



معاونت دانشجویی  
مرکز مشاوره دانشگاه



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
دفتر مشاوره و سلامت

# خستنا اول

ویژه دانشجویان و دانشگاہیان

شماره هشتم

سال اول

مهر ماه ۱۴۰۰



خشت اول ماهنامه‌ای در زمینه ازدواج و خانواده است که در این شماره به "چالش‌های افراد در آستانه ازدواج با خانواده" می‌پردازد و هر ماه با موضوعاتی جدید در دسترس شما خواهد بود...

پدر و مادر در همه مراحل زندگی مسئولیت راهنمایی، تربیت و سامان‌دهی کارهای فرزندان خود را به عهده دارند. یکی از این مراحل، مربوط به ازدواج است. اسلام نیز در این خصوص، تاکید ویژه‌ای دارد و آن را به عنوان یک «حق» معرفی کرده است.

پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله فرمود:

**«فرزند سه حق بر پدر دارد: انتخاب نام نیکو، سواد آموزی و به ازدواج درآوردن او هنگامی که بلوغ رسیده است.»**



## بخش خانواده: پرسش و پاسخ

نقش خانواده هنگام ازدواج، به‌ویژه در فرهنگ جمع‌گرای ایرانی، انکارناپذیر است؛ بنابراین طبیعی است که همیشه فرایند ازدواج مطابق با آنچه در ذهن شما و طرف مقابلتان است پیش نرود، چراکه اعضای خانواده احتمالاً درباره این ازدواج نظرها و ملاک‌های خاص خود را دارند. جالب است بدانید که بر اساس تجربیات بالینی، یکی از پررنگ‌ترین چالش‌هایی که پیش از ازدواج بیشتر افراد را به جلسات مشاوره سوق می‌دهد مربوط به حوزه خانواده است که در این شماره به پرتکرارترین این چالش‌ها می‌پردازیم.

# آیا لازم است از ابتدای آشنایی با یک شخص، خانواده‌ام را در جریان قرار دهم؟

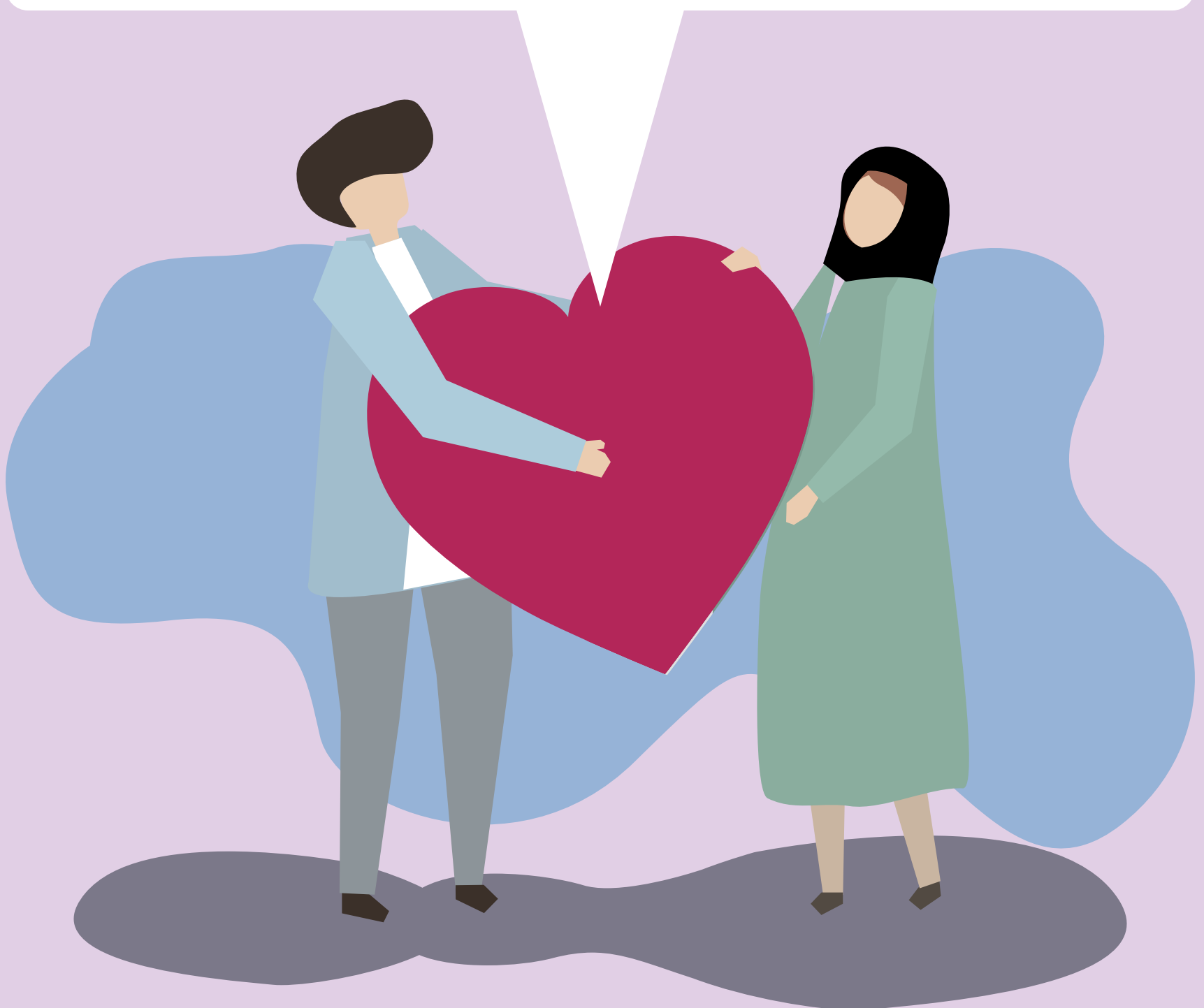
با توجه به جامعه جمع‌گرای ایرانی، خانواده منبع حمایتی بسیار مهم است و یکی از مراحل که زوجها باید پیش از ازدواج از آن عبور کنند، همگام‌سازی خانواده‌ها و جلب رضایت آنهاست؛ بنابراین بهتر است پیش از به وجود آمدن هرگونه دلبستگی، خانواده در جریان قرار گیرد تا اگر مخالفتی وجود دارد ابراز و بدون هیچ مقاومتی بررسی شود.

همچنین باید در نظر داشت که ازدواج فقط وصلت دو نفر با یکدیگر نیست، بلکه پیوند دو خانواده با باورها، ارزش‌ها، فرهنگ‌ها و شرایط اقتصادی و اجتماعی متفاوت است. به همین دلیل وقتی از ابتدا خانواده‌ها در جریان قرار گیرند، رفت‌وآمد خانوادگی نیز زودتر شروع می‌شود و در مدت کوتاهی شناخت جامع‌تری از طرف مقابل به دست می‌آید.

علاوه بر این، زمانی که آشنایی تحت نظر خانواده پیش می‌رود احتمال سوءاستفاده نیز کاهش می‌یابد و همین پذیرش فرد برای مطلع کردن خانواده‌اش، جدیت و تعهد او را نشان می‌دهد.

حال تصور کنید پس از دورهٔ آشنایی و درست در زمانی که تصمیم به ازدواج گرفتید، خانواده‌ها مطلع شوند و مخالفت کنند در آن شرایط فکر می‌کنید چه اتفاقی می‌افتد؟ و چه احساسی خواهید داشت؟

باین حال، بعضی از افراد نگران‌اند که با وسط آمدن پای خانواده‌ها، تحت فشار قرار گیرند که هر چه زودتر ازدواج کنند. در این شرایط، بهتر است متخصص مشاوره پیش از ازدواج با خانواده‌ها ملاقات کند و ضمن بررسی دلایل آن‌ها، پیامدهای منفی ازدواج شتابزده و بدون شناخت کافی را توضیح دهد. همچنین به آن‌ها کمک کند برای داشتن فرصت بیشتر برای آشنایی در چارچوب‌های خانواده به توافق برسند.



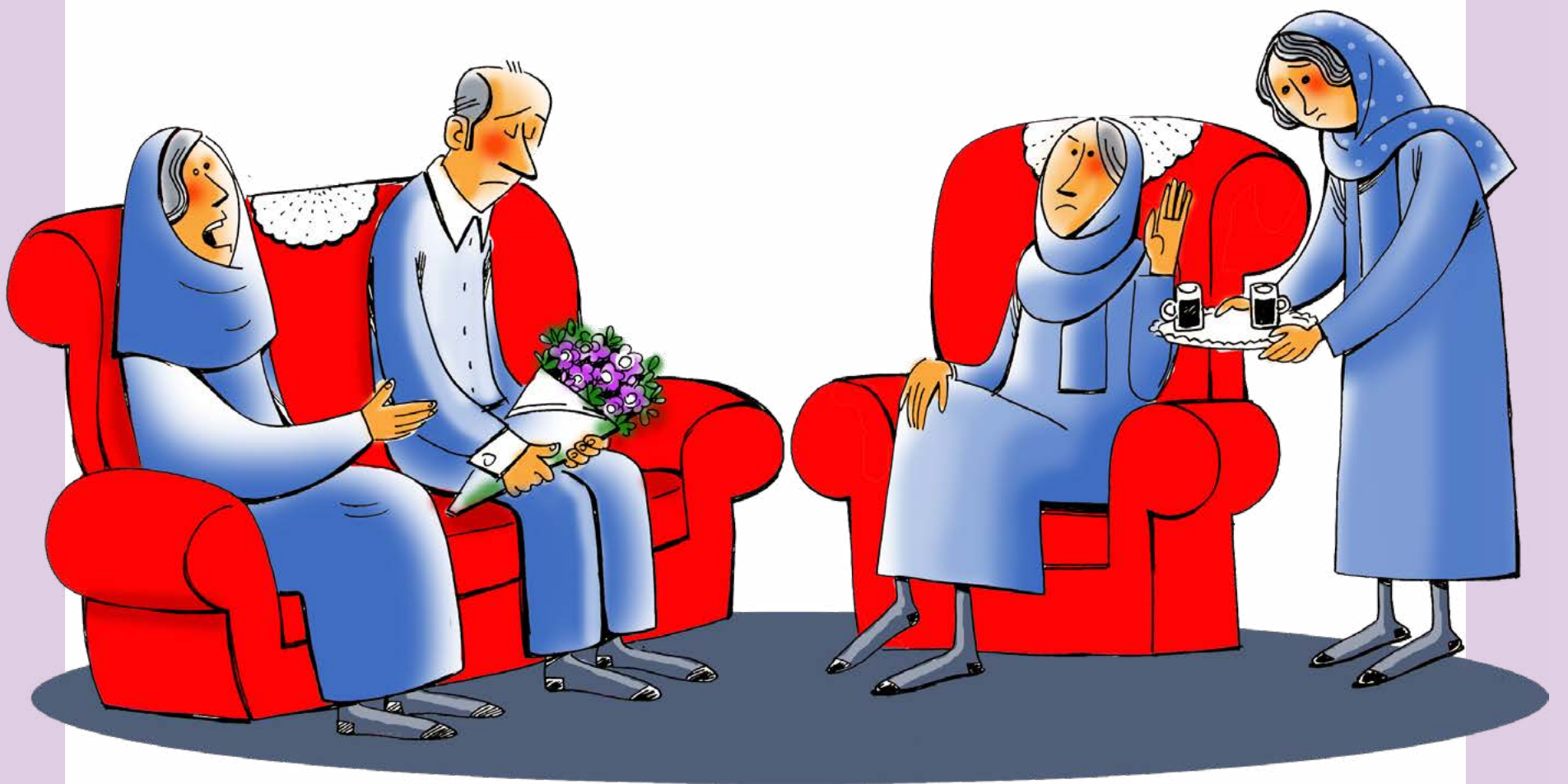
## وقتی خانواده با ازدواج مان مخالف است، چه کنیم؟

هرگز مخالفت و نارضایتی خانواده را دست کم نگیرید. شاید در اوایل که آتش عشق شما زیاد است، اهمیتی برای رضایت نداشتن والدین قائل نباشید و فکر کنید به حمایت خانواده و ارتباط با آنها نیاز ندارید؛ اما واقعیت این است که وقتی از هیجان اولیه‌تان کاسته می‌شود، نیاز شما به حمایت خانواده به هنگام بروز مشکلات و همچنین معاشرت و دریافت محبت از آنها بیشتر می‌گردد. علاوه‌براین، ممکن است احساساتی همچون احساس گناه در خودتان و حس دوست‌داشتنی نبودن در همسرتان به تدریج پدیدار شود. همه این موارد می‌تواند روی کیفیت ازدواج‌تان اثر منفی بگذارد و شما را از تجربه‌ی داشتن یک زندگی شاد محروم سازد.

از آنجایی که خانواده به دور از جو هیجانی به موضوع نگاه می‌کند و تجربه‌ی بیشتری در این زمینه دارد، غالباً به‌طور واقع‌بینانه‌تری جوانب مختلف ازدواج را بررسی می‌کند؛ بنابراین در بسیاری از موارد به نفع‌تان است که پیش از هر تصمیمی دلایل مخالفت خانواده‌ها را بدون تعصب بشنوید. **ممکن است بعضی از این دلایل به نظرتان غیرمنطقی برسد.** در این شرایط بهتر است وضعیت پیش‌آمده را به خوبی مدیریت کنید، زیرا نحوه‌ی واکنش شما بر چگونگی ادامه‌ی این روند تأثیر بسیاری دارد.

پس در مجموع، مخالفت‌ها گاه به دلایل منطقی و گاه غیرمنطقی صورت می‌گیرد؛ اما آنچه در این میان مهم است وجود فضای مذاکره و گفتگوی همدلانه با اعضای خانواده است.

در جلسات مشاوره پیش‌از ازدواج، مشاور مهارت گفتگو و مذاکره را به شما آموزش می‌دهد و همچنین از خانواده‌تان دعوت به عمل می‌آورد تا ضمن بررسی دلایل والدین، وظایف اصلی‌شان را در این مسیر به آن‌ها خاطر نشان سازد. تأکید می‌کنیم وقتی با مخالفت خانواده روبه‌رو می‌شوید، صبر کنید و پیش از حل شدن این مسئله گام‌های بعدی را برندارید.



درباره ازدواج با پسری که  
دانشجوست یا درآمد کمی دارد و  
به حمایت مالی خانواده وابسته  
است، چه تصمیمی بگیرم؟

یکی از حوزه‌هایی که مشاوران پرچم قرمز خود را بالا می‌برند، مشکلات مالی است زیرا این مسئله به شدت باعث عزت نفس مردان گره می‌خورد. عزت نفس در عملکرد افراد در روابط صمیمانه نقشی بسیار مهم دارد؛ بنابراین مردی که نتواند نیازهای اولیه خانواده را برآورده سازد، احساس خودارزشمندی‌اش نیز کم می‌شود و همین





شروعی است برای داشتن خلق پایین، پرخاشگری و درنهایت کاهش رضایتمندی زناشویی. پس اگر طرف مقابل هنوز حداقل‌های لازم برای ادارهٔ زندگی را ندارد، همین‌جا توقف کنید. حتی اگر قرار است شش ماه دیگر پرمزایاترین شغل دنیا را به او دهند، صبر کنید این موعد فرارسد و بعد تصمیم به ازدواج بگیرید.

بعضی خانواده‌ها قول حمایت مالی می‌دهند. مشکلی نیست! وضع مالی و آمادگی اقتصادی خانواده را بسنجید و بعد پیامدهای احتمالی دریافت چنین حمایتی را نیز در نظر بگیرید. وقتی شما از فردی پول می‌گیرید طبیعتاً نمی‌توانید در بسیاری از موارد با او به‌صراحت مخالفت کنید؛ بنابراین خواه‌ناخواه **دریافت حمایت مالی بابتی برای دخالت‌های خانواده حامی و انتظار جبران لطف بازخواهد کرد.** گاهی هم اگر اختلاف‌نظر و مشکلی پیش آید ممکن است این بدهی‌ها حکم بنزین بر آتش را پیدا کنند و منت تمامی این کمک‌ها بر سرتان گذاشته شود یا لاقلاً شما چنین برداشتی کنید. گاهی هم بدون وجود اختلاف یا مشکلی خاص، ممکن است خانواده توان مالی سابق برای حمایت شما را نداشته باشد.

پس قبل از هر تصمیمی، میزان زودرنجی، صبوری و نیاز به استقلال خود را در نظر بگیرید و حتماً به‌تمامی این پیامدهای احتمالی فکر کنید.

## من عاشق فردی هستم که از نظر اعتقادات مذهبی باهم متفاوتیم. آیا در زندگی مشترک به مشکل جدی برمی‌خوریم؟

بسیاری افراد پیش از ازدواج فکر می‌کنند که در زندگی مشترک اختلافات اعتقادی به سبب وجود عشق و علاقه، به مشکلات جدی تبدیل نمی‌شوند و امید دارند که هنگام بروز چنین مشکلاتی راحت به توافق برسند؛ اما آیا این ذهنیت مطابق واقعیت است؟ باید گفت مسائل مذهبی عمدتاً با جهان‌بینی و هویت افراد گره‌خورده و ریشه‌دارتر از آن است که به راحتی بتوان درباره تغییر دادنش به توافق رسید. عدم توافق در این زمینه باعث چالش‌های اساسی در زندگی مشترک می‌شود که یکی از پرتکرارترین آن‌ها، باید و نبایدهای متفاوت زن و شوهر درباره نوع حجاب و پوشش، شرکت در مراسم و مهمانی‌ها و ارتباط با جنس مخالف است. همچنین از آنجا که عموماً خانواده‌ها نیز از داشتن عروس یا دامادی متفاوت با بافت مذهبی‌شان ناراضی‌اند، پای مشکلات با خانواده همسر نیز به مسائل زوج باز می‌شود و موضوع را پیچیده‌تر می‌کند. چالش عمده دیگر پس از بچه‌دار شدن خودش را نشان می‌دهد. فرزندان چنین خانواده‌هایی در بین تضادهای ارزشی پدر و مادر دچار سردرگمی می‌شوند و نمی‌دانند کدام راه را انتخاب کنند، زیرا انتخاب هر راهی ممکن است با مخالفت یا حتی پرخاشگری یکی از والدین همراه گردد.

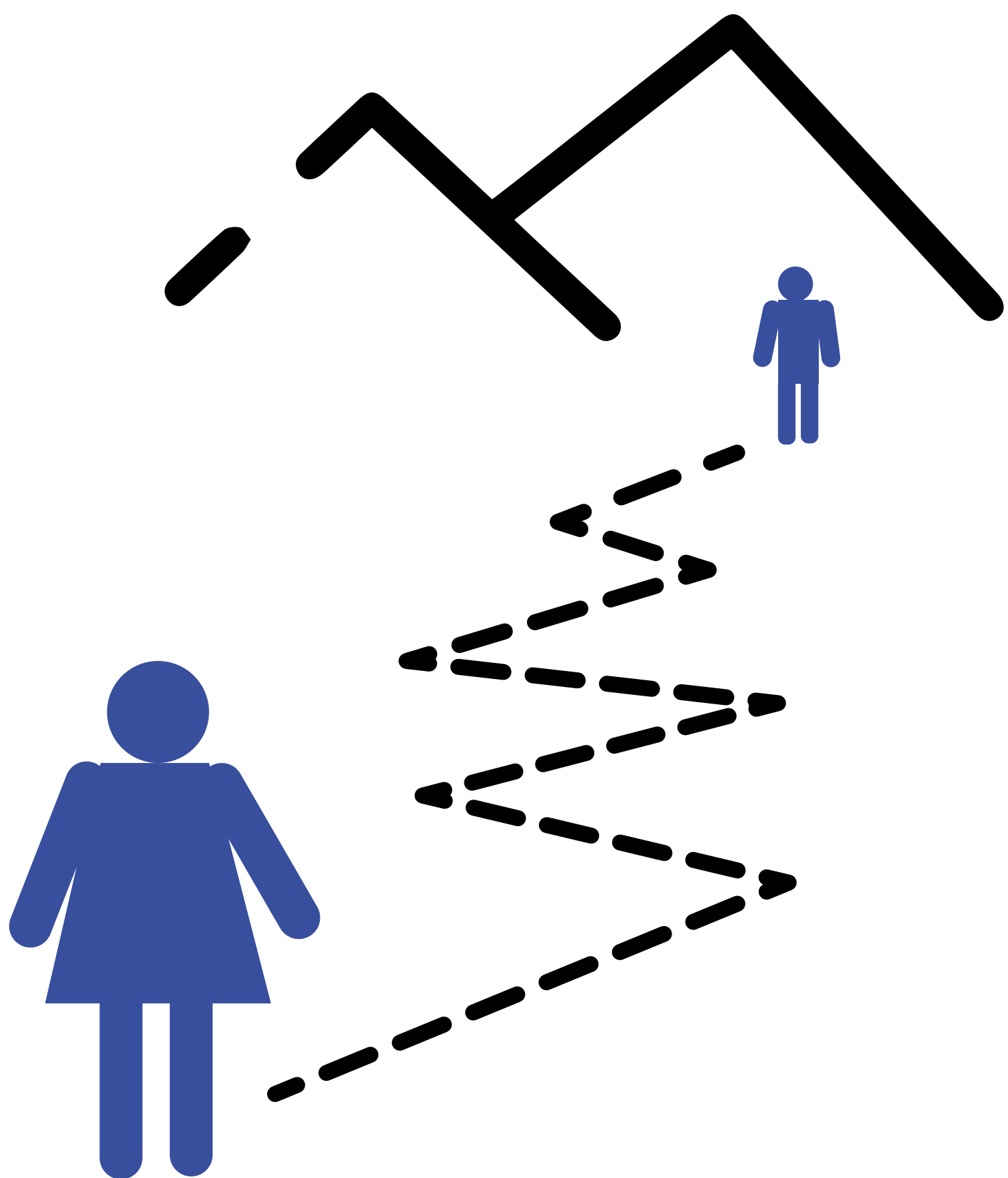


ضروری است این سؤال را قبل از ازدواج از خود بپرسید که دوست دارید فرزند شما در آینده اعتقاداتی شبیه شما داشته باشد یا شبیه همسرتان؟!

بنابراین لازم است در حیطه مذهبی بین خود و خانواده‌هایتان از قبل تفاهم و شباهت کافی وجود داشته باشد. در غیر این صورت، پیش از ازدواج بررسی کنید که در هر یک از چالش‌های مطرح شده آیا می‌توانید به توافقی پایدار دست یابید؟

طرف مقابلم بسیاری از ملاک‌های مهم  
مدنظرم را دارد اما اهل شهری دور از  
محل زندگی ماست. چقدر ممکن است  
اختلاف فرهنگی مشکل‌ساز شود؟

معیارهای ذهنی هر فرد تا حد زیادی تحت تأثیر زمینه‌های  
فرهنگی خانواده و اجتماعی است که در آن زندگی می‌کند.  
بعضی رفتارها در یک فرهنگ بهنجارند در حالی که در فرهنگ  
دیگر نابهنجار تلقی می‌شوند.



افراد تحت تأثیر فرهنگ خود، نه تنها تعریف از «زن خوب» و «مرد خوب» را در ذهن‌شان می‌سازند بلکه سرگرمی، اهداف، حدود روابط اجتماعی، پوشش مناسب و نحوه برگزاری مراسم مختلف‌شان را تعیین می‌کنند. پس هرچقدر فرهنگ افراد از یکدیگر فاصله بیشتری داشته باشد، اختلاف تعاریف و در نتیجه مشکلاتشان در این زمینه‌ها بیشتر می‌شود و درک متقابل کمتری را در زندگی مشترک تجربه می‌کنند. بنابراین پیش از ازدواج باید به صورت مفصل درباره آداب و رسوم و آنچه در فرهنگ خانوادگی شما مهم است گفتگو کنید. همچنین در صورت امکان، دوران آشنایی را طولانی‌تر کنید و جلسات آشنایی خانوادگی بیشتری را ترتیب دهید تا به نوعی بخشی از فرهنگ طرف مقابل را تجربه کنید. چنانچه متوجه تفاوت‌های فرهنگی چشم‌گیری بین خانواده خود و طرف مقابل شدید و همچنان اصرار به این ازدواج داشتید، باید برای کاهش تنش‌های احتمالی ویژگی‌هایی مانند پذیرش، انعطاف، درک متقابل و توافق را در خود تقویت کنید.

## کدام‌یک برای ازدواج مناسب‌تر است:

فردی که به خانواده خیلی وابسته  
است یا فردی که خیلی مستقل و  
جدا از آنهاست؟

یکی از راه‌های مهم شناخت فرد مقابل، توجه به الگوهای خانواده او در زمینه‌های ارتباطی، تصمیم‌گیری و حل تعارض و همچنین مشاهده رفتار وی با اعضای خانواده است. بعضی افراد به خانواده خود وابستگی افراطی دارند به طوری که معتقدند پدر و مادر هرگز تصمیم اشتباه نمی‌گیرند و صلاح آنها را بهتر از خودشان می‌دانند؛ بنابراین گوش به فرمان والدین‌اند و کاملاً معیارهای آنها را اساس انتخاب همسر قرار می‌دهند. در مقابل، بعضی دیگر فقط نظر خود را مهم می‌دانند و ارزشی برای نظر خانواده قائل نمی‌شوند و حتی در صورت مخالفت، حاضرند دور آنها را خط بکشند. این افراد معمولاً از شرایط موجود رضایت ندارند و نمی‌خواهند به هیچ‌وجه فضایی مشابه با خانواده خود را در ازدواجشان تجربه کنند. در نتیجه با استقلال یافتن و جدا شدن کامل از آنها تلاش می‌کنند تا الگویی متفاوت با خانواده‌شان داشته باشند.

باید گفت که هیچ‌یک از این دو گروه آمادگی برای ازدواج ندارند؛ زیرا در هر دو حالت افراد به‌طور نامطلوبی تحت تأثیر خانواده‌اند. بگذارید این تأثیرپذیری را با یک تمثیل خیمه‌شب‌بازی توضیح دهیم. برای حرکت دادن عروسک‌های خیمه‌شب‌بازی دو طرز کار وجود دارد. برخی نخ‌ها به‌گونه‌ای متصل می‌شوند که با کشیدن آن‌ها دست و پای همان سمت تکان می‌خورد و در برخی دیگر با کشیدن نخ‌ها، اعضای سمت مقابل بدن عروسک حرکت می‌کند. حال اگر پدر و مادر را در نقش عروسک‌گردان و فرزندان را در حکم عروسک‌های بی‌حرکت خیمه‌شب‌بازی در نظر بگیریم که برای حرکت کردن با بندهایی به والدین



متصل‌اند، حالت وابستگی مثل زمانی است که با کشیده شدن نخ سمت راست، دست راست عروسک بالا می‌رود و حالت بریدن از خانواده، مانند زمانی است که نخ سمت راست کشیده شود و دست چپ عروسک بالا می‌رود. در هر دو حالت، افراد تأثیرپذیری زیادی از خانواده خود دارند، با این تفاوت که در وضع اول رفتارهای فرد به‌طور مستقیم و در وضع دوم به‌طور غیرمستقیم تابعی از رفتارهای والدین است.

در نتیجه فرد زمانی به لحاظ روانی آماده ازدواج است که حس مثبت متعادلی به خانواده‌اش داشته و قادر باشد ضمن حفظ احترام به والدین و رابطه با آنها، فردیت و استقلال خود را حفظ کند. یادتان باشد داشتن هرگونه هیجان افراطی اعم از مثبت یا منفی به خانواده اصلی، یکی از نشانه‌های آمادگی نداشتن برای ازدواج است.







## سخن آخر

معمولاً ازدواج در دو سطح خانوادگی و فردی انجام می‌گیرد. خانواده برای ازدواج فرزند معمولاً به مسائلی توجه دارد که فرد به آن‌ها کمتر اهمیت می‌دهد مثل ارزش‌ها، اصالت و طبقه اجتماعی. درحالی‌که خود فرد غالباً در انتخاب همسر بر مسائلی تأکید دارد که خانواده به آن‌ها کمتر توجه می‌کند مثل جذابیت‌ها، علاقه و عشق. ازدواجی موفق است که در آن هم منطق و هم عشق دخیل باشد، یعنی فقط عاقلانه یا فقط عاشقانه نباشد. بنابراین تصمیم خانواده در کنار تصمیم فرد اهمیت بسیار دارد و نادیده گرفتن آن زیان‌های بسیاری برای زندگی زناشویی خواهد داشت.



معاونت دانشجویی  
مرکز مشاوره دانشگاه



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
دفتر مشاوره و سلامت

# خشت:اول

**ماهنامه خشت:اول شماره هشتم** Khesht-Aval  
ویژه مطالعه دانشجویان e-magazine

صاحب امتیاز: مرکز مشاوره دانشگاه تهران

سردبیر: حمید پیروی

نویسندگان: دکتر پگاه گودرزی و دکتر منا معارف

اعضای شورای سیاست‌گذاری: دکتر حمیدرضا حسن‌آبادی

دکتر بهروز دولت‌شاهی (به ترتیب حروف الفبا)

دکتر منصوره‌السادات صادقی

دکتر نسرين مصباح

دکتر ابراهیم نعیمی

ویراستار: سپیده معتمدی

امور اجرایی: علی صیدی

طراحی گرافیک: حمیدرضا منتظری

سال انتشار: پاییز ۱۴۰۰

تیراژ: الکترونیکی