

10 قانون طلایی ازدواج موفق



دوران عقد، برای خیلی از زن و شوهرهای جوان دوران پرتنشی است. آنها نمی دانند باید چطور با هم برخورد کنند و در موقعیت های مختلف چه واکنشی نسبت به هم داشته باشند.

سلامت نیوز: دوران عقد، برای خیلی از زن و شوهرهای جوان دوران پرتنشی است. آنها نمی دانند باید چطور با هم برخورد کنند و در موقعیت های مختلف چه واکنشی نسبت به هم داشته باشند. شاید در این موارد، کمی گذشت کردن و بخشندگی به خرج دادن، بتواند این مشکلات کوچک و کم اهمیت را کمرنگ کند.

ما به شما چند توصیه مهم داریم که بهتر است در این دوران به کار ببندید.

1) سعی کنید بیشتر از آن که در انتظار دریافت چیزی از همسران باشید، چیزی به او ببخشید. اگر هدف شما ایجاد حس رضایت و خوشبختی در همسران باشد، مطمئن باشید فرصت های بی شماری برای رسیدن به این هدف پیدا خواهید کرد. یادتان باشد انسان ها همواره سعی می کنند خوبی های دیگران را جبران کنند.

2) از او انتظارات غیرواقعی نداشته باشید. شما در ابتدای زندگی هستید و هنوز وقت زیادی دارید تا همسران بتواند شما را خوشبخت کند و به آرزوهایتان برساند. اجتناب از انتظارات غیرواقعی به خصوص درباره هدایای دوران عقد و چگونگی برگزاری مراسم عروسی، می تواند از بروز بسیاری درگیری ها، عصبانیت ها و سرخوردگی ها جلوگیری کند. انتظار نداشته باشید همسران کامل و بی نقص باشد. در ضمن هیچگاه او را با دیگران مقایسه نکنید.

3) سعی کنید نسبت به همه چیز دیدی مثبت داشته باشید. خیلی از اشتباهات همسران صرفاً به خاطر کم تجربگی است. تاهل دنیای متفاوتی است که زمان می برد با قوانین آن آشنا شوید.

4) به راه هایی فکر کنید که می توانید همسران را نسبت به انجام کارهایی که دوست دارید ترغیب کنید. اگر این روش مؤثر نبود روش های دیگر را امتحان کنید و به یاد داشته باشید که تحسین و تعریف به موقع می تواند یک انگیزه قوی باشد.

5) اهداف خود را طبقه بندی کنید و افکار خود را بر مهمترین هدفان یعنی داشتن یک رابطه آرام و شاد متمرکز کنید.

6) هیچ گاه با همسران وارد جنگ قدرت نشوید؛ به جای این کار با او به توافق برسید. کم کردن تنش ها در دوران عقد می تواند یک زندگی آرام را برای شما به ارمغان بیاورد.

سعی کنید نسبت به همه چیز دیدی مثبت داشته باشید. خیلی از اشتباهات همسران صرفاً به خاطر کم تجربگی است. تاهل دنیای متفاوتی است که زمان می برد با قوانین آن آشنا شوید

7) همسران را به خاطر اشتباهاتش سرزنش نکنید. در عوض سعی کنید روشی در پیش بگیرید که از تکرار این اشتباهات جلوگیری کند. وقتی شما همسران را به خاطر اشتباهاتش سرزنش می کنید، احساسات او را جریحه دار می کنید و باعث آزار او می شوید. یادتان باشد سرزنش کردن هیچ تاثیری تجربه اندوزی و پخته تر شدن او ندارد.

8) اگر خدای ناکرده همسران به شما توهین کرد، سکوت کنید و با او مقابله به مثل نکنید. با این کار از بروز بسیاری از بحث های غیر ضروری جلوگیری می کنید. این لحظات به سرعت سپری خواهند شد و شما می توانید در زمان بهتری با همسران درباره رفتارش صحبت کنید (البته این بدان معنا نیست که تصور کنید الزاماً باید با یک همسر بدزبان و بدخو کنار بیایید و همیشه تمام کج رفتاری های او را تحمل کنید؛ این مشکل دیگری است و راه حل های دیگری دارد).

9) در زمان حال زندگی کنید. اشتباهات و وقایع تلخ گذشته را فراموش کنید و سعی کنید شرایط زندگی امروزتان را تغییر دهید.

10) همواره از همسرتان بپرسید. برای این که شادتر باشیم، من چه کاری می توانم انجام بدهم؟