

بسم الله الرحمن الرحيم

## برنامج تدريبي

يقدمه المدرب  
أ / بشيت  
حمد المطرفي

الأحد

١٤٢٦ / ١٠ / ٢٥ هـ



مشروع بن باز لمساعدة  
الشباب على الزواج  
الرياض

المحببة  
الزوجية

1

سنة الزواج

7

نماذج نبوية  
للعلاقة الزوجية

2

من أنت؟

3

فروق بين  
الرجل والمرأة.

المحبة الزوجية

6

كيف يفكر  
شريك حياتك؟

4

ما قيمك، وما قيمها؟

## قال تعالى

( ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها، وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون )

## قال الرسول

صلى الله عليه وسلم

( ثلاثة حق على الله عونهم: المكاتب الذي يريد الأداء، والناكح يريد العفاف، والمجاهد في سبيل الله )

# سُنَّة الزواج

”ولقد أرسلنا رسلا من قبلك  
وجعلنا لهم أزواجا وذرية“

الزواج  
سنة كونية

المرأة من نفس الرجل ” جعل لكم من انفسكم أزواجا“  
” هو الذي خلقكم من نفس واحدة، وجعل منها زوجها  
ليسكن إليها“

الزواج فطرة

عبادة بالطاعة“ وانكحوا الأيامى منكم“  
عبادة بمحافظته على النسل والتكثير  
عبادة بكسره للشهوة  
٦عبادة بمجاهدة النفس

الزواج عبادة

من فوائده: ١- الولد الصالح ٢- كسر الشهوة  
٣- كثرة العشيرة ٤- الترويح عن النفس  
٥- تفرغ القلب من بعض الأمور الدنيوية

الزواج نعمة



## هل يكفي الحب لاستمرار واستقرار الزواج؟

– ماذا عن استحضار النية الإيجابية نحو الفهم الصحيح لشريك الحياة؟

– ماذا عن إدراك الصورة الشمولية للمواقف؟

– ماذا عن التفسير الإيجابي للأحداث؟

– ماذا عن التغذية الإيجابية للطرف الآخر؟

## فروق طبيعية بين آدم وحواء

( وليس الذكر كالأنثى )

١- فروق فسيولوجية:

- أ- خصائص جسمية: كيفية الجلوس، المشي، النوم.....
- ب- خصائص الحواس: كيفية النظر، السمع، اللمس، التذوق، الشم...

٢- فروق نفسية:

- أ- مقاومة الضغوط
- ب- الانفعالات: البكاء الضحك....
- ت-

٣- فروق وظيفية:

- أ- وظائف منزلية
- ب- وظائف عملية

٤- فروق اجتماعية:

- أ- السلوك المنزلي
- ب- السلوك الخارجي

٥- فروق عقلية:

- أ- خصائص المخ: الشق الأيمن، الشق الأيسر، السفلي، العلوي
- ب- الذكاء: أنواع الذكاء

٦- فروق جنسية:

- أ- كيفية التعامل مع آداب المعاشرة

من أنت؟ من أنت؟

من أنت؟

وأیضا من أنت؟

وأیضا من أنت؟

وأیضا من أنت؟

كيف يمكن أن تحقق ( هوية الزوج الصالح أو الزوجة الصالحة ) ؟

ماذا تريدین؟

ماذا تريد؟

هل حددت أهدافك في الحياة؟ .

هل ترد شريك حياتك نسخة من شخصيتك؟

هل تريد مختلفا عنك؟

هل تريده متكاملًا معك؟

تذكروا أن آدم يختلف عن حواء، وحواء تختلف عن آدم .....

إذا كيف يكون التكامل المنشود؟



## ما قيمك التي توجه حياتك؟

### ما تعريف القيم؟

ببساطة القيم هي المحفزات التي تقودنا إلى فعل سلوك أو الابتعاد عنه.

### أمثلة على القيم:

- ١- رضا الله سبحانه وتعالى
- ٢- الدعوة
- ٣- خدمة المجتمع
- ٤- إصلاح ذات البين .
- ٥- الصدق
- ٦- الأمانة
- ٧- حب الإتيقان
- ٨- الإنجاز
- ٩- الصحة
- ١٠- المال
- ١١- .....

كيف يمكن أن تستكشف القيم لدى شريك حياتك؟

ثلاث طرق لاستكشاف القيم:

- ١- .....
- ٢- .....
- ٣- .....

حديث القيم...!!!

## ماقيمك التي توجه حياتك؟

سجل أهم خمس قيم تخصصك مرتبة حسب حرصك عليها في حياتك.

..... -١

..... -٢

..... -٣

..... -٤

..... -٥

للمتزوجين فقط :

سجل خمس قيم ترى أن شريك حياتك حريص عليها مرتبة حسب الأهمية بالنسبة له:

..... -١

..... -٢

..... -٣

..... -٤

..... -٥

الآن قارن بين مجموعتي القيم لديكما: في ماهية القيم وفي ترتيبها.

هل تعتقد أن ذلك يسبب خلافا بينكما؟

إذا كانت الإجابة بنعم :

فهل يمكن أن تغير تسلسل القيم في أي من المجموعتين لتضييق مساحة الخلاف أو تجنبه .

### تدريب القيم

## نماذج نبوية للعلاقة الزوجية

قال صلى الله عليه وسلم  
( خيركم خيركم لأهله وأنا خيركم لأهلي )

١- إظهاره صلى الله عليه وسلم حبه لزوجاته.

٢- الثناء عليهن

٣- التلطف معهن

٤- مداعبتهن

٥- صبره عليهن

٦- استرضائه لهن

٧- تدليله لهن

٨- .....

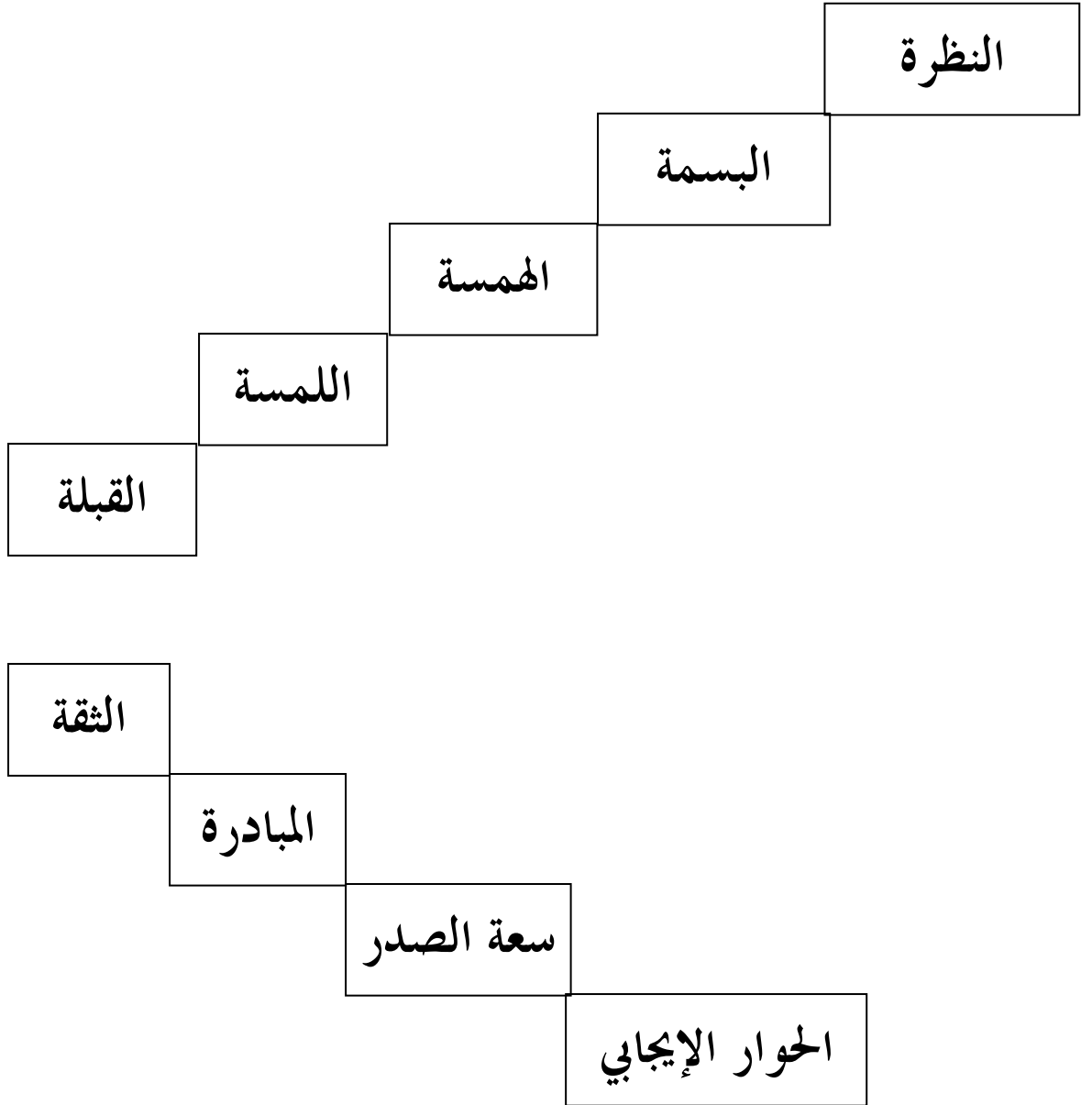
## تعرف على نمط تفكير شريك حياتك

- ١- هل يهتم بالصور والألوان ، أم بالمعاني و بالكلمات والأصوات، أم بالمشاعر والأحاسيس؟
- ٢- هل ينطلق في اتخاذ القرارات من الرغبة في المتعة أم من الخوف من الألم؟
- ٣- هل يقتنع بالחסوس الملموس وانجرب والمثبت، أم يتقبل الأفكار ويفترض إمكانية؟
- ٤- هل يخطط ويجدول مهامه وأعماله أم يتركها للظروف؟
- ٥- هل يحرص على إنجاز الأعمال في الموعد المحدد أم يبحث عن الجودة والإتقان؟
- ٦- هل يهتم بالناس أم بالأماكن أم بالأشياء أم بالأنشطة أم بالمال .....

النكته

المشاركة

# كيف تكسب قلب شريك حياتك؟؟؟

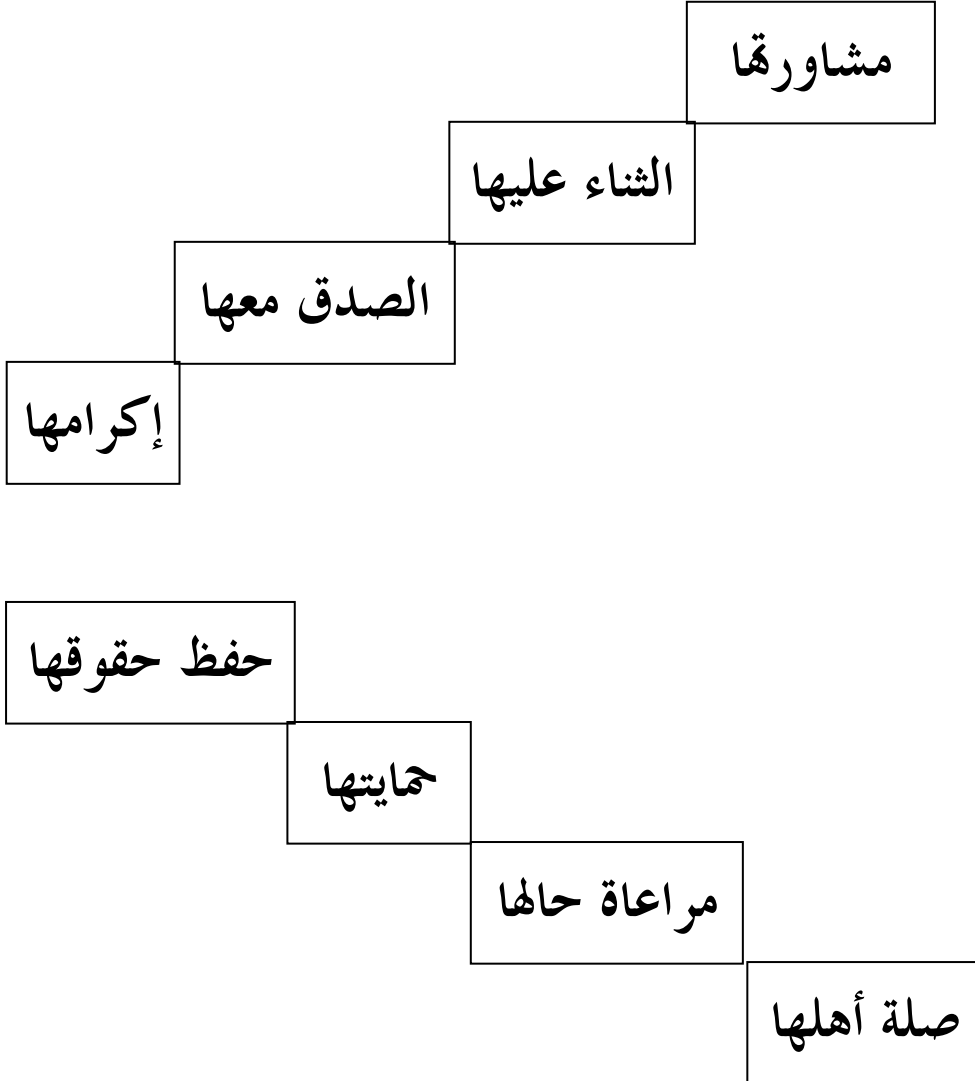


التماس العذر

التزين لها

الإشباع

## كيف تكسب قلب شريكة حياتك؟؟؟





# تذكر أثر الهدية



تمت بحمد الله