

بسمه تعالی

فصل سوم

درس هفتم

قسمت اول

شرایط مناسب برای ازدواج

برای دو ساعت درسی (حدود ۸۰ دقیقه مفید)

سوالات کلیدی:

- ۱) چه زمانی می‌توان گفت که فرد از آمادگی کافی برای ازدواج و تشکیل خانواده برخوردار است؟
- ۲) آیا فرد برای اقدام به ازدواج باید ویژگی‌های خاصی را دارا باشد؟
- ۳) چگونه می‌توانیم این ویژگی‌ها را در خود ایجاد کنیم؟

////////////////////

موقعیت

امید که حسابی از حرف‌های پدر اون هم توی مسافرت دلخور شده بود و همینطور حرف‌های مادر برایش پذیرفتنی نبود، از سر سفره بلند شد و رفت توی یکی از اتاق‌های محل اقامتشون و امیر هم بلافاصله پشت سرش راهی شد.

امیر (درحالی‌که هنوز درب اتاق را کامل نبسته بود): کیف کردی داداش چطوری ازت دفاع کردم!

امید: الان اصلا حوصله حرف زدن ندارم امیر! ولی دمت گرم!

امیر: اما خداییش حرفی که زدم رو اصلا قبول نداشتما! فقط به خاطر گل روی تو گفتم.

امید: من که تشکر کردم ... صبر کن ببینم کدوم حرف؟

امیر: همون سامان و بچه و طلاق و مهریه و فرزند و شکست عشقی دیگه.

امید: واقعا تو اینایی که گفتمی رو قبول نداشتی؟! واقعا به نظرت ازدواج کم چیزیه؟ تو فکر کردی آدم بدون شغل با درآمد بالا، سربازی نرفته، بدون ماشین، خونه و هزارتا چیز دیگه که به فکر آدمم نمیرسه... میتونه ازدواج کنه؟
(۱) اصلا کدوم دختری حاضره با چنین مردی ازدواج کنه؟

امیر: تو چقدر سخت میگیری، به نظر من هرکسی که ۱۸ سالش شد و دوست داشتن حالیش بود می تونه ازدواج کنه. اصلا مهم اینه که دو طرف همدیگه رو بخوان. وقتی که عاشق همدیگه باشن، دیگه پول و ماشین و این جور چیزا مهم نیست...

امید: ببینم نکنه بابا بهت گفته بیای تو اتاق و نظر منو عوض کنی؟

امیر: نه به خدا، من خودم اومدم پیشت داداش. اما واقعا نظر خودم رو گفتم. همین بابای خودمونو ببین که بدون هیچ امکاناتی توی بیست سالگی زن گرفته و همیشه هم میگه اگه این کارو نمی کرد هیچ وقت انقدر احساس خوشبختی نداشت. تا حالا صد بار اینو گفته که من هیچی نداشتم. درضمن خداییش تو دلت نمی خواد یه همزبون داشته باشی که بتونی باهاش درد دل کنی و درکت کنه و از بودن با اون لذت ببری؟؟

امید: یعنی واقعا تو اینجوری فکر میکنی؟ مثل فیلما و سریالا خوش میگذره و همش عشق و حاله؟!؟! اینا همش فیلمه، قصه است داداش من! چقدر ساده ای تو بچه! یادت رفته برات تعریف کردم که دوستم احسان سال اول دانشگاه عاشق یکی از دخترای دانشکده مون شد و باهم ازدواج کردن. خیلی هم با هم خوب بودن. ولی الان که فقط یه سال از ازدواجشون گذشته، همش با هم اختلاف دارن. اگر اینطوری بود که تو میگی، اونا الان باید خوشبخت ترین آدمهای دنیا بودند ولی...

امیر گفت: اووووه تو چقدر جدی میگیری قضیه رو، من مطمئنم که اونا همدیگرو دوست نداشتن و گرنه وضعشون این نبود. عزیز من ازدواج یه قلب پاک می خواد و یه خورده جرأت، فقط همین.

امید: نه واقعا تو اصلا تو باغ نیستی! یه سوال: حال اون رفیقت، فرزاد چطوره؟ (با پوزخند) بذار یه سوال دیگه بپرسم: تو مگه از من و بابا بدت میاد؟ پس چرا یه موقعهایی انقدر از دست ما اعصاب خورد میشه که داد و بیداد می کنی و ...

امیر: چه ربطی داره به حرفای ما؟

امید: میخوام برات توضیح بدم تا داستان رو خوب درک کنی. تازه ما آدمهایی هستیم که از اول زندگی باهم بودیم. روحيات همدیگه رو خوب میشناسیم و با اخلاق و رفتار همدیگه آشناییم. حالا تو بگو دو تا آدم که از دوتا خانواده مختلف هستن چطوری به این راحتی میتونن با هم کنار بیان؟ (۲)

به قول حافظ:

" که عشق آسان نمود اول ولی افتاد مشکل ها..."

امیر (که انگار حرف های امید رو درک کرده بود ولی دوست نداشت اعتراف کنه که اشتباه کرده): خب ببینم به نظرت پس آدم چه شرایطی باید داشته باشه تا بشه گفت طرف دیگه وقت ازدواجشه ؟ (۳)

تفکر:

✓ پاسخ شما به سوالات و نظرات امید چیست؟ (موارد ۱ و ۲ در متن داستان)

(۱) ○

(۲) ○

✓ پاسخ شما به سوال امیر (۳) چیست؟ آیا سن عامل اصلی در تعیین زمان ازدواج است؟

طرح مسئله

تمام آنچه که در دروس گذشته در رابطه با مزایای ازدواج مطرح شده است، در عمل هنگامی که فرد ازدواج موفقیت آمیزی داشته باشد، برای او تحقق خواهد یافت. از این رو، هدف ما در درس حاضر بررسی و آگاهی از شرایط و ظرفیت هایی است که فرد پیش از اقدام برای ازدواج می بایست از آن ها برخوردار باشد. درباره این شرایط، نظرهای متفاوتی وجود دارد. برخی کسب آمادگی لازم برای ازدواج را امری ساده تلقی کرده و بر این باورند که به محض رسیدن فرد به بلوغ جسمانی، او آمادگی لازم برای تشکیل خانواده را دارد. درحالی که برخی دیگر، آنچنان کسب این آمادگی ها را سخت و دست نیافتنی می پندارند که حتی ممکن است تا سن ۴۰ سالگی نیز احساس کنند که هنوز شرایط مناسب برای ازدواج را ندارند. در کنار این دو عقیده متضاد، دیدگاه سوم، ازدواج را امری دست یافتنی اما نیازمند شرایطی واقع بینانه می داند. در این درس به بررسی برخی از این شرایط و آمادگی های لازم جهت ازدواج موفق می پردازیم. اما پیش از آن، به دلایل نادرستی که بعضی از افراد برای ازدواج یا عدم ازدواج بیان میکنند، اشاره می کنیم.

الف) چند نمونه از دلایل نادرست ازدواج (ساده انگارانه):

۱. خانواده ام مرا درک نمیکنند، حرف من را نمیفهمند، نمیتوانم با آنها ارتباط برقرار کنم، از دست آنها خسته شده ام. باید هرطور شده ازدواج کنم، حتما همسر مرا درک کرده و به من اهمیت خواهد داد...
۲. کسی را دوست دارم که در شرایط سختی است، میخواهم با او ازدواج کنم تا از این طریق او را نجات داده و به او کمک کنم...
۳. اطرافیان، من را تحت فشار قرار می دهند که ازدواج کنم. میگویند تو باید ازدواج کنی تا درست بشوی...
۴. میخواهم ازدواج کنم تا مورد توجه و محبت قرار بگیرم و کسی باشد که کارهای شخصی مرا انجام دهد (نیاز به فردی دارم که من را جمع و جور کند) ...
۵. عاشق دختری شده ام که خانواده او از نظر فرهنگی و اجتماعی با خانواده من تفاوت دارند، و علی رغم مخالفت خانواده ام چون خیلی دوستش دارم میخواهم با او ازدواج کنم.

فعالیت گروهی در کلاس:

در گروه درباره دلایل این افراد برای ازدواج گفتگو کنید و به سوال زیر برای هر یک پاسخ دهید:

- ❖ ازدواج هایی که براساس دلایل بالا صورت بگیرند چه پیامدهایی می تواند داشته باشد؟ در این دست از ازدواج ها طرفین با چه مشکلاتی مواجه خواهند شد؟
- ✓ در آخر، هر گروه جمع بندی خود را به کلاس گزارش دهد.

ب) چند نمونه از دلایل نادرست عدم ازدواج به هنگام (سخت گیرانه):

۱. یک طوری شده که کلا به هیچ دختری نمیشود اعتماد کرد.
۲. هنوز جوانی نکرده ام و اگر ازدواج کنم دیگر نمیتوانم مثل الان خوش بگذرانم.
۳. برای ازدواج باید از نظر اقتصادی و رفاه در شرایط بالایی قرار داشته باشم.
۴. ازدواج مسئولیت هایی ایجاد میکند که مانع پیشرفتم میشود.
۵. باید نیمه گمشده خودم را پیدا کنم، من معتقدم فقط با یک نفر خیلی خیلی خاصی میتوانم ازدواج کنم، فردی که همه شرایط ایده آل من را به طور کامل داشته باشد.

فعالیت گروهی در کلاس:

در گروه درباره دلایل این افراد برای عدم ازدواج به هنگام گفتگو کنید و به سوالات زیر پاسخ دهید:

۱. چرا این دلایل موجه نیستند؟
۲. چه پاسخ و یا راه حلی می توانید به این افراد ارائه دهید؟
۳. دیدگاه سخت گیرانه نسبت به ازدواج، ممکن است چه پیامدهایی داشته باشد؟

✓ در پایان، هر گروه جمع بندی خود را به کلاس گزارش دهد.

شرایط و زمان مناسب برای ازدواج

همانطور که در فعالیت های گروهی بالا بررسی شد، اقدام و یا عدم اقدام برای ازدواج نمیتواند بر اساس دلایل غیرعقلانه انجام گیرد. میدانیم که برای تشکیل یک خانواده جدید، ورود به سطح جدیدی از رابطه و نیز پذیرفتن نقش ها و مسئولیت های متناسب با آن ضروری است. برخی پژوهشگران معتقدند که سن مناسب برای ازدواج در دختران بین ۱۸ تا ۲۵ سال و در پسران ۲۲ تا ۲۷ سال می باشد. این معیار گرچه تا حدودی درست است اما سن تقویمی به تنهایی نمی تواند تضمین کننده موفقیت در ازدواج باشد. بلکه برای ازدواج، افراد باید شرایط، ظرفیت ها و شایستگی های لازم را بدست آورده باشند.

هرچند ازدواج، خود بهترین زمینه برای رشد شایستگی ها و توانایی های فرد است، اما حداقلی از این شایستگی ها برای ورود به زندگی مشترک لازم است. برای مثال، پسری که تا پیش از ازدواج همواره از زیر بار مسئولیت های خود در خانواده شانه خالی میکرده است و فردی کاملاً وابسته و غیر مستقل است، احتمالاً از شایستگی لازم برای زندگی مشترک و پذیرفتن مسئولیت های آن برخوردار نیست.

به طور کلی، دوران زندگی با خانواده مبدا (خانواده والدین) موقعیت مناسبی برای تمرین استقلال و پذیرش مسئولیت ها است. در نتیجه، افرادی که در این زمان با مسئولیت پذیری و کسب توانایی های مختلف، خود را برای استقلال و دوران پس از ازدواج آماده کرده اند، میتوانند به موفقیت در زندگی مشترک آینده خود امیدوار باشند. در شکل زیر به حوزه های شایستگی لازم برای ازدواج اشاره شده است. در بخش بعد به بررسی این صلاحیت ها به طور مشروح خواهیم پرداخت.

شکل: به صورت گرافیکی آورده شود:

شایستگی های لازم برای ازدواج		
روانی-شخصیتی	عاطفی-اجتماعی	اجرایی-اقتصادی

جمع بندی:

در بخش اول این درس با بررسی چند نمونه از دلایل سهل انگارانه یا سخت گیرانه نسبت به ازدواج و تبعات آنها، به ضرورت نگرش عاقلانه نسبت به این موضوع پی بردیم و به این نکته اشاره کردیم که برای ازدواج موفق شرایط و شایستگی های خاصی لازم است. در آینده بیشتر به این موضوع می پردازیم. در این فاصله با توجه به تجربه های شخصی خود و اطرافیان تان درباره پاسخ سوالهای زیر فکر کنید.

سوالاتی برای تفکر بیشتر:

۱. آیا خود یا اطرافیان تان با دلایلی مشابه آنچه در ابتدای درس درباره ازدواج یا عدم ازدواج بیان شد رو به رو شده اید؟
۲. به نظر شما چه شرایط و شایستگی هایی برای ازدواج ضروری است؟ نبود هریک از این شایستگی ها، چه آسیب هایی در زندگی مشترک آینده در پی خواهد داشت؟

پایان قسمت اول

بسمه تعالی

فصل سوم

درس هفتم

قسمت دوم

شرایط مناسب برای ازدواج

برای دو ساعت درسی (حدود ۸۰ دقیقه مفید)

در قسمت اول این درس در رابطه با ضرورت وجود شایستگی‌های فردی در هریک از زوجین پیش از اقدام برای ازدواج، صحبت شد؛ در این بخش به تعریف شایستگی‌ها، مصادیق (نشانه‌های وجود)، نحوه دست یافتن به آنها و نیز تاثیر آن‌ها بر زندگی مشترک افراد خواهیم پرداخت.

گفتگو در کلاس:

لطفا نمونه‌های واقعی را که در ادامه آورده شده است مطالعه کرده و در مورد اینکه فرزین، علی و حسین، هرکدام از داشتن چه شایستگی‌هایی برای ازدواج بی بهره هستند در کلاس بحث و تبادل نظر کنید.

نمونه اول:

نگار و فرزین

"حدود دو سال است که از زندگی مشترک من و نگار می‌گذرد. در این دو سال ما با مشکلات اقتصادی زیادی رو به رو بوده ایم. درست است که بسیاری از مردم درگیر مشکلات مالی هستند، اما من خودم قبول دارم که ریشه اصلی این مسائل در زندگی ما، ناتوانی من در کنترل هزینه‌های غیر ضروری زندگی بود. چون تا پیش از ازدواج من بیکار بودم و هر هزینه‌ای داشتم پدرم بی‌درنگ پرداخت می‌کرد. در نتیجه هیچ تجربه‌ای در زمینه مدیریت امور مالی نداشتم و از این بابت هم خودم و هم همسرم بسیار لطمه خوردیم. خوشبختانه اخیرا با دریافت راهنمایی و مشاوره‌های فراوان این مسئله را حل کرده‌ام. اما موضوع دیگری که من اصلا فکر نمی‌کردم تا این حد جدی و پرننگ باشد این است که نگار انتظارات بیجا و عجیبی از من دارد که فکر می‌کند واقعا درست است

درحالیکه به نظر من کاملا غلط است. مثلا چون من در رشته مهندسی تحصیل می‌کنم، او معتقد است که باید کارهای تعمیراتی منزل را خودم انجام دهم اما به نظر من انجام هرگونه کار فنی در خانه باید به متخصص آن واگذار شود. ما راجع به موضوع باهم صحبت کردیم ولی حاضر نیست نظر مرا قبول کند و می‌گوید تو این را از روی تنبلی می‌گویی و درنتیجه به من می‌گویی "بی‌عرضه". از لابلای صحبت‌های یکی از دوستانش شنیدم که نگار گفته من حتی عرضه عوض کردن یک لامپ را هم ندارم.

علاوه بر این‌ها، همیشه پس از برگشتن من از محل کار به خانه، درحالیکه سعی می‌کنم خستگی ام را پنهان کنم و با انرژی به خانه وارد بشوم، غرولند و شکایت می‌کند که تو چرا هیچ وقت نمی‌توانی اتاق را مرتب کنی؟ من چقدر باید لباس‌های جمع و جور کنم و از این جور حرف‌ها! نمی‌دانید وقتی این حرف‌ها را می‌زند چه حسی به من دست می‌دهد. آتش می‌گیرم. چون حس می‌کنم شریک زندگی ام، کسی که خیلی دوستش داشتم، توقعات زیادی از من دارد و این در روابط عاطفی مان تاثیر منفی گذاشته است. زمانی که با پدر و مادرم زندگی می‌کردم هیچ وقت پدرم از من انتظار نداشت که کارهای فنی خانه را انجام دهم، تمیز کردن خانه و حتی اتاق من بر عهده مادرم بود و آن‌ها حتی یک بار هم از من شکایتی نکردند! چون مرا با تمام وجود دوست داشتند"

نمونه دوم:

علی و سحر

"من و سحر سه سال است که با یکدیگر ازدواج کرده ایم. سحر یکی از نقاط ضعف مرا، ناتوانی در کنترل خشم می‌داند. حق هم دارد. تقریبا دو سالی است که هر وقت حرفی از برنامه ریزی و کارهای آینده پیش می‌آید، سریعا عصبانی می‌شوم و دیگر نمی‌فهمم که چه حرفی می‌زنم. خیلی از اوقات، بعد از اینکه عصبانیتم فروکش می‌کند، تازه می‌فهمم که چه گفته ام و آن موقع است که به شدت احساس گناه و پشیمانی می‌کنم. البته خیلی تلاش کردم تا با استفاده از توصیه‌های روان‌شناسان درمورد کنترل خشم که در اینترنت و ... پیدا کردم، خودم را کنترل کنم. اما موقع عصبانیت اصلا نمی‌شود به این روش‌ها عمل کرد و کار دست خود آدم نیست. راستش را بخواهید هرچه از ازدواج ما می‌گذرد، وضع وخیم تر می‌شود.

سحر در اوایل زندگی به برنامه‌ریزی من در کارهایم ایراد می‌گرفت و می‌گفت تو در کارهای اولویت بندی نداری. در آن زمان به او توضیح می‌دادم که من دوست دارم از همین لحظه‌ای که در آن هستم لذت ببرم (هرچه پیش آید خوش آید)، اما او می‌گفت تو باید برای خودت برنامه داشته باشی و هیجانها و خواسته‌های لحظه‌ای‌ات را کنترل کنی. این حرفها مرا به هم می‌ریخت. من و همه ی دوستان صمیمی ام در دوران دبیرستان و دانشگاه همیشه از بابت این طرز فکر به خودمان افتخار می‌کردیم. البته یادم می‌آید مادرم می‌گفت علی ازدواج کند

درست می شود. بگذریم، الآن من از این ایراد گرفتن های سحر به ستوه آمدم و اصلا تحمل شنیدن این حرف ها را ندارم. اخیرا هر حرفی که کمی رنگ و بوی انتقاد داشته باشد مرا عصبی می کند و از کوره در می روم. دو سه ماهی است که هر وقت از سر کار به خانه بر می گردم، سحر سعی می کند به بهانه های مختلف خودش را از جلوی چشم من پنهان کند. انگار او واقعا از من می ترسد که مبادا دوباره به او توهین یا بی احترامی کنم!"

نمونه سوم:

حسین و زهرا

" نمی گویم در طول یک سال و نیمی که از زندگی مشترک من و زهرا می گذرد، سختی نداشته ایم. اما سخت ترین و مشکل ترین مسئله ما این بود که من نمی توانستم به توصیه های مادرم که در موضوعات مختلف زندگی من و زهرا مطرح می شد عمل نکنم. چون من از کودکی به مادرم وابسته بوده ام و به تجربیات او ایمان دارم و همیشه او بوده که تصمیمات مهمی برای خیر و صلاح من برایم گرفته است. حتی پیشنهاد ازدواج با زهرا هم که دختر یکی از دوستان صمیمی اش است از جانب او مطرح شد و با اصرار و پافشاری فراوانش پذیرفتم. البته زهرا از این مسئله بی خبر است و فکر می کند من خودم خواهان ازدواج با او بوده ام.

پس از ازدواج، زهرا به شدت به خاطر دخالت های مادرم در زندگی زناشویی ما، مرا سرزنش می کرد و توقع اداره مستقلانه زندگی را از من داشت. او می گفت رعایت احترام و جایگاه مادرت بر هردوی ما واجب است اما لازم نیست در هر کار کوچکی نظر ایشان را بپرسی. اما من می ترسیدم که به خاطر عمل نکردن به توصیه های مادرم دچار اشتباهات مهلک شوم. علاوه بر این مسئله، همسرم از من انتظار دارد تا در دوره های خانوادگی که اقوام او حضور دارند، من هم خودی نشان بدهم و مانند بقیه در مورد مسائل مختلف، اظهار نظر کنم. اما من از دوران کودکی تا قبل از ازدواج هم هیچ وقت نمی توانستم خیلی در جمع های خانوادگی یا دوستان اظهار نظر کنم و راحت حرف بزنم چون از اینکه اشتباه کنم می ترسیدم. دیگر الآن که جای خود دارد. در جمع غریبه و نا آشنا چطور می توانم چنین کاری را بکنم!"

فعالیت گروهی در کلاس:

در جدول زیر به برخی از ویژگی های منفی که ممکن است در هر کسی وجود داشته باشد، اشاره شده است. پس از بحث در گروه، نشانه های وجود این قبیل مشکلات و پیامدهای ازدواج با چنین افرادی را در جدول یادداشت کنید.

پیامدهای منفی در ازدواج	نشانه ها	ویژگی منفی	حوزه های شایستگی	
عدم پذیرش نظرات همسرش حتی زمانی که می فهمد حق با او است.	تحمل پذیرش نظرات مخالف با خودش را ندارد	لجبازی	روانی - شخصیتی	۱
		خود خواهی		۲
		بی بند و باری یا نداشتن چارچوب ارزشی و اعتقادی		۳
		عدم مسئولیت پذیری		۴
		ولخرجی	اجرایی - اقتصادی	۵
		خساست		۶
		بی برنامه گی و بی هدفی		۷
		ناتوانی در برقراری روابط اجتماعی	عاطفی - اجتماعی	۸
		عدم کنترل احساسات خود (ناتوانی در مدیریت هیجانات)		۹
		وابستگی بیش از حد به والدین		۱۰

شایستگی های لازم برای ازدواج آگاهانه (ازدواج به هنگام و عاقلانه):

همانطور که گفته شد، برای اینکه بتوانیم ازدواج موفق داشته باشیم، باید قبل از اقدام برای ازدواج، آمادگی ها و شایستگی هایی را به دست آورده باشیم. به طور کلی این شایستگی ها را می توان در ۳ حوزه زیر دسته بندی کرد:

الف) شایستگی روانی - شخصیتی

این نوع از شایستگی همانگونه که از نامش برمی آید، با سلامت روان و شکل گیری شخصیت افراد مرتبط است. و افراد با داشتن این شایستگی از تعادل و ثبات نسبی در افکار و رفتارشان برخوردار می شوند.

برخی نشانه های شایستگی روانی - شخصیتی:

برخورداری از ...

- ⊕ استقلال فکر و عقیده
- ⊕ پیروی از یک چارچوب مشخص دینی و اخلاقی-ارزشی
- ⊕ ثبات شخصیت
- ⊕ توانایی عفو و جبران خطاهای خود و دیگران
- ⊕ شجاعت معقول در تصمیم گیری و ابراز رفتارهای جرأت مندانه
- ⊕ به کارگیری توانایی حل مسأله در زندگی
- ⊕ واقع بینی و مثبت نگری
- ⊕ توانایی کنترل هیجانات و عواطف خود مانند خشم، استرس و ...
- ⊕ شناخت کافی نسبت به نقاط قوت و ضعف خود
- ⊕ عزت نفس و اعتماد به نفس
- ⊕ راستگویی و پایبندی به تعهدات خود

ب) شایستگی عاطفی-اجتماعی

فردی که دارای شایستگی عاطفی-اجتماعی است در مدیریت عواطف و ارتباطات بین فردی خود (با خانواده، دوستان، همکاران و ...) به طور موفقیت آمیزی عمل می کند.

برخی نشانه های شایستگی عاطفی - اجتماعی:

برخورداری از ...

- ⊕ توانایی برقراری روابط اجتماعی سالم و پایدار با دیگران
- ⊕ عدم وابستگی بیش از حد به والدین
- ⊕ توانایی توجه به منافع، نیازها و حقوق دیگران و درک آن
- ⊕ پذیرفته شدن و داشتن مقبولیت نسبی در اطرافیان
- ⊕ داشتن انتظارات معقول و متناسب از دیگران
- ⊕ توانایی ابراز محبت به طور مناسب
- ⊕ قدرت همدلی و درک احساسات دیگران

ج) شایستگی اجرایی-اقتصادی

این شایستگی به معنی توانایی فرد در هدایت و مدیریت زندگی خود در زمینه های اجرایی و اقتصادی است، به طوری که فرد بتواند مستقلانه از عهده برنامه ریزی و انجام امور شخصی و مالی خود در زندگی بر بیاید.

برخی نشانه های شایستگی اجرایی-اقتصادی:

برخورداری از ...

- ⊕ توانایی کسب درآمد
- ⊕ مدیریت هزینه ها
- ⊕ پس انداز و صرفه جویی و قناعت
- ⊕ مدیریت زمان
- ⊕ توانایی انجام امور شخصی روزانه خود
- ⊕ توانایی برنامه ریزی و هدف گزینی کوتاه مدت و بلندمدت

توجه به این نکته ضروری است که این شایستگی‌ها در سطوح و مراتب مختلف وجود دارند. طبیعتاً منظور این نیست که هر کس می‌خواهد ازدواج کند باید همه‌ی این شایستگی‌ها را در سطح بالایی داشته باشد، بلکه مراد آن است که باید به فکر ایجاد زمینه این شایستگی‌ها در خودش باشد و اگر در بخشی ضعف جدی دارد آن را جبران کند و برای بهبود تلاش کند.

فعالیت فردی:

جدول زیر را با توجه به ویژگی‌های خود کامل کنید. مطالبی که در درس ۲ گفته شد می‌تواند به شما کمک کند.

راه‌های بهبود شایستگی‌ها	نشانه‌ها	شایستگی	حوزه‌های شایستگی	
			روانی - شخصیتی	۱
				۲
				۳
				۴
			اجرایی - اقتصادی	۵
				۶
				۷
				۸
			عاطفی - اجتماعی	۹
				۱۰
				۱۱
				۱۲

چگونگی دستیابی به شایستگی‌های لازم برای ازدواج

اکنون با توجه به تعاریف داده شده و نیز نشانه‌های شایستگی‌های لازم برای ازدواج، بهتر می‌توانیم تشخیص دهیم که چه زمانی از آمادگی لازم برای تشکیل زندگی مشترک برخوردار هستیم. در صورت ضعف در برخی قسمت‌ها، با بکارگیری راهکارهایی می‌توانیم شایستگی‌های لازم را در خودمان ایجاد کرده و پرورش دهیم و در نتیجه به شرایط لازم برای داشتن ازدواجی موفق دست یابیم.

نکته مهم: کلید ایجاد این شایستگی‌ها، اصلاح شرایط فعلی زندگی شما با خانواده است. در واقع نباید تصور کنید که پس از ازدواج ناگهان فرد دیگری با توانایی‌ها و قابلیت‌های متفاوت خواهید شد و مشکلات فعلی ناگهان از بین خواهد رفت.

⊕ راهکارهایی برای دستیابی به شایستگی‌های اولیه برای ازدواج:

- ❖ تنها مسئول امور شخصی‌تان، خودتان هستید: هیچ گاه برای انجام امور شخصی‌تان از دیگران انتظار نداشته باشید. در صورتی که در دوران پیش از ازدواج در انجام این امور مستقل و توانمند نشده باشید، پس از ازدواج به صورت ناخودآگاه انتظار دارید که همسران بار این امور را به دوش بکشد و این میتواند عامل ایجاد انتظارات نابه‌جا و مانع شکل‌گیری رابطه امن و پایدار بین شما باشد.
- ❖ به فعالیت و کار اهمیت بدهید: کسب مهارت‌های شغلی و توانایی‌هایی که در این زمینه لازم است نیاز به برنامه‌ریزی و تلاش دارد. تجربه مشاغل مختلف و فعالیت در محیط کسب و کار از مسائلی است که برای مدیریت اقتصاد خانواده ضروری است. در درس دوازدهم در این باره بیشتر گفتگو خواهیم کرد.
- ❖ مهارت‌های زندگی را در خود پرورش دهید: تلاش کنید مهارت‌های زندگی سالم از جمله: حل مسئله، جرأت‌ورزی، مدیریت هیجانات، تصمیم‌گیری، عفو و گذشت، حل اختلاف با دیگران و مثبت‌نگری را در زندگی روزمره کنونی خود چه در ارتباط با خانواده خود و چه در زمینه تحصیلی و شغلی، مورد استفاده قرار دهید. با تمرین و تکرار این مهارت‌ها، مانند هر مهارت دیگری می‌توان به آن‌ها مسلط شد. (هم‌چنین در این زمینه می‌توان از کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی، کتب خودیاری و... کمک گرفت). این مهارت‌ها در زندگی زناشویی بسیار به کمک شما خواهند آمد.
- ❖ به احساسات، نیازها، و حقوق دیگران توجه کنید: درک نیازها، انتظارات و احساسات اعضای خانواده فعلی و همدلی با آن‌ها، ابراز محبت و نیز رعایت حقوق آنان به ویژه در رابطه با والدین. و به عبارت بهتر، تمرین دیگر محوری به جای خود محوری، توانایی‌هایی است که در پیشگیری از مشکلات زندگی زناشویی آینده بسیار موثر است.
- ❖ نقش خود و دیگران را به درستی بشناسید: تلاش برای رسیدن به واقع بینی و اعتدال در انتظارات و مسوولیت‌ها و شناختن نقش خود در خانواده فعلی و در جامعه.
- ❖ برای خود چارچوب ارزشی، اعتقادی و اخلاقی مشخصی داشته باشید: ثبات زندگی مشترک در گرو ثبات عقاید و ارزش‌های طرفین است. در بسیاری از رفتارها و تصمیم‌گیری‌ها آنچه به شما جهت می‌دهد و شما و همسران را از بلاتکلیفی یا تصمیم‌های بی‌پایه می‌رهاند، داشتن چارچوب عقیدتی مشخص است. اقدام

به ازدواج بدون شناختن این چارچوب به معنی آن است که ممکن است با کسی ازدواج کنید که تفاوت‌های اساسی در نگرش‌های بنیادین زندگی با شما دارد. قطعاً پایدار نگه‌داشتن چنین ازدواجی بسیار مشکل است.

موارد فوق برخی از راهکارهای پرورش شایستگی‌ها در خود بود. چه راهکارهای دیگری به نظر شما می‌رسد؟

جمع بندی:

ازدواج یک مسئولیت مهم و مستمر است. برای قبول این مسئولیت، نیازمند داشتن مجموعه‌ای از توانایی‌ها و ویژگی‌ها در وجود خود هستیم که از آن‌ها با عنوان شایستگی‌های لازم برای ازدواج یاد شد. لازمه عاقبت‌اندیشی در امر ازدواج، آگاهی به وضعیت این شایستگی‌ها در وجود خودمان قبل از مواجه شدن با مسئولیت‌های ناشی از ازدواج است. به عبارتی برای ازدواج به هنگام و دستیابی به یک زندگی موفق، شناخت و بهبود این شایستگی‌ها ضروری است.

*** سوالات برای تفکر بیشتر ***

- ۱- با توجه به زندگی و روابط فعلی شما، چه ویژگی‌هایی در شما وجود دارد که اگر تغییر نکند، احتمالاً در زندگی مشترک دچار مشکل خواهید شد؟
- ۲- چگونه می‌توانید متوجه شوید که شایستگی‌های لازم برای ازدواج در شما شکل گرفته است؟
- ۳- چه برنامه‌ها و اقداماتی باید برای ایجاد یا پرورش شایستگی‌ها در خود داشته باشید؟