



نبض ازدواج را بگیرید

برگشتگی - عباس مهدی - ۱۳۵۶ -
عنوان و نام پدیدآور: نبض ازدواج را بگیرید: چند ساعت تفکر پیش از ازدواج / مهدی عباس
مشخصات نشر: قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، انتشارات ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری: ۱۴ ص.
فروست: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۸۳۲ رول شش، ۳۳
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۶۱۱-۵-۱۵-۵
روایت فهرست نویسی: آریا
یادداشت: واژه نامه
موضوع: زنشویی
موضوع: زنشویی - روابط
ردیفی کشور: ۱۳۸۹ زن ۳۳/۳۳۳/۳۳۳
ردیفی دیویی: ۳۰۶/۸
نمراه کتابشناسی ملی: ۳۳۹۱۶۱

نویسنده: مهدی عباسی
ناشر: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)
چاپ: غرت
نویت و تاریخ چاپ: اول، اردیبهشت ۱۳۹۰
شمارگان: ۱۰۰۰
قیمت: ۱۰۰۰ تومان

شورای کارشناسی
محمد مهدی عباسی آغوی، اصغر عرفان، محمدرضا جهانگیرزاده

ویراستار: محدثه سادات طباطبایی
صفحه آرا: جواد شهپازی
عکس: سلیمه باباخان
تصویر ساز: الزهرا ارکا



نبض ازدواج را بگیرید

چند ساعت تفکر پیش از ازدواج

مهدی عباسی

فصل دوم • درباره ازدواج بدانید

۲۲	فواید ازدواج
۲۳	۱. آرامش روانی
۲۴	۲. سازندگی اخلاقی
۲۶	۳. رشد و تکامل
۲۷	۴. گسترش روابط اجتماعی از راه خویشاوندی
۲۸	ازدواج؛ برگی سرنوشت‌ساز در دفتر زندگی
۳۰	۱. ازدواج هویت‌ساز است
۳۱	۲. ازدواج و سرنوشت فرزندان
۳۳	ازدواج برای تشکیل خانواده
۳۴	۱. تشکیل خانواده با هدف ارضای نیاز جنسی
۳۵	۲. انگیزه مادی در ازدواج
۳۶	۳. ازدواج برای رهایی از خانه پدر
۳۷	۴. ازدواج با علاقه و تصمیم پدر و مادر
۴۰	۵. فشار اجتماعی
۴۱	ازدواج پیش‌بینی‌پذیر است
۴۲	پیش‌بینی کننده‌های موفقیت در ازدواج
۴۳	۱. پایداری هیجانی زوجین
۴۴	۲. سبک زندگی کارآمد
۴۷	۳. سوگیری مذهبی
۴۹	۴. هماهنگی و همراهی خانواده زوجین
۵۰	نقش والدین در انتخاب همسر
	۵. توافق در بیشتر دیدگاه‌های مهم زندگی
	۶. طرح ارتباطی مبتنی بر محبت منصفانه
	رابطه زن و مرد پیش از ازدواج
	۷. دعا کردن

مقدمه • ۶

فصل اول • نگاهی متفاوت به ازدواج باید!

۱۰	برای موفقیت از کجا باید آغاز کرد؟
۱۴	همسران توانمند ازدواج موفق
۱۵	۱. توانمندی در تصمیم‌گیری و انتخاب
۱۶	الف) شناخت و اطلاعات
۱۷	ب) نه گفتن به باورهای غلط
	ج) واکنش مناسب در موقعیت‌های ویژه
	۲. توانمندی در ابراز وجود
	۳. توانمندی در حل مشکلات احتمالی

فصل سوم • برای ازدواجی بهنگام، آگاهانه و پایدار

۱. ازدواج بهنگام	۵۶
الف) نیاز به آمادگی دارید	۵۷
ب) پیش از ازدواج سالم شوید	۵۸
چه کسانی برای ازدواج آماده نیستند؟	۵۹
۱. کسانی که عصبی‌اند	۶۰
۲. کسانی که ویژگی‌های شخصیتی ناپه‌نچار دارند	۶۳
۳. کسانی که خودپرترین‌اند	۶۴
۴. کسانی که در هویت‌یافتگی موفق مشکل دارند	۶۶
۲. برای ازدواج آگاهانه	۶۶
دربارۀ جایگاه همسران بدانید	۶۷
دربارۀ تفاوت‌های خود با همسران بیشتر بدانید	۶۸
۱. تفاوت در کلی‌نگری و جزئی‌نگری	۷۰
۲. تفاوت در هدف‌مداری و فرایند‌مداری	۷۱
۳. تفاوت در درک عواطف و هیجان‌ها	۷۲
۴. تفاوت در توانایی گفتاری	۷۳
۵. تفاوت در نقش‌ها	۷۴
کنش‌های زنان و مردان در ایفای نقش‌های زناشویی	۷۶
۶. تفاوت در نیازهای عاطفی	۷۸
۳. برای ازدواج موفق و پایدار	۸۰
الف) مهارت حل مسئله را در خود تقویت کنید	۸۱
ب) سبک ارتباطی خود را کارآمد سازید	۸۲
ج) دربارۀ ارتباط جنسی خوب بدانید	۸۳
د) نقش خود را در خانواده بیابید	۸۴
ه) برای کنترل رفتار خود، سبک کارآمد داشته باشید	۸۶
و) برای استقلال از خانۀ پدری برنامه داشته باشید	۸۷
ز) سبک ارتباط با اقوام و دوستان را مشخص سازید	
ح) برای فعالیت‌های اوقات فراغت برنامه داشته باشید	
ط) با موضوع‌های شخصی همسران سازگار باشید	

مقدمه

ازدواج به هندوانه‌ای درسته می‌ماند، اما چند صباحی ارتباط میان دختر و پسر پیش از ازدواج، تا حدی می‌تواند موجب شناخت آنان از یکدیگر شود. پس از چند ماه ارتباط، رضایت دختر و پسر برای ازدواج کافی است؛ هر چند خانواده‌ها در این میان ناراضی باشند. بنابراین می‌توانیم ازدواجی بدون رضایت پدر و مادر داشته باشیم. ما که نمی‌خواهیم با خانواده یا فامیل همسرمان زیر یک سقف زندگی کنیم. برای آنکه این دوران شیرین تلخ نشود، دختر و پسر نیاید به فکر آینده باشند. فقط باید اجازه دهیم زندگی‌مان آغاز شود. کافی است زندگی مشترکمان با ماه عسل لذت‌بخش شکل گیرد. برای آغاز، این شیوه بسیار عالی است!

دربارهٔ این نگرش به ازدواج چه می‌اندیشید؟ فرجام ازدواجی که بر مبنای چنین رویکردی شکل گیرد چه خواهد بود؟ آیا به‌واقع ازدواج مانند هندوانه‌ای درسته است، یا دست‌کم می‌توانیم به اندازهٔ انتخاب رشتهٔ تحصیلی، یا خرید وسیله‌ای، دربارهٔ زندگی مشترک با همسر خویش، مطالعه کنیم؟ آیا می‌توانیم بدون پدر و مادر و خویشانمان زندگی پویا و آرامی را ترسیم کنیم؟ بهتر نیست با هدف تشکیل زندگی‌ای مطلوب، خانوادهٔ خود و همسرمان را نیز در این مسیر همراه کنیم؟ آیا ارتباط عاطفی بیش از ازدواج رسمی وابستگی ایجاد نمی‌کند؟ آیا وابستگی عاطفی دختر و پسر بیش از ازدواج، از دیدن ضعف‌ها و قوت‌های همسر آینده در آیندهٔ واقعی عقل و نه احساسات جلوگیری نمی‌کند؟ راستی ماه عسل چه مدت طول می‌کشد؟ به نظر می‌رسد اینها پرسش‌هایی‌اند که دربارهٔ نگاه یادشده به ذهن شما نیز رسیده‌اند.

شمار ازدواج‌هایی که بر پایهٔ همهٔ بخش‌ها یا دست‌کم بخشی از دیدگاه بالا شکل می‌گیرند کم نیستند. ممکن است به تعداد دختران و پسران در آستانهٔ ازدواج، دیدگاه‌های متفاوتی از این‌گونه باورها و رغبت‌ها وجود داشته باشد. این دیدگاه‌ها، منشأ اندیشه، احساسات و رفتارهایی خواهند شد که نه‌تنها بر چگونگی ازدواج و آغاز زندگی عروسی و داماد، بلکه بر روند ادامهٔ آن نیز تأثیر خواهند گذاشت. چه‌بسا به دلیل مشارکت خانواده‌ها در شکل‌گیری این خانوادهٔ نوپا، مشکلات احتمالی ناشی از این دیدگاه‌ها بر زندگی آنان نیز تأثیر بگذارد. از این‌روی، بررسی و اصلاح این باورها و رغبت‌ها دربارهٔ جنبه‌های گوناگون ازدواج، عاملی مهم و خاستگاه شکل‌گیری ازدواجی موفق به‌شمار می‌آید.