****

[](http://www.alukah.net/)

فاعلية التدريب الزواجي

في القضاء على الطلاق

وتكوين أسرة ناجحة

**الدكتور: إلياس بن عبد الله دكار**

**جامعة الأمير عبد القادر للعلوم الإسلامية**

**الدرجة العلمية: دكتوراه علوم إسلامية، تخصص العقيدة ومقارنة الأديان**

**رقم الهاتف: 213699250872 00**

**الإيمايل: idekkar04@yahoo.com**

**الاهتمامات: العقيدة ومقارنة الأديان، الفكر الإسلامي المعاصر، فقه النوازل والأولويات، الآداب العالمية والأدب المقارن، التطوير الشخصي والتدريب القيادي.**

**فاعلية التدريب الزواجي**

**في القضاء على الطلاق وتكوين أسرة ناجحة**

**The effectiveness of marital training in the elimination of divorce and the formation of a successful family**

**المقدمة**

في وقت تتزايد فيه معدلات الطلاق داخل المجتمعات وخاصة الإسلامية منها، وتتراكم معه ملفات الصراعات الأسرية داخل المحاكم الخاصة بقضاء الأسرة، أوجدت بعض الدول مثل: ماليزيا وإندونيسيا حلًّا عمليًّا لـ"الطلاق" استطاعت من خلاله أن تخفض نِسَبه من 32% إلى أقل من 8% خلال السنوات العشر الأخيرة، بفضل مشروع فاعل وطموح تبنّته دول هذه المجتمعات، هو "رخصة الزواج"، الذي يحصل بموجبه الشاب والشابة من المقبلين على الارتباط على شهادة "لازمة" لعقد قِرَانهما**،** بحيث لا يسمح للشباب في هذه الدول بالزواج دون اللجوء إلى دورات التدريبية التي تمنح رخصاً خاصة، وهي الدّورات التي تدرس فيها مواد شرعية حول الحياة الاجتماعية قبل وبعد الزواج، وأيضا دروسا حول الحياة الصحية والنفسية والروحية للمتزوجين، فيما تتيح تلك المعاهد فترات يلتقي فيها الطرفان المخطوبان من أجل تعارف أكثر، لذلك وجب علينا نحن أيضا في الجزائر –بالطبع- بدءا بالمؤسسات التعليمية وتحت الرعاية الكاملة للمؤسسات الحكومية صاحبة القرار بتفعيل مشروع **"التدريب الزواجي"** الذي يضمن الجودة في العلاقة الأسرية بين الزوجين، ومن خلال تتبعي لهذه الدورات وجدت لكل جزء منها وكل عنصر فيها دليلا من سيرة النبي- صلى الله عليه وسلم- بدقة متناهية وبإرشادات منقطعة النظير وهذا هو هدي النبي العدنان –عليه أفضل الصلاة والسلام-لذلك سندرس في هذا البحث مشروع **"التدريب الزواجي"** الذي يؤدي إلى أسرة ناجحة ويخفض من نسب الطلاق في المجتمع الجزائري إذا ما فعل بطريقة سريعة وإيجابية، وستكون عناصر هذه المقالةكالآتي:

**أولا: مفهوم التدريب الزواجي**

**1- مفهوم التدريب:** هو نظام يعمل على تطوير العنصر البشري بتزويده بالمعلومات والمعارف اللازمة، وتنمية قدراته ومهاراته، وتعديل اتجاهاته وقناعاته، وذلك من أجل رفع مستوى كفاءته وتحسين أدائه وزيادة إنتاجه وتحقيق أهدافه الخاصة والوظيفية بأقصى قدر ممكن من الجودة والسرعة والاقتصاد.[[1]](#footnote-1)

**2- مفهوم الأسرة الناجحة:** رابطة الزواج التي تصحبها ذرية وهي بلا شك محضن الطفل وبيئته الطبيعية والمدرسة الأولى التي ينشا فيها.[[2]](#footnote-2)

**3- مفهوم التدريب الزواجي:** هو عملية تكوينية تدريبية لكل زوجين مقبلين على الزواج أو متزوجين حديثا، قصد تأهيلهما وتعريفهما بعملية الزواج والإرتباط، يركز فيها على كل الأمور الأساسية التي ترتبط بها الحياة الزوجية من أمور دينية وتربوية وجمالية وغيرها...[[3]](#footnote-3)

**ثانيا: أسباب الطلاق**

**1- أسباب اجتماعية**

**أ- اختلاف الأولويات:** يعاني الأزواج عادةً من مشكلة اختلاف الأولويات، الأمر الذي يخلق بينهم نزاعات تؤثر على قوة علاقتهما، لذلك يتوجب مناقشة هذه الأولويات والاهتمامات مع بدء مرحلة الخطوبة، بغية الوصول إلى نقطة تلاقٍ تجمعهما، ولتفادي الوصول إلى مرحلة يجد فيها أحد الطرفين أنه يعاني من غربة مع الطرف الآخر، وبالتالي ازدياد الخلافات والبعد المؤدي إلى الطلاق. مسؤولية تربية الأبناء يزداد العبء على الزوجين بعد إنجاب المولد الأول، وذلك بسبب ازدياد المسؤولية، والنفقة المالية، والرعاية، الأمر الذي يدفع الكثير من الأزواج إلى الانصراف لتوفير المال، في حين يتركون مسؤولية تربية الأبناء على الأم، وبالتالي يحدث الشرخ الأسري بعدم توازن المسؤوليات، وعدم قدرة الأم على تحمل كامل العبء وحدها، مما يؤثر على علاقتهما الزوجية، وبالتالي تنهار بشكلٍ تدريجي ليصل الأمر في نهاية المطاف إلى الطلاق.

**ب- مشكلات العلاقة الحميمة:** تعتبر العلاقة الحميمة جزءاً لا يتجزأ من الحياة الزوجية، الأمر الذي يتطلب تفهم كل طرف لحقوق الطرف الآخر عليه في هذه الناحية، إلا أنه في بعض الأحيان يعاني أحد الطرفين من مشكلات نفسية أو صحية تمنع حدوث العلاقة بطريقة ترضي كلا الطرفين، الأمر الذي يحدث نفوراً ومشاكل بينهما، إلى أن يصل الأمر إلى حد الطلاق.

**ج- تدخل الأهل تتأثر العلاقة الزوجية**: بتدخل طرف ثالث فيها، سواء أكان هذا الطرف من عائلة الزوجة أم من عائلة الزوج، الأمر الذي يخترق خصوصية وسرية هذه العلاقة، وبالتالي يؤثر على سير الحياة الزوجية بشكلها الطبيعي، مما يزيد حدوث المشاكل، كما يصعب عليهما التفاهم، وحل هذه المشاكل لوجود يد لطرف ثالث تحركهما، لينتهي الأمر بالطلاق.

**د- العنف وتحكم الأزواج:** يرغب بعض الأزواج عادة بالتحكم بالزوجة، وبضربها، وبممارسة العنف عليها، الأمر الذي يؤدي إلى خدش الاحترام، ونزع الحب، لتصبح العلاقة بينهما أقرب ما تكون إلى علاقة السيد بجاريته، فيعنفها دون وجود أسباب، سواء أكان هذا العنف لفظياً؛ كالسخرية، والانتقاد، والسب، أم جسدياً بالضرب، والتعذيب، مما يدفع الزوجة إلى التفكير بالطلاق كحلٍ نهائي للتخلص من هذه المشكلة.

**ه- الخيانة الزوجية وغياب الثقة:** يفترض بالعلاقة الزوجية أن تبنى على الإخلاص، والصدق، والثقة، والاحترام، وتعتبر الخيانة الضربة الأقوى التي يوجهها أحد الطرفين للآخر، كونها تهدم الثقة بينهما، وتؤثر على مصداقية العلاقة، إضافةً إلى أنها تعد واحدة من الأخطاء التي لا يستطيع الشريك غفرانها، الأمر الذي يدفعه للتفكير بالطلاق.

**و- الروتين:** يعتبر الروتين قاتلاً لحيوية العلاقة الزوجية، كونه يتسبب بالملل، الأمر الذي يتطلب التجديد، ومحاولة ابتكار أمور ونشاطات تحيي العلاقة بينهما مع مرور الوقت لتجنب الوقوع في الملل، وبالتالي التفكير بالطلاق.

**ز- غياب التواصل بين الأزواج:** يعاني الأزواج عادةً من مشكلة غياب التواصل، الأمر الذي يؤثر على الحياة، ويمنع فتح باب الحوار بينهما، علماً أنه يلعب دوراً أساسياً في تعزيز الثقة بينهما، وبالتالي يعاني أحد الشريكين من الوحدة، وينتهي به الأمر إلى التفكير بالطلاق.

**2- أسباب نفسية**

**أ- التفكير الدائم**: التفكير في أن زوجك لا يحبك أو أنه يشعر بالملل منك ومن حديثك أو لا يريد لقاءك، يجعل تلك الأفكار تصل إلى حقيقتها وتصلين للأمر الذي كنت تخافين منه.

**ب- الحزن المستمر**: الرجل أو المرأة لا يحبان الشخصية التي دائمًا ما تخوض وتجعل نفسها في دائرة الأحزان وأنها في هموم دائمة، فهذا يجعل أحد الطرفين ينفر من الطرف الآخر.  
 جـ- **الأفكار السيئة**: إن الأفكار السيئة التي يحملها أحد الطرفين تجاه الآخر هي في الواقع من أحد المسببات الأولى التي تدعو للانفصال بين الطرفين.

**د- التخيلات الوهمية**: من الممكن أن يتخيل أحد الطرفين ويسرد أحداثًا في ذهنه قد تحصل أو مشاكل قد تحصل بينه وبين الطرف الآخر، بالتالي تخلق تلك التوهمات نوعًا من الفتور بين الزوجين مما يؤدي للطلاق.

ه- **الشك الدائم**: إن كنتِ دائمة الشك في زوجك فهذا بكل تأكيد سيجعل العلاقة فيما بينكما تُصاب بالتوتر، مما يجعل الأمور تتطور حتى تصل لدرجة الطلاق.

**و- المشاكل المستمرة**: كثرة المشاكل بينك وبين زوجك هي المسبب الأول لجعل العلاقة فيما بينكما تتوتر، مما يؤدي في نهاية المطاف إلى توتر العلاقة الزوجية ووصولها إلى الفتور والطلاق.

**ز- الألفاظ الجارحة**: في كثير من الأحيان تسبب بعض الكلمات فتورًا وبرودًا في العلاقة الزوجية، مما يجعل الزوجين يشعران بعدم تقبل بعضهما بعضًا، بالتالي تصل العلاقة إلى حد الانفصال.

**3- أسباب إقتصادية**

أ- الفقر المدقع الذي يعيشه بعض الأزواج مما يسبب حالة الإكتئاب الحاد لدى الزوجين فيطالب أحدهما بالطلاق لعدم رضاه بهذه الحياة.

ب- المرأة العاملة، والتي تحدث مشاكل كبيرة بسبب التدخل في التسيير الأسري بطريقة سلبية وفضة مما يؤدي إلى اختلال التوازن الأسري، وضياع الحقوق والواجبات.

جـ- الإستغلال التعسفي من طرفا لزوج لراتب وأموال الزوجة، دون إذنها مما يؤدي إلى احتقار المرأة للرجل، وطلب الطلاق أو الخلع.

د- التباين الحاد في المستوى المعيشي للزوجين قبل الزواج، فقد يكون أحد الطرفين -خاصة المرأة- تعيش في مستوى عالي ورخاء شديد في بيت أبيها، ثم تنتقل إلى العيش مع زوج لا يستطيع تلبية الحاجات التي كانت تتمتع بها في بيت أبيها فيؤدي ذلك إلى الشقاق والطلاق.

وهناك أسباب إقتصادية كثيرة لا يسعنا بسطها جميعها في هذه الدراسة.

**ثالثا- مجالات التدريب الزواجي**

**1- المجال الشرعي**

أ- القواعد النبوية في اختيار الزوجين لبعضهما:

المعايير التي وضعها النبي عليه السلام في اختيار الزوج هي الدين والخلق؛ حيث ورد عنه من طريق أبي حاتم المزني –رضي الله عنه- أن النبي –صلى الله عليه وسلم -قال:[ **إِذَا جاءكم مَنْ تَرْضَوْنَ دِينَهُ وَخُلُقَهُ فانكحوه إِلاَّ تَفْعَلُوا تَكُنْ فِتْنَةٌ فِي الأرض وفساد**][[4]](#footnote-4).

والمعايير العامة لاختيار الزوجة هي الدين والنسب والجمال والمال، وركز النبي عليه السلام على الدين حيث ورد عنه من طريق أبي حاتم المزني –رضي الله عنه- أن النبي –صلى الله عليه وسلم -قال:[ **تُنْكَحُ الْمَرْأَةُ لِأَرْبَعٍ: لِمَالِهَا، وَلِحَسَبِهَا، وَجَمَالِهَا، وَلِدِينِهَا، فَاظْفَرْ بِذَاتِ الدِّينِ تَرِبَتْ يَدَاكَ**][[5]](#footnote-5).

**ب- المفاهيم النبوية حول العلاقة الزوجية**

1- المرأة المسلمة لها خصوصيات بخلاف المرأة الغربية التي اقتحمت جميع مجالات الحياة.

2- المرأة هبة كما وصفها القرآن الكريم بقوله [**يهب لمن يشاء إناثا ويهب لمن يشاء الذكور**][[6]](#footnote-6).

3- الحياة عبارة عن أفكار إذا صححت هذه الأفكار تصحح الحياة وهذا الذي يحدث في الحياة الأسرية.

4- النظر إلى المرأة على أنها أقل شأنا من الرجل وهذا خطا بل لها نفس الحقوق مثل ما للرجل قال تعالى: [**ولهن مثل الذي عليهن بالمعروف**][[7]](#footnote-7).

5- التفضيل بين الرجل والمرأة هو في الجانب القيادة الأسرية والإنفاق فهو تفضيل تكليف لا تشريف.

6- المرأة هي شريكة الرجل وبالتالي وجب تقاسم الهموم فيما بينهما.

7- المرأة متعكرة المزاج ولا تستطيع العمل في الضغوط والرجل اقوي منها فوجب التعامل بانفتاح كبير وامتصاص الضغوط لكل منهما.

8- التعلم ليس مشكلة بالنسبة للمرأة لأن العلم نور وكلما تعلمت المرأة زاد رقي الحياة الزوجية وتميزها.

9- الضرب الذي تكلم الله عنه في القرآن الكريم هو ضرب تأديب وليس ضرب تخريب فلا يجوز الاعتداء عليهن.

10- الأسرار الزوجية بين الرجل والمرأة لا يجوز إفشاؤها لكي لا تمس باستقرار الأسرة.

11- لا يجب على الطرفين وخاصة المرأة استغلال حب الطرف الأخر للتفرعن وإحداث المشاكل الأسرية.

12- يجب على الزوجين مراعاة شعور كلاهما فلا ترد المرأة الخطأ بالخطأ بل تذهب إليه وتحاول إرضاءه.

13- التوسط في طلب النفقة على حسب حالة الزوج.

14- وجب معرفة الحقوق والواجبات التي ضمنها الله للزوجين.

**جـ- العلاقة الزوجية في ضوء المقاصد الشرعية**

من بين المشاكل التي يعالجها الإسلام فيما يتعلق بالعلاقة الزوجية: نشوز الزوجة، ونشوز الزوج، ومشكلة الشقاق بين الزوجين، ومشكلة عمل المرأة وما يترتب عليه، وكره المرأة زوجها، والظهار والإيلاء، ثم مشكلة شك الزوج في سلوك زوجته.[[8]](#footnote-8)

أيضا التدريب الزواجي يعالج قضايا أسرية مهمة، مثل النظر واللمس والكلام بين النساء والرجال من جواز ومنع، وتكلم عن لباس المرأة وزينتها، وما يشترط فيها، ومفهوم التبرج وحكمه، وحكم الاختلاط بين الرجـال والنساء، وتناول حقوق المرأة العامة وواجباتها.[[9]](#footnote-9)

أيضا، الآثار التي يمكن أن تظهر جراء ممارسة حق المساواة بين الرجل والمـرأة مطلقا، والحقوق الاقتصادية والاجتماعية للمرأة، وبيان أن للمرأة الحق المطلق في أداء أي عمل ترغب في أدائه بغض النظر عن القيمة الإنتاجية المنظورة، أو غير المنظورة، سواء كان في نطاق نشاطها المترلي، أو خارجه ما لم يعارض واجبا من واجباتها، وبيان التعارض الذي قد يقع بين حق المرأة في العمل بأجر، وبيان حق الزوج عليها.[[10]](#footnote-10)

**2- المجال النفسي**

**أ- هدي النبي –صلى الله عليه وسلم- للحوار الأسري الناجح والفعال**

**- الحوار الأسري الناجح**

**ا- مفهوم الحوار**

الحوار هو تلاقي مع النفس ومع الآخرين.[[11]](#footnote-11)

**ب- أهمية الحوار**

* خلق التفاهم والاهتمام
* زرع المودة والرحمة.
* تصحيح المفاهيم وضبط القيم.
* تخفيف الصراعات والمشاكل الزوجية
* حل المشاكل الأسرية.

**ج- أسباب انعدام الحوار بين الزوجين**

1 - التصنيفات الاجتماعية.

2- اختلاف البيئة الأسرية بين الزوجين.

3- التفاوت الطبقي والثقافي.

4- عدم الانسجام الفكري والنضج العاطفي.

5- النقص المعرفي في الحقوق والواجبات الشرعية.

6- فقدان الثقة المتبادلة بين الزوجين.

7- الأمراض النفسية والاضطرابات.

**د- القواعد الأساسية للحوار**

**1- مادة الحوار أن تكون:**

\* معلومة الهدف واضحة المعالم للمناقشة.

\* الموضوع المناسب والوقت المناسب

\* أن تكون اللغة مفهومة وواضحة.

\* أن تكون له مدة معينة.

\* أن لا يكون فيما يغضب الله.

**2- صفات المحاور**

\* الإخلاص ونية الوصول إلى نتيجة مرضية.

\* وجود الحنان.

\* عدم الاستئثار بالحديث.

\* حسن الاستماع.

\* مراقبة التصرفات.

\* الإحترام.

**3- صفات المستمع المنصت**

\* تجهيز النفس للاستماع.

\* الابتعاد عن الانشغال بأمور أخرى.

\* التفاعل مع الآخر.

\* لا تقاطع المحاور.

\* حاول أن تفهم كل ما يقوله محدثك.

\* استفهم من محاورك عم ما لم تفهمه.

**4- الهدف من الحوار الناجح**

\* الاعتدال

\* القدوة

\* حل المشكلات.

\* ضبط النفس

\* الخيار وليس الاستبداد.

**5- كيف تكسب المحاور**

\*دعه يتكلم ويلقي ما في جعبته.

\* توقف قليلا ثم تكلم.

\* لا تصر على الفوز 100%.

\* اعرض قضيتك بطريقة رقيقة.

\* تحدث من خلال الطرف الآخر

\* اسمح له بالحفاظ على ماء وجهه

**ب- التخطيط العائلي وصناعة أهداف الأسرة**

**ا- تعريف التخطيط**هو النظر للمستقبل والتخطيط له وتهيئة الموارد والوسائل لتحقيق الأهداف التي تم اختيارها.[[12]](#footnote-12)

**ب- فوائد التخطيط الأسري(18**)

1- يساعد الأسرة على تحقيق أهدافها والوصول إلى غاياتها.  
2- يربط الأسرة بأولوياتها التربوية من خلال وضوح الأهداف وسلامة الأساليب والوسائل الموصلة إليها.  
3- تحقيق اكبر قدر من السعادة الأسرية من خلال التزام الواجبات وأداء المسؤوليات فكل فرد في الأسرة يعرف دورة الذي يؤديه وهدفه الذي يرنو إليه.  
4- محاربة الفوضوية وهدر الطاقات والأوقات والأموال والتي تعرض الأسرة للكثير من المشكلات وبالتالي تقل المشكلات داخل الأسرة المسلمة مما يوفر الجو المناسب والمحتضن اللائق للتربية والعطاء..  
5- اتخاذ الاحتياطات اللازمة والوسائل المناسبة لتأمين مستقبل الأسرة وبنائه وفق تنظيم يضمن – بأذن الله – حياة سعيدة بعيدة عن الاضطراب والارتباك أو على الأقل يخفف حدتها ويهون وطأتها.  
6- تعريف الأزواج بمهامهم التخطيطية التي أنيطت بهم لرعايتها والاهتمام بها لاسيما في وقتنا الحاضر حيث كثرة وسائل الفساد مع جهل كثير بحقوق الأسرة ومسئولياتها.

**الخطوة الأولى: الرؤية ( ماذا نريد؟! ):**

الأسرة الذكية هي تلك التي تحمل رؤية واضحة لمستقبلها.

**الخطوة الثانية: الأهداف:**كل أسرة ذكية تعتزم تحقيق رؤيتها، تحتاج أولاً إلى أن تحدد أهدافاً لها.

**الخطوة الثالثة: الوسائل:**لن تتحقق الأهداف إن لم تكن هنالك وسائل مساعدة على بلوغها.

**الخطوة الرابعة: الجدول الزمني:**في هذه المرحلة يقوم الزوجان بوضع جدول زمني يمارسان فيه هذه الوسائل الممتعة لحياة سعيدة ضمن أسرة ذكية.

**الخطوة الخامسة: توزيع الأدوار:**كي يتقن كل زوج مهامه الموكلة له تقاسم الاثنان تنفيذ البرنامج.

**الخطوة السادسة: متابعة الخطة:**إنّ وضع الخطة التربوية لا يكفي، لأنها تحتاج إلى متابعة دائمة تربطها بالهدف الرئيس الذي تصبو إليه الأسرة ويحقق لها الديمومة والإتقان.

**أمور يجب أن ترافق التخطيط:**  
§ يجب أن تكون قوانين المنزل واضحة للجميع.   
§ ضرورة مراعاة الأولويّات.  
§ تحديد ضوابط العلاقات الداخليّة والخارجيّة داخل الأسرة وخارجها.  
§ توزيع الواجبات وبذل المكافآت.  
§ العدل بـين أفراد الأسرة وتعريفهم بمسؤولياتهم.  
§ الأخذ بالحكمة.   
§ مسؤوليّة متابعة الخطة هي مسؤوليّة جماعيّة.  
§ مراعاة مسألة الفروق الفردية عند التخطيط للأبناء.  
§ وضع شعار للأسرة يحفزها للوصول لهدفها، مثل "وسائل ممتعة لحياة تربوية في أسرة سعيدة ".

**جـ- الأنماط التمثيلية للزوجين وطرق اكتشافها واستعمالها**

**النمط البصري يتميز بالصفات التالية: النمط السمعي يتميز ب:**

1- الاعتناء بنظهره واللباس الواسع 1- الامتناع عن الكلام

2- يدخل في العموميات 2- القدرة الفائقة على الإستماع

3- التنظيم في كل شيئ 3- قراراتهم مبنية على التحليل الدقيق

4- قوة الملاحظة 4- هم أشخاص حذرين

5- الإنجاز والسرعة 5- يهتمون بالمظهر

6- يستخدم لغة الجسد

7- يفكر ويخطط وينظم

8- يمل من طول الحديث

9- يقرأ بسرعة

10- يسرح أثناء الحديث ويرتبط بالصور

النمط الحسي يتميز ب:

1- يحب الشعور

2- يحب التفصيل ثم التعميم

3- يحب اللمس

4- رقيق المعاملة

5- يغضب بسرعة

**4- مجال التعامل مع المشكلات الأسرية**

لا يوجد شيء واحد أنت عاجز عن الحصول عليه في هذه الدنيا ما دمت مقتنعا ذهنيا بإمكانية الحصول عليه. (روبرت كولييه)

هذه الإستراتيجية لها أربعة خطوات(34) لمعالجة أي مشكلة وهذه الخطوات هي كالآتي:

1- الفصل: وهو فصل المشاعر السلبية عن الموقف ذاته فمثلا لو وجدت مشكلة في البيت فافصل نقسك شعوريا عنها ثم احكم عليها عقليا وانظر هل تستحق أن تفكر فيها بطريقة سلبية أو لا وكل ما تحتاجه لكي تفصل ذاتك عن المشاعر السلبية هو التمرين وهو تدريب عقلك الباطن والواعي على معالجة مواقف التحدي بكفاءة واقتدار،حينئذ تستطيع مواجهة أي تحد في المستقبل.

**وهذه بعض التوجيهات**

1- ضع رابطا للتحكم بالذات.

2- اوجد مكانا مريحا لممارسة التمرين

3- تنفس بعمق وارتياح

4- أغمض عينيك وضع نفسك في مكان تحد وتخيل انك تواجهه.

**2- إبطال الانفعالات السلبية**

اشعر بالمشكلة ولكن ليس سلبيا وتعاطي مع الشخص عاطفيا ثم حاول أن توضح له أن المشكلة ليست كبيرة وابقي دائما على الحياد بعيدا عن الانفعالات.

**3- ركز على الحل**

وذلك عن طريق الاستراتيجيات التالية

ا- المساهمة مع الآخرين في حل المشكلة.

ب- الانفراد بالحل وتحمل المسؤولية كاملة.

**4- الربط بالانفعالات الايجابية.**

وهذه تأتي بعد الحلول وإيجادها فيرتبط الناس بالانفعالات الإيجابية مثلا بعد نقاش حاد مع زوجتك تقول إنني حقا اقدر مشاعرك وكل ما فعلت وهذا رابط ايجابي.

**5- المجال القيادي وإدارة الأسرة**

**أ- صفات قائد الأسرة الناجح**

من أنت يا هذا؟أما لك في الورى عقل يفكر في الأمور فيحســـــــــم

إني لأرجوا أن أراك مزمجرا أنا مؤمن بمبادئي أنا مسلم

**الصفة الأولى: الرؤية المرشدة**

إننا لا نستطيع أن نسيطر على الحاضر ونضبط إيقاعه إلا من خلال مجموعة من الآمال والطموحات المستقبلية.

إن الرؤية المرشدة تلعب دورا كبيرا في قوة الأسرة ودوامها مثل ما اكتشف العالم النمساوي فيكتور فرانكل خلال فترة بقائه في معسكرات النازية إن اغلب الناجين كانت لهم قوة خارقة وهي الرؤية المستقبلية، وهذا موجود عند الأسر المتميزة فمن كانت له رؤية اقدر من سواه على مواجهة والحياة.

**الصفة الثانية: التوازن**

(لئن نمت النهار لأضيعن الرعية، ولئن نمت الليل لأضيعن نفسي، فكيف بالنوم مع هذين يا معاوية)

عمر بن الخطاب.

الطاقات الأربع التي يكون فيها التوازن: (21)

1- العقل: وذلك بتنميته عن طريق العلم والقراءة والتعلم للمهارات الإبداعية

2- الجسد: وذلك بالرياضة والأكل الصحي.

3- العاطفة: الصادقة التي تشعرك بأهمية الآخرين.

4- الروح: بالاستغراق في العبادة الممدة للقوة.

**الصفة الثالثة: المهارة في التعامل مع الإنسان**

تقول الأبحاث العلمية الحديثة: إن نجاح الإنسان في القيادة مرهون بقدرته على إتقان مهارات التعامل وان 75% من النجاح في القيادة يعزى إلى مهارات التعامل، وليس بالضرورة استعمالها جميعها، بل حسب الموقف والشخص المقابل.

**ومن هذه المهارات مايلي:**

1- مهارة الاستماع

2- التأثير

3- التحفيز

4- بناء العلاقات.

**الصفة الرابعة: التحكم.**

وهي التحكم في أمور كثيرة تتعلق بالأسرة داخليا وخارجيا ويكون التحكم بمايلي:

1- المعرفة والحضور

2- الإدارة الأسرية المتميزة بالشجاعة والتنظيم ومعرفة الأشخاص وقوة القرارات.

3- التوجيه، وذلك بالمشاورة والثقة بأفراد الأسرة والعدل والإصلاح.

**الصفة الخامسة: معرفة الأشخاص**

قال أحد رجال الأعمال الناجحين عن سر تفرقه: لم أكن اعرف الآلات كما يجب، ولكن كنت اعرف الرجال.

**ب- الأساليب القيادية**

**ا- الشورى**: وهو أول مبدأ في الإسلام للقيادة الإسلامية، ولقد أوضح القران ذلك بضرورة التزام القائد المسلم بالتشاور بقوله تعالى: **﴿والذين استجابوا لربهم وأقاموا الصلاة وأمرهم شورى بينهم ومما رزقناهم ينفقون﴾[[13]](#footnote-13)** .

**ب- العدل:** على القائد أن يتعامل مع أهل بيته بالعدل والإنصاف، والقران الكريم يأمر المسلمين إن يكونوا عادلين في كل ما يتعلق بحياتهم حيث قال تعالى**:﴿يا أيها الذين ءامنوا كونوا قوانين بالقسط شهداء لله ولو على أنفسكم أو بالوالدين والأقربين إن يكن غنيا أو فقيرا فالله أولى بهما... ﴾[[14]](#footnote-14)**

ج- على القائد الأسري أن يوفر المناخ المناسب للنقد البناء وان يطالب به شخصيا، ولأفراد الأسرة حق التعبير الحر عن أرائهم وإبداء اعتراضاتهم والمطالبة بالرد على أسئلتهم.[[15]](#footnote-15)

**جـ- اقتصاد وتسيير الأسرة**

**6- المجال التواصلي والتنموي**

**- فنون التواصل**

**ا- تعريف الاتصال:**

هو أن تمكن الناس من التعرف غليك وان تسمح لهم بان يتوصلوا إلى فهم متبادل معك وإذا هم فعلوا ذلك فإنهم سوف يحترمونك ويقدرونك على حقيقتك هذه العملية تتضمن مشاركة أفكارك ومشاعرك مع الناس بأمانة.[[16]](#footnote-16)

**ب- الهدي النبوي في التواصل الأسري:**

يضع كثير من الناس أقنعة على وجوههم لأنهم يخشون أن يكتشفهم الآخرون ويرفضونهم ولمواجهة ذلك علينا أن نلقاهم بمحبة ونقيلهم على ما هم عليه وعلينا أن نكون أمناء وتلقائيين وصادقين فنعامل أفراد الأسرة بعناية ولطف ونكون متفهمين وحساسين لاحتياجاتهم، ونشعرهم بالحرص والتعاطف والرحمة ولهذا وصفه الله بالرحمة اللين لقوله تعالى: **﴿فبما رحمة من الله لنت لهم ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك..**. **﴾**[[17]](#footnote-17).

**ج- قواعد الاتصال:**

هناك طرق عديدة للاتصال المتميز الذي يكون داخل أسرة متميزة ومن بين هذه القواعد مايلي:

1- أن يكون الاتصال من الداخل أي من داخل الأسرة وليس من المحيط الخارجي، وذلك بان يبادر الزوج أو الزوجة بمحاولة الكلام القلبي في أمور متميزة.

2- التفاعل مع الشخص داخل الأسرة في الوقت المناسب وعدم التذرع بقلة الوقت.

3- اقض فترة راحة مع الطرف الآخر، و الأولاد لتجديد العلاقة بين أفراد الأسرة.

4- الابتسامة من الأمور العجيبة التي تخلق المودة والصداقة والراحة والطمأنينة النفسية لقوله صلى الله عليه وسلم:(**تبسمك في وجه أخيك صدقة**)[[18]](#footnote-18).

5- حاول أن تفهم نفسك وان تفهم الآخرين لكي يفهمك بعد ذلك الآخرون، وهذه القاعدة مشهورة في فنون التواصل المتميز وهي أن تفهم الطرف الأخر بكل جوارحك وان تحاول أن تبحث في كلامه عن النقاط غير المفهومة وان توضح أفكارك بشكل جيد حتى يفهمك الآخر.

**7- المجال الأخلاقي والتزكوي**

**أ- التزكية**

**1- العبادة في الحياة الأسرية**

1- العبادة اسم جامع لكل ما يتقرب به إلى الله من طاعات مشروعة في الكتاب والسنة، والعبادة في الحياة الأسرية من الأمور التي ركز عليها النبي عليه السلام، والتي تحافظ على استقرار الأسرة المسلمة، في ظل الظروف العالمية الراهنة.[[19]](#footnote-19)

2- خلق الله الإنسان من مادة وروح بحيث تحتاج المادة إلى الرياضة والأكل للحفاظ عليها في حين تحتاج الروح للعبادة للمحافظة عليها.

3- الإنسان خلق للعبادة مصداقا لقوله تعالى: **﴿وما خلقت الجن والانس إلا ليعبدون﴾.**[[20]](#footnote-20)

4- الإستمساك بالعبادة في الحياة الزوجية، كاف للقضاء على القلق والتوتر.[[21]](#footnote-21)

**والآن سنركز على أربعة محطات للعبادة في الحياة الأسرية:**

**المحطة الأولى: خلق التقوى**

وهو أن يجدك الله حيث يريد ويفتقدك حيث يكره، ولعل هذا الأمر هو الذي ركزت عليه إحدى نساء التابعين حين قالت له: اتق الله فينا فإننا نصبر على الجوع ولا نصبر على النار.

ومن ثمار التقوى في الحياة الأسرية:

ا- ذهاب الغضب

ب- الحفظ لكل منهما من الخيانة الزوجية.

ج- سبب في الغنى.

**المحطة الثانية: المداومة على الأذكار الشرعية**

حيث قال النبي عليه السلام: [**مثل البيت الذي يذكر فيه الله والبيت الذي لا يذكر فيه مثل الحي والميت**].[[22]](#footnote-22) والأذكار كثيرة ومتعددة في الصباح والمساء في الليل والنهار، في المناسبات، وفي كل الأوقات.

**المحطة الثالثة: صلاة النافلة**

وهذه العبادة من أحب العبادات إلى الله سبحانه وتعالى، حيث جاء في الحديث القدسي عن النبي فيما يرويه عن ربه قال:[**قال الله تعالى: من عادى لي وليا فقد آذنته بالحرب، ولا يزال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه، فإذا أحببته، أصبحت سمعه الذي يسمع به، وبصره الذي يبصر به، ويده التي يبطش بها، ولإن سألني لأعطينه، ولأن استعاذني لأعيذنه**][[23]](#footnote-23).

**المحطة الرابعة: الدعاء**

ورد عن النبي عليه السلام قوله من حديث النعمان بن بشير –رضي الله عنه:[ **الدعاء هو العبادة**][[24]](#footnote-24).

والدعاء له آثار عجيبة في الحياة الأسرية لمن داوم عليه، وحافظ على أركانه وشروطه، وأركان الدعاء هي: الإخلاص في الدعاء، عدم الإستعجال، وعدم أكل الحرام.

وقد حث الله سبحانه وتعالى على الدعاء في آيات كثيرة بقوله: **﴿ وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ ﴾** [[25]](#footnote-25)، وقوله: **﴿ وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴾**[[26]](#footnote-26).

**ب- الأخلاق**

الأخلاق النبوية التي علمها لنا النبي عبيه السلام، هي مفاتيح الأسرة المتماسكة في عصر العولمة والحداثة، والتي تحافظ عليها في ظل التغيرات السريع في العصر الحديث.

ومن المفاهيم التي طغت على الأخلاق الفاضلة، التقاليد الفاسدة والراكدة والبعيدة عن ديننا الإسلامي، وتأثير الإعلام الغربي الذي يصور الأسرة قائمة على معايير الحب والجمال فقط. ونسي أن الأسرة هي عبارة عن مؤسسة اجتماعية ودينية ذات وظائف متعددة.

فالزواج لا يجب أن يبنى على الحب فقط وهذا ما قرره عمر بن الخطاب رضي الله عنه لما أتاه رجل عرف بأنه كثير الطلاق للزوجات فلما كلمه قال له: إنها أخبرتني بأنها تبغضني في الله فطلقتها، فلما سأل عمر زوجة الرجل قالت له: نعم أخبرته لأنه سألني بالله، فقال عمر بن الخطاب: (ويحك! ألم تبنَ البيوت إلا على الحب؟).

فالزواج جعله الله مبنيا على المودة والرحمة بقوله تعالى:**﴿** **[وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾](http://quran.ksu.edu.sa/tafseer/qortobi/sura30-aya21.html)**[[[27]](#footnote-27)](http://quran.ksu.edu.sa/tafseer/qortobi/sura30-aya21.html)**[.](http://quran.ksu.edu.sa/tafseer/qortobi/sura30-aya21.html)**

والمرأة التي ركز عليها النبي هي ذات الخلق والدين حيث ورد من حديث أبي هريرة –رضي الله عنه- أن النبي –عليه السلام- سئل:[**أي النساء خير؟ قال: التي تسره إذا نظر، وتطيعه إذا أمر، ولا تخالفه في نفسها ومالها بما يكره**][[28]](#footnote-28).

وهي التي تخاف من أن يغضب عليها زوجها بحيث قال النبي عله السلام من حديث ابن عباس –رضي الله عنهما-:[[**ثلاثة لا ترفع صلاتهم فوق رءوسهم شبرا: رجل أم قوما، وهم له كارهون، وامرأة باتت وزوجها عليها ساخط، وأخوان متصارمان**](http://library.islamweb.net/newlibrary/display_book.php?bk_no=14&ID=1433&idfrom=2321&idto=2880&bookid=14&startno=10#docu)**][[29]](#footnote-29)** .

**8- المجال الإجتماعي**

**أ- طرق التعامل مع الأقارب**

**1- وصية النبي في صلة الرحم:** حيث أمَر بها عليه الصلاة والسلام أوّلَ مقدمِه إلى المدينة، فعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ سَلَامٍ قَالَ: لَمَّا قَدِمَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْمَدِينَةَ انْجَفَلَ النَّاسُ قِبَلَهُ، وَقِيلَ: قَدْ قَدِمَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَدْ قَدِمَ رَسُولُ اللَّهِ، قَدْ قَدِمَ رَسُولُ اللَّهِ، ثَلَاثًا، فَجِئْتُ فِي النَّاسِ لِأَنْظُرَ فَلَمَّا تَبَيَّنْتُ وَجْهَهُ عَرَفْتُ أَنَّ وَجْهَهُ لَيْسَ بِوَجْهِ كَذَّابٍ، فَكَانَ أَوَّلُ شَيْءٍ سَمِعْتُهُ تَكَلَّمَ بِهِ أَنْ قَالَ:**[ يَا أَيُّهَا النَّاسُ، أَفْشُوا السَّلَامَ، وَأَطْعِمُوا الطَّعَامَ، وَصِلُوا الْأَرْحَامَ، وَصَلُّوا بِاللَّيْلِ وَالنَّاسُ نِيَامٌ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ بِسَلَامٍ][[30]](#footnote-30).**

وعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ**: [وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيَصِلْ رَحِمَهُ][[31]](#footnote-31).**

**2- صلة الرحم من العبادات:**صلةُ الرحم عبادةٌ جليلة مِن أخصِّ العبادات، يقول عمرو بن دينار: "ما مِن خَطْوةٍ بعد الفريضةِ أعظمُ أجرًا من خَطوةٍ إلى ذي الرّحم" ثوابُها معجَّل في الدنيا، ونعيمٌ مدَّخرَ في الآخرة، **قال: [ليس شيء أُطِيعَ اللهُ فيه أعْجَل ثوابًا من صِلةِ الرحم ][[32]](#footnote-32).**

**3- الرأفة بذوي الأرحام**: وذلك بالعطف عليهم ورحمتهم والإنفاق عليهم، والنصح لهم، والقائمُ بحقوقِ ذوي القربَى موعودٌ بالجنّة، يقول عليه الصلاة والسلام عَنْ عِيَاضِ بْنِ حِمَارٍ الْمُجَاشِعِيِّ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ ذَاتَ يَوْمٍ فِي خُطْبَتِهِ:[**وَأَهْلُ الْجَنَّةِ ثَلَاثَةٌ، ذُو سُلْطَانٍ مُقْسِطٌ مُتَصَدِّقٌ مُوَفَّقٌ وَرَجُلٌ رَحِيمٌ، رَقِيقُ الْقَلْبِ لِكُلِّ ذِي قُرْبَى، وَمُسْلِمٍ وَعَفِيفٌ مُتَعَفِّفٌ ذُو عِيَالٍ ][[33]](#footnote-33).**

**ب- طرق التعامل مع الجيران**

**1- الإحسان إليه:** قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم- من حديث ابن عمر وعائشة -رضي الله عنهما-: **[مازال جبريل يوصيني بالجار حتى ظنت أنه سيورثه][[34]](#footnote-34) .**

**2- عدم إيذائهم:** عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ:قَالَ رَجُلٌ: [يَا رَسُولَ اللهِ، **إِنَّ لِي جَارًا يُؤْذِينِي، فَقَالَ: انْطَلِقْ فَأَخْرِجْ مَتَاعَكَ إِلَى الطَّرِيقِ، فَانْطَلَقَ، فَأَخْرِجَ مَتَاعَهُ، فَاجْتَمَعَ النَّاسُ عَلَيْهِ، فَقَالُوا: مَا شَأْنُكَ؟ قَالَ: لِي جَارٌ يُؤْذِينِي، فَذَكَرْتُ لِلنَّبِيِّ صلى الله عليه وسلم، فَقَالَ: انْطَلِقْ فَأَخْرِجْ مَتَاعَكَ إِلَى الطَّرِيقِ، فَجَعَلُوا يَقُولُونَ: اللَّهُمَّ الْعَنْهُ، اللَّهُمَّ أَخْزِهِ، فَبَلَغَهُ، فَأَتَاهُ فَقَالَ: ارْجِعْ إِلَى مَنْزِلِكَ، فَوَاللهِ لا أُؤْذِيكَ].[[35]](#footnote-35)**

**الخاتمة**

يعتبر تدريب المقبلين على الزواج من جميع النواحي الحياتية أمرا في غاية الأهمية، لأن أغلبهم ينشغلون خلال استعدادهم لمراسم الزواج بتجهيز المنزل وبالشؤون المادية، ولا يهتمون بطبيعة الحياة في ما بينهم، وكيف ستكون في المستقبل، وهو الأمر الذي يجعل الزوجين يصطدمان بالمشاكل التي قد يتعرضان لها مع أول أسبوع أو شهر من الزواج، مما يؤدي إلى توتر العلاقة بينهما، وتعرض الحياة الزوجية لهزات عنيفة يمكن أن تؤدي إلى الطلاق، لذلك فإن دورات التدريب الزواجي توضح كيفية تقبل كل طرف للآخر ومدى قدرته على التعايش معه، وكيفية تجاوز المشاكل التي تواجههما، وتحديد رغبات الطرفين، ومعرفة دوافع الزواج، وهل يتفق الطرفان حول نظرة كل منهما للآخر.

**قائمة المصادر والمراجع**

- أحمد أباش، الأسرة بين الجمود والحداثة، ط1، منشورات الحلبي الحقوقية، بيروت(لبنان)،2011.

- البخاري محمد بن إسماعيل، الأدب المفرد، تصحيح: محمد ناصر الدين الألباني، ط4، مكتبة الدليل، المملكة العربية السعودية، 1418ه/1997م.

- الترمذي أبي عيسى بن عيسى، الجامع الكبير، تحقيق: بشار عواد معروف، دار الغرب الإسلامي، ط1، بيروت، 1996م.

- العسقلاني أحمد بن علي بن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، دار الريان للتراث، ط1،الرياض، 140ه/1986م.

- القاري علي بن سلطان محمد، مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح، دار الفكر، ط1، بيروت، 1422 هـ/2002 م.

- القضاعي أبي عبد الله محمد بن سلامة، مسند الشهاب، مؤسسة الرسالة، ط1، بيروت، 1405ه/1985م.

- النسائي أبو عبد الرحمن بن أبي شعيب، السنن الكبرى، مؤسسة الرسالة، ط1، بيروت، 1421ه/2001م.

- النووي يحي بن شرف، المجموع شرح المهذب، مطبعة المنيرية، ط1، القاهرة، دت.

- إلياس دكار، التأهيل الأسري المتميز، دورة تدريبية،2011.

- حسين ديابي، قواعد الحوار الناجح، دورة تدريبية، دورة التأهيل الأسري، قسنطينة،2007.

- حليمة قبي ومحمد بوركاب، العبادة في الحياة الزوجية، دورة التأهيل الأسري، قسنطينة،2007.

- ديل كارنيجي، دع القلق وابدأ الحياة، ط2، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر، 1995م.

- زيدان، عبد الكريم، المفصل في أحكام المرأة والبيت المسلم في الشريعة، مؤسسة الرسالة، ط2، بيروت، 1415هـ/1994م.

- عبد الدايم كحيل، روائع الإعجاز النفسي في القرآن والسنة، موقع عبد الدايم، 22-04-2012.

- علي الحمادي، دورة مهارات العرض والإلقاء والتحدث أمام الجماهير، الجزائر، 2006.

- لاشين، عطية عبد الموجود إبراهيم، مشكلات زوجية وحلولها الفقهية، المكتبة الأزهرية للتراث، ط1، القاهرة، 1410ه/1990م.

- محمد مايمون، دورة التخطيط الإستراتيجي الشخصي، قسنطينة، 2011.

- نصار حسني، حقوق المرأة في التشريع الإسلامي والدولي المقارن، دار النشر للثقافة، ط2، الإسكندرية، د.ت.

- هشام طالب، دليل التدريب القيادي، المعهد العالمي للفكر الإسلامي، عمان، 2006م.

1. علي الحمادي، دورة مهارات العرض والإلقاء والتحدث أمام الجماهير، الجزائر، 2006، ص06. [↑](#footnote-ref-1)
2. أحمد أباش، الأسرة بين الجمود والحداثة، ط1، منشورات الحلبي الحقوقية، بيروت(لبنان)،2011، ص05. [↑](#footnote-ref-2)
3. إلياس دكار، التأهيل الأسري المتميز، دورة تدريبية،2011. [↑](#footnote-ref-3)
4. الترمذي أبي عيسى بن عيسى، الجامع الكبير، تحقيق: بشار عواد معروف، أبواب النكاح، باب ما جاء إذا جاءكم من ترضون دينه فزوجوه، حديث رقم: 1085، دار الغرب الإسلامي، ط1، بيروت، 1996م، المجلد الثاني، ص: 381. [↑](#footnote-ref-4)
5. العسقلاني أحمد بن علي بن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، كتاب النكاح، باب الأكفاء في الدين، حديث رقم: 5090، الجزء التاسع، ص: 35.. [↑](#footnote-ref-5)
6. (الشورى/49). [↑](#footnote-ref-6)
7. (البقرة/228). [↑](#footnote-ref-7)
8. للإستزادة والإطلاع إقرأ: لاشين عطية عبد الموجود إبراهيم، مشكلات زوجية وحلولها الفقهية، المكتبة الأزهرية للتراث، ط1، القاهرة، 1410ه/1990م. [↑](#footnote-ref-8)
9. زيدان عبد الكريم، المفصل في أحكام المرأة والبيت المسلم في الشريعة، مؤسسة الرسالة، ط2، بيروت، 1415هـ/1994م. [↑](#footnote-ref-9)
10. نصار حسني، حقوق المرأة في التشريع الإسلامي والدولي المقارن، دار النشر للثقافة، ط2، الإسكندرية، د.ت. [↑](#footnote-ref-10)
11. حسين ديابي، قواعد الحوار الناجح، دورة تدريبية، دورة التأهيل الأسري، قسنطينة،2007، ص08. [↑](#footnote-ref-11)
12. محمد مايمون، دورة التخطيط الإستراتيجي الشخصي، قسنطينة، ص03. [↑](#footnote-ref-12)
13. [الشورى/38]. [↑](#footnote-ref-13)
14. [النساء/135]. [↑](#footnote-ref-14)
15. هشام طالب، دليل التدريب القيادي، المعهد العالمي للفكر الإسلامي، عمان، 2006م، ص52. [↑](#footnote-ref-15)
16. هشام طالب، دليل التدريب القيادي، ص125. [↑](#footnote-ref-16)
17. (آل عمران/159). [↑](#footnote-ref-17)
18. البخاري محمد بن إسماعيل، الأدب المفرد، تصحيح: محمد ناصر الدين الألباني، باب من هدى زقاقا أو طريقا، حديث رقم: 891، ط4، مكتبة الدليل، المملكة العربية السعودية، 1418ه/1997م، ص: 331. [↑](#footnote-ref-18)
19. حليمة قبي ومحمد بوركاب، العبادة في الحياة الزوجية، دورة التأهيل الأسري، قسنطينة،2007. [↑](#footnote-ref-19)
20. (الذاريات/56). [↑](#footnote-ref-20)
21. ديل كارنيجي، دع القلق وابدأ الحياة، ط2، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر، 1995م، ص: 65. [↑](#footnote-ref-21)
22. العسقلاني أحمد بن علي بن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، [باب فضل ذكر الله عز وجل](http://hadithportal.com/show.php?show=show_thkreej&selid=187103&hid=1351&cat=%D8%B5%D8%AD%D9%8A%D8%AD%20%D9%85%D8%B3%D9%84%D9%85&chapter=%D9%83%D9%90%D8%AA%D9%8E%D8%A7%D8%A8%D9%8F%20%D8%B5%D9%8E%D9%84%D9%8E%D8%A7%D8%A9%D9%90%20%D8%A7%D9%84%D9%92%D9%85%D9%8F%D8%B3%D9%8E%D8%A7%D9%81%D9%90%D8%B1%D9%90%D9%8A%D9%86%D9%8E%20%D9%88%D9%8E%D9%82%D9%8E%D8%B5%D9%92%D8%B1%D9%90%D9%87%D9%8E%D8%A7)، حديث رقم: 6070. [↑](#footnote-ref-22)
23. العسقلاني أحمد بن علي بن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، كتاب الرقاق، باب التواضع، حديث رقم: 6502، دار الريان، للتراث، ط1،الرياض، 1407ه/1986م، جزء 11، ص: 348.. [↑](#footnote-ref-23)
24. القضاعي أبي عبد الله محمد بن سلامة، مسند الشهاب، حديث رقم: 29، مؤسسة الرسالة، ط1، بيروت، 1405ه/1985م، المجلد الأول، ص: 51-52. [↑](#footnote-ref-24)
25. (غافر/60). [↑](#footnote-ref-25)
26. (البقرة/186). [↑](#footnote-ref-26)
27. (الروم/31). [↑](#footnote-ref-27)
28. النسائي أبو عبد الرحمن بن أبي شعيب، السنن الكبرى، كتاب النكاح، باب أي النساء خير، حديث رقم: 5324، مؤسسة الرسالة، ط1، بيروت، 1421ه/2001م، الجزء الخامس، ص: 161. [↑](#footnote-ref-28)
29. النووي يحي بن شرف، المجموع شرح المهذب، كتاب الصلاة، باب صفة الأئمة، مطبعة المنيرية، ط1، القاهرة، الجزء الرابع، ص: 172. [↑](#footnote-ref-29)
30. الترمذي، السنن، كتاب صفة القيامة، باب: حدثنا محمد بن بشار، 4/ 652، برقم: 2485، وقال: هذا حديث صحيح. [↑](#footnote-ref-30)
31. العسقلاني ابن حجر، فتح الباري، كتاب الأدب، باب إكرام الضيف وخدمته إياه بنفسه...، حديث رقم: 5700. [↑](#footnote-ref-31)
32. البيهقي، السنن الكبرى، [كِتَابُ الضَّحَايَا](http://library.islamweb.net/hadith/display_hbook.php?bk_no=673&pid=333117) » بَابُ مَا حُرِّمَ عَلَى بَنِي إِسْرَائِيلَ، ثُمَّ ...حديث رقم: 18290. [↑](#footnote-ref-32)
33. [صحيح مسلم](http://hadithportal.com/index.php?show=book&book_id=31)، [كتاب الْجَنَّةِ وَصِفَةِ نَعِيمِهَا وَأَهْلِهَا](http://hadithportal.com/index.php?show=chapter&chapter_id=61&book=31)، [بَابُ الصِّفَاتِ الَّتِي يُعْرَفُ بِهَا فِي الدُّنْيَا أَهْلُ الْجَنَّةِ وَأَهْلُ النَّارِ](http://hadithportal.com/index.php?show=bab&bab_id=1267&chapter_id=61&book=31)، حديث رقم: 5240. [↑](#footnote-ref-33)
34. القاري علي بن سلطان محمد، مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح، كتاب الآداب،باب الشفقة والرحمة على الخلق، حديث رقم: 4964، مجلد 8، ص: 3111، دار الفكر، ط1، بيروت، 1422هـ/2002م. [↑](#footnote-ref-34)
35. البخاري، الأدب المفرد، حديث رقم: 119. [↑](#footnote-ref-35)