

ده گام برای تراز خانواده

پدران و مادران از زمانی که صاحب فرزند می‌شوند، برای نوزاد تازه‌رسیده‌شان رؤیاهای بسیاری را در سر می‌پروراند. او را در ذهن خود به مدرسه می‌فرستند، دارای مقام و منصب می‌بینند و در لباس عروسی و دامادی تصور می‌کنند. آن‌چه در اندیشه‌ها و تخیل آنان تجسم می‌یابد، چیزی نیست جز آرزوهای‌شان و این‌گونه است که زندگی انسان‌ها به سوی هدف‌های جزئی که سرچشمه گرفته از هدف‌های نهایی آدمی است، حرکت و سیر تحولی می‌یابد.

ازدواج نیز یکی از آرزوهای دوست‌داشتنی و شیرین پدران و مادران برای فرزندان‌شان و پسران و دختران برای خودشان است. این‌که آیا ازدواج در ذهن افراد به صورت تک‌بعدی مانند عکس‌های یک مجله ردیف می‌شود یا تصویری چندبعدی مانند مکعبی چندوجهی دارد، چیزی است که بسته به نوع تفکر افراد، متغیر است. دختری که به همسری مردی درمی‌آید، در ذهن خود، لباس سپید عروسی، حلقه‌ی ازدواج، خانه‌ای گرم و مطبوع و تکیه‌گاهی مطمئن را می‌سازد و مادری که پسرش داماد می‌شود، در ذهنش رسیدن به مرحله‌ای جدید از تکامل، اعتمادبه‌نفس و سرانجام یافتن فرزندش را می‌بیند. با این تفصیل، انسان، موجودی چندبعدی است. درعین این‌که همسر است، فرزند هم هست و می‌تواند در همین شرایط، پدر و مادر نیز باشد و در کنار آن معلم، کارمند و یا رئیس هم باشد. قالب یافتن هر نقشی در جایگاه خود، هنری است که فقط از انسان‌ها و آن‌هم از افرادی که اندیشمند، متفکر، صبور و عادل‌اند برمی‌آید.

آن‌چه در این مقاله قصد پرداختن به آن را دارم، نقش‌یابی مرد و زن در قالب یک همسر مهربان و آگاه و یک فرزند وظیفه‌شناس و مدبر است، درحالی که جایگاه او در یک نقش، آسیبی به نقش دیگر این فرد، وارد نیاورد. توصیه‌هایی که به همسران در این راستا می‌شود، می‌تواند زندگی شیرینی را برای آنان به ارمغان آورد:

● **در امر ازدواج تان به طور حتم با پدر و مادر خود مشورت کنید:**

اگر همسر تان را خودتان انتخاب نموده‌اید، برای استفاده از تجربه‌های پدر و مادر تان، از قبل در مورد زندگی مشترک با آنان مشورت کنید و اطلاعات مثبتی که در مورد شریک آینده‌ی زندگی مشترک تان دارید، در اختیار آنان قرار دهید و نظرشان را در مورد جزئیات امر، جویا شده و به عقیده‌ی آنان احترام گذاشته و عمل کنید تا از همان ابتدای امر، همه‌ی شما در یک سبک باشید.

● **قبل از ازدواج، درباره‌ی اهمیت خانواده تان (برای شما) با همسر آینده تان گفت‌وگو کنید:**

در دوران نامزدی، ارزش‌های پدر و مادر را برای همسر آینده تان ترسیم نموده و به او بگویید که آنان جزو ارکان زندگی شما هستند و می‌بایستی با هم در رسیدگی به آنان تلاش کنید.

● **حريم و محدوده‌ی خصوصی خود را برای پدر و مادر مشخص کنید:**

جنگ اول، بهتر از صلح آخر است. قدم‌به‌قدم برای پدر و مادر تان توضیح دهید بعد از ازدواج، زندگی مستقلی دارید که باید برای آن وقت بگذارید و احتیاج به درک متقابل دارید.

● **وقت خود را به صورت عادلانه در اختیار همسر و پدر و مادر تان قرار دهید:**

اگر همسر تان مایل است که او را برای خرید و یا مطب پزشک همراهی کنید، به طور حتم این کار را انجام دهید و در کنار آن، زمانی را برای کارهای ضروری و هم‌نشینی با پدر و مادر تان اختصاص دهید، البته توجه داشته باشید که شما تنها همسر یک نفر هستید اما اغلب پدران و مادران، بیش از یک فرزند دارند. پس عدالت به معنای تساوی نیست، به معنای قرار گرفتن هر چیز در جایگاه خود می‌باشد.

● **تنها فردی که می‌تواند رابطه‌ی بین شما و خانواده اش را تحکیم بخشد، شما هستید:**

اگر شما هر کدام از عزیزان تان را در جایگاه خود محترم شمرده، دوست بدارید و همراهی کنید، هرگز بین عزیزان تان کدورت ایجاد نمی‌شود. آن چه شما در غیاب عزیزان تان بر زبان می‌آورید، سازنده‌ی الگویی است که از آنان در ذهن فرد مقابل می‌سازید. برای نمونه، اگر به همسر تان بگویید: «حوصله‌ی خانه‌ی مادر و پدرم را ندارم» و یا به پدر و مادر تان بگویید: «همسرم، غرغروست» و یا «خسیس است» از یک جمله‌ی سطحی و ساده، ذهنیتی پاک‌نشدنی و غده‌ی چرکینی را در اعماق وجود اطرافیان تان ایجاد کرده‌اید که در آوردن آن، مستلزم تخریب بسیار است.

● **هرگز از تباط مادی و معنوی خود را با پدر و مادر تان از همسر تان پنهان نکنید:**

از آن جایی که همسر تان، شریک زندگی شماست، پنهان کردن این مسائل به بهانه‌ی این که یک مسئله‌ی فردی است، در او ایجاد حساسیت کرده و خود را در جمع خانواده‌ی شما، غریبه احساس می‌کند. با او مشورت کنید و از پیشنهادهای سازنده‌اش استقبال کنید.

● **تفاوت غرزدن و راه‌کار خواستن را بشناسید:**

اگر مایل هستید راهنمایی از پدر و مادر و یا همسر تان در مورد برخی نارسایی‌های زندگی تان درخواست کنید، مشکل خود را نه به صورت گلایه بلکه به صورت سؤال مطرح نمایید. برای نمونه، «مادر، به نظر شما اگر خانم‌ها کلاس آشپزی بروند بهتر است یا آشپزی را به صورت سنتی از بزرگ‌ترها بیاموزند؟»

● **مناسبت‌هایی که برای پدر و مادر و همسر تان هدیه تهیه می‌کنید، تا حد امکان یکسان باشد:**

اگر برای روز مادر، هدیه‌ای خریدید، روز زن را فراموش نکنید و اگر به تولد اهمیت می‌دهید، برای هر دو یکسان باشد. حتی اگر برای سالگرد ازدواج تان اهمیت قائل هستید، در روز سالگرد ازدواج پدر و مادر تان، با گل و شیرینی به دیدارشان بروید. مهم، کیفیت یک ارمغان است نه گرانی و کمیت آن.

● **در گذراندن اوقات فراغت تان با پدر و مادر، افراط نکنید:**

به طور حتم هر زن یا مردی دوست دارد خیلی از وقت‌ها با همسرش تنها باشد، به خصوص در سفر که موقع استراحت است و به طور معمول در طول سال، زمان محدودی هم دارد. لزومی ندارد در هر سفر که می‌روید، پدر و مادر تان هم همراه تان باشند اما هر چند وقت یکبار هم سفری با علاقه و سلیقه‌ی پدر و مادر تان ترتیب دهید و آنان را بسته به نوع زیارتی و سیاحتی در این سفر همراهی کنید.

● **مسئولیت‌پذیر، قدرشناس و سرمشق باشید:**

نقش خود را در زندگی زناشویی به‌عنوان یک شریک عاطفی-اقتصادی به‌درستی ایفا کنید و در کنار آن، نیازهای واقعی پدر و مادر را بشناسید و به‌موقع برآورده کنید و قدرشناس زحمات‌های آنان باشید. رفتار شما می‌تواند بهترین الگو برای فرزندان تان در سال‌های آینده که به‌سرعت و پرشتاب خواهند رسید، باشد تا آنان با یادگیری از آموزه‌های تربیتی پدر و مادرشان بتوانند در ترازوی عدالت خانواده، کفه‌های مناسبی را نشانند و شادکامی را در آینده به شما هدیه نمایند.

شیرین طباطبایی

کارشناس ارشد روان‌شناسی