



ترس از سرد شدن زندگی مشترک به دلیل فعال بودن همسر در شبکه‌های مجازی/چاره چیست؟

یک مشاور با اشاره به نگرانی برخی زن و شوهرها از فعال بودن همسرشان در شبکه‌های اجتماعی مجازی...

یک مشاور با اشاره به نگرانی برخی زن و شوهرها از فعال بودن همسرشان در شبکه‌های اجتماعی مجازی، درباره ترس از دست دادن زندگی مشترک، سرد شدن رابطه و کاهش علاقه همسر به خود، گفت: در چنین شرایطی زن و شوهر باید نگرانی‌های خود را بررسی و مشکل اصلی را حل کنند چراکه چنین نگرانی‌هایی نشان از گره‌های روانی قدیمی دارد و باید پیش از ازدواج تسویه حساب‌های روانی لازم با این تصورات انجام شود.

مریم فولادی در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار کرد: بعضا برخی زن و شوهرها از فعالیت همسر خود در شبکه‌های اجتماعی مجازی نگران هستند و هراس دارند که نکند با حضور در شبکه‌های اجتماعی مجازی کم‌کم علاقه بین آنها کاهش یافته و زن یا شوهر از همسر سرد شود، از این رو اصرار دارند تا همسرشان در این شبکه‌های مجازی عضو نباشد.

فولادی درباره تصور یاد شده توضیح داد: باید توجه داشت که زوجین با پیشینه روانشناختی خاصی برای برآورده کردن نیازهای خود اعم از روانی و جسمی و... وارد ازدواج می‌شوند که سهم نیازهای روانشناختی معمولا بیشتر از سایر نیازها است. این نیازهای روانشناختی در ابتدا توسط والدین و در خانواده‌ها تامین و پس از ازدواج نیز از سوی همسر تامین می‌شود. بنابراین اگر فردی چنین تصوی نسبت به فعالیت همسر در شبکه‌های اجتماعی مجازی دارد در واقع این پیشینه روانشناختی اشتباه توسط والدین او ایجاد و توسط خود او بسط یافته و تا کنون همراهش است.

وی با تأکید بر اینکه بهتر است زوجین به جای چنین نگرانی‌هایی که در واقع تسویه حساب با همسر است، تسویه حسابی با پیشینه روانشناختی اشتباه خود داشته باشند تا بتوانند رابطه سالمی را پیش ببرند، توصیه کرد: قرار است زوجین در زندگی مشترک با یکدیگر "شفاف" باشند، از این رو می‌توانند رمز فایل‌ها و برنامه‌های شخصی یکدیگر را بدانند اما بعضا برخی زوجین از این امر برداشت غلط داشته و با در اختیار داشتن رمز تلفن و فایل‌ها و برنامه‌های همسر، دائما در حال چک کردن گوشی او هستند، حال آنکه شفافیت در زندگی مشترک مجوزی برای ادامه دادن به این رفتارهای شکاکانه نیست.

این مشاور معتقد است که اگرچه زوجین باید در زندگی مشترک با یکدیگر شفاف باشند و در راستای این شفافیت می‌توانند رمز تلفن یکدیگر، رمز شبکه‌های اجتماعی و فایل‌های یکدیگر را داشته باشند اما این امر به معنای انجام رفتارهای شکاکانه و دائما چک کردن گوشی همسر نیست.

فولادی با بیان اینکه برخی از زوجین دچار بدبینی و بی‌اعتمادی هستند و از این رو با وجود اینکه هر لحظه به اطلاعات و گوشی تلفن همسر دسترسی دارند اما به رفتارهای شکاکانه خود ادامه می‌دهند که موجب آزار طرف مقابل خواهد شد، تصریح کرد: این رفتارهای شکاکانه می‌تواند ریشه در ترس از دست دادن همسر و طرد شدن از سوی همسر باشد.

وی در پایان سخنان خود افزود: در واقع بعضا زن یا شوهر وقتی می‌ترسد همسرش او را طرد کرده و علاقه‌اش کم شود، دست به کنترل کردن همسر از طرق مختلف نظیر چک کردن مدام گوشی تلفن می‌زند چراکه نسبت به همسر خود بی‌اعتماد شده است. البته این تنها مربوط به مواردی خاص می‌شود و نمی‌توان به تمام زوجین تعمیم داد. در واقع باورهای اشتباه و ترسهای افراد است که منجر به این کنترل‌گری‌ها و رفتارهای شکاکانه می‌شود و زوجین در ابتدا باید بر روی اصلاح باورهای خود کار کنند.