

تعادل در عشق تداوم در ازدواج

اگر بگویم این روزها به دنبال يك سوراخ موش مي‌گردم که از دست همسرم در آن قايم شوم باور نمي‌کنيد.



جام جم آنلاين: اگر بگويم اين روزها به دنبال يك سوراخ موش مي‌گردم که از دست همسرم در آن قايم شوم باور نمي‌کنيد. همسرم با عشق آتشين خود تقريبا مرا جزغاله کرده است. وقتي در اداره هستم ساعتی نيست که موبایل از تماس او در آسایش باشد و مضمون همه تماس‌هايش هم يك چيز است: کجايي عزيزم. دلم برايت خيلي تنگ شده! هرچي صبر کردم تا تو زنگ بزني با من تماس نگرفتي گفتم خودم زنگ بزنم و حالت را بپرسم.

اگر غفلتا کنترل از راه دورم را در خانه جا بگذارم (همان موبایل) ايشان بلند مي‌شوند و مي‌آيد اداره ببينند من زنده و سالم رسیده‌ام يا نه و اشغال نگه داشتن يا از شبکه خارج کردن تلفن اداره هم فايده‌اي ندارد.

وقتي هم به خانه مي‌رسم همسر گرانمايه چونان طوق لعنت به گردن من آويزان است و هر جا مي‌روم بايد با من بيايد و همه جا بايد با هم باشيم. هر چقدر هم مي‌گويم که من نمي‌توانم اين همه کنارهم بودن را تحمل کنم و دارم خفه مي‌شوم نمي‌فهمد منظوم چيست. گريه مي‌کند و مي‌گويد: ازدواج اولم خراب شده است و فکر مي‌کردم در ازدواج دوم همسرم را مي‌توانم با محبت نگه دارم، اما مردها همه‌شان بي‌وفا هستند.

مادرش هم در تنور اين عشق آتشينش هيضم مي‌ريزد و مي‌گويد: عزيزم زن آن است که يك لحظه از حال شوهرش غافل نشود. يك وقت بلند نشوي خانه کسي بروي و شوهرت را تنها بگذاري‌ها!

اينها بخشي از درد دل‌هايي است که يك مرد متاهل با مشاور در ميان گذاشته است.

سمي به نام محبت

عالمان طب معتقدند هر چيزي حتي آب اگر بيش از اندازه مورد نياز مصرف شود به سمي کشنده بدل مي‌شود.

محبت نيز همين طور است. سعيده کاشاني مي‌گويد: اين که يك نفر تمام هدفش در زندگي ازدواج کردن و دودستي نگه داشتن همسرش باشد يقينا به زودي او را از دست خواهد داد زيرا انسان‌ها به قدری حريم خصوصي و آزادي فردي نياز دارند و در غير اين صورت چيزي از عشق نخواهد ماند و معشوق فقط حس اسارت را تجربه خواهد کرد.

اين مشاور خانواده تعادل را بهترين راز موفقيت يك خانواده مي‌داند و مي‌افزايد: وقتي شما زيادي ابراز محبت مي‌کنيد، فرصت دلنتگي را از طرف مقابل مي‌گيريد. بگذاريد همسران گاهي دلنتگ شما بشود تا محبتتان ارزش خود را نشان دهد.

متأسفانه به دليل فقدان درک و فهم صحيح نيازها، زوجين بدون آگاهي در مسيري پيش مي‌روند که نيازهاي يکديگر را ارضا نمي‌کنند. آنها سعي مي‌کنند نيازهايي را در همسرشان ارضا کنند که خودشان احساس مي‌کنند، مهم است بنابراين زنان اغلب محبت زيادي به شوهر خود نشان مي‌دهند زيرا خودشان خواهان محبت زياد هستند و به اشتباه تصور مي‌کنند، شوهرشان هم خواهان محبت زياد است.

اين نوع رفتار که در آن همسري چيزهايي را به ديگري مي‌دهد که به راستي مورد نياز او نيست، زندگي زناشويي را افسرده و مسموم مي‌سازد و عوامل تخریب و فروپاشي زندگي مشترك را فراهم مي‌کند. زيرا اولويت‌هاي نياز در مردان متفاوت از اولويت نياز در زنان است.

هر کسي چه مي‌خواهد

#171&عزيزم از من توقع داري براي تو چه کار کنم تا بيشتر احساس خوشبختي کني؟" اين ساده‌ترين سوالي است که هر زوجي مي‌تواند از هم بپرسد و صادقانه براي خوشبختي همسرشان بکوشند.

ممکن است بعد از شنیدن پاسخ این سوال همسران متعجب شوند زیرا گاه نیازهای زن و شوهر کاملاً با آنچه در مورد یکدیگر فکر می‌کرده‌اند متفاوت بوده است. هر زن و مرد متأهلی لازم است روش شناسایی و رفع نیازهای همسر خود را بیاموزد، این یک مهارت است که متأسفانه بسیاری از زوجها توجه چندانی به آن نمی‌کنند.

سینا تهرانی، متخصص مهارت‌های ارتباطی در مورد تجربیات خود می‌گوید: از میان هر ده زوجی که برای مشاوره در خصوص خیانت همسران مراجعه کرده‌اند، ۹ زوج نیازهای همسر خود را به اشتباه شناسایی کرده بودند و لذا همسر آنها برای رفع نیازهای خود به جنس مخالف دیگری گرایش پیدا کرده و به همسر خود خیانت کرده بود.

بنابراین در مورد این که همسران به چه چیزی در روابط عاطفی‌تان نیاز دارد زیاد به دانسته‌های خود اکتفا نکنید.

ناز و نیاز

زنان باید ناز کنند و مردان باید ناز بکشند. این ابراز نیاز مردان به زنان احساس محبوبیتی رضایت‌بخش می‌دهد.

این جملات از نظر سعیده کاشانی، روان‌شناس اگرچه یک قانون بدون استثنا نیست، اما در اغلب موارد صدق می‌کند.

حالا اگر قرار باشد یک مرد ناز کند و خانم دائم منت او را بکشد چه اتفاقی خواهد افتاد.

به اعتقاد این روان‌شناس در چنین خانواده‌ای زن جایگاه و شان خود را از دست می‌دهد و مانند موردی که در ابتدای گزارش خواندید مرد از احساس مردی خود تهی می‌شود و به دنبال جایی می‌گردد که از شر محبت زیادی و لاجرم کنترل زیادی در امان باشد و چه بسا منزل زنی که با او به ناز رفتار می‌کند پناهگاه او شود.

به خانم‌ها توصیه می‌شود به همسران خود کمی فضای تنهایی بدهند و بگذارند آنان اولین کسی باشند که سراغ همسر را می‌گیرد.

آقایان نیز باید قبل از این که همسرشان اینقدر احساس نیاز کند که خود به ابراز محبت ناچار شود با جملات و اعمال محبت‌آمیز به همسرشان یادآوری کنند که جایگاه منحصر به فردی در خانواده و در دل او دارد.

کوه یخ

شیدا، خانمی 25 ساله است که همسرش را کوه یخ توصیف می‌کند. او می‌گوید: وقتی دختر دبیرستانی بودم، همسرم پاهایش را در یک کفش کرد که عاشق من است و باید با او ازدواج کنم.

آنقدر رفت و آمد و خانواده و واسطه را فرستاد و زمزمه محبت کرد تا من خام شدم و دانشگاه رفتن را فراموش کردم و بعد از دیپلم با او ازدواج کردم، اما هر چقدر از زندگی زناشویی‌مان می‌گذشت او مهارت‌های کلامی‌اش را از دست می‌داد تا جایی که امروز به کوهی از یخ تبدیل شده است که هیچ واکنش احساسی از خود نشان نمی‌دهد.

اگر به او بگویم چرا ابراز محبت نمی‌کنی می‌گوید: تو که نظر من را نسبت به خود می‌دانی. اوایل ازدواجمان هر چه گفتنی بود گفتم دیگر. همان‌ها را در ذهنت مرور کن.

بنا به توصیه روان‌شناسان و مشاوران خانواده، اگر می‌خواهید لذت بیشتری از زندگی مشترک خود ببرید باید از ابراز علاقه به همسران خجالت نکشید، زیرا ابراز علاقه نشانگر میزان دوست داشتن و محبت شما نسبت به همسران است. پس نگویند علاقه‌ام را با رفتارم نشان می‌دهم، برای ابراز علاقه باید از کلمات زیبا و محبت‌آمیز استفاده کرد.

هرگز اجازه ندهید مشکلات زندگی، شما را از همسران دور کند، چون مشکلات همیشه هست و خواهد بود و در هر حال، ابراز علاقه و عشق به همسر، بهترین و والاترین هدیه به اوست و نباید این هدیه را از وی دریغ کرد. (جام جم - ضمیمه چارلیواری)