



#### ۴ سوال که باید پیش از ازدواج از خود بپرسید

ازدواج یکی از مهم ترین اتفاقات زندگی است که زندگی افراد را با تغییر روبه رو می کند. اما متأسفانه، اغلب افراد بدون هیچ برنامه ای و بدون توجه داشتن یا نداشتن پیش نیازهای لازم روان شناختی برای آن، تصمیم به ازدواج می گیرند.

سلامت نیوز: ازدواج یکی از مهم ترین اتفاقات زندگی است که زندگی افراد را با تغییر روبه رو می کند. اما متأسفانه، اغلب افراد بدون هیچ برنامه ای و بدون توجه داشتن یا نداشتن پیش نیازهای لازم روان شناختی برای آن، تصمیم به ازدواج می گیرند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از خراسان؛ اغلب آنها با این ذهنیت پیش می روند که بعد از ازدواج همه چیز به خوبی پیش خواهد رفت. اما درصد بالای طلاق نشان می دهد که این ذهنیت درست نیست. به غیر از مسائل اقتصادی و بیرونی که از جمله مهم ترین پیش نیازها هستند، پیش نیازهای دیگری هم برای ازدواج وجود دارد که معمولاً اغلب افراد به آن توجه نمی کنند.

اغلب این پیش نیازها از جنس روان شناختی و آمادگی درون و ذهنی هستند، در این شماره به این پیش نیازها با عنوان سوالاتی که باید از خودتان بپرسید اشاره می کنیم.

#### ۱ - چرا می خواهید ازدواج کنید؟

به خودتان زمان بدهید تا به این سوال با دقت پاسخ دهید. شاید شگفت زده شوید اگر بدانید افراد زیادی در جامعه ما و اغلب جوامع وجود دارند که تنها به دلیل تحت فشار قرار گرفتن از سوی خانواده، دوستان یا جامعه ازدواج می کنند. اگر شما هم یکی از این افراد هستید، باید پیش از این که خیلی دیر شود در تصمیمتان به ازدواج تجدیدنظر کنید.

#### ۲ - چرا می خواهید با این فرد ازدواج کنید؟

&#171#من او را دوست دارم» یک پاسخ کافی برای این سوال نیست، زیرا عشق برای موفقیت در زندگی مشترکتان کافی نیست. بنابراین چند لحظه عمیق تر فکر کنید، به ویژگی ها و صفات مشخص او فکر کنید. برای مثال، گفتن جمله &#171#او خوب است» اطلاعات سودمندی به شما نمی دهد اما گفتن این که &#171#او فردی تحصیل کرده و مهربان است» اطلاعات بیشتری به شما می دهد.

به طور کلی باید به این سوال جواب دقیقی دهید که این فرد که شما تصمیم به ازدواج با او گرفته اید، چه تفاوت های مشخصی از افراد دیگری که موردنظر شما برای ازدواج قرار نگرفته اند دارد.

#### ۳ - میان شما و همسر آینده تان چه تفاوت های بنیادینی وجود دارد؟

شور و اشتیاق داشتن یک رابطه عاشقانه می تواند جلوی دید شما را تیره و کدر کند.

نزدیک بینی عشق تا وقتی که تنها به زندگی رویایی با معشوق تان فکر می کنید، میدان دید شما را محدود می کند، در این حالت شما تنها شباهت هایتان را برجسته می کنید و می بینید. اما مهم است که دیدتان را دوباره متمرکز کنید و به تفاوت های خود و فردی که می خواهید با او ازدواج کنید نیز فکر کنید. با این کار شاید متوجه تفاوتی شوید که شما نمی توانید با آن زندگی کنید.

#### ۴ - درباره زندگی مشترک چه خیالات و رویاهایی در سر دارید؟

شما و همسر آینده تان درباره ازدواج انتظاراتی دارید. موقعی که انتظارات تان بسیار متفاوت از انتظارات همسر آینده تان باشد احتمالاً زندگی تان دچار تعارضات جدی می شود. برای مثال، او انتظار دارد که هر جمعه هر دو یتان به دیدار خانواده اش بروید، در

حالی که تصور شما این است که روزهای تعطیل در خانه باشید. بسیاری از افراد به اشتباه تصور می کنند این مسائل بعد از ازدواج به خودی خود حل می شود در صورتی که در بیشتر موارد مسائل جزئی عامل اختلافات بزرگ تر می شود.