



سنة أولى زواج

الكاتبة

عيسة صالح محمد



"الحياة فيها ما فيها وبالصبر والحكمة تنجاوز أصعب ما فيها"

سنة أولى زواج
عيشة صالح محمد
٢٠٢٠م

للتواصل مع الكاتبة



مقدمة :

كتاب (سنة أولى زواج) يسلط الضوء على التحديات والصعوبات التي يواجهها المتزوجون في أول سنة من حياتهم الزوجية ، ويوضح الكتاب هذه التحديات ويحللها ويدعم المتزوجين الجدد بالنصائح العملية التي يحتاجونها في هذه المرحلة الحرجة لتنعم الأسرة الصغيرة بحياة سعيدة مستقرة.

العادات والتقاليد

يواجه الزوجان الجديان كثير من التحديات منها ما يتعلق بالعادات والتقاليد ، فكل واحد منهما ينتمي إلى أسرة لها عاداتها وتقاليدھا المتوارثة عبر الأجيال ويخضع كل منهما لما اعتاد عليه من تلك العادات التي تربي عليها ، فحين يعيشان مع بعضهما في بداية الزواج قد يجد كل واحد منهما صعوبة في التأقلم مع عادات الشريك.

وقبل أن أخوض في الحديث عن هذا التحدي وكيف يمكن معالجته دعوني أسلط الضوء على مفهوم العادات والتقاليد.

العادات والتقاليد :

العادات : هي أعراف يتوارثها الأجيال لتصبح جزءاً من عقيدتهم، وتستمر ما دامت تتعلّق بالمعتقدات على أنّها موروث ثقافي، فهي تعبير عن معتقد معين .

أمّا التقاليد : فهي مجموعة من قواعد السلوك التي تنتج عن اتفاق مجموعة من الأشخاص وتستمد قوتها من المجتمع، وتدلّ على الأفعال الماضية القديمة الممتدة عبر الزمن، والحكم المتراكمة التي مرّ بها المجتمع ويتناقلها الخلف عن السلف جيلاً بعد جيل، وهي عادات اجتماعية استمرت فترات طويلة حتى أصبحت تقليداً، ويتم اقتباسها من الماضي إلى الحاضر ثمّ إلى المستقبل، فهي بمثابة نظام داخلي لمجتمع معين .

من العادات والتقاليد على سبيل المثال ما يحدث في الأعراس والمناسبات والتجمعات العائلية وطريقة اللبس وغيرها.

في الحقيقة لا بد أن يبذل الزوجان جهدا كبيرا في حالة اختلاف الخلفية ينتميان إليها ، لأن هذا الاختلاف قد يسبب مشاكل في التأقلم تؤدي عند الكثيرين إلى الطلاق في السنوات الأولى من الزواج ، وهذا لا يعني أن وجود اختلاف في العادات والتقاليد سيؤدي حتما إلى مشاكل وطلاق ، وإنما سيحتاجان بعض المحاولات والتدابير لتجاوز هذه المرحلة ، لأن الصعوبة تكمن في السنة الأولى فإذا تم تجاوزها بسلام وحكمة سيكون بعدها الزوجان أكثر انسجاما في حياتهما الزوجية.

والآن إليكم بعض النصائح لتجاوز هذه العقبة ، ولتكون السنة الأولى من الزواج منطلق لحياة زوجية سعيدة.

نصائح:

- يحاول الشاب والشابة التعرف على عادات وتقاليد أسرتيهما في فترة الخطبة حتى لا يتفاجأان بها في الزواج وتحدث صدمة أو نفور.
- احترام كل منهما عادات وتقاليد الآخر مع عدم الزام أي طرف بعاداته.
- لا يتعامل الزوجان مع العادات والتقاليد على أنها عقيدة ومبدأ ، وإنما يكون هناك مرونة في التمسك بها.
- أن يضع الزوجان منذ البداية خط مشترك يتفاهمان عليه في حياتهما وتخضع العادات والتقاليد لهذا الخط وليس العكس.
- لا يسمح الزوجان بأن يفرض عليهما شيئاً لا يرغبان به من أطراف أخرى بحجة أنها عادات وتقاليد .
- لا يسخر أي منهم من عادات وتقاليد أسرة الآخر.

- محاولة كل منهما مجاراة الآخر بمحبة في عاداته.

ومع مرور الوقت بقليل من المرونة والصبر ستصبح
مسألة العادات والتقاليد لا أثر سلبي لها .

اختلاف السلوك اليومي

يقصد بالسلوك اليوم الأفعال اليومية التي كان يفعلها
كل واحد منهما قبل الزواج واعتاد عليها ، مثل مواعيد
الاستيقاظ و النوم والأكل والخروج والدخول والأنشطة
اليومية التي يمارسانها، وهذه من البديهي أن يجدا فيها
اختلافات قد تنغص عليهما حياتهما رغم أنها في ظاهرها
بسيطة ولكن تكرارها يكبر حجمها .

مثال :إذا كانت الزوجة معتادة على النوم مبكرا والزوج
معتاد على السهر والنوم المتأخر سيكون على أحدهما
بعد الزواج تغيير سلوكه، والسؤال هنا من الذي سيغير

الزوج أم الزوجة ، عدم التفاهم على هذه النقطة سيولد احتقان في العلاقة ومع وجود اختلافات أخرى سيتهم أحدهما الآخر أنه لا يهتم به وبرغبته وأن الطرف الآخر عنيد .

مثال آخر :

إذا كانت الزوجة معتادة على الاستيقاظ وتناول الفطور بوقت متأخر والزوج معتاد على الاستيقاظ المبكر ويجد فطوره جاهزا ، وبعد الزواج هل سينتظر زوجته إلى أن تستيقظ ؟ أم سيتعامل مع الوضع بمرونة ويحضر فطوره بنفسه ؟ أم سيغضب ويعتبر الموضوع استهتار وإهمال ولا مبالاة ؟ ويقوم بإيقاظها ، وكيف سيكون ردة

فعل الزوجة عند إيقاظها ؟ هل ستتنظر للموضوع أنه عادي ؟ أو أن في الأمر تسلط وسلوك رجعي من الزوج؟

بالطبع السلوك اليومي قبل الزواج يتغير تلقائيا بعد الزواج لأن الاهتمامات والمسؤوليات تتغير فلا بد من تغيير سلوك تماشيا معها ولكنه قد يأخذ وقت، هذا الوقت هز السنة الأولى من الزواج وعند بعضهم تكون مدة أقصر من ذلك وعند البعض الآخر تطول لسنوات ، ومن لا يحالفه الحظ تتدهور العلاقة الزوجية بينه وبين شريكه قبل أن يتمكننا من إحداث تغييرات.

نصائح:

- المرونة في التعامل ولا تعطى الأمور أكبر من حجمها.
- حوار الزوجين مع بعضهما حول هذا الموضوع وإعطاء بعضهما فرصة لتعديل السلوك بما يتناسب مع الحياة الجديدة.
- الجدية في محاولات تعديل السلوك اليومي وليس مجرد تملص من طلبات الطرف الآخر.
- مصارحة الزوجين لبعضهما حول الأمور التي تضايقهما بودية ومحبة.
- لا يصر أحد الزوجين على سلوكه الذي يضايق الطرف الآخر بحجة أن له شخصيته المستقلة.

- لا يرغب أحد الزوجين الآخر على تعديل سلوكه بل يقنعه بمحبة.
- تغليب مصلحة الأسرة الناشئة والنظرة البعيدة المدى لعواقب الأمور.
- التعديل والتغيير يكون في السلوكيات اليومية العادية أما الخاطئة يوضع لها حد حازم منذ البداية.
- مثال : إذا اكتشفت الزوجة بعد الزواج أن زوجها يهمل نظافته الشخصية ، فهذا سلوك يمكن تعديله رغم تأثيره السيء على العلاقة الزوجية، والصبر عليه لحين ذلك .
- أما إذا اكتشفت الزوجة أن زوجها يمارس الرذيلة فهنا لابد من وقفة حازمة فاصلة .

اختلاف نمط الحياة

يقصد بنمط الحياة نوعية الحياة التي عاشها الزوجان قبل الزواج من نواحي عدة منها ، الوضع المادي والتعليمي والثقافي والطبقي ، أو من ناحية الحياة الريفية أو المدنية . بمعنى الخلفية الاجتماعية التي عاشا وسطها.

اختلاف نمط الحياة يعد تحدي مهم في السنة الأولى من الزواج ومن خلال المشاهدات نرى كثير من مشاكل الأزواج الجدد منبعها هذا الاختلاف ، ولا بد من الزوجين التنبه لهذه المسألة ولا يهملان موضوع التقارب بينهما وردم المسافات ، حتى وإن كانا يحببان بعضهما فهناك أشياء كفيلة بؤد الحب في مهده ومنها اختلاف نمط الحياة.

مثال : أذكر في هذا السياق إحدى الزوجات التي عادت إلى منزل أهلها وطلبت الطلاق بعد سبعة أشهر فقط من زواجها وكانت تقول أنه سيء جدا والحياة معه مستحيلة ، ومن خلال التفاصيل التي تحدثت عنها ومعرفة وجهة نظر الزوج الذي يرى هو أيضا أن الحياة معها مستحيلة . اتضح أنهما سقطا في تحدي اختلاف نمط الحياة ، حيث أن الزوج الريفي لم يتحمل انفتاح زوجته التي عاشت حياتها في المدينة بل وزارت عدة بلدان ، رغم أنه لم يكن يبدي أي معارضة في فترة الخطوبة . في هذه الحالة ليس هو المخطئ ولا هي ، وليست الحياة مستحيلة بينهما بل هناك أمل كبير في التأقلم والتفاهم مع بذل الجهد والصبر والنية الصادقة.

مثال آخر : أحد الرجال المثقفين المنشغلين في البحوث العلمية تزوج من فتاة جامعية جميلة مهذبة ، أين تكمن المشكلة ؟ انفصلا بعد سنتين من الزواج بعد مشاكل لا حصر لها بينهما . هو يقول أنها لا تقدر أفكاره وأبحاثه ولا

تمنحه الوقت الذي كان يقضيه في أبحاثه وأنها تشغله
بأمور تافهة في الحياة أي أنه تفاجأ بها أنها سطحية في
تفكيرها رغم أنها جامعية كما أنها السبب في تأخره عن
إحدى سفراته لحضور مؤتمر علمي.

وهي تقول أنه رجل جامد وبارد لا يفكر سوى بالكتب
والأبحاث وأن الحياة ليست كلها كتب وأبحاث ويجب
عليه الفصل بين عمله وحياته الأسرية، تقول أيضا أنه لا
يهتم بتدبير شؤون المنزل ويترك لها كل شيء دون
تدخل منه. وتقول أيضا أنه يحرص على التواجد في البيت
فهو يتجاهل عائلتها ولا يحرص على التواجد في البيت
عند مجيئهم ولا يرافقها عند زيارتهم بحجة أنه مشغول
بأمور أعظم من ذلك.

هذان الزوجان أيضا سقطا في تحدي نمط الحياة.

نصائح:

- من البداية قبل الخطبة يجب معرفة نمط حياة الطرف الآخر والنظر فيما إذا كان التعايش مع ذلك ممكنا أو لا.
- أن يكونا واضحين في فترة الخطبة وعدم تسويق الأمور إلى بعد الزواج.
- بذل الجهد لفهم طبيعة حياة الآخر.
- الاتفاق على ثوابت أسرية منذ اللحظة الأولى والمرونة في ما عدا تلك الثوابت.
- أن يتحدث الزوجان لبعضهما كثيرا ويكونا صريحين في عرض الأفكار والقناعات والرغبات.
- الاحترام المتبادل وتجنب التقليل من شأن الآخر.
- النية الصادقة في إحداث تقارب بينهما.
- الاندماج في أمور مشتركة بينهما كالهوايات مثلا.

- التغاضي عن بعض الأمور قليلة الأهمية.
- تقبل الطرف الآخر كما هو ما دام أنه واضح ولم يخف تفاصيل عن نفسه و قبل به في البداية.

التصورات والأحكام المسبقة

التصورات والأحكام المسبقة حول الشريك أو الحياة الزوجية ، تشكل عائقا في السنوات الأولى من الزواج قد يؤدي هذا العائق إلى فقدان الانسجام وإلى مشاكل أخرى تنتهي في كثير من الزيجات إلى الطلاق أو إلى حياة زوجية تعيسة في حال لم يتم معالجة الوضع جديا. وهذه التصورات الخيالية في أغلبها ناجمة عن عوامل عدة منها :

- تقديم الشريك نفسه إلى الطرف الآخر بصورة مثالية في فترة الخطبة.
- تسويق الكلام عن بعض الأمور التي قد تزجج الشريك في فترة الخطبة رغبة في كسب وده.
- الحيادية وعدم إظهار القناعات الحقيقية في النقاشات التي تحدث في فترة الخطبة.

- تأثير الأفلام والمسلسلات والروايات التي تعرض قصص الحب المثالي والحياة الزوجية البعيدة عن الواقع.

- تأثير الإعلام بشكل عام.

- تشكيل الزوج صورة ذهنية للزوجة تشبه صورة أمه أو تشبه صورة إحدى المشهورات أو يدمج بين الصورتين في صورة واحدة لا تمت إلى الزوجة الحقيقية بصلة. وكذلك الزوجة قد تشكل صورة ذهنية تشبه أبها أو أحد المشهورين أو تدمج بين الصورتين لتشكل صورة الزوج المرغوب.

من هنا نستطيع القول أن كل طرف هو شريك في صنع التصورات الخيالية في ذهن الطرف الآخر قبل الزواج ، ثم التخلي عنها بعد الزواج لأن كل طرف يعود إلى طبيعته

وينتظر من الآخر أن يبقى كما تشكل في ذهنه من
تصورات عنه.

إن هذه التصورات و الأحكام المسبقة تظهر تبعاتها
في بداية العلاقة الزوجية وقد تعصف بها ومن
مظاهرها :

- الصدمة من تصرفات الطرف الآخر.
- العصبية والتوتر للتعبير عن رفض الشخصية
الجديدة التي ظهر بها الطرف الآخر.
- الشعور بالخديعة الذي يؤدي إلى توتر العلاقة
وضعف الثقة بالطرف الآخر.
- دخول أطراف أخرى للتدخل في مشاكل الحياة
الزوجية ، لأن كل طرف يحاول التنفيس عن صدمته
بالآخر مع الأهل أو الأصدقاء.
- الشعور بخيبة الأمل والحزن لانهايار الصورة
المثالية للطرف الآخر.

- ظهور تصرفات منفرة للتعبير عن رفض الواقع مما يؤدي إلى رد فعل يماثله من الطرف الآخر.

إن هذا التحدي خطير جدا على الحياة الزوجية ولكن يستطيع الزوجان إيجاد حل والمرور بسلام لحياة زوجية سعيدة. ومن الأمور التي تساعد في تجاوز هذا التحدي النصائح التالية:

نصائح:

- الاستعداد الجيد للزواج بقراءة الكتب المفيدة والاطلاع على استشارات المتخصصين في العلاقة الزوجية.

- التعامل بواقعية مع الحياة الزوجية اليومية.
الفصل بين قصص الخيال في الأفلام والروايات وبين
الحياة الواقعية.

- عدم المبالغة صنع شخصية شريك الحياة في
الذهن وإسقاطها على الشريك الحقيقي.

- التجاوز والتغافر أثناء التعامل مع الشريك .
ويقصد بالتجاوز ، أن يتجاوز كل منهما عن تقصير
الآخر غير المتعمد ، أما التغافر هو أن يغفر كل
واحد منهما للآخر لأن لا أحد كامل.

- الحوار الودي المستمر بين الزوجين لإحداث تفاهم
وانسجام مبني على واقع الحياة الزوجية.

- لا يقارن الزوج زوجته بأمه ولا بأي امرأة أخرى . ولا
تقارن الزوجة زوجها بأبيها ولا بأي رجل آخر.

اختلاف الأولويات

لكل من الشاب والشابة أهدافه وطموحاته قبل الزواج التي لا يريد التخلي عنها بعد الزواج وله رؤية خاصة عن حياته الزوجية التي يريد تحقيقها كما رسم لها . بعد الزواج على الزوجين أن يحددوا خط عام للحياة الزوجية يلتزمان به لتحقيق حياة زوجية سعيدة مع الاحتفاظ بخصوصيتهما في بعض الأمور التي لا تشكل إرباكا للخط العام للحياة الزوجية والأسرية وفي حالة حدوث ذلك الإرباك فهذا يعني أن هناك اختلاف في الأولويات لكل واحد منهما وينبغي الوقوف عند هذه المعضلة

وحلها قبل أن تعصف بالحياة الزوجية .ومن هنا يأتي تحدي اختلاف الأولويات .

مثال : زوجان في بداية حياتهما الزوجية وقفا حائرين أمام مشكلة وهي ، أن الزوج حصل على عمل في الخارج سيحسن من مستوى المعيشة ولكن سيغيب لمدة سنتين قبل أن يحصل على إجازة . الزوج يرى أن هذه فرصة يجب أن يقتنصها لتوفير المال لمستوى معيشي أفضل ، والزوجة ترى أن بقاءه إلى جانبها هو الأولى مع وضع معيشي عادي . وأن بعده عنها لا يعوضه شيء . فهل سيتوصلان إلى حل يرضيهما معا ؟ أم سيفرض أحدهما قراره على الآخر وتنتج مشكلة تولد بعدها مشاكل أخرى مبتدأها اختلاف الأولويات .

التفضيلات : هناك أيضا مسألة التفضيلات قد تختلف بينهما ، مثل تفضيلات الطعام بأن يفضل الزوج أنواع معينة من الطعام وطريقة التقديم تختلف عما تفضله

الزوجة ، وقد تحرص الزوجة على تقديم الطعام الذي يفضله الزوج وتهمل رغباتها ، وربما العكس بأن تهتم بتفضيلاتها في الطعام وتضع زوجها أمام الأمر الواقع في تناول ما تفضله هي فيشعر بالإهمال .

ومن التفضيلات أذكر اختلاف طريقة التعبير مثل أن يفضل الزوج التعبير عن حبه لزوجته بتلبية متطلباتها ورعاية شؤونها بينما قد ترى الزوجة أن التعبير عن الحب بالكلام الرومانسي والهدايا والورد والقبل .

نصائح:

- ينبغي تقبل فكرة اختلاف الأولويات لحل المشكلة والتعامل معها، فلا ينبغي ابداً أن تعتقد أن الطرف الآخر يفكر مثلك تماماً وأن له نفس الأولويات مثلك، لكل شخص اهتماماته وأولوياته خاصة وأن النساء والرجال مختلفين في طريقة تفكيرهم واهتماماتهم بطبيعة الحال فتقبل هذه النقطة وتجاوزها ولا تطلب من شريك حياتك أن يكون نسخة منك كي تستمتع بنجاح الحياة الزوجية التي أنت شريك فيها.

- لا تحاول فرض أولوياتك على الطرف الآخر، فالطرف الآخر هو شريك حياتك، أنتما تتقاسمان الحياة معاً

بحلوها ومرها وكلمة شريك الحياة تعني أن له الكثير من الحقوق في هذه الحياة إن لم يكن نصفها، فلا يصح أن تحاول فرض أولوياتك فقط بل يمكن تأخير ترتيبها أو إعادة صياغة أولويات الحياة.

خير الأمور الوسط، وهذا المبدأ يمكن اعتماده حين تختلف ترتيب الأولويات بين الرجل والمرأة، فكلاهما يفكر بطريقة مختلفة، قد يرى الزوج أحد الأمور غاية في الأهمية وأنها أهم أولوية بالنسبة له في الحياة الزوجية، في حين ترى المرأة أنها الأولوية الخامسة أو السادسة، فهنا نقول أن خير الأمور الوسط، فلا ينتظر الرجل أبداً أن تعطي زوجته هذا الأمر كل أهميتها وكأنه الأولوية الأولى في حياتها ولا تتأخر المرأة أيضاً في تلبية الأمر لأن ترتيبه الخامس أو السادس من أولوياتها بل ينبغي أن يفكر

كل طرف في الطرف الآخر ومحاولة تقريب الأمور لتجاوز
أزمة ترتيب أولويات الحياة في سنة أولى زواج.

الكثير من الرجال يعتبر العمل أهم أولوية في حياته وقد
يكون هذا الأمر ظاهرياً فقط وهذا ما تراه الزوجة،
وتتضايق بعض الزوجات وتنفر من تقديس زوجها لعمله
وجعله خط احمر لا يصح الاقتراب منه باي حال من
الأحوال، ولكن عزيزتي الزوجة هذا ظاهرياً فقط لكن
الزوج يقدر عمله لأن العمل هو ما يضمن استقرار
الأسرة، ويضمن رضائك عنه عندما يوفر متطلباتك
ومتطلبات الأسرة بشكل عام، فهو ضامن لعلاقته معك،
وضامن لمستقبل الأولاد، فالعمل في حد ذاته كيان
للرجل ولكن لأنه فقط يضمن استقرار الحياة بشتى
مجالاتها فكوني متعاونة معه حول هذا الأمر لنجاحه
ونجاح الحياة الزوجية الذي تبحثين عنه.

من أهم الأمور التي ينبغي تسويتها هي الجنس، فالجنس من أهم أوليات الرجل ويأتي بعد العمل، بل أحياناً يتم ترتيب العمل رقم واحد ليكون ضامن لاستقرار الجنس، وبالطبع هذا التفكير يقل كلما تقدم في العمر وازدادت المسؤوليات ولكن يظل الرجل يفكر في العلاقة الحميمة على الأقل ضعف ما تفكر به المرأة، ومن هنا تبدأ الخلافات نتيجة لاختلاف الأولويات.

خفوت المشاعر

حين يرتبط الزوجان تكون مشاعرهما متقدة وتغلب الלהفة والاندفاع نحو الآخر، ومع مرور عدة أشهر تستقر مشاعر كل منهما ولكن ليس بنفس التوقيت حيث يسبق أحدهما الآخر، فيتهم الطرف الذي ما زال على

نفس المشاعر المتقدة الطرف الآخر بالتغير والملل من العلاقة الزوجية ، وقد يسبب ذلك بعض المشاكل.

مبدئيا خفوت حدة المشاعر مع مرور الوقت ليس معناها تغير طرف العلاقة الزوجية وإنما هي ظاهرة طبيعية تحدث مع كل المتزوجين ، فمن الطبيعي أن تبدأ العلاقة الزوجية بمشاعر جياشة ثم مع التعود والدخول في معترك الحياة والالتزامات يصبح هناك استقرار -وليس تغير- في المشاعر وتصبح أكثر رسوخا ولكن التعبير عنها يأخذ مجرى آخر مختلف عن فترة الخطوبة وشهر العسل .

على الزوجين أن يتفهما ذلك ويعتبرانه شيئا طبيعيا وإلا لفتحا على نفسيهما متاهة الاتهامات والشكوك.

نصائح:

- على الزوجين أن يفهما طبيعة كل مرحلة من حياتهما ويعاملان بمقتضياتها.
- أن يتصرف الزوج والزوجة بطريقة طبيعية عفوية ولا يتكلفا.
- أؤكد على استمرار الحوار الدائم بين الزوجين لإحداث التقارب والفهم وتذويب المشاكل أولاً بأول.
- قيام الزوجين بأعمال وترتيبات ترفيهية من حين لآخر لتعزيز العلاقة العاطفية بينهما كنزهة أو رحلة أو سهرة مختلفة وغيره من الأمور التي من شأنها تقوية الارتباط العاطفي .
- لا يغفل الزوجان روح الدعابة والبساطة والمرح وهما يتعاملان مع بعضهما في الحياة اليومية.

- التأكيد من أن خفوت المشاعر في الحد الطبيعي وليس رد فعل لمشكلة ما ، حتى يتسنى معالجة الأمر في أوله .

- التفريق بين خفوت المشاعر والبرود العاطفي ، حيث أن خفوت المشاعر يعد تخفيف من حدة الاندفاع نحو الشريك ، أما البرود العاطفي فهو في الأغلب نتيجة صدمة في الشريك أو خيبة أمل أو غيرها من الأسباب وقد يحدث البرود من بداية الحياة الزوجية.

- ليعلم الزوجان أن خفوت جذوة الحب وقلة اللفتة والاندفاع نحو الشريك ليس معناه انتهاء الحب فالحب الحقيقي يبقى بينهما لنهاية الحياة بل ويكبر مع مرور السنوات ويكون أكثر رسوخا . ومع نضج الزوجين يصبح هناك صور مختلفة للتعبير عن ذلك الحب.

تغير السمات الشخصية

يشكو بعض الأزواج من تغير الشريك ، ويبدأ بتخمين الأسباب والقلق حيال العلاقة الزوجية ومستقبله مع شريكه ، هذا التغير قد يكون حقيقي ويشعر به الطرف الآخر ويشكل تهديد للحياة الزوجية إذا لم يتفهم الزوجان الأمر ويتعاملان معه بذكاء ، وفي أيديهما جعل الأمر عاديا غير مؤثر على مستقبل الحياة الزوجية.

التغير في بعض السمات الشخصية ظاهر صحية في حدها الطبيعي ، حتى الأهل والأصدقاء يلاحظون هذا التغير على المتزوجين حديثا.

من أمثلة التغيير أن يكون الزوج ذو مرح ودعاية فيصبح بعد الزواج أكثر اتزاناً ، وبالنسبة للزوجة الأغلب أن تكون أكثر هدوءاً بعد الزواج مما عليه قبل الزواج.

فما أسباب تغير السمات؟

المسؤوليات الأسرية الجديدة وضغط الالتزامات تسبب في كثير من الأحيان تغير مزاج الزوج بحيث يكون في فترة الخطوبة والأسابيع الأولى من الزواج أكثر ميلاً للمرح والدعابة والأعصاب الهادئة ثم يصبح بعد ذلك قليل الصبر وتظهر شخصيته العصبية التي تستنكرها الزوجة لأنها ما زالت تعيش على وتيرة الأيام الأولى.

التكلف في رسم انطباع جيد للشريك قبل الزواج لكسب الود والقبول ، وبعد الزواج تظهر الشخصية الحقيقية دون تكلف.

التغيير من سنن الحياة ولا أحد يبقى على ما هو عليه بعد النقلة الكبيرة في حياته حيث أن الزواج تغيير كامل في مسار حياة الإنسان.

احتمال أن يكون التغيير في سمات شخصية الزوج أو الزوجة كرد فعل لتصرفات الطرف الآخر، كأن يتحول الزوج إلى العناد لمواجهة تصرفات زوجته المستفزة. أو تصبح الزوجة مبذرة إذا علمت أن زوجها غير صريح بخصوص وضعه المادي ويخفي أموالا عنها.

نصائح:

- لا يبالغ الزوج والزوجة وهو يراقب تغيير سمة في شريكه ، فهناك تغيير لا بد منه لمواكبة المرحلة ، وهناك تغيير يمكن التماشي معه وتغيير يحتاج إلى حوار ومناقشة لمعالجته إذا كان سلبيًا .

- التوقف عن النقد الهادم واتهام الشريك بالمرآونة لأنه هو نفسه ربما لا يشعر بنفسه وهو يتغير.
- لا يفتح الزوج والزوجة باب الشكوى من شريكه للأهل والأصدقاء والمقربين فكل زوجين لهما خصوصياتهما في العلاقة ، والشكوى تفتح مجال الأسئلة والاستقصاء فيتشتت تركيز الزوجين.
- يحرص كل من الزوجين على رضا الآخر وإسعاده والسعادة معه، فالسعادة قرار مشترك وليس من طرف واحد.

عدم التكيف مع الحياة المشتركة

ليس من السهل على الشاب أو الشابة الانتقال من حياة العزوبية إلى الحياة الزوجية ، فبعد الزواج يصبح أي قرار مرتبط بقرار الآخر ، وأي رغبة يجب أن يراعى فيها رغبة الآخر ، يتحد الزوجان عاطفيا ونفسيا وجسديا وعبر القرآن الكريم عن هذا الاتحاد باللباس فما أروعها من تعبير { هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ } البقرة ١٨٧.

إذن الزواج رابطة قوية ، تجمع بين شخصين في الغالب لا يعرفان بعضهما ، وبين قلبين لم يتآلفا من قبل ، وجسمين لم يلتقيا ، وطبيعتين تختلفان ، يضاف إلى ذلك انفصال الزوجين عن أسرتهما ، وربما الابتعاد

عنهم . هذه الظروف والأحوال ربما تُسبب عدم تكيف
بين الزوجين في الأشهر الأربعة الأولى ، ما تلبث حتى
تزول ، ويتآلف القلبان ، ويعرف كل منهما طبيعة الآخر ،
وتسود بينهما المحبة والمودة والسكينة . إلا أن بعض
الأزواج لا يستطيع التعامل مع الأشهر الأولى كما ينبغي
، فتحصل مشكلات عديدة ربما أدت إلى الطلاق.
إن التمسك بنمط الحياة قبل الزواج يعرقل في كثير من
الأحيان تكيف الزوجين مع بعضهما.

شكوى:

إحدى الزوجات بعد مرور أربعة أشهر فقط من الزواج
اشتكت إلي أنها تشعر بالتهميش والإهمال والوحدة ،
وأطالت بتوضيح مشاعرها المحبطة والسلبية ، وعندما
سألته عن السبب ذكرت لي أنها كانت في قمة السعادة
في شهر العسل ولكن بعد انتهاء الإجازة وبدء الدوام

أصبح يغيب عنها بالنهار في العمل وفي المساء مع أصحابه وعندنا يعود لا يتناول معها العشاء الذي تعده لهما الاثنان لأنه قد تناوله مع أصدقائه كما كان يفعل قبل الزواج ، ويطالبها بعدم محاولة تغيير حياته التي اعتاد عليها .

مظاهر عدم التكيف:

- رغبة احد الزوجين المتكررة بزيارة أهله.
- كثرة الاتصالات على الأهل خصوصا من الزوجة.
- كثرة بكاء الزوجة ، وحننها الشديد على أهلها.
- اضطراب النوم وقلة الشهية ، مع قلة الرغبة الجنسية.
- الرغبة في الخروج من المنزل ، لأتفه الأسباب.
- الشعور بالوحدة والحزن خاصة عند الزوجات.

أسباب ضعف التكيف:

- نشوء أحد الزوجين في بيئة مغلقة ، أفقدته مهارات التواصل مع الآخرين.
- مبالغة أسرة أحد الزوجين في التربية العاطفية.
- عيش أحد الزوجين في جو من الدلال الزائد ، والاتكالية المفرطة.
- خوف الزوجة من المجهول ، خصوصا إذا كان الزوج صغيرا أو قليل الخبرة لا يعرف التعامل مع الزوجة.
- جهل الزوجين أو أحدهما بحقوق الآخر.
- جهل الزوجين بطبيعة أشهر الزواج الأولى ، وصعوبة التأقلم بسرعة بين الطرفين.

جهل بعض الزوجين بطبيعة الآخر ونفسيته.
حصول بعض الأخطاء المتكررة من احد
الزوجين ، دون العمل على إصلاحها.
تدخل الآخرين الذي يؤدي إلى إفساد العلاقة
الزوجية ، بتضخيم الأخطاء ، وتصعيد
المشاكل.

نصائح:

- توعية الزوجين بأن ما يحصل من ضيق وتبرم
سيزول قريبا ، وهو ناتج عن تأخر الألفة والمحبة.

- على الزوجين أن يعرف كل منهما خصائص الآخر النفسية ، فالزوجة لابد أن تعرف طبيعة الرجل ، والزوج لا بد أن يعرف طبيعة المرأة.
- على الزوجين تعلم حقوق الآخر ، وذلك بدراسة الكتب المختصة في ذلك.
- لا بد من تفهم الزوج لمعاناة زوجته ، خصوصا إذا كانت بعيدة عن أهلها ، وصبره عليها.
- يحرص الزوج على التخفيف من معاناة زوجته ، عن طريق تكرار زيارتها لأهلها ، والاتصال المستمر بهم.
- البعد عن العناد والتمسك بالرأي عند تضايق الطرف الآخر ، بل لا بد من المرونة ، والتنازل عن بعض الأمور حتى تسير عجلة الحياة.
- يحرص الأهل على دعم الزوجين نفسيا ، حتى يتجاوزا هذه المرحلة.

- تقوية الاتصال الروحي لأهمية الجوانب الإيمانية في
مباركة الحياة الزوجية.

- بث روح الدعاة في المنزل والحرص على قضاء أوقات
مشتركة معا .

- الصبر مفتاح لكل المغاليق .

الزواج في منزل الأهل

بعض الشباب يتزوج في بيت أهله لرغبة عائلته بذلك ، أو
لعدم تمكنه من توفير بيت مستقل . إن هذا الخيار قد
يكون مناسباً لبعضهم وغير مناسب للبعض الآخر
ويؤدي إلى حدوث مشاكل قد تؤدي إلى تفكك الأسرة ،
وهنا أوضح بعض النقاط في هذا الجانب .

إيجابيات الزواج في بيت الأهل :

- الشعور بالدفي العائلي لوجود لوجود لمة الأسرة.
- وجود الوالدين الكبار قد يساهم في تسهيل بعض الصعوبات التي تحتاج إلى خبرة.
- استقرار الوضع المادي نتيجة للتشارك في النفقات.

سلبيات الزواج بي بيت الأهل:

- عدم الانسجام بين الزوجة وبعض أفراد عائلة الزوج قد يسبب مشكلات تنعكس على علاقة الزوجين.

- تدخل عائلة الزوج في الخصوصيات من أسباب تعكر الحياة الزوجية.
 - عدم الاحترام المتبادل بين الزوجة وأهل زوجها يجعل الحياة متوترة بين الزوجين.
- هذه بعض الأمور بشكل عام وهناك أمور كثيرة تنشأ لا يحسب لها أحدا حساب عند التفكير بالسكن عند الأهل وفيما بعد قد يتغير هذا القرار وينتقل الزوجان إلى منزل مستقل.

نصائح:

- عدم التسرع في أخذ القرارات ، والتفكير كثيرا في شكل العلاقات بعد الزواج.
- عند الاضطرار للسكن عند الأهل يجب التحلي بالصبر من قبل الزوجة والتعامل مع أهل زوجها على أنهم أهلها، ومحاولة تفهم نمط حياتهم وعاداتهم.
- على الزوج عدم الضغط على زوجته وإرغامها على نمط حياة عائلته، فهي لديها كيانها الخاص وحقوق يجب مراعاتها.
- لا يهمل الزوج زوجته ويبقى على نفس عاداته القديمة فهو الآن أصبح متزوجا ومسؤولا حتى وإن لم يغادر منزل عائلته.

- التفكير في مستقبل العائلة الصغيرة وكيف
سيكون الأمر عند إنجاب الأطفال وحين يكبرون.
أي أنه من مصلحة الزوجين أن يخططان لحياة
مستقلة في المستقبل.

تأثير الأصدقاء

وجود الأصدقاء طبيعي جدا في حياة الإنسان ، ولكن أين موقعهم في حياتك ؟ إلى أي مدى يتوغلون فيها؟

الشخص هو الذي يحدد طبيعة العلاقات مع الآخرين ويضعها في إطارها المناسب، وهو المسؤول عن عواقب تلك العلاقات ، والزوجان مسؤولان عن نجاح حياتهما الزوجية وحمائتها من تأثيرات المتطفلين والعاثين وحتى الحاسدين.

الزوج الذي يقضي وقته إذا فرغ من العمل مع أصدقائه، ويستشيرهم في كل صغيرة وكبيرة ولا يخفي عنهم شاردة ولا واردة في بيته حتما سيكون ذلك على حساب استقرار عائلته وسعادتها.

والزوجة التي لا تنتهي دردشاتهما مع صديقاتها في كل أمورهما ويعرفون كل شيء في بيتها كأنهن يعشن معهم فهذا أيضا مؤثر سلبي على استقرار عائلتها، كما أن بعض الزوجات يتقلب مزاجها بناء على مزاج صديقتها ، أو تتبنى آراء بإيعاز منها .

قصة من الواقع: تزوج أحد الشباب وكان أحد ثلاثة أصدقاء كان أولهم زواجا وكان صديقه يحذرانه من الانقلاب عليهم والانشغال عنهم بزوجته ويتندرون عليه أنه أصبح سجيناً مقيداً، ولكي بثبت لهم أنه مسيطراً وأنه لم يغير من الوضع شيئاً كان مستمراً في سهراته معهم ورحلاته التي تتكرر كثيراً كما كان قبل الزواج. كان يشعر بالذنب تجاه زوجته التي ضاقت ذرعاً من إهماله وتغيبه ولكنه استمر بذلك وفاء لأصدقائه حتى تزوج صديقه في فترة متقاربة فأصبح لا يراها إلا بعد تنسيق مسبق ولساعات محددة ، وعندما عاتب أحدهم مرة رد

عليه : لدي زوجة تنتظرنى ومسؤوليات انتهى زمن العزوبية. هذه العبارة التي جعلته يفيق مؤخرا.

نصائح للزوج:

- لتكن عائلتك في قمة أولوياتك ، هذا قرارك أنت غير قابل للتفاوض.
- حافظ على أخبار عائلتك وطبيعة علاقتك مع زوجتك وإن احتجت إلى استشارة في أمر ما فليكن ممن لديه الأهلية ليفيدك وليس من أجل الفضفضة فقط.
- لا تتعامل مع صديقك على أنه أحد أفراد العائلة بحيث يدخل بيتك في أي وقت ويجلس على مائدة طعامكم ويتبسط في الحديث مع زوجتك.
- لا تحدث زوجتك عن صديقك بإسهاب وتمدح فيه وفي كرمه ومواقفه الرجولية.

نصائح للزوجة :

- كما قلت للزوج سأقول لك لا تفشي أسارك العائلية لصديقاتك وكذلك لا تخبري صديقاتك بخططما المستقبلية.
- لا تنشغلي بكثرة الزيارات والتسوق مع صديقاتك على حساب بيتك.
- لا تقارني حياتك بحيات صديقتك فما يناسبها قد لا يناسبك والعكس ، ولا تتأثري بما تمليه لك من النعيم الذي تصفه ربما تبالغ في ذلك ، وقد تكوني أنت على وضع أفضل فتستغلك.

- اجلي سعادة عائلتك واستقرارها نصب عينيك أثناء اتخاذ أي قرارات أو الإقدام على أي تصرفات.
 - لا تثفي بصديقتك ثقة عمياء لدرجة أن تصطحبها معك في النزوات العائلية. إلا في حالة أن لديها عائلة.
 - قفي إلى جانب صديقتك إن احتاجت وادعميها لكن لا تضحى بشيء يخص عائلتك لأجلها.
- في الأخير أقول الأصدقاء الحقيقيون المحفزون داعمون للحياة الزوجية وينشرون الطاقة الإيجابية في حياة أصدقائهم.

تأثير متاعب الحياة

لا تخلو حياة الإنسان من بعض المتاعب حتى وإن كانوا من الطبقة المرفهة، ولكن أقصد هنا متاعب الحياة للفئة العادية الذين يشقون طريقهم بصعوبة ، خاصة في بداية الزواج حيث تكثر المتطلبات والالتزامات وهذا ما يسبب ضغطا على الزوجين الذين يأملان بحياة مريحة بعد الزواج فينصدمان بواقع مغاير وضغوط مضاعفة.

متاعب الحياة منها ما هو متعلق بنشوء الأسرة وتبعات تكاليف الزواج . ومنها ما هو متعلق بالمستجدات الجديدة مثل الأمراض أو الحمل أو الكوارث الطبيعية أو ظروف البلد العامة. كل ذلك يؤثر على الزوجين الجديدين ويجدان نفسيهما في مواجهة الأمور الصعبة وبعد أن كانا جزء من عائلة أصبحا هما المسؤولين الأولان.

نصائح :

- افهما طبيعة الأمور وما يجري جيدا وقدم الدعم النفسي لبعضكما البعض حتى تتجاوزا الصعوبات ولا يكون أحكما ينفس ضغطه على الآخر.
- اطلبوا الاستشارة من ثقة عندما تعجزان عن مواجهة بعض الأمور.
- استمتعا بلحظات السعادة ولا تستسلما للمتاعب وذلك بالنظر لها على أنها فترة وتعدى.
- تماسكما سيجعلكما تتجاوزان أي متاعب أما اتهام كل طرف للآخر سيجعل الحالة تسوء.

الصدمة بواقع مغاير:

يرسم كل من الشاب والفتاة قبل الزواج صورة مثالية
حالمة للحياة الزوجية بناء على رغبتهم في صنع هذه
الحياة وتطلعهم لحياة سعيدة. هناك أشياء أخرى
ساهمت في رسم هذه الصورة منها تأثير الأفلام
والمسلسلات والروايات الحالمة. هذا لا يعني أن كل
شابين سيتزوجان سينصدمان بواقع مرير بعد الزواج ،
بالعكس فهناك من استمر زواجهم عشرات السنين وما
زالت العاطفة متقدة بينهم وترفرف حمامات السعادة في
بيوتهم من بداية حياتهم إلى آخر العمر.

لكن الذين ينصدمون بواقع مغاير ليس قليلون، فما
الشيء الذي يسبب لهم هذه الصدمة ؟ من خلال
المعاينة نرى البعض يكتشف صفات جديدة غير محببة
في الشريك لم يكن يعرفها، أو يواجهه الشريك باعترافات

كان يخفيها، أو أن هناك أشياء متعلقة بالعلاقة الزوجية نفسها لم ينتبه لها الزوج أو الزوجة إلا بعد الزواج.

بعض الأزواج يبالغون في ردة فعلهم أو ينتابهم القلق والارتباك فلا يحسنون التصرف ويصابون بخيبة أمل تفقدتهم الشعور بالراحة والسعادة.

نصائح :

- دعوا الأمور تكون واضحة من البداية وخذوا الأمور ببساطة، لا داعي لإخفاء الأمور المهمة أو الظهور بمظهر ليس حقيقي، كونوا حقيقيين في فترة التعارف.
- عند اكتشافك صفات غير محببة كن متفهما وناقش بهدوء فكل شيء قابل للتغيير مع المودة، وبنفس الشيء مع الزوجة.

- لا داعي لسماع اعترافات ما كان قبل الزواج
فهذا ماض لا تبني عليه شيء مستقبلي.
- عند تفاجؤك بأشياء جديدة سيئة لم تكن تفكر
فيها تروى وخذ وقتك في تأملها ولا تدع أمور
صغيرة تضيع عليك سعادتك، وتعامل مع الأمور
بحكمة لأن العصبية في البداية تترك آثار في
العلاقة تظهر فيما بعد.

عدم وضع خطة إنفاق

خطة الإنفاق هي كيفية إدارة ميزانية البيت، وأغلب المتزوجين الجدد لا يبدأوا حياتهم بوضوح في الإنفاق بل يكون الأمر عشوائيا قبل أن يتفوقوا على خطة، وهذه المرحلة العشوائية تستنزف كثير من موارد الأسرة وربما تثقل كاهلهم بالديون فيصبح تسيير الأمور المنزلية أمرا صعبا، وربما تطول هذه المرحلة لعدم تمكن الزوجين من الاتفاق على خطة الانفاق أو لعدم الاهتمام، وهذا ما بسبب صعوبات في بداية الحياة الزوجية.

نصائح:

- جلوس الزوجين معا في بداية الزواج لوضع خطة للإنفاق أمرا ضروريا، وعدم الاتفاق له أبعاد سلبية فيما بعد. فيجب أن تكون الأمور واضحة منذ البداية.

- بعد الاتفاق على الخطة يتحمل الزوجان مسؤولية تنفيذها.
- الزوج هو المسؤول عن توفير مصاريف الإنفاق ولكن الزوجة مسؤولة أيضا عن عدم إهدار موارد الأسرة في أمور أقل أهمية.
- إذا كانت الزوجة لديها دخل مادي من وظيفة أو غيره تستطيع أن تساهم في رفع مستوى معيشة الأسرة ولكنها غير ملزمة بذلك، فعلى الزوجين تجنب المشاحنات التي تحدث بسبب راتب الزوجة ، ويحسمان فيه منذ البداية.
- على الزوجين تحديد الأولويات والمهم والأهم معا، لأن الأولويات تختلف من شخص لآخر.
- تجنب التبذير والحث على الادخار لمواجهة الظروف الطارئة، وذلك بوضع حدود معقولة

- للأكل خارج المنزل وللعزومات والحفلات
والهدايا وخلافه والانتباه لها عند وضع الخطة.
- عندما تكون الأمور المادية واضحة من البداية
تصبح بعد ذلك روتينية وتسير الميزانية
بسلاسة، وهذا ما يجعل الزوجين مرتاحين..

الخجل المفرط لأحد الزوجين

الخجل من سمات الفتيات وعندما يكون
بالمعقول يزيد جمالاً وأنوثة خاصة في بداية
الزواج، وزيادته واستمراره يسبب نفور الزوج
وشعوره بالضيق . المشكلة الأكبر عندما يكون
الزوج شديد الخجل فتحتار زوجته معه وتشعر
بخيبة أمل.

الخجل الموجود عند البعض ناتج عن أساليب
تربية تعودا عليها منذ الصغر وبعد الزواج قد
بسبب مشكلات تكدر الحياة الزوجية خاصة
عندما يكون أحدهم منفتحا متطلعا والآخر لا يجرؤ
على التعبير عن نفسه لشدة خجله فيظنه الطرف
الآخر باردا في مشاعره أو ضعيفا في رؤيته إذا كان
الأمر متعلقا بالنقاشات.

نصائح :

- أن يتعامل الزوجان بأريحية مع بعضهما البعض
ولا يتكلفان التعامل.
- أن يشجع الزوج زوجته على التعبير عن نفسها
ويهتم ولا يوجه لها عبارات اللوم اللاذعة فهي

تعدم لا تبني. وكذلك الزوجة في حالة كان الزوج هو الخجول.

- التحمل في البداية لأن التغيير يحتاج إلى وقت وليس بين يوم وليلة.

- بعض الزوجات تتصنع الخجل، لا داعي لذلك فالزوج ليس مغفلاً، ولم يعد الخجل ميزة.

نزعة السيطرة

إنها ليست حرب إنها حياة زوجية من المفترض أن يسودها الحب والوثام، أما قانون البقاء للأقوى هذا قانون الغاب، غبعض الأزواج يدخلون في معارك وهمية من بداية الزواج لإثبات الشخصية والسيطرة على الطرف الآخر، وهذا ناتج عن عملية شحن مسبقة من قبل أطراف أخرى فمثلا يسمع الزوج عبارات مثل :

" لا تعطيهها فرصة تتمرد عليك ، أشكمها من البداية ، لا تعطيهها وجه تتكبر عليك، وريها العين الحمراء تعمل لك ألف حساب ... " والزوجة كذلك تسمع عبارات لا تقل سمية تلك أمثال " لا تخضعي له يدوس عليك ، لا تبيني ضعفك ما بيعرف قيمتك ، لا تتنازلي له بكرة يتخلى عنه، طلعي عينه وانتفي ريشه يمشي معك على كيفك "

وغيرها من عبارات الشحن السلبي التي تهدم البيوت وتنزع الحب والمودة من حياة الزوجين.

نصائح:

- لا أحد سيهتم بسعادتك أكثر منكم فلا تستمعوا للنصائح السلبية الهدامة.
- الحياة الزوجية السعيدة تبنى على الثقة والحب والصبر فعليكم بها.
- في حالة ظهور علامات السيطرة والاستحواذ من الزوجة أخبرها أنك تفعل الأشياء لسعادتك والزوجة تخبر زوجها أنها تفعل الأشياء كذلك لسعادتهم، وليتجاوز الزوجان بمحبة وحنان وهدوء ليأنس كل واحد منهم للآخر ويترك أسلوب الاستحواذ.

قلة الخبرات الحياتية

بعد عدة سنوات من الزواج تحدث بعض المشكلات الصغيرة في الأسرة ويتجاوزها الزوجان بسهولة وتمر بسلام دون أن تترك شرخا في حياتهم العائلية، بينما نفس المشكلات عندما تحدث في السنة الأولى تتفاقم وتكبر وتسبب ضيقا وعرقلة في التعامل بين الزوجين، وذلك يرجع إلى قلة الخبرة بحيث يكتسب الزوجان مع مرور السنوات النضج الكافي و القدرة على حل المشكلات والتغاضي عن الأمور التافه؛ لذلك أوجه نصائح مهمة لحديثي الزواج لتفادي قلة الخبرة.

نصائح:

- الاطلاع على الكتب والمقالات وغيرها من وسائل التوجيه الأسري لأخذ فكرة عن كيفية مواجهة صعوبات السنة الأولى من الزواج.
- الاستماع إلى نصائح المرشدين وذوي الخبرة للاستفادة من تجارب الآخرين.
- مهما كنت قليل الخبرة التعامل بحب واحترام هو الأساس.
- لا تقارن حياتك بحياة الآخرين.

التجارب السابقة

بعض الشباب لديه تجارب سابقة إما زواج سابق أو خطوبة أو علاقة حب أو حتى علاقات غير سوية أيام الطيش، ثم يقرر الشاب أن يصحح مسار حياته ويتزوج فإذا تزوج لا داعي لسرد القصص لزوجته حول مغامراته العاطفية السابقة لأنها ليست صديقه بل زوجته ويكون ذلك مصدر إزعاج لها أو قلق أو حتى غيرة رغم انتهاء كل شيء. وبعض الزوجات تسترسل كذلك في الحديث عن ماضيها ومن خطبها ومن كان يريد أن يخطبها ومن كانت تحبه وما إلى ذلك. وكل هذه الحوارات في ساعة الصفاء تخزن لتظهر في ساعة الغضب والخلافات. إن ماضي كل واحد منهما يخصه وحده وليس من الواجب ولا الضرورة الحديث عنه بالتفاصيل، فمثلا يكفي الزوجة أن تذكر أنها

خطبت من قبل ولا داعي لتفاصيل ما حدث بينها وبين
خطيبها.

نصائح:

- لا يتحدث الزوجة والزوجة بإسهاب عن علاقات
الماضي إن وجدت.
- لا يبالغ كل منهما بالحنين إلى الماضي حتى لا
يفهم خطأ.
- التخلص من الصور والرسائل التي يسبب عثور
الطرف الآخر عليها إلى مشاكل.
- إنهاء علاقات الماضي بشكل فعلي وعدم
الانجرار إلى محاولات التنبيش في الماضي.

وجود أمراض مزمنة أو وراثية

من حق الزوج والزوجة أن يعرف كل منهما الوضع الصحي للآخر قبل الزواج ومن الخطأ إخفاء وجود أمراض مزمنة أو وراثية مؤثرة، ويكون الشاب والفتاة واضحين منذ البداية، وعدم وضع الطرف الآخر أمام الأمر الواقع بعد الزواج؛ لأن كل شيء يظهر بعد الزواج مباشرة.

هناك كثير من الأمراض التي يجب الإفصاح عنها مثل السكر والقلب والأورام الخبيثة والضعف الحاد للسمع أو البصر أو عدم الانجاب وكذلك الأمراض النفسية المزمنة كالوسواس القهري وغيرها ..

قصة من الواقع:

تزوج شاب بفتاة ومن أول يوم زواج اكتشفت الزوجة شيئاً لم تكن تتوقعه، لا يأكل ولا يشرب شيئاً تقدمه له إلا بعد أن تتذوقه، غير مسموح لها بالبقاء مستيقظة وهو نائم، يفتش باستمرار في تلفونها وملابسها وأغراضها الشخصية، إذا خرج يقفل الباب بالمفتاح وهي بالمنزل والنسخة الوحيدة من المفتاح معه، وتصرفات أخرى تسببت بخلافات ثم طلاق قبل إنهاء سنة. اعترفت عائلته بعد ذلك أنه يعاني منذ فترة طويلة من الوسواس القهري ويتخيل أن هناك من يتآمر عليه ويريد قتله.

نصائح:

- الصدق والوضوح منذ البداية يجنب كثير من الخلافات.
- إذا اكتشف الزوج أو الزوجة مرضا في الآخر لا يستطيع التعامل معه من حقه الانفصال.
- لا يليق التندر والسخرية عندما يكون أحدهما يعاني من شيء ليس بيده، مثل الصلع أو تساقط الشعر أو قصر القامة أو الطول الزائد أو انحناء القدمين أثناء المشي أو العمش الليلي أو الفوبيا من الأماكن المرتفعة وغيرها؛ فهذه أشياء غير مؤثرة على العلاقة الزوجية لكن البعض يبالغ.

خاتمة

السعادة قرار وأنت من تملكه، والحب عطاء، ابدأ
بنفسك، امنحها الحب حتى تستطيع منحه
لعائلتك، والحياة فيها وفيها بالصبر تتجاوز
أصعب ما فيها.

الكاتبة : عيشة صالح محمد