

## با کدام خواستگارتان خوشبخت می‌شوید

اگر می‌خواهید بفهمید شما و خواستگارهایی که ادعا می‌کنند توان خوشبخت کردنتان را دارند، به کدام گروه تعلق می‌گیرید، این مطلب را بخوانید.



اگر می‌خواهید بفهمید شما و خواستگار هایی که ادعا می‌کنند توان خوشبخت کردنتان را دارند، به کدام گروه تعلق می‌گیرید، این مطلب را بخوانید.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از تبیان شاهزاده سوار بر اسب سفیدتان را چطور تصور می‌کنید؟ مردی که توان خوشبخت کردن شما را دارد، کیست؟ مردی است که به همه خواسته‌هایتان چشم می‌گوید؟ یا فرد مقتدری است که همه تصمیم‌ها را یک تنه می‌گیرد و با آمدنش، خیالتان را برای همیشه راحت می‌کند؟ قطعاً همه شما می‌دانید که این مطلب را می‌خوانید، مرد رویایی‌تان را به یک شکل تصویر نمی‌کنید.

در حالی که سلطه‌گرها تنها در کنار فردی «بله قربان گو» احساس آرامش می‌کنند. اگر می‌خواهید بفهمید شما و خواستگار هایی که ادعا می‌کنند توان خوشبخت کردنتان را دارند، به کدام گروه تعلق می‌گیرید، ادامه این مطلب را بخوانید.

با کدام یک خوشبخت می‌شوید؟

افسانه‌هایی را که می‌گویند «مردها عاشق زن‌های جسور می‌شوند» یا اینکه «هر مردی دوست دارد زنی سر به راه داشته باشد که جز «چشم» چیزی نمی‌گوید»، فراموش کنید. این را که یک زن و مرد در کنار هم زندگی خوب و کم تنش داشته باشند، نمی‌توان با چنین تعریف‌های کلی پیش‌بینی کرد و گفت: اگر هر مردی با یک زن بله‌قربان‌گو ازدواج کند خوشبخت می‌شود.

تصور نکنید که یک فرد سلطه‌گر در همه شرایط، رفتارهای سلطه‌گرانه را به نمایش می‌گذارد. همه ما تا اندازه‌ای هر دوی این ویژگی‌ها (سلطه‌گری و سلطه‌پذیری) را در خود داریم و در هر شرایطی که بتوانیم، از آن‌ها استفاده می‌کنیم.

آنچه می‌تواند دوام و آرامش یک رابطه را تنظیم کند، مناسب بودن ترکیب یک زوج با یکدیگر است؛ یعنی ممکن است هرکدام از این افراد، در صورت ازدواج با شخص دیگری رابطه ناخوشایند را تجربه کنند، اما در کنار یکدیگر، به دلیل مناسب بودن ترکیب و هماهنگ بودن روحیاتشان با هم، زندگی موفقی را بسازند. آدم‌ها را از نظر الگوی ارتباط میان فردی به دو گروه می‌توان تقسیم کرد. یک گروه سلطه‌گر هستند و گروه دیگر سلطه‌پذیر. اما نباید فراموش کرد که این الگوهای رفتاری را در همه لحظات زندگی و در هر شرایطی به نمایش نمی‌گذارند.

به عبارت دیگر، افراد سلطه‌پذیر در همه روابطشان از این الگو استفاده نمی‌کنند بلکه در رابطه میان فردی با جنس مخالف، این الگو را در پیش می‌گیرند و ممکن است با وجود چنین روحیه‌ای در شرایط دیگر، نقش یک سلطه‌پذیر را بازی کنند. قرار گرفتن فرد سلطه‌گر، با فرد سلطه‌پذیر در یک رابطه ترکیب خوبی را ایجاد می‌کند. شاید دیگران رابطه‌ای را که مرد در آن سلطه دارد، مردسالارانه خطاب کنند، اما اگر زن این رابطه، سلطه‌پذیر باشد و نه به خاطر ترس و اجبار، که به خاطر میلش به تحت سلطه قرار گرفتن در آن رابطه بماند، خطری زندگی زناشویی‌شان را تهدید نمی‌کند.

شاید از نظر دیگران مرد سلطه‌پذیر، به اصطلاح مرد زن‌ذیلی باشد، اما اگر این مرد هم، نه به خاطر ترس یا اجبار، بلکه به اختیار خود و با میل و رغبت در این رابطه مانده باشد، می‌توان گفت: ترکیب او با زنی سلطه‌گر، ترکیبی متناسب و ایده‌آل است.

سلطه‌پذیرها چه کسانی هستند؟

آن‌ها دوست دارند حمایت شوند و در جست و جوی یک مراقب هستند. سلطه‌پذیرها قدرت را در زندگی به دست فرد مقابلشان می‌دهند تا او زندگی‌شان را جلو ببرد. آن‌ها از اینکه کسی به جایشان تصمیم بگیرد یا به آن‌ها امر و نهی کند، ناراحت نمی‌شوند. بازی سلطه‌پذیرها باخت-برد است. آن‌ها ترجیح می‌دهند در یک تعامل و به تعبیری یک بازی، خودشان ببازند و همسرشان برنده همیشگی باشد.

سلطه گر ها چه کسانی هستند؟

افراد سلطه گر، عاشق تسلط و قدرت هستند. آن ها می خواهند همان کسی باشند که رابطه را به پیش می برد و تصمیم های ریز و درشت را می گیرد. سلطه گر ها اهل بازی برد- باخت هستند؛ یعنی در هر بازی و تعاملی، باید آن ها برنده و فرد مقابلشان بازنده باشد. این افراد از تکنیک «به در می گویم تا دیوار بشنود» استفاده می کنند و پیام ها را به شکل غیرمستقیم به طرف مقابلشان منتقل می کنند. در پیام غیرمستقیمی که صادر می کنند، مفهوم ضمنی از خشم نهفته است و فرد مقابل به خاطر آشنا بودن با لحن و شیوه نگاه سلطه گر، این خشم را متوجه می شود.

وقتی زور می گوید، شاک می شوید؟ این سکه روی دیگر هم دارد. اگر زن و مردی که سلطه پذیر نیستند، با فردی سلطه گر زندگی کنند و به خاطر اجبار، ترس از تنها شدن یا مسائلی از این دست تسلط همسرشان را بپذیرند، ترکش های این پذیرش اجباری، رابطه شان را دچار مشکل می کند.

ابراز خشم منفعلانه، یکی از واکنش های شایع به این موضوع است. خشمی که منفعلانه بروز می کند، خود را به شکل مخالفت های پنهان و غرولند نشان می دهد. زنی که می داند همسرش انتظار به موقع آماده بودن شام را دارد، خشمش را با بی پاسخ گذاشتن این انتظار نشان می دهد.

شاید او آشکارا با این خواسته همسرش مخالفت نکند، اما یک شب به بهانه نبود ماده غذایی خاص در خانه، یک شب به بهانه بیماری و گریه کردن بچه و شب دیگر هم با عذر و بهانه ای دیگر از آماده کردن غذا طفره می رود.

یا مردی که در ظاهر به همه خواسته های همسرش بله می گوید و از او حساب می برد، با برآورده نکردن نیاز های عاطفی همسرش- مثل توجه نکردن به او یا ابراز نکردن محبت کلامی- خشمش را نشان می دهد و ناخودآگاه از او انتقام می گیرد.

به در می گوید که دیوار بشنود؟

پیام رسانی غیرمستقیم یکی از رفتار های شایع این گونه افراد است. یک فرد در پیامی مستقیم می تواند به فرد مقابلش بگوید: «من از تو ناراحتم!» در این شیوه پیام رسانی، از ضمائر «من» و «تو» استفاده شده و مشخص است که فرد در پیامش چه کسی را خطاب قرار می دهد. همچنین در چنین پیامی مشخص است که فرد به چه موضوعی اشاره می کند. «ناراحتی» موضوع مشخصی است که فرد در پیامش آن را مطرح کرده است. این در حالی است که در پیام رسانی غیرمستقیم، افراد بیشتر از ضمیر سوم شخص استفاده می کنند و با مثال زدن و حکایت تعریف کردن، موضوع را به شکلی غیرمستقیم طرح می کنند.

گاهی رئیس است، گاهی مرئوس؟

برای اینکه فردی به سلطه گر یا سلطه پذیر تبدیل شود، چند عامل در کنار هم نقش بازی می کنند. شخصیت هر فرد از یک سو تحت تاثیر وارث است و از دیگر سو تحت تاثیر محیط. شرایط خانوادگی که فرد در آن زندگی کرده، محیط اجتماعی و تجربیاتی که در جریان زندگی داشته، می تواند در تبدیل شدنش به هر کدام از این شخصیت ها نقش داشته باشد.

تصور نکنید که یک فرد سلطه گر در همه شرایط، رفتار های سلطه گرانه را به نمایش می گذارد. همه ما تا اندازه ای هر دوی این ویژگی ها (سلطه گری و سلطه پذیری) را در خود داریم و در هر شرایطی که بتوانیم، از آن ها استفاده می کنیم. برای مثال، همسر سلطه گری که حتی تصمیم های شخصی زندگی همسرش را هم به تنهایی می گیرد، وقتی توسط پلیس راهنمایی و رانندگی در خیابان متوقف می شود، به یک سلطه پذیر تبدیل می شود.

همین فرد ممکن است وقتی رئیس یک اداره می شود، دوباره نقش سلطه گر را بازی کند، اما زمانی که در دانشگاه، سر کلاس یک استاد بزرگ می نشیند، دوباره سلطه پذیر شود. با توجه به این موضوع، می توان به یک نکته مهم دیگر هم اشاره کرد. گفتیم که هر فرد با توجه به شرایطی که در آن قرار می گیرد، سلطه پذیر یا سلطه گر می شود. در چنین وضعیتی می توان گفت که یک زن سلطه پذیر، بعد از ازدواج از همسرش مردی سلطه گر می سازد. در حالی که ممکن بود چنین مردی بعد از ازدواج با یک زن سلطه گر، رفتار های حاکی از قدرت طلبی را نشان ندهد.

درست یا نادرست

اگر با سلطه گر ها ازدواج کنید، کارتان به طلاق می کشد. محققان در بررسی هایشان به یک نتیجه عجیب دست پیدا

کردند. آن‌ها دریافتند که زندگی با یک همسر سلطه‌گر می‌تواند دوام رابطه را تضمین کند و حتی به تولد و پرورش فرزندان بیشتر بینجامد. با توجه به بررسی‌های انجام شده، ازدواج‌هایی که در آن‌ها یکی از طرفین سلطه‌گر بوده از رابطه‌هایی که برابری و اشتراک نظر در آن‌ها مبنای تصمیم‌گیری بوده، دوام بیشتری داشته‌اند.

در میان همین آشنایان محدودتان، خیلی‌ها با همسری سلطه‌گر زندگی می‌کنند. محققان گفته‌اند که تقریباً در یک چهارم روابط زن و شوهری، یکی از زوج‌ها سلطه‌گر بوده است. سلطه‌پذیرها قربانی خشونت خانگی می‌شوند.

از نظر محققان قرار گرفتن در رابطه‌ای که در آن یکی از طرفین سلطه‌گر است، الزاماً به معنای زندگی در شرایط خشونت‌آمیز نیست. به عبارت دیگر، در صورتی که فردی که سلطه‌پذیر نیست، با همسری سلطه‌گر زندگی کند و به خاطر شرایط خاص و محدودیت‌هایش به قدرت‌طلبی او تن دهد، می‌توان گفت که این فرد قربانی خشونت خانگی شده، اما اگر فردی با سلطه‌جویی‌های همسرش مخالفتی نداشته باشد و به خاطر ویژگی‌های شخصی‌اش آن‌ها را آزاردهنده تلقی نکند، نمی‌توان حرفی از خشونت به میان آورد.

عاقبت زندگی با آدم‌های سلطه‌گر، مدام جنگ و دعوا کردن است. با توجه به نتایج اعلام شده، در چنین شرایطی زن و شوهر با آرامش بیشتری در کنار هم زندگی می‌کنند، کمتر با هم درگیر می‌شوند و بیشتر به صاحب‌فرزند شدن تمایل نشان می‌دهند.

منبع: همشهری