

# التوافق الزوجي من مصادر السعادة:

ورقة عمل مقدمة الى وحدة الارشاد النفسي والتوجيه التربوي  
من قبل:  
أ.م.د أسماء عبد الحسين محمد  
قسم العلوم التربوية والنفسية

# التوافق الزوجي :

بعد التوافق الزوجي أحد الركائز التي تمكن الأسرة من أداء وظائفها بكفاءة، ومن شأن انخفاضه أن يحدث اضطراباً في تلك الوظائف.

ويعني التوافق أن يحقق الفرد نجاحاً في مواقف الحياة المختلفة، من إشباع حاجات الفرد ودوافعه بما لا يتعارض مع معايير المجتمع وقيمه، والفرد المتوافق توافقاً حسناً هو يحقق التوازن بين تلك الأمور. وفي الحياة الزوجية قد تتدخل عددٌ من العوامل، وتؤدي إلى استقرار الحياة الأسرية والنجاح في الزواج، ومن جهة أخرى قد تؤثر هذه العوامل بطريقة عكسية وينتج عنها الفشل واضطراب الحياة الزوجية

°عرف روجرز (1972) "Rogers التوافق  
الزواجي بأنه "نتاج للتفاعل بين شخصية  
الزوجين والذي يحدد نجاح الزواج أو فشله،  
ويعد التفاعل بين الزوجين من أهم عوامل  
التوافق الزواجي

وانه حالة وجدانية، تشير إلى مدى تقبل العلاقة الزوجية، وتعد محصلة لطبيعة العلاقات المتبادلة بين الزوجين من جوانب متنوعة فمنها:

- التعبير عن المشاعر الوجدانية للطرف الآخر.
- احترامه هو وأسرته، والثقة فيها.
- إبداء الحرص على استمرار العلاقة معه.
- مقدار التشابه بينهما في القيم والأفكار والعادات.
- مدى الاتفاق حول أساليب تنشئة الأطفال.
- أوجه إنفاق ميزانية الأسرة
- الإشباع الجنسي في العلاقة.

# أهمية التوافق الزوجي:

تتمثل أهمية التوافق الزوجي في أن ارتفاع مستواه يزيد :  
!- من قدرة كلا الزوجين على تحمل الضغوط الحياتية.

٢- اجتياز الأزمات التي قد تواجههم.

٣- يجعلهما أكثر سعادة في الحياة بشكل عام.

٤- أكثر قدرة على توظيف طاقتهما وقدراتهما للقيام بأعباء الدور، وانجاز المهام المنوطة بهما بأكثر قدر من الكفاية.

# جوانب التوافق الزوجي :

○ التوافق العاطفي:  
لا يد وأن يشعر الزوجان بالتوافق العاطفي؛ بمعنى أن يحس كل منهما نحو الآخر بشعور الحب والموودة والتقدير؛ والأرتباط النفسي والعاطفي المتبادل كي تؤدي العلاقات الزوجية دورها في حياتهما المشتركة، مما يوفر الراحة والأطمئنان بين قطبي الحياة الزوجية، ويدفعهما نحو البذل والعطاء وتحقيق الاستقرار الأسري.

○ التوافق الثقافي الاجتماعي:  
يتأثر كل فرد بأسلوب ونمط حياة أسرته الأصلية، من حيث عاداتها وتقاليدها ومن حيث القيم الاجتماعية والزواجية التي تسودها، لذا فرصيد أي من الزوجين الثقافي يؤثر في حياتهما المشتركة، فيتم التوافق بينهما على أساس التقارب الثقافي الذي يجمعهما، فقد ينشأ الزوج في محيط محب للسيطرة فيتأثر بهذا الأسلوب، ويطبقه في حياته الزوجية، وهذا يحتاج إلى تدريب قبل الزواج وتعديل بعض الأفكار.

◦ التوافق المادي:

التفاهم والرضا والقناعة لابد أن تتوافر بين أفراد الأسرة الواحدة كي يصل الزوجان إلى توافق اقتصادي وأسري، وكى يتحقق ذلك لابد من الشعور بالمسؤولية الواقعية، والقدرة على تحقيق الموازنة السليمة بين المتطلبات والالتزامات المتزايدة وبين موارد الأسرة المتاحة، حتى لا يتهم الزوج زوجته بالتبذير بينما هي تنعته بالبخل.. الخ.

# اختيار الشريك كأحد اهم عوامل التوافق الزواجي

أهم العوامل المؤثرة على درجة التوافق الزواجي:

هو الاختيار الجيد لكل من الزوجين

يجب أن تبتعد عملية الاختيار عن العشوائية، وقد تتأثر عملية الاختيار بالنسبة للرجل والمرأة بعوامل دينية أو شخصية أو اقتصادية أو تقارب أو تباعد المستوى الاجتماعي والثقافي للطرفين وغيرها من العوامل.



# النظريات التي تناولت موضوع اختيار الشريك، نحو ما يلي:

- 1- نظرية التجانس، ركزت على أن الشبيه يتزوج من الشبيه، فالناس تتزوج من يقاربها بالسن والسلالة والعقيدة والمستوى التعليمي والاقتصادي والميول.
- 2- نظرية التقارب المكاني ترى أن الفرد يختار الزواج من فئة في نفس المجال الجغرافي أو البيئة التي يعيش فيها سواء السكن أو المدرسة أو العمل.
- 3- نظرية الحاجات التكميلية : أشارت إلى أننا نتزوج ممن يكملنا سيكولوجياً، ونحن نبحث في الشريك عن تلك الصفات التي لا نملكها نحن.
- 4- نظرية التحليل النفسي ترى أننا نبحث عن شريك يشبهنا أو شريك يحمينا.
- 5- نظرية الصورة الوالدية ترى أن صورة الوالد أو الوالدة فيها دوراً جوهرياً في عملية اختيار الشريك وطبيعة العلاقات الانفعالية للطفل والمشكلة لشخصيته إذا كبر .

# نظرية نمو الزواج

◦ الزواج كالشخصية يمر بثمان مراحل، يحدث في كل منهما تحولات في أفكار الزوجين ومشاعرهما وسلوكياتهما في التوافق الزوجي نتيجة التفاعل بينهما، ووفقاً لمراحل النمو فإن التوافق خلال رحلة الزواج يمر بالمراحل التالية:

## ◦ 1- مرحلة الإحساس بالثقة:

ينمو الإحساس بالثقة بين الزوجين من خلال فهم كل منهما لحاجات الآخر وتواصله معه عقلياً ووجدانياً بطريقة تشعر الطرف الآخر بالاستحسان والتقدير والتعاطف معه والثقة فيه، وحسن الظن به. وتعد السنة الأولى من الزواج فترة حرجة في بناء العلاقات الزوجية، وفي تحديد ما سيكون عليه الزواج في المراحل التالية.

## ٢- مرحلة الإحساس بالإرادة المشتركة:

وفيها يواجه الزواج أزمة استقلال إرادة الزوجين، وتحولهما من الاعتماد على الوالدين إلى الاعتماد على أنفسهما، وإثبات كفاءتهما في الحياة الاجتماعية وتقوية الروابط بينهما، حتى يكونا معاً بنيناً مرصوماً يشد بعضه بعضاً في علاقة حميمة، وعندما يحس كلا الزوجين في هذه المرحلة بالإرادة المشتركة، ويعتبرها إرادته هو، ويتخذ قراراته في الأسرة (بضمير نحن)، فإنه يسلك سلوكيات تؤكد ارتباطه بالزوج الآخر ويحرص على عمل ما يرضيه ويساعده في الحصول على حقوقه.

## ٣- مرحلة الاحساس بالاندماج بين الزوجين

بعد أن يثق كل من الزوجين في الآخر ويرتبط به وينمو وعيهما بإرادتهما المشتركة، تزداد قناعة كلا منهما بزواجه، ويسعى إلى اكتساب المهارات في أداء أدوار الزوجية، والإبداع فيها لأجل إرضاء الزوج الآخر، واكتشاف الأنشطة التي تروح عن نفسه، وتبعد السأم عنه، مما يساعد على اندماجهما أكثر فأكثر.

## ٤-مرحلة الإحساس بالكفاءة في الزواج:

ويظهر في هذه المرحلة تنافس الزوجين في عمل الواجبات الزوجية، والسبق في بذل الجهد من أجل تنمية الزواج والأسرة، ويغدو كل منهما عضداً للآخر، ويسانده ويشد من أزره ويدفعه إلى النجاح والتفوق في سبيل الارتقاء بمستواهما الاجتماعي والثقافي والمهني.

## ٥- مرحلة الإحساس بهوية الزواج:

ينمو في هذه المرحلة الولاء والإخلاص للزواج والأسرة، ويزداد اقتناع الزوجين بفائدة الزواج والأسرة لهما ولأولادهما وللمجتمع، ويسعى كل منهما إلى التشابه مع الزوج الآخر في الاهتمامات والاتجاهات ويجتهد في مسابرة والاقتراب منه وتحمل عيوبه.

## ٦-مرحلة الإحساس بالألفة:

وفيها يشعر الزوجان بالألفة والصحة في زواجهما، وتغدو الروابط بينهما أكبر من ان تكون رباطاً جنسياً أو رباط مصالح مشتركة، بل رباط حب وعطاء وتضحية، ويجد كل منهما تحقيق ذاته في عمل أي شيء في سبيل الزوج الآخر.

## ٧-مرحلة الإحساس بالرعاية الوالدية:

٧ يصل الزواج في هذه المرحلة إلى مستوى العطاء أكثر من الاخذ، وبذل الحب أكثر من طلبه، والتضحية بدون مقابل، وزيادة الاهتمام، والإنفاق عليه والعناية به، رغبة منه، وحباً له، فتسمو العلاقة الزوجية إلى مستوى الرعاية الوالدية في العطف والحنان، وفي المودة والرحمة، ويجعل كل منهما الآخر أمانة في عنقه، وبذل الجهد في تربية الاولاد، والعناية بهم، والعمل من أجل الأسرة وتحسين ظروفها.

## ٨-مرحلة الإحساس بالتكامل بين الزوجين:

وهي أعلى مرتبة في نمو الزواج، وفيها يتكامل الزوجان معاً، ويشعر كل منهما بعدم قدرته على الاستغناء عن الآخر ويتوحد معه ويدافع عن زواجه بكل قوة، ويدرك قدسية الزواج ويتمسك به، ويرضى عنه، ويشعر بالسعادة في علاقته الزوجية، ويجد في زواجه الأمن والطمأنينة والسكن النفسي والمودة والرحمة ويزداد ارتباطه بالزوج الآخر واندماجه معه.

# عوامل أخرى تساعد على التوافق الزوجي:

- (1) الاستعداد النفسي للزواج واللازم لتحمل مسؤولياته وكذلك الاستعداد المادي من حيث تكاليفه ومطالبه.
- (2) الزواج في السن المناسب حيث يكون الزوجين قد أكملتا تعليمهما، واستقرا في العمل.
- (3) الاختيار المناسب للزوج.
- (4) النضج الانفعالي وأساسه الحب المتبادل.
- (5) إشباع الحاجات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية للزوجين.
- (6) التوافق الجنسي والرضا الجنسي المتبادل.
- (7) الاحترام والتقدير والتفاهم المتبادل والثقة والتسامح والتضحية المتبادلة.
- (8) النضج الاجتماعي ويتضمن فهم الذات وتقبلها والاستقلال الذاتي والنجاح في القيام بدور المسؤولية تجاه كل منهما للأخر وكذلك للأبناء.
- (9) تكافؤ شخصيتي الزوجين وتكاملهما من حيث الصحة النفسية والجسمية.
- (10) نمو كل من شخصية الزوجين معا حيث يحدث النضج العقلي للزوجين وليس لشخصية منهما على حساب الآخر.



◦ الشكر الجزيل لحسن الاستماع  
◦ تحيات :  
◦ أ.م.د أسماء عبد الحسين محمد