

## شك الزوج .. جحيم لا يطاق!

الشك والحب لا يجمعهما بيت واحد، فعندما يدخل الشك في قلب الحياة الزوجية سريعا ما يهرب الحب خارجها، فالحياة مع الشك لا تطاق، وخاصة إذا كان شك الزوج هو الطرف الشكك، فالمشادات الكلامية والمعارك اليومية التي لا تنتهي هي ما تجنيه الأسرة التي نشأت فيها بذور الشك.

عن الشك وأسبابه وكيفية التغلب عليه نحاول البحث عن إجابات يمكن أن تساعد الزوجين على التخلص من أسباب ما يعكر صفوهما.

### بداية حصار

تقول السيدة “ف. ع” موظفة: إنها متزوجة منذ عشر سنوات تتقلب على نار شك زوجها فيها، وتبدأ حكايتها قائلة: لم أكن أتخيل أن زواجي سيكون بداية حصار طويل يفرضه عليّ زوجي طوال السنوات العشر التي تخللتها المشادات الكلامية، بل تطور الأمر إلى الضرب في بعض الأحيان، وحياتي معه تتسم بمسلسل من الاستجابات: أين ذهبت؟ من قابلتك اليوم؟ من تحدث إليك؟ من زارنا في غيابي؟... إلخ.

وتضيف: لا يقف الأمر عند هذا الحد بل يبحث ويفتش في متعلقاتي الشخصية، وعندما أواجهه بأن هذا الشك سوف يقضي على حياتنا الزوجية يعتذر، ويعد بأنها آخر مرة، ثم يستكين بضعة أيام وتهدأ نار الشك في نفسه ولكنها ما تلبث أن تعود بعدها أقوى وأكثر شراسة وحدة، ويعود زوجي مرة أخرى إلى عاداته في الشك والبحث في متعلقاتي الخاصة، وبالرغم من ذلك أتحمّل من أجل أولادي؛ فالنظرة في عيونهم بالدنيا وما فيها.

### طلاق بعد سنة أولى زواج

بينما اختارت “س. ر” أن تحمل - للأسف - لقب “مطلقة” بعد سنة واحدة من زواجها، وذلك لأنها رأت أن الطلاق هو أفضل الحلول بدلا من أن تعيش مع زوج شكك شديد الغيرة، فتقول: في البداية كنت سعيدة بغيرته عليّ، وكنت أعتبرها من علامات الحب الذي يكنه لي، ولكن لم أكن أعلم أن الأمر سيتطور إلى الدرجة التي يتهمني فيها بالخيانة لمجرد أني تحدثت مع صبي المكوجي.

وتضيف: بالرغم من أنني تجنبت كل ما قد يثير شكوكه؛ فلم أعد أزور أصدقائي، ولا أتحدث معهم على الهاتف، وهذا لم يغير شيئا بل تمادى في شكوكه أكثر، فقررت الطلاق.



## شعور عفوي

وفي اعتراف غير متوقع يعلن “ع. ع” -طبيب- أنه رجل شكاك جدا، فيقول: إن الشك شعور عفوي تلقائي لا يمكن التحكم فيه، فالحياة في هذا الزمان تجعل الرجل يقع في مصيدة الشك دائما، ويصبح شكاك بالطبع، فيشك في أقرب الناس إليه حتى زوجته.

ويحكي عن تجربته فيقول: تزوجت من فتاة من أسرة محافظة ومحترمة وملتزمة جدا، وعلى الرغم من ذلك لم أستطع أن أتخلص من عقدة الشك، فلا يكاد يمر يوم إلا وأسألها عن اتصل بها تليفونيا؟ من زارنا؟ وغيرها من الأسئلة التي لا تنتهي، وبالرغم من هذا فإن زوجتي امرأة صبورة تشعر بكل هذا ولم تغير من معاملتها لي، وكثيرا ما أشعر بالخجل نحوها، وأريد بالفعل حلا لهذا المرض اللعين الذي يمكن أن يتسبب في انهيار الحياة الزوجية.

ويخالفه في الرأي “س. م” (مهندس) فيقول: تعود طبيعة الزوج الشكاك إلى ماضيه الشخصي، فعندما يكون الرجل غير منضبط أخلاقيا، فإنه يتخيل أن كل الرجال مثله، وبالتالي يخاف على زوجته منهم، وبظل يحترق بنار الشك طوال حياته.

ويضيف: لا تراودني أي مشاعر شك تجاه زوجتي، فأنا أثق بها ثقة عمياء، وهي جديرة بهذه الثقة، كما أعطيها الحرية الكاملة؛ لأنني مطمئن إلى حسن تصرفها، وعندما يكون **الصدق** والصراحة أساس العلاقة الزوجية؛ فلا وجود أبدا للوساوس والشكوك.

## أسباب الشك في الحياة الزوجية

وعن هذا الموضوع الشائك تقول الدكتورة إنشراح أستاذة الإعلام الاجتماعي، إن شخصية المرأة وتصرفاتها تدفع زوجها إلى الشك فيها، ومن أمثلة هذه التصرفات أن تخرج من البيت في غير أوقات العمل بدون أن تخبره، أو أن تبالغ في التبرج ولبس ملابس غير مناسبة قد تثير الغيرة والشك في صدر زوجها. ومن العوامل أيضا التي توفر أرضا خصبة للغيرة والشك طبيعة عمل المرأة نفسه وعدد ساعات تواجدها خارج المنزل.

وتفرق الدكتورة بين الشك والغيرة؛ فالغيرة وجه من وجوه الحب وعلامة من علاماته وهي مطلوبة، لأنها تضيء على الحياة الزوجية طابعا محببا، وتُشعر المرأة بأن زوجها يحرص عليها ولا يحتمل أن يقاسمه أحد فيها حتى إن كان ذلك بمجرد النظر.

وتختلف درجة الغيرة من شخص لآخر حسب تربية وتركيبية الشخص النفسية والاجتماعية، ولكن عندما تتجاوز الغيرة حدودها الطبيعية تتحول إلى شك؛ وهو ما يولد التنافر والتباعد بين الطرفين، ويعصف بحياتهما إلى الأبد؛ فالشك من أخطر الأسباب التي تعجل بانهيار الحياة الزوجية.

## هل الشك مرض نفسي؟

تقول الدكتورة إنشراح إن الشك مرض نفسي خطير، والحياة مع زوج شكاك مغامرة لا تحمد عقباها، لأن بعض الرجال لا يستطيعون التحكم في شكوكهم التي تدفعهم أحيانا إلى ارتكاب الحماقات.. بل قد تؤدي إلى الطلاق. طبيعة الزوجة ودرجة تحملها وظروفها الاقتصادية والاجتماعية لا سيما إذا كان هناك أطفال من العوامل المهمة التي تؤثر في قرارها بشأن البقاء مع زوج شكاك أو الانفصال عنه.



### شك الزوج يقود إلى الضياع

وشرحت الدكتورة ذلك قائلة: في كثير من الأحيان تضحي المرأة براحتها النفسية، وتمد حبال صبرها للرجل الشكاك من أجل أبنائها؛ فتراها تتحمل كل أنواع الضغوط النفسية والاجتماعية التي تتعرض لها على إثر ذلك بسبب هذا الهدف النبيل.

## الحل في الوضوح والصراحة

وتنصح الدكتورة بالوضوح والصراحة والالتزام واستئذان الزوج قبل خروج الزوجة من المنزل، فهذا يعد من الحلول المثلى للتعامل مع هذه النوعية من الأزواج، وأيضا حسن المعاشرة والابتعاد عن كل ما يمكن أن يشعل نار الغيرة والشك لدى الزوج.

كما يجب على الزوجة ألا تعاند أو تعترض حين يطلب منها زوجها أن توضح له أي لبس أو شبهة تحيط بمسألة ما؛ وذلك حتى يطمئن قلبه، ويترد الشكوك التي تعمل بفكره.

إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ



من جهة أخرى يرى الدكتور (زع) أستاذ الشريعة الإسلامية، أن الشك بطبيعته يؤدي إلى قتل المودة واختناق العاطفة وتدمير الرحمة، والشك بطبيعته أيضا يكون بينه وبين الاستقرار عداوة، وبينه وبين الأمن الأسري حرب شرسة لا تنتهي، ويكون بينه وبين الطلاق علاقة وثيقة وصدافه قائمة ودائمة؛ فاحذر الشك، وبخاصة الشك المبني على أوهام وظنون وتكهنات واتهامات وتزييف للحقائق.

والشك لا يقيم للحياة الأسرية بيتا ولا مأوى؛ فعواصف الشك عواصف عاتية وشديدة، فيها عذاب أليم، ونار تحرق كل ما حولها من عواطف وقيم؛ فالزوج الشكاك مريض نفسيا وقلبيا.

والحل لهذه المشكلة الشائكة يتمثل في الآية الكريمة التي تقول: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ} (الحجرات: 12).

## الشخصية الارتبابية

يقول الدكتور زكريا (استشاري الطب النفسي) : إن الشك قد يكون سمة من سمات الشخصية، فهناك نمط من الشخصيات يسمى بالشخصية الارتبابية، وهي شخصية تتميز بالشك وعدم الثقة بالآخر أو بالعالم ككل، وتزداد حدة الشك لدى هذه الشخصية عندما تتوافر الظروف لذلك، كأن يتزوج الرجل بامرأة جميلة أكثر انفتاحا منه، ذات شخصية انبساطية، فتتولد عنده الظنون، وقد لا يستطيع إخفاءها؛ وهو ما يؤدي إلى الكثير من المتاعب والمشكلات الزوجية، كما أنها تنعكس على علاقاته بالآخرين سلبا.

وقد تتفاقم هذه الحالة بحيث تصبح مرضا يسمى الشك أو الغيرة المرضية، وقد تصل أعراض هذا المرض إلى حد غير مقبول؛ فلقد رأيت أزواجا مصابين بهذا الداء يعودون إلى البيت كل يوم من العمل لتبدأ عملية استجواب الزوجة، وأحيانا تصل الأمور إلى حد الاعتداء الجسدي، بدون أن يكون لدى الزوج أي دليل على خيانة زوجته إلا افتراءات هي محض خيال؛ فتراه يفتش في ملابسها أو في حقيبتها، وإذا وجد أي رقم تليفون أو عنوانا أو أي شيء غريب تثار ثائرتة وقد يعمد إلى ضربها.

## شك الزوج وسلامة الزوجة

ويضيف الدكتور زكريا قائلا: الغريب أن هؤلاء الرجال الشكاكين لا يطلقون زوجاتهم، ولا يفكرون في ذلك؛ كأنما يستمتعون بهذا الشعور المرضى، وأحيانا يتم التخليق عن طريق المحكمة بعد تقرير من الطبيب النفسي حرصا على سلامة الزوجة خاصة في حالات الشك المرضية الشديدة.



وهنا تلعب شخصية الزوجة نفسها دورا مهما في إشعال غيرة الزوج الشديدة التي تتعدى حدود الغيرة وتصل إلى حدود الشك؛ فالمرأة ذات الشخصية الهستيرية التي تبالغ في إظهار محاسنها، وتستمتع إلى حد ما بنظرات الإعجاب التي تتلقاها من هنا وهناك، سواء أكانت سعت إلى ذلك بوعي أم بدون وعي.. تُوَجِّج نار الغيرة والشك عند الزوج، خاصة إذا كان لديه استعداد نفسي لذلك، وسلوكيات الزوج الشكاك تتكون لديه تبعا لظروف تربيته والأحداث التي تمر به طوال حياته؛ فهي نابعة من التنشئة والبيئة المحيطة في المقام الأول.

وأیضا ترجع غيرة الزوج الشديدة إلى عدم ثقة الزوج بنفسه وإحساسه بالدونية تجاه المرأة التي ارتبط بها؛ حيث يسارع إلى الشك في أفعالها لشعوره بأنها يمكن أن تنجذب إلى من هو أكثر منه رجولة وجاذبية.

وينصح الدكتور زكريا الأزواج الذين يواجهون مثل هذه المشكلة بطلب المساعدة من الطبيب النفسي، لأن الشك يحطم الحياة الزوجية، ويمكن للزوجة أيضا أن تعيد ثقة الرجل بنفسه وإحساسه برجلته من خلال التعامل الطيب، وحرصها على أداء واجبها كاملا نحو الزوج، والابتعاد التام عن التصرفات التي قد تثير الشكوك والظنون في نفس الزوج.

سهام عليان