



زنانی که هیچ وقت ازدواج نمی کنند

زمان شما برای تجربه یک آرامش متفاوت هر روز کمتر می شود. پس تا دیر نشده، یک بار این مطلب را مرور کنید و ببینید که در گروه کدام یک از زنان ازدواج گریز جا می گیرید.

زمان شما برای تجربه یک آرامش متفاوت هر روز کمتر می شود. پس تا دیر نشده، یک بار این مطلب را مرور کنید و ببینید که در گروه کدام یک از زنان ازدواج گریز جا می گیرید.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از مجله دل گرم ؛ نگاهی به شناسنامه تان بیندازید. اگر بیش از تعداد انگشتان یک دست از این دهه بهاری گذشته است باید به شما هشدار دهیم. زمان شما برای تجربه یک آرامش متفاوت هر روز کمتر می شود. پس تا دیر نشده، یک بار این مطلب را مرور کنید و ببینید که در گروه کدام یک از زنان ازدواج گریز جا می گیرید.

بعضی از خانمها ازدواج نمی کنند

شما چه بپذیرید و چه نه، هر اتفاقی بهاری دارد و بهار ازدواج هم گل سال های جوانی، یعنی دهه سوم یا اوایل چهارمین دهه زندگی است. نمی گوئیم تمام زوج هایی که قبل یا بعد از این سن به خانه بخت رفته اند، شکست خورده برگشته اند اما این واقعیت را هم انکار نمی کنیم که آنها لذت چند سال بیشتر خوشبخت بودن در کنار یک شریک واقعی را از دست داده اند.

نگاهی به شناسنامه تان بیندازید. اگر بیش از تعداد انگشتان یک دست از این دهه بهاری گذشته است باید به شما هشدار دهیم. زمان شما برای تجربه یک آرامش متفاوت هر روز کمتر می شود. پس تا دیر نشده، یک بار این مطلب را مرور کنید و ببینید که در گروه کدام یک از زنان ازدواج گریز جا می گیرید.

ترس از ازدواج

روانشناسان، کمال گرایی بیش از حد و وسواس و ترس از تعهد را مهمترین عامل ازدواج نکردن دختران امروزی می دانند. اجتماعی شدن و ورود به بازار کار و تحصیلات بالا اگرچه اعتماد به نفس زنان را افزایش می دهد اما در بعضی موارد به موانعی برای ازدواج آنها تبدیل می شود.

چرا بعضی از خانمها ازدواج نمی کنند؟

از زمین خوردن می ترسید؟

همه زن ها به یک شکل به شکست عاطفی پاسخ نمی دهند. برخی زود فراموش می کنند و سرگرم کار و زندگی می شوند اما برای بعضی ها فراموشی کار سختی است. آنها روی نام عشق برجسی منفی می چسبانند و تصمیم می گیرند دیگر سراغش نروند. شما هم یکی از این دو دسته اید؟

اگر این مشکل شماست ...

اگر بیش از شش ماه است که جدایی را پشت سر گذاشته اید و هیجان های منفی تان تا حدودی فروکش کرده است، می توانید با مشاوره و واکاوی ارتباط قبلی، نقش خودتان را در بحران هایی که پشت سر گذاشته اید پیدا کنید. شاید شما به انتخابی نامناسب دست زده بودید و شاید هم در زمان نامناسب و در مکان نادرست در یک رابطه قرار گرفته بودید. از قانون همه یا هیچ استفاده نکنید و با تعمیم دادن تجربه هایتان به موقعیت های دیگر، خود را از لذت عاشق شدن و زندگی در کنار فردی که می تواند به شما آرامش دهد محروم نکنید.

نمی خواهید ترمز بگیرید؟

تمایل بیش از حد به پیشرفت کاری، فکر و ذکر آدم های کمال طلبی است که می خواهند همیشه اولین و بهترین باشند اما از طرف دیگر، این روزها چنین میلی در دخترانی که شکست عاطفی سنگینی را پشت سر گذاشته اند کم دیده نمی شود. این همان اتفاقی است که در اصطلاح به نام «ازدواج با کار» شناخته می شود و دختران سعی می کنند با کار بی وقفه، ذهنشان را از نیازهای عاطفی که دارند، منحرف کنند.

اگر این مشکل شماست ...

یکی از مواردی که در زندگی به آن نیازمندیم ارزیابی احتمالات و برنامه ریزی برای زندگی حال و آینده است. کار و پیشرفت های کاری لذت های خاص خود را به همراه دارد اما آیا به دوران بازنشستگی هم فکر کرده اید؟ حالا به این تصویر فکر کنید: عبور از راه پر پیچ و خمی که برای خودتان تصور کرده اید، در کنار همسفری که گاهی شما را به جلو هل می دهد و گاهی با یک لبخند شما را به نفس تازه کردن و ایستادن دعوت می کند راحت تر نیست؟

نمی خواهید محدود شوید؟

اگرچه این ویژگی در خانم ها کمتر دیده می شود و زن ها به روابط و به خصوص تشکیل خانواده اهمیت زیادی می دهند اما در برخی از خانم ها علاقه به تنهایی و اصرار به ایجاد یک حیطه شخصی افراطی که کسی حق ورود به آن را ندارد، سد راه ازدواج می شود. برخی از زنان تصور می کنند با ازدواج بخش زیادی از برنامه ها و کارهای و تفریحات و به ویژه آزادی عملشان را از دست می دهند و سیر پیشرفتشان مختل می شود.

اگر این مشکل شماست...

چشم هایتان را ببندید و یک بار ازدواج را در ذهن تان تعریف کنید. رابطه ای را که با دوستان و اعضای خانواده تان برقرار می کنید، تغییراتی را که در شرایط کاریتان می دهید و ... را چطور می بینید؟ اگر همه آنچه در ذهنتان مجسم می کنید با آنچه امروز در دنیای مجردی تان انجام می دهید تفاوت قابل توجهی دارد احتمالا گرفتار درکی افراطی از ازدواج شده اید.

وقت آن است که کمی تصوراتتان را زیر و رو کنید و باور کنید که شاید به واسطه مسئولیت های زندگی مشترک کمیت این روابط و فعالیت ها دچار تغییر شود اما اگر با فردی از جنس و فکر خودتان ازدواج کنید، در کیفیت این موارد تغییر زیادی اتفاق نخواهد افتاد. نمی گوییم تغییری اتفاق نخواهد افتاد! در یک ازدواج موفق زن و مرد از اینکه وقتشان را صرف یکدیگر می کنند لذت می برند و جنس این لذت با لذتی که در زمان وقت گذراندن با دوستان یا در لحظات تنهایی تجربه می کنند بسیار تفاوت خواهد داشت.

منتظر گزینه های بهتری؟

اگر با وجود روبرو شدن با مردانی که گمان می کردید توان خوشبخت کردنتان را داشته اند، باز هم به خاطر از دست ندادن گزینه های بهتری که احتمالا در آینده سراغتان می آیند، پاسخ منفی داده اید، به شما مشاوره یا یک روانشناس را توصیه می کنیم. چرا که این مدل تفکر می تواند زمینه بروز وسواس فکری در شما باشد. یادتان نرود که در هر زمینه ای ممکن است انتخاب بهتری وجود داشته باشد.

اگر این مشکل شماست...

به جای چنین فکر و خیال های بی نتیجه ای، بهتر است نیازهایتان را خوب بشناسید و نسبت به جنسیت روانی خود و جنسیت روانی جنس مخالف، اطلاعات مفیدی به دست بیاورید. هنگامی که بعد از ایجاد شناخت مناسب دست به انتخاب بزنید و گزینه پیش رو را برای ازدواج با خود مناسب ببینید، دیگر جای نگرانی باقی نخواهد ماند. پس عجله نکنید و با شناخت و گام به گام جلو بروید. ازت همه مهمتر این است که مسئولیت این تصمیم را به عهده بگیرید و با یک بام و دو هوا بودن، خود را در شک و شبهه نگه ندارید.

چرا بعضی از خانم ها ازدواج نمی کنند؟

از عشق نافرجام می ترسید؟

در این صفحات، نمی خواهیم شمایی را که از شکست می ترسید سرزنش کنیم اما این واقعیت را هم باید بپذیرید که ترس از شکست بار روانی خاص خودش را به همراه دارد و هر چقدر میزان این ترس بیشتر باشد احتمال گرفتن تصمیم های هیجانی و اشتباه هم بیشتر می شود. حالا به یک وجه دیگر ماجرا نگاه کنید. آیا قرار نیست شما از تجربه هایتان درس بگیرید و با پرداختن بهای آنها، حق بهره بردن از این درس را هم پیدا کنید؟

اگر این مشکل شماست...

نمی گویم چشم هایتان را ببندید و بی درایت وارد ارتباطی بشوید که از همین ابتدا پايانش تاریک دیده می شود اما با قاطعیت در مورد خطر ازدواج با کسی که در همان برخورد اول از شما خواستگاری می کند هشدار می دهیم و توصیه می کنیم قبل از دادن هر پاسخی به این خواسته هیجانی آقای خواستگار به روزی که این هیجان فروکش کند هم فکر کنید. دور ازت ذهن نیست که شما با یک فرد ناپخته و عجول روبرو باشید یا اینکه فردی به شما دل بسته باشد که قدرت کنترل عواطف و فکر کردن به تصمیم هایش را ندارد. پس باور کنید که شکست بعد از چند ماه آشنایی به مراتب قابل تحمل تر از جدایی بعد از چند سال زندگی زیر یک سقف است.

عاشق نمی شوید؟

دختر بچه ها از همان روزهای اولی که دنیا را درک می کنند و رشد زبانشان به آنها قدرت فکر کردن را می دهد، خیال های عاشقانه را در سر می پروراند. آنها آرزوی ساختن یک زندگی مثل قهرمان های عاشق داستان ها را به ذهن می آورند و حتی در بزرگسالی هم دست از یافتن چنین رویایی برنمی دارند و عجیب نیست اگر شما هم یکی از همان دختر بچه ها باشید.

اگر این مشکل شماست...

این تصورات عاشقانه خوشایند و هیجان انگیزند اما نباید بگذارید که چشمتان را بر یک واقعیت مهم ببندند. برای ساختن یک زندگی آرام نیازی نیست که از عشق فرد مقابل کور شده باشید. خوشایند بودن و اصطلاحاً به دل نشستن طرف مقابل بعد از شناختی که از او به دست می آوریم هم می تواند برای بنا کردن چنین ازدواجی کافی باشد. کافی است فکر و حال و هوای عاطفی شما در یک مسیر باشد و انتظارات مشابهی را در مورد خوشبختی داشته باشید.

چرا بعضی از خانم ها ازدواج نمی کنند؟

با خانواده تان در تضادید؟

یک بار دیگر شرایطی را که در آن قرار دارید مرور کنید. آیا تنها خانواده تان تصمیم شما را نادرست می دانند یا اینکه هر کس که با او مشورت می کنید هم با جملاتی مبهم وس رشار از تردید به شما پاسخ می دهد؟ کم نیستند خانم هایی که به خاطر این شرایط سرشار از تعارض، از تشکیل خانواده صرفنظر می کنند. در چنین شرایطی یا دیدگاه خانواده ها به معنای واقعی توأم با آینده نگری است یا اینکه خانواده ها آنقدر سختگیرند که انگار آنها می خواهند با خواستگار دخترشان زیر یک سقف زندگی کنند.

اگر این مشکل شماست...

شاید بهترین راه حل در این مورد این باشد که آگاهی خود را آنقدر بالا ببرید که انتخابتان جای شک و شبهه برای خانواده باقی نگذارد و جواب بهانه گیری های آنها را نه با ایجاد تنش بیشتر، بلکه با جملات منطقی بدهید. در مواردی که اطمینان دارید انتخاب شما آگاهانه است می توانید با توضیح و تشریح آنچه می بینید و دلایل انتخاب تلاش کنید خانواده را متقاعد کنید؛ البته این را فراموش نکنید که آنها تجربه بیشتری دارند و اگر بر موضوعی اشاره و سختگیری داشتند بد نیست موشکافانه تر به موضوع فکر کنید و در صورت حل نشدن مشکل از مشاوران ازدواج کمک بگیرید.

می ترسید به درد یگران دچار شوید؟

اطراف شما همیشه پر بوده از زوج هایی که هر روز از زندگی مشترکشان را با یک درگیری و بحث تازه می گذرانند و هیچ وقت به آرامش نمی رسند؟ احتمالا در همنشینی های زنانه اطرافتان، زنان از آسیب هایی که زندگی با یک مرد به «ها زده صحبت می کرده اند و با بی گناه جلوه دان خود، دل شنوندگان را به رحم می آورده اند. در صورت چنین اتفاقی، دور از ذهن نیست که ترس از مبتلا شدن به یک تجربه مشابه شما را از ازدواج کردن دور نگه دارد.

اگر این مشکل شماست...

کمی آنطرفتر را نگاه کنید. آنچه شما در اطرافتان دیده اید، تنها بخش کوچکی از واقعیت های دنیاست. اگر بخواهید چنین برچسبی را روی همه مردها بچسبانید، حتی در صورت ازدواج با یک شاهزاده سوار بر اسب هم خوشبخت نخواهید شد. چرا که در بالا و پایین های زندگی مشترک، به محض مواجه شدن با مشکل و یا دیدن یک رفتار ناخوشایند از همسرتان تصویر دیگری را که در ذهنتان ماندگار شده اند مشاهده خواهید کرد.

این واقعیت را بپذیرید که در یک ازدواج موفق در کنار لحظات شاد و آرام روزهایی هم هستند که در آنها با تمام وجود احساس ناامیدی خواهید کرد. به جای ترسیدن از آینده به آنچه شما را می ترساند فکر کنید و به جای توقف کردن در این شرایط، راهی برای مدیریت بحران هایی که قرار است با آنها روبرو شوید پیدا کنید و به این فکر کنید که چطور می توانید از مشکلاتی که دیگران زیر بارش مانده اند پیشگیری کنید.

بیشتر: سلامت نیوز (تندرستی): خانواده: زنانی که هیچ وقت ازدواج نمی کنند:::