

۴ دایره ممنوع در زندگی زناشویی

عفت آی دکتر روانشناسی تربیتی درباره چهار نکته ممنوع در زندگی زناشویی و به خصوص در ابتدای شکل گیری رابطه بین زن و مرد توضیحاتی داد.

به گزارش سایت خبری پرسون، یک دکترای روانشناسی تربیتی گفت: چهار نکته در زندگی زناشویی و به خصوص در ابتدای شکل گیری رابطه وجود دارد که زن و مرد نباید وارد این موارد شده و این حوزه‌ها را در رابطه خود ممنوع کنند.

عفت آی اظهار کرد: وقتی افراد در رابطه برای شروع زندگی مشترک و ازدواج هستند باید به ۴ نکته توجه کنند و انجام دادن چهار مورد را ممنوع کنند.

وی افزود: یکی از این موارد تحقیر و توهین است چراکه اگر در رابطه دائم افراد یکدیگر را توهین و تحقیر کنند، رابطه آنها به سردی کشیده می‌شود، پس باید چنین کاری را در بین خود ممنوع کنند.

این روانشناس خانواده ادامه داد: دومین مورد انتقاد کردن است، یعنی طرف مقابل را با واژه "تو" خطاب کردن و محکوم کردن است که می‌تواند لذت رابطه دو نفره را از افراد بگیرد.

آی تصریح کرد: سومین مورد وارد حریم و لاک دفاعی شدن یعنی وقتی از طرف مقابل خود انتقاد می‌کنید او نیز از شما و یا اطرافیان شما انتقاد کند و در چنین شرایطی می‌گوییم فرد وارد لاک دفاعی شده است.

وی بیان کرد: دیوار سنگین شدن یکی از مواردی است که باعث سرد شدن روابط می‌شود؛ یعنی اگر طرف مقابل در برابر انتقادهای فرد انتقاد کننده سکوت و بی‌اعتنایی کند، در صورتی که می‌تواند با گفت و گو علت رفتار او را دریابد و به فکر راه‌حل باشد.

آی تصریح کرد: مشاوره پیش از ازدواج زوجها را پیش از گرفتن تصمیم آماده می‌کند و کمک خواهد کرد به شناخت درستی از یکدیگر برسند، اما چون این باور وجود ندارد زوجها اصلاً مراجعه نکرده و از این ظرفیت مشاوره که امری بی‌نظیر در راهنمایی فرد حتی در بحران‌ها و روزهای سخت تصمیم‌گیری است، دور می‌مانند.

وی بیان کرد: مشاوره پیش از ازدواج به زوجین کمک می‌کند که بتوانند با شناخت بهتری از یکدیگر وارد زندگی مشترک شده و بتوانند با تفاهم بیشتری زندگی خود را آغاز کنند؛ بسیاری از افراد می‌پرسند که کلاس‌های مشاوره پیش از ازدواج چگونه است و کلاس‌های مشاوره قبل از ازدواج دقیقاً به چه هدفی برگزار می‌شوند.

آی یادآور شد: در کلاس‌های مشاوره قبل از ازدواج رایگان هم در مورد روابط اجتماعی بحث و گفتگو می‌شود و در این زمینه، مشاور راهنمایی‌هایی را به افراد خواهد کرد؛ به عنوان مثال شخصی با تیپ شخصیتی درونگرا و کم حرف قصد ازدواج با شخصی با تیپ شخصیتی برونگرا و خواهان تشکیل روابط اجتماعی بسیار دارد که در این بین مشاور به آنها کمک می‌کند که چگونه با این ویژگی‌های شخصیتی یکدیگر کنار بیایند و در جامعه و اجتماع در کنار هم حضور پیدا کنند.

منبع: ایسنا