

شوهرتان خسیس نیست بیمار است!



اگر بین شما و همسرتان رابطه عاطفی و محبت قلبی برقرار است و در دیگر امور زندگی با هم تفاهم دارید و فقط خساست او شما را آزار می دهد باید توجه داشته باشید که خساست یک مشکل روان شناختی است و ریشه در ناامنی درونی افراد دارد.

اگر بین شما و همسرتان رابطه عاطفی و محبت قلبی برقرار است و در دیگر امور زندگی با هم تفاهم دارید و فقط خساست او شما را آزار می دهد باید توجه داشته باشید که خساست یک مشکل روان شناختی است و ریشه در ناامنی درونی افراد دارد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از سایت تبیان، زن جوان وقتی دید که شوهرش فقط 5 هزار تومان به او خرجی می دهد به دادگاه رفت و درخواست طلاق کرد، دیگر خسته شده ام همسرم مهربان است اما خرجی نمی دهد، من شاغل هستم و تمام مخارجم را خودم می دهم هر وقت از همسرم پول می خواهم می گویند: "مگر خودت کار نمی کنی!" ... این ها شاید زبان دل خیلی از زنانی باشد که نالان از خساست های شوهرشان هستند...

آنها آرزو دارند که بدون آنکه درخواست های مادیشان را به زبان آورند همسرشان خود مختار وظیفه ی نفقه دادن را برعهده بگیرد اما این آرزو به دلشان مانده است اما قبل از اینکه زود درباره خساست همسرتان قضاوت کنید کمی هم روی خودتان تمرکز کنید شاید واقعا همسرتان خسیس نیست و این شما هستید که متوقعید اگر مطمئن شدید که توقعات شما بی جا و غیر منطقی نیست پس حق با شماست لذا برای رفتار با شوهرانی که بار اقتصادی خانواده بر دوش آن هاست ولی اصلاً خرج کردن به مذاق شان خوش نمی آید، توصیه می شود این مطلب را بخوانید.

حفظ افراطی پول برای آرامش روانی

حالت اول: اگر بین شما و همسرتان رابطه عاطفی و محبت قلبی برقرار است و در دیگر امور زندگی با هم تفاهم دارید و فقط خساست او شما را آزار می دهد باید توجه داشته باشید که خساست یک مشکل روان شناختی است و ریشه در ناامنی درونی افراد دارد. هر فردی در زندگی به هویتی برای خود نیاز دارد. برای بعضی از افراد پول و دارایی تکیه گاه هویتی به حساب می آید. طبیعت افراد خسیس را باور کنیم و بپذیریم که به بیماری امساک و خساست بیمارگونه دچار هستند. این باور باعث می شود تا رفتارهای او برایمان قابل تحمل باشد. چنانچه آن را از دست بدهند، دچار احساس ناامنی و اضطراب خواهند شد. به همین دلیل خرج کردن پول برای آن ها به معنای از دست دادن هویت و ابتلا به نیستی است. این اشخاص با جمع کردن و حفظ افراطی و بیمار گونه پول در اصل سعی دارند امنیت و آرامش روانی خود را حفظ کنند.

از دست دادن احترام

برای این عده پول و دارایی ملاک شأن و منزلت است. به خصوص در جامعه ای که ثروت یکی از مهم ترین ملاک های ارزش گذاری اجتماعی افراد محسوب شود. این سخن به این معناست که پول بیشتر برای فرد مساوی با منزلت و احترام بیشتر است؛ بنابراین کسی که دچار این مشکل روان شناختی است پول خرج کردن برایش به معنای از دست رفتن احترام و ارزشمندی است. نکته مهمی که در این جا باید به آن توجه کرد این است که همسرتان به احتمال زیاد نسبت به شما بی توجه نیست بلکه از یک ضعف شخصیتی رنج می برد و اشتباه است که انتظار داشته باشید به این راحتی امنیت، هویت و احترام خواهی خود را کنار بگذارید و ملاک ارزشمندی خود یعنی پولش را دائم خرج کنید. در این باره هر قدر تلاش کنید به نتیجه دلخواه نخواهید رسید و تنها عایدی شما دعوا، ناکامی، فاصله و خستگی خواهد بود.

نرسیدن به بلوغ عاطفی مانع موفقیت در زندگی

حالت دوم: اگر ارتباط شما و همسرتان در دیگر زمینه های زندگی نیز نامناسب و تیره است، این می تواند نشانه ای از وجود مشکلات وسیع تر در رابطه شما با همسرتان باشد. در چنین مواردی همه اعضای خانواده به بررسی همه جانبه و تغییر در روابط خود نیاز دارند تا با تعیین مجدد جایگاه و مسئولیت های هر فرد مرزهای جدیدی در خانواده شکل گیرد. چرا که اگر یکی از زوجین رشد عاطفی لازم را کسب نکرده و به بلوغ و پختگی لازم دست نیافته باشد، در زندگی مشترک موفق نخواهد بود.

اگر همسرتان از قبول مسئولیت های خود در زندگی مشترک طفره می رود و خشم حاصل از اختلافات در دیگر موارد زندگی تان را به این صورت بروز می دهد بهتر است به ریشه یابی مشکل او بپردازید. اگر صاحب فرزند هستید می توانید به همراه آن ها با طلب کردن خواسته ها البته با محبت و تشویق، او را وادار کنید جایگاه و مسئولیت خود را در خانواده

پیدا کند و با ایجاد فضای مناسب برای گفت و گو همراه با ابراز صحیح عواطف به یکدیگر کمک کنید و اجازه ندهید که هیجانات سرکوب شده، زندگی تان را تخریب کند.

خرج نکردن؛ها به معنی دوست نداشتن شما نبوده

نداشتن؛ از نظر یک فرد خسیس؛ها، هر خریدی غیر ضروری است. حتی ممکن است اگر قرار باشد هدیه؛ها برای سالگرد ازدواج و یا تولد شما برایتان تهیه کند؛ها، ترجیح بدهد آن را به صورت نقدی پرداخت کند البته از شما هم بخواهد تا بجای خرج کردن؛ها، آن پول را پس؛ها؛انداز کنید زیرا یک فرد خسیس خرید هر چیز را غیرضروری می؛داند پس توقع نداشته باشید که دسته؛ها؛گل برایتان بخرد بلکه درک کنید. این خرج نکردن؛ها به معنی دوست نداشتن شما نبوده بلکه یک عادت رفتاری است.

نداشتن؛ وقتی قصد دارید چیزی را بخرید؛ها، حتماً با او مشورت کنید. اگر به صورت انتحاری خرید کنید و بعد به او خبر بدهید؛ها، احتمالاً با رفتار بسیار نامناسب او روبه رو خواهید شد. فکر نکنید با تکرار این کار، عادت می؛کند. سعی کنید در مواقع آرامش، نیازتان را به داشتن و خرید آن وسیله با جملات منطقی بیان کنید. باید او را توجیه کنید که واقعاً نیازمند داشتن آن وسیله هستید. توقع نداشته باشید اگر به دنبال تغییر میلمان منزل هستید تنها به این علت که رنگ آن تکراری شده و یا خواهرتان میلمانش را عوض کرده؛ها، همسر شما بپذیرد.

اگر شما فکر می؛کنید که همسران خسیس است در واقع نوعی بیماری روحی را به او نسبت می؛دهید که عوارض خاص خود را دارد و زندگی عادی را تاحدی مختل می؛کند. اینکه شما بگویید فلان میل را بخریم و همسران بگوید: گران است؛ها، دلیل بر خساست او نیست بلکه انسان خسیس امکانات و رفاه را بر خود و خانواده؛ها؛اش حرام کرده و هر چه به دست می؛آورد برای روز مبادا می؛گذارد. در حقیقت چنین انسان هایی زندگی نمی؛کنند بلکه فقط پول جمع می؛کنند. گاهی برخی برای مخارج؛ها؛شان اولویت؛بندی می؛کنند، مثلاً ترجیح می؛دهند درآمدشان را در سفر خرج کنند تا خرید لباس؛اگر اولویت شما و همسران فرق کند؛ها، ممکن است گمان کنید او خسیس است زیرا وقتی می؛خواهد پولی را هزینه کنید او مخالفت می؛کند اما دلیل مخالفتش خرج کردن پول به نوعی دیگر است. اگر چنین باشد شما باید به دنبال رسیدن به تفاهم بر سر نوع خرج کردن باشید.

در بسیاری از مواقع که همسران از خساست طرف مقابل شکایت دارند؛ها، در حقیقت تفاوت آن؛ها در اولویت؛بندی مخارج باعث شده است تا چنین فکری داشته باشند. این مشکل؛ها، خساست همسر؛ها، بیشتر توسط خانم؛ها بیان می؛شود و در خانم؛ها؛های خانه؛دار که محل تأمین کلیه نیازهای؛شان؛ها، همسرشان است؛ها، خیلی شدیدتر به چشم می؛آید. اما اگر شما هم از آن دسته افرادی هستید که همسران واقعاً خسیس است و این ویژگی به صورت یک مشکل آزار دهنده؛ها، آرامش زندگی؛تان را به هدر داده است؛ها، برایتان چند پیشنهاد داریم:

- طبیعت افراد خسیس را باور کنیم و بپذیریم که به بیماری امساک و خساست بیمارگونه دچار هستند. این باور باعث می؛شود تا رفتارهای او برایمان قابل تحمل باشد.

برای خرید؛ها؛های شخصی تنها برویم ولی قبل از بیرون؛رفتن از منزل، حتماً به همسرمان اطلاع بدهیم تا احساس کنار گذاشته؛شدن به او دست ندهد. توافق کنیم که این تصمیم برای سلامت روحی- روانی هر دوی ما لازم است.

- مقابله به مثل نکنیم؛ این مقابله هیچ اثری جز تکرار رفتارهای نامطلوب او ندارد. حتی این رفتارها می؛تواند با شدت بیشتری تکرار شود.

- پیش از خرید هر وسیله؛ها؛ای برای منزل با همسرمان مشورت کنیم. با وجود اختلاف؛ها؛ نظر، مشورت؛کردن ضروری است تا پس از خرید با لجبازی او روبه؛رو نشویم. به این ترتیب، مانع از جنجال شده و زمینه؛سازی کرده؛ایم.

- برای خرید؛ها؛های شخصی تنها برویم ولی قبل از بیرون؛رفتن از منزل، حتماً به همسرمان اطلاع بدهیم تا

احساس کنار گذاشته شدن به او دست ندهد. توافق کنیم که این تصمیم برای سلامت روحی- روانی هر دوی ما لازم است.

- بعضی افراد مبتلا به حساسیت، تلاش می‌کنند تا این صفت نامناسب را اصلاح کنند. در این صورت با درک مشکلشان و تلاشی که برای ترک این صفت می‌کنند، به آنها کمک کنیم.

- فراموش نکنیم نباید این افراد را مسخره کنیم یا دائم از آنها ایراد بگیریم. کنارشان باشیم تا با کمک هم به تدریج بر مشکل غلبه کنیم.

- زمانی که از رفتار همسرمان غمگین و عصبی می‌شویم، ناراحتی و ابراز کنیم؛ البته نه با دعوا و جنجال بلکه به او توضیح بدهیم که از رفتارهای او ناراحت می‌شویم و خجالت می‌کشیم. این توضیح و ابراز ناراحتی ما به شکل منطقی، تلنگری برای تجدیدنظر در رفتارهای نامناسب اوست.

- اگر فرزندانمان از رفتار همسرمان رنجید، مقابله به مثل را به او یاد ندهیم. فقط به فرزندانمان توضیح بدهیم که این عقیده پدر یا مادر توست و باید به عقیده آنها احترام بگذاری. فقط دفعه بعد طوری رفتار کن که با سرزنش او روبه‌رو نشوی.

- افراد خسیس با وجودی که ممکن است سلیقه خوبی داشته باشند اما برای خرید هر چیزی، ابتدا به مبلغ آن توجه می‌کنند؛ بنابراین به جای دلخوردن یا مسخره کردن همسرمان از او تشکر کنیم. همین که او هزینه‌ای را بابت خرید چیزی پرداخت کرده، کافی است. تشکر ما نوعی تشویق برای تکرار این رفتارهای مثبت و از بین رفتن برخی مشکلات رفتاری همسرمان است.

- برای تقسیم دخل و خرج منزل، همفکری کنیم تا به تدریج تغییراتی در شرایط ایجاد شود.

- با دوستان و آشنایان قطع رابطه نکنیم؛ این راه چاره نیست. با حفظ تعادل در رفت و آمدها این مشکل به تدریج برطرف خواهد شد.

- از روانپزشک، روان‌شناس یا مشاور کمک بگیریم.

منابع : مهر خانه / عصر ایران / همشهری / نیک صالحی