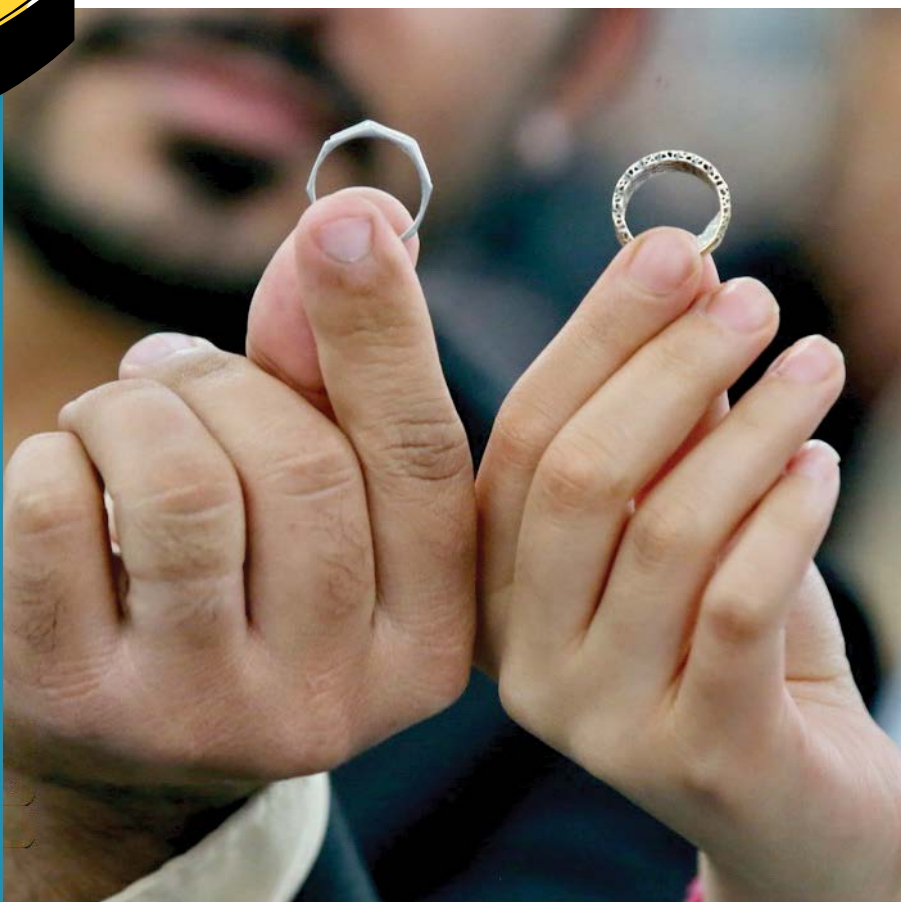


# سبقت جهانی از دواج همراهانه از عاشقانه

نتایج نظر سنجی جدید موسسه گالوپ نشان می دهد در یک دهه گذشته شاهد تغییر تدریجی و فزاینده مردم به سمت انتخاب همسری بودیم که بیشتر یک همراه باشند تا شریک عشقی؛ آیا دوره عشق برای از دواج به سر رسیده است؟



مجدد حسین زاده | روزنامه نگار

پرونده

«تا عاشق نشوم، از دواج نخواهم کرد»، «من هنوز نیمه گمشده خودم را پیدا نکردم»، «اولین و اصلی ترین معیار برای این که همسر آینده ام را انتخاب کنم، این است که در نگاه اول به دلم بنشیند و یک دل نه، صد دل عاشق او شوم» و... احتمالاً اگر خودتان یک دختر یا پسر دم بخت باشید یا پدر و مادری باشید که فرزندی در سن ازدواج دارید، با این جملات بیگانه نیستید. بسیاری از جوانان امروزی چه دختر و چه پسر، عشق و عاشق شدن را پیش نیاز یک ازدواج موفق می دانند. حالا نتایج یک نظر سنجی جدید توسط موسسه گالوپ که از معتبرترین موسسات نظر سنجی در جهان است، نشان از تغییر گرایش مردم درباره عشق های آتشین می دهد. در بخشی از نتایج این پژوهش، «ایان کرنر» یک درمانگر ازدواج و خانواده می گوید: «در دهه گذشته، من متوجه تغییر تدریجی از تمایل به ازدواج عاشقانه به سمت ازدواج همراهانه شده ام، به این معنی که مردم به طور فزاینده ای همسرانی را انتخاب می کنند که بیشتر یک همراه باشند تا یک شریک عشقی». او تأکید می کند: «چنین انتخابی به این معنی است که افراد بیشتری تصمیم گرفته اند شریک زندگی شان را بر اساس ویژگی هایی انتخاب کنند که ثبات و رضایت طولانی مدت را افزایش دهد نه این که عشقی داغ اما احتمالاً زودگذر باشد». به همین بهانه و در پیرونده امروزی زندگی سلام، از جزئیات این پژوهش خواهیم گفت و به چند سوال مهم درباره آن با کمک یک روان شناس پاسخ خواهیم داد. سوالاتی مانند این که، ویژگی های یک همسر همراه چیست و این که آیا نقش عشق در ازدواج و موفقیت زندگی مشترک را باید کمرنگ تر از گذشته بدانیم یا نه؟ با ما همراه باشید.

## آنچه باید درباره نظر سنجی جدید «گالوپ» بدانید

بر اساس نتایج یک نظر سنجی موسسه گالوپ، از معتبرترین موسسات نظر سنجی در جهان، بزرگسالان متاهل بسیار شادتر از دیگرانند. به گزارش سی ان ان، جاناتان راتول، پژوهشگر این نظر سنجی، درباره اطلاعات به دست آمده گفت: «این داده ها را هر جور تجزیه و تحلیل کنیم، می بینیم که متاهل بودن به میزان قابل توجهی از زیایی افراد از زندگی را بهتر می کند».

نظر سنجی از ۲/۵ میلیون نفر

بین سال های ۲۰۰۹ تا ۲۰۲۲، از بیش از ۲.۵ میلیون بزرگسال پرسیده شد که به زندگی فعلی شان از صفر تا ۱۰ چه نمره ای می دهند. در مرحله بعد، محققان از پاسخ دهندگان خواستند سطح شادی مورد انتظارشان در پنج سال آینده را هم بر اساس همین طیف رتبه بندی کنند. بر اساس تعاریف این نظر سنجی، فردی که به زندگی فعلی نمره ۷ یا بالاتر می داد و برای شادی مورد انتظار در آینده نمره ۸ یا بالاتر را در نظر می گرفت، موفق تعریف می شد. در بررسی اطلاعات به دست آمده در طول دوره نظر سنجی، افراد متاهل به طور مداوم سطح شادی شان را بالاتر از همتایان مجردشان گزارش کردند که بسته به سال های مختلف، بین ۱۲ تا ۲۴ درصد بیشتر بود. این اختلاف بین مجردها و متاهل ها حتی زمانی که محققان عواملی مانند سن، نژاد، قومیت، جنسیت و تحصیلات را هم در نظر گرفتند، باز هم باقی ماند. به گفته پژوهشگران، اگرچه تحصیلات عاملی قوی برای داشتن شادی بیشتر در زندگی محسوب می شود، داده ها نشان داد بزرگسالان متاهلی که دانشگاه نرفته اند، نسبت به بزرگسالان مجرد دارای مدرک تحصیلات تکمیلی زندگی را مطلوب تر ارزیابی کردند.

انتخاب همسر بر اساس ویژگی هایی که رضایت را افزایش دهد

برادفورد ویلکوکس، استاد جامعه شناسی و مدیر پروژه ملی ازدواج در دانشگاه ویرجینیا، در این زمینه گفت: «عواملی مانند نژاد، سن، جنسیت و تحصیلات مهم اند اما به نظر می رسد وقتی صحبت از زندگی رضایت مندانه می شود، ازدواج بیشتر از موارد دیگر مهم است». ایان کرنر، یک درمانگر ازدواج و خانواده، نیز درباره نتایج به دست آمده از نظر سنجی تفاوت شادی زندگی مجردها

متاهل به طور مداوم سطح شادی شان را بالاتر از همتایان مجردشان گزارش کردند که بسته به سال های مختلف، بین ۱۲ تا ۲۴ درصد بیشتر بود. این اختلاف بین مجردها و متاهل ها حتی زمانی که محققان عواملی مانند سن، نژاد، قومیت، جنسیت و تحصیلات را هم در نظر گرفتند، باز هم باقی ماند. به گفته پژوهشگران، اگرچه تحصیلات عاملی قوی برای داشتن شادی بیشتر در زندگی محسوب می شود، داده ها نشان داد بزرگسالان متاهلی که دانشگاه نرفته اند، نسبت به بزرگسالان مجرد دارای مدرک تحصیلات تکمیلی زندگی را مطلوب تر ارزیابی کردند.

**انتخاب همسر بر اساس ویژگی هایی که رضایت را افزایش دهد**

برادفورد ویلکوکس، استاد جامعه شناسی و مدیر پروژه ملی ازدواج در دانشگاه ویرجینیا، در این زمینه گفت: «عواملی مانند نژاد، سن، جنسیت و تحصیلات مهم اند اما به نظر می رسد وقتی صحبت از زندگی رضایت مندانه می شود، ازدواج بیشتر از موارد دیگر مهم است». ایان کرنر، یک درمانگر ازدواج و خانواده، نیز درباره نتایج به دست آمده از نظر سنجی تفاوت شادی زندگی مجردها و متاهل ها به طور مداوم سطح شادی شان را بالاتر از همتایان مجردشان گزارش کردند که بسته به سال های مختلف، بین ۱۲ تا ۲۴ درصد بیشتر بود. این اختلاف بین مجردها و متاهل ها حتی زمانی که محققان عواملی مانند سن، نژاد، قومیت، جنسیت و تحصیلات را هم در نظر گرفتند، باز هم باقی ماند. به گفته پژوهشگران، اگرچه تحصیلات عاملی قوی برای داشتن شادی بیشتر در زندگی محسوب می شود، داده ها نشان داد بزرگسالان متاهلی که دانشگاه نرفته اند، نسبت به بزرگسالان مجرد دارای مدرک تحصیلات تکمیلی زندگی را مطلوب تر ارزیابی کردند.



## ...

**«برادفورد ویلکوکس»، مدیر پروژه ازدواج در دانشگاه ویرجینیا می گوید در یک دهه گذشته افراد بیشتری تصمیم گرفته اند شریک زندگی شان را بر اساس ویژگی هایی انتخاب کنند که ثبات و رضایت طولانی مدت را افزایش دهد نه این که عشقی داغ اما احتمالاً زودگذر باشد**

## ...

**نمی توان گفت عشق برای ازدواج لازم نیست اما اگر قرار باشد مبنای اصلی تصمیم گیری و تنها ملاک اساسی انتخاب همسر قرار بگیرد، آن گاه می توان گفت باید دختر و پسرهای دم بخت بدانند و بتوان در کنار او، یک زندگی مشترک با ثبات و رضایت مندی بالا را تجربه کرد؟**

**پاسخ به ۳ سوال مهم درباره نتایج این نظر سنجی**

در ادامه برخی از ویژگی های افرادی را که با این معیار انتخاب می شوند می توان گفت یک همسر همراه هستند، ذکر می کنیم و به سوالاتی در این باره پاسخ خواهیم داد. نکته مهمی که از نتایج نظر سنجی اخیر موسسه جهانی گالوپ استنباط می شود این است که گرایش به واقع بینی برای انتخاب همسر و تشکیل زندگی مشترک موفق بیشتر شده است.

**ویژگی های یک همسر همراه چیست که باید دختر و پسرهای دم بخت بدانند و بتوان در کنار او، یک زندگی مشترک با ثبات و رضایت مندی بالا را تجربه کرد؟**

افرادی که در عین داشتن احساس و هیجانات طبیعی، سعی می کنند دوراندیشی داشته باشند و حوشی های کوتاه مدت را برای رسیدن به آرامش همیشگی کنترل کنند، در این دسته جای می گیرند. این افراد خودآگاهی کافی دارند و می توانند در کسب شناخت واقعی از طرف مقابل موفق تر عمل کنند. داشتن اهداف و برنامه های مشترک میان مدت و بلندمدت باعث می شود که افراد در طول زندگی ثبات بیشتری داشته باشند و همراه با پیشرفت این برنامه ها، رضایت مندی تدریجی را در وجود خود و همسرشان احساس کنند. از جمله ویژگی های یک همسر همراه می توان داشتن اعتقادات و باورهای مشترک، حمایتگری، مسئولیت پذیری و تعهد را نام برد. یک همسر همراه برای تحقق اهداف مشترک تلاش می کند و ضمن احترام گذاشتن به سلاقی و دیدگاه های همسرش همواره با وی مشورت می کند. اگر دختری پسر را چنین ویژگی هایی را داشته باشد، می توان او را یک همسر همراه در زندگی مشترک

## نمی توان گفت عشق برای ازدواج لازم نیست اما ...

نکته مهمی که از نتایج نظر سنجی اخیر موسسه جهانی گالوپ استنباط می شود این است که گرایش به واقع بینی برای انتخاب همسر و تشکیل زندگی مشترک موفق بیشتر شده است

دکتر حسین محرابی | روان شناس و مدرس دانشگاه

ارتباط داشته باشد. انتظارات واقعی از ازدواج یعنی چی؟

ازدواج به طور طبیعی باعث آرامش انسان می شود ولی انتظار معجزه هم نباید داشته باشیم به این معنی که ممکن است برخی از افراد ازدواج را به عنوان کلید حل مشکلات فردی خود قلمداد کنند و انتظار داشته باشند که بعد از ازدواج همه چالش های عاطفی و روحی روانی آن ها حل شود. اگر کسی با این رویکرد به سمت ازدواج برود، مطمئناً با مشکلات بیشتری مواجه خواهد شد؛ زیرا حفظ و تداوم رابطه نیازمند تلاش ها و همراهی های مداوم است و ظرفیتی برای حل و فصل مشکلات قبلی باقی نمی ماند. در مجموع می توان گفت دو طرف لازم است انتظارات واقع بینانه خود را به طور شفاف برای یکدیگر بیان کنند تا از بروز سوء تفاهم جلوگیری شود. برخی از توقعات هم خیلی کلی هستند مثلاً این که یک نفر بگوید انتظار دارم همسر من هیچ وقت مرا ناراحت نکند. همه می دانیم که ناراحتی در همه روابط ممکن است به وجود بیاید، پس این یک انتظار کلی و غیر واقع بینانه است.

نکته پایانی درباره نتایج این نظر سنجی

احساس امنیت و دلگرمی، داشتن حامی، امید به آینده، داشتن هدف و برنامه مشترک، همدلی و همراهی، توجه به نیازهای یکدیگر، وجود پایگاه امن و مشترک به عنوان خانه، کسب هویت اجتماعی در سطوح بالاتر، استرس کمتر، رهایی از بلا تکلیفی، احساس مفید بودن و... بخشی از دستاوردهای یک ازدواج درست و دلایل ایجاد حس شادمانی در افراد متاهل است که روی نتایج این نظر سنجی تأثیر گذار بوده است. البته باید توجه داشته باشیم که اگر دو نفر نامناسب با یک انتخاب اشتباه کنار هم قرار بگیرند نه تنها به این دستاوردها نمی رسند بلکه آرامش قبلی خود و خانواده های شان را هم از دست خواهند داد.

**نکته پایانی درباره نتایج این نظر سنجی**

احساس امنیت و دلگرمی، داشتن حامی، امید به آینده، داشتن هدف و برنامه مشترک، همدلی و همراهی، توجه به نیازهای یکدیگر، وجود پایگاه امن و مشترک به عنوان خانه، کسب هویت اجتماعی در سطوح بالاتر، استرس کمتر، رهایی از بلا تکلیفی، احساس مفید بودن و... بخشی از دستاوردهای یک ازدواج درست و دلایل ایجاد حس شادمانی در افراد متاهل است که روی نتایج این نظر سنجی تأثیر گذار بوده است. البته باید توجه داشته باشیم که اگر دو نفر نامناسب با یک انتخاب اشتباه کنار هم قرار بگیرند نه تنها به این دستاوردها نمی رسند بلکه آرامش قبلی خود و خانواده های شان را هم از دست خواهند داد.



ZENDEGI - SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان رضوی

چهارشنبه ۱۹ اردیبهشت ۱۴۰۳

۲۹ شوال ۱۴۴۵ • ۸ می ۲۰۲۴

شماره ۲۱۴۸۶

۲۷۰۵

در زندگی سلام امروز بخوانیم:

۲

## بعد از تمرین و ورزش چی بخوریم؟

۳

## بهترین واکنش ها به شنیدن «چقدر زشتی»

باز یگر نقش «روناک» در «نون خ» گفته که با شنیدن یک جمله عجیب درباره ظاهر من از طرف یک دوست خیلی دلم شکست؛ در این موقع باید چه کنیم؟

۳

## شغل هایی که مانع زوال عقل می شوند

۴

## طنز | فیلم عروسی بود یا خندوانه؟