

تهیه شده در :

اداره سلامت جوانان

دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس

معاونت بهداشت

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

۱۳۹۳

ازدواج جوانان

آنچه در این مجموعه می خوانید:

اهمیت ازدواج

سن ازدواج

تناسب در ازدواج

مهارت هایی برای داشتن ازدواج موفق

عوامل موثر در امر ازدواج

افزایش سن ازدواج

نقش والدین در ازدواج جوانان

مسئولیت دولت در تسهیل امر ازدواج

اصلاح بینش جوانان و خانواده ها نسبت به امر ازدواج

اهمیت ازدواج

در حالت کلی، انسان موجودی اجتماعی است و نمیتواند بدور از هموعان خود زندگی با دوام و با کیفیتی را دنبال کند. او به شبکه اجتماعی نیاز دارد. این شبکه می تواند خانواده، اقوام و دوستان و جامعه ای باشد که او در آن زندگی می کند. ازدواج و خانواده بخش اولیه و کوچکی از این شبکه اجتماعی است که موجبات تولید نسل و بقای انسان را فراهم می کند.

پژوهش ها نشان داده اند که افرادی که از این شبکه ها برخوردار نیستند دچار احساس تنهایی می شوند که موجب ضعیف شدن سیستم ایمنی بدنشان میگردد. تعداد دفعاتی که افراد متأهل به خدمات درمانی نیاز پیدا می کنند بسیار کمتر از تعداد دفعاتی است که افراد مجرد و یا طلاق گرفته به این سرویس ها نیاز پیدا میکنند.

بنابراین ازدواج به عنوان کوچکترین خانه از این شبکه اجتماعی می تواند در حفظ و بقای سلامتی روحی، جسمی و روانی افراد تاثیر بسزایی داشته باشد. از طرفی ازدواج که یکی از مراحل مهم در زندگی افراد به شمار می رود، در آن فاکتورهای مهم از جمله: جنبه های اجتماعی، مادی، اعتقادی - فرهنگی و جنبه روانی دخیل هستند.

از منظر زیست شناسی، موجودی را می توان زنده لقب داد که رشد کند و تولید مثل او فعال باشد. هر عاملی که یکی از این دو را تهدید کند، تهدیدی برای زندگی و حیات یک موجود زنده خواهد بود. از نظر و دید تکاملی، تولید مثل نکردن یعنی انتقال ندادن ژن ها به نسل بعدی، که این امر همانند مردن یک موجود زنده میباشد. به عبارتی دیگر، زاد و ولد متضمن استمرار بقاء موجودات است. از نظر فیزیولوژیکی، تاخیر ازدواج برای دختران نه تنها عوارض ناخوشایندی مثل ناباروری، ایجاد یائسگی زود رس و پوکی استخوان به همراه دارد، بلکه بحران و نابسامانی درون خانوادگی و اجتماعی نیز برای آنان در پی دارد که به شدت از لحاظ روحی و روانی آنان را دچار مشکل می کند.

سن ازدواج

۱ - بهترین و معمولی ترین وضعیت ازدواج اینست که سن پسر کمی از سن دختر بیشتر باشد، یا حداقل مساوی باشند (مثلا ۱ الی ۵ سال). این به خاطر اینست که مدت باروری در خانمها محدود بوده و در آقایان نامحدود است.

و اینکه قدرت باروری خانمها زودتر از آقایان شروع می شود، همچنین نیاز است که آقایان قبل از ازدواج، علاوه بر بلوغ جسمی و فکری، به استقلال اقتصادی نیز برسند، که این به زمان بیشتری نیاز دارد. هر چند این نکته غیر قابل نقض نیست.

۲ - انتخاب همسر یک مسئله چند بعدی است و معیارها و شرایط انتخاب همسر متعدد است. وقتی شما اقدام به انتخاب همسر می کنید باید ۲ مسئله کلی و اساسی را در نظر بگیرید:

الف) همسر انتخابی شما می بایست تمام معیارهای اساسی و مهم مورد نظر شما را که لازمه یک زندگی توام با خوشبختی هست را دارا باشد .

این بدان معنا نیست که در تمام این پارامترها و معیارها صد درصد و کامل باشد ، بلکه به این معناست که حداقل نمره قبولی را داشته باشد.

ب) فرد مورد نظر شما در کل ، باید معدل قابل قبولی در معیارهای مورد نظر شما کسب کند. یعنی اینکه وقتی نمره هر یک از معیارهای ازدواج را که با هم جمع کردید، او میانگین مطلوب را از نظر شما داشته باشد. خلاصه: در تک تک معیارها حداقل نمره را داشته باشد و در جمع کلی همه معیارها، میانگین مطلوب شما را کسب کند. اگرچه ممکن است فرد در یک معیار نمره عالی نداشته باشد و نقطه ضعف وی باشد. مثلا دختری که ۲ سال از پسری بزرگتر است ، اما در سایر معیارهای اساسی قوی است، در نتیجه معدل خوبی جهت ازدواج دارد. در ضمن وی در معیار سن هم حداقل نمره قبولی را دارد. لیکن اگر این دختر با همه معیارهای اساسی و خوبی که دارد، ۱۵ سال از پسر بزرگتر باشد ، با وجود اینکه معدل بالایی دارد، لیکن در یک معیار اساسی رد می شود و چنین ازدواجی با ریسک بالایی از طلاق یا نارضایتی در زندگی زناشویی همراه می شود.

۳- اختلاف سنی دختر و پسر نباید آنقدر زیاد باشد که دوره رشدی آنها متفاوت شود و در علاقه ها، سرگرمی ها ، طرز نگرش و بینش و انرژیهای روانی با هم متفاوت و یا احتمالا درگیر شوند. مثلا ازدواج دختر ۱۶ ساله ای را با پسر ۳۰ ساله در نظر بگیرید.

در حالیکه دختر در آغاز راه هیجانانگیز ، علاقمند به شطینت های نوجوانی، کوهنوردی و جست و خیز و مهمانی و ... هست ، آن آقا کار و تفکر و مطالعه ، فلیم و موسیقی و گوشه ساکت خانه جهت استراحت را بیشتر می پسندد. همچنین دیدگاه آقا توام با تجربه و احتیاط است و دیدگاه دختر نوجوان ریسک و فعالیت های نو و بدیع است.

۴- نکته مهم بعدی اینست که علاوه بر سن شناسنامه ای باید به سن و بلوغ عقلی، اجتماعی، فرهنگی و ظاهر وی نیز توجه کرد. بعضی وقتها دختری ممکن است ۳ سال از پسری بزرگتر باشد، اما با نشاط و انرژی است. و علاقمندیها و تمایلات مشترکی با پسر دارد. لذا علاوه بر سن تقویمی، لازمست که به ظاهر ، طرز فکر و نگرش هم توجه عمیق شود.

۵- نحوه تفکر پسر و دختر ، نسبت به اختلاف سنی در ازدواج (بزرگتر بودن دختر از پسر)، بسیار مهم است. اگر پسری از همان اول با تردید به بزرگتر بودن خانمش بیندیشد. او آمادگی دارد که بعدا با کنایه اطرافیان به هم بریزد و این مسئله را مرتب به رخ خانمش بکشد.

اما در برابر پسری که درگیر این گونه مسائل نیست به سادگی از کنار این مسئله می گذرد. همچنین دختری که به این مسئله (سن زیاد) حساس هست. بعدا هر مسئله را در رابطه اشان به خودش و سن بالایش نسبت می دهد. که این از آسیب پذیریهایی چنین ازدواجهایی هست.

۶- نظر پدر و مادر عروس و داماد هم در این زمینه از آنجا مهم است که ممکن است با سخت گیریهای خودشون منجر شوند که دختر و پسر نظرشان کم کم به هم عوض شود. اگر پسر و دختری به شدت تحت نفوذ والدین خودش هست. معمولاً نمی تواند خارج از نظر آنها ، دست به چنین ازدواجی بزند.

تناسب در ازدواج

اگر ازدواج در چهارچوب درستی نباشد، به جای اینکه آرامش دهنده باشد آرامش را برهم می زند و یا به جای اینکه با کسی رابطه صمیمانه ای پیدا کنیم، ممکن است همیشه با او زندگی کنیم، اما کاملاً تنها باشیم. بنابراین، باید چهارچوب های اساسی انتخاب همسر را به خوبی بدانیم تا با انتخاب درست به نیازهای بیولوژیک و روانی خود، پاسخ صحیح دهیم.

تناسب خانوادگی

به طور کلی، انسان ها در بستر خانوادگی شکل می گیرند. چهارچوب خانواده و آنچه که به عنوان شکل گیری شخصیت در خانواده وجود دارد، از خانواده ای به خانواده دیگر فرق می کند؛ یعنی هر خانواده بسته به زمینه فرهنگی و تربیتی ای که دارد در فرد تأثیر متفاوتی می گذارد؛ چرا که نقش تربیت در شکل گیری شخصیت مهم است. جان واتسون - پدر روان شناسی - می گوید: ۵۰ نوزاد به من بدهید و بگوئید چه شخصیت هایی لازم دارید؛ دانشمند، پلیس، قاضی، دزد و... چه می خواهید؟! من مطابق سفارش شما ۲۰ سال بعد این افراد را تحویل می دهم. در واقع او می خواهد بگوید که تربیت، نقش بسیار پررنگ تری از زمینه های دیگر مثل ژنتیک یا زمینه های خاص دیگر دارد. خانواده نقش مهمی در شکل گیری شخصیت دارد، بنابراین افراد در انتخاب همسر، زمانی در کنار کسب نیازهای روانی (که به مراتب مهم تر از نیازهای بیولوژیک هستند)، درست پاسخ می گیرند و از اضطراب جدایی یا ترس از تنهایی نجات می یابند که ۲ نفر، از نظر خانوادگی متناسب باشند.

چنان که اشاره کردیم خانواده - بنا به تربیتی که روی فرزندش دارد - نقش مهمی در شکل گیری شخصیت او ایفا می کند و این مسئله این روزها بسیار نادیده گرفته می شود، چرا که دختر و پسر، همدیگر را خارج از بسته خانوادگی می بینند؛ ساده ترین شکل آن این است که در دانشگاه با هم آشنا می شوند، در حالی که نمی دانند طرف مقابلشان محصول چه خانواده ای است! در شکل دیگر در یک برخورد همدیگر را می بینند در حالی که هر دو، دوست دوستان شان هستند و شناخت دیگری از یکدیگر ندارند یا به صورت تصادفی، با هم آشنا می شوند.

انسان ها، محصول خانواده شان هستند؛ پس بهتر است در زمان گزینش همسر، او را از داخل بستر خانواده دیده و انتخاب کنند و دقت کنند که آیا فرد مورد نظر، از نظر خانوادگی با آنها تناسب دارد یا خیر؟ در اینجا، مفهوم خانواده زمینه های تربیتی را باز می کند. مثلاً فردی می گوید که ما از نظر خانوادگی به هم می خوریم. آیا به طور خاص، بستر فرهنگی و شیوه های تربیتی رایج در خانواده را بررسی کرده اند و به این نتیجه رسیده اند؟ گاهی ۲ نفر با هم ازدواج می کنند و از نظر فرهنگی و خانوادگی به هم شبیه هستند، اما شیوه های تربیتی آنها متفاوت است! مثلاً در خانواده پسر، زن جایگاه و ارزشی

ندارد.

تناسب فرهنگی

ما تناسب فرهنگی داریم، آنها از نظر فرهنگ با ما متفاوت‌اند؛ راستی فرهنگ یعنی چه؟ فرهنگ یعنی بایدها و نبایدهایی که تعیین تکلیف می‌کند. آن، به ما می‌گوید چه چیزی درست است و چه چیزی غلط؟ چه کاری باید انجام شود و چه کاری نباید صورت گیرد؟ از آنجا که فرهنگ‌ها با هم متفاوت هستند، بایدها و نبایدهای آنها نیز فرق می‌کند. به‌عنوان مثال، بایدها و نبایدها در فرهنگ آذری‌ها بسیار متفاوت‌تر از بایدها و نبایدهای فرهنگ شمالی‌هاست؛ حتی گاهی نباید یکی، باید دیگری است.

انسان در فرهنگ خود به طور ناخودآگاه احاطه شده است. از صبح که بیدار می‌شویم این فرهنگ ماست که می‌گوید چطور بیدار شویم و با خانواده چگونه رفتار کنیم، چطور حرف بزنیم و چگونه غذا بخوریم و... هیچ کاری نیست که به فرهنگ ارتباط نداشته باشد. بنابراین، لازم است که دختر و پسر از نظر فرهنگ اجتماعی به یکدیگر نزدیک باشند. فاصله‌های فرهنگی زیاد، زندگی این دو را تحت‌الشعاع قرار خواهد داد.

حال اگر ۲ نفر همه خصوصیات‌شان (که ذکر شده و خواهد شد) با هم همخوانی داشته باشد ولی تناسب فرهنگی نداشته باشند چگونه برخورد کنند؟ اینجاست که باید از فرهنگ یکدیگر آگاه شوند و آن را بپذیرند؛ این مهم است؛ نه اینکه آن را مسخره کرده و بگویند چه بیخود است! اگر این آگاهی و پذیرش باشد، به گونه‌ای هم‌فرهنگ می‌شوند.

تناسب اعتقادی

اعتقادات و باورها، جنس محکمی دارند و به خاطر هیچ‌کس نمی‌آیند و بروند. اگر ۲ نفر که با هم ازدواج می‌کنند، این تناسب را ندارند، بدانند که اعتقادات تغییری نمی‌کند مگر براساس شناخت. به‌عنوان مثال، دختری به حجاب اعتقاد ندارد. پسری با او ازدواج می‌کند و می‌گوید به خاطر من حجاب بگذار. ممکن است دختر بپذیرد ولی اعتقادی به آن ندارد. حجابی که به خاطر پسر می‌آید، روزی که دختر خاطر پسر را نخواهد و کوچک‌ترین اختلافی پیش آید، برداشته می‌شود. وقتی انسان محببه و نمازخوان می‌ماند که اعتقاداتش را پیدا کند، نه اینکه «به‌خاطر...» باشد. اگر فردی بی‌اعتقاد است، باید در ابتدا حوزه‌اش را پیدا کرد تا او با مطالعه و تحقیق به اعتقاد محکمی برسد، نه اینکه به خاطر دیگری اعتقاد ظاهری پیدا کند.

تناسب اقتصادی- اجتماعی

طبقه اقتصادی- اجتماعی، یک نوع نگرش به زندگی ایجاد می‌کند. وقتی ۲ نفر از لحاظ طبقه اقتصادی- اجتماعی با هم فاصله زیادی دارند، نگرش به زندگی و رفتارشان با هم متفاوت است. گاهی آدم‌هایی متعلق به طبقه اقتصادی- اجتماعی بالا نیستند ولی با فعالیت‌های اقتصادی- اجتماعی به این طبقه می‌رسند و صاحب خانه، ماشین، ویلا و... می‌شوند. اما مردم در یک برخورد یا یک نگاه به آنها می‌گویند تازه به دوران رسیده! و این، نوع رفتار و نگرش آنهاست که مردم را

متوجه این موضوع می‌کند.

طبقه اقتصادی - اجتماعی به انسان‌ها یک نگرش، رفتار و بینش به زندگی می‌دهد. بنابراین وقتی ۲ نفر از ۲ طبقه اقتصادی - اجتماعی متفاوت ازدواج کنند، از نظر نوع نگاه به زندگی خیلی با هم فرق دارند و نگرش آنها به زندگی خیلی متفاوت است؛ به همین دلیل دچار مشکلات بسیار می‌شوند.

تناسب شخصیتی

هر انسانی شخصیت ویژه خود را دارد. اگر ۲ نفر که ازدواج می‌کنند، تفاوت‌های شخصیتی زیادی داشته باشند در رابطه خود دچار مشکلات زیادی می‌شوند. فرض کنید فردی از نظر شخصیتی برون‌گراست و راحت ابراز احساسات و عواطف می‌کند و بیشتر دوست دارد در جمع باشد؛ این فرد با کسی ازدواج می‌کند که انسانی درون‌گراست و ابراز احساسات برایش سخت است، حضور در جمع برایش خوشایند نیست و ارتباط برقرار کردن با افراد برایش دشوار است. این دو در طولانی مدت دچار مشکل می‌شوند؛ با هم هستند ولی احساس تنهایی می‌کنند. جالب اینجاست که در ابتدا به خاطر خصوصیات متضادی که دارند، خیلی جذب همدیگر می‌شوند ولی به تدریج از هم فاصله می‌گیرند چون با هم تناسب ندارند و نمی‌توانند نیازهای همدیگر را برآورده کنند.

تناسب تحصیلی

این تناسب هم نقش مؤثری دارد. اما چون تحصیلات اکتسابی است (یعنی اگر امروز نیست فردا می‌تواند باشد)، جزء مسائلی است که می‌گوییم اگر همه شرایط را دارند و بالقوه می‌توانند ادامه تحصیل دهند، در این ازدواج مشکلی پیش نمی‌آید. اگر دختر فوق‌لیسانس و پسر لیسانس است، اشکالی ندارد (در حالی که به غلط جا افتاده که شوهر باید بالاتر باشد) ولی اصولاً بهتر است که هر دو هم‌سطح باشند. گاهی ۲ نفر از مقطع لیسانس با هم آشنا می‌شوند و ازدواج می‌کنند. پسر دکترا می‌گیرد ولی دختر در همان مقطع مانده است. کم‌کم از هم فاصله می‌گیرند و فضای فکری آنها بسیار متفاوت می‌شود.

رضایت والدین

از آنجا که عدم رضایت والدین تا سال‌های بسیار طولانی و حتی تا آخر زندگی تأثیر خود را دارد، خوب است که دو نفری که می‌خواهند ازدواج کنند، حتماً خانواده‌هایشان راضی باشند و اگر نیستند باید آنها را متقاعد کرد. باید دلایل مخالفت را دانست چرا که اغلب تجربه آنها باعث می‌شود که دلایل درستی را مطرح کنند و نباید عدم رضایت را سرسری گرفت و باز هم اگر برخلاف همه تلاش‌ها راضی نشدند، شایسته است تا گرفتن رضایت صبر کنند یا به ازدواج دیگری فکر کنند. چرا که حقیقت امر این است که رضایت والدین تا زمانی که زندگی می‌کنند تأثیر خودش را دارد. بنابراین ازدواج مهم‌ترین تصمیم زندگی انسان است. بدیهی است جدی گرفتن این مسئله و دقت در تمام جوانب می‌تواند زندگی موفق‌تری را رقم بزند. در غیر این صورت، پشیمانی و پریشانی نتیجه ازدواج عجولانه خواهد بود. (برگرفته از سایت جوانان و ازدواج)

۱۰ مهارت برای داشتن ازدواج موفق

داشتن ازدواج موفق دشوار است ، نیاز به آموزش دارد.

ازدواج موفق نیاز به آموزش دارد زیرا ما چیزی از مهارت های قبل از ازدواج نمی دانیم. در حالی که در طول زندگی ما باید با توسعه و افزایش مهارت هایی که لازمه ازدواج موفق هستند، حمایت شویم. ازدواج چیز فراتر از دوستیابی است اما اکثر ما اغلب آن را با دوستیابی مقایسه می کنیم در حالی که اینکار اشتباه است.

آنها را مقایسه نکنید...

ازدواج سخت تر است ، اما زمانی که موفق شوید بسیار شاد می شوید . مزایای آن شامل همسر شاد ، همسر خوشحال ، اعتماد، احترام ، ثبات، حمایت ، عشق بی قید و شرط ، رابطه جنسی عاری از گناه،همدم زندگی طولانی است. ۱۰ مهارت های عملی به منظور موفقیت در ازدواج مورد نیاز است:

۱ مهارت های حل مساله

مهارت حل مشکل مهم ترین مهارت در این فهرست است اول به آن اشاره می کنیم زیرا اگر این مهارت را نداشته باشید مهارت های دیگر به کارتان نمی آید.

با مهارت حل مسئله مشکلی نخواهید داشت ، ۲ سال اول ازدواج سالهای سختی است. در طول دو سال اول ازدواج شما و همسرتان رویکرد های خودتان را برای حل مشکلات دارید . شما برای پیدا کردن راه حل مشکلات با همسر فقط نصف زمان را فرصت دارید . مهارت حل مسأله به شما زمان مناسب برای دعوا کردن، تسلیم شدن، دادن و بخشیدن را آموزش می دهد .

۲ مقدم دانستن همسرتان

- خب، او اولین نفر است پس از خدا ، او را قبل از بچه ها و یا کار خود و یا مامان ، بابا شما یا دوستان و یا ایکس باکس ، پلی استیشن یا هر چیز دیگری که شما می توانید فکرش را کنید قرار دهید .

خدا - اول . همسر - دوم . کودکان و نوجوانان - سوم . به یاد روزهای سخت گذشته باشید که او کنار شما بود.او صددر جدول کار های مهم شما باید قرار گیرد زیرا شما می خواهید او همیشه اولین باشد.

۳ مهارت‌های زندگی

این مهم است که هر یک از همسران نه تنها برای امروز خود بلکه برای فردا و همسرشان برنامه ریزی داشته باشند. "امروز باید چگونه باشم تا در آینده مرد یا همسر خوبی باشم؟" "چه کاری می توانم انجام دهم که ۵ سال دیگه هم همینقدر برای همسرم جذاب باشم؟" "باید به دانشگاه بروم؟" "باید شروع کنم رونق کسب و کارم؟" "چگونه به همسرم نشام دهم که می خواهم از او حمایت کنم؟ برنامه ریزی مالی، صرفه جویی، مسئولیت رسیدگی به کسب و کار، سبک زندگی سال نیاز به یک شریک دارد.

۴ مهارت عفو و بخشش

در طول زندگی، شما مجبور نیستید ببخشید اما می توانید انتخاب کنید که فراموش کنید. به منظور موفقیت در ازدواج، نه تنها شما باید قادر به بخشیدن اتفاقات گذشته باشید، بلکه باید قادر به بخشیدن در همان لحظه باشید! کار اشتباه خود و همسرتان را بپذیرید و عذر خواهی کنید و پذیرای عذر خواهی باشید. نه شما کاملید نه او. زمانی که شما نتوانید ببخشید رابطه شما متوقف میشود. شما نمی توانید کاری را انجام دهید بدون بخشش. اگر نتوانید ببخشید تنها می مانید.

۵ مهارت های خلاقیت

این ازدواج است، ما با هم زندگی می کنند. ما همدیگر را هر روز می بینیم، پس می توانیم به راحتی برای هم یکنواخت شویم. گهگاه، در ایام هفته خودتان را به چالش بکشید و سرگرم کنید حتی برای چند دقیقه به پیاده روی بروید، فوتبال بازی کنید، بازی های متفاوت جنسیتی داشته باشید و... به همسرتان در هنگام بازی نگاه کنید. از مشارکت همدیگر لذت ببرید.

۶ مهارت تمرکز

یاد بگیرید بر روی ویژگی های مثبت همسر خود تمرکز کنید. برخی از صفات در او وجود دارد که شما به آنها عشق می ورزید. برخی از ویژگی ها ممکن است در او باشد که شما از آنها نفرت دارید، اما خوبی ها بیشتر از بدی هاست. بنابراین تمرکز بر روی چیزهایی که شما دو نفر با هم به ارمغان آورد یک کار لذت بخش است. مهارت تمرکز داشتن یعنی دیدن نیمه پر لیوان. مراقب باشید وقتی با یک انگشت به همسرتان اشاره می کنید چهار انگشتان به سمت خودتان است.

۷ مهارت اعتماد به نفس

شما این باور را دارید که ازدواجتان هرگز شکست نخواهد خورد و طلاق یک گزینه نیست. شما باید اعتماد به نفس داشته باشید که همسرتان شما را همانقدر که شما او را دوست دارید دوست دارد. گاهی اوقات آنها ممکن است آن را نشان ندهند، بنابراین شما باید آن را بدانند، شما باید به آن اعتقاد داشته باشید، اعتماد به نفستان باید فراتر از احساس شک باشد و مطمئن باشید او در حال احقق قول های اولیه است. عدم اعتماد شما مانند مانع دست انداز های زندگی را بیشتر می کند در حالی که اعتماد مانند ماله تمام دست انداز های زندگی را برای همسر هموار می کند.

۸ مهارت های یادگیری

در برخی از مراحل زندگی ما فکر می کنیم همسرمان را می شناسیم اما او تغییر کرده است. او همان زن ۲۸ ساله نیست. او همان مردی که ۷ سال پیش بود نیست. این دلیلی برای گرفتن طلاق نیست. شما همیشه باید مایل به دوباره یادگیری همسر خود باشید. هر چیز دیگری در زندگی تغییر و تکامل می یابد، چرا همسرتان تغییر نکند؟ اگر شما مایل به دوباره یادگیری همسرتان نیستید نباید ازدواج می کردید.

۹ مهارت های ادراک

در اینجا منظور خودتان نیستید منظور ادراکتان از محیط اطراف و جهان است که بعد از ازدواج تغییر میکند. ادراک این است که من باور دارم مرد خوشبختی در ازدواجم هستم. برای من مهم این است که دید خوبی از زندگی به همسرم بدهم. برای من مهم این است که همسرم باعث شود دید مثبتی بدست آورم. البته منظور این نیست که به صورت غیر واقعی خودتان را خوشحال نشان دهید. در ارتباط بین زن و شوهر، نوع ادراک یا تفکر هر یک، بر رفتار و درک متقابل تأثیرگذار است. درک درست از نیازهای خودتان و همسرتان و انتقال آن به یکدیگر یکی از مهارت های مهم در ازدواج موفق است.

۱۰ مهارت مبارزه

زمانی که شروع به مبارزه می کنید باید مبارزه ای عادلانه داشته باشید. مبارزه با هدفتان. مبارزه تان نباید طولانی شود و ساعت ها به طول بی انجامد زیرا همسرتان را آزرده می کند. به همسرتان اطمینان دهید که کاری که انجام می دهید باعث خوشحالی اوست. مبارزه با اهداف شما را از رکود خارج می کند و باعث افزایش امید به زندگی مشترک می شود. اگر در رسیدن به اهدافتان دچار اشتباه شدید دوباره انجام دهید. موفق می شوید. (برگرفته از سایت عصر باران)

عوامل موثر در امر ازدواج

● تحول در الگوهای رفتاری

در دهه های اخیر، تحول جدی در الگوهای رفتاری خانواده ها به وجود آمده است. تغییر در الگوی مصرف، نوع پوشاک، مسکن، سطح انتظارات خانواده ها و توجه به آراسته بودن ظاهری موجب گردیده که مفهوم زندگی به طور کلی دگرگون شود. امروزه «رفاه» از مهم ترین مسائلی است که خانواده ها توجه بیشتری بدان مبذول می دارند. در حالی که در ۴، ۵ دهه قبل مفهوم «رفاه» کمتر جایی در زندگی افراد داشت.

● ادامه تحصیلات و تحول موقعیت زنان

دومین عاملی که موجب افزایش سن ازدواج شده، گرایش به ادامه تحصیلات در بین جوانان است. اغلب پسران و دختران علاقه دارند تحصیلات خود را تا لیسانس و بالاتر ادامه دهند. امروزه تلقی و برداشت جوانان این است که ازدواج فرصت ادامه تحصیل را از آنان سلب می نماید. به ویژه تحول موقعیت اجتماعی زنان و گرایش آن ها به تحصیلات عالی موجب شده که سن ازدواج افزایش پیدا کند. دختران چنین فکر می کنند که بعد از ازدواج به دلیل مسئولیت همسری و یا مادری نمی توانند درس بخوانند. خانواده دختر و پسر نیز همین عقیده را دارند و غالباً حاضر نیستند درباره ازدواج فرزندانشان در حال تحصیل اقدام کنند.

● اعتقاد به داشتن زندگی آزاد

برخی بر این باورند که ازدواج باعث ایجاد محدودیت در بسیاری از خواسته ها و نیازهای آنان می شود؛ از این رو، ترجیح می دهند به شکل مجرد و آزاد زندگی کنند. این گرایش نه تنها در بین پسران وجود دارد، بلکه برخی از دختران نیز ازدواج را نوعی محدودیت و موجب سلب آزادی های فردی خود می دانند. شاید بیشتر افرادی که ازدواج را عامل محدودکننده آزادی های فردی می دانند، فلسفه و حقیقت ازدواج را به خوبی درک نکرده و طرفدار آزادی به معنای غربی آن باشند، اما در این میان افرادی هم هستند که با وجود گرایش مذهبی قوی، آسایش، آرامش، خودسازی و سیر و سلوک معنوی را در داشتن نوعی زندگی می دانند که در آن قید و بندهای زناشویی و زندگی مشترک وجود نداشته باشد. برخی نیز فرزنددار شدن را مانع رشد اجتماعی مطلوب و کار و تحصیل خود می دانند، از این رو، حاضر نمی شوند ازدواج کنند.

● فراهم بودن زمینه ارضای نامشروع

به نظر می رسد بین افزایش سن ازدواج و انحرافات اخلاقی رابطه ای دو سویه برقرار باشد. برخی پژوهش ها نشان می دهند روابط آزاد بین دختر و پسر و امکان تمتع و ارضای جنسی، نیاز به ازدواج را در جوانان کم رنگ کرده است. در تحقیقی که مشکلات و موانع ازدواج جوانان و به ویژه دختران مورد بررسی قرار گرفته، به این نکته

اشاره شده که برخی جوانان برای ارضای غرایز طبیعی خود به ارتباط با جنس مخالف بسنده می کنند و در نتیجه، وجود زمینه های انحرافی و روابط آزاد دختر و پسر را به عنوان یکی از عوامل افزایش سن ازدواج برشمرده است. بنابراین، روابط آزاد دختر و پسر و امکان بهره گیری جنسی از طریق غیر ازدواج که در عین حال، مسئولیت چندانی بر عهده فرد نمی گذارد، خود یکی از عوامل افزایش سن ازدواج است.

● وسواس بیش از حد در انتخاب همسر

یکی دیگر از عوامل افزایش سن ازدواج، احتیاط بیش از حد و وسواس گونه دختر و پسر (یا خانواده آن ها) در مورد همسر آینده می باشد. افرادی که بیش از حد در این زمینه وسواس به خرج می دهند نمی توانند در مورد ازدواج و انتخاب همسر آینده خود تصمیم بگیرند. این افراد گاه در اقدام به ازدواج، با اینکه همه اقدامات ضروری پیش از مراسم ازدواج را انجام داده اند، اما چند روز مانده به عقد و یا عروسی، تمام قول و قرارها را زیر پا می گذارند و حاضر به ازدواج نمی شوند. آنچه بیان شد، تنها برخی از عوامل فردی و اجتماعی مؤثر در افزایش سن ازدواج بود. گردآوری و بررسی شواهد جامع و فراگیر در این زمینه، پژوهش مستقل و گسترده ای را می طلبد که به دور از هدف اصلی ما در این نوشتار است.

● افزایش سن ازدواج و کاهش سن بلوغ جنسی

در حال حاضر شواهد حاکی از این می باشند که سن ازدواج روز به روز رو به افزایش است، اما از آن طرف، سن بلوغ جنسی کاهش چشمگیری را نشان می دهد و در سال های اخیر فاصله این دو بیشتر شده است. به تعبیر دیگر، انتظارات، ایده آل ها و هنجارهای اجتماعی، ازدواج جوانان را به تأخیر انداخته است، اما از سوی دیگر، غریزه جنسی که سراسر وجود نوجوان را تسخیر کرده و عوامل تحریک کننده بیرونی از قبیل الگوهای رفتاری، چهره های زیبا و آرایش کرده، نوارها و عکس های مبتذل، فیلم های سینمایی وارداتی، دسترسی به ماهواره و اینترنت و علاوه بر آن، فیلم ها و سریال های داخلی مغایر با فرهنگ معنوی جامعه، باعث بلوغ زودرس در نوجوانان شده و چون همه آن ها از لحاظ اخلاقی و معنوی آن چنان قوی نیستند که بتوانند با رعایت تقوا و خویشتنداری، این فاصله (بلوغ تا زمان ازدواج) را پشت سر بگذارند، امکان ابتلای آنان به انحرافات اخلاقی و بی بند و باری های جنسی بیشتر است. با توجه به وضعیت فرهنگی جامعه، به صراحت می توان گفت که افزایش سن ازدواج یک مشکل حاد اجتماعی است و به تعبیر جامعه شناسان می توان از آن به عنوان یک «مسئله اجتماعی» نام برد. حال با این تعریف از مسئله اجتماعی، آیا می توان افزایش سن ازدواج را، آن هم در شرایطی که عوامل تحریک کننده جنسی در جامعه بیشتر شده و سن بلوغ جنسی کاهش چشمگیری یافته، یک مسئله اجتماعی دانست؟ پاسخ این سؤال مثبت است. با این زمینه، به راحتی می توان به گستردگی تأثیرات افزایش سن ازدواج پی برد و از آن به عنوان یکی از عوامل راهبردی انحرافات اخلاقی و بی بند و باری های جنسی در میان جوانان بحث کرد.

افزایش سن ازدواج و نقش آن در گسترش بی بند و باری های جنسی جوانان

در سال های اخیر هرزگی، بی بند و باری جنسی، روابط دختر و پسر، حاملگی نامشروع، سقط (کورتاژ) غیرقانونی و دیگر انحرافات اخلاقی در میان جوانان افزایش چشمگیری یافته است. تبیین هایی که از انحرافات اخلاقی و بی بند و باری های جنسی جوانان شده، به ندرت محتوا و شرایط سنی آنان را در نظر گرفته اند؛ اکثر مؤلفان انحرافات اخلاقی جوانان را از نظر نوع انگیزه با انحرافات اخلاقی بزرگسالان یکسان و مشابه دانسته اند. در این رویکرد، برخی به بررسی تأثیر انواع مشکلات خانوادگی، مشکلات روانی، آموزشی، و مسائل اقتصادی و اجتماعی اشاره نموده اند. آنان بر این عقیده اند که الگوی انحرافات اخلاقی در جوانان تفاوتی با الگوی بزرگسالان ندارد. کوهن (۱۹۸۲) معتقد است انحرافات اخلاقی و اجتماعی جوانان از نظر نوع انگیزه با بزرگسالان تفاوت اساسی دارد.

بر اساس یافته های او، افراد بزرگسال و کسانی که نقش آنان تا حدودی در خانواده و جامعه احراز شده، اگر اقدام به عمل خلاف می کنند و - مثلا - دست به خودکشی، خانه گریزی، و روابط جنسی با دیگران می زنند، ممکن است به خاطر مشکلات اقتصادی، عدم رضایت از زندگی و فزون خواهی باشد، اما بخش عمده انحرافات اخلاقی جوانان ریشه در نیازهای واقعی عاطفی و جنسی آن ها دارد که به خاطر محرومیت و فراهم نبودن شرایط ارضای مناسب و مشروع آن به جستجوی راه های دیگر برای رسیدن به خواسته ها و آرزوهای خود برمی آیند.

● افزایش سن ازدواج و خودکشی :

آمارهای ارائه شده درباره خودکشی در شهرهای ایران حکایت از آن دارند که در گذشته میزان خودکشی در میان گروه های سنی بالا بیشتر بود، اما در ۲۰ سال اخیر این الگو به هم خورده و میزان بالای خودکشی به سمت گروه های سنی جوان تر گرایش پیدا کرده است. بر اساس پژوهش های جهانی و نیز برخی تحقیقات انجام شده در ایران، اکثر اقدام کنندگان به خودکشی را جوانان مجرد تشکیل می دهند.

● افزایش سن ازدواج و خانه گریزی دختران

فراز از خانه یکی از معضلات حاد اجتماعی است که عوامل مختلفی در آن دخالت دارند. تجزیه و تحلیل ها نشان می دهند که در کنار موارد اختلافات خانوادگی، خشونت والدین، بی سرپرستی، فقر و پایین بودن سطح فرهنگ خانواده، درصد قابل توجهی از دختران فراری کسانی هستند که علی رغم نیاز شدید آن ها به ازدواج و داشتن خواستگارهای متعدد، والدین آن ها با ازدواجشان مخالفت کرده اند.

● افزایش سن ازدواج و خودفروشی دختران

یکی دیگر از پیامدهای افزایش سن ازدواج و بی توجهی والدین به مسائل جوانان، به ویژه دختران جوان، انحرافات اخلاقی از نوع خودفروشی و روسپیگری است. بر اساس یکی از تحقیقات انجام شده در این زمینه، از نظر توزیع فراوانی و درصدی مراجعان «مرکز مداخله در بحران و ستاد پذیرش و قرنطینه شمال بهزیستی استان تهران»، سن اکثر موارد ارجاعی این مرکز بین ۱۶ تا ۲۱ سالگی است

نقش والدین در ازدواج جوانان

نقش خانواده در بهینه سازی سن ازدواج و پیشگیری از انحرافات اخلاقی جوانان، نقش مهم و اساسی است. والدین می توانند با اقدام به موقع برای ازدواج فرزندانشان و دست برداشتن از سختگیری های بی مورد، رسومات و سنت های غلط، و انتظارات و توقعات نابجا از فرزندان، زمینه ازدواج به موقع آن ها را فراهم نموده و به مسئولیت دینی و اخلاقی خود، عمل کنند.

مسئولیت دولت در تسهیل امر ازدواج جوانان

هر یک از نهادهای اجتماعی عهده دار مسئولیت ها و وظایف مشخصی از کارکردهای یک جامعه هستند. فرایند عملکرد این نهادها و نیز تعامل بین آن ها، چگونگی حرکت یک جامعه را مشخص می سازد. دولت به عنوان یکی از مهم ترین نهادهای اجتماعی، مسئولیت حراست از ارزش های فرهنگی، ایجاد زمینه برای رفاه اجتماعی و تسهیل ازدواج جوانان را به عهده دارد. در فرهنگ اسلامی بر تعاون اجتماعی و رسیدگی به امور جوانان تأکید شده و بخشی از بیت المال برای تسهیل ازدواج جوانان اختصاص یافته است.

تسهیل امر ازدواج

- برای تسهیل امر ازدواج جوانان و در نتیجه، پیشگیری از بسیاری انحرافات اخلاقی موارد ذیل پیشنهاد می شوند:
۱. برگزاری کلاس های آموزشی درباره ازدواج و تحلیل و بررسی پیامدهای به تأخیر انداختن آن؛
 ۲. ایجاد مراکز ویژه برای شناختن موقعیت های افراد طالب ازدواج و فراهم کردن زمینه آشنایی خانواده ها و خواستگاری در مواردی که با معیارهای موردنظر دختر و پسر هم خوانی داشته باشد؛
 ۳. منحصر نکردن امکانات مادی و رفاهی به دانشجویان و جوانان ساکن در پایتخت و تقسیم تسهیلات بین همه قشرها و گروه ها در شهرها و شهرستان های مختلف؛
 ۴. قرار دادن افرادی که ازدواج کرده اند در اولویت های اشتغال و در واقع، توجه به اشتغال جوانان به دور از تبعیض و رابطه محوری؛

۵. فرهنگ سازی ازدواج ساده و منطبق با معیارهای اسلامی، که یکی از راهکارهای اصلی در حل مشکلات ازدواج جوانان بوده است و باید از سوی رسانه ها دنبال شود. اگر معیار ما در ازدواج و انتخاب همسر، اسلام باشد، همه یا اکثر این مشکلات وجود نخواهد داشت؛

۶. فراهم کردن امکانات ازدواج به دور از مخارج غیرضروری و در چارچوب فرهنگ دینی، از نوع ازدواج های گروهی که در سال های اخیر شاهد برگزاری ساده و صمیمی آن ها بوده ایم، تا به این وسیله جوانان بتوانند با صرفه جویی، زمینه یک زندگی ساده و سالم را فراهم کنند؛

اصلاح بینش جوانان و خانواده ها نسبت به امر ازدواج

باید بینش جوانان، نوجوانان و خانواده ها نسبت به زندگی و ازدواج اصلاح شود. باید تدابیری از سوی مربیان، مسئولان فرهنگی و دولت در نظر گرفته شود که جوانان و نوجوانان در ابعاد گوناگون جسمی، جنسی، عقلی، اجتماعی، عاطفی و اقتصادی به طور هماهنگ و متناسب رشد نمایند. آنچه در حال حاضر مشاهده می شود ناهم ترازوی رشد و بلوغ جنسی و جسمی با دیگر ابعاد رشد یعنی رشد عقلی، اجتماعی، اقتصادی و عاطفی جوانان و نوجوانان است.

قال الإمام الصادق عليه السلام: من ترك التزويج مخافة الفقر فقد اساء الظن بالله - عز و جل - ان الله - عز و جل - يقول: «ان يكونوا فقراء يغنهم الله من فضله.»

هر کس از ترس فقر ازدواج نکند نسبت به لطف خداوند بدگمان شده است. چرا که خداوند می فرماید: اگر آنان فقیر باشند خداوند از فضل و کرم خود بی نیازشان می کند.