

ازدواج، یک نزاع دوستانه؟!

روان شناسان عقیده دارند که زندگی زناشویی اصولاً یک نوع نزاع دوستانه است و اختلاف خلقت بین آن دو ایجاب می کند که گاهی با یکدیگر پرخاش و نزاع کنند...



روان شناسان عقیده دارند که زندگی زناشویی اصولاً یک نوع نزاع دوستانه است و اختلاف خلقت بین آن دو ایجاب می کند که گاهی با یکدیگر پرخاش و نزاع کنند...

دلت می خواهد فریاد بزنی و از ته دل به سرنوشت خودت فحش بدهی. دلت می خواهد مقصر را پیدا کنی و هر چه روی دلت مانده را به او بگویی و دلت خنک شود. شوهرت هم دلش می خواهد به میز مشت بکوبد و سرش را به دیوار بزند. شاید او هم اگر مقصر را پیدا کند مشتت به چانه اش بزند تا از دست این همه کینه خلاص شود.

زندگی تان جهنم شده است. چشم دیدن همدیگر را ندارید در حالی که می دانید همدیگر را هم دوست دارید اما انگار برای هم ساخته نشده اید. نمی شود دیگر! انگار هیچ وقت آب شما دو نفر توی یک جوی نمی رود و مثل دوتا خط موازی یا باید از هم دور باشید یا نزدیک شدن به فکر و احساس هم برایتان غیرممکن است.

چرا این اتفاق افتاده است؟ از کی این طور شد؟ شما عاشق کس دیگری شده اید؟ همسران زن دیگری را دوست دارد؟ یا...

روان شناسان عقیده دارند که زندگی زناشویی اصولاً یک نوع نزاع دوستانه است و اختلاف خلقت بین آن دو ایجاب می کند که با یکدیگر پرخاش و نزاع کنند. منتها خداوند حکیم طوری این دو جنس مخالف را با همدیگر جوش داده و بین آن ها الفت ایجاد کرده است که پرخاش ها و تندخوانی ها در برخی از اوقات ثمربخش واقع شده ، نظام خانواده و اجتماع از این راه برقرار می گردد. از این رو کمتر خانواده ای است که در طول زندگی زناشویی خود دچار بحران ها زودگذر نشود. غالباً اختلافات جزئی و کلی در اکثر خانواده ها بین زن و شوهر امری است طبیعی که نه تنها به مراحل خطر و بحران شدید و جدائی نمی کشد بلکه دنبال آن یک نوع محبت و سازش پدید می آید و در حقیقت یکنواختی در زندگی را که عامل برخی از گرفتاری های خانوادگی است از بین می برد و از این جهت پیدایش تندخوانی های آرام و لطیف به هیچ وجه جای نگرانی نیست. دکتر باخ روانشناس نامی آمریکایی می گوید : اگر پرخاش و نزاع اصلاً صورت نگیرد ناراحتی های دو طرفه انباشته و متراکم شده و یکباره بسان کوه آتشفشان منفجر می شود و البته دیگر در این موقع آشتی غیرممکن است یا بسیار بسیار دشوار.

یکی دیگر از کارشناسان امور خانواده می گوید : عدم موافقت ها همیشه جدایی پیش نمی آورد بلکه پیش از ناسازگاری عدم توانایی هریک از طرفین در غلبه بر مشکلات موجب جدایی می شود.

راه حل اختلافات خانوادگی زن و شوهر

** آشنایی و عمل کردن به وظایف و حقوق یکدیگر .

** وقتی را برای گفتگو و گوش دادن به صحبتها و احیاناً انتقادهای یکدیگر قرار دادن و هر یک از زن و شوهر بدانند که وقت انتقاد چه موقعی است.

در قانون اسلام آمده است که وقتی احساسات خصومت آمیز و عصبانیت زیاد بر وجودتان مستولی است و سخت عصبانی هستید اصولاً از تصمیم گرفتن و از هرگونه انتقاد بپرهیزید چنانکه روانشناسان می گویند : روابط زن و شوهر وقتی صمیمانه باشد انتقاد سازنده معجزه می کند . بهترین موقع انتقاد زن و شوهر از یکدیگر هنگامی است که استراحت لازم را کرده باشند ، و به اصطلاح سرحال باشند زن ها باید حتی الامکان سعی کنند انتقاد عملی و زبانی خود را از شوهرانشان در میان اعضاء خانواده بخصوص در حضور افراد فامیل و خویشان مطرح نسازند.

** سازش باید دو طرفه باشد نه این که همیشه یکی از دو طرف کوتاه بیاید ، اگر چه سفارش شده است کوتاه آمدن از طرف زن به خاطر داشتن روحیه لطیف و محبت آمیز شروع شود. مرد هم نباید بخاطر داشتن روحیه خشن همیشه پیروز این اختلافات باشد.

** اگر خدای ناکرده اختلافات عمیق می شود مطابق پیشنهاد کتاب انسان ساز الهی یعنی قرآن کریم و تأکید روایات ائمه (ع) نمایندگانی از دو طرف جمع شوند و به این مشکل خاتمه دهند.

** از دخالت دادن و یا حتی مطلع کردن دیگران از این نزاع ها خودداری شود حتی فرزندانم هم نباید متوجه شوند که در روحیه لطیف آن ها مؤثر خواهد بود . ابتدا بچه ها را به منزل اقوام یا همسایه ببرند ، بعد با هم برای حل اختلاف گفتگو نمایند.

** در گفتگو سعی شود اختلافات و صحبت‌های قبل را به میان نکشند و همدیگر را به این خاطر ملامت نکنند که تو قبلاً چنین و چنان بودی و یا فامیل هایت هم همین طور لجباز بودند.

** این را هر دو به یاد داشته باشند که اولین راه حل آخرین راه حل نیست و از به زبان آوردن کلمه طلاق در خانه خودداری نمایند، وقتی کلمه طلاق به میان آمد بنیان خانواده بلرزه در می آید. همان طور که وقتی طلاق عملی شود عرش خدا به لرزه در می آید.

اما گاهی شرایطی پیش می آید که بهتر است از کسانی که بهتر و هوشمندانه تر از ما فکر می کنند و راه حل ارائه می دهند کمک بگیریم. یکی از این افراد مشاوران خانواده هستند، البته به شرط آن که در کار خود مهارت و تجربه داشته باشند.

ما ایرانی‌ها معمولا میانه خوبی با مشاوران نداریم چون برداشت ما این است که قصد آنها از گوش دادن به حرف‌هایمان خالی کردن جیبمان است در حالی که برای حل مشکلات، کاری از دستشان ساخته نیست. اما حقیقت چیز دیگری است چون بسیاری از مشاوران با تکیه بر تجربه و دانشی که اندوخته‌اند قادرند مشکلات را در نظر ما آنچنان کوچک و کم‌ارزش جلوه دهند که دیگر اثری از آن باقی نماند. در واقع يك مشاور توانمند و دلسوز می‌تواند قوانین زندگی مشترك را به زن و مرد یاد بدهد و اشکالات رفتاری که باعث به وجود آمدن مشکلات شده است را به آنها گوشزد و برای رفع آنها راه‌حل ارائه دهد.

این می‌تواند یکی از بهترین و در دسترس‌ترین راه‌ها باشد، اما اگر زن و شوهر نمی‌خواهند از این راه کمک بگیرند همان راه‌های سنتی خودمان یعنی کمک خواستن از عاقل‌ترین و دلسوزترین عضو خانواده و فامیل هنوز هم اثربخش است.

يك دوست خوب و قابل اعتماد هم می‌تواند طرف مشورت ما قرار بگیرد البته باز به شرطی که نخواهیم او ابزار دست ما و وسیله‌ای برای حق دادن به ما باشد

این عضو قابل اعتماد فامیل می‌تواند يك ریش سفید باشد یعنی کسی که به واسطه سال‌های عمرش تجربه هم به دست آورده است. چنین کسی می‌تواند راه‌حل‌های خوبی برای حل مشکلات ارائه دهد البته به شرطی که منصف و بدون غرض باشد و عادلانه قضاوت کند. البته ایفای این نقش فقط به ریش سفیدها محدود نمی‌شود چون کسانی هستند با این‌که گرد سفیدی بر موهایشان ننشسته، اما آنقدر توانایی دارند که عاقلانه و منصفانه راهکار ارائه دهند. يك دوست خوب و قابل اعتماد هم می‌تواند طرف مشورت ما قرار بگیرد البته باز به شرطی که نخواهیم او ابزار دست ما و وسیله‌ای برای حق دادن به ما باشد.