

آنچه که روابط زوجین را به سردی می کشاند

تصور عامه بر این است که اوایل ازدواج هیچ مشکلی وجود ندارد و زن و شوهر شیرین ترین روزهای عمر خود را می گذرانند؛ در حالی که واقعیت این گونه نیست. بعد از ازدواج سه مرحله بحرانی داریم. در سال های اول، دوم تا پنجم که جدی ترین سال های زندگی یک زن و شوهر است، شالوده زندگی ساخته می شود که می تواند بهترین دوره برای زوج ها باشد.

از جنبه دیگر چنانچه تعارض ها حل نشود می تواند بدترین دوره زندگی زوجین را هم تشکیل دهد. شکایت زوجین از سردی زندگی شان اعتراضی است که گاهی از سوی آن ها ابراز می شود. چرا باید در زمانی که زوجین تازه زندگی خود را آغاز کرده اند این شکایت وجود داشته باشد که گاهی حتی به طلاق هم بینجامد....



آگاهی نداشتن زنان و مردان از تفاوت های

یکدیگر:

گاهی بین زن و شوهر هیچ درکی مبنی بر این که زن و مرد با هم فرق دارند، وجود ندارد. زن به شوهرش دقیقاً مانند یک زن نگاه می کند و انتظار دارد که شوهر او را همراهی کند! مرد همسرش را مانند همکار مرد می بیند و دقیقاً می خواهد دنیای درونی و ذهنی همسرش به او بسیار شباهت داشته باشد. زوجین در چنین فضایی هیچ نزدیکی نسبت به یکدیگر حس نمی کنند و دائم شاکی هستند از این که همسر من را نمی فهمد و درک نمی کند. سوء تفاهم درباره صحبت های گذشته گاهی پیش می آید که خانم ها خاطرات گذشته را مرور می کنند و درباره وقایعی حرف می زنند که در گذشته اتفاق افتاده است. گاهی این صحبت ها برای مردها خوشایند نیست. مردان نمی دانند در چنین شرایطی هدف زن تحقیر و کنایه زدن به شوهر نیست. ساختار مغز مردان به گونه ای است که اگر مشکلی از گذشته داشته باشند، این مشکل را جایی در مغزشان بایگانی می کنند و دیگر کاری به آن ندارند، مگر این که بخواهند به دلایلی آن را از بایگانی مغز خود خارج کنند. در نتیجه زمانی که

مطلبی در مغزشان ذخیره شده در آرامش هستند و با آن کاری ندارند؛ اما طبیعت زن ها این گونه نیست. در مغز زن ها جایی برای بایگانی خاطرات گذشته وجود ندارد. معمولاً مطالب مرتب در ذهن شان می چرخد و آن ها را خسته می کند و تا زمانی که درباره آن حرف نزنند، آرامش نمی گیرند؛ بنابراین می خواهند آن را با همسرشان در میان بگذارند که همراه و مونس زندگی شان است و در این شرایط مرد به اشتباه فکر می کند که زن می خواهد او را تحقیر و خوار کند. همین مسئله باعث دور شدن آن ها از یکدیگر می شود.

انتخاب غیر اصولی: گاهی انتخاب همسر از همان ابتدا اشتباه بوده است. ازدواج هایی مانند ازدواج از راه دور، اینترنتی، ازدواج مصلحتی، ازدواج بدون مطالعه و تحقیق، دوستی خیابانی و ازدواج هایی که با عطش ناگهانی و غلیان احساسی صورت می گیرد. ازدواجی که با اجبار و اصرار خانواده است و فرد هیچ تمایلی به طرف مقابلش ندارد.

فقدان مهارت های زندگی:

زوجینی که با یکدیگر زندگی می کنند و کوچک ترین مهارتی در زندگی شان اجرا نمی کنند؛ بعد از مدت نه چندان دور به بن بست می رسند. داشتن برخی مهارت ها سبب نزدیکی و گرمی روابط زن و شوهر می شود



عنوان:

آنچه رابطه زوجین را به سردی می کشاند.

تهیه کننده :

کمیته تخصصی همایش ارتقاء

سلامت - مرداد ماه ۹۶

شماره: BP3

کانال تلگرامی: T.me /samavat96

آدرس سایت: sma.babakanit.ir

اجتناب کردن: گاهی زن و شوهر برای این که بحث و جدلی بینشان بروز پیدا نکند، از صحبت کردن با یکدیگر دوری می کنند و تا حد امکان تلاش می کنند گفت و گویی درباره مسائل جدی و بحث برانگیز نداشته باشند و این را تنها راه حل مشکلات بین خودشان می دانند. به مرور همین اجتناب ها سردی و دوری ها را بین آن ها بیشتر و بیشتر می کند.

نداشتن اطلاعات جنسی درست: وقتی زن و شوهری درباره مسائل جنسی مربوط به خودشان دانستنی های صحیحی ندارند و تلاش خاصی هم انجام نمی دهند، بی تفاوت شدن نسبت به هم به وجود می آید. گاهی هم اگر طی این روال تغییری صورت نگیرد خیانت نیز اتفاق می افتد.



داشتن مهارت هایی مانند همدلی، دانستن مهارت های ارتباطی موثر، خلاق بودن در زندگی، توانایی حل مسائل زندگی، داشتن قدرت تصمیم گیری های صحیح و... زوجینی که به یادگیری و اجرای این مهارت ها کمک نمی کنند روز به روز بینشان فاصله می افتد و زندگی شان به سردی می گراید.

نبود مسئولیت پذیری فرد در خانواده: وقتی که زن و یا شوهر مسئولیت های خاص خودشان را نمی شناسند و یا به شکل درستی آن را انجام نمی دهند.

ک فشارهای اقتصادی: بحران های مالی در خانواده، بیکاری، نداشتن پس انداز و... گاهی می تواند باعث بی تفاوتی و سردی روابط بین زن و شوهر شود.

