

الفصل الساوس
فن إوارة الحياة الأسرية

obeyikandi.com

تمثل الأسرة إحدى أهم المؤسسات الاجتماعية وأقدمها التي عرفتھا المجتمعات البشرية على مر العصور، وتعد الأسرة المحطة الأساسية في حياة الفرد؛ إذ يتشرب من خلالها معايير وقيم المجتمع، فالفرد يعيش داخل الأسرة ويتعلم من خلالها المعايير المقبولة اجتماعياً. وتعد محطة الزواج إحدى أهم المحطات في حياة كل شاب وفتاة إذ تمثل هذه المحطة الخطوة الأساسية والضرورية للاستقرار وبناء الأسرة والاستقلال عن حياة الأسرة الكبيرة أو الأسرة الأساس، وتكوين نواة الأسرة الجديدة في المجتمع. ورغم أهمية الزواج في حياة كل شخص وكل شاب وشابة، إلا أن هناك بعض الصعوبات والمشكلات التي قد تواجه الزوجين داخل عش الزوجية تعيق الاستمتاع بهذه الحياة الجديدة.

وسنحاول في هذا الجزء من الكتاب تسليط الضوء على فن الحياة الزوجية وكيف يمكن إدارتها بشكل فاعل، والسير بسفينة الحياة إلى بر الأمان. ورغم أن الحياة الزوجية قد تواجه بالعديد من الصعوبات والمشكلات اليومية إلا أننا سنركز هنا على بعد واحد من أبعاد الخلافات الزوجية وهو التواصل الاجتماعي بين الزوجين.

وتركيزنا على هذا البعد لا يعني إغفال الجوانب الأخرى ولكنه يهدف إلى تسليط الضوء على قضية تترد عند الكثير من الأسر؛ إذ يشكو كثير من الزوجات من غياب الحوار الفاعل مع أزواجهن، كما تتركز الكثير من الشكاوى في عدم معرفة الزوجات والأزواج، على حد سواء، أصول التعامل السليم مع الزوج أو أن الزوج

غير قادر على تفهمها أو تفهم احتياجات زوجته أو ما شابه ذلك من الخلافات المتكررة التي تعكس بالضرورة غياب أسلوب الحوار الفاعل بين الزوجين.

كثير من الزوجات والأزواج يتساءلون بشدة عن أسباب الخلاف الدائم بينهما، وما الطرق السليمة لمواجهة الخلافات الزوجية، وكيف يمكن أن يخططا حياة زوجية سعيدة. جميع هذه التساؤلات تنطلق من محور فهم آليات التعامل السليم مع الشريك الآخر.

خطوات مهمة

وهناك مجموعة من الخطوات يجب على الزوجين تفهمها؛ لأنها تساعد على بناء علاقات زوجية سعيدة وسنحاول تسليط الضوء على الجوانب التي تتسبب في شيوع الخلافات الزوجية نتيجة انعدام التواصل السليم بين الزوجين.

وبما أن غالبية المشكلات الاجتماعية المتعلقة بالحياة الزوجية هي نتاج لعدم المعرفة بالأساليب المثلى للتعامل في الحياة الزوجية، وهنا سنستعرض عشرين قاعدة للتعامل الأمثل في الحياة الزوجية؛ لعلها تكون مفيدة للأزواج والزوجات للتخلص من المشكلات والعقبات الزوجية على النحو الآتي:

١ - البحث عن النموذج المفقود:

إن وضع تصور أو نموذج مثالي للطرف الآخر هو خطر يهدد الحياة الزوجية في بدايتها، وأي تغير في نمط هذا النموذج بعد الزواج يسبب للعلاقة الزوجية كثيرًا من الهزات والصدمات. إن الفتاة التي تضع في ذهنها أنموذجًا متكاملًا للزوج ربما لا تجده في شريك حياتها، وكذلك الزوج الذي يبحث في فتاته عن أنموذج متخيل في ذهنه ويريد أن يسقطه على شريكته سيواجه كثيرًا من المشكلات عندما لا يصبح الشريك حسب الأنموذج المرسوم مسبقًا.

لذا فعلى طرفي العلاقة (الزوج والزوجة) التفهم منذ البداية أن الحياة الزوجية هي عبارة عن شركة يجب أن يقدم فيها كلا الطرفين التنازلات للطرف الآخر وأن

يكون لديه الاستعداد للتأقلم مع الطرف الآخر، وتقديم كل ما يمكن أن يسهل حياتها معًا. فالحياة الزوجية هي مشروع يحتاج إلى تضحيات من الطرفين لإنجاحه.

٢- المقارنة مع أزواج (زوجات) الآخرين:

إن الله سبحانه وتعالى خلق لكل واحد منا إيجابيات وسلبيات بالإضافة إلى أن كلاً منا لديه مميزات وعيوب وغالبًا ما يظهر أفضل ما لدينا أمام الآخرين ولا تعرف بواطن الأمور إلا من خلال المعاشرة والحياة اليومية. وعندما يبدأ الزوجان مسيرة حياتهما الزوجية بعقد المقارنات مع الآخرين فإنها يحكمان على مؤسسة الزواج بالفشل والإنهيار. فكل زوجين هما حالة فريدة ويعكسان أنموذجًا خاصًا لهما، لذلك فبدلاً من المقارنة مع الآخرين يحسن بالزوجين التركيز على مناطق القوة لديها واستثمار الإمكانيات الإيجابية لديها بشكل فاعل لإضافة المزيد من السعادة على حياتهما.

ويجب التأكيد على أن ما ترى من الآخرين في المناسبات العامة ما هو إلا جزء من شخصياتهم ولا يمثل بالضرورة النموذج الكامل لهما؛ إذ إن لهم بعض النواقص كما لنا، لذا لا يجب أن ينساق أى من الزوجين للمقارنة مع الجانب المعلن لشخصيات الآخرين على حساب حياته الزوجية التي توجد فيها جوانب مضيئة تشع للآخرين، وتحتاج من الزوجين اكتشافها واستثمارها.

٣- قبول الشريك الآخر كما هو لا كما أريد:

تعد محاولة التأقلم في الحياة الزوجية؛ -لجعلها أكثر صفاءً وسعادة لكلا الطرفين- أحد المؤشرات المهمة في نجاح الحياة الزوجية. فالشريك الذى يريد أن يكون شريكه في العلاقة الزوجية منطبقاً على الأفكار التى يرسمها في ذهنه التى يصوغها له عقله فى أحلامه الوردية سيعيش معاناة الحرمان إذا لم يكن الشريك الآخر كما هو مرسوم له مسبقاً. وللخروج من هذا المأزق فعلى الشريكين أن يضعوا نصب أعينهما أنها نشأ فى أوساط اجتماعية مختلفة وأن ظروف حياة كل واحد منهما شكلت نمطاً شخصيته بطريقة مختلفة عن الآخر، لذا فإن المعاشرة بالحسن مع

الشريك الآخر كفيلة، بعد توفيق الله سبحانه وتعالى، بتقريب وجهات النظر بينهما.

٤- اختيار الأوقات المناسبة للحوار:

إن أكثر ما يزهق الحوارات الزوجية ويجعلها غير ناجحة وغير قادرة على امتصاص المشكلات التي تقع بين الزوجين هو إخفاق كلا الزوجين أو أحدهما في اختيار الوقت المناسب للحوار. فالحوار هو فن يجب أن يتعلمه طرفا العلاقة، وهو حرفة ومهارة تحتاج للممارسة والتدريب. فلا يمكن أن نتوقع حوارًا ناجحًا عندما يكون أحد الطرفين متعبًا أو يعانى من ضغوط نفسية أو اجتماعية أو غيرها. كما أن أسلوب الحوار له آداب وفنون يحسن بالطرفين معرفتها مثل الإنصات الجيد، وعدم رفع الصوت بالحديث والتركيز على قضية محددة وغيرها.

٥- استشارة أصحاب الرأى والمحايدين:

عندما ينشب خلاف بين الزوجين ويكون من الضرورة استشارة أحد الأشخاص فالأفضل استشارة شخص محايد لا يعرف الطرفين وليس لديه مصلحة للتحيز لأى منهما. والشخص المحايد ذو المهارة الفنية العالية قادر على إعطاء الزوجين الاستشارة الفنية المساعدة لهما مما يساعد على احتواء الخلافات واستمرار الحياة الزوجية بشكل فاعل.

٦- عدم انتقال مشكلتهما إلى أسرتهما:

إن أخطر ما يهدد الحياة الزوجية، ويؤثر على استقرارها هو انتقال مشكلات الزوجين خارج أسوار المنزل، وخاصة إلى الأهل، فكل طرف سيتحيز لابنه أو ابنته ويتحول الموضوع من خلاف بين الزوجين إلى صراع لا يمكن احتواؤه، أو السيطرة عليه. وقد سبق أن تحدثنا فى القاعدة الخامسة أنه إذا كان من الضرورى الحديث عن الخلافات بين الزوجين فيجب أن يكون هذا الحديث مع مختص محايد.

٧- الاستعداد لتقديم التنازلات:

سبق أن ذكرنا أن الحياة الزوجية هي عبارة عن سلسلة من التنازلات من كلا الطرفين، لذا يجب أن يقدم كل طرف للآخر التنازلات الكفيلة باستمرار الحياة الزوجية الفاعلة. وعلى كل طرف ألا يعتقد أن التنازل هو ضعف منه، أو إقلال من قيمته، وإنما هو متغير مهم، وأساسى فى قواعد إرساء المحبة والمودة والعشرة بالمعروف بين الزوجين.

٨- عدم اجترار المشكلات السابقة:

يجب على طرفى العلاقة عند مناقشة خلاف نشب بينهما عدم اجترار المشكلات السابقة حتى لا يتحول الموضوع والخلاف بينهما إلى رغبة فى داخل كل منهما إلى الانتقام من الطرف الآخر، أو تصفية الحسابات، ثم إن مناقشة واجترار المشكلات السابقة بين الطرفين قد تولد المزيد من الشحناء والعداوة بينهما وقد يؤدى إلى انعدام التواصل الفاعل بينهما.

٩- احترام خصوصية كلا الطرفين:

رغم أن الحياة الزوجية هي شراكة بين الطرفين، واندماج لكل منهما فى الآخر إلا أنه من الضرورى والأساسى لاستمرار علاقة فاعلة بينهما أن يحترم كل واحد منهما خصوصية الطرف الآخر، هذا الاحترام للخصوصية يعنى أن يتيح كل طرف منهما المساحة للآخر لكى يكون لديه شخصية يتحرك فيها بما يشعره أنه ليس مقيداً أو تحت الأنظار أو تحت السيطرة من قبل الشريك الآخر، هذه الخصوصية تتيح لكل منهما ممارسة حياته بشكل أكثر هدوءاً واستقراراً.

١٠- الارتباط الزوجى هو الفترة المشتركة بين الزوجين:

يميل بعض الأزواج إلى تقليب الدفاتر القديمة للطرف الآخر قبل الزواج والتحقيق معه كيف كانت حياته وممارساته مما قد يولد بينهما بعض النفور والتباعد. إن طرفى العلاقة يجب أن يرتبطا فى علاقتها منذ بداية الزواج ولا يحاولا الغوص فى

تفاصيل كثيرة سابقة لفترة الارتباط، ويجب على كل طرف أن يحترم خصـرصة ومشاعر الطرف الآخر.

١١- احترام حقوق الطرف الآخر:

إن حقوق كل طرف من أطراف العلاقة الزوجية يجب أن تكون مكفولة ومحترمة، والإسلام قد حدد حقوق كلا الطرفين وواجباتهم، وفي حالة تعدى أى طرف من أطراف العلاقة على حقوق الطرف الآخر فإن ذلك سيـشعر الطرف المعتدى عليه، بالظلم، وعدم الاستقرار، ويحول الحياة الزوجية من واحة استقرار إلى طريق مليئة بالأشواك.

١٢- تعلم فن المفاوضة:

رغم إشارتنا في القاعدة السابقة إلى أن كلا الطرفين يجب أن يحترم حقوق الآخر وأن يراعيها إلا أن أحد طرفي العلاقة قد يتجاوز في ممارساته ويتعدى على حقوق الطرف الآخر فيـشعر الطرف المعتدى عليه بالظلم والألم. وكثير من المشكلات الزوجية تقوم بسبب عدم فهم أحد طرفي العلاقة لكيفية المفاوضة السليمة مع الطرف الآخر، فالزواج هو شركة بين طرفين ويجب أن يتعلم كل طرف التفاوض السليم للحفاظ على حقوقه من قبل الطرف الآخر ولا ينتظر أن توهب له وإنما يتعلم كيف يفاوض عليها منذ البداية بالعشرة والمودة والأسلوب الحسن.

١٣- توسيع زاوية الرؤية:

كثير من الخلافات التي تقع بين طرفي العلاقة الزوجية تكون بسبب التركيز على جزئية صغيرة والنظرة غير الشمولية. فرغم أن الخلافات تحدث بين طرفي العلاقة الزوجية ولكن يجب رؤية هذا الخلاف من أكثر من زاوية ومحاولة تفهم وضع الشريك الآخر، والقاعدة الذهبية في هذا المجال هي أن تضع نفسك مكان الشريك الآخر وتحاول تفسير الموقف من خلال فهمك لأسباب تصرفه وستكون أكثر حكمة إذا اتبعت هذا الأسلوب في تجاوز كثير من العقبات الزوجية.

١٤ - استخلاص التجارب من المواقف السابقة:

رغم أن الخلافات بين طرفي العلاقة ظاهرة سلبية وظاهرة مقلقة لكل منهما إلا أنها تنتهي عادة بالصلح والوفاق، ورجوع طرفي العلاقة للحياة الطبيعية. لذا على طرفي العلاقة استشارة مثل هذه التجارب وأخذ الدروس منها لعدم استمرار المشكلات السابقة نفسها ومعرفة الآليات والطرق التي تقود إلى العلاقة الأسرية السعيدة.

١٥ - الاستمتاع بالحاضر وعدم الانهماك في المستقبل:

بالرغم من أهمية المستقبل في حياة كل واحد منا إلا أن الغالبية تقع في مشكلات نتيجة التفكير في المستقبل، وعدم التعامل مع الواقع والحاضر بشكل فاعل، لذا على طرفي العلاقة الاهتمام والتفكير قليلاً بالمستقبل ولكن مع التأكيد على الاستمتاع بالحاضر؛ إذ لا يكون الخوف من المستقبل شبحاً يهدد تصرفاتها وكابوساً يؤرق أحلامها.

١٦ - استثمار مفاتيح الشخصية:

كل شخص منا في شخصيته مفاتيح يمكن للآخرين استثمارها إذا عرفوا طبيعتها، وكيفية التعامل معها، ويفترض أن يعرف كل من الزوجين شخصية الآخر وما المواطن التي يمكن التأثير فيها واستثمارها لتأكيد الترابط والمودة بينهما.

وقد أجمل الدكتور عبد الكريم بكار في مجلة الفيصل عدد ٢٤٥ (تنمية الشخصية) شروط تنمية الشخصية في الآتي:

- لا تنسى هدفك الأسمى

ونقصد ذلك الهدف الأعلى الذي يسمو فوق المصالح المادية والغايات الدنيوية، ولا يواجه المسلم مشكلة في تحديد الهدف الأكبر في وجوده، ولكن المشكلة تكمن في الغرق في تفاصيل الحياة وتعقيداتها، وبالتالي يصبح إحساسنا وشعورنا للهدف ضعيفاً رتيباً، مما يجعل توليده للطاقة التغييرية لا تصل إلى المستوى المجدي لتنمية الذات.

- القناعة بضرورة التغيير

يظن كثير من الناس أن وضعه الحالي جيد ومقبول أو أنه ليس الأسوأ على كل حال ، وبعضهم يعتقد أن ظروفه سيئة وإمكاناته محدودة ، ولذلك فإن ما هو فيه لا يمكن تغييره !! ، والحقيقة أن المرء حين يتطلع إلى التفوق على ذاته والتغلب على الصعاب من أمامه سوف يجد أن إمكانيات التحسين أمامه مفتوحة مهما كانت ظروفه ...

- الشعور بالمسؤولية

حين يشعر الإنسان بجسامة الأمانة المنوطة به ، تفتح له آفاق لا حدود لها للمبادرة للقيام بشيء ما ، يجب أن يضع نصب عينيه اللحظة التي سيقف فيها بين يدي الله عز وجل فيسأله عما كان منه ، إن علينا أن نوقن أن التقرنم الذي نراه اليوم في كثير من الناس ما هو إلا وليد تبلد الإحساس بالمسؤولية عن أى شيء !!

- الإرادة الصلبة والعزيمة القوية

وهى شرط لكل تغيير ، بل وشرط لكل ثبات واستقامة ، وفي هذا السياق فإن (الرياضي) يعطينا نموذجاً رائعاً في إرادة الاستمرار ، فهو يتدرب لاكتساب اللياقة والقوة في عضلاته ، وحتى لا يحدث الترهل فإن عليه مواصلة التدريب ، وهكذا فإن تنمية الشخصية ما هى إلا استمرار في اكتساب عادات جديدة حميدة .

- التمحور حول مبدأ

إن أراد الإنسان أن يعيش وفق مبادئه ، وأراد إلى جانب ذلك أن يحقق مصالحه إلى الحد الأقصى ، فإنه بذلك يحاول الجمع بين نقيضين !! ، إنه مضطر في كثير من الأحيان أن يضحي بأحدهما حتى يستقيم له أمر الآخر ، وقد أثبتت المبادئ عبر التاريخ أنها قادرة على الانتصار تارة تلو الأخرى ، وأن الذى يخسر مبادئه يخسر ذاته ، ومن خسر ذاته لا يصح أن يقال أنه كسب بعد ذلك أى شيء !!

- المحافظة على الصورة الكلية

إن المنهج الإسلامى فى بناء الشخصية يقوم على أساس الشمول والتكامل فى كل الأبعاد ، وليس غريباً أن نرى من ينجذب بشكل عجيب نحو محور من المحاور ويترك باقياها دون أدنى اهتمام ، وحتى لا نفقد الصورة الكلية فى شخصياتنا يجب أن نقوم بأمرين :

النظر دائماً خارج ذواتنا من أجل المقارنة مع السياق الاجتماعى العام النظر الدائم فى مدى خدمة بنائنا لأنفسنا فى تحقيق أهدافنا الكلية

العهود الصغيرة

إن قطرات الماء حين تتراكم تشكل فى النهاية بحراً ، كما تشكل ذرات الرمل جبلاً ، كذلك الأعمال الطيبة فإنها حين تتراكم تجعل الإنسان رجلاً عظيماً ، وقد أثبتت التجربة أن أفضل السبل لصقل شخصية المرء هو التزامه بعادات وسلوكيات محددة صغيرة ، كأن يقطع على نفسه أن يقرأ فى اليوم جزء من القرآن أو يمشى نصف ساعة مهما كانت الظروف والأجواء ، ليكن الالتزام ضمن الطاقة وليكن صارماً فإن (أحب الأعمال إلى الله أدومها وإن قل)

عمل ما هو ممكن الآن

علينا أن نفترض دائماً أننا لم نصل إلى القاع بعد ، وأن الأسوأ ربما يكون فى الطريق ! ، فذلك يجعل الإنسان ينتهز الفرص ولا ينشغل بالأبواب التى أغلقت ، ويجب أن تعتقد أن التحسن قد يطرأ على أحوالنا لكننا لا ندرى متى سيكون ، ولا يعنى ذلك أن ننتظر حتى تتحسن ظروفنا بل ليكن شعارنا دائماً : (باشر ما هو ممكن الآن)

المهام الشخصية

يجب أن تكون لدينا مجموعة من الوصايا الصغرى تحدد طريقة مسارنا فى حركتنا اليومية ، وهى بمثابة مبادئ ثابتة :

اسع لمرضاة الله دائماً
استحضر النية الصالحة في عمل مباح
لا تجادل في خصوصياتك
النجاح في المنزل أولاً
حافظ على لياقتك البدنية ، ولا تترك عادة الرياضة مهما كانت الظروف
لا تساوم على شرفك أو كرامتك
استمع للطرفين قبل إصدار الحكم
تعود استشارة أهل الخبرة
دافع عن إخوانك الغائبين
سهل نجاح مرءوسيك
ليكن لك دائماً أهداف مرحلية قصيرة
وفر شيئاً من دخلك للطوارئ
أخضع دوافعك لمبادئك
طور مهارة كل عام
تنمية الشخصية على صعيد العلاقات مع الآخرين:

تحسين الذات أولاً

في داخل كل منا قوة تدفعه إلى الخارج باستمرار ، فنحن نطلب من الآخرين أن يقدروا ظروفنا وأن يفهموا أوضاعنا وأن يشعروا بشعورنا ، ولكن قليل من الناس من يطلب هذا الطلب من نفسه ، قليل منهم من يقدر شعور الآخرين ويفهم مطالبهم ، إن الأب الذي يريد من ابنه أن يكون باراً مطالب بأن يكون أباً عطوفاً أولاً ، والجار الذي يريد من جيرانه أن يقدموا له يد العون يجب أن يبذل لهم العون وهكذا ... ، ليكن شعارنا : (البداية من عندي ...)

الإشارات الغير لفظية

إننا بحاجة في كثير من الأحيان أن نعبر عن تقديرنا وحبنا للآخرين بشكل غير مباشر يفهمه الآخرون ، إن الإشارات الغير لفظية والتي تمثل عيادة المريض أو تقديم يد العون في أزمة أو باقة ورد في مناسبة أو حتى الصفح عن زلة هو في الغالب أشد وأعمق تأثيرًا في النفس البشرية ، ولا شك أن هذا الأمر بحاجة إلى معرفة ومران وتمرس لكي نتقنه ...

المسافة القصيرة

ما أجل أن يضطفي الإنسان من إخوانه من يكون له أختا يستند إليه في الملهمات ويعينه وقت الشدائد ويوح له بما في نفسه ، فيسقط معه مؤونة التكلف من جراء تلك المسافة القصيرة التي تقرب قلوبهم إلى بعضها ، والإنسان بحاجة ماسة إلى هؤلاء ، فقد أثبتت بعض الدراسات أن الذين يفقدون شخصًا يثقون به وقريبًا منهم لهم أشد عرضة للاكتئاب ، بل وإن بعض صور الاضطراب العقلي تنشأ من مواجهة الإنسان لمشاق وصعوبات كبرى دون من يسانده ، لذلك إن وجد الإنسان ذلك الأخ الحميم ، فليحسن معاشرته ، وليؤد حقوقه ، وليصفح عن زلاته .

الاعتراف والتقدير

من الأقوال الرمزية : كل شخص يولد وعلى جبهته علامة تقول : (من فضلك اجعلنى أشعر أننى مهم) ، فكلما وقع اتصال بين الناس تناقلوا بينهم رسالة صامته تقول : (فضلاً اعترف بكيانى ، لا تمر بى غير أبه) ، فالإنسان مهما كان عبقرياً وفذاً وناجحاً فإنه يظل متلهفًا لمعرفة انطباع الناس عنه ، وكثيرًا ما يؤدي التشجيع إلى تفجير أفضل ما لدى الأمة من طاقات كامنة ، وكان ذلك فعل النبى صلى الله عليه وسلم حيث وصف أصحابه بصفات تميزهم عن غيرهم ، إن اكتشاف الميزات التى يمتلكها الناس بحاجة إلى نوع من الفراسة والإبداع ، وقبل ذلك الاهتمام ...

تأهيل النفس للعمل ضمن فريق

إن الواقع يشهد أننا نعيش في عالم يزداد فيه الاعتماد على المجموعات في إنجاز الأعمال ، وذلك لتعدد المهام في العمل الواحد ، وحتى يرتفع مستوى الأداء والإنتاجية في العمل ، إن كثير من الناس يعيش حالة من النمو الزائد في الفردية ، فتجده ينجح في أعمال كثيرة تتطلب عملاً فردياً ، فإذا ما عملوا في لجنة أو مجموعة فإنهم يسجلون نتائج سلبية وغير مشجعة ، ومردود ذلك على نهضة الأمة في منتهى السوء !! ، وحتى يتأهل الإنسان للعمل ضمن فريق فإنه بحاجة لأن يتدرب على عدة أمور منها :

حسن الاستماع والإصغاء لوجهة نظر الآخرين

فهم كلاً من طبيعة العمل ودوره في ذلك العمل

فهم الخلفية النفسية والثقافية لأفراد المجموعة التي يتعاون معها

الحرص على استشارة أفراد المجموعة في كل جزئية في العمل المشترك تحتاج إلى

قرار

الاعتراف بالخطأ ومحاولة التعلم منه

عدم الإقدام على أى تصرف يجعل زملاءه يسيئون فهمه

عدم إفشاء أسرار العمل أو التحدث عن أشياء ليست من اختصاصه

المبادرة لتصحيح أى خطأ يصدر من أى فرد من أفراد الفريق وفق آداب

النصيحة

تحمل ما يحدث من تجاوزات وإساءات من الأفراد واحتساب ذلك عند الله تعالى

إذا تعذر عليه الاستمرار ضمن الفريق فعليه أن يفارقهم بإحسان وأن يستر

الزلات

١٧- تذكر اللحظات الإيجابية:

عندما يختلف طرفا العلاقة الزوجية فإن ما يسيطر عليها من مشاعر وأحاسيس

في ذلك الوقت هو الشعور بالغضب من الطرف الآخر وتذكر المواقف السلبية معه، مثل هذه المشاعر لا يمكن أن تساعد في تقريب وجهات النظر بين طرفي العلاقة، لذا فعلى الطرفين أن يتعودا على تذكر اللحظات والمواقف الإيجابية بينهما التي سبق أن مرا بها؛ إذ يعد ذلك أفضل طريق ممهدة لكل منهما للاعتراف بخطئه أمام الآخر، وإكمال مسيرة الحياة معه. إن الانهك في تذكر اللحظات السلبية بينهما سيؤدي إلى المزيد من التباعد بين الطرفين لا إلى حل المشكلة.

١٨- تفهم الظروف المحيطة بالطرف الآخر:

لا شك أن الظروف الاجتماعية المحيطة بالشخص تؤثر على مزاجه، وطريقة تعامله مع الآخرين، فالزوج أو الزوجة قد يواجه صعوبات ومشكلات في العمل أو الحياة أو مع الأقارب مما ينعكس على محيط العائلة الصغيرة وعلى طرفي العلاقة، وعندما لا يكون لدى طرفي العلاقة (الزوج والزوجة) الاستعداد لتفهم ظروف الطرف الآخر وتجاوز بعض الزلات الناتجة عن الضغوط الاجتماعية والبيئة المحيطة بالفرد فإن المشكلات الزوجية ستستمر ولا يمكن القضاء عليها. إن كل طرف من أطراف العلاقة الزوجية يجب أن يشعر بأهمية الطرف الآخر ويقدر الظروف المحيطة به ويغفر له بعض النواقص والزلات فذلك يؤكد استمرار العلاقة التوافقية بين الطرفين.

١٩- تعلم فن تأجيل بعض الرغبات:

إن الإصرار على تحقيق جميع المطالب من الشريك الآخر والإلحاح فيها قد يؤدي إلى شيوع الخلاف والصراع بين طرفي العلاقة. لذا على طرفي العلاقة تعلم فن تأجيل بعض الرغبات والمطالب واختيار الآلية المناسبة لطلبها بعيدًا عن الإلحاح الممل أو التثبيت الذي يهدد استقرار الوحدة الزوجية.

٢٠- ومضات السعادة الزوجية:

هناك ومضات وإشراقات تحدث في حياة كل زوجين يجب استثمارها وجعلها

الوقود الذي يؤكد ترابطهما. إن الحياة الزوجية تستمر وتتجاوز الكثير من الصعوبات عندما يضع كل طرف من أطراف العلاقة الزوجية نصب عينيه الرغبة الأكيدة في تقديم كل ما لديه للطرف الآخر دون انتظار مقابل وبدون أن يكون الهدف هو انتظار العطاء من الشريك الآخر، إنها ومضات المحب الذي يعطى دون أن ينتظر المقابل من الطرف الآخر، الذي يشعر أن الحياة شركة هو المسؤول الأول فيها وأن النجاح في هذه العلاقة مسؤولية فردية يتحملها هو دون الآخر ويجب أن يضطلع بها ويقدم كل ما لديه لإنجاحها.

وأخيراً:

هذه الومضات والقواعد هي مؤشرات يمكن لكلا طرفي العلاقة استثمارها وتنميتها بما يحقق السعادة الزوجية ويجعل عش الزوجية سكناً وغطاء لكل منهما. وأخيراً أعطيك خلاصة كل ما سبق ((كلمة "أحلم" ليس لها وجود في إدارة الحياة. إنما هناك "اطمح"، "رسالتي"، "هدفي"))