

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مجموعه‌ی آموزشی داوطلبان سلامت محلات
کتاب دوم □ ازدواج سالم در جوانان



ازدواج سالم در جوانان

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت

مرکز مدیریت شبکه
واحد مشارکت جامعه

دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
اداره سلامت جوانان

با همکاری: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی همدان

عنوان و نام پدیدآور: ازدواج سالم در جوانان / گروه مؤلفان: جعفر صادق تبریزی {و دیگران}: تهیه شده در وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی، معاونت بهداشت، دفتر سلامت جمعیت خانواده و مدارس، مرکز مدیریت توسعه؛ با همکاری دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان همدان

مشخصات نشر: وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ۱۳۹۶

مشخصات ظاهری: ۶۸ ص. مصور (رنگی)، جدول (رنگی)

فروست: مجموعه آموزشی داوطلبان سلامت محلات؛ ۸. سلامت باروری؛ ۲

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۶۵۷۰-۰۶-۱

وضعیت فهرست نویسی:

یادداشت: دکتر جعفر صادق تبریزی، دکتر محمد اسماعیل مطلق، دکتر گلابول اردلان، دکتر مینوالسادات محمود عربی، میترا توحیدی،

ناهید جلالیان

یادداشت: واژه‌نامه

یادداشت: کتابنامه

موضوع: سلامت خانواده

شناسه افزوده: ایران، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

شناسه افزوده: ایران، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، معاونت بهداشتی

شناسه افزوده: ایران، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، مرکز مدیریت توسعه

شناسه افزوده: ایران، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دفتر سلامت جمعیت خانواده و مدارس

شناسه افزوده: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان همدان

عنوان: ازدواج سالم در جوانان

(از مجموعه آموزشی داوطلبان سلامت محلات)

کتاب دوم: ازدواج سالم در جوانان

گروه مؤلفان:

مرکز مدیریت شبکه:

دفتر سلامت جمعیت خانواده و مدارس:

دکتر محمد اسماعیل مطلق، دکتر گلابول اردلان،

دکتر جعفر صادق تبریزی، میترا توحیدی.

دکتر مینوالسادات محمود عربی.

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان: ناهید جلالیان.

تهیه شده در:

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

معاونت بهداشت

نوبت چاپ: اول

تاریخ انتشار: ۱۳۹۶

تیراژ: ۱۵۰۰۰

ناشر:

قیمت: توزیع رایگان

حق چاپ کتاب برای وزارت بهداشت و درمان، آموزش پزشکی محفوظ می باشد.

برای دستیابی به توسعه‌ی اجتماعی پایدار به همیاری تک‌تک افراد جامعه نیاز است، توسعه‌ی سلامت که یکی از زیربنایی‌ترین ابعاد تکامل اجتماعی بشر است، شاید بیش از جنبه‌های دیگر توسعه‌نیازمند همکاری عمومی می‌باشد، چرا که آگاهی، احساس مسئولیت و اقدام عملی تک‌تک افراد جامعه برای تأمین سلامت عمومی ضروری است.

داوطلبان سلامت محلات، پیش‌تازان این همیاری عمومی هستند که قدم در راه مشارکت مردم در تأمین و توسعه‌ی سلامت جامعه گذاشته‌اند. داوطلبان سلامت محلات سعی دارند حقایق اساسی مورد نیاز برای رسیدن به سلامت فردی، خانوادگی و اجتماعی را بخوبی فراگیرند و آن‌ها را به زبان خود مردم به همسایگان‌شان منتقل کنند.

در برنامه داوطلبان سلامت ما به دنبال توانمندسازی مردم برای مشارکت بیشتر آنان در بهبود سلامتی خودشان هستیم. تجربیات و شواهد متعدد بیانگر آن است، که مردم تنها در مواردی که برایشان مهم است بطور داوطلبانه شرکت می‌کنند. همچنین یکی از اصول اساسی در تغییر رفتار بهداشتی مردم در این است که به آنان نقش بیشتری برای بهبود سلامت خودشان بدهیم. لذا با توجه به آنچه که به اجمال گفته شد طراحی و تدوین مجموعه آموزشی داوطلبان سلامت از سال ۱۳۷۴ شروع و تاکنون بیش از ۳۹ عنوان کتاب از این مجموعه به چاپ رسیده است.

هدف مجموعه‌ی آموزشی داوطلبان سلامت محلات آن است، که در یادگیری دانستنی‌ها و مهارت‌های زندگی سالم به داوطلبان سلامت کمک کند و در فعالیت‌های فردی و گروهی، انتقال پیام‌ها به مردم و ترویج رفتارهای زندگی سالم و مولد راهنمای آنان باشد. در این برنامه با حساس‌سازی و تغییر رفتار بهداشتی مردم موجب درگیری فعال آنان در عوامل مؤثر بر سلامت محلات می‌شوند. در کتاب‌های این مجموعه بستر لازم برای کمک مردم به حل مشکلات بهداشتی محلات فراهم می‌شود. آنان می‌توانند با راهنمایی مربیان خود با ایجاد هماهنگی و همکاری با سازمان‌های مؤثر در توسعه جامعه از منابع سازمانی مختلف نیز در بهبود سلامت محلات استفاده کنند.

برای طراحی کتاب‌های مجموعه آموزشی داوطلبان سلامت از اصول آموزشی جدید و روش‌های مشارکتی و رویکرد آموزش همسانان استفاده شده است. بدین معنی که در جریان آموزش، داوطلبان سلامت محلات نیز تجربه‌ها و آموخته‌های خود را به یکدیگر منتقل خواهند کرد. تهیه‌کنندگان این مجموعه سعی داشته‌اند اصول آموزش مشارکتی و آموزش همسانان را با خصوصیات برنامه‌ی داوطلبان سلامت محلات و شرایط فرهنگی جامعه منطبق و از این راه آموزش بهداشت را به باورها، تجربه‌ها و زندگی واقعی مردم نزدیک‌تر کنند. اثربخشی استفاده از این شیوه آموزشی در تغییر رفتار مردم نسبت به روش‌های سنتی متداول توسط بسیاری از صاحب‌نظران آموزش سلامت کشور را می‌توان نشانه‌ی توفیق در این راه دانست و به ضرورت تداوم آن دلگرم بود.

دکتر جعفر صادق تبریزی

رئیس مرکز مدیریت شبکه

چگونه از این کتاب استفاده کنیم؟

این کتاب از چه قسمت هایی تشکیل شده است؟

قسمت های اصلی این کتاب عبارتند از:

■ **مقدمه:** در ابتدای کتاب، یک توضیح مختصر درباره‌ی موضوع آن آورده شده است تا بتوانید با اهمیت موضوع و جنبه‌های مختلف آن آشنایی پیدا کنید.

■ **اهداف:** با مطالعه‌ی اهداف خواهید دانست که پس از پایان آموزش این کتاب، چه آگاهی‌ها و مهارت‌هایی به دست خواهید آورد.

■ **کاربردها:** با مطالعه‌ی این قسمت از برخی از کاربردهای مطالب این کتاب مطلع خواهید شد. بعضی از این کارها را می‌توان به تنهایی انجام داد ولی بعضی از آنها به اقدام گروهی شما نیاز دارد. این فعالیت‌ها فقط چند پیشنهاد هستند. ده‌ها کاربرد دیگر وجود دارد که به فکر شما و همکاران تان خواهد رسید و می‌توانید به این فهرست اضافه کنید.

■ **اطلاعات مورد نیاز از محله:** از آنجا که شما داوطلبان سلامت در جریان آموزش خود باید برای آموزش مردم محله برنامه‌ریزی کنید، لازم است مردم محله‌تان را بهتر بشناسید، باورها و سنت های خوب و بد مردم را تشخیص دهید و نیازهای آنها را بدانید. برای این منظور بحث‌هایی در لابلای درس‌های تان قرار داده شده که «در محله» نامیده شده‌اند. برای اینکه بحث‌های «در محله» به واقعیت نزدیکتر باشند، لازم است شما قبل از جلسه بحث، اطلاعاتی از مردم محله بدست بیاورید. سؤال‌هایی که در قسمت «اطلاعات مورد نیاز از محله» می‌بینید خلاصه‌ای از سؤال‌های «در محله» است. هدف این قسمت آماده کردن شما برای بحث‌های بسیار مهم «در محله» است. با مطالعه‌ی این قسمت خواهید دانست که باید به چه مسائلی در روابط و رفتارهای مردم بیشتر دقت کنید.

■ **درس‌ها:** مطالب این کتاب به صورت پاسخ چند سؤال مرتب شده است. برای روشن شدن موضوع در پاسخ هر سؤال یک یا چند درس طراحی شده است. هر درس این کتاب از یک یا چند فعالیت

آموزشی تشکیل شده است که با علامت ▼ مشخص شده‌اند. این فعالیت‌های آموزشی انواع مختلفی دارند، از جمله:

- بحث عمومی
- یک کار گروهی
- یک یا چند مسئله
- مشاهده
- بازدید
- یک مشورت
- کار عملی
- بررسی نمونه
- ماجرایی تصویری
- داستان ناتمام

این فعالیت‌ها برای یادگیری دانستنی‌های سلامتی و کسب مهارت‌های عملی در هر درس گنجانده شده‌اند و در این فعالیت‌ها مربی به شما کمک خواهد کرد تا تجربه، احساس و فکر خود را با سایر داوطلبان سلامت در میان بگذارید.

در انتهای هر درس چند دانستنی سلامتی وجود دارد که در داخل یک مربع رنگی دانستنی‌های سلامتی مربوط به آن درس آورده شده است. انتظار می‌رود این دانستنی‌ها را پس از پایان بحث و فعالیت در خاطر نگه دارید.

یک نوع خاص از فعالیت‌های آموزشی بحث‌های «در محله» است که در بالا توضیح داده شد. این بحث‌ها از مهم‌ترین قسمت‌های کتاب هستند که کمک می‌کنند مطالب کتاب به واقعیت‌های جامعه‌ی شما نزدیک‌تر شود. نتیجه‌ی بحث‌های «در محله» در پایان دوره‌ی آموزشی این کتاب استفاده خواهد شد.

■ **تمرین انتقال پیام‌ها:** آخرین سؤالی که در این کتاب باید پاسخ دهید آن است که: «چگونه پیام‌هایمان را به مردم انتقال دهیم؟» فراموش نکنید که مهمترین انتظاری که نظام سلامت از شما دارد آن است که آموخته‌هایتان را به مردم محله و همسایه‌های‌تان منتقل کنید. برای این کار باید برنامه‌ریزی و تمرین کرد. نتیجه‌ی بحث‌های «در محله» در این جلسات استفاده خواهد شد. ابتدا باید مسائل مهم محله خودتان را شناسایی و برای رفع آنها برنامه‌ریزی کنید. سپس به صورت گروهی برای تهیه پوستر، روزنامه دیواری، جزوه و... با یکدیگر همکاری خواهید کرد. برای اینکه بتوانید در مقابل مردم خوب سخنرانی کنید، باید تمرین «چهره به چهره» را انجام دهید و برای همکاران خودتان صحبت کنید. در آخر برای پیدا کردن مهارت کافی در گفتگو با مردم با «ایفای نقش» اشکالات ارتباطی خود را خواهید شناخت. آموزش این کتاب بدون برگزاری جلسات تمرین انتقال پیامها ناقص است. از مربی خود بخواهید حداقل ۳ جلسه را برای این فعالیت‌ها اختصاص دهد.

■ **خودآزمایی:** پس از پایان آموزش هر کتاب، برای مطمئن شدن از یادگیری مطالب و استفاده صحیح از آنها می‌توانید به سؤال‌های «خودآزمایی» پاسخ دهید. سؤال‌های «آیا می‌دانم؟» مربوط به یادگیری دانستنی‌های بهداشتی است.

سؤال‌های « آیا می‌توانم؟ » مربوط به کسب مهارت‌ها است.
سؤال‌های « آیا پیام‌های مان را به مردم منتقل کرده‌ایم؟ » مربوط به فعالیت‌هایی است که باید برای آموزش مردم محله انجام شود.
سؤال‌های « آیا کارهای ما مؤثر بوده است؟ » مربوط به ارزشیابی فعالیت‌های شما است.
با پاسخ به این سؤال‌ها می‌توانید میزان موفقیت خود را بسنجید و اشکال‌های کارتان را بشناسید.

■ چگونه فرآیند انتقال پیام‌های بهداشتی به مردم را ارزیابی کنیم؟

قبل از شروع آموزش کتاب باید میزان آگاهی و نگرش ۱۰ درصد از خانوارهای تحت پوشش خود را براساس سؤالات و چک‌لیست موجود در بخش پایش و ارزشیابی هر کتاب، بررسی نمایید و یک ماه پس از پایان آموزش هر کتاب مجدداً میزان تغییرات دانش، نگرش و عملکرد همان خانوارها توسط داوطلبان، زیر نظر مربی سنجیده شود.

■ چگونه این کتاب را انتخاب کنیم؟

اگر این کتاب اولین یا تنها کتابی است که از مجموعه‌ی آموزشی داوطلبان سلامت محلات می‌بینید، دست نگه‌دارید. این مجموعه بیش از ۳۹ جلد کتاب دارد و شما می‌توانید برحسب وضعیت محله‌تان و با کمک مربی خود کتاب‌هایی را انتخاب کنید که بیشتر مورد نیاز شماست. وقت را با کتاب‌هایی که مورد نیازتان نیست از دست ندهید. در صفحه‌ی داخلی جلد این کتاب، قسمت‌های مختلف مجموعه‌ی آموزشی شما معرفی شده است.

■ در چه مواقعی می‌توان از این کتاب استفاده کرد؟

■ **در کلاس آموزش:** شما این کتاب را در جریان آموزش خود از مرکز بهداشتی درمانی دریافت خواهید کرد و طبق برنامه‌ای که مربی خواهد ریخت، به تدریج آن را مطالعه خواهید کرد. مربی برای هر جلسه یک یا چند درس را در نظر خواهد گرفت. پس از پایان درس‌ها طی سه جلسه یا بیشتر برای انتقال پیام‌ها به مردم تمرین خواهید کرد.

■ **در آموزش مردم:** شما می‌توانید پس از پایان آموزش خودتان از بحث‌ها و روش‌هایی که در این کتاب نوشته شده برای آموزش مردم محله استفاده کنید. بهتر است این روش‌ها را با شرایط فرهنگی محله‌تان مطابقت دهید.

به علاوه شما می‌توانید از تصاویر و نکته‌های این کتاب در مواد آموزشی که تهیه می‌کنید استفاده ببرید.

■ **برای یادآوری:** اگر مدتی پس از پایان آموزش، نکته‌هایی را فراموش کرده باشید می‌توانید با مراجعه به مربع‌های رنگی دانستنی‌های سلامتی آنها را دوباره بخوانید.

و یک استفاده‌ی دیگر: شما می‌توانید این کتاب را برای مطالعه در اختیار افراد خانواده و همسایگان خود قرار دهید

فهرست مطالب

۱	مقدمه
۲	اهداف
۳	کاربردها
۴	اطلاعات مورد نیاز از محله
۶	۱- چرا ازدواج اهمیت دارد؟
۶	الف) علت توجه به موضوع ازدواج در جامعه امروزی ایران چیست؟
۸	ب) مشکلات پیش روی جوانان برای ازدواج کدامند؟
۱۰	پ) اثرات مثبت ازدواج کدامند؟
۱۳	۲- یک ازدواج خوب چه ویژگی هایی دارد؟
۱۳	الف) ویژگی های خوب اخلاقی یک زن و مرد از نظر اسلام کدامند؟
۱۷	ب) جوانان به چه دلایلی ازدواج می کنند؟
۲۰	پ) ملاک ها و معیارهای ازدواج موفق کدامند؟
۲۴	۳- یک ازدواج از چند مرحله تشکیل شده است؟
۲۴	الف) دوران آشنایی و نامزدی در ازدواج چه ویژگی هایی دارد؟
۲۵	ب) دوران عقد چه ویژگی هایی دارد؟
۲۸	۴ در زندگی مشترک چه مشکلاتی بروز می کند؟
۲۸	الف) در چه شرایطی ازدواج دچار مشکل می شود؟
۳۱	ب) ازدواج با چه افرادی مناسب نیست؟
۳۲	پ) مردم چه باورهایی در مورد ازدواج دارند؟
۳۶	۶- پیامدهای روابط دختر و پسر پیش از ازدواج کدامند؟
۳۶	الف) روابط دختر و پسر پیش از ازدواج چه مشکلاتی ایجاد خواهد کرد؟
۳۸	ب) چگونه می توان از روابط دختر و پسر پیش از ازدواج پیشگیری کرد؟
۴۲	۷- یک زوج جوان چه زمانی برای بچه دار شدن اقدام کنند؟
۴۳	سئوالاتی که هر فرد قبل از ازدواج بایستی از خود بپرسد.
۴۵	۸- چگونه پیام هایمان را به مردم منتقل کنیم؟
۴۸	خودآزمایی
۵۲	۹- چگونه فرآیند انتقال پیام های بهداشتی به مردم را ارزیابی کنیم؟
۵۶	فهرست منابع

انتخاب همسر از مهم ترین تصمیمات فرد در زندگی است، زیرا می تواند آینده فرد را رقم بزند. تشکیل خانواده سالم، متعادل و پایدار مانند هر امر مهم دیگری به تفکر منطقی، تلاش و کوشش نیازمند است. جوان می بایستی بر اساس معیارهای اصولی و منطقی همسر آینده خود را شناسایی و انتخاب نماید و آنگاه به انجام پیوند زناشویی اقدام کنند. بصورت کلی اصالت خانوادگی به عنوان اساسی ترین معیار انتخاب همسر شناخته می شود. ایمان، اخلاق نیکو، روان سالم و تناسب زوجین در ویژگی های ظاهری، سنی، تحصیلی، فرهنگی، تربیتی و اعتقادی از موارد اساسی در انتخاب همسر است.

جوان قبل از تصمیم گرفتن به ازدواج باید معیارهای انتخاب همسر از دیدگاه اسلام را مد نظر قرار داده و همچنین شناخت کافی از آداب و شرایط خواستگاری داشته باشد، تا زندگی موفق را آغاز کند.

بدون شک هر جوانی به تشکیل خانواده و زندگی زناشویی علاقه دارد، اما متأسفانه در سال های اخیر مشکلات مختلفی بر سر راه ازدواج جوانان مشاهده می شود، که بیشتر ساخته ی افکار و عقاید افراد جامعه است. مراسم عقد و عروسی با هزینه های زیاد، مهریه های بالا، جهیزیه های مفصل، مسکن جداگانه و از جمله این مشکلات می باشد.



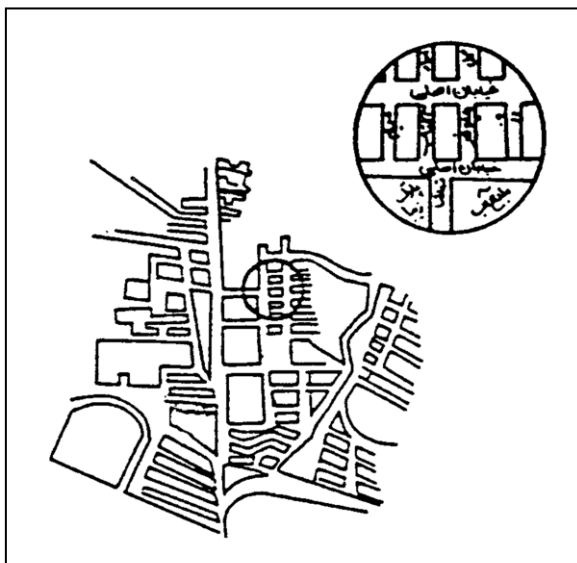
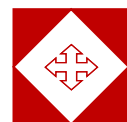
اهداف:

- پس از پایان جلسه‌های آموزشی این کتاب انتظار می‌رود بتوانید:
۱. اهمیت توجه به ازدواج را بدانید.
 ۲. دلایل اهمیت ازدواج جوانان در جامعه امروزی ایران را بدانید.
 ۳. مشکلات پیش روی جوانان برای ازدواج را بشناسید.
 ۴. ویژگی‌های خوب اخلاقی یک مرد و زن از نظر اسلام را نام ببرید.
 ۵. دلایل جوانان برای ازدواج را بشناسید.
 ۶. ملاک‌ها و معیارهای یک ازدواج موفق را نام ببرید.
 ۷. مراحل ازدواج را نام ببرید.
 ۸. ویژگی‌های دوران آشنایی و نامزدی را بشناسید.
 ۹. ویژگی‌های دوران عقد را بشناسید.
 ۱۰. عوامل موثر در زندگی مشترک زن و مرد را بدانید.
 ۱۱. ویژگی‌های افراد نامناسب برای ازدواج را بشناسید.
 ۱۲. باورهای مردم در مورد ازدواج را بشناسید.
 ۱۳. پیامدهای روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را بدانید.
 ۱۴. راه‌های پیشگیری از روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را نام ببرید.
 ۱۵. مناسب‌ترین زمان برای بچه دار شدن یک زوج را بشناسید.

با یادگیری مطالب این کتاب خواهید توانست:

۱. اهمیت توجه به ازدواج را شرح دهید.
۲. دلایل اهمیت ازدواج جوانان در جامعه امروزی ایران را توضیح دهید.
۳. مشکلات پیش روی جوانان برای ازدواج را شرح دهید.
۴. ویژگی های خوب اخلاقی یک مرد و زن از نظر اسلام را شرح دهید.
۵. دلایل جوانان برای ازدواج را توضیح دهید.
۶. ملاک ها و معیارهای یک ازدواج موفق را شرح دهید.
۷. مراحل ازدواج را توضیح دهید.
۸. ویژگی های دوران آشنایی و نامزدی را شرح دهید.
۹. ویژگی های دوران عقد را شرح دهید.
۱۰. عوامل موثر در زندگی مشترک زن و مرد را توضیح دهید.
۱۱. ویژگی های افراد نامناسب برای ازدواج را به نوجوانان محله خود آموزش دهید
۱۲. باورهای مردم در مورد ازدواج را شناسایی کنید.
۱۳. پیامدهای روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را توضیح دهید.
۱۴. راه های پیشگیری از روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را شناسایی کنید.
۱۵. مناسب ترین زمان برای بچه دار شدن یک زوج را شناسایی کنید.

اطلاعات مورد نیاز از محله



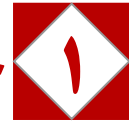
- برای اینکه بدانید مردم محله‌ی شما چه عقیده‌ای دارند.
- برای اینکه مهمترین نیازهای محله‌ی خودتان را شناسایی کنید.
- برای اینکه باورها و سنت‌های خوب مردم محله‌تان را تشخیص دهید.
- برای اینکه پیام‌های خودتان را با روش بهتری به مردم محله‌تان منتقل کنید.
- قبل از شروع فعالیت‌های آموزشی این کتاب، به سؤال‌های زیر فکر کنید، در زندگی روزانه و معمولی خود با مردم و

همسایه‌ها به دنبال پاسخ آن‌ها باشید و در حین مرور بخشهای «در محله» به آن‌ها پاسخ دهید. پاسخ این سؤال‌ها در جلسه‌ی «چگونه پیام‌های مان را به مردم منتقل کنیم؟» استفاده خواهد شد.

- ۱) آیا مردم محله شما علت اهمیت توجه به ازدواج را می‌دانند؟
- ۲) آیا مردم محله شما دلایل اهمیت ازدواج جوانان در جامعه امروزی ایران را می‌شناسند؟
- ۳) آیا مردم محله شما مشکلات پیش روی جوانان برای ازدواج را می‌دانند؟
- ۴) آیا مردم محله شما ویژگی‌های خوب اخلاقی یک مرد و زن از نظر اسلام آشنا هستند؟
- ۵) آیا مردم محله شما دلایل جوانان برای ازدواج را می‌شناسند؟
- ۶) آیا مردم محله شما ملاک‌ها و معیارهای یک ازدواج موفق را می‌دانند؟
- ۷) آیا مردم محله شما مراحل ازدواج را می‌شناسند؟
- ۸) آیا مردم محله شما با ویژگی‌های دوران آشنایی و نامزدی آشنا هستند؟
- ۹) آیا مردم محله شما با ویژگی‌های دوران عقد آشنا هستند؟
- ۱۰) آیا مردم محله شما عوامل موثر در زندگی مشترک زن و مرد را می‌دانند؟
- ۱۱) آیا مردم محله شما افراد نامناسب برای ازدواج را می‌شناسند؟
- ۱۲) آیا مردم محله شما باورهای مردم در مورد ازدواج را می‌شناسند؟
- ۱۳) آیا مردم محله شما پیامدهای روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را می‌دانند؟
- ۱۴) آیا مردم محله شما راه‌های پیشگیری از روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را می‌شناسند؟

۱۵) آیا مردم محله شما با مناسب ترین زمان برای بچه دار شدن یک زوج آشنا هستند؟

چرا ازدواج اهمیت دارد؟



الف - علت توجه به موضوع ازدواج در جامعه امروزی ایران چیست؟

درس اول

▼ بحث عمومی

به سوالات زیر پاسخ داده و نتایج آن را در کتابچه آموزشی خود یادداشت کنید. در مورد پاسخ سایر اعضای کلاس بحث کنید.

آیا دختران و پسرانی مجردی را می‌شناسید که مایل نیستند ازدواج کنند؟.....

این افراد چه دلیل هایی برای مجرد ماندن خود دارند؟.....

به نظر شما مجرد ماندن جوانان چه مضراتی برای کشور خواهد داشت؟.....

۱

دانستنی های سلامتی

مهم ترین تغییر و تحول جمعیتی در چند دهه اخیر در کشورهای در حال توسعه کاهش چشمگیر باروری بوده است. عوامل اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی زیادی رفتار باروری را تحت تاثیر قرار می دهند.

نرخ باروری کلی در ایران به ۱.۸ درصد رسیده است. این به آن معنا است که خانم های ایرانی در طول دوران باروری خود یعنی از سن ۱۰ سالگی (اولین قاعدگی) تا سن ۵۰ سالگی (یائسه شدن) کمتر از ۲ بچه می آورند، یعنی این تعداد بچه حتی جایگزین پدر و مادر خود هم نخواهند شد. ادامه این روند باعث خواهد شد، که جمعیت کشور در آینده کهنسال شود.

امروزه نیروی انسانی جوان و فعال بعنوان کارآمدترین ابزار یک کشور برای توسعه می باشد و کهنسالی جامعه ایران می تواند کشور را در آینده از نظر نیروی کار، رشد اقتصادی، مشکلات بهداشتی و حتی مسائل سیاسی دچار چالش کند.

فرزند آوری نتیجه ازدواج است. آمار نشان می دهد، که نرخ ازدواج در سال های اخیر

- پایین آمده و متأسفانه تعداد طلاق‌ها افزایش یافته است.
- ✓ در حال حاضر بیش از سیزده میلیون نفر دختران و پسران در آستانه ازدواج در کشور وجود دارند.
 - ✓ بخش قابل توجهی از آنان در حال پشت سر گذاشتن سنین مناسب ازدواج و باروری هستند.
 - ✓ تحقیقات نشان داده است، افزایش سن ازدواج دختران روستایی به دلیل مهاجرت پسران به شهرها می باشد.
 - ✓ سالانه حدود ۴۴۰ هزار فرصت فرزند آوری از دست می رود که شامل:
 - ۴۱۰ هزار فرصت فرزند آوری در زنان ازدواج نکرده
 - ۱۰ هزار فرصت بر اساس فوت همسر
 - ۲۰ هزار فرصت بر اثر طلاق
 - ✓ در سال ۱۳۹۱ در هر ساعت حدود ۱۶ طلاق اتفاق می افتاد که این رقم در سال ۱۳۹۲ به ۱۸ طلاق در ساعت رسیده است.
 - ✓ ۸۰ درصد مطلقه‌ها زیر ۳۰ سال سن دارند.
 - ✓ ۱۴.۲ درصد از طلاق‌ها مربوط به یکسال اول زندگی و ۵۰ درصد از طلاق‌ها مربوط به ۵ سال اول زندگی می باشد.



نسل جوان را باید مفاظ کرد. (رهبر معظم انقلاب)

ب - مشکلات پیش روی جوانان برای ازدواج کدامند؟

درس دوم

▼ یک داستان

علی ۲۷ سال دارد و دانشجو است به همکلاسی خود مریم علاقمند است به نظر شما برای ازدواج با مریم چه مشکلاتی خواهد داشت؟ در مورد مشکلات جوانان برای ازدواج بحث کنید؟

.....

.....

.....

۲

دانستنیهای سلامتی

مشکل ازدواج جوانان به یک مشکل جدی اجتماعی تبدیل شده است. مشکلات جوانان برای ازدواج باعث شده تعداد ازدواج جوانان از تعداد ۸۹۰۲۰۸ در سال ۱۳۸۵ به تعداد ۷۷۴۵۱۳ در سال ۱۳۹۲ رسیده است.

مهمترین مشکلات جوانان برای ازدواج شامل:

اشتغال: بخش عمده بیکاران را نیروهای جوان جامعه نشان می دهد. نیروهایی که در طی سال های اخیر با توجه به رشد فزاینده دانشگاه ها در پذیرش دانشجو، از میان افراد تحصیل کرده هستند. متناسب نبودن فارغ التحصیلان دانشگاه ها با نیازهای بازار کار و آشنا نبودن جوانان با چگونگی راه اندازی مشاغل گوناگون و... وضعیت بیکاری را تشدید کرده است.

مسکن: افزایش قیمت ها و به تبع آن افزایش اجاره و یا خرید مسکن در شهرها (به ویژه شهرهای بزرگ مثل تهران) موجب شده است که تهیه مسکن و تأمین مخارج زندگی برای جوانان دشوار شود.

مشکلات اقتصادی: بر اساس نظرات جوانان و اعتقاد صاحب نظران و کارشناسان امور اجتماعی، یکی از عمده ترین موانع بر سر ازدواج جوانان در کشور، بحث معضلات اقتصادی است. بنابراین اتخاذ سیاست هایی برای رفع و حل این نوع مشکلات مهم ترین قدم برای رفع موانع ازدواج است.

بدیهی است، توجیه خانواده ها برای کاهش توقعات، آسان گیری، تسهیل فرایند امور مربوط به خود ازدواج، تشویق جوانان به کار، ازدواج، تشکیل خانواده، اشتغال آفرینی و... همه از نیازهای ضروری جامعه ما محسوب می شود.

مهریه های کلان: امروزه بعضی از خانواده ها تعیین مهریه های بالا را نشانه ارزش گذاری

به زندگی مشترک یک زوج و ضامن یک زندگی پایدار می دانند. طبق شرع مهریه یک زن عندالمطالبه است و او هر زمان که مایل باشد، می تواند مهریه خود را مطالبه کند. بدون شک تعیین مهریه های کلانی که در حد توان پسر نیست، می تواند زندگی مشترک را با بحران جدی مواجه کند.

تهیه جهیزیه: یک زوج در ابتدای زندگی به حداقل وسایل مورد نیاز برای زندگی احتیاج دارند، تا در طول زندگی مشترک با همکاری و همدلی کم کم شرایط یک زندگی خوب را برای خود فراهم کنند. ولی متأسفانه امروزه جهیزیه به یک ابزار برای چشم و هم چشمی در بین خانواده ها تبدیل شده است و خانواده دختر برای تهیه بهترین و لوکس ترین وسایل زندگی با چالش زیادی رو به رو هستند.

جشن عروسی: جشن عروسی یکی از مراسم اصلی ازدواج است و به زندگی مشترک عروس و داماد رسمیت می بخشد. برگزاری مراسم در تالارهای پر زرق و برق و با تشریفات زیاد زوج های جوان را در ابتدای زندگی با هزینه های سرسام آور مواجه می کند.



داشتن مهریه و جهیزیه سنگین، فلاف سنت پیامبر(ص) است

پ - اثرات مثبت ازدواج کدامند؟

درس سوم

▼ یک داستان

مریم ۲۵ سال دارد. او دانشجو است. پارسال فرد مناسبی برای خواستگاری آمد، ولی مریم برای پاسخ به خواستگارش تردید داشت. او معتقد بود که تا پایان درس و پیدا کردن شغل مناسب نباید ازدواج کند. خواهر مریم یک مشاور خانواده است و با او در مورد فایده های ازدواج برای دختر و پسر صحبت کرد. بعد از صحبت های خواهرش، مریم تصمیم گرفت در مورد ازدواج کردن فکر کند.

به نظر شما ازدواج چه اثرات مثبتی بر زندگی دختر و پسر دارد؟

.....

.....

به نظر شما ازدواج چه اثرات مثبتی بر سلامت جسمی و روانی افراد دارد؟

.....

.....

۳

دانستیهای سلامتی

ازدواج تنها راه مشروع و سالم تشکیل خانواده است. همه مکاتب و ادیان الهی به ویژه دین مبین اسلام، ازدواج و تشکیل خانواده را توصیه نموده اند. ازدواج به زن و مرد آرامش می بخشد و آنان را از انحراف و رفتارهای جنسی پرخطر و غیر اخلاقی باز می دارد.

تأثیرات مثبت ازدواج برای زوجین:

☞ ازدواج، مایه ی آرامش فکری و روحی جوان است به او احساس شخصیت و اعتماد نفس می دهد و او را از بی عاری، بیکاری، بی برنامهگی و ناامیدی رها می کند.

☞ تلاش معاش: ایجاد بستر مناسب و انگیزه ی قوی تر برای تامین معاش و کسب در آمد، از آثار مثبت دیگر ازدواج است.

☞ احساس مسئولیت: با ازدواج، تعهد و احساس مسئولیت بیشتری در فرد شکل می گیرد

☞ خانواده گرایی: اعتقاد به ارزشمندی خانواده گرایش به تشکیل خانواده و تلاش برای استواری روابط خانوادگی است.

☞ توسعه خود: تجربه همسر شدن و پس از آن پدر و مادر شدن نوعی کمال شخصی

محسوب می شود و فرد در اثر این تجربه ها دیگران را بخشی از خود احساس می کند. بعد از ازدواج **من** تبدیل به **ما** می شود، به طوری که انسان به سرنوشت خانواده علاقمندتر است تا به سرنوشت خود، رنج می برد تا آنها در آسایش باشند.

﴿ رشد عاطفی و افزایش حس مسئولیت

﴿ ایجاد مودت و رحمت بین زوجین

تأثیر ازدواج بر سلامت جسمی و روانی افراد:

- (۱) افرادی که ازدواج مناسب دارند از طول عمر بیشتری برخوردارند.
- (۲) از سلامت روان بهتری برخوردار هستند.
- (۳) شادترند و ارتباطات اجتماعی مناسبتری برقرار می کنند.
- (۴) از نظر جسمانی سالم ترند.
- (۵) احساس امنیت می کنند.
- (۶) رشد اخلاقی و معنوی
- (۷) رشد اجتماعی
- (۸) رفع نیازهای دینی و فطری و معنوی و درونی
- (۹) در معرض رفتارهای مخاطره آمیز کمتر قرار دارند. (مصرف الکل، رفتارهای جنسی مخاطره آمیز و... در این افراد کمتر است)



و یکی از نشانه های خداوند این است که برای شما از جنس خودتان، جفتی آفرید تا **ازدواج** کنید و در کنار او **آرامش** یابید و میان شما **دوستی و محبت** قرار داد. به یقین، در این **[نعمت]** نشانه هایی است برای مردمی که می اندیشند. (سوره مبارکه روم، آیه ۲۱)

▼ بحث در محله

چند نفر از افراد مجرد محله شما مایل هستند ازدواج کنند؟.....

.....

این افراد برای ازدواج با چه مشکلاتی رو به رو هستند؟.....

.....

آیا مردم محله شما با تاثیرات مثبت ازدواج بر روی سلامتی آشنا هستند؟.....

.....

آیا افراد محله شما در مورد تاثیرات منفی ازدواج نکردن جوانان آگاهی دارند؟.....

.....

.....

مشکلات شناسایی شده در محله

.....-۱

.....-۲

.....-۳

.....-۴



یک ازدواج خوب چه ویژگی هایی دارد؟

الف - ویژگی های خوب اخلاقی یک زن و مرد از نظر اسلام کدامند؟

درس چهارم

▼ کار گروهی

مریم برای تصمیم گیری در مورد ازدواج با کارشناس مذهبی دانشگاه مشورت کرد، تا از ویژگی های خوب زن و مرد برای همسر بودن اطلاع پیدا کند. به نظر شما یک زوج برای داشتن یک زندگی خوب چه ویژگی های اخلاقی باید داشته باشند؟ چه ویژگی های اخلاقی در زوجین تاثیر منفی بر روی زندگی مشترکشان دارد؟ به گروه های کوچک (۸-۱۲ نفره) تقسیم شوید. در گروه خود به سوالات جدول زیر پاسخ داده و نتایج آن را در کتابچه آموزشی خود یادداشت کنید. در مورد پاسخ های سایر گروه ها بحث کنید.

	اخلاق مثبت	مرد
	اخلاق منفی	
	اخلاق مثبت	زن
	اخلاق منفی	

خانواده نخستین و مهمترین واحد جامعه است، که نقش تربیت جامعه آینده را نیز بر عهده دارد. سلامت روانی جامعه در گرو خشت اول زندگی است که اگر کج نهاده شود، به طلاق و یا به ساختن و سوختن تا آخر عمر منتهی خواهد شد. پس باید به معیارهای صحیح خوب دقت شود.

در شریعت مقدس اسلام ازدواج امری معنوی و مقدس و به عنوان سنت پیامبر(ص) مستحب موکد و در مواردی واجب می باشد و طلاق به عنوان آخرین راه حل و منفورترین حلال پذیرفته شده است. از نظر بزرگان دین، مسلمان اگر به جهت مجرد بودن به گناه کشیده شود، بر او واجب است که ازدواج کند و برای رفع غریزه هیچ راه دیگری به غیر از ازدواج وجود ندارد.

از دیدگاه اسلام شاخص های اخلاق حسنه برای زوجین شامل:

- ☞ در برخورد با اشخاص گشاده رو و متبسم باشند.
- ☞ در حرف زدن رعایت ادب و ملایمت را داشته باشند.
- ☞ در رفتار مؤدب و دلسوز و پر محبت باشند.
- ☞ حق پذیر و بزرگووار باشند.
- ☞ متواضع، با وقار و صبور باشند.
- ☞ متعهد، با گذشت و با وفا باشند.
- ☞ صمیمی، مهربان و با انضباط باشند.
- ☞ روحیه همکاری، سازگاری و سخاوت داشته باشند.
- ☞ حس تفاهم، مسئولیت پذیری و انعطاف پذیری داشته باشند.
- ☞ با تقوا، حق محور و خداجو باشند.

از دیدگاه اسلام صفات بد برای زنان شامل موارد ذیل می باشد:

- ✓ زنان نادان و بد اخلاق
- ✓ با همسر خود به تندی رفتار کنند.
- ✓ در کارهای خیر به شوهر خود کمک نمی کنند.
- ✓ زنانی که زیاد هیاهو می کند و با بستگان خود و همسرش رفت و آمد نمی کنند.
- ✓ زنان عیب جویی که ارزش خدمات همسر خود را نمی دانند.
- ✓ زنان لجوج
- ✓ در بین خانواده خود متواضع و در برابر شوهر سرسخت باشند.

✓ زانی که به فرمان شوهرش گوش نمی دهند.

✓ زنان کم حیا

از دیدگاه اسلام صفات خوب برای زنان شامل:

☞ آنان که خیر سر شار دارند.

☞ آنان که فرزندی در شکم و فرزندی در آغوش دارند.

☞ در مقابل نامحرم عقیف و پاکدامن باشند و خود را برای همسرشان آراسته و عرضه می کنند.

☞ با شوهر خود همساز و همراه باشد.

☞ با برکت‌ترین زنان زنی است که از همه کم خرج‌تر باشد.

از دیدگاه اسلام صفات بد برای مردان شامل:

✓ بسیار تهمت می‌زند.

✓ فحش می‌دهد.

✓ به نیازهای مادی و معنوی خانواده خود توجه نمی‌کند.

✓ گذشت و بخشش ندارند.

✓ همسر و فرزندان خود را کتک می‌زند.

✓ مرد خسیسی که خانواده خود را وادار می‌کند برای رفع نیازهای مالی به دیگران پناه ببرند.

✓ موجبات نارضایتی پدر و مادرش را فراهم می‌کند.

ایات قرآنی و روایات از ائمه اطهار در مورد ازدواج:

خالق آسمان و زمین برای شما از جنس خودتان همسرانی آفرید و چهار پایان رانیز جفت آفرید و با این زوجیت تکثیر می کند شما را در زمین ... روزی می دهد هر کس را به هر مقدار که بخواهد همانا او به هر کاری آگاه است. و در ... می فرماید: (قرآن مجید سوره شوری آیه ۱۱)

زن لباس شما و شما لباس آنانید. همانطوری که لباس مایه ی زینت و کمال و حفظ انسان از سرما و گرماست ، همسر نیز باید موجب رشد و کمال و حفظ همسر خود از نقصها و عیوب باشد. در نتیجه با توجه به این سه اصل باید معیارهایی را انتخاب کرد که انسان را به این اهداف برساند. (قرآن مجید در سوره بقره آیه)

رسول اکرم(ص): هر جوانی که در آغاز جوانی ازدواج کند شیطان فریاد می زند: ای وای ای وای دو سوم دینش را از من در امان داشت. لذا باید در یک سوم باقی مانده تقوای الهی بیشه کند.

رسول اکرم(ص): درهای رحمت خدا در سه زمان باز می شود۱- هنگام بارش باران۲- هنگام نگاه فرزند به چهره والدین۳- هنگام ازدواج(بحار الانوار ج ۱۰۳ ص ۲۲۱)

رسول اکرم به امیرالمومنین فرمودند: خدمت به خانواده کفاره گناهان بزرگ و موجب فرونشاندن خشم الهی و مهریه همسران بهشتی و موجب فزونی درجات و حسنات است ای علی به خانواده خدمت نمی کند مگر صدیق یا شهید یا فردی که خدا برایش خیر دنیا و آخرت را خواسته است

رسول اکرم(ص): هرگاه زن باردار می شود، همانند روزه دار و نماز گزار و مجاهدی است که با مال و جانش در راه خدا می جنگد و چون زایمان کند، بزرگی اجر او را هیچ کس نمی داند و هرگاه شیر می دهد، هر مرتبه مکیدن کودک برابر با آزاد کردن یک برده از فرزندان اسماعیل است و فرشته ایی به او می گوید: خدا تو را آمرزید.

رسول اکرم(ص): خداوند نشستن مرد را در کنار همسر از اعتکاف در مسجد من، مسجدالنبی بیشتر دوست دارد (میزان الحکمه ج ۲ ص ۱۱۸۶)

رسول اکرم(ص): هرگاه ایمان بنده ای زیاد شود محبتش نسبت به همسرش زیاد می شود(بحار الانوار ج ۱۰۳ ص ۲۲۸)

امام صادق: هرگاه عشق و علاقه مردی به همسرش زیاد شود بر ایمان او افزوده می شود (من لایحضر الفقیه ج ۳ ص ۳۸۴)

رسول اکرم(ص): در خانواده صالح و خوب ازدواج کنید زیرا رگ و ریشه ها اثر دارد. و در بیان دیگر فرموده اند: از زن زیبایی که در خانواده بدی رشد کرده است بپرهیزید.



ب - جوانان به چه دلایلی ازدواج می کنند؟

درس پنجم

▼ بحث عمومی

به سوالات زیر پاسخ داده و نتایج آن را در کتابچه آموزشی خود یادداشت کنید. در مورد پاسخ های سایر اعضای کلاس بحث کنید.

به نظر شما به چه دلایلی جوانان ازدواج می کنند؟

.....

دلایل صحیح برای ازدواج کدام است؟

.....

دلایل نادرست برای ازدواج کدام است؟

.....

آیا این دلایل می تواند در زندگی مشترک یک جوان تاثیر گذار باشد؟

.....

.....

▼ بررسی چند نمونه

خواهر مریم دفتر مشاوره روانشناسی دارد. این افراد مراجعه کنندگان او هستند:

(۱) خانمی به دلیل شرایط بد اقتصادی خانواده مجبور به ازدواج شده است.

(۲) آقای برای انتقام از همسر قبلی اش با دختر جوانی ازدواج کرده است.

(۳) خانم ۴۵ ساله ای که برای فرار از تنهایی ازدواج کرده است.

(۴) آقای که با دوست دخترش ازدواج کرده است.

(۵) خانمی که به اجبار پدرش با پسر عمویش ازدواج کرده است.

به نظر شما دلایل این افراد برای ازدواج چه نقشی در مشکلات فعلی آنان در زندگی

مشترکشان دارد؟ در این مورد با هم بحث کنید.

۵

دانستنی های سلامتی

هر جوانی به تشکیل خانواده و زندگی زناشویی علاقه دارد. جوانان براساس شرایط فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی که در آن به سر می برند، دلایل زیادی برای ازدواج دارند. بعضی از این شرایط غیر اختیاری است، مانند: ازدواج اجباری و بعضی از این دلایل پاسخ به تعارضات بیرونی جوان می باشد: مانند ازدواج به دلیل شورش علیه والدین به هر دلیلی که فرد ازدواج می کند، باید تاثیرات این انتخاب را بر زندگی مشترک آینده خود را بپذیرد.

دلایل صحیح برای ازدواج کردن:

مصاحبت و همراهی: به این معنی که در سفر زندگی شریک و همراهی داشته باشد.

عشق و صمیمیت: نیاز به عشق و صمیمیت با نیاز به مصاحبت و همراهی رابطه دارد.

شریک حمایت کننده: فرصتی که ازدواج برای رشد خود و همسر به عنوان یک انسان فراهم می کند.

شریک جنسی: ازدواج منبع با ثبات و راهی مشروع برای ارضای جنسی هر دو نفر است.

والد شدن: میل رایج دیگر جهت ازدواج، تمایل به صاحب فرزند شدن است.

دلایل نادرست برای ازدواج:

شورش بر علیه والدین: تعارض با والدین می تواند یکی از دلایل هابی باشد، که فرد جوان را به سوی ازدواج سوق می دهد.

جستجوی استقلال: گروهی از افراد ازدواج می کنند، تا مستقل شوند ولی مستقل شدن سال ها وقت می برد و امری است وابسته به خود فرد تا هرچه بیشتر، روی پای خود بایستد.

التیام یک ارتباط شکست خورده: ارتباطی که بر اساس التیام یکی از دو نفر شکل بگیرد از همان آغاز در معرض خطر است.

فشار خانواده و یا اجتماع: برخی از خانواده ها مطابق آداب و فرهنگ و عرف خود برای ازدواج به جوانان فشار می آورند.

ازدواج اجباری: برخی افراد تحت فشار خانواده یا دوستان به یک ازدواج از قبل ترتیب داده شده تن می دهند.

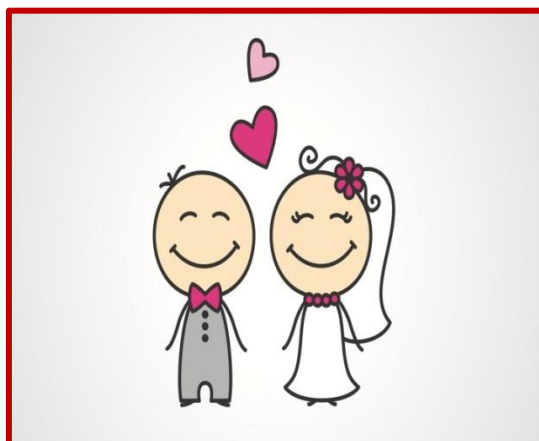
نیاز جنسی: ازدواج فقط برای رفع نیاز جنسی، احتمالاً نمی تواند به ازدواج موفق منجر شود، چرا که دیگر عوامل مرتبط با ازدواج، معمولاً از چشم دور می ماند.

دلایل اقتصادی: امنیت اقتصادی و نیز تغییر طبقه اجتماعی که با وضعیت اقتصاد ارتباط دارد، همواره یکی از دلایل ازدواج بوده است.

تنهایی و استیصال: همه ما گاهی احساس تنهایی می کنیم، اما ازدواج به این دلیل نادرست است.

احساس گناه: گاهی با یک نفر به دلیل احساس گناه یا ترحم نسبت به او ازدواج می کنیم.

احساس کمبود و تهی بودن: افرادی که هدفی را در زندگی دنبال نمی کنند، احساس ناکامی دارند و نمی دانند از زندگی چه می خواهند، برای حل این مشکل به ازدواج روی می آورند.



ازدواج فرصت مناسبی برای رشد و تعالی افراد است

پ - ملاک ها و معیارهای ازدواج موفق کدامند ؟

درس ششم

▼ کارگروهی

به نظر شما کدام یک از این افراد برای ازدواج با مریم مناسب ترند؟ به گروه های کوچک (۸ - ۱۲ نفره) تقسیم شوید. در گروه خود به سوالات جدول زیر پاسخ داده و نتایج آن را در کتابچه آموزشی خود یادداشت کنید. در مورد پاسخ های سایر گروه ها بحث کنید.

دلایل	مناسب برای ازدواج		فرد مورد نظر
	خیر	بلی	
			فردی که زود عصبانی نمی شود.
			فردی که اجازه می دهد دیگران او را کنترل کنند.
			فردی که خیلی راحت احساسات خود را بیان می کند.
			فردی که مسئولیت پذیر است.
			فردی که معتاد است.
			فردی که دارای شغل ثابتی باشد
			فردی که نمی توانند خواسته های خود را به زبان بیاورد

ملاک ها و معیارهای ازدواج موفق:

☞ قبل از ازدواج هر دو نفر باید مستقل و پخته باشند. کسانی که می خواهند با هم ازدواج کنند هر چه پخته تر و مستقل تر باشند، ایجاد ارتباط بین آنان راحت تر، صمیمانه تر و ساده تر خواهد بود. استقلال و پختگی در طول زمان، گذر عمر و افزایش سن به دست می آید.

☞ هر دو نفر به همان اندازه که دیگری را دوست دارند، خودشان را هم دوست داشته باشند. در ازدواج عزت نفس، نقش بسیار مهمی دارد. کسی که خود را دوست نداشته باشد خیلی سخت است، که دیگران را دوست داشته باشد.

☞ هر دو نفر بتوانند در تنهایی همانگونه لذت ببرند، که وقتی با هم هستند. تعادل با هم بودن و با هم نبودن در یک زندگی مشترک نقش مهمی دارد. زوجین باید بتوانند از فعالیت های جداگانه در اوقاتی که با هم نیستند لذت ببرند.

☞ هر دو نفر در شغل و حرفه خود ثبات داشته باشند. در این حالت فرصت و انرژی بیشتری برای با هم بودن خواهند داشت.

☞ هر دو نفر از خود آگاه باشند و خود را بشناسند. از توانمند های خود آگاه باشند. ضعف های خود را بشناسند و مشکلاتشان را به عهده دیگران نگذارند.

☞ هر دو نفر بتوانند خواسته های خود را با جرأت و جسارت بیان کنند.

☞ هر دو نفر سعی کنند که خودخواه نباشند و خواسته های دیگری را برآورده کنند.

مشخصات افراد نامناسب برای ازدواج:

برخی از افراد دارای خصلت ها و ویژگی هایی هستند که برای ازدواج مناسب نیست. تشکیل زندگی مشترک با این افراد مشکلات بسیار زیادی را ایجاد خواهد کرد.

✓ افرادی که معتاد به مصرف مواد، الکل و یا دارو هستند: افراد معتاد سعی می کنند تا بر مغز خود با استفاده از یک ماده شیمیایی تأثیر بگذارد و از مشکلات و دنیای واقعی دور باشند.

✓ افرادی که به سرعت و به شدت خشمگین می شوند: افرادی که با شدت بسیار خشمگین می شوند، یا به عبارت دیگر خشم آنها غیر معمولی و نامتناسب است.

✓ افرادی که مسئولیت زندگی خود را به عهده نمی گیرند: این افراد سهم خود از مشکلات را به عهده نگرفته و دیگران را مسئول مشکلات خود می دانند.

✓ افرادی که دیگران را کنترل می کنند: این افراد می خواهند کنترل همه چیز در

اختیار خودشان باشد و هرکاری می کنند تا مبادا احساس کنند چیزی تحت کنترل و تسلط آنها نیست.

✓ افرادی که اختلال جنسی دارند: اختلال جنسی حوزه وسیعی از رفتارها را در بر می گیرد که به سه گروه تقسیم می شود.

الف) اعتیاد جنسی و فقدان عزت نفس (دارای روابط نامشروع هستند، از دیدن تصاویر و فیلم های مستهجن لذت می برند، چشم چران هستند و ...)

ب) اختلالات کنشی (کسانی که میل جنسی ندارند و از روابط زناشویی متنفر هستند).

ج) انحرافات جنسی (خودآزاری جنسی، آزارگری جنسی و ...)

✓ افرادی که « کودک » مانده اند و بالغ نشده اند: این افراد از رفتار مسئولانه طفره می روند و شرایطی فراهم می کنند، که همه برای آنها نقش مادر را ایفا کنند. این افراد در مورد مسائل مالی و اقتصادی مسئولیت پذیر نیستند و هدفی برای زندگی و آینده خود ندارند.

✓ افرادی که عواطف و احساسات خود را بیان نمی کنند: این افراد یا نمی خواهند یا نمی توانند احساسات و عواطف خود را بیان کنند و آن را کاری عبث و بیهوده می دانند.

✓ افرادی که از روابط قبلی خود هنوز التیام نیافته اند: ازدواج با این افراد باعث یأس و دلشکستگی خواهد شد. این افراد هنوز خشم و انزجار خود را از ازدواج قبلی به همراه دارند

✓ افرادی که خانواده آزار دهنده دارند: این افراد نمی توانند در مقابل خانواده خود از همسرشان حمایت کنند.



تنها زمانی می توانید فرد مناسبی را برای زندگی خود پیدا کنید که خودتان فرد مناسبی شده باشید.

▼ در محله

از نظر مردم محله شما چه خصوصیات اخلاقی باعث موفقیت در زندگی مشترک خواهد شد؟

.....

.....

از نظر مردم محله شما خصوصیات اخلاقی یک مرد و زن خوب کدامند؟

.....

.....

جوانان محله‌ی شما چه معیارهایی برای ازدواج دارند؟

.....

.....

آیا مردم محله‌ی شما با معیارهای درست ازدواج آشنا هستند؟

.....

.....

مردم محله‌ی شما ازدواج با چه افرادی را مناسب نمی‌دانند؟

.....

.....

مشکلات شناسایی شده در محله

..... ۱-

..... ۲-

..... ۳-

..... ۴-

..... ۵-



یک ازدواج از چند مرحله تشکیل شده است؟

الف - دوران آشنایی و نامزدی در ازدواج چه ویژگی هایی دارد؟

درس هفتم

▼ بحث عمومی

به سوالات زیر پاسخ داده و نتایج آن را در کتابچه آموزشی خود یادداشت کنید. در مورد پاسخ سایر اعضای کلاس بحث کنید.

به نظر شما ازدواج از چند مرحله تشکیل شده است؟

.....
.....

این مراحل چه ویژگی هایی دارند؟

.....
.....

این مراحل چه تفاوت هایی با هم دارند؟

.....
.....

▼ یک ماجرا

دختر عمومی مریم با پسر دوست پدرش ازدواج کرد پدر دختر عقیده داشت که دختر عقد کرده نباید در خانه پدر باشد بنابراین مراسم عقد و عروسی فقط یک هفته طول کشید. به نظر شما کوتاه بودن فاصله عقد چه مشکلاتی را برای زوجین ایجاد می کند.

.....
.....
.....
.....

۷

دانستیهای سلامتی

پیشنهاد می شود، ازدواج در سه مرحله انجام گیرد:

۱) **مرحله آشنایی:** آشنایی به طور سنتی از طریق خواستگاری انجام می گیرد. برخی قبل از خواستگاری فرآیند آشنایی را آغاز می کنند و بعضی بعد از خواستگاری با هم آشنا می شوند.

۲) مرحله نامزدی: دوران نامزدی با قرار ازدواج شروع و با عقد رسمی پایان می گیرد شروع نامزدی با یک جشن کوچک در جمع خانواده رسمیت پیدا می کند.

۳) دوران عقد: دوران عقد از زمان عقد رسمی بین دو نامزد جاری می شود و تا وقتی زندگی مشترک خود را آغاز کنند.

برای یک ازدواج موفق هر کدام از این مراحل باید توسط دختر و پسر تجربه شود. در ازدواج های فامیلی احساس می شود، که نیاز به گذراندن دوره آشنایی نیست، ولی تجربه دوره آشنایی این امکان را به افراد می دهد، تا با یکدیگر به صورت خصوصی و به قصد ازدواج آشنا شوند.

اهمیت دوران نامزدی:

در این دوران فرد آماده ورود به زندگی مشترک خواهد شد. شناخت پسر و دختر از هم بیشتر شده و فرد با خانواده و دوستان طرف مقابل خود آشنا می شود. به نوع ارتباط بین بین اعضای خانواده پی می برد و رفتارها و عقاید نامزد خود را می شناسد.

دوران نامزدی امکان تدریجی زمان جدایی از خانواده و تشکیل یک زندگی جدی را به فرد می دهد. فرد این امکان را پیدا می کند، که در تصمیم ازدواج خود بازنگری کند. دختر و پسر می توانند، در صورت عدم توافق از هم جدا شوند، بدون آن که در این جدایی طرفین آسیب جدی ببینند.

در دوران نامزدی لازم است، مرزها و حریم ها بین دو طرف رعایت شود. مهم ترین حریم و مرز دوران نامزدی رابطه جنسی است. در صورتی که در این دوران رابطه جنسی برقرار گردد، افراد برای ازدواج افراد دچار اجبار و فشار خواهند شد. بهتر است دوران نامزدی کمتر از شش ماه و بیشتر از سه سال نباشد.

ب – دوران عقد چه ویژگی هایی دارد؟

درس هشتم

▼ سخنرانی

از کارشناس سلامت روان مرکز خود دعوت کنید به کلاس شما بیاید و در مورد ویژگی های دوران عقد برای شما سخنرانی کند و به سوالات زیر پاسخ دهد.

چه تفاوتی بین دوران نامزدی و عقد وجود دارد؟.....

.....

.....

چالش های دوران عقد برای زوج جوان کدامند؟.....

.....

۸ دانستنی های سلامتی

دوران عقد با جاری شدن صیغه عقد بین دو نفر آغاز و با شروع زندگی مشترک پایان می یابد. عقد به معنای گره کردن یک پیمان محکم انسانی است که از نظر شرعی، قانونی و عرفی برای طرفین تعهد ایجاد می کند.

دوران عقد با نامزدی سه تفاوت عمده دارد که شامل:

تعهد: با عقد تعهد همسران به صورت قانونی و حقوقی درآمده و در صورتی که هر کدام به تعهد خود وفادار نباشند و یا آن را به هم بزنند از نظر قانونی مشکل پیدا خواهند کرد. **ارتباط جنسی:** در دوران عقد منعی برای ارتباط جنسی وجود ندارد، چرا که زوج عقد کرده یک زوج متاهل هستند.

قطعیت: در دوران عقد زوجین در برابر هم تعهد دارند بنابراین به سادگی نمی توانند از هم جدا شوند و ازدواج و تشکیل زندگی مشترک آنان قطعیت دارد. **آمادگی اقتصادی، شناخت جنسی و تعامل با خانواده همسر از چالش های مهم دوران عقد می باشد.**

آمادگی اقتصادی: ایجاد خانواده جدید نیاز به آمادگی اقتصادی دو نفر دارد. بطور سنتی در اکثریت نقاط کشور تهیه لوازم زندگی به عهده دختر و تهیه مسکن به عهده پسر است.

شناخت جنسی: در دوران آشنایی و نامزدی افراد با محدودیت های زیادی برای شناخت جنسی رو به رو هستند، ولی بعد از عقد این محدودیت ها از بین رفته و همسران می توانند نسبت به نگرش و رفتار های جنسی یکدیگر شناخت قابل توجهی پیدا کرده و در صورتی که دچار مشکل هستند با مراجعه به افراد متخصص مشکل را بر طرف کنند.

تعامل با خانواده همسر: تعامل با خانواده همسر در دوران عقد از اهمیت زیادی برخوردار است. در اولین رابطه پایه های نگرش افراد نسبت به هم شکل می گیرد. بی تجربگی در برخورد با خانواده همسر می تواند مشکلات زیادی را برای عروس و داماد به وجود بیاورد.



آمدگی اقتصادی، شناخت جنسی و تعامل با خانواده همسر از پالش های مهم دوران عقد می باشد.

▼ در محله

در محله شما ازدواج جوانان در چند مرحله صورت می گیرد؟

.....

از نظر مردم محله دوران نامزدی و عقد چقدر باید طول بکشد؟

.....

جوانان محله شما در دوران عقد با چه مشکلاتی رو به رو هستند؟

.....

مشکلات شناسایی شده در محله

..... ۱-

..... ۲-

..... ۳-

..... ۴-



در زندگی مشترک چه مشکلاتی بروز می کند؟

الف - در چه شرایطی ازدواج دچار مشکل می شود؟

درس نهم

▼ یک داستان

مژگان دوست دوران دبیرستان مریم است. او در یک خانواده سنتی و مذهبی زندگی می کرد. در سال سوم دبیرستان به پسر همسایه که ۳۵ سال داشت و تازه تحصیلات خود را در اروپا تمام کرده بود، علاقمند شد. آن دو علیرغم مخالفت های خانواده با هم ازدواج کردند. مژگان بعد از ۵ سال از همسرش جدا شد او عقیده داشت، که همسرش به او خیانت می کند. ولی همسرش عقیده دارد که با مژگان تفاهم نداشته و خانواده او در زندگی آنها دخالت می کنند. به نظر شما مژگان در ابتدای ازدواج به چه نکاتی در رابطه با همسرش توجه نکرد؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

چه عاملی باعث از بین رفتن زندگی این دو فرد شد؟

▼ یک تحقیق

از زوج هایی که از هم جدا شده اند تحقیق کنید و با توجه به پاسخ آنان در مورد علت متارکه، جدول زیر را تکمیل کنید.

تعداد زوج	علت طلاق
	تفاوت سنی
	تفاوت اجتماعی فرهنگی (قومیت متفاوت، تحصیلات متفاوت)
	تفاوت اقتصادی (فاصله طبقاتی)
	تفاوت دینی
	دخالت های خانواده ها
	دوری زوجین از هم
	سایر علل

به نظر شما کدام یک از دلایل مطرح شده در جدول تاثیر بیشتری در بهم خوردن زندگی مشترک یک زوج دارد؟ با هم بحث کنید

.....

.....

.....

۸

دانستیهای سلامتی

شرایط مشکل زا در ازدواج شامل:

(۱) تفاوت سنی زیاد

اگر فرد از همسر خود بزرگتر باشد:

- ✓ ممکن است حوصله او و تحمل خامی ها و بی تجربگی های او را نداشته باشد.
- ✓ ممکن است برای همسر خود به خاطر تجربه بیشتر نقش مادر را بازی کند و او را پند و اندرز دهد.
- ✓ در رابطه قدرت بیشتری پیدا می کند و وسوسه می شود، که همسر خود را کنترل کند.
- ✓ ممکن است بخواهد خود را جوان تر از سن واقعی خود نشان دهد و برای رضایت خاطر همسر خود دست به کارهای غیر متعارف بزند.

اگر فرد از همسر خود جوان تر باشد:

- ✓ امکان دارد به او به عنوان یک الگو و آموزگار نگاه کند و در مقابل او احساس ضعف و حقارت کند.
- ✓ ممکن است برای همسر خود نقش « کودک » را بازی کند، به نصایح او گوش دهد و از او بخواهد که به او بگوید چه بکند و چه نکند.
- ✓ ممکن است خود را مسن تر از سن واقعی نشان دهد، تا تفاهم بین خود و همسران را بیشتر کند.

(۲) تفاوت دینی: در آغاز تأثیر چندانی بر رابطه ندارد. اما از آنجا که دین و مذهب باورهای بنیادین ما را تشکیل می دهند، تفاوت در آن پس از جدی شدن رابطه بسیار مسئله ساز می شود.

(۳) تفاوت های اجتماعی، قومی و تحصیلی: تفاوت های زیاد و خارج از معمول می توانند تنش زیادی را ایجاد کنند. تفاوت اجتماعی نیز بیشتر بیانگر تفاوت طبقه اجتماعی و وضعیت اقتصادی است.

۴) دخالت های خانواده های زوجین (خانواده های مخرب): این خانواده ها، معمولاً

به سرعت قابل شناسایی نیستند و معمولاً پس از گذشت یک زمان قابل ملاحظه و در ارتباط زیاد می توان حضور آنها را تشخیص داد. خانواده مخرب همسر، حریم ازدواج را به رسمیت نمی شناسد و هیچ حد و مرزی را بین خود و فرزند خود رعایت نمی کند.

برخی از نشانه های خانواده مخرب همسر شامل:

✓ انرژی، توجه و وقت همسران را برای خود می خواهند.

✓ سعی می کنند در زندگی همسران دخالت کنند.

✓ رابطه همسران را به رسمیت نمی شناسند.

۵) دوری زوجین: وقتی که افراد از یکدیگر دور هستند شناخت آنها از یکدیگر یک

شناخت از دور است. آشنایی و شناخت که یک جزء مهم ازدواج است، در روابط راه دور با اشکال روبرو می شود.

✓ هدف یک زوج در یک رابطه طبیعی این است که با یکدیگر مهربان تر و صمیمی تر شوند. اما این هدف در روابط راه دور این است که دوباره یکدیگر را ببینند.

✓ فرصت شناخت واقعی از افراد سلب می شود.

✓ از برخورد با مسائل و مشکلات اجتناب می شود.

✓ تلقی آنها از تفاهم با یکدیگر معمولاً بسیار غیر واقع بینانه است.



تفاوت های اجتماعی، قومی و تمصیلی زمینه ساز اختلافات خانوادگی

است.

ب - ازدواج با چه افرادی مناسب نیست؟

درس دهم

چند نمونه ▼

نظر شما در رابطه با این ازدواج ها چیست توضیح دهید؟

۱) ازدواج با کسی که به تازگی از همسرش جدا شده است؟

.....

۲) ازدواج با کسی که در یک خانواده ناسازگار زندگی می کند؟

.....

۳) ازدواج با کسی که از لحاظ تحصیلات و اقتصادی با هم تفاوت فاحشی دارند؟

.....

۴) ازدواج دو نفر در صورتی که خانواده های آنان مخالف هستند؟

.....

۱۰

دانستیهای سلامتی

ویژگی های افراد نامناسب برای ازدواج شامل این موارد می باشد:

- ۱) زوجین به فاصله کوتاهی از جدایی از فرد دیگر با هم آشنا شده و ازدواج کنند.
- ۲) آرزوی دور شدن از خانواده پدری عاملی برای ازدواج فرد باشد.
- ۳) پیشینه زن و مرد به طور معناداری متفاوت باشد. (به لحاظ مذهبی، تحصیلی، طبقه اجتماعی، قومیت و سن)
- ۴) زن و مرد از جمع خواهر و برادری نا سازگار برخاسته باشند.
- ۵) زن و مرد یا خیلی نزدیک و یا خیلی دور از خانواده هایشان سکونت داشته باشند.
- ۶) زن و مرد به لحاظ مالی یا عاطفی به خانواده خود وابسته باشند.
- ۷) ازدواج قبل از سن بیست سالگی انجام گیرد.
- ۸) مدت آشنایی یا نامزدی کمتر از شش ماه باشد و یا اینکه بیشتر از سه سال به طول انجامد.
- ۹) مراسم ازدواج بدون حضور خانواده یا دوستان فعلی انجام شود.
- ۱۰) زن، قبل از ازدواج حامله شود.
- ۱۱) زن و مرد دوره کودکی یا نوجوانی خود را دوره ای ناشاد و بد محسوب کنند.
- ۱۲) زن و مرد رابطه ضعیفی با خواهر و برادران و یا والدین خود داشته باشند.



برای یک ازدواج موفق عشق به تنهایی کافی نیست.

پ – مردم چه باورهایی در مورد ازدواج دارند؟

درس یازدهم

▼ کارگروهی

به گروه های کوچک (۸ - ۱۲ نفره) تقسیم شوید. و جدول زیر را تکمیل کرده و نتایج آن را در کتابچه آموزشی خود یادداشت کنید. در مورد نظرات هر گروه بحث کنید.

باورهای غلط در مورد ازدواج	باورهای صحیح در مورد ازدواج

مردم جامعه در مورد ازدواج باورهای مختلفی دارند، که تعدادی از آن صحیح و تعداد دیگر نادرست است. در این جا به برخی از باورهای صحیح و نادرست مردم در مورد ازدواج اشاره شده است.

باورهای صحیح در مورد ازدواج:

ازدواج می تواند باعث مسئولیت پذیری در فرد گردد.

ازدواج راه سعادت مندی است.

ازدواج یعنی تکامل

ازدواج یعنی آرامش

اساس ازدواج عشق است.

باورهای نادرست در مورد ازدواج:

ازدواج می تواند راه حل بسیاری از مشکلات رفتاری افراد باشد.

ازدواج راهی برای فرار از مشکلات خانه پدری است.

ازدواج راه کسب استقلال است.

به خاطر جلب رضایت پدر و مادر و اطرافیانم ازدواج می کنم.

به اصرار والدین و به خاطر فشار اطرافیانم ازدواج می کنم.

دوستی های قبل از ازدواج، لازمه یک ازدواج موفق است.

باید با کسی ازدواج کنم که از همه نظر کامل باشد.

بعد از ازدواج می توانم همسرم را تغییر دهم.

برای ازدواج بایستی امکانات یک زندگی کامل فراهم باشد.

مهم این است که فرد ازدواج کند بقیه مسایل خود حل خواهد شد.

یک ازدواج هر چند نا موفق بهتر از مجرد ماندن است.

ازدواج می کنم اگر بد بود طلاق می گیرم.

اگر تنها با فرد مورد نظر ازدواج کنم خوشبخت می شوم و لاغیر.

لازمه ازدواج داشتن انگیزه جنسی است.

با ازدواج می توان اشخاص را تغییر داد.

ازدواج یعنی اسارت

مهریه تضمین کننده ازدواج است.

✓

- ✓ دختر و پسر برای ازدواج باید کاملا شبیه به هم باشند.
- ✓ ازدواج با یک شخص متفاوت از خودم، آنچه را که ندارم به من می دهد.
- ✓ ازدواج هر کس تابع تقدیر و سرنوشت است.
- ✓ ازدواج هندوانه ای است که تا باز نکنیم، نمی دانیم درون آن چیست.
- ✓ عموما مردها غیر قابل اعتمادند و زنان فریب کارند.
- ✓ زن باید تابع و مطیع مرد باشد.
- ✓ مرد بایستی همه خواسته های همسرش را برآورده سازد.
- ✓ اگر در دوره آشنایی قول دادی باید تا آخرش بایستی.
- ✓ بعد از ازدواج مرد و زن بایستی تمام انرژی خود را صرف یکدیگر کنند.
- ✓ پدر و مادرها نباید در تصمیم و انتخاب فرزندشان برای ازدواج دخالت کنند.
- ✓ زن و شوهر بایستی در همه مسایل اتفاق نظر داشته باشند.
- ✓ ازدواج بدون عشق معنی ندارد.
- ✓ ابتدا ازدواج می کنیم، بعد عشق خودش بوجود می آید.
- ✓ همسر ایده آل من تمام خواسته های مرا برآورده خواهد کرد.
- ✓ اگر مجذوب و شیفته فردی باشیم، این به آن معنی است که می توانیم زوج بی نظیری باشیم.
- ✓ دختر و پسر هر چه بیشتر شبیه هم باشند، بعدا کسالت آور می شوند.
- ✓ تنها کافی است که ما یکدیگر را به معنای واقعی دوست داشته باشیم، دیگر اختلافات و مشکلات رابطه ما را تهدید نخواهد کرد.
- ✓ برای یک ازدواج موفق عشق به تنهایی کافی است



کودکان قربانیان اصلی اختلافات خانوادگی هستند.

در محله ▼

چند نفر از مردم محله شما اختلاف خانوادگی دارند؟

.....

.....

آیا این افراد قبل از ازدواج به شرایط طرف مقابلشان توجه کرده اند؟

.....

.....

علل عمده اختلاف خانوادگی در محله شما کدام است؟

.....

.....

آیا مردم محله شما افراد نامناسب برای ازدواج را می شناسند؟

.....

.....

در محله شما چه باورهای درستی برای ازدواج وجود دارد؟

.....

.....

در محله شما چه باورهای نادرستی برای ازدواج وجود دارد؟

.....

.....

مشکلات شناسایی شده در محله

..... ۱-

..... ۲-

..... ۳-

..... ۴-

..... ۵-



پیامدهای روابط دختر و پسر پیش از ازدواج کدامند؟

الف - روابط دختر و پسر پیش از ازدواج چه مشکلاتی ایجاد خواهد کرد؟

درس دوازدهم

▼ سخنرانی

از کارشناس بهداشت روان مرکز خدمات جامع سلامت دعوت کنید به کلاس شما بیاید و در مورد مشکلات روحی روانی ارتباط بین پسر و دختر پیش از ازدواج سخنرانی کند؟ و به سوالات زیر پاسخ دهد؟

در ارتباط بین پسر و دختر کدامیک آسیب پذیرتر هستند؟
.....
.....
.....
این روابط چه تاثیری در زندگی مشترکشان آینده آنان دارند؟
.....
.....
.....

۱۲

دانستیهای سلامتی

به طور کلی روابط باز و آزاد دو جنس مخالف پیش از ازدواج، دارای آفت‌ها و آسیب‌های روانی و اجتماعی جبران ناپذیری است. این آسیب‌ها شامل:

محروم شدن از شناخت واقعی: معمولا ادعا می‌شود، این گونه روابط و دوستی‌ها به انگیزه شناخت بیشتر شکل می‌گیرد. ولی در این دوستی‌ها شناخت ظاهری از جنس مخالف بالا می‌رود. وقتی پای هیجان به میان می‌آید میزان شناخت واقعی پایین می‌رود. این ارتباطات نه تنها کمکی به شناخت افراد از یکدیگر نمی‌کند، بلکه با بروز احساسات در بین دو طرف، باعث می‌شود، آنان از شناخت یکدیگر فاصله بگیرند و بر سلامت جسمی و روانشناختی آنان تأثیر منفی داشته باشد.

ایجاد جو بدبینی: این گونه دوستی‌ها نه تنها مشکلی را برای دختران و پسران حل نمی‌کند بلکه بر مشکلات آنان می‌افزاید.

افت تحصیلی یا رکود علمی: این گونه روابط باعث می‌شود، که دو طرف تمام فکر و توجه و تمرکز خود را صرف دیدارها و ملاقات‌های حضوری و تلفنی خود بکنند و این بزرگ‌ترین مانع برای رشد و ترقی علمی است؛ زیرا تحصیل دانش نیازمند تمرکز فکری و

روحی است.

عدم استقبال از تشکیل کانون خانواده: این گونه روابط و دوستی‌ها معمولاً به انگیزه تفنّن و سرگرمی شکل می‌گیرد و در خلال آن از خود باوری و زودباوری دختران سوی استفاده می‌شود. متأسفانه در بسیاری موارد بین عشق و هوس تمیز داده نمی‌شود. عشق حقیقی و پاک با هوس‌های آلوده و زودگذر، تفاوت دارد. برخی از این روابط که مبتنی بر هوسرانی است، پس از مدتی رو به سردی و افول می‌نهد. جاذبه و دل‌ربایی‌ها مربوط به روزها و ماه‌های اول دوستی است. بعد از مدتی روابط عادی شده و در نهایت به جدایی می‌انجامد.

اضطراب، تشویش و احساس نگرانی: در دوستی‌های موجود بین دختران و پسران، از آنجا که مقاومتی بسیار قوی از طرف پدر یا مادر یا جامعه برای ممانعت از برقراری این دوستی‌ها وجود دارد، این گونه دوستی‌ها با مخاطرات روانی گوناگونی از جمله اضطراب و تشویش همراه است.

وجود افکار دیگری چون احساس گناه، نگرانی از تهدیداتی که توسط پسر برای فاش کردن روابطش با دختر صورت می‌گیرد، یک اضطراب مستمر به وجود می‌آورد. وجود چنین دلهره‌ها و اضطراب‌هایی گاهی لطمه‌های جبران‌ناپذیری بر جسم و روان این افراد وارد می‌کند.

محرومیت از ازدواج پاک: هر انسانی در سرشت و نهاد خویش به دنبال پاکی‌ها و نجابت است. دخترانی که به دنبال روابط با جنس مخالف هستند، در حقیقت پشت پا به سرنوشت خود می‌زنند و این امر باعث خواهد شد، که آن‌ها به جرم آلودگی به این روابط شرایط ازدواج پاک را از دست بدهند. البته این گونه روابط ناسالم حتی در ازدواج پسران نیز تاخیر ایجاد می‌کند. دختران بیش از پسران در معرض این آسیب قرار دارند.

کاهش عزت نفس: یکی از انگیزه‌های دوستی با جنس مخالف این است که جنس مذکر، داشتن دوست دختر را یک قدرت اجتماعی برای خود تصور می‌کند و جنس مؤنث نیز داشتن دوست پسر را یک جاذبه فردی به حساب می‌آورد. از منظر روانشناختی کسانی که عزت نفس پایینی دارند، یعنی خود را کم‌ارزش می‌پندارند، تلاش می‌کنند از این طریق کسب ارزش کنند.

ب - چگونه می توان از روابط دختر و پسر پیش از ازدواج پیشگیری کرد؟

درس سیزدهم

چند نمونه ▼

- به نظر شما کدام برخورد اشتباه است. دلایل خود را توضیح دهید؟
- (۱) مادر مژگان وقتی فهمید او با پسر همسایه قرار می گذارد به در خانه آنها رفت و
.....
.....
.....
.....
- (۲) مدیر مدرسه نسترن وقتی فهمید او با یک پسر از طریق تلگرام آشنا شده او را به
.....
.....
.....
.....
- (۳) پدر آرش وقتی فهمید پسرش با یک دختر چت می کند، کامپیوتر را شکست و آرش را
یک هفته زندانی کرد.
.....
.....
.....
- (۴) شورای اسلامی روستای حسن آباد برای جوانان کلاس های ورزشی تشکیل داده
.....
.....
.....
.....
- (۵) در مدرسه فرهاد cdهایی در رابطه با ارتباط پسر و دختر توزیع شده است.
.....
.....
.....
.....

۱۳

دانستنیهای سلامتی

راهکارهای پیشگیری از دوستی های خیابانی دختر و پسر
پیش از هر چیز باید خانواده ها به نقش حیاتی خود در برابر فرزندان آگاه شوند، تا بتوانند
الگوهای صحیح رفتاری را به فرزندان ارائه دهند و هویتی سالم و پویا به آنان ببخشند.
والدین باید به نیازهای عاطفی و روحی فرزندان و شیوه های صحیح پاسخ گویی به این
نیازها واقف شوند.

از روش های تربیتی مؤثر در این زمینه به این موارد اشاره می شود:

- (۱) تقویت ارزش های اخلاقی، معنوی و انسانی و سست گردانیدن معیارهای فقط مادی در
نظر جوانان
- (۲) تقویت و توسعه مراکز ورزشی، تفریحی و برنامه ریزی صحیح برای اوقات فراغت جوانان
- (۳) ارائه خدمات رفاهی و اجتماعی جهت برطرف کردن کمبودهای عاطفی کودکان و

نوجوانان

- ۴) پرورش احساس عزت نفس و اعتماد به نفس کودک و نوجوان در خانواده و مدرسه
- ۵) بهسازی وضع خانواده‌ها از طریق تماس با کارشناسان متخصص در امور خانواده
- ۶) استفاده از فیلم‌ها و نوارهای تربیتی
- ۷) سالم سازی محیط اجتماعی نوجوانان و از بین بردن تبعیض میان طبقات جامعه
- ۸) آموزش مهارت‌های حل مسئله به نوجوانان و نیز شیوه‌های تصمیم‌گیری
- ۹) آموزش اصول بهداشت روانی به خانواده‌ها و فرزندان
- ۱۰) پرهیز از سخت‌گیری و تنبیه و همچنین اجتناب از آسان‌گیری در تربیت فرزندان
- ۱۱) تشویق فرزندان به رعایت تعادل و دوری از بی بند و باری
- ۱۲) برقراری احساس امنیت در خانواده و جامعه و جلوگیری از بروز اضطراب در نوجوانان و جوانان



دوستی‌های اینترنتی مانع رشد و ترقی فرزندان مان خواهد شد.

بیشتر بدانیم:

دوستی های اینترنتی: ارتباط های پیامکی، چت کردن و تلگرام با تلفن همراه و رایانه به عنوان یکی از فراگیرترین شیوه های ارتباطی، می تواند در کمترین زمان، در سخت ترین شرایط، در دورترین مکان و با ارزان ترین قیمت کاربردهای مناسبی داشته باشد. بی شک هر محصول ارتباطی جدید که وارد کشور می شود، به سبب ناشناخته بودن و جذاب بودن، جامعه را دچار هیجان های کاذب و کارکردهایی غیر از کارکردهای اصلی و آسیب های اجتماعی فراوانی می کند. که یکی از مهم ترین این آسیب ها رابطه بین دو جنس مخالف است.

دوستی های اینترنتی باعث می شود، که دو طرف تمام فکر و توجه و تمرکز خود را صرف دیدارها و ملاقات های حضوری و تلفنی کنند و این بزرگ ترین مانع برای رشد و ترقی علمی است؛ زیرا تحصیل دانش نیازمند تمرکز نیروهای فکری و روحی است. دلبستگی های اینترنتی، فرار دختران را به دنبال دارد. کسانی که چت می کنند دانش و آگاهی چندانی به خصوص با جنس مخالف ندارند و نمی توانند ارتباط را براساس اصول مشخصی برقرار کرده و بر مبنای آن پیش ببرند.

وقتی شخص ارتباطی را در چت برقرار می کند، فرد مقابل در آغاز ارتباط حس می کند که این برقراری ارتباط به زودی قطع می شود و تنها برای وقت گذرانی است، اما پس از مدتی آغاز این ارتباط شکل می گیرد و ابراز احساساتی که بعدا ممکن است از سوی دو طرف مطرح شود و دلبستگی هایی را به وجود آورد، که این دلبستگی ها در درازمدت عوارضی مانند مقوله دختران فراری یا سوءاستفاده های جسمی و جنسی را به دنبال دارد. **ازدواج سفید:** منظور از ازدواج سفید، زندگی مشترک یک زوج بدون ازدواج رسمی است.

در ازدواج سفید که بیشتر در جوامع غربی وجود دارد، هیچ شرط قانونی و ثبت اداری وجود ندارد و زن و مرد در هر لحظه که بخواهند با هم همخانه شده و هر لحظه که مایل نباشند، از رابطه خارج می شوند. چنین شیوه ای از ارتباط با جنس مخالف نه تنها بر اساس معیارهای اخلاقی جامعه ما نیست، بلکه مخالف با قرآن و احادیث مذهبی ماست که همواره جوانان را به پاکدامنی، خویشتن داری و ازدواج حقیقی تشویق می کند. سنت های غلط ازدواج، هزینه های کمرشکن اقتصادی، تنوع طلبی جوانان، قوانین و شرایط دشوار و زاید عقد و طلاق باعث شده برخی از جوانان به این سمت گرایش پیدا کنند.

تبعات این ازدواج های سفید برای دختران بسیار فاجعه آمیز است زیرا هیچگونه تضمین

و مسئولیتی در آن تعریف نشده است و مرد می تواند به دلخواه رابطه را بر هم بزند و هیچگونه ضرر و زیانی را تقبل نکند.

در ازدواج سفید آنچه بسیار به چشم می آید، احساس عدم امنیت روانی برای هر دو طرف و خصوصاً برای دختران و زنان است و از آنجا که ساختار خلقت و شخصیت زنان بسیار هیجانی، لطیف و بر اساس ظرایف و پیچیدگی های خاص آنان طراحی شده است، این گونه روابط تأثیر مخرب و فاجعه آمیزی بر ذهن و روان آن ها بر جای می گذارد.

از سوی دیگر در چنین ارتباطاتی برای فرزندان و بارداری های احتمالی هیچ پیش بینی خاصی انجام نگرفته و همین امر خود بر تعداد فرزندان و کودکان نامشروع، بی شناسنامه و بی آینده و همچنین بر آمار سقط های غیرقانونی و مرگ و میر ناشی از آن می افزاید.

▼ در محله

به نظر مردم محله شما ارتباط بین دختر و پسر چه مضراتی دارد؟

.....

نحوه برخورد مردم محله شما با دختر و پسری که با هم ارتباط دارند چگونه است؟

.....

آیا در محله شما امکانات کافی برای سرگرمی جوانان وجود دارد؟

.....

آیا در بین خانوارهای تحت پوشش شما والدین در مورد ارتباط های اینترنتی فرزندان خود مشکل دارند؟

.....

مشکلات شناسایی شده در محله

..... ۱-

..... ۲-

..... ۳-

..... ۴-



یک زوج جوان چه زمانی برای بچه دار شدن اقدام

کنند؟

درس چهاردهم

یک داستان

از ازدواج مریم یک سال و نیم گذشته است اطرافیان مرتب از او سراغ بچه را می گیرند. مادر شوهرش می گوید حتما مشکل دارند که تا حالا بچه دار نشده اند. مادرش می گوید، بچه باعث دوام زندگی و پایداری مرد به زندگی می شود. خودش عقیده دارد، که هنوز برای بچه دار شدن خیلی زود است و همسرش می گوید باید برای بچه دار شدن اقدام کنند. به مریم کمک کنید تا بتواند زمان مناسبی برای بچه دار پیدا کند.

.....
.....
.....
.....

۱۴

دانستیهای سلامتی

پدر و مادر بودن سخت ترین، رضایت بخش ترین و با اهمیت ترین کار در جهان است. هیچ مسئولیتی بزرگتر و مشکل تر از بزرگ کردن فرزند در زندگی وجود ندارد. بزرگترین هدیه پدر و مادر به فرزندشان ازدواج موفق است، تا در سایه آن زندگی با ثباتی داشته باشند و الگوی خوبی از یک ازدواج موفق به فرزندانشان نشان دهند. همسران لازم است در مورد بچه دار شدن با هم صادقانه صحبت کنند و در مورد فرزند آوری به تفاهم برسند.

شرایط لازم برای بچه دار شدن شامل:

ازدواج شاد و با ثباتی داشته باشند. یک زوج بعد از ازدواج نباید زود بچه دار شوند.

باید اجازه دهند زندگی مشترکشان با ثبات و دوام باشد

وضعیت اقتصادی مناسب داشته باشند.

برای بچه دار شدن تحت فشار و اجبار اطرافیان نباشند

هر دو معتقد باشند که زمان مناسب برای بچه دار شدن فرا رسیده است.

برای یک تغییر بزرگ در زندگی شخصی و مشترک آماده باشند.

سئوالاتی که هر فرد قبل از ازدواج بایستی از خود بپرسد.

سئوالات خودآگاهی

من چه کسی هستم؟
ویژگی های ظاهری من مانند: قد، وزن، تناسب، رنگ مو، چشم کدامند؟ وضع جذابیت و سلامت من چگونه است؟
تا چه حد از وضع ظاهری ام راضی ام؟ کدام خصوصیات را نمی پسندم؟
از لحاظ شخصیتی چگونه شخصیتی هستم؟ از چه ویژگی های بارز و برجسته ای برخوردارم؟
خصوصیات منفی من کدام است؟
از لحاظ وضعیت اعتقادی و اخلاقی چگونه فردی هستم؟
روابط اجتماعی ام چگونه است؟
به لحاظ ذهنی، فکری و منطقی چگونه ام؟
چگونه می خواهم باشم؟
چگونه می توانم باشم؟

سئوالات در مورد ازدواج

چرا می خواهم ازدواج کنم؟
آیا الان زمان مناسبی برای ازدواج است؟ اگر حالا ازدواج نکنم چه اتفاقی می افتد؟
چه سنی برای ازدواج مناسب است؟ چقدر بایستی با همسرم فاصله سنی داشته باشم؟
آیا زندگی متأهلی تفاوت اساسی با زندگی مجردی دارد؟
آیا آمادگی های لازم را برای ازدواج کسب کرده ام؟
آیا ازدواج محدودیت هایی را برایم ایجاد می کند؟ چه محدودیت هایی؟
آیا خود را قادر به اداره یک زندگی بدون هرگونه وابستگی به دیگران می بینم؟
آیا در حد کافی به رشد و استقلال فکری، شخصیتی، عاطفی، اجتماعی و اقتصادی رسیده ام؟
ازدواج چه چیزهایی به من می دهد؟
با ازدواج چه چیزهایی برای همسرم دارم؟
برای رابطه زناشویی (حفظ - تقویت) چه فکری کرده ام؟
انتظار یک شوهر/ همسر از ازدواج چه چیزهایی می تواند باشد؟
این انتظارات می تواند تا چه اندازه مشابه یا متفاوت باشد؟
خوشبختی چیست؟ و خوشبختی چقدر در گرو ازدواج است؟
آیا ازدواج موجب رشد و تکامل، آرامش و امنیت خواهد شد؟
ملاک های اساسی من برای ازدواج چیست؟
تا چه حد ظاهر، شخصیت، اعتقادات، خانواده، وضعیت مالی و اقتصادی، تحصیلات، وضعیت قومی و فرهنگی، مذهبی و... برایم مهم است؟

آیا بدنبال شخصی مشابه یا مکمل با خودم هستم؟
در صورت وجود تفاوت کدام ها قابل قبول هستند؟ در چه مواردی می توان به توافق رسید؟ و در کدام ها به تفاهم؟
آیا بر اساس تناسب بایستی ازدواج کرد یا اولویت؟
چگونه می خواهم همسر آینده ام را پیدا کنم؟ چگونه باید با وی آشنا شوم؟ چه کسانی می توانند در این امر من را کمک می کنند؟
در مراسم خواستگاری چه سئوالاتی بایستی پرسیده شود؟
آیا لازم است قبل از ازدواج عاشق بود؟
تا چه حد دوره های آشنایی و نامزدی می تواند قبل از ازدواج مهم باشد؟
آیا مهریه یک سنت، هدیه، قاعده یا اصل در ازدواج است
مهریه چه نقش و جایگاهی می تواند در حفظ و نگهداشت ازدواج داشته باشد؟
چگونه مراسمی را برای ازدواج در نظر دارم؟
برای دانستن پاسخ این سئوالات از چه منابعی می توانم استفاده کنم؟
آیا برای ازدواج نیاز به آموزش خاصی دارم؟
با چه کسی باید مشورت کنیم؟



چگونه پیام‌هایمان را به مردم منتقل کنیم؟

بر اساس بحث‌هایی که در جلسات قبلی داشته‌اید و نتایج آن را در قسمت «در محله» نوشته‌اید، برای انتقال پیام به مردم محله برنامه‌ریزی کنید.

• انتخاب پیام‌های مناسب

مسائلی که در محله‌ی شما وجود دارد، روی تخته یادداشت کنید. درباره‌ی شدت هر مسئله بحث کنید. چه تعداد از مردم محله با آن مسئله روبرو هستند؟ کدام مسئله خطر بیشتری دارد؟

سپس درباره‌ی مسائلی که یادداشت کرده‌اید، رأی‌گیری کنید. ۵ مسئله را که مهمتر از بقیه هستند در جدول زیر یادداشت کنید.

شماره	مسائل بهداشتی مهم محله‌ی ما
۱	
۲	
۳	
۴	
۵	

سپس برای حل مسائل برنامه‌ریزی کنید. مردم محله‌ی شما به چه آموزش‌هایی بیشتر احتیاج دارند؟ با چه روشی باید مردم را آموزش داد؟ چه کار دیگری جزء آموزش می‌توان برای این مسائل انجام داد؟ نتیجه بحث‌هایتان را در جدول صفحه‌ی بعد بطور خلاصه بنویسید.

شماره	برای حل کدام مسئله؟	چه کاری باید کرد؟	چه کسی مسئول این کار خواهد بود؟	این کار چه زمانی انجام خواهد شد؟

توجه کنید: اگر برنامه هایی که در این جدول می‌نویسید اجرا نکنید، کار خود را ناقص رها کرده‌اید. فقط زمانی به یادگیری کتاب دیگری بپردازید، که پیام‌هایتان را به مردم محله منتقل کرده باشید.

• تهیه مواد آموزشی

اگر در جدول برنامه‌ریزی خودتان تهیه مواد آموزشی مثل پوستر، پمفلت، جزوه، روزنامه دیواری، شعار و... هم دارید، به صورت گروهی در کلاس این مواد را تهیه کنید.

شماره	نوع مواد آموزشی	موضوع و پیام‌های اصلی	افراد مسئول انجام کار	زمان	وسایل مورد نیاز

• سخنرانی (چهره به چهره)

شما باید خودتان را برای آموزش مردم آماده کنید و این کار به تمرین نیاز دارد. بهتر است در کلاس خود درباره‌ی مسائلی که در محله‌ی شما اهمیت بیشتری دارند، سخنرانی کنید تا هم آمادگی بیشتری کسب کنید و هم اگر اشکالی در گفته‌های شما هست، با کمک مربی و سایر داوطلبان سلامت آن را بر طرف کنید.

برای اینکه سخنان شما برای مردم محله‌تان قابل قبول باشد، چه کار باید بکنید؟ برای این سخنرانی‌های تمرینی برنامه‌ریزی کنید. (در صورت موافقت مربی می‌توانید این سخنرانی را برای مردم دیگر انجام دهید و مربی بر کار شما نظارت کند.)

شماره	موضوع سخنرانی	سخنران	تاریخ

ایفای نقش

برای انتقال پیام به تک تک مردم باید روش صحیح گفتگو با آن‌ها را دانست و به تدریج در این کار ماهر شد. بهترین راه تمرین ارتباط با دیگران ایفای نقش است. در حضور مربی و سایر داوطلبان سلامت درباره‌ی همه‌ی مسئله‌ها، سؤال‌ها و ماجراهای این کتاب یک ایفای نقش انجام دهید. بحث بعد از ایفای نقش مهمتر از خود آن است. فراموش نکنید که در این بحث‌ها، باید درباره‌ی نقش‌ها صحبت کنید، نه درباره‌ی افراد! شاید بخواهید از قبل برای ایفای نقش تمرین کنید. بنابراین برای زمان اجرای ایفای نقش برنامه‌ریزی کنید.

شماره	ماجرای ایفای نقش	تعداد بازیگران	اسامی بازیگران	تاریخ اجرا

خود آزمایی



برای اینکه بدانید آیا مطالب این کتاب را به خوبی یاد گرفته‌اید، آن‌ها را در خاطر دارید و از آن‌ها به شکل صحیحی استفاده می‌کنید، سؤالات زیر را از خود بپرسید:

▼ آیا می‌دانم؟

۱. چرا توجه به ازدواج اهمیت دارد؟
۲. دلایل اهمیت ازدواج جوانان در جامعه امروزی ایران کدامند؟
۳. مشکلات پیش روی جوانان برای ازدواج چیست؟
۴. ویژگی‌های خوب اخلاقی یک مرد و زن از نظر اسلام چیست؟
۵. دلایل افراد برای ازدواج کدامند؟
۶. ملاک‌ها و معیارهای یک ازدواج موفق کدامند؟
۷. مراحل ازدواج کدامند؟
۸. ویژگی‌های دوران آشنایی و نامزدی چیست؟
۹. ویژگی‌های دوران عقد چیست؟
۱۰. عواملی موثر در زندگی مشترک زن و مرد کدامند؟
۱۱. چه افراد برای ازدواج نامناسب هستند؟
۱۲. باورهای مردم در مورد ازدواج چیست؟
۱۳. پیامدهای روابط دختر و پسر پیش از ازدواج کدامند؟
۱۴. راه‌های پیشگیری از روابط دختر و پسر پیش از ازدواج چیست؟
۱۵. مناسب‌ترین زمان برای بچه دار شدن یک زوج چه زمانی است؟

▼ آیا می‌توانم؟

۱. اهمیت توجه به ازدواج را توضیح دهم؟
۲. دلایل اهمیت ازدواج جوانان در جامعه امروزی ایران را نام ببرم؟
۳. مشکلات پیش روی جوانان برای ازدواج را شرح دهم؟
۴. ویژگی‌های خوب اخلاقی یک مرد و زن از نظر اسلام را نام ببرم؟
۵. دلایل افراد برای ازدواج کردن را نام ببرم؟
۶. ملاک‌ها و معیارهای یک ازدواج موفق را شرح دهم؟

۷. مراحل ازدواج را نام ببرم؟
۸. ویژگی های دوران آشنایی و نامزدی را شرح دهم؟
۹. ویژگی های دوران عقد را شرح دهم؟
۱۰. عواملی موثر در زندگی مشترک زن و مرد را شرح دهم؟
۱۱. افراد نامناسب برای ازدواج را نام ببرم؟
۱۲. باورهای مردم در مورد ازدواج را شرح دهم؟
۱۳. پیامدهای روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را توضیح دهم؟
۱۴. راه های پیشگیری از روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را شرح دهم؟
۱۵. مناسب ترین زمان برای بچه دار شدن یک زوج توضیح دهم؟

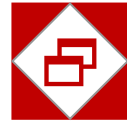
▼ آیا پیام‌ها را به مردم منتقل کرده‌ام؟

۱. آیا به مردم محله اهمیت توجه به ازدواج را آموزش داده‌ام؟
۲. آیا برای مردم محله دلایل اهمیت ازدواج جوانان در جامعه امروزی ایران را توضیح داده‌ام؟
۳. آیا برای مردم محله مشکلات پیش روی جوانان برای ازدواج را آموزش داده‌ام؟
۴. آیا برای مردم محله ویژگی های خوب اخلاقی یک مرد و زن از نظر اسلام را شرح داده‌ام؟
۵. آیا برای مردم محله دلایل افراد برای ازدواج کردن را آموزش داده‌ام؟
۶. آیا برای مردم محله ملاک ها و معیارهای یک ازدواج موفق را شرح داده‌ام؟
۷. آیا برای مردم محله مراحل ازدواج توضیح داده‌ام؟
۸. آیا برای مردم محله ویژگی های دوران آشنایی و نامزدی شرح داده‌ام؟
۹. آیا برای مردم محله ویژگی های دوران عقد توضیح داده‌ام؟
۱۰. آیا برای مردم محله عواملی موثر در زندگی مشترک زن و مرد را شرح داده‌ام؟
۱۱. آیا برای مردم شرایط افراد نامناسب برای ازدواج را توضیح داده‌ام؟
۱۲. آیا برای مردم محله باورهای مردم در مورد ازدواج را آموزش داده‌ام؟
۱۳. آیا برای مردم محله پیامدهای روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را شرح داده‌ام؟
۱۴. آیا برای مردم محله راه های پیشگیری از روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را توضیح داده‌ام؟
۱۵. آیا برای مردم محله مناسب ترین زمان برای بچه دار شدن یک زوج را توضیح داده‌ام؟

▼ آیا کارهای ما مؤثر بوده است؟

۱. آیا مردم محله می‌توانند اهمیت توجه به ازدواج را شرح دهند؟
۲. آیا مردم محله می‌توانند دلایل اهمیت ازدواج جوانان در جامعه امروزی ایران را توضیح دهند؟
۳. آیا مردم محله می‌توانند مشکلات پیش روی جوانان برای ازدواج را شرح دهند؟
۴. آیا مردم محله می‌توانند ویژگی‌های خوب اخلاقی یک مرد و زن از نظر اسلام را نام ببرند؟
۵. آیا مردم محله می‌توانند دلایل افراد برای ازدواج کردن را توضیح دهند؟
۶. آیا مردم محله می‌توانند ملاک‌ها و معیارهای یک ازدواج موفق را شرح دهند؟
۷. آیا مردم محله می‌توانند مراحل ازدواج را نام ببرند؟
۸. آیا مردم محله ویژگی‌های دوران آشنایی و نامزدی را توضیح دهند؟
۹. آیا مردم محله می‌توانند ویژگی‌های دوران عقد را شرح دهند؟
۱۰. آیا مردم محله می‌توانند عواملی مؤثر در زندگی مشترک زن و مرد را شرح دهند؟
۱۱. آیا مردم محله می‌توانند افراد نامناسب برای ازدواج را نام ببرند؟
۱۲. آیا مردم محله می‌توانند باورهای مردم در مورد ازدواج را نام ببرند؟
۱۳. آیا مردم محله می‌توانند پیامدهای روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را شرح دهند؟
۱۴. آیا مردم محله می‌توانند راه‌های پیشگیری از روابط دختر و پسر پیش از ازدواج را توضیح دهند؟
۱۵. آیا مردم محله می‌توانند مناسب‌ترین زمان برای بچه دار شدن یک زوج را شناسایی کنند؟

چگونه فرآیند انتقال پیام‌های بهداشتی به مردم را



ارزیابی کنیم؟

برای اینکه بدانید آیا مطالب این کتاب به درستی به خانوارها منتقل شده و بخواهید میزان تأثیر آن را بررسی کنید، مراحل زیر را با کمک داوطلبان سلامت انجام دهید.

▼ مرحله اول

قبل از آموزش این کتاب به داوطلبان سلامت، با استفاده از پرسشنامه‌ی انتهایی همین بخش میزان آگاهی، نگرش و عملکرد ۱۰ درصد از خانوارهای تحت پوشش هر رابط را مورد سنجش قرار دهید.

▼ مرحله دوم

پس از آموزش محتوای کتاب، با توجه به شرایط و نیاز مردم محله که در طی دوره‌ی آموزشی و ضمن انجام بحث‌های «در محله» بررسی و دسته‌بندی گردیده، انتقال پیام‌ها، توسط داوطلبان سلامت محلات به خانوارهای تحت پوشش صورت می‌گیرد. نظارت مربی بر چگونگی انجام آموزش در محله ضروری است. این قسمت از کار مربی بخشی از آموزش داوطلبان محسوب می‌شود.

▼ مرحله سوم

به فاصله یک ماه پس از اتمام آموزش محتوای کتاب، لازم است مربی با همکاری داوطلبان سلامت مجدداً میزان افزایش آگاهی، نگرش و عملکرد همان خانوارهای انتخاب شده در مرحله‌ی اول را مورد سنجش قرار دهد.

▼ مرحله چهارم

در صورتی که میزان افزایش آگاهی و نگرش خانوارها کمتر از ۳۵ درصد بود مجدداً جهت انتقال پیام‌ها برنامه‌ریزی شود.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	شماره پرسشنامه
<input type="checkbox"/>			قبل از آموزش
<input type="checkbox"/>			بعد از آموزش

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
مرکز بهداشت استان.....

پرسشنامه بررسی میزان آگاهی و نگرش خانوارهای تحت پوشش داوطلب سلامت در مورد ازدواج سالم در جوانان

این پرسشنامه از طریق مصاحبه داوطلب سلامت با مادر یا یکی از اعضاء آگاه خانوار تکمیل می شود.

الف - اطلاعات عمومی:

۱- نام شهرستان.....

۲- نام واحد مجری برنامه.....

۳- نام مربی.....

۴- نام داوطلب سلامت.....

۵- شماره خانوار..... آدرس خانوار.....

۶- تاریخ / / ۱۳

سؤالات

۱- مشکلات جوانان برای ازدواج شامل:

الف- اشتغال

ب- مسکن

پ- مشکلات اقتصادی

ت- مهریه های کلان و تهیه جهیزیه

ج- همه موارد

۲- تاثیرات مثبت ازدواج برای زوجین کدامند؟

الف- آرامش فکری و روحی جوان

ب- تلاش معاش

پ- احساس مسئولیت

ت- توسعه خود

ج- همه موارد

۳- دلایل درست برای ازدواج کدامند؟

الف - مصاحبت و همراهی

ب - عشق و صمیمیت

پ - والد شدن

ت- شریک جنسی

ج- همه موارد

۴- دلایل نادرست برای ازدواج کدامند؟

الف- شورش بر علیه والدین

ب - جستجوی استقلال

پ- فشار خانواده و یا اجتماع

ت- همه موارد

۵- مشخصات افراد نامناسب برای ازدواج کدامند؟

الف- افرادی که معتاد به مصرف مواد، الکل و یا دارو هستند.

ب - افرادی که به سرعت و به شدت خشمگین می شوند.

پ - افرادی که دیگران را کنترل می کنند.

ت - افرادی که اختلال جنسی دارند.

ج- همه موارد

۶- ازدواج از چند مرحله تشکیل شده است؟

الف- یک مرحله عروسی

ب- دو مرحله (نامزدی و عقد)

پ- سه مرحله (آشنایی، نامزدی، عقد)

۷- دوران عقد با نامزدی چه تفاوت دارد؟

الف- تعهد

ب- ارتباط جنسی

پ- قطعیت

ت- همه موارد

۸- چالش های مهم در دوران عقد برای زوجین کدام است؟

الف- آمادگی اقتصادی

ب- شناخت جنسی

پ- تعامل با خانواده همسر

ت- همه موارد

۹- عواملی موثر در زندگی مشترک زن و مرد شامل؟

الف- تفاوت سنی زیاد، تفاوت دینی

ب- تفاوت های اجتماعی، قومی و تحصیلی

پ- دخالت های خانواده های زوجین (خانواده های مخرب)

ت- همه موارد

۱۰- ویژگی های افراد نامناسب برای ازدواج کدامند؟

الف- پیشینه همسران به طور معناداری متفاوت باشد (به لحاظ مذهبی، تحصیلی،

طبقه اجتماعی، قومیت و سن)

ب- زن و شوهر از جمع خواهر و برادری نا سازگار برخاسته باشند.

پ- زن و شوهر به لحاظ مالی یا عاطفی به خانواده خود وابسته باشند.

ت- همه موارد

۱۱- کدام باور در مورد ازدواج نادرست است؟

الف - ازدواج می تواند باعث مسئولیت پذیری در فرد گردد.

ب - ازدواج یعنی تکامل

پ - ازدواج می تواند راه حل بسیاری از مشکلات رفتاری افراد باشد.

ت- ازدواج یعنی آرامش

۱۲- آفت ها و آسیب های روانی و اجتماعی ارتباط های دختر و پسر قبل از ازدواج

کدامند؟

الف- محروم شدن از شناخت واقعی

ب- اضطراب، تشویش و احساس نگرانی

پ- محرومیت از ازدواج پاک

ت- همه موارد

- ۱۳- راهکارهای پیشگیری از دوستی های خیابانی دختر و پسر کدامند؟
- الف- تقویت ارزش های اخلاقی، معنوی و انسانی و سست گردانیدن معیارهای فقط مادی در نظر جوانان
- ب - تقویت و توسعه مراکز ورزشی و تفریحی و برنامه ریزی صحیح برای اوقات فراغت جوانان
- پ- استفاده از فیلم ها و نوارهای تربیتی
- ت- سالم سازی محیط اجتماعی نوجوانان و از بین بردن تبعیض میان طبقات جامعه
- ج- همه موارد
- ۱۴- از شرایط لازم برای بچه دار شدن یک زوج کدام صحیح نمی باشد؟
- الف- ازدواج شاد و با ثباتی داشته باشند.
- ب- وضعیت اقتصادی مناسب داشته باشند.
- پ - برای بچه دار شدن تحت فشار و اجبار اطرافیان نباشند
- ت - مرد معتقد باشند که زمان مناسب برای بچه دار شدن فرا رسیده است.

منابع فارسی:

۱. ابوالقاسم پاینده، کتاب نهج الفصاحه (مجموعه کلمات قصار حضرت رسول (صلی الله علیه و آله و سلم))، تهران: دنیای دانش، چهارم ۱۳۸۲.
۲. کتاب انتخاب همسر - خانواده موفق، بستان (نجفی)، حسین، و همکاران.
۳. اسلام و جامعه شناسی خانواده، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۵.
۴. بیابانگرد، اسماعیل، کتاب جوانان و ازدواج - اهداف، ملاکها، روشها، موانع و راهکارها، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۶.
۵. حسین بن محمد تقی نوری، کتاب تحقیق و تصحیح: مؤسسه آل البیت (ع)،
۶. کتاب مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، قم: مؤسسه آل البیت (ع)، ۱۴۰۹.ق.
۷. حسین خانی نائبی، هادی، کتاب فرایند همسر گزینی، قم: انتشارت بنشاسته، ۱۳۹۱.
۸. حکیم آرا، محمد علی، کتاب ارتباطات متقاعدگرانه و تبلیغ، تهران: انتشارات سمت، ۱۳۸۴.
۹. راس، آلن. ا. ترجمه: سیاوش جمالفر، کتاب روان شناسی شخصیت - نظریه ها و فرایندها، تهران: نشر روان، ۱۳۸۶.
۱۰. سالاری فر (۱۳۸۵)، کتاب خانواده در نگرش اسلام و روانشناسی، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۱۱. شمس اسفندآباد، حسن، کتاب روان شناسی تفاوت های فردی، تهران: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی (سمت)، ۱۳۸۴.
۱۲. شیخ محمد بن حسن حرّ عاملی، کتاب تحقیق و تصحیح: مؤسسه آل البیت (ع)، وسائل الشیعه، قم: مؤسسه آل البیت (ع)، ۱۴۰۹.ق.
۱۳. فرگاس، جوزف. پی.، ترجمه: خشایار بیگی و همکار، کتاب روانشناسی تعامل اجتماعی (رفتار میان فردی)، تهران: انتشارات ابجد، ۱۳۷۹.
۱۴. کی نیا، مهدی، کتاب مبانی جرم شناسی (ج ۱-۳)، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
۱۵. محمد بن حسن الشریف الرضی، کتاب تحقیق و تصحیح: صبحی صالح، المجازات النبویه، قم: دارالحدیث، اول، ۱۴۲۲.ق.
۱۶. محمد بن یعقوب بن اسحاق کلینی، کتاب تحقیق و تصحیح: علی اکبر غفاری و محمد آخوندی، الکافی، تهران: دارالکتب الاسلامیه، چاپ چهارم، ۱۴۰۷.ق.

۱۷. محمدبن حسین شریف الرضی، کتاب تحقیق و تصحیح: فیض الاسلام، نهج البلاغه، قم: هجرت، اول، ۱۴۱۴.

۱۸. کتاب مطلع مهر، امیر حسین بانکی پورفرد، اصفهان: حدیث راه عشق

۱۹. وود، تی. جولیا، ترجمه: مهرداد فیروز بخت، ارتباطات میان فردی - روانشناسی تعامل اجتماعی، تهران: انتشارات مهتاب، ۱۳۷۹.

۲۰. ویگ، هیش بارنت، ترجمه: عطاء الله محمدی، اختلال شخصیت، تهران: کتاب ارجمند، ۱۳۸۸.

۲۱. امینی، ابراهیم، انتخاب همسر، تهران: چاپ و نشر بین الملل، ۱۳۹۰.

منابع انگلیسی:

1. Lange, A., Schaap, G., & Van widenfelt, B. (1993). Family therapy and psychopathology: developments in research and approaches to treatment. *Journal of Family therapy*, 15, 113-146.
2. Reich, J., & Thompson, W. D. (1985). Marital status of schizophrenic and alcoholic patients. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 173, 499-502.
3. Winch, Robert. F. (1971) *the Modern Family*, New York: Holt, Rinehart and Winston, Inc.