

تحکیم خانواده

ازدواج در ابتدا شیرین است ولی اگر به آن رسیدگی نشود ممکن است به قهقرا برود لذا باید مورد توجه قرار گیرد.

عوامل استحکام خانواده

1) دین داری: رفتار منطبق بر شاخصه های دینی

- حل "بحران معنا"

- تقویت بردباری

- کاهش اختلاف نظر

- پرهیز از کارهایی که باعث ناخشنودی میشود

- پرهیز از محرمات به خودی خود باعث استحکام خانواده است

- پدید آورنده ی بسیاری از فضایل اخلاقی

- خلاقیت در مواجهه با مسائل گوناگون

2) همدلی

نیاز ذاتی انسان به انس گرفتن با دیگران = بهترین مونس انسان همسر اوست. همدلی به معنای توانایی درک همسر و برخورد مناسب با اوست.

3) ارضای نیاز های جنسی = صرفاً محدود به روابط جنسی نیست و شامل همه ی بهره های رفتاری، شنیداری و دیداری است.

فواید: زندگی را شیرین و لذت بخش می سازد- رشد بهنجار شخصیت و آرامش روان

عدم توجه به نیاز های جنسی = بروز رفتار های پر خاشگرانه و در آخر افسردگی

تفاوت بین مشخصه های جنسی زن و مرد = تمکین را برای زن واجب می سازد تا مرد آسیب نبیند.

4) مدیریت اقتصادی خانواده = نیاز به خوراک، پوشاک، مسکن و آنچه سلامت روحی و جسمی فرد را تامین می کند.

این وظیفه از دید اسلام بر دوش مرد است و زن وظیفه ی مدیریت مصرف خانواده و آموزش به فرزندان را دارد.

5) محبت به اعضای خانواده = ماهیت اساسی خانواده پیوند عاطفی و روحی بین اعضای آن است.

عواطف و احساسات مثبت میان دو فرد (علاقه) سبب تداوم رابطه و تحکیم خانواده می شود.

مهمترین عامل پیوند بین دختر و پسر = علاقه = خداوند وعده داده پس از ازدواج بین آنان ایجاد می شود.

از آثار آن می توان:

-دلگرمی و دل به دیگری نسپردن

-شادابی فرزندان

-شکوفایی استعداد های اعضای خانواده

-لذت بردن از زندگی و ارتباط با دیگران

۶) مشخص و متعادل نمودن انتظار ها => باعث معین شدن وظایف و حد و حدودها است

انتظار ها اگر واضح و روشن نباشد رابطه آسیب پذیر می شود.

ابهام، افراط و تعارض در انتظارات=> فضای نامساعد و کینه جویانه ایجاد می کند.

۷) مشورت و کسب توافق در خانواده:

در مواقعی که تطابق با اصول شرعی در شرایطی دشوار است، آموزه ی اسلام در مشورت با دیگران و گزینش است.

۸) رازداری:

همسر نزدیک ترین فرد به هر شخصی است و رازداری مانع خواری خانواده در منظر دیگران می شود.

۹) عفو و گذشت: شرط اصلی استحکام و استحکام پیوند زناشویی است.

مهارت های تحکیم خانواده:

۱) اظهار محبت: باعث شیرینی روابط و گرمی و نشاط خانواده می شود. محبت به همسر خود را باید در ادبیات مناسب و گاه با

کار های ویژه مثل خرید یک خوراکی مورد علاقه ی وی ابراز کرد. پس از تولد فرزند باید در محیطی پر از محبت رشد بنماید.

همچنین از محبت اضافی و یا محبت پدر یا مادرگونه نیز به همسر خود باید پرهیز کرد.

۲) ارتباط کلامی مناسب: ارتباط کلامی مهم ترین وسیله ی ارتباطی بین دو فرد است.

- یادگیری مهارت های سخن گفتن و شنیدن

- از طریق زبان بدن مثل سر تکان دادن اهمیتی که حرف های او می دهید را ابراز کنید.

- مشتاق نشان دادن در گوش کردن به همسر

- استفاده از کلمات زیبا و ملایم

- تکرار دوباره ی عباراتی که قبلا هم گفته اید با صبر و بردباری و بدون عصبی شدن

- در صورت احساس جو عصبی در بحث، صحبت را به زمانی دیگر موکول کنید.

- ۳) روابط زناشویی=> اگر مطلوب باشد تاثیر عمیقی بر تحکیم خانواده دارد.

- عدم جدایی بستر تحت هیچ شرایطی

- دوری جستن از رسانه های دارای محتوای جنسی

(۴) کسب درآمد و مدیریت مصرف:

یک. کسب درآمد:

-مسائل مربوط به اشتغال مردان=> مهارت های لازم برای کسب درآمد:

-دوری جستن از مشاغل سطح بالا

-دوری از درآمد حرام

-تعیین محدوده فعالیت اقتصادی

-آشنایی با حمایت های اجتماعی برای اشتغال مثل وام

-زمان کاری معقول

-باقی ماندن مسائل و ناراحتی ها در محل کار

(۲) مسائل مربوط به اشتغال زنان: نباید زن را مجبور به کار کردن کنیم و اگر داوطلبانه مشغول به کار شد کار هایی که باید انجام دهیم:

-تشکر بابت کمک در مخارج

-کمک در پیدا کردن محیط کاری مناسب برای او

-کمک در امور منزل

-کمک در برنامه ریزی برای نحوه ی مصرف درآمد به همراه همسر

-مقداری از اموال خود را به نام زن خود کنیم.

دو. مدیریت مصرف=> کاهش هزینه ها در کنار افزایش درآمد ضروری است. باید به نکات زیر برای مصرف بهینه امکانات توجه کرد:

-تعیین موارد مصرف

-پس انداز مقداری از درآمد

-بیمه ی اعضای خانواده

-آگاه سازی همسر از میزان درآمد

-عدم زیاده روی در خرید

-در تهیه مسکن باید دقت شود

-آموزش مسائل اقتصادی به فرزندان همراه با رشد آن ها

توقیت کارکرد های خانواده: کارکرد های مختلف خانواده از جمله تنظیم روابط جنسی، تامین نیاز های عاطفی، بقای نسل و ...

نکاتی که باید مورد توجه قرار گیرند:

رعایت حد و مرز ها در خانواده=> پیشگیری از تماس های جسمی و دوری از روابط کلامی و نگاه های دارای بار جنسی توسط مردان باید رعایت شود و پوشش و حجاب مناسب توسط زنان

۲) تامین نیاز های عاطفی همسران، فرزندان و والدین=> تامین نیاز های روحی انسان در خانواده و محبت انتقال یافته ی بین فرزندان و پدر و مادر و همچنین بین زن و شوهر

۳) فرزند آوری=> تجربه ی طعم شیرین پدر یا مادر شدن

بارداری هوشمند به تناسب امکانات و همراه با اقدامات لازم جهت تسهیل امر فرزند پروری

۴) تقویت نقش تربیتی خانواده=> ابعاد کارکرد هاس تربیتی خانواده:

-نقش مهم در جامعه پذیری فرزندان

-تاثیر در شکل گیری اعتقادات و رفتار های مذهبی

- تاثیر تربیتی زن و شوهر بر یکدیگر

نقش اعضای خانواده:

با ازدواج شبکه ی ارتباطی بین زن و شوهر و فرزندان و بستگان ایجاد می شود که موجب بهم پیوستن دل ها، مرتبط ساختن حقوق افراد به یکدیگر و ... می شوند.

رابطه ی بین اعضای خانواده:

1. زن و شوهر

2. فرزندان و پدر و مادر

3. همسران و بستگان آن ها

1. با توجه به تفاوت های روانی و فیزیولوژیکی وظایف زنان و مردان متفاوت است.

نتیجه ی پذیرش نقش های متمایز زن و مرد نشاط و رضایتمندی و تعادل کارآمدی خانواده است.

۲. تا آغاز سن بلوغ و آغاز دوره ی جوانی، نقش پدر و مادر در تربیت فرزند و تامین امکانات برای رشد روانی و فیزیکی فرزند. که مسئولیت سنگین تر تربیتی بر عهده ی زن است.

پس از این دوره ها فرزند وظایفی مثل احترام و نیکی به خانواده و همچنین تامین نیاز های مالی آنان در دوران سالمندی بر عهده ی فرزندان است.

۳. بستگان =>

-نقش حمایتی والدین، خواهران و برادران زن و شوهر نسبت به خانواده نوبنیاد

-حمایت عاطفی خویشاوندان در مشکلات زندگی و کمک های مالی آنان و نیز تاثیر صله ی رهم با آن ها به سلامت روانی خانواده ها کمک میکند. (در حدی که به روابط زن و شوهر صدمه ای نزنند مثلا با ایجاد رقابت در تجملات)

ایمن سازی خانواده

تغییرات در خانواده ها رخ داده است که ناشی از تاثیر رسانه های غربی، فشار از سوی نهاد های بین المللی در جوامع غربی می توان گسترش روابط جنسی لذت گرا، افزایش آمار والدین مجرد و گسترش همجنس گرایی را نام برد.

خانواده های ایرانی نیز بر اثر صنعتی شدن و شهری شدن دچار تغییراتی شده اند که برخی ازین تغییرات مثبت و برخی دیگر منفی بوده اند.

مشکلات ناشی از تغییر در خانواده های ایرانی:

(۱) افزایش سن ازدواج و مجرد زیستی => باعث افزایش اضطراب ها، کاهش انگیزه و فعالیت اقتصادی

مهمترین عوامل افزایش سن ازدواج:

شیوه زندگی مدرن و سیطره مادی گرایی در دنیای کنونی

افزایش اختلاف های خانوادگی => باعث کاهش رضایت زناشویی و عامل اختلاف است.

(۳) ضعف در کارآمدی خانواده ها

عوامل تضعیف خانواده

شامل عوامل شناختی و رفتار است. عوامل شناختی را باید با اصلاح نگرش ها و باور ها و همچنین عوامل رفتاری را باید با کسب مهارت های رفتاری جدید بررسی نمود.

عوامل شناختی:

(۱) فقدان اطلاعات مورد نیاز

(۲) انحراف شناختی:

-نسبی گرایی در ارزش های اخلاقی خانواده

-اولویت حقوق نسبت به تکالیف

-برآیند اعتقاد و اراده بر انجام کار بر مبنای اعتقاد است. ازین رو، نوع نگرش انسان، عامل اساسی در رفتار هایی است که موجب استحکام و یا تضعیف خانواده است.

اولویت حقوق نسبت به تکالیف: حق در گذشته شامل "حقوق سلبی" بوده است و در حال حاضر ناظر به مطالبات است.(حقوق مثبت)

۲-۳ اعتقاد به خرافات=> استفاده از روابط غیر عقلی و غیر شرعی است که از مهمترین عوامل اختلاف است.

۳) ضعف سواد رسانه ای=> عدم سواد لازم برای استفاده سنجیده و منطقی از رسانه ها موجب گمراهی و به بار آوردن آثار زیان باری می شود. => از جمله کم رنگ شدن نقش مرجعیت خانواده در انتقال ارزش ها به فرزندان

۴) بدگمانی و سوء ظن به همسر => شامل نگرش منفی به پندار، گفتار یا کردار همسر است که باعث سست شدن بنیان خانواده می شود.

دو. عوامل رفتاری:

۱) خود برتر بینی=> خودمحوری و عدم پذیرش ویژگی های دیگران موجب آثار مخربی است که کمترین آنها خودبینی اعضای و بیشترین آن فروپاشی خانواده است.

۲) ارتباط کلامی مناسب=> استفاده از الفاظ بیشتر در زمینه ی انتقاد است که آثار مخربی از جمله تضعیف رابطه ی بین افراد را به دنبال دارد.

۳) عدم ارضای نیاز های جنسی=> موجب عصبانیت و دل سردی میان همسران می شود.

۴) برنامه اقتصادی نامناسب=> فقر به طور ویژه مرد را تحت فشار قرار می دهد و رفتار های خشونت بار از او مشاهده خواهد شد و از سوی دیگر غرق در بی نیازی مالی شدن نیز همین نتیجه را می دهد.

۵) اعتیاد=> باعث بروز رفتار های نابهنجار و در نهایت ناسازگاری می شود.

راه های ایمن سازی خانواده ها از آسیب ها:

یک) آموزش همسران => عدم شناخت همسران از وظایف خود مشکل ساز است که با آموزش می توان از آن جلوگیری کرد.

دو) ارزیابی مستمر روابط خانوادگی=> با بررسی عملکرد خود در خانواده می توان برای بهبود آن برنامه ریزی کرد.

سه) پرهیز از بدگمانی و سوءظن=> از راهکار های جلوگیری از ایجاد سوء ظن می توان در نظر گرفتن انواع احتمالات در مورد رفتار همسر و پرهیز از همنشینی با افراد بداندیش را نام برد.

چهار) مواجهه ی صحیح با عیوب همسر:

(۱) پرهیز از ورود به مشکلات خصوصی همسر

(۲) آغاز اصلاح از خود

(۳) پذیرش عذرخواهی همسری که اشتباه خود را پذیرفته

(۴) انتقاد پذیر بودن

پنج) مدیریت خشم و غضب=> عدم کنترل بر خشم ممکن است باعث بیان الفاظی شود که همسر را آزرده خاطر سازد.

از راه حل های کنترل خشم میتوان برطرف کردن مشکلات جسمانی عامل خشم و یا مراجعه ی به روانشناس را بیان کرد.

شش) کسب مهارت حل مسئله: نحوه ی برخورد با مشکلات میتواند باعث تحکیم و یا تخریب رابطه شود.

راه حل های بهبود حل مسئله=> تخلیه فشار های زندگی از راه درست-نگاه به مشکلات به عنوان "مسئله" و پیدا کردن راه حل برای آن ها و ...

فروپاشی خانواده:

گاهها بر اثر امری قهری مثل مرگ و گاه بر اثر امری ارادی مثل فسخ نکاح(طلاق) صورت می گیرد.

دلایل فسخ نکاح:

(۱) عیب: همسر به صورت مکرر یا ادواری مجنون باشد یا پیش از عقد بیماری خاصی داشته باشد.

(۲) تخلف از وصف مقصود: هرگاه در یکی از طرفین صفت خاصی شرط شده باشد و بعد از عقد معلوم شود که او فاقد آن وصف بوده است به طور مثال به دروغ گفته بوده باشد که قبلا ازدواجی نداشته است.

(دو) طلاق=> جدا شدن زن از مرد، رهایی از قید نکاح و جدایی از زناشویی

به درخواست مرد توسط دادگاه تحقیق صورت میگیرد و اگر زن درخواست دهد تحت قوانینی تحقیق صورت خواهد گرفت.

سه) عوامل طلاق:

1) تغییر ارزش ها

۲) تغییر نگرش نسبت به ازدواج

۳)تغییر ساختار خانواده

علل طلاق در ایران:

(۱) عوامل فرهنگی اجتماعی:شیوه ناکارآمد انتخاب همسر، آگاهی کم پیش از ازدواج و کاهش سطح مسئولیت پسران و دختران از جمله ی این عوامل هستند.

(۲) عوامل اقتصادی: توقعات بالای اقتصادی

(۳) عوامل اخلاقی: مثل سوء معاشرت و سوء رفتار

(۴) عوامل روانشناختی: بدبینی شدید به زن

(۵) عوامل جنسی: ناتوانی و یا سردمزاجی جنسی

چهار) پیامد های طلاق:

(۱) پیامد های فردی=> کاهش شدید اعتماد به نفس، بی علاقه‌گی به زندگی، احساس عذاب وجدان و ...

(۲) پیامد های خانوادگی=> کاهش منزلت پس از بازگشت به خانواده- محدودیت در ازدواج مجدد

ولی بیشترین آسیب های روحی و روانی به فرزندان طلاق وارد می شود.

(۳) پیامد های اجتماعی=> تعادل انسان ها را بر هم میزند و موجب کاهش انسجام جامعه می شود. اعتماد اجتماعی نیز کاهش می یابد.

پنج) راهکار های کاهش میزان طلاق

(۱) پیشگیری از اختلاف بین زن و شوهر=> زن و شوهر باید بکوشند که محبت و همدلی و اعتماد میان آن ها از بین نرود.

(۲) گذشت خردمندانه برای جلوگیری از فروپاشی خانواده=> با گذشت از حق خود گاه می توان از فروپاشی بنای خانواده جلوگیری کرد.

(۳) محدودیت زمانی خاص برای طلاق: در ماهی که نزدیکی صورت بگیرد امکان طلاق گرفتن از زن وجود ندارد تا مرد در مقابل نیاز جنسی سر خم کند و دوباره گرمی بین آن ها باز گردد.

(۴) لزوم حضور دو شاهد عادل: تا برای طلاق زمان بخرد.

(۵) لزوم حضور در مرکز مشاوره

(۶) وساطت داوران: اگر طلاق توافقی نباشد موضوع به داوری ارسال می شود تا برای حفظ ازدواج آن ها تلاش شود.

(۷) توجه به مشکلات فرزندان

(۸) توجه به پیامد های اقتصادی طلاق

(۹) ایجاد زمینه آشتی مجدد: طبق قانون اسلام اگر طلاق به درخواست مرد باشد به مدت سه ماه زن باید در خانه ی مرد زندگی کند تا بتواند آخرین شانس های نجات ازدواج را کسب کند.

شش) ترمیم خانواده های آسیب دیده از طلاق

(۱) تقویت فضایل اخلاقی

(۲) پذیرش موقعیت جدید: با انجام فعالیت های سرگرم کننده از افسردگی خود را نجات دهند.

۳) تقویت پیوند اجتماعی: صله ی ارحام، روابط خویشاوندی با حمایت های روحی و عاطفی خود می توانند شرایط را بهبود بخشند.

۴) توجه به نیاز های فردی بعد از طلاق

۵) تقویت نقش پدر بعد از طلاق=> چرا که حضانت بچه در اختیار مرد است لذا باید وظایف پدرانه را با دقت بیشتری صورت دهد.

۶) ازدواج مجدد: باعث کاهش مشکلات مالی، جسمی و روحی میشود.