

الأسرة والابتلاء بالحرمان العاطفي

الحرمان العاطفي هو الفجوة التي يشعُر بها الفرد ذكرًا أو أنثى عندما لا يجد من يفيض عليه حنانًا وعطفًا وحبًا من الآخرين، خاصة ما يكون بين الزوجين وبين الأولاد ووالديهما.

والرسول الكريم ﷺ ضرب لنا أروع الأمثلة في تحقيق الإشباع العاطفي لزوجاته، فقد كان يقدر المرأة بوصفها زوجةً مسؤولة ويوليها عناية فائقة، فتجده يواسيها ويكفكف دموعها، ويقدر مشاعرها، ويسمع كلامها وشكواها، ويخفف أحزانها؛ تقول عائشة رضي الله عنها: “كنت أشرب وأنا حائض، ثم أناوله النبي ﷺ، فيضع فاه على موضع في، فيشرب وأتعرق العرق، وأنا حائض، ثم أناوله النبي ﷺ فيضع فاه على موضع في”؛ (رواه مسلم).

وكان النبي ﷺ يخرج معهنَّ ليلاً للحديث، كما كان يساعدهن في أعباء المنزل وأعظم من ذلك كله حين يشهر ويعلن حبه لزوجاته، قال ﷺ يوماً عن خديجة: “إني قد رزقت حبها” (رواه مسلم)، وكان يقبل وهو صائم ويتطيب في جميع أحواله، كما أنه لم يضرب امرأة قط ولا أكثر من كونه يواسيها عند بكائها.

كانت صفية رضي الله عنها في سفر وكان ذلك يومها، فأبطأت في المسير، فاستقبلها رسول الله ﷺ وهي تبكي وتقول: حملتني على بعير بطيء، فجعل الرسول الكريم ﷺ يمسح بيديه عينيها ويُسكتها (رواه النسائي).

مظاهر الحرمان العاطفي

وتتلخص مظاهر الحرمان العاطفي في انخفاض درجة التواصل الفكري والوجداني والعاطفي والجنسي بين الزوجين، والإهمال بصورة المتعددة، وكذلك عدم تعامل أحد الزوجين مع الآخر بأسلوب **المودة والرحمة** أو الالتزام بأداء الحقوق والواجبات، وعدم الاهتمام بمطالبه وحاجاته ومشكلاته؛ مما يسبب مثل هذه السلوكيات عن البحث عن الحب والحنان خارج نطاق الزوجية بسلوكيات محرمة.

أما عند الأطفال، فالحرمان العاطفي يسبب لهم خللاً نفسياً نتيجة لما يُخلّفه من الخوف والقلق والتوتر والنظرة الدونية للذات، كما يسبب خللاً في السلوك يتمثل في **الكذب** والسرقة والعنف والشذوذ، وأيضاً خللاً شخصياً يتمثل في الصراع الحاد بين العزلة والانطواء والعدوانية والعنف التي قد يلجأ إليها الأطفال بوصفها حيلة دفاعية لإثبات وجودهم، فالحرمان يجعل من الأطفال كتلاً من جحيم متوتر متهور قابل للانفجار عند أول احتكاك، كما أن الأطفال الذين يعانون الحرمان لا يسمعون من العاهات الجسدية المتمثلة في الحركات اللاإرادية، سواء الخاصة بهز الرأس أو الجسم أو الأرجل والأيدي، ورعشة الجفون وقضم الأظافر، ومص الإصبع وصولاً للتلعثم في الكلام والتبول اللاإرادي.

ماهي النصائح المقترحة لعلاج الحرمان العاطفي بين الزوجين؟

لكي لا يحدث الحرمان العاطفي، لا بد من أن يراعي كلا الطرفين الكثير من احتياجات الطرف الآخر، وخاصة العاطفية منها، وهذه خمس نصائح:

- **الحوار الودود** : لا بد من توجيه الحوار بشكل ودود إلى الطرف الآخر، ومدح إيجابياته، والإصغاء الجيد لمشاكله والتعاطف معه ومساندته.

- **الابتعاد عن الملهيات** : عندما يكون الزوجان برُفقة بعضٍ، سواء في المنزل أو خارجه، كما يجب الابتعاد عن جميع الملهيات كالهاتف مثلاً، وأن يصب جلّ اهتمامهما على ما يقال، مع مشاركة الآخر وجداناً وعاطفياً بكل ما يفعل.

- **الاهتمام بمشاكل الطرف الآخر** : بعد يوم طويل من العمل، يحتاج كل طرف لمن يريحه ويصغي لشكواه، إذ يمكن للزوجين الإصغاء لمشاكل الآخر وشكواه ومواساته وتوفير جوٍّ من الراحة ينسيه متاعبه.

- **المشاركة في اهتمامات الطرف الآخر** : ليس من الضروري أن تقوم المرأة أو الرجل بنفس النشاطات التي يقوم بها الطرف الآخر، ولكن مجرد إظهار الاهتمام بهذه النشاطات والمشاركة الرمزية بينهما، سيحدث فرقاً واضحاً ليهما وينشر جوّاً من الود والسلام بينهما.

- **ترك هامش من الحرية للطرف الآخر** : من الضرورة بمكان أن يترك كل طرف هامشاً من الحرية لبعضهما، ليتمكن من القيام بنشاطاته الخاصة، وممارسة بعض الهوايات التي يحبها من دون تدخل الآخر، فهذه المساحة من الحرية الشخصية تعيد التوازن **للعلاقة بين الزوجين**، وتضمن عدم الشعور بالضرر والملل، وتضخ الدماء الجديدة في علاقتهما بين الفينة والأخرى.



أسأل الله أن يُصلح بين كل زوجين، وأن يرزُقهما كلَّ خير، وأن يجعل بيوتنا عامرة بالطاعة والعمل الصالح وحسن الخلق، وأن يصلح لنا ولكم الذرية، صلى الله على سيدنا محمد.