

## الفصل السابع

### التوافق الزوجي

يرتبط التوافق الزوجي بمجال الزواج أهم مجالات الحياة الأسرية، ويقصد به توافق الزوجين معًا ومع مطالب الزواج، ويشمل تفاعلها معًا وردود أفعالها في المواقف التي تتعلق بدوري: الزوج Husband role والزوجة Wife role، اللذين يقوم عليهما استقرار الأسرة وتماسكها، وينبثق منهما أدوار الأب/ الأم، والابن/ الابنة، والأخ / والأخت، وغيرها من الأدوار الأسرية الأخرى. فلا أسرة دون زواج ولا زواج دون أسرة.

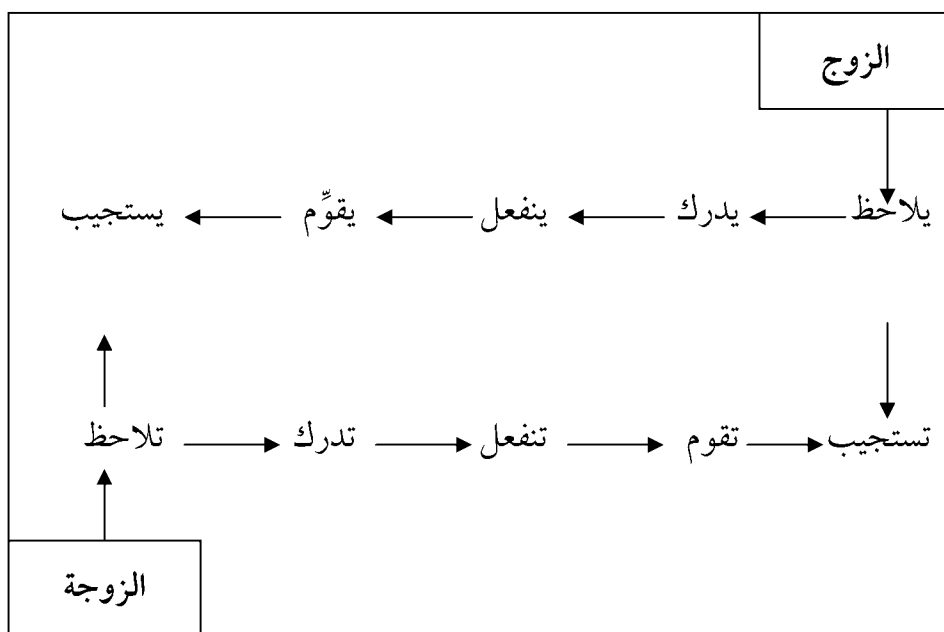
ونتناول في هذا الفصل التوافق الزوجي بالتحليل والتفسير لكي نفهمه، ونقف على عوامل التوافق الزوجي الحسن Marital well-adjustment والتوافق الزوجي السيئ Marital mal-adjustment، فنعمل على تنمية التوافق الحسن ونعالج عوامل التوافق السيئ، ونحمي أنفسنا منها، ونحافظ على تماسك الأسرة وترابطها. فإذا صلح التوافق الزوجي صلح التوافق الأسري في المجالات الأخرى، وإذا فسد التوافق الزوجي فسدت الأسرة كلها، واضطربت أحوالها وتفككت روابطها. (Beavers, 1985)

### تحليل التوافق الزوجي

عملية التوافق الزوجي كأي توافق اجتماعي عملية مركبة من التفاعل وردود الأفعال بين الزوجين، ويكون التوافق الزوجي حسنًا إذا كان تفاعل الزوجين معًا إيجابيًا أو سلبياً وردود أفعالها مناسبة للموقف، وتتفق مع العادات والتقاليد والقيم والمعتقدات الإسلامية، بينما يكون التوافق الزوجي سيئًا إذا كان تفاعلها معًا إيجابيًا أو سلبياً وردود أفعال كل منهما تُغضب الزوج الآخر، أو لا تناسب الموقف، أو لا تتفق مع العادات والتقاليد والقيم والمعتقدات الإسلامية.

ويتكون التوافق الزوجي من خمس عمليات مترابطة ومتداخلة، لا يمكن الفصل بينها إلا من أجل الدراسة والبحث. والشكل رقم (2-5) يبين رسماً تخطيطياً لهذه العمليات الخمس، ونجد فيه أن التوافق الزوجي يتكون من ملاحظة الزوج لسلوك زوجته وتصرفاتها، وإدراكه لهذا السلوك وفهمه له وانفعاله به، ثم اختياره ردود أفعاله التي يستجيب بها، فتلاحظها الزوجة وتدركها، وتنفعل بها، ثم تستجيب لها بردود أفعال يلاحظها الزوج. وهكذا يستمر التفاعل وردود الأفعال في الموقف.

ويكون التوافق الزوجي في هذا الموقف مريحاً أو مزعجاً وفق التفاعل الزوجي، أي وفق انفعال كل من الزوجين بسلوك الزوج الآخر، في حين يكون التوافق الزوجي حسناً أو سيئاً، وفق الزوجي ردود أفعالها المتبادلة: مناسبة أو غير مناسبة.



(الشكل رقم 2-5)

عمليات التوافق الزوجي

ونوضح فيما يلي التوافق الزوجي وما يحدث فيه من تفاعل زوجي وردود أفعال بين الزوجين :

### **أولاً : التفاعل الزوجي :**

ونقصد به عملية التأثير المتبادل بين الزوجين، بحيث يكون سلوك كل منهما مترتباً على سلوك الزوج الآخر. وتتكون هذه العملية من أربع عمليات فرعية، تحدث داخل كل من الزوجين على النحو الآتي :

**1- ملاحظة الزوج لسلوك الزوج الآخر :** من خلال حواسه الخمس لا سيما حواس السمع والبصر والشم، فالزوج الذي يتفاعل مع الزوج الآخر، يرى مظهره وهندامه وحركاته وتعبيراته، ويسمع كلامه، ويشم رائحته. فالتفاعل الزوجي - الإيجابي والسلبي - ينطلق من إحساس كل من الزوجين بالزوج الآخر، وما تحمله أحاسيسه من إشارات ومعانٍ.

**2- إدراك كل من الزوجين لسلوك الزوج الآخر وردود أفعاله معه،** فما يقع على الحواس ينتقل إلى المخ، ويتم إدراكه وفهمه وتفسيره، فيدرك كل من الزوجين ما يسمعه أو يراه أو يشمه من الزوج الآخر، ويعطيه المعنى المناسب وفق استيعابه له، ومعرفته به وعلاقته بالزوج الآخر ومشاعره نحوه، وظنه به.

**3- انفعال الزوج بما يدركه في سلوك الزوج الآخر :** الذي قد يكون انفعالا ساراً إذا وجد فيه ما يرضيه، ويشرح صدره (تفاعل إيجابي) أو انفعالا مكدرًا إذا وجد فيه ما يغضبه (تفاعل سلبي).

**4- تقويم الزوج لسلوك الزوج الآخر :** وفق ما يفهمه منه، وانفعاله به ، وتقويمه لقدراته هو في التعامل مع الزوج الآخر، وما يريده منه. وقد يكون التقويم تقويماً إيجابياً فتزداد انفعالاته السارة، أو تقويماً سلبياً فتزداد انفعالاته الغاضبة أو المنفرة من الزوج الآخر.

## ثانيًا : رد فعل الزوج على سلوكيات الزوج الآخر :

بعد أن تكتمل عمليات التفاعل الزوجي من ملاحظة وإدراك وانفعال وتقويم، يستجيب الزوج بردود تحمل رسالته إلى الزوج الآخر في سلوكيات لفظية وحركية وتعبيرية إرادية مقصودة، قد تكون حسنة ومفرحة (توافق زوجي حسن) أو سيئة مكدره (توافق زوجي سيئ) للزوج الآخر.

## علاقة التفاعل الزوجي بردود أفعال الزوجين :

مع أن ردود أفعال الزوجين ناتجة عن تفاعلها معًا، فليس كل تفاعل زوجي إيجابي يؤدي إلى ردود أفعال مقبولة تجعل التوافق الزوجي حسنًا، ولا كل تفاعل زوجي سلبي يؤدي إلى ردود أفعال غير مقبولة تجعل التوافق الزوجي سيئًا. والشكل رقم (2-6) يبين علاقة التفاعل بردود الأفعال.

| جانب التوافق الزوجي الخارجي<br>ردود أفعال الزوجين |                |                            | جانب التوافق الزوجي الداخلي<br>التفاعل الزوجي |
|---------------------------------------------------|----------------|----------------------------|-----------------------------------------------|
| سيئة أو غير مقبولة                                | حسنة أو مقبولة | شكل التوافق<br>شكل التفاعل |                                               |
| (2)                                               | (1)            | إيجابي                     |                                               |
| (4)                                               | (3)            | سلبي                       |                                               |
| حالات التوافق الأسري                              |                |                            |                                               |

## (الشكل رقم 2-6)

علاقة التفاعل الزوجي بردود الأفعال في التوافق الزوجي

ونجد في الشكل السابق أن حالات التوافق الزوجي كحالات التوافق الأسري

أربع حالات. حالتان للتوافق الزوجي الحسن هما (1) و (3) عندما يكون تفاعل الزوجين معًا إيجابيًا أو سلبياً وردود أفعالهما معًا مقبولة نفسياً واجتماعياً، وحالتان للتوافق الزوجي السيئ هما 2 و4 عندما يكون تفاعلها معًا إيجابياً أو سلبياً وردود أفعالها معاً سيئة غير مقبولة نفسياً واجتماعياً.

### علاقة التوافق الزوجي بالرضا والسعادة في الزواج :

ونستنتج من علاقة التفاعل الزوجي بردود أفعال الزوجين معًا أن مفاهيم التوافق والرضا والسعادة في الزواج ليست مترادفة. فقد يوجد توافق زوجي حسن ولا يوجد رضا في الزواج Marital satisfaction ولا سعادة زوجية Marital happiness، وقد يوجد توافق زوجي سيئ ولا يوجد شقاء في الحياة الزوجية. والشكل رقم 2-7 يبين العلاقة بين التوافق والرضا والسعادة في الزواج.

| حالات العلاقة بين التفاعل وردود الأفعال في الزواج | التوافق الزوجي | الرضا في الزواج | السعادة الزوجية |
|---------------------------------------------------|----------------|-----------------|-----------------|
| (1) تفاعل إيجابي مع ردود أفعال مقبولة أو حسنة     | توافق حسن      | رضا زوجي قوي    | سعادة زوجية     |
| (2) تفاعل إيجابي مع ردود أفعال غير مقبولة أو سيئة | توافق سيئ      | عدم رضا زوجي    |                 |
| (3) تفاعل سلبي مع ردود أفعال مقبولة أو حسنة       | توافق حسن      | رضا زوجي        |                 |
| (4) تفاعل سلبي مع ردود أفعال غير مقبولة أو سيئة   | توافق سيئ      | كراهية الزواج   | شقاء في الزواج  |

### (الشكل رقم 2-7)

علاقة التوافق بالرضا والسعادة في الزواج

ونجد في الشكل السابق أن التوافق الزوجي الحسن لا يدل على السعادة الزوجية إلا إذا كان التفاعل بين الزوجين إيجابياً وردود أفعالها معاً مقبولة نفسياً

واجتماعيًا. كما لا يدل التوافق الزوجي السيئ على الشقاء في الزواج إلا إذا كان التفاعل الزوجي سلبيًا، وردود الأفعال غير مقبولة نفسيًا واجتماعيًا.

### محددات التوافق الزوجي

يتأثر التوافق الزوجي بعدة عوامل تحدد شكل التفاعل : إيجابيًا أو سلبيًا، وتحدد نوع ردود الأفعال: حسنة أو سيئة. ومع إدراكنا للتداخل والتشابك بين هذه العوامل، وصعوبة الفصل بينها نحاول مناقشة أهمها، وتوضيح تأثيرها على توافق الزوجين معًا في الحياة الأسرية. من هذه العوامل ما يلي :

#### 1- اهتمام كل من الزوجين بالزوج الآخر :

ونقصد به سلوك كل من الزوجين مع الزوج الآخر بالكلام والحركات والتعبيرات، التي قد تجذبه إليه أو تنفره منه، ويصبح العامل الأول في التفاعل الزوجي الإيجابي والتوافق الزوجي الحسن هو حرص كل من الزوجين على أن يُسمع الزوج الآخر ما يرضيه من القول الطيب، ويريه من زينته وهندامه ما يشرح صدره، ويشممه من الروائح ما يجذبه إليه، ويحميه من سماع الكلام الغليظ غير المهذب، ومن رؤية المظهر المبتذل غير المرتب، ومن شم الروائح المنفرة الكريهة.

ويجمع خبراء الإرشاد الزوجي على تأثير مظهر كل من الزوجين مع الزوج الآخر، وأسلوبه في الكلام معه، ورائحته في القرب منه على عملية التفاعل الزوجي، وينصحون كلا منهما بالتزين للزوج الآخر، ومداعبته وملاعبته ومغازلته ومبادلته عبارات الشوق والحب، لكي يشجعه على التفاعل الإيجابي معه أو التفاعل السار pleasant interaction ، ويحميه من التفاعل السلبي (Beavers, 1985) .

وقد أدرك علماء المسلمين هذه الحقيقة قبل علم النفس الحديث، فدعوا إلى تزين الزوجة لزوجها وتزين الزوج لزوجته لكي يرتاح كل منهما للزوج الآخر، ويُقبل عليه. فهذا ابن عباس رضى الله عنهما يقول " إني فهمت قوله تعالى " ولهن مثل الذي عليهن بالمعروف " أن أتزين لزوجتي كما أحب أن تتزين هي لي. وكان لعمر بن الخطاب بصيرة المرشد الزوجي في علاج الخلافات الزوجية، عندما دخل عليه رجل أشعث أغبر، ومعه زوجته تريد الطلاق، فأمره عمر رضى الله عنه بالاستحمام

وتهذيب شعره وتقليم أظافره ففعل، فلما رآته زوجته رجعت عن طلب الطلاق. فقال عمر "هكذا فاصنعوا لهن، فوالله إنهن يحببن أن تتزينوا لهن كما تحبون أن يتزين لكم" (الاستانبولي، ب ت : 83).

ويقول الإمام ابن القيم في دور الحواس في التفاعل الزوجي "إن العين والأذن والأنف إذا وقعت على حسن أو وصلت إلى القلب، فيحدث الانجذاب بين الزوجين، وإذا وقعت على قبيح أو وصلت إلى القلب أيضًا فيحدث النفور بينهما".

وأوصت أم ابنتها عند الزواج فقالت : أي بنية : لا تغفلي عن نظافة بدنك فإن نظافته تضيء وجهك، وتحبب فيك زوجك. أي بنية: إن المرأة الوسخة تمجها الطباع، وتنأي عنها العيون والأسماع . أي بنية : إذا قابلت زوجك فقابليه فرحة مستبشرة، فإن المودة تقوم على بشاشة الوجه " (الألباني، 1975: 152) .

ومن الملاحظ في المجتمعات الحديثة أن بعض الأزواج والزوجات يحرصون على الزينة والمظهر والهندام والرائحة الطيبة عند الذهاب إلى العمل والأسواق والزيارات، ويهملونها في البيت في وجود الزوج الآخر، فلا يتزين الزوج لزوجته، ولا تتزين الزوجة لزوجها، فيحدث النفور بينهما، وتفتقر العلاقة الزوجية، ويختل التوافق الزوجي في مواقف كثيرة.

## 2- حُسن ظن كل من الزوجين بالزوج الآخر :

فالزوج الذي يحسن الظن بالزوج الآخر يأخذ سلوكياته كلها على محمل حسن، وينظر إليها نظرة إيجابية بحلوها ومرها، ويفرح بما يرضيه منها، ويلتمس للزوج الآخر عذرًا فيما لا يرضيه، ويقبل بمحاسنه، ويتحمل مساوئه، ويتسامح معها، مما يجعل تفاعله مع الزوج الآخر تفاعلًا إيجابيًا في مواقف كثيرة، لأنه يُحسن الظن به فيما يحب ويكره، فإذا وجد منه ما يحب تفاعل معه إيجابيًا، وإذا وجد منه ما يكره وتفاعل معه تفاعلًا سلبيًا، لا يستمر في تفاعله السلبي معه لمدة طويلة، ويتحول بسرعة إلى التفاعل الزوجي الإيجابي، ويسعى إلى ترضية الزوج الآخر، ويصفح عن أخطائه أو عيوبه.

أما الزوج الذي يسيء الظن بالزوج الآخر، فإنه يتوقع منه الشر ولا يتوقع منه

الخير، فإن أحسن إليه تشكك في دوافعه، واستخف بإحسانه، وإذا أساء إليه كَبُرَّ إساءته وَضَخَّمَهَا، وفكَّرَ فيها وفهمها بطريقة تغضبه هو من الزوج الآخر، وتجعله يستجيب بردود أفعال تزعج الزوج الآخر. وهكذا يصبح التوافق الزوجي سيئاً بسبب سوء ظن كل من الزوجين بالزوج الآخر، وليس بسبب ما يحدث بينهما من خلافات.

وتصبح النصيحة الواجبة للزوجين هي " لا يسمي أحدكما ولا يصبح إلا وهو يحسن الظن بالزوج الآخر " فحسن الظن مفتاح السعادة في الحياة الزوجية، وسوء الظن مفتاح الشقاء فيها. وصدق رسول الله ﷺ إذ يقول : إياكم والظن فإن الظن أكذب الحديث " (متفق عليه).

### 3- ضبط كل من الزوجين انفعالاته وردود أفعاله في التوافق الزوجي :

مع أن ردود أفعال الزوجين في التوافق الزوجي ناتجة عن تفاعلها معاً، فإنها - أي ردود الأفعال - تؤثر على التفاعل الزوجي وتجعله تفاعلاً إيجابياً أو سلبياً، أو تحوله من تفاعل إيجابي إلى سلبي، أو من سلبي إلى إيجابي، أو تجعل التفاعل الإيجابي أكثر إيجابية والتفاعل السلبي أكثر سلبية.

فعندما يستجيب كل من الزوجين في مواقف الفرح والسرور (تفاعل إيجابي) بردود أفعال مناسبة ترضى الزوج الآخر، يستمر التفاعل الإيجابي بينهما، ويزداد فرحهما وسرورهما في الموقف. أما إذا استجاب أحدهما أو كلاهما بردود أفعال غير مناسبة للفرح وتغضب الزوج الآخر، فقد يتحول التفاعل الزوجي بينهما من تفاعل إيجابي إلى تفاعل سلبي، والمثال الآتي يبين كيف يتحول التفاعل الزوجي من تفاعل زوجي إيجابي إلى تفاعل سلبي، بسبب ردود أفعال كل من الزوجين في الموقف .

فقد فرح الزوجان بالمولود الجديد، ودار بينهما الحوار الآتي :

الزوج فرحاً: مبروك السلامة يا حبيتي.

الزوجة فرحة: بارك الله فيك، وجعله قرّة عين لي ولك.

الزوج: طفل جميل مثل أمه.

الزوجة: أشكرك يا حبيبي ... جمال بعد خمس مرات ولادة!

الزوج: ستظلين جميلة طول عمرك.

الزوجة: أشكرك يا حبيبي ... يعني لن تفكر في الزواج من امرأة أخرى.

التحول من التفاعل الإيجابي إلى التفاعل السلبي

الزوج: إذا لم يكن المولود ولدًا تزوجت عليك ...

الزوجة: أدري يا حبيبي ... خاب ظنك والحمد لله .

الزوج: لا .. أستطيع الزواج ثانية، ولا شيء يمنعني .. لكن.

الزوجة: لكن ماذا؟ تزوج وأنا أذبحك وأذبحها.

الزوج: أنا أمزح معك .

الزوجة: لكني لا أمزح، إذا تزوجت أذبحك وأذبحها.

الزوج: (غضب من حدة نبرات صوت الزوجة) لا تستطيعين ذبح دجاجة.

الزوجة: (استمرت في تحديها) تزوج وسوف تري بنفسك. أنا أعرف من يدفعك

إلى هذا؟ .

الزوج: لا زلت تفكرين في أمي بهذه الطريقة ... حرام عليك.

الزوجة: لا ... ليس حرامًا ... هي لا تحبني ... وأنت ابن أهلك .

الزوج: (زاد غضبه من الزوجة) كُفِّ عن هذا التفكير الظالم.

الزوجة: (باكية) ربنا ينتقم من الظالم.

الزوج: أنت سيئة الظن ... ربنا ينتقم منك .

ودخلت الممرضة ووجدت الزوجة تبكي والزوج يعنفها، ثم ترك المستشفى

غاضبًا وهكذا تحول التفاعل الإيجابي إلى سلبي والتوافق الحسن إلى سيئ.

أما في مواقف الزعل والغضب (التفاعل السلبي) فإن ردود أفعال الزوجين في الموقف تجعل توافقهما الزوجي حسنًا أو سيئًا، أو تجعله أكثر سوءًا واضطرابًا. فعندما يتفاعل الزوج مع الزوج الآخر تفاعلًا سلبيًا، ويستجيب هو بردود أفعال غاضبة تستثير غضب الزوج الآخر، الذي يستجيب له بردود أفعال أشد غضبًا، تثير غضب الطرف الآخر، الذي يستجيب بردود أفعال أشد منها غضبًا. وهكذا يتطور التفاعل الزوجي السلبي من مشكلة بسيطة إلى مشكلة كبيرة، بسبب ردود الأفعال الغاضبة التي تُؤجج نار الغضب في التفاعل السلبي، والذي ينتهي عادة بعواقب وخيمة.

والقصة التالية تبين دور ردود الأفعال الغاضبة في زيادة التفاعل الزوجي السلبي. فقد عاد الزوج إلى البيت ولم يجد زوجته، فغضب (تفاعل سلبي). وعندما عادت سألها بغضب وسخرية: أين كنت يا هانم؟. غضبت الزوجة من غضبه، واستهزأته بها (تفاعل سلبي) وأجابت بحدة: اسمع لا تكلمني بهذه الطريقة.

قال: أسألك يا محترمة (باستهزاء) أنا زوجك، ومن حقي أن أسألك، وأعرف أين كنت حتى هذه الساعة - الزوجة المحترمة لا تترك بيتها بدون إذن زوجها.

قالت: اسأل بأدب، أنا لست جارية عندك.

قال: أنت التي تعلميني الأدب يا قليلة ....

قالت: أنا لست قليلة ..... لكن الذي يقول عني هو قليل .....

ثم أدارت له ظهرها وتركته، ولم تخبره أين كانت، فاستشاط غيظًا ولحق بها وصفعها على وجهها، وسبها وسبته، وجرت من أمامه، وجاءت بعصا وضربته وضربها، وارتفع الصراخ والنحيب في البيت، وتجمع الأهل والجيران، وحملوها إلى المستشفى لعلاج ما بهما من إصابات.

وهكذا زاد التفاعل السلبي بين الزوجين، وتحول من سيئ إلى أسوأ بسبب ردود أفعالها الغاضبة، التي أسهمت في زيادة التفاعل السلبي، والذي ظهر بدوره في

زيادة العنف في ردود أفعالهما، التي بدأت بالسخرية والغضب ثم السب والإهانة، إلى الضرب والأذى البدني، وانتهت بالإصابات، ولو تحمّل أحدهما غضب الزوج الآخر، ولم يقابل غضبه بغضب، ما تطور التفاعل السلبي إلى هذا الحد.

أما عندما يتفاعل الزوج مع الزوج الآخر تفاعلاً سلبياً، ثم يكظم هو غيظه، ويسيطر على غضبه، فإن ردود أفعاله تخفف من غضب الزوج الآخر، ولا تنمي التفاعل السلبي وقد توقفه، والأفضل من كظم الغيظ والعفو الإحسان إلى الزوج الآخر، ومقابلة السيئة منه بالحسنة، التي قد تنمي التفاعل الإيجابي، وتحول التوافق الزوجي من التوافق السيئ إلى التوافق الحسن.

والطريف في القصة التي أشرنا إليها آنفاً أن الزوجين تصالحا في المستشفى، وتسامح كل منهما مع الزوج الآخر، واجتهد في ترضيته. ولو حدث هذا من البداية ما حدث ما حدث من ضرب وسب وإصابات ومستشفى.

وتصبح النصيحة الواجبة عندما يحدث التفاعل الزوجي السلبي أن يعمل كل من الزوجين على تحويل هذا التفاعل من السلبي إلى الإيجابي وذلك باتباع الآتي :

أولاً: لا يَغْضَبُ أي من الزوجين من الزوج الآخر، وإذا غضب منه لا يتجاوب مع الغضب، ولا يستمر فيه لمدة طويلة، وعليه أن يوقف هذا الغضب ولا يغذيه. فالغضب يزداد في الموقف عندما ينفع الزوج بالغضب، ويفكر بطريقة تستثيره في نفسه. فهو الذي يشحن نفسه بالغضب من الزوج الآخر.

ثانياً: تحمل غضب الزوج الآخر في مواقف الخلاف والغضب وعدم مقابلة غضبه بغضب مثله، والاجتهاد في وقف الغضب المتبادل وعدم الإسهام في زيادة غضب الزوج الآخر.

ثالثاً: مجاهدة النفس بالإحسان إلى الزوج الآخر في مواقف الخلاف والغضب. ومقابلة السيئة منه بالحسنة لتنمية التفاعل الإيجابي، وجعل ردود أفعاله جيدة وتوافقه الزوجي حسناً.

وقد حث الاسلام على اتباع هذه النصيحة لوقف التفاعل الاجتماعي السلبي

بين الناس، ومن باب أولى وقف التفاعل الزوجي السلبي، حيث يقول تعالى: ﴿وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ [آل عمران: 134] ﴿وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ﴾ [الشورى: ٤٣]. فالإسلام يطلب من الزوجين أن يصفح كل منهما عن إساءة الزوج الآخر في حقه، أو على الأقل يكظم غيظه إذا انفعَلَ بالإساءة وغضب منها (تفاعل زوجي سلبي)، ففي كظم الغيظ وقف لردود الأفعال الغاضبة وتهدئة للزوج الآخر.

وحدث رسول الله ﷺ كلا من الزوجين على تحمل الزوج الآخر في مواقف التفاعل الزوجي السلبي، ودعاها إلى أن تكون ردود أفعالها جيدة، تُرضى الزوج الآخر، ولا تستثير غضبه. فقال للزوج " لا يفرك مؤمن مؤمنة إن كره منها خلقاً أحب منها آخر " (رواه أحمد ومسلم). فالزوج المؤمن لا يبغض ولا يكره زوجته في مواقف الخلاف والغضب، لأنه يتحمل عيوبها في مقابل محاسنها، فإن أحبها أكرمها (في التفاعل الإيجابي) وإن كرهها لم يظلمها (في التفاعل السلبي).

ويقول عليه الصلاة والسلام للزوجة التي غضب عليها زوجها " فإن كان هو - أي الزوج - أظلم فلتأته حتى ترضيه، فإن قبل منها فبها ونعمت، وقبل الله عذرها وأفلج حجبها ولا إثم عليها، وإن هو لم يرض فقد أبلغت عند الله عذرها " (رواه الحاكم). وفي حديث آخر يقول عليه الصلاة والسلام عن المرأة الصالحة " كل ودود ولود إذا غضب زوجها قالت هذه يدي في يدك، لا أكتحل بغمض حتى ترضى " (رواه الطبري).

وفي الحديثين الشريفين دعوة للزوجة المسلمة أن تتحمل غضب زوجها في التفاعل السلبي، ولا تبادله الغضب بغضب، وتستجيب له بردود أفعال تخفف من غضبه، وتشجعه على التفاعل الزوجي الإيجابي والتوافق معها توافقاً حسناً، فتسعد به ويسعد بها، وتسعد برضا الله عنها في الدنيا والآخرة.

وكان أبو الدرداء رضي الله عنه من صحابة رسول الله ﷺ يقول لزوجته " إذا رأيتني غضبت فرضني، وإذا رأيتك غضبي رضيتك وإلا لم نصطحب ". فمن الضروري أن يبادر أحد الزوجين إلى وقف التفاعل السلبي، بتغيير ردود أفعاله

الغاضبة نحو الزوج الآخر، إما بكظم الغيظ منه، أو بالعفو عنه، أو بالإحسان إليه حتى يرضيه، ويشجعه على وقف التفاعل السلبي، والتحول إلى التفاعل الإيجابي.

والزوج الذي يبدأ بالصلح خير من الزوج الآخر. فقد قال رسول الله ﷺ " لا يحل لرجل أن يهجر أخاه فوق ثلاث ليالٍ. يلتقيان فيعرض هذا ويعرض هذا، وخيرهما الذي يبدأ بالسلام " (رواه البخاري) وفي لفظ الإمام مسلم " لا يحل لمسلم أن يهجر أخاه المسلم ". ومن باب أولى لا يحل لزوج أن يهجر الزوج الآخر، فوق ثلاث ليال، وخيرهما من بدأ بالسلام، وتحول من التفاعل السلبي إلى التفاعل الإيجابي، ومن ردود الأفعال الغاضبة إلى ردود الأفعال المهدئة والمريحة.

#### 4- نضج شخصية كل من الزوجين :

لكل زوج شخصيته التي تميزه عن غيره ، بها فيها من سمات ومعتقدات وميول واتجاهات وقيم ودوافع وانفعالات، وهي - أي الشخصية - إما أن تكون ناضجة متزنة أو غير ناضجة وغير متزنة انفعاليًا، أو تكون بين هذه وتلك. وتؤثر شخصية كل من الزوجين على تفاعلها معًا، وعلى ردود أفعالها في مواقف الحياة الزوجية. فالزوج الناضج في الشخصية يتفاعل مع الزوج الآخر تفاعلًا إيجابيًا، ويتوافق معه توافقًا حسنًا في مواقف كثيرة، لأنه يثق بنفسه، ويحسن الظن بها، مما يجعله يثق في الزوج الآخر، ويحسن الظن به (مرسي، 2003) ويضبط نفسه عند الغضب، ويسيطر على انفعالاته، ويتسامح مع أخطاء الزوج الآخر، ويتعامل مع مواقف الحياة الزوجية بموضوعية وواقعية، ويترَوّى في اتخاذ قراراته، ويتحمل مسؤولية أفعاله، فتكون ردود أفعاله مناسبة نفسيًا واجتماعيًا إذا تفاعل مع الزوج الآخر تفاعلًا إيجابيًا أو سلبيًا، ويتوافق توافقًا حسنًا في كل الأحوال، لأنه يقابل الإحسان بإحسان مثله، أو أفضل منه، ويتحمل إساءة الزوج الآخر، ويقابل السيئة بالحسنة.

فالزوج ناضج الشخصية حسن الخلق مع الزوج الآخر، يقوم بواجباته الزوجية معه، ولا يقصر فيها، ويتحمل إساءة الزوج الآخر ويتسامح مع أخطائه، ويشجعه على التفاعل الزوجي الإيجابي، لأن الزوج ناضج الشخصية يحرص على الكلام الطيب، والتعبيرات المهدبة، والحركات الرشيقة، والمظهر الجميل، والروائح الذكية،

مما يجعل تفاعله الزوجي إيجابياً، وتوافقه الزوجي حسناً في مواقف السراء والضراء في الحياة الزوجية (Bienvenu, 1986).

أما الزوج غير الناضج في الشخصية فيتفاعل مع الزوج الآخر تفاعلاً سلبياً، ويتوافق معه توافقاً سيئاً في مواقف كثيرة، بسبب خلل في شخصيته وتفكيره وانفعالاته. ويعمل هذا الخلل من ناحية كمثير ذاتي يشحن الزوج غير الناضج بالغضب من الزوج الآخر لأسباب بسيطة، ويعمل من ناحية أخرى كمنشط لردود أفعاله الغاضبة التي تثير غضب الزوج الآخر منه.

والخلل في الشخصية هو الذي يجعل التفاعل الزوجي السلبي شديداً، وردود الأفعال الغاضبة عنيفة في مواقف الخلافات الزوجية، فكل زوج غير ناضج في الشخصية يشحن نفسه بالغضب، ويستثير غضب الزوج الآخر بردود أفعاله، ولا يسيطر على انفعالاته في الغضب، ولا يتحمل غضب الزوج الآخر، فيتحول التفاعل الزوجي السلبي إلى صراع، وتتحول ردود الأفعال الغاضبة إلى الانتقام والتحطيم، وتصبح الأسرة حلقة قتال يستخدم فيها كل زوج جميع أسلحته ضد الزوج الآخر، ويحدث العنف الأسري بسبب الخلل في شخصية كل من الزوجين، وليس بسبب الخلافات بينهما. فالزوج الذي يضرب الزوج الآخر أو يؤذيه غير ناضج، وفيه خلل ما في الشخصية، ويسهم بدور كبير في تطوير التفاعل الزوجي السلبي إلى عنف مع الزوج الآخر، وقد تؤدي ردود الأفعال الغاضبة المتبادلة بين الزوجين غير الناضجين إلى الطلاق لأسباب بسيطة.

نماذج من ردود أفعال الأزواج غير الناضجين: وإذا كانت ردود أفعال الأزواج الناضجين في الشخصية متشابهة في تفاعلهم مع الزوج الآخر: الإيجابي أو السلبي، فإن ردود أفعال الأزواج غير الناضجين مختلفة وفق الخلل البارز في شخصية كل منهم.

فالزوج الذي يشعر بالنقص أو لا يشعر بالثقة في نفسه يتفاعل تفاعلاً سلبياً مع الزوج الآخر، لأن عدم ثقته في نفسه تجعله لا يثق في الزوج الآخر، ويسبب الظن به ولا تعجبه تصرفاته، ويكثر من انتقاده، والتدمير منه، والسخط على أفعاله، وكأنه -

أي الزوج الذي يشعر بالنقص - يسقط ما في داخله من مشاعر نقص على الزوج الآخر، ويحاربها فيه، وقد ينشز عليه، ويتعالى عليه، وينفر منه.

لذا فإن معظم مشكلات هذا الزوج في الزواج تدور حول الشك والريبة والاتهامات، وقد يتجسس على الزوج الآخر، وتنقلب الحياة الزوجية إلى جحيم بسبب سوء ظنه وريبته في غير ريبة.

**والزوج سريع الغضب المندفع** يتفاعل تفاعلاً سلبياً مع الزوج الآخر بسبب اندفاعيته، التي تجعله يفعل بما يشاهده أو يسمعه من الزوج الآخر، قبل أن يدرك معناه، ويغضب منه قبل أن يفهم مغزى ما حدث منه، ويرد عليه دون تفكير وروية في عواقب ردود أفعاله، التي قد تؤذيه هو وتؤذي الزوج الآخر. وفي كتب التراث قصة طريفة لهذا الصنف من الأزواج، ففي عصر الإمام مالك رضى الله عنه في المدينة المنورة استفزت امرأة زوجها ثم أعطته ظهرها، وصعدت السلم، فاستشاط غضباً وصرخ فيها قائلاً : أنت طالق إن سعدت. وأنت طالق إن نزلت - وأنت طالق إن وقفت، فرمت المرأة نفسها على الأرض، فأسرع الرجل إليها ملهوفاً، وقال لها: فداك أبي وأمي ... إن مات مالك احتاجك أهل المدينة في أحكامهم الشرعية. (عبد الستار، 1421هـ: 303) فقد كان رد فعل الزوج الغاضب مندفعاً غير عابئ بطلاق زوجته، رغم أنه لا يريد طلاقها، مما جعله يفرح بذلكاء زوجته وحسن تصرفها في الموقف، إذ لم تعمل ما يوقع الطلاق.

**أما الزوج المتسلط الذي يتحكم في الزوج الآخر، ويتسلط عليه، فإنه يغضب منه** ويتفاعل معه تفاعلاً سلبياً، إذا عصى له أمراً، أو تصرف دون إذنه، أو راجعه في توجيهه، أو تأخر في تلبية دعوة، أو رفض طلباً، أو أبدى رأياً، أو ناقش موضوعاً. ومعظم مشكلات هذا الزوج في الزواج تدور حول الرئاسة والقوامة والسيطرة والأوامر في الأسرة، فهو صاحب الأمر والنهي وعلى الزوج الآخر السمع والطاعة دون مناقشة أو اعتراض.

**ويغضب الزوج البخيل الشحيح المقتر من الزوج الآخر** ويتفاعل معه تفاعلاً سلبياً إذا طلب منه فلساً أو اشترى شيئاً، أو كسر صحناً أو استهلك ماء، أو عطل

جهازًا، أو أتلف أداة وغيرها من الأمور التي تكلف مالا. فمشكلات هذا الزوج مع الزوج الآخر تدور حول الأمور المالية والبيع والشراء والاستهلاك في الأسرة فمبدأه في الحياة "عض قلبي ولا تعض رغيفي".

أما الزوج المدمن فإنه يغضب من الزوج الآخر ويتفاعل معه تفاعلاً سلبياً إذا تدخل في إدمانه، أو منعه من الإدمان، أو أفسد عليه الإدمان، أو لم يساعده في شراء مادة الإدمان، أو لم يشاركه في الإدمان. فمشكلات الزوج المدمن مع الزوج الآخر تدور حول الإدمان وما ينتج عنه من تصرفات مدمرة للحياة الزوجية.

ولا نقصد بالإدمان تعاطي المخدرات والكحوليات فقط بل كل شئ يسيطر على أحد الزوجين، ويشغله عن مسؤوليات الزواج والأسرة، ويشمل إدمان أحد الزوجين على مشاهدة الأفلام الخليعة والإنترنت ولعب الورق والسهر خارج البيت وغير ذلك من حالات الإدمان، التي تفسد العلاقات الأسرية لا سيما العلاقة الزوجية.

أما الزوج الطفل فهو وإن كان راشداً جسمياً، فإن تصرفاته مثل تصرفات الأطفال في الأسرة، اتكالي لا يتحمل مسؤولية، ويعتمد على الزوج الآخر في كل شيء، يغضب منه إذا لم يعطه ما يريد، ويعنفه إذا رفض له طلباً. ويسب ويلعن، ويضرب الأبواب في الدخول والخروج، ويكسر الأشياء التي في طريقه، ولا يسكت غضبه إلا إذا خضع الزوج الآخر ولبي له طلباته.

والزوج الطفل أناني، متركز حول ذاته سريع الانفعال، يجعل نفسه محور اهتمام الأسرة وطفلها المدلل، ويقوم تفاعله مع الزوج الآخر على أن يأخذ هو والآخر يعطي، ويطلب هو والآخر يستجيب، ويحصل هو ويعمل الآخر، ويترك هو مسؤوليات الأسرة ويتحملها الآخر، ويثير هو المشكلات ويحلها الآخر.

ويفرح الزوج الطفل ويرضى ويتفاعل تفاعلاً زواجياً إيجابياً إذا كان الزوج الآخر يعطي ولا يأخذ، ويستجيب ولا يطلب، ويعمل ولا يحصل على شيء، ويحل له المشكلات، ويتحمل عنه المسؤوليات في الأسرة. أما إذا اعترض الزوج الآخر على زوجه الطفل، وقاوم أنانيته، أو حرمه من التدليل، أو وضعه أمام مسؤولياته في

الأسرة، أو طالبه بالعطاء فإنه يغضب ويثور، ويختلق المشكلات ويهجره، وقد يعاند ويعمل ما يؤدي نفسه أو يؤدي الزوج الآخر إذا لم يحاول الزوج الآخر استرضاءه.

فالحياة الزوجية بالنسبة لهذا الزوج عطاء من الزوج الآخر دون مقابل منه، وخضوع من الزوج الآخر وتسلط منه. وهو لا يفهم ولا يريد أن يفهم أن الحياة الزوجية أخذ وعطاء، وتضحية متبادلة بين الزوجين، وتحمل مسؤوليات. وقصص الأزواج الأطفال كثيرة ومتنوعة في مراكز الإرشاد الزواجي، فهذه زينب (معلمة 24 سنة) تقول " زوجي غضوب إذا رضى يوماً غضب أياماً، ولا يرضى إلا إذا اعتذرت له مرات ومرات، وتذلل له بالساعات. ويغضب كثيراً إذا تأخرت في تلبية طلبه أو إذا راجعته في الأمر. إنه يريد أن يحصل على كل شيء ولا يعطي شيئاً.

وهذه أم تركي (موظفة 42 سنة) تقول أنا موظفة وأم لخمسة أطفال، وأتحمل مسؤولية كل شيء في البيت، وزوجي يعتمد على راتبي في تلبية حاجاته الشخصية، رغم أن راتبه ضعف راتبي، لكنه لا يصرف منه شيئاً، ويطلب مني ثمن الدخان وبنزين السيارة، ويثور ويكسر الأشياء إذا لم أدفع له، ويغضب إذا طلبت منه أن يشتري شيئاً للأولاد.

وهذه أم راشد (موظفة 32 سنة) تقول " اتفقت مع زوجي من البداية على التعاون معاً في كل شيء، لكن عندما يحدث بيننا خلاف يترك البيت لعدة شهور، ويتخلى عن كل مسؤولياته في الإنفاق على الأسرة والأبناء، وعندما أرسل إليه وأسترضيه ويعود إلى البيت، يرفض الإسهام معي في مصروف البيت، ويقول " ما عندي فلوس إتصرفي أنت، فقد صرفت كل راتبي " وهكذا حاله في كل مرة يغضب ويترك البيت.

وهذه أم وائل (ربة بيت 40 سنة) تقول " أسكن مع زوجي في بلد بعيد عن أهلي، وكلما حدث خلاف بيننا يضربني، وأحياناً يطردني أنا والأطفال الخمسة من البيت، ونجلس بالساعات أمام البيت نسترضيه، ولا يعبأ بكائي ولا بكاء الأطفال وقد يقذف لنا ملابسنا وأدواتنا من النافذة، وقد نقضي اليوم والليل عند الباب أو عند الجيران حتى يرضى.

## 5- العلاقة الزوجية الحميمة:

فالزوجان المتحابان يرتبطان معًا بروابط المودة والمحبة والرحمة، ويحسان الظن ببعضهما، ويتوقع كل منهما الخير من الزوج الآخر، ولا يتوقع منه الشر لأنه يحبه، وينتبه لمحاسنه أكثر مما ينتبه لعيوبه، ويتفاعل معه تفاعلاً إيجابياً في مواقف كثيرة، ويفهم سلوكياته، ويفسر لها تفسيرات تشرح صدره هو، ويستجيب لها بردود أفعال ترضي الزوج الآخر، وتشرح صدره أيضاً (Davidson & Moore, 1992).

وإذا غضب الزوج المحب من الزوج المحبوب وتفاعل معه تفاعلاً سلبياً لا يتماهى المحب في الغضب، ويسعى إلى الصلح مع الزوج المحبوب، ويتحول من التفاعل السلبي إلى التفاعل الإيجابي بسرعة، لأنه يسامحه ويتحمل أخطائه. أما إذا غضب المحبوب من المحب وتفاعل معه تفاعلاً سلبياً، فإن الزوج المحب يتحمل غضب الزوج المحبوب، ويصبر عليه، ويسترضيه بكل الطرق، ولا يقابل غضبه بغضب، ويرد على السيئة منه بالحسنة. فالعلاقة الزوجية القوية التي تقوم على الحب المتبادل تجعل التوافق الزوجي حسناً، سواء كان التفاعل بين الزوجين إيجابياً أو سلبياً، لأن كل منهما يحرص على ترضية الزوج الآخر، ويتعامل معه بسلوكيات تفرحه في التفاعل الإيجابي، ولا تغضبه في التفاعل السلبي. (Bienvenu, 1986).

أما عندما تكون العلاقة الزوجية ضعيفة، ويخلو الزواج من المودة والمحبة والرحمة، فإن الزوج لا ينتبه إلى محاسن الزوج الآخر، ويسئ الظن به، ويتوقع منه الشر ولا يتوقع الخير، ويتفاعل معه تفاعلاً سلبياً في مواقف كثيرة، ويستجيب له بردود أفعال تثير غضبه، وتدفعه إلى التفاعل الزوجي السلبي، وتجعل توافقه الزوجي سيئاً.

وإذا كانت ردود أفعال الزوج غير المحبوب جيدة مع الزوج غير المحب فإنه - أي غير المحب - لا يرضى بها، ويتشكك فيها، ويستخف بها، ويستجيب بردود أفعال لا تشجع الزوج غير المحبوب على التفاعل الإيجابي معه، ويصبح توافقه الزوجي معاً سيئاً. لأن كل منهما يغضب بسرعة من الزوج الآخر، ولا يتحمل

غضبه في مواقف كثيرة.

والتأثير متبادل بين العلاقة الزوجية والتوافق الزوجي؛ فكما تجعل العلاقة الزوجية القوية- التوافق الزوجي حسناً فإن توافق الزوجين معاً توافقاً حسناً يسهم في تنمية العلاقة الزوجية ويقويها. فالزوجان اللذان يتفاعلان معاً تفاعلاً إيجابياً أو سلبياً ويستجيب كل منهما للزوج الآخر بردود أفعال مقبولة (توافق زواجي حسن)، فإن العلاقة الزوجية تنمو بينهما وتقوى. أما الزوجان اللذان يتفاعلان معاً تفاعلاً إيجابياً أو سلبياً ويستجيب كل منهما بردود أفعال غير مقبولة من الزوج الآخر (توافق زواجي سيئ)، فإنهما ينفران من بعضهما، وتضعف العلاقة الزوجية بينهما.

ونخلص من مناقشة التأثير المتبادل بين العلاقة الزوجية والتوافق الزوجي إلى أن تنمية التوافق الزوجي الحسن يتطلب أن يحب كل من الزوجين الزوج الآخر، حتى يكون قادراً على التعامل معه بمودة ورحمة، وعلى تحمل غضبه، ومقابلة السيئة منه بالحسنة. في حين تتطلب تنمية العلاقة الزوجية أن يتعامل كل من الزوجين مع الزوج الآخر معاملة حسنة، وأن تكون ردود أفعاله في التفاعل الزوجي الإيجابي والسلبى مقبولة تفرح الزوج الآخر ولا تثير غضبه.

وتصبح النصيحة الواجبة لجعل التوافق الزوجي حسناً أن يحب كل من الزوجين الزوج الآخر، فإن لم يكن يحبه فعليه أن يحب نفسه فيه وسوف ينمو الحب بينهما بشيء من الجهد والصبر، فالحب ينمو بالتحبب، وتشجيع النفس عليه. فقد قال رسول الله ﷺ "الحلم بالتحلم كما أن العلم بالتعلم" كذلك الحب بالتحبب، حيث ينمو الحب بين الزوجين، وتقوى العلاقة الزوجية بينهما، إذا أحب كل منهما الزوج الآخر، أو عمل ما يحبه فيه ويقربه منه.

## 6- التواصل الجيد بين الزوجين:

يقصد بالتواصل الزوجي Marital Communication لغة التفاهم التي تنقل أفكار كل من الزوجين ومشاعره ورغباته وهمومه إلى الزوج الآخر، وتشمل الكلام والتعبيرات والحركات التي يتم بها التوافق الزوجي، وتجعله توافقاً حسناً أو سيئاً.

فالتواصل الزوجي الجيد يجعل التفاعل بين الزوجين إيجابياً، والتوافق بينهما حسناً، أما التواصل الزوجي الرديء فيجعل التفاعل سلبياً والتوافق سيئاً (Davideon & Moore, 1992) (عمر، 1988).

ويتأثر التواصل الزوجي بالعلاقة الزوجية ويؤثر فيها، فالتواصل الزوجي الجيد يجعل العلاقة الزوجية قوية، والعلاقة الزوجية القوية تشجع الزوجين على التواصل الجيد. أما التواصل الزوجي الرديء فيجعل العلاقة الزوجية ضعيفة، والعلاقة الزوجية الضعيفة لا تشجع بدورها على التواصل الجيد، وقد تدفع إلى التواصل الرديء الذي يجعل التوافق الزوجي سيئاً.

ويتطلب التواصل الزوجي الجيد Good marital communication أن يكون أحد الزوجين متكلماً جيد التعبير Good expressing، والزوج الآخر مستمعاً جيد الإنصات Good listening. فكلما كان الزوجان ماهرين في التعبير والإنصات في تعاملهما معاً، كان التواصل الزوجي جيداً.

وينقسم التواصل الزوجي إلى قسمين أو إلى أسلوبيين رئيسيين (مرسى، 2003) هما:

أ- التواصل العقلي : ويقصد به لغة التفاهم بين الزوجين حول أمور الأسرة ومطالب الحياة اليومية، وهموم العمل والأبناء، وتبادل الآراء والخبرات والاهتمامات والطموحات، وغيرها من الأمور التي يرغب كل زوج أن يشارك الزوج الآخر فيها أو في توصيلها إليها.

ويحدث التواصل العقلي Mental Communication بين الزوجين بالكلام والحركات والتعبيرات العادية في وجودهما معاً أو في وجود الآخرين معها. فالتواصل العقلي تواصل عادي في الأسرة، ليس فيه خصوصيات العلاقة الزوجية وأسرارها، ومع هذا يؤثر تأثيراً كبيراً في التوافق الزوجي، فعندما يكون التواصل العقلي جيداً، ويتحدث كل من الزوجين مع الزوج الآخر بكلام طيب، وينصت إليه ويفهم رسالته، فإنه يشجعه على التفاعل الإيجابي، والاستجابة له بردود أفعال مرضية، وتجعل توافقه الزوجي حسناً.

أما عندما يكون التواصل العقلي رديئاً فإن التوافق الزوجي يسوء، وتضطرب الحياة الأسرية، لا سيما العلاقة الزوجية، ففي الأسر التي يختل الكلام فيها بين الزوجين ويقل الحوار وينعدم النقاش، أو يكثر بينهما الكلام غير المهدب أو يكون أحد الزوجين سليط اللسان بذيء الألفاظ، أو يكون أنانياً أو حناناً أو ثثاراً أو مناناً، فإن عمليات التوافق الزوجي تختل باختلال التواصل العقلي، ويغدو التفاعل الزوجي سلبياً وردود الأفعال سيئة غير مقبولة، ويصبح التوافق الزوجي سيئاً.

ب- التواصل العاطفي : ويقصد به تواصل الزوجين بكلام الحب والشوق وحركات المداعبة والملاعبة، وتعبيرات الغزل والإعجاب، فيسكن كل منهم إلى الزوج الآخر، ويشعر بمودته وحنانه، وتستقر عواطفه إلى الجنس الآخر، ويتحقق في الزواج قوله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ﴾ [الروم].

والتواصل العاطفي Affective Communication من خصوصيات العلاقة الزوجية، ولا يحدث بين الرجل والمرأة إلا بالزواج، لا سيما في المجتمعات الإسلامية التي تشجع كلا من الزوجين على التواصل العاطفي مع الزوج الآخر بكلام الحب والغزل والملاعبة والمداعبة، وتحرم عليهما ذلك مع غير الزوج الآخر. فقد قال رسول الله ﷺ " كل شيء يلهو به الرجل المسلم باطل إلا رمية بقوسه، وتأديبه فرسه، وملاعبته إمرأته، فإنهن من الحق " (رواه الترمذي). وقال عليه الصلاة والسلام لجابر بن عبد الله رضي الله عنه عندما علم برغبته في الزواج، " هلا بكراً تلاعبها وتلاعبك تضاحكها وتضاحك " (رواه البخاري) وفي رواية أخرى "تعصها وتعصك " .

ولا يقتصر التواصل العاطفي بين الزوجين على كلام الحب والمداعبة والملاعبة بل يشمل تعبيرات الوجه والتقاء العيون وحركات الجسد، والزينة والروائح الجميلة. فقد يقرأ الزوج في نظرات زوجته وزينتها ورائحتها رسالة حب وشوق، وقد تقرأ الزوجة الرسالة نفسها في حركات زوجها وزينته ورائحته، ولمسه لها

بعطف وحنان.

والتواصل العاطفي لا يقل أهمية عن التواصل العقلي في التوافق الزوجي إن لم يكن أكثر منه أهمية، لأن كلا من الزوجين لا يستطيع أن يشبع الكثير من حاجاته الجسمية والنفسية والاجتماعية والروحية إلا من خلال التواصل العاطفي مع الزوج الآخر، فإذا اختل هذا التواصل حُرِم كل منهما من إشباع هذه الحاجات، وانعدمت المودة والرحمة في الحياة الزوجية، وأصبحت حياة بلا روح، يحيط بها الموت من كل جانب (Bienvenu, 1986).

### شروط التواصل الجيد

ويقوم التواصل الجيد بين الزوجين سواء كان تواصلاً عقلياً أو عاطفياً على توافر الشروط الثلاثة الآتية :

#### أ- وجود الأنشطة المشتركة بين الزوجين :

فاشترك الزوجين معاً في أنشطة منزلية واجتماعية وثقافية وترويحية وغيرها يجعل كلا منهما يمضي أوقاتاً طيبة ، يتواصل ويتفاعل فيها مع الزوج الآخر، فيشعر بتعاطفه معه، ومسايرته له، واهتمامه به، وجهوده في رعايته وحمايته، فتقوى العلاقة الزوجية بينهما، ويتوافق كل منهما مع الحياة الأسرية توافقاً حسناً لا سيما في مجال الزواج.

أما إذا انعدمت الأنشطة المشتركة بين الزوجين، وانشغل كل منهما عن الزوج الآخر في العمل أو الدراسة أو الأصدقاء فإن التواصل الزوجي بينهما يقل، وتضعف العلاقة الزوجية ، ويشعر الزوج المحروم من التواصل مع الزوج الآخر بالإحباط في الحياة الزوجية، لأنه لا يجد الزوج الذي يسكن إليه، ويشاركه همومه وطموحاته، ويشبع له حاجاته في الأُنس بالزوج الآخر (مرسى، 2003).

ويخطئ بعض الأزواج عندما يعطون وقتهم كله للعمل أو الدراسة، ويهملون الأنشطة الأسرية مع الزوجة، ولا يتواصلون معها عقلياً وعاطفياً بالقدر المناسب، ويجرمونها من إشباع حاجاتها، ويجورون على حقها في الأُنس بزوجها، وفي ذلك

ظلم كبير نهي الإسلام عنه، حتى لو كان الانشغال بأمور العبادة. فعندما وجد سلمان الفارسي أبا الدرداء رضى الله عنهما مشغولاً بالعبادة عن زوجته، فهو صائم بالنهار وقائم بالليل، نهى سلمان وقال له "إن لربك عليك حقاً، وإن لنفسك عليك حقاً، وإن لأهلك عليك حقاً، فأعط كل ذي حق حقه " وأيد رسول الله عليه الصلاة والسلام مقولة سلمان لأبي الدرداء وقال " صدق سلمان " (رواه البخاري). فالمسلم مطالب بتحقيق التوازن بين نشاطه في عمله ودراسته وعبادته ومع أهله ونفسه، وعليه أن يجعل من وقته للأنشطة المشتركة مع زوجته، حتى يأنس بها وتأنس به، وتستقر حياتهما الزوجية والأسرية.

### ب- الالتزام بآداب الحديث في الحوار والتواصل العقلي :

فَيَحَدِّثُ كل من الزوجين الزوج الآخر بالكلام الطيب الذي يرضيه، وبالطريقة التي تشرح صدره، لكي يكون التواصل الزوجي تواصلاً جيداً، والتفاعل تفاعلاً إيجابياً، والتوافق بينهما توافقاً حسناً، فيسكن كل منهما للزوج الآخر، ويأنس به. فالتواصل العقلي الجيد أحد مفاتيح السعادة في الحياة الزوجية ( Bienvenu, 1986)، ويقوم على الآتي :

**1- مهارة التعبير expressing skill :** التي تجعل كلا من الزوجين جيداً في التعبير عما يريد أن يقوله للزوج الآخر، وأن يكلمه في الوقت وبالقدر والكلام المناسب، فلكل مقام مقال.

**2- مهارة الإنصات Listening skill :** التي تجعل كلا من الزوجين جيداً في الإنصات للزوج الآخر، حتى يستمع لما يقوله، ويفهم مضمون رسالته : الصريح وغير الصريح قبل الانفعال بها، والرد عليها. فإذا تحدث أحد الزوجين وأنصت الزوج الآخر باهتمام واحترام، وشجعه على التعبير عن رأيه، ولم يقاطعه في الكلام انتقلت الرسالة من المرسل إلى المستقبل بسهولة، وكان التواصل الزوجي جيداً .

**3- جودة مضمون الكلام والحركات والتعبيرات المتبادلة بين الزوجين** ووضوح معناها الصريح وغير الصريح : فالتواصل العقلي الجيد يقوم على الكلام المهذب والحركات اللطيفة، والتعبيرات الرقيقة التي يستريح لها المستمع، وتشبع

حاجاته للاستحسان والتقدير من الزوج الآخر. فجودة مضمون الرسالة المتبادلة بين الزوجين أهم عناصر التواصل الزوجي الجيد.

ويتفق خبراء الإرشاد الزوجي على أهمية الحوار في الحياة الزوجية، ويحرصون في العملية الإرشادية على تدريب الزوجين على مهارات التواصل في التعبير والإنصات والمضمون، ويرشدونهما إلى تبادل الرسائل الواضحة، والدبلوماسية في التعبير عن الرأي وفي نقل المعلومة، وتقديم النصيحة التي لا تنقص من قدر المنصوح، وتهذيب المناقشة حتى يكون الحوار الزوجي مقبولا من الزوجين، فيه ترضيه وجبر للخاطر ومودة ومحبة واحترام متبادل (Beavers, 1985).

وقد حث الاسلام على جودة مضمون الرسائل الزوجية، ودعا كلا من الزوجين إلى أن يكون كلامه مع الزوج الآخر كلاما طيبا، يرضيه ويرفع معنوياته، ويأخذ بيده، حتى ولو كان في هذا الكلام كذب على الزوج الآخر. فقد رخص رسول الله ﷺ بالكذب الذي فيه إصلاح بين الناس والمجاملة بين الزوجين. فقال عليه الصلاة والسلام " ليس الكذاب الذي يصلح بين الناس، فينمي خيرا أو يقول خيرا " (متفق عليه) وفي رواية مسلم رضى الله عنه زيادة. قالت أم كلثوم بنت عقبة راوية الحديث " لم أسمع رسول الله عليه الصلاة والسلام يرخص في شيء مما يقوله الناس إلا في ثلاث : الحرب والإصلاح بين الناس وحديث الرجل امرأته وحديث المرأة زوجها " (رواه مسلم).

وقد طبق عمر بن الخطاب رضى الله عنه دعوة الاسلام إلى الدبلوماسية الزوجية ونصح إحدى الزوجات ألا تقول لزوجها أبغضك حتى ولو كانت تبغضه فعلا. فعندما علم أن أحد الصحابة سأل زوجته : أتبغضيني؟ وقالت : نعم . سأها عمر رضى الله عنه : ما حملك على ما قلت ؟

قالت : استحللني فكرهت أن أكذب .

فقال عمر : بلى فلتكذب إحداكن، ولتجمل ، فليس كل البيوت تبنى على الحب، ولكن معاشرة الأحساب والإسلام (عبد الستار، 1421: 216)

ويخطئ الزوج الذي يخاصم الزوج الآخر فوق ثلاثة أيام، أو يحدثه بكلام بذيء أو مهين أو مؤذ للمشاعر حتى ولو كان مازحاً، لأن المزاح الثقيل يتحول إلى تواصل رديء وتفاعل زواجي سلبي وتوافق زواجي سيئ، وقد يؤدي المزاح إلى ما لا يحمد عقباه.

ج- الاهتمام بالمداعبة والملاعبة، وتبادل عبارات الشوق والحب والغرام، وتزوين الزوج لزوجته، وتزوين الزوجة لزوجها:

فالزوج الذي يتواصل عاطفياً مع الزوج الآخر، يشعره بالاحترام والاهتمام، ويرسل له رسالة من القلب إلى القلب، تجعله يسكن إليه، ويشعر بحبه ومودته. وقد أعطى الاسلام أهمية كبيرة لهذا الشكل من التواصل، وعده الرسول ﷺ من الحق، الذي يجب أن يلتزم به الزوجان المسلمان في تواصلهما معاً. فقال عليه الصلاة والسلام " كل شيء يلهو به ابن آدم فهو باطل، إلا رمية عن قوسه، وتأديبه فرسه، وملاعبته أهله فهو من الحق " (رواه النسائي).

وتخطئ المرأة التي تهمل في زينتها ورائحتها في البيت، أو تبخل بكلمات الحب والغزل والشوق لزوجها، لأنها تجعل تواصلها العاطفي معه رديئاً، وتحرمه من إشباع حاجاته النفسية في التواصل العاطفي معها، فيتحول عنها أو يتفاعل معها تفاعلاً سلبياً، ويصبح توافقهما الزواجي سيئاً، وتختل العلاقة الزوجية، وقد يدفعه هذا الإهمال في الزينة إلى الزواج من أخرى، يجد عندها التواصل العاطفي الذي لم يجده عند زوجته الأولى (مرسى، 2003).

ويخطئ الزوج الذي لا يتزوين لزوجته ولا يهتم بما تكون عليه رائحته عندما يدنو منها، أو لا يلاعبها ولا يداعبها، ولا يسمعها كلمات الحب والإعجاب، فيحرمها من إشباع حاجاتها النفسية في التواصل العاطفي معه، فتتحول عنه أو تتفاعل معه تفاعلاً سلبياً، وقد تنشز عليه، ويصبح توافقهما الزواجي سيئاً.

فالتواصل العاطفي الجيد مفتاح آخر للسعادة الزوجية. وصدق رسول الله ﷺ

الذي جعل ملاعبة الرجل امرأته في التواصل العاطفي من الحق وليس من اللهو  
والسهو واللعب، فقال عليه الصلاة والسلام "كل شيء ليس فيه ذكر فهو لغو  
وسهو ولعب إلا أربع خصال: ملاعبة الرجل امرأته، وتأديب الرجل فرسه، ومشى  
الرجل بين الغرضين، وتعلم الرجل السباحة" (رواه النسائي).

\* \* \*

## تلخيص

يهدف هذا الفصل إلى تعريف القارئ بتوافق الزوجين معًا ومع مطالب الزواج، ويتكون التوافق الزوجي من التفاعل بين الزوجين وردود أفعالهما معًا، حيث يبدأ التفاعل الزوجي من حواس الزوجين وما يقع عليها من سلوكيات الزوج الآخر، وإدراكهما له وانفعالهما به وتقويمها له، ثم ردود أفعالهما معه التي يدركها الزوج الآخر ويرد عليها.

ويتأثر التوافق الزوجي بعدة عوامل تجعله توافقًا حسنًا أو توافقًا سيئًا. من هذه العوامل الآتي :

**1- تعامل الزوجين معًا :** فالزوج الذي يتعامل بكلام وحركات وتعبيرات ترضي الزوج الآخر، يجذبه إليه ، ويشجعه على التفاعل الإيجابي معه، وعلى التوافق الزوجي الحسن. فإذا وقعت حواس السمع والبصر والشم على حسن من الزوج الآخر أوصلته إلى القلب، فيحدث الانجذاب، وإذا وقعت على قبيح أوصلته إلى القلب أيضًا فيحدث النفور.

**2- حسن ظن كل من الزوجين بالزوج الآخر:** فحسن الظن مفتاح السعادة الزوجية وسوء الظن مفتاح الشقاء فيها.

**3- ردود الأفعال الحسنة في التفاعل الزوجي :** فالزوج الذي يسيطر على انفعالاته، فيستجيب في التفاعل الإيجابي بردود أفعال ترضي الزوج الآخر، وفي التفاعل السلبي بردود أفعال لا تغضب الزوج الآخر، يجعل التوافق الزوجي الحسن أكثر حسنًا، ويوقف التفاعل السلبي، وقد يحوله إلى تفاعل إيجابي ويجعل التوافق الزوجي حسنًا.

**4- نضج شخصية كل من الزوجين وثقة كل منهما في نفسه :** فثقة الزوج في نفسه تجعله يثق في الزوج الآخر، ويتوافق معه توافقًا حسنًا، أما عدم ثقته بنفسه فتجعله لا يثق في الزوج الآخر، ويتوافق معه توافقًا سيئًا. فمشكلات سوء التوافق في الحياة الزوجية ترجع في جزء كبير منها إلى خلل في شخصية الزوجين أو أحدهما.

5- العلاقة الزوجية القوية : فحب الزوج للزوج الآخر يجعله يتوافق معه توافقاً حسناً في مواقف كثيرة، لأن المحب يحسن الظن بالحبيب، ويثق به ويعامله معاملة حسنة، ويتحمل غضبه ويسعى إلى رضاه، ويقابل الحسنة منه بأحسن منها ويُقابل السيئة منه بالحسنة .

6- التواصل الجيد بين الزوجين يجعل التوافق الزوجي حسناً : ويتضمن التواصل الزوجي الجيد التواصل العقلي والتواصل العاطفي ، ويقوم على مهارتي التعبير والاستماع ومضمون الرسالة بين الزوجين.

ويشترط في التواصل الجيد الآتي :

أ- وجود أنشطة مشتركة بين الزوجين.

ب- الالتزام بأداب الحديث في الحوار بين الزوجين.

ج- الاهتمام بالمداعبة والملاعبة والمضاحكة وتبادل عبارات الشوق والحب والغزل، وتزين الزوج لزوجته والزوجة لزوجها.

\* \* \*