
الجانب
الإجتماعي

اليوم الثاني / الجلسة الثالثة - الجانب الاجتماعي

- أهداف الزواج الاجتماعية.
- مراحل العلاقة الزوجية.
- الممارسات التي تقع في فترة العقد.
- أهمية التوافق بين الزوجين.
- آليات التعامل مع المشكلات الزوجية .

أهداف الزواج الاجتماعية :

يسعى الزواج إلى تلبية مجموعة متنوعة من الحاجات والأهداف الاجتماعية منها:

- أهداف الزواج الاجتماعية.
- مراحل العلاقة الزوجية.
- الممارسات التي تقع في فترة العقد.
- أهمية التوافق بين الزوجين.
- آليات التعامل مع المشكلات الزوجية .

مراحل العلاقة الزوجية

نشاط 2/5



جماعي مناقشة

الزمن 10 دقائق

الهدف

أن يسمي المشارك مراحل العلاقة الزوجية

عزيزي المشارك ...

آدم و وحواء مضى على زواجهما عشر سنوات و علاقتهما تتسم بالتفاهم والتعاون والوئام في مختلف أوجه علاقتهما ويشتركان في أداء المهام الزوجية ويسود في علاقتهما المرح والاحترام وكأنهما صديقين ومرت علاقتهما بخمس مراحل قم بتسميتها وفق فهمك لكل مرحلة .

مراحل العلاقة الزوجية

1. مرحلة شهر العسل (البدايات)
2. مرحلة الاستكشاف
3. مرحلة التكيف
4. مرحلة الاستقرار
5. مرحلة الصحبة (التوافق)



التوافق بين الزوجين

نشاط 2/6



جماعي



مناقشة

الزمن 10 دقائق

الهدف

أن يقترح المشارك خمس مهارات لتحقيق التوافق الزوجي

عزيزي المشارك ...

ناقش مع زميلك معوقات التوافق الزوجي ثم أقترح خمس مهارات تساعدك على تحقيق التوافق الزوجي ثم أعرضها على زميلك في المجموعة؟

معوقات التوافق الزوجي

1. الزواج قبل الاستعداد النفسي والجسمي.
2. التباعد الفكري والثقافي والاجتماعي بين الزوجين.
3. اختلاف القيم بين الزوجين.
4. إهمال الزوجين لمبدأ المشاركة.
5. استبعاد أحد الزوجين أو كلاهما لقبول مبدأ التنازل .
6. محاولة أي طرف طمس سمات شخصية الطرف الآخر.



مهارات لتحقيق التوافق الزوجي

1. الاختيار المناسب للطرف الآخر.
2. الاستعداد الجيد للحياة الزواجية .
3. إظهار الحب المتبادل بين الطرفين.
4. الإشباع الجنسي.
5. القيام بمسؤوليات الحياة الزواجية المختلفة.
6. التواصل المباشر والمستمر بين الزوجين وتقبل كل منهما للآخر والاتزان العاطفي والانفعالي للعلاقة الزوجية.

مهارات لتحقيق التوافق الزوجي

7. خضوع الزوجين لمطالب الزواج ووصولهما لحلول وسط ترضي الطرفين.
8. توزيع الأدوار والمهام بين الزوجين والقيام بها.
9. رعاية الأطفال وتربيتهم.
10. التحلي بسمات الشخصية الإيجابية .
11. التكافؤ في المستوى الاجتماعي والثقافي والديني بين الزوجين.
12. الموازنة السليمة بين المتطلبات والالتزامات المادية والمالية المتزايدة لأعباء الحياة وبين موارد الأسرة المتاحة.



خصائص وسمات التوافق الزواجي

يتضمن التوافق الزواجي أربع خصائص رئيسية :

- الرضا الزواجي
- إثراء الحياة الزوجية
- النجاح الزواجي
- السعادة الزوجية

الحوار والاتصال الزوجي

الحوار الزوجي :

هو التفاعل بين زوجين عن طريق المناقشة، والحديث عن كل ما يتعلق بشؤونهم، مما يؤدي إلى خلق التواصل والألفة.

الحوار والاتصال الزوجي

أهمية الحوار بين الزوجين :

- يهذب المعاملة بين الزوجين
- يعمل على تحقيق التفاهم والسعادة بين الزوجين
- يساعد الزوجان على القيام بأدوارهم بكل حب وسعادة
- يساعد في تبادل الآراء والأفكار بين الزوجين
- يساعد على إيجاد التسامح والعفو



مهارات الاتصال و الحوار بين الزوجين

نشاط 2/7



جماعي تمثيل أدوار

الزمن 10 دقيقة

الهدف

أن يستنبط المشارك السلوكيات السلبية في الاتصال والحوار.

عزيزي المشارك ...

بعد مشاهدتك الفلم استنبط السلوكيات السلبية في حوار الزوجين ثم صحح مسار الفلم بشكل إيجابي من خلال إعادة صياغة سيناريو الحوار بشكل صحيح, ثم ناقش زميلك عن معوقات الحوار الزوجي بشكل عام .

مهارات التخاطب اللفظي أو الاجتماعي

- مهارات التخاطب غير اللفظي او الانفعالي
- ويكون التخاطب غير اللفظي بأشكال مختلفة(13) مثل:
- ولكي يكون التواصل فعالا يتطلب ذلك ما يلي:

مهارات الاتصال و الحوار بين الزوجين

نشاط 2/8



جماعي تمثيل أدوار

الزمن 10 دقائق

الهدف

أن يطبق المشارك مهارات الاتصال في والحوار

عزيزي المشارك ...

تجد أدناه مجموعة من المهارات في الحوار والاتصال قم بتطبيقها مع زميلك من خلال لقاء حواري قصير بينكما.

- مهارات الاستماع او الانصات
- مهارات المحادثة

مهارات التعامل مع المشكلات الزوجية

نشاط 2/9



جماعي ورشة عمل

الزمن 10 دقائق

الهدف

أن يقترح المشارك المهارات العملية لحل المشكلات الزوجية.

تتعدد أسباب المشكلات الزوجية وتتنوع بسبب اختلاف الثقافات والخبرات التي يمتلكها طرفا الزواج، ويمكن الإشارة إلى أبرز تلك الأسباب كما في الجدول أدناه .

بالتعاون مع أفراد مجموعتك اقترح الحلول المناسبة لكل سبب يؤدي للوقوع في المشكلات الزوجية , وما أفضل المهارات والأساليب للتعامل مع تلك المشكلات من وجهة نظرك في حال وقوعها ؟



مفهوم المشكلات الزوجية

تعرف المشكلات الزوجية بأنها:

تضارب وجهات نظر الزوجين حيال بعض الأمور التي تخص أيا منهما أو كليهما بحيث تستثير انفعال الغضب أو السلوك الانتقامي أو التفكير فيه (هندي، 1433)، وغالبا ما تتركز الخلافات في اختلاف وجهات النظر حول القضايا المرتبطة بعلاقتهما وسلوكهما تجاه بعضهما البعض ونظرتهما لطبيعة هذه العلاقة والحياة الزوجية بشكل عام، كما يمكن أن يكون سبب الخلاف اختلاف وجهات النظر بين الزوجين في طبيعة علاقة الزوجين بالأهل والأقارب والعمل والأدوار والمهام وطريقة قضاء وقت الفراغ.

أنواع المشكلات الزوجية

تنقسم المشكلات الزوجية إلى أربعة أنواع رئيسة هي :

- المشكلات الدائمة
- المشكلات المتقطعة
- المشكلات الظاهرة
- المشكلات الخفية



أسباب المشكلات الزوجية

تتعدد أسباب المشكلات الزوجية وتتنوع بسبب اختلاف الثقافات والخبرات التي يمتلكها طرفا الزواج، ويمكن الإشارة إلى أبرز تلك الأسباب في التالي:

1. عدم احترام شروط العقد.
2. اختلاف الثقافة المرجعية لطرفي الزواج.
3. عدم الاحترام.
4. عدم الالتزام بالواجبات والمسؤوليات.

أسباب المشكلات الزوجية

6. التقصير في أداء الأعمال المنزلية.
7. الفشل في تقدير الأوضاع النفسية والاجتماعية والمالية.
8. تدخل الأهل والأقارب في حياة الزوجين.
9. عدم امتلاك الزوجين للخبرات والمهارات الحياتية.

أسباب المشكلات الزوجية

10. إفشاء أسرار البيت .
11. عدم الاهتمام بالشؤون الخاصة ومشكلات الطرف الآخر .
12. السهر خارج المنزل .
13. الرفقة السيئة .
14. منع الزوج زوجته من زيارة أهلها .

أسباب المشكلات الزوجية

15. الغياب عن المنزل .
16. الاتكالية والتنصل من المسؤولية .
17. صراع الأدوار .
18. العنف الأسري .
19. عدم استئذان الزوجة .

أسباب المشكلات الزوجية

20 عدم الاهتمام بالتزين ونظافة المنزل .

21 الاستخدام الخاطئ للالكترونيات والمواقع الالكترونية .

22 التصرف حال الغضب .

23 اللجوء للضرب والسب والشتم .

24 سوء سلوك الزوج أو الزوجة .



مهارات حل المشكلات والحد منها

يرى شنك (Schunk, 1991) أن تعبير "حل المشكلات" يشير إلى مجهودات الناس لبلوغ هدف ليس لديهم حل جاهز لتحقيقه. من أبرز المهارات الحياتية التي تساعد في تحقيق الاستقرار النفسي والاجتماعي للزوجين مهارات التعامل مع المشكلات وحلها، ويشير (منتدى الحياة الزوجية،1434) إلى مجموعة من الخطوات لحل المشكلات الزوجية هي:

1. مناقشة المشكلة مع الطرف الآخر على انفراد.
2. محاولة الحفاظ على الحدود (ضوابط للحوار) قدر الإمكان قبل مناقشة الطرف الآخر.

مهارات حل المشكلات والحد منها

3. التأكد من دقة المعلومات التي يستند إليها الطرفان في المناقشة.
4. التركيز على سلوك معين وليس على العموميات وتحديد الخطأ الذي وقع فيه كل طرف.
5. إثارة النقاش بعد حدوث المشكلة مباشرة مع تجنب الانفعال والغضب.
6. ختم الجلسة بالتفاهم على النتيجة التي تم التوصل إليها وعدم تعليق الموضوع دون نتيجة.
7. إغلاق الموضوع وعدم مناقشته عند أي جلسة نقاش أخرى في المستقبل إلا في حال تكررت المشكلة

إدارة الأزمات

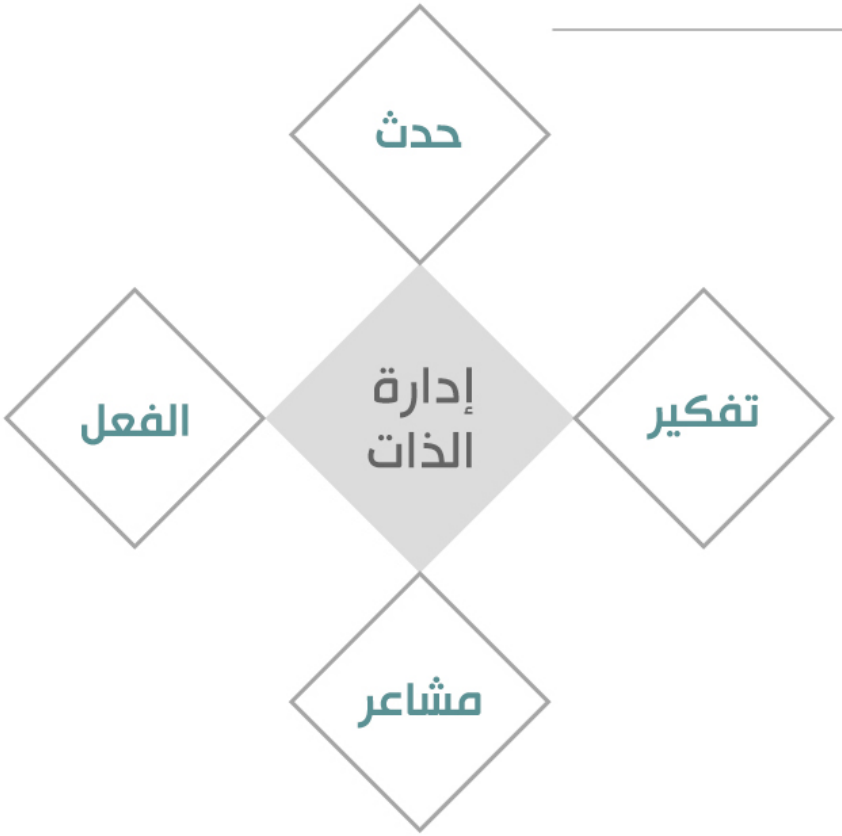
مهارات معالجة الأخطاء

أساليب مواجهة الاختلافات والخلافات الزوجية

مهارة قاعدة الـ 10 / 90 في حياتك (المؤلف : ستيفن كوفي)

مهارة إدارة الذات





جدول ((واو واو واو))

عزيزي العريس :

جدول واو خصص ليساعدك على استرجاع أهم المهارات والمعلومات التي أعجبتك وعزمت على الاستفادة منها وتطبيقها في حياتك الزوجية , وكذلك العزم على ترك السلوكيات والمفاهيم الخاطئة المتعلقة بالحياة الزوجية , ما عليك إلا أن تقوم بتدوين أهم ما استفدته في هذا اليوم.