



به نام خدا

درس

مدیریت خانواده و سبک زندگی

پایه دوازدهم

@GamBeGan-Darsi



## فصل اول درس دوم

سوالات کلیدی:

- روابط انسانی مسلمًا ابعاد گوناگونی خواهد داشت از جمله روابط با همسر- خانواده- دوستان و...
- سطح رابطه و انتظارات افراد رابطه مستقیم با هم خواهند داشت مثلاً انتظارات خانواده از فرزند خود با انتظارات یک دوست متفاوت خواهد بود.
- روابط موفق و پایدار مسلمًا روابطی خواهند بود که در آن دو طرف به وظایف خود عمل می کنند و انتظارات بیهوده از هم ندارند سطح رابطه باید از نگاه دو طرف یکسان باشد. در نتیجه رابطه پایدار خواهد بود.

۱) روابط با دوستان خود ← رابطه دوستی

روابط با اعضای خانواده ← رابطه گرم و صمیمی

روابط با هم کلاسی ها که با هم درس می خوانیم ← همکاری

روابط با همسایه ← آشنایی

۲) با توجه به سطوح مختلف روابط، انتظارات در روابط نیز متفاوت خواهد بود مثلا در رابطه دوستی، هر دو طرف نسبت به هم مسئولیت ها و وظایفی دارند و انتظاراتی دوستانه از هم دارند که اگر این وظایف و انتظارات برآورده شوند رابطه پایدار خواهد بود.

رفتارهای مطلوب در این رابطه	انتظارات از طرف مقابل	مثال	سطح رابطه
انتظارات در حد سلام و احوال پرسی	از همسایه انتظار خاصی نخواهیم داشت	همسایه	آشنایی
تقسیم کارها	انتظار همکاری در کارها و انتظارات متقابل	اعضای انجمن مدرسه	همکاری
کمک به هم و پشت هم بودن	انتظار حس دوستی دو طرفه و اعتماد	دوست	دوستی
کمک در مسائل زندگی و ابعاد دیگر	انتظار ارتباط شدید عاطفی	خواهر	صمیمیت



- ده انتظارات و رفتارها و مثال‌ها متفاوتند.
- هر فردی بسته به اطرافیان و محیط خود انتظارات و شرایط متفاوتی دارد.
- بررسی کنیم که آیا انتظاراتی که اط طرف مقابل داریم خودمان نسبت به آن شخص انجام می‌دهیم یا خیر.

رفتار نامطلوب	رفتار مطلوب	تعهد و مسئولیت نسبت به دیگری	انتظارات من از دیگری	سطح روابط	افراد در رابطه من
بی ادب حرف زدن	با احترام حرف زدن	احترام پدر را حفظ کردن	کمک و پشتیبانی در مسائل زندگی	صمیمی	پدرم
بی ادب حرف زدن	احترام	احترام	کمک و یاری در مسائل زندگی	صمیمی	مادرم
بی ادب حرف زدن	احترام	احترام	همراه بودن و کمک در مسائل زندگی	صمیمی	خواهر/ برادر
پشت سر او و حرف زدن	حمایت از او	کمک و اعتماد به او	کمک و اعتماد	دوستی	دوست صمیمی
بی احترامی	احترام	احترام به معلم	تدریس خوب	دوستی	معلم
بی احترامی	احترام	احترام متقابل	احترام متقابل	اشتایی	هم محلی

- روابط با خانواده موفق بوده و رابط با دوستان نیاز به بھبودسازی.
- باید بررسی شود که آیا انتظاراتی کخ خودمان از دیگران داریم یا خودمان در قبال دیگران انجام می‌دهیم یا خیر (یعنی معقول است یا خیر)
- بررسی مداوم توان تعهدات و انتظارات در مقابل افراد مختلف ضروری است، همچنانین بهتر است سطح ارتباط با افراد نامناسب را کم کرد.



## فصل اول درس دوم

- شناخت صحیح خود از جمله بررسی توانایی‌ها و خلق و خوی خود و همچنین توانایی‌ها و خلق و خوی و تمایلات طرف مقابل باعث می‌شود که سنجیده‌تر عمل کرده و با افرادی که تناسب چندانی با ویژگی‌های موردنظر ما ندارند دچار مشکل نشویم.
- شناخت عالیق- تمایلات- توانایی‌ها- هنجارها و ارزش‌ها از اجزای خودشناسی هستند که مهمترین آن‌ها ارزش‌های مشخص است.
- عدم شناخت صحیح مرتضی و علی از همدیگر(عدم شناخت متقابل)
- من فردی بسیار دقیق در کارها- فردی که دیر عصبانی می‌شوم و از آرامش درونی برخوردار هستم و به راحتی مشکلات خود را حل می‌کنم. (پاسخ هر فرد می‌تواند بسته به محیط متفاوت باشد)

صفحه ۲۲

- این دلایل تفاوت‌های احتمالی به نظرات خودم درباره‌ی ویژگی‌ها و توانایی و نظرات دیگران در این باره برمی‌گردد که برای پیشگیری و کمتر کردن این تفاوت‌های احتمالی بهترین راه صداقت و راستگویی است.
- اگر تعداد تفاوت‌های احتمالی بیشتر شود مسلماً دلخوری- درگیری- ناراحتی و سوتفاهم و بدبینی بیشتر خواهد شد و روابط، روابط ناپایداری خواهد بود.

صفحه ۲۴

- ۱- پاسخ به سوالاتی که بعداً به امور خصوصی و شخصی افراد مرتبط است مسلماً سخت‌تر خواهد بود.
- ۲- تقریباً تمام پرسش‌ها به جا و مناسب و کامل هستند و چون انسان برای شناخت خود باید به جزئیات توجه کند پس سوالات جزئی حائز اهمیت هستند.
- ۳- در مورد ارتباط با دیگران موارد شناخت هنجارها و هدف‌ها و اولویت‌های خود و شناخت صفت‌های شخصیتی خود حائز اهمیت است.
- ۴- با درنظر گرفتن تمام ابعاد و هنجارها و ارزش‌ها و عالیق و سرمایه‌ها و توانایی‌های خود و طرف مقابل و مراجعه به مشاور مناسب برای ازدواج و انتخاب همسر.



- ۱- شناخت نقاط قوت و استفاده از آن و تقویت هرچه بیشتر آن و شناخت نقاط ضعف خود و بهبود آنها.
- ۲- بررسی و شناخت اخلاق و خلق و خو و علایق و سلایق و توانایی‌ها و عواطف خود و همچنین با بررسی اهداف و مسیر آینده و اولویت‌های خود می‌توان به خودشناسی دست یافت.
- ۳- در دید خودم، من فردی مهربان و فداکار و حساس و ریزبین و واقع بین و مسئولیت پذیر هستم و به نظر می‌رسد که بقیه هم‌چنین نظراتی درباره‌ی من دارند چرا که من سعی می‌کنم که تفاوت و فاصله‌ای بین این که چه هستم و چه فکری درباره‌ام می‌کنید ایجاد نشود.

## فصل اول درس سوم

- متأسفانه باید گفت که هیچگاه شناخت از خود با شناخت دیگران نسبت به خود یکسان نخواهد بود اما بهتر است که سعی کنیم فاصله‌ی این دو خیلی زیاد نشود و سعی در نزدیک کردن این‌ها به هم کنیم چرا که باعث ایجاد دلخوری‌ها و توقعات بی‌جا خواهد شد.
- همانطور که می‌دانیم نقش هماهنگ بودن ویژگی‌های دو طرف در موفقیت رابطه نقش چشمگیری خواهد داشت چرا که دو نفر که ویژگی‌ها و نقش‌های هماهنگی داشته باشند هم‌دیگر را درک کرده و در مسائل و همه‌ی امور بهتر با هم کنار می‌آیند و رابطه محکم‌تر و موفق‌آمیزتری خواهند داشت.

### ۱- عقاید و فکر نایکسان

دروغ‌گویی- چاپلوسی- عدم رعایت ادب و احترام و عدم امانتداری از جمله عوامل تضعیف و در نقطه مقابل آن ویژگی‌های مثبت اخلاقی- هم فکر و هم عقیده بودن و کمک به هم از عوامل تقویت روابط خواهند بود و در نتیجه می‌توان گفت که یکی بودن فکر و عقیده و اخلاق مهمترین و موثرترین عامل است.

- ۱- براساس عقاید و افکار شخص (هم عقیده بودن) ۲- امانتداری ۳- راز نگه داری ۴- صداقت و راستگویی ۵- درستکاری ۶- اخلاق و منش درست و همسان ۷- ایمان و تقدیم



۳- زیرا افراد مختلف نگرش های مختلف و دیدهای مختلفی دارند و هر کسی برای خودش اهداف و اولویت هایی دارد که با توجه به آن ها می سنجند و عواملی را که دوستان خود را باید بر اساس آن انتخاب کنند را بررسی می کنند و همچنین اهداف و اولویت های هر کسی از دوستی متفاوت است که عاملی تاثیر گذار در انتخاب دوست خواهد بود.

صفحه ۳۰ و صفحه ۳۱

موضوع	ویژگی های من	ویژگی های دوستم از نظر من
ارزش ها	خدادا - نزدیکی به خدا	خدا
هدف ها	موفق شدن	موفقیت
اولویت در زندگی	انسان خوب بودن	به جلو رفتن و پیشرفت
خلق و خو یا احساسات	درون گرا	لجباز
علاقه ها و تفریح ها	کتاب خواندن - موسیقی	ورزش
توانایی ها	مجری گری	ورزشکار
صفت بارز +	مهربان و دلسوز	معرفت و مرام

از جدول بالا نتیجه می گیریم که بعضی خصوصیات و نظرات هر کدام به یکدیگر نزدیک و مشابه بوده از جمله ارزش ها و اهداف و برخی دیگر ویژگی ها نیز از جمله توانایی ها و صفت بارز مثبت متفاوت است که این امری طبیعی است.

صفحه ۳۱

شناخت افراد از یکدیگر به موارد و عوامل زیادی بستگی دارد از جمله مدت زمانی که همدیگر را می شناسند - سطح آشنایی با همدیگر - مدت زمانی که در طول روز با هم برخورد دارند.

صفحه ۳۲

۱- چنینی اختلافاتی تا حد زیادی قابل حل هستند. درست است که زوجین باید قبل از ازدواج به فکر این گونه مسائل بودند اما برای حل مشکل با مراجعته به مشاور مناسب و متقاعدة کردن طرفین این مشکل تا حد زیادی قابل حل خواهد بود.



۲- طرفین باید کوتاه بیايند و لج و لجبازی و اختلافات را کنار بگذارند و با احترام به نظرات و عقاید هم زندگی مشترک خود را ادامه دهند.

صفحه ۳۶

به عوامل مختلفی از جمله مدت زمانی که هم دیگر را می شناسیم و مدت زمانی که با هم وقت می گذرانیم بستگی دارد که نسبت به افراد مختلف متفاوت است.

غلبه احساسات مسلمان تأثیر مثبت در شناخت درست افراد خواهد داشت. در ابتدای ارتباط با دیگران با عقل و منطق پیش رفتن بهتر بوده و جلوگیری از تصمیمات ناگهانی و هیجانی بسیار خوب است و با منطق پیش رفتن بهترین کار است و زود اعتماد کردن به کسی ممکن است عواقب زیادی داشته باشد و مراقب بودن در این گونه موقعیت به نفع ما خواهد بود. البته به این معنی نیست که نسبت به همه بی اعتماد باشیم و تنها یک را انتخاب کنیم. سنجیده عمل کردن با فرار از افراد و دوستی متفاوت است. ما می توانیم افراد را با اولویت ها و هدف های خود سنجیده و با در نظر گرفتن این موارد و درک بالا و کنترل احساسات و هیجان ها می توانیم انتخاب درست در این زمینه داشته باشیم.

### فصل یک درس چهارم

- مسئولیت ها و انتظارات افراد در خانواده بستگی به روابط دارد مثلاً انتظاراتی که از فرزند می رود با انتظاراتی که از یک پدر و مادر می رود متفاوت است.
- اختلافات در تعیین مسئولیت ها و انتظارات نسبت به هر فرد در خانواده ممکن است باعث ایجاد دلخوری و ناراحتی گردد و افراد خانواده از هم دور شوند. و جمع خانواده دچار سستی شود و در این صورت هر یک از اعضای خانواده ممکن است به نقش ها و مسئولیت های خود اهمیت ندهند و ممکن است به هم بی احترامی کنند که این موضعی بسیار زشت و ناپسندیده ای خواهد بود.
- باید در اینگونه موارد به درک دیگران بپردازیم که چه نقش ها و مسئولیت هایی را می توانند بپذیرند و آن ویژگی ها را و توانایی انجام آن را دارند و از عهده انجام درست آن نقش برآیند. تا روابط بهتر و موفق تری را در خانواده داشته باشند.

از دید تمام افراد خانواده دلیل شرایط پیش امده از بی موقع انجام ندادن کارها و بی مسئولیتی و بی دقیقی و... امیر نسبت به کاری است که به او محول شده است چراکه به موقع انجام دادن کارها وقتی که به کسی قولی می دهیم بوده و جزو وظایف فرد محسوب می شود که عدم انجام به موقع کار باعث بهم ریختن نظم و هماهنگی تمام اعضای گروه و خانواده خواهد شد و عواقب آن را باید خود فرد (امیر) بر عهده بگیرد و سعی در جبران آن کند.

- ما در موقعیت های مختلف نقش های مختلفی داریم مثلاً نقش فرزندی برای پدر و مادر که باید در این نقش انتظاراتی را که پدر و مادر از ما دارند انجام دهیم و فرزند خوب بودن برای آن ها و همچنین در موقعیت مدرسه نقش دانش آموز را داریم که وظیفه درس خواندن و دانش آموز نمونه شدن را دارد.
- هر یک از این نقش ها بر رفتار ما تاثیر بسزایی خواهد داشت چرا که ما طرز رفتار در موقعیت های مختلف نسبت به افراد مختلف را باید خواهیم گرفت که این جنبه ای مثبت است.

با توجه به نقش خودم در خانواده که نقش فرزندی است از دیگر اعضای خانواده انتظار دارد که مرا در بحث ها و مشورت ها و کارهای مهم و مشترک خانواده سهیم کنند و مرا در تصمیم گیری های سخت راهنمایی و کمک کنند و آموزش های لازم در زمینه های مختلف را به من بدهند تا در زندگی فردی و اجتماعی خود در آینده فردی موفق باشم. و من نیز در مقابل خانواده مسئولیت ها و وظایفی دارم از جمله: احترام به پدر و مادر و سایر اعضای خانواده و اینکه فرزند خوبی برای پدر و مادرم باشم و سعی در خوشحال کردن آن ها داشته باشم و با انجام درست و به موقع کارها و مسئولیت هایی که در عهده می من گذاشته اند و با بی ملاحظه گی و عدم مسئولیت پذیری موجب ناراحتی آن ها نشوم و در قرآن کریم نیز احسان و نیکی به پدر و مادر واجب اعلام شده است.

در خانواده انتظارات افراد با هم متفاوت است مثلاً انتظارات فرزندان از هم و فرزندان از پدر و مادر و پدر و مادر از فرزندان متفاوت خواهد بود که این انتظارات در خانواده های مختلف نیز متفاوت خواهد بود چرا که سبک زندگی و افکار و اولویت های هر خانواده با خانواده های دیگر متفاوت است.



برخوردهای افراد در یک مسئله یا یک اتفاق مشترک متفاوت است چرا که افراد مختلف از لحاظ طرز فکر- خلق و نو- شخصیتی- سبک زندگی- اولویت ها در زندگی با هم متفاوت اند. که این تفاوت های شخصی و اخلاقی افراد باعث ایجاد تفاوت در برخورد آن ها با مسائل مختلف خواهد شد که مسئله ای عادی است چون افراد یکسان نیستند.

## فصل دوم درس پنجم

- عوامل مختلفی می تواند بر انتخاب های ما در دوستی و روابط با دیگران تاثیر بگذارد. برای مثال ما دوستان خود را ممکن است بر اساس ویژگی های مختلفی انتخاب کنیم مثلا ممکن است این انتخاب از روی احساس باشد یا منطق و عقل.
- توجه به پیامدهای انتخاب تاثیر زیادی بر این دارد که افراد انتخاب های به جا و مناسبی داشته باشند و دقت خود را در انتخاب های خود بالا ببرند.
- بهترین فرایند در انتخاب صحیح ممکن از نظر افراد مختلف متفاوت باشد ولی با توجه به نظرات اعمم افراد جامعه بهترین انتخاب و تصمیم گیری، انتخاب منطقی و معقول می باشد.

بنظرم اخلاق بذله گو و شاد و شوخ و شنگول فرزاد، امیر را به خود جذب کرده بود و با هم دوست شده بودند. در اوایل دوستی به تنبی و صفات بد فرزاد توجه نکرده بود اما اکنون که مدت ها از دوستی میر و فرزاد می گذرد تنبی و بی توجهی های فرزاد، امیر را آزاد می دهد و باعث اذیت و آزار روحی او می شود و حتی باعث شد که امیر عامل ناراحتی خانواده اش شود.

روابط دوستانه ی گذشته به روابط و جمع دوستان دوران مدرسه و بچگی برمی گردد که تعدادی از آنها تاثیر مثبت و تعدادی تاثیر منفی داشته اند که اگر می توانستم به گذشته برگردم سعی می کردم با دوستانی که بر من تاثیر منفی دارند قطع رابطه کرده و تعداد دوستانی را که تاثیر مثبت بر من دارند را افزایش دهم چرا که



دوست خوب در زندگی خیلی مهم است مخصوصاً برای یک بچه در سن و سال مدرسه که بشدت تاثیر پذیر خواهد بود.

صفحه ۵۱

(الف)

پیامدهای اجتماعی بلند مدت	پیامدهای احتمالی میان مدت	پیامدهای احتمالی کوتاه مدت	دوستی با کسی که
رفتارش روی من تاثیر می گذارد و احتمالاً به مرور این ویژگی را پیدا کنم	افراد با شخصیت از اطراف من پراکنده می شوند	باعض خنده و تفریح است	بددهن است
ممکن است فردی نامناسب باشد که برای ما مشکل ساز شود	ممکن است آنگونه که می گوید نباشد و؟ باعث شروع وابستگی شود که کاملاً غیر عاقلانه است	لذت و سرگرمی و پر کردن وقت اضافه	در فضای مجازی با او آشنا شدن
افسردگی	ناامید شدن از زندگی و تلاش نکردن در زندگس	احساس غم و ناراحتی بعد از ملاقات با او	بی انگیزه و افسرده خو
من هم نگاه مثبتت به زندگی پیدا میکنم و امیدوارتر خواهم شد	وقتی با افکار منفی مواجه می شوم از کنار آنها راحت تر عبور می کنم	وقتی در کنار او هستم احساس شعف و نشاط می کنم	هدفمند و پر امید است
ممکن است ارزش های مارا عوض کند	ممکن است بر روی ارزش های ما تاثیر بگذارد	فکر کردن درباره ای ارزش های طرف مقابل	ارزش هایش با من متفاوت است
بیان مسائل خصوصی و مشکلات زندگی که باید کنترل شود	درد و دل	هم صحبت	رازدار و با من همدل است
موجب ناراحتی و دوری از خانواده خواهد شد	موجب ناراحتی و دعوا با خانواده خواهد شد	مورد برخورد خانواده قرار می گیریم	خانواده ام او را نمی پذیرند



ب)

- موجب عواقب سنگین و در بیشتر موارد ممکن است موجب عواقب جبران ناپذیری می شود و پیامدهای آن خیلی کم کنترل می شود.
  - با انتخاب های درست و منطقی و با فکر و دقت و با مشورت با نزدیکان می توان از پشیمانی بعد از انتخاب پرهیز و جلوگیری کرد.

در مواردی که تصمیم‌گیری بر اساس عقل و منطق نبوده و احساس حرف اول را می‌زند چنین حالتی پیش می‌آید.

- 3- برخی افراد ممکن است دچار ظاهرپسندی افراد شوند و دچار عشق لحظه‌ای می‌شود که این باعث می‌شود که افراد سنجیده عمل نکرده و به آینده‌ی خود رابطه‌ی خود فکر نکنند که اشتباه بسیار بزرگی است چرا که ازدواج بحث مهمی بوده و شوخی بردار نیست و برای افرادی که عجولانه و در نگاه اول و بدون فکر و منطق اقدام می‌کنند نتایج زیان باری را به دنبال خواهد داشت و این افراد باعث بدبختی خودشان می‌شوند.

صفحه ۵۴

- ۱- احساسی: باعث تشدید عصبانیت خانم می شود.

حسابگری: ممکن است خانم با توجه به ندیده گرفتن عصبانیت‌ش توسط آقا عصبانی شده و قانع نشود.

عقایلانه: باعث می شود که خانم آرام شود و به استدلال های همسرش گوش کرده، قانع شده و در نتیجه مشکلات حل خواهد شد.

۲- اگر در انتخاب های مهم زندگی فقط بر اساس احساسات عمل کنیم ممکن است عواقب غیرقابل پیش بینی و همچنین غیرقابل جبرانی داشته باشد.

صفحه ۵۵

- انتخاب رشته ام با در نظر گرفتن علاقه خود
  - منطق و عقل و مشورت → نقطه چین
  - با انرژی و پر امید شدن رفتن به دلیل انتخاب رشته‌ی خوب

اگر روش تصمیم منطقی و عاقلانه باشد مسلم است که خواهد داشت در غیر این صورت پیامدهای زیان بار و غیرقابل حیرانی را به دنبال خواهد داشت.

۳۰ سالگی (وضعیت فعلی)	۲۲ سالگی	۲۰ سالگی	حوزه های روابط
در ارتباط با خانواده مشکل دارد	در کارها هیچ مشورتی با خانواده نمی کند و خانواده را در نظر نگرفته و برایش مهم نیست. و به خانواده خود بی احترامی کرده که کار بسیار ناپسندیده ای است.	با خانواده اش کم وقت می گذارد	خانوادگی
بیکار	برای رسیدن به شغل مناسب تلاشی نکرده	به فکر شغل مناسبی نبوده	شغلی
دوستان صمیمی ندارد	اکثر دوستانش ترکش کرده اند و تنهاست	بیشتر وقتش را با دوستانی می گذارند که بی هدف هستند	دوستانه
بعد از چند رابطه بی سرانجام دچار سرخوردگی عاطفی شده است	در گیر رابطه‌ی بدون متنطق و براساس احساس	رابطه‌ی بدون فکر	شخصی و عاطفی

نمونه دوم

۳۰ سالگی (وضعیت فعلی)	۲۲ سالگی	۲۰ سالگی	حوزه های روابط
ارتباط مناسبی با خانواده داشت	در تمام کارها با خانواده اش مشورت می کند و همراه خانواده اش است	بیشتر وقتش را با خانواده می گذارند	خانوادگی



در حرفه مکانیک خودرو تجربه زیادی کسب کرده و مشغول به کار است	برای رسیدن به شغل مناسب خود تلاش می کند	به فکر شغل آینده مناسب خود است	شغلی	Darsi
چند دوست صمیمی دارد که با آن ها رابطه خانوادگی دارد	دوستان بسیار مناسب و خوبی را دارد که اورا پژوهیانی می کنند در مشکلات	با دوستانش معاشرت دارد که تاثیر مثبتی بر او دارند	دوستانه	
ارتباط خوبی با همسرش دارد	با عقل و منطق پیش می رود	رابطه را از روی احساس شروع نمی کند	شخصی و عاطفی	

صفحه ۵۸

۱- بیشتر این تصمیمات به دوران نوجوانی و بلوغ برمی گردد که معمولا در این سن نوجوان را غروری در بر می گیرد از جمله‌ی این تصمیمات انتخاب دوست است.

۲- ممکن است در سال‌های آینده تصمیم‌گیری ازدواج تحت تاثیر احساسات یا فشار دیگران قرار بگیرد که اصلا درست نیست و باید با عقل و منطق از تأثیرات احساس خود یا فشار دیگران تا حد امکان جلوگیری کنیم که بعدها مشکل ساز نشود و عواقب بدی را به دنبال نداشته باشد.

### درس ششم صفحه ۶۰

- به دلایل کم تجربگی و بی عقلی و گاهی هم ممکن است به احساسات مربوط باشد و شخص دچار کمبود محبت از جانب خانواده‌ی خود باشد.
- نیاز اصلی آن‌ها در این رابطه جبران احساسات و عاطفه‌ای که از سوی خانواده‌اش تامین شده است.
- آن‌ها در این روابط از سازوکار تصمیم‌گیری احساسی تبعیت می‌کنند.



۱- مسلمان ادامه‌ی این رابطه عاقبت خوبی برای فرزاد نخواهد داشت چرا که فرزاد با عقل و منطق این را شروع نکرده بود بلکه با احساس تصمیم‌گیری کرده بود و از طرفی در شبکه‌های اجتماعی با شخص آشنا شده بود که این آشنایی برای شروع رابطه کافی نبوده و پیامدهای منفی در آینده به همراه خواهد داشت.

۲- قطع رابطه فرزاد با تمام ناراحتی‌ها و آشفتگی‌هایش در نهایت به نفع اوست چرا که آشنایی کافی‌ای با طرف نداشته و از هیچ‌چیز او خبر ندارد و با احساس پیش‌رفته که این اصلاً به صلاح آینده فرزاد نبوده است.

۳- عدم شناخت درست فرزاد از نیلوفر

احساسی تصمیم گرفتن فرزاد

بی تجربگی فرزاد

(الف)

من با دوستم	فرزد و نیلوفر	امیر و امید	امیر و فرزاد		
بله	خیر	بله	خیر	آیا هر طرف از رابطه با هم کاملاً احساس رضایت می‌کنند؟	۱
خیر	بله	خیر	خیر	آیا یکی از طرفین یا هر دو نگران پایان یافتن رابطه شان هستند؟	۲
بله	خیر	بله	خیر	آیا تشکیل این رابطه حاصل شناخت کافی نسبت به یکدیگر است؟	۳

ب) روابط مبنی بر شیفتگی روابطی غلط بر اساس دروغ و دور وی - بر اساس احساسات - بدون شناخت کافی - نگرانی دائم برای از دست دادن است که در نهایت عواقب خوبی نخواهد داشت اما روابط سالم بر اساس راستی و صداقت، عقل و منطق و شناخت کافی از شخص موردنظر است که اثرات خوبی در زندگی خواهد داشت.



- تاحدی که بتوانم خوب و بد را تشخیص داده و به راه غلط و بی بندو باری کشیده نشوم زیرا عفاف و حیا لازمه‌ی زندگی هر شخصی است که به جنسیت نیز ربطی ندارد و خداوند به همه توصیه و سفارش نموده است تا بشریت از بی بندوباری دور شده و به زندگی با سعادت دست یابد.
- بله- نیاز به دلبستگی درست برآورده شده که این نتیجه وقت و انرژی گذاشتن خود و خانواده روی این مسئله مهم است.
- عشق واقعی عشقی است که نتیجه‌ی فکر و عقل و سنجیده عمل کردن و مشاوره و مشورت با افراد مناسب، خویشن داری و عاقبت اندیشی است و فقط برای جبران کمبود احساسات و بی توجهی‌های خانواده و اطرافیان نسبت به فرد نباشد چراکه اگر از روی احساسات باشد عواقب زیان باری خواهد داشت و باید گفت که شیفتگی تنها یک هیجان و حس اینی است که اصلاً شبیه عشق نیست.

- خیر- مسلماً نیاز افراد به ولستگی در روابط مبتنی بر شیفتگی تامین نخواهد شد . ممکن است در بعضی مواقع به صورت موقت برطرف شود که باز هم اثرات زیان بار خود را خواهد داشت.
- روابط پیش از ازدواج اگر به صورت مخفیانه باشند اثرات نامطلوب و منفی ای خواهند داشت اما اگر مدت کوتاهی که خانواده‌ی طرفین مشخص می کنند طرفین با هم آشنا شوند می توانند در جهت شناخت همیگر و خانواده‌ها گام‌های مثبتی برودارند.
- شیفتگی و عشق دو چیز غیر مشابه هستند که به هیچ وجه به هم ربطی ندارند و شبیه نیستند. شیفتگی اساساً یک حس آنی غیر منطقی و غیر عاقلانه و از روی احساس است اما بر خلاف شیفتگی، عشق یک حسی است که در طی فرایندهای مختلف از جمله عاقلانه فکر کردن - مشاوره گرفتن - خویشن داری و عاقبت اندیشی بدست می آید.

- ۱- افرادی که در خانواده درست تربیت شده و درست زندگی می کنند و دارای عزت نفس هستند و بری زندگی آینده‌ی خود هدف دارند و برای رسیدن به هدف خود تلاش می کنند.
- ۲- اعتماد متقابل- شوخ طبعی- عاقبت اندیشی- وجود شناخت کافی و کامل از هم- برابری و تناسب طرفین و کمک به رشد و شکوفایی هم از ویژگی‌های رابطه‌ی پایدار است.



## پیامدهای شیفتگی در روابط پیش از ازدواج

ردیف	پیامدهای کوتاه مدت	پیامدهای بلند مدت
۱	تجربه هیجان‌ها و عواطف کنترل نشده	بی اعتمادی همسران به یکدیگر و ایجاد تنש‌های خانوادگی
۲	احساس برآورده شدن موقت نیازها	تبديل عشق به نفرت پس از قطع رابطه
۳	مواجه شدن با ضریبه‌های عاطفی و ایجاد شکست یا اختلال در حوزه‌های متفاوت رشد شخصی	از دست دادن فرصت‌های واقعی ازدواج
۴	تمرکز روی چیزهای بیخود و درگیر کردن افکار	بدبینی کل نسبت به جنس مقابل و ازدواج
۵	خوب جلوه دادن طرفین و دروغگویی در مورد مسائل زندگی	اخلاقیات نامناسب و بیماری‌های روانی
۶	بی حوصلگی و بد رفتاری با خانواده	بلوغ زودرس
۷	هدر رفتن زمان	ترسیدن به کارهای روزمرگی خود
۸	خرج اضافی و زیاد	احساس بی نتیجه بودن محبت‌ها
۹	وقت نگذاشتن روی کارهای مهم زندگی آینده	عقب ماندن از اهداف زندگی آینده
۱۰	انتظارات بیجا از طرف مقابل و احساس کم توجهی طرف مقابل نسبت به خود	ابتلا به بیماری‌های مختلف



۱- امن ترین و پایدارترین رابطه ها با خداوند است چراکه تنها همین رابطه است که می توند از هرگونه آسیب و تهدید به دور باشد و سبب آرامش واقعی ما شود و ما را از استرس زندگی روزمره خود دور کرده و به آینده امیدوارتر کند تا انسان بتواند برای آینده تلاش کند.

۲- عواملی مانند دروغگویی - ریا - رو راست نبودن با نزدیکان - عدم مشورت با آن ها - بی مسئولیتی نسبت به آن ها - بی احترامی و بد حرف زدن با آن ها و عصبانیت از عواملی هستند که بر تضعیف رابطه ی خود یا نزدیکانمان تاثیر بسزایی خواهند داشت.

۳- با توجه به مطالب این درس نتیجه می گیری که زندگی آینده ی ما و خوشبختی و یا بدختی ما در زندگی آینده مان بستگی به تصمیمات و انتخاب های امروز ما دارد که چگونه انتخابات و تصمیماتی خواهیم داشت. پس باید سعی کنیم که انتخاب ها و تصمیم هایی درست برای آینده ی خود داشته باشیم که با مشورت کردن با نزدیکان و خانواده و منطقی و عاقلانه تصمیم گرفتن می توان انتخاب ها و تصمیم های درستی برای آینده داشته باشیم.

### فصل سوم صفحه ۸۰

- ازدواج امری ضروری و واجب است و در قرآن نیز به این امر تأکید شده است که با ازدواج انسان نیمی از دین خود را کامل می کند. هیچ انسانی به تنها یعنی نمی تواند زندگی کند و تنها یعنی فقط برای خداوند است و خداوند تمام مخلوقات را جفت آفریده است.
- کاهش ازدواج های آگاهانه و بر اساس عقل و منطق و ازدواج های زودهنگام و دیرهنگام باعث بروز مشکلاتی از قبیل عدم ازدواج نادرست و نارضایتی طرفین پس از ازدواج - مشکلاتی در فرزند دار شدن را در پی خواهد داشت.

ازدواج امری لازم و ضروری است و انسان با ازدواج تکمیل می شود. ازدواج باعث سرو سامان گرفتن اوضاع زندگی می شود.

پیامدهای ازدواج نکردن	پیامدهای ازدواج دیرهنگام و یا ناگاهانه	پیامدهای ازدواج آگاهانه و بهنگام
امکان بی بندو باری	دوری از خانواده	سروسامان گرفتن
بی انگیزه بودن برای زندگی	امکان بی بندو باری افزایش می یابد	تلاش با امید
نا امید شدن	عدم حمایت خانواده	انگیزه برای ادامه زندگی
فشار دیگران و اطرافیان	بی حوصلگی	حمایت خانواده

۱- تفاوت های زیادی بین مسئولیت های فرد مجرد و متأهل وجود دارد از جمله این که فرد مجرد فقط مسئول خود است اما فرد متأهل علاوه بر مسئولیت خود، مسئولیت همسر و فرزندان خود را نیز برعهده دارد و باید به فکر آینده و خوشبختی ان ها باشد و باید گفت که اگر ازدواج به موقع و به هنگام باشد قطعاً به رشد فرد کمک خواهد کرد.

۲- قبول مسئولیت های تأهل انسان را از تنبی درآورده و فعال می کند که همگی در اطرافمان چنین افرادی را مشاهده می کنیم. این عامل باعث رشد شخص خواهد شد.

۳- نوعی احساس مسئولیت سنگین در فرد ایجاد می شود به طوریکه خودش را مسئول آینده و زندگی خانواده خود می بیند و برای خوشبختی ان ها سعی و تلاش خود را افزایش می دهد و برای آینده امید و انگیزه فراوانی پیدا می کند.

۴- تغییر در نگرش اگر مثبت باشد مسلمًا تأثیر خوب و مثبتی را روی تصمیم گیری ها و رفتارهای فرد می گذارد و باعث رشد و پیشرفت انسان خواهد شد.

۵- اگر افراد نتوانند با تغییر نقش خود کنار بیایند مسلمًا اعضای خانواده دچار اختلاف خواهند شد و برای پیشگیری یا حل این مشکلات بهتر است که آمادگی و روحیه ی لازم برای ازدواج یا فرزنددار شدن یا به طور کلی تغییر نقش ایجاد شود مثلاً با مشورت با یک فرد آگاه و مشاور.

۶- بله- افراد متأهل جایگاه اجتماعی بالاتری دارند مثلاً در استخدام ها اولویت با متأهل ها است که این به دلیل مسئولیت پذیری افراد متأهل است.

در زمان اقدام برای ازدواج و پس از ازدواج باید از سوی دو طرف اقداماتی انجام شود که ازدواجی موفق داشته باشد از جمله‌ی این اقدامات: احترام به حقوق یکدیگر - صداقت - احترام به خانواده‌های دو طرف - مشورت کردن در تمام امور - بی‌حرمتی نکردن.

### فصل سوم درس نهم

- علاوه بر این که برای رشد فردی ضرورت دارد برای رشد اجتماعی نیز مهم است و باعث رشد اجتماعی و درک زندگی اجتماعی می‌شود.
- همانطور که در سوال قبل اشاره شد ازدواج باعث رشد اجتماعی خواهد شد و ازدواج‌های موفق باعث رشد جامعه نیز خواهند شد همچنین باعث کنترل رشد جمیعت کشور می‌شوند چرا که نتیجه‌ی ازدواج موفق، فرزند آوری است که افزایش نیروی جوان و فعال و در نتیجه رشد و توسع کشور در تمامی زمینه‌ها خواهد شد.

ازدواج‌های موفق در حوزه‌های مختلف به رشد جامعه کمک می‌کنند از جمله رشد اقتصادی: که باعث افزایش نیروی کار جوان و فعال خواهد شد.

رشد فرهنگی: که ازدواج‌های موفق باعث می‌شوند که جوانان مجرد زندگی و پیشرفت و آرامش ازدواج را در کنند و ان‌ها نیز اقدام به ازدواج کنند و از لحاظ سلامت باعث رفع نیازهای جسمی و جنسی و روحی و عاطفی خواهد شد که این سلامت انسان را در پی دارد و از لحاظ اخلاقی و روانی نیز می‌توان گفت که انسان به یک آرامش خاص دست می‌یابد که باعث اخلاق خوب و روان آرام خواهد شد که تمامی این‌ها انسان را در جهت پیشرفت و آرامش هدایت می‌کنند.

دلایل احتمالی این یافته‌ها در مقایسه‌ی برتری زندگی متأهلی نسبت به مجردی مسائلی مانند رشد معنوی و مادی و دستیابی به آرامش روحی و روانی و حفظ خویشن داری و پاک دامنی - کسب رضای خدا - گشایش درهای رحمت الهی است.

باید گفت که ازدواج موفق باعث رشد انسان خواهد شد. در قرآن کریم آمده است که ازدواج نیمی از دین را کامل می کند و از نظر دین و باورهای دینی ازدواج بسیار مهم و ضروری است و دلایل اهمیت ازدواج نیز همانطور که گفته شد رشد فردی و اجتماعی و آرامش فرد را به دنبال خواهد داشت.

### فصل سوم درس دهم

- زمانی می توان گفت که فرد از آمادگی کافی برای ازدواج و تشکیل خانواده برخوردار است که به بلوغ کامل عقلی و جسمی رسیده باشد و از توانایی اقتصادی- کظم غیظ و همچنین توانایی رویارویی با مشکلات و حل آن ها را داشته باشد.
- بله- فرد برای اقدام به ازدواج باید ویژگی هایی داشته باشد
- دارای توانایی اقتصادی- شخصیت مناسب و متعادل- توانایی حل مشکلات را داشته باشد.

ازدواج هایی با دلیل های نادرست منجر به پیامدهایی خواهد شد مثلاً در مورد اول فرد انتظارات زیاد و بی جایی از همسر آینده خود خواهد داشت

در مورد دوم: شما کسی را برای ازدواج می خواهید نه کسی را صرفاً برای کمک کردن. این نوعی بیماری فکری محسوب می شود. که دائماً به این فکر باشید که شما برای کمک به کسی صرفاً باید ازدواج کنید و همچنین این یک کمک یک طرفه محسوب خواهد شد.

در مورد سوم: نباید تحت تأثیر حرف های اطرافیان قرار گرفت چراکه اطرافیان همیشه در حال اظهارنظر هستند و اگر به حرف همه انها گوش بدھیم مخصوصاً در زمینه ازدواج موجب پیامدهایی می شود و باید خودمان فکر کنیم و با فرد مناسبی مشورت کنیم. باید به این موضوع توجه داشته باشیم که اگر ازدواج ناموفقی داشته باشیم آیا اطرافیان پاسخ گو خواهند یود؟ مسلماً خیر.

در مورد پنجم: پس از مدت کمی از ازدواج دچار اختلافات شدیدی از جمله فرهنگی و اجتماعی و... خواهد شد.





درمورد ششم: ازدواج بر حسب افکار غلط و خرافه های مسخره و بدون شناخت طرفین از هم شکل خواهد گرفت که این مورد نیز باعث ایجاد مشکلاتی پس از ازدواج خواهد شد.

صفحه ۱۰۲

۱- این دلایل به هیچ وجه منطقی و عاقلانه نیستند و باید با دید درست به این دلایل نگاه کنیم. به معنی ساده تر نه زیاد افراد کنیم نه تفریط بلکه نگاه منطقی داشته باشیم.

۲- بهتر است درباره این مسائل دقیق تر فکر کنیم و منطقی با آنها برخورد کنیم و از افراد مناسب و مشاور، مشاوره و راهنمایی بطلبیم و با کمک مشاوره و افکار منطقی خود به نتیجه درست دست خواهیم یافت.

۳- دیدگاه سخت گیرانه نسبت به ازدواج پیامدهایی را به دنبال خواهد داشت از جمله:

- عدم ازدواج تا آخر عمر

- ازدواج و بی اعتمادی به همسر پس از ازدواج که موجب مشکلات یا حتی جدایی خواهد شد.

- ازدواج نکردن و دید منفی نسبت به جنس مخالف.

- دیر ازدواج کردن که مشکلاتی از جمله فرزند آوری را به همراه خواهد داشت.

- ازدواجی سرد؛ یعنی طرفین بعد از ازدواج زندگی مشترکی ندارند و جدا زندگی می کنند و در پایان باید گفت که تمام این دلایل غیر منطقی ناشی از عدم رسیدن به بلوغ کامل فکری است که خود فرد این مسئله را انکار می کند.

صفحه ۱۰۳

۱- بله- همگی در اطرافیانمان با چنین موارد مشابهی روبه رو شده ایم که دلایل بی منطق و به دور از عقل برای ازدواج نکردن دارند. دلایل بدون منطق که بسیار زیاد بوده و تمامی آن ها قابل نام بردن نیستند.

۲- ازدواج شرایط و شایستگی هایی دارد از جمله توان اقتصادی- شخصیت مناسب و متعادل- توانایی رویارویی و حل مشکلات.

و نبود این شایستگی ها موجب بروز مشکلاتی از قبیل اختلافات- مشکلات معیشتی- بداخلانی و... خواهد شد که باعث سستی و تزلزل خانواده خواهد شد.



## فصل سوم درس یازدهم

صفحه ۱۰۴

- زمینه های زیادی از جمله داشتن شغل مناسب و درامد کافی و حلال برای گذراندن زندگی- مستقل بودن و روی پای خود ایستادن- بلوغ کامل فکری و جنسی- توانایی حل مشکلات ویژگی ها و عواملی مانند بیکاری- عدم استقلال فکری- حمایت نکردن خانواده- انتخاب نادرست همسر- مقایسه کردن خود با اطرافیان
- اگر بدون دست یافتن به امادگی های لازم پیش از ازدواج برای ازدواج و تشکیل خانواده اقدام کنیم مسلماً مشکلات متعددی به وجود خواهد آمد از جمله: اختلافات طرفین- سردی طرفین نسبت به هم که ممکن است سبب جدایی طرفین شود. سبب صدمه های روحی- روانی- جسمی به طرفین خواهد شد. دست یافتن به امادگی های لازم برای ازدواج بسیار مهم و ضروری است و قبل از ازدواج باید این آمادگی های لازم را حتماً بدست آورد و بدون این امادگی ها زیر یک سقف رفتن کاملاً اشتباه است.

صفحه ۱۰۸

ردیف	حوزه های شایستگی	ویژگی های منفی	نشانه ها	پیامدهای منفی ازدواج
۱	روانی- شخصیتی	لجبازی	تحمل نظرات مخالف با خودش را ندارد	نپذیرفتن نظرات همسرش حتی زمانی که می فهمد حق با اوست
۲		خودخواهی	توجه به خود و بی توجهی به همسر	انتظارات بیش از حد
۳		بی بندوباری یا نداشتن چارچوب ارزشی و اعتقادی	بی توجهی نسبت به مسائلی مانند حجاب	ارتباط با افراد غریبه
۴		نداشتن مسئولیت پذیری	عقب ماندن در کارها و بهانه گیری	کارهایی که به او سپرده می شود همگی می مانند



عدم پس انداز و صرفه جویی	خرج اضافه و بیخود	ولخرجی		۵
ادیت شدن خانواده با این مسئله	خرج نکردن	حساس	اجرایی - اقتصادی	۶
عدم پس انداز	آشتفتگی و شلختگی	بی برنامگی و بی هدفی		۷
عدم بیان احساسات و مشکلات	کم محبتی	ناتوانی در برقراری روابط اجتماعی		۸
ایجاد مشکلات فراوان	تندری	ناتوانی در کنترل احساسات خود (ناتوانی در مدیریت هیجان)	عاطفی اجتماعی	۹
بی توجهی به مسائل شخصی زندگی مشترک	طرح کردن تمام مسائل زندگی زناشویی خود با خانواده اش	وابستگی بیش از حد به والدین		۱۰

صفحه ۱۱۲

۱- من بیش از حد به والدین خودم وابستگی دارم که این اصلاً در زندگی مشترک خوب نبوده و تأثیر منفی دارد.

۲- می توانیم خود را در آن شرایط فرض کنیم که ببینیم می توانیم یا خیر یا راه دیگر این است که به مشاوره مراجعه کنیم تا مشاور با پرسش سوال هایی و سنجیدن آمادگی ما برای ازدواج را تاکید و یا تکذیب کند.

۳- آماده کردن خود در زمینه های مختلف اجتماعی- روانی- اعتقادی و...



## فصل چهارم درس دوازدهم

صفحه ۱۱۴

- منظور از ملاک انتخاب همسر ملاک هایی است که با توجه به آن فرد بتواند تشخیص دهد که فرد موردنظر مناسب برای ازدواج است یا خیر. فرد موردنظر باید حقیقاً خود را آشکار کند و پنهان کاری نکند و هر فردی ملاک هایی خاص برای ازدواج در نظر دارد.
- تعیین ملاک های مشخص در انتخاب همسر از اهمیت زیادی برخوردار است چراکه به زندگی آینده فرد مربوط است.
- هر شخص ملاک های متفاوتی برای انتخاب همسر خود دارد که این ملاک ها شامل شرایط فرد- خلق و خو- ملاک های اجتماعی و شغلی فرد و همچنین خانواده وی است.
- برخی از ملاک ها در زندگی حرف اول را می زنند به همین دلیل مسلماً مهم تر خواهند بود مثلاً ملاک درستکاری و درامد حلال فرد، از اهمیت بیشتری برخوردار است نسبت به ملاک وزن فرد.

صفحه ۱۱۶

- ۱- اینکه چهارسال را بهانه کرد غیر منطقی است چرا که ۴ سال اختلاف سن مناسب است و در مورد دوم می گوید درس برایش اهمیت دارد که دلیلی کاملاً غیر منطقی است.
- ۲- سخته پسندی- خسته و نالمید شدن که ناشی از بی نتیجگی خواهد بود.
- ۳- بله- هر کسی برای انتخاب همسر معیارها و ملاک هایی دارد که بسته به هر شخص این معیارها متفاوت است مثلاً وجود شباهت ها- شبیه بودن افکار و عقاید- تناسب خانواده ها- طرفین توانایی این را داشته باشند که همدیگر را راضی نگه دارند- مسئولیت پذیری طرفین- اختلاف سنی مناسب.
- ۴- خیر- یافتن چنین فردی که تمام ایده آل های یک فرد را داشته باشد تقریباً غیر ممکن است چراکه همه افراد کامل نیستند و عیب هایی هم دارند که در مقابل خوبی هایشان باید تحمل کنیم. بنابراین هر شخص باید ملاک های خود را دسته بندی کرده و اولویت بندی کند که کدام ملاک برایشان از اهمیت زیادی برخوردار است و کدام ملاک اهمیت کمتری دارد.

در مثال ۱ حسام نگاه واقع بینی به مسئله ندارد چراکه وقتی رویا در خانواده ای مرفه زندگی کرده و خانواده‌ها از نظر سطح مالی و... با هم متفاوتند این فکر حسام که رویا خود را با او متناسب می‌سازد (از لحاظ مذهب و...) اشتباه بوده و واقع گرایانه نیست.

در مثال ۲ حمید باید قبل از ازدواج معیارها و ملاک‌های خود را مشخص می‌کرده و همسر خود را بیشتر می‌شناخته و فقط خوبی‌های او را مدنظر نداشته باشد بلکه بدی‌هایش را هم بداند و آگاه باشد که دچار حس بد و بدبینی به همسرش بعد از ازدواج نشود. این موضوعات تاثیر بدی روی زندگی مشترک می‌گذارند که حتی طرفین به جدایی هم فکر می‌کنند.

برخی از جوانان اصولی را برای انتخاب همسر رعایت نمی‌کنند مثلاً عده‌ای پول را معیار و ملاک خود قرار می‌دهند یعنی چیزی غیر از پول در ازدواج برایشان مهم نیست.

عده‌ای فقط زیبایی را ملاک قرار می‌دهند که چنین ملاک‌هایی نادرست بوده و سستی و جدایی و حس بد بعد از ازدواج را به ارمغان خواهد داشت.

اولویت ملاک برای من	شاخص‌های مطلوب	ملک‌ها	حوزه‌های ملاک‌ها
۱	مثال: قد و تناسب اندام و چهره	ظاهری	
۱	مثال: مستقل/اصدق/قابل اعتماد/اعتماد به نفس	شخصیتی	فردي
۲	اختلاف سنی ۵ سال	سن	
۳	اعتقادات یکسان	دینداری	



۱	پاکدامنی و عفت در برابر دیگران و غریبه ها	پاکدامن	
۱	خصوصیات اخلاقی تقریبا مشابه و شوخ طبع	خصوصیات اخلاقی	
۱	داشتن تحصیلات دانشگاهی و با سواد	شغل و تحصیلات	
۳	یک فرزند	فرزند آوری و تربیت فرزند	
۳	تفریحات سالم و شباهت تفریحات	تفریح و علاقه ها	
۲	نگرش های مشابه	نگرش ها	
۱	سالم	وضعیت سلامتی	
۲	فرهنگ نزدیک به هم	وضعیت فرهنگی و اجتماعی	خانوادگی
۳	بدنام نبودن خانواده	اصالت	
۱	شغل بلند مدت، همیشگی و ثابت	وضعیت مالی و شغلی	
۲	عدم ارتباط بسیار نزدیک	ارتباط با دوستان	
۲	ارتباط مناسب و به موقع	ارتباط با اقوام	اجتماعی
۳	عدم وابستگی به این ارتباط	ارتباط با همکاران	





۱- ملاک های محمد حسین از ملاک های زهره دور است. محمد حسین شناخت درستی نسبت به او نداشته است.

۲- خیر ازدواج محمد حسین و زهره توصیه نمی شود چرا که از لحاظ ملاک ها و معیارها با هم متفاوت اند و شناخت درست از هم ندارند.

۳- اگر قرار باشد که ازدواج کنند نگرش ها - خصوصیات اخلاقی - ارتباط خود - وضعیت مالی و غیره دچار مشکل خواهد شد و راه پیشگیری از این ها این است که قبل از ازدواج بیشتر همدیگر را بشناسند و به مشاور مراجعه کنند و اختلافات قابل حل را حل کرده. در غیر این صورت ازدواج ان ها توصیه نخواهد شد.

۱- بله با اولویت بندی هدف های بلند مدت می تواند به هدف های کوتاه مدت و در نتیجه به هدف های بلند مدت دست پیدا کرد.

۲- بله- می توان با اولویت دهی افکار و نگرش و عقاید و همچنین با هم مسیر بودن در اهداف و شغل یکسان می توان اهداف مشترک ایجاد کرد که سبب پیشرفت نیز خواهد شد.

۴- برخی از افراد هستند که در برخی ملاک ها به نتیجه درست و مطمئنی نرسیده اند که چنین افرادی با فکر کردن و وقت گذاشتن و مراجعت و مشورت با مشاور می توانند به قطعیت در این زمینه برسند. معیارها و ملاک افراد در طول زندگی تا ازدواج ممکن است تغییر کند که در این صورت باید چنین جدول بازبینی شده و تغییرات انجام شود تا انتخاب درست انجام شود.



## فصل چهارم درس سیزدهم

صفحه ۱۲۶

- ۱- انتخاب فرد مورد نظر ۲- آشنایی و شناخت دقیق دو طرف ۳- عقد و نامزدی ۴- عروسی و شروع زندگی

دقت در فرایند های ازدواج برای دستیابی به ازدواج موفق ضروری بوده و هیچکدام از فرایند های نباید حذف شوند یا اینکه نادیده گرفته شوند و یا مثلاً فرایند آشنایی بسیار کوتاه و کم باشد که این اصلاً به صلاح نبوده است چون طرفین باید نسبت به هم آشنایی کافی پیدا کنند که این مسئله زمان بر خواهد بود.

صفحه ۱۲۸

مراحلی که امید و خانواده اش قبل از ازدواج طی کردند شامل ۱- بررسی گزینه ها و معیار های امید ۲- انتخاب فرد ۳- تحقیق در مورد فرد مورد نظر و خانواده اش ۴- تماس تلفنی و ارتباط خانواده ها و طرفین جهت آشنایی و صحبت کردن طرفین (امید و آن دختر خانم) (خواستگاری)

۲- دلیل برگزاری جلسه خواستگاری آشنایی بیشتر خانواده ها و طرفین (دختر و پسر) با هم بوده و امید باید در این مراسم به معیار های خود و طرف مقابل توجه کند و دقت کنند که معیارهایشان به هم نزدیک بود و شرایط ازدواج را دارند یا خیر.

۳- شیوه ای که در کتاب آمده اکثرا مرسوم بوده که شیوه‌ی سنجیده و خوبی است و اما شیوه ای دیگر که وجود دارد آشنایی دختر و پسر بدون در جریان گذاشتن خانواده است که اشتباه بوده و باعث انتخاب های نادرست بدون توجه به معیارها است که سبب ازدواج نادرست و بی فکر خواهد شد که بسیار پرخطر است و زندگی آینده را تحت تاثیر قرار داده و دچار مشکل می شود.

صفحه ۱۳۰

دلیل این اشتباه می تواند عجول بودن افراد باید چرا که خواستگاری مکرر و جواب نه تاثیر در روح و روان فرد می گذارد و اعتماد به نفس وی را پایین می آورد سپس نتیجه می گیریم که عجول بودن افراد در خواستگاری بدون شناخت اولیه و کافی از طرف مقابل بسیار غلط بوده و به خود فرد آسیب می رساند و اینکه خواستگاری نباید پی در پی صورت بگیرد بلکه بهتر است با اندک فاصله زمانی انجام گیرد که فرد آسیب نمی بیند.



حوزه	زمینه مورد سوال
شخصیت	تا به حال چه موفقیت هایی داشته است؟ چه مسئولیت هایی به عهده اوست؟
دینداری و پاکدامنی	نوع رابطه اش با جنس مخالف در محل کار یا جامعه چگونه است؟ و به دستورات دین چگونه است؟
خانوادگی	نوع روابط افراد خانواده با هم چگونه است؟ سبک زندگی خانواده از لحاظ اقتصادی و فرهنگی چگونه است؟
اجتماعی	نوع روابطش با دوستانش چگونه است؟ چند دوست صمیمی دارد؟

۱. نادیده گرفتن مسائلی که طرفین در دوران آشنایی و نامزدی فکر می کردند که مسائل بسیار پیش پا افتاده و کوچک و قابل حل است که نادیده گرفته شد و در زندگی مشترک باعث ایجاد مشکل خواهد شد.

۲. پی بردن به این مسائل در دوران قبل از ازدواج و آشنایی و نامزدی ممکن بوده و طرفین با دقت در معیارهای خود و تمام مسائل از جمله مسائل پیش پا افتاده می توانند از بروز مشکل پس از ازدواج دوری کنند.

۳. فائزه؟



صفحه ۱۳۵

برای جلوگیری از سخت شدن ازدواج و یا طولانی شدن فرایند ازدواج روش های مختلفی وجود دارد که بسته به فرهنگ های زندگی های مختلف است که ممکن است این روش ها متفاوت باشند پس در این مورد هر خانواده و هر شخصی با فرهنگ مختلف نظر خاصی خواهند داشت که منحصر به فرد نیست.

#### فصل چهارم درس چهاردهم

صفحه ۱۳۶

- رعایت اصولی مانند ۱-انتخاب مناسب -۲-آشنایی و شناخت آگاهانه -۳- مشورت با افراد مناسب و مشاوره -۴- نزدیکی اخلاق و خلق و خوب و علاقه مندی های طرفین -۵- نزدیکی اهداف طرفین -۶- تناسب خانواده ها از لحاظ فرهنگی اجتماعی - مالی و ... -۷- انجام تمام مراحل قبل از ازدواج و دقت کافی گذاشتن برای آشنایی طرفین.
- رعایت کردن این اصول باعث ازدواج موفقیت و خواشایند خواهد بود (از تمام لحاظ های فرهنگی - اجتماعی - خانوادگی - زناشویی و ...) و عدم رعایت این اصول باعث ازدواجی ناموفق و بدون نتیجه خواهد شد که در این ازدواج طرفین از لحاظ روحی و روانی و حتی ممکن است جسمی اذیت شوند و این مسئله آسیب زیادی به طرفین وارد خواهد کرد.
- برای شناخت بهتر طرف مقابل باید تمامی مراحل قبل از ازدواج به صورت کامل و آگاهانه انجام شود و باید طرفین همدیگر کامل و طی مدت زمان مشخصی بشناسند و از خلق و خوبی هم اطلاع پیدا کرده و همدیگر را کامل بشناسند برای این کار باید تمامی مسائل مورد بررسی قرار دهند از جمله مسائل و باورهای دینی - علایق - اهداف - اخلاق - خانواده - سبک زندگی و رفتار - وضعیت جسمانی و ... .



۱- هدف از آشنایی پیش از ازدواج (دوران نامزدی) آشنایی بیشتر و آگاهی از خلق و خو و رفتارها و اهداف همیگر است.

۲- موانعی مانند احساسات- بی توجهی به اختلافاتی که فکر می کنند بعد از ازدواج حل خواهد شد که این فکر اشتباه است. ساختن تصویر رویایی و عالی از زندگی پس از ازدواج خود و طرف مقابل خود

- دروغ گفتن و پنهان کاری بعضی مسائل برای طرف مقابل

متین در تمامی مراحل زندگی از افراد مناسبی مشورت خواسته و از نتیجه هم راضی بوده است و بنا به همین دلیل چون ازدواج را امری مهم و بسیار تاثیرگذار در آینده می داند. با تمام اطرافیان و آشنایان خود مشورت می کند. بدون اینکه اهداف و معیارهای خود را برای ازدواج مشخص کند به خواستگاری رفته و جواب نه می شنود که این تاثیر بسیار بدی بر روح و روان وی خواهد داشت. پس انتخاب معیارها برای ازدواج و سپس مشورت بر اساس این معیارها امری بوده و مانع مشکلات و سردرگمی خود و طرف مقابل خود خواهد شد.

• خانواده ها ممکن است در مواردی مانند آداب و رسوم- اعتقادات دینی - فرهنگی - سبک زندگی و رفتار اجتماعی با هم متفاوت باشند که اگر طرفین بدون این که به توافق برسند و تفاوت ها را بپذیرند ازدواج کنند در آینده دچار مشکل خواهد شد ولی اگر این تفاوت ها در بین خود حل کرده و توافق کنند این تفاوت ها مانع برای ازدواج نخواهد بود.

• خیر این حرف درست نیست چرا که خانواده نیز مهم است و آن شخص در آن خانواده با عقاید خاص بزرگ و بالغ شده است پس نمیتوان رفتار و منش او را از خانواده اش جدا دانست مگر در شرایط خاص که تاثیر خانواده در تربیت فرزند کم بوده باشد. مثلا فرزند از کودکی برای تحصیل دور از خانواده زندگی کند.



این حرف قابل تامل است چرا که هم می توان پذیرفت و هم می توان رد کرد چرا که با در نظر گرفتن سبک زندگی و منش می توان پذیرفت و با در نظر گرفتن ویژگی های فردی و شخص می توان رد کرده و نادیده گرفت.

صفحه ۱۵۳

۱- از بین اصول حاکم در فرایند ازدواج انتخاب آگاهانه و شناخت مناسب و به جا در زمان کافی از اهمیت بیشتری برخوردار است

۲- می توان به جزئیات پرداخت مثلا در بحث اعتقادات دینی می توان به بحث نماز و روزه اشاره کرد و یا در بحث اجتماعی بودن می توان به دوستان و اطرافیان و میزان اهمیت آن ها که اصولا باید کم بوده و وابستگی نباشد اشاره کرد.

### فصل پنجم درس پانزدهم

صفحه ۱۵۴

۱- هر منطقه ای آداب و رسوم خاص خود را دارد که مردم آن منطقه مقید به انجام آن آداب و رسوم هستند که اکثر آداب و رسوم مناطق مختلف ایران این گونه است که ابتدا وقتی که فرد مورد نظر را انتخاب کردنند مراسم خواستگاری صورت می گیرد دختر و پسر و خانواده ها با هم آشنا می شوند در صورت تائید در دوران نامزدی یا عقد دختر و پسر بیشتر از اخلاقیات هم آشنا می کنند در صورت تأکید مراسم عروسی با شکوهی برگزار شده و زوجین راهی خانه ی بخت می شوند.

۲- رسومی مانند نامزدی و آشنا می در زمان مشخص موجب کمک به ازدواج موفقیت آمیز خواهد شد و رسومی مانند خواستگاری های مجدد و پی در پی و اگر به دختر و پسر این اجازه را ندهند که در دوران نامزدی با هم آشنا شوند مشکل زا خواهد بود.

۳- بهتر است طبق صلاح طرفین و خوشبختی آینده ی آن ها تصمیم گیری شود و رسم و رسومات قدیمی را طبق شرایط امروز بروزرسانی کرده و از رسم و رسومات بیهوده ی قدیمی صرف نظر کنیم.

۴- ثبت قانونی ازدواج مراحلی و شرایط خاصی دارد که شامل :

۱- مراجعه به آزمایشگاه و تایید شرایط لازم

۲- مراجعه به محضر و ثبت عقد (با مشخص بودن مقدار مهریه و ...) ازدواج و متاهل شدن تعهداتی را به دنبال خواهد داشت از جمله نفقة - مهریه و ... .



۱- بین دیدگاه امید و خانواده اش تفاوت وجود دارد. چون پدر و مادر به فکر انجام به ترتیب آداب و رسوم هستند و امید به فکر این است که هر چقدر هم عروسی خوب و تجملاتی باشد باز هم پشت سرشان حرف و حدیث خواهد بود. امید نمی خواست چنین اتفاقی بیفت و به خاطره و به پدر و مادرش بی حرمتی شود و می خواست پول عروسی را صرف مسائل دیگری کند مثلاً مسافرت.

۲- خیر-امید نتوانسته میان این سه جنبه تعادل برقرار کند چرا که آرزو و دلخواه خود را در نظر دارد ولی رعایت عرف و رسوم را در نظر ندارد و بی اهمیت است.

۳- برگزاری مراسم ساده با تعداد نفرات کم جهت اعلام ازدواج و دوری از هرگونه تجملات

ردیف	آداب و رسوم	کمک می کند زیرا...	مشکل ایجاد می کند زیرا...	نمیتوان به طور قطع گفت زیرا...
۱	تماس مادر با خانواده دختر به منظور کسب اجازه برای برگزاری خواستگاری	مسلمان کمک می کند چون باعث آشنایی و مشورت می شود.		
۲	تعیین مهریه در جلسه ای حضوری با حضور بزرگان دو خانواده		ممکن است باعث اختلاف و بحث شود و در نهایت منجر به مهریه بالا خواهد شد.	
۳	انجام مراسم پاگشای عروس و داماد	با سبک زندگی هم آشنا می شوند		



	باعث چشم و همچشمی خواهد شد		مراسمی که اعضا فامیل برای دیدن جهاز دختر می آیند.	۴
	خرج بیهوده و اضافی		گرفتن جشن و سور بزرگ بعد از مراسم عقد	۵

صفحه ۱۵۹

- ۱- دیدگاه اولی با مخالفت خانواده مواجه خواهد شد به دلیل عدم انجام آداب و رسوم و دیدگاه دومی ممکن است باعث ایجاد مشکلات اقتصادی شود
- ۲- باید آداب و رسوم را با توجه به وضعیت اقتصادی و شرایط زمانه پیش برد
- ۳- همانطور که در کتاب نیز آمده ضرب المثلی است که می گوید در دروازه را میتوان بست اما در دهن مردم را نمی توان بست.

نتیجه می گیریم که رعایت عرف و آداب و رسوم به حرف مردم و دیگران نباید توجهی داشت باید به وضعیت اقتصادی خود و شرایط خود و جامعه توجه نمود.

صفحه ۱۶۶

در مورد بحث مهریه باید گفت که مهریه باید به اندازه توان مالی طرفیت باشد و کسی که توان مالی زیادی ندارد قبول مهریه زیاد بسیار کار اشتباهی است و یکی از دلایل مهریه سنگین چشم و هم چشمی بوده که بسیار اشتباه است و دلیل دیگر می توان به عدم اعماد طرفین ربط داشته باشد همانطور که گفته شد مهریه سنگین باعث ایجاد بی اعتماد در طرفین خواهد شد که نتایج زیان باری از جمله طلاق و ... به دنبال خواهد داشت.

صفحه ۱۶۷

۱- آداب و رسومی که هم متناسب با شرایط اقتصادی و ... طرفین باشد و هم متناسب با شرایط جامعه امروزه باشد و از آداب و رسوم بیهوده قدیمی مخالف هستم.



۲- هر کسی بسته به شرایط و امکانات و همچنین فرهنگ اجتماعی و آداب و رسوم خانوادگی اش می‌تواند ایده‌ها و خلاقیت‌های بسیاری برای مراسم عروسی خود داشته باشد که این ایده‌ها برای هر شخص منحصر به فرد است مثلاً درست کردن شیرینی‌های خاص.

### فصل پنجم درس شانزدهم

صفحه ۱۷۲

۱- زنان و مردان به لحاظ روانشناختی تفاوت‌های زیادی با هم دارند از جمله این که زنان نسبت به مردان از حساسیت بیشتری برخوردارند در مقابله با مسائل و مشکلات فراوان اما مردان قویتر بوده و حساسیت کمتری دارند. زنان جزئی نگرند ولی مردان کلی نگرند و به جزئیات توجهی نمی‌کنند. مردان اکثراً تکیه گاه و زنان متکی بوده‌اند و زن دارای روحیه‌ی تاثیر پذیری و متکی بودن و مرد دارای روحیه استقلال و تکیه گاه بودن هستند. زنان دارای روحیه احساسی و مردان به نسبت منطقی‌تر هستند.

۲- این تفاوت‌های روان شناختی زن و مرد باعث می‌شوند که زن و مرد نقش مکمل نسبت به هم داشته باشند و هم‌دیگر را کامل کنند و اگر از این تفاوت روان شناختی اطلاع و آگاهی نداشته باشند دچار مشکلاتی در زندگی خواهند شد که برای حل آن نیاز به شناخت و آگاهی از این گونه تفاوت‌ها دارد.

۳- خیر ممکن است در همه‌ی خانواده‌ها این نقش‌های زن و شوهری در خانه به درستی رعایت نشوند و بستگی به شرایط خانواده و شرایط شغلی طرفین خواهد داشت. چرا که در برخی خانواده‌ها مرد مسئولیت تمام کارهای خانه و زن مسئولیت کارهای بیرون از خانه را دارد که این گونه خانواده‌ها از ابتدای زندگی توافق کرده‌اند و مشکلی با این قضیه ندارند.

صفحه ۱۷۴

۱- زوجی مثل امید و همسرش که از قبل به مدت کافی از هم شناخت و آگاهی پیدا کرده‌اند و از همه چیز هم اطلاع دارند و در مورد زیادی تفاهم دارند بعد از ازدواج کمتر دچار اختلاف شده که قابل حل خواهد بود و نگران کننده نخواهد بود.

۲- پس از ازدواج آگاه از موضوعات و داشتن مهارت‌هایی از جمله شناخت اهداف خود شناخت تفاوت‌ها و کنار آمدن و حل آن‌ها و انجام درست نقش‌های خود توسط هر یک از زوجین برای پایداری ازدواج لازم بوده و مهم است.



ردیف	موقعیت	رفتار مرد	رفتار زن
۱	مواجه شدن با یک موقعیت احساسی در یک فیلم	خوشش می آید	ناراحتی و گریه
۲	تعریف کردن اتفاق های یک مهمانی دوستانه	توصیف خلاصه و در چند کلمه	توصیف در چند ساعت
۳	رسیدگی به وضع ظاهری برای رفتن به یک میهمانی	آماده شدن در کمتر از نیم ساعت	چند ساعت زمان گذاشتن برای آماده شدن
۴	سرماخوردگی مرد	عادی جلوه دادن	نگرانی برای مرد
۵	سرماخوردگی زن	روحیه دادن و امید دادن که چیزی نیست	استراحت و ناله
۶	نگرانی در مورد یک مشکل	سعی می کند خودش این مسئله را حل کند و مشکلاتش را جار نزند	ناراحتی و گریه و زاری

۱-در تفاوت های اعلام شده اکثریت زنان و مردان در نظر گرفته شده، زنان بیشتر احساساتی هستند و احساس خود را بروز می دهند ولی مردان سعی می کنند احساسات خود را بروز ندهند.

۲-شیوه حل مسئله زنان بیشتر ریز و جزئی فکر می کنند ولی مردان به کلیات مسئله می پردازند و حل می کنند.

۳-مردان اکثرا هدف های بزرگی و کلی برای زندگی دارند اما زنان فرایند محور بوده و به جزئیات توجه می کنند.

۴-زنان روحیه لطیف و حساس دارند ولی مردان قویترند



۵- اولویت های زنان با اولویت های مردان متفاوت بوده به این گونه که اولویت های مردان کلی تر، سخت و دست نیافتنی تر است.

۶- زنان دوست دارند ابراز علاقه کنند ولی مردان نه.

صفحه ۱۸۱

من نقش جدیدم به عنوان همسر			
انتظارات جدید من در موردن...	مسئولیت جدید من در موردن...	مسئولیت های قبلی من در موردن...	حوزه های موجود
بر اساس شناخت و آگاهی کسب شده رفتار مناسبی داشته باشم	نسبت به ویژگی های روان شناختی متفاوت در دو جنس شناخت پیدا کنم	نسبت به خودم شناخت کافی پیدا کنم	خودم
در زندگی جدید مرا کمک کرده و همراهی کنند	به تجربه ها و توصیه های آن ها گوش کرده و از حرف های آن ها استفاده کنم	به حرف هایشان گوش کرده و با این کار به آن ها احترام بگذارم	والدینم
توجه و درک	توجه به نیاز ها و خواسته هایش		همسرم
حمایت و کمک و در اختیار گذاشتن تجارت	احترام		خانواده همسرم
	مسئولیت پذیری و مدیریت خانواده	مسئولیت پذیر باشم و کارهایم را به موقع انجام دهم	اداره زندگی
همسرم و نقش جدیدش			
انتظارات جدید او در موردن...	مسئولیت جدید او در مورد	مسئولیت های قبلی او در موردن...	حوزه های موجود



انتظار در ک شدن و توجه به نیازهای	درک و توجه به نیازهایم		من
همراهی و حمایت و در اختیار گذاشتن تجارب	احترام به والدینم		والدین من
	مسئولیت پذیری در مقابل خود و خانواده و قبول مسئولیت های زندگی	انجام مسئولیت های خود به موقع و به خوبی	اداره زندگی

۲-الف) این تفاوت نقش ها در صورتی منجر به اختلاف خواهد شد که هر شخص وظایف و نقش های خود را به درستی انجام نداده و مسئولیت پذیر نبوده و وظایف خود را نسبت به طرف مقابل به درستی انجام ندهد که با انجام به موقع وظایف و مسئولیت ها نسبت به خود و طرف مقابل و دیگران و مسئولیت پذیری نسبت به وظایف و نقش ها این اختلاف حل خواهد شد.

۲-ب) تقریباً اکثر مواردی که گفته شد درست بوده است. فقط ممکن است که به جزئیات توجه کمتری شده باشد و با توجه به جزئیات می توانیم جدول کامل تر و واضح تری داشته باشیم

ردیف	حوزه ها	بیشتر وظیفه زن است	بیشتر وظیفه مرد است	وظیفه هر دو یکسان است
۱	رعایت اخلاق دینی و اصول اخلاقی در خانواده			✓
۲	انجام کارهای خانه	✓		
۳	کسب درآمد		✓	
۴	مدیریت هزینه ها		✓	
۵	برنامه ریزی برای ارتباط با خانواده ها		✓	
۶	برنامه ریزی تفریح و سرگرمی اوقات فراغت		✓	
۷	مراقبت و تربیت فرزند			✓
۸	تصمیم گیری درباره با موضوعات مهم		✓	
۹	حفظ تازگی و جذابیت زناشویی			✓
۱۰	ایجاد فضای مناسب برای گفت و گو و تعامل با هم			✓
۱۱	نشان دادن احساسات و عواطف			✓



صفحه ۱۸۵

ممکن است تفاوت هایی بین موارد بالا باشد که این تفاوت ها ناشی از سبک زندگی و روابط اجتماعی شخصی و خانواده است مثلاً تفاوت نظرات در نشان دادن احساسات و ابراز علاقه یا تصمیم گیری درباره موضوعات مهم.

صفحه ۱۸۶

۱- درک کردن طرف مقابل و توجه به خواسته های او و مسئولیت پذیری در قبال او

۲- به احتمال زیاد در چند ماه اول این مهارت ها را کسب کرده و مسئولیت های خود آشنایی پیدا خواهیم کرد که در این مسائل می توان از همسر و خانواده خود هم کمک گرفت که نتایج خوبی به همراه خواهد داشت.

۳- این گونه اختلافات معمولاً در کسانی است که به جنبه های روان شناختی و حل مسائل و تفاوت ها توجهی ندارند و هدفشان از ازدواج صرفاً جنبه خاصی دارد مثلاً هدف قرار دادن پول و مسائل مالی که این روابط بسیار نادرست بوده و به طرفین آسیب خواهد رساند.

### فصل پنجم درس هفدهم

صفحه ۱۸۸

- انتخاب درست و آگاهانه همسر می تواند به منزله دستیابی بخش مهمی از موفقیت در ازدواج باشد اما بخش مهم دیگری نیز وجود دارد و آن هم سویی و هماهنگی و سازگاری زن و مرد پس از ازدواج است. زن و مرد باید سازگار باشند و تفاوت های یکدیگر را درک کرده و پذیرند.

- زن و مرد پس از آغاز زندگی مشترک باید تفاوت های همدیگر را پذیرفته و درک کنند و به کمک همدیگر این مسائل و تفاوت ها را حل کرده و راه حل مناسبی برای آن ها پیدا کنند.

صفحه ۱۹۰

۱- این زوج از درگیری ها و دغدغه های روزمره همدیگر و همچنین از نیازهای همدیگر نسبت به هم حرفی نمی زند با هم دردیلی نکرده و از دغدغه ها و مشکل روزمره هم اطلاع ندارند که این باعث عدم درک طرف مقابل و ایجاد مشکلات خواهد شد و درد دل کردن زن و مرد با دیگران موجب دخالت دیگران در زندگی زوجین خواهد شد.



۲- حمیده بی توجی های ناشی از دغدغه های ذهنی همسرش را به پای دوست نداشتن و بی توجهی می گذراند بدون این که از او در این باره بپرسند و این حس بی توجهی او را نسبت به زندگی اش سست می کند و محمد علی هم سستی و بی توجهی حمیده را نسبت به زندگی اش سست می کند و محمد علی هم سستی و بی توجهی حمیده را نسبت به کارهای روزمره‌ی خانه و ... را ناشی از بی اهمیتی زندگی‌شان برای حمیده تلقی می کند و با گفتن این حرف‌ها به مادرش، نگاه مادرش به حمیده رفته رفته منفی خواهد شد باعث تذکرات از سوی مادر محمد علی به حمیده خواهد شد که قصد بهتر کردن زندگی‌شان را دارند و قصد خیر دارند اما تذکرهای او به حمیده باعث ناراحتی حمیده و دخالتی وی در زندگی زوجین خواهد شد که این کار کار خوبی نیست و زوجین خودشان باید خودشان در مورد زندگی‌شان تصمیم گیری کنند.

در نهایت به این نتیجه می رسیم که عدم بیان مرض‌ها و درد‌ها به همسر باعث ایجاد سو تفاهم‌های بیجا خواهد شد که خطرهایی برای زندگی زوجین خواهد داشت.

۲-ب) خیر هیچکدام از آن‌ها قصد بر هم زدن یا تضعیف روابط موجود را ندارند و خواستار زندگی موفقیت آمیزی هستند که وجود مسائل و مشکلات کوچک (مثل درد دل کردن زوجین با هم) باعث بروز بی توجهی‌ها و به خطر افتادن زندگی مشترک خواهد شد.

۳- مسئله اصلی این است که زوجین باید سعی کنند با هم دوست باشند و شریک غم و غصه و شادی‌ها و ... هم باشند و در تمام مراحل زندگی در کنار هم بوده و هم‌دیگر را درک کنند که در این صورت از بروز اختلاف برای مسائل و مشکلات کوچک جلوگیری خواهد شد.

صفحه ۱۹۳

مفهوم ازدواج توانایی تحمل و درک تفاوت‌ها بوده است و این درست نیست که اگر معیارهای فرد مقابل با معیارهای شما تطابق نداشت با این فرض که بعد از ازدواج تغییر خواهد کرد با او ازدواج کنید مگر اینکه طرف مقابل این درخواست را قبل از ازدواج قبول کرده باشد.

صفحه ۱۹۴

اصول رسیدن به سازگاری

الف) هرچه حق می گوید نه، هر چه من می گویم

ب) هیچ دو نفری مثل هم نیستند چه خوب

پ) حل مسئله، نه تبدیل آن به معضل

ت) هرچقدر بدانم باز یاد می گیرم.



رعایت این اصول برای رسیدن به سازگاری و درک تفاوت‌ها و بررسی منطقی و حل مشکلات تاثیر بسیاری خواهد داشت چرا که فقط طرفین با عقل و منطق و درک در برابر تفاوت‌هایش بروند مسلماً بسیاری از مشکلات حل خواهد شد.

صفحه ۱۹۶

پاسخ این مسئله در افراد مختلف متفاوت است چرا که هر فردی ممکن است تحت تاثیر شرایط رفتار خاصی از خود نشان دهد که مسلماً تاثیرات متفاوتی روز اطرافیان و فرزندان خواهد گذاشت. مسلماً رفتارهای منطقی و عاقلانه باعث کاهش تنش و رفتارهای احساسی از جمله عصبانیت باعث افزایش تنش خواهد شد. مسلماً یکی از آن‌ها باید بحث و تنش را تمام کرده و کوتاه بیاید تا هر دو منطقی و عاقلانه رفتار کنند.

صفحه ۱۹۸

### ۱- نادیده گرفتن تلاش برای فراموش کردن

اگر از او بزرگتر باشم و بخواهم به او آموزش دهم که این رفتار نامناسب بوده است برای چند بار اول سعی در انجام این کار می‌کنم

۲- به صورت کلی انتقام در هر شرایطی نامناسب بوده است.

۳- در صورتی که انتظار انجام کاری را از کسی نداشته ولی کار پیش آمده است سعی در انجام این کار داریم

بلند مدت تکرار خواهد شد	کوتاه مدت برطرف خواهد شد
انتقام متقابل و تکرار آن	تنفر
مهربانی و صمیمیت	ناراحتی خود و طرف مقابل

در هر رابطه موارد بالا غیر از مورد دوم قابل تعمیم است و موارد بالا صرفا برای رابطه‌ی خواهر برادری نبوده و برای روابط دیگر از جمله زوجین قابل تعمیم است.



صفحه ۱۹۹

۱-مهارت هایی مانند مسئولیت پذیری - احترام- گذشت- مدیریت احساسات و هیجانات و مدیریت احساسات و صبکمی نیاز به تمرین دارد.

۲-مهارت هایی مانند استفاده از تجربه دیگران و بهره گرفتن از آن ها و اینکه بدانیم چه زمانی از چه مهارتی باید بهره بجوییم تا زندگی موفقیت آمیزی داشته باشیم که این مورد نیز نوعی مهارت تلقی می شود.

### فصل ششم درس هیجدهم

صفحه ۲۰۰

الف) زوج های جوان با به عهده گرفتن تمام مسئولیت ها و مشکلات زندگی جدید خود و اجازه دخالت به دیگران ندادن در کمال احترام و ادب و عدم بی احترامی به آن ها و ثابت کردن این که خودشان از پس مشکلات و مسئولیت های زندگی خود بر می آیند میتوان هم حرمت آن ها را حفظ کند و هم حریم خصوصی زندگی خود را حفظ کنند.

ب) صرفه جویی - انجام الگوهای نادرست مصرف - انجام انتخاب ها و تصمیمات درست و صحیح و منطقی

صفحه ۲۰۱

- در ابتدا مسائلی مانند این که وقت کمتری با هم میگذرند و زمان کمی را در کنار یکدیگر هستند و در نهایت کاهش روابط با نزدیکان سبب اختلاف حس و عطیه شد.
- برنامه ریزی و استفاده درست از وقت و اوقات فراغت خود به طوری که هم بتوانند با هم وقت بگذرانند و هم خانواده و نزدیکان خود سر برزنند.
- هر یک از طرفین باید سعی کنند مدیریت زمان داشته باشد.



۱-امیر علی پیوستگی و در کنار هم بودن خانواده همسرش را زیر پا گذاشت به طوری که خانواده های در حدایی داشت و نمی خواست که کمک یا مشورتی از آن ها گرفته شود دلیل هم اتحاد و پیوستگی با همسرش را زیر پا گذاشت و باعث ناراحتی وی شد و به هدف همسرش مبنی بر نگفتن مسئله عمل نکرد.

۲-در ک صحیح از خواسته ها و انتظارات طرف مقابل در رابطه و مراجعته به مشاور و مشورت با بزرگان و استفاده از تجارب آن ها

۱-احساس رضایت طرفیت در خانواده از لحاظ اقتصادی مقایسه نکردن زندگی خود با ظاهر زندگی دیگران کاهش اضطراب و استرس طرفین صرفه جویی و پس انداز حتی به مقدار اندک از تاثیرات مدیریت اقتصادی و سبک زندگی مبتنی بر قناعت است

۲-تلاش برای کسب درآمد بیشتر تا حدی که رفع نیاز های خانواده و تامین مالی آن ها قابل قبول بوده تا جایی که حلال و حرام رعایت شود و مهم باشد.

۱-نحوه ارتباط خانوادگی ما با اقوام و آشنایان بسیار خوب و پسندیده و مناسب است به طوری که در موقع مناسب و به اندازه‌ی لازم با آن ها ملاقات داریم.

۲-برای مدیریت مالی و زندگی آینده قصد در تلاش برای کسب درآمد حلال و قناعت و صرفه جویی را دارم

۳-بله با این گونه بیمه ها آشنایی دارم و به گونه‌ای است که سرپرست خانواده مبلغی را ماهانه به بیمه پرداخت کرده تا به عنوان پس انداز برای روزهای مبادا و در شرایط سخت باشد بیمه های بسیاری در زمینه های مختلف وجود دارند از جمله: بیمه شخص ثالث- بیمه بدن- بیمه سرقت برای ماشین- بیمه عمر- آتش سوزی- زلزله- برای خانواده و منزل و ... که بستگی به خانواده ها دارد که از کدام استفاده کنند بر مبنای شرایط خود.



صفحه ۲۱۴

۱- ادامه حیات و تربیت فرزندان برای فردای جامعه - تداوم نسل - تحکیم روابط زوجین - رفع تنهايی -  
ارضای حس مادری و پدری زوجین در سنین بالا - پرورش تعهد و سئولیت پذیری - احساس خوشبختی  
والدین

۲- تربیت مبتنی بر سه اصل مهم و کلی الگوسازی و تربیت رفتاری - مستقل بار آوردن و برقراری رفتار  
گرم و صمیمی در عین قاطعیت منطق

صفحه ۲۱۸

۱- واگذاری کارها و مسئولیت هایی به فرزند متناسب با علاقه و توانمندی های وی  
۲- سعی در واگذاری کارها و مسئولیت های فرزند به خودش  
۳- خوب و گرم رفتار کردن و ابراز عشق و محبت به او با تعیین چارچوب هایی برای این که گستاخ و بی  
بندوبار بزرگ نشود.

۴- پدر و مادر هر یک نقش بسیار مهم و کلیدی در رعایت این اصول و تربیت مناسب فرزند دارند.

صفحه ۲۱۹

الف- والدین مسعود باعث شده اند که او در نوجوانی راحتی و رفاه زیادی کند و این باعث شده که او قدر داشته  
های خود را نداند و دائما به پدر و مادر خود شاکی باشد که برای من کم کاری می کنید که این اصلا روش  
تربیتی درستی نبوده است

ب- والدین فرزانه هم چون از اول اجازه تصمیم گیری در مسائل مختلف را به او نداده اند و از ابتدا پدر برای او  
تصمیم می گرفته است باعث شده اند که فرزانه مهارت اعتماد به نفس و مهارت تصمیم گیری را در خود  
نپروراند که این باعث عدم اعتماد به نفس و عدم تصمیم گیری خود فرزانه برای زندگی آینده اش خواهد شد و  
همچنین باعث میشود راه زندگی خود را غلط ادامه دهد و نتیجه خوبی در زندگی اش نگیرد که این روش، روش  
تربیتی بسیار نا مناسبی بوده است و به فرزند ضرر و زیان می رساند.



صفحه ۲۲۰

ایجاد مسئولیت ها و تعیین چارچوب در تربیت مسعود لازم و ضروری است. و همچنین پدر و مادر فرزانه با اجازه دادن او برای انجام تصمیم گیری های آینده خود باعث ایجاد اعتماد به نفس در وی خواهد شد.

### ۳- مسعود ک بی بندوبار و عدم موفقیت او در زندگی آینده خود

فرزانه: عدم موفقیت و نتیجه دلخواه برای زندگی آینده‌ی خود به سبب این که بر اساس علائق و سلایق خود برای زندگی آینده خود تصمیم گیری کرده و اینکه زندگی و انتخاب آینده‌ی او بر اساس احbar بوده است.

صفحه ۲۲۰

۱- محدودیت و کنترل اعمال فرزندان بستگی به سن آن‌ها دارد و با توجه به بیشتر شدن سن فرزندان، تصمیم‌گیری‌های آن‌ها درست و با ثبات و قابل اعتماد خواهد بود بنابراین میزان آزادی و محدودیت بستگی به سن او دارد و همچنین باید به این مورد هم توجه کنیم از این‌که فرزند استقلال فکری و عملی داشته باشد که در غیر این صورت منجر به ضرر و زیان برای فرزندان خواهد شد.

۲- الگوی سوم برای تعامل فرزندان با والدین می‌تواند به گونه‌ای باشد که فرزندان را برای تصمیم‌گیری حمایت و راهنمایی کنیم و هم در موردی مانند تصمیم‌گیری نهایی دستشان را باز بگذاریم یعنی برای تصمیم گیری کمکشان کنیم ولی تصمیم نهایی را به خودشان واگذار کنیم تا خودشان مسیر خودشان را انتخاب کنند تا نتیجه‌هایی شکست یا پیروزی خود را به عهده گرفته و بر گردان دیگران نیندازند.

صفحه ۲۲۳

۱- بهترین راه برای رعایت تعادل بین کنترل دادن به فرزندان رعایت اصول و سبک‌های والدین مقتدر و سهل گرا به صورت همزمان و کنترل شده است.

۲- در مورد تمام موارد مربوط به تربیت صحیح و اصولی فرزند و سبک‌های فرزند پروری و همچنین توجه به فرزند پروری با توجه به جنسیت فرزند

### درس بیستم صفحه ۲۲۴

۱- عشق مفهوم بسیار پیچیده‌ای است و مسیری پر فراز و نشیب دارد و میتوان گفت وجود عقل و احساس همزمان با هم است و ترکیب مفاهیمی همچون اعتماد - امنیت - درک - رفع نیاز‌های طرف مقابل و ... است.



۲- خیر - برای تمامی افراد قابل دسترس نبوده و فقط برای کسانی که درک عمیقی از آن و مفاهیم گفته شده در مورد بالا دارند مسلمان قابل دستیابی خواهد بود.

۳- سا افزایش توجه به طرف مقابل و درک وی و رفع نیاز های او تا حد امکان - تامین تمام نیاز های طرف مقابل افزایش صمیمیت و محبت زوجین - افزایش شور و انگیزه و تعهد به همسر خود

۴- ازدواج اگر درست و به موقع باشد مسلمان سبب کمال انسان و سعادتمندی وی در دنیا و آخرت خواهد شد. سعادتی در سایه عشق و ایمان.

صفحه ۲۳۰

رفتارهای تضعیف کننده عشق	رفتارهای تقویت کننده عشق
عدم بیان اختلافات و سعی در مخفی نگه داشتن آن ها	بیان مشکلات و اختلافات و سوتفاهم های بی جا و حل به موقع آن ها
نژدیکی بی مورد به افراد نامحرم	کاهش ارتباط با نامحرم
عدم درک نیاز های طرف مقابل و توجه به نیاز های خود	درک نیاز های طرف مقابل و رفع آن ها
عدم اظهار محبت و گفتن سخنان بیهوده و بی جا	ابراز محبت و علاقه

صفحه ۲۳۵

مسلمان تعهد به همسر یکی از مهمترین مولفه های زندگی عاشقانه بوده است چرا که اگر این مورد رعایت نشود و دلبستگی های دیگری بعد از ازدواج ایجاد شود باعث سستی و پاشیدن زندگی مشترک خواهد شد و اگر هم قبل از ازدواج دلبستگی هایی بوده به طور مسلم بعد از ازدواج باید ترک شده و فقط همسر در نظر گرفته شود و فقط دلبستگی به همسر معنی پیدا کند که باعث تداوم زندگی مشترک نیز خواهد شد.

۲- منابع مختلفی در دسترس همگان وجود دارد از جمله مشورت با افراد با تجربه - مراجعه به مشاور - جست و جو در اینترنت در این مورد و کتاب ها و مقالات گوناگون در این مورد.



- ۳-آمادگی های گوناگونی برای ازدواج و تشکیل خانواده باید داشت از جمله آمادگی های روانی و شخصیتی - عاطفی و اجتماعی - اقتصادی و همچنین پیش از ازدواج باید آموزش های لازم در مراکز مختلف فرا گرفت و همچنین باید آزمایش هایی انجام شود تا فرد برای ازدواج آماده شود.
- ۴-تعهد نسبت به خود و نسبت به حدود اخلاقی خود و رد نکردن مرزها و چارچوب های اخلاقی در رابطه با افراد دیگر و کاهش رابطه با نامحرم از جمله عوامل مختلف عفت و حیا در زندگی است که هر انسانی باید رعایت کند.