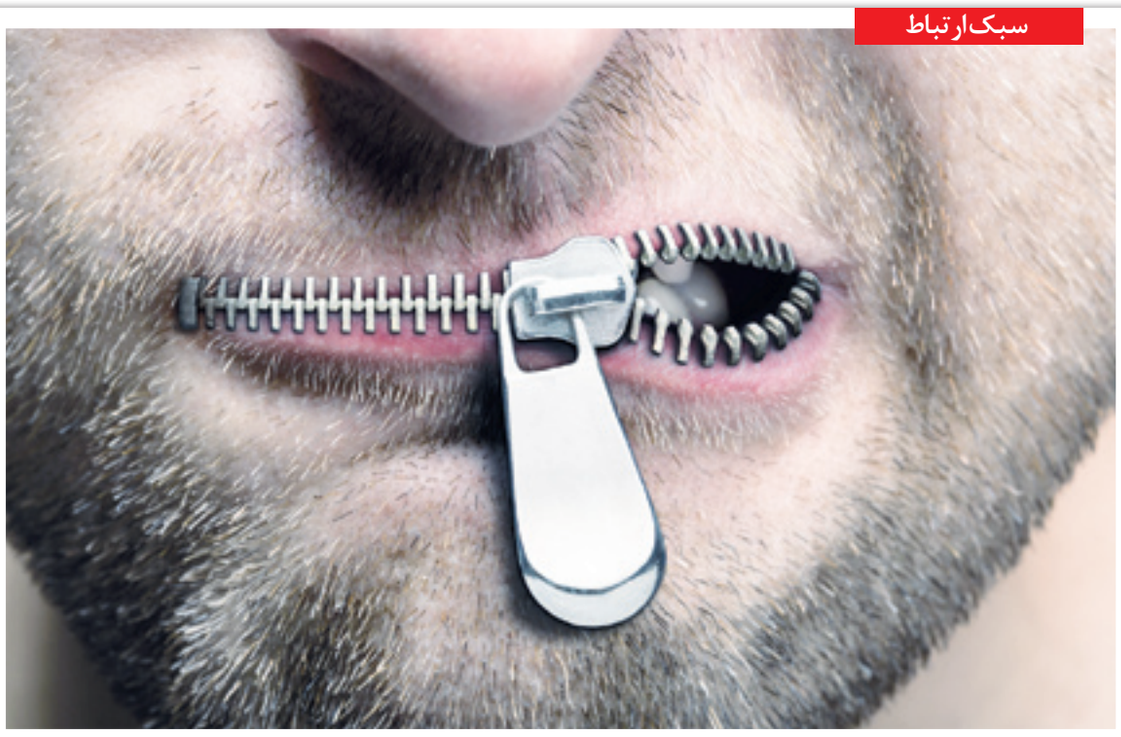
سبک ارتباط



اگر هر یک از زوجین همسر خود را در وضعیت آشفته‌ای دید، او را نادیده نگیرد و بی‌تفاوت نباشد؛ به حرفش گوش کند و اگر حق داشت او را تصدیق کند. حتی می‌توان سعی کرد با کمی شوخی فضا را تلطیف کرد. مراقب زبان بدنتان باشید. گوش دادن مستلزم توجه بیشتری از صرفاً شنیدن آنچه همسر شما می‌گوید، می‌شود. ارتباطات غیرکلامی که هر دوی شما نشان می‌دهید، می‌تواند منجر به درک بیشتری از طرفین بشود.

راه‌هایی برای رفع دلخوری و ناراحتی همسر

حق بددهنی ندارید حتی وقتی آمپر می‌چسبانید!

■ محمدرضا سهیلی‌فر

خانم‌ها، آقایان، زوج‌های محترم، بیایید مسبب دلخوری هم نشویم. وقتی یکی از طرفین ناراحت است، سعی کنیم مرهم باشیم. قبول دارم همه درگیری‌های خودشان را دارند و در تکاپوی درآوردن لقمه نانی هستند. رئیس‌تان ایراد می‌گیرد، نوبت را در صف رعایت نمی‌کنند، در میدان یا از فرعی به اصلی حق تقدم را رعایت نمی‌کنند، هزینه‌ها بالا رفته، اجاره یا قسط‌تان عقب افتاده و.... ولی آیا اینها دلیل می‌شود در خانه که باید محیطی آرام برای تجدید قوای جسمی و روحی برای یک روز کاری دیگر باشد، به بهانه‌های مختلف به هم بپریم و اصطکاک ایجاد کنیم؟ مگر زن و شوهر در وهله اول کسی به‌جز همدیگر را دارند؟ مگر نباید مونس و آرامش‌دهنده هم باشند؟ پس چرا با رفتار کنترل‌نشده اوقات خود را تلخ کنیم و سوهان روح هم و بعد هم مجبور به منت‌کشی بشویم. یعنی کمی خویشتن‌داری و کنترل کلام و گفتار آن‌قدر دشوار است؟ بیایید از این پس رویکرد تازه‌تر و مناسب‌تری نسبت به یکدیگر داشته باشیم. این روزها خیلی از زن و شوهرها خواه، ناخواه با چنین وضعی روبه‌رو می‌شوند. در این مقاله مطالبی را با شما به اشتراک می‌گذاریم تا بدانید مدیریت رفتار و گفتار آن قدر سخت نیست، یا اصلاً سخت هم باشد، وقتی کنترل شود، خودتان احساس رضایت بیشتری خواهید کرد. به همین سادگی. باور کنید رنجاندن هم نه چیزی به شما اضافه می‌کند و نه جایگزین التیام‌بخشی برای سایر مشکلات روزمره شما خواهد بود.

■■■

■ ۱- برخورد آرام و صبورانه هنگام ناراحتی همسر

زمان‌هایی وجود دارد که همسر شما خواه زن یا مرد ناراحت است. شاید همسر شما از دست شما ناراحت باشد، شاید از کسی یا چیزی که هیچ ارتباطی با شما ندارد، ناراحت است. در واکنش به ناراحتی او شما هم می‌توانید بدخلقی یا بی‌حوصلگی از خودتان نشان دهید و با این کار او را بیشتر برنجانید. چنانچه به احساسات او توجه نکنید یا اگر سعی نکنید اوضاع را سر و سامان دهید، مطمئناً برای همسرتان ناراحت‌کننده خواهد بود.

اگر همسرتان ناعادلانه رفتار کرده یا مرزهای معینی را زیر پا گذاشته و قوانین داخل زمین را در زندگی زناشویی نقض کرده، این بار که از شریک زندگی‌تان ناراحت هستید به جای حمله کردن با اتهام‌های مختلف و زیر سؤال بردن او، اول سعی کنید آرام باشید. تا ۱۰ بشمارید، نفسی بکشید. آبی بخورید. باور کنید نه شما فرار می‌کنید نه او. وقتی دوباره احساس کردید آرام شدید و می‌توانید صحبت کنید، آن موقع می‌توانید با هم گفت‌وگو و همکاری کنید تا یک رابطه سالم برقرار کنید. مشکل خیلی از زوج‌ها این است که بلد نیستند با هم صحبت کنند و ارتباط بگیرند یا توقع دارند طرف مقابل مثل آنها فکر یا رفتار کند. دقت کنید بخشی از ناراحتی‌های ما در جامعه هم ناشی از همین موضوع است که وقتی افراد، مثل ما یا آن طوری که ما توقع داریم رفتار نمی‌کنند، ناراحت می‌شویم یا از کوره درمی‌رویم. بنابراین به زوج‌های جوان، میانسال و حتی پا به سن گذاشته توصیه می‌کنیم هنگام ناراحتی یکی از طرفین به شیوه‌های مثبت متوسل شوید و آن را به کار بگیرید. باور کنید هزار راه در این زمینه وجود دارد. ما گزیده‌ای از این هزار راه را در ادامه می‌آوریم!

■ ۲- تلاش برای اقدامات مثبت و همگراکننده

احساسات همسر خود را گوش کنید، درک کنید و بپذیرید. احساسات و تفکر خود را با هم به اشتراک بگذارید. فراموش نکنید بگویید «دوستت دارم». کوچک نمی‌شوید. آیا لایق این جمله نیست؟ یعنی به اندازه این یک جمله در زندگی شما زحمت نکشیده و سهم ندارد؟ اگر کوتاهی یا بدخلقی از جانب شما بوده، به طور مناسب عذرخواهی کنید. برای درک اینکه چرا همسر شما ناراحت است، به او و حرف‌هایش گوش کنید تا تلاش خود را کرده باشید.

■ ۳- پرهیز از اقدامات نامناسب و واگراکننده

در زمان ناراحتی همسرتان یا رنجیدگی عاطفی مراقب رفتار و عملکردتان باشید. همان موقع بیان نمی‌کند ولی ثابت شده در روحیه‌اش به شدت تأثیر دارد. احساسات یا طرز فکر یا تلقی همسر خود را به صورت کلامی یا زبان بدن کوچک نشمارید و تحقیر نکنید. در برابر او موضع دفاعی نگیرید. وقتی در چنین موقعیتی هستید، بدون این که چیزی بگویید اتاق را ترک کنید و بروید. اگر باید کاری انجام می‌شده که نشده، نه تنها الان زمان گله کردن نیست، بلکه زمان ابراز محبت است. بدون توجه به ناراحتی عاطفی یکدیگر، سعی نکنید مشکل را حل کنید.

■ ۴- از بیان عبارات غیرسازنده خودداری کنید

در اینجا چند نمونه از عبارات و جملاتی که مفید نیستند را با هم مرور کنیم. نگویید: «ول کن بابا... این قدر بزرگش نکن... اوه حالا مگه چی شده...» بله، اما شاید موضوع برای همسر شما خیلی مهم باشد. احساسات و افکار همسرتان در مورد هر موضوعی باید برای شما هم مهم باشد.

نگویید: «برای هر چی خودم باید ورود کنم؟... من نباشم کارمون زاره.» فکر می‌کنید اگر راه حلی برای مشکل یا مسئله همسرتان وجود دارد آیا باید از موضع بالادستی و کوچک کردن او مطرح کنید؟ همسر شما ممکن است این حرف را به منزله نمک به زخم پاشیدن و در تضاد با تسکین خود تلقی کند.

نگویید: «ببین، من روزی بدتر از تو...» بازی تک‌نفره برنده ندارد؛ لذا این گونه بازی نکنید.

نگویید: «حالا هر چی، چیه، چه خبره، چته.» اگر می‌خواهید بسیار بی‌تفاوت و غیراحساسی با موضوع برخورد کنید، این نوع عبارات را به کار می‌برید ولی مطمئن باشید همسر شما بیشتر ناراحت و دلخور خواهد شد.

نگویید: «خب، تقصیر منه مگه، خودت...» این عبارت دفاعی تنها تنشی را که دو نفر با آن مواجه هستید، تشدید می‌کند.

نگویید: «تو منطقی نیستی.» ممکن است برداشت و استدلال همسرتان در مورد وضعیت یا مسئله مربوط با شما متفاوت باشد، اما این بدان معنا نیست که نگرانی‌های همسر شما بی‌ربط باشد یا اینکه همسر شما به سخنرانی تحقیرآمیز شما نیاز داشته باشد. زمانی که همسرتان ناراحت است، این نوع تکلم ممکن است موجب احساس تحقیر و نوعی بی‌ملاحظگی تلقی شود.

چنانچه بدون گفتن حرفی اتاق را ترک کنید تا کمی زمان و فضا برای فکر کردن داشته باشید و همسرتان را تنها می‌گذارید، ممکن است ایده خوبی نباشد. شاید همسر ناراحت شما به حضور شما نیاز داشته باشد. بستگی به شناخت شما و آن موقعیت دارد.

■ ۵- چندگام تسکین‌دهنده هنگام ناراحتی همسر

خب، اکنون و در بخش پایانی این مقاله قصد دارم گام‌های تسکین‌دهنده دیگری را که زوجین می‌توانند برای کمک به حل و فصل مجادله‌ها و دلخوری‌ها خواه از بیرون یا داخل خانه نشئت گرفته باشد، در راستای آرامش خانواده بردارند، با شما در میان بگذارم.

اگر هر یک از زوجین همسر خود را در وضعیت آشفته‌ای دید، او را نادیده نگیرد و بی‌تفاوت نباشد؛ به حرفش گوش کند و اگر حق داشت او را تصدیق کند. حتی می‌توان سعی کرد با کمی شوخی فضا را تلطیف کرد.

مراقب زبان بدنتان باشید. گوش دادن مستلزم توجه بیشتری از صرفاً شنیدن آنچه همسر شما می‌گوید، می‌شود. ارتباطات غیرکلامی که هر دوی شما نشان می‌دهید، می‌تواند منجر به درک بیشتری از طرفین بشود.

از چرخاندن چشم‌هایتان و چپ چپ نگاه کردن به هم اجتناب کنید. نگاه غضب‌آلود یا اخم کردن می‌تواند تنش را بین زوجین افزایش دهد.

همین طوری راه نیفتید بروید. اگر نیاز به زمان برای فکر کردن خود دارید، قبل از خروج از اتاق به او اعلام کنید.

احساسات همسر خود را محترم بشمارید. شاید شما شیوه‌ای که همسر شما احساس یا اندیشه می‌کند را نپسندید، لیکن شما ملزم به احترام به این احساسات و نشان دادن همدلی با او هستید.

احساسات خود را با هم به اشتراک بگذارید. به اشتراک گذاشتن احساسات خود را به تأخیر نیندازید. شما می‌توانید نظرات یا استنباط خود را در مورد مشکل بعد از آن مطرح کنید

همیشه بگویید «دوستت دارم». این جمله کوتاه را بگویید. هیچ وقت تکراری نمی‌شود و همیشه اثر خود را دارد. طول و تفصیل ندهید فقط همین قدر هم کافی است تا بدانید در کشاکش روزگار تنها نیستید.

تصمیمات مهم و مخاطره‌آمیز نگیرید. اصلاً خوب نیست که هر کدام از شما ناراحت یا رنجیده شد، فوری بخواهد یک تصمیم مهم بگیرد. به‌جای آن یاد بگیرید و دقت کنید چه زمانی و چگونه عذرخواهی کنید. معذرت‌خواهی واقعی و معنی‌دار بیش از آن است که فقط بگوییم: «متأسفم.»

در خاتمه باید گفت وقتی ناراحت می‌شوید یا به اصطلاح آمپر می‌چسبانید، برای یک همسر ناراحت مجوزی صادر نمی‌شود که بددهنی و توهین بکند.

برگرفته از سایت:
The Marriage Garden Program
نویسنده: شری اِستریتُف

سبک ازدواج

رقابت و چشم و هم‌چشمی، مانع بزرگ ازدواج جوانان

تجملاتی که دم‌بخت‌ها را حسرت به دل می‌کند

■ اردوان فرج‌پور

برای اینکه به تعریفی درست و صحیح از فرهنگ ازدواج برسیم و ازدواج کردن را برای خود آسان و ساده کنیم، باید پیرو فرهنگ و سبک زندگی ایرانی -اسلامی باشیم و مراسم ازدواج خود را با صرف هزینه‌ای اندک و به شیوه‌ای ساده و به دور از هرگونه تجمل و مدگرایی‌های رایج برگزار کنیم. آنگاه پس از مدتی خواهید دید که دیدگاه و نگرش شما نسبت به ازدواج به کلی تغییر خواهد کرد.

■■■

اگر نگرش و عقیده خود را نسبت به رسوم رایج در مورد ازدواج کمی تغییر دهیم همه مسائلی را که تاکنون در مورد ازدواج سخت و دشوار می‌پنداشتیم، تا حد زیادی برایمان ساده و آسان خواهد شد. در واقع همه چیز به نوع نگاه ما به مقوله ازدواج برمی‌گردد. اگر علت ازدواج ما با همسر مورد نظرمان، تنها به دلیل عشق و علاقه فراوان و پیروی از سنت پیامبر گرامی اسلام(ص) باشد، قطعاً دید و عقیده‌مان، نسبت به مسائل مربوط به ازدواج به کلی تغییر خواهد کرد.

بیایید این بازی رقابتی و چشم و هم‌چشمی با دوستان و فامیل را خاتمه دهید. اگر هم قصد دارید رقابتی را با اقوام و آشنایان خود به وجود بیاورید، سعی کنید رقابت شما، بر سر ساده‌زیستی و ساده‌اندیشی نسبت به آداب و رسوم ازدواج و ترویج فرهنگی صحیح و اسلامی از ازدواج، در میان اقوام خود باشد.

تنها با پیروی از سبک زندگی اسلامی و شیوه و فرمایشات پیامبر گرامی اسلام حضرت محمد (ص)، می‌توانید هم در زندگی و هم در آخرت از سعادت حقیقی بهره‌مند شوید. انسان اگر در تمام مراحل زندگی خود تنها بر قدرت خدا و لطف و رحمت او توکل کند، هیچ‌گاه در زندگی خود تسلیم مشکلات و بحران‌های متعدد نخواهد شد. انسانی که سرمایه‌اش تنها امید به خداوند متعال باشد و تنها پشتیبانش او باشد، هیچ‌گاه پس از به وجود آمدن یک چالش و بحران، مأیوس و ناامید نخواهد شد. انسان نباید به بهانه مشکلات اقتصادی و یا به دلیل نداشتن سرمایه‌ای کلان از ازدواج کردن و تشکیل خانواده چشم‌پوشی کند.

■ من به همه مردم در سراسر کشور توصیه می‌کنم که ازدواج‌ها را آسان کنند. بعضی‌ها ازدواج را مشکل می‌کنند. مهریه‌های گران و جهیزیه‌های سنگین ازدواج را مشکل می‌کند... خانواده پسرها توقع جهیزیه‌های سنگین بکنند؟ خانواده دخترها برای چشم و هم‌چشمی دیگران جهیزیه‌ها را و تشریفات را و مجالس عقد و عروسی را رنگین‌تر بکنند؟ چرا؟ اثر این را می‌دانید چیست؟ اثر این کارها این است که دخترها و پسرها بدون ازدواج در خانه‌ها می‌مانند، کسی جرئت نمی‌کند به ازدواج نزدیک شود...

■ مگر کسانی که با تجمل عروس و داماد می‌شوند خوشبخت‌ترند؟ چه کسی می‌تواند چنین چیزی را ادعا کند؟ این کارها جز اینکه یک عده جوان را، یک عده دختر را حسرت به دل کند و زندگی را بر اینها تلخ نماید، اگر نتوانستند آن جور آنها هم عروسی بگیرند تا ابد حسرت به دل بمانند یا اصلاً نتوانند عروسی بگیرند. چیز دیگری نیست... تا آمدند دخترش را بگیرند، چون دستش خالی است، این دختر بماند توی خانه. این پسر دانشجو یا کارگر یا کاسب ضعیف، همین طور غیرمتأهل بماند...

■ من گمان می‌کنم آن کسانی که با مجالس و محافل سنگین، کار را بر دیگران مشکل می‌کنند، حسابشان پیش خدا خیلی سخت است. نمی‌شود بگویند که آقا ما پول داریم، می‌خواهیم بکنیم، چون داریم. این از آن حرف‌های غلطِ روزگار است. داریم که دلیل نشد. انسان وقتی «دارد»، کاری بکند که دیگران نتوانند هیچ اقدامی بکنند، این درست است؟ جوان‌ها جرئت نکنند بروند طرف ازدواج. نباید کاری بشود افرادی که نمی‌توانند، افرادی که دلشان نمی‌خواهد، خلاف فکرشان هست، خلاف نیتشان هست، نتوانند ازدواج کنند...

سبک مراقبت

پیوند زناشویی هر چند محدودکننده اما محافظت‌کننده است

«بله» به ازدواج، «نه» به آزادی نیست!

■ مهدی مهدوی*

هر کس واقعه ازدواج را به شکلی تجربه می‌کند و تفسیر و درک متفاوتی از آن دارد. یکی به صورت ناهوشیار به آن پاسخ می‌دهد و دیگری آگاهانه. واکنش یکی بیولوژیک است و فرد دیگری آن را تغییر اجتماعی و خانوادگی تعبیر می‌کند. یک فرد آن را مورد توجه قرار می‌دهد و به روی آن نیروگذاری روانی می‌کند و آن را مهم جلوه می‌دهد و ممکن است شخص دیگری بی‌تفاوت از کنار آن عبور کند و آن را همچون هزاران اتفاق ساده زندگی برشمارد. در این که ازدواج یک حادثه عظیم و رویدادی ژرف در گستره زندگی هر انسانی است، شکی نیست. آمادگی، نگرش و تفسیر افراد از این موقعیت در چگونگی به سرانجام رساندن آن حائز اهمیت است و نوع واکنش و پاسخگویی افراد به آن می‌تواند خشنودی افراد در آینده را تحت تأثیر قرار دهد.

می‌توان گفت یکی از مرموزترین پرسش‌ها در علوم انسانی همین است که چرا ازدواج می‌کنیم؟ چرا باید ازدواج کنیم؟ ازدواج چیست؟ هر یک از علوم به نحوی درصدد پاسخ به این سؤال برآمده‌اند. هر چند هنوز پاسخ جامع و مانعی به آن نداده‌اند تا آدمی را قانع کنند. علوم انسانی، زیستی، اجتماعی، شناختی، عرفانی و الهی، هر کدام بعدی از این پدیده چند مقوله‌ای را مورد بررسی قرار داده‌اند و پاسخی با توجه به حیطه علمی خود برای آن در نظر گرفته‌اند.

از نظر علوم زیستی و تکاملی می‌توان ازدواج را پاسخی برای نیاز جنسی و تولید نسل دانست. پر واضح و مسلم است که با وجود این نیاز، سلایق جنسی عاملی می‌شود در جهت برآوردن آن و این عمل نتایجی دربر دارد که یکی از آنها موجب تولید مثل و تداوم حیات آدمی در این کره خاکی است. برآوردن این نیاز با یک شریک جنسی متعهد از جمله امن‌ترین راه‌حل‌های بشری برای اجتناب از بیماری‌های جنسی بوده است و دیگر اینکه فضای مناسب ازدواج سبب مهیا شدن این شرایط بوده و در همین بستر کودکانی پا به دنیا گذاشته‌اند که زمینه را برای ادامه زندگی موجب شده‌اند.

از نظر علوم روانشناختی و وجودی، نیاز به صمیمیت و رهایی از تنهایی از جمله دغدغه‌های انسان در طول قرن‌ها بوده و یکی از نیازهای روانی اساسی در انسان‌هاست. با این پیش‌فرض می‌توان ازدواج را پاسخ به نیاز عمیق انسان و آن‌هم تنهایی دانست، انسانی که هزاران سال مونسی جز خدا و همسر خویش نیافته و آن را در قالب اشعار و اسطوره‌ها به ثبت رسانده و برای آیندگان به میراث گذاشته است.

طبق مثلث استرنبرگ، مکمل نیاز به صمیمیت، تعهد است. صمیمیت دارای عناصری است که در غیاب تعهد، خطرآفرین و نگران‌کننده است. این عناصر شامل خودافشایی، دیگرخواهی، توجه، اکرام، روابط صمیمانه، درک متقابل و همدلی است و عدم تعهد زمینه را برای خیانت و افشای مسائل خصوصی شخص پدید می‌آورد. عشق با صمیمیت و بدون تعهد، به دوستی سطحی می‌ماند و هیچ آینده‌ای برای آن نمی‌توان متصور شد. خانواده، محل امنی برای حفظ ارزش‌ها و پرورش کودکان و تربیت نسل آینده است و منجر به آسیب کمتر و داشتن شهروندان سالم و کاهش جرم می‌شود.

از مقوله‌های دیگر در امر ازدواج ابعاد غیرمادی و معنوی آن است. انسان هزاران سال است با اعتقاد به ادیان و مکاتب مختلف پدیده ازدواج را پاس داشته است و آن را از امور مقدس و مرزی میان گناه و عصمت در نظر دارد. این باور در میان اکثریت مردمان این سیاره نهادینه و تقدیس شده است، چنان که در قرآن، تورات و انجیل به انجام آن سفارش اکید شده و دیگر مکاتب نیز آن را توصیه کرده‌اند. در دو دهه اخیر نظر جوانان در رابطه با ازدواج دستخوش تغییر شده است. برخی جوانان چهارچوب ازدواج را بسته و تنگ ارزیابی می‌کنند و آن را چون زندانی قلمداد می‌کنند که آزادی‌های فردی، اجتماعی، خانوادگی و تحصیلی آنها را در معرض خطر قرار داده و آنها را محدود می‌کند. همچنین پیش‌بینی می‌کنند که با ازدواج مسئولیت‌های اجتماعی، خانوادگی و اقتصادی بسیاری را باید متحمل شوند که شاید از عهده آنها خارج است. در صورتی که این عدم تعهد و بی‌بند و باری هم برای آنها و هم برای خانواده آنها بسیار نامطلوب است و هم به شدت آسیب‌رسان چراکه آنها به همراه خانواده خویش در این جامعه زندگی می‌کنند و دود سوزاندن هنجارها به چشم همه جامعه آسیب می‌رساند. در رابطه با مسئولیت‌های اقتصادی گرچه جوانان در خانه پدری آنچنان با هزینه‌های منزل و خورد و خوراک دست به گریبان نیستند اما والدین آنها احتمالاً روزهای سختی را پشت سر می‌گذارند و اگر به تنهایی و مستقل زندگی می‌کنند، در هر صورت به هزینه مسکن و خوراک آگاهی دارند.

برخی دختران نیز با مسائل مذکور روبه‌رو هستند و حتی ازدواج را سدی برای پیشرفت‌های تحصیلی و اجتماعی خود می‌بینند. برخی دختران امروز خواهان تحصیل در مدارج بالای تحصیلی و درصدد کسب شغل و جایگاه والای اجتماعی هستند و به نظر ایشان ازدواج برایشان محدودکننده است. مسئولیت دیگری که خانم‌ها به دوش دارند، وظیفه مادری است. وظیفه‌ای خطیر و حساس که برای هر انسانی و در هر جامعه‌ای نقشی مهم و تأثیرگذار دارد. در جامعه ایرانی پاکدامنی زنان و مادران مورد تأکید بسیار است. فراموش نکنیم ازدواج هر چند محدودکننده اما محافظت‌کننده است. ازدواج همچون خانه‌ای کوچک با دیوارها و سقف چشم‌انداز فرد و نسبت حرکت او را محدود می‌کند و به ما گوشزد می‌کند که بیش از این دیوار گلیم خود را پهن نکنیم. از در وارد شویم و به اندازه پنجره ببینیم اما همین دیوارها و سقف نجات جان و روان آدمی را تأمین می‌کند. همین محدودیت از معرض آفتاب قرار گرفتن ما جلوگیری می‌کند. مانع دریده شدن ما توسط جانوران ناهلی و وحشی می‌شود. در باد، باران و برف جان‌پناه است اما تصمیم‌گیرنده در رابطه با وسعت این منزل زوجین هستند. آنها هستند که تعیین می‌کنند این خانه چند متر باشد، پنجره چقدر پهنا و درازا داشته باشد و رو به چه چشم‌اندازی گشوده شود.

غیر قابل انکار است که دختران و پسران با گذاشتن پا به عرصه ازدواج دچار محدودیت نشوند. دوستان، خانواده، جامعه آنها باید تغییر کنند و انتظارات به عنوان افراد متأهل و والدین فردا دستخوش تغییر خواهند شد و به همین صورت انتظار می‌رود رفتار و کردار آنها نیز تحت تأثیر این دگرگونی واقع شود. این تغییرات و تغییر جهت‌ها هرچند محدودکننده و چهارچوب‌مند خواهند شد اما از افراد در برابر آسیب‌های اجتماعی مراقبت خواهد کرد. چنان که یک فرد متأهل شخص مطمئن‌تر و امن‌تری برای دایره افراد نزدیک و دور به نظر می‌رسد، همچنین هنوز هم سوءظن و سوءرفتار نسبت به آنان کمتر است و جامعه و اطرافیان با احترام ویژه‌ای با آنها برخورد کرده و دست‌کم هرزه‌نگاهان کمتر به خیال خام از برای کامیابی خویش می‌افتند و با احتیاط بیشتری به یک فرد متأهل نزدیک می‌شوند و به زبان مختصر ازدواج بازدارنده است چه برای خود فرد، چه برای آسیب‌زنندگان.

به نظر جامعه، فرد متأهل مسئولیت‌پذیرتر به نظر رسیده و در نتیجه این احساس مسئولیت جایگاه اجتماعی و حتی شغلی او را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در صورتی که فرد مجرد احتمالاً با برچسب مسئولیت‌گریزی مواجه می‌شود. بنابراین ازدواج هر چند محدودکننده، اما محافظت‌کننده است.

از نظر علوم روانشناختی و وجودی، نیاز به صمیمیت و رهایی از تنهایی از جمله دغدغه‌های انسان در طول قرن‌ها بوده و یکی از نیازهای روانی اساسی در انسان‌هاست

***دانشجوی دکترای تخصصی روانشناسی**