

ازدواج

حل مشکلات زناشویی

دکتر ماهیار آذر

○ فهرست

- یادداشت ناشر..... ۷
- مقدمه مؤلف..... ۹
- چه زمانی برای ازدواج مناسب است؟..... ۱۱
- مشخصات یک همسر خوب چیست؟..... ۱۳
- با چه مردان و زنانی ازدواج نکنیم؟..... ۱۶
- آیا همسر خوب باید تمام شرایط مناسب را داشته باشد؟..... ۱۸
- اختلاف طبقاتی چه پیامدهایی می‌تواند به همراه داشته باشد؟..... ۲۰
- آیا اختلاف فرهنگی می‌تواند در روابط زناشویی مشکل ایجاد کند؟..... ۲۱
- برای ازدواج تفاهم مهم‌تر است یا توافق؟..... ۲۲
- چگونه می‌توان طرف مقابل را شناخت؟..... ۲۳
- آیا آشنایی قبل از ازدواج تأثیری در تداوم زندگی زناشویی دارد؟..... ۲۷
- به چه مواردی در دوران آشنایی باید توجه کرد؟..... ۲۹
- عشق چیست و آیا لازمه ازدواج است؟..... ۳۰
- عشق رمانتیک و آرمان‌گرایانه چه تأثیری در انتخاب همسر دارد؟..... ۳۳
- چگونه می‌توان عشق هیجانی و رمانتیک را از عشق واقعی تشخیص داد؟..... ۳۴
- آیا دوست داشتن دلیل می‌خواهد؟..... ۳۶
- در صورت مخالفت خانواده، چه باید کرد؟..... ۳۷

- اگر فرزندان تصمیم گرفت با فرد غیر موجهی ازدواج کند چه باید بکنیم؟ ۴۰
- مشکلات مهم در زندگی زناشویی کدام‌اند؟ ۴۳
- چه عواملی زندگی زناشویی را دشوار می‌کند؟ ۴۶
- چه باید کرد که عشق و ازدواج به رابطه‌ای کسل‌کننده تبدیل نشود؟ ۴۹
- آیا بچه‌دار شدن یک ضرورت است؟ و چه تأثیری بر تداوم ازدواج دارد؟ ۵۱
- چه زمانی برای بچه‌دار شدن مناسب است؟ ۵۳
- آیا نداشتن بچه به زندگی زناشویی آسیب می‌زند؟ ۵۵
- مخالفت با بچه‌دار شدن چه تأثیری در زندگی زناشویی دارد؟ ۵۷
- «ازدواج‌های به وصال نرسیده» چیست و در مواجهه با آن چه باید کرد؟ ۵۸
- چه باید کرد تا ارزش‌های زناشویی تغییر نکنند؟ ۶۰
- آیا در زندگی زناشویی «بده‌بستان» وجود دارد؟ ۶۱
- تعارض‌های زناشویی چیست و برای رفع آن چه باید کرد؟ ۶۲
- زن و شوهر در زمان اختلاف باید چطور رفتار کنند؟ ۶۳
- برای ادامه زندگی و فرار از تنش، تا کجا باید مشکلات را تحمل کرد؟ ۶۴
- در صورت رفتار نامناسب یکی از زوجین، آیا می‌توان با او مقابله به مثل کرد؟ ۶۶
- در صورت مشاهده خیانت و دروغ چه باید کرد؟ ۶۷
- چگونه می‌توان زندگی آرامی داشت؟ ۷۱
- «حل مشکل» در زندگی خانوادگی چگونه است؟ ۷۳

○ چه زمانی برای ازدواج مناسب است؟

مرد و زن باید از نظر عقلی و ذهنی به چنان رشدی برسند که بتوانند به راحتی از والدین خود جدا شوند. به خودکفایی دوران بزرگسالی برسند. جایگاهی رضایت‌بخش در بازار کار بیابند. صمیمیت عاطفی و جنسی را در یک رابطه مبتنی بر تعهد تجربه کنند. توانایی حفظ آن را در مواجهه با فشارهای قدرتمند بدنی، روانی و محیطی دارا باشند؛ با افراد، در سنین مختلف روابط دوستانه برقرار کنند؛ قدرت پذیرش نقش همسر و به تبع آن پدر یا مادر بودن را از ابعاد مختلف روان‌شناختی و زیستی دارا

باشند. سن ازدواج به عوامل مختلفی ارتباط دارد

شکل ظاهری هم
یک معیار انتخاب

که عبارتند از: بلوغ جسمی و فکری، توانایی کسب درآمد، پیشرفت تحصیلی و....

همسر است، چرا

اعتقاد عمومی بر این است که بهترین زمان

که زوجین باید

برای ازدواج بعد از بیست سالگی است زیرا در این

سال‌های طولانی با

سن زندگی افراد از ثبات بیشتری برخوردار خواهد

همین شکل

بود. کسانی که در سنین ۲۴-۳۰ سالگی ازدواج

ظاهری با هم

می‌کنند، با ثبات‌ترین ازدواج را خواهند داشت.

زندگی کنند.

آمدگی پذیرش مسئولیت‌های بیشتری را دارند،

درصد طلاق در این افراد به کمترین حد خود

می‌رسد.

سن مناسب ازدواج برای پسران ۲۷ سال و برای دختران ۲۴ سال است

که این حدنصاب هر ساله رو به افزایش است.

ازدواج که رابطه‌ای پایدار و متعهدانه ایجاد می‌کند، یکی از هیجان‌انگیزترین و مقدس‌ترین پدیده‌های موجود در زندگی فرد است. پس چنین تعهد طولانی مستلزم آماده‌سازی خویش و رسیدن به سنی خاص برای تعامل روحی، روانی و جسمی است. فرد باید قبل از ازدواج تعهدی صادقانه احساس کند و برای شناخت خود و طرف مقابل صمیمانه بکوشد.

دوره آمادگی برای ازدواج دوره‌ای است که در آن زوجین باید به‌منظور درک اهداف و نگرش‌ها و نیز بررسی مسائل خانوادگی، اقتصادی و امیال و آرزوهای طرفین همدیگر را صادقانه و دقیق بررسی کنند. همچنین بحث و مذاکره در این دوره درباره جنبه‌های زندگی مشترک امری ضروری است. بنابراین، افراد باید از بلوغ فکری و سن مناسب برخوردار باشند و به مسائل مربوط به آن با جدیت نگاه کنند.

وجود بلوغ جسمی و جنسی و بلوغ عقلی و فکری از ابتدایی‌ترین عوامل شروع هر زندگی مشترک است. تفاوت سنی بین دختر و پسر از مسائلی است که همیشه مطرح بوده است. در حال حاضر می‌توان گفت میانگین سن ازدواج در سراسر جهان، برای دختران از ۲۲ تا ۲۷ سالگی و برای پسران از ۲۶ سالگی به بعد می‌باشد. روان‌شناسان اختلاف سنی ۴ تا ۷ سال را پیشنهاد می‌کنند؛ ولی به‌صورت استثنا تفاوت‌های سنی هم گزارش شده که از معیارهای روان‌شناختی خارج بوده است ولی موفقیت‌آمیز هم بوده‌اند.

○ مشخصات یک همسر خوب چیست؟

برای ازدواج باید به‌دنبال فردی با خصوصیات اخلاقی خوب بود. خصوصیات اخلاقی در واقع نشان‌دهنده نهاد، سرشت و ارزش‌هایی است که هر فرد با آن‌ها زندگی می‌کند.

خصوصیات اخلاقی یک نفر تعیین‌کننده رفتاری است که با خودش و با شما دارد و روزی با فرزندانش خواهد داشت. به همین دلیل خصوصیات اخلاقی خوب، اساس و پایه یک ازدواج موفق است. ممکن است فردی شخصیت خوبی داشته باشد ولی خصوصیات اخلاقی پسندیده‌ای نداشته باشد. در حقیقت شخصیت حالتی است که فرد در دنیای بیرون از خود و در محیط بیرون از خانه به خود می‌گیرد. شما هم حتماً با افرادی مواجه شده‌اید که واقعاً شوخ‌طبع و بذله‌گو هستند ولی در خانه و خانواده‌شان افراد خوش‌برخوردی نیستند. ممکن است فردی در نظر اول کاملاً جذاب و گیرا باشد ولی بعداً متوجه شویم که کلاهبردار بوده است.

در حقیقت بسیاری از انسان‌ها با نشان دادن شخصیتی تأثیرگذار از خود می‌کوشند بر روی نقصان‌های اخلاقی‌شان سرپوش بگذارند. خصوصیات اخلاقی اساس و پایه درون هر انسانی است و ممکن است مانند شخصیت او آشکار نباشد، ولی در واقع بازتاب واقعی‌تری از ذات انسان است. شخصیت مانند تزیین روی یک کیک، و خصوصیات اخلاقی مانند مواد اولیه آن کیک هستند. معمولاً قضاوت انسان‌ها بر اساس شخصیت افراد صورت می‌گیرد نه خصوصیات اخلاقی آن‌ها. این جاست که قضاوت درستی انجام نمی‌گیرد.