

پودمان ۵

بررسی و تبیین نقشه ازدواج

در این پودمان، شایستگی های زیر فراگرفته می شود:

درس ۲۷ | واکاوی مفهوم ازدواج

درس ۲۸ | بررسی چالش های نسل نو با ازدواج

درس ۲۹ | تشخیص مشکلات جدی خانواده ها از دید نسل نو

درس ۳۰ | شناخت و پرهیز از ازدواج های پرخطر

درس ۳۱ | شناسایی ملاک های نسل نو برای ازدواج

درس ۳۲ | برنامه ریزی برای ازدواج موفق

درس ۳۳ | ارزیابی من و همسر ایده آلم

درس ۳۴ | کاربرد آموزش و مشاوره پیش از ازدواج



نگاه شما به ازدواج و تعریفان از آن چیست؟

.....

.....

.....

.....

ما نه می‌توانیم خودمان را در انزوا رشد داده و بهبود بخشیم و نه می‌توانیم در روابط باز و متزلزل به این هدف برسیم. بیشتر عناصر لازم برای رشد و بهبود ما مانند توجه، امنیت، صمیمیت عمیق و مسئولانه و آینه‌ای برای مشاهده و به تصویر کشیدن خودمان، خودآگاهی و خدا آگاهی در ازدواج و تشکیل خانواده امکان تجلی می‌یابند.

دلایل عمیقی برای انتخاب ازدواج توسط افراد وجود دارد. یکی از مهم‌ترین دلایل چنین انتخابی این است که هدف انسان برای شناخت و تحقق آرزوهای خود، شانه به شانه شناخت و کمک به تحقق آرزوهای شریک زندگی و ایجاد صمیمیتی عمیق با او پیش می‌رود و این کار نمی‌تواند در یک رابطه نصفه و نیمه حاصل شود.

نهاد خانواده یکی از نهادهای مهم اجتماعی است که با ازدواج آغاز می‌شود. بنابراین، ازدواج از آنجا که فرایند آغازین این نهاد مهم اجتماعی است، اهمیت بنیادین و پایه‌ای دارد. سنگ بنای نهاد خانواده در ازدواج گذاشته می‌شود، به طوری که رسول گرامی اسلام می‌فرماید:

«هیچ بنایی در اسلام نزد خداوند محبوب‌تر و عزیزتر از ازدواج نیست.»

(مکارم‌الاخلاق، ص ۱۹۶)

ما در انتخاب خانواده‌ای که در آن به دنیا آمده‌ایم هیچ‌گونه اختیاری نداشته‌ایم، اما معمار خانواده‌آتی خود خواهیم بود. هر چند ازدواج، همه‌آمر خانواده نیست اما خشت اول و سنگ بنای خانواده است. ازدواج یک نقطه عطف در زندگی انسان و یکی از مهم‌ترین تصمیمات در طول زندگی فرد است. با ازدواج، خانواده تشکیل می‌شود، نظام

خویشاوندی شکل می‌گیرد و نسل بقا می‌یابد. ازدواج در زمره پیچیده‌ترین روابط انسانی است. بر خوردی شگفت میان فرهنگ و طبیعت یا قواعد اجتماعی و کشش جنسی است. ازدواج، فرایندی است از کنش متقابل بین یک مرد و یک زن که شرایط قانونی و شرعی را تحقق بخشیده‌اند و مراسمی هر چند کوچک برای شروع زندگی زناشویی خود بر پا داشته‌اند. بنابراین، اگر بخواهیم تعریفی نسبتاً جامع از ازدواج ارائه دهیم می‌توانیم بگوییم ازدواج پیمان یا عقدی است حقوقی، مذهبی، اجتماعی و اقتصادی که بین یک زن و یک مرد به همراه مهر و رضایت قلبی در چارچوب شرع مقدس بسته می‌شود.

نگاهی اجمالی به پیشینه ازدواج در ایران از گذشته تا حال

تیره ابتدایی، منشأ خانواده باستانی است. ایرانیان باستان در ابتدا به تیره‌هایی تقسیم می‌شدند. سپس، این گروه‌ها منشأ خانواده‌ها و قبیله‌ها شدند. در جریان دوره هزار و دویست، سیصد ساله‌ای که از زرتشت تا روزگار خسروان ادامه یافت، تیره، رفته‌رفته حجم قدیم و انسجام خود را از دست داد. خانواده بزرگ، کهن‌ترین نمونه نوعی تیره است که می‌شناسیم و ترکیب آن از این قرار است که در ملکی موروث که قابل انتقال نیست، پدر و مادر، فرزندان، نوادگان، برادران، خواهران، عروسان، دامادان، عموزادگان، عمه زادگان، دایی زادگان و بستگان دیگر زیر نظر رئیسی واحد، پیرامون اجاقی واحد و برای برگزاری آیینی واحد، در زیر سقفی واحد گرد می‌آمدند. این گروه، گواهی است که از تیره پدید آمده است.

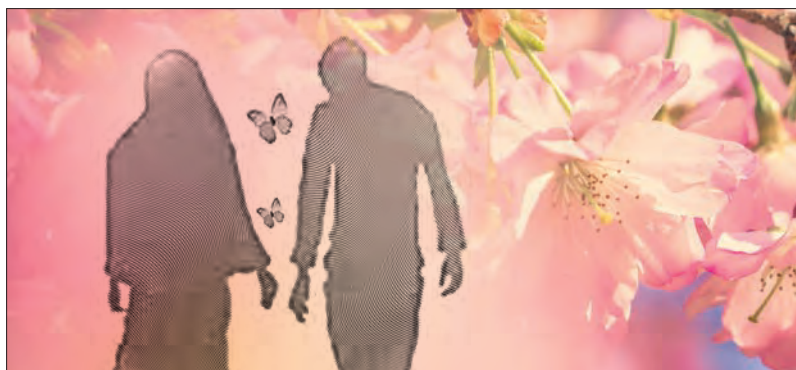
در دوره ساسانی، خانواده با پدر، مادر و فرزندان، حجمی بسیار کمتر از حجم نمونه تیره‌ای خود داشت. می‌توان گفت خانواده در آن وقت به ساده‌ترین صورت خویش درآمده بود. ساده‌ترین و اولین نمونه خانواده ایرانی در دوره پیش از اسلام، در قرن ششم میلادی در گرماگرم سلطنت ساسانیان پدیدار شد. در این دوران، دولت هر سال عده بسیاری از دوشیزگان بی‌چیز و ندار را به همسری می‌داد و پیش از این کار، برای آنها جهیزیه فراهم می‌آورد.

با پذیرش اسلام توسط ایرانیان، سنت‌ها و آیین ازدواج نیز تحت تأثیر اسلام قرار گرفت. اسلام بر امر ازدواج اهتمام بسیار داشته و دارد. تأکید آیات قرآن کریم، احادیث و سنت پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و امامان معصوم علیهم السلام بر امر ازدواج، دلیل روشنی بر این توجه و اهتمام اسلام به امر ازدواج است. در قرآن کریم، ازدواج به مثابه پیمانی بزرگ (میثاقی غلیظ)^۱ است. تعبیر میثاق از ریشه وُثِقَ به معنای اطمینان داشتن و واژه میثاق، حاکی از معاهده و پیمان دو طرفه است. مفهوم میثاق به تنهایی در واژه‌شناسی و در اصطلاح‌شناسی قرآنی، نه تنها همواره برخوردار از نوعی وجهه مثبت بلکه دارای قداست نیز می‌باشد. پیمانی محکم که قلب هیچ مؤمنی حرمت آن را خوار نمی‌دارد و آسان نمی‌شمارد.

این میثاق، عهد و پیمانی است که از زن و مرد گرفته شده و پایهٔ پیوستگی و بایستگی اجتماعات بشری، از همین اجتماع کوچک دو نفره و خانواده حاصل می‌شود. در این راستا پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز فرموده‌اند: ازدواج سنت من است^۱ و در اسلام هیچ بنایی نزد خداوند محبوب‌تر از ازدواج نیست^۲.

بدیهی است که ازدواج مانند هر پدیدهٔ اجتماعی دیگری، هنجارهایی دارد که این هنجارها نسبت به هر جامعه و نیز هر مقطع زمانی می‌تواند تفاوت‌هایی داشته باشد. در دوران کنونی، ازدواج در کشور ما نیز دارای ویژگی‌های خاص خود است که در مرحلهٔ نوین خود با تغییرات اجتماعی وسیعی در همهٔ پدیده‌های اجتماعی از جمله ازدواج و همسرگزینی رو به‌روست. تغییراتی که موجب شده است تا مردان و زنان، نگرش نوینی از پیوند زناشویی و ازدواج داشته باشند. با بالا رفتن سطح آگاهی‌های اجتماعی، سواد عمومی، تحصیلات افراد و برخی تغییرها در نقش‌های اجتماعی، سطح توقعات و انتظارات مردان و زنان هم تغییر کرده که جملگی باعث شده‌اند تا همسرگزینی و نگرش به ازدواج تحولاتی را تجربه کند.

در کنار تمام عوامل تاریخی، مذهبی و اجتماعی یاد شده، تجارب شخصی هر فرد نیز بر نگاه وی به ازدواج تأثیر می‌گذارد. تجربهٔ چگونگی کیفیت ارتباط بین پدر و مادر، نحوهٔ روابط خواهرها و برادرها با همسرانشان و حتی نوع سبک دلبستگی به‌وجود آمده در خود فرد که پیشتر درباره‌اش سخن گفتیم، همگی بر احساس و نگرشی که اشخاص به ازدواج دارند، مؤثر است. به عنوان مثال مشاهدهٔ طلاق، خیانت و درگیری‌های خانوادگی از جمله عواملی هستند که تمایل فرد را نسبت به ازدواج کاهش می‌دهند و برعکس، تجربهٔ روابط و احساسات سالم در بطن خانوادهٔ اولیه از جمله عوامل سوق‌دهندهٔ فرد به سمت ازدواج هستند. زیرا ازدواج برای هر فرد، تداعی گر آن چیزی است که از ابتدا در خانوادهٔ اولیه و اطرافیان نزدیکش تجربه کرده است. هر چه این تجربه نامناسب‌تر باشد، افراد برای



۱- جامع‌الاخبار، محمد بن محمد، ص ۱۰۱

۲- مکارم‌الاخلاق، ص ۱۹۶

پیشگیری از تجربه مجدد آن ممکن است از ازدواج، بیشتر دوری کنند و برعکس، هرچه شیرین تر باشد، افراد برای تجربه دوباره آن ممکن است به سمت تشکیل خانواده تمایل و اشتیاق بیشتری داشته باشند. بنابراین، نگرش به ازدواج می تواند با توجه به تجربیات شخصی، از فردی به فردی دیگر متفاوت باشد ولی از آن جنبه که افراد یک جامعه به زندگی نسبتاً واحدی تعلق دارند، مشترک باشد.

فعالیت کلاسی



آیا نظر همه دوستان شما درباره ازدواج یکسان بود؟ کدام قسمت از دیدگاه های شما تحت تأثیر مذهب و یا عوامل اجتماعی و تاریخی و کدام قسمت از دیدگاه تان تحت تأثیر تجارب شخصی است؟

.....

.....

.....

.....

با توجه به مطالب ذکر شده می توان گفت که ازدواج در عین سادگی، از پیچیده ترین و با اهمیت ترین تصمیم گیری های زندگی است و تأثیر زیادی بر رضایت افراد از زندگی دارد. با این حال به نظر می رسد دیدگاه جامعه نسبت به اهمیت ازدواج دچار نوعی غفلت و سهل انگاری شده و به جای تسهیل و کمک به ازدواج، گاه به بی اهمیت شمردن آن و از سوی دیگر به سخت گیری های بی مورد در قبال ازدواج گرایش یافته است که این خود بر تجربیات شخصی هر فرد و در نتیجه نگاه او به ازدواج بی تأثیر نخواهد بود. بنابراین، بسیاری از جوانان در برخورد با چنین شرایطی، برای تصمیم گیری درباره ازدواج ممکن است تردیدهایی را در خود احساس کنند تا جایی که حتی شاید برخی از آنها ازدواج خود را برای سالیان طولانی به تأخیر بیندازند.



بررسی چالش‌های نسل نو با ازدواج

در این درس، از یک پژوهش میدانی استفاده می‌کنیم که در آن، پژوهشگری برای شنیدن بی‌واسطه سخنان دانش‌آموزان هم‌سن و سال شما به استان‌ها و شهرهای مختلف رفت تا بتواند فضایی را برای شنیده شدن حرف‌های شما به وجود آورد. در این پژوهش از حدود ۲۰۰۰ نفر از همسالان شما خواسته شد تا بر اساس تجربیات و درک فردی خود، از خانواده و مسائل مربوط با آن سخن بگویند. در این بین، موضوعی که جالب توجه بود و شاید شنیدن و خواندن آن برای شما هم خالی از لطف نباشد، چالش‌هایی بود که همسالانتان با ازدواج داشتند؛ چالش‌هایی که حتی برخی از آنها را به ترس و پرهیز از ازدواج سوق می‌داد. از آنجا که شما هم به نسل آنان تعلق دارید و تجربه‌های نسلی مشترکی را با هم داشته‌اید، شاید نسبت به آنچه گفته‌اند نزدیکی فکری بیشتری احساس کنید.

براساس این پژوهش، نخستین علتی که باعث واهمه جوانان از ازدواج می‌شود، «توقعات بالا و شرایط سخت ازدواج» است. به نظر می‌رسد نداشتن امکانات اولیه زندگی، شغل و شرایط مالی مناسب و نیز هزینه‌های بالای عروسی، ازدواج را در نظر همسالانتان دشوار کرده است.

برخی دیگر فکر می‌کنند «تغییر سنت‌های گذشته و شکل‌گیری هنجارهای جدید»، ضرورت تشکیل خانواده را در نظر آنها کم‌اهمیت کرده است. عده‌ای از آنها، «بی‌اعتمادی» را دلیلی برای ترس از ازدواج می‌دانند. بی‌تعهدی و بی‌وفایی، برخی از آنها را به همه بدبین کرده است.

برخی دیگر به «محدودیت‌های ناشی از ازدواج» اشاره می‌کنند. آنها معتقدند ازدواج مانعی برای آزادی‌های فردی آنها است. همچنین «دور شدن از پدر و مادر» در کنار «ترس ناشی از مشاهده شکست‌های متعدد در خانواده و بیرون از آن»، عوامل دیگری هستند که برای برخی از همسالان شما ترس از ازدواج را ایجاد می‌کنند و تجربه ازدواج را برای آنها دور از ذهن و پر از دلهره جلوه می‌دهند.



■ حال شما موارد ذکر شده را با هم مرور کنید و بگویید درباره هر کدام، نظر شما چیست؟ با آن موافق هستید، یا مخالف؟ علت مخالفت و یا موافقت خود را توضیح دهید.

■ مواردی را که عامل ترس از ازدواج در همسالان شما شده‌اند دوباره مرور کنید. فکر می‌کنید این باورها از کجا ریشه می‌گیرند؟

واقعیت آن است که اگرچه تعداد زیادی از همسالان شما درباره ترس از ازدواج و دلایل آن سخن می‌گویند، اما بسیاری نیز وجود دارند که نه تنها با آنها هم عقیده نیستند بلکه به ازدواج، بسیار هم مایل هستند. آنها تصویر زیباتری از ازدواج در ذهن خود دارند و فکر می‌کنند که واقعه خوبی در انتظار آنان است. بنابراین، چنین گمان نکنید که همه هم سن و سالان شما به افرادی دلزده و ترسیده از ازدواج تبدیل شده‌اند. از سوی دیگر بسیاری از حرف‌های دوستان و همسالان شما بی پایه نیست؛ زیرا حتی آنها که مایل به ازدواج هستند هم از برخی نگرانی‌ها می‌گویند و از آنها بیم دارند. اما مسئله این است که آیا ریشه همه این مسائل با ازدواج نکردن از بین می‌رود؟ آیا ازدواج نکردن باعث می‌شود که تجربه‌های ناشی



از ارتباطات دیگر و عوارض آن از بین برود؟ آیا ازدواج نکردن فرهنگ نامناسب هزینه‌های سنگین ازدواج را کاهش می‌دهد و یا ازدواج نکردن باعث می‌شود تا همیشه در کنار پدر و مادر تان بمانید؟ خوب می‌دانید که این گونه نیست. برای حل مشکلات و معضلاتی که از نظر دوستان شما گفته شد باید راه حل‌های منطقی دیگری جست که به نظر می‌رسد آن راه حل‌ها با ازدواج نکردن و ترس از آن نسبتی نداشته باشند.

اگر هزینه‌های ازدواج بالاست باید فرهنگ مصرف‌گرایی و تجمل‌گرایی را اصلاح کرد و بر آن تاخت.

اگر بی‌اعتمادی به جنس مخالف هست باید به نوجوانان و جوانان آموزش داد که فکر نکنند تجربه‌های متعدد ارتباطی خارج از نظام خانواده چیزی بر آنها می‌افزاید بلکه برعکس، اتفاقاً از سلامت روان آنها و اعتمادی که می‌تواند ضامن خوشبختی آنها باشد می‌کاهد.

اگر محدودیت‌های ناشی از ازدواج برای همسالان شما ترس آور است باید به آنها آموخت که بودن در کنار کسی که همراه و همپای شما در خوشی‌ها و سختی‌هاست، بر آنچه به عنوان آزادی فردی از آن نام می‌برید که گاه با تنهایی همراه است سایه می‌اندازد.

همچنین باید بیاموزیم که ازدواج کردن به معنای نقض حریم خصوصی زوجین نیست بلکه این حریم همیشه باید محترم شمرده شود تا پایه‌های ارتباط آنها مستحکم باقی بماند. دور شدن از پدر و مادر اگر قرار است به ترسی برای ازدواج نکردن تبدیل شود، در واقع یک مسئله روانی است که حتماً باید درمان شود؛ چراکه انگار پسر یا دختر آن قدر بزرگ نشده‌اند که بتوانند استقلال و هویت فردی خود را تعریف کنند و به آن جان بدهند.

چنانچه تجربه‌های ناموفق در زندگی که منتهی به ترس از ازدواج شده‌اند به تجربه‌هایی بدل شوند که از آنها بیاموزیم و مراقب باشیم که در آن شرایط قرار نگیریم، آن‌گاه ماجرا به صورتی دیگر رقم خواهد خورد. انصاف و عقل حکم می‌کند به جای حذف ازدواج، به دنبال حذف موانعی باشیم که به نفس ازدواج ربطی ندارند. زیرا خداوند مهربان، ازدواج را نیاز تک‌تک ابناى بشر و عامل آرامش و رحمت همه انسان‌ها قرار داده است و به این دلیل، دوری از آن نمی‌تواند معقولانه باشد.

نگران‌کننده آن است که بسیاری از این نوجوانان بر این گمان هستند که از ابتدای زندگی باید تمام شرایط به‌طور کامل برای آنها آماده باشد. در حالی که بودن دو خانواده در کنار زوج تازه شکل گرفته و همراهی آنان در کار و تلاش و برنامه‌ریزی هدفمند برای آینده، مسیر مشترکی را برای زوجین فراهم می‌سازد که اگر آن را آگاهانه و عاقلانه برگزیده باشند، بی‌نیازی از آن لذت خواهند برد و به آنچه در کنار هم ساخته‌اند، افتخار خواهند کرد.

محصول چنین روابط ارزشمند و هدفمندی می‌تواند یک خانواده پویا باشد که جمع دل‌نشینی در آن شکل خواهد گرفت. به‌راستی مهم آن است که هر دو طرف ماجرا تمام آنچه را که دارند برای رشد و پیشرفت خانواده در طبق اخلاص قرار دهند و باور داشته باشند که خداوند خود روزی‌دهنده و برقرارکننده رحمت و برکت است. چرا که خداوند به واسطه لطف و رحمت بی‌انتهایش، به عمل اندک ما پاداش فراوان خواهد داد.

تشخیص مشکلات جدی خانواده‌ها از دید نسل نو

آیا تاکنون
اندیشیده‌اید

در این درس می‌خواهیم دربارهٔ مشکلات جدی خانواده‌های ایرانی بعد از ازدواج از دیدگاه همان دانش‌آموزان مشارکت‌کننده در پژوهشی که در درس قبل به آن اشاره کردیم، برای شما بگوییم. اما پیش از آن، با هم فکر کنید و ببینید به نظر شما مهم‌ترین مشکلات خانواده‌ها پس از ازدواج چیست و از کجا سرچشمه می‌گیرند؟

.....

.....

.....

.....

.....



شما ممکن است در اطراف خود مشکلات متفاوتی را در خانواده‌ها دیده و یا از زبان برخی شنیده باشید. اما به نظر جالب می‌رسد که بدانید تعداد زیادی از نوجوانان هم‌سن و سال شما که در استان‌ها و شهرهای متفاوت زندگی می‌کنند، عمده‌ترین مسائل خانواده را در چه مواردی می‌بینند.

مشکلاتی که می‌تواند بنا به بافت‌های متفاوتی که افراد در آن زندگی می‌کنند، مختلف و یا همسان باشد.

نخستین مشکلی که بسیاری از دوستان شما از آن می‌گویند، مشکلات مربوط به «**بیکاری و مشکلات معیشتی**» است. آنها بر این باورند که بسیاری از خانواده‌های ایرانی نه تنها دچار چالش‌های مهم اقتصادی هستند که گذران زندگی را برای آنها سخت کرده است، بلکه وجود مشکلاتی برای دستیابی به شغل مناسب، وضعیت دشوارتری را برای آنها رقم زده است.

این نوجوانان به معضل «**اعتیاد**» و عوارض بسیار آن اشاره دارند. از نظر آنها اینکه دسترسی به مواد مخدر راحت و کم‌هزینه‌تر از سابق شده است، در شیوع این مشکل نقش اساسی دارد. آنها «**خیانت**» را مشکل دیگر خانواده‌ها می‌دانند که به بی‌اعتمادی زنان و مردان نسبت به هم منتهی شده و گاه فضای خانوادگی را آکنده از سردی، تلخی و دوری می‌سازد.

همسالان شما بر این باورند که «**تصورات نادرست از ازدواج و زندگی زناشویی**» بین دختران و پسران باعث شده است تا مفهوم خانواده به چالش کشیده شود. مثلاً دختر و پسری که تنها برای فرار از محدودیت‌ها، ترس از تنهایی و انگیزه‌های جنسی به سراغ ازدواج می‌آیند، زمانی که نمی‌توانند پاسخ مطلوب خود را از ازدواج و خانواده‌ای که تشکیل داده‌اند بگیرند، مشکلات جدی برای آنها آغاز می‌شود. پیمان زناشویی در عمق خود محدودیت‌هایی دارد که ناظر بر تعهد و مسئولیتی است که زوجین آنها را پذیرفته‌اند. همچنین زن و شوهر دارای حریم خصوصی هستند که به نام دوری از تنهایی، اجازه نقض شدن آن از سوی طرف مقابل وجود ندارد.

«**ازدواج‌های نامناسب**» مشکل دیگری است که از منظر نوجوانان بسیار جدی است. آنها فکر می‌کنند زنان و مردانی که به اجبار تن به ازدواج داده‌اند و درک و تفاهم کاملی از هم ندارند و یا اینکه برای ازدواج به رشد و بلوغ مناسب نرسیده‌اند خانواده‌ای را شکل می‌دهند که از اساس، نامناسب شکل گرفته و در ادامه هم امکان بروز مشکلات عدیده در آن وجود خواهد داشت.

همسالان شما می‌گویند «**ناتوانی همسران در حل مسئله**» ضعف عمده دیگر خانواده‌هاست که غالباً تمام اعضا اعم از زن و شوهر و فرزندان با آن دست به گریبان هستند. این ناتوانی سبب می‌شود آنها توانایی حرف زدن و نقد یکدیگر را نداشته باشند و در زمان بروز مسائل و مشکلات، به جای درک مسئله و تلاش برای حل آن، به پرخاش، خشونت، عصبانیت و حذف صورت مسئله روی آورند.

همچنین آنها بر این باورند که بسیاری از مشکلات خانواده‌ها ریشه در «**ناآشنایی همسران با نیازهای یکدیگر**» دارد. به این معنا که زنان و مردان نه نیازهای یکدیگر را می‌شناسند و نه درک درستی از هم دارند. آنها هر کدام به جای تلاش برای نزدیک شدن به دنیای هم و شناخت یکدیگر، با دنیای زنانه یا مردانه و تجربیات فردی خود به آن دیگری می‌نگرد و نیازهایش را تعریف می‌کند.

«وقت نگذاشتن برای همسر و خانواده» معضل دیگری است که در کلام آنها دیده می‌شود و می‌گویند که زنان و مردان و پدران و مادران گاه اولویت‌های دیگری به جز خانواده دارند. برای وقت گذراندن با اعضای خانواده اهمیت قائل نیستند و برنامه‌های مشترکی مانند یک شام خانوادگی با هم ندارند. از همین رو مدام در حال دور شدن از هم هستند. تلاش بیش از حد برای مسائل اقتصادی و تأمین رفاه خانواده دلیل ظاهراً موجهی شده است که مردان و زنان، وقت کافی برای هم‌دیگر و خانواده خود نداشته باشند. در حالی که به باور این دانش‌آموزان در کنار هم بودن، وقت گذاشتن و تأمین عاطفی اعضای خانواده از بسیاری مسائل دیگر مهم‌تر است.

و در نهایت، این «فضای مجازی» است که از منظر همسالان شما به‌عنوان مسئله جدی خانواده‌ها مطرح می‌شود. فضای مجازی در شکل‌گیری برخی روندهای رفتاری و ظاهری تأثیر گذاشته و هنجارهای جدیدی را ایجاد کرده است. همچنین فضای مجازی برخی رفتارهایی را که در گذشته نادرست تلقی می‌شد، در باور افراد جامعه به رفتارهای معمولی و پذیرفته شده تغییر داده است. ضعف در آشنایی با چگونگی استفاده صحیح از فضای مجازی باعث شده است تا مسائل مهمی در خانواده‌ها شکل بگیرد و در بعضی شرایط به جای درک واقعیت و حضور در خانواده، وقت بسیاری از اعضای خانواده، صرف معاشرت‌های مجازی می‌شود.

■ حال مواردی را که خودتان نوشته‌اید مرور کرده و با آنچه همسالانتان گفته‌اند مقایسه کنید. موارد مشابه و متفاوت کدام‌اند؟ فکر می‌کنید تفاوت بین مواردی که شما بیان کرده‌اید و آنچه که همسالانتان گفته‌اند از کجا سرچشمه می‌گیرد؟

■ به نظر شما برای حل چنین مشکلاتی در خانواده‌ها از چه راهکارهایی می‌توان استفاده کرد؟ آیا این مسائل قابل پیشگیری هستند؟ برای پیشگیری از مسائلی که گفته‌اید چه راهکار یا راهکارهایی پیشنهاد می‌کنید؟

فعالیت در منزل



در واقع این مشکلات را می‌توان در دسته همان ناکامی‌ها و تجربه‌های متعدد شکستی دانست که دانش‌آموزان و همسالان شما در خانواده‌های پیرامون خود با آن برخورد کرده‌اند. چنین به نظر می‌رسد که برای حل شدن برخی از مشکلات، به سیاست‌گذاری‌های کلان در حوزه مسائل معیشتی، اقتصادی و فرهنگی نیاز است اما برخی دیگر از مشکلات شاید قابل پیشگیری باشند. مثلاً اینکه دختران و پسران جوان بتوانند خود را بشناسند و درباره زندگی با فردی که قرار است بقیه روزهای سخت و شیرین زندگی را در کنارش بگذرانند، به درستی تصمیم بگیرند. آنها احتیاج دارند تا به مهارت‌های گفت‌وگو و حل مسئله مجهز باشند. همه باید بدانیم که برای هر فردی، چه زمانی که فرزند یک خانواده است و چه زمانی که خود تشکیل دهنده خانواده‌ای دیگر است، همیشه اولویت با خانواده است. اگر درس می‌خوانیم، کار می‌کنیم، معاشرت می‌کنیم و یا هر کار درست دیگری که به آن مشغول هستیم، برای آن است که خانواده را خوشحال و سرپا نگه داریم. اگر این اتفاق نیفتد شاید در ملاک سنجش، کارهای دیگرمان چندان هم ارزشمند تلقی نشوند. اینکه برای حل مسائل خانواده تلاش کنیم و بهترین راه حل را برگزینیم شاید یکی از بزرگ‌ترین رسالت‌های ما باشد.

اما جالب است بدانید که همسالان شما هم مانند بسیاری از بزرگان علم خانواده و روانشناسی بر این باورند که بسیاری از مشکلاتی که برای خانواده‌ها بیان شده است، در گرو داشتن آمادگی برای شناخت کامل خود و انتخاب‌های درست در زندگی و در نهایت دوری از ازدواج‌های پرخطر و مناقشه‌برانگیز است. آنها استفاده از کمک‌های تخصصی را چه در سطح آموزش و کمک از مشاوران و چه همفکری با والدین و عقلای فامیل، برای کاهش این خطرات و داشتن انتخاب مناسب، بسیار مؤثر می‌دانند. از این رو در درس آینده، از دواج‌های پرخطر را بررسی کرده‌ایم که دوری از آنها می‌تواند عامل حذف بسیاری از این مشکلات باشد.

فعالیت در منزل



یک یا چند خانواده موفق را که در اطراف خود می‌شناسید، انتخاب کنید. چه ویژگی‌هایی آنها را از نگاه شما به خانواده موفق تبدیل کرده است؟ به نظر شما آنها با مشکلاتی که برایشان اتفاق می‌افتد چه برخوردی می‌کنند؟

.....

.....

.....

.....

شناخت و پرهیز از ازدواج‌های پرخطر

برخی از افراد برای ازدواج مناسب نیستند و باید از آنها پرهیز شود. برخی از خصلت‌ها و ویژگی‌ها هستند، که ازدواج و زندگی مشترک را با مشکلات بسیار زیادی روبه‌رو خواهند ساخت. البته هیچ کدام از ما بی‌عیب نیستیم و واضح است که هر فردی ضعف‌ها و کاستی‌های خاص خود را دارد. اما برخی از ویژگی‌های منفی در مقایسه با سایر خصلت‌ها خطرناک‌تر و مخرب‌تر هستند و در صورتی که فردی دارای آن ویژگی‌ها باشد، زندگی با او در واقع یک کابوس خواهد بود و لازم است که از چنین فردی اجتناب شود. این ویژگی‌ها که خط قرمز ازدواج محسوب می‌شوند عبارت‌اند از:

۱- اعتیاد



باید توجه داشت که اعتیاد طیف وسیعی از وابستگی به مواد و مشروبات الکلی تا عادات نابهنجار را شامل می‌شود. وابستگی به مواد و مشروبات الکلی یا عادات

نابهنجار، یک اختلال روانپزشکی و روانشناختی است، که از یک سو خوشبختی را در زندگی فرد و خانواده او از بین برده و از سوی دیگر آسیب‌های اجتماعی و اقتصادی بی‌شماری را به همراه می‌آورد. البته عادات نابهنجار و اعتیادهای رفتاری مستقل از مواد شیمیایی تا همین سال‌های اخیر هم در طبقه‌بندی‌های رسمی به عنوان اعتیاد محسوب نمی‌شدند و مدت کوتاهی است که اعتیادهایی مانند اعتیاد به اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای به عنوان شکلی از اعتیاد طبقه‌بندی شده و مورد توجه قرار می‌گیرند. ازدواج با این افراد یک خودآزاری و یک آسیب جدی است. اما اگر مایل به یک چنین ازدواجی بودید، تنها می‌توانید از او بخواهید که اعتیاد خود را کنار بگذارد و برای ترک، کمک تخصصی بگیرد. در خصوص اعتیاد به مواد نیز در صورتی که این فرد موفق به ترک

شد، لازم است تا یک سال از ازدواج با او خودداری شود. چون ۱۲ ماه اول پس از قطع وابستگی، دورهٔ پرخطری برای بازگشت بیماری به شمار می‌رود.

۲- خشم ناگهانی و بدون کنترل

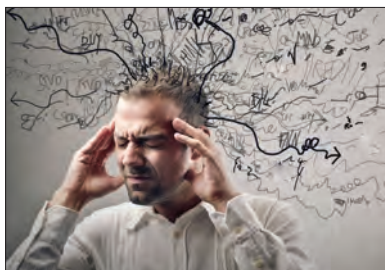


قبل از ازدواج لازم است به مسئلهٔ خشم توجه کنیم. در صورتی که فردی در کنترل خشم خود مشکل دارد و در هنگام برخی مشکلات جزیی به شدت خشمگین می‌شود، از ازدواج با او باید پرهیز کرد، زیرا زندگی با چنین افرادی به شدت آسیب‌زننده است.

موارد زیر برخی از نشانه‌های هشدار مربوط به خشم ناگهانی و بدون کنترل در فرد محسوب می‌شوند:

- هنگامی که برخی چیزهای کوچک مطابق میل او نیست، از کوره در رفته و خشم خود را روی کسانی که در اطراف او باشند، خالی می‌کند.
- هنگامی که با نظر او موافق نیستید، با فریاد، بد دهنی و تهدید پاسخ می‌دهد.
- خلق و خوی او به ناگهان از وضعیتی مهربان، گرم و صمیمی به وضعیتی عصبانی تغییر می‌کند.
- وقتی کاری را که می‌خواهد برایش انجام نمی‌دهید، یا مرتکب اشتباهی می‌شوید، آمادگی او برای اینکه داد بزند و شما را تحقیر کند، بالاست.
- به دفعات در مکان‌های عمومی نظیر رستوران‌ها، مراکز خرید، خانهٔ دوستان و... صدایش را بلند کرده و یا عصبانی می‌شود.
- خشم خود را به صورت فیزیکی و با زدن، پرت کردن اشیا، هل دادن و یا مواردی از این قبیل نشان می‌دهد.

۳- اختلالات روانی شدید



ازدواج با افرادی که از اختلالات روانی شدید رنج می‌برند از جمله ازدواج‌های پرخطر به حساب می‌آید که بهتر است پیش از آن با یک روانشناس متخصص، مشاوره نمود. شرکت در چند جلسهٔ روانشناختی پیش از ازدواج منجر به تشخیص به‌هنگام و پیشگیری از یک

ازدواج نافرجام می‌شود. بیماری‌هایی مانند وسواس شدید، پارانوئید (بدبینی و شکاک بودن)، افسردگی حاد، افرادی با نوسان خلقی شدید و انزوای طلبی شدید در دسته اختلالات روانی قرار می‌گیرند. پس از تأیید متخصص از وجود این دسته از بیماری‌ها، اجتناب از ازدواج با چنین افرادی ضروری است.

۴- اختلال و انحراف جنسی

اختلال جنسی مربوط به عملکرد جنسی است که باعث رنج و ناراحتی فرد در حوزه عمل جنسی شده و بر روابط او با همسرش تأثیر می‌گذارد. اما انحراف جنسی مربوط به حوزه علاقه و گرایش جنسی است، هنگامی که نوع علاقه و گرایش جنسی فرد خارج از هنجار بوده و عملکردهای طبیعی زندگی جنسی را مختل کند، نام انحراف جنسی به خود می‌گیرد. اختلال و انحراف جنسی حوزه وسیعی از رفتارها را شامل می‌شوند. از آنجا که ارتباط جنسی یکی از حوزه‌های با اهمیت زندگی مشترک است، فردی که دارای اختلال و یا انحراف جنسی باشد، برای ازدواج مناسب نیست.

چند نمونه از انحرافات جنسی را نام ببرید.

.....

.....

.....

.....

فعالیت کلاسی



۵- داشتن مشغله ذهنی یا واقعی با شریک قبلی زندگی خود

ازدواج با فردی که هنوز از روابط عاطفی گذشته خود التیام نیافته، ازدواجی یأس‌آور و موجب دل‌شکستگی خواهد بود. چنین افرادی را می‌توان با ویژگی‌های زیر شناخت:

الف) هنوز خشم و انزجار شدیدی نسبت به معشوق قبلی خود در دل دارند. هرچه خشم و عصبانیت بیشتری از گذشته در دل باقی مانده باشد، به همان میزان توانایی فرد برای عشق ورزیدن در روابط فعلی کاهش پیدا می‌کند.

ب) هنوز به خاطر ارتباط پیشین خود احساس گناه می‌کند و خود را مسئول می‌داند. چنین احساسی می‌تواند بر قابلیت و توانمندی او در ورود به رابطه جدید تأثیر بگذارد. برخی وسوسه می‌شوند یا اراده می‌کنند که با افرادی که هنوز درگیر روابط عاطفی گذشته خود هستند، ازدواج کنند تا به گمان خود، او را نجات دهند. غافل از اینکه التیام این افراد نیاز به زمان و کمک تخصصی دارد. اگر کسی تا به این حد آسیب دیده، باید به او وقت داد تا خود را به کمک متخصصین التیام دهد.



علاوه بر پنج مورد فوق که خطوط قرمز ازدواج به حساب می‌آیند، لازم است در هنگام ازدواج با افرادی که ویژگی‌های زیر را دارند نیز محتاطانه عمل شود:

■ **افرادی که مسئولیت زندگی خود را برعهده نمی‌گیرند:** مسئولیت‌پذیری، دایره وسیعی از مصادیق را دربرمی‌گیرد. پذیرش مسئولیت در زندگی مشترک شامل مسئولیت‌پذیری در قبال نقش همسری، نقش والدینی و برآوردن نیازهای طرف مقابل اعم از مادی، روانی و عاطفی است. از جمله مهم‌ترین مسئولیت‌های مرتبط با نقش همسری، «اهل کار و تلاش بودن» است. کار، نه تنها در بیرون از منزل بلکه امور خانگی را نیز دربرمی‌گیرد. به‌طور کلی هر یک از همسران باید بکوشد وظایفی را که برعهده می‌گیرد به خوبی ایفا نماید و این وظایف نه تنها در قبال همسر بلکه در قبال فرزندان نیز می‌باشد. باید توجه شود فردی که به‌منظور ازدواج انتخاب می‌گردد نه تنها باید به‌عنوان یک همسر، بلکه به‌عنوان والد آتی فرزندان نیز در نظر گرفته شود.

وجود مسئولیت‌پذیری رفتاری نیز در روابط بین فردی از اهمیت به‌سزایی برخوردار است. افرادی که مسئولیت رفتارهای خود را برعهده نمی‌گیرند و در نتیجه پیامدهای به‌وجود آمده ناشی از آن را به دیگران نسبت می‌دهند، افرادی مسئولیت‌گریز هستند که معمولاً دیگران را به‌خاطر مشکلات زندگی خود مسئول می‌دانند و آنها را سرزنش می‌کنند. آنها مسئولیت سهمی را که خود، در ایجاد آن مشکلات داشته‌اند، برعهده نمی‌گیرند. وقتی با چنین افرادی روبه‌رو شویم، معمولاً داستان‌های فراوانی از ظلم دیگران و مظلومیت آنها را می‌شنویم. اما باید مراقب بود نفر بعدی خود ما خواهیم بود که از دیدگاه این افراد، ظالم تلقی می‌شویم.

■ **افرادی که دیگران را به شدت کنترل می‌کنند:** افرادی که دیگران را به‌شدت کنترل می‌کنند، درست‌مقابل افرادی هستند که مسئولیت زندگی خود را برعهده نمی‌گیرند. فردی که مسئولیت زندگی خود را برعهده نمی‌گیرد، اغلب از تصمیم‌گرفتن دوری می‌کند. اما افرادی که دیگران را به شدت کنترل می‌کنند، همه تصمیم‌ها را خودشان می‌گیرند، هرگز از دیگران کمک و راهنمایی نمی‌خواهند و دائماً برای دیگران تعیین تکلیف می‌کنند. آنها می‌خواهند کنترل همه چیز در دست خودشان باشد و هر کاری می‌کنند تا مبادا احساس شود که چیزی تحت تسلط و کنترل آنها نیست.

■ **افرادی که محرومیت شدید ایجاد می‌کنند:** این‌گونه افراد تعمداً از لحاظ مادی و احساسی طرف مقابل خود را در مضیقه گذاشته و موجبات آسیب‌های جسمانی و روانی را برایش فراهم می‌آورند. این محرومیت به‌ویژه در بعد مادی، تنها زمانی معنا می‌یابد که فرد با وجود توانمندی و تمکن مالی، هیچ‌گونه تلاشی در راستای برطرف نمودن نیازهای منطقی و اولیه همسر و خانواده خود انجام نمی‌دهد. به‌عنوان نمونه، روانشناسی نقل می‌کند که یک روز یکی از مراجعانش به هنگام تعریف خاطره‌ای از دوران کودکی با نفرتی زیاد پدرش را به خاطر آورد که اگر چه خانه‌ای در یکی از مناطق خوب شهر داشت اما تا آخر عمرش خانواده را وادار کرده بود تا در خانه‌ای که در جنب سردخانه بیمارستان محل کار او بود، زندگی کنند. همان‌طور که ملاحظه می‌کنید خساست پدر نه تنها نیازهای مالی اعضای خانواده را برآورده نساخت بلکه آسیب‌های روحی و روانی نیز برای آنها برجای گذاشت. در بُعد عاطفی نیز افرادی که نمی‌توانند احساسات خود را بروز دهند و هرگونه عواطف و احساسات را مسخره کرده و بیان آنها را کاری عبث و بیهوده می‌دانند از جمله افرادی هستند که در ارتباط با آنها باید سنجیده تصمیم گرفت. در واقع این افراد از هیجانانگیز و احساسات می‌ترسند و به راحتی می‌توانند زندگی مشترک را با مشکل مواجه سازند. چرا که یک قسمت عمده ازدواج، ارتباط عاطفی است و افرادی که نمی‌توانند عواطف خود را بروز دهند، در زندگی مشترک خلل ایجاد می‌کنند.

■ **افرادی که خانواده آزاردهنده دارند و نمی‌توانند در مقابل آزار آنها از همسر و خانواده خود حمایت کنند:** کسی که ازدواج می‌کند نه تنها با همسر خود، بلکه به‌طور استعاری با خانواده او نیز ازدواج می‌کند. بنابراین، خانواده همسر می‌تواند نقش مثبت یا منفی در ازدواج ایفا کند. برخی از خانواده‌ها به‌طور خیلی جدی در زندگی فرزندان نشان مداخله می‌کنند و تأثیر منفی قابل ملاحظه‌ای می‌گذارند. تأثیر خانواده همسر بستگی به نحوه برخورد همسر دارد. چنانچه همسری رفتار غیرمحبت‌آمیز و مخرب خانواده خود را تحمل نکند و در برابر آنها ایستادگی کند، خطر زیادی رابطه او و همسرش را تهدید نمی‌کند. اما اگر همسر نتواند رفتار مخرب و آزاردهنده خویشاوندان خود را کنترل کند، روابط او و همسرش به تدریج رو به وخامت می‌گذارد.

چگونه می‌توان به آزاردهنده بودن خانواده طرف مقابلتان، آن‌هم در مقطع پیش از ازدواج پی ببرید؟

.....

.....

.....

.....

فعالیت کلاسی



نادیده گرفتن نشانه‌های هشداردهنده در هنگام آشنایی قبل از ازدواج، یکی از خطرناک‌ترین اشتباهاتی است که ما مرتکب آن می‌شویم. در واقع ما علایم هشداردهنده‌ای از فرد مقابل خود می‌بینیم که بر آن اساس باید محتاط‌تر باشیم، اما برعکس، خواسته یا ناخواسته با روش‌هایی چون کم‌اهمیت جلوه دادن، توجیه کردن، منطقی جلوه دادن و انکار کردن واقعیات از آنها چشم‌پوشی می‌کنیم. در زیر برخی از این نشانه‌ها به همراه پیامدهایشان آورده شده‌اند:

مشکل نهایی	نشانه‌های هشداردهنده	مشکل نهایی	نشانه‌های هشداردهنده
با صمیمی شدن مشکل دارد و نسبت به اعضای خانواده خود خشم دارد و ممکن است خشم او به شما نیز منتقل شود.	روابط بین خانوادگی ضعیفی دارد. زیاد خانواده‌اش را نمی‌بیند یا با آنها صحبت نمی‌کند.	با این کار ممکن است او یک مشکل جدی را پنهان کند و نمی‌خواهد برای بهبود رابطه کاری انجام دهد.	از پاسخ به سؤالات طفره می‌رود یا آنها را کم‌اهمیت جلوه می‌دهد.
قادر نخواهد بود که جای شما را در خانواده خود باز کند و شما همواره در بین آنها احساس غریبگی خواهید کرد. اگر به شما حمله کنند طرف شما را نخواهد گرفت.	بسیار مطیع اعضای خانواده خود است و به نظر می‌رسد که زیاد از حد با آنها حرف می‌زند. در برابر درخواست‌های غیرمنطقی آنها نمی‌ایستد. به آنان اجازه می‌دهد که به او امر و نهی کنند و آنها نیز حد و مرزی در این رابطه نمی‌شناسند.	قادر نخواهد بود به شما قول ازدواج بدهد. این احتمال وجود دارد که مجدداً سراغ نامزد قبلی خود برگردد و هرگز شما را به‌عنوان فرد اصلی زندگی خود برنگزیند.	همچنان با نامزد/همسر قبلی خود تماس‌های مکرر برقرار می‌کند و مرتب با او صحبت می‌کند.
این امکان وجود دارد که روی شما احساس مالکیت شدید دارد و در ضمن بسیار حسود باشد و قائل به آزادی شما نباشد.	بسیار سخت‌گیر و دقیق بوده و مرتباً عشق، محبت، توجه و هدایای بسیار به شما می‌دهد. این‌طور به نظر می‌آید که «بیست و چهار ساعت» فقط به شما فکر می‌کند.	این امکان وجود دارد که الکلی یا معتاد به مواد مخدر باشد. گرچه او این را انکار خواهد کرد.	مشروبات الکلی یا مواد مخدر مصرف می‌کند. قادر نخواهد بود بدون «میهمان بازی» و «پهن کردن بساط»، در کنار یکدیگر باشند.

مشکل نهایی	نشانه‌های هشدار دهنده	مشکل نهایی	نشانه‌های هشدار دهنده
ممکن است «نفر بعدی» شما باشید! مسئولیت سهمی را که خود در به‌وجود آوردن مشکلات داشته است، نمی‌پذیرد و در پایان، همیشه از دست شما عصبانی خواهد بود.	نسبت به نامزد/همسر قبلی خود بسیار عصبانی بوده و مدام او را به خاطر مشکلاتی که داشته، مقصر می‌داند.	مراقب او باشید. چنین افرادی به شما احساس امنیت نمی‌دهند.	چشم‌چرانی و نیاز شدید به جلب توجه از جانب دیگران.
عاشق کنترل کردن دیگران است. در شروع احساس می‌کنید که از شما مراقبت می‌کند، اما دیری نمی‌پاید که می‌بینید با یک دیکتاتور زندگی می‌کنید.	می‌خواهد که همه جا رئیس باشد. همیشه خود را خیلی قوی جا می‌زند و به زعم خود همواره «می‌داند» که چه می‌خواهد و هیچ‌گونه احساس ترس یا آسیب‌پذیری از خود بروز نمی‌دهد.	بار مشکلات مالی او را شما باید بر دوش بکشید. پس پول حاضر کنید! عذر و بهانه‌های زیادی خواهید شنید.	بدهکار است و چک‌های پرداخت نشده بسیاری دارد. از لحاظ اقتصادی بی‌ثبات بوده و مدام می‌گوید: «موقتاً دستم تنگ است.»

آنچه در قسمت بالا گفته شد درباره ویژگی‌هایی است که اگر هر فردی یکی از آنها را داشته باشد، ازدواج کردن با وی مخاطره‌انگیز می‌شود. اما گاهی مواقع رابطه به خودی خود ویژگی‌هایی دارد که ادامه دادنش معقول و به صلاح نمی‌باشد. آیا در این زمینه ذهنیتی دارید؟

فعالیت در منزل



شناسایی ملاک‌های نسل نو برای ازدواج

درباره ملاک‌های ازدواج و انتخاب همسر ممکن است بسیار خواننده و یا شنیده باشید. اما گاهی به نظر می‌رسد که شما چندان با این موارد نمی‌توانید ارتباط ذهنی برقرار کنید و از آنها به‌عنوان راهکارهایی غیرعملی در زندگی خود نام می‌برید که با شرایط عصر و دوره‌ای که در آن زندگی می‌کنید، همخوانی ندارند. از این رو بار دیگر به یافته‌های همان پژوهشی برمی‌گردیم که پیش از این هم چندین بار به آن اشاره شده و در آن همسالان شما از ملاک‌ها و راهکارهای ازدواج موفق سخن گفته‌اند.

نخستین راهکاری که دوستان شما به آن اشاره می‌کنند یاری گرفتن از «کمک‌های تخصصی» است. آنها «کمک گرفتن از متخصص و مشاور» را در کنار «ضرورت برای آموزش‌های پیش از ازدواج» از جمله کمک‌های تخصصی می‌دانند که کمک شایانی به انتخاب درست همسر خواهد کرد.

ملاک و راهکار بعدی برای ازدواج موفق، «تأیید خانواده» است. آنها معتقد هستند که ازدواج موفق در گرو تأییدی است که خانواده بر انتخاب آنها دارد. آنها بر این باور هستند که وقتی خانواده، همسر فرد را (چه دختر باشد و چه پسر) تأیید کند، بسیاری از نگرانی‌ها حل می‌شود؛ چون تجربه و درک بزرگ‌ترها در انتخاب فرد مناسب می‌تواند کارساز باشد.

«شناخت پیش از ازدواج» ملاک دیگری است که نوجوانان به‌طور جدی به آن اشاره دارند و البته آن را بعد از تأیید خانواده می‌دانند. آنها معتقدند برای کاهش مشکلات بعدی در زندگی، باید کسی را که قرار است به‌عنوان همسر انتخاب کنند، تا اندازه‌ای ممکن بشناسند. نخستین راهی که نوجوانان برای شناخت پیش از ازدواج مطرح می‌کنند «لزوم تحقیق پیش از ازدواج» است و اگر نتایج حاصل از تحقیق خانواده، مناسب بودن فرد را تأیید کرد، راه دیگری که از نظر آنان می‌تواند شناخت پیش از ازدواج را تقویت کند، امکان «آشنایی پیش از ازدواج» است. آنها این آشنایی را با عباراتی مانند، ارتباط تحت نظر خانواده معرفی می‌کنند که در آن، حریم‌ها رعایت شوند و به مرزهای اخلاقی و فرهنگی خانواده‌ها احترام گذاشته شود.

نوجوانان مشارکت‌کننده در پژوهش بر این نظر هستند که در کنار تمام آنچه از خانواده برای تحقیق و معاشرت برمی‌آید این است که اگر دختران و پسران احساس کنند که در انتخاب همسرشان مشارکت داشته‌اند و آن را نتیجه «انتخاب» خود بدانند، نه تحمیل و اجبار دیگران، ملاک مهمی در ازدواج موفق به شمار می‌رود.

آنها «بلوغ عقلی» را «لازمه ازدواج پایدار» می‌دانند و ملاک‌هایی مانند «سن»، «تجربه» و «همراهی منطق و احساس برای انتخاب» را به‌عنوان نشانه‌هایی از بلوغ عقلی می‌دانند. اگرچه ملاک «سن» بین آنها بسیار محل بحث و تبادل نظر است اما در مجموع بر این باور هستند که سن مناسب برای ازدواج، زمانی است که فرد خود را به لحاظ درک و درایت در اندازه‌ی اداره‌ی یک زندگی مشترک بداند.

«پختگی» مؤلفه دیگری است که از نظر نوجوانان حاضر در پژوهش برای انتخاب فرد مناسب باید مورد توجه قرار گیرد. آنها باور دارند که «پذیرش ویژگی‌های واقعی همسر به جای تلاش برای تغییر» می‌تواند نشانه‌ای برای پختگی فرد تلقی شود. همچنین مشارکت‌کنندگان، «رشد و بلوغ فردی» را نشانه‌ای دیگر از پختگی فرد می‌دانند که از نظر آنان آنقدر که فرد به رشد طرف مقابل خود فکر می‌کند، رشد و کمال خودش را برای ازدواج در نظر نمی‌گیرد.

«یادگرفتن مدیریت هزینه» ملاک دیگری است که همسالان شما برای ازدواج موفق ضروری می‌دانند. آنها معتقدند که مدیریت هزینه به‌معنای مدیریت درآمد است و زن و مرد باید یاد گرفته باشند که بتوانند امورات زندگی را با درآمد خود مطابقت دهند تا برایشان مشکلی پیش نیاید.





نوجوانان حاضر در پژوهش بر این باور هستند که «فراهم بودن زیرساخت‌های ازدواج» مانند «اشتغال»، «توانایی مالی» و همچنین «گذرانیدن سربازی» موضوع مهم دیگری است که نمی‌توان آن را از نظر دور داشت.

«اصالت خانوادگی»، «درک و تفاهم» و «تناسب تحصیلات» نیز سه ملاک دیگر هستند که مشارکت‌کنندگان در پژوهش از آنها به‌عنوان عواملی برای ازدواج موفق نام می‌برند و آنها را ضروری می‌دانند.

از نظر شما ملاک‌ها و راهکارهایی که همسالانتان بیان کرده‌اند تا چه اندازه درست و عملی به نظر می‌رسند؟ با کدام یک از آنها موافق نیستید؟ چرا؟

.....

.....

.....

.....

فعالیت کلاسی



حال شما به خودتان برگردید و فکر کنید چه ملاک‌ها و راهکارهایی برای ازدواج موفق دارید؟ ملاک و راهکارهای شما با آنچه همسالانتان گفته‌اند چه شباهت‌ها و تفاوت‌هایی دارند؟ آیا ملاک‌های مهم دیگری هم هست که دوستانتان از آنها غافل بوده‌اند؟ آن ملاک‌ها کدام‌اند؟

.....

.....

.....

.....

فعالیت در منزل



در نظر داشته باشید که افراد زیادی وجود دارند که در جست‌وجوی فرد مناسبی هستند، پیش از اینکه تلاش کنند تا خود، فرد مناسبی شوند. اما زمانی می‌توانید فرد مناسبی را برای زندگی خود پیدا کنید که خودتان فرد مناسبی شده باشید. حتی اگر فرد مناسبی را به‌عنوان همسر برگزینید اما خود، شما فرد مناسبی نباشید، ارتباط شما با اشکال‌های زیادی مواجه خواهد شد. بنابراین، لازم است هر یک از زوجین به منظور تجربه‌ی ازدواجی موفق، از ویژگی‌هایی که در زیر آمده است، تا حدودی برخوردار باشند:

- قبل از ازدواج باید به حدی از استقلال و پختگی رسیده باشند.
- صادقانه همدیگر را دوست داشته باشند.
- بتوانند از بودن در کنار هم لذت ببرند.
- در شغل و حرفه‌ی خود ثبات داشته باشند (شغل فقط شامل کارهای بیرون از خانه نمی‌شود بلکه خانه‌داری نیز از مشاغل به حساب می‌آید).
- تا حدودی از خود و طرف مقابل شناخت داشته باشند و راغب به افزایش این شناخت در فرایند ازدواج باشند.
- بتوانند نظرات و خواسته‌های خود را تا حد زیادی قاطعانه بیان کنند.
- سعی کنند خود‌خواه نباشند و خواسته‌های همسر خود را تا حدی که به کسی آسیب وارد نشود برآورده کنند.
- انتظارات نسبتاً واقع‌بینانه‌ای از مشکلات ازدواج داشته باشند.
- بتوانند به خوبی با خود و خانواده‌های یکدیگر ارتباط برقرار کنند.
- بتوانند اختلاف‌های احتمالی بین خود را به‌صورت مناسب حل کنند.
- در مجموع احساس خوبی از شخصیت همسر خود داشته باشند.
- تا حد زیادی بر سر ارزش‌های اخلاقی و مذهبی با یکدیگر توافق داشته باشند.
- با توجه به مصلحت زندگی زناشویی، نسبت به تقسیم نقش‌های مرتبط با زندگی مشترک اقدام کنند.

هر چقدر که شما و همسر آینده‌تان بتوانید موارد فوق را بیشتر در خود پرورش دهید، به همان میزان به سمت تجربه‌ی ازدواجی موفق و در نهایت خانواده‌ای موفق پیش می‌روید.

برنامه ریزی برای ازدواج موفق



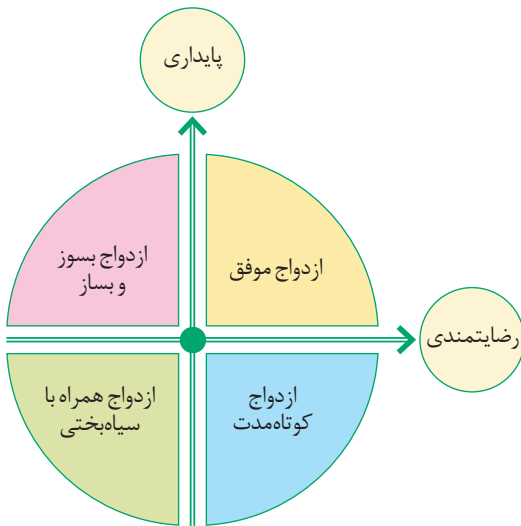
از دید شما نشانه‌ها و ویژگی‌های یک ازدواج موفق کدام‌اند؟

آیا تاکنون
اندیشیده‌اید

اکنون که به بررسی راهکارهای خود و همسالانتان برای ازدواج موفق پرداخته‌اید، نوبت آن رسیده است که به ازدواج موفق نگاهی تخصصی‌تر داشته باشیم. خرید و نگهداری از یک نهال در ابتدا، کار آسانی به نظر می‌رسد، اما چند هفته که از داشتن آن نهال می‌گذرد متوجه می‌شوید که حفظ سرسبزی و شادابی این نهال در گرو رعایت کردن نکات مهمی در مورد مقدار آب، نور و غذای کافی و مناسب و همچنین هرس کردن شاخ و برگ و سمپاشی به موقع آن است. هرگاه این صفات و توجهات در طول زمان استمرار یابد کم‌کم متوجه قد کشیدن، شکوفه دادن و ثمردهی آن می‌شوید و روز به روز از دیدنش بیشتر لذت می‌برید.

ازدواج هم مانند یک نهال است. آیا تا به حال واژهٔ شجره‌نامه به گوشتان خورده است؟ شجره‌نامه فهرست منظمی از نسبت افراد با یکدیگر است که رایج‌ترین این نسبت‌ها، نسبت پدر و فرزندی است. اگر والدین را تنهٔ درخت زندگی ناشی از ازدواج بدانیم، فرزندان، شاخ و برگ‌های آن درخت هستند. والدین ما نیز شاخ و برگ درخت ازدواج والدینشان بوده‌اند و والدین آنها نیز شاخ و برگ درختی دیگر. همهٔ ما چه در قالب یک درخت تحت مفهوم زوجیت و چه شاخ و برگ به‌عنوان فرزندان، متعلق به یک مجموعهٔ بزرگ هستیم که قدمتش به هزاران سال می‌رسد. اگرچه هر ازدواجی می‌تواند ظرفیت

یک درخت هزاران ساله را داشته باشد؛ اما الزاماً ممکن است چنین امری به فعلیت نرسد همان طور که هر نهالی نیز ممکن است به درختی تنومند و ثمربخش تبدیل نشود. ازدواج هم مانند یک نهال، نیازمند رسیدگی است. همان طور که آب، نور، مواد غذایی و خاک مناسب موجب طراوت یک نهال می شود، توجه به نیازهای متقابل در زندگی مشترک نیز رضایتمندی زناشویی را در پی می آورد و تداوم این شرایط، پایداری آن زندگی را موجب می گردد. نتیجه این پایداری و آرامش خانواده مسلماً رشد شخصیت و رضایتمندی والدین و فرزندان خواهد بود.



بنابراین، دو مؤلفه اصلی ازدواج موفق، رضایتمندی و پایداری است که با در نظر گرفتن این دو، در قالب دو محور عمود بر هم، شاهد چهار وضعیت ازدواج خواهیم بود که عبارت‌اند از: ازدواج موفق، ازدواج کوتاه مدت، ازدواج بسوز و بساز و ازدواج سیاهبختی.

در ازدواج از نوع سیاه بختی نه تنها ارتباط زوجین پایدار نیست، بلکه افراد در کوتاه مدت نیز در کنار یکدیگر احساس رضایتمندی نمی کنند. در نوع دیگر ازدواج، یعنی ازدواج بسوز و بساز، افراد با وجود آنکه پاسخگوی نیازهای یکدیگر نیستند و با هم احساس خوشبختی نمی کنند، همچنان با وجود همه سختی‌ها، نسبت به رابطه خود پایبند باقی می‌مانند. اما در ازدواج کوتاه مدت، وضعیت به گونه‌ای دیگر است. افراد به صورت موقت با پاسخگویی به نیازهای متقابل، احساس رضایتمندی می‌کنند، اما برای بقا و ادامه ارتباط خود، تعهدی بلندمدت در قبال یکدیگر ندارند. این نوع ازدواج اگرچه در ابتدا رضایت بخش است، اما از آنجایی که هیچ‌گونه مسئولیت‌پذیری در قبال رابطه طرفین وجود ندارد، موجب رشد آنها و تجربه خانواده موفق نمی‌گردد.

از طرفی میل به بقا، از خواست‌های فطری انسان است. همان طور که هیچ‌گاه آدمی نمی‌خواهد زندگی‌اش با مرگ پایان پذیرد، احتمالاً به بی‌فراجم ماندن یک ارتباط رضایت بخش نیز تمایلی نداشته باشد. بنابراین، برای احساس رضایتمندی پایدار در یک رابطه، مناسب‌ترین نوع ازدواج، ازدواج موفق است.



اگر رضایتمندی و پایداری را علی‌رغم آنکه معکوس یکدیگر نیستند در دو سوی یک خط قرار دهیم، به نظر شما چه عواملی می‌توانند با پایداری و نیز با احساس رضایتمندی در یک ازدواج، رابطه داشته باشد؟

ازدواج موفق



.....

.....

.....

.....

ویژگی‌هایی چون اصالت خانوادگی، کفویت خانوادگی (هم‌سطح و هم‌تراز بودن دو خانواده)، اعتماد، تعهد، صداقت، قابل اطمینان بودن، وفاداری و قدردانی از جمله ویژگی‌هایی هستند که بیشتر با پایداری ارتباط دارند و ویژگی‌هایی چون علاقه‌مندی، اهمیت دادن به یکدیگر، ارتباط مؤثر و با هم بودن، بیشتر با احساس رضایتمندی در ازدواج مرتبط هستند.



به نظر شما کدامیک از راهکارهای شما و همسالانتان برای افزایش احتمال تجربه رضایتمندی و پایداری در ازدواج مناسب‌تر است؟ کدامیک رضایتمندی و کدامیک پایداری خانواده را بیشتر می‌سازد؟

.....

.....

.....

.....

آشنایی، تنها در یک تعامل دو نفره به دست نمی‌آید، بلکه ما می‌توانیم از اظهارنظر دیگرانی چون والدین، عقلای خانواده و نیز دوستان عاقل و دلسوز برای شناخت بهتر فرد مقابل سود جوییم. معمولاً ازدواج در دو سطح به انجام می‌رسد: یکی در سطح خانواده و دیگری در سطح فرد. وقتی خانواده برای ازدواج فرزندی تصمیم می‌گیرد به مسائلی



می پردازد که خود فرد ممکن است به آنها کمتر توجه کند و زمانی که خود فرد برای ازدواج تصمیم می گیرد، بیشتر به مسائلی می پردازد که خانواده به آنها کمتر توجه می کند. معمولاً خانواده ها به عوامل مربوط به بُعد پایداری یعنی ارزش ها، اصالت، طبقه اجتماعی و مسائل منطقی ازدواج توجه دارند. اما هر یک از طرفین ازدواج

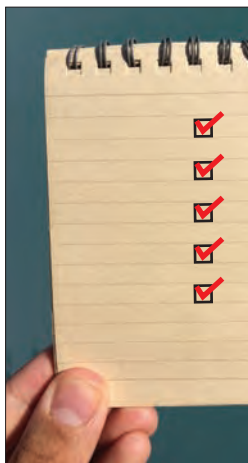
به عوامل مربوط به بُعد رضایتمندی یعنی جذابیت ها، علائق، عشق و موارد بین فردی توجه می کنند. ازدواجی موفق است که در آن، منطق و احساس هر دو با هم دخیل باشند. بنابراین، اگر یک ازدواج فقط منطقی باشد، ازدواج مناسبی نمی باشد همان طور که اگر فقط مبتنی بر احساسات باشد، باز هم ازدواج مناسبی نیست. اگر خانواده نماد ازدواج منطقی، و فرد نماد ازدواج مبتنی بر احساس و عاطفه باشد، تضارب نظر فرد و خانواده باعث می شود که یک ازدواج منطقی مبتنی بر احساس روی دهد. بنابراین، تصمیم خانواده در کنار تصمیم فرد اهمیت بسیار زیادی دارد. حذف هر کدام از این دو سطح تصمیم گیری، می تواند موجب زیان های فراوانی شود. بنابراین حضور خانواده ها در کنار شناخت افراد از یکدیگر، موجبات ازدواج موفق را فراهم می نماید.

شاید پیش خود فکر کنید که اگر بین نظر خانواده و نظر فرد تفاوت وجود داشته باشد آن وقت چه باید کرد؟ در چنین شرایطی می توان از یک مشاور یا روانشناس متخصص و مطلع در حوزه ازدواج، راهنمایی خواست. شرکت در جلسات مشاوره می تواند به افرادی که تمایل به ازدواج دارند کمک کند تا دیدی واقع گرایانه نسبت به خود، طرف مقابل و ازدواج به دست آورند. علاوه بر این، افراد می توانند با شرکت در برنامه های آموزش پیش از ازدواج نیز به آمادگی و مهارت های ارتباطی خود بیفزایند. بنابراین، شرکت در جلسات آموزشی یا مشاوره های پیش از ازدواج می تواند تا حد زیادی از بروز مشکلات جدی در ازدواج پیشگیری کند.

ارزیابی من و همسر ایده آلم

آیا تاکنون
اندیشیده‌اید

اکنون تصور کنید با شخصی به قصد ازدواج آشنا شده‌اید؛ چطور می‌توانید متوجه بشوید که آن شخص همسر ایده‌آل شماست؟ آیا ملاک‌ها و معیارهای مشخصی برای انتخاب همسر خود دارید؟ آیا می‌توانید هر یک از ملاک‌هایتان را به همراه مصادیقش توضیح داده و آنها را اولویت‌بندی کنید؟



اگر کسی بخواهد فرد مورد نظرش را برای ازدواج انتخاب کند لازم است ملاک‌ها و معیارهای شخصی خود را به خوبی بشناسد و بتواند مصداق‌ها و ویژگی‌های رفتاری و شخصیتی مربوط به هر کدام را توضیح دهد و به آنها آگاه باشد. نکته قابل توجه این است که این ملاک‌ها منحصر به فرد هستند و افراد تا جای ممکن می‌توانند به خود و تجربیات گذشته‌شان رجوع کرده و مواردی را که برای آنها از اهمیت بیشتری برخوردار است، شناسایی کنند. همچنین باید دانست که معمولاً همه ملاک‌های مورد نظر در یک فرد وجود نخواهند داشت. بنابراین، باید این ملاک‌ها را اولویت‌بندی کرد تا بتوان مطابق با آنها درباره فرد مورد نظر برای ازدواج تصمیم‌گیری کرد.

اگر افراد، ملاک‌های خود را تا حدود زیادی بشناسند، راحت‌تر می‌توانند میزان تفاهم خود را با طرف مقابل تشخیص داده و در مورد ادامه ارتباط و ازدواج تصمیم‌گیری کنند.



آیا می‌توانید تعریفی از «تفاهم» ارائه کرده و فرق تفاهم و توافق را در روابط توضیح دهید؟

.....

.....

.....

.....

واژه «تفاهم» برای شما قطعاً واژه غریبی نیست. در ازدواج‌هایی که از دید اکثر افراد، نامعقول و شگفت‌انگیز هستند، بسیار شنیده‌اید که افراد به طنز از جمله «مهم تفاهم است» استفاده می‌کنند. بنابراین، به نظر می‌رسد واژه تفاهم به مفهومی کلیشه‌ای برای ازدواج تبدیل شده است، در حالی که واقعاً باید به آن اهمیت دهیم. تفاهم در ازدواج به معنای فهم مشترک یا فهم نزدیک همسران نسبت به یک موضوع است و با توافق فرق دارد. در «تفاهم»، من و تو بدون اینکه از قبل با هم هماهنگ کرده باشیم، یک نظر داریم و یا نظراتمان نزدیک به هم است. اما در «توافق»، نظرات من و تو یکی نیست و لازم است انرژی مصرف کنیم و نظراتمان را به هم نزدیک کنیم. تفاهم چیزی است که بدون نیاز به صرف انرژی، به دلایل مختلف از جمله پیشینه همانند، از قبل در همسران وجود دارد. به همین دلیل گفته می‌شود افرادی که از لحاظ سنی، فرهنگی - اجتماعی، تحصیلی، دینی و ... تفاوت زیادی با هم دارند، برای ازدواج با یکدیگر مناسب نیستند. چرا که این افراد تفاهم زیادی با هم نخواهند داشت. تفاوت‌های فرهنگی، قومی، نژادی، سنی، مذهبی، اجتماعی و تحصیلی باعث می‌شوند که نگرش افراد به دنیا و موضوعات زندگی متفاوت باشد. وقتی که نگرش‌ها متفاوت باشند، تفاهم نیز با مشکل روبه‌رو خواهد شد.

مطمئناً توافق که رنگ و بویی از ایثار و گذشت دارد، جایگاه بسیار مهمی در زندگی مشترک خواهد داشت. اما آنچه در مرحله انتخاب همسر مهم است، «تفاهم» بین دو نفر است. برای آنکه بفهمیم با چه کسی تفاهم داریم، ابتدا لازم است خود و خواسته‌هایمان را بشناسیم و از آنجا که ازدواج حوزه‌ای است با متغیرهای متعدد؛ وقتی همسران در مورد هر کدام از این متغیرها فهم نزدیک به هم داشته باشند، می‌توانیم بگوییم که در مورد آن مطلب با هم تفاهم دارند.

محورهای اصلی تفاهم را در شانزده قسمت دسته‌بندی کرده‌ایم. برای اینکه بتوانید تصمیم‌گیری کنید که آیا طرف مقابل، فرد مناسبی برای ازدواج با شما هست یا نه، ابتدا خودتان باید به ملاک‌ها و معیارهای ازدواجتان آگاهی داشته باشید. برای شناسایی، اولویت‌بندی و ارزش‌گذاری ملاک‌های خود می‌توانید مطابق مراحل پیشنهادی صفحه بعد عمل کنید:

مرحله اول: به محورهای اصلی تفاهم توجه کرده و به هر یک از آنها ببیندیشید. محورهای اصلی تفاهم عبارت‌اند از: سرگرمی و علائق، باورها و ارزش‌های دینی، باورها و اصول اخلاقی، دوستان، اهداف، رشد و پیشرفت شخصی، خویشاوندان، رابطه صمیمانه با همسر، خانواده خود، خانواده همسر، حل اختلاف، پول و مسائل مالی، خواسته‌ها و توقعات، نحوه رویارویی با هیجانات، وظایف زن و مرد در خانواده، فرزند و تربیت فرزند، موضوعات جنسی و امثال این‌ها.

مرحله دوم: فهرستی از آرزوها و خواسته‌های خود را درباره همسر آینده بنویسید. در هر یک از محورهای اصلی تفاهم، ویژگی‌های مطلوب همسر آینده خود را به صورت جملات خبری بنویسید. هر چه این فهرست کامل‌تر باشد، ارزیابی تفاهم، دقیق‌تر و در نهایت انتخاب همسر راحت‌تر خواهد شد. به‌عنوان مثال، برای موضوع سرگرمی و علائق می‌توانید فهرستی به این ترتیب تهیه کنید:

- ۱ به هنر علاقه داشته باشد؛
- ۲ اهل کوهنوردی باشد؛
- ۳ از سینما و تئاتر خوشش بیاید؛
- ۴ اهل مطالعه باشد؛
- ۵ رمان بخواند؛
- ۶ فیلم ببیند؛
- ۷ از معاشرت با دوستان و خویشاوندان خوشش بیاید؛
- ۸ ...

این کار را به همین ترتیب برای هر شانزده مورد انجام دهید. بنابراین، اگر مثلاً برای هر موضوع، ده «خواسته» داشته باشید، جمعاً ۱۶۰ جمله خبری که فهرست آرزوها و خواسته‌های شما هستند، خواهید داشت.



مرحله سوم: قبل از آنکه به فرد دیگری نمره دهید، نمره خودتان را معین کنید. قبل از آنکه به فرد دیگری نمره دهید، خودتان را ارزیابی کنید. به این صورت که برای هر عبارت و جمله‌ای که پیرامون موضوعات اصلی نوشته‌اید، به خودتان یک نمره بدهید. قطعاً خود شما از آزمودنتان نمره کامل نخواهید گرفت. نمره دادن به خود در این آزمون باعث می‌شود که از ایده‌آل نگری بپرهیزید و تصور دقیق‌تری از معنای آزمون داشته باشید. روش نمره گذاری به این شکل است:

- آن ویژگی را کاملاً دارم ← ۵ امتیاز؛
- آن ویژگی را زیاد دارم ← ۴ امتیاز؛
- آن ویژگی را تقریباً دارم ← ۳ امتیاز؛
- آن ویژگی را کم دارم ← ۲ امتیاز؛
- آن ویژگی را به ندرت دارم یا اصلاً ندارم ← ۱ امتیاز.

مرحله چهارم: هر ملاک را براساس ایده‌آلی که در ذهن دارید نمره گذاری کنید. همسر ایده‌آل خود را تصور کنید و در هر جمله و عبارت که پیرامون موضوعات اصلی نوشته‌اید، مطابق با هر آنچه که در مورد وی در نظر دارید و برای شما اهمیت دارد (مطابق روش نمره گذاری بالا)، نمره دهید.

مرحله پنجم: نمرات را محاسبه کنید و نمره خود و فرد ایده‌آل‌تان را با هم مقایسه کنید. در هر موضوع، مجموع امتیازهای کسب شده خودتان را با فرد ایده‌آل‌تان مقایسه کنید و بررسی کنید که آیا نمره شما و فرد ایده‌آل‌تان تفاوت زیادی با هم دارند یا خیر؟ اگر این تفاوت زیاد باشد به نظر می‌رسد که در مورد انتخاب همسر و ملاک‌هایتان باید کمی واقع‌بینانه‌تر بیندیشید. در این مرحله، شرایط و ویژگی‌های خود را هم در نظر گرفته و به تناسب این ویژگی‌ها به همسر آینده‌تان توجه نمایید و مجدداً با نگاه جدید نمره گذاری کنید.

اگر این مرحله را طی کردید و به نظرتان نمرات خود و همسر ایده‌آل‌تان با هم تناسب داشتند، می‌توانید تا حد زیادی اطمینان داشته باشید که ملاک‌های واقع‌بینانه‌ای از ازدواج و انتخاب همسر دارید و این خود، گام بزرگی در جهت انتخاب بهتر و آگاهانه‌تر همسر مورد نظر است.

از این مرحله می‌توان نتیجه گرفت که زمانی می‌توانید فرد مناسبی برای ازدواج پیدا کنید که خودتان فرد مناسبی باشید.

مرحله ششم: اگر به خواستگاری رفتید یا خواستگاری برای شما آمد، از این آزمونی که ساخته‌اید، برای ارزیابی تفاهم در آن رابطه استفاده کنید.

با توجه به اطلاعاتی که از صحبت با طرف مقابل به دست می‌آورید، لازم است در مورد

هر موضوع به او نمره دهید. دقت داشته باشید که این آزمونی نیست که بخواهید از آن به‌عنوان پرسش و پاسخ خیلی خشک و مستقیم در مکالمات استفاده کنید و نمره دهید بلکه باید در موقعیت مناسب و در خلال صحبت‌ها و با پرسش‌هایی هدفمند و بعضاً با مشاهده رفتار فرد در موقعیت، به او نمره دهید.

به کمک این آزمون می‌توانید ضعف‌های رابطه را پیش از ازدواج بشناسید و در مواردی که تفاهم کمتری وجود دارد، لازم است بیشتر صحبت کنید، تا در صورت امکان، موقعیت‌های مورد توافق را شناسایی کنید. لازم است بدانید در هیچ رابطه‌ای تفاهم صددرصد وجود ندارد؛ زیرا هیچ‌دو نفری کاملاً شبیه به هم نیستند. اما طبیعی است که هرچه تفاهم بین دو نفر بیشتر باشد، بهتر می‌توانند با یکدیگر کنار بیایند و احساس رضایت بیشتری از زندگی مشترک خواهند داشت.



کاربرد آموزش و مشاوره پیش از ازدواج

آیا تاکنون
اندیشیده‌اید

■ مشاوره پیش از ازدواج چه ضرورتی دارد؟

■ به نظر شما در این جلسات لازم است چه موضوعاتی مطرح شود؟



تاکنون دریافته‌اید که هر کس با تمام نقاط قوت و ضعفش و هر چه که باشد، ریشه‌ای قوی در نهادی به نام خانواده دارد. قیافه ظاهری، ویژگی‌های شخصیتی، نحوه تعامل با دیگران، دلبستگی‌ها و مواردی از این قبیل، در هر کس کم و بیش تحت تأثیر وراثت و یادگیری در خانواده و شبکه خویشاوندی شکل گرفته است. مهم‌تر از همه، پی بردید که رابطه با خود و دوستان، آگاهانه یا ناآگاهانه، تکرار همان الگوی

دلبستگی و ارتباط خانوادگی است و از آنجا که هیچ فردی در شرایطی ایده‌آل پرورش نیافته است، همه افراد در طیفی از کم تا زیاد در برقراری روابط صمیمانه، تجربه احساس صمیمیت، امنیت و آرامش با مشکلاتی دست به گریبان‌اند. اما این را هم یاد گرفتید که همیشه امیدی برای بهتر شدن و برای پیش رفتن به سمت موفقیت وجود دارد. ما می‌توانیم با شناخت نسبی خود و یادگیری مهارت‌های لازم، به بهبود شرایطمان اقدام کنیم.

رابطه زن و شوهری نیز از این مقوله مستثنی نیست. این رابطه نیز همچون رابطه دوستانه، چه بسا بیشتر، بستری برای بازنمایی عمیق‌ترین احساسات و دغدغه‌های حل نشده است. انتخاب همسر و ارتباط با او نیز می‌تواند به‌طور خواسته یا ناخواسته تحت تأثیر الگوهای قدیمی، براساس، ترس‌ها، اضطراب‌ها و بی‌تفاوتی‌های سابق اتفاق بیفتد و مشکلات ما را در مقایسه با گذشته دوچندان کند.

بنابراین، هر فردی پیش از ازدواج نیازمند است که همه آمادگی‌های لازم ذهنی، روانی، شناختی و رفتاری را کسب کند تا بتواند با انتخابی مناسب، احساس رضایتمندی را بیش از پیش تجربه نماید. در نتیجه ما معتقدیم که موضوع مهم و اساسی ازدواج، نیاز به آموزش و راهنمایی دارد، همچنان که اجداد و نیاکان ما هم این آموزش‌ها را ولو اندک، دیده‌اند. آنها از طریق ارتباطات چهره‌به‌چهره و مشاهده رُسومی که تا حد بسیار زیادی انعطاف‌ناپذیر بود و به دلیل ساده‌تر بودن زندگی، آموزش مورد نیاز خود را از محیط خود دریافت می‌کردند. اما در دنیای جدید و دائم در حال تغییر و تحول فعلی، با رسوم بسیار منعطف و برخی اوقات حتی اضمحلال رسوم سنتی، با وجود زمان اندکی که اعضای خانواده با هم هستند و تعداد نفرات کمتری که با هم زندگی می‌کنند، ما بیش از گذشته نیاز داریم که برای ازدواج آموزش ببینیم و درباره آن یاد بگیریم. برای اینکه به لزوم این آموزش اندکی واقع‌بینانه‌تر نگاه کنیم، ازدواج را با مسئله دیگر زندگی روزمره مقایسه می‌کنیم.

برنامه‌ریزی برای شغل و حرفه در قیاس با ازدواج

مقدار وقتی که صرف آمادگی برای یک کار یا حرفه می‌شود، معمولاً بسیار زیاد است. مثلاً اگر بخواهید مهندس شوید، به‌غیر از اینکه باید دوازده سال دوره تحصیلی را طی کرده باشید، لازم است که پس از قبولی در کنکور دانشگاه‌ها، چهار سال نیز به‌طور اختصاصی در مورد رشته مهندسی مورد نظرتان تحصیل کنید.



بعد از تحصیلات دانشگاهی و زمانی که شاغل شوید، به زودی درمی یابید که سال ها طول می کشد تا پس از تجربه آموزی و آموزش های تخصصی دیگر، بتوانید شایستگی لازم را در حرفه و کار خود به دست آورید.

همه می دانند که پیشرفت شغلی و حرفه ای، مسیری طولانی و پر پیچ و خم است که به تلاش نیاز دارد و کمتر فردی است که در مورد صرف وقت و تلاش برای پیشرفت در شغل خود اهمال کند و آن را نادیده انگارد. برخلاف چنین رویکردی نسبت به شغل و حرفه و پیشرفت و موفقیت شغلی، در مورد ازدواج چنین دیدگاهی در جامعه ما و اکثر جوامع بشری ملاحظه نمی شود.

در جامعه ما برای ازدواج کافی است کسی را در نظر بگیرید. اگر «عاشق» هم بودید که چه بهتر و اگر هم نبودید اشکالی ندارد. طی چند جلسه با هم آشنا خواهید شد و بعد هم ازدواج و روز بزرگ که فرا رسید، مراسمی با شکوه برگزار خواهید کرد که هر چه با شکوه تر و پر زرق و برق تر باشد، بهتر است. بعد از آن، همسران هستند و راهنمایی اندک و کمبود آموزش و تجربه که گاه تا پایان زندگی ادامه خواهد یافت. لازم است به ازدواج حداقل در حد هر برنامه مهم دیگری نگاه کرد، چه رسد به اینکه ما معتقدیم یکی از مهم ترین برنامه های زندگی هر فرد ازدواج اوست.

به نظر شما اهمیت آموزش و مشاوره پیش از ازدواج در چیست و به افراد چه چیزهایی را آموزش می دهند؟

.....

.....

.....

.....

.....

فعالیت در منزل



آموزش پیش از ازدواج فرایندی با هدف افزایش و غنی سازی رابطه های قبل از ازدواج است که منجر به خشنودی بیشتر و ثبات در ازدواج می شود و همچنین می تواند احتمال طلاق در زوجین را کاهش دهد. با این حال در آموزش پیش از ازدواج کاری بیشتر از آموزش صرف انجام می شود. در این جلسات نه تنها با آموزش مهارت هایی به زوجین، آنها را در ایجاد روابط خشنود کننده توانمند می سازند، بلکه چگونگی حفظ و باقی ماندن در این شرایط را نیز به آنها آموزش می دهند. این آموزش ها می تواند از طریق ارائه متون مختلف، سمینارها، سخنرانی ها، کلاس های درس و جلسات آموزش فردی و گروهی و

با درکارگاه‌های آموزشی با حضور افراد در آستانه ازدواج و متخصصان روانشناسی ارائه گردد. محتوای آموزش‌های پیش از ازدواج معمولاً موضوعاتی چون ارتباط، حل تعارض، انتظارات، نقش‌ها، جنسیت، فرزندپروری، اوقات فراغت و اعتقادات مذهبی را تحت پوشش قرار می‌دهد.

پس از اتمام این آموزش‌ها، چنانچه افراد احساس کنند همچنان به راهنمایی و کمک بیشتری نیاز دارند، می‌توانند از خدمات مشاوره خصوصی جهت مسائل و مشکلات ویژه سود جویند. باید در نظر داشت از آنجا که ازدواج یکی از مهم‌ترین و در عین حال پیچیده‌ترین تصمیمات در طول زندگی هر فرد است، حساسیت انتخاب یک مشاور خوب همچون انتخاب یک جراح قلب خوب است. چرا که با یک حرکت نابجا می‌تواند برای فرد و حتی اطرافیانش آسیبی جبران‌ناپذیر در پی داشته باشد. بنابراین، به هنگام انتخاب مشاوره شایسته توجه به عوامل مهمی همچون تخصص، نظرات سایر مراجعین، اصلح بودن وی در باب مسائل اخلاقی و تشابه فرهنگی، امری ضروری به حساب می‌آید.

با توجه به تمامی مباحث مطرح شده، چقدر خود را برای ازدواج و تشکیل خانواده‌ای موفق آماده می‌بینید؟ فکر می‌کنید در چه حوزه‌هایی به راهنمایی نیاز دارید؟

.....

.....

.....

.....

.....

فعالیت در منزل



ارزشیابی شایستگی پودمان پنجم

ردیف	شاخص تحقق	نتایج مورد انتظار	استاندارد عملکرد (کیفیت)	تکالیف عملکردی (واحدهای یادگیری)	عنوان پودمان (فصل)
۳	<ul style="list-style-type: none"> تحلیل نمونه‌هایی از انواع خانواده در بافت‌های متفاوت و کشورهای مختلف تحلیل مواردی از اهمیت نقش فردی در شکل‌گیری ازدواج موفق 	بالاتر از حد انتظار	<ul style="list-style-type: none"> بررسی انواع مختلف خانواده و شناخت راهکارهای کاهش چالش‌های ازدواج تحلیل ریشه‌های مشکلات خانواده و توجه به تفاوت آنها در شرایط متفاوت و راهکارهای مواجهه با سختی‌ها در خانواده 	<ul style="list-style-type: none"> ۱- درک مفهوم ازدواج و ازدواج پرخطر، تحلیل ملاک‌ها و چالش‌های ازدواج و مشکلات رایج خانواده‌ها ۲- درک «خود» به عنوان یک طرف ازدواج و اهمیت آن در شکل‌گیری ازدواج موفق و ضرورت کمک‌های تخصصی پیش از انتخاب و ازدواج 	بررسی و تبیین نقشه ازدواج
۲	<ul style="list-style-type: none"> چگونگی تشخیص ازدواج‌های پرخطر و راه‌های پیشگیری از وقوع آن ارائه راهکارهای مواجهه با سختی‌ها در خانواده تبیین سن مناسب برای ازدواج 	در حد انتظار	<ul style="list-style-type: none"> تعیین موارد اثرگذار بر شکل‌گیری یک ازدواج پرخطر و شناخت راهکارهای مختلف در ارزیابی ملاک‌های ازدواج 		
۱	توضیح ملاک‌های ازدواج موفق	پایین تر از حد انتظار			
نمره مستمر از ۵:					
نمره شایستگی پودمان:					
نمره پودمان از ۲۰:					

- قرآن کریم، ترجمه بهاء‌الدین خرمشاهی، نشر نیلوفر، ۱۳۷۴.
- احدی، حسن؛ محسنی، نیکچهره: روانشناسی رشد، مفاهیم بنیادی در روانشناسی نوجوانی و جوانی، انتشارات پردیس، ۱۳۸۴.
- اولسون، اچ دیوید؛ اولسون سیگ، ایمی؛ لارسون، یتر: بازبینی روابط همسران: نقاط قوت رابطه خود را بیابید، نشر دانژه، ۱۳۹۱.
- اولسون، اچ دیوید؛ اولسون، امی کی: توانمندسازی همسران: توانایی‌های خود را بسازید، مترجمان کامران جعفری نژاد، منصوره اردشیرزاده، معاونت امور فرهنگی و پیشگیری سازمان بهزیستی، ۱۳۸۳.
- انصاریان حسین، نظام خانواده در اسلام، انتشارات ام‌ابیه(س)، قم، ۱۳۸۰.
- ایزدپور، علیرضا؛ شاه حسینی، لیلا: انتخاب آگاهانه برای زندگی عاشقانه، انتشارات شلاک، ۱۳۹۵.
- باگاروزی، دنیس‌آی: بهبود بخشی صمیمیت در ازدواج، مترجمان سیدمحمدرضا رضازاده؛ سیدسعید پورنقاش تهرانی، نشر دانشگاه الزهراء، ۱۳۸۷.
- بستان (نجفی) حسین، خانواده در اسلام، انتشارات پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، چاپ چهارم، ۱۳۹۷.
- بهشتی، احمد، ۱۳۸۸، خانواده در قرآن، انتشارات مؤسسه تحقیقات و نشر معارف اهل‌البیت (ع)، ۱۳۸۸.
- پازرن، ریچارد: بنای ارتباط هوشمندانه و عشق عاقلانه در زندگی (RQ- هوش ارتباطی)، ترجمه زهره شیری، ۱۳۹۴.
- پسندیده، عباس: رضایت زناشویی، نشر مؤسسه علمی فرهنگی دار‌الحدیث، ۱۳۹۱.
- ثابت، حافظ، تربیت جنسی در اسلام، انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۹۰.
- جهانشاهی فرد، سعید: روش تحلیل خانواده، انتشارات ارجمند، ۱۳۹۴.
- حسین زاده، محمدعلی: خانواده موفق: ارتباط والدین و فرزندان، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۹۶.
- حسینی، سیدمهدی: آموزش و مشاوره قبل از ازدواج، انتشارات آوای نور، ۱۳۹۳.
- رزاقی، رضا: آموزش موضوعات جنسی، ناشر دانژه، ۱۳۹۳.
- رستمی، علی: تربیت جنسی کودکان و نوجوانان با تأکید بر اندیشه اسلامی، انتشارات پردیس، ۱۳۸۹.
- سالاری فر، محمدرضا، ۱۳۹۳، خانواده در نگرش اسلام و روانشناسی، انتشارات سمت، چاپ، دهم، ۱۳۹۳.
- شعاع کاظمی، مهرانگیز؛ رضایی، طاهره سادات: بهداشت روانی خانواده بر گرفته از دیدگاه‌های روانشناسی و اسلام (با رویکرد فرهنگ ایرانی)، انتشارات آوای نور، ۱۳۹۴.
- صفری، غلامرضا: خودآموز راهنمایی و مشاوره، نشر ورا دانش، ۱۳۸۹.
- صدر، سید محمد، خانواده در اسلام، انتشارات سوره مهر، ۱۳۹۵.
- سیدمحمدحسین، طباطبائی، تفسیر المیزان، انتشارات اسماعیلیه، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴.
- علاقمند، محمدعلی: آیین دوست‌یابی از نگاه امام علی (ع)، انتشارات جلیل، ۱۳۸۲.
- فریدونی، سمیه: طرح پژوهشی مؤلفه‌های خانواده مطلوب از دیدگاه دانش‌آموزان. به سفارش دفتر تألیف کتاب‌های درسی سازمان فنی و حرفه‌ای و کار دانش وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۹۶.
- فقیه‌بی، علی نقی: آموزش‌های جنسی پیش از ازدواج از دیدگاه اسلام، سازمان بهزیستی کشور، ۱۳۹۳.

- فیشر، هلن: چرا عاشق می شویم، ترجمه سهیل سمی، انتشارات ققنوس، ۱۳۹۶.
- قهاری، شهربانو: صد نکته کلیدی برای جوانان در آستانه ازدواج، نشر قطره، ۱۳۹۴.
- قهاری، شهربانو: مشاوره پیش از ازدواج، نشر قطره، ۱۳۹۴.
- کاوی، استفان: هفت عادت خوب خانواده، مترجم سوسن ملکی، انتشارات ذهن آویز، ۱۳۸۹.
- کردلو، منیره: لطفاً عاشق شوید، نشر سایه سخن، ۱۳۹۰.
- کلیر، سنت: روابط موضوعی و روانشناسی خود، ترجمه علیرضا طهماسب؛ حامد علی آقایی، نشر نی، ۱۳۹۵.
- کیو، مک؛ فانینگ، پاتریک: مهارت‌های زندگی زناشویی، مترجمان شمس‌الدین حسینی؛ الهام آرام‌نیا، انتشارات نسل نواندیش، ۱۳۹۶.
- گاتمن، جان: علم عشق، مترجم هاشم پوریامهر، نشر دانژه، ۱۳۹۷.
- گاتمن، جان: به‌سازی رابطه‌ها، مترجم مصطفی‌علیزاده، نشر قطره، ۱۳۹۱.
- گلدنبرگ، هربرت؛ گلدنبرگ، آیرین: خانواده در مانی، ترجمه مهرداد فیروزبخت، نشر رسا، ۱۳۹۶.
- گینوت، هاییم: روانشناسی بلوغ، مترجم مهدی قراچه‌داغی، نشر دایره، ۱۳۷۹.
- محمدبن منور؛ ابی‌سعدین ابی‌طاهر؛ ابی‌سعید فضل‌الله بن ابی‌الخیر المیهنی: اسرار التوحید فی مقامات الشیخ ابی‌سعید، انتشارات آگاه، ۱۳۹۳.
- محمدبن یعقوب الکلینی الزاری (م ۳۲۹ ق)، الکافی، تحقیق: علی‌اکبر الغفاری، بیروت: دار صعب و دار التعارف، ۱۴۰۱ ق، چهارم.
- مسند زید؛ عبد‌العزیز بن اسحاق البغدادی: منشورات دار مکتبه الحیاه، ۱۳۷۵.
- مطهری، مرتضی: اخلاق جنسی در اسلام و جهان غرب، انتشارات صدرا، ۱۳۹۵.
- مطهری، مرتضی، عدل الهی، انتشارات صدرا، ۱۳۹۴.
- مطهری، مرتضی، نظام حقوق زن در اسلام، انتشارات صدرا، چاپ چهاردهم، ۱۳۶۹.
- مطهری، مرتضی، تعلیم و تربیت در اسلام، انتشارات صدرا چاپ بیست و سوم، ۱۳۷۳.
- معین‌الدین، شعبان: دوستی و آداب دوست‌یابی، انتشارات و رای دانش، ۱۳۸۹.
- مک‌کی، متیو؛ فنینگ، پاتریک؛ پالگ، کیم: مهارت‌های زندگی زناشویی، ترجمه شهرام محمدخانی؛ قدرت عابدی، انتشارات وری دانش، ۱۳۹۶.
- مک‌گراو، فلیپ: روانشناسی خانواده موفق، مترجم محمد مهدی شریعت باقر، نشر دانژ، ۱۳۸۸.
- مک‌گولدریک، مونیکا؛ گرسون، رندی؛ شلن برگر، سیلویا: ژنوگرام: سنجش و مداخله در مشاوره ازدواج و خانواده در مانی، مترجم: فرشاد بهاری، نشر دانژه، ۱۳۹۳.
- ملکی، حسن: روانشناسی خانواده، نشر آوای نور، ۱۳۹۵.
- موسوی، سیدصاحب؛ محمدی، حسین: تربیت جنسی نوجوانان، انتشارات زیتون سبز، ۱۳۹۱.
- مهران، گلنار؛ فریدونی، سمیه؛ عدلی، فریبا: طرح پژوهشی مطالعه تطبیقی محتوای آموزشی و سلوک مناسب خانواده در نظام‌های آموزش و پرورش کشورهای منتخب، ۱۳۹۶.
- میرمحمد صادقی، مهدی: آموزش پیش از ازدواج، انتشارات به نشر (آستان قدس رضوی)، ۱۳۹۵.
- نراقی‌زاده، افسانه: مسائل جوانان و نوجوانان، انتشارات مهر اندیش، ۱۳۹۴.



بهنر آموزان محترم، بهنرجویان عزیز و اولیای آنان می‌توانند نظریاتی اصلاحی خود را دربارهٔ مطالب این کتاب از طریق نامه
برنشانی تهران - صندوق پستی ۴۸۷۴ / ۱۵۸۷۵ - گروه درسی مربوط و یا پیام‌نگار tvoccd@roshd.ir ارسال نمایند.

وب‌گاه: tvoccd.oerp.ir

دفترتالیف کتاب‌های درسی فنی و حرفه‌ای و کار دانش