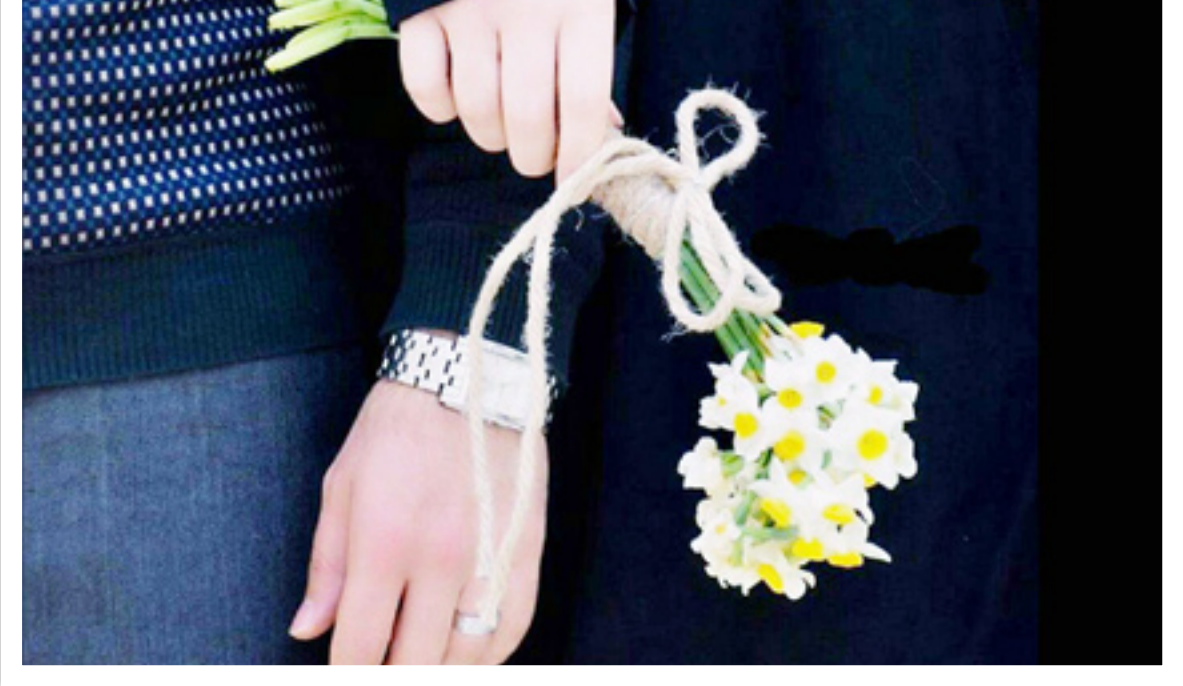


### سبک ازدواج



تغییر سبک نگرش جوانان گرایش به ازدواج را کاهش داده است

# توقع لقمه آماده، چالش بزرگ ازدواج

■ دکتر مریم رؤفی\*

ازدواج یک شروع تازه است. تشکیل یک خانواده جدید و آغاز اشتراکی که توأم با دردک و فهم متقابل، همدلی، همکاری و ابراز محبت است، انتقال از یک خانواده که در آن بزرگ شده و بالنده می‌شویم به خانواده‌ای که باید آن را بسازیم و برای حفظش موانع زیادی روبه‌رو خواهیم بود. این موانع امروزی نیست، بلکه از دیرباز شروع از دواج با مسائلی از قبیل تأمین چهیزیه، مخارج ازدواج، مهریه، پیدا کردن کار مناسب، مخارج روزمره، اتمام سرپازی، مسکن، ادامه تحصیلات، امنیت اقتصادی در طول زندگی و ناتوانی خانواده‌ها در همراهی برای کمک به ازدواج مواجه بوده‌است.

این مسائل موانعی به سر راه ازدواج جوانان ایجاد می‌کند اما دلیل اصلی کاهش میل به ازدواج نیست چون شاهد هستیم افرادی با وجود این مشکلات زندگی زناشویی‌شان را شروع کرده و برای از بین بردن این موانع تلاش می‌کنند. برای بی بردن به اینکه چرا آمار ازدواج در بین جوانان کاهش یافته باید به تغییر معنای ازدواج و نگرش جوانان توجه کرد. اگر به معنای اصلی ازدواج توجه کنیم درمی‌یابیم ازدواج عاملی برای آرامش یافتن زن و مرد کنار یکدیگر است و تلاشی است که زوجین برای تحقق این هدف انجام می‌دهند.

■ جوانانی که ازدواج را یک لقمه آماده

می‌خواهند

بسیاری از جوانان امروزی ازدواج را یک چالش مفید برای رسیدن به تکلم، رشد و آرامش بخشیدن به طرف مقابل خود نمی‌دانند. تعریف ازدواج برای بسیاری از جوانان ما رسیدن به یک سعادت رؤیایی است که در سایه امکاناتی فراهم می‌شود که باید باشد تا تحقق یابد. در حالی که این شرایط همان چیزی می‌تواند باشد که زوجین باید در کنار هم و با اشتراک گذاشتن توانایی هایشان به آن

### نگاه

تماشاچینانی که مسابقه جدایی را داغ تر می‌کنند

■ دار یوش یوسف‌وند\*

در راهروهای دادگاهها تا چه میزان کرامت زنان و مردان مراجعه‌کننده برای طلاق رعایت و حفظ می‌شود؟ چه ساز و کارها و آموزش‌هایی در این زمینه تدوین شده و در دادگاه‌ها اجرا می‌شود؟ آیا نگاه واقعی در این مسیر، احقاق حقوق و سلامت مدنی است یا پرونده‌ای که می‌تواند چندین میلیون تومان در آمد اقتصادی برای وکیل پرونده داشته باشد؟ متأسفانه بسیاری از وکلای پرونده‌های طلاق به دید پرونده‌هایی که دارای روند اداری طولانی مدت امسا پروول و پردرآمد است، نگاه می‌کنند و اقتضای مالی منجر به تلاشی وافر از طرف وکلا برای اخذ این پرونده‌ها می‌شود به طوری که در تمامی تبلیغات وکلا یک پای ثابت این تبلیغات پرونده‌های طلاق است. در واقع تنها برنده بازی طلاق، وکلا هستند که در هر صورت به پول خود می‌رسند! پرونده‌های خانواده‌ا را از برای برای کسب درآمد نگرستن به خودی خود خطرناک است و می‌تواند به شدت آسیب‌زننده باشد، به خصوص جایی که دعای خانواده منشأ کنش و قوس‌هایی برای حضانت فرزند می‌شود و این مسئله منجر به آسیب‌های دوچندانی برای فرزندان طلاق‌زن و مرد مطلقه خواهد شد و تنش‌ها را به جای توافق مبتنی بر مناسبت‌سازی روابط به سمت کینه و خصومت و تنش پیش می‌برد. خطرناکی این ورود آنجاست که فرزند موضوع دعای قرار گیرد. نامی توانیم از خانواده و طلاق حرف بزنیم و این فاکتورها را نادیده بگیریم. مردان بعد از طلاق ممکن است به سمت دادگاه مندرختر برای کنترل فشار روانی ناشی از پروسه طلاق سوق داده شوند. ممکن است به دلیل دارا بودن حضانت فرزند اقدام به ازدواج مجدد ناسالمی کنند که منجر به شکل‌گیری آسیب‌های جدید و نوظهوری در زندگی آنان شود. به راستی تا چه میزان به این مهم پرداخته می‌شود؟ از آنجایی که مردان تمایل کمتری به حضور در



تغییر سبک نگرش جوانان گرایش به ازدواج را کاهش داده است

# توقع لقمه آماده، چالش بزرگ ازدواج

برسند. دخترها در پی یافتن همسری بدون نقص و کامل هستند و خانواده‌هایشان هم بر آن تأکید دارند. پسرها هم تصور می‌کنند برای ازدواج باید همه چیز فراهم باشد تا قدم بگذارند. بنابراین ازدواج را به تأخیر می‌اندازند و به ناچار وارد درگیری‌های عاطفی و ارتباط‌های مبتنی بر دوستی می‌شوند. این در حالی است که نیازهایشان پاسخ نگرفته و با شکست‌های عاطفی و ضربه‌های روحی، روانی و جسمی مواجه می‌شوند.

■ برای ازدواج ۳بار بلوغ لازم است

علاوه بر توانایی مالی یکی از فاکتورهای مهم در ازدواج رسیدن فرد به بلوغ عقلی و عاطفی است. این بلوغ، فرد را برای پذیرش زندگی مشترک آماده می‌کند و انگیزه و محرک او برای یافتن شریک مناسب در زندگی است اما با وجود بلوغ جسمانی، بسیاری از جوانان ما به بلوغ عاطفی و عقل معاش نرسیده‌اند و توانایی پذیرش و اداره یک زندگی جدید را ندارند. در این امر باید خانواده‌ها را مقصر دانست که فرزندان خود را برای زندگی مستقلانه آماده نمی‌کنند. انگیزه زوج شدن از سه نیاز اصلی در انسان برمی‌خیزد که نیاز به بقا و ادامه نسل، نیاز به تعلق و دوست داشتن و نیازهای جنسی است. این نیازها در همه افراد وجود دارد و آنها را به سمت ازدواج و تشکیل خانواده و تعلق یافتن به دیگری هدایت می‌کنند. پس می‌توان نتیجه گرفت میل به تشکیل خانواده در همه افراد وجود دارد و همه به عشق ورزیدن، تعلق داشتن، تولید نسل و برقراری رابطه با جنس مخالف نیاز دارند. اگر چه ازدواج می‌تواند به نیازهای دیگری چون احساس ارزشمندی و یافتن وجهه اجتماعی و لذت بردن هم پاسخ دهد اما چرا جوانان امروزی به این نیازهای اساسی‌شان نمی‌پردازند و برای رسیدن به آن تلاشی نمی‌کنند؟ یک پاسخ به این پرسش نیاز به بررسی همه‌جانبه دارد اما در نگاه نخست می‌توان گفت تغییرات سبک زندگی در این زمینه بسیار مؤثر بوده است.

■ جوانانی که ازدواج را یک لقمه آماده

بسیاری از جوانان امروزی ازدواج را یک چالش مفید برای رسیدن به تکلم، رشد و آرامش بخشیدن به طرف مقابل خود نمی‌دانند. تعریف ازدواج برای بسیاری از جوانان ما رسیدن به یک سعادت رؤیایی است که در سایه امکاناتی فراهم می‌شود که باید باشد تا تحقق یابد. در حالی که این شرایط همان چیزی می‌تواند باشد که زوجین باید در کنار هم و با اشتراک گذاشتن توانایی هایشان به آن

■ جوانانی که ازدواج را یک لقمه آماده

می‌خواهند

بسیاری از جوانان امروزی ازدواج را یک چالش مفید برای رسیدن به تکلم، رشد و آرامش بخشیدن به طرف مقابل خود نمی‌دانند. تعریف ازدواج برای بسیاری از جوانان ما رسیدن به یک سعادت رؤیایی است که در سایه امکاناتی فراهم می‌شود که باید باشد تا تحقق یابد. در حالی که این شرایط همان چیزی می‌تواند باشد که زوجین باید در کنار هم و با اشتراک گذاشتن توانایی هایشان به آن

# سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۹۸۴۷۱



ازدواج برای بسیاری از جوانان ما رسیدن به یک سعادت رؤیایی است که در سایه امکاناتی فراهم می‌شود که باید باشد تا تحقق یابد. در حالی که این شرایط همان چیزی می‌تواند باشد که زوجین باید در کنار هم و با اشتراک گذاشتن توانایی هایشان به آن برسند. دخترها در پی یافتن همسری بدون نقص و کامل هستند و خانواده‌هایشان هم بر آن تأکید دارند. پسرها هم تصور می‌کنند برای ازدواج باید همه چیز فراهم باشد تا قدم بگذارند. بنابراین این ازدواج را به تأخیر می‌اندازند

این پدیده موجب خودخواهی و خودمحوری افراد در مراد و ارتباط‌های انسانی می‌شود. چون وقتی فرد نتواند برای خانواده‌اش نقش آفرینی کند چگونه می‌تواند برای دیگران مؤثر و مفید باشد؟ اگر خانواده سالمی نباشد چگونه می‌توان به انتقال فرهنگ و ارزش‌های اخلاقی به نسل بعد امیدوار بود؟ خانواده‌ها هم نمی‌توانند در انتخاب همسر برای فرزندان خود دخالت کنند، چون از یک طرف مشکلات اقتصادی آنها را محدود می‌کند و از طرف دیگر جوانان مایلند خودشان در این امر تصمیم بگیرند.

از طرف دیگر عدم موفقیت بسیاری از زوجین در زندگی مشترک به دلیل عدم برخورداری از مهارت‌های زندگی به‌اشاعه این تفکر در بین جوانان در آستانه تصمیم‌گیری و ترس از شکست خوردن کمک کرده است تا از ازدواج منصرف شوند.

■ اگرهایی که ازدواج را آسان تر می‌کند

اما تلاشی که می‌توان برای تشویق جوانان به ازدواج کرد ابعاد گسترده‌ای را دربر می‌گیرد. اگر ازدواج به عنوان یک ارزش در نگرش جوان امروزی نقش ببندد و نقش ازدواج در برآوردن نیازهای اساسی انسان پررنگ شود، اگر تفکر زندگی افرادی و مشکلات آن گوش‌زده شود و براساس نیازهای اساسی آنها آموزش داده شود، برای امکان فراگیری مهارت‌های زندگی زناشویی توسط دست‌اندرکاران اقدامات جدی‌تری صورت گیرد. اگر تفکر ساده زیستی به جای برگزاری مراسم پر تجمل و پر هزینه جایگزین شود، اگر روحیه خلاق و تفکر مثبت در استفاده از امکانات موجود برای بهره‌برداری از سرمایه‌های جامعه رواج یابد، در این صورت می‌توان امیدوار بود که ازدواج آسان تر و با انگیزه بیشتری صورت گیرد.

بی‌شک خانواده‌ها نیز نقش مؤثری در اشاعه فرهنگ ازدواج دارند. منفی‌گرایی نسبت به ازدواج و پررنگ جلوه دادن مشکلات اقتصادی و بالا بردن توقع فرزندان از ازدواج توسط والدین ضروری نیست. ازدواج کردن جوانان تبعات گسترده‌تری برای خانواده‌ها به دنبال دارد. آسیب‌هایی که جبران آنها تلاش بیشتری می‌طلبد.

✽روانشناس و مشاور خانواده

با متخصصان والدین و بستگان در فرآیند طلاق چگونه است؟ آیا روند حمایتی، یا مداخله‌های تنش‌آفرین و آسیب‌زا است؟ چه میزان خانواده‌های زوجین در بروز طلاق و توسعه آن نقش دارند و چه وظایفی لازم است در این بین برای این افراد تعریف شود؟ چه میزان اجساره دخالت‌ها و چه میزان اجساره حمایت دارند و چه آموزش‌هایی والدین دیده‌اند که مرزهای آسیب یا حمایت‌ها را روشن کنند؟ چه میزان از مداخلات ناشی از نگاه سنتی و تعصبات بدون مصلحت‌اندیشی زوجین است و چه میزان والدین و بستگان مداخلاتشان در این حوزه اثر منفی دارد؟ در واقع نگاه روانکاوانه به مقوله ازدواج معتقد است آسیب‌های زندگی مشترک به وجود نمی‌آید. باید آنها بتوانند لب به کلام زبیا باز کنند تا بتوانند انگیزه ایجاد کنند. آنها باید صادقانه از کلام استفاده کنند تا حق قول دادن این میان ضایع نشود، پس بهتر است با لغت‌نامه صحیح زندگی مشترک آشنا شوند.

از تباط کلامی بین زوجین از اهمیت بیشتری نسبت به ارتباط کلامی با دیگران برخوردار است. چون یک قانون همیشه مانا وجود دارد که می‌گوید هرچه روابط نزدیک‌تر پس احترام‌ها این مسابقه را داغ‌تر می‌کنند!

✽روانشناس بالینی و استاد دانشگاه

### سبک مراقبت



این مسیر را شانه به شانه هم باید طی کرد

## یکی دو سال اول زندگی مشترک را کفش آهنی ببوشید

■ نگین خلج‌سرشکی

آدم‌ها تا ازدواج نکرده‌اند تصوراتی درباره ازدواج و همسر داری در ذهن دارند و وقتی ازدواج می‌کنند این تصورات رنگ می‌بازد، در حالی که تابلوی ازدواج را باید خودمان ترسیم کنیم. قبل از ازدواج پسرها می‌شوند مجنون و فرهاد و دخترها هم لیلی و شیرین. فکر کردن به شیرین خانم ماجرا باعث می‌شود تا آقا‌فرهاد خیلی از مسائل را نبینند. شیرین خانم هم که فکر می‌کند سبک زندگی متاهلی همیشه یک روند آرام و بدون سختی دارد. اما «عشق آسان نمود اول» تمام می‌شود ولی کم‌کم در راه مشکل‌ها روی خود را نشان می‌دهند و اگر احتیاط نباشد طی کردن این راه لغزنده دشوار می‌شود. آدم تا وقتی که مسئولیت اداره زندگی را بر دوش نداشته باشد متوجه سنگینی آن نمی‌شود و فکر می‌کند والدین چه کار آسانی دارند در صورتی که پایه و بنیان یک زندگی در سختی‌هاست و البته لذت‌های مخصوص خود را دارد.

این راه به طور همیشگی پر از سختی و بالا و پایین نیست بلکه به قول معروف «پایان هر جاده سخت یک منظره زیبا قرار دارد». پس فقط ابتدای مسیر است که باید کفش آهنی به پا کرد و یکی دو سال اول را که درست طی کنید بقیه مسیر هموار می‌شود. البته این مسیر را زن و مرد باید دوش به دوش هم طی کنند اما اگر خشت اول را معمار صاف بنا نهد پس تا ثر یا دیوار عشق و زندگی مشترک صاف و استوار خواهد بود.

بیشتر. این احترام اصلاً به معنی استفاده از کلمه‌های رسمی نیست بلکه برعکس کلام بسیار صمیمانه و محبت‌آمیز است. نزدیک‌تر از همسر شما به شما کسی وجود ندارد. پس هنگام صحبت کردن سعی کنید از خنده دریغ نکنید چراکه خندیدن و مثبت‌گرا بودن صبر را افزایش می‌دهد و وقتی صبر آدم زیاد باشد پس زود جوش نمی‌آورد و بی‌ادب نمی‌شود. به یاد داشته باشید که زبانتان لیخند شما به همسر شما تعلق دارد، چراکه او بیشتر از هر کس دیگر شما را می‌خواهد و پذیرا است. پس بخندید تا مشکلات فراتر از حدشان قدم برنندازند.

وقتی انسان در کنار همسر خود می‌نشیند و بااو صحبت می‌کند در بهشت محض قرار دارد. زمان و مکان مناسب برای حرف زدن همیشه بیشتر جواب می‌دهد. پس بهشت در کنار هم بودن را قدر بدانید و با احتیاط زمان و مکان مناسب برای بیان مشکلات فراهم کنید. انسان وقتی ازدواج می‌کند در زمانی مناسب شنونده یک مشکل باشد کنترل بهتری برای مهار مشکل خواهد داشت.

اعصاب انسان به کسری از ثانیه برای از بین بردن همه چیز بند است، برای همین بدانید که چه زمانی باید درباره مشکلات مشورت کنید. مشورت کردن به طور کامل نیازمند منطق گرفتن در حالت منطقی نیازمند شرایطی خاص است، بنابراین ماجرا را از سمت خود نگاه نکنید بلکه به طرف مقابل برای قرار گرفتن در زمان و مکان مناسب حق بدهید.

هیچ وقت سعی نکنید در حل مسائل خود را شاه پیروز شطرنج و طرف مقابل را سربازی ناتوان جلوه دهید، بلکه انسان خطا می‌کند و جبران، در نتیجه، هنگام حل مشکلات سعی کنید اشتباه‌های گذشته را یادآوری نکنید و آسمان و ریسمان را به هم نبنافید. چه‌ساممکن است اگر شما در جای او قرار می‌گرفتید عملکردی بدتر از خود نشان می‌دادید. آیا دوست داشتید او هر روز و هر روز خطای شما را یادآوری کند؟ پس هیچ وقت خود را دانای کل ندانید، بلکه زندگی مشترک نیازمند بینش و تلاش مشترک است، زن و شوهر باید بوشانده خطاها و کمبودهای یکدیگر باشند. پس به زوج‌های جوان باید گفت زیر یک سقف زندگی کردن نیازمند صبر و احترام است و باید خطای گذشته را در گذشته رها کرد و به فکر حالی آرام و آینده‌ای مستدام بود.

ارتباط کلامی بدون نگاهی زیبا هیچ فایده‌ای ندارد. خیلی وقت‌ها، آدم‌ها زیبا حرف می‌زنند اما از درون چشم آنها آتش بیرون می‌آید و تن و بدن دیگری را می‌سوزاند. چشم‌ها در کلام تأثیر می‌گذارند. پس زبانتان نگاه خود را به همسر تان هدیه دهید. چون چشم امید او به همراهی شماست و این همراهی فقط در حرف نیست بلکه باید نشان داده شود و چشم‌ها صادق‌ترین گویندگان حرف‌ها هستند و صبر و ایستادگی شما را افشا می‌کنند. به یاد داشته باشید بعد از آسمان ابری و حال بارانی همیشه زبانتان را می‌نگین کمان‌ها پدیدار می‌شوند پس دست در دست هم برای تماشای رنگین‌کمان بایستید.



اگر زوجین نتوانند با یکدیگر حرف بزنند پس انگیزه دادن و قول دادن و اعتماد کردنی هم به وجود نمی‌آید. باید آنها بتوانند لب به کلام زبیا باز کنند تا بتوانند انگیزه ایجاد کنند