

پرسش‌هایی که باید پیش از ازدواج پرسید

زندگی مشترک همین روزهای عادی است نه روز عروسی‌تان. زندگی از کارهای خسته‌کننده روزانه با چاشنی وقایع خنده‌دار یا ناراحت‌کننده تشکیل می‌شود.



جام جم آنلاین: زندگی مشترک همین روزهای عادی است نه روز عروسی‌تان. زندگی از کارهای خسته‌کننده روزانه با چاشنی وقایع خنده‌دار یا ناراحت‌کننده تشکیل می‌شود.

تأسف‌بار است که عروس و دامادها بیشتر نگران جزئیات مراسم ازدواجشان هستند و بیشتر وقت صرف آن می‌کنند تا گفت‌وگو درباره وظایفی که برای تشکیل یک قانون خوشبخت باید به عهده بگیرند. باید بدانید مراسم ازدواج یک روز طول می‌کشد، اما زندگی مشترک یک عمر. شما در طول زندگی‌تان به مرور به عادت‌هایی از هم پی می‌برید که می‌تواند برای شما مشکل‌ساز باشد. باید در دوران نامزدی سؤالاتی درباره هر موضوعی مطرح شود و به آن پاسخ دهید تا نقطه نظرتان مشخص شود. برای مثال شما حق دارید نظر شریک زندگی آینده‌تان را درباره مسائل مالی، داشتن فرزند، نحوه انجام کارها و شیوه گذراندن اوقات فراغت بپرسید و خودتان هم در این زمینه‌ها نظرتان را بگویید.

آیا برای هم مناسب هستید؟

وقتی شریک زندگی‌تان را پیدا می‌کنید خوشحال و شاد هستید، اما باید بدانید ازدواج موجب نمی‌شود یک رابطه بد به یک رابطه خوب تبدیل شود یا ارتباط عاشقانه شاید ابتدا هیجان‌آور باشد، اما آیا می‌توانید یک عمر فراز و نشیب‌های زندگی را تحمل کنید؟

سیمای فردوسی‌پور، روان‌شناس و عضو هیات علمی دانشگاه تهران معتقد است برای این‌که بدانید شما برای هم مناسب هستید یا نه، سؤالات بی‌شماری وجود دارد که باید درباره نامزدتان به آنها پاسخ دهید. مثلاً این‌که آیا به کارهای روزانه شما علاقه نشان می‌دهد؟ درباره مسائل، افکار و عقایدش با شما حرف می‌زند؟ اعتماد به نفس شما را بالا می‌برد؟ تکیه گاهتان است؟ از مسئولیت لذت می‌برد؟ زندگی‌تان را راحت و دلپذیر می‌کند؟ با بیشتر مردم رابطه خوبی دارد؟ این سؤالات را از خودتان هم بپرسید که آیا متقابلاً شما هم این‌گونه برای او هستید؟

پول چه معنایی برای شما دارد؟

براساس پژوهش‌هایی که انجام شده پول موضوع بیشتر نزاع‌های خانوادگی است. زن و شوهرها چه پولدار باشند و چه بی‌پول اغلب درباره هزینه‌ها و امور مالی خانواده جر و بحث می‌کنند. گاهی هم این جر و بحث‌ها به ناسزاگویی به همدیگر می‌انجامد. یکی به یکی می‌گوید خسیس و دیگری می‌گوید ولخرج. گاهی هم زن و شوهر برای دوری از جر و بحث، مسائل مالی را از یکدیگر پنهان می‌کنند. در این باره فردوسی‌پور معتقد است در حالی که زن و شوهرها درباره مسائل مالی باید با هم شفاف باشند، هرکدام باید بدانند همسرش چقدر پول دارد و با آگاهی از همسرش پولی را خرج یا پس‌انداز کند.

فردوسی‌پور می‌گوید: در دوران نامزدی مشخص کنید هر یک از شما چقدر می‌خواهد از مخارج زندگی را تأمین کند. اولویت‌های مالی‌تان را مشخص کنید تا اگر در تنگنای مالی قرار گرفتید مشخص شود کدام موارد برای شما اولویت دارد.

این روان‌شناس ادامه می‌دهد: برای این موضوع هر یک از شما باید به این سؤالات پاسخ دهد که چه احساسی پیدا می‌کند اگر همسران اجازه خرید کالایی را به شما ندهد؟ همسران تصمیم بگیرد برای ادامه تحصیل از کارش استعفا کند شما چه می‌کنید؟ اگر درآمد همسران از شما بیشتر باشد چه می‌شود؟ اگر متوجه شوید همسران پولی دارد که از شما پنهان کرده است یا همسران بدون این‌که به شما بگویند پولی را به یکی از دوستان، اعضای خانواده یا اقوامش قرض دهد، چه عکس‌العملی از خود نشان می‌دهید؟

فردوسی‌پور می‌گوید: این سؤالات مشخص می‌کند که پول برای‌تان چه معنایی دارد، بنابراین به این سؤالات صادقانه پاسخ دهید و به دنبال راه‌حل باشید. چون شاید به نظر شما پول یک منبع امنیت باشد، در نتیجه در خرج کردن دقت می‌کنید، اما نامزدتان به راحتی خرج می‌کند چون احساس می‌کند به او قدرت می‌دهد. به هر حال نباید کاری کنید که به حریم آسایش احساسی - مالی همدیگر تجاوز کنید.

چند فرزند می‌خواهیم؟

بي شك يكي از مهم ترين تصميم هايي كه در زندگي مي گيريد داشتن يا نداشتن فرزند است. هيچ چيزي به اندازه پدر يا مادر شدن بر زندگي تان تاثير نمي گذارد. اين روان شناس در اين باره مي گويد: در دوران نامزدي بايد حتما بدانيد چه تصميمي براي فرزنددار شدن داريد و حتما به سوالاتي مانند اين كه چند فرزند مي خواهيد، فاصله سني آنها چقدر است، اگر متوجه شويد بچه دار نمي شويد چه مي كنيد، اگر حاملگي ناخواسته پيش آيد چه مي كنيد و اگر پزشك تشخيص دهد كه جنين شما بايد سقط شود چه مي كنيد پاسخ دهيد.

زيرا به گفته فردوسي پور اين سوالات به شما كمك مي كند در آينده دچار مشكل نشويد، زيرا بالاترين هديه اي كه مي توانيد به فرزندتان بدهيد قانوني با ثبات و پرمهر است تا آنها بتوانند با مشاهده زيبايي همدلي يك زوج، بزرگ شوند و رشد كنند.

پدر و مادر بودن نه تنها يك كار تمام وقت است، بلكه نياز دارد شما و همسران نقش آشپز، آموزگار، پزشك و راننده را هم به عهده بگيريد و همراه با بزرگ كردن كودكتان كارهاي خود را هم انجام دهيد.

فردوسي پور مي گويد: براي همين حتما قبل از اين كه كودكي به زندگي شما بيايد، در دوران نامزدي به اين سوال ها پاسخ دهيد كه شب ها چه كسي بيدار مي شود تا به كودك كه گريه مي كند غذا بدهد و او را آرام كند؟ آيا بيشتر دوست فرزندتان خواهيد بود يا ترجيح مي دهيد نقش سنتي پدر و مادر را داشته باشيد؟ آيا ترجيح مي دهيد فرزندتان جديدترين اسباب بازي ها و سرگرمي ها را داشته باشد؟ تا چند سالگي به كودكتان اجازه مي دهيد در تخت خواب شما بخوابد؟ به فرزندتان چگونه محبت نشان مي دهيد؟

تساوي در انجام كارها يا تقسيم بندي؟

تصميم گيري درباره اين كه چه كاري در خانه انجام دهيد مي تواند منجر به كشمكش در خانه شود. براي خود جدولي تهيه كنيد و كارهايي را كه در خانه بايد انجام شود مثل شستن ظرف، جارو، گردگيري، رفتن به داروخانه، خريد خواربار، انتخاب برنامه تلويزيوني، گرفتن لباس از خشكشويي و... بنويسيد و هر يك از شما جداگانه جواب دهيد. فردوسي پور مي گويد: بعد نتيجه جواب هاي يكدگر را ببينيد و براي جاهايي كه اختلاف داريد به يك نتيجه واحد برسيد.

وي ادامه مي دهد: ممكن است براي يكي از شما اهميت نداشته باشد با جوراب كثيف و بدبو وارد خانه شود يا حوله خيس را روي تخت خواب بيندازد، اما ممكن است اين موارد مو بر اندام شريك زندگي تان سيخ كند. بنابراين به طور جداگانه فهرستي تهيه كنيد و 10 موردی را كه بشدت آزارتان مي دهد، بنويسيد و درباره آن به تفاهم برسيد.

شايد به نظر شما مسخره باشد، اما اختلاف هاي جزئي و حل نشده كه روي هم انباشته شوند مي تواند به جدائي و طلاق منجر شود.

فردوسي پور مي گويد: به آنها كه طالب تساوي كامل در انجام كارهاي خانه هستند بايد بگويم واقعا هيچ راهي براي تقسيم مساوي كارها وجود ندارد. بهترين وضعيت اين است كه كارها را طوري تقسيم كنيد كه براي هر دوي شما قابل قبول باشد.

به وقت هم احترام بگذاريد

اين روزها مردم ساعت بيشترى كار مي كنند و تعطيلي كمترى دارند. براي همين اوقات فراغت كمتر شده است و همه سعي مي كنند در اين فرصت کوتاه كارهاي عقب مانده شان را انجام دهند. براي همين گاهي اختلافاتي در نحوه گذراندن آن پيش مي آيد. مثلا همسران قول مي دهند در تعطيلي آخر هفته شير دستشويي را تعمير كنند، اما او در روز تعطيل به جاي اين كار بازي فوتبال را تماشا مي كند يا اين كه فيلم مي بيند. شما در اين شرايط چه مي كنيد؟

فردوسي پور در اين باره مي گويد: من به شما توصيه مي كنم كارهاي يك هفته را در يك روز ننگانيد. كارهايتان را در طول هفته پخش كنيد. اگر مي توانيد براي برخي خدمات هزينه كنيد، مثلا از بيرون تعميركار بياوريد.

در روزهاي اوقات فراغت، حتي شده نيم ساعت را به يكدگر اختصاص دهيد و تلويزيون را خاموش كنيد و از كنار هم بودن لذت ببريد. اوقات فراغت، فرصتي براي استراحت و انجام كارهايي است كه دوست داريد. پس در اين روز خوش اخلاق باشيد و جايي براي دعوا و بگو و مگو نگذاريد.

اين روان شناس ادامه مي دهد: ممكن است شيوه گذراندن اوقات استراحت و تفريح براي هريك از شما متفاوت باشد. براي نمونه ممكن است براي يك نفر يك روز ماهيگيري آرامبخش باشد و براي شخص ديگر خريد كردن. به هر حال هر شخصي نياز دارد اوقاتي

را آن گونه که دوست دارد استراحت کند. اگر شیوه استراحت کردن همسران را نمی‌پسندید به حق انتخاب او احترام بگذارید.

طبیعی است هر کدام از شما پاسخ متفاوتی به این سوال‌ها می‌دهید. باید توجه داشته باشید تفاوت‌ها در چه چیزی است و چقدر مهم هستند.

نباید هدف عقد ازدواج باشد. اگر می‌بینید به جر و بحث‌ها درباره موضوعات گوناگون وارد نمی‌شوید شاید مسائل عمده‌ای را سرکوب می‌کنید که باید مورد بررسی قرار گیرد. ازدواج تصمیمی برای همه عمر است و تا وقتی ندانید از زندگی چه می‌خواهید نمی‌توانید تصمیم به ازدواج بگیرید.

زهره تالانی / جام جم