إليكم أهم الأسباب التي تؤدي إلى فشل الحياة الزوجية:

أسباب عائلية:

1. التدخل المفرط من إحدى أو كلا العائلتين: ذلك التدخل الذى ينتهك صفة الخصوصية والثنائية في العلاقة الزوجية، ويسممها بمشاعر وأفكار واتجاهات متضاربة بعضها حسن النية وبعضها سيء النية.

2. تأخر الفطام العائلي لأحد الطرفين:

هذا يجعل الزوج أو الزوجة شديد الارتباط والاعتماد على أسرة المنشأ، وكأن الحبل السرى بينه وبينهم لم ينقطع، وعلامة ذلك عدم قدرة هذا الطرف الذى لم يفطم على الإبتعاد ولو قليلًا عن أسرة المنشأ فهو يريد أن يقضي كل وقته أو معظمه لديهم، ويأتي ذلك على حساب شريك الحياة الذى يجد نفسه وحيداً.

3. وجود حالات طلاق في العائلة:

فهذا يسهل اتخاذ قرار الطلاق، ويجعل الهجر سهلا، ويؤكد أن الحياة بدون شريك ممكنة.

أسباب دينية:-

ـ عدم فهم وإدراك قداسة العلاقة الزوجية: تلك العلاقة التى يرعاها الله ويحوطها بسياج من القداسة ويجعلها أصل الحياة ويصفها بصفات خاصة مثل: {وكيف تأخذونه وقد أفضى بعضكم إلى بعض وأخذن منكم ميثاقا غليظا} {ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة} {هنّ لباس لكم وأنتم لباس لهن}.

ـ غياب مفاهيم السكن والمودة والرحمة من الحياة الزوجية:

السكن بمعنى الطمأنينة والاستقرار، والمودة جامعة لكل معانى الحب والرعاية والحنان (خاصة فى حالة الرضا)، والرحمة جامعة لكل معانى التسامح والغفران ونسيان الإساءة والتغاضى عن الزلات (وخاصة فى حالة الغضب).

ـ عدم وضوح دور الرجل والمرأة وواجباتهما في العلاقة الزوجية.

ـ سوء استغلال مفهوم القوامة:

فبعض الرجال يراها تحكما واستعبادا وانتقاصا من حرية المرأة وانتهاكا لكرامتها، فى حين أن القوامة فى مفهومها الصحيح هى قيادة حكيمة ورعاية مسئولة.

ـ غياب مفهومي الصبر والرضا:

فلا يوجد شريك يحقق لنا كل توقعاتنا، لذلك يصبح صبرنا على الأخطاء والزلات ورضانا بما يمنحه لنا الشريك قدر استطاعته من ضرورات استمرار الحياة الزوجية السعيدة.

ـ عدم القدرة على التسامح:

فلا يوجد إنسان (إو إنسانة) بلا زلات أو أخطاء، وبالتالى؛ فلا بد من وجود آلية مثل التسامح لكى تستمر الحياة.

ـ النشوز:

وهو استعلاء طرف على آخر وتمرده عليه وعصيانه له، ولا يوجد إنسان سوى يحب من يستعلى أو يتمرد عليه أو يعصيه احتقارا أو استهزاء.

- أسباب اجتماعية:

ـ ضغوط العمل والحياة عموما: وهى تجعل كلا الطرفين أو أحدهما شديد الحساسية وقابل للإنفجار، فالمرأة تعمل كموظفة ثم تعود للقيام بواجبات رعاية الأسرة ومساعدة الأبناء فى واجباتهم الدراسية، والرجل يعمل فى أكثر من وظيفة ولساعات طويلة ليلا ونهارا ليغطى احتياجات الأسرة.

- أسباب اقتصادية:

ـ الضغوط المادية الخانقة:

والتى تجعل الحياة الزوجية عبارة عن حلقات من الشقاء والمعاناة يصعب معها الإحساس بالمشاعر الرقيقة.

ـ الفقر الشديد أو الغنى الفاحش:

فكلاهما يؤديان إلى حالة من عدم التوازن النفسى لدى أحد الطرفين أو كليهما خاصة فى حالة عدم النضج، وعدم القدرة على التواؤم مع النقص الشديد أو الزيادة الشديدة فى المال.

ـ فشل أو اضطراب العلاقة الجنسية:

وهذا هو السبب الخفى (والأهم فى نفس الوقت) لفشل كثير من العلاقات الزوجية، ونادرا ما يتطوع الزوجان بالحديث عنه رغم أهميته، وإنما يأتيان للعيادة الزوجية أو لمحاضر الصلح العائلى أو لمحكمة الأسرة بأسباب فرعية هامشية، ولكن السبب الأصلى للشقاق يكون كامنا فى العلاقة الخاصة بينهما، وقد وجدت بعض الدراسات أن هذا السبب يكمن وراء 90%-70 من حالات الطلاق، ومع هذا فهو سبب صامت لايبوح به الكثيرون، ومن هنا نستطيع أن نقول دون مبالغة أن نجاح الحياة الزوجية يبدأ من الفراش، وأن فشلها يبدأ أيضا من الفراش.

العلامات المبكرة للفشل:

1. الإحساس السلبي بالآخر، وذلك يبدو فى صورة عدم الإرتياح فى وجوده، وتمنى البعد عنه قدر الإمكان

2. المشاحنات والخلافات المتكررة أو المستمرة، واختلافات وجهات النظر حول كل شئ، وكأن كل منهما يسير دائما عكس اتجاه الآخر.

3. فقد أو جفاف الإحساس بالآخر، فكأنه غير موجود.

الارتباطات الشرطية وأثرها:

نمو ارتباطات شرطية سالبة تجعل وجود الطرفين معاً وجوداً مؤلماً أو على الأقل غير مريح. وهذا يحدث نتيجة الإختلافات والخلافات العميقة بينهما ونتيجة الصراعات المستمرة والمؤلمة، والتى تجعل ظهور أى طرف أمام الآخر محفزا لظهور مشاعر الغضب والكره والإحتقار والإشمئزاز، مع ما يصاحب ذلك من آلام جسمانية، أو رغبة فى القئ أو صداع أو دوار.

محاولات الإنقاذ المبكر:

1. محاولات يقوم بها الطرفان:

حين يستشعران زحف المشاعر السلبية على حياتهما يجلسان سويا ليتدبرا أسباب ذلك دون أن يلقى أيهما المسئولية على الآخر. وهذا الحل ينجح فى حالة نضج الطرفين نضجا كافيا، وهو بمثابة مراجعة ذاتية للعلاقة الزوجية وإعادتها إلى مسارها الصحيح دون تدخل أطراف خارجية.

دخول طرف ثالث:

من أحد الأسرتين أو كليهما، استشارة زواجية، علاج زواجي أو عائلي. ودخول الطرف الثالث يصبح ضروريا فى حالة إصرار أو عناد أحد الطرفين أو كليهما، وفى حالة تفاقم المشكلة بما يستدعى جهودا خارجية لاستعادة التناغم فى الحياة الزوجية بعد إحداث تغييرات فى مواقف الطرفين من خلال إقناع أو ضغط أو ضمانات خارجية تضمن عدم انتهاك طرف لحقوق الآخر.

2. تعلم مهارات حل الصراع:

فالحياة عموما لا تخلو من أوجه خلاف، وحين نفشل فى تجاوز الخلافات تتحول مع الوقت إلى صراعات، ولهذا نحتاج أن نتعلم مهارات اساسية فى كيفية حل الصراع حين ينشأ حتى لا يهدد حياتنا واستقرارنا، وهذه المهارات تتعلم من خلال قراءات ودورات متخصصة ومبسطة.

3. تكوين ارتباطات شرطية جديدة بهدف تحسين العلاقة بين الزوجين:

مثل: تغييرات في البيئة المحيطة بهما كأن ينتقلا من مكان لآخر أكثر راحة وبعيدا عن تدخلات العائلة الأكبر – تخفيف الضغوط المادية أو الإجتماعية أو ضغوط العمل – رحلات زوجية تسمح لهما بقضاء أوقات سعيدة كالتى اعتاداها وسعدا بها فى فترة الخطوبة.

4. العلاقة الثلاثية (الله – الزوج – الزوجة):

تخفف من حدة الصراع وتهئ النفس للتسامح

5. ترشيد لغة الخلاف في حالة حتميته واستمراره.

وذلك بتجنب استخدام العبارات الجارحة أو التهديد أو كشف الأسرار الزوجية.

6. تجنب استخدام الأبناء كأدوات في الصراع للى الذراع أو الضغط على الطرف الآخر.

7. التنبه للتدخلات العائلية المتحيزة أو ذات المصلحة (الشعورية أو غير الشعورية) في الانفصال.

8. إعادة الرؤية والاكتشاف للطرف الآخربعيدا عن الأحكام المسبقة والإتهامات سابقة التجهيز.

9. الكف عن الانتقاد أو اللوم المتبادل، فهما يقتلان أى عاطفة جميلة.

10. العلاقة بالحواس الخمس، وذلك بتنشيط كل وسائل ومستويات الإمتاع والاستمتاع بين الزوجين بحيث لا نترك حاسة إلا وتأخذ حقها لدى الطرفين حبًا وفرحًا وطربًا.

11. العلاقة بكل اللغات الممكنة، من الكلمة الطيبة إلى الغزل الرقيق، إلى النظرة المحبة الودودة إلى اللمسة الرقيقة، إلى الحضن الدافئ، إلى العلاقة المشبعة، إلى نظرة الشكر والإمتنان، إلى الهدية المعبرة، إلى النوايا والأمنيات البريئة والجميلة.

كاتب المقالة : أم عبد الرحمن
تاريخ النشر : 05/09/2013
من موقع : موقع الشيخ الدكتور/ محمد فرج الأصفر
رابط الموقع : www.mohammdfarag.com