

همسرگزینی با عشق یا خرد

تألیف

دکتر یونس نابدل

روانپزشک

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تبریز



انتشارات ارجمند

نابدل، یونس
همسرگزینی با عشق یا خرد / ترجمه یونس نابدل؛ -- تهران: ارجمند، نسل فردا، کتاب
ارجمند، ۱۳۸۸.
۱۳۲ ص.
فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیپا.
۱. همسرگزینی. الف. نابدل، یونس.
۳۰۶/۸۱
۸ هـ ۱۶/ن ۴۳
کتابشناسی ملی ایران
۱۳۳۱۶۳۹



انتشارات ارجمند

همسرگزینی با عشق یا خرد

تألیف: دکتر یونس نابدل

ناشر: انتشارات ارجمند (با همکاری نسل فردا و کتاب ارجمند)

صفحه‌آرایی: آیدا روستا

طراح جلد: احسان ارجمند

چاپ: سمارنگ، صحافی: سمارنگ

چاپ دوم، ۱۱۰۰ نسخه، ۱۳۹۰

بها: ۲۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۴۹۶-۲۱۳-۴

WWW.ARJMANDPUB.COM

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

- دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۶ آذر، پلاک ۳۲۲، تلفن ۸۸۹۷۷۰۰۲، ۸۸۹۷۵۸۶۳
- شعبه اصفهان: دروازه شیراز، خیابان چهارباغ بالا، پاساژ هزارجریب، تلفن ۶۲۸۱۵۷۴
- شعبه مشهد: خ تقی آباد، خ احمدآباد، پاساژ امیر، ط پایین، کتاب دانشجو، تلفن ۰۷۵۱-۳۳۳۱۱۱۵
- شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن ۲۲۳۷۷۶۴
- شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن ۳۳۳۲۸۷۶

تقدیم به الگوی صداقت و سازگاری

همسر نازنینم

... و نسل فردا

مقدمه

همسرگزینی سنگ بنای خانواده سالم

سنگ بنای خانواده سالم، همسرگزینی بر مبنای صحیح است. به مصداق سنگ اول گر نهد معمار کج، یک انتخاب نادرست، انتخابی احساسی یا شتاب آلود، به شکل گیری خانواده‌ای منتهی میشود که با هیچ نوع مداخله و مشاوره، نمی تواند انسجام ضروری را کسب، و کارکردهای بهنجار خانواده را در جامعه به اجرا در آورد. توجه کنید که وصلت دو انسان، فقط آغازی است برای ای نقش بسیار حساس و دشوار خانواده. این نخستین و مهم ترین واحد جامعه، نقش های گوناگونی را بردوش دارد:

مردی که ازدواج می کند باید از توانائی های اداره ی خانواده و ایفای نقش پدری برخوردار باشد. و زن توانائی های مادر شدن، اداره امور خانه و فرزند پروری را دارا باشد. جامعه ی سالم و بهداشت روانی جامعه در گرو این نخستین گام صحیح و استوار است: همسرگزینی.

جوانانی که به این گزینش بهای لازم را نداده اند، یا در دام سهل انگاری، برخورد های احساسی، رودر بایستی ها، فشار های خانوادگی، گذشت های نابجا گیر افتاده اند، خود را در دوزخی می یابند که باید تمام عمر در آن بسوزند. آنان حتی با فرار از این برزخ، با مشکلات و معضلات بزرگتری چون آسیب های روانی ناشی از طلاق، کودکان طلاق، روبرویند. کودکان طلاق برحق اند اگر بروالدین خویش نهیب زنند که اگر با هم تفاهم نداشتند چرا چشم بسته ازدواج کردند و چرا کودکانی به بار آوردند که توان پرورش آنها را نداشتند. کتاب حاضر راهنمای شما در زمینه ی خطیر ازدواج، ضرورت و هدف آن، رفتار جنسی و مسائل مرتبط، آمادگی های قبل از ازدواج و نکات ضروری مورد تاکید در همسرگزینی است. نیز اختلالات جسمی و روانی مهمی را که در همسرگزینی باید مورد توجه قرار گیرد، مورد بحث قرار داده ایم. در پایان لازم است سپاس فراوان خود را به استاد روانپزشکی جناب آقای دکتر نصرت الله پورافکاری، سرکار خانم دکتر فاطمه رنجبر، آقای دکتر علی فخاری، سرکار خانم مینا نابدل، آقای حمیدرضا فرقانی و موسسه کامپیوتری ویدا تقدیم کنم.

دکتر یونس نابدل

پژوهشگر و مولف متون آموزشی پزشکی

فهرست

کلام نفست..... ۷

فصل اول

مروری کلی بر تعاریف..... ۱۲

درک ضرورت و اهمیت ازدواج در روند زندگی بهنجار..... ۱۳

هدف از ازدواج؟..... ۱۵

رفتار جنسی - هویت جنسی - نقش جنسی..... ۲۷

سافتمان دستگاه تناسلی زن و مرد..... ۳۱

چرخه‌ی پاسخ جنسی انسان..... ۳۶

خلاصه‌ی فصل..... ۳۷

فصل دوم

آمادگی‌های قبل از ازدواج..... ۴۰

خودشناسی..... ۴۲

بالیدگی:..... ۴۶

شرایط اولیه در ازدواج:..... ۵۴

خلاصه‌ی فصل:..... ۵۵

فصل سوم

با چه کسی ازدواج کنید؟..... ۵۸

در کدامین مکان؟..... ۶۰

طبقه‌ی اجتماعی..... ۶۳

مصاحبه - از کجا آغاز کنیم؟..... ۶۸

سازگاری و صداقت..... ۷۲

اقتصاد خانواده آینده:..... ۷۶

فرزند پروری..... ۷۷

جدول مراحل انتخاب همسر..... ۸۰

خلاصه‌ی فصل..... ۸۴

فصل چهارم

آشنائی با افتلالات مهم روانی.....	۸۶
افتلالات شخیصیت.....	۸۹
وابستگی مواد اعتیاد.....	۱۰۱
چگونه یک فرد وابسته به مواد را تشخیص دهیم؟.....	۱۰۴
پسیکوز یعنی چه؟.....	۱۰۵
فلاصه‌ی فصل.....	۱۰۸

فصل پنجم

چند توصیه و ضمیمه.....	۱۰۹
آیا ابزارهائی برای سنجش میزان موفقیت یک ازدواج وجود دارد؟.....	۱۱۲
گزیده‌ای از پرسش‌نامه‌ی <i>FOCCUS</i>	۱۱۲
ضمیمه ۱.....	۱۱۴
ضمیمه ۲.....	۱۱۶
ضمیم ۳- تست سازگاری در ازدواج.....	۱۱۷
ضمیمه ۴.....	۱۲۰
فلاصه‌ی فصل.....	۱۲۶
کلام آخر.....	۱۲۷
منابع.....	۱۲۸

کلام نخست

I

یاد آن روزگار بخیر که بزرگ‌ترها می‌نشستند و برای جوان‌ها تصمیم می‌گرفتند. کدام دختر برای کدام پسر مناسب است. جوانان حق اظهار نظر نداشتند شاید هم شرم و حیا مانع مخالفت آنان بود. گاه تا آخرین روزها شریک زندگی آینده‌شان را ندیده بودند و یا دیداری داشتند به مثابه‌ی ندیدن. با این همه ثباتی در جامعه وجود داشت. سنتی و فرهنگی پایا و آرامش. پدران و پدربزرگ‌های ما در چنین جامعه‌ای می‌زیستند. آنان با تمام معایب این جامعه‌ی سنتی با تنش‌ها و نابسامانی‌هایی به مراتب کمتر از امروز روبرو بودند.

II

مغرب زمین - در جامعه‌ی باز غرب، دختر و پسر بی هیچ مانع و مزاحمتی، به هم نزدیک می‌شوند با هم دوست می‌شوند، اگر احساس خوبی نسبت به هم پیدا کنند این نزدیکی‌ها بیشتر می‌شود و دوستی به صمیمیت و زندگی مشترک بدل می‌شود. تا هر چند وقت که بخواهند با هم زندگی می‌کنند زیر یک سقف، بدون هیچ نوع مانعی. هر زمان هم خواستند ازدواج می‌کنند. طبعاً آن روزی که به این نتیجه برسند با هم تفاهم دارند و توان زندگی مشترک با هم را دارا هستند. اما پس از این هم هر وقت خواستند به راحتی از همدیگر جدا می‌شوند. هر کدام به راه خویش می‌روند و روز از نو و روزی از نو. نسبت به باکره‌گی و دوشیزه بودن در مغرب زمین حساسیتی وجود ندارد. ازدواج مجدد دختر و پسر فرق چندانی با ازدواج نخست ندارد و حساسیت برانگیز نیست. اطرافیان و مردم کوچه و بازار رفت و آمد و حرکت جوانان را زیر نظر قرار نمی‌دهند و به اصطلاح زاغ سیاهشان را چوب نمی‌زنند. رفتارهای عاشقانه در ملاء عام عادی است. این فرهنگ، مزایا و معایب خاص خود را دارد.

III

در آغاز هزاره‌ی سوم، ما ساختار جامعه‌ی دینی، آئینی خود را حفظ کرده‌ایم

و به نگهداشتن ارزش‌های دینی تأکید داریم. پوشیدگی، رعایت حجاب، باکره بودن دختر، رعایت قوانین شرعی در روابط اجتماعی را ضروری می‌شمیریم. از دید ما جوامع غرب دچار فساد و بی‌بند و باری شده و معنویت را فراموش کرده است. ازدواج‌های سنتی، سن پائین ازدواج دختران در شهرهای کوچک و روستاها با نظر والدین، مذموم بودن طلاق، دیدگاه منفی به زنان مطلقه و ازدواج آنان و حتی بقیائی از پدر سالاری و خانواده‌های سنتی، هنوز وجود دارند.

IV

و تصویری متفاوت از گوشه‌ای دیگر از سرزمین ما، نتایج یک پژوهش: این مطالعه در جهت بررسی روابط پسر و دختر در تهران و اینکه این روابط با چه هدفی برقرار می‌شود (سرگرمی، کنجکاوی، یافتن همسر مناسب، شناخت جنس مخالف و ...) در بین دختران ۲۰-۱۴ ساله تهرانی، در پارک‌های تهران به عمل آمد. ۶۰٪ دختران اولین رابطه‌ی خود را بین ۱۵-۱۱ سالگی ذکر کردند. انگیزه آنان در درجه‌ی اول رابطه با جنس مخالف و سرگرمی، در درجه‌ی دوم کنجکاوی و در سومین رده شناخت بیشتر از جنس مخالف ذکر شد. سطح رابطه در گستره‌ای از مکالمه‌ی تلفنی، رایانه، دیدار خصوصی، تماس بدنی تا تماس جنسی را دربرمی‌گرفت. ۶۴٪ موارد ملاقات با دوست پسر در یک مکان، ۶٪ اجازه تماس بدنی، و ۷٪ اجازه تماس جنسی را داده بودند. در یکی از مناطق تهران رابطه‌ی جنسی تا ۱۳٪ میرسید. این پژوهش نشان می‌داد که شرکت کنندگان، دختران دارای دوست پسر را بیش از ۹۰٪ تخمین می‌زنند. نیز این پژوهش نشان از رو به گسترش بودن روابط پسر و دختر در جامعه‌ی ما دارد. البته جامعه‌ی آماری تهران قابل مقایسه با کل کشور نیست، اما شرایط مشابه با شدت کمتر در شهرهای بزرگ دور از انتظار نمی‌باشد.

سست شدن باورهای دینی در بعضی از اقشار جامعه، گسترش اینترنت و ماهواره، استفاده از گفتگوی رایانه‌ای، SMS, e-mail, نفوذ خواهی، نخواهی جهانی شدن را به جامعه‌ی در حال گذار ما تحمیل می‌کند. این دوگانگی گیج کننده، حجاب - برهنگی، مذهب - لائیسیت، سنت - مدرنیته، بحران هویتی عمیقی را در تعدادی از جوانان ما پدید می‌آورد که در پژوهش فصل نامه‌ی

علمی پژوهشی مطالعات زنان دانشگاه الزهرا (که در فوق خلاصه‌ی آن را آوردیم) خود را نشان می‌دهد.

V

در این پس زمینه‌ی بحران ناشی از جامعه‌ی در حال گذار، مشکلات اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی چون وابستگی به مواد، بیکاری، فقدان مراکز سرگرمی و تفریح سالم، دشواری‌ها را دو چندان می‌کند. رابطه‌ی پسر و دختر را با نگاه ناپاک خود آلوده نسازیم. کتابچه‌ی حاضر تلاش کوچکی است در تبیین این رابطه و کمک به جوانان در یافتن همسر مناسب با توجه به ویژگی‌های جامعه ایران امروز. جوانان ما پاک‌ترین و مظلوم‌ترین اند. آنان را دریابیم. خیلی زود چراکه فردا دیر است.

دکتر یونس نابدل

استاد یار باز نشستہ دانشگاه علوم پزشکی تبریز ۱۳۷۸

چند نکته:

نگرش ما به رابطه زن و مرد از دانش "رابطه" سرچشمه می‌گیرد که با علوم زیر پیوستگی دارد:

<i>Anthropology</i>	انسان‌شناسی
<i>Biology</i>	زیست‌شناسی
<i>Clinical Psychology</i>	روان‌شناسی بالینی
<i>Social Psychology</i>	روان‌شناسی اجتماعی
<i>Evolutionary Psychology</i>	روان‌شناسی تکاملی
<i>Cognitive Neuroscience</i>	عصب‌شناسی شناختی
<i>Communication</i>	ارتباطات
<i>Family Studies</i>	مطالعه خانواده
<i>History</i>	تاریخ
<i>Sociology</i>	جامعه‌شناسی
<i>Sociobiology</i>	جامعه‌شناسی زیستی
<i>Psychiatry</i>	روان پزشکی

در این نگرش علمی رابطه زن و مرد در شکل رابطه دو انسان آزاد و با حقوق برابر قابل تصور است. رابطه سلطه که ریشه در تاریخ دارد، در حال دگرگون شدن است. ما بقایائی از اعتراض به آن را در شکل خود سوزی‌های نوعروسان لری، که به اجبار به عقد مردان سالمند درآمده‌اند شاهد بوده‌ایم.

شرح حال‌های ذکر شده در این کتابچه همه منفی هستند. سخن از ناسازگاری و شکست در ازدواج دارند. این نکته تداعی‌گر آن نیست که سرنوشت ازدواج در خانواده‌های ما چنین تلخ و نابسامان است. میلیون‌ها زن و مرد ایرانی سازگاران و با عشق و محبت باهم زندگی می‌کنند. ما از آنها سخنی به میان نیاورده‌ایم چرا که مشکلی ندارند. ما به عمد از خانواده‌های مسأله‌دار سخن گفته‌ایم تا هشدار باشد به جوانان که در انتخاب خویش به نکات ضروری دقت کنند. اگر در گذشته به اختلافات پدران و مادران ما با برتری مرد خانه سرپوش نهاده می‌شد، امروزه با تغییر نگرش‌ها این راه حل کارساز نیست.

ممکن است جنگ قدرت منتهی به سلطه، آرامشی در خانواده پدید آورد، اما آیا در چنین خانواده‌ای می‌توان از عشق و صمیمیت سخن به میان آورد؟ آیا چنین همسرانی از لحظه‌های زندگی باهم لذت می‌برند؟

نکته دیگر اینکه اگر خانواده‌ها علیرغم اختلاف، نحوه‌ی مدارا با آنرا فراگیرند و بتوانند با این اختلافات کنار بیایند، زندگی لذت‌بخش‌تری خواهند داشت. چون هدف من در این کتابچه شیوه‌ی همسرگزینی است به نحوه‌ی رفع اختلاف‌ها نپرداخته‌ام. این مبحث در محدوده خانواده درمانی و زوج درمانی قرار دارد. با امید اینکه شما خود بتوانید نحوه‌ی کنار آمدن با اختلافات با همسران را بیابید، توصیه می‌کنم در موارد ضروری قبل از آنکه مشکل به حد بحران برسد، از مشاوره تخصصی کمک بگیرید.

۱/ مرور کلی - تعاریف

- ✓ هدف و ضرورت ازدواج
- ✓ عشق و مفهوم آن
- ✓ رابطه‌ی عشق و ازدواج
- ✓ رابطه‌ی سکس و ازدواج
- ✓ رابطه‌ی عشق و سکس
- ✓ نقش زیبایی در ازدواج
- ✓ چرا فرد خاصی را دوست داریم
- ✓ آیا برای ازدواج باید عشق را کشت
- ✓ آیا عشق و دوست داشتن بی معنی است
- ✓ آیا ازدواج‌های عاشقانه ممکنه به شکست هستند
- ✓ رفتار جنسی انسان، هویت جنسی، نقش جنسی
- ✓ چرغی پاسخ جنسی انسان
- ✓ سافتار دستگاه تناسلی

... در افسانه‌ها آمده است زن و مرد سیبی بودند که به دو نیم شدند و از آن

پس هر کدام به دنبال نیمه ی گمشده خویش می‌گردد...

هدف کلی: درک ضرورت و اهمیت ازدواج در روند زندگی بهنجار

هدف‌های رفتاری فصل:

خواننده با مطالعه فصل با مطالب زیر آشنا می‌شود.

✓ اهمیت پایایی ازدواج از دیدگاه جامعه‌شناختی

✓ رابطه‌ی ازدواج با عشق سکس و زیبایی

✓ مفهوم هویت جنسی، رفتار جنسی و نقش جنسی

✓ چرخه جنسی بهنجار انسان

شرح حال:

«فریبا دختر ۲۱ ساله بوسیله مادرش به روانپزشک ارجاع شده

است. او با پدر مادر برادر و خواهر و در یک کلام در روابط بین

فردی با انسانها مشکل دارد.

دیپلمه است. دوران تحصیلات دبستانی و راهنمایی را با

نمرات بسیار خوب گذراند اما در دبیرستان تا حدی دچار مشکل

شد و افت تحصیلی نشان داد. با این همه در ۱۹ سالگی در رشته

علوم تجربی دیپلم گرفت. در کنکور دانشگاه ناموفق بود و به قول

خودش فشار زیادی را متحمل و عصبی شد. سال بعد با اصرار پدر

و مادر به یکی از خواستگاران که لیسانس حسابداری و کارمند

بانک بود پاسخ مثبت داد. اما از همان روزهای نخست، نامزدش احساس کرد که رفتارهای او عادی نیست. گاه در مقابل کلمات صمیمانه نامزدش واکنش مناسب نشان نمی‌داد. گاه او را از خود می‌رانند. مصاحبه با روان‌پزشک آشکار می‌سازد که فریبا دچار احساس‌های خشم و پرخاشگری است. گاه می‌خواهد فریاد بزند. از نظر احساس زنانگی هم مشکل دارد و از اینکه یک زن آفریده شده است احساس حقارت می‌کند. می‌گوید گاه از خود سؤال کرده‌ام آیا واقعاً من یک زن هستم؟ آیا واقعاً می‌توانم نقش یک زن را ایفا کنم؟ در احساس ایفای نقش مادری هم مردد است. وقتی روان‌پزشک از او می‌پرسد که آیا دلت می‌خواست یک مرد بودی؟ می‌گوید نه، نمی‌دانم. مرد بودن هم مشکل است. در جواب سؤال بعدی که در آینده به چه کاری مشغول خواهی شد و هدف تو برای آینده چیست می‌گوید «مشکل من همین است از وقتی درکنکور دانشگاه مردود شدم دیگر نمی‌دانم چه کاره‌ام. از زیباترین کلمات نامزدم احساس خشم و نفرت می‌کردم. او مدتی مرا تحمل کرد، به او اجازه صمیمی شدن نمی‌دادم. پسر خوبی بود. از او بدم نمی‌آمد اما نمی‌دانم چرا امکان نمی‌دادم صمیمی‌تر شود، آمادگی نداشتم. بالاخره او سرد شد و یک روز به من گفت: اگر مرا دوست نداری می‌توانیم از هم جدا شویم. گفتم راحتم بگذار و او رفت و دیگر نیامد. نمی‌خواستم از او جدا شوم. پسر خوبی بود اما رفتارهایم دست خودم نبود».

بسیاری از دختران و پسران ازدواج می‌کنند، بی آنکه بدانند برای ازدواج "آگاهی قبلی و شرایط اولیه" ضروری است. بی آنکه بدانند برای چه ازدواج

می‌کنند. ظاهراً برای پسران شرط مسائل مالی است و برای دختران سن بالاتر از ۱۳ سال؟! پسران اغلب برای رهایی از تنش جنسی تن به ازدواج می‌دهند و دختران به خواست خانواده برای کم شدن یک نان خور! البته این در خانواده‌های سنتی است. در خانواده‌های مدرن شرایط آشفته تر است. پسر و دختر در تماس تلفنی کور(شماره گیری شانسی) و یا دیدار تصادفی خیابانی و یا چت، بدون هیچ شناخت واقعی عاشق می‌شوند و در سنی نامناسب و شرایطی نابهنجار تن به ازدواجی می‌دهند که پایانی آن از ازدواج‌های سنتی (خواستگاری و...) هم کمتر است و محکوم به فروپاشی.

حال سؤالی که مطرح می‌شود این است: چرا ازدواج؟

هدف از ازدواج

جنبه‌های روان شناختی و زیست شناختی ازدواج

«در یک افسانه سانسکریت آمده است که خداوند گردی ماه، پیچ و تاب خزندگان، پیچش پیچکها، لرزش و ارتعاش علفها، لطافت گلها، سبکی برگها، نگاه تند آهوان، روشنی اشعه خورشید، اشک ابرهای تیره، ناپایداری باد، غرور طاووس، نرمی پر، سختی الماس، شیرینی عسل، درندگی ببر، گرمای آتش، سردی برف، پرگویی زاغ، و صدای کبوتر را یکجا ترکیب کرد و از آن زن را آفرید و او را به مرد داد. روزگار مرد سرشار از خوشبختی شد... با این همه پس از مدتی روی به درگاه خدا آورد و گفت: زندگی مرا تیره کرد. دائم وراجی می‌کند. تحمل مرا به آخر رسانده است آمده‌ام او را پس بدهم. خداوند او را پس گرفت. مدتی گذشت مرد باز آمد و گفت نمی‌توانم بی او زندگی کنم، و این سیر ادامه یافت... نه با او و نه بی او».

در پاسخ به اینکه چرا ازدواج می‌کنید با پاسخ‌های بسیار متفاوت و گاه

عجیبی روبرو می‌شویم که هیچ‌کدام توجیه‌کننده ازدواج نیستند. جوانی می‌خواست ازدواج کند که همسرش برای او جهیزیه، اتومبیل و منزل فراهم کند. جوان دیگری از ترس گناه و برای فرار از تنش جنسی به ازدواج روی می‌آورد. دختری هم می‌خواست پاکی، ایثار و انسانیت خود را در ازدواج با یک معلول قطع نخاعی به نمایش بگذارد... بی‌پرده بگویم از آینده این نوع ازدواج‌ها بایستی نگران بود چراکه اینها درک صحیحی از مفهوم ازدواج ندارند. باورها و امیال انسان در سیر زمان تغییر می‌یابد، اما ازدواج باید از استحکامی برخوردار باشد به تداوم یک عمر.

ازدواج پاسخی است به یک نیاز عمیق انسان.

پاسخی به "تنهایی" و احساس نیاز زندگی با یک "جفت".

این احساس نیاز پس از بلوغ در هر پسر و دختری پدید می‌آید.

هر پسر یا دختری با رسیدن به سن بلوغ این نیاز را احساس می‌کند، چون پرنده‌ای که در آسمان و بر شاخسار به دنبال یافتن جفت خویش است. تمایل به رابطه‌ی صمیمانه با جنس مخالف در هر انسانی وجود دارد و این انگیزه او را به دنبال دلدادگی، عشق ورزیدن و پذیرش عشق انسانی دیگر می‌کشد. شاید تعجب کنید اگر بگوئیم توانائی مهر ورزیدن در همه‌ی دختران و پسران جوان وجود ندارد. شرط رسیدن به این توانائی گذر موفقیت آمیز از مرحله‌ی "هویت" در سنین ۲۰-۱۱ سالگی است.

مرحله‌ی هویت یعنی مرحله‌ی بسیار حساس شکل‌گیری شخصیت انسان. در این دوره است که هر انسانی از خود می‌پرسد **من کیستم؟ مقصد من کجاست؟** می‌خواهم چکاره شوم؟ هدف من در زندگی ام چیست؟ کدامین افراد می‌توانند الگوی من در شکل‌گیری هویت باشند معلم، پدر، عمو، فلان فوتبالیست یا کسی دیگر. طی موفقیت آمیز این مرحله است که انسان بهنجار را به مرحله‌ی بعدی ارتقا

می‌دهد. مرحله‌ی صمیمیت در مقابل انزوا. شرح حال آغاز فصل دختری است که نتوانسته مرحله‌ی هویت را با موفقیت طی کند لذا در صمیمیت و پذیرش عشق انسانی دیگر دچار سردرگمی است. ویژگی این مرحله (۲۰-۴۰ سالگی) توانایی عشق ورزیدن و پذیرفتن عشق انسانی دیگر است. واقعیتی روان‌شناختی و زیست‌شناختی است که یک مرد بدون داشتن شریکی برای زیستن از جنس مخالف موجودی ناقص است، هم چنانکه یک زن. این رابطه در جوامع سنتی آئینی چون ما و براساس هنجارهای اجتماعی با ازدواج امکان پذیر می‌شود. بنابراین ازدواج پاسخی است به نیاز طبیعی انسان در جهت کمال رشد روانی و رسیدن به اوج صمیمیت^۱. پس فراتر از پاسخ به نیاز جنسی است، اگرچه پاسخ به این نیاز را نیز در بر دارد.

به سئوالی دشوارتر می‌رسیم:

رابطه‌ی عشق و ازدواج

نخست ناچاریم تعریفی از عشق و مفهوم آن و دیدگاه روانشناسان در این زمینه را ارائه دهیم. - راستی عشق چیست و با آن باید چگونه مدارا کرد؟
- آیا باید عشق را کشت یا گرامی داشت
فرهنگ دهخدا عشق را شگفت دوست به حسن محبوب یا درگذشتن از حد در دوستی معنی کرده است. فروید^(۱) عشق را همان سکس می‌داند و مظهري از لیبیدو^(۲) به سوی دیگران. رادو^(۳) عشق را واکنش هیجانی مستمر به یک منبع

الرجمذ

1- Freud

2- Libido

3- Rado, Sandor

لذت معلوم تعریف کرده است. اریکسون^(۱) عشق و سکس را لازم و ملزوم همدیگر می‌داند و در نهایت از دیدگاه اریک فروم^(۲) عشق پاسخی به مسأله وجودی انسان است در غلبه بر تنهایی و جدایی. جوابی کامل به معمای هستی. عشق ایثار کردن است نوعی نگرش که انسان را به تمامی جهان پیوند می‌دهد نه به یک فرد خاص. از نظر فروم اگر انسانی به راستی و صمیمانه کسی را دوست داشته باشد حتماً همه‌ی مردم دنیا و زندگی را دوست می‌دارد.



1- Erikson

2- Erick Fromm

شرح حال:

«نیما و آیدا اوایل بهار در یک مهمانی با هم آشنا شدند و در عرض چند روز به هم دل بستند. تماس‌های تلفنی، چت، ملاقاتهای حضوری، آنها را سریعاً به هم وابسته کرد، بگونه‌ای که اگر روزی چند بار با هم تماس نمی‌گرفتند، آرام و قرار از کف می‌دادند و ناآرام می‌شدند. فقط یک ماه پس از آشنایی آنها تصمیم به ازدواج گرفتند. آیدا به تمام خواستگاران دیگر علیرغم مخالفت والدین، جواب منفی داد و نیما را نیز وادار کرد که برای ختم غائله سریع‌تر قدم پیش‌گذارد و از او خواستگاری نماید به این عنوان که پدر و مادر راحت‌تر نمی‌گذارند و می‌خواهند مرا به زور شوهر بدهند. البته نیما هم خیلی قاطع قدم پیش‌گذاشت و از آیدا خواستگاری کرد. مخالفت والدین هر دو طرف بخاطر این همه عجله و عدم شناخت کافی، موجب اقدام به خودکشی‌نمایی آیدا شد. او به پدر و مادرش گفت یا نیما یا مرگ! من جز نیما با کسی ازدواج نمی‌کنم و همین حالا!

پدر و مادر نگران از سلامتی دخترشان، کوتاه آمدند و در یک پنج‌شنبه‌ی اوایل خرداد و در یک ساعت خوش و روز ولادت، پیمان عقد بسته شد و در شناسنامه‌ها ثبت! در چند ماه کوتاه دوران نامزدی مشکلات پدید آمده حاد نبودند. اما در چهارمین ماه پس از عروسی زندگی مشترک برای هر دو به جهنمی واقعی تبدیل شده بود. آنها تازه در می‌یافتند که در هیچ زمینه‌ای توافق ندارند. آیدا زندگی بیرون از خانه، غذا خوردن در رستوران، تئاتر و سینما رفتن، مهمانی رفتن و مهمان دعوت کردن را دوست داشت،

اما نیما ترجیح می‌داد در خانه بنشیند حتی اگر نیمرو بخورد. زیاد اهل مجامع و مهمانی نبود. اما اختلاف به اینجا ختم نمی‌شد. نیما در فکر کار بیشتر و پس‌انداز برای آینده بود و آیدا با ولخرجی‌های خود می‌خواست به قول خود لحظه‌های خوشی را بگذراند و پس‌انداز برای آینده را تعویض نقد با نسیه می‌دانست. آنها در زمینه‌ی نوع پوشش (لباس)، نوع موسیقی دلخواه نیز تفاهم نداشتند. در یک کلام، فرهنگ خانواده‌های آنها متفاوت بود. نیما احساس می‌کرد آیدا با تهدید او به ازدواج با خواستگاران دیگر وی را در بن‌بست قرار داده و با عجله خود را به او تحمیل کرده است. از طرف دیگر آیدا با یادآوری خودکشی ادعا می‌کرد که به خاطر نیما تا پای جان پیش رفته است اما نیما قدر او را نمی‌داند. حقیقت این بود که احساس آنها مجموعه‌ای از کشش‌های جنسی، تصویری از عشق اولیه ذهنی، گرایش به جنس مخالف و... بود. بدون توجه به واقعیت‌های زندگی، بدون توجه به فرهنگ مشترک، طبقه‌ی اجتماعی، باورها، علایق و... اقدام شتاب‌آلود آنها بدون توجه به توصیه‌های والدین، بدون بهره‌گیری از مشاوره و فقط بر اساس احساس زودگذر نمی‌توانست نتیجه‌ای جز شکست داشته باشد.»

و پاسخ به سئوالی دشوارتر با عشق چه باید کرد؟

اگر با یک نگاه دلتان ریخت، عاشق شدید یا با چت، تلفنی و خیابانی، بله این نوع به اصطلاح "عشق" را بکشید. چون عشق نیست گرایش به جنس مخالف است در یک پس‌زمینه‌ی ای که در ناخودآگاه شما از عشق اولیه وجود

دارد. اجازه دهید این موضوع را بیشتر بشکافیم. مطالعه‌ی **جدلیکا**^(۱) نشان داد کودکان هاوایی با نژاد مجزا (ژاپنی - سفید - بومی) بیشتر تمایل داشتند با نژاد والد جنس مقابل ازدواج کنند. به این معنی که یک دختر ژاپنی با پدر سفیدپوست تمایل به ازدواج با یک سفیدپوست را داشت و یا یک پسر سفیدپوست با مادر بومی تمایل به ازدواج با یک دختر بومی را در سر می‌پروراند. این توصیف نشان می‌دهد که ما چرا یک فرد خاصی را دوست داریم. چرا به تیپ خاصی گرایش داریم. روان‌پویایی توضیح می‌دهد که حافظه‌ی ناخودآگاه باقی مانده از افراد و تجارب کودکی که **هندیکس**^(۲) آن را خاطرات کودکی (ایماگو) می‌نامد، انبوهی از نمایه‌هایی را بوجود می‌آورد که به هنگام برخورد با خصوصیات مشابه شعله‌ور می‌شود. این نمایه‌ها همان انسان‌های دوران کودکی مان هستند که دوستشان داشتیم و عشق اولیه‌ی ما بودند. مادر، دایه، مراقب و...

این توصیف روان‌پویایی نشان می‌دهد چرا بعضی از ما از دختران ظریف و ریزه خوشمان می‌آید یا سبزه رو، گندمگون، باریک، چاق، چشم آبی، درشت اندام و... یا چرا بعضی از دختران، مردان چهارشانه را ترجیح می‌دهند و برخی سبیل‌دار، خشن یا ظریف را ترجیح می‌دهند.

با عشق چه باید کرد؟ گفتیم که اگر این عشق در هاله‌ای از ابهام و بدون شناخت طرف مقابل و بر اساس همان گرایش‌های ناخودآگاه شعله‌ور شده باشد، برای ازدواج یا زندگی مشترک و زیستن به درازی عمر در زیر یک سقف کارایی ندارد. این هوس، شهوت و کشش جنسی است در قالب عشق. این ازدواج‌ها قطعاً به طلاق و شکست منجر می‌شود. بهتر است این عشق‌ها را

عشق‌های هالیوودی نام بگذاریم. هنرپیشگانی که در هر فیلمی بازی می‌کنند عاشق بازیگر جنس مخالف می‌شوند اما بعد از چند هفته یا ماه از هم جدا می‌شوند اگر ازدواج کنند هم، چیزی عوض نمی‌شود.

در اینجا ذکر دو نمونه‌ی متضاد از عشق‌های واقعی و هالیوودی خالی از لطف نیست. کلارک گیبل هنرپیشه‌ی مرد خوش تیپ دهه‌ی پنجاه میلادی امریکائی، در هر فیلمی بازی می‌کرد عاشق؟! نقش مقابل خود شده با او رابطه برقرار می‌کرد، تا فیلم بعدی و زن هنرپیشه‌ی بعدی! نمونه‌ی کامل عشق‌های هالیوودی. کرک داگلاس هنرپیشه‌ی دیگر امریکائی که در دهه‌ی هفتاد میلادی با فیلم اسپار تاکوس به اوج محبوبیت و شهرت رسید در ۱۹۹۴ به هنگام دریافت اسکار افتخاری برای پنج دهه فعالیت سینمایی در هشتاد سالگی، در حالی که سکنه کرده بود و به دشواری حرف می‌زد، به هنگام بالا بردن مجسمه‌ی اسکار، همسرش را خطاب قرار داد و گفت: «دوستت دارم» این فریاد کردن عشق است، پس از یک عمر زندگی مشترک، همسر هفتاد ساله‌اش نیز از شوق می‌گریست. بسیاری از مردان و زنان ایرانی نیز دهه‌ها با وفاداری کامل باهم زندگی می‌کنند اما ما، متأسفانه عشق را فریاد نمی‌کنیم. به هم دوستت دارم نمی‌گوئیم.

باید این فریاد کردن عشق را بیاموزیم. شاید هم نیازی به الگوی غربی نباشد اما خوب در همه جای دنیا خوب است و الگوگرفتنی و بد در همه جای دنیا بد است و اجتناب کردنی. علت الگو شدن هنرمندان نیز واضح است، آنها جلو دوربین و زیر ذره‌بین هستند.

اما عشقی که فروم از آن سخن می‌گوید، عشقی که با شناخت، آگاهی و احساس توأم است می‌تواند شعله‌ای را روشن سازد که اگر پاس داشته شود می‌تواند سالیان طولانی روشن بماند و گرمی بخش زندگی باشد. این نوع عشق

را باید پاس داشت و حفظ کرد.

عشق در خیابان با تلاقی دو نگاه، با شماره‌گیری شانس و چت عشق نیست. عشق حاصل تماس‌های پایا در محل کار، تحصیل، اجتماعات نظیر انجمن‌ها، کلوپ‌ها و نشست‌هاست. حاصل رفت و آمدها، بیان عقاید، مشاهده رفتارها و برخوردها و نشست و برخاست‌ها و شناخت عمیق است.

شرح حال:

«اکبر ۲۸ ساله در فرانسه مشغول تحصیل بود. او برای ازدواج با یک دختر ایرانی از چندین سال قبل خانواده‌اش را تحت فشار قرار داده بود. خانواده در غیاب اکبر به خواستگاریهای متعددی دست زدند اما همه جا با پاسخ "پس دامادکو" روبرو شدند. هیچ خانواده‌ای راضی نبود با پسری که او را ندیده است وصلت نماید. سرانجام اکبر در دیار فرنگ با دختری ایرانی بنام زهره آشنا شد که ۲۵ ساله بود. آشنایی آنها در فضای باز مغرب زمین خیلی سریعتر از آنچه انتظار می‌رفت به صمیمیت و روابط بسیار نزدیک منتهی شد. بگونه‌ای که آنها با بیان متقابل اینکه هر دو قصد ازدواج دارند، در عرض چند هفته، تمام سدهای فیما بین را شکستند و آنچنان با هم صمیمی شدند که عنان اختیار از دست دادند و سکس را به روابط صمیمانه افزودند. لذت سکس آنچنان آنان را مست کرده هر دو به راحتی پذیرفتند عاشق هم هستند و می‌توانند عمری را با لذت و شادی با هم زندگی کنند. در چهارمین ماه آشنایی ازدواج کردند، اما با گذشت ۶ ماه از زندگی مشترک شعله‌ها فروکش کرد و سکس جذابیت خود را از دست داد و اختلافات شروع شد و روز

به روز دامنه‌ی وسیع‌تری یافت. آنها تازه چشم باز کرده احساس می‌کردند اختلافات سلیقه‌ای‌شان فراوان و تفاهم اندک است. پس از یک سال اکبر و زهره در آستانه‌ی طلاق قرار گرفته بودند.»

عشق همان سکس نیست. سکس می‌تواند بدون عشق هم باشد، اما در عشق سکس به دنبال عشق و پس از رسیدن به صمیمیت برقرار می‌شود و غنای عشق را می‌افزاید. اگر ابتدا سکس آمد و بعد عشق، این عشق نیست همان سکس و هوس و شهوت است.

سکس از اجزاء ازدواج است. از ضرورت‌های ازدواج است. ازدواج بدون سکس دوام نمی‌آورد نمونه آن زوج‌های به وصال نرسیده‌ای^(۱) هستند که اگر مسأله سکس آنان حل نشود با وجود تفاهم در سایر زمینه‌ها ازدواج‌شان به طلاق و شکست می‌انجامد.

آیا باید با عشق ازدواج کرد؟ بله به این مفهوم که اگر به کسی احساس مثبت ندارید هرگز با او ازدواج نکنید. مراجعینی داشته‌ام که حاصل ازدواج‌های سنتی بوده‌اند. دختر یا پسر به سفارش والدین گردن نهاده به این خاطر که فلانی مثلاً پسر یا دختر خوبی است. اما اکنون پس از سالها می‌گویند هیچ احساسی نسبت به هم ندارند اگرچه اذعان دارند که همسر خوبی است، هیچ بدی از او ندیده‌اند اما احساسی نسبت به هم ندارند.

شرح حال:

”زیبایی ماندانا به راستی خیره‌کننده و بی‌مانند بود، به گونه‌ای که توجه و تحسین هر انسانی را برمی‌انگیخت. او از دوران کودکی به همین خاطر همه جا مورد توجه قرار می‌گرفت و از اینکه

چنین آفریده شده است احساس غرور و لذت می‌کرد.

از نوجوانی با خیل عظیم ستایشگران و سینه‌چاکان و خواستگاران روبرو شد اما با لذتی آمیخته به غرور به همه بی‌اعتنایی نشان می‌داد. این احساس در درون او پدید آمده بود که هیچ‌کس لیاقت او را ندارد. اما در نهایت در ۲۱ سالگی به اصرار پدر و مادر به خواستگاری با فرهنگ و دارای امکانات مالی خوب بله گفت، گرچه این ازدواج از همان اول با جنگ قدرت و کشمکش همراه بود. ماندانا نه تنها احساس می‌کرد بلکه آشکارا به زبان می‌آورد که از بین صدها خواستگار به این یکی افتخار بزرگ همسری‌اش را عطا کرده و همین افتخار او را کفایت می‌کند.

همسرش باید ممنون او باشد و در تمام مسائل بدو تمکین کند. او گذشت خود را با پذیرش ازدواج انجام داده است. اما مساله به اینجا ختم نمی‌شد. هر لبخند ماندانا به یک مرد حسادت شوهرش را به همراه داشت و او را نگران می‌کرد که مبادا همسرش تسلیم و سوسه یکی از سینه چاکان خود شود. او به وضوح شیفتگی و نگاه شهوت‌آلود مردان دیگر را نسبت به همسرش احساس می‌کرد.

شاید هم به حق نگران بود. البته ماندانا در وفاداری نسبت به همسرش تردیدی بخود راه نمی‌داد به همین جهت تحمل حسادت‌های او را نداشت. این روابط شکننده و پر تنش تا چند سال همچنان ادامه یافت تا اینکه سر و کله‌ی جوانی بنام مراد پیدا شد. مراد از دوستان خانوادگی ماندانا بود که زمانی خواستگار او بود، اما بعد برای تحصیل به خارج از کشور رفت. ماندانا خسته از به قول خود زیاده‌طلبی‌های همسرش به مراد اندکی توجه نشان

داد، اما همین نرمش مختصر کافی بود روابط شکننده ماندانا با شوهرش را به بحرانی عمیق بکشاند و به اصطلاح کاسه‌ی صبر همسر را لبریز کند. آنها در آستانه‌ی جدایی قرار گرفتند. هر دو طرف مدعی بودند طرف دیگر را تحمل می‌کنند و بیشتر از این تاب تحمل ندارند. زیبایی ماندانا آشکارا به عامل برهم زنده‌ی استحکام خانواده، پیدایش حسادت در همسر و غرور بی‌جا در خود او تبدیل شده بود».

آیا باید مرد یا زن جذاب و زیبا باشند تا ازدواج موفقیت‌آمیز باشد؟ هرگز! زیبایی به تنهایی عاملی در موفقیت و پایداری ازدواج نیست، بلکه گاهی (و نه همیشه) سبب شکست ازدواج نیز می‌شود. واقعیتی است که زیبایی و جذابیت ممکن است غرور نابجایی ایجاد کند و در این صورت سازگاری و انعطاف‌پذیری را کاهش دهد. و نکته‌ی دیگر که البته در جامعه‌ی ما چندان جایگاهی ندارد، و سوسه‌های مردان جذاب و زنان زیباست که در جوامع غربی ممکن است پایایی ازدواج را به خطر اندازد. یک زن زیبای غربی هر چقدر خوددار باشد ممکن است در برابر صد و یکمین دلداده و سوسه شود و وفاداری‌اش لطمه بخورد، همچنان که یک مرد جذاب. اما نفی ضرورت زیبایی برای پایایی ازدواج به معنی نفی اهمیت ظاهر و فیزیک بدنی در ازدواج نیست. ظاهر شریک زندگی آینده‌ی شما باید مقبول شما بوده احساس مثبتی نسبت به او داشته باشید.

رفتار جنسی - هویت جنسی - نقش جنسی

I - رفتار جنسی

شرح حال:

«منیره دختری ۱۹ ساله به علت مشکلات در روابط صمیمی با همسر، به روانپزشک ارجاع شده است. او که با چادر سیاه، مقنعه و شلوار به روانپزشک آمده است، آشکارا در ایجاد رابطه با روانپزشک مرد مشکل دارد، با چادر سیاه صورتش را پوشانده است. پاسخ‌هایش کوتاه و تک واژه‌ای است. روانپزشک به علت پوشش صورت، قادر به تشخیص پاسخ‌های هیجانی درمانجو نیست. تلاش او برای ایجاد رابطه‌ی درمانی به دشواری پیش می‌رود. همسر بیمار نیز ظاهراً دست کمی از منیره ندارد. او عرق کرده است به شدت خجالت می‌کشد، پاسخ‌هایش با مکث‌های طولانی، کوتاه و تک واژه‌ای است. اکثراً پاسخ‌ها را به همسر ارجاع می‌دهد و از واژه‌هایی مثل نمی‌دانم، قابل شرح دادن نیست، نمی‌شود گفت، آخر چطور بگویم، استفاده می‌کند. در نهایت یکی از نزدیکان آن دو که همراه آمده است به روانپزشک توضیح می‌دهد که آنها سه سال قبل به دنبال یک خواستگاری سنتی با هم نامزد شدند. قبل از مراسم نامزدی منیره و نامزدش فقط یک بار آن هم به مدت چند دقیقه همدیگر را دیده بودند. احساس شرم و گناه مانع از آن بود که به خوبی سر تا سر اندام و قیافه همدیگر را برانداز کنند. آنها به این جهت با هم نامزد شدند که والدینشان این ازدواج را مناسب تشخیص داده بودند. روانپزشک منیره را برای بررسی بیشتر و تشخیص به یک بانوی روانپزشک ارجاع می‌دهد.

کار خانم دکتر هم چندان سهل نیست. احساس‌های شرم، گناه، دیدگاه نسبت به سکس مانع از سهولت رابطه‌ی درمانی می‌شوند. در نهایت خانم روانپزشک به همکاری‌اش گزارش می‌کند که منیره در خانواده‌ای سنتی بزرگ شده است، بیاد می‌آورد که هر وقت می‌خواست بخندد به او نهیب می‌زدند که خودش را کنترل کند. "رفتار زنانه" در خانه‌ی آنها معادل رفتار روسپی‌ها بود. مادر به او آموخته بود که مردان موجوداتی هستند شریر و متجاوز که همیشه در کمین زنان هستند. می‌خواهند او را تنها گیر بیاورند و گوهر عفت او را بربایند. باید از مردها پرهیز کند. با آنها حرف نزند تا پاک بماند. او با این فرهنگ به بار آمد و به ۱۷ سالگی رسید. در یک شب زمستانی به او گفته شد که خواستگار خواهد آمد. منیره به تلخی گریست، به مادرش التماس کرد که آمادگی ندارد و هنوز بیچه است اما مادر و پدر نمی‌خواستند "ایوب آقا" پسر حاجی اکبر را از دست بدهند چرا که خانواده‌ای سرشناس و معتبر بودند. پسر هم حرف نداشت او نیز تاجر فرش بود و موفق و خوشنام. مراسم به خاطر نزدیک بودن یک ساعت خوش و یک روز عید مذهبی با سرعت و عجله ترتیب داده شد و با فاصله ۴۵ روز از نخستین خواستگاری منیره و ایوب آقا قانوناً زن و شوهر شدند. گرچه به خاطر فراهم کردن جهیزیه و خانه و بعضی مسائل جنسی، آنها یک سال نامزد باقی ماندند. اما عجیب اینکه در این مدت نسبتاً طولانی هیچ‌گونه رابطه‌ی انسانی و صمیمیت و روابط گرم بین آن دو به وجود نیامد. دید و باز دیده‌ها نسبتاً رسمی و عاری از جنبه‌های صمیمانه بودند. البته ترس منیره از ایوب آقا تا حدی فرو ریخت

اما فاصله فرو ریختن ترس تا پیدایش صمیمیت راه درازی بود. خانم دکتر تردید داشت که منیره بدون طی کردن یک دوره‌ی روان‌درمانی و تغییر باورها و شناخت‌ها قادر به ایفای نقش زنانگی و برقراری صمیمیت با یک مرد باشد. هم چنانکه پس از هجده ماه او و همسرش نتوانسته بودند با هم رابطه‌ی جنسی کامل برقرار کنند».

هویت جنسی

جنین انسانی در آغاز شکل ماده دارد. تفکیک نر از ماده در هفته ششم عمر جنین و تحت تاثیر هورمون‌های آندروژن^(۱) جنینی صورت می‌گیرد. با این وصف نوزاد به دنیا آمده، هیچ‌گونه گرایش جنسی^(۲) به هیچ‌کدام از دو جنس ندارد، اما از بدو تولد با انبوهی از رفتارهای والدین و اطرافیان روبروست که شناخت او را از جنسیت خود شکل می‌دهد. با پسرپچه‌ها چون یک پسر و با دخترپچه‌ها چون یک دختر رفتار می‌شود. کودک از رفتار جنس مقابل به شدت بازداشته می‌شود. اگر پسری چادر به سرکند، پدر و مادر بر سرش فریاد می‌کشند که مگر تو دختری؟ حتی لحن حرف زدن جنس مقابل مورد ایراد قرار می‌گیرد و اصلاح می‌شود. این‌گونه است که یک کودک در دو یاسه سالگی با قاطعیت می‌گوید من یک پسر یا من یک دخترم.

چه عواملی تمایلات جنسی انسان را شکل می‌دهند؟

1- Androgen

2- Sexual orientation

جنسیت^(۱): علیرغم کتب و فرهنگ‌نامه‌های معتبر برای سهولت درک مطلب بهتر است جنسیت را مترادف ساختار بدنی بدانیم. کسی که از نظر ظاهر بدنی مرد است می‌گوییم **جنسیت مذکر** دارد، یعنی آلت تناسلی خارجی، شکل رویش موی، بدن تون صدا و هورمون‌های مردانه دارد، پس مرد است. جنسیت او مردانه است و برعکس.

توجه کنید اگر این مرد خود را مرد بداند و چون یک مرد رفتار کند، رفتار جنسی مردانه داشته باشد، خواهیم گفت **هویت جنسی**^(۲) مردانه دارد. او هر کاری انجام می‌دهد تا همگان او را یک مرد بشناسند و با او چون یک مرد رفتار کنند. پس چنین فردی مشکل هویتی ندارد. اما اگر این فرد با ظاهر فیزیکی و ساختار بدنی و هورمونی مردانه، خود را مرد نداند، رفتار زنانه داشته باشد، از مرد بودن خود متنفر باشد، تمایل داشته باشد که حتی با هورمون درمانی و عمل جراحی جنسیت خود را عوض کند، خواهیم گفت این فرد **اختلال هویت جنسی** دارد. یعنی نمی‌تواند خود را با مرد بودن تطبیق دهد. بنابراین هویت جنسی بر مبنای آگاهی از مرد یا زن بودن خود و داشتن احساس مردانگی و زنانگی، بدون توجه به جنسیت است. یعنی اینکه هویت جنسی ممکن است با جنسیت سازگار باشد یا نباشد. به عبارت دیگر **جنسیت پدیده‌ای است که فرد با آن زاده می‌شود و هویت پدیده‌ای اکتسابی است.**

نقش جنسی^(۳):

یعنی هر آنچه یک فرد برای شناساندن خود به عنوان یک مرد یا زن انجام

1- Sexual Identity

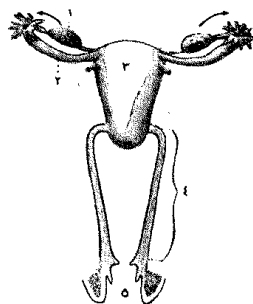
2- Gender Identity

3- Gender Role

می دهد و بالاخره گرایش جنسی یعنی الگوی غالب رفتار جنسی یک فرد به ویژه برتری فعالیت جنسی با افراد جنس خودی، یا مقابل یا هر دو، یا احیاناً داشتن انحرافات جنسی.^(۱)

اگر فردی به جنس خودی گرایش داشته باشد او را هم جنس گرا^(۲) می نامند. گرایش به جنس مقابل ناهم جنس گرا^(۳) خوانده می شود. افرادی نیز ممکن است به هر دو جنس^(۴) گرایش داشته باشند که آنان را دو جنس گرا مینامند. نکته مهم این است که موضوع یا تکانه های جنسی فرد به کدام سمت است؟ در خیال پردازی جنسی، کدام جنس را هدف قرار می دهد و با کدام جنس تحریک می شود.

ساختمان دستگاه تناسلی زن و مرد



ساختمان دستگاه جنسی زنانه^(۵)

شامل قسمت های زیر است:

تخمدانها

لوله های رحمی

رحم

مهبل و پرده بکارت

دستگاه تناسلی خارجی (فرج)

ش ۶۲ - دستگاه تناسلی زن (شاماتیک)

۱- تخمدان ۲- شیپور ۳- رحم ۴- مهبل ۵- فرج .

1- Paraphilias

2- Homo - Sexual = same sex

3- Opposite Sex = Hetero Sexual

4- Bisexual =Both Sex

5- Female genital organ

تخمندانها^(۱): به تعداد یک جفت در قسمت دیواره‌ی حفره‌ی لگنی قرار گرفته‌اند، تخم مرغی شکل بوده به طول ۳/۵ سانتی متر، عرض ۲ سانتی متر و ضخامت یک سانتی متر به وزن ۸-۶ گرم. پس از قطع قاعدگی وزن تخمدان به کمتر از یک گرم کاهش می‌یابد. تخمدان‌ها هم زمان، هم به عنوان یک غده با ترشح داخلی، هورمون‌های جنسی را ترشح می‌کنند و وارد خون می‌سازند و هم هر ماه یک تخمک (سلول جنسی) را به حد رشد رسانده و آزاد می‌کنند. این تخمک در روز چهاردهم دوره‌ی قاعدگی آزاد شده و از طریق لوله‌های رحمی به رحم انتقال می‌یابد. ترشح داخلی تخمدان (هورمون‌های جنسی) موجب بروز صفات زنانه، پیدایش تمایلات و احساسات زنانه، ظرافت صدا، بزرگی پستان‌ها می‌شوند. تخمک آزاد شده از رحم فقط ۴۸ ساعت زنده می‌ماند و مدتی بسیار کوتاه‌تر یعنی ۱۲ ساعت قدرت باروری (تبدیل شدن به جنین) را دارد. به عبارت دقیق‌تر یک زن در هر دوره‌ی ماهانه قاعدگی فقط در این ۱۲ ساعت اگر با مردی مقاربت کند باردار خواهد شد. به این ترتیب که در حین مقاربت مایع منی حاوی سلول‌های جنسی مردانه (اسپرم) وارد مهبل شده از آنجا تا لوله‌های رحمی پیش می‌روند. قوی‌ترین اسپرم‌ها که قدرت حرکت بیشتری دارند خود را به سلول جنسی زنانه (تخمک) می‌رسانند و دور تا دور آن حلقه می‌زنند و آنگاه تلاش خود را برای دخول به سلول جنسی ماده که بسیار بزرگتر از سلول جنسی مردانه است آغاز می‌کنند. از میلیون‌ها سلول جنسی مردانه فقط یک اسپرم موفق به دخول به داخل تخمک می‌شود. به محض دخول اسپرم (که هنگام دخول دمش نیز کننده می‌شود) بار الکتریکی خارجی سلول تخمک تغییر یافته و همه‌ی اسپرم‌های دیگر از دیواره‌ی تخمک کنده شده دفع می‌شوند و سلول

1- Ovarium

تخمک که حال تبدیل به سلول تخم بارور شده رشد خود و حرکت به رحم را برای تبدیل شدن به جنین انسان آغاز می‌کند.

لوله‌های رحمی^(۱): دو لوله‌ای هستند که از تخمدان‌ها در جداری لگن به رحم کشیده شده‌اند و هدایت تخمک از تخمدان به رحم را بر عهده دارند. طول هر کدام از لوله‌ها ۱۴-۱۰ سانتی متر و قطر آن نیز حدود ۳-۴ میلی متر است.

رحم^(۲): عضوی عضلانی تقریباً گلابی شکل می‌باشد که محل رشد جنین می‌باشد. در زنی که باردار نشده است ۶ سانتی متر طول دارد و وزنش نیز به ۵۰ گرم نمی‌رسد. اما پس از بارداری به همراه جنین بزرگ شده و در اواخر حاملگی طول آن به بیش از سی سانتیمتر می‌رسد. با ختم حاملگی رحم بتدریج کوچکتر می‌شود، اما هرگز به اندازه قبلی باز نمی‌گردد.

مهبل^(۳): قسمتی لوله مانند است که رحم را به دستگاه تناسلی خارجی متصل می‌کند. طول تقریبی این لوله ۹ سانتی متر است. دو دیواره‌ی جلویی و عقبی در حالت عادی روی هم خوابیده اما در زمان مقاربت و بر اثر تحریکات جنسی خون در بافت دیواره‌ی لوله پر شده و آن را به یک استوانه تبدیل می‌کند، در همین زمان ترشحات غدد دیواره‌ی مهبل نیز آن را نرم و لزج ساخته دخول آلت را تسهیل می‌سازند. در غیاب تحریک جنسی مقاربت دردناک و توام با سائیدگی بافتی است.

پرده بکارت^(۴): پرده‌ای مخاطی است که در انتهای پائینی مهبل قرار دارد و معمولاً دارای چند سوراخ است. این پرده در اولین مقاربت پاره شده و از بین

1- Tuba Uterina

2- Uterus

3- Vagina

4- Hymen

می رود.

دستگاه تناسلی خارجی^(۱): شکافی است که در وسط آن فرورفتگی بنام دهلیز مشاهده می شود و در ته آن مجرای ادرار و مهبل باز می شود. در هر دو طرف فرج لبهای بزرگ در خارج و لبهای کوچک در داخل قرار دارند. در انتهای قدامی لبهای کوچک عضو تحریکی زن بنام کلیتوریس^(۲) قرار دارد.

دستگاه تناسلی مردانه^(۳)

دستگاه تناسلی مردانه شامل قسمت های زیر است:

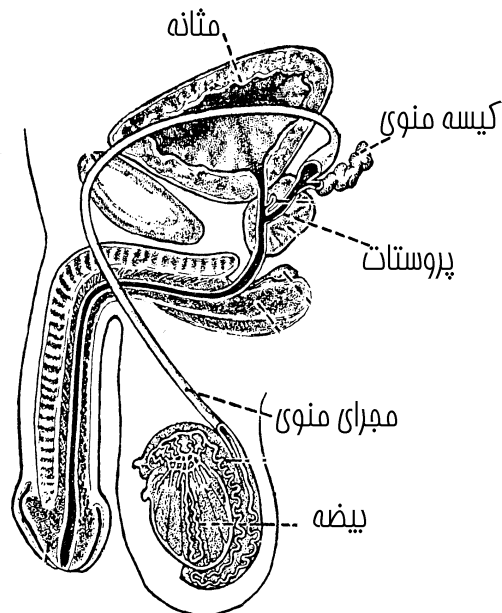
بیضه ها

مجرای ناقل منی

کیسه منوی

پروستات

آلت



1- Vulve

2- Clitoris

3- Male genital organ

بیضه ها^(۱): سازنده‌ی سلول‌های جنسی مردانه (اسپرم) بوده نیز موادی بنام هورمون‌های جنسی مردانه در خون ترشح می‌نمایند که پدید آورنده‌ی صفات جنسی مردانه مانند پیدایش مو در صورت و قسمتهای مختلف بدن، اندام عضلانی مردانه، خشونت صدا و تمایلات جنسی مردانه می‌شوند. بیضه‌ها به تعداد یک جفت در کیسه‌ی بیضه در ناحیه میان دو راه قرار گرفته‌اند. شکل بیضه تخم‌مرغی و اندازه‌ی هر کدام به طول ۴-۵ سانتی متر ضخامت ۲/۵ سانتی متر و ارتفاع سه سانتی متر می‌باشند وزن تقریبی بیضه ۲۰ گرم است.

مجرای ناقل منی^(۲): از سر بیضه شروع شده و به کیسه منوی در بالای پروستات ختم می‌شود. طول این مجرا در حدود ۱۰ سانتی متر است.

کیسه منوی^(۳): کیسه منوی در انتهای مجرای منوی قرار گرفته به طول ۵-۶ سانتی متر و عرض ۱۵ میلی متر که محل ذخیره منی قبل از تخلیه می‌باشد. مجرای دیگری این کیسه را پس از عبور از داخل غده پروستات به مجرای ادرار متصل می‌کند. هنگام مقاربت یا تحریک، کیسه منوی منقبض شده و محتویات خود را از طریق این مجرا به مجرای ادرار تخلیه می‌کند. این محتویات (اسپرم) با ترشحات پروستات رقیق شده و از مجرای ادرار خارج می‌شود.

آلت^(۴): دستگاه تناسلی خارجی مردانه استوانه‌ای شکل بوده، در انتها به برجستگی مخروطی شکل بنام حشفه^(۵) ختم می‌شود. طول آن در حالت عادی ۹ سانتی متر و قطر آن نیز در همین حدود است، اما در حالت تحریک (نعوظ) طول آن به ۱۵ سانتی متر و قطر آن نیز به ۱۲ سانتی متر می‌رسد. آلت تناسلی

1- Testis

2- Vasms

3- Seminal Vesicula

4- Penis

5- Gland

مردانه ساختمان بافتی خاصی دارد که هنگام تحریک خون در آن‌ها پر می‌شود و حجم آن را به چند برابر می‌رساند و باعث سفتی (نعوظ، برافراشتگی) آلت می‌شود.

چرخه‌ی پاسخ جنسی انسان: عوامل پیچیده‌ای در پاسخ جنسی انسان

به‌نحوا تأثیرگذارند از آن جمله است:

رشد روانی جنسی فرد،

نگرش‌های روان‌شناختی نسبت به سکس،

نگرش نسبت به شریک جنسی و مکان.

(۱) چرخه‌ی پاسخ جنسی در هر دو جنس با **مرحله‌ی میل جنسی** ^(۱) آغاز

می‌شود. این مرحله شامل تخیلات جنسی و میل به آمیزش است.

(۲) **مرحله‌ی تحریک** ^(۲) در مرد: چند دقیقه تا چند ساعت طول می‌کشد.

اوج تحریک ۳۰ ثانیه تا ۳ دقیقه است. نعوظ در نتیجه‌ی پرخونی رگ‌های آلت.

افزایش اندازه و قطر آن می‌باشد.

- **مرحله‌ی تحریک در زن:** چند دقیقه تا چند ساعت. اوج انگیزش ۳۰ ثانیه

تا ۳ دقیقه.

احتمال برآمدگی نوک پستان‌ها. افزایش حجم کلیتوریس، پرخونی مهبل،

ترشحات، انقباضات شبه زایمانی در اوج تحریک.

(۳) **مرحله ارگاسم** ^(۳) (اوج لذت جنسی: ۱۵-۳ ثانیه، در مرد انزال (ترشح

مایع منی) با چند انقباض پشت سر هم. افزایش ضربان قلب و فشار خون و

تنفس. پس از ارگاسم در مرد یک دوره‌ی استراحت (ناگذاری) وجود دارد که در

1- Sexual desire

2- Arosal

3- Orgasm