

فن التوافق الأسري

(دليل المدرب)

اليوم	الحلقة	المحتوى	طرق التدريب
اليوم التدريبي الأول	الأولى	<ul style="list-style-type: none"> • مقدمة. • ما الأسرة - ما معنى التوافق الأسري؟ • أنواع التوافق بين الزوجين. • أسباب عدم التوافق بين الزوجين. 	<ul style="list-style-type: none"> • حالة عملية. • مراجعة- كل طرف
	الثانية	<ul style="list-style-type: none"> • الإيجابيات التي يجنيها الطرفان في وجود التوافق الأسري • عندما تتعرف على الطرف الآخر.. • السلبيات التي تهدد الحياة الزوجية في حالة عدم التوافق بين الطرفين • العقبات التي تواجه الزوجين عند التوافق. 	<ul style="list-style-type: none"> • حالة عملية • حالة عملية
	الثالثة	<ul style="list-style-type: none"> • أخطاء يقع فيها الزوجان؟ تعرف على شريك حياتك: - كيف يخفي مشاعره الحقيقة؟؟ - كيف تتحدث مع شريك حياتك؟؟ - كيف يري كل منكما الآخر؟ . 	<ul style="list-style-type: none"> * استقصاء- نمط * حالة عملية-السنوات
	الرابعة	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> خطوات للتقريب بين تفكير الرجل والمرأة. <input type="checkbox"/> كيف تكتسب مهارة التوافق من خلال تعرفك على طبيعة الآخر؟ 	<ul style="list-style-type: none"> • حالة عملية
	الخامسة	<ul style="list-style-type: none"> • درّبي نفسك على كيفية التعامل مع زوجك بطريقة صحيحة • درّب نفسك : على كيفية التعامل مع زوجتك بطريقة صحيحة. • قل ولا تقل : كيف تعبر عن الاختلافات دون جدال؟ • الروشنة الزوجية للتوافق الأسري. • معاملات الرسول ﷺ مع زوجاته. 	<ul style="list-style-type: none"> • لحظات صريحة- اختبار • مراجعة <input type="checkbox"/> نحن.

الأسرة .. توافق !!

★ **اليوم التدريبي :** الأول.

=====

★ **رقم الحلقة :** الحلقة الأولى.

=====

★ **الهدف من الدرس التدريبي :**

=====

- بانتهاء هذه الحلقة التدريبية، سيكون كل مشارك قادراً على تحديد معنى الأسرة، ومعنى التوافق الأسري، والقدرة على تحديد أنواع التوافق بين الزوجين، وأسباب عدم التوافق بينهما، وذلك في ضوء البرنامج التدريبي المعد بواسطة رؤية أكاديمي للإدارة والتنمية البشرية، بدقة تامة.

★ **رؤوس موضوعات خطة الدرس التدريبي :**

=====

★ مقدمة.

★ ما الأسرة - ما معنى التوافق الأسري؟

★ أنواع التوافق بين الزوجين.

★ أسباب عدم التوافق بين الزوجين.

★ **رقم الدرس التدريبي :** (١ - ١).

★ **المساعدون :**

★ **الوقت الإجمالي :** ٦٠ دقيقة.

★ **مكان التدريب :** قاعة تدريبية تتسع لعدد () متدرباً.

★ **طرق التدريب المستخدمة:** تقديم وعرض .ورقة موزعة رقم ١ / ٢.

★ **المعدات المساعدة:** Data show. شرائح من (١ : ١٤)

★ **الأدوات التي يستخدمها الدارسون:** أقلام □ Note book

★ **مراجع المدرب:** دليل المدرب " فن التوافق بين الزوجين " .. والمعد بواسطة فريق خبراء رؤية أكاديمي للإدارة والتنمية البشرية.

الملاحظات	المحتويات
الزمن : ١٠ ق الطريقة : تقديم وعرض الوسيلة : Data show. الشرائح من ١ : ٨	مقدمة البرنامج: يبدأ المدرب البرنامج بإلقاء التحية على المشاركين، مبيّنًا لهم بأننا نعيش مشروعًا هامًا، ألا وهو " الأسرة السعيدة " .. والذي يندرج تحته عدد من الموضوعات الهامة، ولعلنا نتدارك أمرًا خاصًا جدًا، كلنا في حاجة ماسة إليه، ألا وهو: " فن التوافق بين الزوجين " والذي نستطيع من خلاله، فتح الأبواب على كثير من المحكّات الحياتية الضرورية، في ظل المتاح، لاستقرار أسري نطلبه، ونسعى إلى تحقيقه .. وهذا ما يحاول المدرب بيانه من خلال عرضه للشرائح من ١ : ٨.
	الربط: سبق وأن تناولنا السبل التي تساهم في تحقيق الدعم المؤثر لحياة سعيدة، من خلال حلقاتنا السابقة، واستكمالاً لهذا الموضوع، نتكلم عن الأسرة، معنىً وتوافقاً، وعن الأسباب التي تمنع من عدم حدوث هذا التوافق!!
	الأهمية: لا بد أن ننظر بعين الاعتبار والاهتمام لنواة المجتمع، والسعي بكل قوة لتحقيق المعنى المطلوب، والبحث عن أدوات التوافق الأسري، والحرص على الابتعاد تمامًا عن المنعّصات التي تسقط هيبتها!!
	التحفيظ: يشير المدرب إلى مدى الاعتناء بالأسرة، كم مستقبل هامول للأمة، وأن الاهتمام بها مدعاة لقوة المجتمع، وممن ثم الوطن، وإهمالها داء عضال يصيب جوارح البدن .. فيسقطه جميعاً
	النقاط الرئيسية للحلقة: <ul style="list-style-type: none"> • مقدمة. • ما الأسرة..؟ ما معنى التوافق الأسري؟ • أنواع التوافق بين الزوجين . • أسباب عدم التوافق بين الزوجين .
الزمن : ٢٠ ق الطريقة : تقديم وعرض. الوسيلة " Data show "	النقطة الرئيسية الأولى: مقدمة .. لاشك أن الزواج "رباط مقدس، والأسرة نتاج له، والأسرة المتراحمة تبني مجتمعًا متراحمًا، يسوده الود والعطف، والتمسك بالقيم والفضيلة والبعد عن الفساد والرذيلة. وعماد السعادة الأسرية هو وجود التوافق بين

أفرادها، وخاصة بين ركنيها (الزوج والزوجة) ، والسعادة الأسرية، أولى خطواتها .. الحب وذلك باستشعار قيمة الأسرة، فبداية البشرية كانت أسرة .. يقول تعالى : يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا [النساء : ١

الزمن : ٢٠ ق

النقطة الرئيسية الثانية: ما الأسرة - ما معنى النوافق الأسري؟

ش ٩ الأسرة

ما الأسرة؟ هي المؤسسة الاجتماعية التي تنشأ من اقتران رجل وامرأة، بعقد يرمي إلى إنشاء أساس المجتمع، وأهم أركانها الرجل والمرأة والأبناء. **مسنعينا بالشريعة رقم ٩**

الطريقة: ورقة موزعة ١ ش

رقم ١٠ حالة عملية.

الوسيلة

.Data show

حالة عملية .. على المشاء يقوم المدرب بتوزيع ورقة رقم ١، ش ١٠ ليقروها المشاركون، ثم يدير المدرب مناقشة موجهة .. ويعقب على المشاركين.

النوافق الأسري هو حالة من الانفتاح النفسي والروحي، يحققها كل شريك نحو الشريك الآخر، تضمن أن يعبر كل منهما عن مشاعره بأمانة للطرف الآخر، ويتخذ خطوات ملموسة لفهمه وإسعاده. **مسنعينا بالشريعة رقم ١١**

ش ١١ التوافق

ش ١٢ التوافق

الطريقة : ورقة موزعة رقم

٢ مراجعة ش ١٣

النقطة الرئيسية الثالثة - أنواع التوافق بين الزوجين : بالاستعانة بالشريحة رقم ١٢ للتوافق الأسري أشكالاً مختلفة حسب نوع الأشياء المشتركة بين الزوجين.. **مراجعة:** يقوم المدرب بتوزيع ورقة موزعة رقم ٢ "مراجعة" ش ١٣ على المشاركين، ليجيبوا عليها ثم ينظر فيها بعد إجاباتهم، ليعقب عليهم بعد ذلك ..

ش ١٤ أسباب

النقطة الرئيسية الرابعة - أسباب عدم التوافق بين الزوجين (البحث عن الأسباب)

ش ١٤

حاقة نقاشية: يبدأ المدرب بالتقديم لأسباب عدم التوافق بين الزوجين، ويشير لخطورتها، .. وبعد ذلك يطلب من المشاركين تكوين مجموعات عمل من ٤ : ٥ أفراد، على أن تختار كل مجموعة أحد أعضائها لمناقشة إجاباتهم، ثم فتح ملفاتهم على ص " ... ليقروا مافيها، لمناقشتها، وبعد المناقشة .. يقوم المدرب بعرض الإجابة الصحيحة.

التلخيص:

الزمن : ٥ ق

الطريقة : تقديم وعرض.

يتحدث المدرب ملخصاً لأهم ما في الحلقة، وأن الأسرة هي قوام المجتمع، ومتى صلحت، كان فيه الصلاح.. وأنه لا بد من البحث عن أسباب التوافق الأسري، والدعائم التي تحقق ذلك، وأنه لا بد من السعي الكامل من أجل توكيد أنواعه، وتفعيل

أشكاله .. وعلاج كل الأسباب التي تمنع التوافق مهما كان ذلك مكلفاً .. ولكي يستبين الحال، لابد من معرفة الإيجابيات، وإظهار السلبيات .. وهذا ما نحرص على معاشته في الحلقة القادمة .. إن شاء الله .

إيجابيات .. سلبيات .. عقبات

اليوم التدريبي : الأول.

=====

★ **رقم الحلقة : الحلقة الثانية.**

=====

★ **الهدف من الدرس التدريبي :**

=====

■ بانتهاء هذه الحلقة التدريبية، سيكون كل مشارك قادراً على فهم المدلول الاجتهاد حاعي لمعنى الأسرة، والأسباب التي تؤدي إلى التوافق الأسري، كما يدرك الإيجابيات التي من الممكن أن تعود على المجتمع نتيجة ذلك، وذلك في ضوء البرنامج التدريبي المعد بواسطة رؤية أكاديمي للإدارة والتنمية البشرية، بدقة تامة.

★ **رؤوس موضوعات خطة الدرس التدريبي :**

=====

- ★ الإيجابيات التي يجنيها الطرفان في وجود التوافق الأسري.
- ★ عندما تتعرف على الطرف الآخر..
- ★ السلبيات التي تهدد الحياة الزوجية في حالة عدم التوافق بين الطرفين.
- ★ العقبات التي تواجه الزوجين عند التوافق.
- ★ **رقم الدرس التدريبي : (١ / ٢) .**

★ **المساعدون :**

★ **الوقت الإجمالي : ٦٠ دقيقة.**

★ **مكان التدريب : قاعة تدريبية تتسع لعدد () متدرباً.**

★ **طرق التدريب المستخدمة: تقديم وعرض، ورقة موزعة رقم ٣ / ٤**

★ **المعدات المساعدة: - Data show (الشرائح من ١٥ : ٢٣).**

★ **الأدوات التي يستخدمها الدارسون: أقلام، Note book**

★ **مراجع المدرب:** دليل المتدرب " فن التوافق الأسري " .. والمعد بواسطة فريق خبراء رؤية أكاديمي للإدارة والتنمية البشرية.

الملاحظات	المحتويات
الزمن : ١٠ ق الطريقة : تقديم وعرض.	الربط: سبق وأن تحدثنا عن المعنى الأسري، والتوافق الدال على ذلك، كما فهمنا الأسباب التي تؤدي أو تحول دون ذلك، وتتمه لهذا الأمر، نستعرض اليوم الإيجابيات التي يجنيها الطرفان جراء التوافق الأسري!!
	الأهمية: وعندما نحني الثمار، يستطيب التعب .. وهذا دلالة مدى الحرص على البذل، من أجل حصاد مطلوب، ولاشك أننا حينما ننظر الي الإيجابيات، يتأكد لنا أهمية السعي الكبير من أجل مزيد..
	النهضة: لا بد أن ندرك أن المجتمعات بالأسرة كل شيء، وبدونها لا شيء .. هذا في العام، فما بالنا بأسر متناغمة قوية، تحقق آمال مجتمعاتها بدورها المؤثر .. والإيجابيات دليل مفهم على ذلك، والعكس الذي نقاومه .. خطير جدًا!!
	النقاط الرئيسية للحلقة: <ul style="list-style-type: none"> • الإيجابيات التي يجنيها الطرفان في وجود التوافق الأسري. • عندما نتعرف على الطرف الآخر.. • السلبيات التي تهدد الحياة الزوجية في حالة عدم التوافق بين الطرفين. • العقبات التي تواجه الزوجين عند التوافق.
الزمن : ١٥ ق الطريقة: الوسيلة : ".Data show	النقطة الرئيسية الأولى: - الإيجابيات التي يجنيها الطرفان في وجود التوافق الأسري: * لا شك أن التوافق الأسري يخلق مناخاً أسرياً راقياً وهادئاً يرحوه كل الأسر وتتمناه كل العائلات التي تريد أن تعيش حياة هانئة وسعيدة.. ومن الإيجابيات الملحوظة لتحقيق التوافق الأسري . وذلك بالاسئمان بالشريحة ١٥
ش ١٥ إيجابيات	حالة نقاشية .. وبعد ذلك يطلب من المشاركين تكوين مجموعات عمل من ٤ : ٥ أفراد، على أن تختار كل مجموعة أحد أعضائها لمناقشة إجاباتهم، ثم فتح ملفاتهم على ص " ... "

الملاحظات	المحتويات
	<p>ليقرأوا مافيها من المادة العلمية، لمناقشتها في حلقة، وبعد المناقشة .. يقوم المدرب بعرض الإجابة الصحيحة.</p>
<p>الزمن : ١٥ ق ش ١٦ عندما الوسيلة : ورقة موزعة .. رقم ٣ حالة عملية " شهاب " .. رقم ١٧</p>	<p>النقطة الرئيسية الثانية: - عندما نتعرف على الطرف الآخر.. اسنهل المدرب النقطة بقوله .. هيا نقطف ثمار الشجرة: ثم بادر بالسؤال : ماذا يقع ؟ عندما يتعرف الرجل والمرأة على طبيعة كل منهما . استمع المدرب في حلقة نقاشية عامة، إلى آراء المشاركين، ثم تبعهم برأيه، مستعيناً ش ١٦. فسوف يجنيا هذه الثمار .. حالة عملية .. شهاب يقوم المدرب بتوزيع ورقة موزعة رقم ٣ ش ١٧ حالة عملية، ليقروها المشاركون، ثم يدير المدرب مناقشة موجهة .. ويعقب على المشاركين</p>
<p>الزمن : ١٥ ق الطريقة : الوسيلة: ش ١٨ السليات ش ١٩ : ٢٢ الطريقة: ورقة موزعة رقم ٤/ حالة عملية اختياري اخترت ش ٢٣</p>	<p>النقطة الرئيسية الثالثة السليات الني نهدد الحياة الزوجية في حالة عدم النوافق بين الطرفين. ملف المادة العلمية - حلقة نقاشية : يطلب من المشاركين تكوين مجموعات عمل من ٤ : ٥ أفراد، على أن تختار كل مجموعة أحد أعضائها لمناقشة إجاباتهم، ثم فتح ملفاتهم على ص " ... ليقرأوا مافيها، لمناقشتها، وبعد المناقشة .. يقوم المدرب بعرض الإجابة الصحيحة، ش ١٨ النقطة الرئيسية الرابعة .. العقبان الني نواجه الزوجين عند النوافق: ملف المادة العلمية - حلقة نقاشية : يطلب من المشاركين تكوين مجموعات عمل من ٤ : ٥ أفراد، على أن تختار كل مجموعة أحد أعضائها لمناقشة إجاباتهم، ثم فتح ملفاتهم على ص " ... ليقرأوا مافيها، لمناقشتها، وبعد المناقشة .. يقوم المدرب بعرض الإجابة الصحيحة، ش من ١٩ : ٢٢ حالة عملية .. أنا اللي يقوم المدرب بتوزيع ورقة رقم ٤ حالة عملية " ش ٢٣ ليقروها المشاركون، ثم يدير المدرب مناقشة موجهة .. ويعقب على المشاركين.</p>
<p>الزمن : ٥ ق الطريقة : تقديم وعرض.</p>	<p>التلخيص: يربز المدرب أهم ما احتوته الحلقة، ومدى الاستفادة من معرفة الإيجابيات الناتجة عن التوافق الأسري، وأن ثمارها تؤتى بالبذل، والعطاء .. وأنها وسيلة مقنعة للقضاء على السليات برمتها، وتحدي كبير لأي نوع من العقبات .. بالتوافق الأسري نستطيع الحل الجذري لأية مشكلة ما .</p>

أخطاء ..

★ **اليوم التدريبي :** الأول.

=====

★ **رقم الحلقة :** الحلقة الثالثة.

=====

★ **الهدف من الدرس التدريبي :**

=====

- بانتهاء هذه الحلقة التدريبية، سيكون كل مشارك قادراً على تحديد الأخطاء التي يقع فيها الزوجان، والقدرة على التعرف على شريك العمر، وكيف يرى كل منهما الآخر ، وذلك في ضوء البرنامج التدريبي المعد بواسطة رؤية أكاديمي، بدقة تامة .

★ **رؤوس موضوعات خطة الدرس التدريبي :**

=====

★ أخطاء يقع فيها الزوجان؟

★ تعرف على شريك حياتك.

★ كيف يخفي مشاعره الحقيقة؟؟

★ كيف تتحدث مع شريك حياتك؟

★ كيف يري كل منكما الآخر؟

★ **رقم الدرس التدريبي :** (١ - ٣).

★ **المساعدون :**

★ **الوقت الإجمالي :** ٦٠ دقيقة

★ **مكان التدريب :** قاعة تدريبية تتسع لعدد () متدرّباً.

★ **طرق التدريب المستخدمة:** تقديم وعرض .. استقصاء ٥ □ حالة عملية ٦

★ **المعدات المساعدة:** - Data show .. شرائح من ٢٤ : ٣٧

★ **الأدوات التي يستخدمها الدارسون :** أقلام ، Notebook

★ **مراجع المدرب:** دليل المدرب " فن التوافق الأسري " .. والمعد بواسطة فريق خبراء رؤية أكاديمي للإدارة والتنمية البشرية.

الملاحظات	المحتويات
الزمن : ١٠ ق الطريقة : تقديم وعرض.	الربط: سبق وأن تحدثنا عن الإيجابيات التي يجصدها شريك العمر نتاج التوافق الأسري، وكذلك عن السلبيات .. والعقبات التي من الممكن أن تعترضهما، ولنا أن نستكمل الحلقة بالحديث عن الأخطاء التي يمكن لهما أن يقع فيها، وضرورة أن يرى كل منهما الآخر .. بالأسلوب الذي يرتضيه، وبلا تجاوزات .
	الأهمية: ليس غريباً في عالم العلاقات الزوجية، أن تقع بعض المنغصات، والتي قد تعكر صفوها، إلا أنه من حق الزوجين على بعضهما أن يتناصحا، ويبيدي كل منهما للآخر ما يجعله يستفيض حباً، وعشقا، من أجل دوام العلاقة الحميمة !!
	التحفيظ: يؤكد المدرب على ضرورة التماسك الأسري، وامتلاك ناصية الوفاق الأسري، من أجل أن تستمر قوة النفوس، والمجتمع في العطاء والبذل، على عكس انفصام الرؤى، وانعدام المسؤولية تجاه الآخر، والتي تؤدي لا شك .. إلى مزيد من التمزق، والانحلال.
	النقاط الرئيسية للحلقة: <ul style="list-style-type: none"> • أخطاء يقع فيها الزوجان؟ • تعرف على شريك حياتك. • كيف يخفي مشاعره الحقيقية؟ • كيف تتحدث مع شريك حياتك؟ • كيف يري كل منكما الآخر؟
الزمن : ١٥ ق الطريقة : حلقة نقاشية ش رقم ٢٤ / ٢٥ أخطاء	النقطة الرئيسية الأولى: .. أخطاء يقع فيها الزوجان .. ملف المادة العلمية - حلقة نقاشية: يطلب من المشاركين تكوين مجموعات عمل من ٤ : ٥ أفراد، على أن تختار كل مجموعة أحد أعضائها لمناقشة إجاباتهم، ثم فتح ملفاتهم على ص " ... ليقروا مافيها، لمناقشتها، وبعد المناقشة .. يقوم المدرب بعرض الإجابة الصحيحة. ش ٢٤ / ٢٥
الزمن : ١٥ ق	النقطة الرئيسية الثانية: .. نعرف على شريك حياتك.

المحتويات

الملاحظات

ملف المادة العلمية - طاقعة نقاشية : يطلب المدرب من المشاركين تكوين مجموعات عمل ، على أن تختار كل مجموعة منسقاً عنها لمناقشة إجاباتهم، ثم فتح ملفاتهم على ص "ليقرءوا مافيها، لمناقشتها، وبعد المناقشة، يقوم المدرب بعرض الإجابة الصحيحة، بالاستعانة بالشريحتين ٢٧ / ٢٦.

ورقة موزعة رقم

ش ٢٦ : ٢٧

استقصاء : أنماط السلوك ..

ش ٢٨ / ٢٩

استقصاء

يوزع المدرب ورقة موزعة رقم ٥ "استقصاء" / ش ٢٨ / ٢٩ على المشاركين، ويعلمهم كيف يتعاملون معه، باختيار البند المناسب لهم، ثم في النهاية يجمع حون درجات الاستقصاء.. ثم يعقب المدرب ببيان كل حالة حسب درجاته.

النقطة الرئيسية الثالثة :- كيف يخفي مشاعره الحقيقة؟؟ ش ٣٠ / ٣١

الزمن : ١٥

ملف المادة العلمية - حلقة نقاشية :

يختار المدرب من المشاركين ممثلاً عن الذكور، وممثلاً عن الإناث، ويطلب كل منهما، قراءة ما يخصه، من الجدول ..

ش ٣٠ : ٣١

كيف

ومثال ذلك : كما ورد " كيف تتحدث مع شريك حياتك ؟

هكذا تتحدث النساء: قالت : نحن لا نخرج أبداً ..

وهكذا يتحدث الرجال : قال: هذا ليس صحيحاً، نحن خرجنا في الأسبوع الماضي .

وبعد انتهائهم، في الوقت المحدد، عبر المدرب عن الحوار الذي دار بين الطرفين، بقوله:

هكذا يفهم الأزواج □ خطأ- مفردات وكلمات الزوجة.. ذلك لأن المرأة تعبر في

كلماتها عن المشاعر التي تشعر بها ولا تقصد المعنى الحرفي لتلك الكلمات؛ بعكس

الرجل الذي يعبر عن معلومات وحقائق لذلك فهو يعني كل كلمة ولفظ ينطق به...

هذا هو السبب الحقيقي في جعل الرجل يفهم كلمات المرأة بتلك الطريقة، لذلك لا بد

أن يدرك الرجل الترجمة الحقيقية لكلمات المرأة والتي تقصدها بالفعل .. وهنا يطلب

المدرب اثنين آخرين ليطبقا ماورد بتعلق المدرب، ويطلب منها قراءة الجملة السابقة

كما هي .. وهنا يطلب المدرب من المشاركين الرد بالطريقة الصحيحة، وبعد انتهائهم،

يطلب من أحد المشاركين قراءة ماورد بالجدول المصحح .. ثم يعلّق المدرب على كل

الإجابات .. تلخيصاً .

النقطة الرئيسية الرابعة .. كيف يري كل منكما الآخر .

ش ٣٢ : ٣٦

الطريقة : ورقة

موزعة رقم ٦

يطلب المدرب من المشاركين تكوين مجموعات عمل ، على أن تختار كل مجموعة منسقاً

عنها لمناقشة إجاباتهم، ثم فتح ملفاتهم على ص " ... ليقرءوا مافيها، لمناقشتها، وبعد

الملاحظات	المحتويات
ش ٣٧ السنوات	<p>المناقشة، يقوم المدرب بعرض الإجابة الصحيحة، بالاستعانة بالشرائح من ٣٢: ٣٦ حالة عملية .. ش ٣٧</p> <p>يقوم المدرب بتوزيع ورقة رقم ٦ حالة عملية / ش ٣٧، ليقروها المشاركون، ثم يدير المدرب مناقشة موجهة .. ويعقب على المشاركين.</p>
الزمن : ٥ ق الطريقة : تقديم وعرض.	<p>التلخيص:</p> <p>يلخص المدرب .. ما احتوته الحلقة، من أهمية أن يتعرف الزوجان على أخطاء كل منهما ليتجنبها، وليعرف كل منهما كيف تكون لغة الحوار، ودلالة الحرص على أن تمر سفينة الحياة بهما .. مع مراعاة أن يفهم كل منهما الآخر، تلميحاً وتصريحاً .. ليرى كل منهما الآخر بطريقة صحيحة .. وهذا محل الحديث في الحلقة القادمة .. إن شاء الله ..</p>

خطوات التقريب !!

★ **اليوم التدريبي :** الأول.

=====

★ **رقم الحلقة :** الحلقة الرابعة.

=====

★ **الهدف من الدرس التدريبي :**

=====

■ بانتهاء هذه الحلقة التدريبية، سيكون كل مشارك قادراً على الوعي بما للزوجة من حقوق، ولكي يحدث هذا الأمر، لا بد من الاقتراب من تفكير كل من الطرفين للآخر، بالانصات تارة، واكتساب مهارة التوافق، وذلك في ضوء البرنامج التدريبي المعد بواسطة رؤية أكاديمي للإدارة والتنمية البشرية، بدقة تامة.

★ **رؤوس موضوعات خطة الدرس التدريبي :**

=====

★ **خطوات للتقريب بين تفكير الرجل والمرأة.**

★ **كيف تكتسب مهارة التوافق من خلال تعرفك على طبيعة الآخر؟**

★ **رقم الدرس التدريبي :** (١ - ٤).

★ **المساعدون :**

★ **الوقت الإجمالي :** ٦٠ دقيقة.

★ **مكان التدريب :** قاعة تدريبية تتسع لعدد () متدرباً.

★ **طرق التدريب المستخدمة:** تقديم وعرض، حالة عملية ٧

★ **المعدات المساعدة:** Data show. والشرائح من ٣٨ : ٥٥

★ **الأدوات التي يستخدمها الدارسون:** أقلام .. Notebook.

★ **مراجع المدرب:** دليل المدرب " فن التوافق الأسري .." والمعد بواسطة فريق خبراء رؤية أكاديمي للإدارة والتنمية البشرية.

الملاحظات	المحتويات
الزمن : ١٠ ق الطريقة : تقديم وعرض	<p>الربط: سبق وأن تحدثنا عن كل ما يعوق التوافق الأسري، واليوم لدينا فرصة سانحة من أجل الاقتراب أكثر، بالتعرف على طريقة التفكير، والتي يتسببها الطرف الآخر، والوعي بما يسعده، ويزيده اقتراباً!!</p>
	<p>الأهمية: لابد من الأخذ بتمام الأسباب التي تؤدي إلى تماسك الأسرة، وتفاعلها في اتجاه سلامة الصدر، والإيثار .. والحفاظ عليها من كل دواعي السقوط والهلاك .. ولعل الاقتراب بالتوافق الأسري، من أقوى العوامل التي تؤدي إلى ذلك !!</p>
	<p>التحذير: ويضرب المدرب الأمثال لأسر تساقطت منها المروءة، فهلكت.. لأنها لم تدفع إلى التوافق فيما بينها.. وأخرى استمدت قوتها من تماسكها، لأنها سمت فوق كل العوائق بقدرتها على التناغم الفكري، والقدرة على الاقتراب !!</p>
	<p>النقاط الرئيسية للحلقة:</p> <ul style="list-style-type: none"> • خطوات للتقريب بين تفكير الرجل والمرأة. • كيف تكتسب مهارة التوافق، من خلال تعرفك على طبيعة الآخر؟
الزمن : ٢٠ ق الطريقة الوسيلة ش ٤٣:٣٨	<p>النقطة الرئيسية الأولى .. خطوات للتقريب بين تفكير الرجل والمرأة.١ حلقة نقاشية : يطلب المدرب من المشاركين تكوين مجموعات عمل ، على أن تختار كل مجموعة منسقاً عنها لمناقشة إجاباتهم، ثم فتح ملفاتهم على ص... "ليقرءوا مافيها، لمناقشتها، وبعد المناقشة، يقوم المدرب بالتعليق على ما قالوه، بالاستعانة بالشرائح من ٣٨ : ٤٣</p>
الزمن: ٢٠ الطريقة : ش ٤٤ رجال	<p>الرجال في كهفهم دقق المدرب في موضوع أن معظم الرجال يميلون إلى الدخول في الكهف، والصمت لمدة طويلة .. ثم طرح سؤالاً: تُرى ما الأسباب ؟ وفي مناقشة مفتوحة، استمع المدرب إلى بعض الإجابات، ثم عقب بقوله : يرجع ذلك لعدد من الأسباب منها، ش ٤٤ ملحوظة: عندما يقوم الرجل بإصدار إحدى هذه التعليقات المختصرة فهو يريد عموماً أن تترك له</p>

المحتويات

الملاحظات

المرأة مساحة من الصمت، لكي ينتهي من التفكير فيما يشغله من مشكلة أو غيرها.

عندما يلجأ الرجل إلى كهفه على المرأة أن تراعي الآتي :

ش ٤٥ / ٤٦

كيف تساندين رجلاً في كهفه ؟ بالاستعانة بالشريحتين ٤٥ / ٤٦

تساندين

كيف تقدمين نصيحة، او نقدًا لزوجك؟ بالاستعانة بالشريحة ٤٧

كيف تلبي احتياجات شريك حياتك؟

ش ٤٧ تقديمين

تحتاج الزوجة إلى أن يتلقى يحتاج الزوج إلى أن يتلقى عدد المدرب الصفات مستعينًا

بالشرائح ٤٨ / ٤٩

ش ٤٨ / ٤٩

الرعاية التفهم - الاحترام - الإخلاص التصديق التطمين.

الصفات

التقدير - الإعجاب الاستحسان التشجيع.

النقطة الرئيسية الثانية: خطوات للتقريب بين تفكير الرجل والمرأة: ٢

حلقة نقاشية: يطلب المدرب من المشاركين تكوين مجموعات عمل ، على أن تختار كل

مجموعة منسقاً عنها لمناقشة إجاباتهم، ثم فتح ملفاتهم على ص " ... ليقروا مافيها،

لمناقشتها، وبعد المناقشة، يقوم المدرب بالتعليق على ما قالوه، بالاستعانة بالشرائح من

٥٠ : ٥٢

ش ٥٠ : ٥٢

خطوات

النقطة الرئيسية الثالثة .. كيف نكسب مهارة النوا فق من خلال نمر فك

على طبيعة الآخر؟ ٥٣ / ٥٤

استهل المدرب الحلقة بقوله : إن التوافق بين الزوجين يبدأ بالفهم .. ولأن كل إنسان فيه

من المميزات، ومن العيوب، فلا بد أن يهتم الزوج بتفهم الزوجة، وتقدير مميزاتا

ش ٥٣ : ٥٤

والتعاطف مع عيوبها، وكذلك على الزوجة أن تتفهم الزوج، وتتفاعل مع نقاط قوته،

مهارة

والتعاطف مع نقاط ضعفه..ومن هنا سنقوم بعرض بعض أنماط الأزواج والزوجات

الطريقة:

وكيفية التعامل مع كل نمط..من خلال حلقة نقاشية ..

ورقة موزعة رقم

يطلب المدرب من المشاركين تكوين مجموعات عمل ، على أن تختار كل مجموعة منسقاً

عنها لمناقشة تصوراتها، ثم فتح ملفاتهم على ص " ... ليقروا مافيها، لمناقشتها، وبعد

٧

المناقشة، يقوم المدرب بالتعليق على ما قالوه، بالاستعانة بالشرائح من ٥٣ : ٥٤

تمرين عملي

حالة عملية ..

ش ٥٥

يقوم المدرب بتوزيع ورقة رقم ٧ ، ليقروها المشاركون، ثم يدير المدرب مناقشة موجهة

.. ويعقب على المشاركين

الناخيس:

يلمح المدرب إلى أنه من الضروري أن يحرص كلا الزوجين إلى الآخر، بما يملد كان عن قدرة على التلاقي والتوافق، وبما يحقق الاستقرار والاستمرار في الحياة بصورة طبيعية، دون التعرّض لمعوقات أو منزلقات تحول دون التوافق الأسرى.

الزمن ١٠ ق

الطريقة : تقديم
وعرض.

روشتة زوجية

★ **اليوم التدريبي :** الأول.

=====

★ **رقم الحلقة :** الحلقة الخامسة.

=====

★ **الهدف من الدرس التدريبي :**

=====

بانتهاؤ هذه الحلقة التدريبية، سيكون كل مشارك قادرًا على التعامل مع الطرف الآخر بكل اقتدار واحترام، ومتى يختار الوقت والكلام، ليكتسب الإمكانيات لإدارة علاقته، بما يفيد. وذلك في ضوء البرنامج التدريبي المعد بواسطة رؤية أكاديمي، بدقة تامة .

★ **رؤوس موضوعات خطة الدرس التدريبي :**

=====

★ **درّبي نفسك على كيفية التعامل مع زوجك بطريقة صحيحة .**

★ **درّب نفسك : على كيفية التعامل مع زوجتك بطريقة صحيحة.**

★ **قل ولا تقل : كيف تعبر عن الاختلافات دون جدال؟**

★ **الروشتة الزوجية للتوافق الأسري.**

★ **معاملات الرسول ﷺ مع زوجاته.**

★ **رقم الدرس التدريبي : (٢ - ١).**

★ **المساعدون :**

★ **الوقت الإجمالي :** ٦٠ دقيقة.

★ **مكان التدريب :** قاعة تدريبية تتسع لعدد () متدربًا.

★ **طرق التدريب المستخدمة:** تقديم وعرض .. اختبار / ٨ / مراجعة ٩

- ★ **المعدات المساعدة:** - Data show . والشرائح من ٥٦ : ٦٦
- ★ **الأدوات التي يستخدمها الدارسون:** أقلام .. Note Book .
- ★ **مراجع المدرب:** دليل المدرب " فن التوافق الأسري " .. والمعد بواسطة فريق خبراء رؤية أكاديمي للإدارة والتنمية البشرية.

الملاحظات	المحتويات
الزمن : ٥ ق الطريقة : تقديم وعرض.	<p>الربط: سبق وأن تحدثنا عن دور كل من الزوجين في التواصل، والحرص على استقرار البيت، واليوم نستكمل بأدوات التدريب، والمدد من سلطان التاريخ المجرب، والذي به نتمكن من التوافق الأسري .. النموذج</p>
	<p>الأهمية: إن الحديث عندما نجده في حياة النبي ﷺ، يطول . لكن الأهم أن نستعين به على حياتنا لنأخذ منه العبرة والعظة .. والتمكين من حياة ولا أسعد !!</p>
	<p>التحفيظ: ليتنا نتعلم من تجارب الثقة، ونتوقف كثيراً أمام الفوارق التي أحدثها الأولون، لتحقق التوافق الأسري .. القدوة !!</p>
	<p>النقاط الرئيسية للحلقة: .. □ خطوات في تحديد أولوياتك .</p> <ul style="list-style-type: none"> • درّبي نفسك على كيفية التعامل مع زوجك بطريقة صحيحة. • درّب نفسك : على كيفية التعامل مع زوجتك بطريقة صحيحة. • قل ولا تقل : كيف تعبر عن الاختلافات دون جدال. • الروشته الزوجية للتوافق الأسري. • معاملات الرسول ﷺ مع زوجاته.
الزمن : ١٥ ق ش ٥٦ : ٥٧ حلقة نقاشية	<p>النقطة الرئيسية الأولى : درّبي " درّب " نفسك على كيفية التعامل مع زوجك " بطريقة صحيحة</p> <p>يقول المدرب : لك أن تختار من الصفات ما يدفعك إلى الانتهاء عنها، او التمسك بها من خلال تمرين تستطيعه ..</p> <p>حلقة نقاشية: يطلب المدرب من المشاركين تكوين مجموعات عمل ، على أن تختار كل مجموعة منسقا عنها لمناقشة الصفات المختارة، ثم فتح ملفاتهم على ص " ... ليقرءوا مافيها، لعرضها، وبعد العرض، يقوم المدرب بالتعقيب على ما قالوه، بالاستعانة بالشرائح من : ٥٦ / ٥٧</p>
الزمن : ١٥ ق .. الطريقة: ش ٥٨ قل	<p>النقطة الرئيسية الثانية: كيف نعبّر عن الاختلافات دون جدال ؟ ش ٥٨</p> <p>قل .. ولا نقل !!</p> <p>١- عندما يعود للمنزل متأخراً: قل: " أني حقاً لا ارتاح عندما تتأخر هذا يضايقني سأكون ممتنة حقاً لو اتصلت في المرة المقبلة إذا كنت ستتأخر "</p>

الانقل: "كيف يمكن أن تتأخر إلى هذا الحد؟ أو لماذا لم تتصل؟"

٢- **عندما ينسى شيئاً: قل:** "أني أتضايق عندما تنسى...؟ أو تطلب منه ما تريد مرة أخرى " سأكون ممتنة لو أنك... " سيعرف هو أنه قد نسي."

الانقل: "كيف يمكن لك أن تنسى؟ أو متى ستذكر؟ أو كيف لي أن أثق بك؟"

٣- **عندما يعود لكهفه: قل:** "لا أعلم أنك تحتاج أن تنسحب في بعض الأوقات ولكن ذلك مؤلم بالنسبة لي، لا أقول أنك مخطئ ولكن من المهم بالنسبة لي أن تفهم أنت ما أمرّ به."

الانقل: "كيف يمكن أن تكون عديم الشعور إلى هذا الحد؟ أو كيف تتوقع أن يكون

رد فعلي؟ أو كيف لي أن أعرف ما يجري بداخلك؟"

٤- **عندما يخيب إملها: قل:** "أنا لا أحب أن تخيب أمني، كنت أظن بأنك ستتصل.. لا عليك. أنا فقط أريد منك أن تعرف كيف أشعر عندما...".

الانقل: "كيف يمكن أن تفعل هذا؟ أو لماذا لا تفعل ما تقول أنك ستفعله؟ أو هل قلت إنك ستفعل ذلك؟ أو متى ستتعلم؟"

٥- **عندما لا يدين مشاعرها ويؤذيها: قل:** "أنا لا أحب الأسلوب الذي

تتحدث به معي من فضلك توقف.. أو "ليس هذا الأسلوب الذي أردت أن يسير به الحديث دعنا نبدأ من جديد" أو "أنا لا أستحق أن أعامل بهذه الطريقة أريد أن أخذ وقتاً مستقطعاً أو من فضلك لا تقاطعني"، أو هل لك من فضلك أن تستمع لما أقول".

يستطيع الرجل أن يستجيب أفضل لعبارات قصيرة ومباشرة فالمحاضرات والأسئلة نتائجها عكسية."

الانقل: "كيف يمكن أن تقول ذلك؟ أو كيف تعاملني بهذه الطريقة؟ أو لماذا لا

تنصت إلي؟ أو هل أنت مهتم بي بعد الآن؟ أو هل أعاملك أنا بهذه الطريقة؟؟"

٦- **عندما يكون مستعجلاً وهى لا تحب ذلك: قل:** "لا بأس بأننا

مستعجلان وأنا لا أحب ذلك أشعر كأننا دائماً في عجلة من أمرنا" أو كم أحب حينما لا تكون مستعجلين... أو هل لك أن تخطط رحلتنا المقبلة بحيث يكون لدينا خمس عشرة دقيقة وقتاً إضافياً؟"

الانقل: "لماذا نحن دائماً في عجلة من أمرنا؟ أو لماذا أنت دائماً مستعجل؟"

٧- **عندما نشعر بعدم نصديقه لها في حديث: قل:** "أنا لست راضية عما

تقول أشعر بأنك تحكم علي سلبياً، أنا لا أستحق ذلك، من فضلك أفهمتي، أو لقد

الملاحظات	المحتويات
	<p>مر علىّ يوم صعب وأنا أعلم أن هذا ليس كله خطؤك وأريد أن تفهم ما أشعر به.. أو أنا في مزاج سيء هل لك أن تسمعي قليلاً؟ هذا سيساعدني على أن أكن أفضل بكثير (الرجل يحتاجون إلى الكثير من التشجيع من أجل الإنصات). الإنقل : " لماذا قلت هذا ؟ أو لماذا تكلمني بهذه الطريقة ؟ أو ألا تهتم حتى بما أقول ؟ أو كيف يمكن أن تقول هذا ؟</p>
<p>الزمن : ١٥ ق الطريقة: ورقة موزعة رقم ١٨ اختبار ش رقم ٥ ش ٦٠ / ٦١</p>	<p>النقطة الرئيسية الثالثة : الروشنة الزوجية للنوافق الأسري .ش ٥٩ إخبار لحظات صراحة في بداية الحلقة، يوزع المدرب ورقة موزعة رقم ٨ " اختبار" على المشاركين، على أن يجيبوا على ما فيه، ليجمعه.. وينظره .. ثم يعقب على إجاباتهم. حلقة نقاشية : يطلب المدرب من المشاركين تكوين مجموعات عمل ، على أن تختار كل مجموعة منسقاً عنها لمناقشة الروشنة، ثم فتح ملفاتهم على ص " ..ليقرءوا ما فيها، لعرضها، وبعد العرض، يقوم المدرب بالتعقيب على ما قالوه، بالإسنعانة بالشرائح من : ٦٠ / ٦١ .</p>
<p>ش ٦٢ / ٦٣ معاملة الرسول .. ش ٦٤ ، ٦٥ أقوال</p>	<p>النقطة الرئيسية الرابعة : معاملات الرسول " .. مع زوجانه يبدأ المدرب الحلقة قائلاً : إن نجاح الحياة الأسرية لا يحتاج سوى الاقتداء بسنة الرسول ﷺ في معاملاته الأسرية.. فإذا استعرضنا مواقف الخلافة بين النبي وأزواجه، فس نجد تصرفاته نموذجاً ينبغي على كل مسلم أن يهتدي به، حتى ينال السعادة في الدنيا والآخرة... ويطلب من المشاركين في حلقة مفتوحة الحديث عن صفات الرسول، ثم يعقب على ما تحدثوا عنه، مستعيناً بالشرائح ٦٢ / ٦٣ .. فمن صفاته ﷺ: من أقوال الحكماء : حلقة نقاشية :</p>
<p>الطريقة: ورقة موزعة رقم ٩ مراجعة ش ٦٦</p>	<p>يطلب المدرب من المشاركين تكوين مجموعات عمل ، على أن تختار كل مجموعة منسقاً عنها للمناقشة ، ثم فتح ملفاتهم على ص " ... "ليقرءوا ما فيها، لعرضها، وبعد العرض، يقوم المدرب بالتعقيب على ما قالوه، بالإسنعانة بالشرائح من : ٦٤ / ١٥ مراجعة : يقوم المدرب بتوزيع ورقة موزعة رقم ٩ مراجعة، على المشاركين، ليجيبوا على ما فيها، ثم يعقب عليهم .</p>

المحتويات

الملاحظات

الناخيس:

يقول المدرب: وإلى هنا تنتهي حلقاتنا .. والتي عايشنا فيها كيف يحقق المرء ذاته، من خلال توافق أسري، وتوافق حميمي، هدفه الانتهاء إلى تمازج يديم العلاقة الأسرية، العمر كله .. وانه مهما تعرضت الكيان الأسري لعقبات تمكن من تجاوزها بما يملك من ادوات القوة والفهم والإدراك .. خاصة بعد ماتعاملنا بصراحة مع النفس، بما كان لنا من قدوة حسنة في رسولنا الكريم ﷺ .. ولنا لقاء في برنامج جديد بإذن الله تعالى!!

الزمن : ٥ ق

الطريقة: تقديم
وعرض.