

به نام خدا

بی وفایی زناشویی مردان

مؤلف:

حنیفه نوحه خوان

انتشارات ارسطو

(چاپ و نشر ایران)

۱۴۰۱

سرشناسه: نوحه خوان، حنیفه، ۱۳۶۰-
عنوان و نام پدیدآور: بی وفایی زناشویی مردان / مولف حنیفه نوحه خوان.
مشخصات نشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری: ۱۹۴ ص.
شابک: ۷۸۰۰۰۰:۹۷۸-۶۰۰-۴۳۲-۸۹۷-۵ ریال
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: کتابنامه: ص ۱۹۴ - ۱۷۶.
موضوع: مردان - بی وفایی زناشویی
رده بندی کنگره: RC۴۸۳/۳
رده بندی دیویی: ۶۱۴/۸۹۱۶۳
شماره کتابشناسی ملی: ۷۶۴۵۱۲۳
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: بی وفایی زناشویی مردان
مولف: حنیفه نوحه خوان
ناشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)
طراح جلد: نازیلا سید قادری
صفحه آرایی و تنظیم: پروانه مهاجر
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۱
چاپ: مدیران
قیمت: ۷۸۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:
<https://chaponashr.ir/ketabresan>
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۴۳۲-۸۹۷-۵
تلفن مرکز بخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir



انتشارات ارسطو



فهرست مطالب

پیشگفتار.....	۹
فصل اول: ازدواج.....	۱۴
اهمیت و جایگاه ازدواج.....	۱۵
عوامل مؤثر در ازدواج.....	۱۸
معیارهای اصلی برای انتخاب همسر چیست؟.....	۲۰
ضرورت مشاوره پیش از ازدواج.....	۳۲
مشاوره پیش از ازدواج چیست؟.....	۳۳
اصول مشاوره پیش از ازدواج چیست؟.....	۳۴
مراحل مشاوره قبل از ازدواج.....	۳۵
اهمیت مشاوره قبل از ازدواج.....	۳۷
آمادگی و شناخت.....	۴۰
بهترین زمان برای مشاوره.....	۴۲
ملاک‌های ازدواج سالم در مشاوره قبل از ازدواج.....	۴۳
آمادگی طرفین برای ازدواج.....	۴۳
بررسی تطابق و تناسب شخصیتی طرفین در ازدواج.....	۴۴
مشاوره پیش از ازدواج چه کمکی به زوجین می‌کند.....	۴۵
فرایند انجام مشاوره پیش از ازدواج.....	۵۳
محتوای جلسات پروتکل مشاوره پیش از ازدواج.....	۵۵

۵۵	پرسش نامه مشاوره قبل از ازدواج.....
۵۶	مراحل مشاوره پیش از ازدواج چگونه است؟.....
۵۸	فصل دوم: بی وفایی زناشویی.....
۵۹	تعاریف و دلایل بی وفایی زناشویی.....
۶۲	انواع بی وفایی زناشویی.....
۶۲	بی وفایی زناشویی از نظر لاوسون.....
۶۲	بی وفایی زناشویی از نظر گلاس.....
۶۳	بی وفایی زناشویی از نظر پیتمن.....
۶۵	بی وفایی زناشویی از نظر براون.....
۶۵	بی وفایی زناشویی از نظر کوپر.....
۶۷	عوامل مرتبط با بی وفایی زناشویی.....
۶۷	سن.....
۶۷	درآمد و امور مالی.....
۶۸	نوع شغل و محیط کار.....
۷۰	روابط با جنس مخالف قبل از ازدواج.....
۷۱	سطح تحصیلات.....
۷۲	عزت نفس.....
۷۳	جنسیت.....
۷۶	ویژگی های شخصیتی.....
۷۹	اختلالات شخصیتی.....

۸۰	نارضایتی زناشویی
۸۴	نارضایتی جنسی
۸۷	شبکه‌های حمایتی
۹۰	ناتوانی در مدیریت تعارض‌ها
۹۱	فقدان صمیمیت زناشویی
۹۲	دخالت‌های خانواده اصلی
۹۴	جذابیت و مقبولیت ظاهری و جنسی
۹۵	بررسی نظری بی‌وفایی زناشویی
۱۰۹	مدل‌های مرتبط با بی‌وفایی زناشویی
۱۱۸	فصل سوم: دلایل مؤثر بر بی‌وفایی زناشویی
۱۱۹	الف) زمینه‌های فردی
۱۱۹	۱. عزت‌نفس پایین
۱۲۰	۲. تمایز یافتگی پایین
۱۲۳	۳. مسئولیت‌گریزی
۱۲۴	۴. سلطه‌گری و سلطه‌پذیری
۱۲۶	۵. مشکلات روان‌شناختی
۱۲۸	۶. تجارب آسیب‌زای کودکی
۱۲۹	۷. پایین بودن جذابیت ظاهری
۱۳۱	۸. خودمحوری
۱۳۱	۹. روابط متعدد قبل از ازدواج

- ب) زمینه‌های تعاملی (زوجی)..... ۱۳۳
۱. رفتارهای تخریبگرانه..... ۱۳۴
 ۲. ضعف حمایتگری متقابل..... ۱۳۵
 ۳. ضعف صمیمیت زناشویی..... ۱۳۶
 ۴. عدم توافق بر سر موضوعات اساسی..... ۱۳۹
 ۵. ضعف در حل تعارض..... ۱۴۱
 ۶. کم‌رنگ بودن فعالیت و اوقات مشترک..... ۱۴۳
 ۷. مسائل و مشکلات جنسی..... ۱۴۴
 ۸. پنهان‌کاری..... ۱۴۷
 ۹. ضعیف بودن مرزهای زناشویی..... ۱۴۹
 ۱۰. خشونت فیزیکی، کلامی، جنسی..... ۱۵۱
 ۱۱. مشکلات مالی..... ۱۵۳
 ۱۲. اعتماد افراطی..... ۱۵۵
 ۱۳. احساس منفی به همسر..... ۱۵۶
- ج) زمینه‌های فرهنگی اجتماعی..... ۱۵۸
۱. تفاوت در جهان‌بینی..... ۱۵۸
 ۲. تفاوت در خانواده اصلی..... ۱۶۰
 ۳. وابستگی به خانواده اصلی..... ۱۶۳
 ۴. رابط دوستی گسترده..... ۱۶۵
 ۵. مشغولیت شبکه‌های اجتماعی..... ۱۶۸

- ۱۷۰۶. نوع شغل
- ۱۷۱۷. ازدواج اجباری
- ۱۷۳۸. ازدواج در سن پایین
- ۱۷۴۹. علاقه به فیلم‌های هرزه نگار
- ۱۷۶ منابع و مآخذ

سخن آغازین

خوب یادم است، زمانی که کودکی بیش نبودم روزی کنار مادرم مشغول بازی بودم. او با دوستش ایران خانم صحبت می‌کرد. ایران خانم گریه می‌کرد و مادرم دل‌داری‌اش می‌داد. انگار اتفاق بدی بین ایران خانم و شوهرش افتاده بود. احساس می‌کردم شوهر ایران خانم کار بدی کرده است. احساس می‌کردم از پشت به ایران خانم خنجر زده است.

گوش‌هایم صدای گریه‌های ایران خانم را در حافظه‌اش ثبت کرده بود. بزرگ که شدم معنای آه‌های او را فهمیدم. بزرگ‌تر که شدم به‌خاطر حرفه‌ام زنان فراوانی مشاهده کردم که از درد بی‌وفایی به خود می‌پیچیدند. روان‌شناسی که خواندم متوجه شدم آسیبی که بی‌وفایی به انسان وارد می‌کند یکی از عمیق‌ترین زخم‌های روانی است که ما به آن «تروما» می‌گوییم، یعنی دردی که آثار زخمش با انسان باقی می‌ماند.

از این رو تصمیم گرفتم تا تحقیقی در این باب انجام دهم؛ شاید بتوانم زخمی را مداوا کنم. این کتاب را تقدیم می‌کنم به ایران خانم‌های سرزمینم که حتی باوجود زخم خوردگی، پاک‌دامنی‌شان را حفظ کردند. امیدوارم مادران این مرزوبوم آموزه‌های مرزهای تعهد را از دوران کودکی به فرزندانشان، چه پسر و چه دختر، بیاموزند و آموزش اصل تعهد و وفاداری را مختص دختر ندانند.

حنیفه نوحه‌خوان

بهار ۱۴۰۱

پیشگفتار

رابطه زناشویی به دلیل ماهیت چندوجهی آن و این که تحت تأثیر عوامل متعددی قرار می‌گیرد، همواره با چالش‌هایی روبه‌رو می‌شود. در این میان، بی‌وفایی بیشترین آسیب را به رابطه همسران وارد می‌کند و حتی می‌تواند رابطه را نابود کند (مولر و واسلر، ۲۰۱۴). بی‌وفایی زناشویی از مهم‌ترین تهدیدها برای ثبات روابط زناشویی و از عمده‌ترین دلایل طلاق در فرهنگ‌های مختلف محسوب می‌شود (هرتلین، تچل و پایرسی، ۲۰۰۵؛ نایت، ۲۰۱۰^۴؛ محسن‌زاده، نظری، عارفی، ۱۳۹۰). همسر آسیب‌دیده احساس خشم به همسر بی‌وفا، احساس شرم، دستپاچگی از دست‌دادن احساس هویت، احساس گناه، کاهش عزت‌نفس و عدم امنیت را تجربه می‌کند و هر دو زوج احساس ترس را هم‌زمان دارند و به‌طورکلی در چنین شرایطی سلامت روانی همسران درگیر بی‌وفایی کاهش می‌یابد (جکمن، ۲۰۱۴^۵). بی‌وفایی زناشویی بیشترین آسیب‌ها را به رابطه زناشویی وارد می‌کند و حتی آن را نابود می‌کند (ایگنات، ۲۰۱۸^۶).

در مهر و موم‌های اخیر تعریف بی‌وفایی بسط یافته است و حوزه گسترده‌تری از رفتارها را شامل می‌شود. به‌عنوان نمونه این مقوله می‌تواند رفتارهایی مانند داشتن صمیمیت، دیدن پورنوگرافی، رابطه نامشروع، فریب‌دادن، آمیزش جنسی فیزیکی زیاد با فردی دیگر غیر از همسر مانند گرفتن دست‌ها و نوازش کردن و حتی صمیمیت عاطفی فراتر از روابط دوستانه معمولی با فردی غیر از همسر را در برگیرد؛ بنابراین می‌توان هر رفتاری را که به نقض پیمان ازدواج میان دو نفر منجر می‌شود تحت عنوان بی‌وفایی طبقه‌بندی کرد (مک

1. Moller & Vossler

2. Marital infidelity

3. Hertlin, Wetchler & Piercy

4. Knight

5. Jackman

6. Ignat

دانیل و همکاران، ۲۰۱۷^۷). بی‌وفایی به معنای داشتن هرگونه رابطه جنسی یا عاطفی به صورت پنهانی است که تعهد به رابطه زناشویی را نقض می‌کند. بی‌وفایی در واقع، دامنه رفتار دونفره از عشق‌بازی تا رابطه جنسی بلندمدت متغیر است که می‌تواند شدت و حدت متفاوت داشته (گویتار و همکاران، ۲۰۱۷^۸).

بی‌وفایی زناشویی موضوع تکان‌دهنده‌ای برای زوجها و پدیده‌ای رایج برای مشاوران و درمانگران حوزه ازدواج و خانواده است که نقشی اساسی در انحلال سیستم خانواده و گرایش زوجها به سمت طلاق دارد (هنرپروران، ۱۳۹۳؛ استاپلس، ۲۰۱۲^۹؛ جونز و ویسر، ۲۰۱۴^{۱۰}). بی‌وفایی زناشویی به‌عنوان یکی از شایع‌ترین آسیب‌های کارکردی در بین زوجها و در سطح جامعه از گستردگی مفهومی و نظری زیادی برخوردار است و دستیابی به تعریفی واحد و مشترک از آنکه در تمامی جوامع و فرهنگ‌ها از پذیرش برخوردار باشد تا حد زیادی دور از انتظار است (ویسر و ویگل، ۲۰۱۵^{۱۱}). اگرچه تعاریف نظری و کاربردی این مفهوم متفاوت و گسترده است، ولی به‌طور کلی، بی‌وفایی را برقراری هرگونه رابطه عاطفی و جنسی با نفر سوم، بدون آگاهی همسر تعریف می‌کنند که تعهد زناشویی را نقض کرده و با رنج‌های عاطفی در همسر خیانت دیده همراه است (جنکینس، ۲۰۱۵^{۱۲}).

پس از افشای بی‌وفایی، همسر آسیب‌دیده عواطف شدیدی مانند افسردگی، خشم، شرم، ناتوانی و رهاشدگی را تجربه می‌کند. این عواطف همچنین می‌تواند جایگزین حالاتی مانند شوک، بهت‌زدگی و انکار شود. همسر دارای تجربه بی‌وفایی و همسر بی‌وفا هر دو ممکن است از رابطه‌شان کناره‌گیری کنند و افکار مزاحم تکرارشونده‌ای درباره بی‌وفایی

7. McDaniel, Drouin, & Cravens

8. Guitar et al.

9. Staples

1. Jones & Weiser 0

1. Weiser & Weigel 1

1. Jenkins 2

داشته باشند (گوردون، باکوم و اسنایدر، ۲۰۰۸^۳). بی‌وفایی همسر منجر به درهم شکستن فرضیه‌های اساسی فرد در زندگی زناشویی می‌شود که به تفکرات و سواس‌گونه نسبت به بی‌وفایی، گوش به زنگی و خشم خواهد انجامید. وقوع بی‌وفایی نقش مهمی در ایجاد استرس زناشویی دارد و باعث مشکلات روانی - اجتماعی عدیده‌ای می‌شود. (گوردون، ۲۰۰۴^۴). بی‌وفایی برای افرادی که به نحوی با آن درگیرند استرس‌زا است و می‌تواند پیامدهای مخربی برای ایشان به همراه داشته باشد؛ حتی برای مشاوره خانواده درمانگری که زوجین به ایشان مراجعه می‌کنند نیز بسیار مشکل‌زا است؛ چراکه ایشان نیز باورها و ترس‌های خود را دارند (رستگار، ۱۳۹۲).

مطالعات و پژوهش‌های بالینی در جوامع آسیایی و اروپایی حاکی از آن است که برای گستره عظیمی از افراد، وفاداری در قالب روابط زناشویی از ارزش و اهمیت بالایی برخوردار است و اکثریت این افراد، رابطه تک‌همسری و پایبندی به تعهدات زناشویی را به‌عنوان قالب ارتباطی غالب مورد پذیرش و تأکید قرار می‌دهند، تأکیدی که میزان آن در جوامع آسیایی نسبت به جوامع اروپایی در سطح بالاتری قرار دارد (باربارو، فام و شاکلفورد، ۲۰۱۵^۵)؛ به‌عبارت‌دیگر، درصد زیادی از مردم در جوامع مختلف، رابطه تک‌همسری را تنها شیوه مطلوب و مشروع، برای ارضای نیازهای عاطفی و جنسی قلمداد می‌کنند و برقراری هرگونه رابطه عاطفی و جنسی خارج از حیطه زناشویی را نهي می‌کنند (پاچر، ۲۰۱۷^۶).

در پژوهش‌هایی که در ایالات متحده انجام دادند، به این نتیجه رسیدند که بیش از ۲۰ درصد از زنان و مردان در رابطه زناشویی خود بی‌وفایی را حداقل برای یک‌بار تجربه کردند (مارک، جنسن و میل هاوسن، ۲۰۱۱^۷). در پژوهشی مشابه که بر روی نمونه

¹ . Gordon, Bacoum & Snyder 3

¹ . Gordon 4

¹ . Barbaro, Pham & Shachelford 5

¹ . Pacher 6

¹ . Mark, Janssen & Milhausen 7

بزرگی از زوج‌ها در ایالات متحده انجام دادند نشان دادند که ۲۱ تا ۲۵ درصد از مردان و ۱۱ تا ۱۵ درصد از زنان در طول رابطه زناشویی خویش، حداقل برای یک‌بار مرتکب بی‌وفایی شده‌اند (ایندور و همکاران، ۲۰۱۵^۸).

با این‌که میزان شیوع بی‌وفایی در جامعه ایران متأثر از تابوهای فرهنگی و کم‌کاری‌های پژوهشی به طور دقیق و علمی برآورد نشده است؛ با این حال، مشاهدات نظری و تجربی به‌خوبی وجود این آسیب را در جامعه ایران به‌مانند سایر جوامع آشکار می‌سازد (قره‌گوزلو، مراد حاصلی و عطا دخت، ۱۳۹۶). به‌عنوان مثال، نتایج پژوهشی در خصوص پدیده همسر کشی در ۱۵ استان کشور نشان داد که ۶۷ درصد مربوط به قتل‌زنانی است که به دلیل بی‌وفایی و سوءظن توسط همسران خود کشته شده‌اند (کشاورز آقا محمدی، ۲۰۰۹). هنرپروران (۱۳۹۳)؛ سودانی و همکاران (۱۳۹۱) نیز در پژوهش‌های خویش ضمن تأکید بر افزایش بی‌وفایی زناشویی در بین زوج‌های ایرانی، از این آسیب به‌عنوان یکی از مهم‌ترین دلایل مراجعه زوج‌ها به مراکز مشاوره و روان‌درمانی یاد کردند؛ از طرفی، تعدادی از پژوهشگران با در نظر گرفتن آن به‌عنوان یک مسئله درونی، بر ویژگی‌های درون‌فردی نظیر تنوع‌طلبی جنسی و عاطفی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه به‌ویژه در بعد عاطفی و جنسی، برون‌گرایی و فقدان تعهد به‌عنوان علل اصلی بی‌وفایی تأکید می‌کنند (زنگل، ادلونند و ساگرین، ۲۰۱۳^۹؛ بروئر و آبل، ۲۰۱۵^{۱۰}؛ حمیدی، احمدی و ویسانی، ۱۳۹۳). از طرف دیگر سایر پژوهشگران، اختلال در روابط بین‌فردی نظیر نارضایتی عاطفی، نارضایتی جنسی، افزایش تعاملات منفی نسبت به تعاملات مثبت را به‌عنوان علل بی‌وفایی گزارش می‌کنند و معتقدند که بی‌وفایی، حاصل نقص در رابطه زوجی است و تنها در رابطه ملال‌آور و آشفته اتفاق می‌افتد (جنکینس، ۲۰۱۵؛ استاپلس، ۲۰۱۲^{۱۱}؛ هنرپروران، ۱۳۹۳). این پدیده اثرات زیان‌باری بر کانون خانواده دارد و موجب تعارضات

¹ . Eindor et al. 8
¹ . Zengel, Edlund & Sagrin 9
² . Brewer & Abell 0
² . Staples 1

خانوادگی می‌شود. تعارضات و تنش‌های ناشی از بی‌وفایی همسر باعث می‌شود تا افراد دارای تجربه بی‌وفایی واکنش‌های روان‌شناختی آسیب‌زایی را از خود نشان دهند (کریمی و همکاران، ۱۳۹۲).

هنگامی که یکی از همسران، حس اعتماد، حمایت و وفاداری نسبت به همسر را زیر پا می‌گذارد، واکنش طبیعی فرد دارای تجربه بی‌وفایی، احساس و تجربه درد و رنج فراوان است. این موضوع باعث آسیب‌پذیری بیشتر فرد، فقدان هویت، احترام شخصی و هدفمندی در زندگی می‌شود؛ در نتیجه، الگوهای فعال درونی فرد به شدت تحت تأثیر قرار می‌گیرد و تغییر می‌کند (کاس، ۲۰۰۵).

با بررسی فرهنگ‌های مختلف می‌توان دریافت که رابطه خارج از چهارچوب زناشویی در هر فرهنگی می‌تواند معنای متفاوت و در نتیجه، آثار متفاوتی داشته باشد؛ به‌عنوان مثال، در کشورهایی از جمله ایران، برخی روابط خارج زناشویی مثل زنا نامشروع تلقی می‌شود و شاید پیامدهای آن برای همه افراد (چه دین‌دار و چه غیر دین‌دار) شدید باشد، اما ازدواج موقت و چندهمسری در مواقع اضطراری برای مرد از نظر فقهی و دینی نامشروع نیست؛ چراکه به‌عنوان یک راهکار جانبی در مواقع خاص و برای پیشگیری از جرائم است، از این‌رو توجه به بافت فرهنگی - اجتماعی برای بررسی چیستی و چرایی بی‌وفایی ضروری است (حاجی اسماعیلی، اسماعیلی، ۲۰۱۲، هاشمی ۲۰۰۷).

فصل اول: ازدواج

اهمیت و جایگاه ازدواج

ازدواج به عنوان یکی از زیربناهای اصلی ساختمان اجتماع (دولان، ۲۰۱۳^۲) و یکی از قدیمی‌ترین و گرامی‌ترین رسوم، در نظر گرفته می‌شود. ازدواج، به ارتباط اجتماعی، هیجانی و اخلاقی یک مرد و یک زن اشاره دارد و تعهدی است که موجب می‌شود زن و شوهر زندگی، امکانات و آینده خود را با هم ترکیب کنند (بریجمن، ۲۰۰۸^۳)؛ حتی پژوهش‌های متعددی نشان می‌دهد که ازدواج، تأثیر سودمندی بر سلامت فیزیکی و روانی بر جای می‌گذارد؛ زیرا که ازدواج، حمایتی عاطفی و اجتماعی برای فرد فراهم می‌آورد که موجب می‌شود فرد در برابر محرک‌های استرس‌زا، انعطاف‌پذیری بیشتری داشته باشد (گلدمن و هاچ، ۲۰۰۶^۴).

ازدواج خوب برای افراد حس هویت و معنی را به ارمغان می‌آورد. تحقیقات نشان می‌دهد که متغیرهای متفاوت زیادی وجود دارند که ازدواج را مطلوب و خوشایند می‌کنند. مثل حس تعهد، صمیمیت، دوست بودن و توانایی برقراری ارتباط آزادانه با شریک زناشویی. نگاهی به تحقیقات صورت گرفته در خصوص رضایت زناشویی به ما در فهم علت تمایل انسان به ازدواج کمک می‌کند. یکی از دلایلی که افراد جذب ازدواج می‌شوند به خاطر صمیمیتی است که یک رابطه زناشویی می‌تواند به ارمغان آورد. روابط نامشروع ممکن است نسبت به ازدواج هیجان بیشتری ایجاد کند، اما به ندرت انواع صمیمیت باکیفیت حاصل از ازدواج را به فرد اعطا می‌کند. تعهد و پایداری ازدواج زمینه مناسبی را برای صمیمیت و رضایت زناشویی فراهم می‌نماید (جنیفریو، میشل و مارچس، ۲۰۰۶^۵).

2 . Dolan 3
2 . Brigman 4
2 . Goldman & Hatch 5
2 . Jeanfreau, Michelle & Marchesé

روزنگراندن، مایرز و هاتی^۷ (۲۰۰۴) بیان کردند که روابط عاشقانه، داشتن ارتباط باز و توافق در ابراز علاقه مهم است. افراد به دنبال شریکی هستند که آن‌ها را در احساسات، رؤیاهای، تمایلات و ترس‌های خود سهیم کنند. اگرچه ارتباط به‌عنوان یک موضوع ساده به نظر می‌رسد، اما بسیار پیچیده است. هنگام جستجو برای یک رابطه عاشقانه، افراد باید با شرکای خود رقابت کنند، توانایی رفع کشمکش را داشته باشند و یک نقشه زندگی را با یکدیگر به انجام برسانند. فرایند رابطه شامل چگونگی احترام متقابل، بخشش، عاشقی و حساسیت است (جنیفریو، میشل و مارچس، ۲۰۰۹ به نقل از روزنگراندن، مایرز و هاتی، ۲۰۰۴).

اکثر افراد زمانی که تصمیم به ازدواج می‌گیرند یک تعهد به هم می‌دهند؛ "تنها مرگ بین ما جدایی می‌اندازد". تعهد مهم‌ترین جنبه کیفی یک رابطه است. پایبندی به عهد و پیمان ازدواج نیز به‌عنوان مکانیسمی دوام بخش دارای اهمیت به‌سزایی است و از ویژگی‌های ازدواج‌های موفق و طولانی‌مدت بشمار می‌رود (میچر، ۲۰۱۳^۸).

بر اساس مطالعات رابطه بین ابراز عشق و سطح تعهد بین زن و شوهر نتایجی به دست آمدند، آن‌هایی که نسبت به یکدیگر تعهد داشتند، مشکلات کمتری را تجربه کردند و رابطه زناشویی را بر سایر جنبه‌های زندگی مقدم دانستن، تعهد به رابطه زناشویی را نشان می‌دهد تعهد، عامل اساسی جذب افراد به سمت ازدواج است و به‌خاطر این است که به افراد حس امنیت، آرامش و آزادی بدون نگرانی از قضاوت و جدایی می‌دهد. (جنیفریو، میشل و مارچس، ۲۰۰۹). تعهد در ازدواج باعث افزایش رضایت از زندگی و رضایت زناشویی می‌شود (موسکو، ۲۰۰۴^۹).

2 . Rosen-Grandon, Myers & Hattfē

2 . Macher

2 . Mosko

باورهای غلط در مورد عشق و ازدواج

باورهای اشتباهی که وجود دارد و باید در فرآیند مشاوره پیش از ازدواج به چالش کشیده شود عبارت‌اند از:

- عشق همه مشکلات مراحل خواهد کرد.
- عشق همه نیازهای من را بر طرف خواهد کرد.
- اگر عاشق واقعی همسرم باشم هرگز هیجانم را نسبت به او از دست نمی‌دهم.
- همسرم ناجی من است.
- جذابیت و هیجان جنسی در واقع همان عشقی است که به دنبال آن بودم.
- اگر خیلی از حقایق بعد از ازدواج فاش شود مهم نیست و مشکلی برای زندگی مشترک ایجاد نمی‌کند.
- ازدواج می‌تواند شخصیت طرف مقابل را برای من تغییر دهد.
- ازدواج بهترین راه برای ایجاد امنیت مالی من است.
- هر چه مراسم و تجملات ازدواج بیشتر باشد به این معناست که برای همسرم عزیزتر هستم.
- ازدواج فرد را محدود می‌کند و مزاحم پیشرفت فردی است.
- ازدواج، عشق و دوست داشتن را ایجاد کند.
- ازدواج تنها راه رسیدن به استقلال فردی است.

عوامل مؤثر در ازدواج

عوامل مؤثر در ازدواج به دودسته تقسیم می‌شود؛ یکی عوامل پیش‌بینی‌کننده موفقیت ازدواج و دیگری عوامل حمایت‌کننده از ازدواج. به‌عنوان مثال اگر کسی همه فاکتورهای مثبت را داشته باشد، اما دچار اختلال روانی باشد، این مشکل همه فاکتورهای مثبت را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد؛ بنابراین فردی که دچار اختلال روانی است، ابتدا باید سلامت خود را به دست آورد و بعد تصمیم به ازدواج بگیرد؛ مگر این که یک متخصص با اطمینان کامل تأیید کند که فرد مضطرب یا افسرده با ازدواج درمان می‌شود. یا فردی که با وجود سن مناسب، آمادگی لازم را برای ازدواج ندارد یعنی نمی‌تواند به‌طرف مقابل اعتماد کند، نمی‌تواند سرمایه‌گذاری عاطفی داشته باشد، اراده ضعیفی دارد، هدفمند نیست، وفادار نیست و ... چنین فردی اگر ازدواج کند در واقع باید خود را برای طلاق آماده کند؛ بنابراین با یک مشاوره خوب قبل از ازدواج می‌توان همه فاکتورها را سنجید و آن‌ها را کنار هم قرار داد و به‌صورت دقیق به فرد گفت که با چه مسائلی مواجه است.

البته نباید لطف خدا و توکل به او را فراموش کرد؛ چنان که بعضی معتقدند در ازدواج باید تأیید خداوند هم باشد و اگر نیت فرد درست باشد، خداوند نیز به او کمک می‌کند. افرادی که برای مشاوره می‌آیند، احتمالاً دچار تردید هستند که آیا این فرد درست باشد، خداوند نیز به او کمک می‌کند. افرادی که برای مشاوره می‌آیند، احتمالاً دچار تردید هستند که آیا این فرآیند به آن‌ها کمک می‌کند یا نه و بعضی به توصیه دیگران مراجعه می‌کنند و عده‌ای هم با آگاهی به نزد مشاور می‌آیند. در همه این شرایط توصیه و تأکید ما این است که افراد به این موضوع توجه داشته باشند که روان‌شناس الزاماً نمی‌تواند در مشاوره قبل از ازدواج موفق باشد مگر این که در این زمینه تجربه داشته باشد.

اگر مشاور حاذق باشد، به افراد یادآوری می‌کند که در چه زمینه‌هایی اطلاعاتشان ناقص است و آن‌ها را راهنمایی می‌کند که باید درباره چه موضوعاتی جلسه بگذارند و بیشتر

صحبت کنند. به عنوان مثال کسی که مدل زندگی ندارد و طرز فکر خود را مطرح نکرده است و یا فکر می کند که می تواند همسر خود را تغییر دهد و نیاز به مشاوره دارند. مشاور این موضوعات را با دو طرف در میان می گذارد و وقتی اطلاعات آنها کامل شد، دوباره مراجعه می کنند و مشاور با انجام بررسی های لازم نتیجه را اعلام می کند. افراد در مراجعه به مشاوره معمولاً باید تسلیم مشاور باشند و یا اگر در زمینه ای تردید دارند، آن را با مشاور در میان بگذارند. معمولاً مشاوره قبل از ازدواج باید پیش از تصمیم قطعی انجام شود زیرا زمانی که تصمیم به ازدواج قطعی شد، مشاور دیگر نمی تواند کاری جز اصلاح رابطه انجام دهد. (زارع و همکاران، ۱۳۹۴).

مشاوران معمولاً همان طور که توصیه به ازدواج نمی کنند، به جدایی هم توصیه نمی کنند و مسئولیت آن بر عهده خود فرد است اما مشاور مسائل و مشکلات احتمالی را به افراد گوشزد می کند. در مشاوره پیش از ازدواج، مشاور معمولاً می داند که علایق افراد شکل گرفته یا نه و وقتی این افراد برای کمک گرفتن مراجعه می کنند، ممکن است اطلاعات نادرستی دهند که مشاور این موارد را تشخیص می دهد. در مراجعه برای مشاوره پیش از ازدواج، افراد سعی می کنند خود را بهتر نشان دهند اما همه این موارد برای مشاور قابل تشخیص است.

مشاوران به لحاظ اخلاقی اطلاعات خصوصی افراد را فاش نمی کنند، بنابراین مراجعه کنندگان باید متوجه پیام های مشاور باشند به عنوان مثال شخصی با خانمی دیگر گفت و گو می کند و هم زمان برای مشاوره ازدواج با فرد دیگری هم مراجعه می کند، وقتی مشاور متوجه می شود مانع از ادامه مشاوره خواهد شد و به افراد این نکته را یادآوری می کند که هنوز آمادگی ازدواج ندارید و یا اطلاعات ناقص است.

معیارهای اصلی برای انتخاب همسر چیست؟

انتخاب همسر، انتخاب یک شریک دائمی در تمام امور زندگی است؛ برکات و فواید انتخاب شایسته و با معیارهای صحیح در این مرحله به همان اندازه فراوان است که زیانها و خسارت‌های ناشی از انتخاب عجولانه و بر اساس ملاک‌های غلط، یکی از سؤالاتی که مطرح می‌شود این است که چه معیارهایی را برای انتخاب همسر در نظر بگیریم؟ همسر آینده ما باید دارای چه ویژگی‌هایی باشد؟

انتخاب همسر، یکی از مهم‌ترین و سرنوشت‌سازترین انتخاب‌های زندگی هر فرد است، برای انتخاب همسر باید دودسته معیار را مدنظر قرارداد؛ معیارهای اصلی نظیر ایمان و تدین، اخلاق نیک، شرافت و نجابت خانوادگی، سلامت جسمی و روانی، معیارهای فرعی و ترجیحی مانند تناسب در زیبایی، تناسب سنی، تناسب تحصیلی، تناسب جسمی و جنسی، تناسب اقتصادی، تناسب فرهنگی - اجتماعی و هماهنگی روان‌شناختی. معیارهای اصلی آن دسته از معیارهایی است که وجودشان در امر انتخاب همسر لازم و ضروری است و به‌هیچ‌عنوان قابل چشم‌پوشی نیست؛ اما معیارهای فرعی معیارهای ترجیحی هستند و با رعایت آنها احتمال به‌وجودآمدن اختلاف در زندگی مشترک به حداقل می‌رسد. (باقری، ۱۳۹۹).

ازدواج موفق، زمینه تکامل مادی و معنوی افراد خانواده را فراهم می‌سازد

ازدواج بزرگ‌ترین و مهم‌ترین فصل کتاب زندگی انسان است. ازدواج موفق، زمینه تکامل مادی و معنوی افراد خانواده را فراهم می‌سازد. شکست در ازدواج موجب ناامیدی، سرخوردگی و دلسردی، اضطراب و پریشانی در زندگی و موجب بسیاری از مشکلات روحی و روانی می‌شود، بنابراین بر هر دختر و پسری لازم است قبل از ازدواج خودشناسی داشته باشند و در مورد ویژگی‌های اخلاقی، شخصیتی، استعدادها، توانمندی‌ها، سلاقی،