



مركز ابن باز الخيري  
لمساعدة الشباب على الزواج  
إدارة البرامج التدريبية

دورة

# مهارات وفنون في الحياة الزوجية

## دورة خاصة للمقبلين على الزواج

للمدرب:

الأستاذ: صالح الجعدي

يوم السبت ١٤٢٨/٦/٨ هـ

من الساعة الخامسة إلى الساعة التاسعة  
بمركز معهد الهادئين للتراث والثقافة بحي الصحافة

[www.alzwaj.org](http://www.alzwaj.org)

الرياض - التخصصي - الحمديّة - [www.alzwaj.org](http://www.alzwaj.org)  
للاستفسار الاتصال هاتف : ٢٢٩٣٣٣٣ فاكس : ٤٥٠٠ جوال : ٥٠٢٢٩٨٨٨٨  
أو إرسال رسالة على البريد الإلكتروني [training@alzwaj.org](mailto:training@alzwaj.org)

# طرق فنية في العلاقات الزوجية

صالح بن سعيد الجعدي

مدرب مدربين

مدرب معتمد و عضو كل من

الاتحاد العالمي inlpta

المركز الكندي

المجموعة الكندية



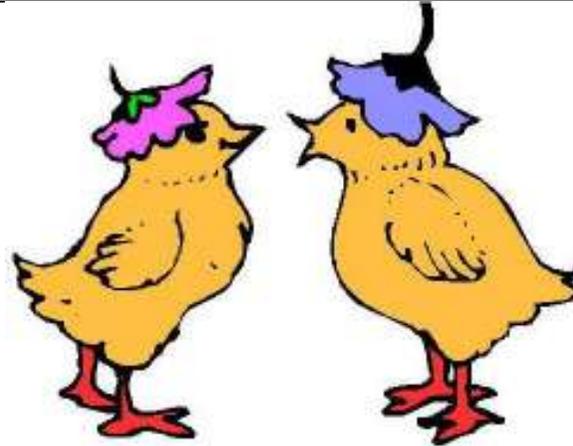
هي معاهدة مقدسة أمام الله عز وجل



# من أكون ومن تكوني ؟

• إني امرأة غريبة لا علم لي بأخلاقك فبين لي ما تحب فأتيه ، وما تكره فأتركه .

• هذا ما أحب وما أكره فماذا عنك أنتي ؟





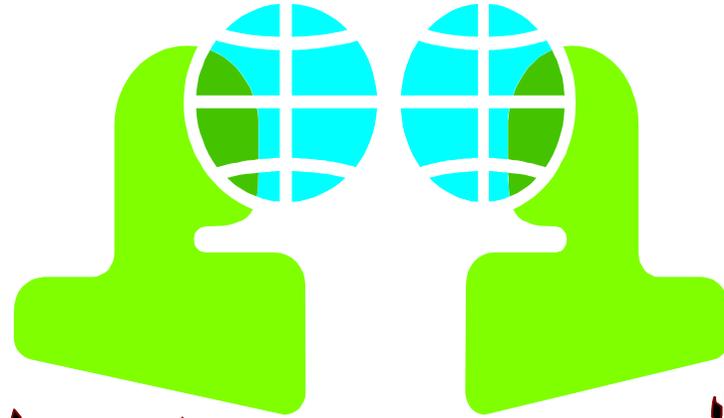
## لكل منا عالمه الخاص

هل أنتِ مثلي ؟

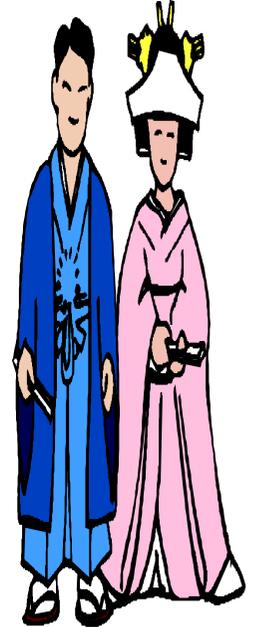
هل يجب أن تكوني مثلي ؟

هل أنتَ مثلي ؟

هل يجب أن تكون مثلي ؟



سوف نُكَمِّلُ بعض بعضا عندما تَجْمَعنا المودة  
وسنَعشِق بعضنا أكثر عندما نمتلك المرونة والتفاهم

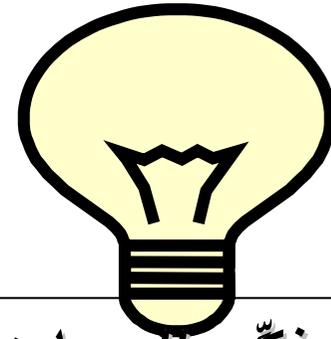
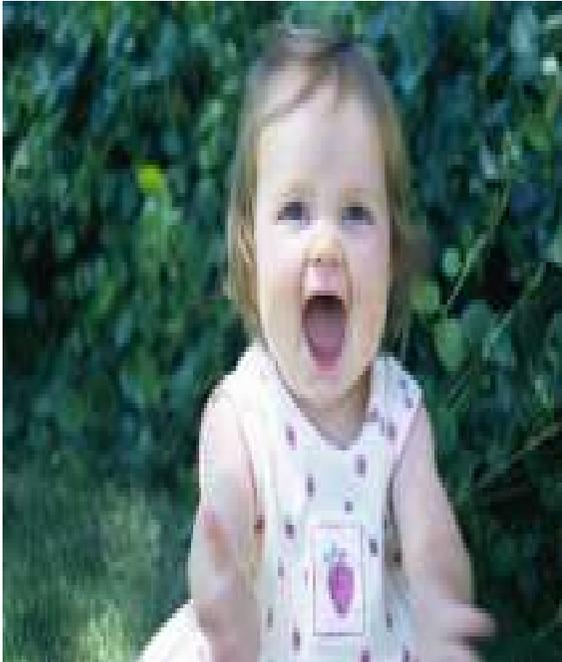


# سحر الألفة



- التواصل البصري
- التوافق في نبرة الصوت
- الحديث عن المشاعر
- الابتسامة
- الاقتراب المناسب
- المشاركة في الأحاسيس
- الشكر و الثناء

ليس مهما ما ترتديه من ملابس  
ولكن الأهم من ذلك  
هي الابتسامة التي ترسمها  
على مُحبيّك



كن مثير ومذكّر للسعادة والسرور

ميزة الإهتمام بمتطلبات الطرف الآخر حتى  
ولو كانت بسيطة

يعتبرها من التقدير

ينتظرها ولا يبوح بها

اختبار لصدق المشاعر



# يا ترى ماهي أهدافنا في الحياة ؟

أحفاظ على علاقة زوجية ملؤها الحب طوال الحياة  
أحفاظ على علاقة حميمة مع الأهل والأقرباء  
تربية جيل مؤمن ( يحفظ كتاب الله ويعمل به )  
بناء منزل العمر

ألبنود
..... - ١
..... - ٢
..... - ٣
..... - ٤
..... - ٥
..... - ٦
..... - ٧



# فوائد المراسلة بين الزوجين

زيادة المودة



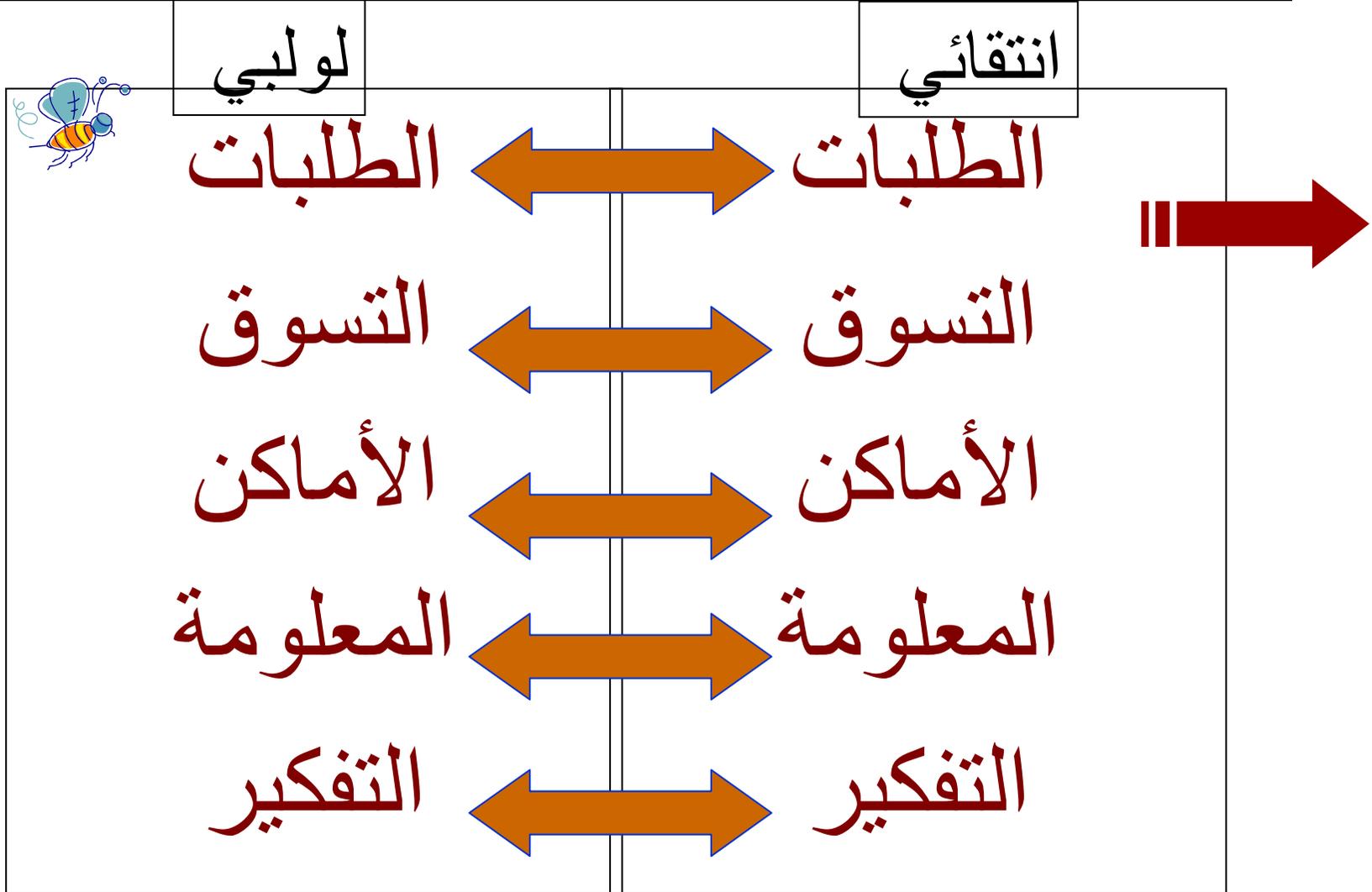
علاج سريع للمشكلات

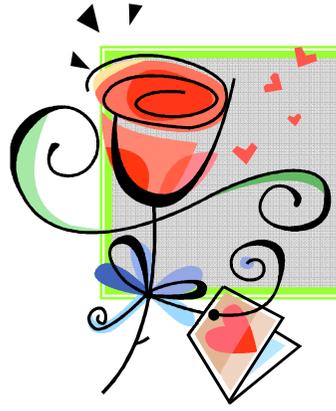


أحب ولا أحب



# كيف يفكر الرجل وكيف تفكر المرأة





الإحترام المتبادل مزرعة السعادة

إحذر من خدش الزجاج

بالاحترام المتبادل

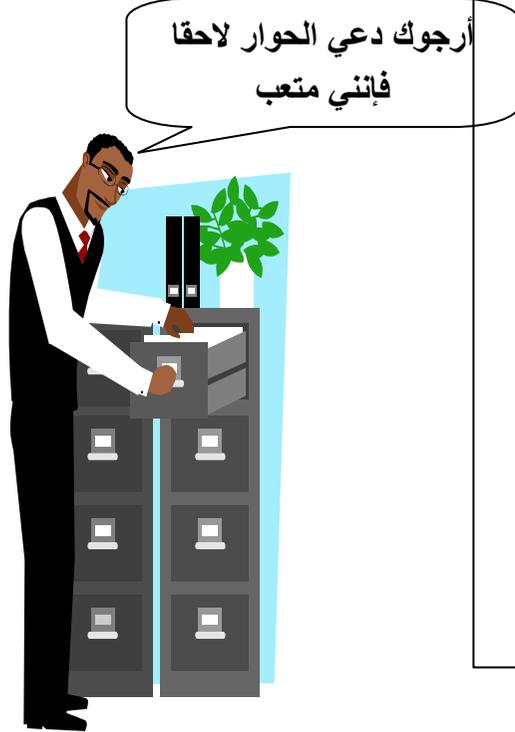
بالتقدير

بتقدير الأهل و الأقرباء

بالثقة

بالتسامح

# عند العودة من العمل



تذكروا بأن المنزل  
للسكن  
وليس لنقل هموم العمل



لاشك بأنك ستعود مرهق و مضغوط  
وأنتي كذلك

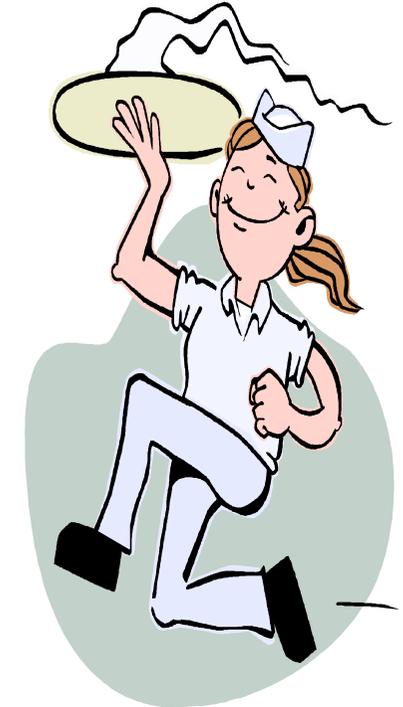
والسؤال هل سيعاقب كل منكما الآخر بذنب متاعب المهنة ؟



## الطلبات المنزلية

التعاون بين الطرفين أمر هام  
والعلاقة التي بينهما علاقة شراكة تكاملية  
مبنية على الحب والعاطفة  
فإن تحولت إلى علاقة سلطوية  
قلن تدوم

~~كثرة الضغوط تولد الانفجار~~



# مهارات وفنون في صناعة الازعاج وضيق الصدر

- عندما يحتاج أحدكما النوم والراحة ولو لفترة وجيزة
  - عند الحاجة للخلوة مع النفس لأي سبب كان
- اليكم هذه المهارات :

الازعاج باستخدام الباب , المكنسة الكهربائي , ترتيب  
الدولاب , رفع صوت التلفزيون أو الراديو , اشعال النور وإطفائه , مناقشة  
المشكلات ,  
(اقتراح شخصي ..... )

- عند لحظات السعادة والمرح
- تفيد مهارة مناقشة المشكلات  
و مهارة قلب المعاني وتفسيرها على غير حقيقتها

هل تعلمون ماهي النتيجة ؟

# اتركيه في حالة الانفعال و أبتعد أنت أيضا أو تعاملوا بذكاء وصبر

دخل أبو الدرداء رضي الله عنه  
على زوجته  
وقال لها:

إذا رأيتني غضبان فريضني،  
وإذا رأيتك غضبي رضيتك.  
وإلا لا نعيش بعد اليوم أبداً

- خذي العفو مني تستديمي مودتي
- ولا تنطقي في ثورتي حين أغضبُ
- ولا تكثري الشكوى فتذهب بالهوى
- ويأباك قلبي والقلوب تقلبُ
- فإني وجدت الحب في القلب والأذى
- إذا اجتمعا لم يلبث الحب يذهبُ

أوصايا

المدمة



# لا تتوقع بل افهم جيدا

دعك من

كان يجب أن تفعل كذا وكذا لا يحتاج الأمر إلى توضيح

كان يجب أن يفعل هو كذا فلا يحتاج أن أخبره بكل واجباته في كل مرة

الإنصات نعمة



حديقة الله

حديقة الله

الله  
جل جلاله

اجعلوها شعاركم

رحلة سعيدة وأعمار مديدة

بحب وتسامح وصبر وتعاون حتى نبلغ المنى والرضوان

بإذن الله



وَأَخِرُ دَعْوَانَا  
أَنَّ الْحَمْدَ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

أخوكم ومحبتكم : صالح بن سعيد الجعدي

[www.nlp700.com](http://www.nlp700.com)

nlp700@yahoo.com

