



چهره واقعی همسران را ببینید

در میان تمام کسانی که به سن ازدواج رسیده اند و دغدغه زندگی مشترک دارند يك سوال مشترك است: چطور مي توانم سر از واقعیت طرف مقابل درآورم و شخصیت واقعي او را بدون نقاب ببینم؟ سوالی که خیلی ها معتقدند بي جواب است و تا وقتی وارد زندگی نشوند، نمی توانند چهره بي نقاب همسرشان را ببینند.

تبیان: در میان تمام کسانی که به سن ازدواج رسیده اند و دغدغه زندگی مشترک دارند يك سوال مشترك است: چطور مي توانم سر از واقعیت طرف مقابل درآورم و شخصیت واقعي او را بدون نقاب ببینم؟ سوالی که خیلی ها معتقدند بي جواب است و تا وقتی وارد زندگی نشوند، نمی توانند چهره بي نقاب همسرشان را ببینند. این البته نظریه اشتباهی نیست اما صد در صد هم نمی توان آن را تایید کرد.

شما شاید بعد از ده ها سال زندگی با همسران باز هم نتوانید واقعیت وجود او را به طور کامل بشناسید اما به هر حال مي توانید قبل از ازدواج برخی از رفتارهای مهم و کلیدی او را تشخیص دهید و غربال کنید.

حواس جمع باشید

در طول دوران خواستگاری، آشنایی، نامزدی و عقد، شش دانگ حواستان را جمع کنید تا تناقض های رفتاری و گفتاری همسران را درک کنید. البته بگذارید همین اول کار تکلیف را روشن کنیم. منظور از درک تناقض ها این نیست که مثل يك بازپرس مو به موي حرکات او را زیر نظر داشته باشید و مدام او را سین جیم کنید. بلکه تنها هوشیار باشید و اگر تناقضی جدی در رفتار او دیدید، این تناقض را يك گوشه ذهنتان نگه دارید تا در صورت تکرار، درباره آن با صحبت کنید.

شدیدا توصیه مي کنیم که از تلبار کردن هر تناقض رفتاری کوچک در ذهنتان خودداری کنید وگرنه ممکن است بدون انصاف و منطق، او را محکوم کنید. فراموش نکنید که آنچه از عملکرد همسران متوجه مي شوید، ممکن است برداشت شما باشد نه واقعیت!

گاهی نقش بازی کردن ها، برای پوشاندن چیزی است که فرد از آن در فرار است. مثلا کسی که پدر خوبی نداشته، در جمع طوری از پدرش یاد مي کند که دیگران فکر مي کنند پدر او واقعا دارای ویژگی های بي نظیری بوده است.

همسر نگو، بازیگر!

گاهی ممکن است همسر یا نامزد شما، برایتان نقش بازی کند. در این موارد، مي توانید مطمئن باشید که پشت این نقش، نیازهای برآورده نشده ای قرار دارد که او را وادار به اعلام آنها به این شکل کرده است. نیاز به جلب توجه و محبت، خودخواهی، احساس حقارت و حتی ترس از دست دادن شما مي تواند علت رفتار غیرواقعی همسران باشد.

اما گاهی نقش بازی کردن ها، برای پوشاندن چیزی است که فرد از آن در فرار است. مثلا کسی که پدر خوبی نداشته، در جمع طوری از پدرش یاد مي کند که دیگران فکر مي کنند پدر او واقعا دارای ویژگی های بي نظیری بوده است.

دیوارهای رسمی

تناقض ها گاهی اوقات عمدي نیستند. شرایط تاثیر زیادی در تغییر رفتار افراد دارد. اگر به خودتان نگاه کنید مي بینید که خیلی وقت ها در خلوت رفتارهایی دارید که در جمع ممکن است انجام ندهید. به این رفتارها، رفتارهای موقعیتی مي گویند که بیشتر در روابط رسمی اتفاق مي افتند و پرده ای از ادب، احترام و رعایت را بر رفتار ما مي اندازند.

بنابراین مراقب باشید که درباره این رفتارهای موقعیتی تا حدی که در زندگی اختلالی ایجاد نمی کنند، مته به خشخاش نگذارید. مثلا بي ادبانه حرف زدن در روابط صمیمانه و استفاده از لغات توهین آمیز، حتی اگر در جمع کنترل شود، اما در زندگی خانوادگی مي تواند به شدت مشکل ساز باشد.

در مقابل عادتی مثل بلند خندیدن یا بد غذا خوردن يك ایراد رفتاری است که ممکن است در جمع کنترل شود و با کمی تمرین و توجه مي توان آن را در رفتار غیر رسمی افراد هم از بین برد.

کمی صمیمی تر

تا وقتی که رودر بایستی و رفتار رسمی بین شما حرف اول را می زند، امکان شناخت دقیق همسران وجود ندارد. اصلا به همین دلیل است که عده ای معتقدند شناخت تنها زیر یک سقف ممکن می شود.

طبق یک قاعده کلی، رفتارهای رسمی بر اساس احترام و رفتارهای خودمانی بر اساس صمیمیت و عواطف شکل می گیرند. اما شما می توانید در چهارچوب های تعریف شده در خانواده و عرف، با همسر (یا خواستگار) تان تعامل داشته باشید و به صورت یک قرارداد، بین خودتان تعیین کنید که در این مدت به صادقانه ترین شکل ممکن برای شناخت همدیگر رفتار کنید و سعی کنید که خود واقعی تان را در مدت کوتاهی به طرف مقابل نشان دهید.

اگر عقد کرده اید، باید دقت و ظرافت بیشتری در گوشزد کردن اشتباهات رفتاری همسران داشته باشید. با تشویق، ترغیب، خوش زبانی، بر شمردن ویژگی های مثبت، تعریف در حضور دیگران و زود اجابت کردن خواسته های معقول همسر می توانید رفتارهای مناسب او را تقویت کنید

کمی مهربان باشید!

رفتار ناپسند همسران معرف تمام شخصیت او نیست پس رفتارش را نقد کنید نه خودش را. به او نگوید تو آدم بی تربیتی هستی که آداب غذا خوردن را یاد نگرفته ای. به جای آن بگوید بهتر است کمی آرام تر غذا بخوری تا ظاهر بهتری داشته باشی.

اگر عقد کرده اید، باید دقت و ظرافت بیشتری در گوشزد کردن اشتباهات رفتاری همسران داشته باشید. با تشویق، ترغیب، خوش زبانی، بر شمردن ویژگی های مثبت، تعریف در حضور دیگران و زود اجابت کردن خواسته های معقول همسر می توانید رفتارهای مناسب او را تقویت کنید. در مقابل، سکوت و بی اعتنائی و صحبت کردن درباره ناراحتی تان، می تواند روش مناسبی برای برخورد با رفتار ناپسند او باشد.