمث، وأن إطلاق سن (اليأس) على هذه المرحلة يدل على عجزها الجنسي أو ضعفها الشديد فيه، وهي عملية برمجة وإصاق صفة قد تستجيب لها الزوجة دون وعي منها، والحقيقة أنها خرافة لا علاقة لها بالحقيقة، التمسّت صحيحها من الأطباء المختصين، وما يشهد به الواقع بين الأزواج الذين يعيشون فترة منتصف العمر بل حتى ما بعدها في علاقة حميمية رائعة، وإن كانت من حيث العدد أقل مما سبق بحكم السن، والدراسات الحديثة تؤكد بأن الرضا الجنسي لا يتوقف على العمر، بل على جودة العلاقة والتواصل بين الزوجين؛ ولذلك يقول د. طارق أنيس أستاذ الذكورة والضعف الجنسي بجامعة القاهرة ورئيس الرابطة العربية للصحة الجنسية: «الجنس

ليس ما نفعل فقط، ولكنه قبل ذلك ما نفكر وما نحس وما نشعر وما نتصرف، إنه شيء فطري وغريزي وطبيعي ومصدر للمتعة، ولا بد أن يظل المرء نشطاً جنسياً طوال حياته مهما طال العمر، ولكن أسلوب النشاط هو الذي يختلف بتقدم السن».

ويذكر د. أسامة الجامع بـ «أن الدراسات النفسية تشير إلى أن مساحة العلاقة الحميمة في الحياة الزوجية لا تتجاوز ٢٠٪، إلا أن نسبة تأثيرها في الحياة الزوجية تصل إلى ٧٠٪، وأن الخلل في هذه العلاقة أو فشلها يزيد من فرص الطلاق بين الزوجين». ولذا فإن مهمات المرشد الأسري في هذه الفترة أن يقنع الطرفين بأن يستبعدا فكرة أن يكونا نسخة طبق الأصل من ماضيهم الشاب، وأن يعرفا - أيضاً - بأن الصحة الجيدة تعني علاقة حميمة أفضل، وبالتالي صحة أفضل؛ فهو يحرق الدهون، ويزيد المناعة، ويحفز المخ على إفراز الأندورفين مسكن الألم الطبيعي، كما يعمل على تخفيف التوتر، ويؤخر الشيخوخة، وليس كما يعتقد - بعض الناس - بأنه يعجل بها.

لا بد أن نعرف أن جسدنا يتغير ويتبدل، وعلينا أن نتعامل معه بذكاء، وأن نكون مرنين مع هذا التغير. والمدعش أن الرجل من الممكن أن يعترف بكل التغيرات الجسدية المصاحبة لتقدم العمر إلا في قدرته الجنسية فهو يرفض الاعتراف بشدة. علمًا بأن هذا الضعف أو العجز يعود إلى مشاكل نفسية مختلفة، منها في هذه السن عدم الثقة بالنفس والتوتر والاكتئاب والأمراض المزمنة، وضغوط العمل، والديون.

ومما وجدت له فائدة كبرى في الحفاظ على تماسك الأسر من خلال جلسات الإرشاد الأسري، في هذه المرحلة الخطرة، التركيز على أن المرأة قادرة على الاستثارة مهما كان عمرها، لكنها تصبح أبطأ مع تقدم السن، لكنها موجودة ولا تحال إلى التقاعد، فإن توقف الدورة الشهرية يصاحب قلة هورمون الأستروجين، وبالتالي تتأثر بعض الوظائف المتعلقة بهذا الهورمون الأنثوي.

وتخطئ الزوجة الخمسينية في مجتمعنا خطأ جسيماً، حينما تجتنب فراش زوجها، أو تكثر من الاعتذار منه، بحجة أنها مشغولة أو أنها كبرت، فهي بذلك تمهد لاتخاذ زوجها قراراً بالزواج، فتغضب، وتعهده قد خان عشرتها له، ووقوفها معه منذ بواكير حياته، بينما يشعر هو أنه معذور تماماً.

منتصف العمر فرصة ذهبية، ففيه الاستقرار الأسري، والوظيفي، والمالي، والاجتماعي، ولا يزال يتمتع بالقوة البدنية كذلك، إذ تزحف بعدها (الشيخوخة) بضعفها الجسدي، وربما بغربتها النفسية والاجتماعية، فإذا تعامل الزوجان مع مرحلة منتصف العمر بما يليق بها من تفهم، بمنأى عن المؤثرات السلبية والمتغيرات الاجتماعية غير السوية، أي كان مصدرها من الداخل أم من الخارج، واستثمرا النضج النفسي والعقلي الذي وصل إليه بعد الأربعين، وجعلوا (الأسرة) أولاً، فإنهما سيعيشان أجمل فترات حياتهما.

توصيات:

1. أن يتضمن برنامج المقبلين على الزواج إرشادات للتهيئة للدخول في هذه المرحلة، وبخاصة بعد أن تأخر سن الزواج في المجتمعات البشرية اليوم، ومنها مجتمعنا السعودي، فقد تدهم خصائص هذه المرحلة العُشَّ الزوجيَّ بعد أقل من (10) سنوات، بينما هي في السن الطبيعي للزواج تأتي بعد حوالي (15) سنة.
2. أن يطلق مشروع وطني عريض، تُبنى له حقائب تدريبية احترافية بأيدي مختصين وخبراء، وتقدم للذين بلغوا هذا العمر (٣٦ - ٦٠)، وقاية لهم من الوقوع بالأزمة، أو إسهاً في المعالجة لمن وقعوا فيها.
3. أن يعتني الدارسون في مجتمعنا السعودي بدراسة الأسر القوية التي استطاعت أن تعبر هذه المرحلة بنجاح، وكيف واجهوا التحديات، وتعاملوا مع المتغيرات برجاحة عقل، وحسن اختيار، وضبط للقرارات المؤثرة في كيان الأسرة واستقرارها ومستقبلها.

مصادر في مرحلة منتصف العمر:

سنجد تعرضاً للأزمة منتصف العمر في جميع مصادر علم نفس النمو، ومراحل العمر، وأخص هنا بالذكر عددًا من المصادر المخصصة لهذه المرحلة:

1. أزمة منتصف العمر الرائعة، ليدا لوشان، ترجمة سهير صبري.
2. أزمة منتصف العمر لدى المرأة والرجل بين اليأس والأمل، سناء محمد سليمان.
3. حرب نفسية بين الأزواج، د. هبة علي محمد، ٢٠٢٥م.
4. حواء في منتصف العمر، عبير خضر، ٢٠٢٥م.
5. قواعد الزواج السعيد، د. رويين جوترديج، جامعة سنترال إنجلترا.
6. المرأة في سن الإخصاب وسن اليأس، أيمن رويحة.
7. كيف تهزم الشيخوخة، جورج دوبلارد.
8. مشاكل وحلول المرأة والرجل الصحية والنفسية والجنسية بعد الخمسين، إيمان بقاعي.

المُخَوِّرُ العَاشِرُ

أزمة منتصف العمر وعلاقتها
بالتغيرات المعاصرة وكيف يتعامل معها المرشد الأسري ؟

أ. فاطمة الشهري

تمر حياة الإنسان بعدة مراحل عمرية تتسم كل مرحلة بسمات وخصائص معينة، ومن أكثر هذه المراحل حساسية "منتصف العمر" الذي يتراوح غالباً بين سن الأربعين والخمسين. وتتميز هذه المرحلة بتغيرات جسدية ونفسية واجتماعية تجعل الفرد أكثر عرضة للشعور بالقلق والاضطراب وعدم الرضا عن الذات. هذه التحولات لا تقتصر على الفرد وحده، بل تمتد لتشمل الأسرة والعلاقة الزوجية تحديداً، لكونها النواة الأولى للتوازن النفسي والاجتماعي.

ولا شك أن أزمة منتصف العمر من القضايا النفسية والاجتماعية التي تؤثر بعمق في بنية الأسرة واستقرارها، حيث يمر كل من الرجل والمرأة في هذه المرحلة بجملة من التحولات النفسية والجسدية والاجتماعية التي قد تنعكس على علاقتهما الزوجية. وتتمثل هذه الأزمة غالباً في شعور الفرد بتراجع بعض القدرات الجسدية أو فقدان الإنجازات المرجوة أو القلق من المستقبل، مما ينعكس على استجابته للمتغيرات المعاصرة المحيطة به، سواء في مجالات العمل، أو العلاقات الاجتماعية، أو أنماط الحياة الحديثة.

وفي ظل الانفتاح الاجتماعي والثقافي المتسارع الذي تشهده المجتمعات العربية، ومن بينها المجتمع السعودي، باتت استجابة الزوجين لهذه المتغيرات تمثل تحدياً جوهرياً أمام استقرار الأسرة. إذ قد تظهر مظاهر الندية الزوجية، واختلال الأدوار التقليدية، ورغبة أحد الطرفين في إثبات ذاته بطرق جديدة، إضافة إلى ارتفاع سقف التوقعات من الشريك، وكل ذلك يضاعف من احتمالية تفاقم أزمة منتصف العمر لتتحول من أزمة فردية إلى أزمة أسرية.

وهنا يبرز الدور الحيوي للمرشد الأسري، الذي يعمل وفق منهجية تجمع بين أسس العلاج النفسي والاجتماعي من جهة، والمراعاة للثوابت الدينية والقيم الثقافية للمجتمع السعودي من جهة أخرى. فيسعى المرشد الأسري إلى مساعدة الزوجين على فهم طبيعة الأزمة، وإعادة صياغة استجابتهما للمتغيرات المعاصرة بما يحقق التوازن بين متطلبات العصر والحفاظ على استقرار الأسرة.

كما يعتمد في تدخله على إستراتيجيات متعددة مثل الإرشاد الفردي والزوجي، وتوظيف النماذج النظرية في علم النفس الأسري، إضافة إلى بناء وعي مجتمعي بأهمية تجاوز هذه المرحلة دون صراعات تهدد البناء الأسري.

ومن هنا، فإن دراسة أزمة منتصف العمر وعلاقتها باستجابة الزوجين للمتغيرات المعاصرة، مع بيان كيفية تعامل المرشد الأسري معها، تُعدّ مدخلاً مهماً لفهم ديناميات الأسرة السعودية في ظل التحولات الاجتماعية الراهنة، وتكشف عن أهمية الإرشاد الأسري كأداة وقائية وعلاجية على حد سواء.

أزمة منتصف العمر في ضوء المتغيرات المعاصرة:

تعد أزمة منتصف العمر حالة انتقالية نفسية واجتماعية يمر بها الإنسان عادة ما بين الأربعين والخمسين من العمر، وتتمثل في مشاعر متناقضة من القلق، والتفكير في الماضي، والخوف من المستقبل، والشعور بالملل أو فقدان الإنجاز.

ويصف علماء النفس هذه الأزمة بأنها نتيجة مباشرة لتغيرات بيولوجية (انخفاض النشاط الجسدي والهرموني)، وتغيرات اجتماعية (تراجع الأدوار الأسرية التقليدية)، وتغيرات ثقافية (الاحتكاك المستمر بالقيم والمعايير الحديثة). وشهد العالم المعاصر - والمجتمع السعودي على وجه الخصوص - جملة من التحولات العميقة التي أثرت في طبيعة أزمة منتصف العمر، من أبرزها:

- 1- تتضاعف آثار أزمة منتصف العمر مع التغيرات المعاصرة التي يشهدها المجتمع السعودي والعالمي على حد سواء، مثل التغير في الأدوار الأسرية، فمع دخول المرأة سوق العمل وارتفاع مستوى طموحها، أصبح توزيع الأدوار التقليدية بين الزوجين عرضة لإعادة التفاوض، مما قد يثير الندية أو الشعور بعدم التقدير.
- 2- التقنيات الحديثة ومواقع التواصل: التي فتحت آفاقًا جديدة للتواصل لكنها في الوقت نفسه أوجدت مصادر مقارنة اجتماعية قد تزيد من شعور أحد الطرفين بالنقص أو الإحباط. حيث أدت منصات التواصل الاجتماعي خلقت بيئة دائمة للمقارنة الاجتماعية، إذ يشعر بعضهم أنهم لم يحققوا ما يكفي مقارنة بأقرانهم. حيث ارتفاع تكاليف المعيشة وتزايد الضغوط الاقتصادية يجعل الأسرة أقل استقرارًا وأكثر عرضة للصراع. وفي منتصف العمر، يصبح الزوجان في قمة التزاماتهم المالية (أبناء في الجامعة، التزامات سكنية)، مما يزيد القلق والإرهاق النفسي. ومع الانفتاح الذي تشهده المملكة العربية السعودية في مجالات الترفيه والسياحة والأنشطة الاجتماعية، أصبحت التوقعات من الحياة الزوجية أعلى. ويؤدي ذلك إلى ظهور فجوة بين رغبة الفرد في التجديد والاستمتاع بالحياة، وبين ضغوط المسؤوليات الأسرية.
- 3- التحولات الاقتصادية والاجتماعية: وما يصاحبها من ارتفاع سقف التطلعات المادية والمعيشية، مما يضع الأسرة أمام تحديات جديدة. حيث كان النجاح في الماضي يقاس بالاستقرار الأسري والوظيفي، أما اليوم فقد أصبح النجاح مرتبطًا بالشهرة والإنجاز الفردي السريع. وهذا التغير يجعل بعض الأزواج في منتصف العمر يشعرون بأن إنجازاتهم لا تتوافق مع متطلبات العصر.
- 4- الوعي الصحي والنفسي: حيث يزداد إدراك الزوجين لتراجع القدرات الجسدية والنفسية والجنسية في منتصف العمر، ما يولد أحيانًا خوفًا من فقدان الجاذبية أو المكانة الاجتماعية. كل هذه المتغيرات تجعل الزوجين أمام ضرورة إعادة صياغة علاقتهما الزوجية بما يتلاءم مع الواقع الجديد، وإلا تحولت الأزمة إلى مصدر نزاع وفجوة عاطفية.

الخصوصية السعودية في انعكاسات أزمة منتصف العمر ودوافع البحث عن المساعدة:

جعل الطابع المحافظ للمجتمع السعودي من الخلافات الزوجية أمرًا يُدار غالبًا في الخفاء، مما يزيد من الضغط النفسي على الزوجين ويؤخر طلب المساعدة. كما أن تسارع وتيرة التغيرات الاجتماعية جعل الأزواج والزوجات يواجهون تحديات جديدة لم تكن مألوفة في السابق (كالانفتاح على أنماط ترفيهية واجتماعية جديدة)، ما زاد من فجوة التوقعات بين الزوجين.

والدور المركزي للدين في الحياة اليومية يجعل بعض الأزواج يفسرون الأزمة من منظور أخلاقي أو ديني، وهو ما قد يكون عامل دعم إذا وُظف بشكل صحيح، أو عامل ضغط إذا صاحبه لوم متبادل. وتعد أزمة منتصف العمر في السعودية لها خصوصية متفردة عن غيرها في الدول الأخرى على عدة جوانب منها ما يلي:

- حجم ومستوى الضغوط الاجتماعية: تعد مستويات الضغوط الاجتماعية في السعودية، قوية جدًا، مما يزيد من صعوبة أزمة منتصف العمر؛ نتيجة لتغيرات مجتمعية كثيرة منها تقدم متوسط أعمار المواطنين من الأزواج، وتفتت الأسر من أسر ممتدة إلى أسر نووية صغيرة، وتباعد المسافات بين الآباء والأولاد نتيجة الانتقال للسكن في مكان آخر أو السفر للعمل.
- الاهتمام بالأسرة: فغالبًا ما ترتبط أزمة منتصف العمر بالبحث عن الذات وتحقيق الأهداف الشخصية، بينما في المجتمع السعودي، فغالبًا ما ترتبط بالمسؤولية تجاه العائلة والأولاد خاصة بعد الانتهاء من تحقيق متطلبات الحياة وأهداف قد رسمت من قبل، فيحمل بعدها الآباء مسؤولية زواج الأولاد واستكمال تعليمهم ومسكنهم وتوفير سبل المعيشة لأبنائهم؛ بما يزيد من أزمة منتصف العمر.
- الدعم النفسي: قد يواجه من هم في منتصف العمر صعوبات في الوصول إلى الدعم النفسي بسهولة؛ مما يجعل من الصعب على الأفراد الحصول على المساعدة التي يحتاجون إليها.
- الملل والروتين وفقدان الشغف: حيث إنه بعد مرور سنوات طويلة من المسيرة المهنية والمسؤوليات العائلية، قد يشعر الفرد بالملل والفتور. هذا الروتين قد يفقده الشغف تجاه حياته اليومية ويجعله يبحث عن تغيير جذري، حتى لو كان غير منطقي.

مظاهر وأعراض أزمة منتصف العمر على العلاقات الزوجية:

تكتسب مرحلة منتصف العمر في السعودية طبيعة خاصة، حيث تتأثر بالتحولات الاجتماعية والثقافية التي يمر بها المجتمع السعودي، وتتجاوز مجرد الخلافات اليومية لتلامس قضايا أعمق تتعلق بالهوية، والذات، وتوازن الأدوار. وهناك عدة مظاهر وأعراض لأزمة منتصف العمر على العلاقات الزوجية بالملكة التي تتضمن ما يلي:

- اختلاف الأولويات: الزوج يميل إلى إثبات ذاته خارج الأسرة، بينما الزوجة قد تحتاج إلى مزيد من الأمان العاطفي.
- والحساسية المفرطة: كلا الزوجين يصبح أكثر عرضة للتأثر بالنقد أو الإهمال.
- تأثير المتغيرات المعاصرة: وسائل التواصل الاجتماعي، ضغط العمل، والتحولات الاجتماعية قد تضيف وقودًا

للصراع.

- اختلاف التوجهات: غالباً ما يتزامن الاختلاف في التوجهات بين الآباء والأولاد مع مراقبة الأولاد، ما يزيد من الضغوط والتوترات داخل البيت في منتصف العمر.

- صراعات الدور: حيث الزوج نفسه عالق بين دوره التقليدي مُعيلاً وحيداً للأسرة، وبين رغباته الشخصية في تحقيق ذاته خارج نطاق العمل، مما يسبب شعوراً بالإرهاق والضغط. في الوقت نفسه، قد يرى أن زوجته لم تعد تهتم به كما كانت في بداية الزواج، كما تشعر الزوجة بأن حياتها قد استنفذت في تربية الأولاد وتلبية احتياجات الأسرة، وأنها فقدت جزءاً من شخصيتها المستقلة. ومع دخول الأولاد مرحلة الشباب، قد تجد نفسها فجأة أمام فراغ كبير، وتتولد لديها الرغبة في استكشاف ذاتها مجدداً، سواء بالعودة إلى الدراسة أو العمل أو تطوير هوايات جديدة. هذا التغيير قد لا يتقبله الزوج، مما يؤدي إلى صراع حول الأدوار والمسؤوليات.

- فقدان العاطفي: فبعد مرور سنوات طويلة من الزواج، قد يسود الروتين العلاقة، ويصبح التواصل بين الزوجين مقتصرًا على الأمور المادية ومناقشة شؤون الأولاد. هذا الجمود يقتل الشغف، ويجعل كل طرف يشعر بالوحدة، على الرغم من وجوده في علاقة زوجية. وقد يدفع هذا الفراغ العاطفي أحد الزوجين، خاصة الزوج، للبحث عن «إثارة» أو «حياة ثانية» خارج نطاق الأسرة. وقد تظهر سلوكيات مثل الاهتمام المفرط بالمظهر، أو البحث عن علاقات جديدة، أو التفكير في الزواج من أخرى، وهو ما يُعد من أبرز مظاهر الأزمة في المجتمع السعودي.

- فقدان الأدوار التقليدية: حيث اعتاد الزوج لسنوات طويلة على دور (رب الأسرة)، والمسؤول عنها. لكن في منتصف العمر، قد يشعر أن هذا الدور استنزفه عاطفياً وجسدياً دون أن يحقق ذاته أو شغفه. يبدأ بالبحث عن معنى آخر لحياته، مما يجعله ينسحب عاطفياً من العلاقة الزوجية، وقد يتخذ قرارات كبيرة مثل تغيير وظيفته أو التفكير في الزواج مرة أخرى بصفته نوعاً من (البداية الجديدة)، كما أن الزوجة تشعر بأنها قد كرس حياتها لرعاية الأولاد والأسرة، مع كبر الأولاد واستقلالهم، وهنا تجد الزوجة نفسها أمام فراغ كبير، تشعر بأن دورها الأساس قد انتهى؛ مما يجعلها تبحث عن هوية جديدة، قد ترغب في العودة للدراسة، أو العمل، أو ممارسة هوايات جديدة، وهو ما قد لا يتقبله الزوج الذي اعتاد على دورها التقليدي.

- الخلافات مع الأولاد: فمع تزايد الفجوة بين الزوجين، يصبح الأولاد بيئة خصبة للصراع. فقد يختلف الزوجان على أساليب تربيتهن، أو على مدى حريتهن، أو على مستقبلهن الدراسي والمهني. ويشعر الأولاد بالضيق والتوتر بسبب الخلافات المستمرة بين والديهم.

- الانفصال أو الطلاق: فمع مواجهة العديد من الأزمات التي تتعلق بمنتصف العمر من الفتور العاطفي وروتينية الحياة وفقدان الدور، يكون الانفصال هو الملاذ الأخير لإنهاء الشعور السلبي المرتبط بمنتصف العمر، وخاصة مع تغير النظرة الاجتماعية للطلاق في السعودية.

انعكاسات أزمة منتصف العمر على الزوجين والأسرة:

ما يزيد من حدة هذه الأزمة التي تتعلق بأزمة منتصف العمر في السعودية هو التحول الاجتماعي السريع الناتج عن الانفتاح الثقافي والتغيرات الاقتصادية. فبينما كانت الأدوار الاجتماعية محددة بصرامة في الماضي، فإن

تعدد الخيارات اليوم يفتح المجال للمقارنة المستمرة بين الأفراد، ويعزز الإحساس بالفجوة بين الطموح والواقع، كما أن ارتفاع مستوى المعيشة ومتطلبات الأسرة قد يضاعف الضغوط النفسية والاجتماعية التي يوجهها الفرد في منتصف العمر. هذه المتغيرات تجعل أزمة منتصف العمر أكثر تعقيداً مما كانت عليه في الأجيال السابقة، ومن أبرز انعكاساتها:

1. انعكاساتها على الزوجين:

- ضعف التواصل العاطفي والوجداني والجنسي: فإن في مرحلة منتصف العمر، يبدأ كل من الزوج والزوجة في الانشغال بمشكلاتهما الفردية، كالإرهاق النفسي أو القلق من المستقبل أو الانغماس في العمل، مما يؤدي إلى فتور في التعبير عن المشاعر.

- القلق من فقدان الجاذبية: فالزوجة: تخشى من آثار التقدم في العمر على مظهرها وجاذبيتها، خصوصاً في ظل المعايير الجمالية التي تفرضها وسائل التواصل الاجتماعي.

- الزوج يخشى من تراجع قدرته الجسدية أو مكانته المهنية، فيسعى أحياناً لتعويض ذلك عبر أنشطة جديدة أو البحث عن مصادر بديلة للإشباع النفسي أو العاطفي.

- العزلة الاجتماعية: بعض الأفراد قد ينسحبون من المحيط الاجتماعي بسبب الإحساس بالشيخوخة المبكرة أو فقدان الجاذبية؛ مما يؤدي إلى ضعف شبكة العلاقات الاجتماعية.

- تحديات المكانة الاجتماعية: في المجتمع السعودي، حيث تحظى المكانة الاجتماعية والإنجاز المهني بأهمية، قد يشعر الفرد في منتصف العمر بالتهديد على صورته الاجتماعية إذا لم يحقق المكانة التي كان يطمح إليها.

- القلق والاكتئاب: يشيع في هذه المرحلة القلق من المستقبل والخوف من فقدان الصحة أو الوظيفة أو المكانة الاجتماعية، مما قد يقود إلى اضطرابات نفسية أبرزها الاكتئاب.

إن أزمة منتصف العمر تمثل تحدياً مزدوجاً للزوجين، تحدياً داخلياً مرتبطاً بالتحويلات النفسية، وتحدياً خارجياً مرتبطاً بالمتغيرات المعاصرة، لكن تدخل المرشد الأسري - باعتباره متخصصاً يجمع بين المعرفة العلمية والالتزام بالقيم - يُعد أداة أساساً لتحويل هذه الأزمة من تهديد لاستقرار الأسرة إلى فرصة للنمو والتجديد العاطفي والاجتماعي؛ مما يمثل الحاجة الماسة إلى الإرشاد الأسري للوقاية من تداعيات الأزمة.

مراحل العمل مع التداعيات السلبية لأزمة منتصف العمر:

إن أزمة منتصف العمر ليست مجرد حالة فردية، بل ظاهرة اجتماعية لها انعكاس مباشر على استقرار الأسرة. وأن المتغيرات المعاصرة (العمل، التكنولوجيا، التغيرات الثقافية) جعلت هذه الأزمة أكثر وضوحاً في المجتمع. ولا يقتصر دور المرشد الأسري على معالجة المشكلة بعد تفاقمها، بل يساعد على تفكيك الأزمة، وفهم دوافعها النفسية والاجتماعية، وإعادة صياغة استجابة الزوجين للمتغيرات في ضوء القيم الإسلامية والمجتمعية، مما يحول

أزمة منتصف العمر إلى فرصة للنمو والتجديد الأسري. وتدخل المرشد يثبت فاعلية كبيرة لأنه يجمع بين البعد العلمي والبعد القيمي، ويستند التدخل إلى نظرية تكامل الأدوار الزوجية، التي ترى أن التوازن لا يعني التماثل، بل التكامل.

وفيما يلي مراحل العمل مع التداعيات السلبية لأزمة منتصف العمر في المجتمع السعودي:

(أ) مرحلة التقييم والتشخيص وذلك من خلال: جمع المعلومات الأولية: التعرف على خلفية الزوج أو الزوجة (العمر، الوضع الأسري، الحالة الصحية، الضغوط العملية). وتشخيص مظاهر الأزمة: هل تتمثل في فقدان الدافعية؟ البحث عن تجديد؟ اضطراب في العلاقة الزوجية؟ مشكلات مع الأولاد؟ كذلك تحديد البعد النفسي والاجتماعي: التمييز بين أعراض أزمة منتصف العمر الطبيعية (التأمل في الماضي، الشعور بالملل) والأعراض المرضية (اكتئاب، اندفاعات سلوكية).

(ب) مرحلة التوعية والإرشاد النفسي وذلك من خلال تقديم التثقيف النفسي: شرح طبيعة أزمة منتصف العمر، وأنها مرحلة طبيعية يمر بها كثيرون، وليست فشلاً شخصياً. وتصحيح المعتقدات الخاطئة: مثل الاعتقاد بأن هذه المرحلة تعني نهاية العطاء أو فشل الحياة الزوجية، مع بناء التوازن النفسي: تعزيز الإيجابية، واستدعاء الإنجازات السابقة لتقوية الثقة بالنفس.

(ج) مرحلة التدخل الأسري وذلك من خلال: تعزيز قنوات الحوار بين الزوجين: تدريب الطرفين على مهارات الإصغاء الفعّال، والتعبير عن المشاعر بلالوم. وتقليل حدة الصراعات: تحويل الخلافات إلى فرص لفهم مشترك بدلاً من صدامات حادة. مع توجيه الأولاد: إشراك الأولاد في تفهّم طبيعة المرحلة، وتجنب تفسير سلوك الأب / الأم على أنه تقصير أو نقص.

(د) مرحلة إعادة بناء الأدوار والأهداف وذلك من خلال: إعادة صياغة الأدوار الزوجية: مساعدة الزوج والزوجة على التكيف مع تغيرات العمر (مثل خفوت بعض الطاقات الجسدية مقابل نضج عاطفي أكبر). وتوحيد الأهداف المستقبلية: تشجيع الزوجين على وضع خطط جديدة مشتركة (سفر عائلي، مشروع تجاري، نشاط اجتماعي). وتنمية الهوايات والأنشطة: تحفيز الطرف الذي يمر بالأزمة على استثمار وقته في أنشطة جديدة بدلاً من البحث عن بدائل خارج الأسرة.

(هـ) مرحلة الدعم المستمر والمتابعة وذلك من خلال: التدخل الديني والقيمي: ربط الطرف الذي يمر بالأزمة بالقيم الإسلامية في الرضا بالقضاء وحسن استثمار العمر. والمتابعة الدورية: وضع خطة زمنية للقاءات إرشادية لقياس مدى تحسن الحالة. والإحالة عند الحاجة، حيث إنه إذا ظهرت أعراض مرضية (اكتئاب حاد، سلوكيات اندفاعية خطيرة) يحيل المرشد إلى مختص نفسي أو طبي.

الأدوار الإجرائية للمرشد في التعامل مع مشكلة منتصف العمر:

يمكن أن يؤدي المرشد دورًا محوريًا في التخفيف من آثار أزمة منتصف العمر على الأفراد والأسر، وذلك عبر

أدوار إجرائية وتدخلات مهنية تستند إلى الأطر الشرعية والقانونية والثقافية السائدة في المجتمع السعودي وذلك من خلال الآتي:

1. الأدوار الوقائية وذلك من خلال: برامج توعية قبل دخول منتصف العمر: عقد ورش عمل للأزواج في بداية الأربعينات لتعريفهم بما قد يواجهونه مستقبلاً، والتثقيف المجتمعي باستخدام المنصات الإعلامية والاجتماعية في نشر ثقافة التوازن النفسي والأسري عند منتصف العمر، مع الكشف المبكر من خلال إجراء استبانات دورية لقياس درجة الرضا الزوجي والنفسي لرصد بوادر الأزمة مبكراً.

2. الأدوار العلاجية المباشرة وذلك من خلال جلسات فردية متخصصة: توفير مساحة آمنة للزوج أو الزوجة للتعبير عن مخاوفهم بلا حكم مسبق. وتوظيف العلاج المعرفي السلوكي: لتعديل الأفكار السلبية مثل (كبرت، انتهت حياتي، لا فائدة مني). ومعالجة السلوكيات الاندفاعية: مثل النزعة المفاجئة للإنفاق غير المبرر أو البحث عن إثبات الذات في علاقات خارج الزواج.

3. الأدوار الاجتماعية من خلال إعادة ربط الفرد بشبكة الدعم الاجتماعي: مثل الأصدقاء الإيجابيين، الأنشطة المجتمعية، الجمعيات الخيرية. وتشجيع العلاقات الممتدة: تنظيم لقاءات عائلية لإعادة إحياء الروابط مع الأقارب التي قد تقل مع ضغوط الحياة. كما يقوم المرشد في هذا الدور بعدد من المهام الإجرائية والتي تتضمن ما يلي:

- تشجيع الزوجين على التعبير عن احتياجاتهما دون اتهامات.
- اعتماد أسلوب "أنا أشعر" بدلاً من "أنت السبب".
- تخصيص وقت يومي للحوار بعيداً عن المشاحنات.
- تدريب الزوجين على التوقف المؤقت عند تصاعد التوتر.
- اللجوء إلى تمارين الاسترخاء والتنفس العميق.
- إدخال الأنشطة المشتركة (رياضة، هواية) لتفريغ الطاقة السلبية.
- مساعدة الزوجين على إعادة توزيع المسؤوليات المنزلية والمالية وفق المتغيرات (عمل الزوجة، كبر الأولاد).
- التوصل إلى حلول وسط بدلاً من فرض طرف لرايه.
- تشجيع الزوج على التعبير عن التقدير والامتنان لجهود الزوجة.
- تعزيز الجانب العاطفي عبر مبادرات يسيرة (كلمات لطيفة، مفاجآت صغيرة).
- منع التدخلات الخارجية السلبية من الأهل أو الأصدقاء.

4. الأدوار التربوية وذلك من خلال: توعية الأولاد بإعداد جلسات إرشادية للأبناء لشرح أن التغيرات التي يمر بها أحد الوالدين طبيعية، حتى لا يفسروها بشكل خاطئ، وبناء جسرين الأجيال بتعليم الأولاد كيفية احتواء الوالدين عند المرور بضغوط منتصف العمر. كذلك تشجيع الآباء والأمهات على أن يكونوا قدوة في الصبر والاعتزان لأبنائهم.

5. الأدوار الروحية والقيمية وذلك من خلال ربط الأزمة بمفهوم الابتلاء والاختبار: توجيه الفرد لاستحضار قيم الرضا والشكر، وزيادة حجم البرامج الدينية التي تهدف إلى التشجيع على الالتحاق بحلقات تحفيظ القرآن أو مجالس العلم الشرعي. وغرس معنى استثمار العمر مع التذكير بأن النصف الثاني من الحياة فرصة لتجديد الصلة بالله وخدمة المجتمع.

6. الأدوار المهنية والعملية وذلك من خلال إعادة هيكلة الطموحات الوظيفية: مساعدة المسترشد على وضع خطط واقعية لتطوير ذاته في عمله، وتحفيز العمل التطوعي: إدماج المسترشد في مشاريع مجتمعية ليشعر بقيمة عطائه، واستثمار الخبرة بتوجيه الفرد لتعليم الآخرين خبراته بدلاً من الإحساس بأن (دوره انتهى).
7. الأدوار الإبداعية وذلك من خلال اكتشاف مواهب جديدة تستهدف التشجيع على ممارسة الفنون، الرياضة، الكتابة، أو أي هوايات مؤجلة. ووضع خطط عملية لرحلات، مشاريع صغيرة، أو أنشطة أسرية تبعث الحماسة. وتغيير الروتين: تعليم طرفي العلاقة الزوجية اللذين يعانون من أزمة منتصف العمر كيف يغيّر في تفاصيل حياتهما اليومية لكسر الملل والرتابة.
8. إعادة بناء قنوات التواصل من خلال تدريب الزوجين على أساليب الحوار الفعّال، وتشجيع كل طرف على التعبير عن مشاعره واحتياجاته بموضوعية بعيداً عن التوتر.
9. إعادة توزيع الأدوار الأسرية بما يساهم في تحقيق التوازن بين أدوار الزوج والزوجة في ضوء المتغيرات العمرية والاجتماعية، بما يقلل من الشعور بالضغط أو التهميش.
10. تقوية الروابط بين الآباء والأولاد عبر تشجيع الأنشطة المشتركة، مما يحدّ من انعكاسات الأزمة على الأولاد.
11. دعم الاستقرار النفسي بواسطة جلسات إرشاد فردية أو جماعية تهدف إلى تخفيف حدة القلق والاكتئاب المصاحبين لأزمة منتصف العمر.
12. تقوية إدراك الفرد لذاته، من خلال التركيز على الإنجازات السابقة والقدرات الحالية، بدلاً من الانغماس في فكرة فقدان الشباب.
13. تقبل التغيرات الجسدية والاجتماعية المصاحبة لهذه المرحلة، وتبني إستراتيجيات إيجابية للتكيف معها.
14. التشجيع على الانخراط في أنشطة جديدة مثل العمل التطوعي، أو التعلم المستمر، مما يخفف من الإحساس بالملل والفراغ.
15. التدخل الأسري المبكر وذلك من خلال تدريب الأزواج على إستراتيجيات الحوار الفعّال قبل الدخول في مرحلة منتصف العمر، تعزيز ثقافة المصارحة الزوجية لتقليل احتمالية تراكم الضغوط.
16. الوقاية الصحية والنفسية وذلك من خلال توجيه الأفراد نحو برامج النشاط البدني والغذاء الصحي باعتبارها أدوات أساس للحد من الأعراض النفسية والجسدية لأزمة منتصف العمر.
17. الدور التشخيصي وذلك من خلال التقييم الفردي باستخدام استمارات تقييم نفسي مختصرة (مثل مقياس الاكتئاب والقلق) للتعرف على الأعراض، ومقابلة إكلينيكية تستكشف الجوانب النفسية، والزوجية، والمهنية، والروحية. كذلك التقييم الأسري من خلال جلسة مشتركة مع الزوج/ الزوجة لتحديد مصادر الخلاف، مثل فتور العلاقة الزوجية أو التباعد العاطفي، واستخدام خريطة الأدوار الأسرية لمعرفة هل حدث اختلال في توزيع الأدوار بين الزوجين بسبب الأزمة. مع التشخيص التفريقي بالتمييز بين أزمة منتصف العمر وبين الاضطرابات النفسية الأخرى مثل الاكتئاب السريري أو اضطراب القلق العام. ومراعاة الخصوصية الثقافية (التعدد، الرغبة في التقاعد المبكر، أو الهجرة المهنية).

18. تطبيق إستراتيجيات العلاج السلوكي المعرفي لتصحيح الأفكار السلبية المرتبطة بفقدان الشباب أو الإحساس بعدم الإنجاز، والتدريب على مهارات الاسترخاء وإدارة الضغوط.
19. الإحالة من خلال وجود اضطرابات نفسية حادة (اكتئاب شديد أو أفكار انتحارية) تتم إحالة الحالة فوراً إلى عيادات الطب النفسي المتخصصة، والتعاون مع الجهات الرسمية (وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية، وزارة الصحة) إذا كانت الأزمة ترتبط بعمل أو حقوق مهنية.
20. تطويع الخطاب ليجمع بين الدعم النفسي والتوجيه الشرعي.
21. مراعاة ضغوط المرأة الخاصة في إطار التعامل بتداعيات أزمة منتصف العمر (تغيرات هرمونية، فراغ عش الأبوين، مسؤوليات زوجية مضاعفة).
22. المتابعة والإشراف من خلال جلسات متابعة دورية للتأكد من عدم عودة الأعراض، وضع خطة وقائية لمنع الانتكاس عند مواجهة ضغوط جديدة.

وبناء على ما سبق فإن الأدوار الإجرائية للمرشد في مواجهة أزمة منتصف العمر تتكامل بين التشخيص النفسي، والإرشاد الأسري، وإعادة صياغة الأدوار، والدعم الديني والقيمي، بما يحقق التوازن والاستقرار للأسرة ويحول الأزمة إلى فرصة للنمو.

مشاهدات واقعية لأزمة منتصف العمر وأدوار المرشد الأسري في معالجتها:

حالة إرشادية: زوج عمره 48 سنة، موظف في قطاع حكومي، بدأ يشعر بالملل من روتين عمله وخوفه من التقاعد، وأصبح يميل للظهور بمظهر شبابي والانشغال بهاتفه ووسائل التواصل، والزوجة: عمرها 44 سنة، ربة بيت بدأت تشعر بتراجع اهتمام الزوج بها وانشغاله الدائم، ما ولد لديها شعوراً بالإهمال والغيرة وعدم التقدير. والوضع الأسري: لديهم 4 أبناء، اثنان في الجامعة واثنان في المرحلة الثانوية، وكانوا يشهدون التوتر المستمر بين والديهم. مما زاد من كثرة الخلافات اليومية حول إهمال الزوج، واتهام الزوجة له بعدم الوفاء. كما أن الزوج يتهم الزوجة بكثرة الشكوى والضغط النفسي. والأولاد بدأوا يتأثرون سلباً، حيث انعكس الجو المشحون على مستواهم الدراسي وسلوكهم.

الإجراء: جلس المرشد الأسري مع كل طرف على حدة ليستمع دون مقاطعة. ولاحظ أن الأزمة مرتبطة بعوامل (منتصف العمر) (قلق الزوج من المستقبل - حاجة الزوجة للأمان العاطفي). شرح للطرفين أن ما يمرون به طبيعي في هذه المرحلة العمرية. وقام بوضع قاعدة (التوقف المؤقت) عند تصاعد الغضب لتجنب تراكم الخلافات. وشجّع الزوج على تخصيص وقت أسبوعي للأنشطة المشتركة مع الزوجة (خروج عائلي، أو ممارسة رياضة معاً). كما طلب من الزوج أن يعبر عن الامتنان للزوجة أمام الأولاد. وشجّع الزوجة على الاعتراف بمجهود الزوج في عمله لتوفير الاستقرار للأسرة. خفّت حدة الصراعات بنسبة كبيرة بعد 3 أشهر.

حالة إرشادية: امرأة في منتصف الأربعينات بدأت تشعر بتراجع جاذبيتها وأن زوجها لم يعد يهتم بها كما في

السابق. أدى ذلك إلى توتر مستمر ورغبة في لفت الانتباه بشكل مبالغ فيه.

الإجراء: ركز المرشد على جلسات دعم نفسي فردي مع الزوجة لتقوية ثقتها بنفسها من خلال إبراز دورها المحوري في الأسرة، وأعاد توجيه الزوج لزيادة تعبيره عن التقدير اللفظي والعملي لزوجته، وأوصى بأنشطة مشتركة (رحلات أسرية، برامج رياضية) تساعد على استعادة الحيوية وتجديد العلاقة، وكانت النتيجة: تحسنت نظرة الزوجة لذاتها، وقلّت حدة النزاعات الزوجية بشكل ملحوظ.

حالة إرشادية: تراجع العلاقة الزوجية الحميمية، فهما زوجان في منتصف العمر لاحظا فتورًا في علاقتهما الخاصة، وانعكس ذلك على مشاعرهما وأدى إلى توتر دائم.

الإجراء: قدم المرشد جلسات توعية حول التغيرات الطبيعية لهذه المرحلة، مع حلول عملية للتجديد العاطفي، وبعد عقد عدد من الجلسات الإرشادية عادت المودة بينهما تدريجيًا.

المصادر والمراجع

- الحبيب، طارق. (2015). علم نفس الفئات العمرية. الرياض: دار وجوه للنشر.
- الحسيني، حسن. (2009). الأزمات النفسية وطرق مواجهتها. بيروت: دار الفكر اللبناني.
- الخليفة، أحمد. (2003). سيكولوجية الأسرة: أسسها ومشكلاتها.
- الزهراني عبد الله بن أحمد. (2012). المرشد الأسري: دوره في مواجهة المشكلات الزوجية والأسرية. جدة: دار المنهاج.
- السويد، عبد الكريم بن عبد الله. (2010). الإرشاد الأسري: الأسس النظرية والأساليب العملية. الرياض: مكتبة العبيكان.
- شلبي، عبد المنعم. (2005). علم النفس الاجتماعي. القاهرة: دار النهضة العربية.
- الشهري، نورة. (2017). أزمة منتصف العمر لدى النساء السعوديات وعلاقتها بالرضا عن الحياة. مجلة كلية التربية - جامعة الملك خالد.
- عبد الله، أحمد. (2008). الإرشاد النفسي والأسري: نظريات وتطبيقات.
- عفيفي، عبد العزيز. (2010). الصحة النفسية والإرشاد النفسي.
- العيسوي، عبد الرحمن. (2004). سيكولوجية النمو: الطفولة والمراهقة والرشد..
- القريوتي، يوسف. (2011). علم النفس الإرشادي: النظرية والتطبيق. عمان: دار الفكر.
- المبارك، خالد. (2019). الإرشاد الأسري بين النظرية والتطبيق. الرياض: مكتبة الرشد.
- الملحم، فهد. (2018). الإرشاد الأسري: المفاهيم والمهارات. الدمام: دار الكتاب الجامعي.
- وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية. (2020). دليل الإرشاد الأسري.
- للإثراء التطبيقي: ٣ محاضرات توعوية على اليوتيوب للدكتور خالد بن سعود الحليبي: (أزمة منتصف العمر، مرحلة منتصف العمر الرائعة، ليبقى الحب حيًا).

المُخَوِّرُ الحَادِي عَشَرَ

دور المرشد الأسري في وقاية الأسرة من الآثار السلبية للمتغيرات
المعاصرة في بداية الحياة الزوجية
(الخطوبة، الملكة، بعد الدخول)

أ. د. أسماء الحسين

ليس من شك في أن مؤسسة الأسرة، هي أهم وأعرق مؤسسة عرفها الإنسان، وهي تستمد أهميتها من الوظائف المنوطة بها في بناء شخصيات الأفراد، وإشباع حاجاتهم الأساس، والحفاظ على هوية وتماسك المجتمع.

وقد خصها المولى جل وعلا في كتابه الكريم وخص أدوارها بمكانة عظيمة، ومن هنا أيضًا اهتمت علوم التربية والاجتماع والنفس والخدمة الاجتماعية بمعالجة الخلافات الأسرية والزواجية، بل ثمة تخصصات مستقلة اليوم تتعلق بعلم اجتماع الأسرة، وعلم إرشاد الأسرة، وعلم التخطيط الأسري.

وتعيش الأسرة المسلمة اليوم في ظل متغيرات متسارعة فرضها الانفتاح الثقافي والاجتماعي والتقني، حتى غدت الحياة الزوجية ميدانًا تتقاطع فيه المؤثرات النفسية، والإعلامية، والاقتصادية، والثقافية. وفي خضم هذه التحولات، برزت الحاجة إلى الإرشاد الأسري بوصفها أداة وقائية وعلاجية، قادرة على توجيه الزوجين وتحسين العلاقة الزوجية من الانهيار المبكر أو التوتر الدائم.

وتكمن خطورة المرحلة الأولى من الزواج - بما فيها الخطوبة، والملكة، وما بعد الدخول - في كونها الفترة التأسيسية التي تُبنى عليها استمرارية الحياة الزوجية. فإن صلحت وأديرت بحكمة، أمكن للأسرة أن تعبر إلى بر الأمان بثبات واستقرار، وإن اضطربت، انعكس ذلك على العلاقة كلها وأدى إلى فشلها، لا قدر الله.

لقد كان الزواج عبر التاريخ مؤسسة تقوم على وضوح الأدوار وتماسك البنية الاجتماعية، إلا أن المتغيرات المعاصرة - مثل وسائل التواصل الاجتماعي، الانفتاح الثقافي، تغير أنماط القيم الأسرية، الضغوط الاقتصادية، وانتشار المقارنات الإعلامية - جعلت الحياة الزوجية عرضة للتأثر والتذبذب. ومن هنا تأتي أهمية تناول هذا الموضوع دراسةً وتحليلًا، لإبراز دور المرشد الأسري في وقاية الأسرة وحمايتها منذ لحظاتها الأولى.

المتغيرات المعاصرة وأثرها في الأسرة في بداية الحياة الزوجية

أولاً: المتغيرات التقنية:

لقد فرضت الثورة الرقمية حضورها بقوة على العلاقات الاجتماعية عمومًا، وعلى الحياة الزوجية خصوصًا. فالهواتف الذكية وتطبيقات المحادثة ووسائل التواصل الاجتماعي لم تعد مجرد أدوات للتسلية أو التواصل، بل أصبحت جزءًا من «البنية التحتية للعلاقة الزوجية».

1. الهواتف الذكية

أصبحت الهواتف الذكية الحاضر الدائم في الجيب، لكنها في المقابل (الغائب الحاضر) في العلاقة. فكثير من الأزواج الجدد يعانون من ظاهرة "الإهمال الإلكتروني" حيث ينشغل أحد الطرفين بالهاتف أكثر من انشغاله بشريكه.

2. وسائل التواصل الاجتماعي

توفر وسائل التواصل الاجتماعي مساحة للتعبير، لكنها قد تدخل المقارنات السلبية إلى الحياة الزوجية، وكثير من الزوجات الجدد يقعن في فخ مقارنة حياتهن بحياة (المؤثرات) على إنستغرام، حيث يظهر كل شيء مثاليًا، وهذا يولد شعورًا بالنقص، وضغطًا على الزوج ليكون (نسخة من صور الإنترنت).

وهناك قصة متداولة في برامج الإرشاد الأسري: زوجة كانت تُلح على زوجها أن يسافر بها شهريًا؛ لأنها رأت صديقتها تسافر مع زوجها باستمرار، مع أن إمكاناته المادية محدودة، كانت تتهمه بالتقصير، وعند جلسة الإرشاد، أوضح المرشد أن المقارنة بوسائل التواصل تقتل القناعة وتشوه الواقع.

3. التطبيقات المخصصة للتعارف والزواج

هذه التطبيقات أصبحت نافذة يتعرف عبرها الشباب والفتيات، لكن دخولها في الحياة الأسرية أوجد جدلاً كبيراً؛ فمن جهة سهلت اللقاء بين أطراف لم يكن بالإمكان أن يلتقوا، ومن جهة أخرى أسهمت في تكوين صور وهمية عن الشريك.

وفي إحدى الحالات: شاب وفتاة ارتبطا عبر تطبيق تعارف، لكن بعد الزواج اكتشف كل واحد منهما أن الآخر بالغ في تجميل صورته الإلكترونية، أدى ذلك إلى انفصال مبكر بعد أشهر قليلة.

ثانياً: المتغيرات الاقتصادية

1. ارتفاع تكاليف الزواج

لا يزال ارتفاع المهور وتكاليف الأعراس والعقاري يشكل عبء كبير أمام الشباب، كثير من الأزواج يدخلون حياتهم الزوجية مثقلين بالديون.

2. البطالة وضغوط المعيشة

البطالة بين الشباب تُؤجل سن الزواج وتخلق شعورًا بالقلق وعدم الأمان لدى الأزواج الجدد، وفي دراسة

ميدانية بجامعة البحرين (2021) أوضحت أن 37% من حالات الطلاق المبكر ارتبطت بظروف اقتصادية صعبة.

3. غياب التخطيط المالي

كثير من الأزواج الجدد لا يعرفون كيفية وضع ميزانية، فيبدأ أحدهما بالإنفاق العشوائي بينما الآخر يحاول الادخار، فتقع الخلافات، وفي إحدى ورش «الإرشاد المالي للأسر الشابة» التي أقيمت بالسعودية، تبين أن غياب الاتفاق المالي هو السبب الثاني الأكثر شيوعاً للنزاعات بعد الخيانة الإلكترونية.

ثالثاً: المتغيرات الثقافية.

1. الانفتاح على أنماط حياة غربية.

متابعة الأفلام والمسلسلات الأجنبية تولّد توقعات رومانسية مثالية، تتخيل الزوجة أن الزوج سيكون مثل «أبطال الدراما»، والزوج يتصور زوجته دائماً «متألقة وسعيدة». لكن الواقع مختلف؛ ففي إحدى الحالات الزوجة طالبت زوجها بأن يحتفل بعيد ميلادها على طريقة الأفلام الغربية (عشاء فاخر، هدايا باهظة)، وعندما لم يستطع، عدت ذلك دليلاً على أنه لا يحبها بما يكفي.

2. المقارنات المستمرة

الانفتاح الثقافي خلق نوعاً من «ثقافة المقارنة» داخل الأسرة، فالزوجة تقارن حياتها بأخريات في دول أخرى، والزوج يقارن زوجته بنماذج إعلامية أو شخصيات عامة، وهذا يفقد الأسرة خصوصيتها.

3. صراع التوقعات

الثقافة الغربية تروج لفكرة «الفردانية المطلقة»، بينما الثقافة العربية تقوم على «التشارك والمسؤولية»، هذا التصادم يُنتج خلافات عندما يتبنى طرف أحد النموذجين دون الآخر.

رابعاً: المتغيرات القيمية

1. النزعة الفردية

تصاعدت النزعة الفردية حيث صار كل طرف ينظر لمصلحته الخاصة أولاً، بعض الأزواج الجدد يتعامل مع الزواج بوصفه عقد شراكة تجارية: «ما الذي سأجنيه؟» بدلاً من «ما الذي سنبنيه معاً؟». وفي دراسة أجريت بإحدى الجامعات العربية (2020)، تبين أن 52% من الأزواج حديثي الزواج يضعون «تحقيق الذات الفردية» أولوية

على حساب «تحقيق الاستقرار الأسري».

2. تراجع سلطة الأسرة الممتدة

في الماضي، كانت الأسرة الكبيرة (الجد، العم، الخال) مصدر دعم وتوجيه، أما اليوم، فقد تراجعت هذه السلطة، مما جعل الزوجين في مواجهة مباشرة مع تحديات الحياة دون خبرة كافية. ومع أن الاستقلالية ميزة، إلا أنها في الوقت ذاته تحرم الزوجين من «شبكة الأمان الاجتماعي».

3. خطاب المساواة المطلقة

من أهم المتغيرات القيمية المعاصرة بروز خطاب المساواة المطلقة بين الزوجين، أحياناً على حساب التكامل الطبيعي بين الأدوار، وكثير من الخلافات تبدأ عندما تصر الزوجة على أنه «لا فرق بيني وبينه»، بينما الزوج يرى أن طبيعة الأدوار مختلفة، وأن له القوامة الشرعية بحسب ما يفهما، وفي إحدى الحالات بإحدى البلاد الخليجية: أصرّت الزوجة على عدم القيام بأي أعمال منزلية بحجة المساواة الكاملة، مما خلق خلافات حادة رغم أن الزوج لم يمانع مشاركتها في العمل خارجه.

خامساً: دور المرشد الأسري في التعامل مع تلك المتغيرات المعاصرة:

إن إدراك المتغيرات المعاصرة وحده لا يكفي، فالتحدي الأكبر يكمن في كيفية التعامل معها، خصوصاً في المراحل الأولى للحياة الزوجية (الخطوبة، الملكة، بعد الدخول). وهنا يظهر دور المرشد الأسري بوصفه عنصراً فاعلاً بين الوقاية والعلاج.

أولاً: في مواجهة المتغيرات التقنية:

- التوعية بمخاطر الانشغال الرقمي.
- ينبه المرشد الزوجين إلى أن «الهاتف الذكي لا يجب أن يكون الضيف الدائم على مائدة الزواج».
- في بعض البرامج الإرشادية الناجحة بالسعودية، يُعطى للزوجين تمرين: ساعة خالية من الأجهزة يومياً لممارسة الحوار أو النشاط المشترك.
- ضبط الحدود مع وسائل التواصل الاجتماعي.
- يُساعد المرشد الطرفين على وضع «اتفاق رقمي» مثل: تحديد وقت استخدام وسائل التواصل. أو الاتفاق على حدود مشاركة تفاصيل الحياة الزوجية في العلن؛ ففي أحد مراكز الإرشاد، ساعد الاتفاق الرقمي على تقليل الخلافات بنسبة 60% خلال الأشهر الأولى من الزواج.
- ✓ التعامل مع تطبيقات التعارف والزواج

إذا كان الزواج قد بدأ عبر هذه التطبيقات، يعمل المرشد على إعادة التوازن بين الصورة الافتراضية والواقع المعيش، من خلال جلسات حوارية تركز على الطباع والسلوك اليومي بعيداً عن الصور الإلكترونية.

ثانياً: في مواجهة المتغيرات الاقتصادية:

- تدريب على التخطيط المالي.
- ينظم المرشد ورشاً للأزواج بعنوان: «ميزانية الشهر الأول»، يتعلم فيها الزوجان كيفية توزيع الدخل بين: احتياجات أساس - ادخار - متعة يسيرة.

قصة تطبيقية: في إحدى الدورات التدريبية، زوجان حديثا الزواج اكتشفا أن 70% من دخلهما يذهب إلى «الطلعات» غير المخططة، وبعد التوجيه استطاعا خفضها إلى 30% مما أعطى استقراراً مالياً ملحوظاً.

- التعامل مع الديون وضغط المصاريف.
- يوجه المرشد الزوجين إلى المصارحة حول الوضع المالي بدلاً من إخفائه. فكثير من الأزواج يخفون حجم ديونهم، مما يولد صدمات لاحقة. وفي دراسة خليجية (2022)، تبين أن 41% من الخلافات الزوجية المبكرة تعود إلى «صدمات مالية مكتومة».
- إيجاد ثقافة العمل المشترك.
- يشجع المرشد الزوجين على التفكير في حلول مشتركة مثل: مشاركة الزوجة في العمل الجزئي إذا رغبت، أو استثمار مهارتهما (مثلاً: الطهي، الحرف اليدوية) لزيادة الدخل.

ثالثاً: في مواجهة المتغيرات الثقافية.

- إعادة ضبط التوقعات، فالمرشد يستخدم أداة عملية تسمى «بطاقات التوقعات»، حيث يكتب كل طرف ما يتوقعه من الآخر (عاطفياً، اجتماعياً، مادياً)، ثم يناقش الطرفان مدى واقعية هذه التوقعات. ففي حالة من الحالات، ساعدت هذه الأداة زوجة كانت تتوقع من زوجها أن «يصطحبها أسبوعياً في مطاعم فاخرة»، بينما دخله لا يسمح سوى بمرتين في الشهر.
- مواجهة المقارنات السلبية: فيُعلّم المرشد الزوجين أن «المقارنة تقتل السعادة». ففي بعض الجلسات، يُطلب من الطرفين كتابة ثلاث ميزات إيجابية في شريكهما كل أسبوع، هذا يعزز الرضا الداخلي، ويقلل من أثر المقارنات الخارجية.
- التوازن بين الأصالة والمعاصرة: فالمرشد يوضح أن الانفتاح على الثقافات ليس أمراً سلبياً بالضرورة، بل يجب أن يُدار بوعي. فيمكن أن يستفيد الزوجان من بعض الممارسات الإيجابية (مثل إدارة الوقت أو الاهتمام بالصحة)، مع الحفاظ على القيم الأسرية الأصيلة.

رابعاً: في مواجهة المتغيرات القيمية:

- ✓ عند معالجة النزعة الفردية المرشد يعمل على تحويل لغة الحوار من «أنا» إلى «نحن». تمرين عملي: كل طرف يكتب أهدافه الفردية، ثم يتم تحويلها إلى أهداف مشتركة «نريد أن نساfer»، «نريد أن نشترى منزلاً».
- ✓ سد فراغ الأسرة الممتدة: بما أن دور الأسرة الكبيرة تراجع، يقترح المرشد بدائل مثل: بناء شبكة دعم من الأصدقاء الموثوقين. أو المشاركة في برامج مجتمعية تعزز الارتباط.
- ✓ التعامل مع خطاب المساواة المطلقة: المرشد يوضح الفرق بين «المساواة» و«التكامل». فالأدوار ليست تنازعة، بل توزيعاً للمسؤوليات.

وبشكل عام يتضح دور المرشد الأسري في التعامل مع المتغيرات المعاصرة الآتي:

- الوقاية: من خلال التوعية المبكرة وتدريب الأزواج على المهارات الأساس.
- التدخل المبكر: بتقديم حلول عملية أثناء ظهور الخلافات.
- المتابعة: عبر جلسات دورية للتأكد من أن الزوجين يتقدما في بناء علاقة متوازنة.

وبهذا الدور، لا يكون المرشد مجرد «طبيب للأزمات»، بل «مربيًا أسريًا» يساعد الأسرة على بناء استقرار طويل الأمد رغم تقلبات العصر.

ومن خلال التعقيب على هذا المحور نستخلص:

أن المتغيرات التقنية والاقتصادية والثقافية والقيمية لا تعمل بشكل منفصل، بل تتداخل لتشكّل واقعًا جديدًا للأسرة. فالهاتف الذكي (تقني) يؤدي إلى المقارنة (ثقافي)، والتي قد تولّد شعورًا بالنقص (قيمي)، لتنعكس في النهاية على استقرار الحياة الزوجية (اقتصاديًا واجتماعيًا)؛ لذلك، يصبح دور المرشد الأسري محوريًا في:

- توعية الأزواج بخطورة هذه المتغيرات.
- تعليمهم مهارات التكيف الإيجابي معها.
- مساعدة الطرفين على صياغة توقعات واقعية ومتوازنة.

ثالثاً: أهمية المراحل الأولى من الحياة الزوجية:

(الخطوبة، والملكة، وما بعد الدخول)، ليست مجرد «مراحل زمنية»؛ بل هي محطات مفصلية تحمل كل واحدة منها خصوصياتها:

- الخطوبة: مرحلة التوقعات وبناء الصورة الأولية عن الشريك.
- الملكة: مرحلة الانتقال من الارتباط العاطفي إلى الارتباط الشرعي.
- ما بعد الدخول: مرحلة التأسيس الفعلي للحياة المشتركة.

وتشير الدراسات الأسرية إلى أن (70%) من حالات الطلاق في بعض المجتمعات العربية تقع خلال السنوات الثلاث الأولى من الزواج، مما يدل على هشاشة المراحل التأسيسية، وأن الوقاية فيها أهم من العلاج.

دور المرشد الأسري في ظل هذه المعطيات.

المرشد الأسري اليوم لا يمكن أن يقتصر دوره على حل النزاعات بعد وقوعها، بل بات دوره وقائياً واستباقياً، من خلال:

- تثقيف المقبلين على الزواج.
- تحذيرهم من التوقعات المثالية غير الواقعية.
- مساعدتهم على إدارة الخلافات الأولى.
- تدريبهم على مهارات الحوار والتواصل.
- تزويدهم بخبرات وتجارب عملية من الواقع.

وفيما يلي بيان تفصيلي بتلك المراحل ودور المرشد الأسري من خلالها.

المرحلة الأولى: مرحلة الخطوبة وأهمية دور المرشد الأسري

تمهيد:

الخطوبة هي أول محطة رسمية في رحلة الزواج، حيث يبدأ التعارف الجاد تحت مظلة اجتماعية وأسرية واضحة. ورغم أن بعض الشباب والفتيات ينظر إليها على أنها مجرد فترة للتعارف أو التحضير للزفاف، إلا أنها في حقيقتها مرحلة تأسيسية تشكل ملامح المستقبل الزوجي. فهي الفترة التي تتكوّن فيها الانطباعات الأولى، وتحدد خلالها التوقعات، ويبنى قدر كبير من التصورات التي قد تستمر بعد الزواج.

ولقد شهدت هذه المرحلة في العقود الأخيرة تغيرات جوهرية بفعل الانفتاح الإعلامي والتكنولوجي، مما أدى إلى بروز مشكلات جديدة لم تكن مألوفة في السابق، الأمر الذي جعل المرشد الأسري في موقع بالغ الأهمية لمواكبة هذه التحولات وتوجيه الشباب والفتيات للتعامل معها بحكمة.

1. أبرز التحديات في مرحلة الخطوبة

يمكن تلخيص التحديات التي تواجه الخاطب والمخطوبة في ظل المتغيرات المعاصرة فيما يلي:

أ- التوقعات المثالية غير الواقعية

كثير من الشباب والفتيات يدخلون فترة الخطوبة وهم محملون بصور ذهنية رسمتها الدراما أو وسائل التواصل الاجتماعي: الزوج المثالي، الزوجة المثالية، الحياة الخالية من الخلافات. وما إن يبدأ الواقع حتى يصطدموا بخيبة أمل. وفي قصة واقعية: تذكر إحدى المرشدات الأسريات حالة لفتاة فسخت خطوبتها بعد ثلاثة أشهر فقط لأنها كانت تتوقع أن يكون خطيبها «نسخة» من بطل المسلسل التركي الذي كانت تتابعه. كانت تصطدم معه في أبسط تفاصيل حياته اليومية، كطريقة حديثه، واهتمامه بالعمل أكثر من الرسائل العاطفية. تدخل المرشد الأسري ليبين أن الخيال شيء والواقع شيء آخر، ولكن الفتاة كانت قد رسخت صورة مثالية لم تستطع التنازل عنها.

ب- ضغوط التدخلات الأسرية

في مجتمعاتنا العربية، للأسرة دور كبير في فترة الخطوبة، وهو دور إيجابي في جوانب كثيرة، لكنه أحياناً يتحول إلى ضغوط تتدخل في تفاصيل العلاقة، مما يولد صراعاً بين الطرفين. ومن هنا فإن تدخل الأهل الزائد قد يؤدي إلى فشل العلاقة. فهناك شاب انفصل عن خطيبته بعدما أصروا والد الفتاة أن تكون جميع مصاريف تجهيز البيت مناصفة، بينما كان الشاب يرى أن ذلك لا يليق برجولته. لم يكن الخلاف بين الخطيبين أنفسهم، بل بين العائلتين، لكنه أنهى العلاقة في النهاية.

ج- الانفتاح الرقمي وتأثيراته

وسائل التواصل الاجتماعي أصبحت ساحة خلفية للخطوبة. فبدل أن يتعرف الخطيبان بشكل مباشر، تجد كل طرف يتجسس على حساب الآخر، أو يقارن نفسه بأصدقاء «العالم الافتراضي». وفي دراسة نشرتها جامعة الملك سعود عام 2021 وجدت أن 43% من فسخ الخطوبات في العينة المدروسة كان بسبب مشاكل متعلقة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي (غيره، اكتشاف علاقات سابقة، مقارنة مع الآخرين).

د- ضعف مهارات الحوار

كثير من الخاطبين لا يملكون الأدوات اللازمة لفتح حوارات بناءة، فتتحول الجلسات إلى مجاملات سطحية، أو صمت طويل، أو نقاشات خلافية. يذكر أحد المرشدين حالة لشاب وفتاة لم يستطيعا الحديث أكثر من خمس دقائق في كل لقاء، وكان السبب أن كليهما لم يتعلم مهارات التواصل. وبعد جلسات إرشادية، استطاعا تجاوز الحاجز،

واليوم يعيشان حياة مستقرة.

2. دور المرشد الأسري في وقاية الأسرة خلال فترة الخطوبة.

أ- التثقيف قبل الخطوبة

يقوم المرشد بتقديم برامج ودورات للشباب والفتيات حول:

- فهم طبيعة الزواج ومسؤوليته.
- التمييز بين الواقع والخيال.
- كيفية اختيار الشريك المناسب.

مثال: دورات «تأهيل المقبلين على الزواج» التي تُقام في السعودية والكويت وقطر وغيرها أثبتت فعاليتها في خفض نسب الطلاق المبكر، لأنها تمنح الشباب رؤية أوضح قبل الإقدام على الخطوة.

ب- التوجيه أثناء الخطوبة

- مساعدة الطرفين على فتح مواضيع حوارية بناءة.
- توجيههما نحو معرفة الطباع والقيم المشتركة.
- ضبط التدخلات الأسرية ضمن حدود معقولة.

شاهد نبوي - من السنة: النبي ﷺ قال للمغيرة بن شعبة حين خطب امرأة: "انظر إليها فإنه أحرى أن يؤدم بينكما" [رواه الترمذي]. هذا التوجيه النبوي يؤكد أهمية وضوح الرؤية والتعارف الواقعي بين الطرفين قبل الزواج، وهي وظيفة الإرشاد الأسري اليوم.

ج- الوقاية من الانحرافات الرقمية:

المرشد الأسري يبين للطرفين كيف يتعاملان مع وسائل التواصل الاجتماعي:

- وضع حدود للاستخدام.
- الشفافية دون مراقبة مرضية.
- عدم استقاء التصورات الزوجية من المؤثرين أو المشاهير.

قصة واقعية: إحدى المرشدات أشرفت على جلسة لفتاة كانت تقارن خطيبها دومًا بأزواج المدونات المؤثرات

على إنستغرام. كانت ترى حياتها أقل «رومانسية» مما يُعرض في تلك المقاطع. وبعد جلسات إرشادية، اكتشفت أن ما تشاهده مجرد «محتوى تسويقي» لا يمثل الواقع، فبدأت تنظر إلى خطيبها بعين أكثر تقديرًا.

د- تدريب الخطيبين على إدارة الخلاف

الخلاف في مرحلة الخطوبة أمر طبيعي، لكنه يحتاج إلى إدارة حكيمة، والمرشد يقدم أدوات لذلك مثل:

- التدرج في النقاش.
- الفصل بين القضية والشخص.
- البحث عن حلول وسط.

قصة: شاب وفتاة اختلفا في مسألة مكان السكن: هو يريد الحي الذي بجوار عمله، وهي تريد الحي القريب من أهلها. تدخل المرشد ليرشدهم إلى قاعدة «المكاسب المتبادلة» فتم الاتفاق على السكن مؤقتًا قرب أهل، ثم الانتقال لاحقًا مع استقرار العمل.

3. النتائج المتوقعة من الإرشاد في فترة الخطوبة:

- خفض نسبة فسخ الخطوبة.
- بناء توقعات واقعية.
- تعزيز مهارات التواصل.
- تحجيم تدخلات الأهل.
- ترسيخ أسس الأمان النفسي والثقة المتبادلة.

4. قصص واقعية من قضايا الإرشاد الأسري:

أ- قصة الخطيب المتعلق بالهاتف

إحدى المرشدات تروي عن فتاة جاءت تبكي لأنها شعرت بأن خطيبها لا يهتم بها، كانت تقول: "في كل لقاء بيننا، يجلس ينظر في هاتفه أكثر مما ينظر إليّ، حتى عندما أتكلم، يرد بجملة قصيرة ثم يعود لهاتفه." بعد التواصل مع الخطيب، اتضح أنه مدمن على الألعاب الإلكترونية، ولم يكن يقصد إهمالها، لكنه لم يدرك أن هذه العادة الجانبية تقتل التواصل في الخطوبة.

المرشد هنا تدخل بخطة عملية:

جعل الخطيب يلتزم بقاعدة «ساعة بلا هاتف» أثناء كل لقاء.

تعليم الفتاة أن تعبر عن مشاعرها بهدوء لا بانفعال .

بعد شهر واحد، تحسنت العلاقة، وصارت الفتاة تقول: «أخيرًا أشعر أنني أعترف على إنسان حي، لا على شخص مشغول بالعالم الافتراضي».

ب- قصة «الغيرة من الماضي»

خطيب اكتشف بالصدفة أن خطيبته كانت لها صداقات سابقة عبر الإنترنت. مع أنها أوضحت أن الأمر كان مجرد محادثات عابرة قبل أن يطرق بابها، إلا أنه لم يتقبل ذلك بسهولة، كاد الأمر أن ينتهي بالانفصال.

المرشد الأسري جلس معهما ليشرح:

أن الماضي إذا انتهى بصدق فلا ينبغي أن يظل شبحًا يطارد المستقبل.

أن الثقة تُبنى بالشفافية لا بالتحقيقات المستمرة.

أن الزواج علاقة جديدة يجب أن تبدأ من «الصفير العاطفي» بين الطرفين.

القصة تحولت إلى درس مهم: لا أحد يدخل الزواج بلا تاريخ، لكن المهم هو النية الجادة في بناء مستقبل مشترك.

ج- قصة «الزواج للمظاهر»

إحدى الفتيات وافقت على الخطوبة لشاب ثري، رغم أنها لم تجد بينهما انسجامًا عاطفيًا ولا فكريًا، كانت تقول لأهلها: «المهم أن مستقبلي مضمون ماديًا، وبعدها نعتاد على بعض».

لكن بعد أشهر قليلة، بدأت الخلافات تظهر بشكل حاد، إذ كان الشاب متعاليًا وينظر إليها نظرة دونية بسبب فارق المستوى الثقافي.

المرشد الأسري أوضح لها أن الزواج لا يقوم على المال وحده، وأن غياب الاحترام المتبادل سيجعل الحياة الزوجية جحيماً مهما كان الثراء.

في النهاية، فسخت الخطوبة، لتدرك الفتاة أن «الانسجام النفسي أهم من الحسابات المالية».

د- قصة «الخطوبة عبر الإنترنت»

شاب وقتاة تعارفا عبر إحدى منصات التواصل، وتطور الحديث إلى خطوبة حقيقية، لكن المشكلة كانت أن كل واحد منهما كَوّن صورة مثالية عن الآخر بناءً على الرسائل والصور، لا على الواقع، عندما التقيا لأول مرة في حضور الأهل، اكتشفا فجوة كبيرة في الطباع: الفتاة هادئة جداً والشاب صاخب، الفتاة محافظة جداً والشاب منفتح على نحو مبالغ فيه.

المرشد الأسري نصح بالتريث في القرار، وتمت عدة جلسات مشتركة، لكن الفجوة كانت واسعة، وفي النهاية، فُسخَت الخطوبة بعد إدراكهما أن الزواج لا يقوم على «الوهم الإلكتروني».

5. أهم الدروس المستفادة من هذه القصص.

- وسائل التواصل سلاح ذو حدين: قد تساعد على التعارف، لكنها أيضاً تُقدم صوراً وهمية تؤدي إلى صدمات.
- المال ليس الضامن للسعادة الزوجية: بل الاحترام والانسجام.
- الغيرة من الماضي إذا لم تُضبط تتحول إلى هاجس يهدد الاستقرار.
- الإهمال اليسير مثل الانشغال بالهاتف قد يقتل مشاعر قوية إذا لم يُعالج.

6. إستراتيجيات عملية يقدمها المرشد في مرحلة الخطوبة:

1. جلسات تدريبية على التواصل العاطفي) مثل: التمرين على الاستماع النشط، وإعادة صياغة مشاعر الطرف الآخر.
2. ورش عمل عن إدارة التوقعات، حيث يكتب كل طرف توقعاته من الآخر ثم تناقش.
3. توجيه الخطيبين لقراءة كتب مشتركة مثل: الرجال من المريخ، والنساء من الزهرة (جون غراي)، الزواج والتوافق (أسماء الحسين)، المقبلون على الزواج (محمد الدويش) وهي كتب موجهة للشباب والفتيات، وغيرها من الكتب لفهم الاختلافات وأهم الحاجات بين الرجل والمرأة.

وبناء على ما سبق عرضه؛ يتبين لنا بأن مرحلة الخطوبة ليست مجرد «زيارة عائلية» أو «فترة تجريبية» كما يتصور بعضهم، بل هي مرحلة تأسيسية تحتاج إلى:

- وعي تربوي.
- نضج نفسي.
- متابعة إرشادية عند الحاجة.

وكل قصة من القصص السابقة تؤكد على أن الخطوبة يمكن أن تكون نقطة انطلاق لزواج سعيد أو بداية لانتهيار مبكر، ودور المرشد الأسري هو الذي يحدد غالباً أيّ الطريقين سيسلكه الشريكان.

المرحلة الثانية: مرحلة الملكة (عقد القران):

تمهيد:

مرحلة الملكة هي النقطة التي تنتقل فيها العلاقة من كونها «وعدًا» (الخطوبة) إلى كونها عقدًا شرعيًا موثقًا، وفي هذه المرحلة تصبح الفتاة زوجة شرعية للشاب من الناحية الدينية والقانونية، لكن العُرف الاجتماعي في كثير من المجتمعات العربية يجعل العلاقة لا تصل إلى طور «الحياة المشتركة» إلا بعد الدخول.

وهذه المرحلة قد تكون قصيرة (أسابيع أو أشهر)، وقد تطول أحيانًا لسنوات، مما يفتح الباب أمام تحديات خاصة؛ فهي فترة حساسة، حيث يجتمع عنصر الشرعية مع عنصر التأجيل، ما يضع الزوجين أمام اختبار نفسي وسلوكي يحتاج إلى متابعة دقيقة من المرشد الأسري.

1. أبرز التحديات في مرحلة الملكة:

أ- طول فترة الملكة:

إطالة مدة الملكة قد تؤدي إلى:

- تزايد المشكلات الأسرية بين العائلتين.
- شعور الزوجين بالحرج في العلاقة (هل نتعامل بصفتنا زوجين كاملين أم خطيبين؟).
- احتمالية وقوع تجاوزات سلوكية بسبب غياب الضوابط.

قصة. في إحدى القضايا، استمرت فترة الملكة سنتين كاملتين بسبب تأخر تجهيز بيت الزوجية، خلال هذه المدة نشبت خلافات كثيرة بين الزوجين وصلت إلى المحاكم الشرعية، رغم أن الدخول لم يتم بعد. المرشد الأسري أوضح أن طول فترة الملكة يضاعف فرص النزاع، وأن الحل الأمثل هو تقصير هذه المرحلة قدر المستطاع.

ب- التوقعات المختلفة حول حدود العلاقة

بعض الأزواج يرون أن الملكة تعني حرية مطلقة (لأن العقد الشرعي قائم)، بينما ترى الزوجة وأهلها أنها ما زالت «في بيت أبيها»، مما يخلق فجوة في الفهم.

شاهد فقهي: جاء في «المغني» لابن قدامة أن الزوج بعد العقد يملك جميع حقوق الزوجية، لكن العُرف قد يقيد بعضها حتى يتم الدخول؛ هذا الفارق بين «الشرع» و«العرف» هو مصدر كثير من المشكلات، ويحتاج إلى توجيه

قصة: شاب كان يصر على أن يأخذ زوجته (بعد العقد) في سفر قصير، لكن أهل الفتاة رفضوا بحجة أن الدخول لم يحدث بعد. تحولت المسألة إلى خلاف كبير، وتدخل المرشد الأسري ليشرح للطرفين أن القضية ليست صواباً أو خطأ، بل هي مسألة تفاهم على العرف الاجتماعي، وأن التنازل المتبادل يضمن استمرار العلاقة.

ج- الضغوط المالية

مرحلة الملكة غالباً ما تكون مصحوبة بمصاريف هائلة: شبكة، تجهيز، قاعة، مؤخر. هذه الضغوط قد تجعل الزوج في توتر دائم، وقد تشعر الزوجة أنها «عبء مالي» في بداية حياتها.

قصة: شاب اضطر للاقتراض من البنوك ليدفع تكاليف الملكة، مما جعله يبدأ حياته الزوجية مثقلاً بالديون. بعد فترة قصيرة من الزواج، انعكس الضغط المالي على سلوكه مع زوجته، فأصبح سريع الغضب. المرشد الأسري أكد أن الوعي بترتيب الأولويات أهم من المظاهر، وأن كثيراً من حالات الطلاق المبكر سببها «التورط المالي» لا «الخلاف العاطفي».

د- تدخلات الأهل المستمرة

قد يعد بعض الأهل أن دورهم لم ينته بعد الملكة، فيبدؤون في فرض آرائهم على تفاصيل العلاقة، وهذا التدخل المستمر يولد صراعات لا تنتهي.

تروي إحدى المرشدات عن زوجين كانا يختلفان على كل صغيرة وكبيرة بسبب تدخل الأمهات: ماذا تلبس الفتاة، ماذا يشتري الزوج، وحتى نوعية الطعام في الزيارات، في النهاية تحولت العلاقة إلى «حرب بالوكالة» بين العائلتين، مما أدى إلى الانفصال قبل الدخول.

هـ- ضعف الوعي بمسؤوليات الزواج.

رغم أن العقد الشرعي قائم، إلا أن بعض الأزواج لا يدركون أن المرحلة الجديدة تتطلب:

- جدية في اتخاذ القرارات.
 - الالتزام بالمسؤولية الأسرية.
 - الاستعداد النفسي للتغير القادم.
2. دور المرشد الأسري في وقاية الأسرة خلال فترة الملكة.

أ- توضيح الفارق بين العقد والعرف

المرشد يشرح للطرفين أن:

- العقد الشرعي يبيح جميع حقوق الزوجية.
- لكن العرف الاجتماعي يفرض ضوابط حتى يتم الدخول.
- التوفيق بين الشرع والعرف يحتاج إلى حوار واتفاق مسبق.

ب- ضبط مدة الملكة.

ومن توصيات الإرشاد الأسري في هذا الصدد:

- ألا تزيد مدة الملكة عن سنة في أقصى الأحوال.
- أن يكون الاتفاق منذ البداية على خطة واضحة للزواج (موعد، تجهيزات، مسؤوليات).

ج- إعداد برامج تدريبية مشتركة.

خلال الملكة يمكن أن ينخرط الزوجان في:

- حضور دورات عن إدارة الحياة الزوجية.
- تعلم مهارات حل النزاعات.
- التخطيط المالي المشترك.

مثال: كثير من جمعيات التنمية الأسرية وجمعيات تيسير الزواج ومراكز الإرشاد الأسري في المملكة العربية السعودية تقدم برنامجاً اسمه (تأهيل المقبلين على الزواج) أو (بداية رشيدة)، يستهدف الأزواج في فترة الملكة، يتناول القضايا الشرعية والاجتماعية والنفسية والصحية والمالية التي يحتاجونها، وهي من أبرز البرامج الوقائية التي نجحت في الحد من الطلاق بنسب عالية جداً.

د- إدارة تدخلات الأهل.

المرشد يشجع الزوجين على أن يضعوا «حدوداً مرنة» مع الأهل، بحيث يتم احترامهم دون السماح لهم بفرض السيطرة. الأوقاف قصة واقعية، زوجان قررا أن يضعوا قاعدة: «القرارات بيننا نتشاور فيها أولاً، ثم نستمع لرأي الأهل إن لزم الأمر». هذه القاعدة السهلة وفرت عليهما كثيراً من المشكلات، وأوصى بها المرشد الأزواج الآخرين.

هـ- الوقاية من الخلافات المالية

المرشد يوضح:

- أن الزواج لا يبدأ بالمظاهر، بل بالاستقرار.
- أن الاتفاق المسبق على مستوى المعيشة أهم من التنافس الاجتماعي.

شاهد: النبي صلى الله عليه وسلم يقول: (أعظم النكاح بركة أيسره مؤونة" ([رواه أحمد]). وهذا توجيه نبوي بضرورة التيسير والبعد عن المبالغة في التكاليف.

3. النتائج المتوقعة من المرشد الأسري خلال فترة الملكة:
1. تقصير مدة الملكة والانتقال السريع إلى الحياة الزوجية.
2. خفض الخلافات الناتجة عن العرف والشرع.
3. تعزيز التعاون المالي والبعد عن المظاهر.
4. بناء أساس من الحوار المشترك بين الزوجين.
5. تجنب التدخلات الأسرية وضبط العلاقة بالعائلتين.

المرحلة الثالثة: مرحلة ما بعد الدخول:

تمهيد:

إذا كانت الخطوبة مرحلة تعارف أولي، والملكة مرحلة ارتباط شرعي مؤجل، فإن ما بعد الدخول هو الاختبار الحقيقي للعلاقة الزوجية؛ حيث هنا ينتقل الزوجان من «التصورات» إلى «التجربة الفعلية»، ومن «الكلمات» إلى «الممارسات اليومية»، ويبدأ كل طرف باكتشاف طباع الآخر عن قرب: عاداته، طريقة تفكيره، أسلوبه في إدارة البيت، وحتى تفاصيل صغيرة مثل ترتيب الغرفة أو طريقة تناول الطعام.

ولذلك؛ فهذه المرحلة مليئة بالفرص لتأسيس حياة مستقرة وسعيدة، لكنها في الوقت نفسه مليئة بالتحديات التي قد تفشل الزواج مبكراً إذا لم يتم التعامل معها بحكمة.

1. أبرز التحديات في مرحلة ما بعد الدخول:

أ- صدمة التوقعات مقابل الواقع.

كثير من الأزواج يدخلون الحياة الزوجية، وهم يحملون توقعات مثالية:

- الزوجة تتوقع فارس أحلام يهتم بها طوال الوقت.
- الزوج يتوقع زوجة مثالية مطيعة بلا نقاش. لكن الواقع مختلف تمامًا.

قصة واقعية: فتاة قالت بعد أسبوع من زواجها: "كنت أتوقع أن زوجي سيجلس معي لساعات طويلة بعد العمل، لكنه يعود متعبًا وينام مبكرًا، فشعرت أنني لست مهمة في حياته." وعبر جلسة إرشادية، أوضح المرشد لها أن الحياة الزوجية ليست فيلماً رومانسيًا، بل مزيج من الحب والمسؤولية. وبعد عدة أسابيع من التفاهم، بدأت تدرك أن التعب لا يعني الإهمال.

ب- الخلافات حول الأدوار المنزلية

- بعد الدخول تبدأ قضية «من يفعل ماذا؟»:
- الزوج يتوقع أن الزوجة مسؤولة عن كل تفاصيل المنزل.
- الزوجة تتوقع مشاركة كاملة من الزوج.

قصة: دخل زوجان في خلاف حاد لأن الزوج كان يرى أن «إعداد الطعام» مسؤولية الزوجة المطلقة، بينما كانت الزوجة عاملة وترى أنه من العدل أن يتشاركا.

المرشد اقترح حلًا وسطًا: أن يكون هناك جدول أسبوعي، بحيث يتقاسم الطرفان المهام وفق ظروف العمل؛ هذا الحل اليسير أنهى صراعًا كان يمكن أن يتطور إلى طلاق مبكر.

ج- التدخلات العائلية بعد الزواج:

في مجتمعاتنا العربية، لا تنتهي تدخلات أهل بالدخول، بل تبدأ أحيانًا بشكل أكبر. فالزوجة قد تتلقى نصائح يومية من أمها، والزوج قد يستشير والديه في كل صغيرة وكبيرة.

قصة: زوجة كانت تتلقى يوميًا مكالمات من والدتها تسألها عن تفاصيل حياتها مع زوجها. بدأت الزوجة تنقل كل الخلافات الصغيرة إلى أهلها، مما زاد النار اشتعالًا. المرشد الأسري أوضح لها أن مشاركة التفاصيل مع أهل تضعف خصوصية البيت، وأن الزواج لا ينجح إلا إذا كان للزوجين «سريّة مشتركة».

د- الصعوبات المالية.

المال سبب رئيس للخلافات الزوجية، خصوصًا في السنوات الأولى حيث تتداخل نفقات تجهيز البيت مع الديون أو الالتزامات.

قصة: شاب اقترض لشراء أثاث فاخر، وبعد الزواج اكتشف أن دخله لا يكفي لتسديد الديون. بدأت الضغوط المالية تؤثر في علاقته بزوجته.

وتمثل دور المرشد في النصيح بوضع ميزانية واضحة، وتأجيل الكماليات إلى ما بعد الاستقرار. بعد عام واحد، انخفضت التوترات بشكل كبير.

هـ- ضعف مهارات التواصل.

بعد الزواج، لا تكفي الكلمات الجميلة التي كانت تُقال في فترة الخطوبة، بل يحتاج الطرفان إلى حوار ناضج لحل المشكلات.

شاهد نبوي: النبي ﷺ قال: «خيركم خيركم لأهله وأنا خيركم لأهلي» [رواه الترمذي]. هذا الحديث يؤكد أن حسن التعامل هو المعيار الحقيقي، وليس مجرد الأقوال.

و- تأثير التكنولوجيا ووسائل التواصل

بعض الأزواج يقضون وقتًا أطول مع هواتفهم من شركائهم؛ هذا قد يولد شعورًا بالإهمال أو الغيرة. وهناك زوجة اشتكت أن زوجها يقضي ثلاث ساعات يوميًا على «تويتر»، ولا يمنحها سوى دقائق معدودة. تدخل المرشد وأوصى الزوج بقاعدة «ساعة مشتركة بلا هواتف يوميًا»، ومع الوقت تحسنت العلاقة.

2. دور المرشد الأسري في مرحلة ما بعد الدخول:

أ- بناء التوقعات الواقعية.

المرشد يُساعد الطرفين على إدراك أن:

- الزواج ليس خاليًا من الخلافات.
- الخلافات لا تعني الفشل، بل فرصًا للتعلم.
- الاستقرار يُبنى بالتفاهم، لا بالمثالية.

ب- ترسيخ ثقافة الحوار. من خلال.

- تدريب الزوجين على الإصغاء الفعّال .
- تشجيعهما على التعبير عن المشاعر دون اتهام .
- استخدام « لغة أنا » بدلاً من « لغة أنت » .

مثال تطبيقي: بدلاً من أن تقول الزوجة: "أنت لا تهتم بي". تتعلم أن تقول: "أشعر بالوحدة عندما لا نجد وقتاً للحديث".

ج- إدارة الأدوار المنزلية.

المرشد يساعد على:

- وضع جدول للمهام .
- الاتفاق على أسلوب مرن في تقاسم المسؤوليات .
- توضيح أن المشاركة لا تنقص من قيمة أحد .

د- ضبط العلاقة مع الأهل

- وضع حدود واضحة للتدخلات .
- بناء ميثاق اتفاق بين الزوجين على أن الأولوية للبيت .
- احترام الأهل مع الحفاظ على استقلالية القرار .

هـ- التوعية المالية .

- تعليم الزوجين مهارات التخطيط المالي .
- تشجيعهما على الادخار .
- تقديم نماذج لجداول الميزانية الشهرية .

و- التوازن بين الحياة الواقعية والافتراضية

- وضع قواعد مشتركة لاستخدام الهواتف .
- تخصيص وقت يومي للحوار المباشر .
- إدراك أن العلاقات الأسرية لا تُبنى عبر الشاشات .

3. قصص ونماذج تعكس دور المرشد الأسري في تلك المرحلة.

قصة «الزوجة العاملة»

زوجة عاملة طبيبة كانت تشعر أن زوجها يضغط عليها بمهام المنزل رغم طبيعة عملها المرهقة. بعد جلسة إرشادية، اقترح المرشد توظيف مساعدة منزلية لتخفيف العبء، مع مشاركة الزوج في بعض الأعمال، هذا الحل اليسير أنقذ زواجًا كان على وشك الانهيار.

قصة «الغيرة المرضية»

زوج كان يشك في كل تحركات زوجته، حتى أنه طلب منها مشاركة موقعها الجغرافي دائماً. هذا السلوك سبب توتراً كبيراً.

المرشد جلس معه وبيّن له أن الثقة أساس الزواج، وأن الشك المستمر يدمر العلاقة. عبر جلسات علاج معرفي سلوكي، بدأ الزوج يخفف من غيبرته، واستعادت الزوجة شعورها بالأمان.

قصة «الخلاف حول الإنجاب»

زوجة كانت ترغب في تأجيل الإنجاب لمواصلة دراستها الجامعية، بينما الزوج كان يريد الإنجاب فوراً. المرشد ساعدهما على الوصول إلى حل وسط: تأجيل الإنجاب لسنة واحدة فقط. هذا الاتفاق أعطى الزوجة راحة نفسية، وأشعر الزوج بأنه لم يتنازل كلياً.

4. النتائج المتوقعة من الإرشاد بعد الدخول.

1. خفض نسب الطلاق في السنوات الأولى.

2. تعزيز ثقافة الحوار والاحترام المتبادل.

3. توازن الأدوار المنزلية والعملية.

4. إدارة مالية أكثر استقراراً.

5. بناء خصوصية أسرية بعيدة عن تدخلات الأهل.

إن التحولات الاجتماعية والثقافية والتكنولوجية التي يشهدها العالم العربي والإسلامي اليوم جعلت الأزواج، وخاصة الشباب، أمام تحديات غير مسبوقة: من تضخم التوقعات، إلى هيمنة الإعلام الرقمي، إلى التدخلات العائلية، مروراً بالمشكلات الاقتصادية وضغوط العمل، وانتهاءً بضعف المهارات التواصلية. وهنا يتضح الدور المحوري للمرشد الأسري الذي لا يقتصر عمله على «إطفاء الحرائق» عند وقوع الأزمات، بل يمتد ليكون وقائياً واستباقياً، يقوم على التثقيف، وبناء المهارات، وتوجيه الطاقات نحو الاستقرار.

ولقد أكدت الشواهد القرآنية والسنن النبوية، والقصاص الواقعية، والتجارب الميدانية أن الأسرة لا يمكن أن تستقيم إلا على أسس من المودة والرحمة، والحوار، والتفاهم، وتحمل المسؤولية المشتركة. والمرشد الأسري هو الوسيط الذي يساعد الزوجين على رؤية الصورة الكاملة، وتجاوز الأنانية، والانتقال من «منطق الفرد» إلى «منطق الشراكة».

قائمة المراجع:

- شحاتة، أحمد (2020). الإرشاد الأسري، أسسه ومجالاته، القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد العزيز، سامي (2021). الإرشاد الزواجي وبناء الأسرة المعاصرة، الرياض: مكتبة العبيكان.
- الخضير، عبد الرحمن (2022). التحديات الأسرية في العصر الرقمي، جدة: دار المنارة.
- الحبيب، طارق (2019). الزواج والصحة النفسية: قراءة في التحديات المعاصرة. الرياض: العبيكان.
- القحطاني، محمد (2021). التغيرات الاجتماعية وأثرها في استقرار الأسرة الخليجية، جدة: دار المنارة.
- أبو غزالة، سامر (2022). الأسرة العربية بين الأصالة والمعاصرة، عمان: دار وائل.
- عبد العزيز، سامي (2021). الإرشاد الزواجي وبناء الأسرة المعاصرة، الرياض: مكتبة العبيكان.
- الخليفي، ناصر (2023). «دور المرشد الأسري في تعزيز التكيف الزواجي عند حديثي الزواج، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين.
- مجلة الوعي الأسري (2020-2024). وزارة الشؤون الاجتماعية، الإمارات.
- Shawbel, D. (2014). 5 Traits of Generation Alpha. Forbes.
- Al Ghazali, M. (2005). Muslim Family Life. Cairo: Dar Al Shorouk.
- Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2017). Family Therapy: An Overview (9th ed.). Cengage Learning.
- Nichols, M. P. (2021). The Essentials of Family Therapy (7th ed.). Pearson.
- Walsh, F. (2021). Strengthening Family Resilience (3rd ed.). Guilford Press.
- Olson, D. H., & DeFrain, J. (2019). Marriages and Families: Intimacy, Diversity, and Strengths (9th ed.). McGraw-Hill.
- Markman, H. J., Stanley, S. M., & Blumberg, S. L. (2018). Fighting for Your Marriage: Positive Steps for Preventing Divorce and Preserving a Lasting Love. Jossey-Bass.
- Journal of Family Therapy (2020-2024). Wiley Online Library.

- Family Process Journal (2020-2024). Wiley-Blackwell.
- Psychology Today - Family and Marriage Section
- <https://www.psychologytoday.com>

ثالثاً: مراجع للاستزادة.

- الطرابلسي، محمد (2023). فن إدارة الخلافات الزوجية. تونس: دار سراس.
- ديباك شوبرا (2020). العلاقات الواعية. ترجمة عربية، بيروت: الدار العربية للعلوم.
- مقالات مجلة «الوعي الأسري» (وزارة الشؤون الاجتماعية - الإمارات).
- موقع الأمان الأسري الوطني السعودية): <https://www.nfpsa.org.sa>
- موقع: Familylife.com
- موقع: Psychology Today قسم العلاقات الأسرية.
- دورة «مهارات الإرشاد الزوجي» - معهد الدراسات الأسرية - جامعة الملك سعود.
- محاضرات الدكتور طارق الحبيب على اليوتيوب (مجانية - متخصصة في الصحة النفسية الأسرية).
- دورة: "Family Therapy Techniques" منصة Coursera.
- دورة: "Effective Communication in Marriage" Udemy
- برنامج بناء الأسرة: قناة الرسالة الفضائية.
- سلسلة حلقات البيت السعيد: إذاعة القرآن الكريم (السعودية).

المُخَوِّرُ الحَادِي عَشَرَ

دور المرشد الأسري في وقاية الأسرة من الآثار السلبية
للمتغيرات المعاصرة في بداية الحياة الزوجية
(الخطوبة، الملكة، بعد الدخول)

د. فاطمة مجاهد

مقدمة: مفترق الطرق.. أهمية التدخل الوقائي في المراحل المبكرة:

تُعدُّ مراحل بداية الحياة الزوجية، من الخطوبة إلى عقد القران ثم الدخول، هي اللبنات الأساس التي تُبنى عليها دعائم الأسرة. إنها فترة حاسمة تتشكل فيها المفاهيم، وتُختبر فيها التوقعات، وتُصقل فيها مهارات التواصل. وعلى الرغم من أن هذه المراحل كانت في الماضي أقل تعقيداً وأكثر وضوحاً، إلا أن المتغيرات المعاصرة قد أضافت إليها طبقات من التعقيد والتحدي لم تكن موجودة سابقاً. لقد أصبحت سرعة تدفق المعلومات، وثقافة الاستهلاك، والمقارنات الاجتماعية، تفرض ضغوطاً غير مسبوقة على الشباب والشابات، مما يهدد استقرار أسرهم قبل أن تُبنى. إن دور المرشد الأسري في هذه المرحلة لا يقتصر على حل المشكلات بعد وقوعها، بل يتجاوز ذلك إلى الجانب الوقائي، الذي يهدف إلى تحصين الزوجين من الأخطاء التي قد تؤثر في حياتهما المستقبلية. وهذا المحور يوضع بين يدي المرشد الأسري الممارس خارطة طريق لفهم هذه المراحل، وكيفية التدخل الإيجابي والوقائي فيها، لضمان بداية صحيحة وسليمة للحياة الزوجية.

أولاً: مفاهيم بين الخطأ والصواب

يستند الفهم الصحيح لمراحل بداية الزواج إلى التمييز بين المفاهيم الشرعية والاجتماعية التي تُحيط بكل مرحلة.

أ. الخطوبة بين الماضي والحاضر وموقف العرف والشرع:

• في الماضي: كانت الخطوبة في الغالب فترة تعارف محدودة، يغلب عليها الطابع العائلي، وتهدف إلى التأكد من التوافق العام بين الأسرتين. كانت التوقعات يسيرة ومبنية على العادات والتقاليد المستقرة.

• أخطاء فترة الخطوبة في الماضي:

عدم تهيئة العروس، فكم من نساء تحكي أنها نظفت المنزل استقبلاً لضيوف لا تعرف من هم، وهي لم تُجَبَّر بأن الضيوف أهل العريس وأن الاستعدادات للزواج من أجلها، وقد لا يؤخذ رأيها، وهذا مخالف للشرع والتهينة النفسية، وقد تُجبر على الزواج وهذا مخالف للشرع.

• في الحاضر: أصبحت الخطوبة أكثر انفتاحاً، وتتضمن تواصلاً مباشراً ومكثفاً بين الطرفين. وقد أدت المتغيرات المعاصرة إلى ظهور مفاهيم جديدة، مثل «المواعدة» و«التعارف الطويل»، التي قد تتجاوز الحدود الشرعية.

• الأخطاء التي تقع في فترة الخطوبة في الحاضر:

- الخلوة بالمخطوبة أو الخروج معها.
- مسّ المخطوبة.
- الاستخدام الخاطئ لوسائل الاتصال في الحديث مع الخطيبة.
- خاتم الخطوبة وأهمية تقديم الخاتم في جو من المفاجأة أسوة بما يرد في وسائل التواصل الاجتماعي، فضلاً عن الغلاء والمبالغة فيه والتباهي بشكل وثنم الخاتم.
- طول فترة الخطوبة.
- وأكثر الأخطاء خطورة:

- تعامل الرجل والمرأة كأنهما زوجان بعد الخطوبة وقبل العقد، وهذا مخالف للشرع والعادات السليمة.
 - يليها في الخطورة معاملة الخاطب في الأسرة أنه أخ لأخوات العروس، وهذا يجانب الصواب.
 - التصوير سواء لأنفسهما أو الهدايا وعرضها على الآخرين.
- ومما سبق فإنه من الوارد أن تؤثر في بعض أفراد المجتمع المتغيرات المعاصرة وعلى المرشدين دور كبير وقائي حيالها في تثقيف الأسر بكافة أفرادها خلال البرامج والمناشط عبر المراكز المختصة أو في الجلسات العائلية والمجتمعية فليكن المرشد أباً لشباب الأسرة سواء أسرة نواة أو ممتدة. وكذلك المرشدة لتكن أمّاً للفتيات تقدم لهن جمال فترة الخطوبة وما يفترض أن يكون خلالها من مفاهيم صحيحة وكذلك فترة الملكة - وبعد الدخول وليكن حديث المجتمع العائلي عن ذلك خاصة لمن أعمارهم تؤهلهم للزواج.

- موقف العرف والشرع: يقر الشرع بالخطوبة كفترة تعارف، لكنه يضع لها حدوداً واضحة، فلا يجيز الخلوة، ويهدف إلى إظهار الحقائق لإخفائها. ودور المرشد هنا هو توضيح هذه الحدود الشرعية، مع احترام الأعراف الاجتماعية ما لم تتعارض مع الشرع.

ب. الملكة (عقد القران) بين الماضي والحاضر وموقف العرف والشرع:

- في الماضي: كانت الملكة في الغالب تليها مباشرة مراسم الزفاف، وتُعدّ إعلاناً رسمياً بالارتباط.

- في الحاضر: أصبح هناك مسافة زمنية طويلة بين عقد القران والدخول، مما أتاح للزوجين فرصة أكبر للتعارف. ومع بعض الإيجابية في ذلك، غير أنه قد يؤدي إلى مشاكل إذا لم يتم وضع قواعد واضحة لهذه المناسبة.

ففي الآونة الأخيرة، ظهرت بعض الاحتفالات الغريبة والدخيلة على مجتمعنا، وخصوصًا تلك التي تُقام قبل الزواج، مثل ما يُعرف بـ «حفل توديع العزوبية». وهي مناسبات تُنظم للرجال والنساء المقبلين على الزواج، إلا أنها باتت أكثر شيوعًا وانتشارًا بين النساء. وخلال هذه الحفلات، تُقدّم نصائح للعروس أو العريس، يكون القليل منها إيجابيًا، في حين يغلب عليها الطابع السلبي، حتى يُخيّل للسامع أنها نوع من التخبيب، ولكن مغلف بأسلوب فكاهي، وجاذب، ومُصاغ بقالب ترفيهي. وكأن المقبلين على الزواج يُهيّؤون نفسيًا لضغوط قادمة، وأعباء ثقيلة، ومسؤوليات تُثير القلق والتوتر. وتحمل بعض هذه النصائح تحذيرات مبطنة لكلا الزوجين بألا يخضع أو يتنازل للآخر، مما قد يُمهّد لبذور التنافر مستقبلًا. وأحيانًا تُقدّم خلال هذه الحفلات هدايا خاصة للعروسين.

ورغم كل ذلك، لا يمكن إنكار وجود بعض العادات الجميلة التي لا تزال حاضرة، مثل ارتداء العروس للزّي التقليدي الخاص ببلدها ليلة الحناء. غير أن هذه العادة بدأت تتغير، حيث أصبح من الشائع أن تختار العروس تراث بلد آخر للاحتفال، فتُصمّم ديكورات الحفل وأزياءه وضيافته وفق طقوس هذا البلد، سواء أكان تركيًا، أم هنديًا، أم مصريًا، أم خليجيًا... وغيرها.

ومع أن في بعض هذه الحفلات قدرًا كبيرًا من البذخ والإسراف، فضلًا عن طقوس لا تسهم في تعزيز السعادة الزوجية على المدى الطويل، إلا أن الفرح بحد ذاته، والتعبير عنه، أمر لا يلام عليه أحد، بل هو من إحياء السنة، ومن إدخال السرور على قلوب العروسين، بالكلمة الطيبة، والدّف، والاحتفاء الجميل.

موقف العرف والشرع: يُعدّ عقد القران في الشرع إباحة كاملة للعلاقة الزوجية بين الطرفين. أما العرف الاجتماعي، فقد أضفى على هذه الفترة قيودًا تجعلها أشبه بالخطوبة، مما قد يسبب التباسًا واختلالًا في المفاهيم لدى الزوجين.

ج. بعد الدخول والحياة الزوجية بين الماضي والحاضر:

- في الماضي: كانت الحياة الزوجية تبدأ مباشرة بعد الزفاف، وغالبًا ما كان الزوجان يعيشان في محيط عائلي يساعدهما على التأقلم.
- في الحاضر: يفضل كثيرون الاستقلال المباشر في منزل خاص، مما يضع على عاتق الزوجين مسؤوليات أكبر. كما أن المتغيرات المعاصرة أثرت على الأدوار التقليدية للزوج والزوجة.

ثانياً: الآثار الإيجابية والسلبية للمتغيرات المعاصرة في بداية الحياة الزوجية

المتغيرات المعاصرة سيف ذو حدين ، فهي تحمل في طياتها فوائد وتحديات .

أ. الآثار الإيجابية :

- سهولة التواصل : سهلت وسائل التواصل الاجتماعي التواصل بين الزوجين ، مما أتاح لهما التعارف بينهما بشكل أعمق قبل الزواج .
- تعدد مصادر المعرفة : أصبح بإمكان الزوجين الوصول إلى معلومات ومقالات وكتب ودورات تدريبية عن الحياة الزوجية بسهولة .
- فهم أعمق للطرف الآخر: توفر المتغيرات المعاصرة منصات للتعبير عن الذات (مثل المدونات، والحسابات الشخصية) ، مما يمكّن كل طرف من فهم اهتمامات الآخر وشخصيته بشكل أفضل .

ب. دور المرشد في تعزيز الآثار الإيجابية :

- التوجيه نحو المصادر الموثوقة: ينبغي على المرشد أن يوجه الزوجين إلى المصادر المعرفية الشرعية والنفسية الموثوقة، بدلاً من تركهم فريسة للمعلومات المضللة.
- استثمار التواصل: يمكن للمرشد أن يعلم الزوجين كيفية استخدام وسائل التواصل لتعزيز العلاقة، لا للمقارنات السلبية أو تتبع الأخطاء.
- توسيع دائرة الاهتمامات المشتركة: يمكن للمرشد أن يشجع الزوجين على الاستفادة من التكنولوجيا للبحث عن هوايات مشتركة (مثل دورات الطبخ عبر الإنترنت، أو مشاهدة أفلام وثائقية معاً، أو مقاطع ترفيهية مناسبة).

ج. الآثار السلبية:

- المقارنات السلبية: يقع الأزواج في فخ مقارنة حياتهم الواقعية بما يراه من حياة «مثالية» على وسائل التواصل الاجتماعي، مما يولد الإحباط وعدم الرضا.
- التوقعات غير الواقعية: تؤدي الأفلام والمسلسلات إلى بناء توقعات خيالية عن الحياة الزوجية، مما يصطدم بواقع المسؤوليات والتحديات اليومية.

- الخلافات المالية: أدت ثقافة الاستهلاك والمظاهر إلى زيادة الضغوط المالية على الزوجين، خاصة في فترة التحضير للزفاف وقد ذكر شيء منها سابقاً (حفل توديع العزوبية).
- اختلال الأدوار: أصبح هناك صراع على الأدوار التقليدية، حيث يريد كل طرف التخلص من المسؤوليات التي يعتبرها «قديمة» أو «غير عصرية».
- التدخلات الخارجية الرقمية: قد يصبح الأهل والأصدقاء جزءاً من العلاقة عبر مجموعات التواصل، مما يسهل التدخل في أدق التفاصيل.

ثالثاً: المنهج الإجرائي للمرشد في وقاية الأسرة

يجب على المرشد الأسري أن يتدخل في المراحل المبكرة من الزواج بشكل وقائي وفعال، وفق منهج إجرائي محدد لكل مرحلة.

أ. مرحلة الخطوبة (قبل العقد):

- الهدف: مساعدة الزوجين على اتخاذ قرار سليم ومستنير، وتحصينهما من أي تجاوزات شرعية أو اجتماعية.
- خطة العمل موجهة للمرشد الأسري:

1. بناء الثقة: افتح حواراً مع الزوجين حول أهداف الخطوبة.
2. تحديد التوقعات: اطلب من كل طرف أن يكتب توقعاته من شريك حياته، ثم ناقشها معه، لتجنب صدمة الواقع لاحقاً.
3. وضع الحدود: وضح للزوجين الحدود الشرعية للخطوبة، وكيف يمكنهما بناء علاقة قوية دون تجاوزها.
4. تثقيف كل من الخاطب والمخطوبة للمفاهيم الصحيحة، ومنها التعريف والشروط والأحكام لجميع الفترات (الخطوبة - بعد العقد - بعد الدخول) كمادة مختصرة يستفيد منها المرشد الأسري.

تنبيهات للمرشد:

- احذر من التركيز على المظاهر الاجتماعية.
- شجّع على الحديث عن التحديات المحتملة (مثل: العمل، السكن، الأولاد).
- تعريف الخطبة: الخطوبة هي وعد بالزواج وكذلك تقال للفترة الزمنية بين طلب الزواج وعقد القران.

• الخطوبة في القرآن والسنة:

ذكرت كلمة الخطبة في القرآن الكريم كما قال تعالى: ﴿وَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ فِيمَا عَرَّضْتُمْ بِهِ مِنْ خِطْبَةِ النِّسَاءِ﴾ [البقرة: 235] وذكرت كلمة الخطبة في السنة عن جابر رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «إذا خطب أحدكم المرأة، فإن استطاع أن ينظر منها إلى ما يدعوه إلى نكاحها فليفعل». أخرجه أبو داود. والخطبة في نظر القانون لا يترتب عليها أي من الحقوق والواجبات، فهي فترة للتعارف والسؤال، وفي الغالب لا تحتاج لفترة طويلة، بل يفضل ألا تطول لأنها تكون بلا غطاء قانوني يحفظ للفتاة حقوقها في حالة تراجع الشاب عن رأيه فيها. فهي مجرد وعد بالزواج وليست زواجًا، لذلك يبقى كل من الخاطبين في حكم الأجنبي عن الآخر.

يجوز للخاطب أن يرجع عن خطبته إن كان الرجوع لمصلحة مثل أنه اكتشف فيها عيبًا أو اكتشف خديعة لأن الخطبة لا تعدو أن تكون وعدًا بالزواج وليس إلزامًا فيجوز لكل منهما فسخ الخطبة دون إلزام لأي من الطرفين للآخر بإتمام الزواج. ويكره أن يرجع أحدهما عن الخطبة لغير مصلحة وهذا يشبه بالبيع فعندما ترجع السلعة دون اكتشاف عيب يكون هذا مكروهًا.

1. من أحكام الخطوبة في الإسلام:

- أ- يحرم الخلوة بالمخطوبة وحدها، ولا بد من وجود مَحرم معها.
- ب- يجوز النظر للمخطوبة. ولأنه من أسس اختيار المرأة الصالحة أن تكون مقبولة في نظر الخاطب، ولكن بشروط، هي: أن يقصد من نظره النية على زواجها، وأن يرجو من نظره موافقتها، لا أن يكون متأكدًا من رفضها له مسبقًا.

2. حكم النظر إلى المخطوبة:

لا خلاف بين العلماء على جواز النظر إلى المرأة الأجنبية عند خطبتها، بل إن بعض العلماء عدّ ذلك من قبيل السنة المستحبة إلا أنهم اختلفوا في تحديد ما يجوز للخاطب أن ينظر إليه من مخطوبته، عن جابر رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «إذا خطب أحدكم المرأة فإن استطاع أن ينظر منها إلى ما يدعوه إلى نكاحها فليفعل». ولمسلم عن أبي هريرة: أن النبي ﷺ قال لرجل تزوج امرأة: «أنظرت إليها؟» قال: «لا»، قال: «أذهب فانظر إليها».

3. أحكام وضوابط الكلام في فترة الخطوبة:

إذا كان الخاطبان في فترة الخطوبة ولم يعقدا عقد النكاح بينهما بعد، فهما يعدّان أجنبيين عن بعضهما فلا يجوز لهما اللقاء إلا للضرورة؛ وبوجود أحد محارم المرأة، ولا يجوز لهما الخلوة ولا الخروج ولا التكلم بعبارات المغازلة ونحوها. وإذا أرادا التكلم لمصلحة فلا بد لهما من مراعاة الضوابط الآتية:

- أ- ألا يتجاوزا الكلام بينهما قدر الحاجة.
- ب- أن يلتزما غض البصر.
- ت- ألا يحصل بينهما مصافحة ونحو ذلك.
- ث- أن يحرصا على عدم وجود ريبة أو شهوة في قلوبهما.
- ج- ألا تخضع المرأة في القول.
- ح- أن تكون المرأة ملتزمة بالحشمة واللباس الشرعي.

4. أسئلة الأب أو ولي الأمر للخاطب باختصار:

1. السؤال عن عبادته ولاسيما صلاته في المسجد.
2. السؤال عن عمله الذي يكسب منه ماله.
3. التأكد من عدم البخل، قال الرسول صلى الله عليه وسلم: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إياكم والشح، فإن الشح أهلك من كان قبلكم» (رواه مسلم).
4. التأكد من مروءته وتعامله مع الناس وكرمه وشهامته ونبله ووفائه.
5. السؤال عن علاقته بوالديه وعن علاقة أهله ببعضهم ببعض.
6. السؤال عن انضباطه - سماحته - تعامله مع الزملاء.
7. السؤال عن نظافته وهندامه ومظهره.
8. السؤال عن علاقته وسفراته.

فالخاطب إن كان صالحاً فإنه يُعد زوجاً للابنة وابنًا للعائلة، وإن كان الخاطب فاسدًا فقد خسرت الأسرة (الابنة).

• جوانب نفسية عن فترة الخطوبة:

هل تعدُّ فترة الخطوبة فترة توتر؟ نعم قد يمر الطرفان والأسرة بفترة توتر ويبرز موقف المرشد الأسري لأهمية المساندة للوصول إلى حالة معقولة من التوازن. فتعدُّ فترة الخطوبة عند بعض الناس وليس الكل فترة مليئة بالتوترات والضغوطات المختلفة، فالشخص الذي يخوض تجربة الخطوبة يجد نفسه في مفترق طرق بين حياته السابقة وحياته المستقبلية ويواجه تحولات عديدة تتعلق بالعلاقات الاجتماعية والمسؤوليات الجديدة المنتظرة وكذلك فيما يتعلق بالعلاقة العاطفية وقد يمكن أن تظهر مشاعر القلق والتوتر حول القدرة على بناء علاقة ناجحة عندما يمر بعض الأشخاص بفترة الخطوبة يواجهون كثيراً من التغيرات والتحديات العاطفية والاجتماعية، وفي هذه الفترة المهمة من حياتهم قد يواجهون أعراض الاكتئاب التي تؤثر في مزاجهم وحالتهم العامة لذا يعد اكتئاب فترة الخطوبة مرحلة مهمة تستحق الانتباه والتفكير؛ حيث يمكن أن تؤثر في العلاقة العاطفية والتفاهم بين الشريكين لا سيما أنهما في مفترق طرق بين حياتهما السابقة وحياتهما المستقبلية.

ويفترض بناء علاقة ناجحة، وليحدث التأقلم مع التغيرات المستقبلية، مع أن الخطوبة يمكن أن تكون فترة مثيرة ومشوقة، إلا أنها قد تكون أيضاً مصدراً للضغوط العاطفية والاكتئاب، ومن المهم أن نفهم أن الاكتئاب في فترة الخطوبة ليس شيئاً نادراً أو محرّجاً، إنه تحد، ولكن يمكن التغلب عليه ومعالجته بالدعم المناسب والرعاية الصحية المناسبة.

• أعراض الاكتئاب في فترة الخطوبة:

قد يشعر الشخص المصاب بالاكتئاب في فترة الخطوبة بالحزن المستمر والاكتئاب العميق؛ حيث يتأثر مزاجه ويصعب عليه الشعور بالسعادة أو الرضا، وقد يشعر الشخص بفقدان الاهتمام بالأنشطة التي كان يستمتع بها في السابق، كما يفقد القدرة على الاستمتاع بالأمور التي كان يحبها، وقد تصبح الأنشطة اليومية بلا طعم بالنسبة له، تغيرات في الشهية والوزن، وقد يعاني الأشخاص المكتئبون في فترة الخطوبة من الأرق وصعوبة في النوم، أو قد يعانون من النوم الزائد والشعور بالتعب في فترة الخطوبة، ومن صعوبة في التركيز والانتباه، فيجدوا صعوبة في اتخاذ القرارات العادية، والتفكير بشكل واضح. وقد يواجه أشخاص آخرون ضغوطاً في التخطيط لحفل الزفاف والترتيبات المتعلقة بالمناسبة مما يسبب هذا الضغط الإضافي شعوراً بالتوتر والإرهاق.

قد تتعرض النساء لتغيرات هرمونية خلال فترة الخطوبة مثل تقلبات المزاج، وفهم الأسباب، يمكن أن يساعد في حل المشكلة. وكما يتفق بعضهم أنه قد يواجه الأشخاص بعض التحديات والضغوط النفسية خلال فترة الخطوبة، لكن ليس بالضرورة أن تؤدي إلى الاكتئاب أو اضطراب الهرمونات؛ لذا من الأفضل استشارة متخصص في الصحة النفسية لتقييم الموقف، وتقديم الدعم المناسب، إذا كان هناك شعور بأعراض الاكتئاب أو معاناة من مشاعر سلبية مستمرة؛ ليتمكن المرشد النفسي من المساعدة لتحسين الصحة العقلية والعاطفية، وعلاج الاكتئاب. ففي فترة

الخطوبة يتطلب نهجًا متعدد الأوجه يشمل الدعم النفسي والعلاج السلوكي المعرفي، وفي بعض الحالات قد يكون العلاج الدوائي ضروريًا للمساعدة على دفع الحالة للبحث عن حل مناسب، يجعل الحياة أفضل، وقد يصل الوضع لأهمية التحدث مع أفراد الأسرة أو الأصدقاء.

• أسئلة (س.ج) في الحالات الطبيعية وردت أسئلة بين الخاطب والمخطوبة وفق معايير مهمة بوعي ووضوح:

1. ما طموحك / طموحك المستقبلي؟

- الهدف: قياس الطموح المستقبلي على عدة مستويات مثلًا مستوى الدراسة، العمل، الدين، العائلة، الخ... كلما كانت الرؤية واضحة للطرفين قل الخلاف بينهما مستقبلاً.

- المعيار: العقلي.

2. ما تصورك لمفهوم الزواج؟

- الهدف: يكشف هذا السؤال عدة أبعاد لشخصيتي الخاطب والمخطوبة، فتتضح الدوافع النفسية والأخلاقية المشجعة على اتخاذ قرار الزواج، ويقاس مدى النضج العقلي لفكرة الارتباط وتكوين أسرة وتحمل مسؤوليتها.

بعض الأجوبة لهذا السؤال قد تكون: الاستقرار، العفة، التعاون، الأولاد، الجنس، إلخ.

- المعيار: العاطفي + الديني + العقلي.

3. التشابه في الصفات مدعاة للإقبال على الزواج لكن الاختلاف - وليس التصادم - في الصفات والطباع مدعاة للاستمرار في الزواج؛ لأن الاختلاف يؤدي إلى التكامل بين الزوجين؛ بشرط القدرة على التكيف.

- المعيار: العاطفي + العقلي.

4. هل من الضروري الإنجاب في أول سنة من الزواج؟

- الهدف: الاتفاق يساهم في التخطيط للحياة بصورة صحيحة بين الزوجين ويمنع التدخلات من الأهل أو غيرهم في هذا الموضوع.

- المعيار: العقلي.

5. يجب ذكر الأمراض التي تؤثر في استقرار الحياة الزوجية وإخفاؤها يعد من الغش في العقد.

- المعيار: الجسدي.

6. هل أنت شخص اجتماعي؟ ومن أصدقاؤك؟

- الهدف: التعرف على الطباع الشخصية للطرفين، والتعرف على نوعية الأصدقاء لأنهم انعكاس لطبيعة الشخص.

- المعيار: العقلي.

7. كيف هو برك بوالديك؟

- الهدف: قياس مساحة القيم في حياة الخاطب أو المخطوبة.

- المعيار: الديني.

8. بماذا تقضي / تقضين وقت فراغك؟

- الهدف: معرفة الميول سواء العلمية أو الثقافية أو الترفيهية. وكذلك معرفة كيفية إدارة الوقت.

- المعيار: العقلي + الاجتماعي.

9. هل لك نشاط خيري أو تطوعي؟

- الهدف: البحث عن القيم المحركة للسلوك.

- المعيار: الديني.

10. ما رأيك لو تدخلت والدتي أو والدتك في حياتنا الشخصية؟

- الهدف: من الضروري الاتفاق على مبادئ التعامل بها أثناء تدخل الأهل في الحياة الزوجية، وتحديد معيار هذا التدخل وحدوده.

- المعيار: العقلي.

• وهناك استفسارات أثناء الحوارات المباشرة فترة العقد منها:

1. كيف تتصرف عند العصبية؟
2. كيف تنظم وضعك المالي؟
3. كيف علاقتك مع أهلك؟
4. عندما تختلف كيف تتصرف؟
5. ما حدود المسامحة والعفو لديك؟
6. ما تصرفك عند الحزن. وماذا تريد أن تكون ردة فعل الآخر تجاه ذلك؟
7. ما حدود مسؤولياتك مع أسرته (قبل الزواج - بعد الزواج)؟
8. ما دور كل من الزوجين (بعد الزواج - داخل المنزل - خارج المنزل)؟
9. ما انطباعاتك الشخصي (أحسن ما فيك - أسوأ ما فيك)؟
10. ما توقعاتك لعدد الأطفال إن شاء الله، عائلة (كبيرة - صغيرة)؟
11. ما مدى علاقتك بأهلك (ارتباط تام - ارتباط وسط - ارتباط سطحي، الخ)؟
12. ما كيفية السفر معك؟ هل له خصوصية أم مع الأهل والأصدقاء أم لا يوجد سفر؟
13. ما نظرتك للحياة (تفاؤل - تشاؤم - الحذر الشديد - التساهل، الخ)؟
14. كيف علاقتك بالله عز وجل (الصلاة وأنواع العبادات)؟

• إضافة إلى ما سبق أوردت أهم 12 نقطة يجب النقاش حولها من الطرفين قبل الزواج كتوصيات للأخصائي النفسي الدكتور أسامة الجامع (كما ذكرها):

1. اللباس، كيف يكون، هل يرغب الطرف الآخر بالنقاب، الحجاب دون نقاب، لباس دون حجاب.
2. الطبخ، هل ترغبون وجود طبّاخ أو عاملة منزلية أو ترغبون الطبخ من قبل الزوجة؟
3. الوظيفة هل مقبول أن الزوجة تعمل، هل مقبول أن عمل الزوج به سفرات كثيرة؟
4. هل مقبول عمل الزوج/الزوجة به اختلاط؟
5. هل مال الزوجة الموظفة لها، إذا لم يوجد وظيفة للزوجة هل يوجد مصروف شهري من قبل الزوج للزوجة؟
6. السفر، هل السفر أمر ضروري للزوجين، هل هو داخلي فقط أم لابد للخارج، أو لا حاجة؟
7. هل هناك رغبة في الإنجاب في السنة الأولى؟
8. هل سيسمح لزوجته بقيادة السيارة؟
9. هل الزوج لديه أصدقاء يخرج معهم يوميًا أو يسهر أو فقط عطلة نهاية الأسبوع؟
10. هل المشكلات لو حدثت بيننا يتدخل الوالدان أم تبقى المشكلات داخل المنزل ولا تخرج؟
11. أين سيكون السكن؟ وهل هو مستقل أو يكون مع الأهل؟ هل هذا مقبول لدى الطرفين؟

12. هل تقبل /تقبلين إكمال التعليم بعد الزواج وما يترتب عليه من انشغال أو سكن في الخارج؟

ملاحظة: الأفضل أن تُسأل الأسئلة السابقة في سياق الحوار بين الخطيبين وليست كالاستبيان أو الاستجواب، وتميرها إلى المسترشد/ة في هذه المرحلة من الاستشارة.

• إضاءات للمرشد الأسري عند تعامله مع الرجل والمرأة فترة الخطوبة:

5. الإضاءة الأولى:

هناك نوعان من الزواج (التقليدي والحب)، وهناك نوع آخر هو أهم أنواع الزواج ولنسميه الزواج المثالي، (الزواج المنظم) من حيث تقييم السمات الشخصية وهذا ما دل عليه نبينا الكريم صلى الله عليه وسلم في قوله: «ما يدعوه إلى نكاحها». إلى جانب معرفة السمات الشخصية لكلا الزوجين، فهناك أشياء قابلة للتغيير وأخرى غير قابلة. فالزواج مشروع ويحتاج إلى نظام سليم ربما يكون بعيداً عن الزواج التقليدي وفق نسبة معينة من المعايير تختارها أم الرجل أو أهل المرأة أو يختارها الرجل والمرأة وتنقل إلى الأهل. أو زواج عن حب كما يقولون «أموت إن لم أتزوجه أو أتزوجها.. إن لم أتزوجه فلن أتزوج غيره» فكلا الطريقتين لا تصلح إلا إذا كان الزواج ناضجاً منظماً، ويكون بتقييم السمات الشخصية من حيث التوافق (النفسي - الشخصي - التربوي - القيمي، الخ).

6. الإضاءة الثانية:

أسمى المشاعر في الكون مشاعر الحب، ولكن ما يشعر به الزوجان بداية الزواج من مشاعر هي عواطف قد تسكن وقد تبرز وقد تهيج وفق ما يظهر من مواقف وتصرفات داخل الأسرة لكلا الزوجين، ونوعية الزواج لابن وحيد، أو ابنة، أو لابن مدلل، أو ابنة، أو لابن صغير، أو لكبير، أو لأسرة تنظر إلى الارتباط الأسري بمنظور مختلف عن غيرها من الأسر.

ولكن قبل أن يبوح أحد الزوجين للآخر بمشاعر الحب، هناك استفسارات مهمة بين المخطوبين ذكرت سابقاً؛ لأن فترة الخطوبة فترة عقلية محضة ينبغي فيها عدم وجود مجال كبير وواسع لتبادل العاطفة أو المشاعر، فمن الأفضل أن يغلب العقل على هذه الفترة لكي يتمكن كل طرف من التأكد عن مدى مناسبة الآخر ليكون (زوجاً أباً - أو زوجة أمًا) في المستقبل.

فالمللوب: الإبحار في أفكار وأخلاقيات وعادات وتقاليد وبيئة الطرف الآخر لاستكشاف مدى مناسبة كلا الزوجين للآخر.

وهذه الفترة يعتقد البعض أنها فترة استمتاع بين الحبيبين وقضاء وقت ممتع يتبادل خلاله الطرفان المشاعر وخطابات الحب، والحقيقة أن أي عاطفة تدخل هذه المرحلة قد تسبب تشويشاً على جودة القرار المنتظر. فكلمات

الحب ورسائل الغزل والاشتياق وحوارات منتصف الليل المليئة بالعواطف الملهبة فضلاً عن عدم جوازه شرعاً فإنها تسبب خللاً للحب الحقيقي الدائم، فكلا الاثنين الخاطب والمخطوبة يكونان متعطشين للعلاقات العاطفية وبسبب هذه الشحنة العالية يتغاضى كل منهما عن الآخر؛ مما يلمسه من أشياء غير مرغوبة، التي قد تكون حاسمة في إنهاء العلاقة أو الاستمرار فيها، لذلك على الخطيبين تأجيل هذه المشاعر لما بعد صدور قرار الاستمرار، لاسيما أن فرصة الانسحاب قبل الخوض في العلاقة تكون بأقل الخسائر، فكلما غاصت مشاعرنا يصعب علينا القرار أو الانسحاب، وكلما تضاغت مرحلة من مراحل الزواج التي تليها تضاغت الخسائر، أما إذا تم اتخاذ القرار المناسب للحصول على الزواج المنظم فالنتيجة هي التمتع بزواج ناجح - بإذن الله تعالى - بأقل المشكلات وبالتالي بأقل أو بدون خسائر.

7. الإضاءة الثالثة:

ليكن في الاعتبار لدى كل من الرجل والمرأة عند الزواج ألا يبحث أحدهما عن الجمال فقط أو المال فقط أو الشهرة فقط، فالاعتبار في الحياة الزوجية وارد لا محالة، والذي ينبغي أن تقوم عليه العلاقة الزوجية (الأخلاق والتعامل)، وليس الشكل ولا المظهر فقط، فالتفكير بالعقل قبل الزواج مهم جداً، والاختيار الأفضل هو اختيار الجوهر لا المظهر.

ب. مرحلة الملكة (بعد العقد وقبل الدخول):

الهدف: استثمار هذه الفترة لبناء أساس متين للعلاقة، وتوفير أدوات ومهارات ضرورية للحياة الزوجية.

خطة العمل للمرشد الأسري لهذه الفترة الحساسة:

- تثقيف حول أهداف الزواج والحقوق والواجبات: وضح للزوجين حقوقهما وواجباتهما الشرعية بعد العقد.
- التخطيط المالي: ساعدهما على وضع خطة مالية واضحة للتحضير للزواج، وتجنب الديون غير الضرورية.
- مهارات التواصل: درّب الزوجين على مهارات التواصل الفعال، مثل: فن الحوار، وكيفية التعبير عن الحاجات، وإدارة الغضب.
- التخطيط للأدوار: ناقش معهما الأدوار المستقبلية لكل منهما في الأسرة، وكن مرناً في التعامل مع التوقعات.
- ثقّف كلا من الرجل والمرأة بمفاهيم صحيحة عن مرحلة العقد (فترة الملكة) بمادة يستفيد منها المرشد الأسري.

• إضاءات للمرشد الأسري عند تعامله لحالات (بعد العقد وقبل الدخول):

الإضاءة الأولى:

إن الزواج ميثاق غليظ وعقد دائم لا ينفك ولا ينتهي إلا بأسباب شرعية فالزواج آية من آيات الله تعالى ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ﴾ [الروم: 21] وآيات الله كلها معجزة وما يلي الآية قول الله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافُ أَلْسِنَتِكُمْ وَأَلْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِلْعَالَمِينَ﴾ [الروم: 22]. فبداية الآية تبرز عظمة الارتباط بين الرجل والمرأة ومن عظمة هذا الارتباط تلاها خلق السماوات والأرض ولا شك في عظمة ذلك، ويكفي أنها علاقة ربانية ميثاقها غليظ وروابطها لا تنقطع خاصة إن كانت هناك ذرية.

الإضاءة الثانية:

أعظم استثمار ما كان في العلاقة الزوجية، فكلما كانت الحياة الزوجية مستقرة كلما كان أفراد الأسرة أكثر سعادة، ويتحقق للجميع النجاح في العمل والعلاقات والصدقات، ويحظى الجميع بالتقدم والتطور، لأن البداية كانت سليمة وهي السعي للاستقرار، وكأن العلاقة الزوجية هرم قاعدته الاستقرار والاستثمار، وبعدها يأتي الهدوء والاطمئنان، وبعدها المرح والفرح.

مثلث الاستقرار والاستثمار في الحياة الزوجية:

الإضاءة الثالثة:

■ التغافل: وهو نبذ التدقيق والوقوف على كل صغيرة وكبيرة.

• التغافل: الاستعداد للتسامح عند الخطأ من أحد الطرفين على الآخر حتى لو تكرر الخطأ فهناك طرق للعلاج بعيدة كل البعد عن ذكر الخطأ السابق لما في ذلك من خطورة، فالرجل يفكر بعقله والمرأة بعاطفتها، قال الله تعالى: ﴿وَلَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنْثَى﴾ [آل عمران: 36]، فعندما تواجه الزوجة زوجها بتكرار الخطأ، وتعدد له السقطات نفسها، وتذكر (عددها - تاريخها - مناسبتها - سببها)، فكأنما توحى لزوجها أنه لا فائدة للإصلاح فالرجل يقتنع بعقله أنه (لا إصلاح) فيحدث منه اللامبالاة، أو التلفظ بعبارة (أنا كذا!!)، والحقيقة عندما تكرر الزوجة الأخطاء وسقطات زوجها تريد بعاطفتها أن تخبره بمشاعرها؛ وكأنها تقصد أن تقول له (تحملت كثيراً، وتألّمت منك أكثر، وأريدك أن تشعر بما أنا فيه من ألم)، وليس مقصدها أنه لا أمل في الإصلاح، وهنا الفرق بين ردة فعل الزوج وردة فعل الزوجة، فالمرأة تكرر ذكر الأخطاء لزوجها وتعدد لها لتصل إلى قصد واحد أنها تقول: (تعبت وأطلب أن تريخني)، والرجل يصل إليه مقصد آخر وهو: (لا مجال للإصلاح)، أما إذا حُلّت المشكلة وكأنها تحدث لأول مرة، فسوف يكون التعامل معها بشكل آخر، عندما ظهرت فهنا إشارة أننا سنجدد

البحث عن الحل المناسب حتى نصل إليه. وما سبق ينطبق تمامًا على حالة الزوجة عند تكرار الخطأ تجاه زوجها.

• التفاضل: ﴿وَلَا تَنسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ﴾ [البقرة: 237]، خاصة عند المشاكل الحذر ثم الحذر من نسيان الفضل الذي كان، ونسف ما مضى من معروف عند حلول المشاكل والاختلافات.

• ذكر المحاسن: التركيز على أفضل ما لدى كل من الزوجين، وهذه مرت علي بصفتي مرشدة أسرية، عندها يكون لدى الزوجين (الاستعداد) لاستمرار الحياة الزوجية ولديهما الرغبة في حياة مطمئنة هائلة والمعوق هو الاحتياج للدلالة على الطريق، وكذلك مرت علي حالات لزوجات وأزواج فكروا في الانفصال لكثرة النقد وتتبع العثرات من باب التوجيه والنصح من الزوج؛ ظنًا منه أنها من باب القوامة والقيادة، وإن كان النقد من الزوجة فهي تظن أن يكون زوجها بهذه الطريقة سيصبح كما تريد وتأمل.

وفي الحقيقة أن نصح الزوج لزوجته بطريقة النقد اللاذع والمقارنة المؤذية تفقد الزوجة ثقتها وأمنها النفسي، وفي حالة نقد الزوجة لزوجها يجعل الزوج دائم الهروب من المنزل أو يتعامل مع زوجته بخلاف طبيعته فيخسر الزوجان لذة الحوار ومتعة السكن ويظن الاثنان أنهما يقدمان ما عليهما والنتيجة غير مريحة وغير مريحة، وعند ملاحظتي بصفتي مرشدة أسرية، وتأكدي أن لدى كلا الزوجين استعدادًا داخليًا للحياة الأفضل.

وقتها أطلب من كلا الزوجين على حدة أن يذكر كل منهما (مزايا وسمات إيجابية وصفات حسنة لدى الآخر؛ من (3-5) مزايا يوميًا، ولا مانع من تدوينها كتابيًا عبر وسيلة خاصة لا يطلع عليها أحد).

وتتجدد المزايا يوميًا ولا يشترط أن تكون مزايا ضخمة أو مكلفة، وقد تكون صغيرة جدًا وغير لافتة، حتى لو (رموش العين جميلة).

المهم استحضار من (3-5) مزايا حسنة يوميًا، كل من الزوجين يكتبها عن الآخر، وتتم كتابة هذه المزايا من 3 أسابيع إلى شهر كامل، ولا مانع من استمراريتها حتى تكون عادة لكل منهما؛ لأنه من خلال التدوين اليومي بعد فترة، سيعود كل من الزوجين التركيز على الإيجابيات لدى الآخر، وبفضل الله نجح ذلك مع كثير من الأزواج، وإن كان نجاحه عند الزوجات أعلى نسبة من الأزواج، وبالعوم يظهر تعديل في الحياة أكثر من ذي قبل، وفي إحدى اعترافات أحد الأزواج ذكر عبارة «عندما نظرت إلى مزايا ومحاسن زوجتي، وكان همي تدوين عدد منها يوميًا بحيث تتغير، لاحظت جمالاً روحياً ونفسياً وأخلاقياً وجسدياً في زوجتي لم أراه من قبل».

5. شكر الله سبحانه وتعالى: «من أصبح منكم آمناً في سربه، معافى في جسده، عنده قوت يومه، فقد حيزت له الدنيا» رواه البخاري. فالشكر لله تعالى لهذه النعم موجب لاستمرارها والمزيد منها. فالحياة الأسرية (الزوجية)

الآمنة في ظل معايير الأمن والأمان من أكبر النعم التي تحتاج من العاقل الشكر، فالزواج الناجح هو شيء من الحب، وكثير من الاحترام، وكثير من التفاهم، وكثير من الشكر على نعم الله تبارك وتعالى.

6. الصبر والتفأول: وأما العبارات المتكررة على ألسنة الزوجين وعلى وجه الخصوص الزوجة (اللي انكسر ما يتصلح)، فقد ينطبق هذا المثل على أمور كثيرة باستثناء الزواج أو العلاقة الزوجية، ومن أعظم ما بين الزوجين مسماه (الميثاق الغليظ)، فلو قالت الزوجة كسرت بطلاقي استنادًا لحديث النبي صلى الله عليه وسلم: «وَكَسَرُهَا طَلَاقُهَا» رواه مسلم.

فهل للكسر أن يُصلح؟ الجواب نعم، وإلا لم يُجعل الطلاق ثلاث تطليقات، الأولى والثانية رجعيتان، والثالثة تحرم ولا تحل إلا بعد زوج، فهنا إشارة ودلالة على إمكانية الإصلاح بعد الكسر، وهذه خاصة بين الزوجين، فلا مستحيل إن حصل كلا الزوجين على شرف المحاولة والاهتمام وعدم تكرار الأخطاء، وقد يأخذ كل ذلك وقتًا، ولكن مع الوقت والتصحيح للأسباب لإزالتها والالتزام والاستمرار عليها، والاستعداد الداخلي لإنجاحها. فكل ما فات يمكن أن يزول وكل التراكمات ممكن أن تتلاشى وقد تكون النتائج فعالة ولو وجدت رواسب أو بواقٍ، فإنها لا تذكر مقارنة بما سيكون من حياة طيبة بعد التصحيح المبني على خمسة أمور مهمة:

1. الصبر.

2. الالتزام.

3. الاستمرارية.

4. الاستعداد.

5. تقوى الله.

الإضاءة الرابعة:

لأداءات مهمة يحتاج إليها المقبلون على الزواج:

- لا تمزح وتجرح (المُزاح ثقافة).

- لا تمزح على شيء فيه حساسية مثل الشكل أو العمر أو الوزن.

- لا تمزح في شيء يتعلق بالكلام الساخر المستفز؛ حتى لا يُسلب الأمان العاطفي.

- لا تمزح (للرجل) بطرح فكرة التعدد وتكرار عبارات مثل «جميل أن يجدد الإنسان شبابه» و(المرأة) ترد: «سأحظى بمن هو أفضل منك».

- لا تمزح في شيء يتعلق بالأهل والأقارب والأصدقاء.

- لا تمزح بمقارنة (زوجك - زوجتك) بأي امرأة أخرى مهما كانت أو رجل آخر مهما كان.

- لا تمزح مستخفاً بقدراتها المنزلية «ليتك تطبخين مثل أمي، أو فلانة وفلانة» ولا بقدرات الزوج في عمله أو مشاريعه «ليتك مثل أبي أو فلان أو فلان».

ج. مرحلة بعد الدخول:

تُعد السنة الأولى من الزواج هي أخطر السنوات بسبب مرور الحياة الزوجية بمراحل:

أولها: التعارف.

ثانيها: التفاهم.

ثالثها: التآلف.

ثمّ التكتاف والعشرة. والتعارف (الحقيقي الكامل) اجتماعيًا وجسديًا وانفعاليًا وعقليًا، ولا تتضح بواقعية أثناء فترة الخطوبة أو بعد العقد بشكل كامل، مهما كان الخاطب أو المخطوبة واضحين بوعي وفهم وإنما تتضح بعد الزواج.

فإن كانت لغة الحوار بين الطرفين يسودها خلل كفرض الرأي (هي حرة لها شخصيتها - هو رجل مهيم ومتصرف)، (هي متمسكة برأيها - هو يفرض الرأي)، (هي مدللة - هو قائد)، (هي قائدة - هو متسلط).

وتكثر هذه الأفكار خاصة عند الأزواج الذين لم يحصلوا على تأهيل قبل الزواج، مما يسبب خطرًا على الحياة الزوجية وتقل نسبة الخطر إذا توفرت ثلاثة أمور:

أولها: التثقيف قبل الزواج

ثانيها: احترام وفهم كل من الزوجين طبيعة الآخر السيكولوجية ﴿وَلَيْسَ الذَّكَرُ كَالْأُنْثَى﴾ [آل عمران: 36].

ثالثها: الاستعداد التام لإسعاد كل منهما الآخر.

وعلى ذلك فإن الهدف من مساعدة الزوجين للتأقلم على الحياة الجديدة، وحل المشكلات الأولية التي قد تظهر ومنها:

1. التعامل مع صدمة الواقع: بمساعدة الزوجين، لا سيما أن الحياة الزوجية تختلف عن فترة الخطوبة والملكة، وأن

وجود الخلافات أمر طبيعي .

2. مهارات حل الخلافات: بتدريب الزوجين على تقنيات حل الخلافات بشكل بناء، مثل: الاستماع، والتفاوض، والوصول إلى حلول وسط وفق مهارات حل المشكلات ومهارات اتخاذ القرار وغيرها من المهارات اللازمة.

3. قواعد التعامل مع الأهل: الاتفاق معهما على قواعد واضحة للتعامل مع الأهل وتجنب التدخلات، مع التأكيد على احترامهم وتقديرهم.

• إضاءات للمرشد الأسري لحديثي الزواج: الإضاءة الأولى:

أن يتفهم كل من الزوجين أنه لا يملك الآخر (لا وقتًا، ولا فكرًا ولا قيمًا ولا قناعة، الخ)، وإنما بينهما اتفاقات وتفاهات وتبادل آراء لتقريب وجهات النظر، فلا أحد يجلس مع أحد طوال الوقت كما تعتقد بعض النساء، فربنا سبحانه وتعالى جعل الزواج مودة ورحمة، وليس اختبار قوة.

كلنا يمر عليه أيام ضغط وتعب وتفكير وقد تمر عليه أوقات لا يرغب رؤية أحد، وقد يصل الوضع النفسي إلى البكاء، بل ويصل إلى الاحتياج إلى رفيق الحياة زوجًا كان أو زوجة، وهذا ليس معناه الفشل، بل لأن كلا الزوجين بحاجة إلى الآخر لأن الزوجين بشر.

ففي الحياة تمر أوقات فرح وأوقات حزن، وأخرى ضغوطات، والمعادلة المطلوبة عندما يحتاج أحد الزوجين الآخر يجده بجواره، فالزوجة تعد زوجها هو أمانًا، والزوج يعد زوجته ضمانًا؛ إذا وقع ساندته، فنحن لا نحتاج أن نصل إلى المثالية في العلاقات، ولكن نحتاج المساندة وقت الضعف قبل القوة، فلا يشترط العطاء اليومي 100%، ولكن عطاء مستمر بشكل طبيعي عند المعتاد وبشكل مكثف عند الاحتياج.

الإضاءة الثانية:

العلاقات الناجحة عبارة عن مثلث له 3 أضلاع:

1. الأمان وخاصة وقت الخلاف.
2. الاحترام فلا إهانة وجرح الكرامة.
3. الاهتمام والتقدير لكل من الزوجين تجاه الآخر.

فلا يتنقص أحد الزوجين من دور الآخر في الحياة، والحذر ثم الحذر أن يطلب أحد الزوجين الاهتمام بالإيجاب والإلزام والقوة، بل يأتي الاهتمام حبًا وكرامة ورضًا تامًا؛ ابتغاء وجه الله تعالى، بنية خالصة لحياة زوجية سعيدة

ناضجة. وقد أجرى (جون جوتمان) تجربة على آلاف الأزواج وتنبأ بنسبة 90% إذا كان وضع الزوجين سيستمر أو سيتوقف، ونتج عن الدراسة أن هناك أربعة مؤشرات خطيرة:

1. النقد الجارح المستمر.
2. الاحتقار والسخرية.
3. الدفاعية العالية (الهدف الدفاع عن النفس وليس التوضيح).
4. الصمت والانسحاب وقت الخلاف.

فإذا كانت هذه المؤشرات تظهر في الحياة الزوجية بشكل متكرر فهما يسيران نحو الطلاق بخطوات سريعة وقوية حسب رأي (جون جوتمان)، ولكن هناك أمل وحلول أولها:

1. الوعي والرغبة في التغيير.
2. التعبير عن المشاعر للتوضيح وليس للهجوم.
3. الاحترام المتبادل أثناء عدم التفاهم وخاصة إذا وصل الأمر لحد الجدل وفقد آداب ومبادئ الحوار الناجح.
4. إجادة الإنصات والاستماع والرد وقت اللزوم لإتاحة الفرصة للتوضيح وإعطاء فرصة للطرفين لإتمام الفكرة والاستعداد للفهم.
5. الزواج سكن ومودة وليس حرباً وهجومًا ودفاعًا.
6. الصدق مع النفس لإعطاء العلاقة الجهد والوقت المطلوب والبعد عن التسويف والصمت والتجنب.

وهناك محاذير على المرشد الأسري الانتباه لها عند مواجهة المشكلات بين الزوجين:

1. ليس من الحكمة حل المشكلات الزوجية عن طريق وسائل التواصل (كالهاتف - واتساب - سناب شات، الخ) سواء أكانت وسائل صوتية أم كتابية، فهي ليست عملية، بل قد ينتج عنها آثار سلبية. فقد وردت مشكلة بين زوجين كتب لها زوجها (مداعباً) بعد إحدى الجدلالات التي أودت بالحديث إلى النزاع ورغب أن يلطف ما بينهما فكتب لها (روحي)، وترك مسافة طويلة جداً ثم كتب آخر الرسالة (لعمتك) وهو يعلم محبتها لعمتها.

وللأسف فهمت الزوجة أنه استغنى عنها ولا يرغب وجودها في المنزل وكأنه يطردها، وفي الحقيقة أن الزوج قصد (تلطيف العلاقة) وأن كلمة «روحي» هي (مشاعر وليس ذهاباً أو استبعاداً كما فهمت الزوجة)، فالنقاش بين الزوج وزوجته كتابة يعد (مشروع طلاق) لانعدام توفر الصوت والصورة والمشاعر، وقد يقرأ أحد الزوجين الرسالة وهو في مزاج غير مناسب فيفهمه على غير الهدف المرجو تحقيقه منها.

2. ومن المحاذير أيضاً أن ينتبه المرشد الأسري من بعض العبارات التي يوجهها لكل من الزوجين وعلى سبيل

المثال عبارة (تحملتي) حتى لا يتم خراب البيت، فلا بد للمرأة والرجل (التحمل) ولكن ما نوع التحمل؟ وما الأهداف منه؟ وما الحدود المقبولة والممنوعة؟ فلا بد من فهم لمعطيات التحمل قبل النصح به، فالسكوت على الخطأ الشرعي وخرق العادات وتدهور الصحة النفسية والجسدية ليس صبراً، والكرامة ليست رفاهية، الخلاف وارد لكن الإهانة مرفوضة، فهناك فرق بين رجل يخطئ فيتعلم ورجل يرى أن الخطأ رجولة، والسيطرة أسلوب، والقمع حماية، كما أن هناك فرقاً بين المرأة الراعية المسؤولة عن رعيته، وبين المهتمة فقط بالمطاعم والسفر والهدايا، وأنها من واجبات الزوج الجالبة للسعادة الزوجية، هناك فرق بين الزوجة التي تملأ البيت بهجة وتستقر في بيتها وترى فيه جنتها، وبين المهتمة فقط بتصوير ديكور بيتها لإظهاره في وسائل التواصل الاجتماعي، وهناك فرق بين السعادة الحقيقية المستورة، وبين إظهار السعادة المزيفة للنشر، فكم من أزواج من أوساط مختلفة يتم تصويرهم بأشكال ومناظر جذابة؛ لإبراز السعادة الكبيرة بينهما وبعد مدة يحدث الفراق.

الإضاءة الثالثة:

على المرشد الأسري التأكيد على الزوجين بأن أسوأ طريقة في حل المشكلات في العلاقات هي (البعد) أو (أخذ إجازة زواجية)، فقد يكبر حجم المشكلة ويتفاقم بينهما، أما العلاقة الصحية الجيدة فهي محاولة حل المشاكل أولاً بأول، أو يكونان في مكان مشترك، متقاربين وليس بينهما مسافة زمنية أو مكانية.

وإن اتفق الطرفان على قرار مشترك ببعد كل منهما عن الآخر مؤقتاً، فيلزم أن يكون بالتراضي التام، وخاصة في حالة وجود إيذاء أو عنف من أحد الطرفين، أما في الأحوال العادية فلنا أسوة حسنة بالطلاق الرجعي، وأهمية بقاء المرأة في بيت الزوجية بعد التطليقة الأولى والثانية، ومما لا شك فيه أن في ذلك فائدة ولا سيما أن الذي حكم بذلك هو الخالق الذي يعلم ما يضر وينفع كلا الزوجين: ﴿أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾ [المالك: 14]، ولو كان في البعد حلٌ لكان بعد الطلاق الرجعي، لكن الأمر ببقاء المرأة مع زوجها في البيت نفسه هو من الحلول التي أمر بها الشرع الحكيم.

الإضاءة الرابعة:

إن أخطر ما يدمر العلاقة الحميمة هو الصمت المستمر أثناء العلاقة، وقد يحدث الهروب من المواجهة للحل أو الإحراج أو الفهم الخاطئ، للوصول إلى اتفاق يرضي الطرفين، ولا بد من الانتباه أن العلاقة ليست أداء دور؛ لأنه واجب أو لازم من طرف، وصمت الطرف الآخر، والمشكلة الحقيقية تكمن في تغير العلاقة من استمتاع إلى أداء واجب، فمن الخطر أجساد متقاربة ومسافات نفسية متباعدة روحاً ونفساً، والهدف هو مشاركة المشاعر وليس تلبية رغبات نفسية، وعليه فإنه لا بد من الحوار والمصارحة بدون تجريح أو لوم، وإنما توضيح للتخلص من البرود الذي يؤدي إلى الفتور أو الخيانة أو الانفصال النفسي ثم الجسدي، فالعلاقة الحميمة التي تقوم على الحوار ليست جرأة،

وإنما وضوح وتفاهم للوصول إلى الاستمتاع المطلوب.

ولسلامة العملية الإرشادية من الإخفاق والمحافظة على نفع كل من الزوجين فإنه يفضل أن يتناول المرشد معالجة العلاقة الحميمة من خلال المرشد الرجل مع مثله، والمرشدة المرأة مع مثلها، خاصة إذا كان الخلاف في عمق العلاقة السريرية، وإن كانت هناك إمكانية المعالجة من أحد المرشدين رجل أو امرأة فلا يتم انفراد المرأة المرشدة مع الرجل المرشد، وكذلك الرجل المرشد مع المرشدة؛ ابتعاداً عن شبهة خلل قد تحدث أثناء الجلسة الإرشادية، فضلاً عن الحكم الشرعي في الخلوة.

الإضاءة الخامسة:

إن أصدق الحب الزوجي هو الذي يوصل كلا الزوجين للجنة؛ فالحب الذي لا يوصل لأبواب الجنة حب كاذب؛ لأن الأصل من الحب في الدنيا الطمأنينة وفي الآخرة الجنة، ﴿وَالَّذِينَ آمَنُوا وَاتَّبَعَتْهُمْ ذُرِّيَّتُهُمْ بِإِيمَانٍ أَلْحَقْنَا بِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَمَا أَلْتَنَاهُمْ مِنْ شَيْءٍ كُلُّ امْرِئٍ بِمَا كَسَبَ رَهِينٌ﴾ [الطور: 21]، فالمحبة المطلوبة هي المتوازنة والبعيدة كل البعد عن التعلق، فالتعلق بغير الله (تعب - قلق - ألم - اضطراب).

حالات إرشادية من الواقع وكيفية التعامل معها:

سيتم ذكر حالات إرشادية مع تغيير بعض تفاصيلها لضمان الخصوصية لتوضح كيف يمكن للمرشد التعامل مع قضايا شائعة في بداية الحياة الزوجية.

الحالة رقم (1): خلاف حول حفل الزفاف لزوجين في فترة الملكة في حالة من التوتر الشديد.

- سبب الخلاف هو إصرار أهل الزوج على حفل زفاف كبير، بينما ترغب الزوجة في حفل ميسر؛ لضيق ميزانية الزوج.

- تحليل المرشد (الأسباب الحقيقية الكامنة المسببة للمشكلة):

لم تكن المشكلة في الحفل، بل في الخلاف على السلطة بين الزوج والزوجة من جهة، وبين أهل الزوج من جهة أخرى.

الخطة الإرشادية:

1. جلسة مع الزوجين: توضح لهما أن المشكلة ليست في الحفل، بل في كيفية اتخاذ القرارات المشتركة.
2. إستراتيجية التفكير المشترك بعد تزويد الزوجين بمهارات اتخاذ القرار والوقوف على كتابة قائمة بالأولويات

(أولويات الزوج، أولويات الزوجة، أولويات الأهل).

3. ظهور المرشد بصفته وسيطًا ومحاوّرًا بين الطرفين؛ حتى يتم الوصول إلى حلول مناسبة (مثل: إقامة حفل متوسط الحجم، مع تخصيص جزء من الميزانية لرحلة شهر عسل)، وتم توضيح ذلك للأهل من قبل الزوج. النتيجة: تم حل الخلاف، وتعلّم الزوجان كيفية إدارة الحوار وفق مهارات اتخاذ القرارات المشتركة بعد الاتفاق على الأولويات.

الحالة رقم (2): مشكلة التواصل الرقمي لعروس شابة بعد شهر من الدخول، تشكو من أن زوجها أصبح غريبًا، وأنه يقضي معظم وقته على هاتفه، ولا يتحدث معها.

تحليل المرشد (الأسباب الحقيقية الكامنة المسببة للمشكلة):

كانت الزوجة تعتقد أن الزوج لا يهتم بها، في حين كان الزوج لا يعرف كيف يتواصل معها، بعد أن تحولت العلاقة من التواصل الرقمي فترة الخطوبة وبعد العقد إلى التواصل وجهًا لوجه بعد الدخلة.

الخطوة الإرشادية:

1. جلسة منفردة مع الزوج لمعرفة مخاوفه من مسؤولية الحياة الزوجية، وكيف كان يهرب إلى هاتفه للتخفيف من التوتر.

2. التدريب على التواصل المباشر وتزويد المرشد بمهارات الحوار الزوجي الإيجابي ومنها كيفية التعبير عن مشاعره وحاجاته بشكل مباشر.

3. جلسة إرشادية مع الزوجين لوضع قواعد رقمية: تم الاتفاق معهما على وضع قواعد لاستخدام الهاتف في المنزل، مثل: تخصيص وقت «خالٍ من الأجهزة الإلكترونية» للتحدث معًا.

النتيجة: تحسن التواصل بين الزوجين، وبدء في بناء علاقة أقوى مبنية على الحوار المباشر.

الحالة رقم (3): صدمة المسؤوليات لزوجين حديثين يعانيان من صدمة الحياة الزوجية، حيث كانا يعتقدان أن الزواج يعني الحرية التامة، ولكنهما وجدوا أنه يعني المسؤولية التامة والمشاركة.

تحليل المرشد (الأسباب الكامنة المسببة للمشكلة):

كانت توقعاتهم عن الزواج غير واقعية، ومبنية على ما رأوه في الأفلام ووسائل التواصل الاجتماعي، إلى جانب أنهما لم يسبق لهما حضور دورات للمقبلين على الزواج.

الخطوة الإرشادية:

1. جلسة توعوية إرشادية لتثقيف الزوجين بمفهوم الزواج الحقيقي ودوره في بناء الأسرة والمجتمع، وأهداف الزواج والحقوق والواجبات الخاصة بكل من الزوجين، المشتركة بينهما.
 2. تقسيم المسؤوليات: تزويد الزوجين بمهارات التعامل في الحياة الزوجية والتركيز على وضع قائمة بالمسؤوليات (المالية، المنزلية، الاجتماعية) والاتفاق على تقسيمها بشكل عادل.
 3. تزويد الزوجين بإستراتيجية «شكر وتقدير» وتدريبهما على مهارة التعبير عن التقدير لجهود الآخر.
- النتيجة: بدأ الزوجان برؤية الزواج من منظور مختلف، وأصبحا أكثر قدرة على تحمل المسؤولية.

خامساً: توصيات ومحاذير للمرشد الأسري:

لكي يكون المرشد مؤثراً في هذه المرحلة الحساسة، يجب أن يراعي النقاط التالية:

أ. توصيات للمرشد:

- كن وقائياً: بادربتقديم ورش عمل أو جلسات للمقبلين على الزواج.
 - تخصص: كن متخصصاً في قضايا ما قبل وما بعد الزواج مباشرة.
 - كن مرناً: لكل حالة خصوصيتها، فلا تلتزم بخطة واحدة.
 - التعلم المستمر: طور مهاراتك من خلال الدورات والكتب المتخصصة في هذا المجال.
 - بناء شبكة إحالة: كن على اتصال مع أطباء ومختصين تثق بهم.
- ب. محاذير على المرشد:
- تجنب الأحكام المسبقة: لا تفترض أنك تعرف طبيعة المشكلة قبل أن تستمع إلى الطرفين.
 - عدم الانحياز: لا تنحز لطرف دون الآخر، واعمل دائماً لمصلحة العلاقة.

- الابتعاد عن النصائح العامة: قدم نصائح عملية ومحددة تناسب الحالة وحاول أن تكون عند الحوارات بتقديم أفضل وسيلة لتحقيق ذلك وهي استخراج الحلول عند الحوار مع الطرفين (الزوجين)، ودور المرشد وقتها يكون تقريب المعلومة قدر الإمكان لتكون الحلول نابعة منهما وليس نصيحة من المرشد.
- عدم إفشاء الأسرار: حافظ على السرية التامة للمسترشدين.
- لا تكن القاضي: دورك ليس إصدار الأحكام، بل مساعدة الزوجين على إيجاد الحلول.

خاتمة: استثمار البدايات في بناء أسرة مستقرة:

إن مراحل بداية الحياة الزوجية هي بمثابة تربة خصبة، إن تم استثمارها بالشكل الصحيح، فإنها ستثمر أسرة مستقرة ومتحصنة. والمرشد الأسري هو الفلاح الذي يوجه الزوجين، ويزودهما بالبذور الصالحة، والأدوات اللازمة، لكي يستطيعا بناء بيت آمن ومستقر. إن هذا الدور لا يقل أهمية عن أي دور علاجي، بل هو جوهر الاستدامة في بناء الأسرة.

مراجع مقترحة للاستزادة:

- "فن إدارة الحياة الزوجية" - د. جاسم بن محمد المطوع.
- "مهارات الإرشاد الزواجي" محاضرة على اليوتيوب - د. خالد بن سعود الحليبي.
- "مستقبل العلاقات الزوجية في ظل التغيرات المعاصرة" - مقالات ودراسات.
- "حقوق المرأة وواجباتها في ضوء الكتاب والسنة" - د. فاطمة نصيف.
- "حلول لا مشكلات" - مأمون مبيض.
- "كيف تنسجم مع الآخرين في كل وقت" - ديفيد إيه. ريتشر.
- "العقل قبل المزاج" - د. دينيس جرينبرجر - د. إيه بادسكي.
- "افهم نفسك وافهم الآخرين" - حسن الجويني.

السيرة الذاتية

- أ. د. أسماء بنت عبد العزيز الحسين.
- أ. جابر بن عبد العزيز المقبل.
- د. حسين بن مُحَمَّد الحكمي.
- د. خالد بن حمد الرشيد.
- د. خالد بن سعود الحليبي البن زيد.
- د. سناء بنت محسن العتيبي.
- د. عبد العزيز بن عبد الله المقبل.
- د. عدنان بن مُحَمَّد الخياري.
- د. فاطمة بنت عبد العزيز مجاهد.
- أ. فاطمة بنت مُحَمَّد الشهري.
- أ. د. مُحَمَّد بن إبراهيم السيف.
- أ. د. محمد بن مسفر القرني.

* تم ترتيب الأسماء أبجدياً

الأستاذة الدكتورة/ أسماء بنت عبد العزيز الحسين

- أستاذة علم النفس الإكلينيكي في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
- رئيس مجلس إدارة الجمعية العلمية السعودية لرعاية الطفل.
- نائب رئيس مجلس شؤون الأسرة بمحافظة مرات - التابعة لمنطقة الرياض.
- عضو اللجنة العلمية باللجنة الوطنية لمكافحة المخدرات (نبراس).
- عضو مجلس إدارة جمعية الإرشاد النفسي بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
- عضو لجنة جمعية التنمية الاجتماعية بإسكان جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
- عضو مجلس إدارة جمعية وفاء للخدمات القانونية للمرأة، الفئات المستهدفة المرأة والأسرة.
- ضمن فريق المستشارين المتعاونين بمجال الإرشاد النفسي والأسري بمركز آسيا للإرشاد الأسري.
- مؤسس مكتب الإرشاد النفسي بكلية التربية.
- معدة برامج إذاعية وتلفزيونية.
- حاصلة على دورة تدريب المدربين، وشهادة التدريب الدولي المعتمدة.

الأستاذ / جابر بن عبد العزيز المقبل

- باحث دكتوراه في جامعة القصيم تخصص علم الاجتماع.
- حاصل على درجة الماجستير في علم الاجتماع.
- دبلوم عالي في التربية تخصص التوجيه والإرشاد.
- حاصل على العديد من الشهادات في مجال الإرشاد الأسري والتربوي.
- موجه طلابي منذ ثماني سنوات.
- مشرف على قسم التدريب والاستشارات في مركز سنابل للاستشارات.
- قام بإعداد بعض المنشورات الاجتماعية الموجهة للأسرة.
- قام بإعداد العديد من الدورات والبرامج الموجهة للأسرة والشباب.
- شارك في بعض البرامج المرئية الموجهة للأسرة.
- ساهم في تقديم الاستشارات الأسرية والتربوية عبر عدة جهات.

الدكتور/ حسين بن محمد الحكمي

- أستاذ مشارك بقسم الدراسات الاجتماعية - جامعة الملك سعود.
- أستاذ زائر بكلية الملك عبد الله للقيادة والأركان.
- رئيس مجلس إدارة جمعية مستشار للمرشدين الأسريين.
- مستشار أسري واجتماعي، ومدرّب معتمد.
- عميد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بالإنبابة - جامعة الملك سعود.
- وكيل عمادة شؤون الطلاب للتطوير والجودة - جامعة الملك سعود.
- وكيل كلية الآداب للتطوير والجودة - جامعة الملك سعود.
- وكيل قسم الدراسات الاجتماعية - كلية الآداب - جامعة الملك سعود.
- مدير مشروع نواتج التعلم وفعالية التدريس بكلية الآداب بجامعة الملك سعود.
- الإشراف ومناقشة عدد من رسائل الماجستير والدكتوراه.
- محكم معتمد لعدد من المجلات العلمية المحلية والعالمية، والمؤتمرات والمنتديات.

الدكتور/ خالد بن حمد الرشيد

- دكتوراه التربية - مناهج وطرق تدريس / جامعة الملك سعود.
- خبير تربوي متعاون مع هيئة تقويم التعليم وشركة تطوير التعليمية.
- عضو لجنة شؤون الأسرة بمنطقة القصيم.
- عضو مجلس إدارة جمعية مهارات الشباب بمحافظة المذنب.
- مؤلف كتاب «خوافي النعم»، وشارك في تأليف عدد من الأدلة والكتب.
- معد ومشرف على عدد من المبادرات في مجال التنمية الأسرية في جمعيات التنمية الأسرية.
- مدرب ومستشار في الشؤون الأسرية والتربوية وتطوير الذات.
- معد ومقدم لعدد من البرامج التدريبية الأسرية والتربوية في جمعيات التنمية الأسرية.
- عضو مؤسس لعدد من الجمعيات الأهلية وعضو مجلس إدارة سابق لعدد منها.
- معد ومشارك في بناء عدد من الوثائق والخطط والمبادرات التربوية.

الدكتور/ خالد بن سعود الحليبي ابن زيد

- حصل على الدبلوم العالي في الإرشاد الأسري من جامعة الملك فيصل.
- حصل على الدبلوم العالي في الأمان الأسري من جامعة الحدود الشمالية.
- مدير عام جمعية التنمية الأسرية بالأحساء، والأمين العام لمجلس إدارتها.
- رئيس لجنة إصلاح ذات البين في الأحساء التابعة لإمارة المنطقة الشرقية منذ نشأتها 1430هـ حتى ١٤٤١هـ.
- المدير التنفيذي لمركز بيت الخبرة للبحوث والدراسات الاجتماعية الأهلي (خبرة).
- الرئيس التنفيذي للمجلس التخصصي لجمعيات التنمية الأسرية.
- رئيس مجلس إدارة جمعية كيان موهبة في المنطقة الشرقية.
- عضو الجمعية السعودية للإرشاد النفسي بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
- عضو الجمعية العلمية السعودية للدراسات الاجتماعية بجامعة الملك سعود.
- قدم استشاراته بوصفه خبيراً في مجال الإرشاد الأسري في مركز قياس الوطني، ووزارة العدل، ووزارة التخطيط، ووزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية، ومجلس شؤون الأسرة، ومركز الملك عبد العزيز للحوار الوطني، وهيئة الإعلام المرئي والمسموع، واللجنة النسائية للتنمية الاجتماعية بمجلس منطقة الرياض، وغيرها.
- مدرب معتمد في المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني في المجالين الاجتماعي والتطوير الذاتي.

الدكتورة/ سناء بنت محسن العتيبي

- دكتوراه في علم اجتماع القانون
- عضو هيئة تدريس - قسم الدراسات الاجتماعية، جامعة الملك سعود.
- أكاديمية وباحثة متخصصة في قضايا المرأة والأسرة والسياسات الاجتماعية، تمتلك خبرة مهنية وبحثية تمتد لأكثر من 20 عامًا في العمل الأكاديمي، والاستشارات الوطنية، وإدارة المبادرات البحثية.
- مديرة المرصد الوطني للمرأة - جامعة الأميرة نورة (2023 - حتى الآن).
- مستشار في الأمانة العامة - مجلس شؤون الأسرة (2023 - حتى الآن).
- مساعدة وكيالة كلية الآداب للدراسات العليا والبحث العلمي - جامعة الملك سعود (2018 - 2022).
- أخصائية اجتماعية - المركز الخيري للإرشاد الاجتماعي والاستشارات الأسرية (2004 - 2009).
- عضوة لجنة المرأة - مجلس شؤون الأسرة (2018-2023م).
- الأمين العام وعضو مجلس إدارة الجمعية السعودية للدراسات الاجتماعية.
- عضو وفد المملكة في لجنة وضع المرأة بالأمم المتحدة (نيويورك 2025).
- عضو وفد مناقشة تقرير اتفاقية سيداو (CEDAW) - الأمم المتحدة، جنيف (2024).
- الإشراف والمشاركة في دراسات وطنية حول تمكين المرأة، السياسات الأسرية، والقضايا الاجتماعية.
- نشر أبحاث علمية محكمة في مجلات محلية ودولية.

الدكتور/ عبد العزيز بن عبد الله المقبل

- عضو هيئة تدريس سابق في جامعة القصيم.
- اهتمام بالجوانب التربوية والأسرية من أكثر من ثلاثة عقود ونصف.
- مدير وحدة القضايا الأسرية في لجنة الإصلاح المجتمعي، التابعة لإمارة منطقة القصيم.
- قدم آلاف الاستشارات الهاتفية والمكتوبة بالمشاركة مع عدد من الجهات.
- لديه العديد من الاعتمادات التدريبية
- شارك وألقى عددًا من الدورات والأمسيات، وورش العمل، واللقاءات التربوية، والأسرية، والزوجية.
- أعد وقدم وشارك في برامج تلفزيونية ومرئية.
- يشرف على مركز خاص باسمه.
- ألف عددًا من الكتب والنشرات التي تهتم بالجوانب الأسرية، ومنها:
- وصايا الآباء للأولاد، في النثر العربي.
- رعاية الطفولة في السيرة النبوية.
- في الحب والعاطفة.
- في العلاقات الزوجية.
- بنت لا تكسرهما الرياح.

الدكتور/ عدنان بن محمد الخياري

- رئيس قسم التمويل الإسلامي وأستاذ التخطيط والعلاج المالي المساعد في معهد الاقتصاد الإسلامي.
- خبرة تزيد من 27 عامًا في مجال المالي وتنمية الأصول.
- مؤسس أول عيادة مالية متخصصة في الشرق الأوسط.
- ماجستير ودكتوراه في التخطيط المالي الشخصي من الولايات المتحدة الأمريكية.
- مستشار مالي في مدينة الملك عبد الله الطبية (سابقًا).
- مستشار مالي في بنده (سابقًا).
- مدير إدارة تنمية الأصول بشركة الكهرباء السعودية (سابقًا).
- رئيس قسم صندوق التوفير والادخار بشركة الكهرباء السعودية (سابقًا).
- مستشار في مكتب تحقيق الاستدامة المالية بجامعة الملك عبد العزيز.
- عضو في اللجنة تنمية موارد معهد الاقتصاد الإسلامي.
- رئيس مجموعة العيادة المالية في "مركز المسار للاستشارات الاقتصادية والتنموية" بمعهد الاقتصاد الإسلامي.
- تأسس أول عيادة مالية للطلاب والطالبات تحت إشراف عمادة شؤون الطلاب بجامعة الملك عبد العزيز.

الدكتورة/ فاطمة بنت عبد العزيز مجاهد

- دكتوراه في علم النفس العائلي عن التوافق بين الزوجين .
- الدبلوم العالي في الإرشاد الأسري .
- حاصلة على عدد من الشهادات والدورات في المجالات الزوجية والأسرية والتربوية .
- رخصة مقدم خدمة اجتماعية / ممارس اجتماعي .
- العمل في التعليم لأكثر من عشرين .
- نائب رئيس مجلس إدارة جمعية بناء للإرشاد الأسري بالمدينة المنورة .
- نائب رئيس مجلس إدارة جمعية قيمنا بالمدينة المنورة .
- تقديم برامج ودورات ولقاءات وورش عمل في مجال (المقبلين على الزواج، والمتزوجين في جميع مراحل الحياة الزوجية - الحوار الأسري - التعامل مع المشكلات الأسرية وخاصة الزوجية - مشاكل التعدد - مهارات التعامل والتواصل مع أنماط الشخصيات واتخاذ القرار، وغيرها فيما يتعلق في الجوانب الأسرية) داخل المملكة وخارجها .
- ممارسة الإرشاد الأسري بالمقابلة في كل من :

- جمعية أسرتي بالمدينة المنورة .
- جمعية بناء للإرشاد بالمدينة المنورة .
- مركز إحسان المدينة للاستشارات بالمدينة المنورة .
- مركز تكوين للاستشارات الأسرية بالمدينة المنورة .

الأستاذة/ فاطمة بنت محمد الشهري

- بكالوريوس في الآداب والتربية من جامعة تبوك.
- حاصلة على دبلوم عالي في الإرشاد من جامعة الملك عبد العزيز.
- مرشدة أسرية في مركز تكامل بالمنطقة الشرقية.
- موجهة طلابية في إدارة تعليم المنطقة الشرقية.
- باحثة في مجال الإرشاد الأسري والمهني والتربوي.
- كاتبة في مجال الإرشاد الأسري.

الأستاذ الدكتور/ مُحَمَّد بن إبراهيم السيف

- أستاذ علم الاجتماع في جامعة القصيم.
- مدرب معتمد، مدرب مرصد الخبراء الخليجين وحاصل على شهادة (TOT) التدريب النشط.
- خبير ومدرّب في تصميم خطط البحوث الميدانية، وأدوات البحث الميداني الكمية والكيفية.
- خبير في الأمانة العامة لمجلس وزراء الداخلية العرب في تونس.
- مستشار اجتماعي بمركز القياس.
- مستشار اجتماعي وأسري في مركز التنمية.
- نشر عددًا من الكتب؛ منها:

- كتاب (المدخل إلى دراسة المجتمع السعودي).
- كتاب (المشكلات الاجتماعية).
- نشر عدد من الدراسات الميدانية في علم الاجتماع، ومنها:

- (التغيير الاجتماعي والعلاقات القرابية).
- (الحرمان العاطفي وجرائم البنات والزوجات).
- (العشرة الزوجية والطلاق).
- (التربية الجنسية والعلاقات الزوجية).
- (خيانة الزوجة: دراسة حاله).
- (تعدد الزوجات).
- (الآثار الاجتماعية للاستراحات).
- (فسخ عقد النكاح وخلع الزوج).

الأستاذ الدكتور/ محمد بن مسفر القرني

- دكتوراه في فلسفة الخدمة الاجتماعية من جامعة ولاية أوهايو بالولايات المتحدة الأمريكية 2000م.
- تسجيل وتصنيف لدى هيئة التخصصات الصحية كأستاذ واستشاري الخدمة الاجتماعية الإكلينيكية.
- وكيل كلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى سابقاً بمكة المكرمة.
- رئيس قسم الخدمة الاجتماعية بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى سابقاً.
- رئيس مجلس إدارة الجمعية السعودية للخدمة الاجتماعية الصحية.
- رئيس تحرير مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية منذ 2015م.
- عضو المجلس العلمي بجامعة أم القرى.
- نشر عددًا كبيرًا من الأبحاث العلمية المحكمة والكتب العلمية في مجال التخصص.
- قدم عشرات الدورات التدريبية في مجال الخدمة الاجتماعية والعمل الاجتماعي والإرشاد الأسري.
- رئيس لجنة الإرشاد والتوجيه بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى.
- عضو جمعية علم الاجتماع والخدمة الاجتماعية.
- عضو الجمعية الأمريكية للأخصائيين الاجتماعيين.
- عضو الاتحاد العالمي للتنمية الاجتماعية.
- أشرف وناقش عشرات الرسائل العلمية لمرحلي الماجستير والدكتوراه.
- رئيس لجنة الدراسات العليا بقسم الخدمة الاجتماعية.

دليل
الإرشاد الأسري
12

الفهرس

الفهرس

الموضوع	الصفحة
في البدء كلمة	6
المحور الأول: المتغيرات الاجتماعية والإرشاد الأسري.	7
أ. د. مُحَمَّد السيف	
المحور الثاني: القيم الجديدة بين الشباب والفتيات وكيف يتعامل معها المرشد الأسري.	37
د. خالد الرشيد	
المحور الثالث: عمل الزوجين ومتغيراته وكيف يتعامل المرشد الأسري مع آثاره؟	57
د. حسين الحكمي	
المحور الرابع: تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الأسرة وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟	87
أ. جابر المقبل	
المحور الخامس: التأخر والعزوف عن الزواج وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟	107
د. عبد العزيز المقبل	

المحور السادس: التغيير في متطلبات المرأة وكيف يتعامل المرشد الأسري مع آثاره؟
135 (السفر وحدها، الخروج للمقاهي، الندية في التعامل، اختلال الأدوار الزوجية).

أ. د. أسماء الحسين

المحور السابع: المتغيرات المعاصرة وأثرها في العلاقة الجنسية بين الزوجين وكيف يتعامل معها المرشد؟
157 د. حسين الحكمي

المحور السابع: المتغيرات المعاصرة وأثرها في العلاقة الجنسية بين الزوجين وكيف يتعامل معها المرشد؟
191 د. فاطمة مجاهد

المحور الثامن: مشكلات كدر العلاقة بين البنات والوالدين، وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟
217 د. عبد العزيز المقبل

المحور التاسع: الإدارة المالية المنزلية وثقافة الاستهلاك وأثرها في الحياة الأسرية ودور المرشد الأسري؟
245 د. عدنان الخياري

المحور العاشر: أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالمتغيرات المعاصرة وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟
271 د. خالد الحليبي

المحور العاشر: أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالمتغيرات المعاصرة وكيف يتعامل معها المرشد الأسري؟
287

أ. فاطمة الشهري

المحور الحادي عشر: دور المرشد الأسري في وقاية الأسرة من الآثار السلبية للمتغيرات المعاصرة في بداية الحياة الزوجية

299

(الخطوبة، الملكة، بعد الدخول)

أ. د. أسماء الحسين

المحور الحادي عشر: دور المرشد الأسري في وقاية الأسرة من الآثار السلبية للمتغيرات المعاصرة في بداية الحياة الزوجية

323

(الخطوبة، الملكة، بعد الدخول)

د. فاطمة مجاهد

349

السير الذاتية

363

الفهرس

فَن
دَلِيلُ
الْإِشَادِ الْأَسْرِيَّ

12

مركز بيت الخير للبحوث
والدراسات الاجتماعية



الجميع الخيرية
AL ALJOMAIH CHARITY



الضويان الخيرية
ALDOWAYAN CHARITY

