

## 241951 - تعاني من "رهاب الجماع".

### السؤال

عندى صديقة ، طيبة القلب ، تزوجت منذ ثمان سنوات برجل صالح ، ولكنهما لم يمارسوا ما يمارسه الزوجان ، أي أنهما لا يقتربان من بعض على الإطلاق ، والسبب أنها تخاف من ممارسة العملية الجنسية ، ولقد طلبت من زوجها في الأيام الأولى أن لا يمسها ، وبدأت بالبكاء ، فما كان منه إلا أن بقي بعيداً عنها طيلة هذه المدة ؛ لأنها لا يريد أن يقيم علاقة بالقوة ، ولا يريد أن يجلب لها الحزن فهو يحبها غاية الحب ، وهي تحبه أيضاً .

وأصبح الجميع في العائلة يستغرب عدم إنجابهما حتى الآن. وهي تعلم جيداً أن الأطفال نعمة عظيمة ، وأن الإسلام يشجع على الإنجاب ، وأن الله قد لا يرضى صنيعها هذا ، ومجافاتتها لزوجها ، فما نصيحتكم ؟

### الإجابة المفصلة

الخوف غير المبرر من العلاقة الجنسية بين الزوجين عرض طبي معروف من أعراض ما يسمى برهاب الجماع Genophobia ، وهو اضطراب نفسي يظهر في صورة خوف وقلق شديدين ، مع تسارع في ضربات القلب وضيق في التنفس وتشنج في عضلات الجسم عند التعرض لسياق العلاقة الجنسية بين الزوجين .

ومن الممكن أن تكون هذه المخاوف نتيجة سمعها في طفولتها عن الاعتداءات الجنسية أو التحرش ، أو تكون بسبب أفكار وسواسية قهيرية تتعلق برأية المرأة نفسها في هذا السياق ، على صورة قبيحة أو هيئة منفرة ، أو تكون بغير سبب واضح ملموس .

وعلاج هذا الاضطراب وما يتربى عليه من أعراض له مسالك معروفة عند الأطباء :

منها :

العلاج المعرفي السلوكي CBT ، وهي جلسات كلامية يقوم بها طبيبة نفسية ، أو متخصصة في علم النفس العلاجي ، يتم فيها تغيير السلوكيات السلبية من خلال تحليل ومناقشة الأفكار السلبية ، وما يتربى عليها من مشاعر سلبية ؛ ذلك بأن مدار صحة الإنسان النفسي على هذه المحاور الثلاثة ؛ الأفكار ، وما يتربى عليها من مشاعر ، وما يتربى عليهم من سلوك .

ومنها :

العلاج الاسترخائي ، وهو عبارة عن مجموعة من تمارين التنفس والاسترخاء ، التي تساعد على الهدوء ، والتقليل من حدة القلق ، وأثاره المتعلقة بانقباض العضلات وتشنجها ، وضيق التنفس وغيرها ، وهذا العلاج من الوسائل الفعالة جداً في التخلص من أعراض رهاب الجماع .

ومنها :

العلاج الدوائي ، وذلك بالمداومة على صنف من أصناف مضادات الاكتئاب - التي هي مضادات للقلق كذلك - تحت إشراف طبية مختصة .

وعليه : فينبغي على زوجها - جزاه الله خير الجزاء على تفهمه لخوفها ، والترفق بها - أن يأخذ بأسباب علاجها ، وذلك بإقناعها بضرورة الرجوع لطبيبة مختصة في هذا الباب ، تحصيلاً منها لمقاصد النكاح من العفاف والذرية الصالحة ، وغيرهما من أنواع القربات المترتبة على هذا الميثاق الغليظ .

والله أعلم .