



مبادرة السنة الأولى بعد الزواج



المقدمة

تُعد السنة الأولى من الزواج مرحلة حساسة في حياة الزوجين، تتشكل فيها أسس التفاهم والاستقرار الأسري. ومن هذا المنطلق، جاءت مبادرة "سنة أولى بعد الزواج" لتزويد الأزواج الجدد بالمهارات الحياتية والزوجية التي تسهم في بناء علاقة ناجحة ومستقرة قائمة على الاحترام والمودة والتفاهم.

الأهداف



01 تمكين الأزواج الجدد من مهارات التواصل الفعّال وإدارة الخلافات الزوجية.

02 تمكين الأزواج الجدد من مهارات التواصل الفعّال وإدارة الخلافات الزوجية.

03 تمكين الأزواج الجدد من مهارات التواصل الفعّال وإدارة الخلافات الزوجية.

04 تمكين الأزواج الجدد من مهارات التواصل الفعّال وإدارة الخلافات الزوجية.

05 تمكين الأزواج الجدد من مهارات التواصل الفعّال وإدارة الخلافات الزوجية.

الفئة المستهدفة



- الأزواج والزوجات الجدد (من عقد قرانهم حتى مرور سنة على الزواج).
- المقبلين على الزواج (اختياري ضمن المرحلة التوسعية للمبادرة).



محاور البرنامج (المحتوى التدريبي):

التواصل الفعّال بين الزوجين



- مهارات الإنصات
- التعبير عن المشاعر والاحتياجات

إدارة الخلافات الزوجية



- فهم الخلافات الطبيعية
- آليات الحل والتفاوض

إدارة الخلافات الزوجية



- فهم الخلافات الطبيعية
- آليات الحل والتفاوض

العلاقة العاطفية والنفسية



- فهم الفروقات بين الرجل والمرأة
- بناء الثقة والدعم المتبادل

المسؤوليات الأسرية

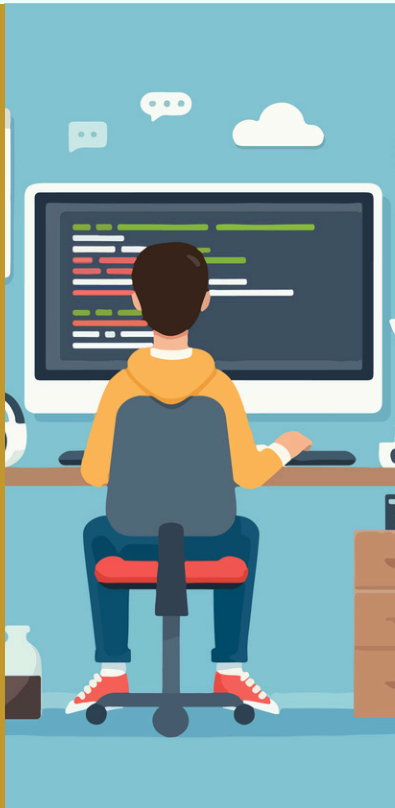


- الأدوار بين الزوجين
- التفاهم حول شؤون المنزل والعمل

الصحة الإنجابية والنفسية (بالتعاون مع مختصين)



- توعية حول الحمل والإنجاب
- الدعم النفسي في الحياة الجديدة



الأنشطة المصاحبة

- ورش عمل تفاعلية (حضورية أو عبر الإنترنت).
- جلسات استشارية مجانية مع مختصين (اجتماعيين، نفسيين، شرعيين).
- لقاءات دورية للأزواج لتبادل الخبرات والتجارب.
- كتيب أو دليل إلكتروني بعنوان "دليل السنة الأولى من الزواج".
- مسابقة شهرية لأجمل تجربة ناجحة في الحياة الزوجية.



الشركاء المحتملون :

- وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية
- الجمعيات الأسرية والمراكز الاجتماعية
- مكاتب الزواج والإرشاد الأسري
- جمعية المودة الأسرية
- المستشفيات والمراكز الصحية

مؤشرات الأداء :

- عدد المشاركين في المبادرة.
- نسبة الأزواج المستفيدين الذين أبدوا رضاهم عن البرنامج.
- انخفاض نسبة الخلافات أو الطلاق المبكر بين المستفيدين.
- عدد الورش والجلسات المنفذة.



الأثر المتوقع



- 04 بناء أسر أكثر سعادة
وتفاهماً.
- 03 تقوية الروابط العائلية
وتقليل المشكلات
الزوجية.
- 02 زيادة الوعي بثقافة
الحوار والتفاهم.
- 01 تعزيز الاستقرار
الأسري في المجتمع.



khulisosrah@gmail.com



www.taudud.org



+966 50 462 2622 | +966 55 508 4527



جامع القطان - مخطط السلام - خليص

ساهم معنا

SA64 8000 0440 6080 1020 0002

