

بسمه تعالی

فصل پنجم

درس یازدهم

در میان ما تفاوت از چه خاست؟!

ازدواج و تفاوت‌های همسران

برای دو ساعت درسی (حدود ۸۰ دقیقه مفید)

سوالات کلیدی:

- ۱- زنان و مردان به لحاظ روانشناختی چه تفاوت‌هایی دارند؟
- ۲- چه تفاوت‌هایی ممکن است در تعریف نقشها میان همسران وجود داشته باشد؟
- ۲- این تفاوتها چگونه ممکن است بر رابطه زن و شوهر تاثیر بگذارد؟

موقعیت

- دوروزی میشد که امید دماغ بود و حال و حوصله حسابی نداشت. البته همه میدانستند که دیر یا زود لب باز میکند و مشکلش را بیان می کند. بالاخره این اتفاق در یک عصر چهارشنبه افتاد.
- امید: چه طوره بی خیال ازدواج بشم
 - پدر: بله؟
 - مادر: وا چی شده مگه؟ با نامزدت حرفتون شده؟
 - امید: نه اتفاقا با هم تفاهم داریم. اما مگر این سر و صداها رو نمیشنوین؟
 - پدر: کدوم سر و صداها؟
 - امید: همین واحد طبقه بالا دیگه که تازه ازدواج کردند. اولش خیلی با هم خوب بودند و هر روز می رفتند قدم می زدند و اوضاعشون گل و بلبل بود. اما حالا دایم دعوا دارند.
 - پدر: اولاً دایم دعوا ندارند چندبار بحثشون شده. ثانیاً شما چرا تو کار مردم فضولی می کنی و تو زندگیشون سرک می کشی؟

- امید: من تو زندگیشون سرک نمی‌کشم. با این دیوارهای نازک آپارتمانی، زندگی اونها خودش میاد وسط خونه‌ی ما!
- مادر: خوب حالا اونها چه کار به تو دارند؟
- امید: والا من میبینم اونها باهم تفاهم داشتند که ازدواج کردند؛ به نظر خیلی به هم میومدند؛ اما حالا دعواشون شده. آدم میترسه دیگه. من که حوصله دعوا و جر و بحث دایم ندارم.
- پدر: تفاهم و هماهنگی اولیه لازمه اما کافی نیست. زن و شوهر باید با هم بسازند. تلاش برای سازگاری و حل مشکلات هم لازمه.
- مادر: زندگی ساختنیه عزیز من. هیچ خونه‌ای برای تو از قبل آماده نیست.
- امید: یعنی چی کار باید بکنم؟

گفتگو در کلاس:

- پاسخ شما به سوال امید چیست؟
- به نظر شما پس از دقت اولیه در انتخاب همسر آگاهی از چه موضوعاتی یا انجام چه رفتارهایی برای پایداری ازدواج ما لازم است؟

طرح مسئله - هنر شناخت تفاوت‌ها

در دروس پیشین به بررسی مراحل پیش از شروع یک زندگی مشترک پرداختیم. از زمان آغاز زندگی مشترک، مرحله جدیدی از زندگی دختر و پسر (همسران تازه) آغاز میشود. این بخش از زندگی با تمام آنچه تا پیش از آن تجربه کرده بودند، متفاوت است. در ازدواج، دو نفر از دو دنیای متفاوت در کنار یکدیگر قرار میگیرند، زمینه‌های متفاوت فردی، خانوادگی، تجربه‌های متفاوت در زندگی و روابط اجتماعی و سایر ابعاد زندگی، باعث شده این دو نفر دنیاهای متفاوتی داشته باشند. بر این اساس طبیعتاً تفاوت در دیدگاه و علایق و سبک زندگی به صورتی جدی در ابتدای زندگی مشترک مطرح است که باید به آن به درستی پرداخته شود (نه از آن فرار کنیم و نه آن را تهدید ببینیم) چرا که رسیدن به بالاترین سطح از رابطه، یعنی عشق، در گرو پرداختن به این موضوع است. بی‌توجهی به این مساله، موجبات دلسردی طرفین از ازدواج را فراهم می‌کند و ازدواج را با مشکل مواجه می‌سازد. برای پیشگیری از رسیدن به چنین شرایطی حتماً باید به مجموعه‌ای از دانش‌ها و مهارت‌های کلیدی دست پیدا کنیم. در این درس به بررسی تفاوت‌های بین زن و مرد می‌پردازیم و در درس بعد اشاره‌ای به مهارت‌های لازم برای این فایق آمدن بر این تفاوت‌ها خواهیم داشت. این تفاوت‌ها را در دو حوزه بررسی می‌کنیم:

- * اول: تفاوت های روان شناختی زن و مرد
- * دوم: تفاوت دیدگاه همسران در مورد نقش ها در زندگی مشترک

تفاوت های روان شناختی زن و مرد

گرچه به لحاظ کرامت انسانی تفاوتی در آفرینش زن و مرد وجود ندارد، از نظر ویژگیهای جسمی و روانی تفاوت‌های مشخصی میان دو جنس هست. پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد که عدم توجه به این تفاوتها یکی از عوامل ایجاد اختلاف در روابط زوج‌هاست. به طور معمول، ممکن است هر دو جنس از این تفاوتها غافل باشند. در نتیجه هرکدام از دیگری انتظار دارند تا عینا مانند آن‌ها احساس، فکر و رفتار کند و نبود این شباهت را به بی‌توجهی یا عدم علاقه و ... تعبیر می‌کنند که این نگاه موجب ایجاد دلخوری و اختلاف می‌شود. این موضوع نشان از اهمیت و نقش کلیدی شناخت ویژگی های روان شناختی جنس مقابل جهت پیشگیری از بروز اختلافات و در نهایت رضایتمندی از روابط میان زوجین است.

نکته

- ۱- تفاوت‌های جنسیتی میان زن و مرد فراگیر نیست یعنی ممکن است استثناهای زیادی داشته باشد. هرکس باید تلاش کند که ویژگیهای همسرش را به طور منحصر به فرد شناسایی کند.
- ۲- این تفاوت ها هرگز به معنی مزیت و برتری یک فرد یا یک جنسیت در مقابل دیگری نیست.

برای مثال، زنان در اغلب مواقع به ویژه در هنگام بروز مشکلات، بیشتر علاقه دارند که شنیده شوند یعنی احساسات و مشکل خود را با دیگری در میان بگذارند، درحالی که بسیاری از مردان هنگام رویارویی با مشکلات، نیازمند هستند که به اصطلاح به غار تنهایی خود فرو روند تا فرصت فکر کردن و حل مسئله را در تنهایی و سکوت پیدا کنند. اما زن که از این ویژگی مردها بی‌خبر است، از روی دلسوزی می‌خواهد همسرش هرچه سریع‌تر با او درباره مشکل حرف بزند (کاری که خود او در زمانی که مشکلی داشته باشد انجام می‌دهد) و در خود فرورفتن همسرش را حمل بر بی‌توجهی یا عدم اعتماد او نسبت به خود تلقی می‌کند و تصور می‌کند که شوهرش اصولاً برای او جایگاهی قائل نیست که مسائل خود را با او در میان بگذارد. همین دیدگاه، جرقه‌ای برای آغاز بحث و جدل میان آن‌ها می‌شود. از آن طرف، وقتی یک زن سعی می‌کند تا برای شوهرش ماجراهایی که در طی روز برایش رخ داده را مو به مو تعریف و تفسیر کند و هیجانات منفی خود را ابراز نماید، مرد بدون آگاهی

از چرایی این رفتار همسرش، باز هم از روی دلسوزی، تلاش می‌کند تا فوراً برای او راه حل ارائه کند، و از او انتظار دارد تا هرچه سریعتر، صحبت‌ها و احیاناً گریه و ناراحتی‌اش را متوقف کرده و یا حتی آن اتفاق ناگوار را به فراموشی بسپارد. در صورتی که زن نیاز دارد تا در این دقایق، مرد فقط به صحبت‌های او گوش دهد و احساسات او را درک کند. این تفاوت ممکن است موجب دعوا و بحث جدی میان آن‌ها شود.

از این رو، برای موفقیت در ازدواج باید تفاوت‌های فردی یکدیگر را بشناسیم، و به آن توجه کنیم تا در نهایت بتوانیم هم درک درستی از رفتار طرف مقابل داشته باشیم و هم خودمان رفتار متناسب با خواست او را انتخاب کنیم و نهایتاً به سازگاری بیشتری با هم برسیم.

برخی از حوزه‌های تفاوت‌های روان‌شناختی میان زن و مرد عبارتند از:

- ❖ در سبک‌های برقراری ارتباط و گفتگو
- ❖ در روش‌های ابراز یا کنترل هیجان‌ها
- ❖ در روش‌های ابراز عواطف و محبت کردن
- ❖ در شیوه‌های حل مسئله، حل تعارض و تصمیم‌گیری
- ❖ در شیوه‌های قدردانی و تشکر از دیگری
- ❖ در سبک تفکر، کلی‌نگری یا جزئی‌نگری
- ❖ در علایق و اولویت‌ها

گفتگو در کلاس:

در هر یک از حوزه‌های بالا، چه تفاوت‌هایی میان زنان و مردان می‌توانید ذکر کنید که توجه به آن‌ها برای داشتن یک ازدواج موفقیت‌آمیز مهم است؟ برای پاسخ به این سوال، می‌توانید از تجربیاتی که در مورد نحوه برقراری ارتباط میان اعضای خانواده یا اقوام خودتان داشته‌اید کمک بگیرید. اگر مایل هستید، آن‌ها را به صورت موردی در کلاس مطرح کنید.

..... (۱)

..... (۲)

..... (۳)

- (۴)
- (۵)
- (۶)
- (۷)

فعالیت گروهی در کلاس:

با توجه به آنچه آموختید، فکر می‌کنید نوع رفتار زن و مرد در مواجهه با هر یک از موقعیت‌های زیر چگونه خواهد بود؟ این موضوع را در گروه بحث کنید و نتایج را به کلاس ارائه دهید.

موقعیت	رفتار مرد	رفتار زن
۱	مواجه شدن با موقعیتی احساسی در یک فیلم	
۲	تعریف کردن اتفاقات یک مهمانی دوستانه	
۳	رسیدگی به وضع ظاهری برای رفتن به یک مهمانی	
۴	سرماخوردگی مرد	
۵	سرماخوردگی زن	
۶	فراموش کردن سالگرد ازدواج توسط مرد	
۷	نگرانی در مورد یک مشکل	

نکته

۱- چنانکه می‌بینید اکثر این تفاوتها در موضوعات کوچک هستند. اما بی‌توجهی به آنها می‌تواند منجر به مشکلات بزرگ شود زیرا افراد به دلیل ناآگاهی از منشا رفتارهای طرف مقابل از آن تعبیر شخصیتی یا نگرشی می‌کنند. مثلا خانم فراموش کردن یک تاریخ مهم توسط آقا را به بی‌مسئولیتی طرف مقابل یا بی‌محبتی او به خودش تعبیر می‌کند.

(دیاگرام رسم شود. دو عبارت زیر در یک دیاگرام ترکیب شود)

* تفاوت‌های روانشناختی <----- رفتارهای متفاوت طرفین در موضوعات کوچک----> (در صورت عدم آشنایی با ریشه این رفتارها) <----- تعبیر منفی درباره شخصیت یا نگرش او <----- بروز اختلاف جدی میان طرفین

* تفاوت‌های روانشناختی -----< رفتارهای متفاوت طرفین در موضوعات کوچک-----< (در صورت آشنایی با ریشه این رفتارها)-----< تلاش برای نزدیک کردن خواسته دوطرف -----< حل مساله و سازگاری بیشتر برای موارد بعدی

۲- بیان این تفاوتها به معنی تایید آن نیست و طرفین باید همواره تلاش کنند که علاوه بر شناخت دیگری، برخی ویژگیهای خود را که مخالف خواست طرف مقابل است به مرور اصلاح کنند.

تفاوت دیدگاه همسران در مورد نقش ها در زندگی مشترک

علاوه بر تفاوت‌های روانشناختی عمومی میان زنان و مردان در بسیاری از اختلافات بین همسران، مساله اصلی تفاوت دیدگاه زوج در مورد نقش ها و انتظارات و مسئولیت های مربوط به آن نقش هاست. در درس سوم درباره تعریف نقش‌ها در خانواده و اهمیت آن در تعادل و ثبات خانواده سخن گفتیم. طبیعتاً در یک خانواده جدید این موضوع از حساسیت بیشتری برخوردار است و زن و مرد باید در مورد نقش جدید خود و همسرشان به یک دیدگاه مشترک برسند. این مساله به سازگاری آنها کمک مهمی خواهد کرد. درست است که در دوران آشنایی قطعاً در این مورد بررسی و گفتگو کرده‌اند و تفاهم اولیه دارند اما بازهم وقتی در شرایط واقعی زندگی جدید قرار می‌گیرند ممکن است اختلاف‌هایی بینشان بروز کند. برای درک بهتر موضوع فعالیت زیر را انجام دهید.

فعالیت در کلاس:

ابتدا بنا بر تشخیص معلم، به طور فردی یا در گروه دو جدول زیر را بر اساس شرایط جدیدی که پس از ازدواج با آن روبرو می‌شوید، تکمیل کنید (در جدول دوم خودتان را به جای همسر آینده تان قرار دهید):

من و نقش جدیدم به عنوان همسر			
حوزه های موجود	مسئولیت‌های قبلی من در مورد ...	مسئولیت‌های جدید من در مورد ...	انتظارات جدید من از ...
خودم			
والدینم			
همسرم			
خانواده همسرم			
اداره زندگی			-----

همسرم و نقش جدیدش			
حوزه های موجود	مسئولیت‌های قبلی او در مورد ...	مسئولیت‌های جدید او در مورد ...	انتظارات جدید او از ...
من			
خانواده من			
اداره زندگی			-----

ب) درباره نوشته‌هایتان در کلاس گفت و گو کنید و به پاسخ پرسش‌های زیر بیاندیشید:

- به تفاوت‌هایی که میان نظرات افراد مختلف درباره انتظارات و مسوولیت‌ها پس از ازدواج وجود دارد دقت کنید. این تفاوت‌ها چگونه ممکن است باعث اختلاف میان زوج شود و چطور میتوان این اختلافها را حل کرد؟

- فکر می‌کنید تا چه حد آنچه در این جداول نوشته‌اید با واقعیت منطبق است؟ چه موضوعاتی را ممکن است در نظر نگرفته باشید؟

*** درس زندگی ***

در روایات آمده است که پس از تشکیل مبارک‌ترین پیوند روی زمین که بین دختر رسول خدا و علی ابن ابی طالب (علیهما سلام) شکل گرفت، امیر المومنین و حضرت صدیقه برای روشن تر شدن نقش و مسئولیت‌های خود در زندگی جدید به پیامبر مراجعه کردند و از ایشان خواستند که آنها را در این موضوع یاری کنند. بعد از گفتگو با پیامبر قرار بر این شد که مسئولیت کارهای خانه بر عهده حضرت زهرا باشد و تمامی کارهای بیرون از خانه را امیرالمومنین انجام دهند. بعد از این قرار پیامبر به علی علیه السلام فرمودند که تو نیز در کار خانه به همسرت کمک کن. در تاریخ ذکر شده که هر وقت امیرالمومنین از کار بیرون از خانه فارغ می‌شدند و به خانه باز می‌گشتند، به کمک همسرشان می‌شتافتند و در کار خانه ایشان را یاری می‌کردند، از درست کردن آتش و ورز دادن خمیر نان تا مراقبت از فرزندان و ...

شکل زیر یک الگوی عملی برای رسیدن به سازگاری را تبیین می‌کند.

طراحی دیاگرام: آگاهی از نقش (مسئولیت‌ها و انتظارات) خودم < آگاهی از نقش همسر < گفتگو و توافق درباره مسئولیت‌ها و انتظارات متقابلمان < پایبندی به وظایف خودم و کمک به همسر برای انجام مسوولیت‌هایش < سازگاری و هماهنگی

*** نکته ***

در دین اسلام انجام دادن کارهای خانه وظیفه زن نیست. ممکن است زن و مرد به طور ضمنی یا صریح توافق کنند که مسوولیت اصلی کار خانه به عهده زن باشد اما مرد هم وظیفه دارد در حد توان به همسرش کمک کند.

*** درس زندگی ***

زندگی مشترک قرارداد تجاری نیست که هرکس فقط در حیطة تعهدات خودش رفتار کند. پایه اصلی زندگی فداکاری و گذشت است.

فعالیت در کلاس:

تا اینجا با برخی تفاوت‌های روان‌شناختی میان زنان و مردان آشنا شدیم و از سوی دیگر به اهمیت نقش‌ها در روابط بین زوجین پرداختیم. حال فکر می‌کنید که همسران با شناخت کافی از این مسئله چه انتظاراتی از یکدیگر و در نتیجه چه مسئولیت‌هایی در قبال یکدیگر خواهند داشت؟

الف- در جدول زیر برخی از مسوولیت‌های مربوط به یک زندگی جدید آمده است. با این‌که همسران به صورت مستقیم یا غیر مستقیم در همه کارهای خانواده نقش دارند، اما در برخی کارها یک نفر مسوول اصلی و دیگری کمک‌کننده است. به نظر شما در هر یک از این کارها کدام زوج مسوول اصلی است و در کدام یک هر دو مسوولیت یکسانی دارند؟

ب- نظرات اعضای کلاس در چه مواردی تفاوت دارد و ریشه این تفاوتها در چه مسایلی است؟ (می‌توانید تعداد آرای هر بخش را در کلاس جمع‌بزنید).
قسمت الف را به صورت فردی و قسمت ب را به صورت کلاسی یا گروهی پاسخ دهید.

حوزه‌ها	بیشتر وظیفه زن است	بیشتر وظیفه مرد است	وظیفه هر دو به طور یکسان
۱			حفظ اصول دینی و اخلاقی در خانواده
۲			انجام کارهای خانه
۳			کسب درآمد
۴			مدیریت هزینه‌ها
۵			برنامه‌ریزی برای ارتباط با خانواده‌ها، خویشاوندان و دوستان
۶			برنامه‌ریزی تفریح و سرگرمی (اوقات فراغت)
۷			مراقبت و تربیت فرزند
۸			تصمیم‌گیری در موضوعات مهم
۹			حفظ تازگی و جذابیت روابط زناشویی
۱۰			ایجاد فضای مناسب برای گفتگو و تعامل با هم
۱۱			نشان دادن احساسات و عواطف

***** درس زندگی *****

دقت در انتخاب همسر ضروری است، اما ازدواج بنای پیش ساخته نیست. خانه ای است که آجر به آجر آن با تلاش و همکاری زوج جوان روی هم گذاشته و ساخته می‌شود.

نکته:

سطوح رابطه را از درس اول به خاطر بیاورید. زن و مردی که پس از ازدواج نقش‌های خود را به درستی نمی‌شناسند در واقع در سطح همکاری مشکل دارند. پیداست که چنین زوجی نمی‌توانند به سطوح بالاتر رابطه برسند.

تصویر: پله‌هایی که پنج سطح رابطه را نشان می‌دهند و زن و مردی که پله‌های قبلی را پشت سر گذاشته و در بالاترین پله (عشق) ایستاده‌اند.

جمع بندی

آگاهی از تفاوت‌های زن و مرد از جنبه روانشناختی و همچنین تفاوت در دیدگاه‌های ما در مورد مسوولیت‌ها و انتظارات در زندگی مشترک به ما کمک می‌کند تا بعد از ازدواج بتوانیم رابطه خود را به سطوح صمیمیت و عشق برسانیم و از این عشق حفاظت کنیم. حتی در صورتی که طرفین، پیش از ازدواج مسئله تناسب و کفویت را کاملاً در نظر گرفته و نسبت به هم شناخت کافی کسب کرده باشند، باز هم برای کسب هماهنگی در این مرحله باید تلاش کنند.

در درس بعد در مورد راه‌های رسیدن به سازگاری در ازدواج سخن خواهیم گفت.

سوالاتی برای تفکر بیشتر

- ۱- کدام یک از مسوولیت‌های پس از ازدواج برای شما تازگی دارند و تا به حال آنها را تجربه نکرده‌اید؟
- ۲- چه مقدار زمان نیاز است تا بتوانید در مسوولیت‌های جدید به مهارت برسید و از عهده تمام جوانب آن به خوبی بر بیایید؟ چه عواملی به شما در این مسیر کمک می‌کنند؟
- ۳- در زندگی اطرافیان خود به چه مواردی برخورد کرده‌اید که عدم توجه به تفاوت‌های زن و مرد یا عدم درک متقابل از نقش‌های خود، مشکلاتی پیش آورده است؟