

## الحياة الزوجية.. اختلافات وتحديات

### الكاتب



شيماء المرزوقي

أمام التحديات الحياتية، والكثير من الصعوبات التي تمر بنا، نحتاج لمهارات لتجاوزها، ومعرفة كيفية التعامل معها، ولا أجد أهم من المعرفة والتوقع، كحل وقائي للكثير من تلك المشاكل والصعوبات. لأن المعرفة تمنحك المعلومات اللازمة، أما التوقع فيعني الاستعداد. ولعل هذه المهارات هي ما نحتاج اليه في جوانب كثيرة من الحياة، وتحديدًا في الحياة الزوجية، والتي تتطلب عدة مهارات لتجاوز العقبات، والصعوبات، التي ستمر على الزوجين، وهي صعوبات متوقعة، واختلافات غير مستبعد وقوعها، بل إن الحياة الزوجية، تحديدًا تتطلب الفهم والمهارة، وأيضًا الاستعداد لمواجهة تلك التباينات التي ستقع.

ولعل من أهم الحلول للكثير من تلك المشاكل، تقوية التواصل والتفاعل بين الزوجين، لأن التواصل البناء، والتفاهم، والاتفاق على لغة مشتركة وحوار دائم، والحديث المستمر، عن أي عارض يمر بالأسرة، أو أية صعوبة ومشكلة تعترض حياتهما، عندما يكون التواصل قويًا بين الزوجين، فهذا يعني أن كل واحد منهما يفهم مشاعر الآخر، ويعرف اهتمامات الآخر، واحتياجاته، ورغباته، وبالتالي يمكن لكل واحد منهما التفاعل مع شريك الحياة، وتقدير أفكاره، واحترام مساحته.

وهذا يقودنا نحو أهمية الاحترام بينهما، بل إن هذا الاحترام يكون أرضية قوية يمكن تأسيس هذه العلاقة الزوجية عليها، وهذا يعني أن كل شريك يحترم آراء الطرف الآخر، ويقدم له الدعم المعنوي والنفسي والعاطفي.

ولا ننسَ قيمًا أخرى مثل التفاهم والتسامح، وهما قيمتان مهمتان، لأن الحياة الزوجية، لن تخلو من الأخطاء، فهي حياة مستمرة ودائمة، ومقدر لها النمو، وتأسيس أسرة تضم الأطفال بين جنباتها، لذا تحضر قيمة التسامح، في فهم أسباب الخطأ، ومعالجته بشكل موضوعي ودقيق.

والحقيقة أن الحياة الزوجية، يجب أن تكون لها الكلمة العليا، عند كل واحد من طرفي العلاقة - الزوج والزوجة - وأن يسعيا لتنمية الأوقات الجميلة بينهما، من خلال القيام بالأنشطة الترفيهية المشتركة، والوعي بمهارات تنظيم الوقت وأثره

في الحياة الزوجية، على سبيل المثال التوازن بين الحياة الخاصة الأسرية، والعملية الوظيفية، بحيث لا يقوم الزوج أو الزوجة، بنقل عمله وإدخاله على حساب وقت الأسرة، وهذا يعني تحديد الأولويات والوقت المناسب لكل نشاط. في اللحظة نفسها على الزوجين، فهم أن حياتهما المشتركة يجب أن تقوم على أسس من التعاون

[Shaima.author@hotmail.com](mailto:Shaima.author@hotmail.com)

[www.shaimamarzooqi.com](http://www.shaimamarzooqi.com)

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.