



دانشگاه صنعتی شریف
مرکز مشاوره دانشجویی



معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره دانشگاه



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دفتر مشاوره و سلامت

خستگی: اول ۴

ویژه دانشجویان و دانش‌گاہیان ■ شماره چهارم / سال اول / خردادماه ۱۴۰۰

در این شماره می‌خوانید:

- وضع ازدواج و طلاق در ایران
- تأثیرات ازدواج بر سلامت جسم و روان
- مهم‌ترین علل جدایی
- رابطه مدت‌زمان زندگی مشترک با طلاق



مقدمه

در این شماره قصد داریم درباره موضوعاتی جالب و قابل تأمل پیرامون وضع ازدواج و طلاق، تأثیرات ازدواج بر سلامت جسم و روان، مهم‌ترین علل جدایی و رابطه مدت‌زمان زندگی مشترک با طلاق اطلاعاتی ارائه دهیم. بحث را با این پرسش آغاز می‌کنیم که:

به نظر شما کدام گروه سلامت روانی و جسمانی بهتری دارد؟

افراد مجرد، افراد متأهل، افرادی که بدون ازدواج در کنار یکدیگر زندگی می‌کنند، افراد مطلقه

کیفیت ازدواج و تأثیرات جسمانی و روانی آن

در پاسخ به این پرسش که کدام گروه سلامت روانی و جسمانی بهتری دارد، می‌توان گفت براساس مطالعات، به‌طور کلی افراد **متاهل** در مقایسه با سایر گروه‌ها، سلامت روان شناختی بهتر، سبک زندگی سالم‌تر و طول عمر بیشتری دارند؛ اما این تمام واقعیت نیست؛ چراکه پژوهش‌ها نشان می‌دهند زوج‌هایی که نارضایتی زناشویی دارند در مقایسه با زوج‌های موفق و حتی افراد مجرد، بیشتر به مشکلات روان شناختی همچون افسردگی، اضطراب یا سوء مصرف مواد و الکل و نیز مشکلات جسمانی مانند سرطان، بیماری‌های قلبی - عروقی یا درد مزمن دچار می‌شوند. بنابراین چنانکه شواهد نشان می‌دهد مهم‌تر از خود ازدواج، کیفیت آن است که سلامت افراد را تعیین می‌کند. یکی از ملاک‌های اولیه و عینی برای بررسی کیفیت ازدواج در سطح کلان، آمار ازدواج و طلاق است.



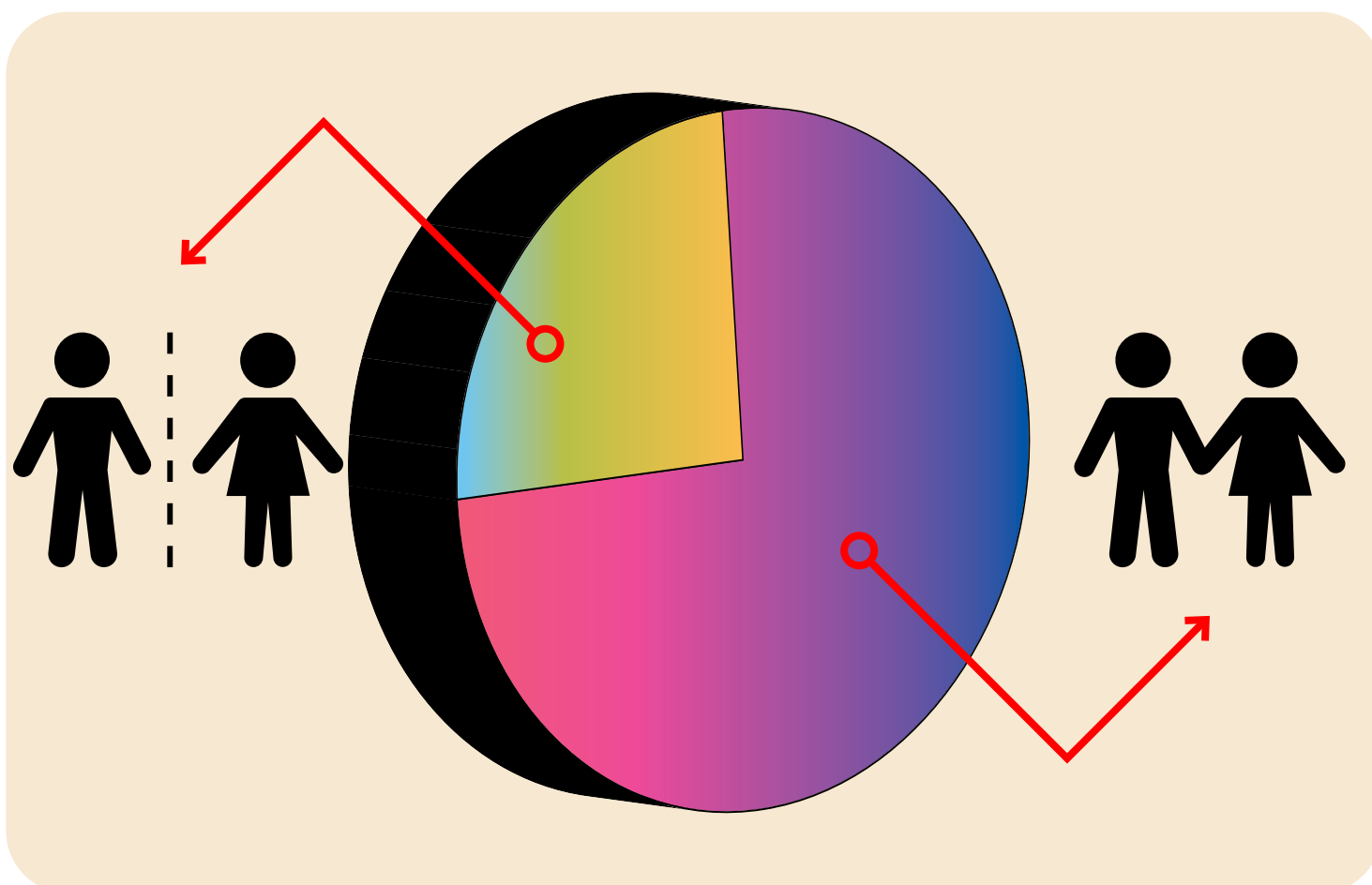
آیا می‌دانید آمار ازدواج و طلاق در ایران چه وضعی دارد؟

وضع ازدواج و طلاق در ایران

در سال ۱۳۹۸ متوسط سن ازدواج در مردان ۲۷/۶ و در زنان ۲۳/۴ سال بوده است.

استان	میانگین سن مردان	میانگین سن زنان
تهران (بالاترین سن ازدواج)	۲۹/۶	۲۶
سیستان و بلوچستان (پایین‌ترین سن ازدواج)	۲۵	۲۰/۸

تعداد ۵۳۹۸۷۱ ازدواج و ۱۷۵۷۰۰ طلاق در کشور ثبت شده است. یعنی می‌توانیم بگوییم به ازای هر سه ازدواج یک طلاق ثبت می‌شود. باین‌حال یک پرسش بی‌پاسخ می‌ماند که از میان زوج‌هایی که کارشان به جدایی نکشیده است، چند درصد از زندگی مشترک راضی و چند درصد ناراضی‌اند؟



به نظر شما چرا زوجها دچار نارضاयتمندی می‌شوند و طلاق می‌گیرند؟

طلاق، پدیده‌ای چندعاملی

بر اساس پژوهش‌های داخلی، چهار عامل تأثیرگذار در طلاق شناسایی شده‌اند که عبارت‌اند از عوامل فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی و فردی. از میان عوامل فرهنگی تفاوت‌های فرهنگی و میزان دینداری، از میان عوامل اقتصادی بیکاری و کم بودن میزان درآمد، از میان عوامل اجتماعی دخالت خانواده‌ها و برآورده نشدن انتظارات نابجای زوجها و از میان عوامل فردی وجود مشکلات ارتباطی و عدم مسئولیت‌پذیری از مهم‌ترین عوامل مرتبط با طلاق بوده‌اند.



فکر می‌کنید پرچالش‌ترین سال‌های زندگی مشترک چه زمانی است؟

رابطه طلاق با طول مدت ازدواج

پنج سال اول ازدواج (به‌خصوص یک تا سه سال اول) معمولاً پرچالش‌ترین سال‌های زندگی مشترک است و بیشترین آمار طلاق به این بازه تعلق دارد. جای تعجب هم نیست زیرا دو نفری که پیش‌ازاین باهم غریبه و به لحاظ فردی، خانوادگی، فرهنگی، نگرشی و اقتصادی متفاوت بوده‌اند، به سبب ازدواج زیر یک سقف قرار می‌گیرند. آن‌ها باید در مقام همسر مسئولیت‌هایی جدید بپذیرند، با تفاوت‌های فردی‌شان کنار بیایند، در میان خانواده‌های یکدیگر جایی برای خود باز کنند و در مجموع باهم سازگار شوند. چنین فرایندی ممکن است کار زوجها را در سال‌های اولیه به طلاق بکشاند. درحالی‌که اگر زوجها مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله را بیاموزند می‌توانند این دوران پرچالش را با موفقیت پشت‌سرگذارند و به پایداری و کیفیت هرچه بیشتر ازدواج‌شان کمک کنند. در غیر این صورت، چنانچه پنج سال اول را بدون جدایی پشت سر گذارند، به احتمال زیاد با گذشت پانزده تا بیست سال از زندگی مشترک به دلیل کمرنگ شدن تعاملات بین فردی و بازگشت مسائل حل‌نشده، دوباره در مسیر جدایی قرار می‌گیرند.

آیا طلاق پایان فصل زندگی مشترک و بازگشت همیشگی به دوران مجردی است؟

حدود نیمی از افراد مطلقه، دوباره ازدواج می‌کنند.

با توجه به کم شدن چشمگیر میانگین سن طلاق در متولدین دهه‌های هفتاد و هشتاد، آمارهای اخیر ازدواج بیانگر آن است که سهم ازدواج مجدد به صورت مستمر و پایدار به ویژه در نسل‌های جوان‌تر، روندی صعودی دارد. همین امر نشان می‌دهد افراد مطلقه تمایل دارند دوباره برای تجربه ازدواجی موفق تلاش کنند. بر اساس تحلیل‌های انجام‌شده در سال‌های ۹۲ تا ۹۷، بیشترین آمار ازدواج مجدد از نظر مکانی به استان‌های تهران و البرز و از نظر جنسیتی به مردان تعلق دارد.

دهه ۵۰	دهه ۶۰	نیمه اول دهه ۷۰	نیمه دوم دهه ۷۰	نیمه اول دهه ۸۰	
۳۱	۳۰	۲۲	۱۸	۱۵	میانگین سن طلاق





سخن آخر

آمار ازدواج و طلاق فقط عدد و رقم نیست، بلکه بیانگر مجموع زوج‌هایی است که یکدیگر را در تمامی ابعاد زندگی‌شان شریک کرده‌اند تا ازدواجی موفق را تجربه کنند، اما به دلایلی برخی از آنان در رسیدن به این هدف از هم ناامید و دلسرد شده و به طلاق روی آورده‌اند.

ازدواج موفق، ازدواجی رضایت‌بخش و پایدار است که بیشتر از آنکه به شانس و قسمت مربوط باشد، نیازمند انتخاب درست و تلاش برای حفظ آن است. به این منظور افراد باید در جنبه‌های مختلف شخصیتی، خانوادگی، اجتماعی و فرهنگی از خود و دیگری به شناخت و آگاهی برسند و مهارت‌های لازم برای ازدواج را بیاموزند. آنچه در این مسیر می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد آموزش و مشاوره قبل و بعد از ازدواج است. برای آگاهی از عوامل پیش‌بینی‌کننده ازدواج موفق که در جلسات مشاوره بررسی می‌شوند، همراه شماره بعدی خشت اول باشید.



دانشگاه صنعتی شریف
مرکز مشاوره دانشجویی



معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره دانشگاه



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دفتر مشاوره و سلامت

خشت:اول

ماهنامه خشت:اول شماره چهارم
ویژه مطالعه دانشجویان

Khesht-Aval
e-magazine

صاحب امتیاز: مرکز مشاوره دانشگاه تهران

مدیر مسئول: دکتر مجید صفاری نیا

سردبیران: حمید پیروی و دکتر حمید یعقوبی

نویسندگان: دکتر پگاه گودرزی و دکتر منا معارف

مشاوران علمی: دکتر حمیدرضا حسن آبادی

دکتر بهروز دولتشاهی (به ترتیب حروف الفبا)

دکتر منصوره السادات صادقی

مسعود ظفر

دکتر نسرين مصباح

ویراستار: سپیده معتمدی

امور اجرایی: علی صیدی

طراحی گرافیک: حمیدرضا منتظری

سال انتشار: بهار ۱۴۰۰

تیراژ: الکترونیکی