

4 مهارت مهم برای دختر و پسرهای دم بخت

لازمه یک انتخاب صحیح در حوزه ازدواج برای هر فردی، رسیدن به خودآگاهی است. به طور کلی، یکی از مهم ترین مهارت های زندگی...



راهله فارسی: لازمه یک انتخاب صحیح در حوزه ازدواج برای هر فردی، رسیدن به خودآگاهی است. به طور کلی، یکی از مهم ترین مهارت های زندگی، «خودآگاهی» و «خودشناسی» است. در خودآگاهی افراد به شناخت درباره ویژگی های منفی و مثبت شخصیتی خود می رسند و سعی می کنند، نقاط مثبت را تقویت و نقاط منفی را کاملاً از بین ببرند. در «خودشناسی»، افراد به شناخت ملاک های ازدواج و انتظارات خود از همسر آینده شان، می رسند. برای رسیدن به خودشناسی راه های متفاوتی وجود دارد. یکی از این راه ها تفکر و ثبت خواسته و داده های خود است؛ بنابراین اگر دم بخت هستید، بهتر است یک کاغذ بردارید و در یک فضای راحت بنشینید و از خود سؤالاتی بپرسید و درباره مواردی که در ادامه، نام می بریم بررسی کنید تا به شناسایی دقیق خود پردازید.

اعتقادات مذهبی

به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه خراسان، شناخت خود از نظر اعتقادات مذهبی یعنی فرد باید خود را در زمینه اعتقادات کامل بشناسد و تعریف دقیق و جزئی از موارد اعتقادی خود داشته باشد و حتی این مسئله را هم بررسی کند که میزان و درجه تقلید و ایمانش به آن اعتقادات تا چه حد است. به عبارت دیگر خود را از لحاظ پایبندی به اعتقادات مذهبی ارزیابی کند؛ زیرا این مسئله در ازدواج اهمیت فراوانی دارد و افراد در ازدواج باید در کلیات و جزئیات مسائل اعتقادی هم طراز یا به هم نزدیک باشند. شما باید از خودتان بپرسید: «اگر اعتقادات همسر من تا چه حد به من شبیه باشد من می توانم با این موضوع کنار بیایم» و در زمان خواستگاری میزان اعتقادات خود و درجه ای که از همسران خواستار هستید را مطرح کنید.

مسائل مالی و اقتصادی

یکی دیگر از ابعاد خودشناسی در امر ازدواج امور اقتصادی و سبک زندگی است که شامل سطح مالی فرد، شغل، مسکن، هزینه های رفاهی و معیشتی، وسایل زندگی و... است. این امور به نوبه خود در زندگی نقش مهمی دارند که وجود یا نبود یا کمبود آن می تواند مشکل ساز باشد؛ بنابراین باید در انتخاب همسر مسئله اختلاف سطح اقتصادی و میزان سازگاری فرد با انواع شرایط اقتصادی بررسی شود؛ مثلاً میزان رفاه اقتصادی خود و خانواده، نوع فعالیت های اقتصادی که انجام می دهد، درباره پس انداز کردن که آیا با پس انداز موافق است یا نه؟ یا این که پس انداز دارد یا نه؟ صرفه جو و یا ولخرج بودن و تعریف این شخص از این دو، میزان قدرت تطبیق خود با شرایط مالی متوسط یا پایین و ... خود را مشخص کند و بر طبق این شرایط همسرش را انتخاب کند. چون سبک زندگی و تفریحات فردی که ولخرج است با فردی که خسیس است، فرق می کند و خود این موضوع می تواند مشکل ساز باشد.

آشنایی با زبان عشق

عشق و دوست داشتن یکی از نیازهایی است که هر انسانی دارد. بهتر است که من به عنوان یک فرد در قدم اول بدانم میزان محبت و دوست داشتنی که احتیاج دارم، چقدر است و در خانواده من عشق و محبت چگونه بین اعضا رد و بدل می شود و دوست دارم چگونه به من محبت شود و بعد از سنجش میزان محبت خواهی خود بهتر است در قدم بعدی به شناخت زبان یا به بیان احساس خود پردازید. هر فردی به 5 سبک عشقش را به دیگران ابراز می کند و از طرف مقابلش به همان سبک می خواهد که به او محبت کند. اهمیت شناخت زبان عشق خود از این نظر مهم است که کمک می کند من بدانم چه می خواهم. زبان های عشق عبارت است از کلامی یعنی من دایم دوست دارم که از من تعریف شود و دوست دارم از دیگران تعریف کنم. دومین زبان، لمسی است یعنی من برای این که محبتم را بیان کنم بیشتر علاقه مندم که دیگران را در آغوش بگیرم و در کنارشان باشم یا دستشان را بگیرم. سومین زبان خدمت کردن است یعنی من برای کسانی که دوستشان دارم کارهایی را انجام می دهم مثل خرید کردن یا مرتب کردن یا پول در آوردن و در عوض، از آن ها هم می خواهم که به من خدماتی بدهند. چهارمین زبان عشق، هدیه دادن است یعنی من دوست دارم که برای دوستانم هدیه بخرم و روزهای مهم زندگی ام هدیه

دریافت کنم. آخرین زبان عشق هم وقت گذراندن است یعنی وقتی من فردی را دوست دارم برایش وقت می گذارم و دوست دارم کارهایم را درکنار او انجام دهم و در عوض از او هم، چنین خواسته ای دارم. وقتی من شناخت کافی روی این موضوع داشته باشم، می دانم که چه چیزی از همسرم می خواهم.

بررسی سبک تفریحات مورد علاقه

از نیازهای مهم روانی، نیاز به تفریح، سرگرمی و شادابی است. تفریح و شادابی غذای روان آدمی است که موجب انبساط خاطر و آرامش روح و مایه نشاط و خرمی است. تفریح و سرگرمی، همچون روغن کاری چرخ های یک ماشین خیاطی است که به عمر ماشین خواهد افزود؛ اما سبک تفریح در هر خانواده ای متفاوت است و خیلی مهم است که من در قدم اول بدانم چه کارهایی برای من معنای تفریح دارد و آیا من تفریح فردی را دوست دارم یا گروهی تا بتوانم آن را با فرد مقابلم در میان بگذارم.

*مشاور