دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

مهارتهای زندگی یکی از عوامل بسیار مهم در توانمندی زوج های جوان برای کاهش تعارض ها و پیشگیری از طلاق محسوب می شود.

مدیرگروه سلامت روان، اجتماعی و اعتیاد معاونت بهداشت دانشکده علوم پزشکی نیشابور به مناسبت هفته ملی ازدواج گفت: مهارتهای زندگی مانند خودآگاهی، ارتباط مؤثر، حل مسئله، تصمیم گیری و کنترل هیجانات، با توانمندسازی زوجین، در کنار توانایی حل تعارضات به شیوه درست و جلوگیری از آسیب های اجتماعی همچون طلاق و پیشگیری از رفتارهای پرخطر مانند اعتیاد و ...، آرامش را به زندگی آنان هدیه می دهد.

دکتر آذینی ادامه داد: اگر زوجین مهارتهای زندگی را فراگیرند، بهتر و منطقی تر می توانند با مشکلات زندگی روبرو شده و راه حل های مناسب تری برای حل آنها انتخاب نمایند.

ساناز پورسعید کارشناس سلامت روان در ادامه گفت: یکی از مهارتهایی که می تواند در پایداری، ثبات، رشد و استحکام زندگی زوجین مؤثر باشد مهارت همسرداری است که قسمت بیشتر آن باید قبل از ازدواج آموخته و بخش دیگر در طی زندگی مشترک فرا گرفته شود.

وی محبت بیشتر بین زوجین و ایجاد پیوندهای عاطفی، همراهی در حل مشکلات و حرکت رو به رشد را از مهمترین تأثیرات مثبت مهارت های همسرداری برشمرد و ایجاد شکاف عاطفی، عدم احساس حمایت و پشتیبانی، بحث بر سر مسائل جزئی و دوری زوجین از یکدیگر را از مهمترین تأثیرات منفی پایین بودن مهارت های همسرداری در زندگی زوجین دانست.

1 / 2

Phoca PDF

[illegible]

Phoca PDF