



5 اصل برای تداوم زندگی / هر طریقی که می‌توانید به یکدیگر محبت کنید

ازدواج با توجه به کم تجربگی زوجین اگر همراه با رعایت اصولی نباشد می‌تواند خیلی زود به جدایی و طلاق منجر شود، پس لازم است ...

خبرگزاری مهر- ازدواج با توجه به کم تجربگی زوجین اگر همراه با رعایت اصولی نباشد می‌تواند خیلی زود به جدایی و طلاق منجر شود، پس لازم است با مطالعه، مشورت و آگاهی زندگی خود را از گردنه های مشکل که پیش می‌آید عبور دهیم. اجازه دخالت به دیگران ندهید

این قانون طبیعت است که هر موجودی روزی باید مستقل شده و روی پای خود بایستد. این حقیقت همان قدر که برای حیوانات صدق می‌کند برای انسانها نیز صادق است. انسانها ازدواج می‌کنند تا مستقل شوند. اشتباهی که تعدادی از والدین مرتکب می‌شوند این است که آنها با نیت خیرخواهانه خود در زندگی فرزندان خود دخالت می‌کنند. والدین با دخالت نابجا در زندگی فرزندان خود تنها زندگی آنها را تلخ می‌کنند. بعد از ازدواج اگر زن یا شوهر به طول کامل از والدین خود جدا نشده باشند احتمال بروز این مشکل در زندگی زناشویی آنها بیشتر است.

معمولاً خانواده‌های تک فرزندی دوست ندارند که فرزندان آنها بعد از ازدواج از آنها جدا شوند و بدون توجه به این نکته که این کار ممکن است باعث به وجود آمدن مشکلاتی در زندگی زناشویی شود سعی می‌کنند تا همسر فرزند خود را مجبور به زندگی در خانه مشترک کنند.

ممکن است زوجین به علت بعضی از مشکلات مالی بخواهند تا در خانه اقوام یا والدین خود زندگی کنند. در چنین هنگامی نباید وضعیتی را برای زوج‌های جوان درست کرد که آنها به جز مشکلات مالی خود مشکلات دیگری نیز پیدا کنند. بسیاری از زوج‌هایی که از همسر خود طلاق گرفته‌اند به این موضوع اشاره می‌کنند که دخالت‌های بیجای والدین نه تنها مشکلی را حل نمی‌کند بلکه باعث جدایی آنها از یکدیگر می‌شود. هنگامی که شخصی ازدواج می‌کند باید قدرت تصمیم‌گیری مستقل داشته باشد و اجازه ندهد که دیگران (هر کسی که می‌خواهد باشد) برای زندگی او تصمیم بگیرند.

از مشاوره خانواده کمک بگیرید

در واقع مشورت با متخصصان مسایل خانوادگی به یک ضرورت اجتماعی در دنیای امروز تبدیل شده است و نباید با بی‌توجهی از کنار آن گذشت. اگر امروز می‌خواهید که زندگی آرامی داشته باشید و در پرورش و راهنمایی درست فرزندان و غیره راه خطا نروید، همیشه ریشه همه مشکلات در روابط زناشویی نیست، گاهی مشکلاتی که به وجود می‌آید و ریشه زندگی خانوادگی را خشک می‌کند به علت اختلافاتی است که بر سر نحوه تربیت فرزندان به وجود می‌آید. می‌توانید از نظرات یک کارشناس برای اداره هرچه بهتر زندگی خود کمک بگیرید. در گذشته اگر کسی چنین کاری را انجام می‌داد او را دیوانه و نادان فرض می‌کردند ولی در دنیای امروز اگر کسی مشکل داشته باشد و برای یافتن راه حل به متخصص مراجعه نکند کار علاقلانه‌ای نکرده و از نظر مردم چنین شخصی نرمال و طبیعی نیست.

مشکلات در ابتدای زندگی کم و بیش دامن همه زوج‌های جوان را می‌گیرد و زوج‌های جوان به علت عدم تجربه کافی ممکن است عکس‌العمل‌های مناسبی از خود نشان ندهند. البته اکثر مشکلات در کانون خانواده قابل حل است. برای این کار زوجین باید کمی انعطاف‌پذیری از خود نشان دهند و از گوش شنوای خود برای شنیدن نظرات درست طرف مقابل استفاده کنند. با این حال پرسش‌هایی وجود دارند که زوج‌ها به تنهایی نمی‌توانند برای آنها پاسخی پیدا کرده و در این صورت باید به مشاوره خانواده مراجعه کنند. در کشورهای اروپایی مشاوره خانواده نقشی بسیار بیشتر از آن چیزی دارد که مشاوران در کشورهای آسیایی دارند.

به همسر خود بی‌توجهی نکنید

زوجین باید از هر طریقی که می‌تواند به یکدیگر محبت کنند بعضی از زوج‌های جوان این طور فکر می‌کنند که فقط با خرید کادوهای گران قیمت است که می‌توانند علاقه خود را به همسرشان نشان دهند. گاهی یک شاخه گل و یا یک عبارت محبت‌آمیز تأثیری بر روی همسر می‌گذارد که گران قیمت‌ترین هدیه دنیا نمی‌تواند جای آن را بگیرد. گفتگو با زوج‌های جوان نشان داده که آنها از طریق مادیات نمی‌توانند به عشق و عاطفه مورد نیاز برسند، چیزی که آنها خواستار آن بودند محبت و صمیمیت بدون قید و شرط همسرانشان بوده است. روش‌هایی مثل کادو دادن، گل خریدن، بیرون شام خوردن و ... فقط جنبه کمکی دارد و به تنهایی نمی‌تواند در زندگی مشترک تولید عشق کند.

به یاد داشته باشید که نفرت نیازی به یاد گرفتن ندارد، فقط کافی است تا بر انگیزه شده، در عوض باید محبت و دوست داشتن را آموخت. لازمه یک ارتباط خوب در زندگی زناشویی مشخص شدن خواسته‌ها و محدودیت‌هاست. اولین قانون زندگی مشترک این است که انتظارات شما از همسران باید منطقی باشد و دوم اینکه همسر شما نیز دقیقاً متوجه مفهوم انتظارات شما شده باشد تا جایی برای هیچ سوء تفاهمی باقی نماند. بسیاری از زوجین انتظار دارند که بعد از ازدواج وارد یک سرزمین رویایی و پر از شادی شوند، غافل از اینکه گاهی اوقات در زندگی مشکلاتی پیش می‌آید که ناشی از عدم درک صحیح طرف مقابل است. عدم درک نیازهای طرف مقابل باعث ورود سرزنش به مرز عاطفی زندگی مشترک و نهایتاً از بین رفتن احساس احترام نسبت به یکدیگر می‌شود.

یکی از سوالاتی که زوجین باید از خود بپرسند این است که براساس جلوگیری از ایجاد تنش در زندگی از چه چیزهایی باید صرف‌نظر کنیم؟ مطرح کردن این سوال خیلی مهم است. چون نه زن و نه مرد هیچکدام نمی‌توانند به تمام نیازهای یکدیگر پاسخ مثبت دهند و از این رو باید از تعدادی از خواسته‌های خود صرف‌نظر کنند گاهی صرف‌نظر کردن از یک خواسته می‌تواند زندگی مشترک را از رسیدن به بن بست نجات دهد.

هنگامی که زوجین فکر می‌کنند تمام اقدامات و تلاش‌های آنها بی‌نتیجه است می‌بایستی موضع خود را عوض کنند. این یک اصل استراتژیک در زندگی زناشویی است.

با این کار احساس عدم توانایی کاهش می‌یابد و خشم و کینه‌ای در زوجین نسبت به یکدیگر به وجود نمی‌آید. فراموش نکنید هنگامی که به خاطر همسران از خواسته‌های خود می‌گذرید با این کار به او نشان می‌دهید که چقدر او را دوست دارید و با شهادت مسئولیت زندگی‌تان را به دست گرفته‌اید.

از اعتیاد به هر چیزی پرهیز کنید

پدیده شوم اعتیاد نه تنها باعث از بین رفتن فرد می‌شود بلکه کانون زندگی مشترک را از بین می‌برد. متأسفانه زوج‌های جوان زیادی وجود دارند که بعد از ازدواج در اثر شرایط گوناگون (مشکلات، رفقای ناباب و ...) به سمت اعتیاد می‌روند. هر اعتیادی چه اعتیاد به مواد مخدر و نوشیدنی‌های الکلی و اینترنت و ... می‌تواند زندگی مشترک به نابودی بکشانند اعتیاد از هر نوعی که باشد باعث بوجود آمدن بی‌اعتمادی می‌شود در زندگی مشترک و نهایتاً روابط درون و برون خانوادگی را تحت الشعاع خود قرار می‌دهد. سوای از مسائل روحی و روانی که اعتیاد دارد اعتیاد از نظر مالی مشکلات سنگینی را به کانون خانواده تحمیل می‌کند. نقش همسران در زمان اعتیاد در قبال یکدیگر بسیار مهم است.

در اعتیاد یک شخص عوامل مختلفی نقش دارند بهترین کمکی که کسی می‌تواند به همسر معتاد خود بکند این است که به جای این که او را طرد کند به او فرصتی دهد تا سلامتی خودش را بدست آورد طلاق در زمان اعتیاد نه تنها وضعیتی را بهتر نمی‌کند بلکه سبب پیچیده تر شدن درمان برای همسر بیمار می‌شود. بهترین تفکر برای شما این است همسران را همانند سابق دوست داشته باشید این است که فکر کنید او فقط بیمار شده است و نیاز به مراقبت و پرستاری دارد. فراموش نکنید که همسرانی که در لحظات بیماری و سختی همسر خود را رها نمی‌کنند و او را عاشقانه دوست دارند همسران واقعی هستند.