

زوج‌های تازه‌کار بخوانند!

زوج‌های جوان شباهت زیادی به دانشجویهای سال اول دانشگاه دارند. آنها تازه مشغول یادگیری خم و چم زندگی مشترک‌اند.



سلامت نیوز: زوج‌های جوان شباهت زیادی به دانشجویهای سال اول دانشگاه دارند. آنها تازه مشغول یادگیری خم و چم زندگی مشترک‌اند. آگاهی از اشتباهات معمول در اوایل ازدواج می‌تواند کمک کند که مانع بروز آنها شویم. در پیچ و خم دل‌دادگی و حرف‌های نگفته جوانی، واقعیت‌های یک عمر زندگی در کنار یکدیگر و تجربه حوادث تلخ و شیرین و مهارت‌های لازم برای شناخت و تجزیه و تحلیل مشکلات زندگی فراموش می‌شود.

یادآوری چند نکته به همه ما کمک می‌کند تا مسافتی دورتر از شروع زندگی مشترک و رویاپردازی‌های عاشقانه را مشاهده کنیم...

فکر نکردن به فردای ازدواج

بعضی از همسران جوان آن چنان سرگرم جشن ازدواج می‌شوند که نمی‌دانند درگیر چه مسایلی شده‌اند. شما متاهل شده‌اید. جشن ازدواج شاید سرگرم کننده باشد اما فقط یک روز است. اکنون شما ناچارید با یکدیگر زندگی کنید، با هم کنار بیایید و خانواده خودتان را تشکیل دهید. از برنامه‌های جشن و بازتاب آن، از تماشای فیلم عروسی تا تجدید خاطرات با دوستان لذت ببرید، اما تمام مدت، تصویر بزرگ‌تری را در ذهن داشته باشید.

تلاش برای عوض کردن خلیقات همسر

به احتمال قوی، شما به این دلیل با همسر خود ازدواج کرده‌اید که عاشقش بوده‌اید. اگر این طور باشد، هیچ دلیلی وجود ندارد که او را تغییر دهید. بدون شك، افراد بالغ به طرز چشم‌گیری تغییر نمی‌کنند. پس بهترین اطمینان شما این است که همسر خود را قبول کرده و او را به خاطر منحصر به فرد بودنش و تفاوت‌هایی که با دیگران دارد، دوست بدارید. تلاش برای عوض کردن همسران فقط احساسات او را جریحه‌دار کرده و زندگی مشترک شما را خراب می‌کند.

رابطه بد با خانواده همسر

اگر تا این لحظه به رابطه شما لطمه وارد شده، دست به هر کاری بزنید تا رابطه خود با خانواده همسران را بهبود ببخشید. اولین نفری باشید که صلح را برقرار می‌کند، زیرا هنگام دعوی شما با خانواده همسران، تنها کسی که آزرده خاطر می‌شود، همسران است که احساس می‌کند بین شما گیر افتاده است.

مشاجره به جای گفتگو

پرخاشگری و فریاد زدن و جیغ کشیدن در حل مشکل یا اختلاف نظرها به شما و همسران کمکی نمی‌کند. گفتگوی آرام و منطقی شما را به پیش خواهد برد. اگر هنگام مجادله با همسران، نتوانید خودتان را کنترل کنید، زندگی‌تان را به مخاطره می‌اندازید. پس هر کاری را که شامل این موارد است از استراحت در میانه بحث تا طلب کمک به وسیله روش‌های درمانی انجام دهید.

کوتاه بودن افق دید

هیچ‌کس دوست ندارد درباره مسایل سنگینی مثل کنترل مسایل مالی، راه‌های ممکن در صورت بچه‌دار نشدن، نحوه آمدگی برای اتفاقات پیش‌بینی نشده‌ای مثل مرگ، بحث کند. با این حال اکنون که متاهل شده‌اید، چاره‌ای جز صحبت درباره این موضوعات

ندارید. ازدواج شما به این مسایل وابسته است. عاقل باشید و در مورد تمامی این مسایل با همسر خود صحبت کنید. در صورت لزوم با دیگران مشاوره داشته باشید اما این مسایل را نادیده نگیرید. زندگی، تنها تفریح و مهمانی و خوشی نیست. درخود توانایی پذیرش مشکلات بزرگتر را داشته باشید.

همسران شما را برای زندگی انتخاب کرده است. حسادت باعث اتلاف وقت شده و موجب اهانت به همسران می‌شود که تصور می‌کند شما به او اعتماد ندارید. اگر او همیشه قابل اعتماد بوده است، نباید با حسادت خود حتی برای او ایجاد مزاحمت کنید. این برای رابطه سم است

دعاهای بیهوده

هر انسان متاهلی با همسر خود بر سر مسایلی بحث می‌کند، از باز گذاشتن سر خمیردندان تا آویزان کردن لباس روی دستگیره در که در نظر دیگران بی معنی است. بحث‌های خود را برای مسایل مهم‌تری نگه دارید. این دلخوری‌ها را به حال خود بگذارید. به راستی اگر تنها اشتباه همسر شما انداختن جوراب‌های کثیف روی زمین است، باید خودتان را خوش‌شانس بدانید.

حسادت

همسران شما را برای زندگی انتخاب کرده است. حسادت باعث اتلاف وقت شده و موجب اهانت به همسران می‌شود که تصور می‌کند شما به او اعتماد ندارید. اگر او همیشه قابل اعتماد بوده است، نباید با حسادت خود حتی برای او ایجاد مزاحمت کنید. این برای رابطه سم است.

زندگی کردن مانند مجردها

اکنون زمان آن رسیده که بزرگ شوید. گردش شبانه رفتن با دوستان، زمانی اشکال نداشت که شما مجرد بودید و هیچ کس در منزل منتظر شما نبود. به عنوان یک فرد متاهل، انجام بعضی کارها شایسته نیست. شما می‌دانید درست و غلط چیست. پس کار درست را انجام دهید.

غرور در زندگی مشترک

زن یا شوهری که بعد از هر مشاجره بر عذرخواهی اصرار دارد، همیشه برنده است و کسی که مهر و محبت همسر خود را انکار می‌کند، هیچ کار مفیدی برای زندگی مشترک‌شان انجام نمی‌دهد. او اجازه می‌دهد غرور و روش‌های حل مشکلات و عشق و علاقه او به همسرش راه پیدا کند و رابطه آنها به نتیجه برسد. باید ملایم‌تر باشید و راهی پیدا کنید که مسوولیت اعمال خود را به گردن بگیرید.

با هم نبودن

باید مانند یک گل از زندگی مشترک خود مراقبت کنید. گل، بدون آب، نور خورشید و مراقبت هرگز رشد نخواهد کرد. بنابراین، باید برنامه‌ریزی کنید تا مدت زمان بیشتری را در کنار همسر خود باشید.