

كراسته  
السعادة  
الزوجية

# كراسة السعادة الزوجية

تأليف وتصميم:

**أدهم هلالي**

تصميم الغلاف:

**أدهم هلالي**

رقم الإيداع: 2016/27454

الترقيم الدولي: 978-977-820-010-2



إشراف عام:

**محمد جميل صبري**

**نيفين التهامي**

\*\*\*

## كيان للنشر والتوزيع

٢٢ ش الشهيد الحي بجوار مترو ضواحي الجيزة - الهرم

هاتف أرضي: 0235688678 - 0235611772

هاتف محمول: 01005248794-01000405450-01001872290

بريد إلكتروني: [kayanpub@gmail.com](mailto:kayanpub@gmail.com) - [info@kayanpublishing.com](mailto:info@kayanpublishing.com)

الموقع الرسمي : [www.kayanpublishing.com](http://www.kayanpublishing.com)

© جميع الحقوق محفوظة، وأي اقتباس أو إعادة طبع أو نشر في أي صورة كانت ورقية أو إلكترونية أو بأية وسيلة سمعية أو بصرية دون إذن كتابي من الناشر، يعرض صاحبه للمساءلة القانونية.



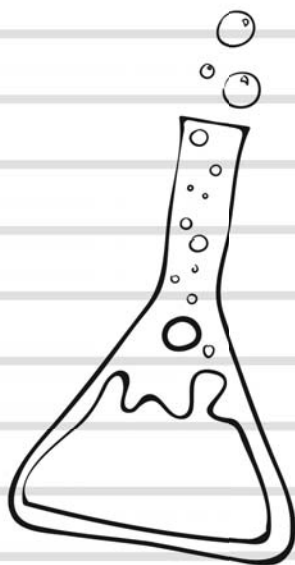
أُرهم هلالى

ننزيك  
الكفاة

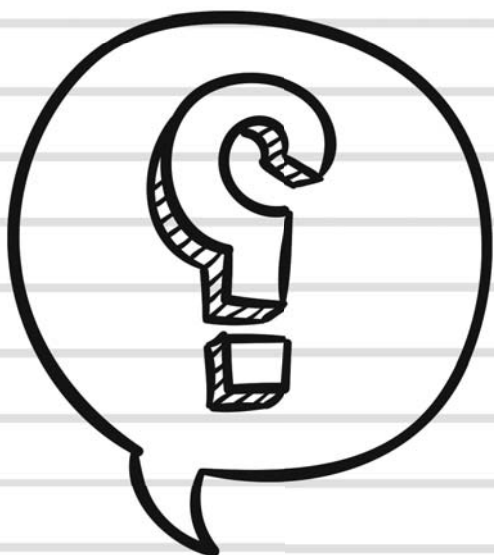
FAMILY CENTER

إلى زوجتي و صديقتي و معشوقتي

من تعلمت معها معنى العاده الزوجيه

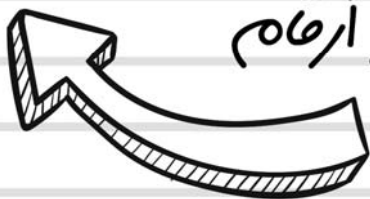


**”جعل البسيط معقداً هو أمر شائع  
ولكن جعل المعقد بسيطاً  
فهذا هو الإبداع“**  
**تشارلز مينجوس**

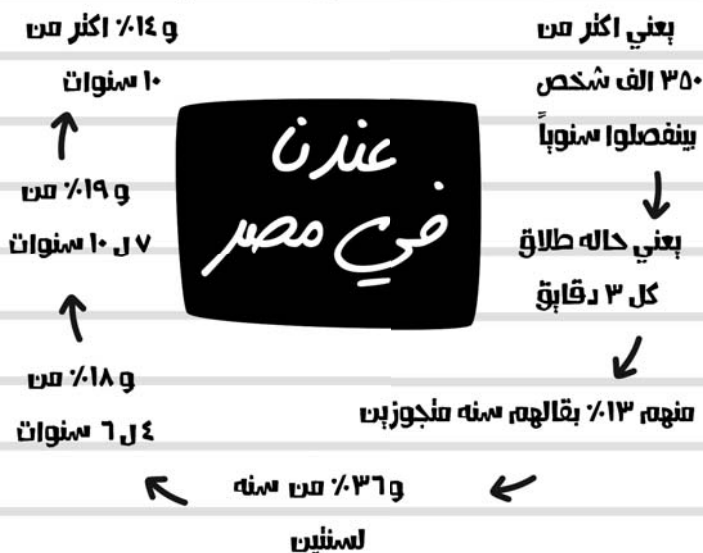


ليه الكراسه ديه

حقائق و أرقام



# ١٧٢ ألف حاله طلاق سنوياً



المصدر : الجهاز المركزي للتعبة العامه والاحصاء



**هل حدد علماء السعادة ؟**

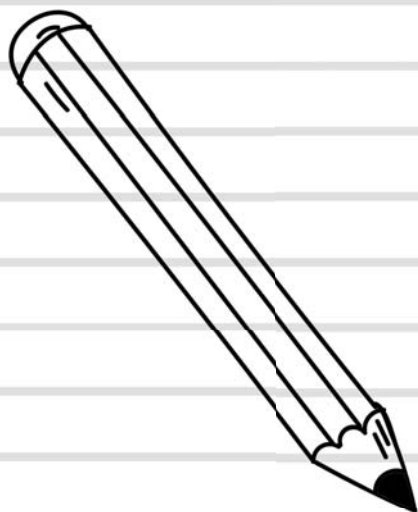
**للأسف مفيش دروس في المدرسه  
نُعلم منها السعادة**

**بس الخبر الجميل إنك هنا  
هتكتشف السعادة بشكل عملي  
و خطوه خطوه هخليك تعرف  
بعتي إيه سعادة زوجيه**



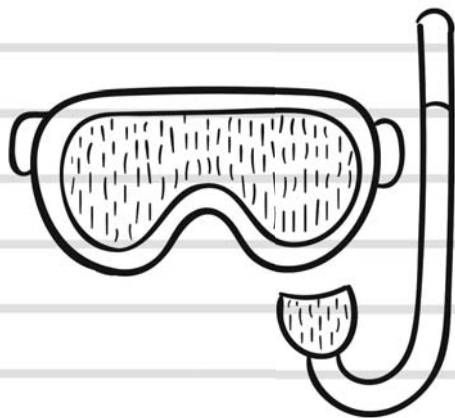
# اكتشف سعادتك الزوجيه





**هات قلم رصاص**

# شوپہ عمق



اللہ جی شویہ اسئلہ . اسئلہ بیٹھ

بس عمیقہ جدا

غوص جواک و خد و شک

المصم ان الا جابات تکلون فعلا معبره عنک

خلیک وامعی

هو يعني إيه تكون سعيد ؟



اكتب قائم بالاجابات التي بتخليك مبوط



# الحاجات اللي اثنا فاكرا انها هنخليك سعيد



حاجات لم عملتها ش





السعادة الشخصية هي نجاح شخص

السعادة الزوجية هي نجاح اثنين

الموضوع مش حل

بس يتا حل ..

الموضوع قرار حقيقي



# السعادة الزوجيه هي..

من غير خلفه . . أكتب رأيك الحقيقي

A large, empty rectangular box with a thick black border, intended for the user to write their opinion.

# مسطرة السعادة الزوجية



١٠

٩

٨

٧

٦

٥

٤

٣

٢

١



تفض

زفت

فكر شويه وبعدين اختار رقم من ال ١٠

خليك واقعي وحاول تبص كل النواحي



اكتب شعورك العام عن علاقتك الزوجية

## إزاي التقييم ده بيقا أحسن

مهما كانت الدرجة اللي إختارها

فكر في الدرجة الأعلى منها وشوف إعلان

توصل لها المفروض تعمل ايه

مثلاً 

تقييم علامتي هو ٨ إعلان بيقا ٩ محتاج ادى من وقتي  
أكثر لشريك حياتي ومحتاج اعمل كذا . . ولازم اعمل كذا

# حاجات شربك حياتي ييجبها فيا

☆  
حاجات يقدرها فيك . . قالك انه ييجبها



بحس بالسعاده الزوجيه لها 

إفتكر وبعدين أكتب براحتك . . .



أكثر حاجات بحبها في شركه حياتي

بص نص البايه المليون . . .



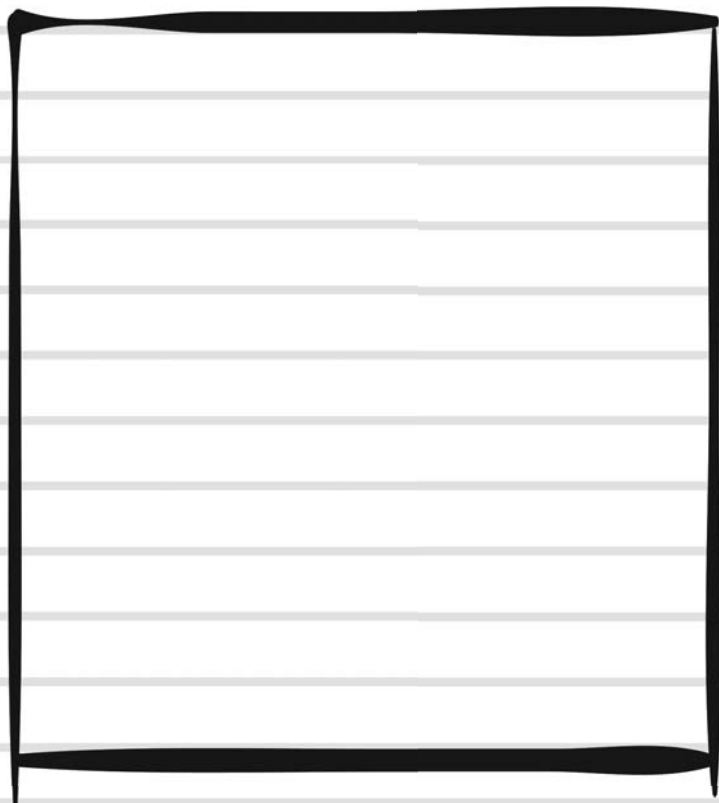
# هتسا عدك

يَمَكْن تَكُون ناسي ولا حاجه...

|           |        |       |        |
|-----------|--------|-------|--------|
| خبره      | صادق   | مقهر  | نشط    |
| غفوي      | زكي    | متفهم | خلوق   |
| لطيف      | مرح    | مقدر  | ودود   |
| متامح     | امين   | شجاع  | جده    |
| موهوب     | قائد   | مبدع  | طبيب   |
| يصل رحمه  | متفائل | ثقة   | لذيز   |
| يحب الخير | صبور   | مؤمن  | جريء   |
| متطوع     | مالك   | مخلص  | شخيل   |
| يطور نفسه | وااعي  | كريم  | اصيل   |
| طموح      | مختبر  | صريح  | هادي   |
| لبق       | حليم   | مبار  | روماني |

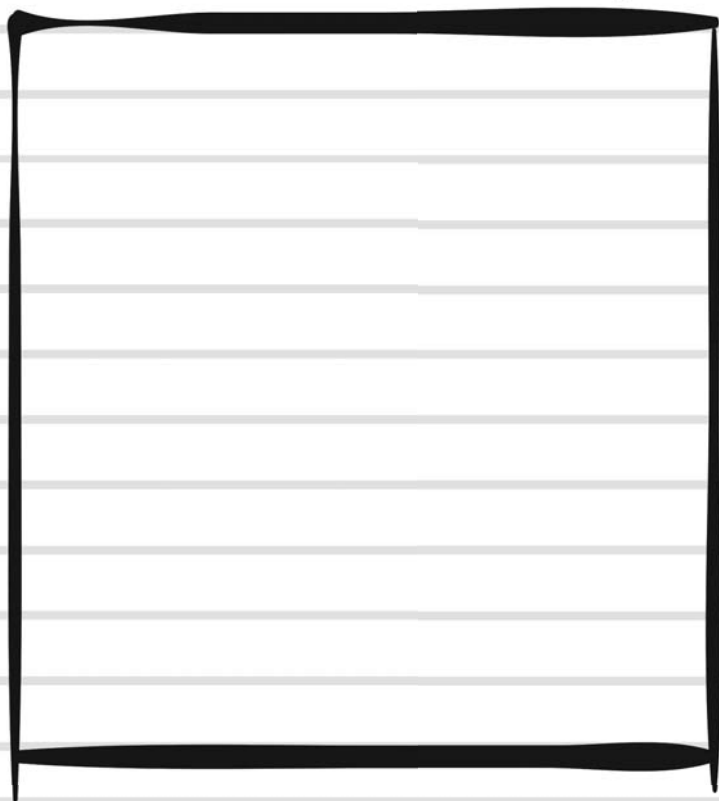
# مواقف حصلت خلثني أحس بالسعادة الزوجيه

عن اللحظات الجميله اللي متتش



# إمنا بنحس بالثوتر في علاقتك مع شربك حياتك

عن اللحظات الغله التي بتخفك



# سؤال حي



رَايماً فِيهِ اِتْنَيْنِ اِنَّ شَايِفَ اِنْهُمْ نَاجِيَيْنِ  
فِي عِلَاقَتِهِمُ الزَّوْجِيَّةِ وَقَدْرِهِ

اِسْمُهُمْ اِيَّ

تَقْتَلِرْ لِيَّ نَاجِيَيْنِ فِي عِلَاقَتِهِمُ

تَقْتَلِرْ تَكُونُ زَيْهَمُ فِي اِيَّ

في **كيان للنشر والتوزيع**، هدفنا نشر كل إنتاج إبداعي، جودته عالية، وأفكاره أصيلة، في مختلف مجالات الأدب والسياسة والصحافة والفن، باللغة العربية والإنجليزية. نهتم بالمواهب، ونرعاها، ونتيح لها فرصة الوصول للقارئ العربي، مع مراعاة أفضل معايير الجودة والاحترافية في النشر.

رسالتنا في كيان، تشجيع حب القراءة والكتابة في مصر وعالمنا العربي، وتطوير مهارات الإبداع، وتعزيز ثقافة التميز والابتكار. كُتابنا موهوبون، متمرسون، مصريون، ومن جميع أنحاء الوطن العربي، وإصداراتنا متنوعة، متميزة، مختلفة. دائماً نرحب بالكتاب الشاب، والمواهب الجديدة، ونعطي فرصة متساوية للجميع؛ لأن مرادنا هو الارتقاء بفنون الأدب العربي ككل، والوصول بالإنجازات الإبداعية العربية إلى العالمية .

لو **تحب تراسلنا**، لو عندك استفسار، لو حابب ترسل لنا إنتاجك الأدبي، سواء كان رواية، أو شعر، أو مقال، باللغة العربية أو الإنجليزية، ما تترددش. ابعت لنا على:

**kayanpub@gmail.com**

**info@kayanpublishing.com**

أو زور موقعنا:

**www.kayanpublishing.com**

وللاتصال الهاتفي:

هاتف أرضي: **0235611772 - 0235688678**

هاتف محمول: **01000405450 / 01005248794 / 01001872290**

ويمكنك التواصل معنا إلكترونياً على الروابط التالية، للاطلاع على كُتُبنا، ومتابعة إصداراتنا الجديدة، وأنشطتنا وأنشطة كُتّابنا الثقافية:



Kayan.publishing



kayan\_publishing



Kayanpublishing



kayanpubishing



+KayanPubishing



KayanPublishing