

چرا نباید همسر خود را با دیگران مقایسه کنیم

زن و شوهر هنگامی که همدیگر را با دیگران مقایسه می کنند چیزی جز دلسردی در روابط آنها بدنبال نمی آورد، چرا که خود مقایسه کردن ...



زن و شوهر هنگامی که همدیگر را با دیگران مقایسه می کنند چیزی جز دلسردی در روابط آنها بدنبال نمی آورد، چرا که خود مقایسه کردن نوعی تحقیر محسوب می شود و به عدم پذیرش فرد توسط همسر خویش تفسیر می شود. به گزارش خبرگزاری مهر، یکی از آسیب هایی که می تواند زندگی زناشویی را مورد تهدید قرار دهد مقایسه همسران است. مقایسه کردن هر کس با دیگران کار درستی نیست و کسی که بدین امر مبادرت می نماید، به یک نکته اساسی توجه نکرده و آن توجه به اصل تفاوت های فردی است. باید به خاطر داشت که قرآن نیز به امر متفاوت بودن انسان ها توجه داشت و در مقام بیان آن در آیه 14 سوره نوح می فرماید: "وقد خلقکم اطواراً؛ به تحقیق شما را گوناگون متفاوت آفریدیم.

اما این که چرا افراد متفاوت هستند، دلیلش آن است که از نظر وراثت و محیط با یکدیگر تفاوت دارند. یعنی هر کس از لحاظ ژنتیک با دیگری فرق دارد و اجداد خصوصیتی است که از نظر ارثی به او منتقل شده است و فرد در این گونه موارد شخصاً نقشی ندارد. مثلاً فرد در رنگ پوست و رنگ چشم خود و نظایر آن دخالتی ندارد. قبل از انتخاب همسر باید به این گونه امور دقت شود و بعد از عقد در این گونه امور سخنی به میان آورده نشود و مقایسه ای صورت نگیرد.

آدم قبل از ازدواج باید چشمانش را کاملاً باز کند، اما بعد از ازدواج باید آنها را نیمه بسته نگاه دارد و یا گفته اند: "انسان قبل از ازدواج باید دو چشم خود را باز کند، اما بعد از ازدواج باید یکی از آنها را ببندد. مردان باید بدانند که در این گونه موارد زنان واقعاً حساس هستند و مقایسه آنان با دیگران موجب پیدایش دلسردی در محیط خانواده می گردد.

اگر چنین مقایسه ای در دوران عقد و به ویژه ابتدای آن صورت گیرد، بیم آن می رود که در مواردی زندگانی مشترک دست خوش تهدید قرار گیرد و در برخی موارد عقد به ازدواج نینجامد، زیرا زنان در این مسئله نسبت به مردان حساس تر هستند و عده ای قابل ملاحظه ای از آنها نیز این گونه مسائل را از یاد نمی برند. به هر حال تکرار و تداوم مقایسه که معمولاً با مذمت همسر همراه است، به قدری خطرناک است که می تواند او را دچار اختلالات روانی و افسردگی سازد.

انجام چنین مقایسه ای اگر چه از ناحیه زنان در مقایسه با مردان کمتر صورت می گیرد، ولی باید دانست که این امر نباید صورت پذیرد مثلاً زنان در مواردی چون طاسی سر، بینی درشت و اموری از این نظیر از همسر خود ایراد گرفته و آنان را با دیگری مقایسه کرده اند و لذا ممکن است مرد نسبت به وفاداری همسر دچار تردید شود. پس مقایسه مرد با مردان دیگر در خصوص مسائل بدنی، برای تداوم حیات خانوادگی امری زیانبار است و باعث پیدایش افکار پارانوئیدی در مردان می شود

به منظور پیشگیری از بروز سردی در محیط خانواده و نیز پرهیز از ایجاد سو ظن در همسر هر گز نباید بین او و دیگران مقایسه ای به عمل آورد. این امر همان گونه که در مورد زنان متذکر شده ایم در مورد مردان نیز مطلوب نیست و در مواردی موجب ناپایداری زندگانی می شود. اگر چه انجام چنین مقایسه ها در تمام دوران زندگی امر نامطلوبی است ولی در دوران عقد خطر آفرینی بیشتری در پی دارد، تا آنجا که در مواردی مانع شکل گیری ازدواج می گردد.

مسئله دیگر مقایسه فرد با دیگران در زمینه عوامل تربیتی است که ناشی از قرار گرفتن فرد در محیط تربیتی نامناسب می باشد. مثلاً خانمی رفتار اخلاقی شوهر خود را با رفتار مردی دیگر مقایسه می کند و چون احساس می کند که همسرش در بروز چنین رفتاری نقش دارد و او نیز قصد تغییر رفتار همسرش را دارد، لذا سعی می کند که برای ایجاد تغییر در او از روش مقایسه کردن او با دیگری استفاده کند.

در ضمن باید توجه به تفاوت های فردی داشت و از روش های دیگر برای اصلاح همسر بهره جست که اتفاقاً از کارایی بهتری می تواند برخوردار باشد. مثلاً برای رفع و یا کاستن از رفتار نامطلوب می توان از روش های تقویت مغایر یا ناهمساز بهره گرفت. یعنی به جای حمله کردن به رفتار نامطلوب و یا مقایسه همسر با دیگری، می توان رفتارهای خوب و مطلوب او را مورد تشویق قرار داد. با افزایش رفتارهای خوب و مناسب در همسر، دیگر جایی برای انجام رفتارهای نامطلوب باقی نمی ماند.

مقایسه کردن موجب تحقیر همسر می گردد. افراد در اثر احساس حقارت به جبران منفی روی می آورند. مقایسه کردن به عدم پذیرش فرد توسط همسر خویش تفسیر می شود. همسری که مورد مقایسه قرار می گیرد، نسبت به همسر خود بدبین می شود و گاه سو ظن و افکار پارانوئید در او پدید می آید که درمان آن اغلب ساده نیست.

معمولا مقایسه کردن همسر موجب دلسردی و کاهش انگیزه او در ادامه تلاش ها می گردد. ادامه مقایسه ها گاه موجب بروز دعوا و پرخاشگری در محیط خانه شده و آرامش را از میان می برد. دوام دعواها در محیط خانواده، ادامه ی حیات آن را به طور جدی در معرض خطر قرار می دهد و گاه نتیجه مقایسه چیزی جز پیدایش ناپایداری و یا طلاق در خانواده نیست.