

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مبانی

مشاوره پیش از ازدواج

راهنمای آسان مشاوران ازدواج

زیر نظر و با ویراستاری:

دکتر فرشته بهاری

مترجمان:

مریم محمودی مهر - سعید کیانپور



دعای

در کتابخانه سیرین، ساندرا الوری، ۱۹۳۶ - ج دوم، Cern, Sandra Levy
عنوان و نام پدیدآور: مبانی مشاوره پیش از ازدواج، راهنمای آسان مشاوران ازدواج (سندالوری
سیرین) مترجمان: مریم محمودی مهر، سعید کیانپور زیر نظر و با ویراستاری فرشاد بهاری.
مشخصات نشر: تهران: نشر علم، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری: ۱۸۰ ص:، تصویر، جدول
شابک: 978-964-224-325-9

یادداشت: عنوان اصلی: Essentials of premarital counseling, ©2008.
یادداشت: این کتاب قبلاً تحت عنوان اصول مشاوره پیش از ازدواج با ترجمه مهراد
فیروزبخت توسط انتشارات ویرایش قبا گرفته است.

عنوان دیگر: راهنمای آسان مشاوران ازدواج -

عنوان دیگر: اصول مشاوره پیش از ازدواج -

موضوع: زناشویی - - راهنمایی و مشاوره

موضوع: ازدواج - - راهنمای مهارت‌های زندگی

شابک: افزودن محمودی مهر، مریم، ۱۳۳۸ - - مترجم

شابک: افزودن کیانپور، سعید، مترجم

شابک: افزودن بهاری، فرشاد، ۱۳۲۶ - - ویراستار

رده بندی کنگره: ۶ ۱۳۹ - - HQ VTA / HQ

رده بندی دیویی: ۶۱۳.۶۱۶

شابک: کتابخانه ملی: ۲۱۶۷۷۶



شعاعی

مبانی مشاوره پیش از ازدواج

راهنمای آسان مشاوران ازدواج

نویسنده: ساندرا الوری سیرین

مترجمان: فرشاد بهاری، مریم محمودی مهر، سعید کیانپور

چاپ اول: ۱۳۹۱

تیراژ: ۱۶۵۰ نسخه

لینوگرافی: اردلان

چاپ: رامین

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۲۴-۳۲۵-۹

حق چاپ برای ناشر محفوظ است

خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهدای ژاندارمری،

بن‌بست گرانفر، پلاک ۴ تلفن: ۶۶۴۱۳۳۵۸

قیمت ۷۵۰۰ تومان

فهرست مطالب

۱۱	فصل اول - مقدمه
۳۵	فصل دوم - ده جلسه مشاوره پیش از ازدواج
۴۱	فصل سوم - آزمون شخصیت
۴۹	فصل چهارم - بحث و گفتگو راجع به آزمون شخصیت
۷۳	فصل پنجم - آزمون رابطه
۷۹	فصل ششم - حل ارتباط و تعارض
۱۰۳	فصل هفتم - موقعیت‌های طاق فرسای ابغای نقش
۱۰۹	فصل هشتم - راه حل‌های پیشنهاد شده برای حل تعارض
۱۳۵	فصل نهم - مطالعه موردی اختلالات شخصیت
۱۵۹	فصل دهم - یادداشتهای متفرقه
۱۶۵	واژه نما
۱۶۹	نام نما
۱۷۰	موضوع نما
۱۷۳	پرستاشما

مشاوره قبل از ازدواج روندی برای تقویت و پربارسازی ازدواج است تا ازدواج های رضایت بخش و پایداری را پایه ریزی کند. درک معنای ازدواج برای مشاوران خانواده چیزی بیشتر از یک علاقه علمی است. زیرا مشکلات بالینی در ازدواج موقعی به دفعات روی می دهند که یکی از زوجها از دید سستی خود به سمت دید فردی تغییر وضعیت می دهد در حالی که همسر دیگر این طور نیست.

از دید بالینی، بی تردید ازدواج یک نبرد است، نبردی دائمی برای حفظ ارتباط صمیمانه با انسانی دیگر بدون اینکه زیر نظر باشیم یا از قدر و منزلت جداگانه شود. همین طور، ازدواج می تواند تلاشی هوشمندانه و مفرح یا مهلک باشد. اکثر عقاید درباره معنای ازدواج را می توان در سه دسته خلاصه کرد: ۱. معنای مذهبی یا مقدس ازدواج، ۲. معنای اجتماعی یا عمومی ازدواج، و ۳. معنای شخصی یا فردنگرانه (ایشلمن، ۱۹۸۱، ۲).

از زاویه مذهبی، ازدواج و خانواده نهادهای مقدسی هستند که خداوند آنها را بنا گذاشت و رهبران دینی بر آن حاکمند. در چنین دیدی، ملاحظات شخصی در ازدواج مانند پول، جذابیت جنسی، و رضایت شخصی تحت شعاع مثبت الهی هستند. هرچیزی درباره ازدواج مانند اینکه آیا ازدواج صورت گیرد و با چه کسی باشد، چطور باید زندگی کرد، و تحت چه شرایطی فیصله باید، باید مطابق موازین شرع و قوانین مذهبی درباره آن تصمیم گرفت. زوجهایی که این معنای ازدواج نزد آنها مشیر است احتمال دارد که مشکلات زناشویی را بر محور درست و غلط ببینند.

دومین معنای ازدواج، آن را برحسب الزام یا وظیفه اجتماعی تعریف می‌کند. ازدواج زن و شوهر از همان ابتدا یک مسئولیت خانوادگی و اجتماعی است. قوانین و خواست خانواده ها و جامعه تعیین می‌کنند که چه کسی با چه کسی ازدواج کند، چگونه باید زندگی کنند، و آیا در طول تاریخ بشر این دید احتمالا "رایجترین و پایدارترین تلقی از ازدواج بوده است و جوامع سنتی حافظ آن بوده اند. نمونه ای آن خانواده های روستایی هستند که سنت های هزاران ساله هنوز تعیین کننده تعاملات زناشویی است.

از نظر کسانی که به معنای مذهبی یا اجتماعی ازدواج عقیده دارند، بافت اجتماعی و مذهبی منبع حمایت پر قدرتی برای زن و شوهر و ازدواج آنهاست. البته این حمایت با این عیب پوشانده می‌شود که این دیدگاهها درباره ازدواج به رضایت عاطفی و بین فردی که به نظر جزئی از روابط پایدارند، اهمیت چندانی نمی‌دهند.

در سالهای اخیر دید سومی درباره معنای ازدواج و خانواده در دنیا شکل گرفته است. این دیدگاه عقیده دارد که مطالبات ازدواج و زندگی خانوادگی پایین تر از سلامت و شادکامی فردی است. شادکامی و رضایت شخصی ملاکهایی برای این تصمیم است که چه کسی با چه کسی ازدواج کند، تحت چه قوانینی به عنوان یک خانواده زندگی کنند. منبع اقتدار برای این تصمیم و تصمیمهای دیگر درباره زندگی خانوادگی نه قداست زندگی زناشویی است نه خانواده گسترده با اجتماع، بلکه خود شخص است.

با این که معنای فردی ازدواج شروط عاطفی را به حداکثر می‌رساند اما هم تعهدات دنیایی و هم درونی را به حداقل می‌رساند و آن را بین دو نفری که در ازدواج سهیم اند، تقبیل می‌دهد. بدین ترتیب، ازدواج تبدیل به مینافی می‌شود که دو نفر خود را به آن متعهد می‌بینند اما با این آگاهی روشن با شخصی که اگر یکی یا هر دو نفر نیازهای عاطفی یکدیگر را برآورده نکنند، خاتمه می‌یابد.

این سه دیدگاه به ازدواج نه باید مقابلا "انحصاری باشند و نه افراد را با تعارضی آشنی ناپذیر مواجه کنند. با این وجود، زن و شوهر می‌توانند به اختیار اعتقادات همسرشان را درک

کنند، از تغییر در ارزش های خاص خود استقبال کنند، اختلاف آراء را تحمل کنند و به همسرشان ایمان داشته باشند. این وظیفه درمانگر است که به آنها کمک کند تا از نگرش همه یا هیچ به سمت معنای یکپارچه تری از ازدواج فاصله بگیرد. معنایی که جز با در نظر گرفتن سه معنای رایج ازدواج و حفظ وجوه تمایز آنها ممکن نیست.

درک روابط زوجها در ازدواج جز با درک معنایی که آنها در ذهن خود از ازدواج قایلند، میسر نیست. تنها با در نظر گرفتن معنای ازدواج توسط آنهاست که مشاور خانواده قادر است در بهبود روابط آنها موثر باشد. زیرا طرز فکر مردم درباره ازدواج تا اندازه ای طرز رفتار آنها را هنگام مطالعه تعیین می کند.

ازدواج از دو جنبه اصلی آن، یعنی کیفیت و پایداری قابل بررسی است. کیفیت ازدواج ناظر بر چگونگی شکل گیری رابطه زن و شوهر است و پایداری ازدواج، بیانگر حفظ رابطه زن و شوهر در گذر زمان است. عواملی چون اطلاعات فردی و برخی از یکدیگر، بلوغ، انگیزه های ازدواج، شرایط انتخاب همسر و ویژگی های شخصیتی از عوامل موثر در کیفیت ازدواج است. ازدواج حتی اگر با کیفیت عالی هم شکل گیرد، نمی تواند ضامن پایداری و سازگاری آن در گذر زمان باشد (استفین و برادفورد، ۱۹۸۳).

هسته ازدواج در پوششی دو لایه رشد می کند: بافت اجتماعی- فرهنگی و خانواده اصلی که نامزدها بدان تعلق دارند. خانواده اصلی می تواند منبع قوت زوجها در حمایت شدن، احساس تعلق و طیف وسیع تری از روابط باشد و هست. بافت اجتماعی در حال تغییر نیز می تواند منبع فرصت و چالشی برای رشد شخصی باشد.

با این وجود، هم بافت اجتماعی و هم خانواده اصلی نیز می توانند منابع فشار مزمن و حاد برای ازدواج باشند و معمولاً هستند. جذب و اداره این فشار روانی موقعی که دختر و پسر از نظر عاطفی در آن گیر افتاده اند بسی دشوار است یعنی وقتی آنها احساس می کنند در عمل و عکس العمل در همان شیوه های قدیمی محصورند و قادر نیستند راههای ابتکاری و جدیدی برای پاسخ دادن بیابند.

برنامه های پیش از ازدواج که به یک تعبیر در قالب مشاوره پیش از ازدواج عرضه می شوند، طیف وسیعی دارند و با عناوین مختلف مشخص می شوند مانند آماده سازی پیش از ازدواج¹ و آموزش پیش از ازدواج². اگرچه قالب اجرای این برنامه ها متفاوت است طوری که از یک سو، بیشتر بر نقش هدایتگری و انتقال مفاهیم و بالا بردن آگاهی، و از دیگر سو، به تعاملاتی که اتفاق می افتد، تاکید شده است اما در همه این برنامه ها دو عنصر مشترک: مهارت و آموزش وجود دارد که به موفقیت زندگی زوج ها کمک می کنند.

مشاوره پیش از ازدواج مسیر مناسب انتظار از ازدواج را مشخص می کند. کاندیداهای ازدواج با بهره گرفتن از خدمات مشاوره پیش از ازدواج قادرند از پرنگاههای ناشی از گره های عاطفی مطلع شده و ملاک های مناسب همسرگزینی خود را با تامل بازبینی کنند.

کتاب حاضر که توسط خانم محمودی مهر و آقای کیانپور ترجمه و زیر نظر اینجانب بازبینی و ویراستاری شده است، به زبانی ساده اما کاملاً تخصصی هر سه معنای ازدواج را به زوج های در آستانه ازدواج تفهیم می کند. مطالب کتاب نظری طراحی و تدوین شده اند که متخصصان یآوری می توانند در جلسات مشاوره پیش از ازدواج یا در قالب برنامه های آموزش پیش از ازدواج از آن بهره برداری کنند. مطالعه این کتاب را به زوج هایی که در آستانه ازدواج هستند و مشاوران پیش از ازدواج توصیه می کنم.

دکتر فرشاد بهاری

متخصص مشاوره خانواده

1.Premarital coaching
2.Premarital education

پیشگفتار

ازدواج مورد بی مهری است. ممکن است اخیراً میزان وقوع طلاق ثابت مانده باشد، ولی شتاب ازدواج رو به کاهش است. امروزه زنان و مردان جوان ازدواج را به دلیل ترس از تعهد و طلاق به تعویق می‌اندازند. تعارض در روابط برای عده‌ای به قدری نگران کننده است که ترجیح می‌دهند ازدواج نکنند. خانواده درمانگران و مشاوران ازدواج دریافته‌اند که هدایت این مسائل دشوار با مراجعانی که دنبال فنونی هستند تا مطمئن شوند می‌توانند تعهد خود را عملی کنند، بس دشوار است. تحقیقاتی برای دادن بینش به ما برای کمک به درمانگران و مراجعان آنها آغاز شده است.

تبدیل این تحقیقات به فنون عملی و مفید نیازمند شخصی با تجارت بالینی و اطلاعات روش شناختی بسیار زیاد است. خاتم‌سندرا لوی برن^۱ چنین متخصصی است. او در این اثر برای درمانگران و مراجعان‌شان یک کتاب کار نوشته است.

دکتر برن با به کار گرفتن یک رشته آزمونها و پرسشنامه در افراد روش علمی^۱ را برای کسانی که می‌خواهند از شخصیت خود مطلع شوند و میزان همسازی خود را تعیین کنند، رواج داده است. این کتاب از ماجراها و راه‌حلهایی برای تعداد زیادی از رایجترین ناکامیها و

^۱-Methodology

دشواریهایی که زوجین گرفتار آن هستند، استفاده می‌کند. ارزنده‌ترین چیزی که من در مورد این کتاب کار یافته‌ام چیزی است که دکتر سرن به آن را هنر مصالحه با وقار^۱ می‌نامد. یا چیزی که ممکن است چگونگی داشتن تفاهم در روابط گفته شود. درمانگران توجه کنند که این کتاب برای شما و مراجعان است! شما واقعاً از این کتاب لذت خواهید برد.

دکتر مایکل جی. سالامون، PICPP

روانشناس ارشد، مدیر ارشد مرکز رشد بزرگسالان (عولت، نیویورک)

¹ -Gracious Compromise