
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ
وَمِنْ ءَايَـٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ
أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا
وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً
إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَـَٔايَـٰتٍ لِّقَوْمٍ
يَتَفَكَّرُونَ
سورة الرّوم , الآية ٢١

ⓒ وزارة الشؤون الاجتماعية، ١٤٣٥هـ
فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر
وزارة الشؤون الاجتماعية - وكالة التنمية الاجتماعية
تأهيل الشباب والفتيات على الزواج : دليل المتدربة /
وزارة الشؤون الاجتماعية - وكالة التنمية الاجتماعية - الرياض ،
عدد الصفحات الداخلية : ١٣٠ صفحة
المقاس : ٣٢سم × ٢١سم
ردمك : ٦-٧٢-٨٠٣٥-٦٠٣-٩٧٨
١- الارشاد قبل الزواج ٢- العلاقات الزوجية ٣- الأدلة أ. العنوان
ديوي ٣٠١،٤٢ ١٤٣٥/٥٦٢٦
رقم الإيداع: ١٤٣٥/٥٦٢٦
ردمك : ٦-٧٢-٨٠٣٥-٦٠٣-٩٧٨

المحتويات

المقدمة

دليل البرنامج ٩

أدوات وأساليب التدريب ١٠

منهاج البرنامج ١١

الوحدة الأولى: الجانب الشرعي والجانب الاقتصادي

الجانب الشرعي (الجلسة الأولى) ١٦

الجانب الاقتصادي (الجلسة الثانية) ٤٢

الوحدة الثانية: الجانب النفسي والجانب الاجتماعي

الجانب النفسي (الجلسة الأولى) ٥٢

الجانب الاجتماعي (الجلسة الثانية) ٦٨

الوحدة الثالثة: الجانب الصحي

الجانب الصحي (الجلسة الأولى) ٨٦

الجانب الطبي (الجلسة الثانية) ١٠٢

المراجع ١٢٠

فريق العمل ١٢٨



الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وصحبه أجمعين وبعد:

إنفاذاً لقرار مجلس الوزراء الموقر في اليوم السادس من شهر جمادى الأولى عام 1434هـ برقم (144) المتضمن أن تقوم وزارة الشؤون الاجتماعية بإعداد وإقامة برامج ودورات توعوية للشباب والفتيات المقبلين على الزواج في جميع مناطق المملكة، فقد بدأت وكالة الوزارة للتنمية الاجتماعية خطوات علمية وعملية نحو تفعيل القرار الكريم لتأهيل شامل للشباب والفتيات المقبلين على الزواج في الجوانب: الشرعية، والصحية، والنفسية، والاجتماعية، والاقتصادية، ليكونوا على قدر ملائم من القدرة على بدء الحياة الزوجية بشكل عملي وواقعي يتوافق ومتغيرات العصر، فكان تصميم مبادرة (تأهيل) التي دشنها معالي وزير الشؤون الإجتماعية ضمن حزمة من المبادرات التنموية في شهر ذي القعدة من عام 1434هـ.

فتمّ تكوين العديد من الفرق العلمية للإعداد والتنسيق لتصميم حقائب متخصصة للمقبلين على الزواج تتواءم واحتياجاتهم النفسية والاجتماعية، وقد بدأت الفرق على الفور بالسعي لدراسة الحقائب التدريبية الموجودة في الساحة التدريبية ومراجعتها للوصول لحقائب ذات جودة عالية موحده، وقُسم المشروع لعده مراحل، فكان فيها إعداد تصور مبدئي للمحاور العلمية وتحكيمها ومراجعتها علمياً، ثم استكتاب نخبة من المختصين والمختصات لكتابة المحتوى العلمي للحقيبة، ليعقب ذلك التحكيم العلمي والمراجعة تمهيداً لطباعتها، وقد تزامن مع هذا إعداد مواصفات المدرب المنفذ للحقيبة التدريبية، والشروط الأساسية للمتطلبات التدريبية في قاعات التدريب.

وقد آلت الوكالة على نفسها أن يكون الدعم المادي للجهات المنفذة للدورات التدريبية مرتبط بالالتزام بهذه الحقيبة التدريبية، وتوافر البيئة التدريبية المناسبة والمدرب المحترف لتقديمها لشبابنا وفتياتنا المقبلين على الزواج بأسلوب مميز يحقق الغرض الذي أعدت من أجله.

وأنتهز هذه الفرصة لشكر معالي الوزير الدكتور/ يوسف بن أحمد العثيمين على متابعته لإخراج المشروع بأفضل صورة تتماشي ومتغيرات العصر، كما أزجي الشكر والعرفان لكل المختصين والمختصات من الأكاديميين والممارسين الذي شاركوا في إعداد هذه الحقائب التدريبية، وكل الزملاء في الفريق الإشرافي على المشروع.

وكالة التنمية وهي تدشن هذه المبادرة (تأهيل) لترفع عبارات الشكر لمقام خادم الحرمين الشريفين وولي عهده والنائب الثاني وولي ولي عهده - وفقهم الله - على الموافقة على هذا البرنامج الاجتماعي الوطني الذي سيعمل بإذن الله على ترابط الأسرة السعودية وتماسكها ويحقق خفض نسب الطلاق في المجتمع.

وختاماً أدعو الله العزيز أن يوفق أبنائي وبناتي في هذا الوطن الغالي في مستقبل حياتهم الأسرية لترفرف عليها حمائم المحبة بينهم وبين أزواجهم، وأن يسلك بهم طريق الود والمحبة المقصودة في قوله عز وجل ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ سورة الروم، الآية 21

والله الموفق والهادي إلى سواء السبيل

المشرف العام على مبادرة تأهيل
وكيل الوزارة للتنمية الاجتماعية

د. عبدالله بن ناصر السدحان

دليل البرنامج



تأهيل المقبلين على الزواج

اسم البرنامج : تأهيل الفتيات المقبلات على الزواج .

الهدف العام :

تأهيل الفتيات المقبلات على الزواج بالمعارف والمهارات والاتجاهات لبناء أسرة آمنة مستقرة في ظل المتغيرات المعاصرة.

الأهداف الخاصة :

- إكساب المشاركات المعارف في الأحكام الشرعية للزواج .
- تطوير مهارات التواصل الفعال لدى المشاركات .
- تزويد المشاركات بمهارات التهيئة النفسية للحياة الزوجية .
- تنمية مهارات ومعارف واتجاهات المشاركات في الجانب الاجتماعي
- تبصير المشاركات بالسلوكيات الصحية في الحياة الزوجية .
- تنمية قدرات المشاركات على التخطيط المالي السليم للأسرة .

المستهدفات من البرنامج: الفتيات المقبلات على الزواج .

المنفذات: المدربات المعتمدات من وزارة الشؤون الاجتماعية

مدة البرنامج: الأيام : (3) أيام - بمعدل : (12) ساعة تدريبية.

مكان تنفيذ البرنامج : الجهات المعتمدة من وزارة الشؤون الاجتماعية :جمعيات الزواج والمراكز الأسرية واللجان المحلية .

شروط حضور البرنامج ومنح الشهادة :

- أن تكون المشاركة قد تجاوزت مرحلة الخطوبة.
- أن تحضر المشاركة جميع أيام وساعات البرنامج التدريبي.

أدوات التدريب



الأدوات والتقنيات



أساليب التدريب



منهاج البرنامج

الوحدة	الجلسات و الموضوعات	الزمن
الأولى	**الجانب الشرعي (الجلسة الأولى)** • الزواج: أهداف الزواج. • عقد النكاح:(مفهومه، أركانه، شروطه). • الحقوق والواجبات بين الزوجين. **الجانب الشرعي والاقتصادي (الجلسة الثانية)** أحكام ومخالفات ليلة الزفاف. • أسس الزواج الناجح ومراحله • ميزانية الأسرة (مفهومها، فوائدها، إعداد خطة لادارة ميزانية الأسرة)	٤ ساعات

الوحدة	الجلسات و الموضوعات	الزمن
الثانية	**الجانب النفسي (الجلسة الأولى)** • الخصائص النفسية للرجل والمرأة. • الإشباع العاطفي بين الزوجين: • مفهوم الإشباع العاطفي. • الحب الحقيقي والحب الرومانسي. • مهارات تنمية الحب بين الزوجين. • عوامل تساعد على تكوين عاطفة الحب وتحقيق الرضا بين الزوجين حسب الدراسات النفسية. **الجانب الاجتماعي (الجلسة الثانية)** • المهارات الاجتماعية للحياة المستقرة: • مهارة الحوار الزوجي. • مهارة التعامل مع أهل الزوج والزوجة. • مهارة التعامل مع المشكلات.	٤ ساعات

الوحدة	الجلسات و الموضوعات	الزمن
الثالثة	**العلاقة الحميمة (الجلسة الأولى)** • العلاقة الحميمة بين الزوجين: • مراحل العلاقة الحميمة بين الزوجين. • الفروق بين الرجل والمرأة في ممارسة العلاقة الحميمة المفاهيم الخاطئة عن العشرة الزوجية عند الرجل والمرأة • أحكام العلاقة الحميمة بين الزوجين. **الجانب الطبي (الجلسة الثانية)** • الفروق التشريحية للأعضاء التناسلية عند الرجل والمرأة. • التهابات المهبل وطرق الوقاية منها. • التبويض والإخصاب • المباعدة بين الولادات. • التدخين وأثره على العلاقة الزوجية. • السلوكيات الصحية والتغذية السليمة.	٤ ساعات

الجلسة	الموضوعات	الأهداف يتوقع من المشارك في نهاية اليوم التدريبي	الزمن
الأولى الافتتاحية والجانب الشرعي	• الافتتاحية	• تتعرف المشاركات على بعضهن في جو من الألفة. • تتعرف على أهمية التدريب على البرنامج.	١١٥ د
	• الزواج: أهداف الزواج. • عقد النكاح: (مفهومه، أركانه، شروط العقد) • الحقوق والواجبات بين الزوجين.	• تحدد أهداف الزواج. • تستنتج شروط صحة عقد النكاح. • تفرق بين الحقوق والواجبات بين الزوجين.	
استراحة			
الثانية الجانب الشرعي	• أحكام ليلة الزفاف. • مخالفات ليلة الزفاف. • أسس الزواج الناجح. • مراحل الزواج.	• تذكر أحكام ليلة الزفاف. • تحدد المخالفات التي تحدث في ليلة الزفاف. • تستنتج أسس الزواج الناجح. • تكتشف أبرز ما تتميز به مراحل الزواج	١٠٥ د
الثالثة الجانب الاقتصادي	• ميزانية الأسرة (مفهومها،فوائدها). • إدارة ميزانية الأسرة	• أن تعدد المشاركات فوائد إدارة الأسرة • أن تقترح المشاركات أوجه صرف الميزانية وفق مبدأ الموازنة	

أهمية التدريب على البرنامج

- تحقيق السعادة الزوجية للزوجين.
- الحد من تزايد حالات الطلاق
- زيادة الوعي بجوانب و شؤون الحياة الزوجية.
- تحقيق الأمن الأسري والوطني.
- الحد من حالات العنف الأسري و الجريمة.
- نشر الألفة والمحبة في المجتمع.



أهمية التدريب على البرنامج :

- تحقيق السعادة الزوجية للزوجين.
- الحد من تزايد حالات الطلاق
- زيادة الوعي بجوانب و شؤون الحياة الزوجية.
- تحقيق الأمن الأسري والوطني.
- الحد من حالات العنف الأسري و الجريمة.
- نشر الألفة والمحبة في المجتمع.

عزيزتي المشاركة :

- بعد قراءتك لبيت الشعر أو المثل المدون في بطاقتك ابحثي عن الجزء الناقص منه بين بطاقات زميلاتك .
- ثم تحاوري مع من تطابقت بطاقتها مع بطاقتك حول الأمور الآتية:

الاسم: .....

الهواية: .....

الأمور المشتركة بينكما؟

.....

.....

.....

.....

ما تتمنينه في بيت الزوجية؟

.....

.....

.....

.....

- ثم لتعرف كل منكما رفيقتها لبقية المشاركات.


الجانب
الشرعي

أهداف الزواج



الزواج سنة شرعية من سنن الأنبياء والمرسلين، وهو أيضاً سنة كونية، لا غنى للإنسان عنها، بل حاجته إليها ماسة جداً، فهو الأساس في بناء المجتمعات، وصلاح الأمم، واستمرار الخلافة في الأرض، وقد حث الشارع الحكيم عليه في نصوص كثيرة محكمة في كتاب الله تعالى وفي سنة المصطفى صلى الله عليه وسلم.

وللنكاح وتوابعه أحكام فقهية وفيرة، وآداب شرعية كثيرة، يجب معرفتها والإلمام بها لاسيما لمن أقدم على هذا العقد العظيم والميثاق الغليظ، حتى يتسنى له العيش بكرامة وسعادة وهناء.

أهداف الزواج

الزواج في الإسلام له شان عظيم واهتمام بالغ إذ هو سبيل لتحقيق مقتضيات الفطرة، واستقرار النفس والمجتمع، وسبب لتكاثر النسل المشروع ؛ ولذا عظم الله سبحانه وتعالى ميثاقه وأعلى شانه.

ويمكن أن تتبين أهمية الزواج من خلال الأهداف الآتية:

- الزواج سبب للتكاثر المحمود وإنشاء جيل يعبد الله،مستقر النفس، يعرف أصوله النسبية يقول سبحانه وتعالى (يا أيها الناس إنا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوبا

المادة العلمية (٢/١)

جماعي | محاضرة

(٢٠) دقيقة

عزيزتي المشاركة

بالتعاون مع زميلاتك في المجموعة ناقشي الأسئلة التالية:

١. ماذا يعني لك الزواج ؟

٢. اذكري أكبر عدد ممكن من أهداف الزواج ؟

قوائم مركزة | ورشة عمل | جماعي

(١٠) دقائق

نشاط (٢/١) أهداف الزواج

الهدف/

أن تحدد المشاركات أهداف الزواج



وقبائل لتعارفوا إن أكرمكم عند الله أتقاكم) ويقول سبحانه (والله جعل لكم من أنفسكم أزواجا وجعل لكم من أزواجكم بنين وحفدة) وتكاثر الأمة وتعاقب الأجيال سبيل لحفظ كيان الأمة الإسلامية، ونشر دين الإسلام في العالمين، والمحافظة على التشريع الإسلامي مع ما في الزواج من الحد ومنع نشوء أجيال تنتقم من المجتمع وأهله لعدم صلتها بوالديها نتيجة العلاقات الجنسية المحرمة.

∴ تحقيق العبودية لله في تنفيذ أمره سبحانه حيث قال:﴿ وأنكحوا الأيامى منكم والصالحين من عبادكم وإمائكم إن يكونوا فقراء يغنهم الله من فضله والله واسع عليم﴾ (سورة النور، آية:٣٢) والأيم: من لا زوج لها.

امتثال أمر النبي صلى الله عليه وسلم حيث قال: «**يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء**» (أخرجه البخاري).

ابتغاء الأجر من الله وإخلاص النية في هذا الزواج: لقول النبي صلى الله عليه وسلم:« **وفي بضع أحدكم صدقة** » (أخرجه مسلم)

- تحقيق العفاف والإحصان،فالزواج الشرعي هو المانع بإذن الله من الوقوع في الفاحشة، وتطلع النفس إلى الحرام نظرا،وسماعا، واختلاطا. لذلك قال النبي صلى الله عليه وسلم:« من استطاع الباءة فليتزوج ؛ فإنه أغض للبصر، وأحصن للفرج » (أخرجه البخاري)

∴ تحقيق الأمن النفسي للزوجين، حتى تصبح الحياة مفعمة بالسعادة، مليئة بالحب، وقد بين القرآن الكريم أن الزواج فيه تحقيق للاطمئنان النفسي، قال تعالى ﴿ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجًا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن فى ذلك لآيات لقوم يتفكرون﴾ (سورة الروم: ٢١)

- تحقيق الأمن الاجتماعي بوجود شريك حياة يقدم للآخر العناية والرعاية والمودة والعطف والرحمة عبر المراحل العمرية، وفي مختلف الظروف
- اكتمال خصائص الرجولة عند الرجال والأنوثة عند النساء فإن الكثير من الخصائص إنما تتحقق في ظلال الحياة الزوجية، ومن ذلك العواطف ومشاعر الحب والحنان تجاه الجنس الآخر، القيام بالواجبات والحقوق المتبادلة بين الزوجين، والأمومة والأبوة
- الحاجة إلى تأكيد الذات وإثبات الهوية: فالانفصال عن الأسرة الأصلية وتكوين أسرة جديدة يدعم الشعور بالذات وإثبات الهوية الشخصية لطرفي الزواج وتحقيق الاستقلالية
- له فوائد كثيرة تنعكس على الصحة العقلية والجسدية للزوجين، فقد ثبت بالدراسات العلمية أن الصحة العامة للأزواج أفضل من غير المتزوجين وأن فرص إصابتهم بالأمراض تقل بعد الزواج، وفيما يتعلق بالصحة النفسية وجد أن المتزوجين أقل عرضة للاكتئاب والتوتر والقلق، والزواج السعيد يقوي جهاز المناعة المرتبط بالحالة النفسية والعصبية للزوجين
- غرس الإحساس بالمسؤولية والاستعداد لتحملها عند أفراد المجتمع الذين يفترض فيهم جميعًا تحمل جزءاً من تكاليف المجتمع، إذ أن تكوين الأسرة كفيل بغرس هذه الروح.
- حماية المجتمعات البشرية من الوقوع في الزنا والفواحش الخلقية التي تهدم الأخلاق وتقضي على الفضيلة.

عقد النكاح



مفهوم عقد النكاح:

النكاح في اللغة

هو الجمع بين الشيئين والضم والتداخل، يقال للأشجار إذا اجتمعت: تناكحت.

و في الاصطلاح

يقصد بالزواج حل استمتاع كل من الزوجين بالآخر واستئناسه به طلبًا للنسل على الوجه المشروع.

و المقصود بعقد القران

هو اجتماع إرادة العاقدين على الرضا بموضوع زواج الرجل من المرأة المخطوبة وإلزام كل من الطرفين بمقتضاه.

أركان عقد النكاح

للنكاح أركان لا يتم العقد إلا بها، وهي ثلاثة :

الركن الأول: خلو الزوجين من الموانع التي تمنع عقد النكاح ووقوعه.

الركن الثاني الإيجاب: وهو اللفظ الصادر من الولي أو من يقوم مقامه.

الركن الثالث القبول: وهو اللفظ الصادر من الزوج أو وكيله.

شروط صحة عقد النكاح: شروط صحة عقد النكاح أربعة :

١. **تعيين الزوجين:** فلو جُهِلا أو أحدهما لم يصح النكاح؛ لأنه لا بد في النكاح من تعيين الزوج والزوجة.

رضاهما: أي يرضى كلا الزوجين بالآخر، فلا يجوز إجبارهما أو إكراههما إذا كانا بالغين عاقلين لقول النبي صلى الله عليه وسلم: **(لا تنكح الأيم حتى تستأمر، ولا تنكح البكر حتى تستأذن، قالوا: يارسول الله وكيف إذنها؟ قال: أن تسكت)** متفق عليه.وكم أغفل بعض الآبّاء هذا الأمر النبوي في وجوب استئذان الفتاة قبل الزواج فكان له نتائج سيئة وعواقب وخيمة.

٢. **الولي:** لقول النبي صلى الله عليه وسلم:(لا نكاح إلا بولي) رواه أحمد وأبو داود والترمذي وابن ماجه وهو حديث صحيح، وعقد النكاح عقد ميثاقه غليظ يحتاج إلى قدر كبير من المعرفة بمصالح النكاح ومضاره، ويفتقر إلى التروي والبحث والمشاورة، والمرأة قاصرة في معرفة الرجال، فاحتاجت إلى ولي يحتاط لهذا العقد من حيث مصلحته ومن حيث الاستيثاق فيه، ولذا لو زوجت المرأة نفسها فنكاحها باطل، سواء باشرت العقد بنفسها أو وكلت فيه. والولي: هو الرجل المسلم البالغ العاقل الرشيد الحر العدل.

٣. الإشهاد على عقد النكاح: لقول النبي صلى الله عليه وسلم:(لا نكاح إلا بولي وشاهدي عدل). رواه أحمد وهو حديث صحيح.



الشروط في عقد النكاح:

الشروط تنقسم إلى شروط صحيحة وشروط فاسدة.

الشروط الصحيحة: هي كل شرط لا يخالف مقتضى عقد النكاح وليس فيه أمر محرم، مثال ذلك: أن تشترط الزوجة ألا يتزوج عليها زوجها، أولا يخرجها من بيتها، أو بلدها، أو تشترط مبلغا معينا، أو زيادة في المهر،أو الأذن لها بالدراسة أو العمل في وظيفة مباحة شرعا، أو تشترط ألا يكون له زوجة، أو أولاد من زوجة سابقة أو أن يكون نسيبا، أو يشترط الزوج أن تكون الفتاة بكرا، أو صحيحة أي ليست مريضة،أو ليست قبيحة أو نسيبة ونحو ذلك.

الشروط الفاسدة: هي كل شرط يخالف مقتضى عقد النكاح، أو هو محرم شرعا.

كأن تشترط الزوجة طلاق ضرتها، أو متى حللها الزوج الثاني للأول يطلقها، او ألا يعاشرها مطلقا، أو اشترط الزوج الا نفقة للزوجة ونحو ذلك.

عزيزتي المشاركة:

بالتعاون مع أفراد مجموعتك قومي بتعبئة خريطة المفاهيم، وذلك بالإجابة على:

ماذا لك (حقوق الزوجة) وماذا عليك (حقوق الزوج) ؟

ثم اعرضي ما تم التوصل إليه على بقية المشاركات .

١. **ماذا لك وماذا عليك ؟**

الحقوق المشتركة

٢. **حقوق الزوج على زوجته؟**

٣. **حقوق الزوجة على زوجها؟**







٠. رتب الشارع الحكيم على عقد الزواج حقوقاً للزوجة على زوجها وحقوقاً للزوج على زوجته، وحقوقاً مشتركة بينهما، وبمراعاة هذه الحقوق والقيام بتلك الواجبات ممن وجبت عليه من الزوجين، تقوى الرابطة الأسرية وتستقيم وتستقر، وتسير الحياة الزوجية سيراً حسناً لا نكد فيها ولا منغصاة في الغالب، وقد أرشد الله تعالى في كتابه إلى ذلك حيث قال: (ولهن مثل الذى عليهنّ بالمعروف). فقد جعل الله للنساء حقوقاً بمقتضى الزوجية يقوم بها الرجال، مثل ما للرجال عليهن من حقوق وواجبات، وبهذا النص المحكم وضع الإسلام القاعدة التي تقوم عليها الحياة الزوجية وهي تبادل الحقوق والواجبات، وأرشد إلى الأساس الذي يرجع إليه في تقرير هذه الحقوق والواجبات وهو العرف المعتبر شرعاً.

أولا: حقوق الزوجة على زوجها

للزوجة على زوجها حقوق مالية وهي: المهر، والنفقة، والسكنى.

وحقوق غير مالية: كالعدل في القسم بين الزوجات، وعدم الإضرار بالزوجة.

١. **الحقوق الماليَّة:**

٠. **المهر:** هو المال الذي تستحقه الزوجة على زوجها بالعقد عليها أو بالدخول بها، وهو حق واجب للمرأة على الرجل، قال تعالى: ﴿**وَآتُوا النِّسَاءَ صَدُقَاتِهِنَّ نِحْلَةً**﴾، وفي تشريع المهر إظهار لخطر هذا العقد ومكانته، وإعزاز للمرأة وإكرام لها. والمهر ليس شرطًا في عقد الزواج ولا ركنا عند جمهور الفقهاء، وإنما هو أثر من آثاره المترتبة عليه، فإذا تم العقد بدون ذكر مهر صح باتفاق الجمهور لقوله تعالى: ﴿ لَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِنْ طَلَّقْتُمُ النِّسَاءَ مَا لَمْ تَمَسُّوهُنَّ أَوْ تَفْرِضُوا لَهُنَّ فَرِيضَةً ﴾ فإباحة الطلاق قبل المسيس وقبل فرض صداق يدل على جواز عدم تسمية المهر في العقد. فإن سمِّي العقد: وجب على الزوج، وإن لم يسمَّ: وجب عليه مهر «المثل» أي مثيلاتها من النساء.

ب. **النفقة:** لما كان الزواج عقداً ينشأ بين الرجل والمرأة، وبه يتم الارتباط بينهما، فإن النفقة واجبة للزوجة على زوجها باعتبارها حكماً من أحكام عقد الزواج الصحيح، ولذلك تجب على الزوج ولو كانت الزوجة غنية. ومقدار نفقة الزوجة هو ما يكفيها ويناسب حالها بحسب حال الزوج من اليسر والعسر، وباختلاف الأزمنة والأمكنة والأحوال. والنفقة تشمل الكسوة، والسكن والطعام وما جرت به العادة على تفصيل من حيث مقدارها والتي دفعها مبين في مظانه من كتب الفقهاء. فإن كان الزوج بخيلاً لا يقوم بكفاية زوجته، أو أنه تركها بلا نفقة بغير حق، فلها الحق أن تطلب من القاضي

فرض ما يكفيها من نفقة الطعام والكسوة والمسكن. وإن امتنع الزوج من النفقة فلزوجته أن تأخذ من ماله ما يكفيها وولدها بالمعروف.

فَعَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللهُ عَنْهَا أَنَّ هِنْدَ بِنْتَ عُتْبَةَ قَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّ أَبَا سُفْيَانَ رَجُلٌ شَحِيحٌ، وَلَيْسَ يُعْطِينِي مَا يَكْفِينِي وَوَلَدِي إِلا مَا أَخَذْتُ مِنْهُ، وَهُوَ لا يَعْلَمُ، فَقَالَ: «خُذِي مَا يَكْفِيكِ وَوَلَدَكِ بِالْمَعْرُوفِ». كما لها حق المطالبة القضائية لإلزام الزوج بدفع النفقة المعتادة، وتأمين السكن اللائق بمثلها، ليتحقق معه الأمان الاجتماعي. ولكن يلحظ في أخذ المال بالمعروف دون إذن الزوج ألا يترتب على ذلك مفسدة أعظم كاتهام الزوجة بالاختلاس من مال زوجها وفقد الثقة في أمانتها على مال زوجها، والزوجة تقدر المصالح والمفاسد. ولعل من المفيد الإشارة هنا أن أهل العلم اختلفوا في حكم علاج الزوجة على زوجها وهل ذلك من النفقة الواجبة أم لا ؟ ذهب بعض المحققين من أهل العلم قديما وحديثا إلى وجوب العلاج على الزوج وأن ذلك من النفقة؛ قال العلامة الشوكاني رحمه الله تعالى: «وأما وجوب الدواء فوجهه أن وجوب النفقة عليه هي لحفظ صحتها، والدواء من جملة ما يحفظ به صحتها»

وهذا القول هو الراجح إن شاء الله تعالى، ويدل عليه الأدلة الآتية:

١. قول الله تعالى: ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾. ولا شك أن معالجة الزوجة إذا مرضت وتأمين الدواء لها من المعاشرة بالمعروف، وعدم توفير العلاج اللازم وتركها تصارع الأمراض والآلام دون علاجها ليس من باب المعاشرة بالمعروف. قوله تعالى: (وعلى المولود له رزقهن وكسوتهن بالمعروف) فالآية نص في نوع من أنواع النفقات إذ الواجب على من عليه النفقة رزق من عليه إنفاقه والرزق يشمل العلاج. قول النبي صلى الله عليه وسلم لهند زوجة أبي سفيان: «خذي ما يكفيك وولدك بالمعروف» فهذا يشمل كل ما تحتاج إليه الزوجة وأولادها ويدخل فيه الأدوية وأجرة العلاج.

١. من المعلوم أن الإنفاق على أحد لا يكون إلا لدفع الضرر عنه، وأي ضرر يصيب الزوجة أكبر من أن تمرض مرضاً قد يكون سببه كثرة اشتغالها في بيتها، أو يصيبها في أثناء حملها أو بعد ولادتها؟! لاشك أن هذا الضرر لا يمكن دفعه بسوق الطعام أو الملبس إليها وإنما يمكن دفعه بالدرجة الأولى بعد توفيق الله بالفحوص الطبية واستعمال الأدوية فتشفى بإذن الله. ويجب أن يعلم أن هذا الإنفاق يؤجر عليه الزوج أجراً عظيماً فقد جاء في الحديث عن أبي هريرة أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «دينار أنفقته في سبيل الله ودينار أنفقته في رقبة ودينار تصدقت به على مسكين ودينار أنفقته على أهلك أعظمها أجراً الذي أنفقته على أهلك» وعن أبي مسعود البدري أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «**إذا أنفق الرجل على أهله نفقة يحتسبها فهي له صدقة**». وقد كان النبي صلى الله عليه وسلم يهتم بصحة أهله؛ فقد روت عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم كان يعود بعض أهله، يمسح بيده اليمنى ويقول: «**اللهم رب الناس أذهب الباس، اشفه وأنت الشافي لاشفاء إلا شفاؤك شفاء لا يغادر سقماً**». وأخرج البخاري عن ابن عمر رضي الله عنهما قال: أما تغيب عثمان عن بدر، فإنه كانت تحته بنت رسول الله صلى الله عليه وسلم وكانت مريضة، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: «**إن لك أجر رجل ممن شهد بدراً وسهمه**». فثبت بهذا أن تمريض الزوج زوجته هو عمل رسول الله صلى الله عليه وسلم ودأب الصحابة مع زوجاتهم، وأنه يتقدم سائر ما تحتاجه الزوجة في غير حال مرضها.

٢. **السكنى:** وهو من حقوق الزوجة، وهو أن يهيىء لها زوجُها مسكناً على قدر سعته وقدرته، قال الله تعالى: (أَسْكِنُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ سَكَنْتُمْ مِنْ وُجْدِكُمْ) الطلاق، آية 6.

٢. **الحقوق غير المالية:**

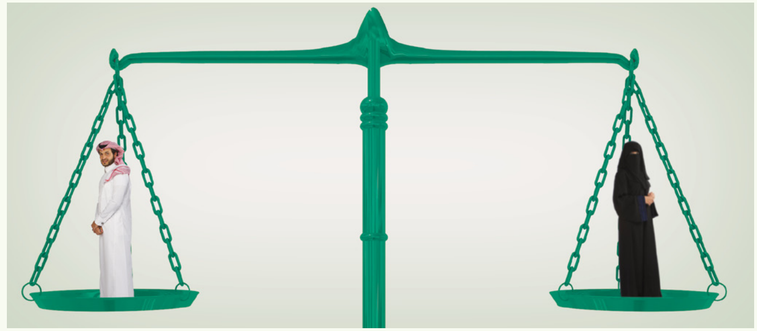
١. **العدل بين الزوجات:** من حق الزوجة على زوجها العدل بالتسوية بينها وبين غيرها من زوجاته، إن كان له زوجات، في المبيت والنفقة والكسوة.

ب. **عدم الاضرار بالزوجة:** وهذا من أصول الإسلام، وإذا كان إيقاع الضرر محرمًا على الأجانب فلأن يكون محرمًا إيقاعه على الزوجة أولى وأحرى.

ثانيا: حقوق الزوج على زوجته

تمكين الزوج من الاستمتاع

من حق الزوج على زوجته تمكينه من الاستمتاع، فإذا تزوج امرأة وكانت أهلا للجماع وجب تسليم نفسها إليه، ولتحذر الزوجة عن الامتناع من



حق الفراش أو من القيام بدورها وواجباتها الزوجية نكاية للطرف الآخر بدون عذر شرعي لأن ذلك كبيرة توجب عقوبات ثلاث:

العقوبة الأولى: غضب الجبار جاء في الحديث قوله (**والذي نفسي بيده ما من رجل يدعوا امرأته على فراشها فتأبى إلا كان رب السماء ساخطاً عليها حتى يرضى عنها**) صحيح مسلم

العقوبة الثانية: لعن الملائكة لها كما جاء في الحديث قوله (**إذا دعا الرجل امرأته فأبت فبات غضبان عليها لعنتها الملائكة حتى تصبح**) أخرجه البخاري ومسلم

العقوبة الثالثة: حرمان قبول الصلاة قال (**اثنان لا تجاوز صلاتهما رؤوسهما عبد آبق عن مواليه حتى يرجع إليهم،وامرأة عصت زوجها حتى ترجع**) أخرجه الطبراني والحاكم وصححه الألباني.

القوامة

ويقصد بالقوامة في الاصطلاح الشرعي: قيام الزوج على زوجته بالحماية والرعاية والصيانة والتدبير.

وإذا أردنا فهم معنى «القوامة» علينا ألا نشط بعيدا عن النصوص الأخرى التي ترسي قواعد الحياة الزوجية، وأسس العلاقات الاجتماعية، وإلا خرج المعنى انعكاساً لتصوراتنا المحدودة، وخبراتنا القاصرة، وأهوائنا المتقلبة، ومن أجل فهم صائب للقوامة الزوجية علينا أن نتذكر الآيات الأخرى التي تصف العلاقة الزوجية الرشيدة، ومن ذلك: قوله تعالى: (والله خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة).

فالقوامة إذن يجب أن تتسق مع طبيعة الحياة الزوجية كما أرادها الله، علاقة مودة ورحمة.

إذا أردنا تطبيقاً عملياً، ونموذجاً بشرياً مثالياً لقوامة الرجل على المرأة، وجدناها في النبي صلى الله عليه وسلم يقول الله

تعالى: (لقد كان لكم فى رسول الله أسوة حسنة) فالقوامة الحقة هي قوامة الرسول صلى الله عليه وسلم، فكيف طبقها؟

كان صلى الله عليه وسلم خير الناس مع أزواجه، وجعل الإحسان إلى الأهل معيار الخيرية والتفضيل بين المسلمين،

قال عليه الصلاة والسلام: «**خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لأَهْلِه وَأَنَا خَيْرُكُمْ لأَهْلِي**».

وقال عليه الصلاة والسلام «**ألا واستوصوا بالنساء خيراً، فإنهن عوان عندكم، ليس تملكون منهن شيئاً غير ذلك، إلا أن يأتين بفاحشة مبينة. ألا إن لكم على نسائكم حقاً ولنسائكم عليكم حقاً.. فاتقوا الله في النساء، واستوصوا بهن خيراً، ألا هل بلغت؟. اللهم فاشهد**».

وعن عَائِشَةَ رضي الله عنها قالت: **ما ضَرَبَ رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم شيئا قَطُّ بيده ولا امْرَأَةً ولا خَادِمًا إلا أَنْ يُجَاهِدَ في سَبِيلِ اللَّهِ وما نِيلَ منه شَيْءٌ قَطُّ فَيَنْتَقِمَ من صَاحِبِهِ إلا أَنْ يُنْتَهَكَ شَيْءٌ من مَحَارِمِ اللَّهِ فَيَنْتَقِمَ لِلَّهِ عز وجل**.

والمتتبع لخير الهدي هدي محمد صلى الله عليه وسلم مع زوجاته لا يجد إلا شفقة ورفقا وصبرا، وتقديرا واحتراما، وقد بلغ من احترام النبي صلى الله عليه وسلم لأزواجه، وتقدير عقولهن، أن استشارهن، بل وأخذ بمشورة زوجه أم سلمة في وقت عصيب من حياة الأمة في صلح الحديبية. روى البخاري في صحيحه أن رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم دخل على أم سلمة، رضي الله عنها، يوم الحديبية يشكو إليها عدم إجابة المسلمين



لأمره حين أمرهم بالنحر والحلق. فقالت: يا رسول اللَّه! اخرج فلا تكلم أحدًا منهم كلمة حتى تنحر بُدْنَك، وتدعو حالقك فيحلقك، ففعل النبي ذلك بعد أن استصوب رأى أم سلمة، عندها قام الناس فنحروا، وجعل بعضهم يحلق بعضًا.

وكل ما وصى به الشرع الأمراء من واجبات نحو رعيتهم، هي نفسها واجبات الرجال كقائد وقوَّام على البيت المسلم.

و الشارع الحكيم لما جعل القوامة بيد الرجل بحكمته سبحانه وتعالى لم يجعل ذلك مطلقاً يستغله الرجال في إذلال النساء والتحكم بهن، وفق أهوائهم وما تشتهيه أنفسهم، بل قيد تلك الوظيفة بضوابط وقيود من شأنها أن تكون سبباً في فهم الرجال للقوامة التي أرادها الشارع، وتنبه النساء إلى ذلك، وتردع كل من يستغل تلك الوظيفة الشرعية لإهانة المرأة والحط من قدرها، وسلبها حقوقها.

ولذا فإن الشارع الحكيم ضبط تلك القوامة وبينها أحسن بيان، حيث وضح الحقوق التي يجب أن تتوافر للمرأة كاملة غير منقوصة، ووضح كذلك حقوق الرجل التي تطالب المرأة بتحقيقها، ولهذا استحقت هذه الشريعة المباركة أن توصف بأنها شريعة العدل

وجعل الله سبحانه وتعالى القوامة في مؤسسة الأسرة للرجل، وذكر من أسباب هذه القوامة: تفضيل الله للرجل بمقومات القوامة، وما تتطلبه من خصائص ودربة، وتكليف الرجل الإنفاق على المؤسسة.

وبناءً على إعطاء القوامة للرجل، يحدد كذلك اختصاصات هذه القوامة في صيانة المؤسسة من التفسخ، وحمايتها من النزوات العارضة، وسبل علاج هذه النزوات حين تعرض في حدود مرسومة، ويبين الإجراءات الخارجية التي تتخذ عندما تفشل الإجراءات الداخلية، ويلوح شبح الخطر على المؤسسة

وإذا كانت المؤسسات الأخرى كالمؤسسات المالية والصناعية والتجارية لا يوكل أمرها عادة إلا لأكفأ المرشحين لها؛ ممن تخصصوا في هذا الفرع علميًا، ودربوا عليه عمليًا، فوق ما وهبوا من استعدادات طبيعية للإدارة والقوامة... إذا كان هذا هو الشأن في المؤسسات الأقل شأنًا والأرخص سعرًا... فأولى أن تتبع هذه القاعدة في مؤسسة الأسرة، التي تتشئ أثمن عناصر الكون.. العنصر الإنساني.

والمنهج الرباني يراعي هذا، ويراعي به الفطرة، والاستعدادات الموهوبة لشطري النفس لأداء الوظائف المنوطة بكل منهما وفق هذه الاستعدادات، كما يراعي به العدالة في توزيع الأعباء على شطري النفس الواحدة.

وهذه القوامة ليس من شأنها إلغاء شخصية المرأة في البيت ولا في المجتمع الإنساني؛ ولا إلغاء وضعها «المدني» وإنما هي وظيفة داخل كيان الأسرة لإدارة هذه المؤسسة الخطيرة، وصيانتها وحمايتها.

وجوب الطاعة

جعل الله الرجل قوَّاماً على المرأة بالأمر والتوجيه والرعاية، كما يقوم الولاة على الرعية، بما خصه الله به الرجل من خصائص جسمية وعقلية، وبما أوجب عليه من واجبات مالية، قال تعالى: ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ﴾ النساء، آية34.

قال ابن كثير: «وقال علي بن أبي طلحة عن ابن عباس ﴿**الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ**﴾ يعني: أمراء عليهن، أي: تطيعه فيما أمرها الله به من طاعته، وطاعته أن تكون محسنة لأهله حافظة لماله».

عدم الإذن لمن يكره الزوج دخوله: ومن حق الزوج على زوجته ألا تدخل بيته أحدا يكرهه، فعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله قال: «لا يحل للمرأة أن تصوم وزوجها شاهد إلا بإذنه، ولا تأذن في بيته إلا بإذنه».

١. عدم الخروج من البيت إلا بإذن الزوج: من حق الزوج على زوجته ألا تخرج من البيت إلا بإذنه.
٢. خدمة الزوجة لزوجها: والأدلة في ذلك كثيرة، قال شيخ الإسلام ابن تيمية: «وتجب خدمة زوجها بالمعروف من مثلها لمثله ويتنوع ذلك بتنوع الأحوال.

التأديب

للزوج تأديب زوجته عند عصيانها أمره بالمعروف لا بالمعصية؛ لأن الله تعالى أمر بتأديب النساء بالموعظة الحسنة ثم بالهجر ثم بالضرب. ومن الأدلة على جواز التأديب قوله تعالى: ﴿وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ فإن اطعنكم فلا تبغوا عليهن سبيلا﴾.

وقد ورد أن رسول الله صلى الله عليه وسلم هجر نسائه شهرا حينما لم يرضه إلحاح زوجاته عليه في أمر النفقة واجتماعهن على ذلك فغضب فهجر زوجاته شهرا فكان يقعد في (مشربة) وهي الغرفة المستقلة عن غرف نسائه.

ثالثا: الحقوق المشتركة

حسن العشرة

المراد بالعشرة بين الزوجين الالتئام وحسن المعاملة وتحقيق العلاقة الجنسية بينهما،والمعاشرة الواجب تحقيقها بين الزوجين هي كل ما

نص عليها الشارع الحكيم كالطاعة بالمعروف،وتحقيق العلاقة الزوجية الخاصة وإدخال السرور والأنس، وهي أيضا كل ما تعارف عليه الناس في التعامل بين الزوجين كأعمال البيت التي تقوم بها الزوجة عادة، وتلبية طلبات الزوجة الاجتماعية المعتادة كالزيارة، والفسحة، ونحو ذلك غير ما هو واجب بالنص الشرعي كالنفقة، كما أن مما يتنافى مع المعاشرة بالمعروف المماطلة والتلكؤ في تحقيق طلبات ورغبات الطرف الآخر وإتباع ذلك بالمنة ؛ إذ كثير من الأعمال الحسنة التي يقوم به أحد الزوجين للآخر مما تندرج في مسمى المعاشرة الحسنة كالإهداء، والتعاون المالي، والخدمة المتبادلة، وتحقيق طلبات الآخر تذهب سدى ولا يقدرها ولا يسعد بها المستفيد منها لما صدر من مبديها من المنة وكثرة الحديث حولها وتذكير الطرف الآخر بها عند الاختلاف مما يفقد جمالها ويخسر فاعلها أجر عمله، قال تعالى: (وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ) قال القرطبي«عن ابن عباس: لهن من حسن الصحبة والعشرة بالمعروف على أزواجهن مثل الذي عليهن من الطاعة فيما أوجبه عليهن لأزواجهن. وقيل: إن لهن على أزواجهن ترك مضارتهن كما كان ذلك عليهن لأزواجهن قاله الطبري. وقال ابن زيد: تتقون الله فيهن كما عليهن أن يتقين الله عز وجل فيكم». (القرطبي ٢/١٢٣-١٢٤)

التحصين والعفاف

العفاف خلق كريم لم تزل الفطرة السليمة تبتغيه وجاء الإسلام مؤيدًا لهذا الخلق بل إن معظم انهيارات الأسر تكون بسبب التفريط في هذا الخلق، وكثير من التنافر بين الزوجين يرجع إلى ضياع العفّة وشيوع الملذات، وقد حذّر رسول الله أُمّته من هذا الانحلال النفسي، فقال: «**إِنَّ مِمَّا أَخْشَى عَلَيْكُمْ شَهَوَاتِ الْغَيِّ فِي بُطُونِكُمْ، وَفُرُوجِكُمْ، وَمُضِلَّاتِ الْفِتَنِ**» رواه أحمد في مسنده، وهو حق مشترك بين الزوجين وهو الغاية من الزواج أن يحصنها وتحصنه ويعفها وتعفه.



المادة العلمية
جماعي
محاضرة
(١٥) دقيقة

إعلان النكاح وإبداء الفرح:

لقول النبي: **(أعلنوا النكاح)** (أخرجه الحاكم والترمذي)، فأمر بإعلانه، ولما في ذلك من إظهار هذه الفضيلة وهي النكاح، فإن النكاح من سنن المرسلين، كما قال النبي عن نفسه **(وأتزوج النساء)** (أخرجه البخاري) وقال الله تعالى: (ولقد أرسلنا رسلاً من قبلك وجعلنا لهم أزواجًا وذرية) (سورة الرعد، آية:٣٨) وإعلانه فصل ما بين السفاح والنكاح، لأن السفاح -والعياذ بالله- وهو الزنا إنما يفعله من يفعله سرًا، وأما النكاح فيجب إعلانه والجهر به، فهو من الأمور الجليلة التي ينبغي أن يشهدها أولوا الصلاح والفضل، فيجتمعون وتشملهم مشاعر الحمد وأماني النجاح والتوفيق و لا بأس في هذا الحفل من الإعلان له بما لا يحدث منكرًا ولا يؤدي إلى باطل مثل الضرب بالدف والنشيد بالصوت للنساء وهذا قدر متعين لإعلان النكاح، فعن محمد بن حاطب قال: قال رسول الله: **(فصل ما بين الحلال والحرام الدف والصوت في النكاح)** (أخرجه النسائي)، ولا غضاضة في هذا ولا حرج، فقد رخص فيه الرسول ومضى عليه المسلمون في عصره وبعده.

ويجوز رقص النساء في الأعراس والحفلات لكن بشروط:

أن يكون بين النساء فحسب دون أن يكون للرجال أو الصبيان البالغين إطلاع عليه. أن لا يكون من النساء عندما ترقص أن تكشف عما لا يجوز كشفه، وذلك بلبس الملابس الفاضحة سواء منها القصيرة أو الشفافة أو الضيقة، فحكم الرقص في هذه الحال محرم والنظر إليه من قبل النساء الأخريات محرم أيضًا، والدليل على ذلك ما ثبت في الحديث الصحيح عن أبي سعيد الخدري أن رسول الله قال: **(لا ينظر الرجل إلى عورة الرجل ولا المرأة إلى عورة المرأة ولا يفضي الرجل إلى الرجل في الثوب الواحد ولا تفضي المرأة إلى المرأة في الثوب الواحد)** (أخرجه مسلم)، قال الإمام النووي: فيه تحريم نظر الرجل إلى عورة الرجل والمرأة إلى عورة المرأة وهذا لا خلاف فيه.

أن لا يكون من النساء من تقوم بتقليد الكافرات وغيرهن في طريقة رقصها لتأجيج الشهوات واستثارة الغرائز، وهذا داخل تحت قوله: **(ومن تشبه بقوم فهو منهم)** (أخرجه الإمام أحمد)، وهو من التعاون على الإثم والعدوان، وقد قال الله تعالى: (ولا تعاونوا على الإثم والعدوان) (سورة المائدة، آية:٢)، وحكم الرقص والنظر إليها في هذه الحالة محرم أيضًا.



وليمة العرس:

الزواج محل فرح وسرور كما أن مما يميزه عن الزنا أنه معلن للناس ظاهر لهم لا خفاء فيه ولا تستر، ولذا جاءت الشريعة الإسلامية بإعلان عقد النكاح ودعت إلى دعوة الناس لوليمة العرس بقدر طاقة الزوج المالية ودون تكلف. ووليمة العرس سنة عند الجمهور، ويجوز فعلها بعد فترة من الزواج، ولكن الأولى فعلها أيام الدخول.

وإن مايؤلم في ولائم الأفراح وحفلات الأعراس ذلك الإسراف الكبير والبذخ المتزايد والذي يكبد العريس وأقرباء العروس الكثير من المصاريف غير الضرورية والمتمثل في صور عديدة كبطاقات الدعوة والقاعات الفاخرة والوليمة وما يصاحبها من مأكولات منوعة وباهظة خلاف ما تتكلفه العروس في تلك الليلة.

فينبغي الاتزان في المصاريف والابتعاد عن التباهي والتفاخر في المظاهر وهو مادعت له الشريعة الإسلامية حيث جاء النهي عن الإسراف في القرآن الكريم قال تعالى: ﴿**والذين إذا أنفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قواما**﴾ الفرقان ٦٧.

فالزوجة الواعية هي من تساهم مع زوجها في الاقتصاد، و تدرك أن هذه الأموال هناك من هم بحاجة إليها، إن لم يكن الزوجان هم أولى بها. وتدرك تأثير ذلك على استقرار حياتهما الزوجية وسعادتهما بالابتعاد عن الاستدانة أو تقليلها والتي تشكل مع الوقت سبباً في بعض حالات الطلاق.

عزيزتي المشاركة:

من خلال مشاهداتك لما يحدث في المجتمع نأمل منك تدوين قائمة من المخالفات التي تحدث ليلة الزفاف فيما لا يقل عن (٥) مخالفات: ثم ناقشي زميلاتك في المجموعة فيما تم تدوينه، وتحديد المخالفات المتفق عليها .





ترك الصلاة ليلة الزفاف

بسبب المكياج أو الأصباغ وغيرها وهذا الأمر لا يجوز.

اللباس غير الساتر

من المنكرات في أوساط النساء لبس الثياب الرقيقة الفاضحة، أو العارية، أو القصيرة التي لا تليق بالمسلمة، أو الضيقة المحجمة للجسد بالصورة المستقبحة جاء في صحيح مسلم عن أبي هريرة أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: **(صنفان من أهل النار لم أرهما قط)، وذكر منهما: (نساء كاسيات عاريات مائلات مميلات رؤوسهن كأسنمة البخت المائلة، لا يدخلن الجنة ولا يجدن ريحها).**

التزين بالمحرمات

كتزين الزوجة بالوصل، فقد أخرج البخاري ومسلم من حديث أسماء- رضي الله عنها- قالت: **(سألت امرأة النبي فقالت: يا رسول الله إن ابنتي أصابتها الحصبة فأمرق شعرها وإني زوجتها أفأصل فيه؟ فقال: لعن الله الواصلة والمستوصلة).**

وعند مسلم كذلك من حديث جابر بن عبد الله قال: **(زجر النبي أن تصل المرأة برأسها شيئاً)**، وكذلك النمص وما تفعله من نتف الحواجب، فقد أخرج البخاري ومسلم من حديث عبد الله بن مسعود أن النبي قال: **(لعن الله الواشمات والمستوشمات، والواصلات والمستوصلات، والنامصات والمتنمصات، والمتفلجات للحسن المغيرات خلق الله).**

دخول الرجل الأجنبي على النساء: وهذا منكر عظيم قال النبي: **(إياكم والدخول على النساء، فقال رجل: أفرأيت الحمو يارسول الله؟ قال: الحمو الموت)** (أخرجه البخاري ومسلم)، والحمو: هو أخو الزوج وأقاربه.

التهاون بالحجاب

لابد من الحرص على تستر الزوجة حال خروجها من قاعة الفرح.

السهر إلى ساعات متأخرة من الليل: قال تعالى: **(وجعلنا الليل لباساً وجعلنا النهار معاشاً)** (سورة النبأ، آية:١٠-١١)، وقال تعالى: **(الله الذى جعل لكم الليل لتسكنوا فيه والنهار مبصراً)** (سورة غافر، آية:٦١)، فمن المعلوم أن السهر المباح مكروه فكيف بالسهر الذي يترتب عليه تضييع الواجبات الشرعية مثل التخلف عن أداء صلاة الفجر لهذا نهى النبي صلى الله عليه وسلم عن النوم قبل صلاة العشاء والحديث بعدها.أخرج البخاري عن أبي هريرة أن رسول الله صلى الله عليه وسلم:**(كان يكره النوم قبل العشاء والحديث بعدها)**، قال ابن باز -رحمه الله-: **لا يجوز السهر إذا ترتب عليه ترك صلاة الفجر ولو كان لتعليم القرآن.**



عزيزتي المشاركة:

- شاركي زميلاتك في قذف الكرة و عبري عن أسس النجاح ثم اقذفي الكرة لزميلة أخرى لتعبر هي بدورها عن أسس الزواج .



أسس الزواج الناجح:

للزواج أسس تساعد على نجاحه منها:

١. تصحيح مفهوم الزواج من (رئاسي) يقوم على الأمر والنهي، إلى زواج (صحبة) يقوم على المشاركة والاعتماد المتبادل، وعلى هذا يكون احترام الشريك وتبادل مشاعر الدفء والحنان معه، وعدم النظر إلى الآخر بدونية، وكذلك تقديم قيم التضحية والتعاون المشترك و تحمل المسؤولية ونبذ الاتكالية.

٢. معالجة المفاهيم عن مقاييس الجمال عند الطرفين، وذلك بترسيخ أهمية الجمال الروحي في عقلية الأزواج، وتصوير الشخصية الجميلة لشريك الحياة بأنه الإنسان الذي يتصف بالفضائل والأخلاق الاجتماعية، كالحب والعفو والعفة والتعاون والكرم والتسامح والتواضع.

٣. اهتمام الطرفين بالتربية الجمالية الظاهرة والتي تتجسد في النظافة وحسن الطلعة وفي الأناقة والزينة بتواضع واعتدال وبدون إسراف.

٤. اهتمام الطرفين بالجمال الجوهري(المعنوي) والذي يتجسد بالكلمة الطيبة والقول الحسن ورجاحة العقل وجمال البيان والأخلاق الفاضلة بشكل عام.

٥. إيمان الطرفين بحل وتسوية الخلافات والمشكلات المحتملة مع الشريك بتسامح ونصح وكرم أخلاق بدلا من العراك والانتقام.

٦. وجود تربية جنسية وعاطفية كافية عند الطرفين، وذلك بحصولهما على معلومات علمية صحيحة ومفيدة نفسيا واجتماعيا وطبيا.

٧. حصول الطرفين على معلومات شرعية كافية عن النكاح وأحكامه وما يتعلق به من خطبة وصداق وعقد ونفقة وحقوق شرعية متبادلة بين الزوجين، وعن ضوابط القوامة الشرعية،وكذلك عن فقه تعدد الزوجات.



عزيزتي المشاركة:

آدم وحواء مضى على زواجهما عشر سنوات و علاقتهما تتسم بالتفاهم والتعاون والوئام في مختلف أوجه علاقتهما ويشتركان في أداء المهام الزوجية وينتشر في علاقتهما المرح والاحترام وكأنهما صديقين .

بالتعاون مع أفراد مجموعتك:

- ما المراحل التي مرت بها حياتهما ليصلا بها إلى مرحلة التوافق؟
- هل بدأت حياة آدم وحواء بهذه الصورة؟
- ما المدة الزمنية التي احتاجها آدم وحواء لاكتشاف بعضهما؟
- كيف تعامل آدم وحواء مع المشكلات التي واجهتهما؟



مرحلة اختيار الشريك:

تعد مرحلة اختيار الشريك أهم مرحلة من مراحل الزواج، ويتم اختيار الشريك بأحد الأسلوبين التاليين:

الأسلوب الوالدي: ويكون بتدخل أقارب المقبلين على الزواج في عملية الاختيار والذي تقرر الأسرة اعتباراته الاجتماعية والثقافية.

الأسلوب الشخصي: وتظهر في رغبة الفرد الشخصية أو اختياره الذاتي ويكون تدخل الأهل أقل تأثيرا على القرار، حيث يبني الشخص اختياره بناء على توقع الأسرة في شريكه أو تؤثر صورة والديه في الاختيار.

مثل الشاب الذي يختار فتاة فيها كثير من صفات أمه و العكس.

هناك نظريات تناولت اختيار الشريك ومنها:

النظرية الاجتماعية الثقافية وتحتوى على ثلاث محاور للاختيار.

نظرية التجانس: وهي ميل الناس للزواج ممن يتشابهون معهم شعورياً كان أو لا شعورياً. مثل الانتماء إلى نفس البيئة، الخصائص الاجتماعية، الخصائص الجسمية، الديانة، المستوى الاجتماعي والاقتصادي، السن والتعليم.

نظرية التجاور المكاني: وهي التي يجمعهم نطاق جغرافي ومكاني واحد مثل الجيرة، القرابة، الزمالة في العمل أو الدراسة وغيرها.

نظرية القيم: يختار الانسان الذين يشتركون في القيم الأساسية لأن الأمان العاطفي يكمن في هذا الجانب لأنه يحدث تجانس وميل لمن يشتركون في نفس القيم.

النظرية النفسية:

ويطلق عليها نظرية الحاجات التكميلية، وتقوم على أساس أن الأفراد يختارون الشريك الذي يشبع أكبر قدر من الحاجات الشخصية.

نظرية التحليل النفسي:

وتحتوى عدة نظريات فرعية وهي:

نظرية فرويد: توضح أن البحث عن الشريك الذي يشبهنا أو يحمينا.

النظرية الوالدية: يختار الشريك على مدى التشابه مع والديه في الخصائص الجسمية والآراء والخلق والشخصية.

نظرية الشريك المثالي: وهو مفهوم يتكون عند الفرد تدريجياً منذ أن يبدأ يتعامل مع والديه وأخوته من خلال العادات والمواصفات الثقافية.

نظرية الحاجات الشخصية: هي قريبة من نظرية الحاجات التكميلية، وهي تعني أن الحاجات الشخصية لكل منهما مكملة لحاجات الآخر

ويدخل ضمنها الأهداف اللاشعورية والتي تؤثر في اختيار الشريك لأن جهل الفرد بالأهداف اللاشعورية للطرف الآخر يجعل النتائج غير مأمونة العواقب.

خلاصة:

هناك صلة بين النظريات فنظريات التجانس والقيم تعالج النواحي الثقافية دون إغفال النواحي النفسية فنظرية الدور تؤكد على دور الوالدين في الاختيار وهي تتلاقى مع النظرية الوالدية التي تتبع نظريات التحليل النفسي، كما أن نظرية التجانس يركز على الخصائص النفسية من دور الحاجات التكميلية في النظرية النفسية.لذلك نقول أن النظريات تتداخل بحيث لا يمكن أن نفصل نظرية عن أخرى في عملية الاختيار وإنما يعتمد الاختيار على تداخل أكثر من نظرية.

مرحلة العقد:

هي المرحلة التي تهيء الشريكين للزواج و تسمح للشاب والفتاة بتجاوز التصور الخيالي متجها نحو التجربة الواقعية، مراعياً بذلك الآداب العامة أثناء تلك الفترة نذكر منها ما يلي:

ألا يحاول الطرفان التخلي عن أسلوب حياته وخداع نفسه والآخر أو يلجأ للوعود الكاذبة فهي سبب فشل الحياة الزوجية. (توفيق،١٩٩٦: ٢٣،١٩)

- اتخاذ القرار بطريقة تحفظ حق الطرف الآخر.



- عدم الغاء شخصية الطرف الآخر ومحاولة السيطرة على الجلسة والحديث من قبل طرف واحد.
- عدم الاعتراف بالتجارب السابقة كالفشل في الدراسة أو المواقف السيئة أو التعرض للتحرش الجنسي.
- ينبغي تجنب الإكثار في الحديث عن الجنس، لأن الكلام فيه لا يتوقف عند مستوى الحديث، بل يتدرج إلى الفعل.
- التحاور في دور كل طرف في الحياة المقبلة بصراحة.
- الحديث في جوانب عديدة تساعد كل منهما على معرفة الآخر كالحديث في (الجانب الروحي مثل العبادات، الجانب الفكري كالاهتمامات والرغبات، الهوايات، الجانب الجسدي كنوعية الغذاء وممارسة الرياضة، الجانب الاجتماعي مثل العادات والتقاليد، الجانب النفسي ويمكن الاستدلال والتعرف عليه من خلال معرفة ما يرضيه ويسخطه، وما يقبله، ويرفضه، و ما يحبه ويكرهه في شريك حياته.
- اشراك أسرة الطرفين في مناقشة قضايا تهم العروسين مع احترام الآخر وإعطاء الفرصة للخطيبين للتعبير عن رأيهما بطريقة مباشرة.

- الاتفاق على التجهيزات الخاصة بالزواج بطريقة لائقة وردة فعل مناسبة.
- عند الاختلاف الشديد الذي يصعب معه التوفيق يحكم طرف ثالث محايد يختارانه لمساعدتهما.

مرحلة شهر العسل:

تأتي هذه المرحلة بعد عملية الإشهار التي يشهد فيها أسرتا الشريكين ببداية العلاقة الزوجية وهذه المرحلة من أخطر المراحل التي يمر بها الزواج لأنهم قد يصابون بخيبة أمل فالمطلوب فيها التفهم الكامل من قبل الزوجين أنهما يبدآن مرحلة جديدة تختلف عما درجا عليه وأن يكون لكل منهما الرغبة الأكيدة والسلوك الفعلي في محاولة تقبل واحترام الاختلافات المنطقية التي يراها في الآخر لأنه لديه مثلها مع محاولة التنازل عن الخلافات المنطقية والتي تضايق الطرف الآخر لتقريب وجهات النظر وكذلك احترام مشاعره(توفيق، ١٩٩٦، ٢٧) لأن كل زوج يواجه طباع وعادات من الطرف الآخر مما يتطلب تعديلها أو تغييرها، مما يؤدي لظهور ضغوطا نفسية تظهر آثارها في فشل العلاقة الزوجية.

مرحلة الاكتشاف:

يبدأ الزوجان باكتشاف بعضهما البعض من اللحظات الأولى للزواج وقد تستمر لسنوات وهي مرتبطة بشكل مباشر بسمات شخصية كل منهما واحتياجاتهما النفسية والاجتماعية والقيم والمبادئ التي ينتميان إليها، وغالبا ما تظهر في مواقف طارئة وغير مخطط لها إضافة لمواقف الحياة اليومية مما يؤدي لاختزان خبرات سيئة أو محاولة الزوجين للتعامل مع شخصية الطرف الآخر فمثلا: تحديد الأدوار يرى الزوج أن من مصلحة الزوجة ترك المرأة للعمل بينما الزوجة ترى أنه من صالحها عدم تركها للعمل.

وهذه المرحلة هي التي تحتوي على اتخاذ القرارات المختلفة لتتكون لدى الأسرة نمط حياتي معين لذا يصطدم الزوجان بحقائق عن شخصيتهما لم تكن ظاهرة سابقاً.

مرحلة التكيف:

يصل الزوجان لمرحلة التكيف إذا فهما أن جوهر الزواج هو قبول كل منهما أن يعيشا حتى الموت في ظل الشرع،أي معنى أن الزواج يستلزم البقاء والدوام والاستقرار ليس بطريقة مادية وإنما على أساس من التفاهم والوئام والنية الصادقة والتعاون المتبادل والتفاهم المشترك للمحافظة على هذه الرابطة الجسمية والمعنوية والتي تتم من خلال تكيف الزوج بما يتفق مع سلوك زوجته والعكس. (توفيق،١٩٩٦: ٢٨)

مرحلة الاستقرار:

في حالة نضج الزوجين وتوافقها ينجح الطرفان في أداء الأدوار وتقسيمها والمشاركة في المسؤوليات بحيث يصلا لمرحلة الرابطة الزوجية التي تعني التأكيد والقوة من خلال انجاب الأطفال بالاتفاق المسبق والمؤهل من الاستعدادات المادية والجسمية والنفسية وتحمل الطرفين لمسؤولية التربية بحيث يتوحد الهدف بينهما لتكون عملية التنشئة الاجتماعية متعة للطرفين.(توفيق،١٩٩٦: ٢٩) ويتمثل الإحساس بالذات لدى الزوجين في الشعور بالفخر والنجاح والسعادة من خلال التوحد مع الأبناء يجدون بذلك مساراً نفسيا واجتماعيا بناءاً للتوفيق بين دوافع الأنانية والإيثار.

مرحلة الصحبة:

وهذه المرحلة متقدمة يصل لها الزوجان لمدة قد تصل إلى سنوات ولكنها تتسم بالاندماج الاجتماعي المتمثلة في: كيفية التفاعل مع الآخر، تفهم وجهات نظره، احترام رأي الآخر ،القدرة على التعبير عن المشاعر بالأساليب المناسبة،التفاعل الإيجابي مع الآخر ين من أهل الزوجين، السيطرة على الانفعالات النفسية.

الجانب الاقتصادي

المادة العلمية

جماعي

محاضرة

(١٠) دقائق

إن الزوجة الرشيدة هي التي تؤدي دوراً فريداً في إسعاد زوجها وذلك بإدارتها الحكيمة لشؤون المنزل وتدبير مصروفاته وصحة أفراده. فالمنزل هو المكان الذي يسعد فيه جميع أفراد الأسرة.

ومن العوامل المساعدة على توفير السعادة في الأسرة الناحية المادية، من حيث تقدير الأسرة وتنظيم ميزانيتها بحيث توّفر جميع حاجات ومتطلبات الأسرة للمحافظة على صحة الأفراد وتأمين الملبس والمسكن المريح.

مفهوم ميزانية الأسرة:

مقابلة بين إيرادات الأسرة ونفقاتها خلال فترة معينة لمعرفة الفائض أو العجز، ودراسة البدائل المتاحة لاستثمار الفائض وتغطية العجز.

فوائد ميزانية الأسرة:

ومنها على سبيل المثال:

- تساعد في تقدير إيرادات الأسرة مقدماً، وكذلك النفقات المتوقعة خلال فترة معينة، وبذلك يعرف مقدماً مقدار الفائض أو العجز المتوقع.
- تساعد في دراسة سبل استثمار الفائض المتوقع الناتج عن زيادة الإيرادات على النفقات والبحث عن الطريقة المناسبة لاستثماره.
- تساعد في دراسة سبل تدبير العجز المتوقع في ميزانية الأسرة.
- تساعد في محاسبة أفراد الأسرة عن النفقات والإيرادات.
- تساعد في تدريب الأولاد على كيفية إدارة البيت مالياً واقتصادياً قبل زواجهم وذلك تحت إشراف وتوجيه الوالدين.
- تساعد على ادخار المال وحفظه لإنفاقه في المستقبل عندما تنخفض الموارد.





نشاط (٧/١)

الهدف/

أن تقترح المشاركات أوجه صرف الميزانية وفق مبدأ الموازنة

عزيزتي المشاركة:

علياء ربة بيت، دائمة الشجار مع زوجها حول راتبه الشهري، في يوم من الأيام سلمها راتبه الشهري فتوجهت مباشرة إلى السوق واشترت مجموعة كبيرة من العطورات وأدوات التجميل، وإكسسورات وفساتين ليست بحاجة لها، وفجأة اكتشفت أن المبلغ المتبقي لا يكفي للوفاء بباقي احتياجات البيت .

بالتعاون مع أفراد مجموعتك:

- وضحي الأخطاء التي وقعت فيها أثناء صرفها لراتب زوجها.
- ماذا لو كنتِ مكان علياء فكيف تخططين لصرف الراتب لشراء احتياجاتك واحتياجات أسرتك.
- أهمية المال والاقتصاد في الحياة الزوجية.
- نصائح تقدمينها لعلياء تستفيد منها كل زوجة في إدارة ميزانية الأسرة.

المادة العلمية (٧/١)

جماعي | محاضرة

(١٠) دقائق

يجب الحذر من كل ما من شأنه تدمير ميزانية الأسرة وسنذكر بعضا منها على سبيل المثال:

- بطاقة الصراف فيجب أن يتعامل الفرد معها بحذر عند التسوق لأنه لايعلم حجم مصروفاته.
- الحذر من الكماليات التي تبدو في مظهر الأساسيات.
- الحذر من حمى الشراء وهوس التسوق من خلال الاستجابة للاستهلاك المظهري والمبالغة في الأزياء والموضات والانسياق وراء الدعايات.
- الدخول في بحر الديون وفخوخ التقسيط، فهي ظاهرة انتشرت في عدد من البيوت.
- الحذر من الشراء النزوي ويقصد به شراء سلعة لم تكن في ذهن المشتري قبل دخول المتجر.

وعليه فعند القيام بإعداد الميزانية ينبغي أن تراعى الأمور الآتية:

المدة الزمنية: وقد تكون شهرية أو ربع سنوية أو سنوية.

التوازن: بين الإيرادات والنفقات بقدر الاستطاعة.

الواقعية: عند تقدير إيرادات ونفقات الأسرة.

المشاورة: بين أفراد الأسرة عند إعداد ميزانية الأسرة.(إلى جانب ما تحققه من فوائد اقتصادية فهي سبيل لتقوية روابط الأسرة).

يقول الدكتور حسين شحاتة: (لو التزم البيت المسلم بالقواعد السابقة في إعداد ميزانيته لصلح حاله واستقام وتجنب المشاكل المالية...)

عناصر ميزانية الأسرة و تتمثل في أربعة بنود رئيسة، هي:

أولاً: بند الإيرادات، ومنها:

الإيرادات الأساسية

مثل: الأجور والرواتب الدورية.

الإيرادات المساعدة

مثل: الحوافز والمكافآت.

إيرادات أخرى: مثل: الإعانات والهبات.

ثانياً: بند النفقات، ومنها:

النفقات الأصلية

مثل: نفقات حفظ النفس كنفقات المأكل والمشرب والملبس والمسكن والصحة، ونفقات حفظ الدين وحفظ العقل وحفظ العرض وحفظ المال.

النفقات الواجبة

مثل: النفقات على الزوجة والأولاد والزكاة الواجبة.

النفقات التطوعية

مثل: الصدقات التطوعية والقرض الحسن.

النفقات الكمالية التحسينية

مثل: نفقات الولائم والحفلات.



ثالثاً: بند الفائض النقدي: الناتج عن زيادة الإيرادات على النفقات، ومن سبل استثماره:

استثماره ذاتياً في مشروعات فردية.

استثماره مرابحة أو مضاربة جماعية.

استثماره في المصارف الإسلامية من خلال صيغ الاستثمار الشرعية.

رابعاً: بند العجز النقدي: الناتج عن زيادة النفقات على الإيرادات ومن سبل تغطيته:

تغطية العجز عن طريق القرض الحسن.

تغطية العجز من المدخرات.

وينبغي أن يحذر من الاقتراض بالربا، أو الإنفاق في مجالات فيها معصية لله.

الجلسة	الموضوعات	يتوقع من المشاركة في نهاية الوحدة التدريبية أن	الزمن
الجانب النفسي الأولى	• الخصائص النفسية للرجل والمرأة • الإشباع العاطفي: – مفهوم الإشباع العاطفي. – الحب الحقيقي والحب الرومانسي. – مهارات تنمية الحب بين الزوجين. – عوامل تساعد على تكوين عاطفة الحب وتحقيق الرضا بين الزوجين حسب الدراسات النفسية.	• تقارن بين الخصائص النفسية للرجل والمرأة. • تستنتج مفهوم الإشباع العاطفي بين الزوجين. • تقارن بين الحب الحقيقي والحب الرومانسي. • تذكر أساليب تنمية مهارات الحب بين الزوجين. • تذكر العوامل التي تساعد على تكوين عاطفة الحب وتحقيق الرضا بين الزوجين.	١١٠ د
استراحة			
الجانب الاجتماعي الثانية	• مفهوم الحوار الزوجي وأهميته. • معوقات الحوار الزوجي (العوامل الشخصية ،الاجتماعية،الاقتصادية) • استراتيجيات ذكية في الحوار. • التعامل مع أهل الزوج والزوجة. • المشكلات(مفهومها، فوائدها،أسبابها،أشكالها) • خطوات حل المشكلات.	• تدرك أهمية الحوار في الحياة الزوجية. • تتنبأ بمعوقات الحوار (العوامل الشخصية ،الاجتماعية الاقتصادية). • تصحيح مسار الحوار بشكل إيجابي. • تتفهم كيفية التعامل مع أهل الزوج والزوجة. • تتعرف على المشكلات (مفهومها فوائدها،أسبابها،أشكالها). • تطبق مهارات حل المشكلات الزوجية.	١١٠ د
المجموع			٤ س

الجانب النفسي



عزيزتي المشاركة:

بالتعاون مع أفراد مجموعتك وباستخدام نموذج أسلوب التباين قارني بين الخصائص النفسية للرجل والمرأة.

جماعي | التباين

(١٥) دقيقة

نشاط (١/٢)

الهدف/

أن تقارن المشاركة بين الخصائص النفسية للرجل والمرأة

الخاصية	الرجل	المرأة
الاختلاف في التفكير والتركيز		
الاختلاف في العاطفة		
الاختلاف في مهارات الحديث		
الاختلاف في طريقة مساعدة الطرف الآخر		
الاختلاف في طريقة التعبير		
الدورة العاطفية		
حاجات الحب الأولية		

قال تعالى: ﴿وليس الذكر كالأنثى﴾ (سورة آل عمران: ٣٦)

في هذه الآية، أخبرنا الله سبحانه وتعالى أن الذكر يختلف عن الأنثى، كما الأنثى تختلف عن الذكر، وقد أثبتت دراسة لاثنين من الباحثين في جامعة هارفارد في عام 2003م أنه لا يوجد وجه شبه ما بين الرجال و النساء، بل هم مختلفون ولا يتساوون إلا في عضويتهم المشتركة في الجنس البشري، والادعاء أنهم متماثل ونفي القدرات أو المهارات أو السلوك يعني أننا نقوم ببناء مجتمع يرتكز على كذبة بيولوجية و علميّة

ولا يشك أي عاقل على وجود اختلافات و فروق بين الرجل و المرأة و تلك الفروق ليست تفاضلية إنماتكاملية،و كلما زاد الوعي بالاختلافات الطبيعية بين الرجل والمرأة، كلما زاد القبول لهذه الاختلافات، وتقبل كل منهما الآخر والتعاطف مع نواياه، ثم سيادة روح المحبة والطمأنينة وبالتالي انتشار الصفات النفسية الحميدة في المجتمع وتربية الأجيال القادمة في أجواء أكثر سعادة، وهذا من شأنه أن يضيء العلاقة الزوجية ويصبح كل منهما أكثر تسامحاً متى ما ظهرت الخلافات، وأكثر انجذاباً ومودة وسكنا.

وهناك العديد من مجالات الاختلاف بين الرجل والمرأة ومنها:

المادة العلمية (١/٢)

جماعي | محاضرة

(٢٥) دقيقة

١. الاختلاف في التفكير والتركيز:

الرجل لديه قدرة أعلى من المرأة في حل المسائل الميكانيكية والحسابية الرياضية ولديه القدرة بصورة أفضل على التعامل مع الآلات والرسومات والأجهزة والأرقام، إلى جانب القيام بالعمليات الحسابية المعقدة وحل المشكلات.

ويميل الرجل كثيرا إلى التفكير بطريقة الصندوق المغلق، بحيث يتعامل مع المشكلات والأمور التي يفكر فيها على شكل صناديق مغلقة، وكل مشكلة ينظر إليها على أنها صندوق مغلق ومستقل فإذا انتهى من هذه المشكلة أغلق صندوقها وانتقل إلى صندوق آخر، وهذا بخلاف المرأة التي تفكر بطريقة تشعبية.

والرجل أقل تمييزا للألوان من المرأة ونسبة عمى الألوان بين الرجال ثمانية أضعاف ما هي عليه بين النساء، ولذلك فقد لا يلتفت إلى بعض الزينات التي تهم النساء، وليس ذلك إهمالا، ولكن عقل الرجل لا يركز على الألوان كثيراً.

بينما المرأة تتفوق على الرجل في القدرة اللغوية مثل معرفة المعاني والمفردات والفهم للقراءة والطلاقة في التعبير، والاستذكار الآلي وكذلك في الشؤون الاجتماعية، والأمور المتعلقة بالذوق الجميل، كما أنها تفكر بطريقة تشعبية، فتفكر بأكثر من موضوع في وقت واحد، وتنتقل من

مشكلة إلى أخرى قبل أن تنتهي من الأولى.

كما أنها تجيد الأعمال التي تتطلب الدقة والتفصيل والتعرف على الاختلافات الدقيقة، ويكون اهتمام المرأة بالألوان أكثر من الرجل.

٢. الاختلاف في العاطفة:

ذكر بعض الباحثين أن مخ المرأة يحتوي على تعرجات أكثر من الرجل وعلى روابط طويلة تصل بين الجزء الأيمن والجزء الأيسر من المخ، والجزء الأيمن هو الجزء المتحكم بالعواطف بينما يتحكم الجزء الأيسر بالكلام، ولذلك فالمرأة قادرة أكثر من الرجل على التحكم بكلا الجزئين معا ولكنها تتحدث بعواطفها غالبا، إلى جانب كون المرأة غير متزنة عاطفيا، ويكون تأثير العاطفة واضحا في قراراتها ومواقفها، بينما الرجل عكس المرأة فالعقلانية تغلب العاطفة لديه، وأيضا يصعب عليه التعبير عن عواطفه بسهولة ويستخدم طرق عملية أكثر للتعبير.

ولكي يثبت الرجل للمرأة حبه فإنه يصعد أعلى قمة ويغوص في أعمق المحيطات ويعبر أوسع الصحاري، ولكنها قد تتركه لأنه لم يكن عندها في البيت فالمرأة تترك الرجل إذا لم يقدم لها المشاعر التي تقتات منها حتى لو قدم لها أغلى الجواهر.



٣. الاختلاف في مهارات الحديث:

المرأة تستخدم اللغة اللفظية أكثر من الرجل وتتحدث بشكل أقل من الرجل في المحادثات الجماعية المختلطة، ولكن استخدامها للاتصال العيني والإيماءات الشفهية لتبيان موافقتها أثناء الحديث يوحي بأنها أكثر انتباها، بالإضافة إلى كون المرأة تستخدم طبقات ونغمات مختلفة عند حديثها أكثر من الرجل.

٤. الاختلاف في طريقة مساعدة الطرف الآخر:

عندما تنصح المرأة الرجل بهدف التعبير عن الحب دون أن يطلب هو منها ذلك أو تحاول مساعدته فهو يفسر ذلك بأنها انتقادية وغير ودودة، كما أن اقتراحات المرأة تضايق الرجل وقد يكون رد فعله عنيفا، ويكمن الحل في توقف المرأة عن إسداء النصائح للرجل لأن ذلك يجرحه ويشعره بأنه ليس أهلا لثقتها.

وعلى الطرف الآخر حين تشكو المرأة للرجل من مشكلة ما فهو يميل بالفطرة إلى تقديم حلول عملية بينما المرأة تحاول أن تعبر عما يضايقها

من مشاعر سلبية، وأن تفكر في مشكلتها بصوت مرتفع، وهنا على الرجل أن يتقن فن الإنصات فقط لأن هذا ما تحتاج إليه المرأة وقت مواجهتها للمشاكل.

٥. الاختلاف في طريقة التعبير:

المرأة تعبر عن المشاعر أما الرجل فيعطي معلومات فحين تردد المرأة جملا مثل «نحن لا نخرج أبدا، أو أنا متعبة جدا لا أستطيع عمل أي شيء، أو أريد أن أنسى كل شيء، أو هذا المنزل دائما غير مرتب، لا أحد ينصت إلي، أريد رومنسية أكثر» فإن الرجل بالمقابل يرد بإعطائها معلومات فيما كانت تعبر هي عن مشاعرها فيأتي رده: «هذا ليس صحيحا، خرجنا الأسبوع الماضي، هذا سخف أنت لست عاجزة، إذا كنت لا تحبين عملك فاتركيه، منزلنا ليس دائما غير مرتب، ولكني أنصت إليك دائما، هل تقصدين بأني غير رومانسي».

٦. الاختلاف في الدورة العاطفية للرجل والمرأة:

دورة الرجل العاطفية:

الرجل مثل الحزام المطاطي عندما ينسحب يبتعد بمقدار فقط قبل أن يرتد إلى الخلف، والحزام المطاطي هو المجاز المثالي لفهم دورة المحبة الذكورية، فهي تقتضي الاقتراب ثم الانسحاب ثم الاقتراب مرة أخرى، وينسحب الرجل إلى كهفه ليشبع حاجته إلى الحرية والاستقلال، وحينما يبلغ مداه بالكامل يرتد فورا بعد ذلك للوراء، كما أنه حين ينفصل يشعر فجأة بحاجته للحب والمودة مرة أخرى، وسيكون ذلك بصورة آلية محفزا لبذل محبته مجددا، والرجل يهتم للغاية بشريكته ولكنه ينسحب فجأة، وحين ينسحب الرجل فهذا ليس بسبب عدم رغبته في الحديث، ولكنه يحتاج إلى بعض الوقت ليكون بمفرده، ويحتاج أن يكون غير مسؤول عن أي شخص آخر في هذه اللحظة، ليعتني بنفسه فقط، وعندما يعود يكون متوفرا للحديث، وهنا على المرأة أن لا تستهجن حاجته إلى الانسحاب وأن لا تحاول مساعدته لحل مشكلته بتقديم أي مقترحات، ولا تحاول رعايته بطرح أسئلة حول مشاعره، ولا تجلس عند باب الكهف تنتظره، ولا تقلق عليه أو تشعر بالأسى من أجله، وإنما تتركه في كهفه حتى يعود إليها.

دورة المرأة العاطفية:

المرأة كالموجة حين تشعر بأنها محبوبة يصعد تقديرها لذاتها ويهبط في حركة تموجية، وعندما تشعر بالرضا تصل إلى الذروة ولكن بعد ذلك يمكن أن يتبدل مزاجها وتتكسر موجتها مجددا، وحين تنخفض موجة مزاجها فإنها تشعر بفراغ داخلي وتحتاج إلى من يغمرها بعطفه، وعندما تصل إلى أقصى القاع فإن مزاجها يتبدل فجأة وتشعر مرة أخرى بأنها راضية عن نفسها وتبدأ موجتها آليا بالتحرك نحو الأعلى مرة أخرى، وفي حال ارتفاع موجتها تشعر بأن لديها كمية وافرة من الحب لتبذلها، وإن كانت قد قمعت أي مشاعر سلبية أو أنكرت ذاتها من أجل أن تكون أكثر لطفا عند صعود موجتها تشعر حينها بمشاعر سلبية أو بالحاجات التي لم تشبع عند نزولها، خلال هذا الوقت خاصة تحتاج إلى التحدث عن مشكلاتها، وإلى من يسمعها ويفهمها.

٧. الاختلاف في حاجات الحب الأولية عند الرجل والمرأة:

يكمن الاحتياج الأولي للمرأة في الرعاية والتفهم والاحترام والإخلاص والتصديق والتطمين، بينما يكمن الاحتياج الأولي لدى الرجل في الثقة والتقبل والتقدير والإعجاب والاستحسان والتشجيع، فكل واحد من الجنسين يفهم الحب حسب طبيعته، ويبقى لكل واحد من الجنسين أولوياته الخاصة داخل هذه الأولويات العامة.

ويمكن التعرف على بعض الأساليب المساعدة لفهم الآخر من خلال البرامج والنظم المتعددة والتي يقصد بها

تلك المفاهيم المنظمة التي تظهر كيف ندرك العالم و كيف نتصرف مع الاخرين وكيف نفكر وما هو نمط شخصياتنا و طريق التعرف على أنفسنا و الآخرين و كيف ننظر للعالم من خلال هذه البرامج و تهتم هذه البرامج بأنماط الناس المختلفة و هو أن الناس يستجيبون بطرق مختلفة لنفس الرسالة.

تنبيهات مهمة:

- لا يلزم وجود هذه الخصائص النفسية والصفات الشخصية لكل من الجنسين لدى جميع الأفراد، ولكن معظمها يوجد في غالب الناس.
- مع أن السمات والخصائص الآنفة الذكر هي صفات غالبة إلا أنه يبقى لكل شخص من الأشخاص سماته وصفاته الخاصة به، والتي تتأثر في تكوينها بالعوامل الوراثية والمؤثرات البيئية، فعلى كل طرف من أطراف الحياة الزوجية أن يتعرف على نمط الشخص الذي أمامه، وأن يفهم أبرز سماته وصفاته ويجيد التعامل معها
- وجود هذه السمات النفسية والشخصية لدى أحد الجنسين من الرجال والنساء لا يعني أنها غير قابلة للتغيير، بل يمكن تعديلها وتطويرها وتحسينها، ولكن بشرط الوعي بها ثم العزيمة الصادقة على التعديل والتحسين عند الحاجة لذلك.



نشاط (٢/٢)
الهدف/
أن تستنتج المشاركة مفهوم الإشباع العاطفي بين الزوجين

جماعي | قراءة موجهة

(١٠) دقائق

عزيزتي المشاركة:

من خلال قراءتك للنص الآتي استنتجي مفهوم الإشباع العاطفي بين الزوجين .

إن الحاجة للحب والانتماء هي إحدى أهم الحاجات الإنسانية حسب نظرية (ما سلو) لهرم الحاجات النفسية والتي تبدأ بالحاجات الدنيا في قاعدة الهرم وهي الحاجات الأساسية التي ترتبط بالبقاء كالغذاء، والشراب والنوم، والدواء، يليها الحاجة للأمن، كتوفر وطن آمن ومسكن يشعر فيه الفرد بالاطمئنان والحماية فإذا أشبعت هذه الحاجات الأساسية سعى الإنسان لإشباع حاجاته النفسية للحب والانتماء فإذا أشبعت هذه الحاجة سعى للتقدير والاحترام والمكانة الاجتماعية الجيدة، فإذا أشبعت هذه الحاجات انتقل الفرد إلى المستوى الأعلى من الحاجات حاجات تحقيق الذات مثل الحاجة للمعرفة والفهم، والحاجات الجمالية، فإذا نجح في إشباعها تمكن من الاستخدام الأمثل لأقصى طاقاته وقدراته الكامنة (**Maslow،1986**).

والزواج السعيد يشبع الحاجة للحب و للانتماء، كما أنه بما يقدمه من دعم نفسي واجتماعي يشبع إلى درجة كبيرة الحاجة للتقدير، وهذا يعني أن دافع الحب والانتماء حاجة نفسية ملحة تبحث عن إشباع، بالإضافة إلى كونه خطوة مهمة لتحقيق الذات (مكلفين و غروس 2002).

وبالرغم من أننا نجد الحب والانتماء في علاقتنا بالوالدين والأهل والأصدقاء إلا أن الارتباط بعلاقة زوجية حميمة يعد من أهم مصادر الإشباع العاطفي.

إن نتائج الدراسات النفسية تؤكد أن الزوج أو الزوجة أهم مصدر من مصادر الرضا عن الحياة، يليها في الأهمية الأقارب المقربون ثم الأصدقاء ثم زملاء العمل والجيران (**Argyle، 2001**).

وقد أوردت جان(2008) في دراستها نتائج العديد من البحوث التي تؤكد أهمية الزواج للسعادة الشخصية. كما يشير ماير إلى أنه بالرغم من أن الأشخاص غير السعيدين بزواجهم يصفون أنفسهم بأنهم أقل سعادة من غير المتزوجين، إلا أن من يصفون زواجهم بالسعيد جدا يكونون أغلبية أفراد عينة السعداء جدا، فحوالي 75٪ ممن يصفون أنفسهم بالسعداء جدا في حياتهم العامة هم من السعداء جدا في حياتهم الزوجية، و10 ٪ ممن يصفون أنفسهم بالسعداء في حياتهم العامة، هم أيضا سعداء في زواجهم، و3٪ فقط من السعداء في حياتهم العامة غير سعداء في حياتهم الزوجية، وهذا يعني أن السعادة الزوجية مرتبطة طرديا بدرجة الشعور بالسعادة العامة(**Myers،2000**).

كما يفسر كروسبي ارتباط السعادة بالزواج إلى أنه وبالرغم من أن الزواج يشكل ضغوط ومسؤوليات على الفرد القيام بها، إلا أنه وفي المقابل يساعد الفرد على إشباع حاجته للانتماء، ويعزز تقدير الذات لديه ويخفض من شعوره بالوحدة، وكذلك يعطي للأفراد أدوارا جديدة، ويشبع حاجاتهم للعلاقات العاطفية الحميمة، ويؤمن لهم الدعم الاجتماعي(**Crosby, 1987**).

أما جوتليب وسيجرين وديلارد فهم يقدمون تفسيرا آخر لارتباط السعادة بالزواج، فهم يرون أن السعداء هم من يقدمون على الزواج، كما أن لهم من الخصائص ما يجذب الطرف الآخر لهم، فهم أكثر انبساطية وأكثر جاذبية وأكثر اهتماما بالآخرين ولهذا تتزايد فرصهم في الحصول على شريك الحياة المناسب، أما غير السعداء فإنهم عادة غير ودودين، وانطوائيين، الأمر الذي يعوقهم عن اجتذاب شريك الحياة المناسب (**Gotlib, 1999 Segrin& ; Dillard, 1992**;) (نقلا عن جان٢٠٠٨).

الإشباع العاطفي بين الزوجين

المادة العلمية (٢/٢)

جماعي

محاضرة

(١٠) دقيقة

مفهوم الإشباع العاطفي بين الزوجين:

الإشباع العاطفي بين الزوجين هو ارتواء قلبيهما بالحب والحنان والمودة والرحمة، حيث لايكون عندهما نقص في المجال العاطفي فيفتشان عنه خارج الإطار الزوجي. والإشباع العاطفي هو عبارة عن قسمين: إشباع العاطفة القلبية وإشباع الغريزة الجنسية.

الحب الرومانسي والحب الحقيقي:

يخطئ كثير من الأزواج في التفريق بين هذين النوعين من الحب وهذا قد يؤثر على العلاقة العاطفية بينهما، وباختصار فإن الحب الرومانسي هو تلك العلاقة الممتلئة بالرومانسية والمتشبعة بالعاطفة اللفظية، والقائمة على التعبير اللفظي المستمر عن الحب والود والعواطف، وغالبا ما ينشأ هذا النوع بين الزوجين في الفترة ما بين عقد القران والـزواج، وهذه المرحلة ليس فيها أي ارتباطات عملية ولا احتكاكات يومية، وإنما تسودها العاطفة المتقدة في كل لحظاتها، بينما الحب الحقيقي هو الذي يظهر مع مرور الأيام وتقادم الزمان في الحياة الزوجية فيتحول هذا الحب إلى مشاعر عميقة وصادقة من الاحترام والتقدير والمودة مصحوبة بالتعبير العملي عن هذا الحب في صورة البذل والعطاء والتحمل والإيثار والتقبل والتغاضي، حتى ولو ضعفت جذوة التعبير العاطفي اللفظي، مع أهميته وضرورة وجوده في الحياة الزوجية، وهذا هو الفارق بين الحب الرومانسي والحب الحقيقي.





عزيزتي المشاركة:

بالتعاون مع أفراد مجموعتك اقترحي بعض الأساليب والمهارات لتنمية الحب بين الزوجين، ثم قومي بتمثيل إحدى المهارات مع زميلاتك أمام بقية المجموعات واطلبي منهن استنتاجها.



أساليب تنمية مهارات الحب بين الزوجين:

التعبير عن الحب:

جاء في الحديث عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِك، رضي الله عنه أَنَّ رَجُلًا كَانَ عِنْدَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَمَرَّ بِهِ رَجُلٌ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنِّي لَأُحِبُّ هَذَا، فَقَالَ لَهُ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَعْلَمْتَهُ ؟ قَالَ: لَا، قَالَ: أَعْلِمْهُ، قال: فَلَحِقَهُ، فَقَالَ: إِنِّي أُحِبُّكَ فِي اللَّهِ، فَقَالَ: «**أَحَبَّكَ الَّذِي أَحْبَبْتَنِي لَهُ**»، فالتعبير عن الحب لأي شخص آخر يزيد المحبة بينهما، فما بالك بالزوجين، وقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يعبر عن حبه لبعض زوجاته حتى أمام الآخرين، فعَنْ أنس رضي الله عنه قَالَ: سُئِلَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَنْ أَحَبُّ النَّاسِ إِلَيْكَ ؟ قَالَ: «**عَائِشَةُ**» رواه أبو داود.

الملاطفة وحسن التعامل:

وهذا الأسلوب من أكثر الأساليب تأثيرا في بقاء الحب متجددا بين الزوجين، وقد كان ذلك ظاهرا في سيرة رسول الله صلى الله عليه وسلم وبصور مختلفة، ومنها:

التلطف في نداء زوجته فقد كان ينادي زوجته عائشة رضي الله عنها «يا عائش» قال أبو سلمة رضي الله عنه إن عائشة رضي الله عنها قالت قال رسول الله صلى الله عليه وسلم يوما: (**يا عائش، هذا جبريل يقرؤك السلام**) رواه البخاري، وهذا النداء يسميه العلماء الترخيم وفيه نوع من التدليل لها رضي الله عنها. وكان يسميها عليه أفضل الصلاة والسلام بـ «**الحميراء**» فعن عائشة رضي الله عنها، أن النبي صلى الله عليه وسلم «دخل والحبشة يلعبون فقال لي صلى الله عليه وسلم: (**يا حميراء أتحبين أن تنظري إليهم**) رواه النسائي وإسناده صحيح، كما ذكره ابن حجر في فتح الباري.

«وكانت عائشة رضي الله عنها تشرب من الإناء وهي حائض فيأخذه النبي صلى الله عليه وسلم فيضع فاه على موضع فيها « رواه مسلم.

القناعة والرضا مع النظر إلى الايجابيات:

قناعة الزوجين ببعضهما هي أساس الرضا والسعادة، ومن أهم وسائل القناعة النظر إلى الإيجابيات التي يملكها الطرف الآخر، وتذكر أفضل صفاته دوما والمقارنة الإيجابية بينه وبين من هم أقل منه في أي من هذه الصفات ففي الحديث عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: «لا يفرك مؤمن مؤمنة، إن كره منها خلقا رضي منها آخر» رواه مسلم.



فن الاعتذار:

مهارة الاعتذار هي كنز حقيقي في العلاقة الزوجية إذ أن من يتسم بروح المبادرة في هذه المهارة فإنه دوما يحوز على الرضا من الطرف الآخر، كما أن الاعتذار يزيل الحواجز التي شكلتها الخلافات أو الاختلافات بين الطرفين، ويعمق العلاقة الزوجية ويبني الثقة المتبادلة ويفتح أبواب السعادة والرضا والتسامح ويحض الطرف الآخر على المسابقة للمبادرة بها أولا. و الاعتذار له أشكال وأنماط وصور تختلف لدى أفراد الجنس الواحد فمن باب أولى اختلافها بين الجنسين.

وجود أهداف مشتركة:

نلاحظ دوما أن وجود هدف مشترك يصبو أي طرفين لتحقيقه يزيد الحب بينهما، حتى في الشراكات المالية والتجارية والإدارية حين يتفق طرفا الشراكة والعمل على هدف محدد وواضح يكون ذلك أدعى إلى نجاح هذه الشراكة، وإلى تآلف أفرادها، واجتماع قلوبهم، وهكذا هو الحال في الحياة الزوجية، وكلما وجدت أهداف مستقبلية مشتركة بين الزوجين يتفقان عليها ويحرصان على تحقيقها كان ذلك عاملا مهما في توثيق العلاقة بينهما، وزيادة المحبة والألفة بين قلوبهما، ومن هذه الأهداف الاتفاق على أساليب تربوية للأبناء والتخطيط الإستراتيجي للأسرة.

تلك بعض الوسائل والمهارات والأساليب التي تسهم بإذن الله في تنمية الحب بين الزوجين، وفي حصول الإشباع العاطفي بين الطرفين.

فن الاستماع و حسن الإنصات:

الإنصات الواعي هو نوع من التجاوب المتبادل يشجع الطرف المتحدث على الاستمرار من خلال التعليق القصير بالإيماء، أو إعادة مقطع قصير من عبارة المتحدث ، وحسن الاستماع يكون في إجادة الإصغاء وهو من أهم الوسائل المساعدة على كسب الثقة بين المتحدثين (عبدالله الجاسر):2006،مهارات الاتصال وفوائده.

العوامل التي تساعد على تكوين عاطفة الحب وتحقيق الرضا بين الزوجين حسب الدراسات النفسية:

- التقارب المكاني وتكرر المشاهدة مما يزيد من مشاعر الألفة والارتياح.
- التشابه في المعتقدات والقيم والاتجاهات وخصوصا في الجانب الديني. فالتشابه والاتفاق يعد أرضية مناسبة لمزاولة أنشطة مشتركة كما أن الاتفاق في الآراء يعزز من ثقتنا بأنفسنا ويدعم تقديرنا لذاتنا عندما نشعر أن شريك الحياة ينظر للحياة والأمور بنفس المنظور، والطيور على أشكالها تقع.
- الجاذبية الشكلية لها دور في الميل للآخر فالناس عادة يميلون إلى الأشخاص الجذابين أكثر من غير الجذابين، كما أن افتقار الفرد إلى عنصر الجمال قد يقلل من تقدير الفرد لذاته وقد يعرضه للضيق النفسي وقد أكدت الدراسات أن الأفراد عادة يفضلون اختيار أزواج مكافئين لهم في مستوى الجاذبية الشكلية.
- تكامل الحاجات بين الأزواج عامل مساعد لتكوين العاطفة كما أشارت بعض الدراسات إلى أن بعض العلاقات الزوجية تنجح بسبب تكامل الحاجات. فعلى سبيل المثال قد ترتاح المرأة الاعتمادية لزوج مسيطر وقد ينجذب الزوج العصبي لزوجة هادئة. ولعل هذا ما يفسر انجذاب الأضداد.
- الاستمتاع بالعلاقة الزوجية الحميمة.
- سمات الشخصية المرغوبة هي عوامل مهمة لتوطيد العلاقة الزوجية السعيدة. (مكلفين وغروس 2002) فنحن بشكل عام ننجذب نحو الأشخاص بما نرغب فيهم من سمات كحسن التدبير للأمور المادية ومهارات رعاية المنزل والقدرة على مواجهة صعوبات الحياة.
- الاعتماد المتبادل ويعني تقسيم الأدوار بين الطرفين للقيام بمسؤوليات اجتماعية وتربوية ومهام مادية تحقق مصلحة لهما.
- البوح الذاتي بين الأزواج عامل مساعد لتكوين العاطفة ويقصد به اللجوء للطرف الآخر في همه وحزنه، وعند حل مشكلاته، أو على الأقل التنفيس عن الشريك بالاستماع له، أو بما يسمى ويعرف (بالفضفضة) السيف:العشرة الزوجية والطلاق(دراسة ميدانية).

الجانب الاجتماعي





تمهيد

التقي النهران في منطقة محددة خلال جريانهما وحدث بينهما تواصل وتفاعل وانخفاض وارتفاع في مستواهما وشد ثم انقسما إلى مجريين يحويان دلتا خصبة وغنية تحمل مميزات من كل واحد منهما.

فائدة للمدربة:

هذه القصة: مرتبطة بالزوجين لكل منهما شخصية ونمط وتركيبة يلتقيان بالزواج لتكوين أسرة، فقد يحدث بينهما مشاكل واختلاف وتضاد ولكن عندما يتحاوران ويتناقشان ويغتنمان سبل الحوار الهادي ويمارسان مبادئه يخرج لهما في أولادهما أرض خصبة غنية كما في الدلتا تحمل نمطهما بتناسق وتناغم.

مفهوم الحوار الزوجي:

يعرف الحوار بأنه حديث بين طرفين او أطراف عدة لعرض وجهات النظر بينهم حول مسألة متنازع عليها بقصد التوصل إلى حل مناسب، أو حلول مناسبة، يتم فيها تداول الكلام بينهما بطريقة متكافئة، فلا يستأثر به أحدهما دون الآخر، ويغلب عليه الهدوء، والبعد عن الخصومة، والتعصب، ويمكن تعميم وتوسيع دائرة التعريف بحيث يشمل أدب الحديث بشكل عام.

أهمية الحوار الزوجي:

تبادل الحوار بين الزوجين من أهم أسس العلاقات الزوجية السليمة، فالحوار الهادئ هو المقياس الأهم في تحديد مستوى العلاقة الزوجية، فهو يساعد في زرع الإحساس بالدفء والترابط والحنان، كما يقرب القلوب ويشعرهما بالطمأنينة، فالكلمات البسيطة تشعر الطرف الآخر بالاطمئنان وتمنع تسرب الملل للحياة الزوجية، على أن يكون حوارا يحفظ لكل طرف كرامته وحقوقه في التعبير عن رأيه ومشاعره، وعلى أن يقدر كل طرف مرجعية الطرف الآخر في الحوار، وبالعكس من ذلك الحوار الصامت الذي يؤثر سلبا على العلاقة الزوجية، ويعمل على تراكم المشاعر النفسية السلبية التي قد تنفجر في أي لحظة وتؤدي إلى حدوث مشكلات أكبر.

المادة العلمية

جماعي | محاضرة

(٥) دقائق

عزيزتي المشاركة:

- من خلال الصور التي أمامك استنتجي أكبر عدد ممكن من معوقات الحوار الزوجي .

جماعي | الصور

نشاط (٤/٢)

الهدف/

أن تتنبأ المشاركات بمعوقات الحوار الزوجي

(١٠) دقائق

معوقات الحوار الزوجي :

هناك مجموعة من العوامل التي تعد من معوقات الحوار الزوجي تتمثل فيما يلي:

العوامل الشخصية :

- انعدام الثقة بقدرة الحوار على إحداث النتيجة المطلوبة.
- الجهل بأساليب الحوار الفعالة.
- عدم أخذ الحوار على محمل الجد باعتباره ترفا زائدا فيمكن الاستغناء عنه.
- سيطرة ودكتاتورية أحد الزوجين تجعله يرفض الحوار، اعتقادا منه أنه أكثر خبرة وهو صاحب القرار.

العوامل الاجتماعية :

- انشغال كل من الزوجين عن الآخر، حيث ينشغل الزوج بأحواله و ظروف عمله و مشاكله و تنشغل الزوجة عن الاهتمام بزوجها و رعاية أبنائها.
- التعب والإرهاق الذي ينتاب الزوج والزوجة خلال عمله اليومي مما يؤثر على أدائه داخل الأسرة.
- عدم وجود الحب بين الزوجين فالحب يوجد الحوار فقد يكون زواجهما لمصلحة أو هدف معين وقد يكون إجبارا من الوالدين، وبالتالي تفتقد حياتهما الحوار.
- كثرة المشكلات الاجتماعية بين الزوجين سواء بسبب الأبناء أو بسبب تدخل الأقارب و الجيران في حياتهما.
- التفاوت في العمر وفي الطبقة الاجتماعية قد يؤثر تأثيرا سلبيا في عملية الحوار بين الزوجين.
- انشغال الزوجين بمشاهدة الفضائيات وعدم تحديد وقت للحوار بين الزوجين والأبناء.
- وجود العمالة المنزلية (كالخدم والسائقين).

العوامل الاقتصادية :

- كثرة المشاكل والخلافات بين الزوجين بسبب الإنفاق والمصروفات المالية في الأسرة.
- عدم إدراك كل الزوجين لاحتياجات الآخر وكيفية إشباعها والاهتمام بها.
- كثرة الاحتياجات المالية المتعددة للأسرة وقلة الإمكانيات والتي تؤدي إلى عدم الرغبة في الحوار بسبب هذه الضغوط.
- احتفاظ كل من الزوجين بأسرار تتعلق بعملية الإنفاق والالتزامات للأقارب تجعل هناك فجوة في عملية الحوار بين الزوجين.

المادة العلمية (٤/٢)

جماعي | محاضرة

(٥) دقائق



نشاط (٥/٢)

الهدف/ أن تستنتج المشاركات السلوكيات السلبية في الحوار وأن تصحح المشاركات مسار الحوار بشكل ايجابي

السيناريو:

في حديقة الحيوان:

- في حديقة الحيوان.. نظر الزوج إلى طائر صغير، وأخذ يتأمله مع زوجته، ثم قال: ما أجمل هذا العصفور.
- فأجابت الزوجة: عفوًا إنها عصفورة.
- فقال الزوج: عصفور.
- فقالت الزوجة: عصفورة.
- وتشبث كل منهما برأيه، واحتدم الجدال، وتحول إلى مناقشة، فمشاجرة لم تهدأ نارها إلا بعد وقت طويل.. وبعد مضي سنة تذكر الزوج هذه الحادثة، فقال لزوجته ضاحكًا: أتذكرين تلك المشاجرة البلهاء بخصوص العصفور؟
- فقالت: نعم أذكر، كادت أن تحدث بيننا أزمة كبيرة بسبب عصفورة.فقال الزوج: عصفورة ولكنها لم تكن عصفورة بل عصفور.
- قالت: كلا بل عصفورة
- واحتدم القتال من جديد.
- هذه قصة رمزية، فكم هناك من عصفور وعصفورة وراء المشاجرات بين الأزواج؟

عزيزتي المشاركة :

بالتعاون مع أفراد مجموعتك استنتجي السلوكيات السلبية في الحوار ثم أعيدي صياغة السيناريو بشكل إيجابي من خلال مشهد تمثيلي .



من الاستراتيجيات الذكية في الحوار الزوجي.

- التعبير عن شعورك بـ(أنا) وليس بـ(أنت)، في أثناء تعبيرك عن رأيك فإن احتمال استفزاز الطرف الآخر سيصبح أقل لو كنت تحدثت عن نفسك أنت بدلاً عن الحديث عنه هو.
- أعد صياغة (أنا) و (أنت) لتصبح (نحن)، فكلمة (نحن) تخلق وضعاً جديداً من التكاتف بين الطرفين بتوجيه اهتمامهما معاً للمصالح والأهداف المشتركة.
- اجعلا الطرف الآخر يظن أن الفكرة فكرته، وبهذه الطريق يكون تأييد الطرف الآخر للفكرة وأهدافها مضموناً بنسبة كبيرة من خلال حماسه لها وشعوره بأن الفكرة نابعة من داخله.
- المرونة و الحكمة، ويقصد بهذه العبارة أن يتعامل الإنسان مع الآخرين بشيء من المرونة و الحكمة بحيث يشد تارة ويرخي تارة أخرى، أما إذا أصر كل طرف على رأيه دون تقديم إي تنازلات فإن هذا يؤدي إلى عدم نجاح الحوار.
- إقفال المناقشة وهو أصعب جزء في الحوار و أكثره احتياجاً للمهارة، ويستطيع المحاور أن يجد له عذراً لإنهاء المناقشة، إما لوجود موعد مسبق ومهم لديه أو أن لديه أعمالاً مهمة تتطلب ذهابه فوراً .
- القدوة: كن قدوة حسنة فيما تدعو إليه من أفكار وآراء حتى تكون ذا تأثير على الآخر.
- النهاية المؤثرة: لخص عناصر موضوعك، والدعوة إلى عمل شيء ما مع إحياء المشاعر القلبية، وتقديم الشكر لإنصات الآخر.
- اختيار الوقت المناسب للحوار،فإن وجده ملائماً استعان بالله وإلا تريث وسكت.
- تعويد النفس على الابتسامة.

التعامل مع أهل الزوج والزوجة

المادة العلمية

جماعي | محاضرة

(١٥) دقيقة

إن من عوامل استمرار التوافق الزواجي أن يكون الطرفان بانسجام مع القرابة وخاصةً أهل الزوج والزوجة، والعلاقة مع أهل الشريك تحتاج فن ومهارة في التعامل، ومن أهم المهارات المفيدة التي تزيد من العشرة الحسنة بين الزوجين مايأتي:

- لا تحاول أن تقطع علاقة الشريك بأهله، واجعل عندك حسن ظن بأهل الشريك بأنهم يمكن أن يكونوا عوناً لك في مواقف وظروف تحتاج مساندة.
- البعد عن انتقاد أهل الشريك وعدم الانتقاص من وضع أفرادهم الاجتماعي أو الاقتصادي أو العلمي.
- الحرص على عدم إشراك أهل الطرف الآخر بشؤون الأسرة مهما كانت صغيرة أو كبيرة.
- ينبغي أن تُظهر للطرف الآخر محاسن أهله، ولا تندفع بالإساءة إليهم إذا حدث بين الشريك وأهله خلاف مؤقت.
- مشاركة أهل الطرف الآخر بمواقف الحياة المختلفة (حزن، فرح).
- التغاضي عن الأمور الصغيرة المقلقة منهم، ولا تتمسك برأيك بتوافه الأمور معهم.
- تحمل بعض الأخطاء والتماس الأعذار.
- ينبغي أن تكون العلاقة مع أهل الطرف الآخر باعتدال واتزان من البداية، فلا تكون باندفاع مبنية على العواطف والمجاملات الضارة بالحقوق، ولا تكون فاترة ضارة بالواجبات.



عزيزتي المشاركة:

- بالتعاون مع أفراد مجموعتك عرفي مفهوم المشكلات الزوجية وفوائدها وأسبابها ؟

مفهوم المشكلات الزوجية :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

فوائد المشكلات الزوجية :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

نشاط (٦/٢)

الهدف/

أن تعرّف المشاركة مفهوم المشكلات الزوجية

جماعي | مناقشة

(٥) دقائق

أسباب المشكلات الزوجية : قد تحدث المشكلات بين الزوجين نتيجة:

- أسباب داخلية:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- أسباب خارجية:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

مفهوم المشكلات الزوجية:

هي تضارب وجهات نظر الزوجين حيال بعض الأمور التي تخص أياً منهما،أو تخصهما كليهما بحيث تستثير انفعال الغضب، أو السلوك الانتقامي أو التفكير فيه.

فوائد المشكلات الزوجية:

- تعرف الزوجين على بعضهما البعض أكثر.
- استشعار معنى السعادة بعد عودة المياه لمجاريها.
- فهم طريقة تفكير كل طرف للآخر.
- زيادة المحبة بينهما بصبر وحلم كل منهما على الآخر.
- تحرير الحياة الزوجية من الرتابة والبرود بشرط أن تنحصر بين الزوجين.

المادة العلمية (٦/٢)

جماعي | محاضرة

(١٠) دقائق

أسباب المشكلات الزوجية:

قد تحدث المشكلات بين الزوجين نتيجة :

أسباب داخلية :

تنشأ من الحالة النفسية للزوجين والتي يكون عليها الشخص أثناء النقاش وبعده، حيث تتسم هذه الحالة غالبًا بالانفعال والعصبية والتوتر الداخلي مما يترتب عليها عدم فهم أحد الزوجين المقصد من الحوار وعدم الاستعداد لأن يستمع للطرف الآخر، لأن لغة الرجال تختلف كليًا عن لغة النساء.

أسباب خارجية :

تنشأ نتيجة عدة عوامل خارجية تنعكس بشكل أو بآخر في طريقة تعامل الزوجين لبعضهما البعض منها تدخل أهل الزوجين أو الأقارب في حياتهما الزوجية، الفارق العمري بين الزوجين، الحالة الاقتصاديةكالديون والبخل، التغيير الذي يطرأ على دور المرأة الاجتماعي ونزولها للميدان إلى جانب الرجل والشعور بالاستقلالية، وجود أطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة أو المسنين، الأمراض الوراثية وغيرها من العوامل الأخرى والتي تختلف باختلاف المجتمعات.

أشكال المشكلات الزوجية:

إن للمشكلات الزوجية أشكالاً متعددة فمنها:

- المشكلات الظاهرة: وهي التي يحس بها الآخرون ويتلمسون تبعاتها، وخاصة الأهل والأقارب، وقد ترى آثارها واضحة مثل آثار العنف الأسري.
- المشكلات الخفية:وهي تنشأ في داخل أحد الزوجين دون أن يحس بها الطرف الآخر،وهذه من أخطر الأنواع على نفسية الأزواج، لأنها قد تنفجر في أي لحظة ممكنة، وهي ما تسمى بالكبت الداخلي
- المشكلات العابرة: وهي تنشأ حسب الظروف التي تعترض الأسرة وتنتهي بانتهائها.
- المشكلات الدائمة: وهي التي تبدأ مع بداية الزواج، وتستمر لفترة طويلة تكاد أن تكون شبه دائمة لاتنتهي، بل العلاقة متوترة طوال الوقت بحيث تصبح هي الغالبة على حياة الزوجين.



مهارة حل المشكلات:

لتنوع المشكلات الزوجية وأسبابها كان هناك ضرورة لمعرفة الطرق والخطوات التي تساعد الزوجين على حلها بطرق سليمة تحافظ على الاحترام والود بينهما، وهي على خمس مراحل:

- الشعور بالمشكلة، من خلال تكرارها أو تجددها من حين لآخر.
- الاستماع بشيء من الانفتاح والاهتمام والتفهم، والبوح عما يريده كل منهما من الآخر ويشعر به.
- تحديد المشكلة وأسبابها، و ذلك بالبحث عن الأسباب التي أدت لحدوث المشكلة سواء كانت داخلية أم خارجية.
- وضع جميع الحلول الممكنة، بمعنى تقديم مقترحات أو حلول متعددة من الطرفين عبر حوار بناء وهادف.
- اختيار أفضل الحلول، أي اختيار الحل الأسهل والأكثر قابلية للتطبيق.

المادة العلمية (٧/٢)

جماعي | محاضرة

(١٥) دقيقة

تطبيق مهارة الاستماع والتأكد من الفهم على المشكلة التالية

ليلى وعمر يسود الخلاف بينهما بسبب قضاء عمر ساعات طويلة في العمل

المرحلة	كيفية التصرف	تحذير
1- الشعور بالمشكلة: ليلى غاضبة بسبب كمية الوقت الذي يقضيه "عمر" في العمل	الاتفاق على تحديد وقت مناسب للحديث عن هذا التوتر أو المشكلة .	ركزا الانتباه على أمر تحت سيطرتكما ويمكنكما تغييره. مثلاً : كيف تشعر بالنسبة للوقت الذي يقضيه في العمل وليس العمل بحدّ ذاته
2- الاستماع والفهم: كلاهما يتناوب بالاستماع وإعادة ما سمعه من الآخر(هل هناك شئ آخر تريد ذكره ؟) (والآن أرجو أن تستمع إليّ).	تأكد من صحة فهمك بعد كل عدة جمل وبعد الانتهاء من الكلام يأتي دورك . استمرا بهذا حتى يقول كلاكما ما لديه ، ويشعر بأنه قد فهم. أي (تطبيق مهارة التواصل الفعال)	حاولا مقاومة الرغبة في طرح الأسئلة أو المجادلة أو التعليق. استمرا بالاستماع وبالتأكد من فهم الحاجات والهموم الحقيقية للطرف الآخر
3- تحديد المشكلة وأسبابها: (الذي أريده هو ...) ليلى : أريد قضاء وقت أطول معك . عمر : إن عملي يتطلب الكثير من الوقت، وهذا مهم بالنسبة لي ، وأريدك أن تقدري هذا.	حددا أثناء الحديث حقيقة ما تريدانه ، وليحاول كل منكما تلخيص ما يريده الآخر .	لا تقلقا أنه يبدو في هذه المرحلة الاختلاف الكبير بين رغباتكما ، وتابعا في الاستماع والتأكد من فهم الآخر .
4- وضع جميع الحلول : • الخروج للنزهة نهاية الأسبوع. • وقت للاستمتاع كل يوم أو عدة أيام في الأسبوع. • أمسية خارج البيت كل أسبوع. • إنهاء العمل ميكراً مرة في الأسبوع .	تفعيل العقل وعرض الحلول فكرا معا في (3-7) احتمالات للحل . لا بأس أن تكون الاقتراحات غير واقعية ، ولا حاجة أن تكون عملياً في هذه المرحلة .	لا تقوما هنا بأي نقاش أو إصدار حكم أو الموافقة على أي اقتراح . إن كتابة كل اقتراح يُشعر صاحبه بالاحترام والتقدير .
اختيار أفضل الحلول: بعد النظر في جميع الحلول اتفاقًا على الحل الذي يلبي حاجات الطرفين	اتفقا على خطة واحدة محددة للتطبيق . هل كلانا موافق على هذا؟ متى ستعودان لمراجعة سير هذه الخطة ؟	قد تنسيان الخطة المتفق عليها إن لم تكتب . ويفيد استعمال دفتر خاص لكتابة الخطة . اكتبا أيضاً يوم و وقت العودة لمراجعة سير الخطة.

نشاط (٧/٢)

الهدف/

أن تعرّف المشاركة مفهوم المشكلات الزوجية

جماعي | مناقشة

(٥) دقائق

عزيزتي المشاركة:

بالتعاون مع أفراد مجموعتك اختاري مشكلة زوجية وحاولي حلها بتطبيق مهارة حل المشكلات .ثم قومي بتمثيلها أمام باقي المجموعات .

- اختياري مشكلة زوجية ومحاولة حلها وفق مهارة حل المشكلات.
- ناقشي مع زميلاتك ما توصلتن إليه من حل.
- قومي أنتي وزميلاتك بتمثيل دور الزوجين.

التطبيق العملي لحل المشكلات

المرحلة	كيفية التصرف	تحذير

الجانب الصحي



العلاقة الحميمة بين الزوجين أضفى عليها القرآن معانٍ خاصة ونبيلة تعني في معظم الأحيان الخصوصية والسكينة والارتباط الوثيق بل والحياة نفسها يقول الله عز وجل ﴿نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُواْ حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ وَقَدِّمُواْ لأَنفُسِكُمْ﴾البقرة٢٢٣وهو أمر صريح من الله عز وجل نزل من فوق سبع سماوات لخلقه في الأرض ليقدم كل زوج نفسه قبل مباشرة زوجته،وهي آية توضح كيف لم يغفل القران الكريم كبيرة ولا صغيرة تتصل بحياة الانسان إلا عالجها بما يؤدي الى سعادة الفرد والمجتمع على الارض وفضلا عن ذلك فإن الجانب الآخر من الإعجاز في الآية هو أن الله سبحانه وتعالى أضفى وصف الحرث على العلاقة الحميمة بين الزوج وزوجته وهو وصف يقترب بصورة واضحة من الفلاح الذي يحرث أرضه لينبت فيها الحياة فالفلاح يفلح الأرض يحرثها أولا أي يخلص أرضه من كل شئ ضار عالق بها وينشطها قبل ان يضع فيها بذرته ثم يتعهدها بالرعاية حتى تنبت البذرة التي وضعها فيها وتزدهر وكذلك الزوج فهو مكلف في هذه الآية الكريمة بتهيئة جسد زوجته لتحقيق ما تحتاجه من لذة ومتعة حتى تتخلص من كل ما يكون قد علق بها من هموم.

كما شبه القرآن الكريم العلاقة الزوجية لشدة تقاربها واتحادها بالثوب والجسد قال تعالى:﴿هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَأَنتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ﴾البقرة١٨٧

فيجمع بذلك بين أكثر من صورة للعلاقة الحميمة بين الزوجين فاللباس يحتوي الجسد ويتلاصق به ويتداخل فيه كذلك الزوجان عند اللقاء يحتوي بعضهما البعض ويتداخلان ويصبحا كجسد واحد. اللباس يدفع تقلبات الجو ويدفئ الجسد كذلك الزوجان يدفئ بعضهما البعض بالأحضان والأنفاس ويدفعا عنهما هموم الحياة وتقلباتها. اللباس يستر عورة الجسد كذلك الزوجة ستر للزوج وهو ستر لها وأن بينهما من القرب كما بين الثياب ولابسيها ومن التحصين للفروج ماهو ظاهر من الآية. اللباس يشعر بالأمان والحماية لأن الشخص المجرد من اللباس يشعر بالخوف والحرج كذلك الزوجان يؤمِّنا لبعضهما الحلال والسكن والراحة النفسية ويحميا بعضهما من الوقوع في الحرام اللباس يزين ويجمل صاحبه والزوجان بهذا الاتصال الصحيح والصحي يجعلا حياتهما جميلة فهذه المعاشرة كالبستان الذي يزرعان فيه شجرة الحب ويقومان برعايتها لتكبر وتطرح ثمارها لباقي أفراد الأسرة.

كما عبر القرآن الكريم عن العلاقة الزوجية في سياق آخر بقوله تعالى:﴿وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَى بَعْضُكُمْ إِلَى بَعْضٍ وَأَخَذْنَ مِنكُم مِّيثَاقاً غَلِيظاً﴾النساء٢١ فالعلاقة الزوجية وفقا للتعبير القرآني إفضاء من الزوج لزوجته ومن الزوجة لزوجها وميثاق غليظ فيما بينهما ومعنى أفضى أي خلص الزوج إلى عورة زوجته والزوجة كذلك،وهو يشمل إفضاء الجسد والروح في نفس الوقت، بمعنى إفضاء النفس للنفس والمشاعر والحب بين الزوجين،فالاتصال بينهما ليس مجرد لإسكات الشهوة الحلال التي خلقها الله داخل الإنسان بل هو تعبير عن اتحاد وارتباط شديد بين اثنين ﴿وَأَخَذْنَ مِنكُم مِّيثَاقاً غَلِيظا﴾

المادة العلمية
جماعي
محاضرة
(٢٠) دقيقة



مراحل العلاقة الحميمة بين الزوجين:

العلاقة الحميمة بين الزوجين عملية واحدة متداخلة ولا يتم تقسيمها على الفراش إلى مراحل متتالية ولكننا نتطرق إلى شرح هذه المراحل لمزيد من الإيضاح.

مرحلة ما قبل الجماع:

التهيئة ولها نوعين:

التهيئة المظهرية: وتعنى في الاهتمام بكل ما يساعد على الإثارة بين الزوجين من خلال لغة الجسد وإيحاءاته والتناغم مع تلك اللغة و كذلك التفاعل بالحواس الخمس كحاسة الشم:باستخدام الروائح العطرة، وحاسة البصر: بالإضاءات الخافتة والنظرة الدالة على الرضا وكل ما يجلب المتعة والجذب و يهيئ إلى جماع ينضوي ضمن مفهوم علاقة حميمة صحية مستمرة. وحاسة اللمس:بأن يتلمس كل منهما مواضع الإثارة لدى الآخر ،ومن خلال القبلة المعبرة عن الشوق. وحاسة السمع:بث المشاعر بالحديث الناعم الذي يحمل في طياته كثيراً من الإعجاب والحب، مما يساعد على تهيئة النفوس، وتأجج الشهوة، لتتم العلاقة الحميمة بصورة صحية، وبيسر ورضا ورغبة من الزوجين، وليصل كل منهما للإشباع العاطفي والجسدي.

التهيئة النفسية: من عدم وجود منغصات نفسية أو اجتماعية، أو إرهاق بدني أو أي عارض يحول دون التركيز الكامل في الممارسة الجنسية، مما يعني أن هذه العلاقة بين الزوجين لا ترتبط بأوقات معينة من ليل ونهار أو تحديد أيام بعينها، إنما الذي يتحكم في ذلك كله الرغبة بين الزوجين.

المداعبة والملاعبة: تشمل المداعبة أشكالاً كثيرة، وفنوناً واسعة، كأن يتلمس كل منهما مواضع الإثارة لدى الآخر، أو من خلال القبلة المعبرة عن الشوق، وما يقاس عليها قبل الجماع وبعده، فالقبلة خير رسول ووسيط ولها أثر فعال في التهيئة والإثارة عند الزوجين. وكذلك من خلال بث المشاعر بالحديث الناعم الذي يحمل في طياته كثيرا من الإعجاب والحب مما يساعد على تهيئة النفوس وتأجج الشهوة، لتتم العلاقة الحميمة بصورة صحيحة، وبيسر ورضا ورغبة بين الزوجين، وليصل كل منهما للإشباع العاطفي والجسدي.

مرحلة أثناء الجماع:

تجديد النية من النكاح، فهو ليس قضاء شهوة فقط،بل لابد من الارتقاء به لإعفاف النفس، وسبيل للذرية الصالحة. قال رسول الله: (وفي بضع أحدكم صدقة) رواه مسلم.

دعاء المعاشرة عن ابن عباس أن النبي قال: (لو أن أحدكم إذا أراد أن يأتي أهله قال: بسم الله اللهم جنبنا الشيطان وجنب الشيطان ما رزقتنا، فإنه إن يقدر بينهما ولد لم يضره الشيطان أبداً).

التجديد في أوضاع الجماع، ولا يمنع ذلك إطلاق العنان لشهوات النفس ضمن ما شرعه الله سبحانه، فإن التعرف على رغبات وتخيلات الزوج أو الزوجة - ضمن ما شرعه الله - من العوامل المساعدة و المهمة في كمال التحصين و الاستمتاع بالعلاقة الحميمة، وتتم تلك المعرفة إما بطريق غير مباشر من خلال دقة الملاحظة لتصرفات الطرف الآخر ومعرفة ردود أفعاله خاصة اللاإرادية منها أو بطريق مباشر من خلال الحوار الايجابي فلا مانع أن يكون بين الزوجين مكاشفة ومصارحة في ذلك لأن بعض النساء يمنعها الحياء من إخبار زوجها بذلك فتبدأ مشاكل بينهما بسبب أمر كانا يستطيعان التغلب عليه، وكذلك من خلال الثقافة والمعرفة فالتربية الجنسية في حدود الآداب الشرعية الاجتماعية تؤدي الى أن يدرك الإنسان طبيعة الوظائف الجسدية لديه وكيفية تهذيبها.

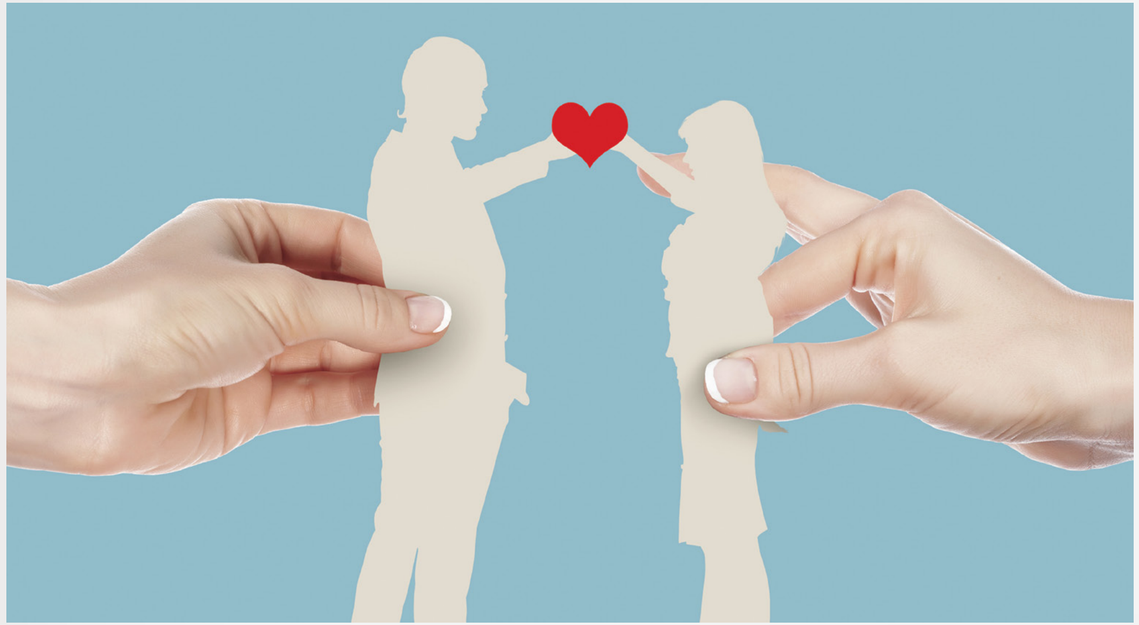
الوعي والادراك بأن الرجل يصل للمتعة واللذة قبل المرأة وبشكل أسرع في أغلب الأحيان، ولذلك فإن عليه ألا يستعجل القذف، وأن يتأنى حتى لو قذف مع المداعبة والملاطفة حتى يتأكد أن زوجته قضت وطرها.

فإذا هم الرجل بالقيام عن المرأة قبل أن تقضي وطرها فعليها أن تطلب منه أن يبقى، ويستمر، وألا تعتبر هذا عيباً فالنتائج المترتبة على عدم الشعور باللذة في العلاقة أكبر وأهم من أن نتعامل معها باستخفاف، أو نصمت عنها بدافع الحياء الذي يكون هنا مذموما لأنه في غير موضعه، بل ونلوم فاعله لأنه أخطأ في حق نفسه، وشريكه.

وكذلك الوعي بأن المرأة التي لا تصل للنشوة ليست بالضرورة امرأة باردة جنسياً، بل قد يكون جهلاً من الرجل بمواضع إثارة المرأة أو أنه يعاني من ضعف جنسي، أو قد يكون هناك عيب في جانب آخر من الجوانب اللازم استكمالها لتحقيق ممارسة موفقة كالنظافة الشخصية، وهكذا.

مرحلة ما بعد الجماع:

التواصل بعد المعاشرة بالعناق والتلامس والالتصاق القوي فإنه يمنح الزوجين الشعور بالأمان والطمأنينة والحنان والمودة، وهو من أفضل ما يقرب بينهما، بل حتى في حالات التعب والإرهاق فإن العناق أو النوم في أحضان بعضهما يزيل التعب ويزيد من الألفة والمحبة،كما عليهما التواصل بالقبلات والكلمات التي تنم على الإشباع وشكر الطرف الآخر وتمنحه الإحساس بأنه ليس أداة لقضاء الحاجة فقط ثم يعرض عنه بل إن لحظاتهم وحياتهم مفعمة بالحب والتواصل.



نشاط (٣ / ١)

الهدف/

أن تصنف المشاركة الفروق بين الرجل والمرأة في ممارسة العلاقة الحميمة

فردي | جدول تصنيف

(١٥) دقيقة

عزيزتي المشاركة:

تتأمل المشاركة الجدول الذي أمامها ثم تقوم بوضع الرمز (#) فيما يتعلق بآدم ، والرمز (●) فيما يتعلق بحواء .

الرمز	البيان
	القدرة على الفصل بين الجنس و المشاعر
	الإثارة الجنسية بالنظر أكثر
	اكتمال الاستثارة الجنسية يحتاج إلى 20 دقيقة أو أكثر
	المبادرة أكثر من الطرف الآخر
	ارتباط الإثارة الجنسية بالمشاعر
	عند الاستثارة لا بد من حصول النشوة الجنسية الكاملة
	سرعة الاستثارة الجنسية قد تصل إلى 4- 9 دقائق
	الرغبة الجنسية لها مد أو جرز (دورية)
	لا مانع من ممارسة الجنس بعد الضغوط والتوتر
	الحاجة إلى الاحتضان والتقبيل بعد اللقاء الجنسي

المادة العلمية (١/٣)

جماعي | محاضرة

(١٠) دقائق



توجد فروق ليست بالقليلة مابين الرجل والمرأة في ممارسة العلاقة الحميمة وبصورة عامة تظهر هذه الفروق بعد سنوات من الزواج، عندما تتراجع درجة الإثارة والحب عما كانت عليه سابقا.

الفروق في المبادرة:

- الرجل يستطيع فصل الجماع عن المشاعر، أما المرأة فالجماع مرتبط لديها بالمشاعر
- الرجل يثيره النظر، بينما المرأة تثيرها المشاعر والحنان.
- الرجل هو المبادر في الجماع ذلك لكونه يحمل نسبة أكبر من هورمون الرغبة الجنسية (التستوستيرون)، أما المرأة فلا تميل للمبادرة لأنها لا تُثار بسهولة، وأيضاً بسبب القيود التي يضعها المجتمع على تعبير المرأة عن رغبتها الجنسية.

الفروق في التفكير:

حيث يعتقد كل الرجال أن أي تماس يجب أن يؤدي إلى الجماع في نهاية الأمر بينما هناك نساء يرغبن فقط بالتّماسّ العاطفي، أحياناً يكون هذا

على مقدار كبير من الأهميّة بالنسبة لها، أن تشعر بأن الحديث يدور فقط حول هذا الأمر، التماس العاطفي، الحميم والقريب، وربّما تبلغ الجنس باطمئنان أكثر بعد هذا التماس.

الفروق الهرمونية:

فبينما يكون الهورمون الذكري، التستوستيرون، فعّالاً كل الوقت، يكون الهرمون الأنثوي فعّالاً بمقادير مختلفة خلال الشهر. أحيانًا يكون مرتفعًا وأحيانًا أخرى منخفضًا. هنا يبرز دور المرأة في إخبار زوجها عن وجود الرغبة الجنسية لديها أو عدمها. دائمًا ما يمكن إثارتها بواسطة التدليك المثير أو المداعبة المسبقة؛ الأمر الذي يتم بالمشاركة وغالبا ما ينتهي الرجل من الممارسة قبل المرأة وعليه أن يحترم كل منهما الآخر.

كذلك ليس بالضرورة أن تكون الممارسة الجنسية لهدف معين ولا يشترط بلوغ النشوة فيها في كل مرة فالعملية بحد ذاتها تحقق الكثير من التقارب بين الزوجين كما أنها ربما تكون رغم تمنع المرأة عنها بسبب تعبها إلا أنها تكون سببا في تخفيف الكثير من الأعراض الجسدية. كذلك فان الإنهاء لهذه الممارسة يختلف بين الرجل والمرأة ولابد لكل منهما أن يحترم ذلك.

كما أن المرأة تحتاج أن يساعدها الرجل ويعلّمها كيف تبادر في الجنس والرجال يحتاجون لقدر أكبر من الأمان والثقة في أنفسهم وفي زوجاتهم. و يحتاج الرجل أن تساعده زوجته وتعلّمه أن يبادر بالتعبير عن مشاعره، سواء كان لفظياً مثل (كلمات الحب) أوفعلياً مثل (القبلات، الأحضان، تبادل الهدايا).

إضافة إلي كل هذا فإن هناك الكثير من الأساسيات التي لابد للزوجين من الحرص علي وجودها بينهما مثل

إظهار المودة بشكل عفوي.كذلك محاولة إيجاد جو من الضحك والمرح بينهما حتى في وقت الأزمات وأن يحافظا علي علاقة لطيفة بينهما طيلة الوقت لا تكدرها ولا حتى الأزمات الصاخبة وفي حال توافر هذه الأمور سيبقي الرباط بينهما قويا ويبقي الوقت الذي يقضيانه معا هو من أمتع الأوقات وإن طالت بهما العشرة.



عزيزتي المشاركة:

بالتعاون مع أفراد مجموعتك ارسمي مخططاً تعبرين فيه عن المفاهيم الخاطئة في العلاقة الزوجية عند المرأة والرجل (بكلمة أو حكمة أوقول مأثور أو مثل شعبي أو رسم كاريكاتيري أوطرفة).

هناك بعض الأخطاء والمفاهيم السلبية عن العشرة الزوجية التي ينبغي عدم الاعتقاد بها ومنها:

نشاط (٢/٣)

الهدف/

أن تعرض المشاركات المفاهيم الخاطئة عن العشرة الزوجية عند الرجل والمرأة

جماعي — التباين

(١٥) دقيقة

المادة العلمية (٢/٣)

جماعي — محاضرة

(١٠) دقائق

هناك بعض الأخطاء والمفاهيم السلبية عن العشرة الزوجية التي ينبغي عدم الاعتقاد بها ومنها:

- أن فحولة الرجل وقوته الجنسية تقاس بكثرة الجماع وإرهاق المرأة، أو بالجفوة وإخفاء مشاعره.
- أن الزوجة يمكن أن تبتز الزوج في الجنس، بمقابل أن يقدم لها التسهيلات والمعونات، فتقدم له مزيدا من الرضا والسعادة في عملية الجماع.
- من الخطأ الشائع عند المرأة بأن حجم الحب الذي يقدمه الزوج لها يقاس بكثرة الجماع.
- الأفكار الخاطئة عن الأعشاب والعقاقير والمأكولات المقوية للجنس التي يمكن أن تحدث مضاعفات مرضية وصحية.
- أن من العيب تودد الزوج للزوجة.
- أن التصريح بحب الطرف الآخر يمنحه سيطرة وقوة.
- أن ما يعيب الرجل إلا جيبه فقط،بمعنى سوء أخلاقه أو خيانته لزوجته لا تنقص من رجولته ومكانته، إذا كان يقوم بمسؤولية الأنفاق على زوجته و أولاده.

عزيزتي المشاركة:

شاهدي الفلم ثم اكتبي طريقة الغسل من الجنابة:

نشاط (٣/٣)

الهدف/

أن تتعرف المشاركات على صفة الغسل

جماعي فلم

(٥) دقائق

المادة العلمية (٣/٣)

جماعي محاضرة

(٢٠) دقيقة

أولا: الواجب على الزوجين فيما يتعلق بالعلاقة الحميمة بينهما

يجب الطهارة من الحدث الأكبر: جنابة كان أو حيضا أو نفاسا، وهذه الطهارة تسمى بالغُسلُ (بضم العين).

وهو: استعمال الماء في جميع البدن على صفة مخصوصة يأتي بيانها.

والدليل على وجوبه: قول الله تعالى: ﴿وَإِن كُنتُمْ جُنُباً فَاطَّهَّرُواْ﴾ (سورة المائدة، آية:٦).

ويجب الغسل في الأحوال الآتية:

- المعاشرة الزوجية الكاملة مع الإنزال.

التقاء الختانين، ولو لم يحصل إنزال،للحديث الذي رواه مسلم وغيره عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: (**إذا جَلَسَ بين شُعَبِهَا الأربع ، ثم مسَّ الختانُ الختانَ فقد وجبَ الغُسْلُ**)، و مسَّ الختانُ الختانَ هو إيلاجُ حشفة الذَّكَرِ في الفرجِ وليس مجرد الملاصقة.

خروج المنيِّ من مخرجِه من الذَّكَرِ والأنثى، ولو لم يلتق الختانان لقوله: (**إنما الماء من الماء**) (أخرجه مسلم)، أي الاغتسال من الإنزال فالماء الأول الماء المعروف والثاني المني.

الحيض والنفاس: ويجب على المرأة أن تغتسل بعد طهرها من الحيض أو النفاس، لقوله صلى الله عليه وسلم (**فإذا أقبلت حيضتك فدعي الصلاة وإذا أدبرت، فاغسلي عنك الدم ثم صلي**) (أخرجه البخاري ومسلم)، ولقوله تعالى: ﴿فَإِذَا تَطَهَّرْنَ﴾ (سورة البقرة، آية:٢٢٢)، يعني: يتطهرن بالاغتسال بعد انتهاء الحيض.

صفة غسل الجنابة:

لغسل الجنابة صفتان:

الصفة الأولى: صفة إجزاء أي الذي تبرأ بها الذمة وهو ما اشتمل على ما يجب فقط، وصفته: أن ينوي رفع الحدث الأكبر ثم يفيض الماء على جميع البدن مع المضمضة والاستنشاق.

الصفة الثانية: صفة كمال وهو ما اشتمل على الواجب والمسنون.

كما جاء في حديث عائشة رضي الله عنها قالت: (**كان رسول الله إذا اغتسل من الجنابة غسل يديه وتوضأ وضوءه للصلاة، ثم اغتسل، ثم يخلل بيده شعره حتى إذا ظن أنه قد أروى بشرته أفاض عليها الماء ثلاث مرات ثم غسل سائر جسده**) (أخرجه البخاري)، قوله ثم اغتسل: أي ثم أراد أن يغتسل.

ثانيا: ما يحرم فعله في العلاقة الحميمة بين الزوجين

يحرم على الزوج وطء زوجته حال حيضها، ولو باستعمال الحائل أو العازل، ويحرم على المرأة أن تمكنه من ذلك، قال تعالى: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُواْ النِّسَاء فِي الْمَحِيضِ وَلاَ تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىَ يَطْهُرْنَ﴾ (سورة البقرة، آية:٢٢٢).

يحرم وطء الحائض إلا بعد الطهر والاغتسال لقوله تعالى: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُواْ النِّسَاء فِي الْمَحِيضِ وَلاَ تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىَ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللّهُ إِنَّ اللّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ (سورة البقرة، آية:٢٢٢).

يحرم على الزوج إتيان زوجته في دُبُرها، عن أبي هريرة قال: قال رسول الله: (**ملعون من أتى امرأة في دبرها**) (أخرجه أبو داود والنسائي).

يحرم على الزوج إتيان زوجته حال الصيام قال تعالى: ﴿أُحِلَّ لَكُمْ لَيْلَةَ الصِّيَامِ الرَّفَثُ إِلَى نِسَآئِكُمْ هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَأَنتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ﴾ (سورة البقرة، آية:١٨٧).

يحرم على الزوجين الاستمتاع ببعضهما حال الإحرام، قال الله تعالى: ﴿الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَّعْلُومَاتٌ فَمَن فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلاَ رَفَثَ﴾ (سورة البقرة، آية:١٩٧). والرفث هو الجماع ومقدماته.



يحرم على الجنب قبل أن يتطهر ويغتسل أو أن يتيمم إن لم يجد الماء ما يلي: الصلاة و دخول المسجد و الطواف بالبيت و مس المصحف وقراءة القرآن، عن علي أنه قال: (**كان النبي كان يقرئنا القرآن على كل حال ما لم يكن جنباً**) (أخرجه الترمذي).

ثالثا: ما يباح فعله في العلاقة الحميمة بين الزوجين

يجوز للزوج أن يأتي زوجته في قُبُلها من أي جهة شاء، من خلفها أو من أمامها، قال تعالى: ﴿نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُواْ حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُواْ لأَنفُسِكُمْ وَاتَّقُواْ اللّهَ وَاعْلَمُواْ أَنَّكُم مُّلاَقُوهُ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ﴾(سورة البقرة، آية:٢٢٣)، مقبلات ومدبرات ومستلقيات يعني بذلك موضع الولد. والمراد بموضع الولد قُبلها.

يجوز للزوج أن يستمتع بزوجته وهي حائض بما دون الفرج ، قال رسول

الله: (**اصنعوا كل شيء إلا النكاح**) (أخرجه مسلم) أي: الجماع.

يجوز للزوج أنْ يرى عورة زوجته وهي كذلك، لحديث بَهْزِ بْنِ حَكِيمٍ عَنْ أَبِيهِ عَنْ جَدِّهِ قَالَ: قُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ عَوْرَاتُنَا مَا نَأْتِي مِنْهَا وَمَا نَذَرُ قَالَ: (**احْفَظْ عَوْرَتَكَ إِلا مِنْ زَوْجَتِكَ أَوْ مَا مَلَكَتْ يَمِينُكَ**) (أخرجه الترمذي).

يجوز للزوجين أن يغتسلا معاً في مكان واحد لما رواه البخاري ومسلم عن عائشة رضي الله عنها قالت: (**كنت أغتسل أنا ورسول الله من إناء بيني وبينه واحد تختلف أيدينا فيه فيبادرني حتى أقول: دع لي دع لي**) (أخرجه البخاري ومسلم).

يجوز للجنب الأكل والشرب والنوم والكلام وذكر الله تعالى.

رابعا: ما يستحب فعله في العلاقة الحميمة بين الزوجين

يستحب للزوجين الوضوء بين الجماعين، والغسل أفضل، عن أبي سعيد الخدري قال: قال رسول الله: (**إذا أتى أحدكم أهله ثم أراد أن يعود فليتوضأ بينهما وضوءاً**)، **وفي رواية (وضوءه للصلاة)** (أخرجه مسلم)، زاد أبو نعيم (**فإنه أنشط للعود**).

يستحب للجنب إذا أراد أن يرقد وهو جنب أن يتوضأ وضوءه للصلاة، عن ابن عمر أن عمر قال يا رسول الله أيَنام أحدنا وهو جنب؟ قال (**نعم إذا توضأ**) (أخرجه البخاري ومسلم).

وهذا الوضوء مستحب وليس واجباً لما رواه ابن حبان من حديث عمر أنه سأل الرسول أينام أحدنا وهو جنب ؟ فقال: (**نعم ويتوضأ إن شاء**) (أخرجه ابن خزيمة وابن حبان).

المادة العلمية

جماعي | محاضرة

(١٠) دقيقة

قال تعالى: ﴿هو الذى خلقكم من نفس واحدة وجعل منها زوجها ليسكن إليها﴾.

لقد شرع الله عز وجل «الزواج» لحكمة بالغة أراد بها تكريم الإنسان وتفضيله على سائر مخلوقاته. ومما لا شك فيه أن «إباحة الجنس» إباحة مطلقة دون تنظيم تحط من كرامة الإنسان وتساوي بينه وبين البهائم وحيوانات الغابة وتؤدي إلى تقوض المجتمع الإنساني من أساسه

كما أن للزواج العديد من الفوائد الطبية التي تنعكس على الصحة العقلية والجسدية للزوجين وهذا مثبت بالدراسات العلمية فالصحة العامة للأزواج أفضل كثيرا من غير المتزوجين، كما أن فرص إصابتهم بالأمراض تقل بعد الزواج، ونسبة الانتحار بين المتزوجين أقل منها بين غير المتزوجين. كما أن متوسط إقامة المتزوجين في المستشفيات يقل كثيرا بينما يرتفع معدل شفائهم.

وفيما يتعلق بالصحة النفسية وجد أن الزواج السعيد يقوي جهاز المناعة المرتبط بالحالة النفسية والعصبية للزوجين.

كما أكدت دراسات من جامعة برمنغهام يونغ أن الزواج السعيد يخفض ضغط الدم لدى الرجال والنساء في حين أن الزواج التعيس يرفع ضغط دم الزوجين. كذلك أكد باحثون أن الزواج يخفض خطر الإصابة بمرض الخرف «الزهايمر» إلى النصف مشددين على أهمية أن يكون للإنسان علاقة وثيقة مع الغير خصوصاً في منتصف العمر. وتعد الدراسة التي أعدها باحثون سويديون ونوقشت خلال المؤتمر الدولي للزهايمر في شيكاغو هي الأولى من نوعها لأنها ركزت على دور الزواج في خفض الإصابة بالخرف حيث استغرقت الدراسة في إعدادها 21 عاماً وركزت على الضعف الذي يصيب الذاكرة وضعف الإدراك عند الذين يعيشون بمفردهم أو المطلقين وغير المتزوجين. كما تبين أن المطلقين الذين لا يتزوجون بعد الانفصال عن أزواجهم معرضون للإصابة بالخرف ثلاثة أضعاف أكثر من غيرهم، كما أن هناك دراسات كندية أثبتت أن الزواج المتكافئ والسعيد يحمي من الأزمات القلبية.



الجانب التشريحي والجنسي للرجل:

القضيب:

ويتكون من ثلاثة أجزاء: (الجذر والجسم والرأس)

يغطيه جلد مطاطي رقيق ينتهي بالحشفة عند وصوله لرأس القضيب. الأجسام الكهفية: توجد في أعلى القضيب وهي متوازية واحد بجانب الآخر. تبدأ هذه الأجسام من جذر القضيب، حيث ترتكز على الفرع الأسفل من عظمة العانة « القوس العظمي تحت العانة». ينحني كل جسم جانبيا وللخارج عندما يصلان لبداية القضيب ثم يلتقين، ويخرجان ضمن جسم القضيب.

الجسم الإسفنجي:

وهو أصغر حجما، شكله مخروطي ويمر في داخله الإحليل القضيبي، أي قناة البول والمني. ومن الأسفل، العضلة و هي أيضا تشارك بالانتصاب حيث تساعد بتقلصها على حبس الدم بالجسم الإسفنجي. وتوجد النهايات المثيرة للجهاز التناسلي المذكر على الأجزاء الخارجية منه. أي القضيب وكيس الصفن.



الجانب التشريحي والجنسي للمرأة:

أ- الأعضاء التناسلية الخارجية:

وهي عبارة عن مجموعة أعضاء تحيط بفتحة المهبل وتتكون من: العانة:

مرتفع مغطى بالشعر، يوجد حوله تثنيات المغبن، يشكل الشعر عند المرأة البالغة شكلاً أفقياً ولا يوجد عند الطفولة ويقل عند الشيخوخة، إن نمو الشعر هو إحدى مظاهر البلوغ للأنثى.

الشفرين الكبرى.

الشفرين الصغرى.

البظر:

وهو ما يقابل القضيب عند الرجل وطوله حوالي 2,5سم أي 1 إنش ويتكون من أنسجة تتقلص وتنتعظ بالأوعية الدموية عندما تتهيج المرأة أثناء الجماع.

غدة بارثولين:

وتقع على جانبي المهبل وتفرز مادة مخاطية تساعد أثناء الجماع.

فتحة القناة البولية: وتقع أسفل البظر.

غشاء البكارة:

هو عبارة عن غشاء رقيق من الجلد يغلق فتحة المهبل وبه فتحة صغيرة جداً تسمح بخروج دم الحيض والغشاء عادة ما يكون رقيقاً وليس شفافاً وأحياناً قد يكون سميكاً ومطاطاً صعب الفض، و يمكن أن يتمزق أثناء الجماع الأول ولكن تبقى منه بقايا بعد عدة مرات جماع

ويستعمل غشاء البكارة للاستدلال على عفة الفتاة رغم أن هناك العديد من الفتيات يفقدن عذريتهن لأسباب لا علاقة لها بالاتصال الجنسي مع الرجل ولكنها تبقى الطريقة السريرية الوحيدة لتحديد وجود علاقة جنسية.

ب - الأعضاء التناسلية الداخلية: وتتكون من:

الرحم:

وهو يشبه شكل الإجاصة المقلوبة وطوله 7,5سم وعرضه 5سم ويبدأ العنق الرحم ثم جسم الرحم.

يبطن الرحم طبقة خاصة تدعى بطانة الرحم وهذه تتخن قبل مجيء الدورة الشهرية ثم تتساقط أثناء حدوث نزيف الدورة الشهرية لتتكون بدلها طبقة جديدة.

قناتا فالوب (قناتا الرحم):

وتمتد كل منهما من جسم الرحم إلى المبيض وطول كل منهما حوالي 11سم وتنتهيان بأهداب ويمثل كل أنبوب القناة الموصلة بين الرحم والمبيض ويبطن كل أنبوب خلايا تساعد على دفع البويضة عندما تخرج من المبيض باتجاه تجويف الرحم الداخلي. إن عملية الإخصاب وبداية تكوين الجنين تكونان في قناة فالوب.

المبيض:

وهما اثنان يقعان على جهتي قناة فالوب. يتكون كل منهما من القشرة الخارجية التي تحتوي على البويضات وجزء داخلي يدعى Medulla، وبينهما توجد الأوعية الدموية والأعصاب. يقابل المبيض الخصية عند الرجل وينتج المبيض هرمونين أساسين هما الاستروجين والبروجسترون.

المهبل:

وهو عبارة عن نسيج عضلي قابلاً للتمدد والتقلص ويبدأ بفتحة محاطة بغشاء البكارة تؤدي إلى الرحم ومبطناً داخلياً بالجلد الذي يكون على شكل طيات وطوله حوالي 10سم ولديه القابلية لأن يمط ويصبح أطول

عند الولادة والجماع بسب إحتوائه على نهايات عصبية حسية والتي تكون أكثر في الثلثين الداخليين.

إفرازات المهبل:

المهبل عضو ليس جافاً، وله إفرازات مستمرة طبيعية متغيرة بتغير الدورة، مصدرها عنق الرحم، والافرازات تكون خفيفة وبيضاء وذا خاصية مطاطية في منتصف أيام الدورة وهي أيام التبويض.

ثم يتحول إلى أبيض بلون الجبنة وسميك في الأيام التي تلي الدورة مباشرة وتزداد كميتها حتى أيام قبل الدورة وذلك بسبب هرمون البروجستيرون الناتج عن الجسم الأصفر.

في الأيام الأولى من الدورة بعد انتهاء الدورة مباشرة تكون الافرازات خفيفة بيضاء وغير سميكة.

من هنا نعرف أن ليس كل إفراز من المهبل يعتبر التهابًا.

عند زيادة الإفرازات ومصاحبتها بحكة شديدة واحمرار وتهيج للجلد يكون ذلك بسبب التهاب ويجب تلقي العلاج.

إن الإفرازات الطبيعية للمهبل تزداد في وقت التبويض وبعد الممارسة الحميمة وعند حدوث الحمل وأثناء الحمل.

وتقل الإفرازات الطبيعية عند الأم المرضعة وبعد سن انقطاع الدورة وعند الانتهاء من الدورة الشهرية لمدة يومين، وتشعر المرأة عندها بالجفاف والحكة وإفرازات قليلة صفراء.

من الأفضل عدم المسارعة باستخدام الكبسولات العلاجية والتحاميل للقضاء على الإفرازات، لأنها مهمة ولا يمكن العيش بدونها ولا يمكن الاستمتاع بالممارسة بقلتها.





عزيزتي المشاركة:

الموقف:

ذهبت سوسن لمراجعة المستشفى بسبب أوجاع وحكة أصابتها في المهبل بعد أسبوع من زواجها، وفي غرفة الانتظار جلست قرب امرأة أكبر منها، سألتها عن سبب زيارة الطبيبة، فأخبرتها سوسن بحالتها، فقدمت لها مجموعة من النصائح والتوجيهات.

لو كنتِ السيدة فبماذا تنصحين سوسن للوقاية من التهابات المهبل؟



التهابات المهبل وطرق الوقاية منها:

التهابات شهر العسل:

التهاب المثانة يصيب الإناث أكثر من الذكور حيث تكون قناة مجرى البول فيهن قصيرة ومكشوفة للخارج، وعمومًا تحدث الإصابة في الأطفال، وفي سن الخصوبة، وتكثر بعد الزواج مباشرة إثر الجماع الأول (جماع ليلة الزفاف)، وتسمى«التهابات شهر العسل»، وينشأ التهاب المثانة في هذه الحالة من تهيجها نتيجة لكثرة الجماع في الأيام الأولى للزواج.

الالتهابات الفطرية:

التهاب المهبل من الأعراض الشائعة في عيادات النساء، عندما يكون الإفراز أبيض كالجبنة، ومصاحب بحكة شديدة واحمرار للحشفة، يشك أن الالتهاب قد يكون فطري، وهذا الالتهاب ينتقل بالعدوى بين الزوجين.

طرق الوقاية من التهابات المهبل:

- عدم وضع اليد على الفرج بعد غسل الشرج.
- التبول قبل وبعد الجماع.
- لبس الملابس الداخلية من القطن أثناء النهار، وتجنب لبس الملابس الداخلية أثناء النوم إن أمكن.
- غسل الملابس الداخلية بمفردها والمبالغة في شطفها بالماء.
- تجنب لبس الملابس الداخلية الحريرية أو النايلون أثناء النهار لفترات طويلة لتجنب الرطوبة.
- مسح الفرج بالمنديل بعد غسله لتجنب الرطوبة.
- عدم أخذ المضادات الحيوية بكثرة حتى لا تقضي على ميكروبات نافعة بالمهبل.
- ينصح بعد فض غشاء البكارة التوقف عن الجماع ليوم أو يومين حتى تلتئم الجروح الطفيفة الناجمة عن ذلك، مع عمل دش مهبلي بالطريقة الصحيحة
- يبدا التشطيف والمسح من الأمام من عند فتحة البول، وينتهي إلى الخلف (الشرج)، وذلك بعد كل تبول، أو بعد إتمام العملية الجنسية، ويلاحظ أن إجراء التشطيف من الخلف للأمام ينقل الجراثيم الموجودة بالشرج إلى مجرى البول فيصاب المهبل بالالتهابات بفعل هذه الميكروبات.
- قد يحدث التهاب بالمهبل في بداية فترة الزواج نتيجة لوجود تمزقات ملتهبة من جراء فض غشاء البكارة، وهنا ينصح بالامتناع عن الجماع عدة أيام حتى يزول الالتهاب واستشارة الطبيب، وننصح بالإكثار من شرب الماء.

المادة العلمية

جماعي | محاضرة

(١٥) دقيقة

التبويض والاخصاب:

كل امرأة تنتج بويضة واحدة في الشهر ومجموع البويضات هي ثمانية إلى عشرة بالسنة، أي ليس كل شهر به تبويض. وتكون فترة الإخصاب واحتمال حصول الحمل فقط في أيام التبويض.

كيفية حدوثه:

عند خروج البويضة من المبيض ويلتقطها البوق في قناة فالوب تعيش فقط لمدة ستة وثلاثين ساعة وبعدها تموت البويضة ولا يحدث الحمل.

وإذا حدث وجود حيوان منوي بقناة فالوب وتمكن من تلقيح البويضة فإنه يتكون الزيجوت وهو الجسم الأول للكائن الحي الجديد.

كيفية حساب فترة التبويض:

فترة التبويض تختلف من امرأة إلى أخرى.

وهي في الأسبوع الوسط من الدورة.

مثال: المرأة التي دورتها (٢٨) يوماً، تقسم ٢٨ على ثلاثة:

القسم الأول: من يوم 1–9 تأتيها الدورة.

القسم الثاني: من يوم 10 إلى 19 وهنا يحدث التبويض وغالبا ما يكون في يومي 13 و 14.

القسم الثالث: من يوم 19 – 28.



وسائل المباعدة بين الولادات:

هي عبارة عن ترك فترة زمنية مناسبة بين كل حمل وآخر وذلك باستخدام إحدى وسائل المباعدة الفعالة والمأمونة.

بالتعاون مع أفراد مجموعتك عددي وسائل المباعدة بين الولادات ؟





وسائل المباعدة بين الولادات:

وهي عبارة عن ترك فترة زمنية مناسبة بين كل حمل وآخر وذلك باستخدام إحدى وسائل المباعدة الفعالة والمأمونة.

فوائد المباعدة بين الولادات:

تتيح للمرأة القيام بواجباتها الكاملة تجاه أسرتها والفرصة للعناية بزوجها وكل أطفالها.

تعطي الأم مجالا لتحسين صحتها التي غالبا ما تعاني من فقر الدم الغذائي نتيجة تكرار الحمل.

توفر للطفل فرصة أكبر للرضاعة الطبيعية والاستمتاع بغذاء صحي كافٍ لينمو قويا صحيحا.

تساعد المباعدة بين الولادات على أن ينال كل طفل من الأطفال قسطا كافيامن رعاية والديه.

وسائل المباعدة الطبيعية:

١. الرضاعة الطبيعية :

هي إحدى الوسائل الطبيعية للمباعدة بين الولادات حيث لا يتم فيها استخدام وسائل المباعدة المعروفة حيث إن الرضاعة الطبيعية تؤدي لإفراز هرمون البرولاكتين (هرمون الحليب) الذي يؤدي إلى توقف عملية التبويض وبالتالي لايحدث حمل، تزداد فاعلية الرضاعة الطبيعية في تأخير الخصوبة في الحالات الآتية:

إرضاع الطفل ليلا ونهارا وحسب رغبته.

عدم إدخال أي من الأطعمة المكملة كغذاء للطفل ولا حتى السوائل حتى سن 6أشهر.

عدم عودة الدورة الشهرية.

عندما يكون عمر الطفل أقل من 6 أشهر.

كما تنخفض فاعليتها عند إضافة أي نوع من الأطعمة أو المشروبات إلى الرضاعة الطبيعية أو تقليل عدد مرات الرضاعة أو أن تزيد الفترة الزمنية بين كل رضعة وأخرى عن 4 ساعات نهارا أو 6 ساعات ليلا. كما يجدر القول بأنها لاتعد وسيلة مباعدة آمنة لدى بعض النساء.

الواقي الذكري أو العازل:

هي إحدى وسائل المباعدة التي يستخدمها الرجال والتي تعد وسيلة من وسائل الوقاية من الأمراض المنقولة تناسليا، وهو عبارة عن كيس رقيق يغلف العضو الذكري فيحجز السائل المنوي ويمنع وصوله للجهاز التناسلي للمرأة وبالتالي الإلتقاء بالبويضة

فلا يحدث حمل. وتصل فاعلية الواقي الذكري من 70 – 90٪. وهو لا يحتاج لفحص طبي أو وصفة طبية. متوفر ورخيص الثمن ويحمي من الأمراض المنقولة تناسليا كمرض نقص المناعة المكتسبة ولا تترتب عليه مخاطر صحية. ولكن من سلبيات الواقي الذكري انه لا يناسب حالات الحمل عالي الخطورة ونسبة الفشل عالية مقارنة بالوسائل الأخرى بسبب احتمال انزلاق العازل وتمزقه. ولا يمكن استعماله في حالة الحساسية من المطاط.

الحبوب أحادية الهرمون:

هي حبوب تحتوي على نوع واحد من الهرمونات وهو البروجستين وهو يشبه أحد الهرمونات التي يفرزها مبيض المرأة والذي له دور مهم في عملية التبويض. وتصل نسبة فعاليتها 90 – 97٪. وهي تمنع عملية التبويض وتزيد سمك السائل المخاطي الذي يفرزه عنق الرحم مما يقلل من صعود الحيوانات المنوية للرحم ووصولها إلى البويضة لتلقيحها. كما انها تغير الغشاء المبطن للرحم. وهي تستخدم في اليوم الأول من الدورة الشهرية. أو بعد 6 أسابيع من الولادة. أو بعد الإجهاض مباشرة خاصة الإجهاض في الأشهر الثلاث الأولى.



الحبوب ثنائية الهرمون:

هي حبوب تحتوي على نوعين من الهرمونات (البروجستين و الأستروجين). تشبه هذه الهرمونات ما يفرزه مبيض المرأة من الهرمونات الطبيعية والتي تتحكم في عملية التبويض. وتكون هذه الحبوب فعالة بنسبة 92 – 99٪ إن استخدمت بالطريقة المثالية. وهي تمنع عملية التبويض. وتزيد سمك السائل المخاطي الذي يفرزه عنق الرحم مما يقلل من صعود الحيوانات المنوية للرحم ووصولها إلى البويضة لتلقيحها كما أنها تغير الغشاء المبطن للرحم.

ولا يمكن استخدامها في الحالات الصحية الآتية:

مرض السكري مع مرض في الأوعية الدموية. إصابة سابقة ببعض أمراض القلب أو الجلطة الدماغية. مشاكل في عملية تخثر الدم. الإصابة بسرطان الثدي حاليا. المرأة المدخنة أو عمرها اكبر من 35 سنة.



وسائل المباعدة طويلة المدى:

اللولب:

ويعد وسيلة طويلة المدى وهو عبارة عن جسم صغير يتم تركيبه في تجويف الرحم وهو مصنوع من مادة البلاستيك المغطاة بالنحاس أو البروجستين. يعتبر اللولب من أنجح الوسائل فيمنع الحمل؛ فهو فعال بنسبة 98 – 99٪. وهو يعرقل وصول الحيوانات المنوية للبويضة ويعمل على إحداث تغييرات في بطانة الرحم.

ويمكن وضعه في الأيام السبعة الأولى من بداية الدورة الشهرية أو بعد الأربعين (6 أسابيع) من الولادة طبيعي كانت أم قيصرية أو بعد الإجهاض مباشرة.

اللصقة الهرمونية:

يتم استخدام اللصقة أسبوعيًا، وهي تعمل عمل حبوب منع الحمل، أي يمتص الجسم منها نوعية من الهرمونات، وتستبدل كل أسبوع لمدة 3 أسابيع، ويجب تغيير مكان اللصقة من أسبوع لآخر.

الحلقة الهرمونية:

لها نفس خصائص اللصقة والحبوب، ونفس الاستعمالات، ولكن الفرق أنها لا يمكن استعمالها قبل الزواج للفتيات، فالحلقة يمكن استخدامها بعد الزواج وليس قبل الدخول.

المادة العلمية

جماعي | محاضرة

(١٠) دقيقة

التدخين وأثره على العلاقة الزوجية.

التدخين آفّة وسم مسرطن على جميع أعضاء الجسم منذ دخوله من الفم وحتى يتخلص منه الجسم بوسائل الإخراج المختلفة، غير أن أثاره السلبية لا تقتصر علي النواحي الصحية بل إنة سبب في التباعد بين الزوجين لبشاعة رائحته التي ربما تكون عائقا في التقارب بينهما، ويزداد الأمر سوء إن كانت المرأة هي المدخنة وهي التي من تعرف برقتها وطيب ريحها وهذا السم يحرمها حتى من نضارة بشرتها وجمالها.

فهو إذا لا شك من العوامل الرئيسية التي تضعف العلاقة والتقارب بين الزوجين بل حتى العلاقة الحميمة لما يسببه من تصلب في الشرايين وضعف جنسي.

والتدخين لايقتصر أثره على صاحبه بل يتعدى ذلك إلى المحيطين بالشخص المدخن واستنشاقهم لدخان السجائر وهو ما يعرف بالتدخين السلبي والذي لاتقل خطورته عن الإصابة بالسرطان وهذا ما أعلنتهالوكالة الدولية لأبحاث السرطان وهي إحدى الوكالات التابعة لمنظمة الصحة العالمية.

من آثار التدخين بنوعيه :

- ظهور علامات سن اليأس في النساء المدخنات في وقت مبكر بحوالي 3-5 سنوات مقارنة بالنساء غير المدخنات.
- ظهور التجاعيد علي الوجه والضعف العام وهشاشة العظام وتساقط الأسنان وصبغها باللون الداكن.(شيخوخة مبكرة).
- أما ما يخص علاقة التدخين بصحة المرأة الإنجابية، فإن التدخين بنوعيه يتسبب في تأخير الحمل وعدم القدرة على الإنجاب. أما بالنسبة للتدخين أثناء الحمل فينتج عن ذلك زيادة في نسب الأجنة الميتة عند الولادة، ووفيات حديثي الولادة والوفاة المفاجئة للأطفال الرضع، وولادة أطفال يقل وزنهم عن المعدل الطبيعي ، ووجد أن تدخين الأم الحامل من أسباب التخلف العقلي للأطفال وهم أجنة .
- وجد أن التدخين يزيد من فقر الأفراد والعائلات حيث يكون المال مقدم لشراء علب السجائر على احتياجات الأسرة مما يصعد من المشاكل الزوجية.
- وجد أن التدخين يزيد من فقر الأفراد والعائلات حيث يكون المال مقدم لشراء علب السجائر على احتياجات الأسرة مما يصعد من المشاكل الزوجية.



عزيزتي المشاركة:

من خلال مشاركتك أفراد مجموعتك في التمرين الحركي اربطي بين التغذية السليمة والنشاط البدني في المحافظة على الصحة العامة .

جماعي | لعبة عكس الحركة

(٥) دقائق

نشاط (٦/٣)

الهدف/

أن تربط بين التغذية السليمة والنشاط البدني في المحافظة على الصحة العامة

المادة العلمية

جماعي | محاضرة

(١٠) دقيقة

إن تمتع الزوجين بصحة جيدة هو من دواعي السعادة الزوجية والاستمتاع بالحياة وتكوين علاقة جيدة وسليمة، وعلي النقيض فان عدم اهتمام الزوجين بصحتهما هو من دواعي الإصابة بالأمراض المختلفة والتي تؤدي إلى تعكر صفو الحياة الزوجية.

وما نشاهده من ممارسات شائعة من الكثيرين من حديثي الزواج من الإقبال المفرط علي تناول الوجبات السريعة هو من الأمور الخطيرة عليهم صحيا حيث تساهم هذه الوجبات في انتشار الكثير من الأمراض كالسمنة وارتفاع ضغط الدم وارتفاع نسبة الدهون بالجسم وزيادة احتمالات الإصابة بداء السكري وهذا ملاحظ بقوة من خلال المشاهدات الطبية لعدد من صغار السن اللذين يصابون بهذه الأمراض في مقتبل أعمارهم وكانت هذه الأمراض لا تري إلا في المتقدمين في العمر.

ولا يخفي على أحد ما يصاحب هذه الأمراض من مضاعفات خطيرة علي أجهزة الجسم المختلفة بل وحتى على قدرة الزوجين في الإنجاب.

التغذية السليمة:

من المهم دوما الحرص على الحصول علي الغذاء المتوازن والذي يحتاجه الجسم. فقد يخطئ الكثير من الفتيات حين يمارسن ريجيما غذائيا قاسيا يتسبب لهن في الكثير من الوهن والضعف وفقد النضارة ولهؤلاء ننصحهن باتباع حمية غذائية متوازنة تحقق لهن ما يردن من فقد الوزن ولا تؤثر علي نضارتهن وصحتهن ومن البديهي أن ينصح الطرفان بتحقيق الوزن المثالي عن طريق التغذية المتوازنة واتباع نظام رياضي يحقق لهما اللياقة والرشاقة ويكون كفيلا بإبعادهما عن شبح السمنة التي لها العديد من الآثار السلبية نفسيا وصحيا.

النشاط البدني:

هو أي نشاط منتظم ومعتدل الشدة يجعلك تتحرك أكثر كصعود السلم بدلا من المصعد والسير لمسافات أطول لقضاء حوائجنا وزياراتنا ونخدم انفسنا أكثر كالعمل البدني داخل المنزل أو في الحديقة أو ممارسة بعض ونزيد في لك تدريجيا ما أمكن حتى نضمن 30 دقيقة في اليوم متواصلة أو مقسمة إلى فترات 10 دقائق الحد الأدنى للحصول على نتائج صحية مثمرة حيث أن ممارسة أي نشاط يخلص الجسم من 4-7 سعرات حرارية في الدقيقة، إضافة إلى تقوية العظام والعضلات وتحسين المزاج، لا يوجد بديل للنشاط البدني للوصول الى طاقة وقوة أكبر مع شعور أفضل.

المراجع العلمية



- البحر الرائق شرح كنز الدقائق لزين الدين بن إبراهيم بن نجيم، (دار الكتاب الإسلامي، ط2، بدون).
- بدائع الصنائع في ترتيب الشرائع لعلاء الدين أبي بكر بن مسعود الكاساني، (بيروت: دار الكتب العلمية، ط2، 1406هـ).
- الحاوي الكبير للماوردي، (بيروت: دار الكتب العلمية، ط1، 1414هـ).
- دقائق أولي النهى في شرح المنتهى للبهوتي، (دار الفكر، ط بدون).
- روضة الطالبين وعمدة المفتين للنووي، (بيروت: المكتب الإسلامي، ط2، 1405هـ).
- لسان العرب لابن منظر الإفريقي، (دار المعارف، ط بدون).
- المغني لابن قدامة المقدسي، ت: د/عبدالله التركي و د/ عبدالفتاح الحلو، (القاهرة، دار هجر، ط1، 1410هـ).
- مواهب الجليل لشرح مختصر خليل للحطاب، (بيروت: دار الفكر، ط3، 1412هـ).
- التاج والإكليل شرح مختصر خليل للمواق، (مطبوع بهامش مواهب الجليل).
- فتاوى اللجنة الدائمة في المملكة العربية السعودية، جمع وترتيب: أحمد بن عبدالرزاق الدويش.
- فتاوى شيخ الإسلام ابن تيمية.
- المصباح المنير في غريب الشرح الكبير للفيومي، (بيروت: دار الكتب العلمية، ط بدون).
- الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات والتوافق الزوجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمدينة مكة المكرمة ، لسعد حامد العبدلي ،كلية التربية ،جامعة أم القرى ،المملكة العربية السعودية، (2009).
- الرضا الزواجي وأثره على بعض جوانب الصحة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المتزوجات في منطقة مكة المكرمة، لأزهار ياسين السمكري،رسالة ماجستير،جامعة ام القرى ، (2009).
- التوافق الزواجي وعلاقته بجودة الحياة ، بحث مقدم لنيل إجازة في الإرشاد النفسي ، خالد الضعيف ، جامعة حلب، (2010م).
- التوافق الزواجي وعلاقته بأساليب الرعاية الوالدية للأبناء وتوافقهم النفس، لأماني غنيمي ، رسالة ماجستير (غ.م) كلية التربية . جامعة الزقازيق ، (2004).
- الفروق في أساليب التفاعل الزواجي في مرحلة منتصف العمر بين الأزواج والزوجات المنجبين وغير المنجبين، لرحاب العيسوي ، رسالة ماجستير (غ.م) كلية الآداب .جامعة عين شمس، (2003).
- التوافق الزواجي بين الوالدين كما يدركه الأبناء وعلاقته ببعض سمات الشخصية لديهم، لحنان عبد المجيد ، رسالة دكتوراه (غ.م) معهد الدراسات العليا للطفولة . جامعة عين شمس ، (2002) .
- التدخل المهني للخدمة الاجتماعية وتنمية وعي الفتيات المقبلات على الزواج بأساليب التوافق الزواجي، لمحمود محمد ، دراسة مطبقة على المدينة الجامعية للطالبات، (ب،ت)
- إدراك المتزوجات حديثا لمصادر خبراتهم الاسرية وعلاقته بتوافقهم الزواجي، لحنان أبو صيري ، (2011).
- التوافق الزوجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمحافظة جدة ،وليد الشهري، 2009.
- مدخل إلى العلاقات الأسرية ، لسميحة كرم توفيق ، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، 1996م.

- أنت وابنتك العروس، لأميمة محمد نور الجوهري ، مكتبة الملك فهد الوطنية: الرياض، 1427هـ .
- الأسرة والطفولة . النظرية والتطبيق. لعبدالخالق محمد عفيفي، القاهرة ، مكتبة عين شمس ، 1993م.
- التوافق الزواجي في المجتمع السعودي. صالح محمد الصغير ، الرياض، فهرسة مكتبة الملك فهد، 1428 هـ .
- رعاية الأسرة والطفولة، إحسان زكي عبدالغفار ، وآخرون ، دار القلم للنشر والتوزيع : الامارات العربية المتحدة، 1987م.
- المرشد في توجيه المقبلين على الزواج. مرجع علمي وعملي للمختصين والممارسين بالارشاد الأسري. مشروع ابن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج، الرياض، مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر، 1433هـ.
- تصميم مقياس المسؤولية الاجتماعية لأفراد المجتمع في حماية البيئة والمحافظة عليها، سلمى عبدالرحمن الدوسري، بحث منشور بمجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية بجامعة حلوان، العدد التاسع أكتوبر. دار النشر بجامعة حلوان، 2000م
- أدوار ومهام الأخصائي الاجتماعي في المجال الطبي، دراسة ميدانية بالمستشفيات الحكومية بمدينة الرياض، عبدالمحسن فهد السيف، بحث منشور بمجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية بجامعة حلوان، العدد السابع أكتوبر. دار النشر بجامعة حلوان ، : 1999م .
- قواعد ومبادئ الحوار الفعال. عبدالله عمر الصقهان، الطبعة السادسة، مركز الملك عبدالعزيز للحوار الوطني ، مكتبة الملك فهد الوطنية، :1429ه .
- الحوار آدابه وتطبيقاته في التربية الاسلامية. خالد محمد المغامسي، مركز الملك عبدالعزيز للحوار الوطني ، مكتبة الملك فهد الوطنية، 1425هـ .
- الحرمان العاطفي وعلاقته بانحراف البنات والزوجات (دراسة ميدانية)، محمد إبراهيم السيف، الناشر: الجمعية الخيرية لتيسير الزواج والرعاية الأسرية، في محافظة عنيزة ،1426هـ .
- العشرة الزوجية والطلاق(دراسة ميدانية)، محمد إبراهيم السيف، الناشر: الجمعية الخيرية لتيسير الزواج والرعاية الأسرية، في محافظة عنيزة1427هـ
- التربية الجنسية والعلاقات الزوجية(دراسة ميدانية)، محمد إبراهيم السيف، الناشر: مركز التنمية الأسرية ، الأحساء ، 1433هـ .
- منهج علمي في تربية المراهقين والمراهقات في الأسرة السعودية، التربية الزواجية، محمد إبراهيم السيف، الناشر: الجمعية الخيرية لتيسير الزواج والرعاية الأسرية، في محافظة عنيزة 1429هـ .
- اختيار الزوجة وتعدد الزوجات في المجتمع السعودي، دراسة ميدانيه، محمد إبراهيم السيف، الناشر: جمعية تيسير الزواج في الإحساء ، 1432هـ .
- الاستخدام السلبي للأنترنت سبب رئيسي في ارتفاع نسبة الطلاق بين الشباب في المملكة. الجوهرة آل سعود، الرياض: مجمع الأمل للصحة النفسية، (2004)م.
- الحوار وبناء السلم الاجتماعي. خالد محمد البديوي، الرياض: مركز الملك عبدالعزيز للحوار الوطني، 1432هـ .
- رعاية الأسرة والطفولة. رمضان، السيد .الاسكندرية ، المكتب الجامعي الحديث، (2009)م.
- مظاهر التوافق الزواجي. زكي، حسام محمود ، القاهرة: بوابة علم النفس والصحة النفسية، (2013)م.

- التوافق الزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمحافظة جده. وليد محمد الشهري ،رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة أم القرى. مكة المكرمة، (2009)م.
- تباين الأحاسيس الجمالية بتباين علاقات الحب بين الزوجين في ضوء بعض المتغيرات الشخصية. القاهرة: المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد 23، المجلد 9.
- الاحترام بين الزوجين، الصقعبي، خالد، الرياض: جريدة الرياض. (1432)م
- مهارة إدارة الأزمات في الأسرة. أحمد الكردي، مدونة التنمية البشرية والتطوير الإداري، موسوعة الإسلام والتنمية، ، (2012).
- معوقات التوافق بين الزوجين في ظل التحديات الثقافية المعاصرة للأسرة المسلمة، عثمان صالح العامر، بحث منشور بمجلة التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، العدد 17. (2000)م.
- الأسرة والطفولة، أسس نظرية ومجالات تطبيقية. عبدالخالق عفيفي، القاهرة: مكتبة عين شمس، (2007)م.
- بناء الأسرة والمشكلات الأسرية المعاصرة، عبدالخالق عفيفي،. القاهرة: المكتب الجامعي الحديث. (2011)م.
- حكم منع الرجل زوجته من زيارة أهلها وأقاربها. فتاوى وأحكام، صالح فوزان الفوزان، المملكة العربية السعودية، (2006)م.
- فن احتواء المشكلات الزوجية، سهيل محمد هندي، المدينة المنورة: الإدارة العامة للتدريب والتعلم، (1433).
- مصطلحات ومفاهيم في الخدمة الاجتماعية. عبدالمجيد نيازي،. الرياض: العبيكان. (1419)هـ
- الشعور بالسعادة وعلاقته بالتدين والدعم الاجتماعي والتوافق الزواجي والمستوى الاقتصادي والحالة الصحية. نادية سراج جان، دراسات نفسية ، (2008)
- السعادة الحقيقية ، مارتن سيلجمان ، الرياض: مكتبة جرير، (2008)م.
- مدخل إلى علم النفس الاجتماعي ، مكلفين، روبرت و غروس، رتشارد : (ترجمة ياسمين حداد وموفق الحمداني و فارس حلمي) عمان: دار وائل للنشر، (2002)م.
- مقدمة في الإرشاد الأسري والزواجي. سامي محسن الختاتنة،. دار يافا العلمية: عمان، الأردن، (2013)م.
- التوجيه والإرشاد النفسي. حامد عبدالسلام زهران، عالم الكتب: القاهرة، مصر. (2005)م.
- الصحة النفسية والعلاج النفسي. حامد عبدالسلام زهران، عالم الكتب: القاهرة، مصر. (2001)م.
- الأمراض النفسية الاجتماعية. إجلال محمد سرى. عالم الكتب: القاهرة، مصر. ، (2003)م.
- المشاعر والافكار. ماكي، ماثيوز،. ديفز، مارثا،. فانتق، باتريك.ترجمة د.سليمان الغديان. مكتبة جرير: الرياض. (2010)م.
- الصحة النفسية للمرأة. محمد عبدالفتاح المهدي،. درا اليقين: المنصورة، مصر، (2007)م.
- اقتصاد الأسرة، زيد الرماني ، الرياض، دار طويق ، 1425هـ.
- مهارات اقتصادية، زيد الرماني ، دار الحضارة الرياض، 1425هـ.
- اقتصاد البيت المسلم، حسين شحاته ، دار الطباعة والنشر الإسلامية، القاهرة، 1990هـ.
- نحو بيت اقتصادي مسلم، د. أشرف محمد دوابه ، دار السلام، القاهرة، 1427هـ.
- بيوت بلا ديون، أكرم رضا ، دار التوزيع والنشر الإسلامية، القاهرة، 1426هـ.
- دور البيت في تربية الطفل المسلم، خالد أحمد الشنتوت ، مكتبة ابن القيم، المدينة المنورة، 1409هـ.
- زيد الرماني – رسائل زوجية، دار ابن الأثير، الرياض، 1423هـ.
- حمى الشراء، د. زيد الرماني ، دار الوطن، الرياض، 1424هـ.
- ضوابط الإنفاق في البيت المسلم، خولة درويش ، دار المحمدي، جدة، 1422هـ.
- لمحات من اقتصاديات البيت المسلم، زيد الرماني ، دار الوطن، الرياض، 1424هـ.
- اقتصاديات المنزل وترشيد الاستهلاك، وفيقة الحميدان . هدى التركي ، مكتب التربية العربي لدول الخليج، الرياض، 1412هـ.
- عمل المرأة في الميزان، زيد الرماني ، دار الوطن، الرياض، 1424هـ.
- الادخار والاستثمار، جعفر الجزار ، دار النفائس، بيروت، 1419هـ.
- دروس مهمة في حياة الأمة، زيد الرماني ، دار الحضارة، الرياض، 1425هـ.
- موسوعة الملك عبدالله بن عبدالعزيز الطبية www.kaahe.org/ar
- وزارة الصحة بالمملكة العربية السعودية، البوابة الالكترونية التوعية الصحية www.moh.gov.sa
- جمعية القلب السعودية www.sha.org.sa
- الجمعية السعودية لطب الأسرة والمجتمع www.ssfcm.org
- البوابة الالكترونية لعيادة مايو كلينك www.mayoclinic.com
- الزوجان في السفر ، على فارس العمري.
- الوراثة في حالات من الصحة والمرض . محسن الحازمي.

- Brezina, T. (1998). Adolescent maltreatment and delinquency: The question of intervening processes. Journal of Research in Crime & Delinquency, Vol. 35, No.1, p. 71100-.
- Brown, S. (1984). Social class, child maltreatment, and delinquent behavior. Criminology, Vol. 22, No. 2, p. 259278-.
- Chandy, J., Blum, R. & Resnick, M. (1997). Sexually abused male adolescents: How vulnerable are they? Journal of Child Sexual Abuse, Vol. 6, No. 2, p. 113-.
- Christle, C., Jolivette, K. & Nelson, C. (2005). Breaking the School to Prison Pipeline: Identifying School Risk and Protective Factors for Youth Delinquency. Exceptionality, Vol. 13, No.2, pp.6988-.
- Dishion, T., McCord, J. & Poulin, F. (1999). When intervention harm: Peer groups and problem behavior. American Psychologist, Vol. 54, pp. 755764-.
- Dukes, R. & Lorah, B. (1989). Concept of self, mediating factors, and adolescent deviance. Sociological Spectrum, Vol. 9, p. 301319-.
- Empey, L., Stafford, M. & Hay, C. (1999). American Delinquency: Its Meaning and Construction. Belmont, CA: Wadsworth publishing company.
- Farrington, D. (1996). Individual, Family and Peer Factors in the Development of Delinquency. In C. Hollin & K. Hwells (eds). Approaches to working with young offenders. Chichester: Wiley. pp 2156-.
- Free, M. (1991). Clariving the relationship between the broken home and juvenile delinquency. An International Journal: Deviant Behavior. Vol. 12, No. 2, p. 109167-.
- Gottredson, M. & Hirschi, T. (1990). A General Theory of Crime. Stanford, California: Stanford University Press.
- Hanson, C., Henggeler, S., Haefele, W., & Rodick, D. (1984). Demographic, individual, and family relationship correlates of serious and repeated crime among adolescents and their siblings. Journal of Consulting and Clinical Psychology, Vol. 52, No. 4, p. 528-538.
- Henggeler, S. & Borduin, C. (1990). Family Therapy and Beyond: A Multisystemic Approach to Treating the Behavior Problems of Chldren and adolescent. Pacific Grove, California: Brooks\Cole Publishing Company.
- Henggeler, S., Schoenwald, S., Borduin, C., Rowland, M., & Cunningham, P. (1998). Multisystemic Treatment of Antisocial Behaviour in Children and Adolescents. The Guilford Press: New York.
- Jarjoura, G. (1993). Does dropping out of school enhance delinquent involvement: Results from a large-scale national probability sample. Criminology, Vol.31, pp. 149172-.
- Kasen, S., Johnson, J. & Cohen, P. (1990). The impact of school emotional climate on student psychopathology. Journal of Abnormal Child Psychology, Vol. 18, No.2, pp. 165177-.
- Kolvin, I., Miller, W., Fleeting, M. & Kolvin, A. (1988). Social and parenting factors affecting criminal-offence rates: Findings from the Newcastle Thousand Family Study (1947-1980). British Journal of Psychiatry, Vol. 152, pp.8090-.
- Lober, R., Wung, P., Keenan, K., Giroux, B., Stouthhamer-Lober, M., Van Kammen, W. & Maughan, B. (1993). Developmental pathways in disruptive child behavior. Development and Psychopathology, Vol.5, pp.103133-.
- Loeber, R . & Stouthamer-Loeber, M. (1986). Family Factors as correlates and predictors of Juvenile conduct problems and delinquency. In M. Tonry & N. Morris (eds), Crime and Justice, Vol. 7, Chicago, IL.: University of Chicago Press, pp. 29149-.
- Pagani, L., Boulerice, B., Vitaro, F. & Tremblay, R. (1999). Effects of poverty on academic failure and delinquency in boys: A change and process model approach. Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines, Vol. 40, No. 8, p.1209-1219.
- Rankin, J. (1980). School factors and delinquency: interactions by age and sex. Sociology and Social Research, Vol. 64, pp. 420435-.
- Robins, L., West, P. & Herjanic, B. (1975). Arrest and delinquency in two generations: A study of black urban families and their children. Journal of Child Psychology and psychotherapy, Vol. 16, No. 2, p.125140-.
- Seydlitz, R. & Jenkins, P. (1998). The Influence of Families, Friends, Schools and Community on Delinquent behavior. In T. P. Gullotta, & G. R. Adams & R. Montemayor (Ed.), Delinquent Violent Youth Theory and Interventions.(pp. 53). California: Sage Publications.
- Smith, C. & Stern, S. (1997). Delinquency and antisocial behavior: A review of family processes and intervention research. Social Service Review: vol. 71, No. 3, p. 382420-.
- Sutherland, H. & Cressey, R. (1974). Criminology, (9th edn.). Philadelphia, PA: Lippincott.
- Thornberry, P., Lizotte, J., Krohn, D., Farnworth, M. & Jang, J. (1994). Delinquent peers, beliefs and delinquent behaviour: A longitudinal test of interactional theory. Criminology, Vol. 32, pp.4783-.
- Yablonsky, L. & Haskell, M. (1982). Juvenile Delinquency. New York: Harper & Row Publishers.

فريق العمل



الفريق العلمي المشارك في إعداد الحقائب

شارك في إعداد هذه الحقائب التدريبية نخبة من أبناء الوطن إعداداً وكتابةً ومراجعةً وتحكيماً وإشرافاً، وهم:

أولاً: اللجنة الإشرافية		
م	الاسم	المهمة
١	د. عبدالله بن ناصر السدحان	وكيل الوزارة للتنمية الاجتماعية والمشرف العام على مبادرة « تأهيل»
٢	أ. أحمد بن مرزوق القاضي	المشرف العام على برامج التنمية الأسرية بالإدارة العامة لتنمية المجتمع
٣	د.هؤاد بن عبدالرحمن الجفيمان	منسق برنامج تأهيل المقبلين على الزواج وخبير التدريب والتطوير

ثانياً: المشاركون في إعداد الجزء الشرعي		
٤	معالي الشيخ/ عبد الله بن سليمان المنيع	عضو هيئة كبار العلماء والمستشار في الديوان الملكي
٥	د. إبراهيم بن صالح التنم	عضو هيئة التدريس / كلية الشريعة بالأحساء
٦	د. أميرة بنت علي الصاعدي	أستاذ مساعدفي جامعة أم القرى بمكة المكرمة
٧	أ. د. رقية بنت محمد المحارب	أستاذ الحديث وعلومه في جامعة الأميرة نورة بالرياض
٨	الشيخ. سعد بن عبد العزيز الحقباني	قاضي استئناف مشرف إدارة الجودة القضائية / المجلس الأعلى للقضاء
٩	أ. د. فالح بن محمد الصغير	عضو مجلس الشورى / عميد كلية أصول الدين بجامعة الإمام مُحَمَّد بن سعود الإسلامية سابقاً
١٠	د. عبد المجيد بن عبد العزيز الدهيشي	محكمة الاستئناف بالمدينة المنورة
١١	د. نوال بنت عبد العزيز العيد	أستاذ مشارك في جامعة الأميرة نورة بالرياض
١٢	د. يحيى بن إبراهيم اليحيى	أستاذ مشارك في كلية الدعوة وأصول الدين بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة سابقاً

ثالثاً: المشاركون في إعداد الجزء النفسي		
١٣	د.سحر بنت عبد اللطيف كامل كردي	أستاذ مساعد صحة نفسية/ جامعة طيبة بالمدينة المنورة
١٤	د. سليمان بن عبد الرزاق الغديان	أستاذ علم النفس المشارك بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض

١٥	أ. د. عبد الله بن سلطان السبيعي	استشاري الطب النفسي بجامعة الملك سعود سابقاً
١٦	د. علي بن إبراهيم الزهراني	أستاذ علم النفس بجامعة الملك سعود
١٧	أ. د. ميسرة بن كايد محمد طاهر	عضو هيئة التدريس بجامعة الملك عبد العزيز بجدة
١٨	د. نادية بنت سراج محمد جان	استاذ علم النفس بجامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن
١٩	د. وفاء بنت محمود عبد الله طيبة	عضو مجلس الشورى وعضو هيئة تدريس بجامعة الملك سعود
٢٠	د.موسى بن أحمد الزعلة	استشاري الطب النفسي/ جامعة الملك خالد – كلية الطب بأبها

رابعاً: المشاركون في إعداد الجزء الاجتماعي		
٢١	د.أمل بنت فيصل الفريخ	عضو هيئة التدريس بكلية الخدمة الاجتماعية بجامعة الأميرة نورة بالرياض
٢٢	د. حصة بنت محمد السهلي	أستاذة علم النفس بجامعة الملك عبد العزيز بجدة
٢٣	أ. د. سامي بن عبد العزيز الدامغ	أستاذ الخدمة الاجتماعية في جامعة الملك سعود بالرياض
٢٤	د. ظلال بنت يوسف مداح	عضو هيئة التدريس بكلية الخدمة الاجتماعية بجامعة الأميرة نورة بالرياض
٢٥	د. عبدالعزيز بن عبدالله الدخيل	أستاذ مشارك خدمة اجتماعية / جامعة الملك سعود بالرياض
٢٦	أ. د. عبدالله بن محمد الفوزان	أستاذ علم الاجتماع وعميد معهد البحوث بجامعة حائل
٢٧	أ.عبدالمجيد بن طاش نيازي	قسم علم الاجتماع والخدمة الاجتماعية / جامعة الإمام محمد بن سعود الاسلامية
٢٩	د. محمد بن إبراهيم السيف	عضو هيئة التدريس في جامعة القصيم
٣٠	أ. د. محمد بن مسفر القرني	أستاذ الخدمة الاجتماعية بقسم الخدمة الاجتماعية في جامعة أم القرى بمكة
٣١	د. منصور بن عبد الرحمن بن عسكر	عضو هيئة التدريس بقسم الاجتماع بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض
٣٢	د. ناصر بن صالح العود	عضو هيئة التدريس بقسم الاجتماع بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض
٣٣	د. هيا بنت عبدالعزيز المنيع	مجلس الشورى/ عضو هيئة التدريس بكلية الخدمة الاجتماعية بجامعة الأميرة نورة بالرياض

خامساً: المشاركون في إعداد الجزء الاقتصادي		
٣٤	د. خالد بن محمد بن عبد الله الدوغان	عضو هيئة تدريس / جامعة الملك فيصل بالأحساء
٣٥	د. زيد بن محمد دحيم الرماني	مستشار اقتصادي وعضو هيئة تدريس / جامعة الإمام محمد بن سعود بالرياض
٣٦	أ. محمد بن سعيد بن جحلان	مشرف تدريب تربوي في إدارة التربية والتعليم بالمدينة المنورة

سادساً: المشاركون في إعداد الجزء الطبي		
٣٧	د. سامية بنت صديق أبو بكر صبر	استشاري طب الأسرة وكبير الأطباء بمركز الحرس الوطني لطب الأسرة بالمدينة المنورة
٣٨	د. نادية بنت عبدالله محمد عويضة	أستاذ مساعد بكلية الطب وعميدة كلية التمريض بجامعة طيبة بالمدينة المنورة
٣٩	د.علي بن فارس العمري	مدير إدارة طب الأسرة / مستشفى الأمير سلطان بتبوك
٤٠	د. محمد بن عثمان الركبان	مدينة الملك سعود الطبية بالرياض
٤١	د. منى بنت محمد العواد	مدينة الملك سعود الطبية بالرياض

سابعاً: المشاركون في تصميم الحقائب التدريبية		
٤٢	أ.أميرة بنت سيف عبده عثمان	مدربة ومستشارة في العلاقات الزوجية في جمعية المودة الخيرية بجدة
٤٣	د.تركي بن عبد الرحمن الخليفة	مدرب ومستشار في العلاقات الزوجية ومشرف تدريب في إدارة التربية والتعليم في الأحساء
٤٤	أ.ثامر بن عبد الله محمد الصالح	مدرب ومستشار في العلاقات الزوجية ومرشد طلابي في إدارة التربية والتعليم في الرياض
٤٥	د. خالد بن عبد الله السبيت	مدرب ومستشار في العلاقات الزوجية وعضو هيئة التدريس كلية الملك خالد
٤٦	أ.سارة بنت حسن عبدالله الخضير	مدربة ومستشارة في العلاقات الزوجية ومشرفة تدريب في إدارة التربية والتعليم في الأحساء
٤٧	أ.سميرة بنت حماد حمدي الفارسي	مدربة ومستشارة في العلاقات الزوجية في جمعية المودة الخيرية بجدة

٤٨	أ.سهيل بن محمد بن علي هندي	مدرب ومستشار في العلاقات الزوجية ومشرف تدريب في إدارة التربية والتعليم بالمدينة المنورة
٤٩	د.محمد بن خليل العطية	مدرب ومستشار في العلاقات الزوجية و مشرف في إدارة التربية والتعليم في محافظة بقيق
٥٠	د.نبيهة بنت محمد إبراهيم الأهدل	مدربة ومستشارة في العلاقات الزوجية وأستاذة في جامعة طيبة
٥١	د. هند عبد الله محمد الثميري	مدربة ومستشارة في العلاقات الأسرية في اللجنة الوطنية للطفولة بالرياض

ثامناً: المراجع اللغوي		
٥٢	أ.محمد بن عبد العزيز الهزاع	وزارة الشؤون الاجتماعية

