# الزوج المزاجي وكيفية التصرف مع مزاجه السيء

من منا لا يحب السعادة ويسعى خلف الأمل والفرح والراحة ومن جعل العقبات مجرد محطة عابر؟ فلا يوجد أي شخص لا يحب الإستقرار والسعادة وراحة البال وخصوصاً ضمن إطار الزواج والعلاقة العاطفية مع الشريك.

من الممكن أن تعيش السيدة المتزوجة زواج قائم على التناقضات والخلافات مع زوجها صاحب المزاج السيء. تتصف الشخصية المزاجية بتذبذب المشاعر وتقلب السلوكيات يسبب بخلل عاطفي في العلاقة بينه وبين شريكه وحيث يصعب عليه العيش ضمن إطار علاقة طبيعية ومستقرة.

ويؤثر الزوج المزاجي على نفسية زوجته وتعيش معه في حالة تقبل وراحة مؤقتة ثم تعود الى حالة النفور والتي من الممكن أن تتحول الى كره مع الوقت. يوجد العديد من الأسباب الإجتماعية التي تسبب بتكوين الشخصية المزاجية مثل اعباء الحياة والتوتر والحزن الشديد والقلق والقسوة وتؤثر على شخصية ومزاج المصاب بها ومن الممكن أن تتفاقم الحالة لتصل للإكتئاب وفقدان الثقة والخوف ويصبح الشخص غير قادر على السيطرة على أفعاله.

تتمتع المرأة بقدرة كبيرة على تحمل المزاج السيء الذي يسببه زوجها ولكن في بعض الأحيان من الممكن أن تعرضها هذه الأزمة الى التغيرات الفسيولوجية واضطراب الهرمونات والاكتئاب. كما يؤثر الرجل المزاجي على طريقة تفكير ونضوج الأولاد ويسبب بخلق فجوة بينهم ويإضطرابات على الصعيد النفسي والذهني والإجتماعي.

يعتبر دور الزوجة في العلاقة في غاية الأهمية، عندما يكون زوجها مزاجيّ، فعليها أولاً أن تتفهم وضعه ثم الحرص على إبعاد الاولاد عن هذا الجو والعمل على إقناع الزوج بانه بحاجة الى المساعدة بسبب المشكلة التي يعاني منها والتي تؤثر على كافة أفراد العائلة وإقناعه أن هذه الخطوة تساعده على التقدم نحو الأفضل له. كما على الزوجة تأمين الجو المناسب لزوجها للنوم العميق وممارسة الرياضة ومزاولة هوايته والنشاطات التي يحبها.

يعد الوعي حجر أساس نجاح هذه العلاقة ولكن لا يمكن أن تتحمل الزوجة وحدها عبء المنزل والأولاد والحياة والمصاريف وعليها العمل على أن

تكون صاحبة القرار بالتساوي مع زوجها.