

خانواده موفق

۱۲۰ اصل

همسر دانا و تربیت فرزند

www.ketab.ir

موسسه فرهنگی هنری قدرو لایت

فهرست مطالب

پیشگفتار	۱۰
مقدمه	۱۱

فصل اوّل

اصل همسر داری

۱- صداقت	۱۵
۲- انصاف	۱۷
۳- گذشت	۱۸
۴- مُدارا	۱۹
۵- رازداری	۲۱
۶- عشق و محبت به یکدیگر	۲۳
۷- محکوم نکردن طرف مقابل	۲۴
۸- نظافت و خوشبویی	۲۵
۹- احترام به یکدیگر	۲۶
۱۰- عدم جابه جایی نقش های یکدیگر	۲۷
۱۱- من و تو نداشتن	۲۹
۱۲- پرهیز از اهانت	۳۰
۱۳- تأمین غرایز جنسی یکدیگر	۳۱
۱۴- درک ضرورت های یکدیگر	۳۲
۱۵- پذیرش اصل اختلاف سلیقه و تفاوت روش ها	۳۴
۱۶- داشتن روحیه عذرخواهی و اعتراف به اشتباه	۳۶

- ۱۷- یکپارچگی در امور مالی ۳۷
- ۱۸- همدیگر را خوشبخت و بهشتی کردن ۳۸
- ۱۹- مشورت با یکدیگر ۴۰
- ۲۰- تشکر از یکدیگر ۴۱
- ۲۱- پرهیز از امر و نهی کردن یکدیگر ۴۲
- ۲۲- اظهار علاقه به یکدیگر ۴۴
- ۲۳- خود را جای طرف مقابل قرار دادن ۴۵
- ۲۴- اعتماد داشتن به هم ۴۶
- ۲۵- وفاداری به هم ۴۷
- ۲۶- پرهیز از تحقیر و سرزنش یکدیگر نزد دیگران ۴۹
- ۲۷- تعریف و تمجید از یکدیگر، به ویژه در غیاب هم ۵۰
- ۲۸- انضام طلب ۵۲
- ۲۹- عدم تحریک و عداوت و غیرت یکدیگر ۵۳
- ۳۰- تفکیک مسائل کار از مسائل خانه ۵۵
- ۳۱- رعایت عدالت در دید و بازدید از یکدیگر ۵۶
- ۳۲- غمخوار هم بودن ۵۷
- ۳۳- پرهیز از حل مشکلات زناشویی در حالت دعوا و خشم ۵۹
- ۳۴- جلوگیری از انباشتن اختلافات و مشکلات ۶۰
- ۳۵- خوش رفتاری ۶۰
- ۳۶- ساده زیستی ۶۲
- ۳۷- خوب گوش دادن به سخنان یکدیگر ۶۴
- ۳۸- جلوگیری از دخالت‌های نابجای دیگران ۶۵
- ۳۹- داشتن مشاور خانواده ۶۶
- ۴۰- آشنایی با ویژگی‌های مردان و زنان ۶۸
- ۴۱- روحیه و امید دادن به هم ۷۰
- ۴۲- مطالعه کتاب‌های اخلاقی مربوط به اصول همسرمداری ۷۱
- ۴۳- استفاده از تجربیات گذشتگان ۷۳
- ۴۴- توجه به نقاط قوت همسر ۷۴

۴۵-	پرهیز از مخفی کاری.....	۷۶
۴۶-	کاهش توقعات از یکدیگر.....	۷۷
۴۷-	عیب پوشی هم.....	۷۹
۴۸-	احترام به خانواده یکدیگر.....	۸۱
۴۹-	پرهیز از زندگی خشک قانونی و حقوقی.....	۸۳
۵۰-	پرهیز از بزرگ‌نمایی اختلافات کوچک.....	۸۴

فصل دوم

کلیدهای تربیتی

۱-	پرهیز از منفی بافی.....	۸۸
۲-	مقایسه نکردن فرزندان با یکدیگر.....	۸۸
۳-	عدم نصیحت در حین دعوا و عصبانیت.....	۸۹
۴-	نسبت دادن بدی به «عمل» نه به «نوجوان».....	۸۹
۵-	داشتن صداقت با فرزند.....	۹۰
۶-	پرهیز از تأمین همه خواسته‌های فرزند.....	۹۱
۷-	تنبل و بی‌کار بار نیاوردن فرزند.....	۹۱
۸-	احترام به نوجوان.....	۹۱
۹-	توجه به کاهش روحیه تقلید از خانواده.....	۹۲
۱۰-	اشباع کردن از محبت.....	۹۳
۱۱-	احترام به حس استقلال نوجوانان.....	۹۳
۱۲-	توجه به نقش دوستان نوجوان.....	۹۴
۱۳-	برخورد مثبت با روحیه پرسشگری.....	۹۴
۱۴-	برخورد سازنده با حس زیبایی طلبی.....	۹۵
۱۵-	ایجاد محیط امن.....	۹۶
۱۶-	افزایش ارتباط کلامی و عاطفی.....	۹۷
۱۷-	کاهش امر و نهی‌ها.....	۹۷
۱۸-	تصمیم‌سازی به جای تصمیم‌گیری.....	۹۸

- ۱۹- ایجاد جذابیت در خود..... ۹۹
- ۲۰- برقراری رابطه دوستانه و رفاقتی..... ۹۹
- ۲۱- مدارا و گذشت از برخی خطاها..... ۱۰۰
- ۲۲- داشتن مشاور تربیتی..... ۱۰۱
- ۲۳- آشنایی با ویژگی‌های فرزندان در سنین مختلف..... ۱۰۲
- ۲۴- مسئولیت‌پذیری والدین..... ۱۰۳
- ۲۵- نظرسنجی از فرزندان در مورد خود..... ۱۰۴
- ۲۶- مدیریت تأثیر روابط زناشویی بر تربیت فرزندان..... ۱۰۶
- ۲۷- لزوم هماهنگی بین پدر و مادر در امر تربیت..... ۱۰۷
- ۲۸- پذیرش خطاهای خود..... ۱۰۸
- ۲۹- پرهیز از توهین و خسونت..... ۱۰۹
- ۳۰- مدارای با حقیر و نالایق نشان دادن فرزندان..... ۱۱۰
- ۳۱- مطالعه کتاب‌های تربیتی و آشنایی با فنون تربیت..... ۱۱۲
- ۳۲- تعریف از کار خوب فرزندان و دیگران..... ۱۱۳
- ۳۳- خوب گوش دادن به سخنان فرزندان..... ۱۱۴
- ۳۴- پرهیز از تنها گذاشتن طولانی فرزندان..... ۱۱۵
- ۳۵- وفای به عهد خود..... ۱۱۷
- ۳۶- پرهیز از سرزنش و ملامت زیاد..... ۱۱۸
- ۳۷- به دنبال علت خطاها بودن..... ۱۱۹
- ۳۸- استفاده کمتر از تربیت کلامی..... ۱۲۰
- ۳۹- تربیت در سیر عادی زندگی..... ۱۲۱
- ۴۰- استفاده از داستان‌سرایی..... ۱۲۲
- ۴۱- معرفی الگوهای مثبت به فرزندان..... ۱۲۴
- ۴۲- استفاده از روش شرم‌منده کردن..... ۱۲۵
- ۴۳- طرح مطالب و خواسته‌ها به صورت پرسشی..... ۱۲۷
- ۴۴- استفاده از صحنه‌ها و فرصت‌ها..... ۱۲۸
- ۴۵- از بین بردن زمینه ارتکاب خطاب و گناه..... ۱۲۹
- ۴۶- طرح غیر مستقیم مطالب..... ۱۳۱

۴۷-	ذکر خوبی‌ها در کنار انتقادهای	۱۳۳
۴۸-	معرفی جایگزین برای نهی‌ها	۱۳۴
۴۹-	اصلاح تصویرها و تفکرهای اشتباه	۱۳۵
۵۰-	تناسب تنبیه و سرزنش با خطا	۱۳۶
۵۱-	اقناع کردن	۱۳۷
۵۲-	دعا در حق فرزندان	۱۳۸
۵۳-	پاداش چند برابر، تنبیه به اندازه خطا	۱۴۰
۵۴-	ناکارآمدی اجبار و زور	۱۴۱
۵۵-	اجازه شک و تردید دادن	۱۴۳
۵۶-	تدریجی بدون امر تربیت	۱۴۴
۵۷-	تعجیل در تشویق و تأخیر در تنبیه	۱۴۵
۵۸-	در نظر گرفتن ظرفیت فرزند	۱۴۶
۵۹-	عمل به آنچه می‌گوئید	۱۴۷
۶۰-	پرهیز از قضاوت عجولانه	۱۴۹
۶۱-	پر کردن اوقات فراغت	۱۵۰
۶۲-	پرهیز از حل همه مشکلات فرزندان	۱۵۱
۶۳-	فرصت توضیح دادن و دفاع کردن	۱۵۳
۶۴-	اقرار به چیزی که نمی‌دانید	۱۵۴
۶۵-	تحمل سختی‌ها و ناملایمات تربیت کردن	۱۵۵
۶۶-	پرهیز از کنترل شدید	۱۵۵
۶۷-	داشتن انصاف در انتقاد	۱۵۷
۶۸-	ابراز کردن علاقه	۱۵۸
۶۹-	عدم تحمیل سلیقه در امور کم‌اهمیت	۱۵۹
۷۰-	استعانت از خدا	۱۶۰
۱۶۳-	منابع و مأخذ	۱۶۳
۱۶۳-	الف - کتب	۱۶۳
۱۶۸-	ب - مقالات	۱۶۸

پیشگفتار

خانواده، رکن اساسی اجتماع و زیربنای تربیت، اخلاق، آداب و شنن جامعه است. از نظر اسلام، خانواده از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است و لذا، هم توصیه‌ها و هم مقررات و ضوابط روشنی را برای تشکیل خانواده و اداره آن ارائه نموده است. در انتخاب همسر، در چگونگی ازدواج و رعایت نکات بهداشتی تا روانی، آداب حمل، آداب شیر دادن، آداب تربیت و پرورش و تعلیم کودکان، روابط و حقوق زوجین با یکدیگر، روابط و حقوق پدر و مادر با دختران و پسران خود، همه در اسلام مورد تأکید فراوان قرار گرفته است تا هسته اولیه و کانون اصلی جامعه، مرکز صلح، سالمتر، مستحکمت‌تر، عاطفی‌تر و موفق‌تر تشکیل شود. بدیهی است جامعه‌ای که از چنین خانواده‌هایی تشکیل می‌گردد، در تمامی مسائل پیشرفت و موفقیت چشمگیرتری خواهد داشت و مسئولیت معمول در جوامعی که نهاد خانواده در آنها سست است، را نخواهد داشت.

مؤسسه فرهنگی قدر ولایت در راستای تأکید اسلام بر نهاد خانواده و توصیه‌های رهبر معظم انقلاب اسلامی در این زمینه، قبلاً سه اثر را در مورد خانواده منتشر کرده است:

- شخصیت و حقوق زن از دیدگاه رهبر معظم انقلاب اسلامی

- کارکرد زن در خانه و خانواده

- همسرمداری سرداران شهید

اینک چهارمین اثر را در این خصوص منتشر می‌نماید و امیدوار است این اثر، به توفیق الهی، در افزایش آگاهی و بهبود منش و روش اعضاء خانواده‌ها و استحکام هرچه بیشتر این نهاد، مفید و مؤثر افتد. ان شاء الله

از برادر بزرگوار جناب آقای میرعظیم قوام که زحمت تحقیق و تألیف این کتاب را متحمل شده‌اند سپاسگزاریم.

مؤسسه فرهنگی هنری قدر ولایت

مقدمه

خانواده بنیادی‌ترین نهاد اجتماعی است. موفقیت و استحکام خانواده، موجب موفقیت و توسعه جامعه و متقابلاً ناکامی و تزلزل خانواده، موجب معضلات و بحران‌های اجتماعی و حتی سیاسی خواهد بود. قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران نیز با تأکید بر اهمیت خانواده، در اصل دهم چنین مقرر می‌دارد: «از آن‌جا که خانواده واحد بنیادی جامعه اسلامی است، همه قوانین و مقررات و برنامه‌ریزی‌های مربوط، باید در جهت آسان کردن تشکیل خانواده، پاسداری از قداست آن و استواری روابط خانوادگی بر پایه حقوق و اخلاق اسلامی باشد.»

«اگر در جامعه‌های خانواده مستحکم، پدر و مادر و شوهر حقوق یکدیگر را رعایت کردند و باهم اخلاق خوش داشته و سازگاری نمودند و مشکلات را برطرف نموده و فرزندان را تربیت کردند، جامعه‌ای که این طور خانواده‌ها داشته باشد، به صلاح خواهد رسید و نجات پیدا خواهد کرد، و اگر مصلحتی در جامعه باشد می‌تواند این طور جوامع را اصلاح نماید. اگر خانواده‌ای نبود، بزرگ‌ترین مصلحتین هم بیایند، نمی‌توانند جامعه را اصلاح کنند. هر کشوری که در آن بنیان خانواده مستحکم باشد، بسیاری از مشکلات آن کشور، به خصوص مشکلات اخلاقی و معنوی آن به برکت خانواده سالم و مستحکم برطرف می‌شود یا اصلاً به وجود نمی‌آید.»^(۱)

امروزه عوامل مختلفی استحکام خانواده‌ها را در معرض خطر قرار داده است؛ ناآگاهی زوجین جوان نسبت به حقوق و تکالیف یکدیگر و شیوه تعامل باهم، عدم آگاهی والدین از فنون و تکنیک‌های تربیت فرزندان، ناآگاهی فرزندان به‌ویژه نوجوانان و جوانان نسبت به نحوه برخورد با والدین و تکالیف خود، اشتغال گسترده و بعضاً غیر ضرور بسیاری از مادران و در نتیجه کاهش امکان نظارت بر فرزندان و رسیدگی به تربیت آنها، تأکید بیش از حد بر آزادی‌های نوجوانان و جوانان و بی‌توجهی به تکالیف و مسؤولیت آنان، بالا رفتن سن ازدواج، عدم دقت لازم در انتخاب همسر، مهریه‌های سنگین، بی‌کاری جوانان، افزایش

۱- محمدجواد حاج علی اکبری، مطلع عشق (گزیده‌ای از رهنمودهای حضرت آیت‌الله سید

میزان طلاق، ترویج فرهنگ غربی مبنی بر اصالت فرد و زندگی فردی و دهها مورد دیگر. «امروز متأسفانه در غرب، انسان مشاهده می‌کند که کم‌کم کانون‌های خانواده یکی پس از دیگری دارد از هم می‌پاشد و از بین می‌رود... یکی از گناهان کبیره تمدن غرب نسبت به بشریت، این است که ازدواج را در چشم مردم سبک کرد. تشکیل خانواده را کوچک کرد، مثل لباس که عوض می‌کنند... قضیه زن و شوهری را این طور کردند... این اجتماعات فامیلی، این که بزرگ‌ترهای فامیل و کوچک‌ترهای فامیل دور هم جمع شوند، به هم محبت ورزند، باهم تبادل عاطفی داشته باشند، به هم کمک کنند، به هم برسند، همدیگر را از خود بدانند، برادر با برادر، خانواده‌ها باهم یگانه و یکی باشند، این طور چیزهایی که الآن بین ماها رایج و معمولی است، در غرب از این چیزها خبری نیست. چقدر تنها زندگی می‌کنند. زنی که تنهاست، از خانواده بریده و توی یک آپارتمان زندگی می‌کند. شب برمی‌گردد توی خانه، تنهاست. صبح برمی‌خیزد تنهاست. نه آنسی، نه همسری، نه فرزندی، نه نوه‌ای، نه خویشاوندی که با او گرم بگیرد. انسان‌ها در آن محیط اجتماعی، تک زندگی می‌کنند. غالباً تنها هستند. چرا؟ چون محیط خانوادگی در آن جوامع فراموش شده است.»^(۱)

این کتاب در باب‌های تحکیم خانواده، دو تا از موضوعات مهم آن، یعنی آشنا کردن زوجین نسبت به تعالیف یکدیگر و نحوه تعامل باهم، و نیز آشنا کردن والدین با تکنیک‌های تربیت فرزند می‌باشد.

هرچند در این مورد کتاب‌های فوق‌الذکر رشته تحریر درآمده، لیکن کتاب حاضر دارای چند ویژگی خاص نسبت به موارد مشابه خواهد بود:

- ۱- ساده و روان و همه فهم بودن.
 - ۲- حجم کم کتاب.
 - ۳- قطعه قطعه بودن مطالب و کوتاه بودن آنها.
 - ۴- پرداختن به دو موضوع در کنار هم، یعنی اصول همسررداری و تکنیک‌های تربیتی.
 - ۵- بهره‌گیری از معارف و آموزه‌های اسلامی.
 - ۶- بهره‌گیری از علوم روان‌شناسی و تربیتی.
- در فصل اول کتاب با چهل اصل از اصول زناشویی و همسررداری آشنا می‌شویم و در فصل دوم کتاب، هفتاد تکنیک و کلید تربیتی را مورد بررسی قرار می‌دهیم. امید است با به‌کارگیری آنها، روابط صمیمی و خوبی با همسران داشته باشید و بتوانید فرزندان خوبی برای خانواده و جامعه خویش پرورش دهید. ان شاءالله.

مؤلف