

السلامة للجميع

مشاوره پیش از ازدواج

مؤلف:

ملیحه مرادی



سرشناسه	: سالار مرادی، ملیحه، ۱۲۵۶-
عنوان و نام پدیدآور	: مشاوره پیش از ازدواج / مولف ملیحه مرادی.
مشخصات نشر	: تهران: سنجش و دانش
مشخصات ظاهری	: ۱۲۷ ص.
شابک	: 978-622-050959-2: ۲۵۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	: قیما
موضوع	: مشاوره ازدواج
دعوع	: Marriage counseling
موضوع	: همسرگزینی
موضوع	: Mate selection
موضوع	: روابط زن و مرد
موضوع	: Man-woman relationships
رده بندی دنگره	: HQ1۰
رده بندی دیویی	: ۳۶۲/۸۲۸۶
شماره کتابشناختی	: ۶۱۱۹۱۹۵

عنوان: مشاوره پیش از ازدواج

مولف: ملیحه مرادی

ناشر: سنجش و دانش

نوبت چاپ: اول-۱۳۹۸

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۵-۰۹۵۹-۲

سانجش و دیش

www.sanjesh.ir

sanjeshodanesh@iran.ir

قیمت: ۳۵۰۰۰۰ ریال

نشانی: میدان انقلاب، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، پلاک ۱۲۶.

تلفن: ۰۲۱۶۱۲۶



«کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر محفوظ می باشد»

صفحه	عنوان
۱	مقدمه
۵	فصل اول
۵	کلیات و ویژگی شخصیتی و سبک هویتی
۵	درازدواج
۶	ازدواج
۱۵	قبل از ازدواج باید این ها را بدانیم
۱۷	نکاتی درباره انتخاب فرد مناسب از دواج
۲۵	تعریف شخصیت از نظر روان شناسی و روان شناسان
۳۰	نظریه های شخصیت
۳۱	رویکرد روان کاوی
۳۵	رویکرد صفت
۳۶	رویکرد انسان گرایی
۳۷	رویکرد شناختی
۴۰	رویکرد رفتارگرایی
۴۲	رویکرد زیست شناختی (نظریه های سنج شناسی شخصیت)
۴۳	رویکرد پدیدار شناختی
۴۵	رویکرد تحولی نگری یا عملیاتی
۴۶	رویکرد تحلیل عاملی
۴۶	نظریه پنج عاملی شخصیت
۴۷	دیدگاه های متفاوت در زمینه شخصیت
۴۸	نظریه تحلیلی فروید
۵۰	نظریه زیستی اجتماعی الپورت
۵۱	نظریه تحلیل عوامل ریموند، بی کتل
۵۴	فصل دوم
۵۴	بررسی تیپ های شخصیتی تاثیر آن
۵۴	بر ازدواج

۵۵	اهمیت ازدواج
۵۶	ازدواج و ابعاد آن
۵۸	ضرورت‌های ازدواج
۶۶	جمع‌بندی
۶۹	تعریف صمیمیت
۷۱	سطوح و ابعاد صمیمیت
۷۲	تعریف صمیمیت جنسی
۷۵	جنسیت و رضایت زناشویی
۷۸	مروری بر تیپ‌های شخصیتی
۷۸	نظریه‌های تیپ‌های شخصیتی بقراط و جالینوس
۸۳	تیپ‌های شخصیتی و انواع آن از نظر یونگ
۸۶	تیپ‌های شخصیتی و انواع آن از نظر بریگز
۹۴	تیپ‌های شخصیتی و انواع آن از نظر آیزنک
۹۵	انواع تیپ‌های شخصیتی از نظر ران
۹۹	انواع تیپ‌های شخصیتی از نظر آیزنک
۱۰۲	فصل سوم
۱۰۲	علت رجوع به مشاوره ازدواج
۱۰۳	مشاوره ازدواج و علت رجوع به آن
۱۰۴	نکته مهم که از مشاوره ازدواج یاد گرفتیم
۱۰۷	بدون توجه به رفتار همسر خود بهترین باشید
۱۰۸	رفتار نرم و ملایمت آمیز در مقابل خشم
۱۰۸	حساسیت‌های همسر خود را بشناسید
۱۰۹	حساسیت‌های خود را بشناسید
۱۱۰	شروع درست و اصولی با مشاوره پیش از ازدواج
۱۱۰	مزایای مشاوره قبل از ازدواج
۱۱۱	همسر آینده خود را بهتر بشناسید
۱۱۱	در مشاوره ازدواج معمولاً راجع به چه موضوعاتی صحبت می‌شود؟
۱۱۶	منابع و مأخذ

مقدمه

بر هیچکس پوشیده نیست که خانواده مامن آرامش و جایگاه به شکوفا رساندن استعدادهاست. افراد در درون خانواده از هم تاثیر می پذیرند و بر هم تاثیر می گذارند. مسلماً شکوفایی افراد خانواده، متأثر از عملکرد درونی خانواده است. عملکرد (کارایی) خانواده در اصل اشاره به ویژگی های سیستمی خانواده دارد. به بیان دیگر عملکرد خانواده یعنی توانایی خانواده در هماهنگی یا انطباق با تغییرات ایجاد شده در طول حیات، حل کردن تعارض ها، همبستگی میان اعضا و موفقیت در الگوهای انضباطی، رعایت حد و مرز میان افراد و اجرای تعادل و انطباق. بر این نهاد مقدس با هدف حفاظت از کل نظام خانواده می باشد. خانواده کانون مهر، محبت و تربیت و مبنای شکل گیری زندگی اجتماعی انسان هاست. آن چه در خانواده و بگانه زن و مرد نقشی بیشتر بر عهده دارد، سازگاری زناشویی می باشد. به همین دلیل، بررسی مسائل سازگاری زناشویی از جهات گوناگون چه ابعاد فردی و چه ابعاد اجتماعی امری مهم است. در بعد فردی این مسئله مهم است چرا که اگر یک زوج در روابط شان با یکدیگر نتوانند به یک توافق نسبی و در نتیجه سازگاری برسند، کارکردهای خانواده مختل می شود و شاید تنها راه حل آن جدایی باشد که این راه حل نیز پیامدهای منفی بسیاری برای هریک از زوجین و فرزندان آنان در پی خواهد داشت. در بعد اجتماعی نیز این مسئله اهمیتی ویژه دارد، زیرا اگر خانواده که کوچک ترین واحد اجتماعی است، دچار دگرگونی و آسیب شود، بر کل جامعه تاثیر می گذارد و سلامت جامعه را با مخاطره روبه رو می کند. شواهد نشان دهنده افزایش خشونت های خانوادگی و میزان طلاق است. ازدواج به عنوان آغازی بر تشکیل خانواده همواره مورد توجه صاحب نظران علوم انسانی و

متخصصان مباحث مربوط به خانواده بوده و از این رو، یک رابطه انسانی پیچیده و بسیار ظریف است. از دلایل ازدواج میتوان به عشق و محبت، داشتن شریک و همراه در زندگی، ارضاء نیازهای عاطفی و روانی و افزایش شادی و خشنودی اشاره داشت. هر فردی که قصد ازدواج دارد بر اساس ملاکهایی که در ذهن خود دارد به انتخاب فرد مورد نظرش مبادرت می ورزد. در رابطه با ملاکهای انتخاب همسر نظریه های متعددی وجود دارد که یکی از این نظریه ها نظریه انتخاب تصافی است. بر این اساس انتخاب شریک زندگی همانند سایر تصمیمات اصلی زندگی فقط بر اساس تصادف اما در یک مجموعه محدود از افراد که عمدتاً شبیه به خود فرد هستند، صورت می گیرد (Likien & Tellegen, 1993). نظریه دیگر، دیدگاه همتا همسری است که بر اساس آن، افراد در انتخاب همسر عمدتاً به شباهتهای موجود میان خودشان توجه میکنند. به نظر (Baron & Baron, 1999) همسانی بین دو فرد آنها را به سوی هم جذب میکند و موجب قوام و دوام پیوند آنها میشود. در نهایت نظریه تکمیل کنندگی وجود دارد که ابتدا توسط Winch در سال ۱۹۵۸ مطرح شد. به نقل از Akbaridehkordi (۲۰۰۶) ازدواجهایی موفق هستند که در آن ملاکهای انتخاب به درستی رعایت شده باشند و طرفین از ملاکهای خود، آگاهی و تعریفی روشن داشته باشند. به عبارت دیگر طرفین بایستی در انتخاب احساس آزادی داشته، از بلوغ عقلی و فکری لازم برخوردار بوده و بتوانند بین عقل و احساس خود تعادل ایجاد کنند (Fathiashtiani, & Ahmadi, 2005). به طور کلی عوامل مؤثر بر انتظارات زناشویی عبارتند از خانواده مبدأ، فرهنگ Reid (۲۰۰۳)، روند اجتماعی شدن و ساختار فرصتها (Harris & Lee, 2007). با این وجود اکثر افراد دیدگاههای غیرواقع بینانه ای نسبت به زندگی زناشویی دارند و انتظار دارند که همسر آنها تمام خلاءهایی که در دوران

قبل از ازدواج داشتند را بر طرف کند (Mansfield ۲۰۰۷) آموزشهای پیش از ازدواج یکی از راه های پایین آوردن انتظارات غیرواقع بینانه میباشد (Sharp & Ganeng ۲۰۰۴).

رضایت فرد از ازدواجش می تواند زمینه ساز رضایت او از خانواده و زندگی و در سطح کلان تر، موجب سلامت جامعه باشد (Gardner & butler ۲۰۰۳) برای رسیدن به این مهم بایستی انتخاب همسر مبتنی بر خودآگاهی صورت پذیرد. این معیار بیانگر آگاهی هیجانی فرد نسبت به عواضش و تأثیرات آن، خود ارزیابی صحیح و دقیق از محدودیتها و نقاط قوت خود و اعتماد به نفس است. از جمله عوامل تأثیرگذار بر انتخابهای ما در مواقع گوناگون هوش هیجانی میباشد. هوش هیجانی عبارتست از مجموعه ای از توانایی های شناختی و هیجانی به هم پیوسته (Salovay, Karousc & Slamonious, ۲۰۰۷ cited by ;

Mohamaukhani & Bashqareh, ۲۰۰۷) که به فرد کمک می کنند تا بادرک، ارزیابی و بیان دقیق هیجانها، از احساسات - افکار را تسهیل میکنند آگاهی یابند. (مایر، سالووی، ۱، کاروسو و سیتارونیوس ۲۰۰۱، ۳، نقل از (Vahidi, & Vahidi ۲۰۱۴) از طرف دیگر بارون^۴ به عنوان یکی از پیشگامان این حوزه، هوش هیجانی را دستهای از مهارتها، استعدادها و تواناییهای غیرشناختی میداند که توانایی موفقیت فرد را در مقابله با فشارها و اقتضاهای محیطی افزایش میدهد (baron, ۲۰۰۰، سالووی، بدل، ۵، تیلر، ۶، مایر ۱۹۹۹)؛ به نقل از Hanna و Nikolas, ۲۰۰۳) معتقدند که افراد دارای هوش هیجانی بالا در برقراری ارتباط با دنیای پیرامون خود و مقابله با موقعیتهای استرس زا موفقتر عمل میکنند. مفهوم هوش هیجانی به عنوان یک عامل سازمان دهنده برای تفکر و برنامه ریزی مربیان تعلیم و تربیت به اثبات رسیده است و به کوششهای پراکنده ای که به عنوان پیشگیری اولیه محسوب

میشود، انسجام بخشیده و آنها را در یک دیدگاه متحد ارایه میدهد. در مورد اکتساب هوش هیجانی میتوان گفت که یادگیری مهارتهای هیجانی از منزل و با تعامل کودک -والد شروع میشود؛ بنابراین فرصتهای یادگیری مهارتهای هیجانی همیشه مساوی نیست (برادبری و گریوز، به نقل از Ebrahimi, ۲۰۰۷). با توجه به اینکه دستیابی به سازگاری زناشویی مستلزم وجود مجموعه‌های از آگاهیها و اطلاعات در زمینه انتخاب همسر است، بنابراین ضرورت آموزشهای پیش از ازدواج برای کمک به افراد جهت کسب آگاهی و مهارت لازم، احساس میشود (Omidvar et al, ۲۰۰۸). کارآمد بودن آموزشهای پیش از ازدواج توسط پژوهشگران مختلفی تأیید شده است (Khamseh, ۲۰۰۱; Sharp & Ganeng, ۲۰۰۴; Tanley & et al, ۲۰۰۶). در همین اخیراً تحقیقات گستردهای در خصوص اختلال در هوش هیجانی و اثرات آن بر کیفیت زندگی، موفقیت شغلی و تحصیلی، مقاومت در برابر استرس، سلامتی و کیفیت روابط اجتماعی از ازدواجی صورت گرفته است (Nelis & et al, ۲۰۰۹; cited by Mamey & Tile, ۲۰۰۷; Astin, Kevid & Johnson, ۲۰۰۹; cited by Heidari, ۲۰۱۲; Vanroy, ۲۰۰۶; Eigan, ۲۰۰۵; Sakolisky, ۲۰۰۵). Mohamadkhani & Bashqareh (۲۰۰۷) اصولاً انسان را برای زندگی اجتماعی خود به مهارتهای متعددی نیازمند است که از آن جمله به مهارتهای زندگی میتوان اشاره کرد. مهارتهای زندگی به زوجین کمک میکنند تا فنون ارتباطی صحیح و درک متقابل خود را افزایش دهند (Lavasani, ۲۰۰۵). مهارتهای زندگی در کنار ارتقای سازگاری افراد با خود، دیگران و محیط زندگی شان، به آنها می آموزد که در طول زندگی به ویژه در موقعیتهای پرخطر چگونه عاقلانه و صحیح رفتار کنند (Lavasani, ۲۰۰۵).