



دراسة تقويمية للنظريات المفسرة للتوافق الزوجي في ضوء المنظور الإسلامي

إعداد

د/ سراج عبدالله سيكمانيا

قسم الإرشاد والاستشارات بكلية التربية
الجامعة الإسلامية العالمية بماليزيا .

أ/ فاطمة حمدي البدوي أحمد

طالبة دكتوراة بكلية التربية
الجامعة الإسلامية العالمية بماليزيا

دراسة تقييمية للنظريات المفسرة للتوافق الزوجي في ضوء المنظور الإسلامي

فاطمة حمدي البدوي أحمد^١، سراج عبدالله سيكامانيا^٢.
^١ طالبة دكتوراة بكلية التربية الجامعة الإسلامية العالمية بماليزيا.
^٢ قسم الإرشاد والاستشارات بكلية التربية الجامعة الإسلامية العالمية بماليزيا.
^١ البريد الإلكتروني: fatma.helbadwy@gmail.com

مستخلص البحث:

يهدف البحث الحالي إلى دراسة وتقييم النظريات المفسرة للتوافق الزوجي، مع التركيز على تحليل العوامل النفسية والاجتماعية والدينية المؤثرة فيه، من خلال المنظور الإسلامي الذي يراعي الفطرة الإنسانية ويوازن بين الحقوق والواجبات في العلاقة الزوجية. كما يسعى إلى استكشاف كيفية تعزيز التوافق الزوجي من خلال الوعي، والجهد المشترك، ودور الإرشاد الأسري في تزويد الأزواج بالمهارات اللازمة لتطوير العلاقات الأسرية.

اعتمدت الدراسة على منهج تحليلي تقويقي، يتضمن مراجعة النظريات المفسرة للتوافق الزوجي وتحليلها في ضوء تعاليم القرآن والسنة. تم تحليل النصوص الدينية والاجتماعية لفهم الأسس الإسلامية للعلاقة الزوجية. ركزت المنهجية على نماذج المودة والرحمة والإدارة المشتركة بين الزوجين، مع تقييم دور هذه العناصر في تحقيق الاستقرار الأسري.

كشفت الدراسة عن تكامل النظريات المفسرة للتوافق الزوجي، مع التأكيد على أن المنظور الإسلامي يقدم إطارًا متوازنًا يعزز تماسك الأسرة من خلال القيم الروحية العميقة المستمدة من القرآن والسنة. أظهرت النتائج أن التوافق الزوجي يعتمد بشكل كبير على الوازع الديني الذاتي للأفراد، مما يساهم في استقرار الأسرة. كما أبرزت أن قوامة الرجل تمثل عنصرًا أساسيًا لضمان الاستقرار الأسري، مع أهمية التعلم المستمر والجهد المشترك بين الزوجين لتطوير العلاقة الزوجية وتعزيزها.

الكلمات المفتاحية: التوافق الزوجي، العلاقة الزوجية، الأسرة.



An Evaluative Study of Theories Explaining Marital Adjustment in Light of the Islamic Perspective

Fatma Hamdi Al-Badawy Ahmed¹, Siraj Abdullah Sikamannia²

¹ Ph.D. Candidate, Faculty of Education, International Islamic University Malaysia.

² Department of Counseling and Consultation, Faculty of Education, International Islamic University Malaysia.

¹ Email: fatma.helbadwy@gmail.com

ABSTRACT:

This study aims to evaluate theories explaining marital compatibility, focusing on analyzing the psychological, social, and religious factors influencing it, through the lens of the Islamic perspective, which considers human nature and balances rights and duties in the marital relationship. It also seeks to explore how to enhance marital compatibility through awareness, mutual effort, and the role of family counseling in equipping couples with the necessary skills to develop family relationships.

The study adopted an analytical evaluative approach, involving a review and analysis of theories explaining marital compatibility in light of Quranic and Sunnah teachings. Religious and social texts were analyzed to understand the Islamic foundations of the marital relationship. The methodology focused on models of affection, mercy, and joint management between spouses, evaluating their role in achieving family stability.

The study revealed the integration of theories explaining marital compatibility, confirming that the Islamic perspective provides a balanced framework that strengthens family cohesion through profound spiritual values derived from the Quran and Sunnah. The results highlighted that marital compatibility is closely tied to the internal religious motivation of individuals, contributing to family stability. Additionally, the findings emphasized that the husband's role as a guardian (al-qawama) is a key factor in ensuring family stability, alongside the importance of continuous learning and mutual effort between spouses to develop and enhance the marital relationship.

Keywords: Marital Compatibility, Marital Relationship, Family.

خلفية البحث:

السعادة الزوجية ليست عملية عشوائية، بل هي ثمرة سلوك الزوجين بهدف إسعاد كل منهما الآخر.

و السعادة الزوجية هي الغاية التي ينشدها كل زوجين، وهي لا تتحقق إلا من خلال بلوغ درجة عالية من التوافق والانسجام بين الطرفين. ويُعد هذا التوافق الزوجي حجر الأساس في بناء علاقة مستقرة ومستمرة تقوم على التفاهم والاحترام المتبادل.

ومع تطور الحياة وتعقيداتها، أصبح من الضروري دراسة أسس ونظريات التوافق الزوجي، وفهم العوامل النفسية والاجتماعية والدينية التي تؤثر فيه، خاصة من المنظور الإسلامي الذي يُراعي الفطرة الإنسانية، ويضع قواعد دقيقة تحقق الموازنة بين الحقوق والواجبات.

كما تبرز الحاجة إلى تمكين المختصين في مجال الإرشاد الأسري من فهم هذه الأسس والمنطلقات النظرية، وتزويدهم بالمهارات اللازمة لتوعية الأزواج وتدريبهم على مفاهيم التوافق. وقد أظهرت التجارب أن كثيراً من هذه المهارات لا تُكتسب إلا بعد الزواج ومن خلال التفاعل الحقيقي بين الزوجين مما يجعل المتابعة والتوجيه بعد الزواج أمراً بالغ الأهمية لضمان استمرار العلاقة بنجاح وتحقيق السعادة المرجوة.

إدًا، فالسعادة الزوجية ليست نتيجة تلقائية بل هي ثمرة وعي، وتعلم، وجهد مشترك، يحتاج إلى معرفة واحتكاك وتدريب خاصة في ظل القيم التي أرساها الإسلام في العلاقات الأسرية.

يعرف التوافق الزوجي بأنه نوع من التفاعل الإيجابي و الانسجام بين الزوجين يظهر في سلوكيهما تجاه التحديات الداخلية والخارجية، التي قد تؤدي إلى آثار سلبية علي علاقة الزوجين، فيؤدي هذا الانسجام إلى التفاهم و الاستقرار الأسري، و يترتب عليه حالة من الرضا النفسي والتفاعل الزوجي والنجاح في إدارة الخلافات الزوجية والتفاهم حول العلاقات الاجتماعية المختلفة وحول مسؤوليات الأبناء و النواحي المادية الخاصة بهما (العطار، ٢٠٢٣).

كما يري البعض أن التوافق الزوجي هو حالة من الاتفاق النسبي والانسجام بين الزوجين حول الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة مع تبادل العواطف والمشاعر لإشباع احتياجاتهما المختلفة، مما يحقق لهما الاستقرار في حياتهما الزوجية (الغامدي، ٢٠١٨).

الأركان الأساسية في العلاقة الزوجية الناشئة:

يري (Glick et al., 2015) أن التحالف الزوجي Marital Coalition هو جوهر الأسرة المتماسكة السعيدة، حيث يتعاون الأزواج بفعالية في تكوين الرابطة الزوجية الناشئة حديثا، كما تذكر الدراسة أن الأركان الأساسية في العلاقة بين الزوجين تتجلى في الأبعاد الخمسة التالية، والتي تحدد جودة العلاقة الزوجية:

١. السلطة Power: من هو المسؤول؟ هناك العديد من أنواع السلطة في الأسرة، وقد يتشارك الزوجان السلطة بعدة طرق.
٢. القرب والبعد (الحياة العاطفية) Closeness distance : البعد والقرب في العلاقة الزوجية يتم تفاوضها بين الزوجين، حيث يحددان نوعية العاطفة والسلوكيات التي يشعرا بها بالقرب والحميمية.

٣. التقريب والاستبعاد Inclusion and Exclusion: من يعتبر جزءاً من النظام الزوجي؟ ينطبق هذا السؤال حول حدود العلاقة ليشمل ليس فقط الأقارب والأشخاص الآخرين ولكن أيضاً الوقت المخصص لمصلحة الحياة المهنية والاهتمامات الترفيهية.
٤. الالتزام الزوجي Marital Commitment: يحتاج كل من الزوجين إلى الشعور بأن كلا منهما ملتزم بالعلاقة وأنه الأهم في حياة الآخر.
٥. الحميمية Intimacy: أي تبادل التعبير اللفظي عن المشاعر والتواصل الفعال، حيث يختلف الزوجان غالباً في حاجتهم إلى التواصل الفعال، ولكن بالنسبة لمعظم الأزواج، يعتبر ذلك جزءاً مهماً أو أساسياً في تقوية الروابط بين الزوجين.

دورة الزواج:

يتم التوافق الزوجي كمرحلة نهائية بعد سلسلة من المواقف بين الزوجين والتي تحدث تحديداً بعد الزواج، فمهارات التوافق الزوجي تكتسب فقط بعد التعايش والاحتكاك الفعلي بين الزوجين في حياتهما اليومية، وقد تصل هذه المواقف إلي الصدام أحياناً، لكن كل هذه المواقف تصب في تقارب وتفاهم الزوجين وفهمهما لطباعهما والتكيف عليهما.

ويتضح هذا بشكل كبير عند النظر إلى دورة الزواج كما ذكرها (بخاري، ٢٠٢١) بأن تقسيم جولده شتاين وآخرون يوضح أن هناك نموذجاً يوضح التتابع في دور العلاقة منذ بداية الزواج في سنوات الزواج الأولى، ويعرف هذا النموذج بدورة الزواج، وتبعاً لهذا النموذج فإن العلاقة بين الزوجين تمر بدورة حياة هي امتداد لدورة حياة الفرد نفسه في كل مرحلة من مراحل عمره، وتكون هذه الدورة من ثلاث مراحل:

المرحلة الأولى: مرحلة الحب الرومانسي:

وتعرف عبر ثقافات مختلفة بـ "شهر العسل" وتتسم بالحب الرومانسي بين الزوجين، والنجاح في اجتياز المرحلة مفيد في بناء العلاقة بين الزوجين، ومن أبرز خصائص هذه المرحلة: نمو مشاعر المحبة بين الزوجين، ثم نمو مشاعر ارتياح كل طرف للآخر، ثم تنمو الثقة بينهما، ثم تتكون الألفة و القرب بينهما، كذلك يظهر خلالها تركيز كل طرف علي الصفات الإيجابية للطرف الآخر والتغاضي عن عيوبه، ويتم التعبير عن المحبة بالأخذ والعطاء، ويؤدي هذا كله إلى رضا كل طرف عن الآخر وتفادي أي مشكلة فيها تهدد لعلاقتهم وهذا يحمي الشريكين من التعرض للتوترات الداخلية.

هذه العلاقة قصيرة المدى لكن يتعلم فيها الزوجان كيف يستمتعان بوقتتهما وبالعلاقتهم معاً، وتساهم هذه المرحلة في تشكيل انطباعات أولية إيجابية ضرورية لدفع الزوجين للتمسك بهذا الزواج حتى وإن ظهرت بعض الصراعات.

المرحلة الثانية: مرحلة الصراع والندم:

يبدأ بعض التوتر في علاقة الزوجين في الظهور بسبب عدم توافقهما في الأهداف والطباع والرغبات والأراء وغيرها من الجوانب التي تخص كل طرف منهما، ويعتبر هذا الاختلاف والصراع أمراً طبيعياً وبعيداً واقعياً من أبعاد واقعنا وحياتنا على مستوى الأسرة أو المجتمع. وتبدأ بوادر الصراع والندم ومشاعر الخيبة والفشل تظهر بدلاً من الثقة والألفة التي اتسمت بهما المرحلة

الأولى، (وقد يحل التفكير في ترك العلاقة بدلا من الإبقاء عليها) ومن أمثلة موضوعات الاختلاف: الاختلاف حول الدخل، الاختلاف حول المعاشرة الزوجية وإشباع كل طرف منهما للآخر، الاختلاف حول العلاقة بالأهل، و تدخلهم في حياتهما، الاختلاف حول الوقت وكيفية قضائه، الاختلاف حول ما يخص إنجاب الأطفال، وغيرها من المشكلات مثل: الغيرة واختلاف المستوى الديني والثقافي والاجتماعي بين الزوجين.

المرحلة الثالثة: مرحلة الوفاق والنوام:

تتسم هذه المرحلة بالواقعية، فيها الكثير من التأقلم والتكيف مع معطيات الحياة الزوجية، ويعتبر الوصول لهذه المرحلة إنجازاً كبيراً فهي نتاج جهد كبير حاول فيه الزوجان التغلب على مشاعر فقدان الثقة وخيبة الأمل التي قد شعرا بهما في المرحلة السابقة وأدركا أوجه الخطأ في سلوكهما، وأن بالإمكان تدارك هذا. ومن نتائج هذه المرحلة أن الزوجين قد يتمكنان من التوفيق بين معطيات الواقع وتوقعاتهما وتطلعاتهما مما يمهد لاستقرار لحياتهما.

مما يجدر بالذكر، ضرورة تدخل ذوي الاختصاص في شئون الزواج والأسرة في المرحلة الثانية من دورة الزواج تحديداً لانتقال الزوجين من التخييل والصراع وزيادة وعيهما بطبيعة هذه المرحلة، لأن حدة الصراع والخلاف قد تشتد أحيانا لتصل إلى حد يصعب أو تستحيل معه الحياة، وقد تتطور إلى الانفصال، وهذا يهدد كل أفراد الأسرة.

أهداف البحث:

التعرف على النظريات المفسرة للتوافق الزوجي.

تفسير النظريات المفسرة للتوافق الزوجي في ضوء المنظور الاسلامي.

أسئلة البحث:

ماهي النظريات المفسرة للتوافق الزوجي؟

ما هو المنظور الاسلامي للنظريات المفسرة للتوافق الزوجي؟

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

تزويد المكتبات والباحثين بالدراسات المرتبطة بالنظريات المفسرة للتوافق الزوجي و المنظور الاسلامي لها.

ما تقدمه الدراسة من نتائج وتوصيات قد يساهم في الحد من الخلافات الزوجية مع فهم النظريات المفسرة للتوافق الزوجي و المنظور الاسلامي لها.

الأهمية العملية:

امكانية الاستفادة من نتائج البحث في تحسين جودة الحياة الزوجية بين الزوجين عن طريق فهم النظريات المفسرة للتوافق الزوجي و المنظور الاسلامي لها.

تأتي أهمية الدراسة العملية في تزويد المتخصصين في مجال الأسرة بالنظريات التي تدعمهم في مساعدة الأزواج علي تحقيق التوافق الزوجي بمنظور اسلامي يتفق مع مبادئ و قيم الأسر المسلمة.

امكانية الاستفادة من نتائج هذا البحث في مواجهه مشكلة من مشكلات المجتمع وهي الكدر الزوجي و التي تهدد استقرار الأسرة و ازدهار المجتمع.

الدراسات السابقة:

تظهر الدراسات السابقة عوامل مختلفة تؤثر في تحقيق التوافق الزوجي:

يري (مغازي & محمود، ٢٠٢٣) أن العوامل المرتبطة و المؤثرة في التوافق الزوجي: خاصة للمتزوجين حديثا: نشأة و طفولة الزوجين، السن عند الزواج، الاختيار الزوجي، الخبرات المرتبطة بالزواج، تقارب الزوجين في السمات الشخصية، مدة الزواج، السن عند الزواج، المستوى التعليمي و الثقافي للزوجين، النواحي الاقتصادية و المالية، أوقات الفراغ التي يقضيها الزوجان معا، الإشباع الجنسي، مسئولية تربية الابناء، التعامل مع الخلافات الأسرية، تدخل أهل الزوجين، سفر أو تواجد الزوج.

و اوضحت دراسة (المغربي، ٢٠٠١) العلاقة بين التدين و التوافق الزوجي علي عينة من المتزوجات حديثا باستخدام مقياس التدين و مقياس التوافق الزوجي و اوضحت النتائج وجود ارتباط ايجابي بين التدين و التوافق الزوجي.

و يري (أبو العزم & جمال مشرف، ٢٠٢٣) أن مقدار توافق الزوج و الزوجة يتأثر بالمتغيرات الحديثة التي طرأت علي حياتهما و علي مدي مرونتهما في تغيير أدوارهما الاجتماعية لتتلاءم مع طبيعة الحياة الزوجية، وان القدرة علي التوافق و التكيف ترتبط بالأهداف التي يحددها الزوجان، لذلك كان لابد من تعاونهما في السعي المستمر من أجل العمل علي تحقيق جوانب التوافق الزوجي و تجنب عوامل الخلاف و النزاع و زيادة عوامل التوافق و الانسجام لتحقيق أكبر قدر من التوافق في الجوانب المتعددة للحياة الزوجية.

كما يري (سلامة، ٢٠٠٧) أن عوامل تحقيق التوافق الزوجي: تحمل مسئوليات الزواج و الأسرة، النضج الاجتماعي لطرفي الزواج، تناسب الزوجين في المستوى الفكري و الثقافي، تحقيق التكيف بين الزوجين.

و في دراسة الباحثان (Leonard & Roberts, 1998) يجب علي المتزوجون حديثا التفاوض على تقسيم مُرضٍ للأدوار والمسؤوليات؛ إعادة تأسيس أو إعادة تعريف العلاقات، سواء كأفراد أو كزوجين، مع الأسرة الممتدة لكل عضو وشبكة الأقران؛ وتعلم طرق الحفاظ على علاقتهم النامية ورعايتها.

كما توضح دراسة (Acitelli, Douvan, & Veroff, 1993) تري أن تصورات و فهم الزوج الزوجة عن ذواتهم تلعب دوراً مركزياً في العلاقات الزوجية. وباستخدام بيانات من ٢١٩ زوجاً حديثاً، و بفحص تشابه الزوجان وفهمهم لأساليب الصراع. تتضمن هذه البيانات تقارير عن سلوكيات الذات والزوج أثناء الخلاف الأخير بينهما. تسلط هذه النتيجة الضوء على أهمية اعتقاد الزوجان بأنهم متشابهون، و كان أقوى مؤشر على الرفاهية الزوجية للزوجات هو فهم الزوجات لأزواجهن.

تشير الدراسات السابقة إلى وجود عدة عوامل تؤثر في تحقيق التوافق الزوجي، من أبرزها: وعي الزوجين بذواتهما، ووضوح الأهداف المشتركة بينهما، والإشباع الجنسي، وجودة الوقت

المشترك الذي يقضيه الزوجان، بالإضافة إلى النضج الاجتماعي، وتوزيع الأدوار والمسؤوليات بين الطرفين، فضلاً عن عوامل أخرى.

وفي ضوء ذلك، تبرز الحاجة الملحة إلى تحديد الأساس النظري الذي تقوم عليه هذه العوامل، بما يساهم في توضيح كيفية تطبيقها عملياً داخل الأسرة المعاصرة، بهدف تحقيق الاستقرار والسعادة الزوجية.

كما تكشف الدراسات السابقة عن ندرة الأبحاث التي تناولت المنظور الإسلامي لنظريات التوافق الزوجي مثل دراسة أثر التدين في التوافق الزوجي (كما في دراسة المغربي، ٢٠٠١)، مما يُشير إلى أهمية تبني منظور إسلامي في دراسة أسس ونظريات التوافق الزوجي، لفهم أعمق ومتكامل لهذه الظاهرة في سياقها الديني والثقافي.

منهج البحث:

دراسة تقييمية

النظريات المفسرة للتوافق الزوجي والمنظور الإسلامي لها:

١- تعزيز الزواج من خلال الإفصاح الذاتي المعرفي:

Marital Enhancement through Cognitive Self-Disclosure

أول نظرية حول ما يتطلبه الزواج الناجح تم تطويرها بواسطة إدوارد وارين، وهو معالج يركز على دراسة الحميمية الزوجية. وتقوم نظريته على افتراض أن العلاقة الحميمة بين الزوجين تعزز الترابط الأسري وتدعم أدوارها الوظيفية، حيث يرى أن تحسين مستوى الألفة الزوجية يتحقق عبر الانفتاح العاطفي والتعبير الصريح عن المشاعر والأفكار بين الطرفين. وتشمل تعريف وارين للحميمية ثمانية أبعاد مختلفة:

حل النزاع: مدى سهولة حل الأزواج للاختلافات في الرأي.

المودة: تحدد درجة القرب العاطفي الذي يعبر عنه الزوجان.

التماسك: الشعور بأن كلا الزوجين ملتزمان بالزواج.

إشباع الرغبات الجنسية: مدى تواصل وتلبية الاحتياجات الجنسية في الزواج.

الهوية: تصف مستوى ثقة الزوجين بأنفسهم وتقديرهم لذاتهم.

التوافق: درجة قدرة الزوجين على العمل والمرح معاً.

الاستقلالية: تحدد كيف يصبح الزوجان مستقلين عن أسرهم الأصلية وأولادهم.

التعبير: درجة مشاركة الأفكار والمعتقدات والمواقف والمشاعر بين الشريكين (Waring, 2013).

المنظور الإسلامي لهذه النظرية:

نموذج وارين الحديث للحميمية الزوجية يتوافق في كثير من أبعاده مع المبادئ الإسلامية، بل إن الإسلام يسبق هذه النظريات بوضع أسس متكاملة للعلاقة الزوجية تشمل الجوانب النفسية، العاطفية، الجسدية، الروحية، والاجتماعية.

لكن الفرق الجوهرى هو أن الإسلام لا يقدم هذه المبادئ كأطر تحليلية فقط، بل يربطها بالقيم الإيمانية والجزاء الأخروي، مما يمنح العلاقة عمقاً وجداناً وروحياً يُعزز من استقرارها ونجاحها على المدى البعيد، وتتحدد نوعية العلاقة بين الزوجين على أساس علم الخالق بمن خلق، حيث يعرف الله تعالى خصائص كل جنس، ويُشرّع من الأحكام ما يناسب طبيعته واحتياجاته، مما يضمن في النهاية تحقيق التوازن الأسري، ويُمهّد الطريق أمام توافق زواجي مستقر ومستدام.

نموذج واربن للحميمية الزوجية يحدد ثمانية أبعاد أساسية، ويتقاطع في كثير منها مع الرؤية الإسلامية للأسرة. في حل النزاع، يُشجع الإسلام على الحوار والإصلاح كما في قوله تعالى: "فابعثوا حكماً من أهله..." [النساء: ٣٥]. وفي المودة، يربط القرآن العلاقة الزوجية بالحب والرحمة: "وجعل بينكم مودة ورحمة" [الروم: ٢١]، والنبي ﷺ كان قدوة في التعبير العاطفي. أما الالتزام، فالإسلام يعتبر الزواج "ميثاقاً غليظاً" لا يُؤخذ باستخفاف. وفي بعد الإشباع الجنسي، يُعد تلبية الحاجات الجنسية عبادة تُؤجر، بشرط التراضي والمتعة المتبادلة. أما الهوية، فالإسلام يعزز كرامة الفرد، ويربط الثقة بالنفس بالإيمان. وفي التوافق، يُوصى بحسن الاختيار والمشاركة الوجدانية والمرحة، كما في سباق النبي ﷺ مع عائشة. وفي الاستقلالية، يُقر الإسلام باستقلال الأسرة الجديدة مع الحفاظ على برّ الوالدين دون تدخل ضار. وأخيراً، في التعبير والمصارحة، يشجع الزوجين على التواصل والتشاور، والنبي ﷺ استشار أم سلمة وأخذ برأيها. وهكذا يُظهر الإسلام توافقاً عميقاً مع أبعاد الحميمية الزوجية الحديثة، لكنه يربطها بجذور إيمانية وأخلاقية تُعزز استقرار الأسرة ودوامها.

٢- النظرية الثلاثية للحب: Triangular Theory of Love

تقوم هذه النظرية على تحليل ثلاثة محاور أساسية تُشكّل مقومات العلاقة الزوجية الناجحة والمتوازنة، وهي:

الالتزام: يمثل المكون المعرفي في العلاقة الزوجية، حيث يتجلى في القرار الواعي بالارتباط العاطفي والمحافظة على هذه الرابطة رغم التحديات التي قد تعترض مسارها. هذا الجانب يعكس الإرادة الصريحة للاستمرارية والثبات في العلاقة.

الشغف: يُوصف الشغف بأنه العنصر الدافع للمشاعر العاطفية والانجذاب البدني في العلاقة الحميمة. عند توافره، يساهم في تعميق الرابطة الزوجية من خلال تحفيز الرغبة في التقارب المتبادل والتواصل الحميم بين الشريكين.

الحميمية تشكل الألفة العنصر العاطفي في مثلث الحب، وتتمثل في الشعور بالاتصال النفسي العميق مع الشريك. ينتج هذا الترابط عن تبادل المشاعر الإيجابية والتجارب الشخصية، مما يخلق مساحة آمنة للتعبير عن الذات بصدق وشفافية. في العلاقات الزوجية الناضجة، تسمح هذه الحميمية العاطفية بوجود مستوى عالٍ من الانكشاف النفسي المتبادل والدعم العاطفي المستمر (Crooks & Baur, 2014).

يُشكل كل بُعد في هذا النموذج الثلاثي ركيزة أساسية في العلاقة الزوجية. فغياب أي مكون من هذه المكونات يؤدي إلى اختلال في التوازن العاطفي، حيث يتطلب الحب المثالي تكامل العناصر الثلاثة، بينما يؤدي غياب أي مكون إلى قصور في الطبيعة العاطفية للعلاقة. في المقابل، يمكن أن

تظهر أشكال متعددة من العلاقات العاطفية بناءً على توفر عنصر واحد أو اثنين فقط من هذه العناصر الأساسية (Crooks & Baur, 2014).

إن العلاقات التي تقتصر على عنصر الحميمية فقط تُصنف ضمن فئة التودد أو الصداقة العميقة، حيث يغيب فيها المكونات الأخرى (الشغف والالتزام). أما في الحالات التي يهيمن فيها عنصر الشغف دون سائر المكونات، فإن طبيعة العلاقة تصبح أقرب إلى العلاقة الهوسية. عندما يقتصر الحب على عنصر الالتزام وحده دون سائر المكونات، فإنه ينتج ما يُعرف بالحب الفارغ، حيث تفتقد العلاقة للعمق العاطفي والرومانسية. وفي حال تواجدت الحميمية والالتزام معاً دون الشغف، تتشكل علاقة الحب الرفيق التي غالباً ما تظهر بين الأزواج بعد سنوات طويلة من العشرة المشتركة. أما عندما يجتمع الشغف والالتزام دون الحميمية، فإن الناتج هو ما يُسمى بالحب الفاتن، الذي يتميز بعلاقات سريعة التوهج تعتمد على المغازلة والعواطف الجياشة، وقد يشمل حالات الشوق العاطفي دون أساس معرفي متين (Crooks & Baur, 2014).

المنظور الإسلامي لهذه النظرية:

يعزز الإسلام الجانب الروحي في قيم الأسرة، منها أن الزواج عبادة نتقرب بها إلى الله، فتصبح الأسرة مجموعة سلسلة تسير بما يتماشى مع الفطرة، ومرتبطة بالله وبقِيم إيمانية روحية سامية، ومرتبطة بنهج الهي يجعلها تسير بسلسلة وتدرج وليس بتعقيد.

يؤكد (NABI, 2023) أن القيادة الناجحة في الأسرة تقوم على أساس التفاهم العميق والتعاطف المستمر. وتسعى التوجيهات الإسلامية إلى تعزيز هذه القيم داخل الأسرة، بهدف تعميق الحب والانسجام وتجنب الخلافات والنزاعات. في هذا السياق، يحث القرآن الكريم على معاملة الزوجات بالمعروف، كما ورد في قوله تعالى: "وعاشروهن بالمعروف". كذلك، يشير النبي صلى الله عليه وسلم إلى أن "خيركم خيركم لأهله"، موضحاً أن معيار الخير في الرجل يتجلى في طريقة تعامله مع زوجته. ويُعد هذا المعيار مؤشراً صادقاً، إذ إن سوء معاملة الرجل لزوجته قد يعكس وجود اضطرابات نفسية وانحرافات داخلية لديه.

٣- علاج للأزواج بمنهجية غوتمن:

Gottman Method Couples Therapy

تمثل منهجية غوتمن العلاجية إطاراً نظرياً وتطبيقياً طوره عالم النفس جون غوتمن بالتعاون مع زوجته، بهدف تحسين جودة العلاقات الزوجية. تتضمن هذه المقاربة العلاجية المهارات العلاجية، والأسس العلمية التجريبية، والمرجعية البحثية.

صاغ غوتمن وزوجته نظريتهما العلاجية من خلال إجراء سلسلة من الدراسات الرائدة في ما أُطلق عليه "مختبر الحب"، حيث تم تسجيل التفاعلات اليومية للأزواج في بيئة طبيعية. اعتمد الباحثان على منهجية علمية دقيقة تضمنت تحليلاً تفصيلياً للتفاعلات الزوجية من خلال نظام ترميز متطور، حيث تم تتبع المؤشرات اللفظية وغير اللفظية على حد سواء، بما في ذلك أنماط الحوار، وتعبيرات الوجه، وحركات العين، بالإضافة إلى المؤشرات الفسيولوجية مثل رطوبة اليدين ومعدل ضربات القلب. وقد أسفرت هذه الدراسات المكثفة عن تمكن غوتمن من تحديد سبعة متغيرات سلوكية رئيسية تسمح بالتنبؤ باحتمالية الطلاق بدقة تصل إلى ٩١٪، مما أضفى مصداقية علمية كبيرة على منهجه العلاجي (Gottman, 2018).

المبدأ الأول: تعزيز خرائط الحب :

يُعرّف غوتمن مفهوم "خريطة الحب" على أنها ذلك الجزء المعرفي في البنية الدماغية المسؤول عن تخزين وتنظيم جميع البيانات والمعلومات المتعلقة بحياة الشريك وشخصيته. وهذا يعني أن "الأزواج يعرفون عالم بعضهم البعض بشكل حميمي، وإذا لم يبدأ الأزواج بمعرفة بعضهم البعض بطريقة حميمة، فمن السهل أن يفقد زواجهم طريقه عندما تحدث تحولات مفاجئة ودراماتيكية في حياتهم .

المبدأ الثاني: رعاية المودة والإعجاب :

يؤكد غوتمن أن المودة والإعجاب هما عنصران حاسمان في رومانسية مرضية وطويلة الأمد، وتعتبر المودة والإعجاب عن أنه حتى لو انشغل الشريك بعيب في شخصية الآخر، فإنه لا يزال يشعر كل منهما بأن الشخص الذي تزوجوه يستحق التكريم والاحترام.

المبدأ الثالث: توجيه الانتباه والتركيز نحو الشريك بدلاً من التجاهل أو الإعراض:

يعكس توجه الزوجين نحو بعضهم وجود روابط عاطفية ورومانسية متينة، مع دلالة على علاقة حميمة صحية واتصال مستمر. ولا يجب أن يعني الالتفات نحو بعضهم أخذ عطلة رومانسية أو عشاء كبير بل يمكن أن يتم الالتفات نحو بعضهم -ويجب أن يتم- بطرق صغيرة و سهلة.

المبدأ الرابع: دع الشركاء يؤثرن على بعضهم البعض:

توصلت أبحاث غوتمن إلى أن العلاقات الزوجية الأكثر استقراراً وإشباعاً عاطفياً تتصف بتبادل الاحترام والتوزيع المتوازن للسلطة بين الشريكين، مع المشاركة الفعالة في عملية اتخاذ القرارات المشتركة.

المبدأ الخامس: حل المشكلات القابلة للحل:

يحدد المبدأ الخامس والسادس منهجية التعامل مع التحديات الزوجية، حيث يفرق غوتمن بين نوعين أساسيين من المشكلات: تلك القابلة للحل والتي يمكن معالجتها بشكل نهائي، وتلك الدائمة التي تظل جزءاً من العلاقة الزوجية. تؤكد النظرية على أهمية التمييز الواضح بين هذين النوعين، إذ يختلف التعامل مع كل منهما جذرياً. فبينما تخضع المشكلات القابلة للحل لمنهجيات علاجية محددة وفق المبدأ الخامس، تحتاج المشكلات الدائمة إلى إدارة مستمرة وفق المبدأ السادس.

المبدأ السادس: تجاوز الجمود:

يُعرّف المبدأ السادس "تجاوز الجمود" الآلية التي يجب على الأزواج اتباعها لإدارة الخلافات الدائمة في علاقتهم. إن الهدف من تجاوز الجمود ليس حل المشكلات، بل الانتقال من الجمود إلى الحوار وهذا الجمود يحدث عادة عندما يكون لدى أحد الشريكين حلم لحياته ولا يشعر أن هذا الحلم يتم معالجته أو احترامه من قبل شريكه.

في العلاقات الزوجية الناجحة، يتبنى الشركاء رؤية مشتركة تتمثل في دعم أحلام بعضهم البعض. يتطلب تجاوز الجمود في هذه العلاقات نهجاً قائماً على إظهار الفهم العميق والاهتمام

الجاد بتطلعات الشريك، وتقديم الدعم العملي والمادي عند الضرورة ثم الانخراط الفعلي في تحقيق هذه الأحلام. الجدير بالذكر أن هذه العملية تختلف جوهرياً عن آليات حل النزاعات التقليدية، حيث لا يتم التركيز على إيجاد حلول فورية، بل على بناء أرضية حوار آمنة تسمح بمناقشة الخلافات دون إلحاق الأذى العاطفي بأي من الطرفين.

المبدأ السابع: إنشاء معنى مشترك:

يستند بناء المعنى المشترك في العلاقة الزوجية إلى إرساء مناخ تواصلية داعم، يتيح التعبير الحر عن التوجهات الفكرية والمعتقدات. يُنتج هذا التفاعل تقارباً عاطفياً أعمق، بينما يُحوّل الأهداف الفردية إلى مشاريع مشتركة، تعكس التكامل الوظيفي في العلاقة الزوجية (Gottman & Silver, 2000).

المنظور الإسلامي لهذه النظرية:

يمكن النظر إلى هذه المبادئ جميعها بوصفها منصهرة في مبدأ القِوامة في الإسلام، والذي يُعد من الركائز الأساسية التي تنظّم العلاقة بين الزوجين، ليس باعتباره تفوقاً لطرف على آخر، بل بوصفه نظاماً دقيقاً يعكس حكمة الخالق وعلمه بطبيعة كل من الرجل والمرأة، وقدراتهما النفسية والعاطفية والاجتماعية. وتظهر الحكمة الإلهية في أن هذا النظام يُؤسس علاقة متوازنة قائمة على الرحمة والمودة، حيث يكون لكل من الزوجين دوره الخاص، بما ينسجم مع فطرته واستعداده. فالرجل بوصفه القائم على الأسرة يُطلب منه أن يكون عادلاً، رحيماً، مسؤولاً عن حماية الأسرة مادياً ومعنوياً، في حين تُكلف المرأة بدور لا يقل أهمية، يتمثل في الاستقرار الداخلي للأسرة، والرعاية، وبناء بيئة أسرية مليئة بالحب والدعم.

هذه القيادة التي وصفها القرآن بالقِوامة جعلها من وظيفة -بل واجب- الرجل، وتعود فائدتها للمرأة أولاً، ولا تعني بحال من الأحوال إلغاء شخصية المرأة وتهميش إرادتها، كما لا تعني الأذن بظلم المرأة والنيل منها، بل هي لإدارة الأسرة وصيانتها ورعايتها، لأن وجود القيم في مؤسسة أو شركة لا يعني إلغاء حقوق الشركاء الآخرين فيها. فالمساواة الكاملة بين الرجل والمرأة مع ما هما عليه من الفوارق يعتبر ظلماً للطرفين بحكم التكوين الجسدي والعقلي والاجتماعي لكل منهما، فالله سبحانه وتعالى خلق المرأة وهياًها لأداء وظائف معينة في هذه الحياة وخلق الرجل وهياًه لأداء وظائف أخرى، فإذا أسندنا وظيفة القِوامة للمرأة فقد كلفنا المرأة بما لا تطيق وبما لم تفرط عليه، وانحرفت الأسرة عن المسار الصحيح (NABI, 2023).

القِوامة لغة: القِوامة مصدر من الفعل قام، وورد لهذا الأصل معاني كثيرة في اللغة نقتصر هنا على المعاني التي لها علاقة بموضوع البحث منها: العدل والاستقامة وإزالة الاعوجاج ونظام الأمر وعماده والمحافظة للأمر ومراعاة مصالحه وسياسة أموره.

القِوامة اصطلاحاً: ذكر الشيخ محمد أبوزهرة في تفسيره أن مصطلح القِوامة يُطلق في اللغة على من يتولى أمر شيء ما ويُشرف على رعايته وحفظه، حيث يُقال "قام على الشيء" بمعنى تولى رعايته وحرص على صيانتته. ولا تعني القِوامة مجرد السلطة المطلقة، بل تُطلق الرئاسة على القِوامة عندما يقترن الحكم بالرعاية والحرص على حقوق المحكوم وواجباته. وهذا المفهوم هو ما تشير إليه الآية الكريمة: ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ﴾ (النساء: ٣٤)، بمعنى أن دور الرجال نحو النساء يقوم على الحفاظ والرعاية والصيانة، مما يفيد أن تولي الزوج أمر زوجته ليس سلطة

مطلقة بل مسؤولية رعوية. وهذا التكليف يعكس توزيعاً وظيفياً للحقوق، حيث تكون للرجل قيادة شمولية كما يكون للمرأة ولاية خاصة في مجالها. (NABI, 2023).

فالرجل ليس ممثلاً للمرأة، كما أن المرأة ليست ممثلة للرجل، لأن المساواة المطلقة تقتضي التماثل في التكوين والوظيفة، وهذا ما لا وجود له في الواقع، إذ أن كلا الجنسين مختلف عن الآخر في طبيعته وتكوينه ووظيفته في الحياة. وقد تعامل الإسلام مع هذا الاختلاف بين الجنسين برؤية تتسم بالتوازن والإنصاف، حيث أقرّ بتمتع الرجل بقدرة أكبر على ضبط النفس والانفعالات، وتحمل المسؤوليات، كما أنه هو من يتولى الإنفاق على الأسرة، ويبيده بناء البيت واستقراره، وبالتالي فإن انهيأه يُعد عبئاً وخسارة عليه، فجعلت له الشريعة القوامة. وهذه القوامة ليست تفضيلاً مطلقاً، بل هي مسؤولية وإدارة، أي أن الرجل هو القائم على شؤون الأسرة، بالإمارة والتوجيه والرعاية، وله حقوق يقابلها واجبات أكبر (خالد & المري، ٢٠٢١).

فالقوامة بمعناها الشرعي هي شكل من أشكال الإدارة الحكيمة التي تحفظ للأسرة توازنها واستقرارها، كما يُقال في اللغة: "فلان قائم على أمر كذا"، أي أنه مسؤول عن إدارته ورعايته. ومن الطبيعي أن من يوكل إليه أمر مؤسسة أو جماعة، يتولى شؤونها ويُسَير أمورها لما فيه صلاحها، وهذه هي روح القوامة في الإسلام: تكليف لا تشريف، ومسؤولية لا استعلاء (خالد & المري، ٢٠٢١).

إذن، أساس العلاقة الزوجية في الإسلام هي المودة والرحمة بين الزوجين، وقوامة الرجل على المرأة سباج حصين للمحافظة على هذه المودة والرحمة، فإنها آلية إدارية لتنظيم شؤون الأسرة.

مبدأ قوامة الرجل على المرأة منصوص عليه في القرآن والسنة حيث قال سبحانه: ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ﴾ (النساء: ٣٤)، والعقل أيضا يقضي بأن تكون القوامة للرجل، لأن الرجل طبيعته مفكرة لا منفعة، و عنده قدرة علي تحمل الصراع والضغط، أما المرأة بطبيعتها المنفعلة لا المفكرة تستطيع القيام بأعبائها في رعاية البيت والزوج والأبناء، وهذه مسئوليات كبيرة يتعاون ويتكامل فيها الزوجان للقيام بها، كل له دوره، فالزوج هو قائد الأسرة والزوجة هي المساعد له، وقوامة الرجل لا يتناقض مع أهمية دور الزوجة في الأسرة، بل يقال أن الزوجة هي مفتاح نجاح و سعادة البيت (NABI, 2023).

و نجد أن سبب جعل القوامة للرجل في الإسلام أن الله -تعالى- خلق البشر من ذكرٍ وأنثى، وفق نظام الزوجية الذي يُعد قاعدة كونية شاملة في بناء الحياة. ومن حكمة الله أن جعل لكل من الرجل والمرأة وظائف مختلفة متكامل ولا تتعارض، حيث أوكل إلى المرأة مهمة الحمل والولادة والرضاعة ورعاية النشء، وهي وظائف عظيمة وثقيلة، لا يمكن أن تؤدي إلا بإعداد فطري وعضوي ونفسي وعقلي عميق ومتجذر في كيان المرأة. ومن عدالة الإسلام وواقعيته، أنه لم يُكلف المرأة فوق طاقتها، فلم يطلب منها أن تؤدي هذه الوظائف الضخمة، وفي الوقت نفسه تتحمل أعباء العمل والسعي لحماية نفسها ولولدها وتوفير احتياجاتهما، بل أسند هذه المهام للطرف الآخر في العلاقة، وهو الرجل، فجعل من مسؤوليته الإنفاق والحماية والرعاية، ليبيئ للمرأة البيئة المناسبة لأداء دورها الجوهري في بناء الأسرة والمجتمع (خالد & المري، ٢٠٢١).

وكان من مقتضى هذا التوزيع العادل للأدوار، أن يُمنح كلٌّ من الرجل والمرأة تكويناً خاصاً يتناسب مع وظيفته؛ فالرجل مُنح خصائص عضوية وعقلية ونفسية تمكنه من القيادة والحماية والكد والعمل. والمرأة مُنحت خصائص تساعد على تحمل الحمل والولادة، وعلى التربية والاحتضان والعطاء العاطفي.

٤- نظرية لغات الحب الخمس:

The Five Love Languages

نظرية "لغات الحب الخمس" هي نظرية أخرى تمثل إطارًا يهدف إلى فهم كيفية تعزيز نجاح العلاقات الزوجية. على الرغم من أن هذه النظرية لا تستند إلى دراسات علمية تجريبية، إلا أنها تقدم رؤى قيمة تستحق النظر. طور غاري تشابمان، المستشار الزوجي الذي يمتلك خبرة تزيد على ٣٥ عامًا، هذا المفهوم انطلاقًا من أهمية التواصل في بناء العلاقات. وفقًا لهذه النظرية، يمتلك كل فرد أسلوبًا مميزًا يشعر من خلاله بالحب، يُعرف بـ "لغة الحب" الخاصة به (Chapman, 2013).

يصف تشابمان خمس لغات حب مختلفة:

- ١- كلمات الدعم: عندما تكون "لغة الحب" لدى الفرد هي كلمات التشجيع، فإنه يفضل تلقي التقدير الإيجابي من خلال الإشادة بمظهره الخارجي، أو الأعمال التي ينجزها، أو السمات المميزة لشخصيته وسلوكه.
- ٢- أفعال المساعدة: عندما يساعد شريك آخر، مثل تدليك، أو غسل الأطباق، أو القيام بالغسيل. تعبر هذه اللغة عن القول بأن "الأفعال أبلغ من الكلمات".
- ٣- تلقي الهدايا: يعتبر الشريك الهدية رمزًا للحب، حيث تعكس التفكير العميق، والجهد المبذول، والتكلفة المادية المرتبطة بها.
- ٤- الوقت الجيد: عندما تكون لغة الحب لشريك ما هي الوقت الجيد، فإن الشريك يعتبر قضاء الوقت معًا تعبيرًا عن الحب، ولا يجب أن يكون هذا الوقت مليئًا بالحديث بل يمكن أن يكون أي نشاط يركز على التواجد معًا. ويتمثل أسلوب تلقي الحب لدى بعض الأفراد في شعورهم بأن شريكهم يخصص لهم الوقت والانتباه الكامل.
- ٥- التلامس الجسدي: يمتلك التلامس الجسدي تأثيرًا عاطفيًا عميقًا، ويمكن التعبير عنه من خلال العلاقة الحميمة، أو الإمساك بالأيدي، أو التقبيل. يؤكد تشابمان أن الحفاظ على الارتباط العاطفي يتطلب فهمًا حقيقيًا وتكيفًا مع لغة الحب الخاصة بكل شريك (Chapman, 2013).

المنظور الإسلامي لهذه النظرية:

يوضح (سدير، ٢٠١٢) أن من أبرز الإجراءات للوقاية من ظاهرة الحرمان العاطفي في الأسرة المسلمة هو تعزيز قيم التعاطف، التسامح، الأخوة، التكافل، والتعاون بين أفراد المجتمع الإسلامي. كما يشدد على أهمية تشجيع الروابط الأساسية التي تربط بين مكونات المجتمع، سواء كانت أفرادًا، جماعات، أو مؤسسات، على المستويات الدينية، الاجتماعية، الاقتصادية، والثقافية. ويؤكد على تخصيص جانب هام من الممارسات العبادية لترسيخ هذه القيم ونشرها. هذا النهج يساهم في جعل الأسرة المسلمة وأفرادها جزءًا من نسيج اجتماعي حيوي، يعكس العاطفة الاجتماعية التي يدعو إليها المنهج التربوي الإسلامي.

ويظهر هنا جليًا اهتمام الإسلام العميق بإشاعة الحب والمودة بين الناس، من خلال تشجيعه الصريح على التعبير اللفظي عن المشاعر الصادقة، ومن ذلك إبلاغ المسلم لأخيه بحبه له، لما في ذلك من تعزيز الروابط الإنسانية وبناء الثقة والألفة، حيث قال النبي ﷺ: (إذا أحب أحدكم أخاه فليُعلمه إيَّاه)، رواه الترمذي.

إن هذا التوجيه النبوي الشريف لا يقتصر فقط على العلاقات العامة بين المسلمين، بل يُعد أحد أهم لغات الحب التي يعترف بها الإسلام، وهي لغة الكلمات المؤثرة والمعبرة، التي تقرّب القلوب وتُذيب الجليد العاطفي. كما يظهر هذا المعنى أيضًا في الحديث (تهادوا تحابوا) وهنا نجد أن تبادل الهدايا يُمثل لغة حب أخرى يعترف بها الإسلام، لما تحمله الهدية من رمزية للمودة والاهتمام، حتى وإن كانت بسيطة في قيمتها المادية، لكنها كبيرة في أثرها العاطفي.

فإذا كان هذا كله مطلوبًا ومحبيًا بين عامة المسلمين، فإن التعبير عن الحب بين الزوجين أولى وأوجب، لأن علاقة الزواج في الإسلام مبنية على المودة والرحمة.

ولذلك فإن إظهار مشاعر الحب بين الزوجين بالكلمات الجميلة، والمواقف الطيبة، والهدايا الرمزية، له أثر بالغ في تقوية العلاقة وتعزيز الحميمية والاستقرار النفسي في الحياة الزوجية. الإسلام لا يكتفي فقط بوضع أطر قانونية للعلاقات، بل يزرع فيها الروح والمشاعر، ويوجه إلى التعبير عنها بأدوات الحب المختلفة التي تشمل الكلام، والهدايا، واللمسات الإنسانية، مما يجعل الحياة الزوجية أكثر دفئًا وسكينة.

٥- نبد فكرة الطلاق: العلاج السريع الموجه نحو الحلول

Divorce Busting: Solution-Oriented Brief Therapy

ميشيل وينديفيس، أخصائية اجتماعية سريرية متخصصة في العلاج الأسري والزواجي، تتبنى نهجًا علاجيًا يُعرف بالعلاج السريع الموجه نحو الحلول لتعزيز الزواج ومنع الطلاق. يركز هذا النهج على أسس بحثية، ويركز على إيجاد حلول عملية للمشكلات بدلاً من الخوض في تحليل أسبابها. يتميز هذا الأسلوب بكونه موجّهًا نحو تحقيق أهداف محددة، حيث يساعد الأزواج على تصور مستقبل علاقاتهم والعمل نحو تحقيقه. تؤمن هذه النظرية بمبدأ "تأثير الكرة الثلجية"، الذي يشير إلى أن تغييرًا صغيرًا يمكن أن يؤدي إلى تحسينات كبيرة في العلاقة. يُعتبر العلاج الموجه نحو الحلول أقل استهلاكًا للوقت وأكثر إنسانية، إذ يركز على استكشاف الحلول الفعالة وتطويرها بدلاً من التركيز على أسباب المشكلات أو تفسيراتها.

ويؤمن المعالجون الذين يمارسون هذا النموذج بأن لكل مشكلة حل حتى يثبت العكس (Waring, 2013) و ذلك من خلال:

- تحديد المفاهيم الخاطئة عن الزواج وذلك بالتعرف على التوقعات غير المعقولة والمفاهيم الخاطئة.
- تحديد الأهداف: بمعرفة تصور ما يريد الأزواج أن يحدث و تحديد ما يحتاجه الأزواج ليقوموا به بشكل مختلف.
- تقييم الفروقات بين الفترات الإيجابية والسلبية من خلال تحديد المشكلات بدقة مع التركيز على استحضار اللحظات الإيجابية وتعزيزها.

في حال عدم تحقيق النتائج المرغوبة، يُنصح باتباع نهج مختلف من خلال تحديد أنماط التفاعل السلبية وتطوير استراتيجيات لوقف هذه الأنماط غير الفعالة (Waring, 2013).

المنظور الاسلامي لهذه النظرية:

منذ اللحظة الأولى لبناء الأسرة، يحرص الإسلام على ترسيخ مفهوم قدسية العلاقة الزوجية، وإغلاق أبواب التفكير في الطلاق، إلا في أضيق الحدود وباعتباره آخر الحلول الممكنة. ويؤكد الإسلام على أن الزواج ليس مجرد عقد دنيوي، بل هو ميثاق غليظ، يقوم على الالتزام بشرع الله وسنة نبيه صلى الله عليه وسلم، مما يُضفي عليه طابعًا دينيًا وأخلاقيًا رفيعًا. وقد وصف النبي صلى الله عليه وسلم الطلاق بأنه "أبغض الحلال عند الله الطلاق"، وهو وصف يحمل دلالة واضحة على أن الإسلام لا يشجع على إنهاء العلاقة الزوجية، بل يحث على الصبر والتفاهم وبذل الجهد لتجاوز الخلافات.

ومن خلال هذا التصور، يُعمق الإسلام في نفس الزوجين الإحساس بالمسؤولية تجاه العلاقة الزوجية، ويغرس فيهما احترامًا كبيرًا لهذا الميثاق المقدس، بما يؤدي إلى تعزيز الالتزام الزوجي، ويدفع كلا الطرفين إلى بذل أقصى ما في وسعهما من أجل الحفاظ على كيان الأسرة واستقرارها. إن هذا المنظور الإسلامي يُسهم في ترسيخ قيم الصبر، والحوار، والتعاون، ويجعل من الزواج مؤسسة قائمة على المودة والرحمة، لا مجرد علاقة شكلية أو مصلحة قابلة للانحيار عند أول خلاف.

كذلك حدد الإسلام من يملك حق الطلاق، فالأصل أنه بيد الزوج، وليس الزوجة، لأن القوام في الأسرة قد جعلها الله للرجل، وهي تقتضي تحمله المسؤولية واتخاذ القرارات المصيرية، ومنها الطلاق. كما أن الرجل غالبًا ما يكون أكثر توازنًا في اتخاذ القرار، في حين أن المرأة بطبيعتها العاطفية قد تتأثر بسرعة وتُقدم على الطلاق لأسباب بسيطة لا تستدعي إنهاء الحياة الزوجية (الشقر، ٢٠٢٤).

فوضع الإسلام الطلاق -الذي هو من لوازم القوامة- بيد الرجل للحفاظ على استقرار الأسرة، لأن الرجل في الأعم الأغلب أضبط لأعصابه فلا يقدم على الطلاق إلا بعد اليأس من إمكان استمرار الحياة الزوجية، أما المرأة فسرعة الغضب وقد لا تبالي بنتائج قراراتها عندما تكون في حالة الغضب، وبهذا يظهر ضرورة كون القوامة بيد الرجل من أجل استمرار الحياة الزوجية واستمرارها (NABI, 2023).

وتمثل هذه التوجيهات الإسلامية بمجملها ضمانات قوية للحفاظ على كيان الأسرة واستمراريتها، حيث تضع ضوابط أخلاقية وتشريعية تحصن العلاقة الزوجية من التفكك والانحيار السهل. ولا يقتصر أثر هذه الضمانات على البُعد الشرعي أو النظري، بل ينعكس بشكل مباشر على استقرار الأسرة في الواقع المعاصر، حيث يشعر كل من الزوجين بالأمان والطمأنينة داخل علاقة مبنية على الالتزام المتبادل والاحترام المتبادل.

كما يمتد هذا الأثر بشكل غير مباشر إلى تحسين جودة الحياة الزوجية، من خلال إيجاد مناخ من الالتزام الزوجي العميق، يعزز الثقة، ويشجع على الحوار البناء، ويُقلّل من احتمالات النزاع الحاد أو الانفصال، لأن كلا الزوجين يدركان أنهما داخل علاقة ذات طابع ديني مقدس، وليست مجرد ارتباط عابر أو قابل للتخلي عنه بسهولة.

فعلى سبيل المثال، نجد في الواقع كثيرًا من الأزواج الذين مرّوا بمراحل صعبة في زواجهم، من خلافات مستمرة أو ضغوط مالية أو تدخلات أسرية، إلا أن التزامهم الديني وفهمهم لمعنى "الميثاق الغليظ" كان دافعًا قويًا لهم لتجاوز هذه المحن، والسعي بجدية

لإصلاح العلاقة بدلاً من الانسحاب منها. ومن هؤلاء، زوجان شابان تزوجا في مقتبل حياتهما، وواجهتهما تحديات اقتصادية وضغوط مجتمعية كبيرة، إلا أن التزامهما بالصلاة معاً، وحرصهما على تذكير بعضهما بأن الزواج عبادة ومسؤولية أمام الله، جعلهما أكثر صبراً وتفهماً لبعضهما البعض، حتى تحولت علاقتهما إلى نموذج يُحتذى في التماسك الأسري.

وبذلك يتضح أن الرؤية الإسلامية للزواج لا تقتصر على توجهات نظرية، بل تمثل أساساً عملياً يعزز استقرار الأسرة، ويسهم في بناء حياة زوجية ناجحة يسودها التفاهم والمودة، حتى في ظل التحديات المعاصرة

وللتعقيب على النظريات السابقة المفسرة للزواج تري الباحثة أن النظريات تتكامل فيما بينها لتحقيق التوافق الزوجي، نجد أن نظرية تعزيز الزواج من خلال الإفصاح الذاتي المعرفي فعالة لتحديد ما يتطلبه الزواج الناجح في خطوات التكوين الأولي، والنظرية ترى أن الحميمية الزوجية تزيد من علاقة الزوجين ووظيفة الأسرة، ويعتقد أن الطريقة لزيادة الحميمية هي من خلال الإفصاح الذاتي المعرفي. يحدد وارين مفهوم الحميمية من خلال ثمانية جوانب متميزة تشمل: تسوية الخلافات، العاطفة، الترابط، الجوانب الجنسية، الهوية الشخصية، الانسجام، الاستقلالية، والتعبير عن الذات. ثم تأتي نظرية الحب الثلاثية ونظرية لغات الحب الخمسة لرعاية وتغذية هذه الحميمية أثناء سنوات الزواج، لأن الانتباه لرعاية الحب مسئولية كل من الزوجين لزيادة رصيد الحميمية والمواقف الإيجابية بينهما مع مرور السنوات والعشرة بين الزوجين، مما يؤدي على التوازي إلى نمو الرضا الزوجي بينهما.

أما نظرية علاج الأزواج بطريقة غوتمن فهي فعالة في إيجاد حلول لزيادة التفاهم والتقارب بين الزوجين، فالنظرية تدعو الزوجين لأن يؤثر كل منهما في الآخر، و الالتفات و الاقتراب من بعضهما بدلا من البعد، وإيجاد معنى مشترك بين الزوجين بخلق أهداف مشتركة بينهما يتعاون الزوجان على تحقيقها، وهذا كله يساعد على التقارب ومن ثم التفاهم بين الزوجين وتحقيق التوافق الزوجي بينهما. بينما تأتي نظرية نيد الطلاق لتضع الخطوة الأولى الهامة عند حدوث خلافات زوجية عميقة بين الزوجين، فتبدأ النظرية أولاً بغلق باب طلاق الزوجين تماما قبل البدء في إيجاد الحلول واللجوء لجلسات علاجية، وتأتي أهمية هذه الخطوة في أن تفكير الزوجان في الطلاق يعطل تفكيرهما في الحلول، فلو تأكد كل من الزوجين استحالة بعدهما عن بعض وأن الحياة بينهما ستستمر للأبد، تأتي المحاولات الصادقة منهما للتكيف ولإيجاد حلول وللتفاهم حول أفضل الطرق لتجنب هذه المشكلات مستقبلا. ومن هنا نرى تكامل النظريات فيما بينها لتساعد على تحقيق التوافق الزوجي في مختلف مراحل الزواج.

يتضح من المنظور الاسلامي لهذه النظريات التي تتكامل فيما بينها، أن تعاليم القرآن و السنة تعطي أولوية كبرى و عناية فائقة بالأسرة و تعزز قيم روحية عميقة بها مما يضمن قوة الأسرة و تماسكها، و تحقيق التوافق الزوجي، لأنها ترتبط بالوازع الديني الذاتي لكل فرد، ويتضح كذلك أن قوامه الرجل في الأسرة هو ضمان من انفرط عقدتها فالقوامه تجلب الاستقرار للأسرة، لأنها تحقق للزوجين السكن النفسي والطمأنينة المرجوة من الزواج، وتحقق السعادة مما ينعكس إيجابا على الأبناء في مختلف جوانب تربيتهم، وهذا بدوره يؤثر إيجابا على المجتمع الذي تعد الأسرة اللبنة الأولى فيه، واختلال ميزان القوامه في الأسرة يترتب عليه الكثير من الآثار السيئة، لأنه يؤدي إلى

اختلال في الاتفاق على المسؤوليات وتوزيع الأدوار بالأسرة وهذا يؤدي إلى الصراع بين الزوجين مما قد يهدد استقرار الأسرة.

ويُعد نظام الطلاق في الشريعة الإسلامية من الجوانب التي تُظهر عدالة هذا الدين وواقعته، واهتمامه بمصالح الناس واحتياجاتهم، فعندما تحل الخلافات ويغيب التفاهم وتضعف أواصر المحبة والمودة بين الزوجين وتصبح الحياة بينهما مستحيلة؛ فإن الطلاق يكون هو الحل الأخير لإنهاء العلاقة التي لم تعد قائمة على أسس سليمة، كما قال الله -تعالى-: ﴿وَإِنْ يَتَفَرَّقَا يُغْنِ اللَّهُ كُلًّا مِنْ سَعَتِهِ وَكَانَ اللَّهُ وَاسِعًا حَكِيمًا﴾ (النساء: ١٣٠). (الشقر، ٢٠٢٤).

نتائج البحث:

لقد خلق الله -سبحانه وتعالى- الإنسان وكرّمه، واستخلفه في الأرض ليعمرها ويقوم فيها شرع الله، كما قال تعالى: ﴿وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً﴾ (البقرة: ٣٠). وقد بين جلّ وعلا الغاية من خلق الإنسان، فقال تعالى: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾ (الطور: ٥٦). فهدف وجود الإنسان هو عبادة الله، وهذه العبادة تتحقق على أكمل وجه حين تستقيم الحياة وتبني الأسر، ويتم التناسل والتكاثر لحفظ النوع البشري، ولا سبيل إلى ذلك إلا بالزواج المشروع الذي نظمّه الإسلام على أسس راسخة من المودة والرحمة. وقد بين الله هذا في قوله سبحانه ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (الروم: ٢١). فشرع الله الزواج ليكون وسيلة لتحقيق الاستقرار النفسي والاجتماعي، وبناء أسرة قوية تساهم في تحقيق مقاصد الاستخلاف والعبادة (الشقر، ٢٠٢٤).

تقوم العلاقة بين الرجل والمرأة داخل الأسرة على أساس التكامل الوظيفي وليس المساواة الكاملة. ومن أهداف هذا التكامل الحصول على استقرار الأسرة والسكن والمودة والرحمة بين الرجل والمرأة. فهذه القوامة هي من تمام نعمة الله على الزوجين، لملاءمتها لخصائصهما، وما فطرهما الله من صفات خلقية واستعدادات نفسية.

فالأسرة المسلمة تعد من الركائز الأساسية في بناء المجتمع الإسلامي، لأنها المسؤولة عن تربية الأجيال وغرس القيم الدينية والالتزام بتعاليم الإسلام والدفاع عنه. ولهذا نالت اهتماماً كبيراً في الإسلام، ومن مظاهر هذا الاهتمام تكليف قائد يتحمل مسؤولية رعايتها والحرص على تحقيق مصالحها والدفاع عنها في كل وقت، وبذل الجهد من أجل ضمان استقرارها وسعادتها في الدنيا والآخرة. وهذه القوامة إنما هي لأجل تحقيق المصلحة والرعاية، وليست وسيلة للتسلط أو القهر، وبهذا المنهج استطاعت الأسرة المسلمة أن تحقق التميز والنجاح مقارنة بغيرها من الأسر (الفقيه، ٢٠٢٠). وهكذا يتضح أن الاختلاف بين الجنسين ليس نقصاً أو تفضيلاً، بل هو توزيع متوازن للمهام، يضمن بقاء الحياة واستقرار المجتمع وفقاً لفطرة الله التي فطر الناس عليها.

توصيات البحث:

في الختام، يتضح أن التوافق الزوجي لا يتعلق فقط بالاتفاق على الأمور المعيشية اليومية، بل هو عملية مستمرة من التفاهم والتكيف بين الزوجين. وعند النظر في الجوانب الأساسية للعلاقة الزوجية من منظور إسلامي، نجد أن القوامة هي أداة تنظيمية تضمن استقرار الأسرة وحمايتها من التفكك. كما تتكامل أدوار الزوجين، حيث يحمل كل منهما مسؤولياته وفقاً لطبيعته مما يعكس الحكمة الإلهية في توزيع الأدوار. ومن خلال هذه الرؤية المتوازنة، يتحقق الاستقرار الأسري وتُبنى الأسرة بشكل صحي ومتوازن، مما يساهم في بناء مجتمع قوي قائم على القيم والأخلاق الإسلامية.

المراجع:

المراجع العربية

- NABI, M. S. (2023). القوامة الزوجية وأثرها في استقرار العائلة دراسة فقهية. *Journal of Duhok University*, 26(1), 963–717.
- الشقر، ج. م. ع. (٢٠٢٤). تفويض الزوجة في الطلاق. حولية كلية الدراسات الإسلامية والعربية للبنات بالمنصورة، ٢٦(٢)، ٧١٩-٧٥٤.
- العتار، م. (٢٠٢٣). فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لتحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج. مجلة كلية التربية. بنها، ٣٤(١٣٤)، ٧٩-١٤٠.
- الغامدي، ح. (٢٠١٨). التوافق الزوجي وعلاقته بالثقة بالنفس كما تدركه طالبات المرحلة الثانوية في محافظة العقيق. دراسات في الارشاد النفسي والتربوي، ١(١)، ١-٤٩.
- الفقيه، ع. ص. (٢٠٢٠). القوامة بين التسلط والرعاية دراسة فقهية دراسة استقرائية تحليلية. (34)مجلة الأندلس للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ٧.
- بخاري. (٢٠٢١). أثر العلاج الزوجي على جودة الحياة الزوجية وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى الزوجين. المجلة العربية للأدب والدراسات الإنسانية، ٥(١٨)، ١٦٧-١٩٤.
- خالد، ن. ع.، & المري، ه. م. (٢٠٢١). تشنيع المرأة على الرجل والطعن في قوامته في BALAGH-Journal of Islamic and Humanities Studies, 1(2), 2–23. ضوء التفسير الاجتماعي المعاصر.
- مغازي العطار، م.، & محمود. (٢٠٢٣). فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لتحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج. مجلة كلية التربية. بنها، ٣٤(١٣٤)، ٧٩-١٤٠.
- أبو العزم، ج. م.، & جمال مشرف. (٢٠٢٣). برنامج تدريبي لتنمية وعي الفتيات بمؤسسات الرعاية الاجتماعية من مشكلات الحياة الأسرية عند تكوين أسرة حديثة من منظور الممارسة العامة. مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، ٣٢(٤)، ٢٢٥-٢٩٠.
- سلامة، محمد علي (٢٠٠٧). محكمة الأسرة و دورها في المجتمع، ط١، دار الوفاء للطباعة و النشر، الاسكندرية.
- Anbar سدير طارق علي العاني. (٢٠١٢). إسلامية المنهج في الفكر التربوي الإسلامي. *University Journal of Islamic Sciences*, 3(13).
- الطاهرة محمود المغربي (٢٠٠١). العلاقة بين التدين و التوافق الزوجي، مجلة دراسات عربية في علم النفس، العدد الأول، القاهرة.

المراجع الأجنبية

- Acitelli, L. K., Douvan, E., & Veroff, J. (1993). Perceptions of conflict in the first year of marriage: How important are similarity and understanding?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(1), 5-19.
- Chapman, G. (2013). What love language do you speak. *Prevention*, 65(7), 38.
- Crooks, R., & Baur, K. (2014). Our sexuality 12 th Edition. In: Belmont: Wadsworth Publishing Company.
- Glick, I. D., Rait, D. S., Heru, A. M., & Ascher, M. (2015). *Couples and family therapy in clinical practice*. John Wiley & Sons.
- Gottman, J. (2018). *The seven principles for making marriage work*. Hachette UK.
- Gottman, J. M., & Silver, N. (2000). *Siete reglas de oro para vivir en pareja*. Plaza & Janés.
- Waring, E. M. (2013). *Enhancing marital Intimacy Through facilitating cognitive self Disclosure*. Routledge.
- Leonard, K. E., & Roberts, L. J. (1998). Marital aggression, quality, and stability in the first year of marriage: Findings from the Buffalo Newlywed Study. The developmental course of marital dysfunction, 44-73.