



دانشگاه صنعتی شریف
مرکز مشاوره دانشجویی



معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره دانشگاه



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دفتر مشاوره و سلامت

ختتس: اول ۵

ویژه دانشجویان و دانش‌گاہیان ■ شماره پنجم / سال اول / تیرماه ۱۴۰۰

در این شماره می‌خوانید:
عوامل پیش‌بینی کننده ازدواج موفق



ماشین ازدواج

دو نفر را در دوران آشنایی در نظر بگیرید، آیا می‌توان تا حدی پیش‌بینی کرد که در آینده ازدواج موفق خواهند داشت؟

اگر جواب شما مثبت است، چه عوامل و نشانه‌هایی برای این پیش‌بینی در نظر گرفته‌اید؟

اگر جواب شما منفی است، دلایل و استدلال شما چیست؟

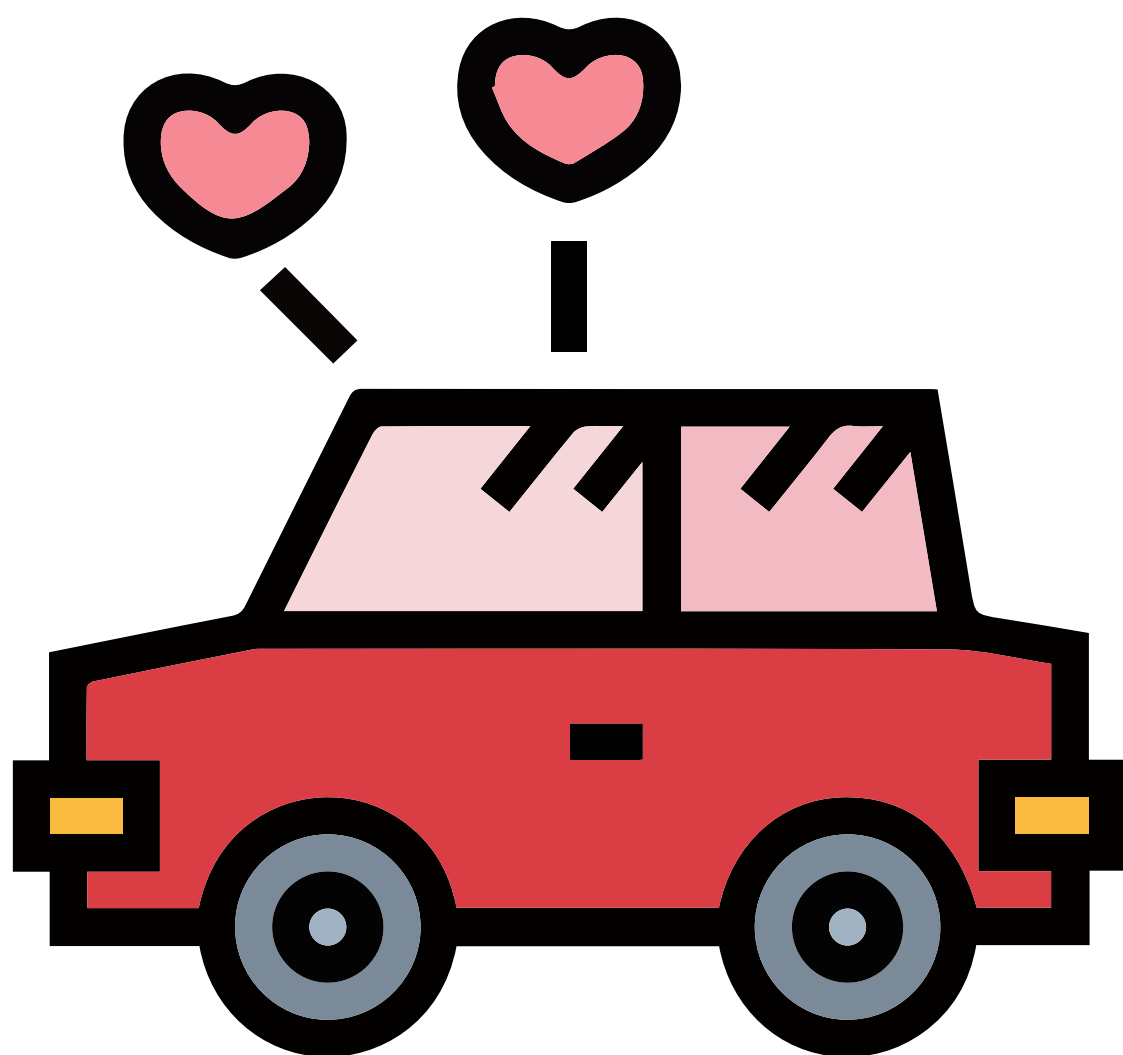
برای یافتن پاسخ این سؤال شما را به مطالعه این شماره دعوت می‌کنیم.

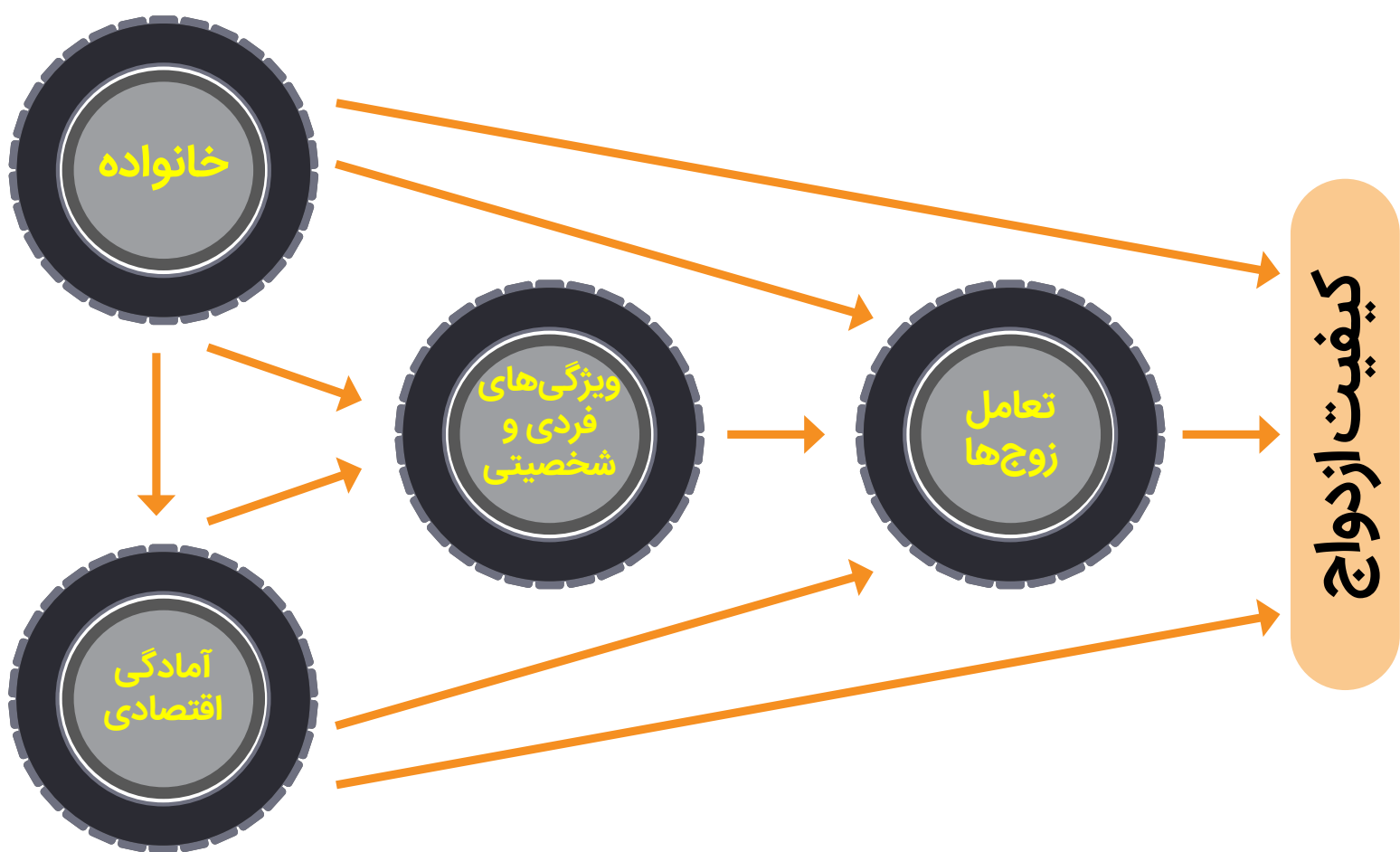


ازدواج را به صورت ماشینی تصور کنید که قرار است زوجها سوار آن شوند و در جاده زندگی به سمت مقصدی مشخص یعنی خوشبختی و موفقیت حرکت کنند.

طبیعتاً هر ماشینی برای درست حرکت کردن به چهارچرخ سالم نیاز دارد که افراد باید قبل از حرکت از سالم بودن آنها مطمئن شوند و برای ایرادهای آن چاره‌ای بیندیشند. چهارچرخ ماشین ازدواج همان عوامل مهمی هستند که زوجها قبل از تشکیل زندگی مشترک باید آنها را مدنظر قرار دهند و برای مشکلات احتمالی آینده راه‌حلی پیدا کنند. حال با خود فکر کنید که این عوامل چه چیزهایی می‌توانند باشند؟

برای آگاهی از این عوامل به مدل ارائه شده در صفحه بعد دقت کنید.





- چنانکه در این مدل مفهومی مشاهده می‌کنید، چهار عامل تعیین‌کننده و مهم برای تجربه ازدواجی موفق و باکیفیت وجود دارد که عبارت‌اند از:
- ❑ خانواده‌ای که هر فرد در آن به دنیا می‌آید.
 - ❑ وضعیتی که به لحاظ شغلی و مالی برای تشکیل زندگی مشترک لازم است.
 - ❑ ویژگی‌های شخصیتی و فردی که هر یک از افراد دارند.
 - ❑ نحوه تعاملی که دو طرف پیش از ازدواج با یکدیگر دارند.

در ادامه به اهمیت و نقش هر یک از این عوامل در ازدواج اشاره می‌کنیم.

خانواده

همان‌طور که می‌دانید خانواده سهمی تعیین‌کننده در شکل‌گیری و رشد شخصیت افراد دارد. هر خانواده علاوه بر اینکه یک مجموعه است، می‌تواند زیرمجموعه‌های متفاوتی مانند زیرمجموعه زن‌وشوهری، والدینی و فرزندی داشته باشد. تک‌تک اعضا بنا بر نقش خود در خانواده حداقل در یکی از این زیرمجموعه‌ها قرار می‌گیرند و با سایر اعضا ارتباط برقرار می‌کنند.



نحوه ابراز محبت اعضا، مدت‌زمان صرف شده برای گفتگو و در کنار هم بودن، چگونگی حل و فصل مشکلات، نحوه تصمیم‌گیری، میزان قوانین و پیامدهایی که برای نقض آن‌ها تعیین می‌شود همگی جو عاطفی خانواده و جایگاه افراد را نسبت به یکدیگر مشخص می‌سازد؛ اما آنچه سبب اهمیت نقش خانواده می‌شود مربوط به نخستین تجاربی است که هر فرد به واسطه تعامل با اعضا در این حوزه‌ها به دست می‌آورد. این تجارب خواه‌ناخواه بر تمامی حوزه‌های زندگی شخص اثر می‌گذارد و به فکر و رفتار او در روابط عاطفی بعدی‌اش جهت می‌دهد.

آنچه پیش از ازدواج اهمیت دارد، آگاهی شما از میزان این تأثیرپذیری به‌خصوص در سه حوزه تصمیم‌گیری، صمیمیت و حل تعارض است و همچنین اینکه **بدانید چه توانمندی‌هایی در خانواده شما بوده و چه نقاط ضعفی وجود داشته که بهتر است در زندگی خود آن‌ها را بهبود بخشید.**

آمدگی اقتصادی



اگرچه پول خوشبختی نمی‌آورد، اما بی‌پولی می‌تواند زمینه‌ساز مشکلاتی در رابطه زوج‌ها شود. به همین دلیل، داشتن **شغلی ثابت با درآمد نسبتاً خوب** برای تشکیل زندگی مشترک ضروری است. فارغ از اهداف کاری و مالی خاصی که هر فرد برای آینده در نظر دارد، آنچه در تصمیم‌گیری برای ازدواج باید ملاک قرار داده شود **وضع حال حاضر** است. چون همیشه درصدی از این احتمال وجود دارد که تصویرسازی افراد از آینده بنا به هر دلیلی به واقعیت تبدیل نشود و به شکل‌گیری یأس یا اختلافاتی در رابطه منجر شود.

آمادگی اقتصادی



علاوه بر ثبات و توانمندی مالی، **قدرت مدیریت درآمد** نیز بسیار مهم است؛ به این معنا که فرد بتواند برای پس انداز کردن و تنظیم دخل و خرج خود برنامه مناسبی داشته باشد. اینکه افراد درآمد خود را چگونه و با چه هدف و اولویتی هزینه می کنند تا حد زیادی به **نگرش آنها به پول** برمی گردد. پس مهم است که پیش از ازدواج، دو طرف درباره تفاوت‌ها و شباهت‌های نگرش خود در این زمینه به طور شفاف گفتگو کنند و به توافق لازم برسند.

ویژگی‌های شخصیتی و فردی

در کنار عوامل اجتماعی، اقتصادی و خانوادگی، آمادگی فردی عامل تعیین‌کننده دیگری است که بر تجربه زوجها از زندگی مشترک تأثیر می‌گذارد. منظور از آمادگی فردی این است که دو طرف تا حد قابل‌توجهی به لحاظ شخصیتی از نیازهای اساسی و ویژگی‌های مثبت و منفی خود آگاه باشند، برای تعدیل نقاط ضعفشان تلاش کنند و در ابعاد هیجانی، روانی، ارزشی و اجتماعی نیز به پختگی لازم برسند. در غیر این صورت، دو مشکل عمده به وجود می‌آید؛

اول آنکه ضعف در خودشناسی سبب می‌گردد افراد ملاک‌های روشنی برای ازدواج نداشته باشند و در انتخاب همسر دچار اشتباه شوند.

دوم آنکه، به علت عدم بلوغ شخصیتی و کاستی‌هایی که در نوع تفکر، هیجان و رفتار خود دارند ممکن است به مشکلات بیشتری با شریک عاطفی‌شان برخورد کنند، در حل آن‌ها به روش‌های نامناسب متوسل شوند و در نتیجه میزان سازگاری و رضایت زناشویی‌شان کاهش یابد.

بنابراین هر فرد قبل از قدم گذاشتن در مسیر ازدواج، باید از آمادگی فردی خود و طرف مقابل مطمئن شود و در صورت نیاز از روانشناس و مشاور کمک بگیرد.

تعامل زوج‌ها

آیا می‌دانستید رضایت زناشویی را می‌توان تا حد زیادی بر اساس کیفیت ارتباط قبل از ازدواج پیش‌بینی کرد؟ پژوهش‌ها نشان می‌دهند زوج‌هایی که پیش از ازدواج نارضایتی‌های جدی و شدیدی را تجربه می‌کنند، پس از ازدواج نیز وضعیتشان بهبود چندانی نخواهد یافت. نحوه صحبت کردن زوج‌ها و گوش دادن‌شان به یکدیگر، میزان صداقتی که در پیش می‌گیرند، چگونگی تصمیم‌گیری و حل کردن اختلاف‌های پیش‌آمده و درنهایت نقش و جایگاهی که افراد در زندگی برای یکدیگر قائل می‌شوند، همگی از جمله عوامل مهمی هستند که بر کیفیت رابطه تأثیر بسزایی می‌گذارند. بنابراین وجود هرگونه نارضاایت‌مندی در حیطه‌های مطرح‌شده، زنگ هشدار را به صدا درمی‌آورد که باید پیش از ازدواج به آن توجه کرد، زیرا در این زمان هنوز الگوهای ارتباطی تازه، منعطف و تغییرپذیرند و برای یادگیری مهارت‌های لازم و بهبود روابط انگیزه و انرژی بیشتری وجود دارد.

حل تعارض

گفتگو و ارتباط

تصمیم‌گیری





سخن آخر

پژوهشگران حوزه خانواده برای پاسخ به این سؤال که چگونه می‌توان موفقیت ازدواج را پیش‌بینی کرد چهار گروه را مورد بررسی قرار داده‌اند؛ افرادی که پیش از ازدواج جدا شدند؛ زوج‌هایی که طلاق گرفتند؛ گروهی که رضایت زناشویی کمی داشتند؛ و گروهی که رضایت زناشویی زیادی را تجربه کردند. حاصل این پژوهش‌ها چهار عاملی بود که در این شماره با شما در میان گذاشته شد. عواملی که تأثیر مستقیم و غیرمستقیم‌شان بر کیفیت زندگی زناشویی انکارناپذیر است. از آنجا که هر یک از این موارد به توضیح مفصلی نیاز دارد، در اینجا به شرح مختصری اکتفا کردیم تا در شماره‌های بعدی خشت اول، حق مطلب را در خصوص یک‌به‌یک عوامل ادا کنیم. پس همراه ما 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 پنجم
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