

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

عوامل مؤثر بر بهبود زندگی خانوادگی

تالیف:

دکتر مرتضی منادی

عضو هیئت علمی دانشگاه الزهراء (س)



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۶

منادی، مرتضی، ۱۳۳۵-

عوامل مؤثر بر بهبود زندگی خانوادگی / مولف مرتضی منادی.

تهران: آوای نور، ۱۳۹۰.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۴۱۳-۶۷-۰ / ۱۶۰ ص.

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

زندگی خانوادگی

خانواده زناشویی - - روابط تربیت خانوادگی

والدین و کودک راه و رسم زندگی

۳۰۶/۸۵ HQ۷۴۳/م۷۶ع۹ ۱۳۹۰

۲۵۰۲۶۹۵ شماره کتابخانه ملی:



عوامل مؤثر بر بهبود زندگی خانوادگی

تألیف: دکتر مرتضی منادی (عضو هیئت علمی دانشگاه الزهرا (س))

چاپ دوم ۱۳۹۶

تیراژ: ۳۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۴۱۳-۶۷-۰

تهران- خیابان انقلاب- خیابان ۱۲ فروردین- خیابان شهید و حید نظری- پلاک ۹۹

تلفن: ۶- ۶۶۹۶۷۳۵۵ / نمایر: ۶۶۴۸۰۸۸۲

قیمت ۱۳۵۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

تقدیم به پدران و مادرانی که

در فضای سالم، گرم و صمیمانهٔ کانون خانوادگی شان

فرزندانی را پرورش دادند که،

باعث افتخار ایران زمین شدند.

قدردانی

بارها در جمع‌های خانوادگی بحث‌هایی در مورد خانواده و مسائل پیرامون آن صورت گرفته است و پرسش‌هایی مطرح شده‌اند که تعدادی از آنها عبارتند از: چرا تعدادی از خانواده‌ها خوشبخت‌تر از دیگران هستند؟ چگونه می‌توان زندگی شادی داشت؟ روابط مرد و زن به چه شکلی باید داشت؟ چگونه با فرزندان خود ارتباط برقرار کنیم؟ آیا می‌توان فرزندانمان را آنطوری که مایلیم تربیت کنیم؟

بارها در جمع دوستان و آشنایان نیز این نوع مطالب و پرسش‌ها مطرح شده‌اند و بحث‌ها و گفتگوهای در مورد آنها صورت گرفته است.

در کلاس‌های درس به دلایل گوناگون تلاش می‌کردم تا برای فهم مطالب و نظریه‌ها و مسائل مختلف مثالهایی را مطرح کنم و اکثراً این مثالها در حوزه خانواده بوده است که بدنبال آن پرسش‌هایی در مورد خانواده، البته از دیدگاه و منظری دیگر و عمقی بیشتر مطرح می‌شده است. همچنین در سخنرانی‌ها نیز مخاطب پرسش‌هایی از این دست بوده‌ام. همه این پرسش‌ها و اندیشیدن برای یافتن پاسخ آنها، مشوق و هدایت کننده اینجانب برای نگارش کتاب حاضر بوده‌اند که در اینجا بر خود واجب می‌دانم تا از تک تک این افراد بدون شک وجود پرسش‌های خوبشان مولود کتاب حاضر شده است، قدردانی کرده و تشکر ویژه داشته باشم.

از ویراستار محترم سرکار خانم منیژه حقدوست سپاسگذارم که با حوصله و دقت تلاش نمودند تا متن اینجانب را عاری از ضعف‌ها و نقصان‌های نگارشی بکنند. همچنین از مسئولین محترم انتشارات آوای نور، بخصوص آقای مرادیان تشکر می‌کنم که با گرمی پذیرای چاپ کتاب حاضر شدند. توفیق و موفقیت ایشان را در این امر خیر فرهنگ سازی و ارتقاء آگاهی‌های مردم از خداوند متعال خواهانم.

مرتضی منادی

فهرست مطالب

۱۳	پیشگفتار
۱۷	مقدمه
۱۷	گونه های خانواده
۱۸	خانواده گسترده و هسته ای:
۱۹	قدرت در خانواده
۲۰	خانواده و شیوه های فرزند پروری
۲۳	سبک زندگی در خانواده
۲۴	زبان و خانواده
۲۵	خانواده و رضایت از زندگی
۲۶	جامعه و خانواده
۲۷	جایگاه واقعی والدین
۳۱	گام اول: انتخاب همسر
۳۲	معیارهای انتخاب همسر
۳۹	ازدواج در ایران
۴۰	ازدواج سنتی
۴۲	ازدواج مدرن
۴۳	علل تداوم زندگی مشترک
۴۵	علل به هم ریختگی زندگی مشترک

۵۰	تعریف موقعیت در زندگی
۵۳	ازدواج مدرن یا ازدواج سنتی
۵۵	گام دوم: نقش و انتظارات
۵۸	خانواده، نقش ها و انتظارات
۶۰	تغییر نقش ها
۶۱	همکاری زن و مرد
۶۳	تقسیم مسئولیت:
۶۵	گام سوم: وظایف والدین
۶۶	مسئولیت مادی
۶۷	مسئولیت روانی
۶۸	مسئولیت تربیتی
۷۰	مسئولیت اخلاقی
۷۱	مسئولیت آموزشی
۷۱	مسئولیت تشکیل زندگی
۷۲	نمود مسئولیت ها
۷۳	گام چهارم: انتخاب نام
۷۷	گام پنجم: مدیریت زمان روزمره
۷۸	زمان و خانواده
۷۸	زمان مردان
۷۹	زمان زنان
۸۰	تعریف وقت

- ۸۲.....تعریف زمان
- ۸۳.....مقایسه وقت و زمان
- ۸۴.....چه باید کرد؟
- گام ششم: ارتباط و تعامل در خانواده**
- ۸۹.....
- ۹۰.....رابطه زن و مرد
- ۹۱.....ارتباط زوجین و خانواده
- ۹۲.....ارتباط والدین با فرزندان
- ۹۳.....گفتگو با فرزندان
- گام هفتم: فضا سازی**
- ۹۹.....
- ۱۰۱.....فرهنگ فضا
- ۱۰۴.....برخورد با فضا
- ۱۰۴.....رفتار در فضا
- ۱۰۷.....تأثیر از فضا
- ۱۰۹.....تأثیر بر فضا
- ۱۱۱.....ساختن فضا
- ۱۱۲.....ساختن فضای خانواده
- ۱۱۳.....مراحل ساختن فضا
- ۱۲۲.....وضعیت اقتصادی و فضا
- گام هشتم: وضعیت روانی اعضای خانواده**
- ۱۲۵.....
- ۱۲۸.....اضطراب
- ۱۲۹.....علل پیدایش اضطراب

۱۲۹	نظام خانواده
۱۳۰	راه های خروج از اضطراب
۱۳۳	گام نهم: فراز و فرود در زندگی
۱۳۵	مسئولیت در زندگی
۱۳۶	صداقت و راستگویی
۱۳۷	آئینهٔ طرف مقابل
۱۳۸	مدیریت اختلاف
۱۳۹	الگو بودن والدین
۱۳۹	مقایسه کردن
۱۴۰	آموختن از دیگری
۱۴۱	گذشت در زندگی
۱۴۲	کاربرد واژه ها
۱۴۲	تفاوت بین زن و مرد
۱۴۴	سازندگی یا جدایی
۱۴۹	نتیجه گیری
۱۵۵	فهرست منابع

پیشگفتار

ما بزرگسالان در نقش پدر و یا مادر اعمالی را انجام می دهیم، تصمیماتی را می گیریم که در مواقعی چندان به ماهیت و شکل آن‌ها فکر نمی‌کنیم و به عواقب کارها و تصمیمات خود نمی‌اندیشیم. بعدها، در زمانی که شاهد محصولات خود (آینده خود و یا فرزندانمان) هستیم، و اگر محصول خوبی نداشته باشیم، از وجود آن‌ها ناراضی هستیم. در این حال، یا به دنبال مقصر بوده که خود را تبرئه کرده و بیگناه بدانیم، و یا کاسه چکنم را در دست گرفته و سرگردان بوده و نمی‌دانیم با وضع موجود چه کنیم، و یا دست به دعا برداشته هم از خدا طلب مغفرت کرده و هم از او تقاضای کمک می‌کنیم و یا در نهایت فقط تعداد کمی از ما به فکر چاره می‌گردیم. برای این منظور به افرادی که از ما آگاه‌تر و با تجربه‌تر و یا به ندرت به افرادی که متخصص در این امر هستند مراجعه می‌کنیم.

بدانیم همان گونه که بچه‌ها به مانند لوح سفیدی هستند که هر آنچه بر روی آن‌ها بنویسیم، فردا همان را خواهیم خواند^۱، در مورد زندگی خود، زندگی مشترک، شکل آینده فرزندانمان و تصمیمات مربوط به آن‌ها نیز، هر عملی را امروز انجام دهیم، فردا محصول همین عمل و حرکت را خواهیم چید و درو کرد.

وقتی می‌خواهیم ازدواج کنیم (چه دختر و چه پسر) خیلی نمی‌اندیشیم، چرا می‌خواهیم ازدواج کنیم؟ از ازدواج چه می‌خواهیم؟ و برای آن چه معیاری داریم؟ در این

^۱ این عبارت از آن میشل راموز (۱۹۷۶) متخصص تعلیم و تربیت فرانسوی می‌باشد.

حال غالباً دنبال احساسات خود را گرفته و حتی حاضر به شنیدن حرفها و پیشنهادهای بزرگ ترها نیستیم. که شاید این شنیده ها، کمی ما را بیدارکنند و فقط در دل می گوئیم، باز هم نصیحت؟ کی این بزرگ ترها قصد دارند به این نصایح خود پایان دهند؟ زمانی که صاحب فرزندی می شویم، صرف نظر از اینکه اصلاً آمادگی پدر شدن و مادرشدن را داریم، اولین حرکت و نخستین قدم ما، انتخاب یک نام است. چقدر به این مسئله به صورت جدی و عقلانی می اندیشیم؟ دختری سیاه چهره را سپیده می نامیم، پسری لاغر و ضعیف الجثه را رستم و یا پوریا می گذاریم. و دیگر نام هایی که برای آن ها بر می گزینیم که هزاران اما و اگر و بحث به دنبال دارد.

در دوران طفولیت فرزند یا فرزندانمان، ما بدون تعمق کارهایی را انجام می دهیم، حرف هایی را در مقابل آنان می زنیم، جاهایی می رویم، با افرادی برخورد می کنیم که بعدها اثرها آن ها را در رفتار و افکار فرزندانمان مشاهده می کنیم. در این حال از خود می پرسیم، چرا فرزند ما این حرکت را انجام داد؟ چرا این حرف را می زند؟ چرا نسبت به این مسئله بی تفاوت است؟ چرا با این فرد این گونه برخورد کرد؟ و هزار پرسش دیگر از خود می پرسیم. وقتی با مشکلی در زندگی رو به رو می شویم، نمی دانیم چه باید بکنیم؟ چگونه باید رفتار کنیم؟ در موقع بروز اختلاف بین خود و همسرمان، در مقابل دیدگان فرزندان خود بحث و دعوا می کنیم. بعضاً در مواقعی نیز، از خود خشونت نشان می دهیم. بعدها، وقتی خودمان آرام شدیم و مشغول گذران زندگی عادی و معمولی خود هستیم، از خود می پرسیم، چرا فرزندان ما خشونت دارند؟

به راستی تا به حال چقدر اندیشیده ایم که در مقابل شکل گیری زندگی مان چه اندازه نقش و مسئولیت داریم. زمانی که تصمیم می گیریم صاحب فرزند شویم، در مقابل فرزندانمان تا چه میزانی مسئول هستیم و چه نقش مهمی به عهده ما است؟ چه وظیفه ای در قبال فرزندان خود داریم؟ و در نهایت نمی دانیم با نوع تربیت فرزندانمان چقدر در ساختن آینده فرزندانمان، حتی شکل فردای جامعه، سلامت و ناسلامتی جامعه، پیشرفت و یا پسرفت جامعه و فرهنگ آینده، مسئول هستیم. به عبارت دیگر، می توان گفت، اگر

خانواده های ما منسجم باشند، جامعه نیز می تواند دارای انسجام اجتماعی باشد. البته، در این راستا ساختار و کارکردهای نهادهای دیگر اجتماعی (مانند نهاد فرهنگ، نهاد اقتصاد، نهاد آموزش و پرورش و امروزه تأثیر رسانه های جمعی) نیز بر چگونگی رفتار ما در خانواده بی تأثیر نمی باشند. اما در صورت نداشتن فرزندان خوب و یا فرزندان که مورد پسند ما نیستند، آیا کاری می توانیم بکنیم؟ یا می بایستی دست بر روی دست گذاشته و فقط نظاره گر محصولات خوب و بد خود باشیم؟ اگر از زندگی فعلی خود راضی نیستیم، آیا می توانیم تغییراتی در آن به وجود بیاوریم؟ چه کنیم که زندگی مشترک ما بهتر، فضای درون خانه ما شادتر، و اعضای خانواده ما پویاتر، پر تحرک تر و موفق تر باشند؟

بدون شک، امروزه دنیای عظیم و عمیق علوم انسانی بر اساس پژوهش های متعدد و مستندی که فراهم کرده است برای ما پاسخ هایی دارد. بنابراین، برای آنانی که بخصوص تازه زندگی مشترک خود را آغاز کرده اند، چندان جای نگرانی نیست، بایستی فکر کنیم، تلاش کنیم، یقیناً موفق خواهیم شد.

به دنبال چاپ کتاب "جامعه شناسی خانواده، تحلیل روزمرگی و فضای درون خانواده" که قبلاً منتشر کردیم^۱، هدف، توصیف وضع موجود خانواده های تهرانی بود که مورد مطالعه ما قرار گرفته بودند. بنابراین، در آن کتاب راه حل هایی پیشنهاد نشده بود. زیرا، هدف کتاب ارائه راه حلی برای زندگی بهتر نبود بلکه، قصد ما فقط توصیف وضعیت موجود خانواده ها بود. تعدادی از خوانندگان (بخصوص افرادی که تخصص جامعه شناسی نداشتند) معتقد بودند که اولاً، فهم کتاب برای آنان سخت و در مواقعی نا مفهوم است. ثانیاً، از مطالب آن در زندگی واقعی خود نمی توانند مستقیماً استفاده نمایند، ضمن اینکه مُعترف این مطلب بودند که مطالب جالبی را در لابلای صفحات کتاب یافته اند. از این رو، تلاش شد تا برای این دسته از خوانندگان مطالبی که هم قابل فهم باشد و هم امکان استفاده در زندگی روزمره شان باشد، تهیه گردد، بنابراین کتاب حاضر نگارش شد. در نتیجه، هدف

^۱ این کتاب که محصول پژوهش هایی در مورد خانواده بود، در تاریخ ۱۳۸۵ توسط انتشارات دانژه چاپ شده است.

کتاب حاضر از سویی، ارائه راه حل هایی و راهکارهایی برای تغییرات در خانواده ها جهت بهبود روابط و استفاده بهینه از تمامی امکانات و پتانسیل ها، همچنین احساس رضایت و خوشبختی از زندگی مشترک و زندگی خانوادگی می باشد. از سوی دیگر، والدین با آشنا شدن به وظایف و مسئولیت های خود بتوانند در پرورش فرزندان خود بهتر گام بردارند تا در آینده به وجود فرزندان سالم، با شخصیت خوب و سالم، با هویت فرهنگ غنی ایرانی و اسلامی و موفق در انتخاب های زندگی اعم از علم و یا مادیات، افتخار نمایند.

در این کتاب به زبان ساده تلاش شده است تا مسائل مهم (و نه همه مسائل) که در زندگی زناشویی و در تربیت فرزندان مؤثر و مهم هستند شناسایی و توضیح داده شوند. اما علمی بودن مطالب را فدای سادگی آن ها نکرده ایم. بگونه ای که تک تک مطالب مطرح شده بر بنیادهای علمی قوی و مستند استوار هستند که در پانوشت ها به آن ها اشاره شده اند.^۱ امید است که این سطور مورد قبول و مورد استفاده والدین جوان جامعه و بخصوص جوانانی که قصد تشکیل زندگی مشترک را دارند، قرار گیرد. ضمناً والدینی که فرزندان آنان قصد ازدواج دارند می توانند از خوانندگان این کتاب نیز استفاده نمایند. همچنین، مدعی نیستیم که در این چند صفحه به همه مسائل خانواده پرداخته شده است، بلکه تلاش شده است تا مطالب اساسی که در زندگی روزمره همه وجود دارد و قابل اجرا بوده و نه مسائل انتزاعی، تا حدودی پاسخ دهیم. خوشحال و خرسند خواهیم شد تا ما را از نقصان ها و کمبودهای این کتاب مطلع سازید. پیشاپیش نقدهای شما را پاس داشته و با آغوش باز می پذیریم.

تهران، فروردین ماه ۱۳۹۰

^۱ تمام مطالبی را که از نظریه پردازان مختلف کمک گرفته شده است، در پانوشت ها منعکس شده اند. از این رو، طرح این مطالب (پانوشت ها) فقط علمی بودن مسائل مطرح شده پیرامون خانواده در این کتاب را تایید می کنند. در حالی که، می توان بدون توجه به این پانوشت ها کتاب را خواند. فقط افرادی که مایل باشند اطلاعات بیشتری بیابند، می توانند به منابع مطرح در پانوشت ها مراجعه کنند.

