

راز ازدواج موفق کشف شد!

تحقیقات جدید پژوهشگران نشان می‌دهد راز يك ازدواج موفق «عصبانیت صادقانه» است، نه همیشه «بخشیدن» و همواره «فراموش کردن».



سلامت نیوز : تحقیقات جدید پژوهشگران نشان می‌دهد راز يك ازدواج موفق «عصبانیت صادقانه« است، نه همیشه «بخشیدن« و همواره «فراموش کردن«. اغلب گفته می‌شود بخشیدن و فراموش کردن در زندگی مشترک شیوه‌ای مطلوب‌تر است؛ اما روانشناسان بر این باورند که عصبانیت هم می‌تواند بهترین راه جهت حل مشکلات در مواقع لازم باشد. جیمز مک‌نالتی، استاد دانشگاه تنسی طی پژوهش‌های خود به این نتیجه دست یافت که بخشیدن همیشگی در ازدواج در واقع می‌تواند دلخوری‌ها را افزایش دهد و این که «نارضایتی کوتاه‌مدت از يك مکالمه حاوی عصبانیت، اما صادقانه« می‌تواند برای سلامت يك رابطه مشترک در درازمدت سودمند باشد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از اطلاعات ؛ پژوهش‌های این دانشمند حاکی از آن است که بخشش دائمی در ازدواج می‌تواند تبعات ناخواسته منفی در پی داشته باشد. به گفته وی در زندگی مشترک لحظاتی رخ می‌دهند که طرف مقابل به روشی علیه دیگری تخطی می‌کند. برای مثال، يك شریک می‌تواند از لحاظ مالی بی‌مسئولیت، ناراست و یا فاقد نیروی حمایت‌کننده باشد. هنگامی که این رویدادها به وقوع می‌پیوندند باید در خصوص عصبانی شدن یا بخشیدن تصمیم درست گرفت. پژوهش‌های این محقق نشان می‌دهد که پارامترهای مختلفی می‌تواند کارایی بخشش را پیچیده کند. این مولفه‌ها شامل سطح توافق‌پذیری شریک یا شدت و تکرار تخطی است. یافته‌های وی نشان می‌دهد عصبانیت هم می‌تواند نقش مهمی در علامت دادن به شریک تخطی‌گر در خصوص این که رفتار آزاردهنده وی قابل پذیرش نیست، باشد.