

التوافق الزوجي

أسس التوافق الزوجي

يعد الزواج من أقدم النظم الاجتماعية التي عرفتھا البشرية عبر تاريخھا الطویل وأكثرھا استقراراً وقبولاً وإجمالاً عند كافة المجتمعات والفلسفات والأديان السماوية.

يُعرّف الزواج بأنه "علاقة تقوم على موافقة الشريكين وعلى عقد شرعي يسمح بأداء أدوار اجتماعية معينة وبإشباع الحاجات البيولوجية والعاطفية، وذلك وفق العادات الثقافية والاجتماعية السائدة".

أما التوافق الزوجي فهو التوافق الذي يتعلق بقدرة الفرد على تحقيق السعادة الأسرية والحب المتبادل بين الزوجين وتحمل مسؤوليات الحياة والقدرة على حل المشكلات.

إن التوافق الزوجي من الأسباب المهمة لاستمرار الحياة الزوجية الناجحة، فهو الركيزة الأساسية لتحقيق الصحة النفسية لجميع أفراد الأسرة، فمن خلاله يتم إشباع الحاجات والرغبات المتنوعة لدى الأفراد بشكل مناسب ومقبول نفسياً واجتماعياً.

همسات

← الزواج الناجح هو الذي يجمع الطرفين بطريقة تجعل كل منهما قادراً على النمو والتقدم نحو الأفضل .

← الحياة الزوجية السعيدة تتحقق بالقدرة على توفير مساحات مشتركة بين الزوجين بالرغم من وجود الاختلاف.

لمزيد من المعلومات يمكنكم التواصل مع الباحث الاجتماعي المتواجد في أقرب مركز صحي



الأهداف

وضوح أهداف الزواج الخاصة والمشاركة لكلا الطرفين في بداية حياتهم يسهم في إنشاء علاقة زوجية قوية.

الواقعية

رسم صورة واقعية عن الحياة الزوجية عبر إدراك مهام ومسؤوليات الطرفين والالتزام بها بما يتناسب مع الإمكانيات والظروف المتنوعة.

معرفة الأدوار

تفهم الأدوار الفردية و المشتركة للطرفين وما يرتبط بها من حقوق وواجبات متبادلة والالتزام بها كوسيلة أساسية لتنظيم الحياة الأسرية.

الأولويات

التشارك في تحديد الأمور الحياتية وترتيبها بحسب أهميتها في الحياة الأسرية، والقدرة اتخاذ القرارات المناسبة للأسرة ككل.

نمط الشخصية

تفهم الطرفين للاختلافات المتعددة بينهما سواء كانت في الطبيعة الجسمانية أو الصفات الشخصية أو الظروف التي يعيشها طرف.

التواصل

اكتساب واتقان مهارات التواصل الجيد والفعال بين الطرفين، والاتفاق على قواعد واضحة لإدارة الانفعالات والمشاعر اللفظية وغير لفظية بينهما.

العاطفة

أهمية اكتساب وتنمية مهارات الذكاء العاطفي لإشباع الحاجات والدوافع المختلفة لدى الزوجين مثل دوافع الحب والجنس والوالدية وغيرها بشكل مقبول.

الترابط الأسري

الوعي بأن الزواج يعني ارتباط عائلتين بعلاقة اجتماعية، فعلى الزوجين احترامها والمحافظة عليها مع مراعاة عدم انتهاك خصوصية وسرية حياتهما المشتركة.

المعتقدات الدينية

التعرف على الاتجاهات والمعتقدات الدينية والثقافية لكلا الطرفين والاتفاق على أسس ممارستها بطريقة تحقق الانسجام في الحياة المشتركة.