

درخواست از رئیس بزرگ!

انجام کارهای خانه گاهی برای خانمها سخت می‌شود، هم به دلیل زیادبودن کارها و هم به خاطر اتفاق‌های برنامه‌ریزی نشده‌ای مثل بیماری و سرماخوردگی بچه‌ها.



همشهری دو - ندا داوودی: انجام کارهای خانه گاهی برای خانمها سخت می‌شود، هم به دلیل زیادبودن کارها و هم به خاطر اتفاق‌های برنامه‌ریزی نشده‌ای مثل بیماری و سرماخوردگی بچه‌ها.

به همین خاطر خانمها گاهی نیاز دارند که همسرشان در انجام امور خانه به آنها کمک کنند. تا نفسی تازه کنند و تغییر روحیه‌ای داشته باشند. وقتی این نیروی کمکی همسرشان باشد، حس زیبایی همکاری و مشارکت در خانه هم ایجاد می‌شود. اما کمک خواستن از آقایان در کارهای خانه چم و خم‌های مخصوص به خود را دارد. اگر شما هم علاقه‌مند هستید لذت همکاری با همسران را بچشید، باید کمی سیاست زنانه را چاشنی کار کنید.

در خانه مگر چه کارهایی هست؟

بعضی مردان فکر می‌کنند کار خانه سخت نیست و مخصوصا اگر همسرشان خانه‌دار باشد و به خانه بیایند و ببینند ظرف شسته نشده در سینک ظرفشویی باقی مانده است، با خود می‌گویند از صبح تا به حال چه کار کرده است که نرسیده ظرف‌ها را بشوید؟ حال با چنین پیش‌زمینه‌ای دیگر نیازی به کمک کردن احساس نمی‌کنند حتی اگر همسرشان هم شاغل باشد باز فکر می‌کنند همه کارها را احتمالا ماشین‌ها انجام می‌دهند، مثل شستن رخت‌ها یا جارو با جارو برقی. البته شوهر شما مقصر نیست. وقتی حسابی درگیر کارهای بیرون است وقت ندارد به فعالیت‌های خانه‌داری شما فکر کند. بهتر است به جای مدام غرزدن و شمردن کارهای خانه برای همسران فکر دیگری بکنید.

می‌توانید یک لیست بلند بالا تهیه کنید و به در یخچال بزنید. بهتر است نقشه‌ای بریزید که همسران متوجه نشود تهیه لیست برای نشان دادن کارهای زیادی است که انجام می‌دهید. می‌توانید به بهانه برنامه‌ریزی، چنین کاری را انجام دهید و وظایف یک روزتان به همراه میزان زمانی که صرف آن می‌کنید را در کاغذی بنویسید و به در یخچال بزنید تا همسران ببیند شما چه اندازه در خانه زحمت می‌کشید.

رئیس مهربان خانه ما

طبیعت مردان به صورتی است که دوست دارند ریاست کنند. حتی اگر در محل کار رئیس نباشند، این طبیعت با آنها هست و اگر در خانه بتوانند چنین حسی داشته باشند و نیازشان به رئیس بودن برطرف شود، روحیه بهتری خواهند داشت. این حرف به معنای زورگویی آنها نیست. آنها می‌توانند رئیس باشند اما همزمان، مهربان باشند و حضورشان باعث آرامش شود.

خانه‌هایی که مرد به عنوان ستون خانواده است و اقتدارش حفظ می‌شود، اعضای خوشبخت‌تری دارد. حال با توجه به اینکه شما می‌خواهید از شوهری که قرار است رئیس هم باشد، در کارهای خانه کمک بگیرید، باید مراقب لحن و گفتار و همچنین نوع برخوردتان باشید. مثلا اگر شوهر شما در حال جارو برقی کشیدن است، بگویید: عزیزم، سالن که تمام شد، جارو را بگذار در اتاق که خودم اتاق‌ها را جارو بزنم. در بیشتر مواقع او کار را تا آخر انجام می‌دهد اما اگر چنین نشد باز هم نصف خانه را جارو زده و کمک بزرگی به شما کرده است.

متشکرم؛ به همین سادگی

قدردانی یک اصل ارتباطی مهم است که احتمالا شما از همان دوران کودکی آموخته‌اید. شما خیلی زود یاد گرفته‌اید که بعد از غذا خوردن، از کسی که برای‌تان غذا درست کرده است، همان جا سر سفره تشکر کنید. آموخته‌اید که اگر کسی به شما هدیه‌ای داد، کاری کرد و یا حتی حس خوبی برای‌تان ایجاد کرد، قدردان او باشید. اصولا انسان‌ها این اصل را رعایت می‌کنند و آنهایی که در رعایت آن خود را مقیدتر می‌دانند، در روابط بین فردی موفق‌تر می‌شوند اما گاهی این رعایت‌کردن‌ها تا پشت در خانه انجام می‌شود. افرادی که برای کوچک‌ترین کاری در محل کار و در جمع دوستان و فامیل، قدردانی می‌کنند در خانه با توجه صمیمیت و به خاطر ارتباط تنگاتنگی که با همسرشان دارند، چنین کاری را انجام نمی‌دهند. جمله معروف «وظیفه‌اش است»، اگر هم به زبان گفته نشود، در دل خیلی از همسران زمانی که طرف مقابل کاری را انجام می‌دهد، تکرار می‌شود. مثلا بعضی از

خانم‌ها پیش خودشان می‌گویند: وظیفه‌اش است که آشغال‌ها را دم ببرد، برای خانه خرید کند، به سر کار برود و احتیاجات ما را بر آورده کند.

این جمله که در قبال کارهای اصطلاحاً مردانه تعریف شده گفته می‌شود، 2 نتیجه منفی دارد؛ اول اینکه شوهر شما زمانی که کارهای مردانه را انجام می‌دهد و قدردانی لازم را دریافت نمی‌کند، دیگر انگیزه‌ای برای کمک در کارهایی که در فرهنگ ما جزو وظایف شما به عنوان خانم خانه تعریف شده است، نخواهد داشت. دوم اینکه شما هم عادت می‌کنید به بی‌اعتنایی و بی‌توجهی نسبت به کارها و خدماتی که همسران در خانه انجام می‌دهد و اگر کمک بیشتری هم کند باز هم آنطور که باید از او قدردانی نمی‌کنید. تشکر کردن حس خوبی برای همسران ایجاد می‌کند و شما به اندازه حس‌های خوبی که در او ایجاد کرده‌اید، به او نزدیک‌تر می‌شوید.

از جارو زدن تا آب دادن به گلدان‌ها

هر زمان که با زبانی خوش و مهربان از همسران خواستید که به شما کمک کند و او قبول کرد و پرسید: چه کاری انجام دهم؟ می‌توانید لیست کارهای خانه را که قبلاً آماده کرده‌اید، مقابل او بگذارید و بگویید: هر کدام از کارها را که دوست داری و برایت سخت نیست، انتخاب کن. در این صورت همسر شما احساس می‌کند که قدرت انتخاب دارد، بعضی کارها ممکن است واقعا برایش جالب‌تر باشند و با لذت بیشتری انجام دهد و همین باعث شود تجربه خوبی از کمک کردن به شما به دست بیاورد و این به تکرار پیشنهاد کمک کردن در روزهای بعد بینجامد. اگر در جواب سؤال همسران که می‌گوید: چگونه به تو کمک کنم؟ خیلی ساده و راحت بگویید: سرویس‌های بهداشتی را تمیز کن! احتمالاً آخرین باری خواهد بود که این سؤال را از شما خواهد پرسید.

شمردن صحیح‌ها به جای غلط‌ها

قرار نیست همه ما انسان‌ها بتوانیم در تمام کارهای زندگی‌مان به یک اندازه توانایی داشته باشیم و موفق شویم. برای مثال حرف‌هایی که در مورد رانندگی خانم‌ها زده می‌شود حتی در این روزها که آمار رانندگی خانم‌ها بالا رفته و بسیاری از آنها به علت تکرار زیاد، مهارتی کامل در این امر دارند، باز هم مصادیقی خواهد داشت.

دلیل آن ممکن است تمرین و تکرار کمتر رانندگی در خانمی باشد که برای رد شدن از چهارراه بیشتر از زمان مرسوم وقت می‌گذارد و راننده پشت سر حوصله‌اش سر می‌رود. اگر شما هم با من موافق هستید که کاملاً طبیعی است خانم‌ها در برخی از مهارت‌ها کامل نباشند، پس حتماً این حق را به مردها هم می‌دهید که نتوانند جز نیمرو غذای دیگری درست کنند. اینکه آشپزهای خوب مرد هستند و یا شوهر دوست شما قورمه‌سبزی را بهتر از دوست شما درست می‌کند، به دلیل تکرار و نیاز و یا علاقه شخصی‌شان قابل درک و ستایش است اما به طور معمول آقایان در کارهای خانه و وظایف تعریف شده زنانه توانایی کمتری دارند.

اگر قرار است شوهر شما برای کمک به شما رخت‌های شسته شده را پهن کند اما مثل شما هر کدام را بعد از تکان دادن، صاف و مرتب روی طناب پهن نکرده است. شما باید موقع اتو زدن زحمت بیشتری را متحمل شوید، به دلیل شلختگی و بی‌توجهی او نیست. هم این کار را به دفعات کمتری از شما انجام داده است و هم به پروسه اتو زدن بعد از آن توجه نکرده است، پس به جای اینکه ایراد بگیرید و سعی کنید با نکته سنجی به او نشان دهید در انجام کارهای خانه تبحر ندارد، از مشارکت او استقبال کنید. شما این را ببینید که او رخت‌ها را پهن کرده است نه اینکه رخت‌ها خیلی صاف و مرتب پهن نشده. ایراد نگیرید و نیمه پر لیوان را نگاه کنید البته با ترفندی به مرور زمان به او بیاموزید که چگونه این کار را بهتر انجام دهد.

جور دیگر بخندید

زندگی زناشویی با مشارکت زیباتر است، وقتی همسران به شما کمک می‌کند، سعی کنید حرف‌های خوب بزنید، کار او را بزرگ جلوه دهید، زبان بریزید و با لبخند و مهربانی کاری کنید که به او خوش بگذرد. بعد از اتمام کار هم حتماً با یک میوه پوست کنده یا یک لیوان چای، کنارش بروید و بگویید که چون به شما کمک کرده است، می‌خواهید زمانی را که صرف آن کار می‌کردید، در کنار او باشید. سیاست‌های زنانه می‌تواند معجزه بکند.