

الفصل الثاني

الإطار النظري

أ. العدة في الشريعة

١. العدة في الشريعة

والعدة كسر عينها أي مفرد وجماعتها "عداد". العدة للغة العد، في الإصطلاح عند الإمام حنفي هي المدة التي تحددها الشريعة مع الآثار الزواج بالطلاق، أي في مدة الإنتظار للزوجة. وفي قول اتفاق جمهور العلماء، فهي مدة الإنتظار للزوجة المطلقة من زوجها بقصد المعرفة براءة الرحم (غير حامل)، أيضا للعبادة و يقصد بها الحزن على موته.

قسم العدة على القسمين عند النظر من حيث الأسباب ها، وهما العدة لأن متوفى عنها زوجها (عدة الوفاة) و لأن زوجها طلق (طلاق الأول والثاني).

يعتبر الإسلام العدة مؤسسة مهمة في الامور الشرعية لإستعادة السلامة الزواج. إن فترة العدة هي للتفكير، فيما إذا كان من الأفضل الإستمرار فيه أو فوته، وكذلك للحفاظ على نظافة الأرحام المرأة حتى لا يختلطن ببعض أخرى. للحفاظ على العلاقة الجيدة بين الأُسرتين الكبيرتين

^١ واهب الزوهيلي و عبدالحى الكتاني، ثقة الاسلام و علمائه (كوالا لومفور: دار الفكر، ٢٠١٠)، ٥٣٤.

^٢ "Laki-laki yang bercerai harus menunggu masa idah istri sebelum menikah Kembali – Direktorat Jenderal Badan Peradilan Agama," diakses 24 Juni 2023, <https://badilag.mahkamahagung.go.id/seputar-peradilan-agama/berita-daerah/laki-laki-yang-bercerai-harus-menunggu-masa-idah-istri-sebelum-menikah-kembali>.

في الأثناء الطلاق الرجعي (اي الطلاق الأول والثاني) ، يحرم على المرأة الزواج أو قبول العروض سواء كان جهرا أو سرا , لأن طلاق الرجعي لا ينفصل بين الزوج والزوجة. ما زالت الزوجة بالشرعية لزوجها الذي يستطيع أن يطالبها بها في الأثناء عدتها. أما بعد انتهاء فترة العدة , ينقطع رباط الازواجهما تماما. وكذلك للمرأة التي تقدمت بطلب للطلاق أو رملة بالخلع . لأنه هناك يباح لزواج عقد زواج جديد ومهر جديد. يباح قبول المغلقة السرية للنساء المطلقات ثلاث مرات أو النساء التي توفي زوجهن فقط. لأن ذلك يجتنب العداة بين أهل الزوج المتوفى وأسرة الزوج الثاني.

ويعتبر إبراهيم الجمل في كتابه فقه المرأة , فإن المعتدة التي تنتظر انتهاء عدتها يجب أن تبقى في بيت الزوجها حتى تنتهي عدتها.^٣ لا يجوز لها خروج البيت ولم يستطع زوجها طردها , لقوله تعالى: ٤:

" أَسْكِنُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ سَكَنْتُمْ مِنْ وُجْدِكُمْ وَلَا تُضَارُوهُنَّ لِتُضَيِّقُوا عَلَيْهِنَّ "

٢. واجبات المعتادة

العدة تعرف بفترة الإنتظار بعد الطلاق أو وفاة الزوج , هي فترة مهمة للمرأة في الدين

الإسلامية. وجوب العدة على المعتدة أن تحافظ على كرمها ونفسها. يجب على المرأة في الأثناء

^٣ "Kanwil Kemenag Kalsel," diakses 24 Juni 2023,

<https://kalsel.kemenag.go.id/opini/704/Fenomena-Pelanggaran-Perceraian>.

^٤ "Baca Quran Online: Terjemah Arab-Latin-Indonesia," diakses 24 Juni 2023,

<https://tafsirweb.com>.

العدة الإمتناع عن العلاقة العاطفية مع الرجال غير الزوج المتوفى أو الطلاق حيا . هذه هي الوقت

المناسب للتأكد من عدم حمل وتكريم العلاقة الزوجية التي إنتهت. ٥

إن العدة تجب على النساء أيضًا للتفكير في أدوارهن ومسؤولياتهن في زواجهن , يتوقع

منهم تقييم حياتهم الزوجية السابقة ، و تصدق على العيوب التي تكون حدثت ، وتحسين أنفسهم

وتحسن الدروس من التجربة. ٦

بالإضافة إلى ذلك , تتحمل على المعتدة المسؤولية و الرعاية الأطفالهن وتعليمهم

بصحيح. يجب تعطها الدعم العاطفية والجسدية , و عدم إزعاج الأطفال من التغييرات التي

تحدث في أسرهم. يجب على النساء في العدة بقائهن شخصية مستقرة و تحسن لأطفالهن.

هذه الواجبات , يُتوقع من المعتدة أيضًا أداء واجباتهن الدينية , مثل الصلاة وقراءة

القرآن والدعاء. هذا هو الوقت المناسب لهن لتقوية علاقتهن مع الله والسعي للسلام والحكمة في

دينهن.

^٥ - كتاب تحفة الفقهاء - باب ما يجب على المعتدة - المكتبة الشاملة

^٦ الزوهيلي و الكثاني, فقه الاسلام و عاداته, ٥٣٦.

٣. بيان المطلقة و المتوفى عنها زوجها

أ. عدة المطلقة في الشريعة الإسلامية تشير إلى فترة الإنتظار التي يجب أن تعيشها المرأة بعد حصولها

على الطلاق من زوجها. الهدف العدة هو إعطاء المطلقات فرصة لإعادة النظر في قرارهم ,

٧

وتمكين المصالحة , ورعاية حقوق المرأة في هذه المواقف.

تختلف مدة العدة للطلاق بحسب ما يقع فيها , كمثل عدد الطلاق يقع بها و السياسات

القانونية المعمول بها في الدولة. فإن مدة العدة للمطلقة الواحدة والثنية (عدة طلاق الرجعي)

هي ثلاثة أشهر , أو ثلاث حيضات . والمطلقة ثلاث مرات (أي العدة طلاق باين) أربعة

أشهر و عشرة يوما.

تعتبر المرأة في الأثناء العدة الزوجية الشرعية لزوجها. يجب أن تبقى في منزل زوجها

وتعيش الحياة كالمعتاد إلا في المواقف التي تطلب الانفصال أو عندما تكون هناك أسباب

الواضحة لعدم العيش مع زوجها. كما لا يجوز للمرأة في الأثناء فترة الطلاق بالزواج لرجل آخر

٨

أو إقامة علاقة عاطفية مع الرجل آخر.

وكذلك عن الفرصة للزوجين للتفكير في قرارهما , فإن عدة المطلقة تخدم أيضاً غرض

حفظ الحقوق المرأة. في فترة العدة يبقى للزوج مسؤول عن توفير نفقة العيش والمكان لزوجته , و

مما يمنح المطلقة الوقت الكافي للتكيف مع التغيرات في حياتهن.

^٧ الزوهيلي و الكتاني, ٥٣٦.

^٨ سيد ابو بكر شطا الدمياطي, حاشية اعانة الطالبين على حل الفاظ فتح المعين (vol. ٤), هداية الطلاب, (t.t.), ٤٦.

فان تعد عدة المطلقة اجمالاً جزءاً من عملية الطلاق في الشريعة الإسلامية التي تضع مصالح المرأة لخصتها. اذا تقع فترة العد تُمنح المرأة الوقت والحماية للنظر في قراراتها , والتعافي عاطفياً , وإيجاد أفضل الطريق لمستقبلها بعد الطلاق.

ب. العدة يتوفى عنها زوجها

هي فترة الإنتظار يجب أن تعيشها بعد وفاة زوجها في الشريعة الإسلامية. الغرض الأساسية من هذه العدة هي تعطى النساء بعض الوقت للحزن والتكيف مع التغيرات في حياتهن. فإن مدة العدة أربعة أشهر وعشرة أيام بعد وفاة الزوج.

تعتبر المرأة في فترة العدة الزوجة الصحيحة لزوجها المتوفى. عليها أن تبقى في المنزل الزوج المتوفى وتعيش حياتها في كل يوم كالمعتاد. كما تتوقع من النساء في عدة الموت أن يحافظن على كرامتهن وشرفهن وتجنب الأعمال التي تعتبر غير مناسبة لفترة الحزن.

وكذلك غير يعطى الوقت للنساء للحزن , أيضاً إن القصد العدة إلى حماية حقوق النساء المتروك في الماضي. في فترة العدة كان للزوج المتوفى مسؤول عن نفقة زوجته واحتياجاتها الأساسية من اهله. يوفر هذا الاستقرار الإقتصادي للمرأة التي يتعين عليها التعامل مع تغييرات جذرية في حياتها بعد إزالة أزواجهن.

تعد العدة فترة مهمة في الشريعة الإسلامية تمنح المرأة وقتًا للحزن والتكيف بعد وفاة زوجها. ولذلك , فإن عدّة للموت تحفظ أيضًا حقوق النساء المتروك في الماضي وتوفر الإستقرار الإقتصادي والفرص لبناء أنفسهن في المستقبل.

٤. حكمة التشريع

العدة واجبة إجمالاً , لأن في إحدى هاتين اي الطلاق الرجعية أو يتوفى عنها زوجها , كانت بعد جماع من نكاح صحيح أو فاسد , أو مع وجود شبهات باتفاق الفقهاء. وكذلك من أجل حاجة الزوجة إلى معرفة نظافة رحمها بعد وقوع الخلوات , في قول الجمهور من غير المذهب الشافعي.

وقول المالک والحنبل , فإن العدة واجبة أيضًا بعد الزنا , كما هو الحال بالنسبة للنساء التي يمارسن الجنس مع الشك. وعليها تجب العدة , لأحد الأسباب الآتية :

أ. تجب العدة بالفراق بعد الجماع من نكاح صحيح أو فاسد , أو بعد الخلوة الصحيحة على رأي الجمهور غير المذهب الشافعي. هذا التفريق هو على قيد الحياة بسبب الطلاق أو الفسخ أو الموت. إذا كان هذا الزواج فاسد , كالزواج الخامس , أو نكاح في مدة العدة , فلا تجب العدة إلا بالجماع الذي يلزم. بحسب الجمهور لها لا تجب العدة مع الخلوات. تشترط المذهب المالكية

^٩ جلال الدين رحمن, جميع الصغیر. vol. ٢, t.t., ٦٧١.

^١ الزوهيلي و الكتاني, فقه الاسلام و علماته, ٥٣٧.

العدة بالخلوات بعد الزواج الفاسد ، حيث كانت العدة مطلوبة مع الجماع الحقيقي لأن الخلوة هي مكان الجماع.

وحجة الجمهور في العدة الواجبة بالخلوات لما رواه أحمد والأثرام عن زرارة ابن أوفى، قال:

إن حُلفاء الراشدين قرر أن مَنْ أغلق الباب أو سحب الستارة فيلزمه الصداق و العدة "

ب. يشترط العدة أيضًا باتفاق الفقهاء على التفريق كان جماع الشبهات. كالمراة التي جامع في عقد

نكاح فاسد للشبهات في الجماع.

ب. العلم النفس عن المراة بعد الطلاق

١. فهم العلم النفسية عن المراة

يعتمد علم النفس الحديث إلى علم النفس النسوة ، أي منظور كان فهم وجود المراة

بناءً على النساء مخلوقات العاطفية ، سهلة الاستسلام ، سلبية ، ذاتية ، ضعيفة جسديًا. إن

التغير الرأي المقبول عمومًا ليس بالمهمة السهلة. ٢

حقيقة بيولوجية لا يمكن إنكارها ، إن المراة تقضى إلى الحيض والحمل والولادة والرضاعة.

كذلك ما لا يمكن للرجال إستبدالها. هذه الحقيقة لها أمور المهمة على حياة الإنسان. تختلف

البشر(رجل) عن المخلوقات الأخرى و القدرة على الاستيعاب التركيبتهم البيولوجية لتشكيل

^١ الزوهيلي و الكنانى, ٥٣٨.

^٢ Eti Nurhayati, *Psikologi Perempuan Dalam Berbagai Perspektif*, vol. 2 (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018), XXVI.

واقعهم الاجتماعي. ما يبدو أنه سلوك النساء أو ذكر يعتمد على كيفية إرتباط الحقائق البيولوجية بالقيم السائدة في أسلوب حياة مجتمع معين. وهكذا ، فإن الاختلافات بين النساء والرجال تعكس التفاعل بين الترتيبات البيولوجية وكيفية الحياة الاجتماعية.

في علم النفس ، تُستخدم الأبحاث لتحديد خصائص المرأة ، ويتم إجراؤها عمومًا عن طريق قياس تفضيلات دور الجنسين واعتماد أدوار الجنسين واستخدام مقياسين متواصلين ثنائي القطب وثنائي لقياسها. بافتراض أن خصائص الإناث والذكور على بعدين مختلفين ، ثم يضع هاتين السميتين على مقياس الواحد المتصل (على سبيل المثال باستخدام مقياسين مختلفين متصلين). تعمل علم النفس النسوي على تعزيز مكانة المرأة على قدم المساواة وممارس للثقافة. حضور النساء والرجال في فهم الحقائق البيولوجية. تم تحليل الذكور باستخدام نهج ثنائي القطب.

تشير الحقائق البيولوجية إلى أن النساء تمكن عن الحيض والحمل والولادة والرضاعة ، بينما يمكن للرجال تخصيب البويضات بالطبيعة. لا يريد هذا الاختلاف البيولوجية أن أحدها متوجه على الآخر ، ولكن هدف هذه الموجودة في كل واحد تحتاج عن بعضها البعض وتكمل بعضها البعض. بمعنى آخر ، تنشأ الوظيفة الإنجابية بسبب الاختلافات بين الذكور والإناث

¹ imam ghozali, *PSIKOLOGI ISLAM Rujukan Utama Ilmu Psikologi Dunia*, cetakan 2, 2 (PT.Rene Turos Indonesia, oktober), 20.

² Eti Nurhayati, *Psikologi Perempuan Dalam Berbagai Perspektif*, 2:37.

ولا تنشأ بدون الترابط والنزاهة الأخرى فقط. يستخدم علم النفس نهجًا ثنائيًا لأن هاتين السمتين يمكن العثور عليهما في فرد واحد. وبذلك ، فإن تسمى (الصورة النمطية) للخصائص الأنثوية على أنها أقل شأنًا ، أو طيبة ، أو عاطفية ، أو أدنى من الناحية الفكرية يعد مضللًا لأنه لا يدعمه منهجية بحث مناسبة وأدلة تجريبية قوية.

٢. النظرية علمية النفسية في التعافي النفسي للمرأة
يشمل العلاج أو التعافي النفسي للمرأة النظريات ومنهج مختلفة في علم النفس. فيما يلي بعض النظريات التي يمكن أن تكون في سياق التعافي النفسي للمرأة، وهي :
أ. نظرية المرونة (Resiliensi):

تؤكد هذه النظرية على قدرة النساء على النهضة مرة أخرى بعد التعرض للإجهاد أو الصدمة. التركيز على العوامل التي تؤثر على قدرة المرأة على التعافي والنمو من التجارب السلبية ، مثل الدعم الاجتماعي ، وتنمية التكيف الفعالة ، والثقة بالنفس ، والثقة بالنفس.

١ Eti Nurhayati, 2:37.

ب. نظرية التمكين (Moverpment)

نظر هذه النظرية على أهمية تمكين المرأة في عملية التعافية النفسية. تركز هذه

النظرية على تطوير قوة المرأة و إستقلاليتها ، وزيادة ضبط النفس ،وتقوي المهارات

الاجتماعية والمعرفية ، وتعزيز العدالة بين الجنسين.

ج. نظرية الرعاية الذاتية

تؤكد هذه النظرية على أهمية الحفاظ على سلامتها النفسية من

ممارسات الرعاية الذاتية الصحية. وينصب التركيز على تطوير مهارات

و استراتيجيات الرعاية الذاتية التي تساعد النساء على إدارة الإجهاد وتحسين

الصحة العاطفية وبناء التحمل العقلي.

٣. المرأة بحسب علمية النفسية النسوية

علم النفس النسوي هو منهج في علم النفس يتوجه على أهمية النوع الاجتماعي في فهم

التجربة الإنسانية. ينتقد هذا المنهج الآراء التقليدية التي تهيمن عليها وجهات نظر الذكور ويؤكد

أنه لا يمكن فهم تجارب المرأة بشكل كامل دون النظر إلى السياقات الاجتماعية والثقافية

والسياسية التي تؤثر عليها. يسعى علم النفس النسوي إلى فهم الولاية ، والتنشئة الاجتماعية بين

الجنسين ، والتأثير الثقافي في تشكيل هوية المرأة.

يؤكد هذا النهج على أن القوالب النمطية الجنسانية والمعايير الاجتماعية تلعب دوراً مهماً في تشكيل سلوك المرأة وإدراكها لذاتها. تسلط نظرية علم النفس النسوي الضوء أيضاً على الظلم الاجتماعي وعدم المساواة في السلطة الذي تعاني منه النساء.

وهذا يشمل قضايا مثل العنف بين الجنسين ، والتمييز في نطاق العمل ، وعدم المساواة في الوصول إلى الموارد والفرص. يسعى علم النفس النسوي إلى الكفاح من أجل العدالة بين الجنسين والتحول الاجتماعي لخلق الحياة أكثر شمولاً وتساوياً لجميع الأفراد ، بما في ذلك النساء.^{١٦}

٤. تحقيق الأنسجام بين الذكور والإناث

يشير تحقيق الأنسجام بين الرجال والنساء إلى خلق التوازن والمساواة بين الجنسين. يشمل الأنسجام جوانب مثل المساواة الفرص ، والاعتراف بالمساهمات المتنوعة ، واحترام حقوق وكرامة الأفراد من الجنسين.

إن تحقيق الأنسجام بين الرجال والنساء سيجلب فوائد واسعة للمجتمع. أولاً ، سيخلق هذا فرصة عادلة لجميع الأفراد لتطوير إمكاناتهم الكاملة ، لا تقتصر على الجنسانية أو الأدوار المعينة تقليدياً. وهذا سيساعد تطويراً ونجاح الأفراد بعض النظر عن جنسهم.

ثانياً ، سيحقق تحقيق الأنسجام فوائد في المواضيع الاجتماعية والاقتصادية. عندما تتاح للرجال والنساء نفس الفرصة ، يمكن للمجتمع الاستفادة من المواهب والخبرات المختلفة

^{١٦} Eti Nurhayati, 2:22.

التي يمتلكها كل جنس. سيساعد ذلك على التفكير والإبتكار والتقدم في مختلف قطاعات الحياة ،
كمثل الأعمال والسياسة والعلوم والفنون.

بالإضافة إلى ذلك ، فإن الأنسجام له أيضاً تأثير إيجابي على العلاقات بين الأشخاص
والأسرة. عندما يكون الرجال والنساء على قيام المساواة في العلاقات ، يتم إنشاء التفاهم المتبادل
والدعم المتبادل والشراكات الصحية بين الشركاء. إنه يجلب الأنسجام والسعادة والرفاهية في
الأسرة والمجتمع. إن تحقيق الأنسجام أيضاً التغلب على التمييز بين الجنسين والقوالب النمطية
الخطيرة والظلم الاجتماعي. وهي تعزز الاحترام الكرامة وحقوق الإنسان لكل فرد والاعتراف بها
، بغض النظر عن جنسه. العلاقات المتناغمة مثل ملابس الزوج والزوجة لتغطية بعضها البعض
وتكملها.

٥. إرشادات الزواج للرجال والنساء في تعزيز الأسرة الأنسجامية

الإرشاد الزواج للرجال والنساء دور المهم في مساعدة الأزواج على تحقيق الأسرة
متناغمة. تركز الإرشاد الزواج على تطوير مهارات الإتصال الفعال ، وحل النزاعات بشكل
صحي ، والفهم العميق لاحتياجات وتوقعات كل شريك.

بالإضافة إلى ذلك ، فإن الإرشاد الزواج يعلم أيضاً مهارات الإتصال الفعال ، بما في
ذلك مهارات الإستماع النشط ، والتعبير العاطفي الصحي ، والتواصل غير الدفاعي. يتعلم

^١ Eti Nurhayati, 2:214.

^٢ محمد محروس الشناوى، العملية لإرشادية، لأولى ١٤١٦هـ-١٩٩٦م (دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، t.t.)، ١٢٤.

الشركاء التواصل بطرق تعزز بعضها بعضا ، ويقدرّون الاختلافات في الرأي ، ويبحثون عن حلول معًا.

يساعد إرشاد الزواج أيضًا على حل النزاعات بطريقة صحية وبناءة. يتم تعليمهم أهمية إدارة الاختلافات ، والتعبير عن الاحتياجات والتوقعات بواضح ، وإيجاد النقطة واسطة المفيدة للطرفين. يتم تعليم الأزواج أيضًا أهمية بناء العلاقة الحميمة العاطفية ، والحفاظ على علاقات ذات المعنى ، وإعطاء الحالة للوقت معًا في الحياة اليومية.

ج. النظرية الفلسفية المعرفة من العدة

١. حقوق المعتدة

حق المرأة في العدة هو مدة الإنتظار للزوجة بعد الطلاق أو وفاة الزوج ، ومن المهم في الشريعة الإسلامية توفير الحماية والأمن للمرأة في هذه الحالات. تعطى العدة للمرأة الوقت لإكمال عملية التكيف العاطفي والاجتماعي ، وكذلك تحديد حالة الحمل إن وجدت.

من حقوق الزوجة في العدة أن تعيش في مكان آمن و يصلح . بعد الطلاق

أو وفاة الزوج ، يحق للمرأة أن تسكن في نفس المنزل الذي تعيش فيه مع زوجها ، ما لم تكن

^١ Muchammad Hammad, "HAK-HAK PEREMPUAN PASCA PERCERAIAN: Nafkah Iddah Talak Dalam Hukum Keluarga Muslim Indonesia, Malaysia, Dan Yordania," *Al-Ahwal: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 7, no. 1 (20 Mei 2016): 17–28.

هناك أسباب واضحة لنقلها. يهدف هذا إلى حماية المرأة من الرفض أو المعاملة غير العادلة من أسرة الزوج.

بالإضافة إلى ذلك ، يحق للمرأة في العدة الحصول على النفقة والإعالة من زوجها المطلق أو المتوفى. وهذا الحق يشمل الاحتياجات الأساسية مثل الطعام والملبس والمكان. كان الزوج مسؤولاً أيضاً عن توفير الدعم المالي للأطفال الذي مسؤولاً عنهم. ٢٠ للمرأة في العدة حرية الاختيار الاستمرار في العدة أو إنهاءها بالزواج مرة أخرى. كان أيديهن الحق في إعادة تقييم حياتهم واتخاذ القرارات الصحيحة لأنفسهن. بشكل عام ، تعد حقوق المرأة في العدة جزءاً لا يتجزأ من التعاليم الإسلامية التي تؤكد على الحماية والعدالة للمرأة في حالات الطلاق أو فقدان الزوج. من هذه الحقوق ، يتوقع أن تمر المرأة بالعدة بكرامة وتحقيق الشفاء الكافي قبل يدخل الفصل التالي في حياتها.

٢. الصحة النفسية والدعم الاجتماعي في مدة العدة

الصحة النفسية والدعم الاجتماعي خلال فترة العدة مهم بشكل خاص للنساء يواجهن الطلاق أو وفاة أزواجهن. يمكن أن تكون عملية العدة وقتاً صعباً عاطفياً ونفسياً ، ويمكن أن يساعد الدعم المصلحة المرأة على تجاوز هذا الوقت بما أفضل.

^٢ شيخ محمد علي الصابوني, مختصر تفسير الآيات الاحكام (ليزويو, كديري: مدرسة هداية المبتدئين t.t. ٣٣٨).

^٢ د خالد بن عبد الرحمن بن علي الجريسي, إدارة الوقت من المنظور الإسلامي والإداري, t.t., ٦٠.

في سياق الصحة النفسية ،قد يمكن عن المرأة في العدة أن تعاني من مشاعر مختلفة مثل الحزن والفقدان والارتباك والقلق. يمكن أن يشمل دعم الصحة العقلية الإرشاد أو العلاج الفراد ، حيث يمكن للمرأة التحدث عن شعورها وتلقي التوجيه بشأن التعامل مع الصعوبات التي تواجهها. يمكن أن يساعد المستشار أو المعالج ذو الخبرة النساء على التعامل مع التغييرات الحيات والتخطيط للمستقبل وتقوية صحتهن العقلية.

بصرف النظر عن دعم الصحة النفسية ، يعد الدعم الاجتماعي أيضًا مهمًا جدًا خلال فترة العدة. قد تحتاج النساء في العدة إلى دعم من عائلاتهن وأصدقائهن والمجتمع من حولهن. يمكن للعائلة والأصدقاء توفير الإستماع الوجداني وتوفير مكان آمن لمشاركة المشاعر والمساعدة في المهام اليومية العملية. يمكن للمجتمع أيضًا أن يدعم النساء في العدة من خلال إزالة الوصمة الاجتماعية وتقديم الدعم المعنوي وكذلك توفير الفرص للمشاركة في الأنشطة الاجتماعية المفيدة.

بشكل عام ، يعد الدعم الصحي النفسي والاجتماعي خلال فترة العدة مهم لمساعدة المرأة على التغلب على التحديات العاطفية والنفسية التي تنشأ بعد الطلاق أو وفاة الزوج. من خلال الدعم المناسب ، يمكن للنساء في العدة أن يشفين أنفسهن بشكل كلي وأن يعدن أنفسهن لدخول فصل جديد في حياتهن.

٣. تأثير النفس على الحمل بعد الطلاق

الطلاق هو حدث يمكن أن يكون له تأثير على خصوبة المرأة وحملها في المستقبل. يمكن أن تؤثر العوامل مثل الإجهاد والتغيرات الهرمونية والظروف العاطفية على التوازن الهرمون والوظيفة الإنجابية للمرأة بعد الطلاق.

أظهرت العديد من الدراسات أن الإجهاد الناجم عن الطلاق يمكن أن يؤثر سلبيًا على الخصوبة. يمكن أن تؤدي المستويات العالية من التوتر إلى تعطيل الدورة الشهرية والإباضة ، وتؤثر على جودة البويضات التي يتم إطلاقها. في بعض الحالات ، قد تعاني النساء من تأخر أو عدم إنتظام الإباضة بعد الطلاق ، مما قد يؤثر على فرص الحمل.٢٢

بالإضافة إلى ذلك ، فإن التغيرات الهرمونية التي تحدث خلال فترة ما بعد الطلاق يمكن أن تؤثر أيضًا على الخصوبة. يمكن أن تتقلب مستويات الهرمونات مثل الإستروجين والبروجسترون بتأثير كبير ، ويمكن أن تؤثر هذه التغيرات على جودة و إستعداد البويضة للإخصاب.٢٣

^٢ الزوهيلي و الكنانى, فقه الاسلام و علمائه , ٥٤٦ .

^٣ “Memahami Kesedihan dan Kehilangan | Ruñah Sakit McLean,” diakses 11 Juli 2023, <https://www.mcleanhospital.org/essential/grief>.