



از من تا ما

چاپ‌باز، نوید، ۱۳۵۷

از من تا ما: آملای‌های لودج/نوید چاپ‌باز، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، معاونت تربیتی و فرهنگی، ۲۶ ص.

۱۳۹۱

ISBN 978-964-411-854-8

پست‌خلافه ص ۵۰ کیلی

From me to us

کتابخانه

۱. زانوس، ۲. آملای زندگی، چاپ‌باز

شماره کتابشناسی ملی: ۳۷۷۱۲۷۶ HQ۷۲/ع۲۱۸

تولید شده: نوید چاپ‌باز

ناشر: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی

چاپ: ریمه

نوبت و تاریخ چاپ: اول، بهار ۱۳۹۳

شمارگان: ۳۰۰۰

قیمت: ۲۰۰۰ تومان

شورای کارشناسی مرکز مشاوره و راهنمایی مؤسسه امام خمینی

مهدی عباسی، محمدمهدی عباسی‌اغوی، علی صادقی‌مرست

ویراستار: محدثه سادات طباطبایی

صفحه‌ار: نجف نجفی

عکس: فاطمه رزاقی

تصویر ساز: الهام ابرکا



از من تا ما

آمادگی‌های ازدواج

نوید جانپاز

فصل دوم • آمادگی‌های روان‌شناختی

۲۳	آمادگی‌های روان‌شناختی
۲۴	الف) بهره‌مندی از سلامت روانی
۲۵	ب) بهره‌مندی از شناخت و آگاهی لازم
۲۶	لوا. آگاهی درباره خود (هویت‌یابی)
۲۶	هویت جنسی
۲۹	شناخت غریزه جنسی
۳۰	پرهیز از رابط پیش از ازدواج
۳۱	ب. آگاهی درباره ازدواج
۳۳	سوم. آگاهی از تفاوت‌های زن و مرد
۳۶	اصلاح باورهای غیرمنطقی و اشتباه درباره زن و مردان
۳۸	چهارم. آگاهی از معیارهای انتخاب موفق
۳۹	پنجم. شناخت نقش‌ها و مسئولیت‌ها
۴۰	یک. مسئولیت‌های اخلاقی
۴۱	دو. مسئولیت‌های زناشویی
۴۲	سه. مسئولیت‌های اقتصادی
۴۳	ج) آمادگی عاطفی - هیجانی
۴۴	۱. استقلال از والدین
۴۵	۲. صمیمیت
۴۶	۳. تعهد و وفاداری

۶ • مطلع سخن

۹ • مقدمه

فصل نخست • آمادگی‌های جسمانی

۱۱	با آمادگی وارد شوید!
۱۲	همسران توانمند، ازدواج پایدار
۱۴	آمادگی‌های جسمانی
۱۶	الف) روح سالم در بدن سالم
۱۷	رنگ رخساره خبر می‌دهد از ...
۱۸	ب) بلوغ
۱۹	سن مناسب برای ازدواج

فصل سوم آمادگی‌های مهارتی

آمادگی‌های مهارتی	۴۹
الف) مهارت‌های ارتباطی	۵۰
ب) مهارت‌های حل اختلاف	۵۲
ج) مهارت تصمیم‌گیری و اراده	۵۳
د) مهارت مدیریت خود و خانواده	۵۴
هـ) کسب ویژگی‌های تربیت‌ش	۵۵
مشاوره برای ازدواج	۵۵
مشاوره با پدر و مادر	۵۶
مشاوره با افراد متخصص و متعهد	۵۶
دعا و توسل	۵۸

مطلع سخن

«حمد و ثنا حمدی که انسان را آفرید و از جنس او همسری برایش مقرر فرمود تا یکدیگر را همدم و نایس باشد و در کنار یکدیگر آرامش و آسایش یابند و سلام خدا و فرشتگان مقربش بر پیامبر گرامی، سلام محمد مصطفی ﷺ و اولاد مطهر و مکرمش ﷺ».

با نگاه اجمالی در آثار منتشره در موضوعات مختلف این نتیجه به دست می‌آید که «ازدواج» و مباحث مربوط به آن از جمله پر مخاطباترین آثار است و این امر از سویی نشانگر اهمیت این مسأله و توجه اندیشمندان جامعه با ابعاد مختلف آن و از سوی دیگر احساس نیاز مخاطبان به رشد شناخت و بینش در این خصوص است که جای بسی خوشوقتی و امیدواری دارد؛ در عین حال امروزه نکته مهم و قابل توجه در این میان، ضرورت تمرکز بر موضوعات محوری و زوایای خاص این مسأله به صورت تخصصی‌تر است تا بتوان نیاز جوانان را که مخاطبان اصلی این موضوع هستند به صورتی کامل‌تر و جامع‌تر پاسخ گفت.

کتاب «از من تا ما» به موضوع آمادگی‌های لازم برای ازدواج پرداخته است که از جمله موضوعات با اهمیت و محوری در میان مسایل مربوط به ازدواج است و مخاطبان با اندکی تامل، ضرورت و اهمیت آن را تصدیق می‌نمایند و با این همه، متأسفانه اثر مستقل چندانی در این خصوص مشاهده نمی‌کنند.

این سؤال در ذهن بسیاری از پدر و مادرها نیز ایجاد می‌شود که آیا واقعا فرزند جوان من آمادگی‌های لازم برای ورود به زندگی مشترک و مستقل از آنها را دارد یا هنوز وقت ازدواجش نرسیده است؟ آیا خواهد توانست به خوبی از عهده مسئولیت‌های خود در این مرحله جدید از زندگی برآید؟ وظیفه خود آنها برای آماده کردن فرزندشان برای ورود موفقیت‌آمیز به زندگی مشترک چیست؟ از کجا و با دریافت چه نشانه‌هایی می‌توان پی‌برد که جوان برای ازدواج آمادگی‌های لازم را دارد؟

مرکز مشاوره موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره) با درک صحیح و به‌جا از این نیاز جامعه اقدام به تولید آثاری در این خصوص نموده که از یک سو مبتنی بر دستاوردهای علمی و از دیگر سو با فضای ذهنی و زبان مفاهمه مخاطب خود در تعامل و هماهنگی باشد و بتواند پاسخگوی نیاز آنان باشد.

آنچه در این اثر، نویسنده با آن مواجه گردید کمبود منابع معتبر پژوهشی و یا پراکندگی مطالعات در این خصوص بود که البته تدوین این اثر را با محذورات جدی مواجه می‌ساخت؛ حجم وسیع، تعداد قابل توجهی از آثار منتشره در این موضوع با هدف پاسخ به تقاضای موجود در بازار نشر نگاشته شده و چندان منطبق بر اهداف علمی - پژوهشی نیستند؛ طبیعی است که ماهی از این موضوع نیازمند مطالعات عینی و میدانی است و در مواردی نیز کاستی‌های تئوری‌ها و نظریه‌های علمی حس می‌شود و این همه نه برای عذرتراشی در مقابل کاستی‌های موجود در این نوشتار که بیانگر ضرورت پژوهش‌های کاربردی و بنیادین در این عرصه است.

بخش‌های متعددی از این اثر، نیازمند بحث‌ها و بررسی‌های بیشتری‌تر است که به جهت مجال اندک و محدودی که به فراخور نیاز و حال مخاطب ایجاد شده، تحقق آن را با مانع مواجه ساخته و امید است صاحبان رأی و اندیشه در آینده‌ای نزدیک نیازهای اساسی در این عرصه را با بیان و بنان خویش پاسخگو باشند.

در اینجا بر خود لازم می‌دانم تا از تلاش‌های مجدانه و عالمانه برادران و فضایی واحد پژوهش مرکز مشاوره و راهنمایی موسسه امام خمینی (ره) تشکر نموده و از راهنمایی‌ها و مشورت‌های راه‌گشای آن‌ها تقدیر نمایم و از تمامی این عزیزان اجازه می‌خواهم ثواب اهتمام‌ها و پیگیری‌هایشان در ایجاد این اثر را به روح پاک و آسمانی برادر گرامی‌مان «فیاض» عزیز هدیه کنم که مرا حلی از این طرح، یادگاری از جدیت و همت اوست و هیچ‌گاه یاد زیبایش از صفحه خاطرمان پاک نخواهد شد.