

چگونه رفتار کنیم تا خانواده ای شاد داشته باشیم

زندگی زناشویی همراه یا بدون عاطفه مناسب با آن، کامل ترین شکل تصور از بهشت و جهنمی است که ما در زندگی قادر به ایجاد، به دست آوردن...



زندگی زناشویی همراه یا بدون عاطفه مناسب با آن، کامل ترین شکل تصور از بهشت و جهنمی است که ما در زندگی قادر به ایجاد، به دست آوردن و یا رسیدن به آن هستیم. این پرسش که "چگونه خانواده شادی داشته باشیم؟" و مانند آن از سوالات اساسی زندگی انسانهاست که با فراوانی بسیار بالا در بین افراد مطرح می شود. چرا که همه افراد شادی را دوست دارند و آن را زیربنای سلامتی خود می دانند.

با عنایت به محوریت زن و مرد در ایجاد زندگی شاد در خانواده و با توجه به این که خانواده شاد، جامعه شاد را ایجاد می کند، رابطه مثبت زناشویی می تواند مبنای شادی و در غیر این صورت منبع بزرگ رنج و ناراحتی باشد.

نقش زن در شادی

بی تردید افکار شاد، ما را شاد می کند، اما افکار بد، حالمان را خراب می کند. زن باید بداند به خاطر خوشبختی خودش هم که شده باید شوهر شاد و خوشبختی داشته باشد. برای رسیدن به این هدف، یک لبخند هم کفایت می کند. به طور یقین نمی توانیم شوهرمان را تغییر دهیم، زیرا شخصیت او شکل گرفته است. پس سعی کنیم که او را همان طوری که هست بپذیریم.

از تشویق کردن او در انجام مسئولیت های اجتماعی، شخصی و خانوادگی غفلت نورزیم. مطمئن باشیم که قهرمان ساختن از او در همه شئون زندگی به نفع ماست. با او حرف بزنیم، به اتفاق هم راه برویم، به حرفهایش گوش بدهیم، او را بفهمیم، اینها رمز شادمانی او هستند.

اگر می خواهیم شوهرمان را خوشحال کنیم، ابتدا خودمان را شاد کنیم. با شادی به کار او نگاه کنیم تا او هم از کارش راضی بشود و بدانیم که کسی که از کارش راضی باشد مسرور و شاد می شود. همسرمان را دست کم نگیریم، زیرا برداشتی که ما از همسرمان داریم روی رفتار او، به خصوص در حضور ما اثر می گذارد.

وقتی همسرمان حتی در سالمندی به ما هدیه ای می دهد به او نگوئیم این چه کاری است که با این سن و سال انجام می دهی؟ بلکه به گرمی از او تشکر کنیم و خداوند را سپاسگزار باشیم که به ما چنین همسری را داده است.

با تبسم و آراستگی از همسرمان استقبال کنیم همسرمان بعد از خداوند آرامش دهی را از ما می خواهد. سعی کنیم سوتفاهم ها را کنار بگذاریم و حداقل یک روز در هفته را با هم باشیم. به غذای مورد علاقه همسرمان باید توجه کنیم. حتما بدانیم که پشت سر هر مرد مو فق، یک زن حمایتگر و مدیر ایستاده است.

نقش مرد در شادی

اگر فرض را بر این بگذاریم که در سن 25 سالگی ازدواج کنیم، می توان نتیجه گرفت که حدود 50 سال یا بیشتر با فرض برخورداری از عمر طبیعی با زمان زندگی می کنیم، پس به این بیندیشیم که با شاد کردن همسرمان خودمان هم شاد و خوشبخت خواهیم بود.

برای این کار باید سعی کنیم در خودمان عادات بهتر ایجاد کنیم. مثلا قبل از این که میهمان دعوت کنیم موضوع را با او در میان بگذاریم، به او فرصت کافی برای تدارک میهمان بدهیم، در مسایل عقلانی و منطقی با زمان موافقت کنیم، اشتباهات خود را بپذیریم، اشتباه پذیری کسر شان و امتیاز دادن نیست، بلکه اشتباه بهترین آموزگار انسان است.

سعی کنیم بخندیم و به همراه ما زن ما هم بخندد، بدانیم که خوشحال کردن زن هنر است نه علم، اگر علم بود همه می توانستند کسب کنند، اما هنر ریشه ذاتی و درونی دارد و به همین جهت اثر آن ماندگارتر است.

از تلاش همسرمان قدردانی کنیم، در تصمیم گیری به او کمک کنیم. شرایطی را فراهم کنیم که استعدادهایش را نمایان کند و با بهره گیری از قدرت تعریف و تمجید ما بدرخشد. به جای هدایای گران قیمت، برای زمان وقت صرف کنیم، به گفته هایش گوش دهیم و

حتي اجازه دهيم فریاد بکشد تا از این طزیق به آرامش برسد، محبت خودمان را به زبان بیاوریم.

فراموش نکنیم که حال و هوای عاشقی تا زمانی بر فضای خانواده ما حاکم خواهد بود که رفتار ما با همسرمان مانند رفتار روزهای آشنایی و نامزدیمان باشد. یقین بدانیم که هر چه در خانه شادتر باشیم و ارتباط بهتری با همسرمان داشته باشیم انرژی بیشتری داریم تا صرف کارمان کنیم و به این وسیله در کارمان نیز موفق تر خواهیم بود.

زنان نیاز به صحبت کردن دارند، مردی که با زنش صحبت می کند و به حرفهای او گوش می دهد قلب زنش را تسخیر می کند. شاید بارها شنیده باشیم که خانم ما می گوید "فقط می خواهم حرفم را بشنوی و آنچه را می گویم درک کنی و به احساس من اهمیت بدهی" این جمله و امثال آن بیانگر نیاز درونی وی است. پس به همسرمان توجه کنیم تا شادی در فضای زندگی ما پراکنده شود.