

قلب‌های تا به تا

سیر شروع و سرانجام

روابط دختر و پسر

محمد بی باک



۱۳۹۲

سرشناسه	: بی‌باک، محمد، ۱۳۵۱ -
عنوان و نام پدیدآور	: قلب‌های تا به تا: سیر شروع و سرانجام روابط دختر و پسر / محمد بی‌باک.
مشخصات نشر	: اصفهان: آموخته ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۲۰۰ ص.
شابک	: 978-600-6465-11-1
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. [۱۹۹]-۲۰۰.
موضوع	: روابط زن و مرد
موضوع	: جوانان -- جنبه‌های اخلاقی
موضوع	: جوانان -- روان‌شناسی
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۲ ق ۹۷۴ ب / HQ۸۰۱
رده بندی دیویی	: ۳۰۶/۷
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۲۸۰۱۳

نشر آموخته

اصفهان- خیابان مشتاق دوم - بلوار مهرآباد - کوی ۱۹ - شماره ۴۶
تلفن: ۰۳۱۱-۲۶۱۲۳۵۲ - همراه: ۰۹۱۳۴۰۱۰۴۰۰ - کد پستی: ۸۱۵۸۹۳۸۱۳۱

قلب‌های تا به تا

سیر شروع و سرانجام روابط دختر و پسر

محمد بی‌باک

مدیر تولید: فرهاد فروزنده

طراح جلد: لیلا رفیعی

• لیتوگرافی: زمان • چاپ: پارسا • صحافی: سپاهان
• چاپ اول: ۱۳۹۲ • تعداد: ۱۰۰۰ نسخه • قیمت: ۷۸۰۰ تومان
© حق چاپ: ۱۳۹۲، انتشارات آموخته

ISBN: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۶۵-۱۱-۱

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۶۵-۱۱-۱

فهرست مطالب

۱۷	 پیشگفتار مولف
۱۹	 مقدمه

فصل اول: انواع روابط

۲۱	 ۱- رابطه‌ی سالم
۲۲	 ۲- رابطه‌ی ناسالم
	 آیا رابطه‌ی دختر و پسر رابطه‌ای دوستانه است؟
۲۳	 عاشقانه است؟ یا ...
۲۳	 پیشنهاد دوستی یعنی ...
۲۴	 با چه کسی دوستی کنیم؟
۲۴	 ۱- عالم باشد
۲۵	 ۲- حکیم باشد

۲۵	 ۳- عاقل باشد
۲۶	 ۴- با تقوا و زاهد باشد
۲۶	 ۵- خیر و با فضیلت باشد
۲۶	 ۶- در دوستی وفادار باشد
۲۷	 ۷- اخلاق نیکو داشته باشد
۲۹	 چه کسانی شایسته‌ی دوستی نیستند؟
۳۰	 ۱- دوستی با احمق
۳۱	 ۲- دوستی با بخل
۳۱	 ۳- دوستی با فاجر
۳۲	 ۴- دوستی با دروغگو
۳۳	 مفهوم عشق

فصل دوم: روان‌شناسی بلوغ و نوجوانی

۳۹	 ابعاد رشد و تحول در دوره‌ی نوجوانی
۴۰	 - تحول شخصیتی و عاطفی
۴۲	 - احتیاجات عاطفی نوجوان
۴۲	 - تحول اجتماعی
۴۵	 - فرآیند تغییر رفتار اجتماعی در نوجوانی
۴۶	 - تحول شناختی
۴۸	 - تحول اخلاقی
۴۹	 عوامل محویت‌زا برای نوجوان در بین همسالان
۵۱	 رایج‌ترین مشکلات
۵۱	 - مقطع راهنمایی
۵۲	 - مقطع دبیرستان

فصل سوم: چرا روابط دختر و پسر شکل می‌گیرد؟

- ۵۳ ۱- ارضای غلط غریزه جنسی.....
- ۵۴ ۲- احساس نیاز به محبت.....
- ۵۵ ۳- الگو گرفتن از فرهنگ غیر خودی.....
- ۵۷ انگیزه‌ی نوجوان از برقراری رابطه با جنس مخالف
- ۵۸ آیا دختران و پسران با هم فرق دارند؟.....
- ۶۰ زمینه‌ها و مراقبت‌ها.....
- ۶۰ ۱- پوشش نامناسب.....
- ۶۱ ۲- خودنمایی و خودآرایی.....
- ۶۳ ۳- تنها به سفر رفتن دختران.....
- ۶۴ ۴- تردد در مناطق و اماکن خلوت.....
- ۶۴ ۵- خلوت با نامحرمان.....
- ۶۵ ۶- اختلاط.....
- ۶۶ ۷- کار در شرکت‌های خصوصی.....
- ۶۷ ۸- روابط پنهانی.....
- ۶۷ ۹- آزادی بی حد و مرز.....
- ۶۸ ۱۰- فرار از منزل.....
- ۶۸ ۱۱- بالا رفتن ازدواج.....
- ۶۹ ۱۲- بی احتیاطی در استفاده از وسایل نقلیه.....

فصل چهارم: انواع برخوردهای اجتماعی

بین دختر و پسر در ایران

- ۷۱ ۱- افراط در معاشرت.....
- ۷۲ ۲- روابط پنهانی.....
- ۷۳ ۳- برخوردهای غیر عادی و ناپخته.....

- ۷۳ ۴- برخورد مبتنی بر پرخاشگری
- ۷۴ ۵- برخورد محدود و خشک
- ۷۴ ۶- برخورد دستپاچه و هیجان زده
- ۷۶ ۷- برخورد مبتنی بر شرم افراطی
- ۷۶ ۸- برخورد مبتنی بر شناخت و احترام متقابل

فصل پنجم: سیر شروع، پدیدایی و سرانجام

روابط دختر و پسر

- ۷۹ مرحله ۱: جلب توجه
- ۸۰ مرحله ۲: اعتماد سازی
- مرحله ۳: شکستن رابطه‌ی عادی با رفتاری ظریف
- ۸۱ بدون ایجاد حساسیت
- مرحله ۴: برخوردها و تماس‌های فیزیکی اتفاقی و
- ۸۲ محدود
- ۸۳ مرحله ۵: درخواست‌های احساسی محدود
- ۸۳ مرحله ۶: شروع وابستگی
- ۸۴ مرحله ۷: تعهد
- ۸۶ مرحله ۸: ترس از رسوایی و تن دادن به

فصل ششم: آسیب‌ها و پیامدها

دسته اول: آسیب‌های فرهنگی - اجتماعی ناشی از

- ۸۹ روابط دختر و پسر
- ۸۹ ۱- کم رنگ شدن ارزش‌های انسانی
- ۹۰ ۲- آسیب‌پذیری کرامت انسانی زن
- ۹۰ ۳- ویرانی خانواده‌ها

۹۱	 ۴- فرار از منزل.....
۹۳	 ۵- ازدواج دیر هنگام.....
۹۴	 ۶- اشاعه‌ی فساد اخلاقی.....
۹۴	 ۷- هویت باختگی فرهنگی.....
۹۶	 ۸- بدبینی اجتماعی.....
	 ۹- پیامدهای سیاسی اقتصادی روابط آزاد دختر و
۹۶	 پسر.....
۹۷	 ۱۰- غربت مردگی.....
۹۸	 ۱۱- سرانجام چیست؟.....
	 دسته‌ی دوم: آسیب‌های روان‌شناختی روابط دختر و
۹۹	 پسر.....
۹۹	 ۱- اضطراب و آشفتگی.....
۱۰۱	 ۲- افسردگی.....
۱۰۲	 ۳- بدبینی.....
۱۰۴	 ۴- افت تحصیلی.....
۱۰۶	 ۵- سلامت و بهداشت به خطر می‌افتد.....
۱۰۸	 ۶- محرومیت از ازدواج پاک.....
۱۰۹	 ۷- مانعی برای شناخت.....
۱۱۰	 ۸- انحطاط اخلاقی.....
۱۱۱	 ۹- از بین رفتن عزت نفس.....
۱۱۲	 ۱۰- بی‌انگیزگی برای ازدواج.....
۱۱۴	 ۱۱- سست ایمانی.....
۱۱۵	 ۱۲- لطمه‌های مالی.....
۱۱۷	 ۱۳- آسیب‌های شغلی.....
۱۱۸	 ۱۴- سلب امنیت فردی.....

- ۱۱۹ ۱۵- تنش‌های خانوادگی.
- ۱۲۱ ۱۶- ضایع شدن و کوتاه شدن عمر.
- ۱۲۲ ۱۷- وابستگی، تعهد و محدودیت.
- ۱۲۳ ۱۸- هر عملی را عکس‌العملی است.
- چند درصد ازدواج‌هایی که بر مبنای دوستی دختر و
- ۱۲۳ پسر شکل می‌گیرند، موفق هستند؟
- ۱۲۵ - اگر به ازدواج منجر شود!
- ۱۲۵ ۱- ایجاد سوءظن و بدبینی
- ۱۲۶ ۲- محروم شدن از زیبایی ازدواج شکوهمند.
- ۱۲۸ ۳- وعده‌های کاذب و ...
- ۱۲۹ ۴- ترویج الگوی غلط
- ۱۳۰ - اگر به ازدواج نینجامد.
- ۱۳۰ ۱- افسردگی
- ۱۳۱ ۲- شکست عاطفی
- ۱۳۱ ۳- سوزاندن فرصت‌ها و موقعیت‌های خوب ازدواج ..
- ۱۳۲ ۴- مقایسه‌ی ذهنی
- ۱۳۲ ۵- احساس بازیچه شدن
- ۱۳۳ ۶- بدبینی شدید به جنس مخالف.

فصل هفتم: چه باید کرد؟

- ۱۳۵ وضعیت مطلوب روابط دختر و پسر
- ۱۳۵ ۱- شناخت واقعیت‌های جنس مخالف.
- ۲- اجتناب از خیال‌پردازی و تصور رؤیایی در مورد
- ۱۳۶ جنس مخالف.

- ۳- فقدان ترس، دلهره، هیجان، منفی، خصومت یا
 ۱۳۷ خشونت نسبت به جنس مخالف
- ۴- کنترل خونسردی و حفظ اقتدار شخصیت به هنگام
 ۱۳۷ مواجه شدن با جنس مخالف
- ۵- رفتار توأم با احترام با رعایت حدود شرعی،
 اخلاقی، عرفی، خانوادگی محرم و نا محرم و حلال و
 ۱۳۸ حرام
- ۶- فقدان رابطی پنهانی و بدون مشورت والدین با
 ۱۳۹ جنس مخالف
- ۷- فقدان رفتار زننده همراه با خودنمایی و جلب
 ۱۴۰ توجه
- ۸- پرهیز از ورود به رابطه صمیمانه با جنس
 ۱۴۰ مخالف قبل از عقد
- ۹- اطمینان از وجود عناصر چهارگانه‌ی عشق
 ۱۴۰
- آموزش مهارت‌ها
 ۱۴۱
- موضوع اول: وجود غریزه‌ی جنسی
 ۱۴۱
- مهارت‌ها:
- ۱- درک طبیعی بودن نیاز جنسی
 ۱۴۲
- ۲- اعتقاد به لزوم ارضای نیاز جنسی
 ۱۴۲
- ۳- ازدواج
 ۱۴۳
- ۴- رشد خویشتن‌داری
 ۱۴۴
- ۵- مهارت «نه گفتن»
 ۱۴۵
- ۶- ورزش و تفریح
 ۱۴۶
- ۷- کار
 ۱۴۷
- ۸- عبادت کردن
 ۱۴۷

موضوع دوم: نیاز انسان به همدم ۱۴۸
مهارت‌ها:

۱- تقویت نگرش محبت آمیز توأم با احساس

..... ۱۴۹
مسئولیت نسبت به جنس مخالف

..... ۱۴۹
۲- دوست‌یابی

..... ۱۵۰
۳- مهارت ارتباط

..... ۱۵۲
۴- شناخت و ویژگی‌های جنس مخالف

..... ۱۵۳
۵- مهارت ابراز وجود

..... ۱۵۴
۶- اعتماد به نفس و عزت نفس

..... ۱۵۷
۷- عبادت و توسل

..... ۱۵۸
۸- همدم شدن با محارم و نزدیکان

..... ۱۵۸
موضوع سوم: زیبایی دوستی

مهارت‌ها:

..... ۱۶۰
۱- تقویت زیانگری

..... ۱۶۱
۲- حریم‌شناسی

..... ۱۶۲
۳- زیبایی ارزش اجتماعی شده است

..... ۱۶۴
۴- توجه به زیبایی‌های همسر

..... ۱۶۵
موضوع چهارم: نیاز به محبت

مهارت‌ها:

..... ۱۶۶
۱- مدیریت احساسات و عواطف

..... ۱۶۷
۲- رشد محبت میان زن و شوهر

..... ۱۶۸
۳- خانواده، کانون محبت

..... ۱۶۹
نهادهای و سازمان‌های تأثیرگذار

..... ۱۶۹
۱- خانواده

..... ۱۶۹
۱-۱- تقسیم کار ضمنی در تربیت

۱۷۰	 ۱-۲- مدیریت اختلاطها
۱۷۱	 ۱-۳- آموزش احترام به خود و دیگران
۱۷۱	 ۱-۴- آموزش ادب و متانت
۱۷۲	 ۱-۵- آموزش مدیریت اعضا و جوارح
۱۷۳	 ۱-۶- آموزش ابراز وجود
۱۷۴	 ۲- مهد کودک و آمادگی
۱۷۵	 ۳- دبستان
۱۷۶	 اول: در مورد مربی
۱۷۷	 دوم: در مورد آموزشگاه
۱۷۸	 سوم: در مورد محتوا
۱۷۸	 ۱- ایجاد و تحکیم باورهای مذهبی
۱۷۹	 ۲- آموزش غیر مستقیم حجاب
۱۸۰	 ۳- آشنایی با نقش های حیستنی
۱۸۰	 ۴- آموزش فرهنگ احترام
۱۸۱	 ۵- آموزش دفاع از خویش
۱۸۱	 ۴- راهنمایی و دبیرستان
۱۸۷	 ۵- دانشگاه
۱۹۰	 ۶- صدا و سیما
۱۹۲	 ۷- فرهنگسراها و مراکز فرهنگی
۱۹۳	 ۸- نخبگان و خواص جامعه
۱۹۶	 ۹- اشتغال
۱۹۷	 منابع و مأخذ

پیش‌گفتار مؤلف

حمد و سپاس به درگاه ذات اقدس اله که به بندگان لطف دارد، رحمان است و رحیم، هم علیم است و حکیم. از اینکه این توفیق را عنایت فرمود تا درباره‌ی یکی از موضوعات مبتلابه جامعه با نیت کمک‌رسانی و ارائه‌ی راه‌کارهای مسئله‌گشا، سهمی بسیار اندک در خدمت به خلق او ایفا کنم، پیشانی شکر بر آستانش می‌سایم و از او می‌خواهم اگر در ارائه‌ی این مطالب قصوری یا کم‌فهمی یا بدفهمی صورت گرفته است، مرا ببخشایند و با هر شیوه‌ای که صلاح می‌دانند، حقیر را آگاه کنند. همچنین، در مورد مطالب و آموزه‌هایی که از لطف و کرم خود اجازه داده‌اند از زبان و قلم این حقیر جاری شود، بسیار سپاسگزارم.

حدود یک دهه است که مسئله‌ی روابط دختر و پسر، ذهن نگارنده را به طور جدی به خود مشغول کرده است، مهم‌ترین عوامل این دغدغه‌ی ذهنی، مراجعان دردمندِ نادم و به دام افتاده‌ی متعددی بود که فقدان شناخت کافی و ندانم‌کاری یا ضعف زیربنای اخلاقی یا سستی در ایمان و عقیده و فاصله گرفتن از دستورات دین مبین اسلام، هر روز آنان را با مشکلات بیشتر، عمیق‌تر و جان‌سوزتری مواجه ساخته بود. امید است این نوشتار بتواند اولاً به طور روشن و بدون ابهام، این مسیر غلط را تبیین و پیامدها و عوارض آن را بازگو کند و راه‌کارهای مناسب فردی و اجتماعی را جهت حل بخشی از این مشکل ارائه کند.

مقدمه

هر نسلی، در کنار فرصت‌ها، تحول‌آفرینی‌ها و پیشرفت‌هایی که دارد، با معضلات، تهدیدها، مسائل، دوراهی‌ها و مشکلات ویژه‌ای نیز مواجه می‌شود.

یکی از دغدغه‌های جدی نسل نوجوان و جوان ما ارتباطات، اثرگذاری‌ها و اثرپذیری‌هاست که از جمله‌ی این موضوعات تعاملی، می‌توان به شرایط پیش آمده در مورد وضعیت روابط دختر و پسر اشاره کرد.

دقت در این مسئله از چند بُعد اهمیت دارد: بعد اول، داشتن تمایل و احساس نسبت به جنس مخالف است که موضوعی تحولی است و یکی از جنبه‌های طبیعی رشد در دوران نوجوانی تلقی می‌شود، اما بُعد دوم نمود، اظهار و بروز این احساس است که از نگاه اخلاق انسانی، فرهنگ دینی و باورهای اصیل خانواده‌گی مسئله‌ای تلقی می‌شود که باید مدیریت و کنترل شود و از اینکه خود را به احساسات این دوره بسپاریم، نهی شده‌ایم. بُعد سوم، تبلیغ و ترویج روابط آزاد و زیبا و موجه جلوه دادن آن از طریق امواج تهاجمی ماهواره‌ای و اینترنتی است که از طریق متولیان مروج بی‌بندوباری (مثل هالیوود) جاذبه‌های غریزی شدید ایجاد می‌شود و از طریق نیروهای آلت دست آن‌ها به طور عملی اشاعه می‌یابد و سبب می‌شود نوجوان توجه به این غرایز و برآورده کردنشان را همخوان‌تر با حال و هوا و نیازهایش احساس کند، تا خویشتن‌داری و مدیریت این احساسات که فرهنگ بومی از او انتظار دارد.

این موضوع، به دلیل عوامل فرهنگی، در جامعه‌ی غرب مسئله یا مشکل دیده نمی‌شود، به همین دلیل اقدامات یا پژوهش‌های قابل توجهی هم در روان‌شناسی غرب در این مورد انجام نشده است. آن موارد محدودی هم که در کتب روان‌شناسی رشد آورده شده، پاسخی به مسائل و نیازهای فرهنگی خودشان است. لذا، لزوم آسیب‌شناسی و یافتن راه‌کارهای پیشگیرانه و آموزشی برای آحاد مردم جامعه‌مان، مواجهه با مراجعان متعددی که درگیر روابط ناسالم عاطفی شده بودند و نیز، فقدان منابع کافی در این زمینه، نگارنده را بر آن داشت تا با مذاقه بیشتر و انجام تحقیقی در مورد «سیر پدیدایی و سرانجام روابط دختر و پسر در ایران» و نگارش مطالبی هر چند ناکافی، در خدمت به نسل مؤثر در سازندگی ایران اسلامی سهمی کوچک را ایفا کند.

نوشتار پیش روی شما که با عنوان «قلب‌های تا به تا، سیر پدیدایی و سرانجام روابط دختر و پسر، چه باید کرد؟» از نظر شما خواننده‌ی عزیز می‌گذرد، محصول حدود سه سال تحقیق، تدقیق، کار کارگاهی و آموزش و گرفتن بازخورد از مخاطبان و تدوین تجارب و یافته‌هاست.

در فصل اول کتاب به انواع رابطه‌ها، رابطه‌ی سالم و ناسالم و تفاوت میان آن‌ها پرداخته می‌شود. سپس، تحلیل می‌شود که رابطه‌ی دختر و پسر چه نوع رابطه‌ای است؟ دوستانه، عاشقانه یا ... پس از آن به ویژگی دوستان خوب و مقایسه با دوستان ناشایست پرداخته می‌شود و در آخر فصل مفهوم عشق، از نگاه روان‌شناختی، شکافته می‌شود.

در فصل دوم کتاب به روان‌شناسی بلوغ و نوجوانی و ابعاد رشد و تحول آن دوران پرداخته می‌شود و نیز، زمینه‌هایی که بستر مناسب را برای ورود نوجوان به رابطه با جنس مخالف تسریع می‌کند.

در فصل سوم به انگیزه‌ها و چرایی‌های شکل‌گیری رابطه‌ی دختر و پسر و تفاوت‌های جنسیتی که از این حیث میان دختر و پسر وجود دارد، پرداخته شده است و سپس، زمینه‌های مراقبتی که نوجوان و والدین و متولیان باید بدان توجه کنند برشمرده شده است.

در فصل چهارم کتاب به انواع برخوردهای اجتماعی بین دختر و پسر در ایران، با رویکرد تربیتی و خانوادگی، اشاره شده است؛ هفت نوع برخورد نامناسب رد شده و در آخر مناسب‌ترین برخورد که مبتنی بر شناخت و احترام متقابل است، تایید و تبیین شده است.

فصل پنجم که یکی از محورهای اساسی کتاب است به سیر شروع، تداوم و سرانجام، روابط دختر و پسر به شیوه‌ای تحلیلی همراه با علائم و نشانه‌ها و آسیب‌های مرتبط با همراه آن می‌پردازد.

فصل ششم کتاب درباره‌ی عوارض و آسیب‌های ناشی از این روابط است که در دو بخش جداگانه، ابتدا به یازده آسیب فرهنگی اجتماعی پرداخته و سپس، در بخش بعد به هجده آسیب روان‌شناختی به صورتی دقیق پرداخته شده است.

در ادامه‌ی فصل به تأثیر روابط دختر و پسر و ازدواج پرداخته شده و هر دو گزینه که اگر به ازدواج منجر شود یا نشود، چه می‌شود، مورد بررسی قرار گرفته است.

در فصل آخر و هفتم کتاب که با عنوان «چه باید کرد؟» آورده شده است، ابتدا وضعیت مطلوب در روابط دختر و پسر شرح داده شده،

و سپس به مبانی گرایش به سمت جنس مخالف پرداخته شده و بیان شده است که، با چهار موضوع که به صورت فطری در وجود ما قرار دارد، باید با مهارت‌ها و تدابیر لازم، کنار آمده و آن‌ها را مدیریت کنیم: وجود غریزه‌ی جنسی، نیاز انسان به همدم، حس زیبایی دوستی و نیاز به محبت.

در بخش بعدی کتاب نه نهاد و سازمان تأثیرگذار جهت حل یا مدیریت موضوع روابط دختر و پسر تعریف است و برای هر کدام هم راه‌کارهایی پیشنهاد شده است: خانواده، مهد کودک و آمادگی، دبستان، راهنمایی و دبیرستان، دانشگاه، صدا و سیما، فرهنگسراها، نخبگان و خواص جامعه و متولیان اشتغال.

امید است بتوانیم در راستای سال‌سازی فضای جامعه‌مان که زمینه‌ی تمدن‌سازی غنی بومی را فراهم می‌کند، تلاش کنیم.

شایسته است از کلیه‌ی استادان، دانشجویان، شرکت‌کنندگان در کارگاه‌های روابط دختر و پسر و دوستانی که با ذکر نکات لازم مرا در امر تدوین و تألیف این نوشتار یاری رسانده‌اند، تشکر و قدردانی کنم.