

چطور با مشکلات مالی در خانواده کنار بیاییم؟

مشکلات مالی یکی از رایج‌ترین علل اختلافات میان همسران است. گرچه شرایط سخت اقتصادی می‌تواند بیشترین فشار را بر خانواده بیآورد، هنوز می‌توان راه‌هایی را یافت که خانواده را حفظ کرد و حتی شکوفایی آن را تداوم بخشید.



مشکلات مالی یکی از رایج‌ترین علل اختلافات میان همسران است. گرچه شرایط سخت اقتصادی می‌تواند بیشترین فشار را بر خانواده بیآورد، هنوز می‌توان راه‌هایی را یافت که خانواده را حفظ کرد و حتی شکوفایی آن را تداوم بخشید.

چه شغل‌تان را از دست داده باشید، و چه میزان حقوق پرداختی‌تان کم شده باشد، همیشه به یاد باشید آنچه که باعث تداوم رابطه شما با همسران می‌شود، عشق به کسی است که به او اعتماد دارید.

اگر می‌خواهید به طور موثری از عهده مشکلات اقتصادی برآیید، شما و همسران باید این هفت اقدام مهم را انجام دهید:

1. به طور صریح در مورد موضوعات مالی در رابطه‌تان با همسران با او صحبت کنید: در این راه سخت باید همراه هم حرکت کنید. هیچ خرید عمده‌ای را بدون صحبت کردن با همسران درباره آن و رسیدن به توافق دوطرفه انجام ندهید. شاید تعجب کنید که چه تعداد خریدها بی‌ی را اگر شب قبل در مورد انجام آنها فکر کرده بودید، انجام نمی‌دادید! ارتباط برقرار کردن با همسران در این مورد بهترین تصمیم است؛ به این ترتیب هر دوی شما در مورد خرید یک چیز معین توافق دارید و مسئولیت آن را می‌پذیرید. چنین راهبردی از ایرادگیری از یکدیگر در صورتی که معلوم شد تصمیم به خرید آن چیز درست نبوده است، جلوگیری می‌کند.

2- در خریدن چیزها با وام یا به صورت اعتباری افراط نکنید: این کار یکی از عوامل مهم وارد آمدن استرس بر رابطه ازدواجی است.

مصرف بخش بزرگی از حقوق دریافتی ماهانه برای پرداخت وام‌ها باعث می‌شود، آرامش شما سلب شود و نتوانید از زندگی با یکدیگر لذت ببرید. بودجه خانواده را با همفکری هم تنظیم کنید و این برنامه را رعایت کنید. خرید چیزهایی را به زمانی واگذار کنید که پول کافی برای پرداخت هزینه آن پس‌انداز کرده باشید یا اینکه به طور مشترک با پول دو نفرتان امکان خرید آن را داشته باشید.

3- مشکلات مالی را به صورت دونفری و با همکاری هم حل کنید: به توافق رسیدن درباره اقدامات هماهنگ باعث می‌شود، هدف روشنی را در چشم‌انداز داشته باشید که برای یافتن راه حل ضروری است. حقیقت قطعی این است: اگر به رابطه‌تان به عنوان یک کار گروهی ضروری در نظر نگیرید، همه چیز از دست می‌رود. اگر به همراه یکدیگر برای مقابله با چالش‌های اقتصادی در رابطه‌تان با یکدیگر اقدام نکنید، امیدی برای موفقیت مالی در ازدواج‌تان وجود نخواهد شد.

4- گناه را به گردن یکدیگر نیندازید: گرایش طبیعی وجود دارد که در دوران‌های سخت تقصیر بدبختی‌تان را به گردن کس دیگر از جمله همسران بیندازید. این بازی دیگری را مقصر قلمداد کردن در مورد عشق و ازدواج بی‌فایده است. این راهبردی را به کلی فراموش کنید!

5- خودتان را غرق خودخوری نکنید: این عاطفه‌ای بیهوده است. هیچ مشکل مالی تا به حال با احساس تاسف برای خودتان یا موقعیت خودتان بهبود نیافته است. خلاص شدن از یک بحران مالی به حفظ تمرکز و رویکرد مثبت بر اساس همکاری نیاز دارد. احساس تاسف برای خودتان یا دیگری معمولاً راهبردی شکست‌خورده و نامولد است.

6- از همین امروز برای حل مشکلات مادی به همراه هم "عمل کنید". هنگامی عاشق یکدیگر هستید، به تنهایی عمل کردن باعث موفقیت شما نخواهد شد. زوج‌هایی که زندگی مشترک موفق دارند، به همراه هم با مشکلات روبه‌رو می‌شوند و برای یافتن راه حل

تلاش می‌کنند، و می‌دانند که تنها راه برای حل یک مشکل مالی همکاری کردن با یکدیگر است.

7- در هنگام موفقیت جشن بگیرید: هر وقت به موفقیت مالی می‌رسید برای مثال پرداخت وام را به پایان می‌رسانید یا راهی برای کم کردن هزینه‌ها پیدا می‌کنید، جشن بگیرید. مسئولیت‌پذیری مالی یک مزیت است. اختصاص دادن زمان به جشن گرفتن با یکدیگر احساسی در شما ایجاد می‌کند که رسیدن به هدف بعدی حتی دست‌یافتنی‌تر است.

اگر رابطه‌ای عاشقانه و بر مبنای اعتماد با فردی دارید، به این رابطه باور داشته باشید! اگر شخصی را تمام و کمال دوست دارید، باید بدانید که عشق حقیقی هم باید در بهترین دوران‌ها و هم در بدترین زمان‌ها تداوم پیدا کند.

مشکلات مالی که تجربه می‌کنید در صورتی بهبود خواهد یافت که با یکدیگر برای یافتن راه حل همکاری کنید و برای مدیریت موضوعات مالی در ازدواج‌تان این رویکرد گروهی را ادامه دهید.

در پایان باید گفت تنها اشخاص بی‌تجربه و بی‌اطلاع هستند که معتقدند موضوعات مالی ربطی به اختلافات خانوادگی ندارند. کسی که چنین چیزی را می‌گوید از پژوهش‌ها در نیم قرن اخیر در باره این موضوع بی‌اطلاع است. سه دهه پژوهش درباره ازدواج نشان داده است که علت شماره یک اختلافات زناشویی و عدم موفقیت در ازدواج فشار مالی است.

Psychology Today