

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
۳۶ ▲ ۳۱ ▼	۳۵ ▲ ۳۰ ▼	۳۴ ▲ ۳۱ ▼	۳۷ ▲ ۳۰ ▼	۳۷ ▲ ۲۹ ▼	۳۸ ▲ ۲۸ ▼	۳۷ ▲ ۳۰ ▼	۳۸ ▲ ۳۱ ▼

سبک زندگی

چگونه قبل از ازدواج امکان طلاق را به حداقل برسانیم؟

به عقیده بسیاری از روانشناسان و مشاوران ازدواج، حداقل نیمی از خوشبختی افراد به انتخاب همسر بستگی دارد. اگر فرد انتخاب درستی داشته باشد لحظه به لحظه زندگی اش شاد خواهد بود و اگر انتخاب اشتباهی داشته باشد آینده، سلامت روان خود و خانواده اش را به خطر نمی اندازد و زندگی پریش جهنم خواهد شد اما انتخاب درست تا حدی زیادی به شناخت درست قبل از ازدواج بستگی دارد؛ بنابراین، اینکه بدانید شناخت در شناخت خود را چه زمینه هایی باید حاصل شود، از موارد بسیار مهمی است که دکتر سجّاد کریمان مجد روانشناس و مشاور تخصصی خانواده و ازدواج در گفت و گو با ایرنا درباره آنها توضیح می دهد.

شناخت قبل از ازدواج را جدی بگیرید. دکتر کریمان مجد می گوید: «هر تصمیم مهمی که انسان در زندگی خود می گیرد حتماً نیاز به آگاهی و شناخت درباره آن موضوع دارد. اگر قرار باشد فردی چند میلیارد تومان پول را با کسی شریک شود، حتماً برای آنکه بتواند آن فرد را بشناسد پیگیری کرده و صورت حساب شریک مالی اش را بررسی می کند زیرا قرار است مبلغ قابل توجهی را با آن فرد شریک شود؛ ازدواج به مراتب مسئله مهم تر و سرنوشت سازتری خواهد بود. برای آنکه ما زندگی، روح و روان،

آینده و حتی خانواده خودمان را با یک فردی شریک شویم، یقیناً به شناخت نیاز داریم.»

وقتی دو نفر می خواهند با یکدیگر زندگی کنند و زیر یک سقف بروند باید از همدیگر شناخت پیدا کنند اما شناخت تنها به شناخت علایق و سلیقه های یکدیگر محدود نمی شود بلکه منظور از شناخت به گفته کریمان مجد، شناخت از سلامت روان، تناسب شخصیت و تناسب و ارزیابی جنسی طرف مقابل است. مابا بدین توضیح می گوید: «شناخت از ازدواج به بهترین مشاوره ازدواج و پختگی و بلوغ های لازم برای ازدواج را مورد بررسی قرار دهیم. همچنین توجه به اهداف، نگرش ها و باورهای عمومی طرف مقابل از مسائل مهمی دیگری است که باید به آنها توجه کرد.

مهم ترین موردی که در شناخت قبل از ازدواج نباید از آن غافل شد، مسئله سلامت روان و تناسب شخصیت است: «اما معتقدیم اگر دو فرد باهم تناسب شخصیت داشته باشند و روان هر دو فرد به لحاظ سلامت نرمال باشد، احتمال موفقیت در زندگی بالا است البته به شرط آنکه مهارت های زندگی را هم آموزش ببینند و چارچوب اولیه یک مهارت لازم برای زندگی را داشته باشند.»

کریمان مجد چهار روش برای مسئله شناخت در ازدواج را مطرح می کند: «گفت و گو، جست و جو و بررسی و تحقیق، رفت و آمد و معاشرت و

در نهایت مشاوره پیش از ازدواج.»

مجد معتقد است: «شناخت از افراد کار آسانی نیست که در مدت زمان کوتاه محقق شود؛ هر حله شناخت به مرور زمان اتفاق می افتد. اگر چهار روش شناخت قبل از ازدواج را رعایت تمام جوانب به درستی انجام نشود؛ به عبارتی دیگر اگر جلسات گفت و گو ی کارآمد و کاربردی داشته باشید، به درستی تحقیق کنید، روش های درست رفت و آمد و معاشرت را به درستی انجام دهید و قبل از ازدواج به بهترین مشاوره ازدواج مراجعه کنید نهایتاً ۵۰ الی ۶۰ درصد شناخت حاصل می شود لذا تا زمان یک با فردی زیر یک سقف زندگی نکنید، نمی توانید شناخت کامل پیدا کنید.»

این مشاوره خانواده ادامه می دهد: «افرادی که بدون طی کردن این مراحل اقدام به ازدواج می کنند، با این کار سلامت روان خود و خانواده شان را با یک ریسک بالا و بدون بررسی های چهار گانه به خطر می اندازند.»

مجد می گوید هر حله شناخت تنها به دوران خواستگاری محدود نمی شود: «ادامه شناخت زوجین، بعد از محرمیت و عقد اتفاق می افتد. برای شناخت بیشتر در دوران عقد نیز به زمان نیاز است که به تناسب وضعیت فرهنگی افراد، مدت عقدمی تواند متغیر باشد.»

به گفته کریمان مجد، ۲۰-۳۰ درصد دیگر شناخت در دوران عقد اتفاق



اقتصاد کیش

خبر، تحلیلی، اطلاع رسانی
فرهنگی، اجتماعی، ورزشی، اقتصادی
صاحب امتیاز و مدیر مسئول: اسحق ارزانی
قائم مقام مدیر مسئول و سردبیر: ابراهیم ارزانی
با مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
گستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان
نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
تلفن: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۱)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۲۸۴-۴۴۴۲۴۹۶۸
چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۷۹۱۷-۶۵۶
eghtesadekish@yahoo.com

اصلاح و ابرو - وکس صورت
کوپ مو - براشینگ - شینیون
فدسات ناخن (مانیکور و پدیکور- ژل لاک)
میکاپ
انواع لایتها (لایت با فویل و کلاه)
آمبره و بالیاژ
انواع کراتین و ریباندینگ
انواع ویتامینه و امیا کننده مو
لیفت مژه و ابرو
پاکسازی پوست (م محصولات کینو و مری کور فرانسه)



آدرس: بلوار ایران ، پنجاه دستگاه پلاک ۵۰۵ تلفن ۰۹۳۶۱۷۶۴۶۱۲

یکشنبه ۹ مرداد ۱۴۰۱، ۲ محرم ۱۴۴۴، ۳۱ جولای ۲۰۲۲، شماره ۴۰۰۸ (۱۳۹۲ دوره جدید) - ۱۲ صفحه قیمت ۶۰۰۰ تومان

نکته

برای اجتناب از بحران می توانید از سیاست سکوت استفاده کنید.

سوزان کوئیلیام

آموزش آشپزی

پیشمه ؛ شیرینی تر کمن ها



تخم مرغ ها، وانیل و رنده پوست پرتقال را اضافه کرده و به مدت ۵-۷ دقیقه با همزن برقی بزنید تا حجیم و کرم رنگ شود.
شیر گلاب را اضافه کرده و هم بزنید یکدست شود. نیمی از آرد را با یکینگ پودر مخلوط کرده و به مواد اضافه کنید.
بقیه آرد را کم کم اضافه کنید و هم بزنید تا خمیر لطیفی بدست آید که به دست نمی چسبد. در یک شیر جوش روغن پرزید تا داغ شود. حرارت را ملایم کنید تا پیشمه تر کمنی مغز پخت شود. به اندازه کر دو از خمیر بردارید و گرد کنید و در روغن شناور سرخ کنید و سپس روی کاغذ حوله ای قرار دهید تا روغن اضافه اش کشیده

۱ لیوان
۱ لیوان
۲ عدد
۱ ق غذا خوری
۱ ق غذا خوری
۱ ق غذا خوری
به مقدار لازم
به مقدار لازم

مواد لازم:
شکر
شیر
تخم مرغ
کره
یکینگ پودر
گلاب
وانیل و پوست پرتقال
آرد
طرز تهیه:
آرد را الک کنید و کنار بگذارید. کره را ذوب کنید و با شکر مخلوط نمایید.

عکس روز



کیش زیبا؛ پس از باران - اشرف زابلی

آیین رونمایی از طرح ساماندهی و طراحی شهری نوار ساحلی کیش با حضور مشاور رئیس جمهور و دبیر شورای عالی مناطق آزاد

■ عکس: جعفر همافر

