

آمادگی‌های لازم برای ازدواج

خودشناسی

اولین و ضروری‌ترین مهارتی که دختر و پسرها قبل از ازدواج باید کسب کنند، مهارت خودشناسی است. هر فردی قبل از ازدواج باید تیپ شخصیتی، اخلاق‌ها و انتظارات خودش را از زندگی مشخص کرده باشد. خود آگاهی به معنای شناخت احساسات، اهداف و برنامه‌های زندگی، تفریحات و سرگرمی‌ها، توانایی‌ها، ضعف‌ها، ارزش‌ها، مسئولیت‌ها، فرهنگ و مذهب، علایق، آرزوها و استعدادهاست.



خودآگاهی به این دلیل مهم است که هر دختر و پسر قبل از ازدواج باید بداند چه هدفی دارد و بر همان اساس در زندگی برنامه ریزی کند. اگر فردی خودش را به میزان مورد نیاز نشناسد، در انتخاب شریک زندگی اش نمی تواند موفق عمل کند، بنابراین رسیدن نسبی به خودشناسی در مرحله انتخاب شریک زندگی باعث می شود که فرد همسری انتخاب کند که با خودش تناسب و نقاط مشترک بیشتری داشته باشد.

ریحانه حاج محمدی
مشاور دانشکده دخترانه حضرت فاطمه (س)
کرمان

اهمیت شناخت پیش از ازدواج

شناخت پیش از ازدواج، به تلاش برای شناختن ویژگی‌ها، خصوصیات و علائق طرفین ازدواج گفته می‌شود. در واقع دوره قبل از ازدواج، کوشش مشترکی برای پیدا کردن یک پایه مشترک برای زندگی زناشویی و اطمینان یافتن از فرد مقابل در جهت ایجاد یک رابطه زناشویی و عاطفی مناسب است. نقش خانواده، اختلافات فرهنگی در ازدواج و اختلافات طبقاتی از جمله مواردی است که در مرحله قبل از ازدواج از اهمیت بالایی برخوردار است.

مدت زمان مورد نیاز

مدت زمان مورد نیاز برای رسیدن به یک شناخت کامل از فرد مقابل به عوامل بسیار زیادی بستگی دارد. محدودیت‌های فرهنگی و آداب و رسوم خانوادگی شدیداً آن را تحت تاثیر می‌گذارند. به طور کلی می‌توان گفت یک بازه حدوداً ۶ ماهه مناسب است. ولی نوع ارتباط در این ۶ ماه از نوع ارتباط هر روزه باید باشد. این بازه باید آن قدری باشد که فرد در شرایط مختلف بتواند فرد مقابلش را ببیند و بسنجد. در طی این بازه اگر رابطه آنقدر عمیق نشود که طرفین درگیر هیچ تعارض و اختلافی نشوند، ممکن است شناخت کاملی از هم به دست نیاورند.



موارد مورد نیاز به شناخت: مالی، مذهبی، اخلاقی، احساسی، پیشرفت و تفریح ...

نمونه سوال در ابعاد مختلف

- منبع درآمد شما چیست؟ هزینه‌های ما چگونه تعیین می‌شود؟ آیا می‌توانیم پس انداز کنیم؟
- در صورت کار نکردن زن، آیا همسر در آمد کافی برای اداره زندگی را دارد؟
- برنامه ریزی برای خرج کردن ما چگونه است؟ (خرج کردن، پس انداز، تفریح، مسافرت، غذا، رستوران)
- پول خود را اغلب خرج چه کارهایی می‌کنید؟ دست و دلباز هستید یا حساب‌گر؟

ریحانه حاج محمدی
مشاور دانشکده دخترانه حضرت فاطمه (س)
کرمان

نمونه سوال در ابعاد مختلف

- نظرتان در مورد میزان مهریه و نحوه پرداخت به چه صورت است؟
- محل زندگی و خانه ما در کجا خواهد بود و چه شرایطی (اجاره یا خرید) خواهد داشت؟ در چه محله‌ای؟
- تقسیم دارایی‌ها در زندگی مشترک آینده به نظر شما باید چگونه باشد؟

- میزان تحصیلات شما چقدر است و نظرتان در مورد ادامه تحصیل چیست؟

- نظرتان در مورد کار خانم‌ها چیست؟ بعد از بچه دار شدن نگهداری و مسئولیت فرزند با چه کسی است؟

نمونه سوال در ابعاد مختلف

-اهداف آینده شما در طی چندین سال آینده چیست؟ (دو سال، پنج سال و ده سال آینده)

-به نظر شما تقسیم وظایف در خانه به چه صورت باید باشد؟ (خریدهای روزانه منزل، غذا پختن، نظافت خانه و نحوه کمک کردن در امور خانه.
-زمان کاری شما چقدر است؟ آیا شغل شما به صورتی است که به خاطر آن مجبور باشید شب‌ها نیز کار کنید؟

-نظر شما در مورد بچه دار شدن چیست؟ و اینکه اگر مایل هستید چند فرزند می‌خواهید داشته باشیم؟ در صورت عدم تمایل به بچه دار شدن یا ناباروری، نظر شما به فرزند خوانده چیست؟

نمونه سوال در ابعاد مختلف

- در مورد تربیت فرزند نظر شما چیست؟
- عقاید مذهبی شما چگونه است؟ چقدر آدم مذهبی هستید و اجرای اصول آن چقدر برای شما مهم است؟
- آیا برای شریک زندگی خود محدودیت‌هایی در نظر دارید؟
- نظرتان در مورد ساعت رفت و آمد و ارتباط با دوستان و خانواده چیست؟
- نوع پوشش و حجاب چقدر برایتان مهم است؟
- نحوه نشان دادن عشق و علاقتان به همسرتان چگونه خواهد بود؟

نمونه سوال در ابعاد مختلف



- وقتی که استرس یا مشغله ذهنی دارید، چگونه می‌توان به شما کمک کرد؟
- در هنگام جر و بحث، چه عکس‌العملی نشان می‌دهید؟
 - هنگامی که عصبانی می‌شوید، چه رفتار و برخوردی دارید؟
 - با روبرو شدن با چه مشکلی به نظر شما این ازدواج و زندگی مشترک تمام شده است؟ در زمان پیش آمدن مشکلات چقدر حل آن برایتان مهم است؟
 - اگر در شرایطی راستگویی به نفعتان نباشد، به راحتی دروغ می‌گویید یا به راستگویی خود پایبند می‌مانید؟
 - آیا به نظر شما در رابطه زناشویی راستگویی ضروری است؟

نمونه سوال در ابعاد مختلف

به نظر شما دوستان و نزدیکانتان چه نمره‌ای به راستگویی و صداقت شما می‌دهند؟

در زمینه ابراز احساسات چگونه عمل می‌کنید؟ آیا می‌توانید به راحتی محبت خود را به عزیزان تان ابراز کنید؟

کدام یک از احساسات خود را به راحتی بیان کنید و صحبت در مورد کدام احساسات برای تان سخت است؟

در مورد افرادی که راحت ابراز احساسات می‌کنند و آن‌هایی که ابراز احساسات نمی‌کنند چگونه فکر می‌کنید؟



مشخص شدن نقش زن و مرد در زندگی مشترک

وظائف زن و مرد در زندگی مشترک از جمله مسائلی است که اگر روشن شود، فرایند زندگی مشترک را تسهیل می‌کند. بسیاری از مشکلات از عدم توافق بر همین مسئله نشات می‌گیرد. در واقع امروزه بسیاری از افراد نقش‌های جنسیتی سنتی را قبول ندارند. همین مسئله باعث می‌شود برخی زنان انتظار داشته باشند همسرشان کارهای خانه را انجام دهد یا مردان انتظار داشته باشند همسرشان به کسب درآمد خانواده کمک کند.

ریحانه حاج محمدی
مشاور دانشکده دخترانه حضرت فاطمه (س)
کرمان



مشخص شدن نقش زن و مرد در زندگی مشترک

اگر شما فردی باشید که به تقسیم وظایف زن و مرد به شکل سنتی باور دارید، مسلماً در برخورد با این انتظارات با تعارض مواجه می‌شوید. در نتیجه بسیار اهمیت دارد که از قبل موضع خود را در این باره مشخص کنید و نظرات فرد مقابل را نیز در این زمینه جویا شوید.

ریحانه حاج محمدی
مشاور دانشکده دخترانه حضرت فاطمه (س)
کرمان

تصمیم‌گیری در مورد فرزند و نقش هر یک از زوجین در تربیت او

در مورد فرزندآوری گفتگو کنید. تعداد ایده آل آن‌ها یا زمانی که برای بچه‌دار شدن مناسب می‌دانید را بگویید. در صورتی که صاحب فرزند شدید، نقش هر یک در فرزندپروری و رشد او را مشخص کنید . بسیاری از زن و شوهرها تا قبل از تولد فرزند اختلاف کمی با یکدیگر دارند اما بزرگ شدن در خانواده‌هایی با سبک تربیتی متفاوت باعث می‌شود که پس از فرزندآوری اختلافات بیشتر از گذشته خود را نشان دهند. در نتیجه لازم است در این زمینه نیز اطلاعات کسب کنید و اصول تربیتی مهم از دیدگاه فرد مقابل را نیز بسنجید.



باید از خود پرسید که تا چه حد می‌توانید با همسر آینده‌تان در تربیت فرزندان هماهنگ شوید؟

- کیفیت ارتباط فرد با سایر اعضای خانواده و میزان حمایتی که از جانب آن‌ها دریافت می‌کند
- موفقیت فرد در به دست آوردن یک شخصیت مستقل در جنبه‌های مختلف مادی و روانشناختی
- الگوی رفتاری فرد در ابراز هیجانات خود و میزان سازگاری آن با شما
- بررسی نحوه کنترل خشم و نوع رفتار در زمان عصبانیت
- نحوه واکنش فرد به استرس‌های محیطی و مدیریت آن‌ها
- مدیریت فشارهای شغلی و مسائل مرتبط با کار

ریحانه حاج محمدی
مشاور دانشکده دخترانه حضرت فاطمه (س)
کرمان

رایج ترین اشتباهات افراد در جلسات گفتگو

سوال کافی نپرسیدن است دلیل این امر شاید ترسها و اضطرابهای ما برای از دست ندادن فرصت یا ترس از نزدیک شدن عاطفی یا خراب نکردن یک عاطفه ایجاد شده در طول جلسات یا عدم آگاهی از خودمان و عدم آگاهی از بحث ازدواج باشد.

نادیده گرفتن نشانه های هشدار دهنده است که خیلی هم شایع است. کم اهمیت جلوه دادن موضوعات، توجیه کردن، منطقی کردن، انکار کردن در این مسائل بسیار شایع است. برای مثال پسری که قلیان یا سیگار می کشد و دختر خانم می گوید با این جملات خود را توجیه می کند که «معتاد که نیست» یا اینکه «همه جوان ها در تفریح این کارها را می کنند» در حال نادیده گرفتن نشانه هاست.



دانشگاه
سمنان و هرمزای

رایج ترین اشتباهات افراد در جلسات گفتگو

عجولانه و زود هنگام سازش کردن از دیگر اشتباهات رایج در خواستگاری هاست، در یکسری از فرهنگها خواستگار اول هفته می آید و آخر هفته عقد انجام می شود، یا بر سنی و حرفه ای مشکلاتی که دارند توافق می کنند که زود ارزش ها و رفتارها و علایق و عادت های خود را به سرعت تغییر دهند و چشم پوشی از آنها، کناره گیری از خانواده و دوستان خود همگی باعث این مشکل می شود.

مشکل دیگر این است که در یکسری از افراد تعهد مقدم بر تفاهم می شود. خانواده ها می گویند حالا ازدواج کنید بعد به تفاهم می رسید. آنهایی که دوست دارند متاهل باشند تا مجرد، از خواستگاری خسته شده اند، تحت فشار از طرف اطرافیان هستند، دوست دارند سرو سامان بگیرند و افرادی که تحت تأثیر عاطفه قرار گرفته اند و فقط جنبه های مثبت را می بینند درگیر این مشکل می شوند.

ریحانه حاج محمدی
مشاور دانشکده دخترانه حضرت فاطمه (س)
کرمان



رایج ترین اشتباهات افراد در جلسات گفتگو

نادیده گرفتن تردیدها موضوع مهم دیگری است که شایع است، البته افراد وسواسی در این مجموعه نیستند. ولی بی توجهی به احساسات درونی و بی توجهی به تردیدها اشتباه است در حالی که می توانیم با تحقیق و شناخت و زمان بیشتر این تردید را حل کنیم، از دیگر موارد اشتباهات رایج هم باور به تغییر دادن طرف مقابل و مقدم دانستن تفاهم بر علاقه و محبت است.

اعتقاد به این باور که به اینکه بعد از ازدواج مشکلات حل می شود اشتباه رایج دیگری است که در بسیاری از دواج ها اتفاق می افتد، برای مثال پسری که عصبانی است می گویند ازدواج کند خوب می شود. در طول خواستگاری در فرهنگ ما سوالات خیلی کلی پرسیده می شود. مثلاً به صورت کلی پرسیده می شود شما اخلاقتان خوب است؟ و طرف مقابل هم با بله یا خیر پاسخ می دهد.

ریحانه حاج محمدی
مشاور دانشکده دخترانه حضرت فاطمه (س)
کرمان



رایج ترین اشتباهات افراد در جلسات گفتگو

از دیگر اشتباهات این است که توضیح کافی برای سوالات داده نمی شود و ترتیب سوالات اشتباه است. برای مثال در اولین جلسه و اولین سوالات درباره ی مهریه صحبت می شود، فرد به دنبال کسی می گردد که پوشاننده ی عیب های خودش باشد و اینکه در طول جلسه لجبازی می کنند و می خواهند حرف خود را به کرسی بنشانند.

ریحانه حاج محمدی
مشاور دانشکده دخترانه حضرت فاطمه (س)
کرمان

تصمیم‌گیری

داشتن مهارت تصمیم‌گیری یکی دیگر از مهارت‌های مهم قبل از ازدواج است؛ چون انتخاب شریک زندگی، یکی از مهم‌ترین تصمیم‌های هر فردی است. تصمیم‌گیری و به دنبال آن داشتن اراده‌ای مصمم، به مهارت نیاز دارد. اگر فردی مهارت تصمیم‌گیری داشته باشد، تصمیم‌های خردمندانه‌تری خواهد گرفت و به طور طبیعی موفق‌تر خواهد بود.

هر فردی برای تصمیم‌گیری خردمندانه باید ۳ گام بردارد: در گام اول، فرد باید به نظر خودش اهمیت بدهد و به یک جمع‌بندی اصولی برسد. به این گام، گام خودخواهانه هم گفته می‌شود. در گام دوم، فرد باید با عزت نفس بالا، نظر دیگران به خصوص پدر و مادرش را درباره تصمیمش بی‌پرسد. در گام سوم هم، فرد باید با بررسی نظر خودش و دیگران به یک تصمیم درست و منطقی برسد و با اراده‌ی جدی، تصمیم‌هایش را عملی کند.