



ازدواج مناسب برای جوانان

ازدواج رحمت است

پيامبر اکرم (ص) می فرماید:

- ۱- موقع بارش باران درهای رحمت آسمانی در چهار وقت گشوده می شود:
- ۲- زمانی که فرزند به چهره پدر و مادرش می نگرد
- ۳- هنگام گشوده شدن در کعبه
- ۴- هنگام برپایی مراسم عقد و عروسی

بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۱۲۲



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران
معاونت بهداشتی
واحد سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس



جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت، درمان و امور پزشکی
دقت سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
اداره سلامت جوانان

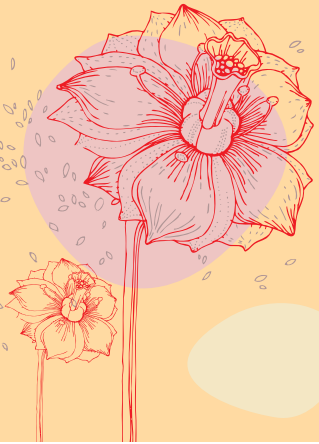
فواید ازدواج به هنگام :

۱- یکی از سپرهای قوی و محکم در برابر لغزش ها و وسوسه های مهلک و یا به تعبیری دیگر راه تقویت ایمان و حفظ عفت ، ازدواج است.

در دوران نوجوانی و جوانی، شخص با وضعیت های متفاوتی روبرو است، که جاذبه های فطری و معنویات او را به سوی کمال و پیشرفت سوق می دهد و جاذبه های غریزی و امیال جنسی در او فعال می شود. هر دو این امیال برای فرد لازم و ضروری است و خدای متعال از روی حکمت و مصلحت برای رشد و کمال انسانیت این کشش ها و جاذبه ها را قرار داده است. برای رسیدن به رشد متعادل باید هر دو را به طور صحیح و از راه اصولی پیش برد تا کار به یک مسیر باریک و خطرناک کشانده نشود. گزینه ازدواج یکی از موارد صحیح و منطقی برای رشد معنوی و ایمن بودن از طغیان های جنسی برای نسل جوان است، البته همت والدین و کمک آنها در حل مشکل ضروری است.

۲- استفاده مفید از دوران بانشاط جوانی

بهار ازدواج، دوران جوانی است. در این دوران، شور و نشاط مخصوصی بر انسان حاکم می باشد. این فرصت البته با شرایط و زمینه های خودش، راهی است که شخص می تواند از آن نهایت فایده و لذت را احساس کند و شور و صفا در این سنین بیشتر به چشم می خورد. والدین باید زمینه رشد را در فرزندان شان ایجاد کنند و برای فراهم شدن موقعیت ازدواج فرزندان و دوری از گناه و معصیت آنها، خود را مسئول بدانند و برنامه ای سنجیده برای اولاد خود داشته باشند و از غفلت و بی توجهی پرهیز کنند که بی خیالی و بی تدبیری اثرات منفی و سوپی را در پی خواهد داشت.



بررسی ازدواج از دیدگاه علمی

ازدواج تنها راه مشروع و سالم تشکیل خانواده است. در همه مکاتب و ادیان الهی به ویژه دین مبین اسلام، ازدواج و تشکیل خانواده توصیه شده است. ازدواج به زن و مرد آرامش می بخشد و آنان را از انحراف و رفتارهای جنسی پرخطر و غیر اخلاقی باز می دارد. همچنین باید به این امر دقت نمود که اگرچه مساله روابط زناشویی و گزینه جنسی یکی از نکات مهم در امر ازدواج است ولی ارزش ازدواج به هیچ عنوان به این مساله محدود نیست. از مهمترین آثار ازدواج ایجاد مودت و رحمت بین زوجین است که پدیده بسیار با ارزشی است و در قرآن کریم و آموزه های دینی مورد تاکید قرار گرفته است.

در چه سنی باید ازدواج کرد؟

برای ازدواج علاوه بر نیاز به رشد جسمی و جنسی، رشد روانی و اجتماعی نیز مورد نیاز است. در اواخر دوره نوجوانی رشد جنسی تقریباً کامل می شود و فرد توانایی تولید مثل پیدا می کند.

گرچه ازدواج تنها راه مشروع و سالم تأمین نیازهای جسمی و روانی جوانان است، ولی برای یک ازدواج موفق، آمادگی زیستی، روانی، مادی و اجتماعی لازم است.

معیارهای یک ازدواج موفق چیست؟

انتخاب همسر از مهمترین تصمیمات فرد در زندگی است، زیرا می تواند آینده فرد را رقم بزند. تشکیل خانواده سالم، متعادل و پایدار مانند هر امر مهم دیگری به تفکر منطقی و تلاش و کوشش نیازمند است. جوان می بایستی بر اساس معیارهای اصولی - منطقی همسر آینده خود را شناسایی و انتخاب نماید و آنگاه به انجام پیوند زناشویی اقدام کند. بصورت کلی اصالت خانوادگی به عنوان اساسی ترین معیار انتخاب همسر شناخته می شود. ایمان، اخلاق نیکو و روان سالم و هم کفو بودن و تناسب زوجین و ویژگی های ظاهری، سنی، تحصیلی، فرهنگی، تربیتی و اعتقادی از موارد اساسی در انتخاب همسر می باشد.

چه زمانی برای دادن پیشنهاد ازدواج تصمیم گیری کنیم؟

مطمئن گردید که فرد مناسبی را برگزیده اید اما حقیقت امر آن است که ازدواج چیزی نیست که بخواهید بخاطر انگیزه های آنی وارد آن گردید. ممکن است شما دیوانه وار همدیگر را دوست داشته باشید اگر در مورد فردی که می خواهید با وی ازدواج کنید تردید دارید، بهتر است بیشتر درباره آن بیاندیشید.

اما اگر بین شما در موارد مختلف اختلاف عقیده وجود داشته باشد و با ارزش های شما با فردی که به عنوان همسر درباره او فکر می کنید، تضاد وجود داشته باشد، شاید ازدواج شما ازدواج موفق نباشد. برای مثال اگر که شما ارزش ها و اعتقادات مذهبی نداشته باشید یا اگر...

مطمئن شوید هر دوی شما آمادگی دارید:

پیش از آنکه پیشنهاد ازدواج دهید درباره آن که در زندگی به دنبال چه اهدافی می باشید، حتی درباره اهداف بلند مدت خود با یکدیگر صحبت کنید. هر چه بیشتر با یکدیگر در مورد آن چه برای شما حائز اهمیت میباشد گفتگو کنید، بیشتر متوجه آن می گردید که آیا با یکدیگر تفاهم و سازگاری دارید یا خیر. از پدر و مادر وی اجازه بگیرید:

شما ابتدا باید بدانید که آیا اگر پیش از ازدواج با پدر و مادر وی مشورت کرده و اجازه بخواهید، آنها را خوشنود می سازد یا خیر. این نکته شاید عجیب بنظر آید اما شما که نمی خواهید پدر و مادر همسر آینده خود را برنجانید، این عمل برای آنکه با آن ها رابطه صمیمی برقرار سازید، بسیار موثر خواهد بود.

مزایای ازدواج سالم برای آقایان :

تلاش بیشتر برای کسب درآمد و امرار معاش، ریسک کمتر در روی آوردن به مواد مخدر و مشروبات الکلی، داشتن ارتباط بهتر با فرزندان و خانواده، احتمال کمتر به ارتکاب به جرم و جنایت، احتمال کمتر در خودکشی.

مزایای ازدواج سالم برای بانوان :

حمایت بیشتر بانوان در جامعه به عنوان همسر و مادر، امنیت و آرامش بیشتر، ایجاد رابطه اجتماعی فعال تر و مطمئن تر در جامعه، داشتن ارتباط بهتر و مناسب با همسر و فرزندان، داشتن روابط زناشویی سالم و مطمئن، داشتن روحیه خوب و سلامت روانی نسبت به بانوانی که ازدواج نکرده اند.

مزایای ازدواج سالم برای اجتماع:

زمانی که در جامعه درصد افرادی که در یک ازدواج سالم هستند بیشتر شود، مزایای بی شماری به همراه آنها به اجتماع وارد می شود .

● دارا بودن شهروندان سالم از نظر احساسی

و رفتاری

● کاهش خشونت های خانوادگی

● کاهش آمار جرم و جنایت

● کاهش میزان مهاجرت

● افزایش ارزش دارایی های افراد

مزایای ازدواج سالم و موفق در خانواده (زن و مرد)

موفقیت در ازدواج تنها در تامین مادیات خلاصه نمی شود. تحقیقات گویای این مطلب هستند که تمام افراد خانواده از مزایای اجتماعی و معنوی یک زندگی سالم و سعادت مند آن بهره مند خواهند شد. همه ادیان، بویژه اسلام با توجه به ارزش زندگی مشترک و تشکیل خانواده، ازدواج را تشویق می کنند.

مزایای ازدواج موفق برای کودکان و نوجوانان خانواده:

تحقیقات نشان می دهد که کودکانی که در آغوش گرم خانواده بزرگ می شوند برتری های بیشتری نسبت به سایرین دارند. از آن جمله می توان به موارد زیر اشاره کرد. احتمال دستیابی آنها به مدارج بالاتر علمی بیشتر است و از نظر آکادمیک بچه های موفق تری هستند.

از نظر جسمی و عاطفی سالم تر هستند، نا آرامی های کمتری را در مدرسه از خود نشان می دهند، احتمال کمتری وجود دارد که قربانی سوء استفاده جنسی شوند، کمتر از الکل و مواد مخدر استفاده می کنند، کمتر مرتکب جنایت می شوند، ارتباط بهتری با پدر و مادر خود دارند، وقتی ازدواج کردند، احتمال طلاق کمتر است.

تحقیقات نشان می دهد که خانم هایی که در یک ازدواج سالم هستند، نسبت به خانم هایی که ازدواج ناموفقی داشته اند، مزایای بیشتری دارند از جمله:

● از ارتباطات اجتماعی خود راضی هستند.

● از نظر احساسی سالم تر هستند.

● کمتر قربانی خشونت های جنسی و یا سایر جرم ها می شوند.

● از الکل و مواد مخدر استفاده نمی کنند.

● با فرزندان خود ارتباط بهتری برقرار می کنند.

● از نظر جسمانی سالم تر هستند.

تحقیقات نشان می دهد که آقایانی که در یک ازدواج سالم هستند، نسبت به آقایانی که ازدواج ناموفقی داشته اند، مزایای بیشتری دارند از جمله:

● از آرامش و اعتماد به نفس بیشتری برخوردار هستند.

● برای تامین معاش و کسب درآمد انگیزه بیشتری دارند.

● تعهد و احساس مسئولیت بیشتری دارند به عنوان سرپرست خانواده

● از آسیب های اجتماعی از جمله اعتیاد به مواد مخدر و الکل بیشتر در امان هستند.

● از سلامت روحی و جسمی بیشتری برخوردارند.

● از رفتارهای پر خطر که منجر به آسیب به سلامت

جسمی و روحی انسان می شود، بیشتر پرهیز و دوری می کنند.

چند عامل برای تحقق یک ازدواج موفق

سلامت جسمی و روانی

انسان سالم، خانواده سالم ایجاد می کند. برخی از بیماری ها ممکن است تهدیدی جدی برای سلامت فرد و همسر آینده او باشد.

با داشتن کار و شغل، عشق و محبت زوجین در منزل رونق و تداوم می یابد. با وجودی که داشتن شغل و درآمد لازمه خوشبختی خانواده است، باید توجه داشت که امکانات مالی به تنهایی نمی تواند حل کننده همه مشکلات یک خانواده و متضمن خوشبختی باشد و اهمیت آن تنها بایستی در کنار سایر عوامل ارزیابی شود.

داشتن نیت و اراده برای تشکیل خانواده

هر یک از زوجین باید با دید باز و با رضایت خود اقدام به تشکیل خانواده نمایند. ازدواج نباید به عنوان راه حلی برای دوری از انواع مشکلات خانوادگی جوان در خانواده در نظر گرفته شود، بلکه ازدواج زمانی موفق خواهد بود که با هدف تشکیل خانواده و تعالی روحی زوجین انجام شود. با وجودی که والدین در راهنمایی جوانان در انتخاب

همسر نقش تعیین کننده ای دارند، این نقش باید به صورت مشاوره ای بوده و نباید بصورت تحمیلی و سلب اختیار جوان در تعیین شریک زندگی آینده اش باشد. زوجین باید متوجه باشند که با تشکیل خانواده، نقش های جدیدی برای آنان بوجود می آید که می بایستی در مقابل آن مسئولیت پذیر باشند. زن و مرد متأهل نسبت به یکدیگر متعهد هستند و می بایستی با تمام وجود سعی در ایفای وظایف نمایند. یکی از اساسی ترین پایه های موفقیت یک زندگی زناشویی، شناخت دقیق نیازهای جسمی، روحی و عاطفی همسر و تلاش مستمر و دائم در پاسخ به این نیازهاست.

زوجین می بایستی در این جهت به یکدیگر کمک رسانند و مشوق و همکار یکدیگر باشند. هم چنین لازم است تا از توقعات خارج از توانایی همسر اجتناب گردد. به عبارت دیگر زوجین باید تلاش کنند تا در کنار یکدیگر باشند و نه در مقابل هم. همچنین تعیین تعداد فرزندان از مسایل مهمی است که باید زوجین درباره آن توافق کنند و هر دو در قبال آن مسئولیت های خود را ایفا نمایند تا سلامت باروری و فرزند آوری محقق شود. زوجین می بایستی در همه حال و در هر شرایطی به همسر

چند عامل برای تحقق یک ازدواج موفق

چند سالی است که درکشورمان شاهد تاخیر در ازدواج و افزایش سن ازدواج در بین جوانان هستیم. به نظر می‌رسد عوامل متعددی در این امر دخیلند که از جمله آنها می‌توان به تغییر در باورها و الگوهای فکری و رفتاری جوانان، شکل گرفتن تعریف جدیدی از روابط خانوادگی در ذهن آنان، تنگناهای مالی و اقتصادی، نبود شغل مناسب و ثابت و نداشتن مسکن و ادامه دادن تحصیل تا مقاطع عالی در بین دختران اشاره کرد.

تجرد در سنین بالا هم برای دختران و هم برای پسران غالباً با پیامدهای منفی همراه است.

خود احترام بگذارند. با اولین توهین به همسر، اولین گام برای تضعیف بنای خانواده برداشته شده است. هیچ خطایی از طرف همسر، شما را محق به توهین به او نمی‌کند. گذشت، لازمه هر رابطه طولانی مدت است. انسان در طول زندگی مرتکب خطاهایی می‌گردد و گذشت و راهنمایی دوستانه همسر، زمینه پیشگیری از وقوع مجدد آن خطا را فراهم می‌کند، احساس صمیمیت را تقویت می‌کند و زندگی را به کام زوجین شیرین می‌سازد.

دین داری، تقویت معنویات و توجه به دستورات مذهبی که به زیبایی در دین مبین اسلام و سایر ادیان الهی به آن پرداخته شده است، همچون چراغی روشن در راه تعالی بشریت است. زوجین باید به تقویت معنویات در یکدیگر یاری رسانند و در این صورت است که عطر و طراوت ایمان، فضای خانوادگی شان را صفا می‌بخشد.

همه هدف ازدواج و تشکیل خانواده، ارضای غریزه جنسی نیست. بدون شک، خالق بزرگ هستی خواهان تداوم زندگی انسان روی کره خاکی است و تنها راه تداوم نسل بشر، روابط زناشویی است. ایجاد جاذبه بین دو جنس مخالف، یکی از تجلیات اراده خداوند متعال برای تضمین بقاء نسل بشر می‌باشد.