



## خوب و بد ازدواج در روزگار کرونایی

ر کوردشکنی آمار از دواج در سال ۹۹ که در ۲۵ سال اخیر بی سابقه بوده، در عین حال که خبر خوشی است امانگرانی هایی را هم ایجاد کرده است



نرگس عزیزی | کارشناس ارشد مشاوره



در یکی از جدیدترین اظهارنظرها درباره آمار ازدواج، محمدمهدی تندگویان، معاون ساماندهی امور جوانان وزارت ورزش و جوانان، اعلام کرده که آمار ازدواج در ۹ ماه اول سال ۹۹ نشان دهنده افزایش آمار در این زمینه است. این در حالی است که طبق اظهار نظر تندگویان، طی ۲۵ سال گذشته ما همیشه با کاهش میزان آمار ازدواج روبه‌رو بودیم و در واقع سال ۹۹ بعد از سال‌ها حدود ۵ درصد افزایش را شاهد بودیم بنابراین پس از ۲۵ سال شاهد افزایش نرخ ازدواج بوده‌ایم (منبع خبر: مهر). اما چه عواملی ممکن است به رشد آمار ازدواج در این سال کمک کرده باشد و آیا این افزایش مخاطراتی را هم به همراه دارد؟

**شیوع کرونا و افزایش ازدواج‌ها**  
سازمان ثبت احوال آمار ازدواج بهار و تابستان ۹۹ را اعلام کرده است. آماري که با نگاهی به آن‌ها، به نکات جالب توجهی می‌رسیم. در بهار سال ۹۹ شاهد کاهش چشمگیری در زمینه ازدواج بودیم. به نظر می‌رسد محدودیت‌های شدیدی که به واسطه کرونا تجربه می‌کردیم و از طرفی امید افراد به این که وضعیت بعد از مدتی تغییر خواهد کرد، باعث شده بود که بسیاری برنامه‌های خود را به تعویق بیندازند. به این ترتیب در بهار ۹۹ شاهد تنها حدود ۱۲۷ هزار مورد ازدواج در کشور بودیم. اما در تابستان

وضعیت بسیار متفاوت شد و شاهد شدی چشمگیر در تابستان بودیم. در تابستان حدود ۱۶۱ هزار مورد ازدواج در کشور ثبت شده است. در مقام مقایسه بد نیست بدانیم آمار ازدواج در تابستان ۹۸ حدود ۱۴۴ هزار مورد بوده است. البته با وجود این افزایش، مجموع آمار ازدواج شش ماه اول سال ۹۹ در کشور، طبق آمار رسمی اعلام شده توسط سازمان ثبت احوال، تفاوت چندانی با سال ۹۸ ندارد اما بر مبنای اظهارات معاون ساماندهی امور جوانان

## پسر م به جای ماشین و تفنگ، عاشق عروسک است!

پسری ۳ و نیم ساله دارم که هر وقت به اسباب بازی فروشی می‌رویم، می‌گوید به جای ماشین و تفنگ برایم عروسک بخور! در ضمن، بیشتر دوست دارد در جمع دخترهای آشنا و فامیل حضور داشته باشد تا پسرها. نگران این رفتارهایش هستم، چه کنم؟



**نگران علاقه پسران به عروسک نباشید**

بازی با عروسک و کودکان جنس مخالف به تنهایی نمی‌تواند نشان دهنده مشکلی در رشد هویت جنسی کودک شما باشد. برخلاف تصور رایج وقتی کودک دوازده کیلشه‌های جنسیتی رشد می‌کنند، فرصت بیشتری دارند که توانایی‌ها و استعدادهای خود را بروز دهند. به همین دلیل بازی کردن با اسباب بازی‌های جنس مخالف یا وقت گذراندن با کودکان جنس مخالف می‌تواند به کاهش کلیشه‌های جنسیتی و سازگاری بیشتر کودکان در بزرگسالی منجر شود.

## چگونه خانه را برای آمدن ماه مبارک رمضان آماده کنیم؟

مجبور نخواهید بود هنگامی که روزه هستید انرژی خود را صرف رفتن به فروشگاه و خرید کنید.

**تهیه برنامه غذایی برای ماه رمضان**

تهیه منوی غذا یا برنامه غذایی در ماه رمضان برای روزهای مختلف این ماه عزیز لازم است. آماده کردن یک برنامه غذایی به شما این امکان را می‌دهد تا وقت کمتری را صرف فکر کردن درباره نوع غذا کنید. این فهرست یا برنامه غذایی برای ماه رمضان می‌تواند به صورت ماهیانه و همین‌طور هفتگی تهیه شود. اگر دوست دارید به صورت هفتگی برنامه غذایی خود را برای ماه رمضان تنظیم کنید، بهتر است آخر هفته‌ها پس از افطار این کار را انجام دهید و برنامه غذایی هفته آینده خود را آماده کنید. توجه داشته باشید آماده کردن غذا در ماه رمضان برای سحر کمی دشوار است. برای رفع سختی و راحت‌تر کردن کار خود، بهتر است غذاهایی را برای سحر انتخاب کنید که پخت راحتی دارد. بهتر است بیشتر از غذاهای خشک مثل لوبیا پلو یا باقی پلو استفاده و تا حد امکان از غذاهای خورشی برای سحر پرهیز کنید. یکی دیگر از راه‌هایی که پیشنهاد می‌کنیم، استفاده از غذاهای پیش‌پخت است؛ شما می‌توانید غذا را قبل از خواب پیش از سحر آماده و برای صرف سحری فقط آن را گرم کنید.

**تامین مواد غذایی**

مواد غذایی خشک مثل حبوبات، رشته آش و... در ماه رمضان بیشتر مصرف می‌شود. بهتر است قبل از شروع ماه رمضان از وجود این نوع مواد غذایی در آشپزخانه خود اطمینان حاصل و در خصوص برطرف کردن کم و کسری آن اقدام کنید. در ضمن سعی کنید بیشتر مواد غذایی را خرید کنید که به آن احتیاج دارید و از خرید مواد غذایی اضافه خودداری کنید. به این ترتیب دیگر

می‌رسد که محدودیت‌های روابط بین اقوام هم باعث شده است تا بخش دیگری از چشم و هم چشمی‌ها در زمان تهیه وسایل زندگی زوج‌های جوان حذف شود. اما آیا کاهش این هزینه‌های غیر ضروری و در مقابل افزایش آمار ازدواج، همه‌اش اتفاقی مثبت است؟ یا این که باید مراقب برخی نکات هم در این بین باشیم؟

**مراقب مخاطرات پیش آمده باشیم**

تسهیل ازدواج بین جوانان، به صورت کلی امری مطلوب است اما چیزی که می‌تواند نگرانی ایجاد کند؛ تعجیل در ازدواج درباره برخی زوج‌هاست. کاهش هزینه‌های ازدواج به واسطه شرایط کرونایی البته فرصتی است که استفاده از آن هیچ مشکلی ندارد اما نگرانی آن جاست که ممکن است برخی افراد برای اینکه زودتر بتوانند از این فرصت ایجاد شده، بهره ببرند، بخواهند بدون کسب آمادگی‌های لازم زیرک سقف بروند. برای این که این نگرانی را کاهش دهیم، بهتر است به چند نکته توجه داشته باشیم.

**کسب آشنایی کافی از طرف مقابل**

کرونا و محدودیت‌های رفت و آمدی ناشی از آن، می‌تواند محدودیت‌هایی برای جوانان در زمینه آشناسدن با همسر آینده ایجاد کند. این محدودیت برای آشنایی در مراحل مختلفی روی می‌دهد؛ در زمان پیدا کردن مورد مناسب به وقت آشنایی اولیه و خواستگاری و البته به وقت آشنایی عمیق‌تر و آماده‌شدن برای ازدواج. استفاده از روش‌های متنوع برای آشنایی با نظارت خانواده‌ها، چه با تماس تلفنی و چه جلسات با کمک اینترنت در کنار استفاده از مشاوره ازدواج می‌تواند عوارض این محدودیت را کاهش دهد.

**شرکت در دوره‌های آنلاین ویژه**

**همسران جوان**

خوشبختانه این روزها کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی آنلاین متعددی ویژه همسران جوان در دسترس است. هزینه بسیاری از این کارگاه‌ها هم چندان زیاد نیست و می‌شود به راحتی در آن‌ها شرکت کرد. اگر قصد ازدواج دارید یا اگر تصمیم دارید به زودی با همسرتان زیرک سقف بروید، سعی کنید حتماً از این دوره‌ها برای کسب آمادگی استفاده کنید.

**کمک گرفتن از مشاور**

مشاوره ازدواج یکی از راه‌های خوب برای ارزیابی مسائلی است که ممکن است بعد از ازدواج با آن‌ها روبه‌رو شویم. این روزها بسیاری از روان‌شناسان خدمات خود در این زمینه را به صورت غیر حضوری ارائه می‌دهند، سعی کنید با استفاده از مشاوره‌ها، انتخابی آگاهانه داشته باشید و با آمادگی بهتری، فصل جدید زندگی خود را آغاز کنید.

**قرار و مدار**

**روز محکم کردن پریزهای خانه**

**بعضی از کلید و پریزهای برق تو فونه به**

**دلایل مختلفی بعد از چند سال، به طور کامل**

**یا یک مقدار از جاشون در میان و**

**شل میشن، امروز سری به کلید**

**و پریزهای قسمت‌های مختلف**

**فونه‌تون بزین و هر**

**کدومش که نیاز داره،**

**با بستن پیچ‌هاش**

**ممکمش کنین.**

**ما و شما**

راه ارتباطی با زندگی‌سلام: پیامک ۲۰۰۰۹۹۹  
و تلگرام ۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

\* مطالب نوشته شده توسط کارشناسان در پرونده «دنیای کودکی، قربانی خاموش کرونا» بسیار به جا بود و همه پدر و مادرها نگران آینده شغلی، رفتاری، شخصیتی و... فرزندان‌شان به خاطر شرایط پیش‌آمده تحت تأثیر کرونا هستند.

\* بی‌خیال رسیدن به آرزوها و راه‌های دستیابی به آن در صفحه خانواده شوید. ما الان برای خرید مرغ و روغن و... باید بریم در صف، آرزو کجا بود؟ دل‌تان خوش است‌ها.

\* صفحه مثبت شصت. یکی از مزایای ازدواج با مردانی که بازنشسته شدند این است که در صورت فوت این افراد حداقل حقوق‌شان از بین نمی‌رود و به همسر جدیدشان می‌رسد.

\* ۱۳ سال انتظار کشیدم تا خداوند به من و شوهرم فرزندی بدهد. الان دخترم ۲ ساله است و تازه راه افتاده. با دیدن عکس صفحه اول زندگی‌سلام، ناخودآگاه گریه‌ام گرفت. واقعا شرایط سخت و دلگیری شده است. الانم که بچک چهارم شروع شد باز.

\* در زندگی‌سلام بیشتر مطالب خنده‌دار و جذاب چاپ کنین. شدین شبیه ماه عسل احسان علیخانی که همه‌اش می‌خواست گریه مردم و در بیاره. در ستون آشپزی صفحه سلامت از اصول تزیین خرما هم بنویسین.

## همشهری مثل سرخیوراموس باش

گوشه و کنار شهر پر است از آدم‌هایی که سیگار می‌کشند، ماسک نمی‌زنند، فاصله اجتماعی را رعایت نمی‌کنند و هیچ تصویری از نگرانی که برای دیگران ایجاد می‌کنند ندارد

سید مصطفی صابری | روزنامه نگار



ساعتی تال کلاسیک و یا همان بازی رگال و بارسای خودمان نمانده و برای خرید ضروری باید به سوپر مارکت بروم. دو جوان وسط پیاده‌رو ایستاده‌اند و در حال سیگار کشیدن هستند. دود سیگار را هم مثل پرپیشه‌های فیلم‌های سینمایی طوری در آسمان‌ها می‌کنند که انگار دنبال شش‌راز کاشف را کثافت در پیچ و تاب دود هستند. سواي دود که به خودی خود برای دیگران ضرر دارد؛ این روزها کرونا هم نگرانی‌ها را افزایش داده و برام سوال شده چرا این دو همشهری فکر می‌کنند تمام رهگذران محکوم به استنشاق دود سیگار آن‌ها یا هزاران سم هستند، آن‌هم در شرایطی که ممکن است آلوده به ویروس هم باشند. مسیر مرا طولانی می‌کنم تا مزاحم استعمال دخانیات بزرگواران نشوم! به سوپرمارکت می‌رسم. فردی بدون ماسک سر می‌رسد. کاش فقط به ماسک اعتقادی نداشت. عجله هم دارد. با تلفن همراهش صحبت می‌کند و از چیزی به نام فاصله اجتماعی هم باخبر نیست. همان‌طور که بلند بلند با تلفن صحبت می‌کند بایک دستش چیزهایی را روی پیشخوان مغازه می‌گذارد و آن چنان درگیر صحبتش با تلفن است که بابت تنه‌زدن به من و رعایت نکردن نوبت هم عذرخواهی نمی‌کند. چون لابد عجله دارد دم‌جازه انجام هر کاری هست. کارهایی که در حالت عادی هم اشتباه محض است چه رسد به این روزها که کرونا سایه نگرانی سهمگینی روی جامعه انداخته است. از این حجم از خودخواهی آن دو جوان سیگاری و این آدم‌ها ز عجله به ستوه‌امدم. مشکل دیگر این جاست که این روزها در چنین مواقعی نمی‌توان حتی یک تذکره دوستانه داد چون ممکن است مجبور شوی برای فهمیدن موضوع چند دقیقه با همان فرد بدون ماسک و بی‌ملاحظات رودررو صحبت کنی. به فردی که این چنین به سلامت خودش و حقوق دیگران بی‌اعتناست نمی‌آید بایک جمله دوستانه محاب شود و فاصله را رعایت کند. تصویری که این افراد از خودشان در ذهن ما ساختند یا وادارمان کردند باور کنیم یک عده آدم خودبین و خودمحور