



دشواری های زندگی با همسر ناسازگار؛ از ارتباط دشوار تا سردرگمی

فردی که همسر ناسازگار دارد به دلیل اینکه از قبل آگاهی و آمادگی لازم جهت مواجهه با چنین شرایطی را ندارد از طریق آزمایش و خطا متوسل به راهکارهایی می شود ...

فردی که همسر ناسازگار دارد به دلیل اینکه از قبل آگاهی و آمادگی لازم جهت مواجهه با چنین شرایطی را ندارد از طریق آزمایش و خطا متوسل به راهکارهایی می شود تا بتواند همسر ناسازگار خود را در کنترل داشته باشد، که اغلب در کنترل رفتارهای همسر موفق نیست. به گزارش خبرگزاری مهر، زندگی با همسر ناسازگار مشکلات و دشواری های خاص خود را دارد، البته هیچ فردی خواستار روبرو شدن با همسری ناسازگار نیست، ولی با توجه به کمبود آگاهی های لازم، دختران و پسران، خصوصاً دختران پیش از ازدواج قادر به تشخیص ویژگی های فردی که می تواند همسری ناسازگار باشد نمی شوند. البته پسرها، به طور میانگین پیش از ازدواج، آسیب های رفتاری و شخصیتی به مراتب بیشتری را نسبت به دخترها متحمل می شوند.

به همین دلیل، همسران پس از مواجهه شدن با مشکلات و مسائل مختلفی که حل نمی شوند و برای مدت های طولانی تداوم می یابند و باعث آزار و اذیت آنها می شود، به فکر راهکارهایی جهت برطرف نمودن آنها می افتند. در چنین شرایطی که شخص آزار و اذیت های زیادی را از همسر ناسازگار تجربه می کند به وضعیت و شرایطی می رسد و این فکر به ذهن آنها خطور می کند که شاید چیزی سر جایش نباشد و مشکل یا معضلی میان آنها حاکم باشد. پس از این مرحله است که بعضی از همسران در ارتباط با همسر ناسازگار خویش، شروع به کمک گرفتن جهت شناخت و برطرف نمودن مشکل خود می نمایند.

یکی از ویژگی های بارز ارتباطی میان فرد و همسر ناسازگار، دشواری در ارتباط میان آنها است. در طی شبانه روز میان یک زوج مقدار قابل توجهی پیام های ارتباطی مختلف مبادله می شود. آنها هر روز ارتباط های مختلفی را تجربه می نمایند. همسران چنانچه با یکدیگر ارتباطی هم برقرار نکنند و یا قهر هم باشند، باز هم ارتباط هایی میان خویش دارند مبنی بر اینکه "من علاقه ای به ارتباط برقرار کردن با تو ندارم".

همسر ناسازگار به دلیل اینکه شناخت سالم و درستی نسبت به همسر، خویشتن و واقعیت های موجود زندگی ندارد، رفتارها و پاسخ های مناسبی از خود نسبت به همسر نشان نمی دهد. به همین سبب، هر ارتباطی با دشواری و سختی های بسیاری روبرو خواهد بود.

زندگی کردن با همسر ناسازگار، به دلیل مشکل آفرین بودن، بخش قابل توجهی از نیروی ذهنی شخص را مصرف می نماید. در زندگی عادی، طبیعی و سالم، فرد مقدار مشخصی از نیروی ذهنی خود را صرف کارهای متداول زندگی خود، همسر و سایر امور می کند، ولی همسر ناسازگار با توجه به شرایطی که دارد و هم چنین مشکلاتی که برای همسرش به وجود می آورد و درگیری ها و تنش هایی که ایجاد می کند، موجب می شود که طرف مقابل، خود به خود با وی درگیری ذهنی پیدا کند. طوری که شخص اکثر اوقات، نیروی ذهنی خود را صرف رفتارها، برخوردها و عملکردهای همسر می نماید. همین امر خاصیت بیماری زایی و اختلال آفرینی دارد. طوری که فرد پس از گذشت مدتی به بیماری های جسمانی و روانی مبتلا می شود. علاوه بر این، مختل کردن رشد فردی، اجتماعی، شغلی، انسانی و معنوی فرد را نیز به همراه دارد.

در طبیعت هیچ چیز به راحتی و بدون هزینه به دست نمی آید. فردی که خواستار رشد و پیشرفت در امور مختلف است، به ناچار مقداری از وقت، فرصت ها و نیروی ذهنی خود را صرف رشد و پیشرفت خواهد نمود. فردی که با همسر ناسازگار روبروست، به دلیل درگیری ها و ارتباط های پر تنش با مصرف بیش از حد توان ذهنی و فکری، از رشد و پیشرفت باز می ماند. البته افرادی نیز بوده اند که با وجود داشتن همسری ناسازگار به پیشرفت هایی رسیده اند، ولی آنها نیز در پیشرفت خود زیان دیده اند، یعنی به جایی که مثلاً 70 درصد پیشرفت کنند، شاید نصف آن و یا کمتر به پیشرفت رسیده اند.

از دیگر ویژگی های زندگی با همسر ناسازگار، سردرگمی و ندانم کاری است. فردی که همسر ناسازگار دارد به دلیل اینکه از قبل آگاهی و آمادگی لازم جهت مواجهه با چنین شرایطی را ندارد از طریق آزمایش و خطا متوسل به راهکارهایی می شود تا بتواند همسر ناسازگار خود را در کنترل داشته باشد، که اغلب در کنترل رفتارهای همسر موفق نیست. ولی گاهی نیز نمی تواند رفتار او را به طرز خاصی در کنترل خویش داشته باشد، همین امر باعث می شود که ابهام و سردرگمی خاصی را تجربه نماید.

دیگر ویژگی زندگی همسر ناسازگار، رنج آور بودن اغلب اوقاتی است که آنها با یکدیگر می گذرانند. اوقات و لحظه های خوش آنها به

مراتب محدودتر از موقعیت های ناگوار در زندگی شان است. تحمل رنج و سپری کردن اوقات نه چندان شاد و رنج آور بودن لحظه های زندگی، از ویژگی های بارز زندگی با همسر ناسازگار است.

بنابراین می توان گفت یکی از دشواری هایی که از زندگی با همسر ناسازگار عاید زوج سالم می شود مجموعه ای از مشکلات است. گاهی شخص مجبور می شود از زنجیره ای از دروغ ها، جهت به تفاهم رسیدن با همسر استفاده نماید. نرسیدن به تفاهم در اغلب موارد نیز شرایط ناراحت کننده ای را برای فردی که با همسر ناسازگار روبرو است به وجود می آورد.

ممکن است بعضی از افراد ناسازگار در بیرون از خانواده با دوستان، همکاران و اجتماع مشکل چندانی نداشته باشند. ولی در ارتباط با همسر خود دچار مشکلات بسیاری باشند. در مجموع فردی که با همسر ناسازگار زندگی می کند، پس از مدتی، چنانچه آگاهی های لازم در این مورد را به دست نیاورد و از رویه های علمی و موثر نیز استفاده ننماید، دچار سردرگمی، ابهام در اغلب تصمیم گیری ها، ناتوانی، فرسودگی و بیماری جسمی و روانی می شود.