

خلاصه و نکات مهم کتاب دانش خانواده و جمعیت



جمعی از نویسندگان:

زهرا آیت اللهی با همکاری شیما سادات حسینی، دکتر امیرحسین بانکی پور فرد،
دکتر بتول نامجو، دکتر انسیه کتابچی، دکتر محمد جواد محمودی، دکتر مونس سیاح



آپدیت 1404

NEW UPDATE



فصل اول: پیش از ازدواج

شناخت انسان:

الزامات زندگی شایسته: ۱- برنامه ریزی

الزامات برنامه ریزی: شناخت خویشتن

مفهوم نفخه روح الهی: دمیدن روح الهی در انسان

شرافت بعد روحی انسان: خداوند از ان به روح من یاد کرده است

ابعاد انسان: ۱- بعد مادی ۲- بعد معنوی

نتیجه بعد فرامادی: کرامت ذاتی انسان

بدترین جنبندگان نزد خدا: کسانی که حقیقت را نمی گویند و نمی شنوند

شناخت روابط انسان با جنس دیگر(زن و مرد):

ابزار تداوم حیات انسان و رشد و تعالی او: ۱- قرار دادن استعداد ها و امکانات در اختیار او ۲- بهره گیری انسان

از استعداد و امکانات در مسیر رشد و کمال

عامل اشکار شدن تفاوت بین دختران و پسران: ۱- بلوغ ۲- ظهور علائم ثانویه جنسی

زمان ظهور تحول عاطفی و روانی فرد: پس از بلوغ و همزمان با تغییر جسمانی

عوامل و محرک ها: ۱- محرک های زیستی عصبی(نوع تغذیه) ۲- محرک های محیطی ارتباطی(حواس پنج

گانه) ۳- محرک های ذهنی(دیداری و شنیداری)

انواع ارتباط در حوزه رفتار های جنسی:

مهم ترین تاثیر رسانه های تصویری بر حوزه رفتار جنسی: عادی سازی روابط جنسی خارج از چارچوب ازدواج

۱- خودارضایی:

تعریف خودارضایی: نوعی لذت جویی و کام جویی بدلی و شامل هر رفتاری است که فرد برای رسیدن به اوج لذت

جنسی با خود انجام می دهد

نکته: خودارضایی نوعی انحراف جنسی است

اثر مخرب خودارضایی: ۱- صرف انرژی ذهنی و فکری در مسیر مخرب و غیر مفید ۲- ایجاد ضعف در برخی

فعالیت های مغزی ۳- بروز اختلال های جنسی ۴- کم شدن قدرت باروری ۵- ضعف دستگاه عصبی و

کنترل اعصاب ۶- ایجاد اختلال برای خواب ۷- به تاخیر انداختن ازدواج ۸- ازدیاد عطش جنسی

۲- هم جنس گرایی و ارتباط جنسی با هم جنس:

انواع هم جنس گرایان: ۱- به رغم هویت جنسی سالم به ارتباط جنسی با هم جنس می پردازند ۲- افراد دچار اختلال هویت جنسی

دلایل اختلال هویت جنسی: ۱- فیزیولوژیک ۲- روانی

مهم ترین هدف لذت جنسی: تولید نسل و بقای جنسی

۳- روابط با جنس دیگر خارج از چهارچوب ازدواج:

انواع روابط جنسی خارج از چهارچوب: ۱- روابط جنسی خارج از چهارچوب بدون زندگی مشترک

۲- روابط جنسی خارج از چهارچوب همراه با زندگی مشترک

تعریف این نوع رابطه: به ارتباط جنسی شخصی با دیگری (غیر همجنس) بدون پیمان همسری

حکمت تعیین مجازات برای زنا: ۱- پاکسازی مجرم از آلودگی گناه ۲- پیشگیری از فراگیر شدن جرم در جامعه

عوامل موثر در گسترش ارتباط با جنس دیگر خارج از چهارچوب ازدواج: ۱- پاییند بودن به ارزش های دینی

۲- افزایش فناوری های ارتباطی ۳- ارتباط گسترده میان فرهنگی ۴- فشار همسالان ۵- هیجان خواهی

۶- تنوع طلبی ۷- لذت طلبی بدون عاقل اندیشی ۸- نداشتن اعتماد به نفس و ناتوانی در مهارت نه

گفتن ۹- انگیزه مالی برای برخی دختران

۳-۱. روابط جنسی خارج از چهارچوب ازدواج و بدون زندگی مشترک:

انواع مختلف روابط با جنس دیگر: ۱- محدود به روابط عاطفی و همراه با خویشتن داری جنسی ۲- دوستی

اجتماعی بدون مطرح عشق ۳- ارتباطی که به رابطه جنسی می انجامد

دلایل دوستی با جنس مخالف خارج از چارچوب ازدواج: ۱- تنوع بیشتر ۲- تعهد کمتر ۳- آزادی بیشتر

پیامد های رابطه جنسی در جوامع لیبرال: ۱- آسیب های روانی ۲- کاهش ازدواج و محرومیت از منافع آن

۳- سردی روابط همسران ۴- تنزل جایگاه زنان ۵- گسترش سوء استفاده جنسی ۶- دغدغه دائمی

برای برآوردن نیاز جنسی ۷- گسترش سقط جنین و تولد فرزندان محروم از حمایت پدر

۸- گسترش بیماری های جنسی ۹- توجه افراطی به مسائل جنسی ۱۰- بی توجهی به بسیاری از نیاز

های انسان ۱۱- بروز آسیب های معنوی

۳-۲. روابط جنسی خارج از چهارچوب ازدواج همراه با زندگی مشترک:

رابطه با ارتباط عاطفی و جنسی با فردی که در آینده هدف ازدواج دارند

نام های این نوع رابطه: ۱-هم خانگی ۲-هم باشی ۳-هم بالینی ۴-ازدواج سفید

مهم ترین ویژگی ازدواج: قانونمند بودن تمام مراحل آن

تفاوت ازدواج سفید با ازدواج معمولیکه همه مراحل ازدواج قانونی است اما در ازدواج سفید هیچ مرحله قانونی ندارد

دلایل عدم رضایت افراد از ازدواج سفید: ۱-اینده نامشخص زندگی ۲-محرومیت از حمایت خانواده و جامعه

۳-محرومیت از لذت فرزند اوری ۴-احساس حقارت در مقایسه با دوستان متاهل ۵-افزایش احتمال

خیانت جنسی ۶-ناپایداری این زندگی و آسیب های جدایی ۷-مشکلات قانونی مربوط به فرزندان یا امور

پس از جدایی ۸-از دست دادن فرصت های مهم زندگی سالم

۴-روابط با جنس دیگر در چهارچوب ازدواج:

ازدواج: الگوی مناسب رابطه سالم

الگوی روابط سالم: ازدواج های به دور از تنش ها و تعارضات مستمر و به شیوه سنتی

تاثیر ازدواج والدین در فرزندان: ۱-برخورداری از سلامت جسمی و روانی بالا ۳-رسیدن به سطوح تحصیلی

بالا تر ۴-بهره مندی از مزایای اقتصادی ۵-دوری از جرم و بزه ۶-احتمال داشتن ازدواج موفق در

اینده

مزایای رابطه جنسی در سنین مناسب و هنگام ازدواج: ۱-بالا ترین سطح سلامت اجتماعی ۲-بالا ترین سطح

مالی ۳-بالا ترین سطح سلامت روانی و جسمی

ضرورت پیروی از هدایت الهی:

هدف از زندگی در فرهنگ های مبتنی بر جهان بینی مادی: به دست آوردن رضایت شخصی (علت: محدود بودن

حیات به زندگی موقت دنیوی)

نکته: خداوند منبع بی پایان مهر و محبت است

۵-رفتار جنسی مطلوب از دیدگاه اسلام:

نکته: بعد فرامادی انسان پس از مرگ جاودانه خواهد ماند بنابراین شناخت مسیر دست یابی به خوشبختی

ماندگار است

رابطه جنسی مطلوب اسلام: فقط در چهارچوب ازدواج و خویشتن داری و مدیریت غریزه جنسی در استانه

ازدواج

۵-۱. توصیه به ازدواج، تسریع و تسهیل آن:

احسن مخلوق: بهترین افریده خداوند

ارزشمندی ازدواج از دید روایات: ۱- محبوب ترین و با ارزش ترین عمل نزد خدا ۲- برکات ازدواج ۳- خانواده محلی برای برطرف کردن بزرگترین مشکلات

۵-۲. خویشتن داری جنسی تا استانه ازدواج:

بعد فرامادی انسان دارای اختیار و اراده وسیع است

وظیفه انسان در رابطه جنسی تا استانه ازدواج: ۱- حفظ کرامت ذاتی خویش ۲- مدیریت غرایز خویش با هدف رسیدن به سعادت دنیوی و خوشبختی جاودانه ۳- عفت پیشه کردن

۵-۳. تاکید بر رعایت حیا در روابط با جنس دیگر:

تعریف حیا: سد محکم برای انسان در مقابله وسوسه های شیطانی و درک حضور ناظر محترم و عامل بازدارنده از رفتار های غیر اخلاقی

مفهوم حیای از خدا: ناظر دانستن خداوند بر اعمال خویش هنگام کار ناپسند

۵-۴. سفارش به تقوای چشم و گوش و زبان و لمس:

شروع کننده بسیاری از خطاهای جنسی: چشم، گوش، زبان، لمس

راه تقویت گوش: پرهیز از گوش دادن به موسیقی هایی که سبب تقویت تخیلات جنسی می شود

۵-۵. رعایت حجاب از سوی زنان:

نکته: مردان در برابر نس مخالف از خویشتن داری کمتری برخوردارند

نکته: زن باید خود را بپوشاند که مرد را به دستیابی محرمانه به او تشویق کند

هدف از رعایت حفظ حجاب توسط زن: ۱- حفظ ارزشمندی زن ۲- در امان داشتن از سوءاستفاده مقتدرانه مرد

حجاب: پیام بازدارنده به مردان بیمار دل تا در برخورد با زنان جانب احتیاط را رعایت نمایند

۶- مهارت های لازم برای مدیریت غریزه و تقویت خویشتن داری جنسی:

معنی خویشتن داری: مدیریت نیاز تا ارضای آن به تعویق افتد و در موقعیت مناسب به شیوه ای درست ارضا شود

راه تقویت خویشتن داری: ۱- راهکار های اندیشه ای ۲- راهکار های رفتاری

راهکار های اندیشه ای: ۱- تفکر درباره فلسفه زندگی ۲- تقویت باور به خدا ۳- جدی گرفتن آخرت ۴- افزایش آگاهی درباره پیامد های دوستی دختر و پسر ۵- توجه به کرامت خویشتن

راهکار های رفتاری: ۱- رعایت حدود الهی ۲- مدیریت ارتباط با نامحرم ۳- کنترل هیجانات و احساسات

۱-۶. راهکارهای اندیشه ای:

۱- شناخت خود و نظارت بر آن ۲- شناخت باور به پاداش ها و خسارت های دنیوی و اخروی

۳- توجه دائم به کرامت و بزرگواری خویش ۴- توجه به رابطه پر مهر و محبت خدا و انسان

لوازم شناخت خود: مراقبه و محاسبه نفس

معنای مراقبه: رقیب احوال و افعال خویش بودن

رقیب: گسی ه گردن میکشد تا اوضاع نفسانی خود را زیر نظر داشته باشد

معنی محاسبه: آگاهی از میزان طاعت و معاصی خود به منظور رفع نقایص و یا شکر موفقیت ها و تلاش ها

حاصل شناخت و باور به پاداش ها و خسارت های دنیوی و اخروی: ایجاد خوف و رجا در انسان

منظور از خوف: حالتی در انسان که فرد از تحقق یافتن امری نامطلوب که یقین دارد یا احتمال می دهد در

آینده واقع شود ترس و واهمه داشته باشد

راهکار های توجه به رابطه پر مهر و محبت انسان و خدا: ۱- باور به شنونده و بیننده بودن خداوند

۲- توجه به ارزشمندی خویش ۳- کنترل فکر و خیال خویش ۴- آموختن تفاوت جنسی در روابط خود

۲- راهکار های رفتاری

۱- سلبی ۲- ایجابی

سلبی:

۱- کنترل هیجانات و احساسات خود ۲- خودداری انجام کارهایی که سبب تقویت میل جنسی می شود

۳- پرهیز از پر خوری و پر خوابی و خوردن غذایی که سبب تقویت میل جنسی می شود

۴- روزه داری و تاثیر آن در کاهش میل جنسی ۵- پرهیز از بیان احساسات لطیف خود نزد جنس مخالف

۶- عدم هیجان زده شدن با نگاه و کلام غیر عادی جنس مخالف ۷- پرهیز از روابط پنهانی با جنس مخالف

ایجابی:

۱- تقویت ارتباط خود با خدا با حضور در برنامه های مذهبی ۲- پرداختن به فعالیت های جدی روزانه

۳- برنامه ریزی مناسب برای خواب خویش ۴- گرفتن دوش آب سرد به هنگام تحریک میل جنسی

۵- تقویت روابط عاطفی با خانواده ۶- پرهیز از دوستی با افرادی که اهل رفتار های جنسی حرام و غیر اخلاقی هستند ۷- اثبات ارزش قائل بودن دختران برای خود با حفظ پوشش و گفتار و رفتار خویش ۸- رعایت حریم الهی در نگاه گفتار و رفتار توسط پسران ۹- استفاده از تغییر وضعیت آگاهانه برای مقاومت در مقابل وسوسه های جنسی ۱۰- قرار دادن جریمه سنگین برای خود در هنگام ارتکاب خطای جنسی ۱۱- عدم ترک تدریجی گناه در خطای جنسی ۱۲- تعیین بازه زمانی کوتاه مدت برای پیشگیری از تکرار خطای جنسی

۷- ازدواج موقت:

گزینه ای برای برخی از انسان ها که نمیتوانند ازدواج کنند و زیر فشار شدید غریزه جنسی نیز توان خویشتن داری ندارند پیشنهاد میشود

ویژگی های ازدواج موقت: ۱- حداقل مسئولیت ۲- عدم نیاز تامین مخارج زن توسط مرد ۳- دارای مهریه ۴- عدم تعلق نفقه به زن ۵- عدم ارث بردن زن و مرد از یکدیگر ۶- عدم وجود طلاق ۷- زن پس از اتمام صیغه باید عده نگه دارد ۸- الزام رضایت پدر برای دختری که پیش تر ازدواج نکرده است ۹- نهی مردان متأهل از ازدواج موقت (مگر در شرایط خاص)

تعریف صیغه: ازدواجی مدت دار که باید با الفاظ ایجاب و قبول منعقد گردد

۸- مدیریت روابط عاطفی دختران و پسران:

ویژگی دوستی از نظر دختران: ۱- عشق ۲- ازدواج ۳- دوام رابطه
ویژگی های دوستی از نظر پسران: ۱- لذت گرا ۲- هیجان رابطه
زیان های روابط دوستی: ۱- ایجاد سرخوردگی و تحقیر در صورت منجر نشدن رابطه به ازدواج
۲- عدم انتخاب عقلانی به دلیل غلبه احساس و هیجان در رابطه
۳- عذاب وجدان به هنگام قطع رابطه در صورتی که آن فرد را مناسب خود ندانید
۴- ایجاد مشکل در صورت ازدواج با فرد دیگری (مشکلاتی از جمله احساس خیانت، عدم جذابیت همسر، از دست دادن فرصت های طلایی)

مهارت های رفتاری برای مدیریت روابط عاطفی با جنس دیگر:

۸-۱ اصول کلی:

۱- کنترل احساسات خود در صورت نداشتن شرایط ازدواج ۲- برگزاری جلشات فعالیت های علمی در دانشگاه ن در محیط دیگری ۳- پرهیز از وابستگی ۴- کنترل شرایط در صورت تقاضای غیر اخلاقی از دوست عاطفی

راههای پرهیز از وابستگی: ۱- بروز ندادن احساسات ۲- کنترل نگاه و رفتار خود ۳- حفظ شخصیت و احترام خود

کنترل شرایط در صورت تقاضای غیر اخلاقی از سوی دوست عاطفی: ۱- متذکر شدن مرز های اخلاقی
۲- ابراز واکنش قاطع برای قطع امید طرف مقابل ۳- مداومت بر واکنش ۴- ترک موقعیت در ورت فشار آوردن از جانب او

۸-۲. مدیریت رابطه به سوی ازدواج:

در صورت وجود رابطه ای که فرد را مناسب ازدواج می دانیم باید اعمال و نکات زیر را انجام دهیم:
۱- جویا شدن نظر شخص مقابل به صورت غیر مستقیم (در صورت صحبت نکردن مستقیم درباره ازدواج)
۲- عدم وجود اجبار از سوی محبوب شما در صورتی که پای شخص دیگری در میان باشد
۳- دیدن حضوری و خواستگاری رسم در دوستی و آشنایی های مجازی
۴- قطع رابطه با فردی که به او دل بسته اما او را مناسب همسری خود نمی دانیم
راهکار برای قطع رابطه با فردی که به او دل بسته اما شایسته ازدواج نیست: ۱- زمان دادن به خود برای فراموشی
۲- متذکر شدن عدم خوشبختی با او به خود ۳- پرهیز از هرگونه ارتباطی که احساسات شما را شعله ورسازد
۴- قطع رابطه به صورت کامل و ناگهانی ۵- آمادگی لازم برای بیان تصمیم قطع رابطه
۶- عدم حضور در محیط هایی که او حضور دارد ۷- نترسیدن در هنگام تهدید و ابروریزی

۸-۳. مدیریت شکست عاطفی:

اقدامات لازم برای گذر از شکست عاطفی و مدیریت آن:
۱- تخلیه عاقلانه خشم با استفاده از تکنیک های تخلیه خشم
۲- نوشتن احساسات و اتفاقات رخ داده بر روی کاغذ و سپس خواندن آن
۳- نوشتن ویژگی های مثبت خود و مرور آنها
۴- تهیه فهرست باموضوعاتی که سبب مسرت بخشی به شما می شود
۵- تغییر وضعیت خویش و مشغول شدن به کارهای مثبت در صورت مشغول شدن ذهن به او
۶- رفتن در جمع خانواده و دوستان برای دوری از تنهایی
۷- پرهیز از تنهایی برای جلوگیری از وسوسه و فکر او
۸- فرصت دادن به خود برای بازسازی روحی

فصل دوم: تشکیل خانواده

ازدواج و کارکرد های آن:

فایده تکثیر: کمک به خلقت از طریق تنوع ژنتیکی

علت اهمیت تنوع در انسان: ۱-عدم توانایی انسان برای تکی زیستن ۲-نیاز به جامعه برای رفع نیاز های خود

فواید زوج آفرینی انسان ها: ۱-تنوع انسان ها ۲-تکامل انسان ها

کارکردهای ازدواج:

- ۱-تکامل شخصیت ۲-ایجاد آرامش روانی ۳-پاسخ صحیح به نیاز های جنسی ۴-کامل شدن ایمان
- ۵-کسب استقلال ۶-تجربه مدیریت ۷-بهره مندی از حمایت های گسترده ۸-کسب اعتبار اجتماعی
- ۹-ارضای میل به جاودانگی ۱۰-رونق اقتصادی

تکامل شخصیت:

کمال شخصیت: تجربه همسر شدن و پس از آن پدر یا مادر شدن

دلیل رشد عاطفی انسان: ۱-عشق به همسر ۲-عشق به فرزندان

علت احساس مسئولیت زن و مرد نسبت به یکدیگر: ۱-عشق به همسر ۲-بنا نهادن خانواده و زندگی جدید
خصلت هایی که ازدواج سبب رشد آنها می شود: ۱-مسئولیت پذیری ۲-خلاقیت ۳-سازندگی ۴-صبر
و سازگاری ۵-امیدواری ۶-تلاش ۷-نشاط ۸-سرزندگی

ایجاد آرامش روانی:

مواردی که پس از ازدواج به وجود می آیند: ۱-محرک مثبت یکدیگر بودن ۲-همراه و رفیق و حامی عاطفی
یکدیگر بودن در هنگام بروز مشکل ۳-برقراری نزدیک ترین رابطه عاطفی میان زن و شوهر
۴-کاهش نگرانی ها، اضطراب ها و اشفتگی ها ۵-کاهش ناراحتی ناشی از بی اعتمادی به آینده

پاسخ صحیح به نیاز های جنسی:

فواید رابطه جنسی سالم: ۱-نشاط فردی ۲-تسکین درد دها و تنش های بدن ۳-رفع افسردگی ۴-
رسیدن به شادمانی ۵-برطرف شدن سستی و عدم تحریک پذیری ۶-کنترل خشم و تند خویی
عوارض پاسخ به نیاز جنسی در چهارچوبی به جز ازدواج: ۱-ناکامی غریزی ۲-پرخاشگری ۳-تند خویی

کامل شدن ایمان:

دروازه ورود شیطان به ذهن و روان ادمی: غریزه جنسی

- فواید ازدواج: ۱- تسکین نیاز جنسی ۲- عدم روی اوری به رفتار های خلاف اخلاق
عوارض عدم ازدواج: ۱- به گناه کشیده شدن بر اثر فشار نیاز های جنسی ۲- بروز احساس حقارت در فرد
۳- آسیب دیدن کرامت نفس وی

کسب استقلال:

مهم ترین تحولات دوران جوانی: احساس نیاز به استقلال
بهترین پاسخ نساخ به استقلال: ازدواج و تشکیل خانواده جدید
علت ازدواج به عنوان بهترین پاسخ به استقلال: ۱- هم فرد مستقل می شود ۲- همگان این استقلال را به رسمیت می شناسند

تجربه مدیریت:

با ازدواج مدیریت خانواده به عهده دختر و پسر بوده و با فرزند اوری حیطه این مدیریت متحول می شود

بهره مندی از حمایت های گسترده:

افزوده شدن بر تعداد بستگان خود از طریق ازدواج در نهایت حمایت عاطفی روانی و مالی بسیار گسترده تر می شود

کسب اعتبار اجتماعی:

ازدواج برای افراد اعتبار اجتماعی به دنبال داشته و در شغل و سایر موارد تاهل اولویت و شرط است

ارضای میل به جاودانگی:

- یاتن تداوم حیات خویش در فرزندان (حاصل دسترنج مادی و معنوی)
پیامد های مثبت ازدواج: ۱- ارضای نیاز های عاطفی ۲- محبت کردن به دیگران و محبت دیدن از دیگران
توسط همسر و سپس فرزندان ۳- بهره مندی از شور و نشاط در زندگی ۴- تقویت انگیزه برای فعالیت
۵- رشد اخلاقی و تقویت خصلت هایی مثل مرون و جوان مردی صبر و سازگاری
۶- پر شدن اوقات فراغت به نحو اسان با نشاط و مفید
۷- اسایش روانی و اقتصادی والدین به دلیل استقلال فرزندان

رونق اقتصاد:

ازدواج سبب رونق اقتصاد و افزایش ثروت می شود

ویژگی فرد مجرد: مصرف گرایی

ویژگی فرد متأهل: ۱- آینده نگر ۲- پس انداز ۳- کنترل کننده سبد هزینه ها

کارکرد های اجتماعی ازدواج:

خانواده: ثمره ازدواج

اجتماع: زاییده خانواده

نتیجه اجتماع: تمدن

عوارض تاخیر و سستی در ازدواج: ۱- زوال خانواده ۲- در معرض خطر بودن جامعه فرهنگ و تمدن

۳- کاهش جمعیت ۴- کاهش نسل پاک جامعه

این کارکرد های اجتماعی عبارت اند از: ۱- انتقال ارزش ها از نسلی به نسل دیگر ۲- پرورش مهارت های اجتماعی کودکان

انتقال ارزش ها از نسلی به نسل دیگر:

ویژگی خانواده: ۱- کانون انتقال ارزش های اخلاقی و باور های دینی و معیار های اجتماعی از نسلی به نسل دیگر ۲- زمینه ساز رشد عاطفی و تربیت اخلاقی و اجتماعی اعضا ۳- نقش اساسی در انتقال فرهنگ و پاسداشت ارزشهای فرهنگی جامعه

پرورش مهارت های اجتماعی کودکان:

خانواده: اصلی ترین پایگاه رشد و شکوفایی شخصیت و پرورش مهارت های اجتماعی کودک و نوجوان

تاثیر خانواده: ۱- شکل گیری شخصیت ۲- تبلور رفتار های اجتماعی ۳- تعامل فردی

۴- مسئولیت پذیری انسان ها

اثر اجتماعی خانواده: ۱- توسعه امنیت اجتماعی در راستای تنظیم رفتار های جنسی

۲- توسعه اقتصادی (تقویت انگیزه متاهلان برای تولید)

۳- بهبود روابط اجتماعی (توسعه جامعه پذیری افراد در خانواده)

۴- بقای جوامع (فرزند اوری)

۵- حمایت و مراقبت از نیازمندان

زمان مناسب ازدواج:

موارد بیان کننده زمان مناسب شروع ازدواج: ۱- پیدایش درک و فهم نسبت به زندگی مشترک ۲- شور و احساس عمیق نسبت به ازدواج

شرایط لازم برای ازدواج: ۱- رشد شناختی کافی ۲- رشد عاطفی ۳- رشد رفتاری

مزیت ازدواج: عاملی برای رشد اخلاقی، اقتصادی و اجتماعی فرد

فواید اصلاح شیوه فرزند پروری: ۱- مسئولیت پذیر تربیت کردن فرزندان ۲- تقویت توانایی های فردی و اجتماعی ۳- آماده سازی آنها برای زندگی مستقل

مزایای تاهل دانشجویان: ۱- موفقیت شغلی ۲- سرمایه اجتماعی ۳- موفقیت تحصیلی ۴- وضعیت مناسب از نظر تهذیب نفس و سلامت روح ۵- مدیریت و دقت بهتر در زندگی

۶- افزایش توان برنامه ریزی برای زندگی ۷- هدفمند و منظم شدن زندگی ۸- درک بهتر مسائل زندگی

۹- افزایش سازگاری ۱۰- ایجاد اعتماد به نفس بیشتر ۱۱- حمایت و توجه همسر ۱۲- افزایش حمایت خانواده ۱۳- رهایی از تنهایی ۱۴- کسب امنیت و آرامش ۱۵- احساس تعلق و افزایش استقلال و هویت یابی

چالش های ازدواج در دوران دانشجویی: ۱- فشار تحصیلی ۲- اشتغال ۳- مسکن

تسهیل ازدواج در رویارویی با موانع مختلف:

امار بالای افراد مجرد: نشان دهنده ضرورت اسان سازی ازدواج از سوی دختران پسران و خانواده های آنها است

مهم ترین اقدامات دولت در راستای ازدواج: ۱- تسهیل ازدواج جوانان ۲- حمایت از خانواده و جوانی جمعیت

عوامل به تاخیر انداختن ازدواج: ۱- افزایش سطح توقعات مادی و غیر مادی افراد ۲- آداب و رسوم دست و پا گیر و غلط ۳- گرایش پسران جوان برای احراز موقعیت های بالای اقتصادی و اجتماعی پیش از ازدواج

۴- تمایل برخی دختران برای کسب موقعیت هایی همانند مردان و اشتغال در خارج از خانه

۵- رعایت ترتیب ازدواج فرزندان ۶- ترس و نگرانی از ازدواج ناشی از سوء سابقه ذهنی

۷- تغییر معیار های گزینش همسر ۸- گرفتار شدن به ارمان زدگی و ایده آل خواهی

۹- نداشتن خواستگار مناسب ۱۰- سربازی ۱۱- اشتغال به تحصیل

اشتغال به تحصیل:

به دلایل زیر اشتغال به تحصیل سبب تاخیر در ازدواج می شود:

۱- ازدواج را مانع تحصیل دانستن ۲- اختلافات سطح تحصیلات

در صورت اختلاف در تحصیل ازدواج با داشتن شرایط زیر مناسب است:

۱- پسر مانع تحصیل همسرش نشود ۲- زن ظرفیت پذیرش مدیریت شوهری با تحصیلات کمتر را داشته باشد

مسائل اقتصادی:

راهکار های برطرف کردن مشکلات اقتصادی برای ازدواج:

- ۱- توکل به خدا ۲- پیدا کردن شغل مناسب از سوی پسران و پایین آوردن سطح توقع شغلی
 - ۳- انتخاب صحیح پسر با داشتن جوهره کار و قابلیت تامین امکانات از سوی دختر
 - ۴- توقعات پایین در مواردی مثل مهریه جهیزیه و مسکن
 - ۵- طولانی تر کردن فاصله عقد و عروسی و زمان برای تامین مسکن و جهیزیه
 - ۶- استفاده از امکانات مسکن والدین در آغاز زندگی
 - ۷- دریافت هدیه های نقدی و مورد استفاده
 - ۸- توجه به شرایط اقتصادی مرد در تعیین مهریه
 - ۹- اکتفا به وسایل ضروری در تهیه جهیزیه
- راهکار های کمتر شدن مخارج ازدواج: ۱- جلوگیری از تجمل گرایی ۲- جلوگیری از چشم و هم چشمی
- عامل به رسمیت بخشیدن ازدواج: خطبه عقد

خدمت سربازی:

- مزایای ازدواج در دوران خدمت سربازی: ۱- خدمت در محل سکونت خود و همسرش ۲- افزایش حقوق سربازی

باور های اشتباه:

- ۱- ترس از محدود شدن آزادی دوران مجردی ۲- مقایسه با دیگران ۳- تاکید بر ازدواج خواهر بزرگتر
 - ۴- ترس از مشکلات زندگی
- ترس از محدود شدن آزادی دوران مجردی: ۱- از دست دادن برخی آزادی ها بهای رشد و آرامش گرانبها
- ۲- طرح تازه برای روابط با دوستان برای از بین بردن حس عدم آزادی ۳- پرسیدن نظر همسر در رابطه با آزادی
- ترس از مشکلات زندگی: ۱- افزایش امید و کاهش ترس با یادآوری پیروزی بر مشکلات گذشته
- ۲- مشورت با افراد موفق ۳- دقت در انتخاب شریک زندگی ۴- توکل به خدا و اعتماد به رحمت بی کران او
- تاکید بر ازدواج خواهر بزرگتر: ۱- کسب رضایت خواهر بزرگتر برای ازدواج خواهر کوچک تر
- ۲- بیان علت این امر توسط والدین ۳- حفظ عزت و احترام دختر بزرگتر ۴- مشورت با خواهر بزرگتر درباره ازدواج خواهر کوچکتر
- راز انتخاب صحیح: تناسب زن و مرد با یکدیگر

نیافتن فرد مناسب:

اقدامات لازم برای یافتن فرد مناسب ازدواج:

- ۱- انصراف از معیار های فرعی ۲- بالابردن شایستگی ها ۳- حضور فعال در اجتماعات سالم

موانع خانوادگی:

- ۱- مخالفت والدین ۲- طلاق پدر و مادر ۳- سوء سابقه والدین ۴- سابقه طلاق یا فوت همسر

مخالفت والدین:

- اقدامات لازم برای مواجهه با مخالفت والدین: ۱- جویا شدن علت مخالفت ۲- کمک گرفتن از فردی که بر والدین او نفوذ دارند ۳- ابتدا همراه کردن یکی از والدین با خود ۴- افزایش بر محبت خود به آنها

طلاق پدر و مادر:

موارد اثبات عدم تاثیر این عامل بر فرزندان:

- ۱- پنهانی بودن دعوا مشکلات ۲- جبران خلاءهای عاطفی توسط بستگان ۳- نگهداری خوب توسط فردی که او را به عهده گرفته است
- راهکار های برخورد با فرزندان طلاق برای ازدواج: ۱- بررسی ضعف ها بدون در نظر گرفتن طلاق والدین (مانند سایر افراد) ۲- توضیح دلایل طلاق والدین ۳- حمایت فرزند توسط والدی که با او زندگی نمیکند در جلسات خواستگاری

سوء سابقه والدین:

راهکار برای بی تاثیر شدن این عامل بر زندگی فرزند:

- ۱- اطمینان دادن به شخص مقابل درباره متمایز بودن او از فضای حاکم بر خانواده ۲- افزایش توانایی های فردی ۳- تلاش برای یافتن وجهه اجتماعی مثبت برای خود

سابقه طلاق یا فوت همسر:

نکات قابل توجه در رابطه با این موضوع:

- ۱- گذشتن شش ماه از زمان طلاق یا فوت همسر ۲- در نظر داشتن معیار های اصلی و شایستگی ها
- ۳- تحقیق درباره علت طلاق ۴- بررسی صلاحیت همسر جدید برای رسیدگی به فرزند در صورت وجود
- ۵- در صورت رفع مشکل ها مناسب ترین فرد برای ازدواج همسر سابق است

انتخاب همسر شایسته:

برای انتخاب همسر موارد زیر حائز اهمیت است:

۱- ضرورت شناخت خود ۲- معیارهای همسرگزینی ۳- شیوه‌شنایی با فرد مناسب برای ازدواج

ضرورت شناخت خود:

برای تشخیص و شناخت انسان هم‌تا و هم‌شان خود ابتدا انسان باید خودش را بشناسد
برای تشخیص دقیق‌تر در شناخت خود لازم است نظر دیگران را نیز درباره خود بپرسد تا شخصیت پنهان خود را بهتر شناخته و عیوب خود را اصلاح کند

معیارهای همسرگزینی:

از مهم‌ترین مراحل زندگی هر فرد: گزینش همسر
معیارهای اساسی انتخاب همسر به شرح زیر است: ۱- همتایی و همانندی ۲- خوش اخلاقی ۳- سلامت
۴- سن ازدواج ۵- رضایت از معیارهای ظاهری

همتایی و همانندی:

هدف و فلسفه ازدواج: آرامش

معیارهای تعیین‌کننده میزان آرامش: ۱- خصوصیات ظاهری ۲- روحی ۳- فکری ۴- اخلاقی ۵- اجتماعی ۶- اعتقادی ۷- خانوادگی

بنیادی‌ترین مسئله ازدواج: اصل همتایی

اصل تعالیم اسلام در گزینش همسر: کفو بودن

مفهوم کفو بودن: همتایی تقریبی زن و مرد

نکته: بیشترین منظور از همتایی در خصوص ایمان است

از جمله معیارهای همسر شایسته: ایمان

مفهوم ایمان: رویکردی کلی که فرد از دین و مذهب به دست می‌آورد

راه‌های خوشبختی برای همسران از طریق ایمان:

۱- فرد با ایمان سبب ارتباط قلبی با خدا و برخورداری از نیروی کنترل‌کننده درونی و فردی قابل اعتماد است

۲- داشتن ثبات شخصیتی بیشتر به دلیل اعتقاد به نظام ارزشی مشخص

عامل تناسب: هم‌سانی

کفو انسان: فردی که با او احساس آرامش ایجاد می‌شود

صفات ایجاد‌کننده تناسب در نبود هم‌سانی: ۱- اقتدارگرایی ۲- اقتدارپذیری

اقدامات لازم در صورت وجود تفاوت فرهنگی: ۱- پذیرش ازدواج در صورت داشتن قدرت انطباق با شرایط جدید

۲- آشنایی کامل با فرهنگ و آداب و رسوم طرف مقابل پیش از ازدواج

۳- مناسب نبودن ازدواج در صورت تفاوت فرهنگی بسیار زیاد

خوش اخلاقی:

اساس زندگی زناشویی: ۱- سازگاری ۲- تفاهم ۳- همکاری

سلامت:

شرایط لازم همسر مناسب: ۱- سلامت جسمی ۲- سلامت روانی

اقدامات لازم در صورت وجود مشکلات جسمی مهم: ۱- کوشش برای درمان ۲- مطلع ساختن همسر از

بیماری و خطرات آن ۳- انتخاب فرد دارای سعه صدر برای پذیرش بیماری او در صورت لاعلاج بودن

۴- مشورت با مشاور در صورت وجود مشکلات روان و اعصاب

سن ازدواج:

فواید ازدواج در جوانی: ۱- بهره مندی از نعمت ها و برکات ازدواج ۲- رشد کردن در کنار یکدیگر

۳- دارای انعطاف پذیری، گذشت و نشاط روحی بیشتر ۴- توقعات پایین تر ۵- سازگاری بیشتر با همسر

۶- آرامش بیشتر در زندگی

سن حقیقی انسان: ۱- سن شنانامه ای ۲- سن زیستی (بیولوژیکی) ۳- سن روانی

علائم نشان دهنده سن روانی و بلوغ عقلانی: ۱- نشاط و سرزندگی ۲- پویایی فکر ۳- بلوغ عقلانی ۴-

قابلیت مطلوب همسر داری ۵- قدرت و مهارت ابراز احساسات ۶- انگیزه های تلاش ۷- امید آفرینی

و امید بخشی ۸- توانمندی ها و مهارت های کلامی ۹- هوش هیجانی ۱۰- ارتباطات اجتماعی

سن مناسب برای ازدواج موفق: ۱- همسالان ۲- افراد با فاصله سنی اندک

علت کم بودن امار طلاق در بین همسالان: ۱- همفکری ۲- همدلی

نکات ازدواج با تفاوت سنی معکوس: ۱- مراقبت آثار گذر عمر بر جسم و روان خود ۲- توجه به علاقه ها و

سلیقه های همسر جوان تر ۳- داشتن ظرفیت پذیرش حرف های اطرافیان

رضایت از معیار های ظاهری:

عامل موثر در رضایت از ازدواج: ۱- خشنودی و رضایت از ظاهر و زیبایی همسر

نکات مربوطه به معیار ظاهری: ۱- عدم سخت گیری در ملاک زیبایی ۲- اطلاع از عدم وجود زیبایی مطلق

۳- اهمیت نظر دختر و پسر در موضوع معیار های ظاهری نه نظر خانواده

شیوه‌شنایی با فرد مناسب برای ازدواج:

روش‌های شناسایی فرد مورد نظر برای ازدواج: ۱- شناسایی از طریق دوست و آشنا ۲- معرفی از طریق واسطه ۳- آشنایی در محیط آموزشی، محیط کار و... ۴- ارتباط در فضای مجازی

آشنایی بدون واسطه:

دلایل آشنایی بدون واسطه: ۱- ناتوانی خانواده در شناسایی فرد مناسب ۲- سخت‌گیری خانواده و مانع تراشی از سوی آنها ۳- احساس رضایت از انتخاب خود ۴- آشنایی با فرد مورد اطمینان ۵- فرصت بیشتر برای شناخت کامل فرد مورد نظر

معایب دوستی و آشنایی بدون واسطه: ۱- تمرکز بر جاذبه‌های مسبب عشق و علاقه ۲- غفلت از سایر امور ۳- توجه به ظاهر و نقاط قوت فرد ۴- غفلت از باطن و نقاط ضعف او ۵- فقط نشان دادن جنبه‌های مثبت طرفین ۶- مواجهه با آسیب ۷- شکست در روابط عاطفی

آشنایی با واسطه:

دلایل عدم مواجهه خانواده با فرد مناسب برای ازدواج: ۱- کاهش فرزندآوری ۲- محدود شدن روابط فAMILI ۳- کاهش رفت و آمد با همسایگان ۴- مهاجرت از شهری به شهر جدید مفهوم واسطه‌گر در ازدواج: کسی که بر اساس شناخت نسبی از طرفین و خانواده آنان دو جوان را برای ازدواج به هم معرفی می‌کند

گروه‌های واسطه در ازدواج: ۱- خانواده و فAMILI ۲- دوست یا همکار ۳- مراکز یا افراد خاص محاسن آشنایی با واسطه: ۱- برخورداری از خواستگاران بیشتر ۲- شناخت و انتخاب عقلانی تر ۳- احترام به خانواده‌ها ۴- رعایت حریم دختر و پسر

معایب آشنایی با واسطه: ۱- اطلاعات ناقص از طرف معرف ۲- تعریف و تمجید بیجا از طرفین ۳- معرفی خواستگار نامناسب

ویژگی‌های واسطه‌گر: ۱- عاقل ۲- داوری بی طرف ۳- شناخت دو طرف به خوبی ۴- عملکرد سنجیده پخته ۵- آگاه به مسائل ازدواج

نکات ضروری انتخاب همسر از طریق معرف: ۱- عدم تصمیم‌گیری نهایی بر پایه گفته‌های معرف

مراسم خواستگاری:

مشکلات خواستگاری سنتی: ۱- مشکلات خانواده دختر ۲- سکونت در دو شهر متفاوت

دلایل اهمیت برگزاری جلسات خواستگاری: ۱- مشخص شدن روح کلی و منش و سطح زندگی خانواده

- ۲- فرصت برای گفت و گو و آشنایی بیشتر با یکدیگر ۳- مشخص شدن تربیت دو طرف با توجه به نوع رفتار آنها ۴- بازدید دختر از خانه پسر برای آشنایی بیشتر ۵- شناخت محور بودن مجلس به دلیل حضور بزرگتر ها ۶- کاهش اضطراب طرفین به سبب همراهی والدین
- معایب خواستگاری: ۱- درگیر شدن خانواده ها به تجمعات ۲- توجه به اعتقادات و ایمان و اخلاق ۳- توجه به سطح زندگی آنها

روش شناخت:

- مهم ترین روش ها برای شناخت همسر آینده: ۱- گفت و گو با طرح سوالات دقیق و جزئی ۲- دقت در گفتار و رفتار ۳- تحقیق از دوستان صمیمی بستگان و... ۴- مشورت با افراد آگاه
- امور مورد نیاز برای بررسی: ۱- ویژگی های جسمانی ۲- ویژگی های اعتقادی ۳- ویژگی های اخلاقی
- ۴- سطح درک و میزان هوش ۵- مشخصات خانواده ۶- مسائل اقتصادی ۷- حساسیت ها و علایق خاص ۸- برنامه آینده زندگی
- نکات مربوط به تحقیق درباره فرد مورد نظر: ۱- افرادی که با او ارتباط زیادی دارند ۲- مطرح کردن سوالات تشریحی

عقد ازدواج:

- مشروعیت پیوند دو نفر: خطبه عقد
- شرایط عقد دائم: ۱- رضایت پدر دختر ۲- خوانده شدن صیغه عقد ۳- خواندن صحیح صیغه به عربی
- ۴- در صورت اشتباه خوانده شدن صیغه عقد باطل است ۵- علنی و اشکارا بودن عقد
- ۶- جاری کردن صیغه محرمیت پیش از عقد دائم در برخی موارد

فصل سوم: تحکیم خانواده

عوامل تحکیم خانواده و مهارت های رفتاری آن

عوامل اعتقادی:

امروزه شناخت درمانی از مباحث مهم روانشناسی است به گونه‌ای که قویترین درمان را درمان شناختی می‌دانند. شناخت درمانی معتقد است که به جای تغییرات مستقیم بر روی رفتار فرد باید تغییرات مثبتی در بینش و نگاه او ایجاد کرد. در حقیقت روانشناس رفتار درمان سعی دارد که با مدد از رفتارهای مثبت رفتارهای منفی را به عقب براند اما برخی روانشناسان چنین روشی را صحیح نمی‌دانند. از نظر آنان بهترین روش ایجاد تغییر در شناخت و بینش فرد است. با ایجاد شناخت بینش و باورهای درست قادر خواهیم بود که در یک سیر طبیعی بدون هیچ تغییر مستقیمی در رفتار اعضای خانواده آنها را به سوی فعالیت و موفقیت هدایت کنیم.

اعتقاد به تقدس پیوند زناشویی:

یکی از عواملی که در سوق یابی به ازدواج دوری گزیدن از جایگزین‌های احتمالی، ایجاد آمادگی های فردی و اجتماعی در جهت مقابله با آسیب‌های احتمالی پیوند زناشویی و در نتیجه حفظ خانواده نقشی تعیین کننده دارد، مقدس دانستن ازدواج است. بی‌شک حرمت نهادن به یک پدیده به ویژه در صورتی که چنین نگرشی در ذهنیت عموم غلبه داشته باشد به طور طبیعی در تقویت موقعیت آن و از دیگر سو در تضعیف اراده های ناهمسو تأثیری شگرف دارد. مطابق چنین اعتقادی زن و شوهری که به تقدس ازدواج و خانواده باور قلبی داشته باشند، نقش همسری خویش را به خوبی ایفا می‌کنند و در مواجهه با مشکلات زندگی با تمام توان می‌کوشند

دین داری:

از جمله عوامل موثر در تحکیم خانواده اعتقادات دینی و رفتارهای منطبق بر شاخص‌های دینی است. پژوهش‌های بسیاری تأثیر دینداری را بر سلامت روابط اعضای خانواده و استحکام آن اثبات کرده اند.

چگونگی تأثیر دین داری در استحکام زندگی خانوادگی:

یک) ایجاد وفاق در تعیین بایسته های زندگی خانوادگی.

دو) تأثیر رعایت حلال و حرام الهی.

سه) اعتقاد به نظارت الهی در روابط با خانواده.

چهار) تأثیر شرکت در مراسم دینی.

مهارت های رفتاری مرتبط با دین داری همسران:

پس از ازدواج برای رشد معنوی و رسیدن به کمال الهی یکدیگر را یاری دهید برای نمونه:

یک. زمینه گناه را در خانه خود فراهم نکنید و استفاده از رسانه های دیداری و شنیداری آلوده به حرام یا رفت و آمد با افراد اهل گناه صفای معنوی خانه را مسموم خواهد کرد. فقط از برنامه هایی استفاده کنید که به سلامت جسم و روان و ارتقای دانش و معنویت شما کمک می کند.

دو. از خوردن لقمه حرام بپرهیزید.

سه. بر انجام واجبات و ترک محرمات مداومت داشته باشید و در صورتی که از همسران ترک واجب یا انجام حرام میدید صمیمانه از او تقاضا کنید که رفتار خود را خدایسندانه کند.

چهار. همراه با خانواده در برنامه های مذهبی مانند نماز جماعت شرکت کنید.

مثبت اندیشی:

افکار مثبت به احساس درست و سپس به رفتار شایسته می انجامد و فرد خوش گمان در آسایش زندگی میکند. خانواده مهمترین جایگاه آسایش و آرامش است از همین رو نباید از تاثیر حسن ظن به همسر غفلت کرد. حسن ظن به معنای فریب خویشتن یا ساده دل ای نیست بلکه بدان معناست که به گفتار و رفتار همسر و مسائل زندگی مشترک بدگمان نباشیم. از این رو همسران با ایمان سعی می کنند تا خوبی های یکدیگر را به خوبی ببینند. در این راستا همنشینی با افرادی که حسن ظن دارند در گسترش مثبت اندیشی تاثیر دارد.

مهارت های رفتاری همسران:

یک. برگه ای بردارید و خوبی هایی را که همسران دارد یکی یکی در آن بنویسید. سپس برای هر خوبی مصادیق آن را بنویسید.

دو. سعی کنید جنبه مثبت کارهای همسر خود را ببینید.

سه. همسر خود را با دیگران مقایسه نکنید.

عوامل رفتاری:

چه بسا زن و شوهری که در آغاز ازدواج عاشقانه همدیگر را دوست داشته بودند ولی به دلیل رفتارهای ناپسند اندک اندک این علاقه آتشین به سردی بگراید.

چگونگی رفتار با همسر:

اظهار محبت به همسر:

قرآن کریم از رابطه میان زوجین با کلمه مودت و رحمت تعبیر می کند. شهوت تنها عامل پیوند زناشویی نیست بلکه صفا و صمیمیت و اتحاد دو روح است که زوجین را به یکدیگر پیوند می دهد. بی تردید زندگی مشترک از مهم ترین عرصه های تجلی عشق و شیفتگی در روابط انسانی است.

مهارت های رفتاری همسران:

شنیدن عبارات محبت آمیز از نیازهای جدی زوجین است از این رو پس از ازدواج:

یک. محبت و علاقه خود را به همسران به بهانه های گوناگون ابراز کنید. از هر فرصتی برای تبادل ارتباطات عاطفی خود بهره بگیرید.

دو. لحظاتی که احساس می کنید خیلی همسران را دوست دارید آن را به او بگویید و احساس خود را در دفتر خاطرات بنویسید.

سه. هر چند وقت یکبار کاری ویژه برای همسر خود انجام دهید برای مثال غذای مورد علاقه همسر خود را تامین کنید.

چهار. ادبیات محبت آمیز در افراد متفاوت است. محبت همسران را با هر ادبیاتی که دارد بپذیرید و به همسران با ادبیاتی که با روحیات او سازگار است محبت کنید.

پنج: برخی از افراد توانایی لازم برای ابراز محبت قلبی خود را ندارند. در این مواقع بکشید صحبت های همسران را ترجمه کنید و خودتان نیز با همسران بدون نیاز به ترجمه سخن بگویید.

شش: همسر شما هنگام بیماری و شکست بیش از هر زمان دیگری نیازمند یاری و محبت شماست. بگذارید هنگام سختی ها شما را در کنار خود احساس کند.

هفت. اگر خواهان دریافت محبت از همسر خود هستید رفتارهای خود را محبت برانگیز کنید.

خوش گفتاری:

کلام مهمترین وسیله ارتباطی بین دو فرد است از این رو همسران که نزدیکترین افراد به یکدیگر هستند باید مهارت خوب سخن گفتن و خوب شنیدن را فراگیرند.

مهارت های رفتاری همسران:

شیوه سخن گفتن با همسر:

یک. منظور خود را به درستی و همسران منتقل کنید زیرا او بر اساس برداشت ای که از حرف شما دارد به شما پاسخ خواهد داد.

دو. به جای اینکه بگویید چه نمی خواهید، مهربانانه بگویید چه می خواهید.

سه. از طرف همسر خود صحبت نکنید و از به کار بردن عباراتی همچون تو میخواهی یا تو فکر می کنی اجتناب کنید.

چهار: در سخنان خود از توهین و تحقیر بپرهیزید.

پنج: اگر پیشتر نظر خود را درباره موضوعی به همسران گفته و در صورت لزوم آن را تکرار کنید.

شش: تقاضای خود را از همسران آمرانه و دستوری به زبان نیاورید.

شیوه تعامل با سخن همسر:

یک. هنگامی که همسران با شما صحبت می کند کارها و امور دیگر را رها کنید و فقط به او گوش دهید.

دو. هنگام حرف زدن همسر با تکان دادن سر یا پرسیدن سوالاتی درباره مضمون صحبت نشان دهید که به سخنان و توجه می کنید.

سه. هنگام صحبت همسر از ابراز هرگونه خستگی و بی حوصلگی خودداری کنید.

چهار. وقتی همسر شما سخن می گوید زود قضاوت نکنید و بگذارید سخن او تمام شود

رعایت زمینه های لازم برای گفتار موثر:

یک. بیان مشکلات و سختی ها را به زمانی موکول کنید که خسته یا گرسنه نیستید و شرایط شما برای بیان مطالب مناسب است.

دو. اگر عصبانی یا غمگین هستید ممکن است حرف ها و کارهای همسر خود را به صورت منفی دریافت کنید در این شرایط باید وضعیت خود را به همسران ابراز کنید.

سه. از روش های ارتباطی ستیزه جویانه و اجتنابی بپرهیزید.

چهار. اوقاتی را مخصوص خلوت با یکدیگر و سخن گفتن با هم اختصاص دهید.

ارضای صحیح نیاز جنسی:

از جمله اهداف مهم ازدواج ارضای نیاز جنسی است بنابراین همسران باید در مقابل نیاز جنسی یکدیگر احساس مسئولیت کنند. از دیگر آثار مهم ارضای نیازهای جنسی حفظ ایمان است.

توجه به تفاوت جنسی زن و مرد:

نکته مهم در زمینه نیاز جنسی همسران این است که گزینه جنسی مردان و زنان با یکدیگر تفاوت دارد. به دلیل این تفاوت ها تمکین جنسی برای زن واجب است و هرگاه شوهر از همسر خود طلب رابطه جنسی کند بر زن واجب است که نیاز شوهر خود را برآورده سازد. تمکین زن سبب رضایتمندی شوهر می شود و زن را محبوب وی قرار می دهد. البته مردان و زنان هر دو باید پیام های جنسی همسر خود را حتی اگر مستقیم نباشد در یابند و با پاسخ مطلوب به این پیام ها زندگی زناشویی خود را جذاب کنند.

خویشتن داری جنسی از غیر همسر:

از آنجا که گزینه جنسی عامل بسیار مهم در پیوند عاطفی همسران و استحکام خانواده است اسلام دستور داده تا زنان و مردان ارضای این نیاز را در همه مراتب آن به همسر خود معطوف کنند. در همین راستا اسلام نگاه و کلام هوس آلود با غیر همسر را حرام شمرده است.

نکاتی درباره روابط جنسی زن و شوهر:

- (الف) پس از هر بار رابطه جنسی کامل واجب است زن و شوهر غسل جنابت نمایند.
- (ب) رابطه زناشویی در دوران خونریزی ماهیانه زنان و در حال روزه و احرام حج حرام است و علاوه بر گناه سبب وجوب کفاره میشود.
- (ج) مصرف داروهای محرک جنسی بدون مشورت با پزشک توانایی جنسی را با مشکلاتی روبرو می کند.
- (د) زن و شوهر هنگام شادی با یکدیگر عهد ببندند که در هیچ شرایطی نباید بسترشان از هم جدا شود.
- (ه) همسران برای حفظ وقار خود و خانواده در رفتار خود با همسران بین خلوت و جمع تفاوت قائل شوند.

۲-۴ مدیریت اقتصادی خانواده:

نیاز به خوراک و پوشاک و مسکن و آنچه سلامت و امنیت جسمانی و روانی فرد را تامین میکند از نیازهای اساسی انسان است از این رو پس از تشکیل خانواده اعضای آن نیازمند برنامه ریزی صحیح برای تامین این نیاز ها هستند. نظام حقوقی اسلام و قوانین کشور مسئولیت تامین مخارج زندگی را بر دوش شوهر نهاد است. زنان نیز در خانواده هایی که مجبور به اشتغال نیستند باید تلاش اقتصادی شوهر خود را پاس بدارند و با شغل او سازگاری داشته باشند. افزون بر این زنان با مدیریت مصرف در خانواده و نیز آموزش شیوه صحیح مصرف به فرزندان سهم مهمی در ایجاد آسایش خانواده دارند.

۲ ۴ ۱ کسب درآمد:

الف) اشتغال مردان:

از آغاز زندگی مشترک به دنبال مشاغل سطح بالا نباشید و هر شغل حلالی که کمکی برای تامین معاش شما و خانواده تان باشد می تواند مقدمه خوبی برای شغل های بهتر در آینده باشد. باید شغل شما شرافتمندانه و مال حاصل از آن حلال باشد بنابراین باید از این امور دوری کنید: رشوه، غل و غش در معامله و

با شناخت خود و استعدادها و توانمندی های خویش بکوشید تا حد امکان شغل مناسب با توانایی های خویش انتخاب کنید.

سعی کنید نگرانی ها و افکار منفی مربوط به محیط کار را به خانه منتقل نکنید.

ب) اشتغال زنان:

مردان نباید همسر خود را مجبور به کار کنند زیرا تامین مخارج زندگی و وظیفه زن نیست.

از این که در تامین مخارج زندگی کمک می کند از او تشکر کنید.

به او کمک کنید تا در محیطی مناسب اشتغال یابد.

اشتغال بیرون از خانه همسر شما را خسته می کند بنابراین در امور منزل به او کمک کنید.

۲_ مهارت های رفتاری زنان شاغل:

ارزش معنوی خانه داری و ایفای نقش همسری را به یاد داشته باشید.

برای زمان اشتغال خود برنامه ریزی کنید.

برای جمع میان مسئولیت های خانوادگی و اشتغال از شغل های پاره وقت یا نیمه وقت استقبال کنید.

۲_۴_۲ مدیریت مصرف:

موارد مصرف خانواده را مشخص کنید و این موارد را متناسب با درآمد و هزینه های خانواده بودجه بندی کنید.

تمام درآمدها و هزینه ها را با جزئیات مشخص سازید و از کلی گویی پرهیز کنید.

هر پولی را در زمینه مخصوص به آن هزینه کنید.

هزینه هر چیز را به همان میزان که مشخص کرده اید مصرف کنید.

۲_۵ توجه به تفاوت ها در رفتار با همسر

۲_۵_۱ تفاوت های جنسیتی:

الف) تفاوت های جسمانی و روانی:

یکی از مهارت هایی که زوج های جوان باید بیاموزند، شناخت تفاوت های جسمانی و روانی زنان با مردان است.

یک زن ها ظریف تر از مردان هستند و مردان عضلات قوی تر و قدرت بدنی بیشتری دارند. استخوان های مردان نیز ضخیم تر از زنان است. از نظر روانی نیز مردان جسارت و استحکام بیشتری دارند. تارهای صوتی مردان ضخیم تر از زنان است و همین باعث میشود مردان صدای کلفت تری نسبت به زنان داشته باشند. زنان لطیف تر از مردان و مردان خشن تر از زنان هستند.

دو. خیال پردازی زنان قوی تر است و مردان معمولاً جدی تر و استدلالی ترند. بر این بنیاد مردان باید از بیان سخنانی بپرهیزند که همسرشان را مضطرب می سازد و به همسر خود امنیت خاطر دهند.

سه. غالباً مردان هدف مدار و زنان رابطه مدارند. بر همین اساس مردان بیشتر به موفقیت های اجتماعی و زنان بیشتر به هدف هایی مانند عشق و علاقه دارند.

چهار: قدرت تکلم در زنان قوی تر از مردان است.

نظر مقام معظم رهبری درباره زن:

زن یک موجودی است رقیق و مظهر زیبایی و مرد به این چشم به او می نگرد و محبت او را در این قالب ترسیم می کند. مرد در چشم زن مظهر اعتماد و نقطه تکیه گاه است و محبت خودش را به او در این قالب ترسیم می کند.

ب) تفاوت در نقش ها:

به دلیل تفاوت های جسمانی و روانی که زنان و مردان با یکدیگر دارند نقش های متفاوتی برای آنها تعریف شده است. مطابق با آیات قرآن تامین معاش و پذیرش مسئولیت بر عهده مردان گذاشته شده است. بر این اساس:

زنان برای ریاست مردان در خانواده احترام قائل شوند و اجازه دهند تا شوهرشان از قدرت برای حمایت از خانواده بهره گیرد،

مردان با همتی بلند سرپرستی خانواده را برعهده گیرند،

تفکیک نقش ها در خانواده به معنای کم ارزش دیدن نقش زن و شوهر نیست چرا که عواطف و احساسات اصلی ترین عامل پیوند در خانواده است.

۲_۵_۲ تفاوت های فردی:

زن ها و شوهر ها علاوه بر تفاوت های جنسیتی دارای تفاوت های فردی و شخصیتی نیز هستند و در ازدواج موفق زن و شوهر باید بکوشند تا تفاوت های فردی خود و همسرشان را شناسایی کنند کلمات متناسب با این تفاوت ها با همسر خویش رفتار کنند.

۲_۶_۲ احترام به همسر و خانواده او:

همه افراد در روابط با دیگران نیازمند احترام اند ولی زن و شوهر به پاس روابط عاطفی عمیق خود و به دلیل زحمات بسیاری که برای یکدیگر می کشند، از همسرشان انتظار احترام بیشتری دارند.

مهارت های رفتاری همسران:

یک. به رابطه صمیمی میان خود و همسران بسنده نکنید و به او احترام بگذارید.

دو. به یاد داشته باشید شما هستید که می توانید همسر خود را نزد دیگران پر ارج یابی مقدار کنید و بی شک هر چه بر ارزش او به افزایش بر ارزش خود افزوده آید.

سه. هنگام ورود به منزل به استقبال او بروید و هنگام خروج از خانه او را بدرقه کنید.

چهار. هرگاه همسران برای شما کاری انجام داد از او تشکر کنید حتی اگر آن کار کوچک یا وظیفه او باشد.

۲_۶_۲ احترام به خانواده همسر:

در اسلام درباره ضرورت ارتباط موثر با خانواده خود و خانواده همسر توصیه هایی شده است. در روایتی آمده است که رعایت احترام و نیکی به والدین همسر لازم است زیرا پدر و مادر همسر جایگاهی شبیه پدر و مادر خود انسان دارند.

مهارت های رفتاری همسران:

یک. برای پیشگیری از ایجاد اختلاف بین خانواده خود و همسران از آغاز زندگی مشترک به همسر خود کمک کنید تا عادات و آداب و رسوم خانواده شما را بهتر بشناسد.

دو. هنگام نیاز خانواده خود و همسران به کمک آنها بشتابید تا اگر زمانی آنها منتظر حضور شما بودند دلگیز نشوند و رفتار شما را تکبر یا بدخلقی به شمار نمی آورند

سه. اسرار زندگی خود و همسران را تا حد امکان نزد خانواده خود یا همسر بازگو نکنید.

چهار. اگر از خانواده همسر خود انتقادی دارید فقط درباره آنچه به روابط شما و همسران و زندگی شما مربوط میشود واکنش نشان دهید.

۷_۲ سازگاری با همسر:

امروزه نهاد خانواده در جهان دچار تحولات جدی شده و شاخصه مهم آن فردگرایی درون خانواده است. زن و شوهر هر یک در پی منافع خویش هستند و البته برای آنکه زیست مشترک داشته باشند و همسر خود نیز انعطاف نشان میدهند. اسلام خانواده را مقدس دانسته در مواجهه با مشکلات زندگی یا اشکالات رفتاری همسر توصیه به سازگاری و مدارا می کند. این سازگاری از طریق مقابله با نفس و خواهش های نفسانی به دست می آید و خود حقیقی انسان را شکوفا می سازد.

یک. توجه به خوبی های همسر و نادیده گرفتن عیوب او

دو. عفو و گذشت

فصل چهارم: اهمیت فرزند آوری

۱_ اهمیت فرزند آوری:

اهمیت و جایگاه فرزندآوری در اسلام:

زن و شوهری که تصمیم میگیرند فرزند دار شوند کار بزرگی در آفرینش برعهده میگیرند و زمینه خلقت اشرف موجودات را فراهم می کنند. از نظر اسلام داشتن فرزند و باقی گذاردن نسل امری ارزشمند است. فرزندآوری و تربیت شایسته فرزندان به تحقق جامعه آرمانی که بیشترین سعادت را محقق سازد یاری می رساند. علاوه بر آن در آموزه های دینی از فرزند با تعبیری چون نور چشم و گلی از گلهای بهشت و بهترین نعمت یاد شده که همگی حاکی از منزلت والای فرزندآوری است. ولادت فرزند نه تنها برای والدین او مایه خیر و برکت است بلکه برای جامعه نیز ارزشمند است.

۲_ تشویق به فرزندآوری در اسلام:

یک. از جمله مشوق های مسلمانان به فرزندآوری و رسیدگی به آنان بیان ثواب و اگر این اقدام برای والدین است.

دو. مشوق دیگر فرزندآوری در اسلام تربیت افراد بر اساس رفتاری است که خشنودی مادران و پدران را از نقش والدینی شان به دنبال دارد. از این رو فرهنگ جامعه اسلامی به سوی نیکی به پدر و مادر و پرهیز جدی از آزردن و آزار دادن آن سوق داده شده که نتیجه آن احترام به والدین و کمک به آنان در دوران احتیاج و ناتوانی خواهد بود.

سه. از آنجا که همواره مهمترین مانع فرزندآوری مشکلات معیشتی است در شریعت اسلام افزون بر تشویق به ازدواج و فرزندآوری تامین رزق و روزی همسر و فرزندان توسط خداوند نیز یادآوری شده که در آیات متعددی به صراحت از رازقیت خداوند سخن رفته است.

۳_ آثار و فواید فرزندآوری:

یکی از اهداف مهم ازدواج صاحب فرزند شدن است و والدین از این راه از لذت مادری یا پدری بهره مند می شوند. فرزند آوری برای همسران آثار مثبت فراوانی دارد:

۳_۱ آثار و فواید روحی و روانی:

یک: احساس دوست داشتن و محبوب بودن: با آغاز زندگی مشترک بسیاری از نیازهای عاطفی همسران جوان تامین می شود و در صورت بهره مند بودن آن از الگوی خانواده متعادل به مرور زمان می توانند به بیشتر نیازهای خود پاسخ دهند. تولد فرزند نیز زمینه پاسخگوی بسیاری از نیازها از جمله نیاز به دوست داشتن و محبوب بودن را فراهم می کند زیرا یکی از نیازهای نوزاد جلب توجه دیگران است.

دو: نشاط و سلامت روانی والدین:

از مهمترین عوامل ازدیاد شور و نشاط در زندگی مشترک تولد فرزند در خانواده است به طوری که کودکان از زمان تولد و گاه از همان زمانی که در داخل رحم مادر هستند موجب شادی و هیجان در خانواده می شوند.

سه. امید به آینده:

با ورود اولین فرزند به کانون خانواده دایره امیدها و آرمانهای والدین افزایش می یابد و همچنان که فرزند در مقابل چشمان والدین می بارد و شکوفا می شود و بذرهای امید نیز در دل پدر و مادر جوانه میزند و آرزوی نوین منشاء حرکت و تلاش آنها برای تداوم حیات می گردد.

چهار. تداوم زندگی:

فرزندآوری حلقه ای از زنجیره طولانی تداوم حیات به شمار می آید و این خود انگیزه ای برای داشتن فرزند است.

پنج. رشد شخصیت:

وجود تجربه فرزندپروری مجموعه کاملی از ارزشها را به ساختار شخصیت والدین می افزاید. زوج های جوان با تولد فرزند احساس مفید بودن و مولد بودن می کنند و تولد هر فرزند سبب رشد صفات اخلاقی ارزشمند می شود مانند گذشت و فداکاری.

۲-۳ آثار و فواید جسمانی:

والدین به دلیل عشق به فرزندان و احساس مسئولیت در برابر سلامت و رشد آنان بیشتر مراقب سلامت خود هستند تا بتوانند به فرزندشان رسیدگی کنند و مبادا بیماری یا مرگشان سبب تنهایی یا آسیب به فرزندان شود.

در دوران بارداری خون مادر که فردی بالغ است با خون جوان ترین ارگانیسم یعنی جنین با هم مخلوط می شود و این اختلاط منجر به جوانسازی سلول های حیاتی مادر می شود.

حاملگی موجب پیشگیری از سرطان سینه می شود. هرچه سن اولین بارداری پایین تر باشد این اثر محافظتی بیشتر است.

زنانی که دست کم به مدت دو سال شیردهی داشته اند در آینده کمتر به بیماری های قلبی و عروقی مبتلا می گردند.

شیردهی باعث کاهش سرطان سینه و رحم و تخمدان می گردد.

۳-۳ آثار و فواید خانوادگی:

یک. استحکام خانواده

دو. پویایی خانواده

سه. گسترش ارتباطات خانوادگی

چهار. انتقال ارزش‌های فکری، اخلاقی و معنوی

۳-۴ آثار و فواید معنوی:

در قرآن و روایات به پدران و مادران برخورداری از اجر و ثواب عظیم الهی وعده داده شده است. این اجر به ازای رنگ خر زن داوری و زحمات بارداری و شیردهی مادران تحمل رنگ کسب معاش و تامین نیازمندیهای فرزندان و تربیت آنها به پدران اعطا می شود.

موانع فرزندآوری:

۱- موانع فرهنگی، اجتماعی

ارزشمندی ازدواج و فرزندآوری بر کسی پوشیده نیست ولی به رغم وضوح فواید فرزندآوری برخی از آن امتناع می کنند. برخی فرزندآوری و فرزندپروری را تجربه ای منفی می دانند که احتمال تهدید سلامت مادران را افزایش می دهد و به افرادی که می خواهند مادر شوند هشدار سلامت می دهد. دوم آنکه دختر استدلال میکنند بچه داشتن غیرمسئولانه است و هر فرزند تهدیدی علیه بقای سایرین است زیرا منابع طبیعی در حال اتمام است. این گفتمان ها در صدد القای انحراف از والد شدن، به هنجار سازی تاسف مادرانه و بیگانه ای با نقش مادری را بیان می کند.

راه کارهای رفع موانع فرهنگی و اجتماعی فرزندآوری:

با توجه به آنچه درباره فواید فرزندآوری و موانع فرهنگی و اجتماعی آن بیان شد باید موانع را از طریق تصحیح های اعتقادی برطرف کرد: ایجاد نگاه مقدس به نقش مادری و پدری، توجه به فواید وجود فرزندان در خانواده، عاقبت اندیشی و دور نگری و توجه به آینده امیدآفرین سالمندی همراه با حضور فرزندان. برخی موانع را نیز باید از طریق ایجاد حمایت های اجتماعی از فرزندآوری از بین برد. برای رفع دغدغه تربیت فرزندان نیز باید با توکل به خداوندی که هم خالق است و هم تربیت جهانیان به دست اوست روشهای تربیت صحیح فرزندان را آموخت و به کار برد. بنابراین زوجها باید برای افزایش نسلی سالم و صالح اقدام کنند که لازمه آن بارداری های هوشمندانه به تناسب امکانات همراه با اقدامات لازم برای تسهیل امر فرزندپروری است.

۲_ موانع طبیعی:

از دیگر موانع فرزند آوری می توان به دخالت عوامل طبیعی از جمله ناباروری و سقط جنین اشاره کرد.

۲_۱ ناباروری:

یکی از مشکلات خانواده‌های ایرانی ناباروری بسیاری از زوج ها است که افزون بر آثار نامطلوب اجتماعی بر روابط همسران نیز تاثیر منفی می گذارد.

یک. علل ناباروری:

ناباروری به معنای ناتوانی زن یا مرد در بچه دار شدن است و علل آن ناشی از مشکل فیزیولوژیک در زن یا مرد و یا هر دو است. بسیاری از این علل با انجام آزمایش های ساده قابل تشخیص است و امروزه با تکنیک‌های پیشرفته و جدید راه های درمانی بسیاری برای درمان ناباروری وجود دارد.

دو. عوامل موثر بر ناباروری:

الف) تغذیه ناسالم

ب) شرایط روحی و روانی

ج) نوع لباس

د) فعالیت های بدنی

ه) تکنولوژی

و) مواد مخدر و مشروبات الکلی

ز) برخی روش های پیشگیری از حاملگی

۲_۲ سقط جنین:

مهمترین مانع فرزندآوری که امروزه در جهان را یک شده سقط جنین است. فقط در معنای عمومی به معنای از بین رفتن جنین در طول بارداری است و به دو دسته تقسیم می شود:

الف) سقط ناخواسته: سقطی که بدون دخالت مادر یا پزشک و به صورت خود به خود اتفاق افتاده است.

ب) سقط القایی: سقطی که با دخالت بیرونی و به صورت برنامه‌ریزی شده انجام می شود.

۲-۲-۱ سقط جنین در فقه و قانون:

در نگرش اسلامی موجودیت انسان از زمان پیوند دو سلول جنسی اولیه آغاز می شود و از بین بردن آن در هر مرحله نابودی مرحله ای از انسانیت به شمار می آید که انسان در مسیر فعلیت و بروز هویت انسانی قرار گرفته است از این رو از بین بردن آن حرام است.

۲-۲-۲ عوارض سقط جنین:

عوارضی را که پس از سقط جنین مادر را تهدید می کند می توان به دو دسته عوارض جسمی و روانی تقسیم کرد. این عوارض در سقط های ناخواسته یا خود به خود چندان صادق نیست زیرا در بیشتر سقط های ناخواسته جنین به چه دلایلی نتوانسته به خوبی در رحم جایگزین شود ولی در سقط های القایی و عمدی جنینی که در رحم استقرار یافته به زحمت و به وسیله دارو از بدن مادر خارج میشود که این حالت مصنوعی بوده و عوارضی را برای مادر ایجاد می کند.

تک فرزندی و پیامدهای آن:

با کاهش نرخ باروری در کشورمان در دو دهه اخیر تعداد فرزندان کم شده و خانواده ها کوچک شده اند. برخی دلایل روی آوردن به تک فرزندی و جلوگیری از بارداری:

یک. تاخیر در ازدواج و بالا رفتن سن و کاهش فرصت فرزندآوری.

دو. فاصله گذاری بین ازدواج تا اقدام به بارداری و فاصله گذاری زیاد بین بارداری اول با دوم.

سه. ناباروری ثانویه و هزینه سنگین درمان ناباروری.

چهار. مشکلات اقتصادی برای رسیدگی به فرزندان.

۱- پیامد برای والدین:

یک. در خانواده های پر جمعیت پدر و مادر در تلاش مستمر برای رسیدگی به فرزندان از زندگی پویا و پرتحرک لذت می برند.

دو. در خانواده های تک فرزند معطوف شدن همه توجهات والدین به یک فرزند موجب میشود که مشکلات جزئی وی اشتغال ذهنی زیادی برای پدر و مادر ایجاد کند.

سه. در خانواده های با چند فرزند، اوقات فراغت و تفریح کودکان با شادمانی با یکدیگر سپری شده و والدین نیازمند صرف هزینه های مختلف برای تامین نیاز آنان نیستند.

۲_ پیامد برای فرزند:

یک. در خانواده های تک فرزند همه محبت ها و حمایت ها از یک سو و همه سخت گیری ها و کنترل ها از سوی دیگر متوجه همان یک فرزند است و این محبت و حمایت افراطی یا سخت گیری زیاد به سلامت روانی فرزند آسیب می رساند.

دو. یکی دیگر از مشکلات تک فرزندی این است که او نمی تواند در خانواده با کسی رقابت یا دعوا کند بنابراین فرصتی برای کنترل و مدیریت برخی احساس منفی پیدا نخواهد کرد.

سه. تک فرزندان در مواجهه با مشکلات معمولاً دچار اضطراب و نگرانی می شوند.

حمایت اقتصادی از فرزندآوری:

اختصاص ۷۰ درصد ظرفیت منازل مسکونی سازمانی به کارکنان فاقد مسکن با حداقل سه فرزند.

کاهش عوارض ساخت و ساز تا ۵۰ درصد برای خانواده دارای سه فرزند و تا ۷۰ درصد برای خانواده دارای چهار فرزند.

افزایش ۱۰۰ درصدی کمک هزینه اولاد هر ساله به مدت ۵ سال.

افزایش محدودیت سنی در استخدام جدید به ازای تعهد و برای هر فرزند از یک تا پنج سال.

فصل پنجم: جمعیت

تعریف جمعیت و جمعیت شناسی:

به مجموعه ای از انسان ها که در یک واحد جغرافیایی به طور مستمر و در قالب خانواده زندگی میکنند و شرایط ملی و قومی و سیاسی واحدی دارند جمعیت گفته می شود.

جمعیت شناسی علمی است که به مطالعه چگونگی تحول و حرکت های جمعیت ها در زمان و مکان می پردازد و پدیده های جمعیتی مانند باروری و ولادت را به صورت منظم بررسی میکند و همچنین امکان آگاهی از وضعیت و تحلیل کمی و کیفی را به صورت منظم بررسی میکند.

۱- دیدگاه کاهش جمعیت:

گروهی قائلند افزایش جمعیت به تدریج باعث فقر و تنزل سطح زندگی خانواده می شود بنابراین در دیدگاه آنها باید با به کار بستن راه های مختلف از این افزایش جلوگیری کرد. مالتوس جنگ و قحطی و گرسنگی و طاعون را وسیله هایی طبیعی برای کنترل جمعیت تلقی می کند و با هرگونه اصلاح اجتماعی مانند کمک به فقرا و گسترش خانه سازی مخالفت میکند. پس از وی صاحب نظران بسیاری این رویکرد را نقد و رد کردند. خود او در نوشتار های بعدی خود نظریاتش را تعدیل کرد.

۲- دیدگاه افزایش جمعیت:

حامیان افزایش جمعیت اعتقاد دارند که افزایش جمعیت نه تنها مشکلات اقتصادی و گرفتاری های اجتماعی به وجود نمی آورد بلکه ازدیاد جمعیت در قدرت نظامی و اقتصادی کشورها نقش مهمی را ایفا می کند. برخی از اقتصاددانان ها افزایش و تراکم جمعیت را به علت اساسی تکامل تکنیک های تولیدی و در نتیجه رشد و پیشرفت اقتصادی می دانند. طرفداران تولید ثروت از طریق کشاورزی که منشا ثروت را زمین و انسان و کار و کشاورزی می دانند از جمله طرفداران افزایش جمعیت محسوب می شوند. پیروان مذاهب و ادیان بنا بر تعالیم خود ازدواج و تشکیل خانواده و تولید نسل را مقدس می دانند. آموزه های اسلامی هم بر مطلوبیت افزایش جمعیت در آلت دارد و انسان ها را به ازدواج و فرزندآوری تشویق می کند و نگرانی های اقتصادی را که خود عاملی برای بی میلی به فرزندآوری است استراحت می زداید و مسلمانان را به رزاق بودن خداوند متوجه می سازد.

روند تحولات جمعیتی جهان:

به لحاظ جمعیت شناسی مهمترین تحول در تاریخ جمعیت جهان و کشور ها گذار جمعیتی است یعنی گذار از باروری و مرگ و میر بالا به باروری و مرگ و میر پایین. گذار جمعیتی به عنوان یکی از نظریه های مهم ارتباط تحولات جمعیت را با مسائل بهداشتی و اقتصادی و اجتماعی و فرهنگی به خوبی روشن می کند و با معرفی و تحلیل تاریخ جمعیت جهان نمایی از آینده جمعیت را در اختیار ما قرار میدهد.

۱- پیش از گذار:

تا اواسط قرن شانزدهم میلادی نرخ موالید در جهان بالا و همچنین مرگ و میر نیز زیاد بود و در نتیجه رشد جمعیت روند کندی داشت و می توان گفت که ترکیب سنی تا اوایل قرن ۱۸ میلادی ثابت بوده است بنابراین تغییرات جمعیتی پیش از گذار از الگوی ثابتی پیروی می کرد ولی این سیر از اواخر قرن هجدهم میلادی دچار تغییراتی گسترده شد.

۲- گذار جمعیتی اول:

در قرن هفدهم و هجدهم میلادی دولت های اروپایی با رقابت بر توسعه فتوحات و مستمر سازی سرزمین های دور سیاست محدود کردن مهاجرت ها از خارج به داخل و دیدگاه تشویق توالد در داخل را دنبال می کردند و بر این باور بودند که قدرت و ثروت هر دولت در رابطه با بزرگی جمعیت آن تعیین می شود. در این دوره جمعیت زیاد به عنوان منشا و عامل تعیین کننده اقتدار ملی و توان نظامی و اقتصادی دولت ها مطرح بود به همین دلیل توجه به جمعیت بیشتر از زاویه اهدافی بود که رسیدن به آنها غالباً جمعیت زیاد را بر کم ترجیح میداد.

پس از این مرحله با وقوع انقلاب صنعتی اروپا به تدریج برتری های اقتصادی و تکنولوژیک اهمیت بیشتری یافت و رابطه جمعیت و افزایش قدرت در مرتبه پایین تری قرار گرفت. سرانجام در اواخر قرن هجدهم میلادی بسیاری از جمله مالتوس رشد جمعیت را عامل عقب ماندگی ها و نابسامانی ها دانستند و مردم و دولت را به کاهش جمعیت تشویق کردند.

۳- گذار جمعیتی دوم:

با ادامه روند کاهش موالید در مرحله بعدی نرخ باروری به سطح جانشینی می رسد و رشد طبیعی جمعیت به تدریج به صفر سیر میکند و منفی میشود. به حداقل میزان نرخ باروری کل سطح جانشینی گفته میشود که یک جمعیت بتواند به لحاظ تعداد نسل خود را با آن بازتولید کند یعنی نسل بعدی جانشین نسل پیشین گردد. از طرف دیگر وسایل پیشگیری از بارداری نیز به بازار آمد و استفاده از آنها به شدت گسترش یافت در نتیجه با ادامه کاهش نرخ زاد و ولد نزول رشد طبیعی جمعیت ادامه یافت. در این مرحله نرخ مرگ و میر نسبتاً ثابت بوده است زیرا پیشرفت پزشکی تا حدی توانسته بود نرخ مرگ و میر را کاهش دهد.

تحولات جمعیتی ایران:

ایران در گذشته کشوری پرجمعیت بوده است. هرچند ایران گذشته محدوده کنونی ایران نبوده و شامل سرزمین های وسیع ترین می شده ولی بسیاری از مورخان به پرجمعیت بودن شهرهای ایران اشاره کردند. عواملی مانند اوضاع نابسامان بهداشت و درمان باعث شده بود که رشد جمعیت بسیار چند باشد ولی با بهتر شدن اوضاع بهداشت و درمان جمعیت کشور افزایش یافت. در سال ۱۳۷۲ قانون کنترل جمعیت و تنظیم خانواده تصویب شد که این قانون امکانات و تسهیلات متعلق به خانواده های پرجمعیت را قطع کرد و مبانی

قانونی مشخصی را برای اعمال سیاست های همه جانبه کنترل موالید و اجرای برنامه های تنظیم خانواده فراهم ساخت.

۱_ عوامل موثر بر تحولات جمعیتی ایران:

تحولات جمعیتی در هر کشور تحت تاثیر عوامل گوناگونی قرار دارد که برخی از این عوامل تاثیر مستقیم و بدون واسطه ای در روند تغییرات جمعیت دارند به طوری که خود به عنوان شاخص های جمعیتی محسوب می شوند از جمله این عوامل شاخص های باروری، مرگ و میر و مهاجرت است. برخی دیگر از این عوامل به عنوان شاخص جمعیتی محسوب نمی شوند اما از عوامل غیر مستقیم موثر و تحولات جمعیتی به شمار می آیند.

۱_۲ عوامل مستقیم:

باروری: باروری به عنوان مهمترین شاخص تاثیر گذار بر رشد جمعیت و از عوامل مستقیم بر تحولات جمعیتی محسوب می شود و میزان باروری کل یکی از گویا ترین شاخص های باروری است. میزان باروری کل عبارت است از شمار فرزندان که یک زن در طول دوران باروری خود با توجه به سن باروری بدون به شمار آوردن مرگ و میر های فرزندان به دنیا می آورد.

مهاجرت: مهاجرت نیز تاثیر بسزایی در وضعیت جمعیتی هر کشوری دارد. تفاوتی که مهاجرت با موالید و مرگ و میر دارد این است که مهاجرت از یک جامعه موجب کاهش رشد مطلق آن و ورود مهاجر ها به جامعه دیگر موجب افزایش رشد جامعه مهاجر پذیر می شود.

با توجه به شرایط جمعیتی ایران و سالخوردگی جمعیت در سال های آتی افزایش مهاجرت ها می تواند وضعیت بغرنج تری را برای کشور ایجاد کند.

ساختار و ترکیب جمعیتی:

ساختار و ترکیب جمعیتی هم تاثیر مستقیمی در کاهش یا افزایش جمعیت دارد. سن و جنس مهم ترین مشخصه های ترکیب های جمعیت هستند و این وضعیت می تواند تاثیر درخور توجهی بر وضعیت اقتصادی و اجتماعی جمعیت در زمان حال و آینده باشد. به طور کلی ساختار سنی و جنسی از تعامل میان باروری و مرگ و میر و مهاجرت به وجود می آید.

۱_۲ عوامل غیر مستقیم:

تحول در ازدواج و طلاق: در چند دهه گذشته با بالا رفتن سن ازدواج و افزایش مجرد مواجه بوده ایم این افزایش به معنای کاهش بازه احتمال باروری پس از ازدواج است.

افزایش شهرنشینی:

گسترش روز افزون تعداد شهرها و تغییرات کمی و کیفی آن تحت تاثیر عوامل مختلفی همچون صنعتی شدن و مهاجرت روستاییان به شهرها بوده است. انبوهی جمعیت و گرانی زمین، درآمد کم در کنار هزینه های زیاد محیط شهری، ایجاد محلات پرجمعیت، حاشیه نشینی، فقر و مشکل مسکن از جمله پیامدهای افزایش شهرنشینی است که با کاهش جمعیت ارتباط مستقیم یا غیرمستقیم دارد.

تغییرات فرهنگی و سبک زندگی:

با گسترش مدرنیته و تغییر سبک زندگی در خانواده ها از یک سو مصرف گرایی و رفاه طلبی و احساس فقر کاذب افزایش پیدا کرد و از سوی دیگر تلاش برای تامین سطح بالای رفاه برای فرزندان به فرزند سالاری منجر شد؛ مادری و خانه داری تحقیر شد و فردگرایی و مجرد زیستن رواج پیدا کرد و با تغییر ارزشها طلاق و فروپاشی خانواده ها نیز روند افزایش یافت.

مشکلات اقتصادی و بی ثباتی:

مشکلات اقتصادی و بی ثباتی اقتصادی که برآمده از تورم و بیکاری یا ضعف سیاست ها و برنامه های دولتی است زندگی مردم را تحت تاثیر قرار می دهد و این امر به طور غیرمستقیم بر میزان باروری موثر است.

سیاست های دولتی:

اعمال سیاست ها و برنامه ها و حمایت های دولتی می تواند تاثیر بسزایی در تحولات جمعیتی داشته باشند. با شکل گیری دولت های رفاهی در جهان حمایت های اجتماعی از بهداشت و رفاه و آموزش و پرورش افراد جامعه افزایش پیدا کرد. با افزایش جمعیت در یک دوره زمانی و نگرانی از افزایش تعهدات مالی دولت ها در زمینه رفاه اجتماعی این دیدگاه مطرح شد که با سیاستهای تحدید جمعیت جمعیت از فشار خواسته های اجتماعی مردم از دولت ها کاسته شود.

۲- وضعیت جمعیتی ایران در آینده و پیامدهای پیش رو:

گزارش آینده پژوهانه سازمان ملل که بر اساس تحولات اخیر جمعیت کشور انجام شده دور نمایی از تغییرات جمعیتی ایران و روند شتابان کاهش نرخ رشد را نشان می دهد. این محاسبات پیش بینی می کند در صورتی که نرخ باربری ایران به همین صورت ادامه پیدا کند ایران در آینده ای نزدیک بیشترین جمعیت سالخورده را خواهد داشت.

۲-۱ پیامدهای اقتصادی:

در بعد اقتصادی کاسته شدن از نیروی کار جوان و فعال باعث می شود تا از میزان تولیدات و خدمات کاسته شود و قیمت آنها افزایش یابد زیرا تولید بسیاری از کالاها و خدمات در تعداد و مقیاس کوچک هزینه های

بالاتری خواهد داشت. همچنین جمعیت کمتر و سالمند تر پس انداز و سرمایه گذاری و مصرف محدود تری دارد که همه این موارد از عوامل تضعیف اقتصاد به شمار می آید.

۲-۲ پیامدهای فرهنگی_ اجتماعی:

اساساً جامعه سالمند چابکی و سرعت لازم را در حل مسائل اجتماعی و فرهنگی نخواهد داشت و همین سبب می شود که خلاقیت و نوآوری و ریسک پذیری در این جامعه کاهش یابد همچنان که امروزه رشد علمی و نوآوری ها و موفقیت های کشور در عرصه دانش و ورزش و تولید به دلیل کثرت نسل جوان است. افزایش تعداد سالمندان و از سوی دیگر کاهش مستمر میزان باروری باعث میشود جمعیت های سالمند بدون پشتوانه و حمایت نسلی بماند.

۳-۲ پیامدهای سیاسی_ امنیتی:

روند کلی تغییرات در جهان امروز نشان می دهد که جمعیت یکی از مولفه های قطعی در اقتدار کشور است. از بعد سیاسی و امنیتی توان نظامی و قدرت بازدارندگی هر کشور به جمعیت آن بستگی دارد در هنگام بروز بحران ها کشوری که از لحاظ ساختار سنی درصد بیشتری از جوانان را دارد کمتر از کشوری با جمعیت سالخورده آسیب پذیر خواهد بود. جمعیت جوان در رویارویی با بحران های سیاسی امنیتی به سرعت می تواند نیروهای خود را بسیج کند از این سوال جامعه سالمند در این بحران ها ریسک پذیری کمتر و محافظه کاری بالاتری از خود بروز میدهد. در حوزه امنیتی میزان تراکم جمعیت در مناطق مختلف کشور از جمله مناطق روستایی و مرزی و توزیع جمعیتی متقارن و متناسب با ظرفیت های جغرافیایی از اهمیت زیادی برخوردار است.

۴-۲ پیامدهای خانوادگی:

خانواده در برابر پدیده سالمندی و کاهش جمعیت در آینده دچار چالش های جدی خواهد شد. افزایش جمعیت سالمند میزان وابستگی در خانواده ها را افزایش می دهد و در صورت نبود برنامه ریزی صحیح به فرسایش حمایت خانوادگی از سالمند منجر خواهد شد. در واقع با تغییر الگوی خانواده از گسترده به سمت هسته ای همچنین اشتغال گسترده زنان و تامین مراقبت از سالمندان توسط خانواده های خود، خانواده با مشکل روبرو خواهد شد.

۳- راهکارهای برون رفت از بحران جمعیت:

اعمال سیاست های جمعیتی مناسب: هر جامعه ای همانگونه که برای سامان دادن منابع طبیعی و ماده خود و استفاده از آن برنامه ریزی می کند برای ساماندهی جمعیت و بهره وری بهینه از توان جسمی و روحی آن نیز باید برنامه ای مدون داشته باشد. هر سیاستی را که به گونه ای مستقیم یا غیرمستقیم بر ویژگی های کمی و کیفی جمعیت تاثیر بگذارد می توان سیاست جمعیتی نامید. به طور کلی سیاست های جمعیتی دو دسته

اند: الف) سیاست های تعدیل ساختاری یا متناسب سازی ساختار سنی و جنسی جمعیت در طول زمان از سه طریق امکان پذیر است: افزایش باروری و مهاجرت و افزایش امید به زندگی.

ب) سیاست های جامع جمعیتی: اتخاذ سیاست های جمعیتی لزوماً مترادف با محدود کردن یا افزایش موالید نیست بلکه جنبه های دیگر جمعیت از جمله آموزش و اشتغال و مهاجرت بهداشت و مسکن و ... هر کدام از اهمیت خاصی برخوردار است.

۴_ شبهات جمعیتی یا چالش های مطرح در جمعیت:

کمبود آب و افزایش جمعیت

پیشرفت اقتصادی و کاهش رشد اجتماعی

افزایش رشد جمعیت و افزایش بیشتر میزان بیکاری

کیفیت جمعیت یا کمیت جمعیت