

# انتخاب همسر

خاطره بره مقدم  
عضو هیات تحریریه  
فصلنامه بهروز



اهداف آموزشی

امید است خوانندگان محترم پس از مطالعه:  
دلائل درست و نادرست از دواج را توضیح دهند.

## مقدمه

در شماره‌های گذشته درباره اهمیت آموزش پیش از ازدواج، نظریه‌های آشنایی و فواید و محدودیت‌های آشنایی و ۱۰ اشتباه در فرآیند آشنایی صحبت شد. در این شماره به دلایل درست و نادرست از دواج می‌پردازیم.

آماده نبودن برای ازدواج، مانند آماده بودن برای ناکامی و شکست است. ازدواج امری پرخطر است و یکی از مهمترین تصمیم‌های زندگی است، که بر زندگی آینده فرد تأثیر می‌گذارد و می‌تواند رضایت آورترین و یا مایوس‌کننده‌ترین تجربه زندگی باشد. البته هیچگاه نمی‌توان به ازدواج به شکل کاملاً سیاه یا سپید نگاه کرد، بلکه در واقع بسیاری از ازدواج‌ها از برخی جهات رضایت‌آور هستند و از برخی جهات مایوس‌کننده. پاسخ به این سؤال که چگونه می‌توان سطح رضایت زندگی زناشویی را افزایش داد، یکی از سؤال‌های بسیار اساسی است که به نظر می‌رسد همه مردم برای آن جواب‌هایی دارند. اما بیشتر مردم آن قدر که وقت و انرژی برای مراسم ازدواج صرف می‌کنند، برای انتخاب مناسب همسر و آمادگی برای ازدواج وقت صرف نمی‌کنند!

ما به این شیوه‌ها پناه می‌بریم تا مبادا که آبروها بریزد و مردم بفهمند و دشمن شاد شود، اما آیا هرگز دنبال این بوده‌ایم که برای ازدواج و عواقب خوب و بد آن آماده شویم؟ و آیا هرگز دنبال این بوده‌ایم که بدانیم چگونه تعارض‌ها را حل کنیم؟ آیا اصلاً می‌خواهیم مشکلات را ببینیم؟

## آیا ازدواج ساده است؟

بسیاری معتقدند که ازدواج کار ساده‌ای است، اما تداوم زندگی و رضایتمندی از ازدواج امر سختی است و سهل نیست. برخی معتقدند که اگر ازدواج ساده است، باید طلاق و جدایی سخت و دشوار باشد، تا زندگی‌ها به سرعت به سوی فروپاشی نرود. ما معتقدیم که دید پیشگیرانه به طلاق بسیار حایز اهمیت است. ما باید به جای سخت کردن طلاق به هر شیوه‌ای، تلاش کنیم تا نیاز به طلاق به وجود نیاید. به نظر می‌رسد، مشکل عمده این است که ازدواج ساده است و حتی بسیار ساده‌تر از طلاق.

## آیا عشق کافی است؟

ارتباط نزدیک و صمیمانه در ازدواج مانند قایق‌رانی در میان امواج خروشان است، که تنها با عشق به قایق‌رانی نمی‌توان از خطرات آن به سلامت گذشت. هیچ فردی بدون مطالعه، در زمینه «ارتباط» متخصص نیست. همان‌طور که در هیچ زمینه دیگری هم بدون یادگیری و دانستن و مطالعه، تخصص کسب نمی‌شود. افزایش دانش درباره «ارتباط»، «خانواده» و «ازدواج» به ما کمک می‌کند تا انتخاب بهتری داشته باشیم و کیفیت ارتباط با همسرمان را بهبود بخشیم. کیفیت ارتباط در زمان نامزدی و قبل از ازدواج معیار بسیار مناسبی است برای آنچه که بعد از ازدواج پیش خواهد آمد. بنابراین اگر بتوانیم کیفیت ارتباط را در زمان نامزدی و قبل از ازدواج بهبود ببخشیم، می‌توانیم کیفیت ارتباط بعد از ازدواج را نیز ارتقا دهیم.

## دلایل درست و نادرست ازدواج

برای ازدواج کردن دلایل بسیاری وجود دارد، اما برای ازدواج نکردن دلیل آوردن اغلب سخت و مشکل است. در این قسمت دلایل درست ازدواج را که می‌تواند به ازدواج موفق منتهی شود، فهرست می‌کنیم و در آخر دلایل منفی و استدلال‌هایی که می‌تواند به یک ازدواج نافرجام منتهی شود را خواهیم آورد.

## دلایل درست ازدواج

۱. **مصاحبت و همراهی:** شریک شدن با دیگری در زندگی دلیل رایج و مناسبی برای ازدواج است.

مصاحبت و همراهی به این معنی است، که در سفر زندگی شریک و همراهی داشته باشیم.

۲. **عشق و صمیمیت:** نیاز به عشق و صمیمیت، با نیاز به مصاحبت و همراهی رابطه دارد. محبت اصیل و حقیقی برای فرد فرد آدمیان هدیه‌ای فوق‌العاده است. ۳. **شریک حمایت‌کننده:** اگر یکی از دو نفر فقط به فکر رشد خود و علایق حرفه‌ای و نیاز خود به شهرت و موفقیت باشد، ازدواج نمی‌تواند بقا داشته باشد؛ یا حداقل بقای رضایت‌بخشی نخواهد داشت، اما شریک شدن در موفقیت‌های یکدیگر و حمایت اصیل و صمیمانه می‌تواند ارتباط را تقویت کند و به آن ثبات بدهد.

۴. **شریک جنسی:** ازدواج منبع با ثباتی برای ارضای جنسی هر دو نفر است و راهی است مشروع و مجاز برای بروز هیجان‌ات و رفتارهای جنسی، اما اگر ارتباط جنسی دلیل اصلی ازدواج باشد، معمولاً با ازدواج موفق‌تری روبرو نخواهیم شد.

۵. **والد شدن:** زوج‌هایی که با موفقیت، فرزندان خود را بزرگ کرده‌اند، انسجام با اهمیتی بین خود ایجاد می‌کنند و از آنچه که با هم انجام داده‌اند، احساس افتخار و غرور می‌کنند.

## دلایل نادرست ازدواج

دلایلی هست که فرد به خاطر آنها از ازدواج می‌کند، ولی همان دلایل می‌تواند ازدواج را با مشکلات و تضادهای قابل توجهی روبرو کند. دلایل نادرست ازدواج در زیر فهرست شده‌اند:

۱. **شورش علیه والدین:** برای بسیاری از ما راحت نیست، اقرار کنیم که با والدین خود تعارض داریم. تعارض با والدین، می‌تواند یکی از دلایلی باشد که فرد جوان را به سوی ازدواج سوق دهد. وقتی که فردی در خانواده‌ای زندگی می‌کند که والدین او اهانت‌کننده و تحقیرکننده هستند، به نظر می‌رسد که ازدواج انتخاب موجهی باشد. آنهایی که در آتش تعارض‌های طولانی مدت والدین سوخته‌اند، آنهایی که قربانی پدر و مادری معتاد بوده‌اند و آنهایی که قربانی آزارهای جسمانی، هیجانی و جنسی در خانواده بوده‌اند، دلایل موجهی دارند تا از خانواده به نحوی بگریزند و از آن دور شوند، اما آیا داشتن دلیل موجه برای «ترک خانواده» ضرورتاً



ارتباط قبلی باشد می‌پرهیزیم و غفلت می‌کنیم. فردی که در موقعیت التیام است، ممکن است برای حمایت هیجانی نیاز به یک ارتباط دیگر داشته باشد. ازدواج زمانی موفق‌تر خواهد بود که دو نفر «بخواهند» ازدواج کنند؛ تا این که «نیاز» به ازدواج داشته باشند. ارتباطی که بر اساس التیام یکی از دو نفر شکل بگیرد، از همان آغاز در معرض خطر است. چرا که عاطفه بین آن دو نه تنها به دلیل دوستی و عشق نیست بلکه به خاطر شفا بخشی و التیام زخم‌ها و جراحات ارتباط دیگری است که قبلاً رخ داده است.

**۴. فشار خانواده یا اجتماع:** برخی از خانواده‌ها مطابق آداب و فرهنگ و عرف خود برای ازدواج به جوانان فشار می‌آورند. در یک جامعه شهری و تحصیل کرده، این فشار می‌تواند نامحسوس و ظریف باشد، اما در جامعه‌ای دیگر با صراحت به طور مستقیم از جوان می‌خواهند که ازدواج کند. خانم‌ها بیشتر در معرض این استرس هستند. بسیاری از دانشجویان وقتی که شهر خود را ترک می‌کنند و به دانشگاه می‌روند، پس از مدتی شاهد ازدواج همکلاسی‌های دوره دبیرستان خود خواهند بود؛ که حتی بچه‌دار نیز شده‌اند و همین می‌تواند بر آنها فشار روانی و استرس وارد کند. در ازدواج نباید عجله کرد. شتاب در ازدواج، بعید است که به ارتباط شاد و سالمی منجر شود. افرادی که با دلایل درست سعی در انتخاب همسر دارند، نباید تسلیم این فشارها شوند.

**۵. ازدواج اجباری:** برخی افراد تحت فشار خانواده یا دوستان به یک ازدواج از قبل ترتیب داده شده تن

دلیل موجهی برای «ازدواج» است؟! در این گونه موارد بهتر است که افراد استقلال شخصی خود را بسط دهند و با خانواده خود در رو شوند به روابط خود و خانواده خود بیندیشند و برای مشکلات و مسایل راه حلی بیابند، تا این که درگیر ازدواج شوند یا به فکر ازدواج باشند. با ازدواج می‌توان از یک شرایط فاجعه بار گریخت اما با چه بهایی؟ آیا به بهای وارد شدن به شرایط فجیع دیگر؟ تحقیقات نشان می‌دهد که بسیاری از افرادی که از آزار والدین به ازدواج پناه برده‌اند، ازدواج آنها نیز آزاردهنده بوده است.

**۲. جستجوی استقلال:** جوانان کوشش زیادی برای این که روی پای خود بایستند و کارهای شان را خودشان انجام دهند یا مستقل باشند، دارند، اما استقلال امری است که فرد فقط به تنهایی می‌تواند به آن برسد و با اتکای به همسر، فرد به استقلال نخواهد رسید.

بسیاری هستند که از دواج می‌کنند تا مستقل شوند، اما مستقل شدن سال‌ها وقت می‌برد و امری است وابسته به خود فرد تا هر چه بیشتر، روی پای خود بایستند.

**۳. التیام یک ارتباط شکست خورده:** التیام رنج‌ها و دردهای یک ارتباط شکست خورده اخیر، دلیل منفی دیگری برای ازدواج است. این از جمله موضوعاتی است که شناسایی آن در دیگران راحت‌تر از شناسایی آن در خودمان است. پاسخ رایج به هشدارهای دیگران معمولاً این است که «نه! من می‌فهمم که شما چه می‌گویید، اما این مورد فرق دارد!» ما تمایل داریم که ارتباط جدید و آمیخته با عشق را تنها از جنبه مثبت آن ببینیم و از این که ممکن است این ارتباط واکنش به یک

بیشتر ازدواج‌ها با دلایل درست و نادرست آمیخته با هم شکل می‌گیرند. هر چه که دلایل درست ازدواج بیشتر باشد، احتمال موفقیت و پایداری ازدواج افزایش می‌یابد.

می‌دهند. گاهی اوقات از زمان کودکی در مورد ازدواج دو نفر صحبت شده است. همه خانواده بر این اعتقاد بوده‌اند، که این دو نفر باهم ازدواج خواهند کرد و حالا که این افراد بزرگ شده‌اند، احساس فشار و اجبار می‌کنند که باید باهم ازدواج کنند.

**۶. نیاز جنسی:** ازدواج فقط برای رفع نیاز جنسی، احتمالاً نمی‌تواند به ازدواج موفق منجر شود. چرا که دیگر عوامل مرتبط با ازدواج، معمولاً از چشم دور می‌ماند. در این گونه ازدواج زیبایی‌های ظاهری همسر بیشتر مد نظر قرار می‌گیرد و شتاب و تعجیل نیز عامل تأثیر گذار منفی دیگری است. در فرهنگ عامه، ارضا نشدن نیاز جنسی سبب برخی بیماری‌های روانی دانسته می‌شود، مثلاً برای بهبود حال بیماران روانی برخی توصیه به ازدواج می‌کنند، که نه تنها حال بیمار را بهبود نخواهد بخشید، بلکه استرس و فشار روانی بیشتری را ایجاد خواهد کرد؛ که می‌تواند بیماری را تشدید کند.

**۷. دلایل اقتصادی:** امنیت اقتصادی و نیز تغییر طبقه اجتماعی که با وضعیت اقتصاد ارتباط دارد، همواره یکی از دلایل سنتی ازدواج بوده است. البته در دوره‌هایی که امنیت اقتصادی کم است، طبیعتاً در نظر گرفتن اقتصاد و مسایل حاشیه‌ای آن دلیل موجهی برای مردم به نظر می‌رسد و در بسیاری از ازدواج‌ها این مسأله پررنگ تر می‌شود. به نظر می‌رسد در خانم‌ها

این مسأله رایج تر باشد. تکیه بر وضعیت مالی شوهر با وضعیت مالی خانواده او برای آنها ایجاد امنیت می‌کند. هر چند که در آقایان نیز این تمایل وجود دارد، اما آنها سعی می‌کنند که این تمایل را بروز ندهند. یکی از موارد دیگری که ایجاد امنیت اقتصادی می‌کند، شاغل بودن هر دو نفر است. چرا که در صورتی که یکی از آنها بیکار شود، دیگری درآمد خواهد داشت و دوره بیکاری با امنیت بیشتری سپری خواهد شد.

البته ازدواج، خود به خود امنیت اقتصادی ایجاد نمی‌کند، اما در بیشتر فرهنگ‌ها این امر از اهمیت زیادی برخوردار است. در بسیاری از کشورها رایج‌ترین مشکل همسران، مشکل اقتصادی و مالی است.

**۸. تنهایی و استیصال:** همه ما گاهی در زندگی احساس تنهایی می‌کنیم، اما ازدواج به این دلیل که احساس تنهایی می‌کنیم و برای فرار از تنهایی یک دلیل نادرست است. بهتر است تنهایی خود را از راههای دیگری بر طرف کنیم، تا این که بخواهیم با ازدواج آن را رفع کنیم.

**۹. احساس گناه:** گاهی در رابطه با یک نفر احساس گناه می‌کنیم و به دلیل احساس گناه یا احساس ترحم با او ازدواج می‌کنیم! احساس گناه یا احساس ترحم به هر دلیلی که ایجاد شده باشد، یک دلیل نادرست برای ازدواج است.

**۱۰. احساس کمبود و تهی بودن:** گاهی افرادی که هدفی را در زندگی دنبال نمی‌کنند، نمی‌دانند که از زندگی چه می‌خواهند، احساس ناکامی می‌کنند و از زندگی خود راضی نیستند، برای حل این مشکلات به ازدواج روی می‌آورند، که قطعاً دلیل نادرستی برای ازدواج است.

مشکلات ذکر شده باید از راههایی غیر از ازدواج حل شود. ازدواج یک رابطه درمانی نیست، بلکه یک رابطه‌ای صمیمانه است.

منبع: میرمحمد صادقی، مهدی ۱۳۹۳. دفتر پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی معاونت امور فرهنگی و پیشگیری سازمان بهزیستی کشور

راز موفقیت آن است که شغل خود را از سرگرمی‌های خوش‌قرار دهید. **مارک تواین**