مركز المرأة العربية للتدريب والبحوث	الموضوع المراة والصحة والصحة الانجابية		الرقم
المصدر : الاحداث المغربية	موقع الواب :		البلد المغرب
	التاريخ 11-09-2012	العدد و [ص]:	

تعلمي كيف تتعاملين مع جسدك

أمل شباش

اختصاصية في علم النفس والجنس

تعاني الكثير من النساء من مشكل التشنج المهبلي في ليلة الدخلة. ويحدث التشنج المهبلي عندما يحول الخوف الذي تشعر به المرأة إلى تشنج يظهر جسديا، وهذا الأمر يكون عبارة عن رد فعل طبيعي من طرف المرأة على دخول العضو الذكري جسمها. ويعتبر هذا المشكل الأكثر انتشارا بين صفوف النساء في المغرب، لأن أغلبية الزوجات يعشن هذه الحالة ليلة الدخلة، ولا يمكن للمرأة أن تعلم إن كانت تعاني من تشنج المهبل أم لا إلا ليلة الدخلة، حيث تشعر المرأة بالرهبة وتصاب بالفوبيا من عملية الإيلاج حيث تتوهم مجموعة من الأشياء الخاطئة المرتبطة بالألم والنزيف وغيرها.

تتعدد أسباب التشنج المهبلي ومنها انعدام الثقافة الجنسية، وغياب التواصل بين الأمهات وبناتهن في المواضيع الجنسية قبل الزواج، فكل فتاة تحمل في ذهنها صورة سيئة عن ليلة الدخلة، وأيضا العادات والتقاليد التي ترسخ الخوف لدى الفتيات كعادة الثقاف التي مازالت متداولة في بعض الأقاليم والمناطق المغربية، والفتاة كلما انتابتها هذه الحالة ليلة الدخلة إلا ولجأت «للفقها» بحثا عن الحل مما يزيد من تأزيم الأمر، ثم غياب التجارب الجنسية لدى الفتيات قبل الزواج.

كيف تعرف الفتاة أن لديها تشنجا في المهبل؟ في بعض الحالات يمكن أن يكون هناك انسجام وتوافق بين المرأة وزوجها، وترغب في معاشرته، وكل شيء بينهما على ما يرام حتى أثناء المداعبات إلا أنها ترفض عملية الإيلاج وتنتابها حالة هستيرية من البكاء والخوف، والكثير من الزوجات في هذه الحالة يقمن بتناول الأقراص المنومة أو بعض المراهم لتجاوز ذلك الإحساس الذي يمكن أن تشعر به تلك اللحظة لكن دون جدوى فهذه الوسائل لا تعتبر حلا لهذه المشكلة.

إذن فالحل يكمن في أن تتعلم المرأة التعامل مع جسدها وكيف تسترجع الثقة في نفسها، وعلاقتها بحياتها الجنسية مع زوجها، وأيضا هناك تمارين خاصة يمكن القيام بها لتجاوز هذا المشكل.

كما أن الأزواج مدعوون إلى تفهم الحالة النفسية التي تكون عليها الزوجة، وأن لا يستعملوا القوة في الإيلاج لأنهم قد يفشلون في ذلك مرة أخرى وطوال حياتهم الزوجية. ومن الأفضل أن يساند الأزواج زوجاتهم ويكسبوا ودهن لتجاوز هذه المشكلة. وأن لا يلجؤوا لاستعمال العنف ضدهن، لأن المرأة ضحية الأسباب التي سبق ذكرها. وأخيرا إبعاد العائلة عن مثل هذه المشاكل، والاكتفاء بحلها بين الزوجين فقط دون غيرهما، لأن المشكل قد يزداد تعقيدا بدل أن يجد طريقا للحل.