

نمایشگاه

ازدواج سالم، آسان و پایدار

هفته ازدواج (اول تا هفتم مرداد ۹۹)



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



ازدواج، تنها راه مشروع و سالم تشکیل خانواده است.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



بهار ازدواج، دوران جوانی است.

در این دوران فرد با شور و نشاط است و آمادگی ساختن فردای بهتر
را برای خود و خانواده‌اش دارد.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



ازدواج، زمینه‌ساز ارتباطات اجتماعی مناسب و به‌هنجار است.

افرادی که ازدواج می‌کنند سالم‌ترند و کمتر قربانی
خشونت‌های گوناگون اجتماعی می‌شوند.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



پیامبر اکرم (ص):

**هیچ بنایی در اسلام نیست که دوست
داشتنی‌تر از بنای ازدواج باشد.**

اهمیت ازدواج در دین مبین اسلام تا آن اندازه

بالاست که قرآن کریم، از همسران به عنوان مایه آرامش یاد می‌کند.

سوره روم، آیه ۲۱



**نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار**



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



ازدواج، مناسب‌ترین زمینه برای تامین نیازهای روانی، عاطفی و جنسی جوانان است.

همین امر موجب سلامتی دینی و اخلاقی جوانان خواهد شد. به همین دلیل

رسول اکرم (ص)، در روایتی می‌فرمایند: هر کس که ازدواج کرد،

نصف دینش را حفظ کرده است.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



کارکردهای مثبت ازدواج:

* افزایش مسئولیت پذیری

* تکامل اجتماعی و معنوی

* ادامه نسل

* ارتقای سلامت روان جامعه

* کاهش رفتارهای مخاطره آمیز

* افزایش احساس امنیت در افراد

* ایجاد آرامش



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



خودشناسی، ضروری ترین شناخت پیش از ازدواج

پیش نیازهای ازدواج، به دسته‌ای از مسائل ضروری اطلاق می‌شود
که بدون وجود هر یک از آن‌ها، فرد واجد شرایط کافی و لازم برای
احراز مقام همسری نیست.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار





مهم‌ترین ابعاد شناخت خویش عبارتند از:

* شناخت ظاهر

* شناخت احساسات و عواطف

* شناخت وضعیت خلق و خو

* شناخت میزان مسئولیت‌پذیری

* شناخت نقاط قوت و ضعف

* شناخت نحوه ارتباط با سایرین

* شناخت علایق و سلیقه‌ها

* آگاهی از توانمندی‌ها و استعدادها

* آگاهی از ارزش‌ها و فرهنگ شخصی



نمایشگاه

ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



برای ازدواج آماده‌اید یا نه؟

برخی از نشانه‌های عدم آمادگی فرد برای ازدواج:

* عدم پذیرش مسئولیت در قبال دیگران

* عدم توانایی برقراری ارتباط منطقی با اطرافیان

* عدم توانایی در کنترل خشم

* فقدان توانایی ابراز وجود

* عدم توانایی در گوش دادن و...



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



یکی از موارد ضروری در شناخت همسر، شناخت مربوط به تفاوت‌های میان دو جنس زن و مرد است.

مهم‌ترین تفاوت‌های زن و مرد:

* تفاوت در نگرش کلی و جزئی

* تفاوت در ابعاد ارتباطی

* تفاوت در نقش مدیریتی

* تفاوت در زمینه عشق

* تفاوت در رفتار جنسی

* تفاوت در جنبه عاطفی



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان

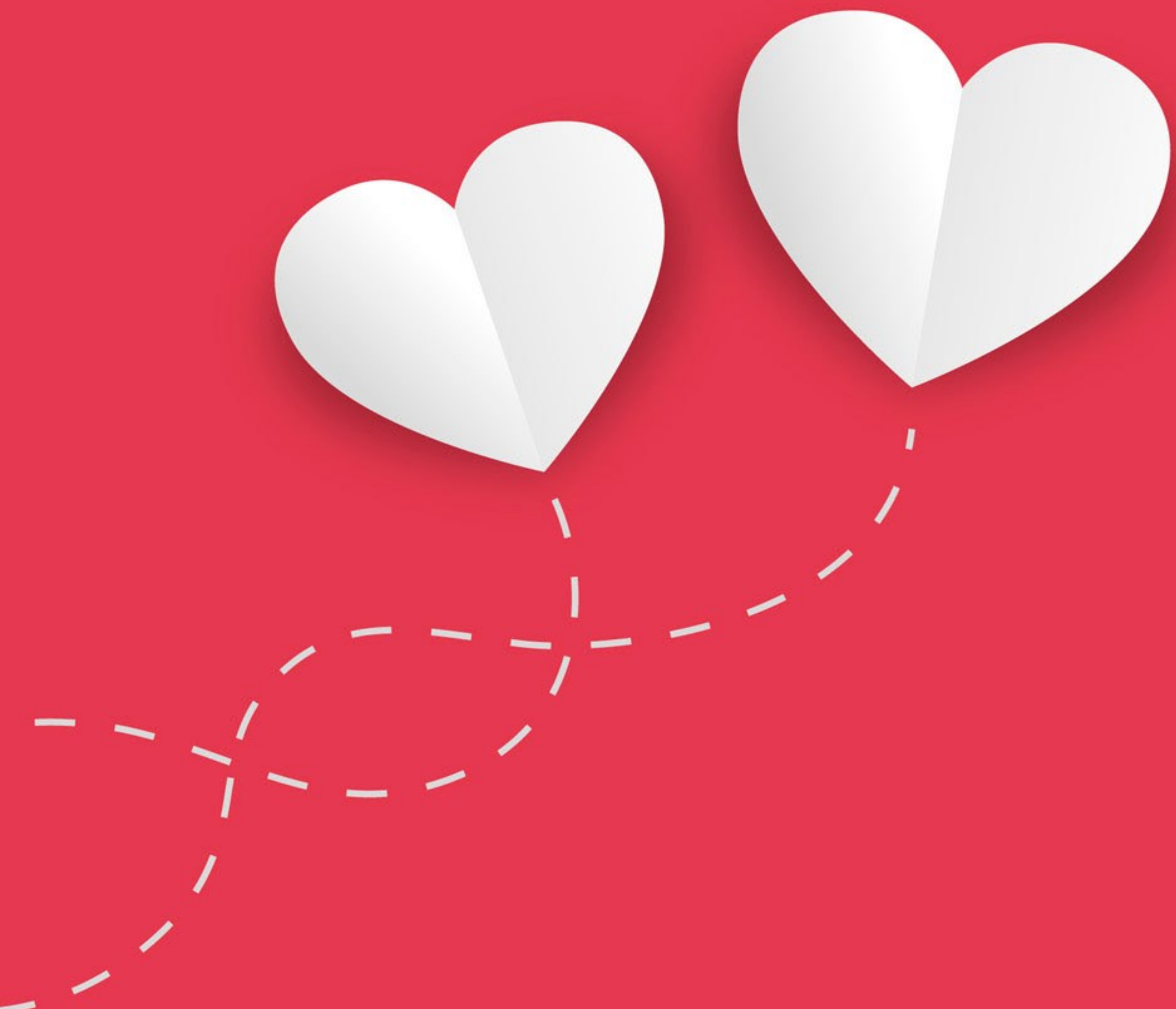


**شناخت کامل درباره ازدواج، زندگی مشترک
و کارکردهای آن از سوی طرفین یکی از
پیش نیازهای یک ازدواج پایدار است.**



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار





افکار بلند پروازانه و دور از واقعیت

برخی از دختران و پسران، ازدواج را پناهگاهی برای تحقق همه آرزوهای خود می‌دانند.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



برخی از باورهای نادرست در ازدواج عبارتند از:

با هرکسی ازدواج کنم خوشبخت خواهم شد...

* زوجین هیچ چیز را از یکدیگر مخفی نمی‌کنند

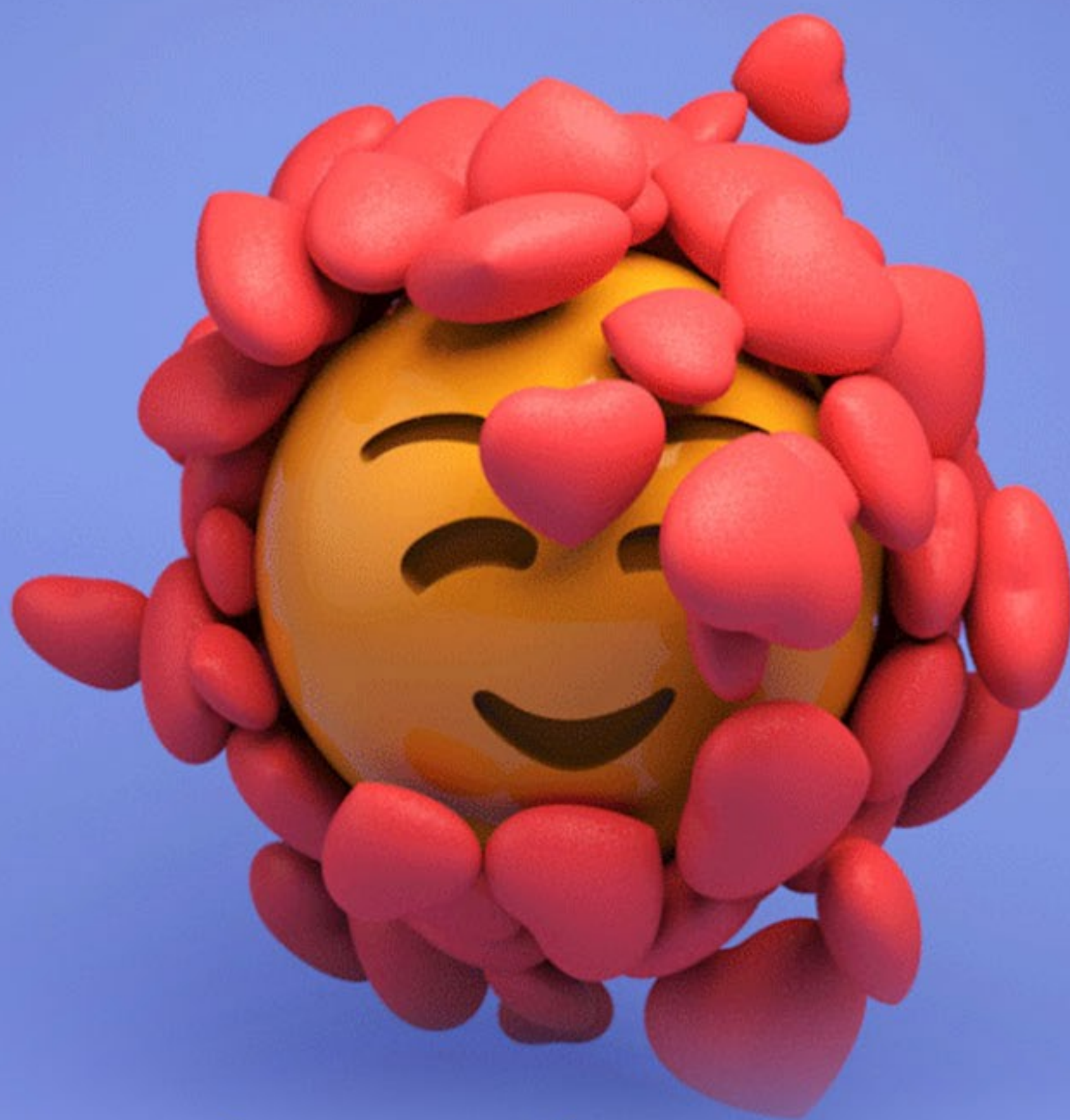
* زوجین مناسب، هرگز خشمگین نمی‌شوند

* زوجین خوشبخت، اختلاف فکر و سلیقه ندارند

* همه خواسته‌ها برآورده خواهد شد



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



باورها

منشاء رفتارهای ما هستند.

۱- هر باوری که عاملی برای ازدواج بدون علاقه باشد

۲- هر باوری که مانع ازدواج با فردی شود که از نظر شرع،

عقل و منطق مناسب به نظر می‌رسد

باوری نادرست و نامناسب است.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



سپردن سرنوشت خویش به شانس و احتمال، یکی از باورهای نادرست در ازدواج است.

برخی از باورهای نادرست در ازدواج عبارتند از:

* انتخاب از روی ترس از عقوبت

* انتخاب بر اساس استخاره

* انتخاب بر اساس باور به قسمت و تقدیر

* انتخاب بر اساس باور به "بخت خوب فقط بخت اول"



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



چه موقع ازدواج کنم؟

نمی‌توان ازدواج را محدود به سن خاصی دانست. بلکه این مسئله بیشتر به ظرفیت شناختی افراد نسبت به کل هستی و زندگی مشترک وابسته است. تا چنین بینشی ایجاد نگردد، هر گونه تلاش زودهنگام برای تشکیل خانواده نامناسب است.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



آشنایی نخستین گام برای انتخاب همسر است.

بهترین روش برای آشنایی از طریق معرفی دیگران و

برگزاری جلسه خواستگاری صورت می‌گیرد.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



**مراقب تاثیر جاذبه‌ها
باشید.**

جذابیت ظاهری:

شامل جذابیت بدنی، لباس و آرایش می‌شود

که بیشترین تاثیر را بر ما می‌گذارد و می‌تواند ما را از

منطق دور ساخته و فریب دهد.



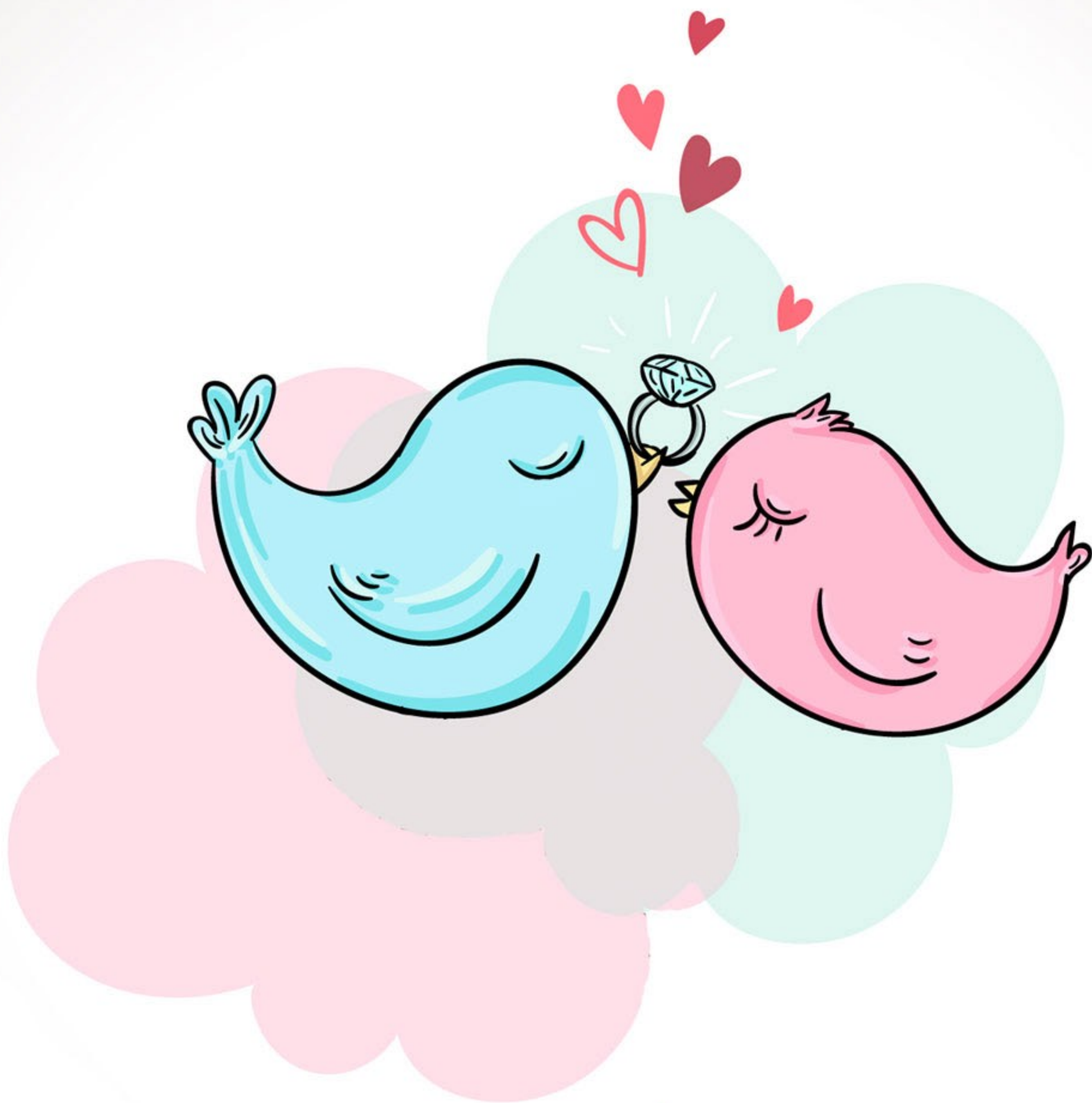
**نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار**



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



عشق هرگز کافی نیست!

همیشه به فکر انتخاب عاقلانه و زندگی عاشقانه باشید.

به یکدیگر دل نبندید. احتمال عدم تحقق ازدواج وجود دارد!



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



گفت‌وگوی خودسرانه ممنوع!

توصیه می‌شود هرگز خودسرانه، بدون اطلاع خانواده به گفت‌وگو با یکدیگر نپردازید. پذیرش دعوت‌ها مخاطره آمیز هستند.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



دوست شدن قبل از ازدواج ممنوع!

دوست شدن و روابط صمیمانه پیش از ازدواج مورد نکوهش است.



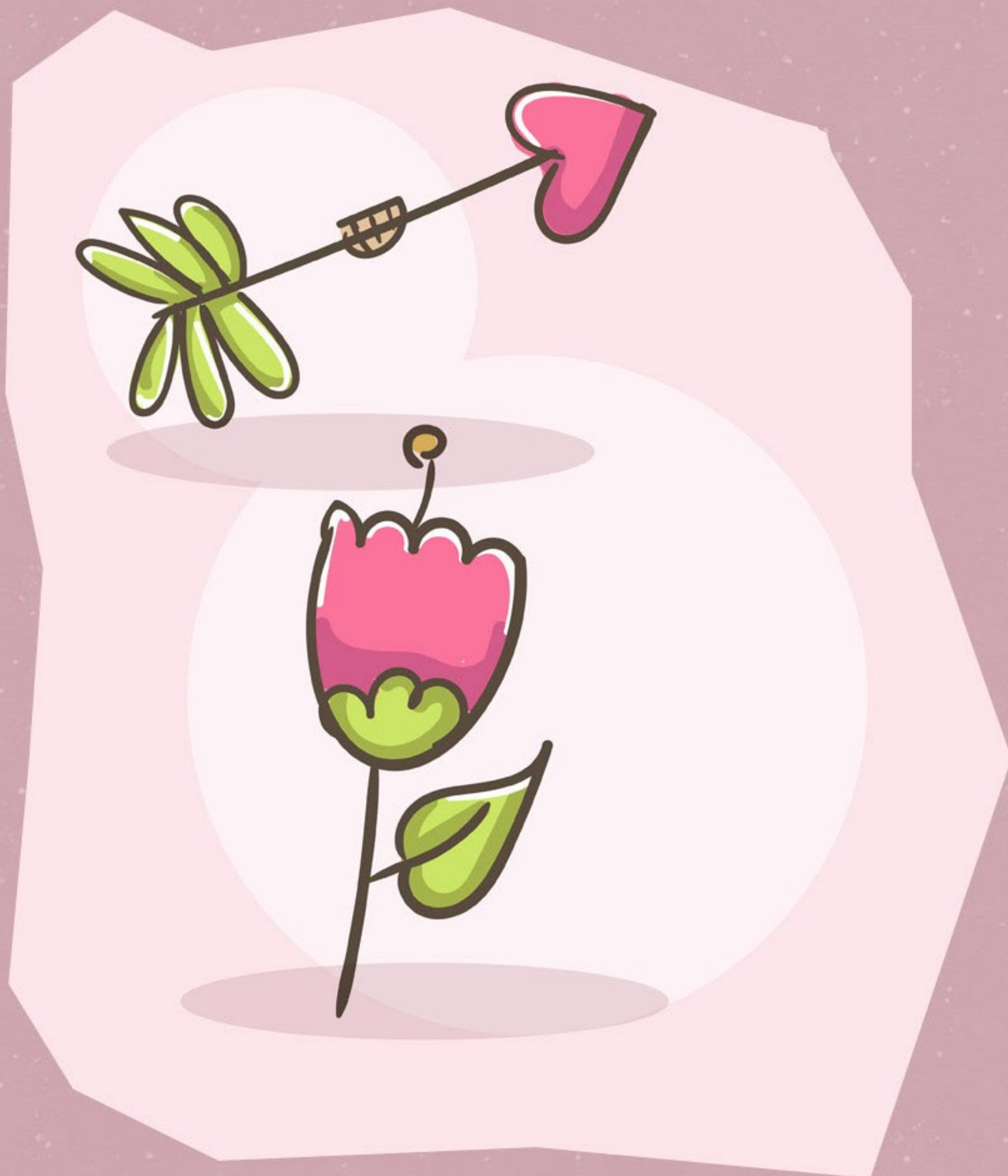
نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



خواستگاری در خیابان ممنوع!

خیابان محل عبور و مرور است؛ نه محل انجام خواستگاری!

این کار عملاً فرصتی برای ضربه خوردن دختر در زندگی زناشویی

فراهم می‌آورد. خواستگاری مناسب، تنها در حضور خانواده صورت می‌گیرد.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



رد یا پذیرش زود هنگام ممنوع!

هیچگاه نباید در تصمیم‌گیری برای رد یا پذیرش او شتاب زده

اقدام نمود. قبل از انجام یک گفت‌وگوی کامل و مراجعه به

مشاور تصمیم نگیرید.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان

تصویر: فرحنگ نیوز



خواستگاری پسر از دختر

نخستین جلسه دیدار را جدی بگیرید. خواستگاری باید
به صورت رسمی و حضوری و الزاماً توسط فرد خواهان و
خانواده او صورت گیرد.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



کسب شناخت از طریق گفت وگو

هرچه شناخت بیشتر، تصمیمات واقع بینانه‌تر

برخی از خانواده‌ها اصرار بیش از اندازه دارند که تعداد

جلسات شناخت کاملاً محدود برگزار شود. متعدد شدن جلسات

گفت‌وگو نباید مایه نگرانی والدین شود.



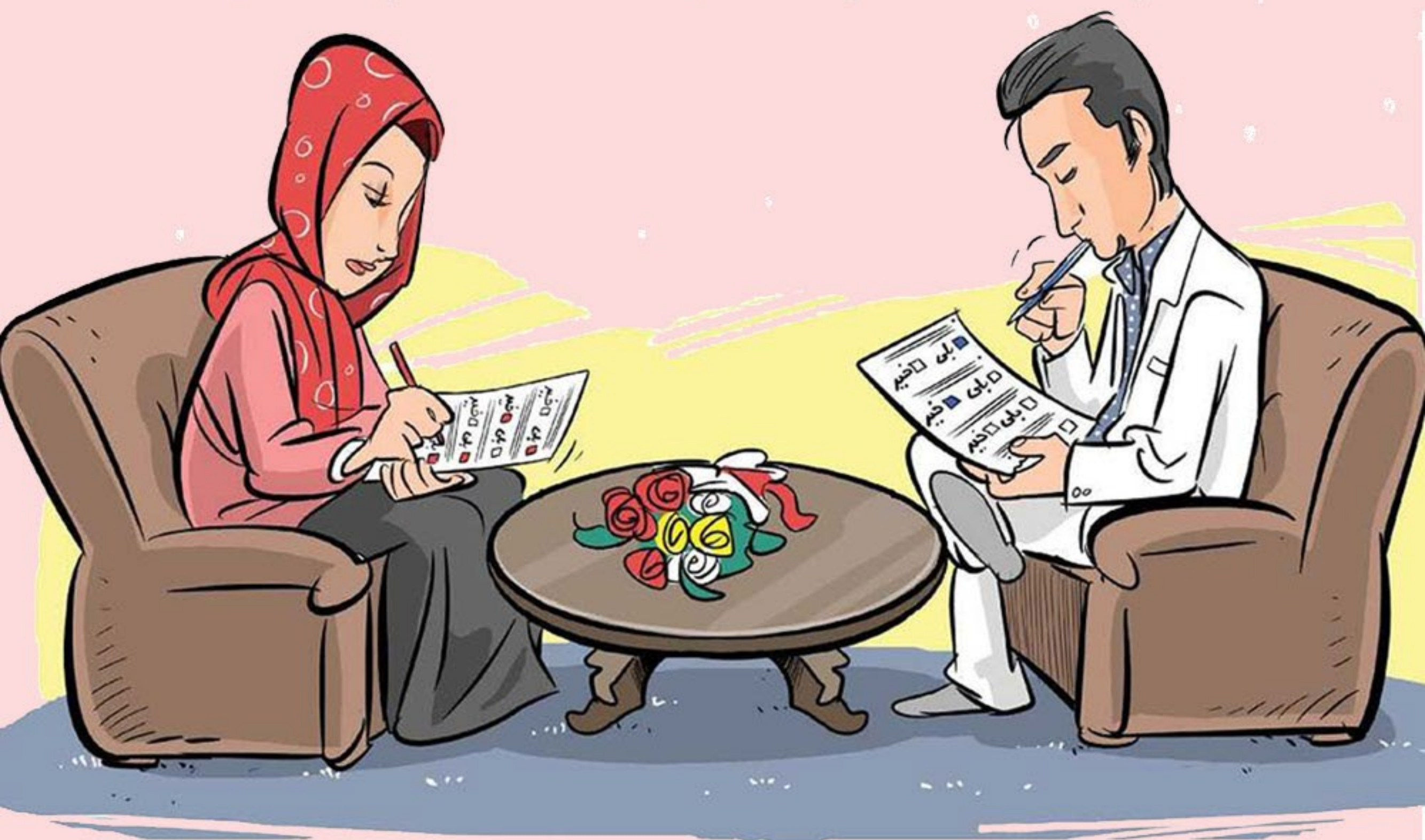
نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



افراد را از پرسش‌هایشان بشناسید، نه از پاسخ‌هایشان!

شما می‌توانید از طرز مطرح کردن پرسش‌ها، موقعیت طرح پرسش‌ها و تعداد پرسش‌های فرد در هر زمینه به برخی حقایق پنهان، دغدغه‌ها، رو حیات و خلیات فرد مقابل پی ببرید.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



لزوم آشکارسازی پیام‌های مبهم

گاهی فردی که خواهان ازدواج با شماست صحبت‌هایش ابهام دارد.
در این مواقع بهترین روش این است که به وسیله پرسش‌های
جزئی ابهام را برطرف نمایید. به عنوان مثال:

فرد الف : من گاهی تحمل خود را از دست می‌دهم.

فرد ب : دقیقاً توضیح دهید منظور شما از تحمل چیست و در این موقع چه می‌کنید؟



ازدواج سالم، آسان و پایدار



درگیری احساسات و عواطف برای ارائه یک پاسخ مناسب کافی نیست.

گاهی پسر و دختر در طی زمان تدریجاً به جای ارزیابی و شناخت یکدیگر به اشتباه به ایجاد یک رابطه عمیق عاطفی دست می‌زنند که با خطرپذیری بالایی روبه‌رو خواهد بود.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



تحقیقات همه جانبه و دقیق، لازمه خوشبختی در زندگی مشترک!

تاکید انحصاری بر یک راه برای شناخت، شیوه‌ای ناقص و ناکارآمد است.
ما برای پذیرفتن فرد دیگر به عنوان همسر، به چیزی بیش از صحبت و نگاه گذرا
و امثال آن نیاز داریم.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



مهم‌ترین منابع جست‌وجو، افراد سرشناس و چهره‌های شاخص محلی هستند.

بسیاری از مشکلات و اختلافات خانوادگی از شتاب زدگی و عدم انجام
بررسی‌های دقیق در مرحله گزینش نشأت می‌گیرد.

سایر منابع تحقیق :

۱- اقوام و بستگان

۲- همسایگان

۳- دوستان و آشنایان

۴- افراد حاضر در محل کار و همکاران

۵- مراجعه به مشاور



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



معیارهای اصلی انتخاب همسر

هر ازدواجی حداقل باید از پنج جنبه تضمین شود. این جنبه‌ها عبارتند از :

* سلامت دینی

* سلامت عقلی

* سلامت روان

* سلامت اخلاقی

* اصالت خانوادگی



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان

معیارهای فرعی انتخاب همسر

این دسته از معیارها از این نظر فرعی نامیده می‌شوند که از فردی به فرد دیگر متفاوتند.
برخی از این معیارها عبارتند از :

*زیبایی ظاهری

* سطح هوشی و شناختی

* وضعیت قومی و نژادی

* وضعیت اقتصادی

* گرایش سیاسی

* سطح تحصیلات

*فاصله سنی و ...

نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان





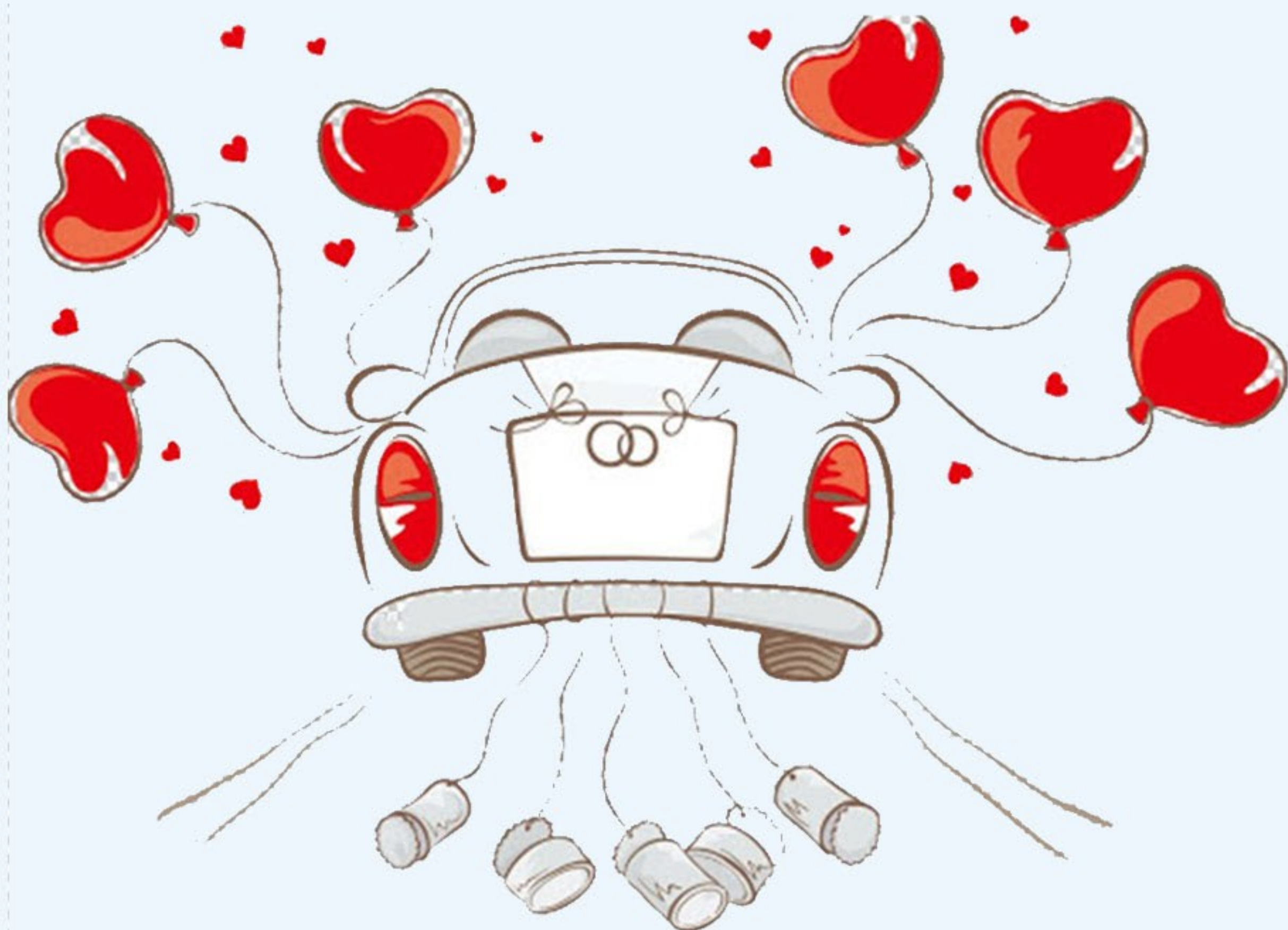
اگر همسرمان فرد مناسبی نباشد، کم یا زیاد بودن مهریه تفاوتی ندارد.

بهترین مهریه آن است که در حد اعتدال بوده و توسط دختر و پسر اندازه‌گیری و مطرح شود.

مهریه سنگین نمی‌تواند تضمین کافی را برای جلوگیری از طلاق فراهم سازد.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



پرهیز از مزاحمت برای دیگران، پرهیز از اسراف و ریخت و پاش و پرهیز از راه انداختن مجالس گناه

حضرت رسول (ص) در جریان ازدواج حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه (س)
این توصیه را فرمودند:

" شادی کنید؛ اما کاری که مورد رضایت خدا نیست، انجام ندهید. "



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان

مخارج سنگین و زیاده‌روی در هزینه‌ها = ازدواج هراسی

طرفین به اندازه توان و وسیع مالی خود باید برای ازدواج اقدام کنند.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



**اگر در محدودیت مالی به سر می‌برید،
اولویت‌بندی کنید.**



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



آموزش پیش از ازدواج را جدی بگیرید.

مشاوره ازدواج با هدف دریافت ملاک‌های آمادگی هر یک از زوجین برای ازدواج:

یکی از وظایف مشاور ازدواج این است که به سوالات شما در تمام زمینه‌های ازدواج پاسخ داده و ابهامات شما را در هر یک از زمینه‌های مورد نظر برطرف نماید.



نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان



آشنایی با مهارت‌های ویژه زندگی مشترک؛ ضرورتی اجتناب‌ناپذیر

این مهارت‌ها در کاهش تعارضات و افزایش رضایت‌مندی
میان زوجین نقش دارد. برخی از این مهارت‌ها عبارت‌اند از:

* مهارت ارتباط صمیمانه

* مهارت همدلی با همسر

* مهارت حل تعارض

* مهارت تفکر انتقادی

* مهارت مقابله با خشم

* مهارت عشق ورزی و...

نمایشگاه

ازدواج سالم، آسان و پایدار



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
معاونت بهداشتی



دانشگاه علوم پزشکی کرمان





شما دختران و پسران جوان می توانید کتاب دانستنی های ازدواج سالم
را مطالعه نموده و آگاهی خود را در راستای ابعاد ازدواج سالم
ارتقاء دهید.

دریافت کتاب: Vchs.Kmu.ac.ir



**قسمت آموزش برای عموم، بخش کتاب
کتاب دانستنی های ازدواج سالم**



**نمایشگاه
ازدواج سالم، آسان و پایدار**