



بعد از ازدواج با دوستان دوره مجردی قطع رابطه کنیم؟

شما هم بعد از ازدواج با دوستان دوران مجردی تان قطع رابطه کرده‌اید؟ برخی از خانم‌ها یا آقایان که به تازگی ازدواج کرده‌اند این کار را می‌کنند.

شما هم بعد از ازدواج با دوستان دوران مجردی تان قطع رابطه کرده‌اید؟ برخی از خانم‌ها یا آقایان که به تازگی ازدواج کرده‌اند این کار را می‌کنند. آنها احساس می‌کنند که چون وارد مرحله جدیدی از زندگی شده‌اند باید هر گونه ارتباط خود را با زندگی مجردی قطع کرده و روابطشان را به خانواده و همسرشان محدود کنند. در این بین سهم خانم‌ها بیشتر از آقایان است و زنان زیادی همسرشان را جایگزین دوست‌های دوران مجردی می‌کنند. اما این کار تا چه حد درست است؟ آیا همسر می‌تواند تمام خلائهای شما را برای دوست پر کند؟

به گزارش سلامت نیوز به نقل از نی نی سایت، سوال‌هایمان را از دکتر محمد رضاییگی، روانشناس بالینی پرسیدیم. توضیحات او را در ادامه می‌توانید بخوانید؛

زن و شوهر یا دوقلوهای به هم چسبیده!

بحث روابط با دوستان، به طور کلی مربوط به زندگی قبل از ازدواج و بعد از ازدواج و تغییراتی که در زندگی افراد ایجاد می‌شود، برمی‌گردد. بگذارید ابتدا یک نکته مهم را یادآوری کنم؛ نگاه به ازدواج باید طوری باشد که چیزی را به انسان اضافه کند نه اینکه چیزی را از او بگیرد. هر چیزی که قبل از ازدواج خوب بوده و نیاز به حساب می‌آمده است اگر بعد از ازدواج حذف شود، خوب نیست. ازدواج نباید این کار را با فرد بکند.

بعضی افراد اعتقاد دارند که زن و شوهر همیشه باید پیش هم باشند، باید همه جا با هم بروند و نباید کسی به تنهایی جایی برود یا کاری بکند. اما این باور نادرستی است که مخصوصا خانم‌ها نسبت به همسرشان یا حتی خودشان دارند! آنها نباید تنهایی‌شان را از دست بدهند و نباید همسرشان را نیز وادار به این کار کنند بلکه باید بتوانند گاهی در اختیار خودشان باشند و حتی بدون همسر و با دوستانشان وقت بگذرانند.

اگر خانم‌ها فکر کنند حالا که همسر وارد زندگی شده است پس همه چیز را با او داشته باشند و تمام خلائهای عاطفی‌شان را به وسیله او پر کنند، اشتباه است. این طرز فکر در نهایت منجر به ناراحتی و سرخوردگی‌شان می‌شود چون توقعات‌شان بالاتر از حد توان مرد است و به دنبال آن نارضایتی دائمی از همسر خود پیدا می‌کنند چراکه او نمی‌تواند تمام این نیازها را پاسخگو باشد.

گول دوران نامزدی را نخورید!

ریشه این اشتباه در دوران نامزدی و آشنایی قبل از ازدواج شکل می‌گیرد. این دوران که دوران طلایی زندگی مشترک زوج‌هاست از هر لحاظ ایده‌آل است. زن و مرد رابطه خیلی صمیمی و عاشقانه‌ای در این دوران دارند، تمام وقت و انرژی را برای یکدیگر صرف می‌کنند و در تفریح و گشت‌وگذار هستند و جاهایی می‌روند که ممکن است بعدها نروند یا کارهایی بکنند که بعدها وقتی برای آنها نداشته باشند.

خانم که فکر می‌کند قرار است زندگی همیشه همین طور باشد، پایه برخی چیزها را بر همین اساس در این زمان می‌گذارد! به همین دلیل وقتی بعد از ازدواج زندگی به روال معمول خود بازمی‌گردد خانم نگران می‌شود و حس می‌کند که همه چیز یکدفعه عوض شده است و در ذهنش سوالات و مشغله‌هایی شکل می‌گیرد که نکند زندگی‌اش دچار مشکل شده یا همسرش دیگر دوستش ندارد و...

در حالی که اشتباه او این بوده است که زندگی دوران نامزدی را به تمام زندگی تعمیم داده و آن را پایه و اساس زندگی قرار داده است. وقتی در دوران نامزدی می‌بینند که همسرشان برایشان همه چیز هست، احساس می‌کنند که به شخص دیگری احتیاج ندارند اما در زندگی واقعیت‌هایی وجود دارد که نمی‌توان این طور احساسی به مسائل نگاه کرد. وقتی زندگی چهره واقعی‌اش را نشان دهد و از بار عاطفی و احساسی آن کم می‌شود، با واقعیت زندگی مواجه می‌شویم و می‌فهمیم که به انسان به روابط دوستی هم نیاز دارد و باید دوستان دوران مجردی را برای خود حفظ کند.

اسباب‌بازی جدیدی به نام شوهر!

بگذارید یک مثال بزنم تا ماجرا را بیشتر برای تان روشن کنم: حال برخی از زنان قبل از ازدواج مثل کودکی است که اسباب‌بازی جدیدی می‌خواهد اما مادرش با او شرط می‌کند که اگر آن را برایش بخرد باید بقیه اسباب‌بازی‌هایش را به او بدهد. کودک

قبول می‌کند چون آنقدر آن اسباب‌بازی خاص را با تمام وجود می‌خواهد و تمام دنیایش داشتن آن شده که حاضر است برای آن از همه چیز بگذرد. اما وقتی صاحب آن اسباب‌بازی شد از قولی که داده پشیمان می‌شود و دلش می‌خواهد بقیه اسباب‌بازی‌هایش را حفظ کند. چون تازه می‌فهمد که همه آنها را در کنار هم لازم دارد و یکی نمی‌تواند جای بقیه را بگیرد.