

وقتی از دو نسل متفاوت هستید



سن و سال فقط یک عدد نیست، شما نمی‌توانید به تفاوت سنی با همسران بی‌توجه	همسرانه ریحانه دوستدار
--	---

باشید. در عین حال این مهم‌ترین مساله یک رابطه مشترک نیست، چطور ممکن است؟

مطالعات و بررسی روابط زناشویی کسانی که تفاوت سنی نامتعارفی داشته‌اند نشان می‌دهد، زنانی که چند سال از همسرشان بزرگتر هستند روابط کنترل شده و بهتری نسبت به کسانی دارند که شوهرانشان ۱۰ تا ۱۵ سال بزرگتر هستند. با این حال این تضمین کننده و تأیید کننده این نیست که همیشه با این تفاوت سنی زندگی خوبی خواهید داشت. اگر ازدواج شما هم یکی از همین ازدواج‌های نامتعارف با اختلاف سنی زیاد است خیلی خوب می‌دانید اختلافات فکری ناشی از تفاوت نسل‌ها، مشکلات عرفی و خانوادگی، تفاوت‌های ظاهری و تفاوت‌های سلیقه‌ای از مسائلی است که شما مجبورید در کنار سایر مسائل زناشویی‌تان قرار بدهید و برایشان راهکارهایی داشته باشید.

■ آیا تفاوت زیاد خوب نیست؟

پاسخ این پرسش اصلا سخت نیست. فقط کافی است که کمی دقیق‌تر به نسل‌های قبل و بعد خودتان نگاه کنید؟ یا شما شبیه پدرتان فکر می‌کنید؟ نوجوان‌های امروزی مثل شما هستند؟ هیچ کس حال شما را به اندازه هم نسلاتان نمی‌فهمد. اما همیشه مثال‌های نقض هم وجود دارند. من کسی را می‌شناسم که با ۲۵ سال فاصله سنی رابطه‌اش را بسیار بالغ، ایده‌آل و شاد توصیف می‌کند. زنی که ۲۵ سال کوچکتر است و اکنون زنی ۳۲ ساله و در اوج جوانی است همه مردهای هم سن و سال خودش را کودک و بچه‌سال توصیف می‌کنند. واقعیت این است که تناسب سنی یکی از نکات مهم زندگی زناشویی است اما تنها عامل تعیین کننده نیست و مثل همه عوامل مؤثر دیگر، ازدواج‌هایی پایدار و ازدواج‌هایی مسئله‌آفرین را ایجاد کرده است. اگر شما هم خیلی بیشتر وارد چنین زندگی‌ای با چنین تفاوتی شده‌اید شاید با برخی از مشکلات و مزایای این نوع رابطه آشنا باشید. اکنون شاید فکر کنید معقول‌تر بود که شما تابع عرف و فرهنگ بودید و توصیه‌های روانشناس‌ها و مشاوران خانواده را درباره تناسب سنی زن و مرد در نظر می‌گرفتید. اما با این حال قابل پذیرش است که استثنائاتی هم وجود داشته باشد و شما و همسران یک رابطه عالی و متفاوت داشته باشید. این جمله که سن فقط یک عدد است کاملاً غلط نیست و همسران می‌تواند با وجود سن بالا روحیه‌ای بی‌نظیر و جوان داشته باشد. همانطور که افرادی وجود دارند که در اوج جوانی هیچ بهره‌ای از موقعیت‌ها و توانایی‌هایشان نمی‌برند و در ۲۰ سالگی مثل ۵۰ ساله‌ها فکر و زندگی می‌کنند. پس اگر همسران با معیارهای دیگر ازدواج سالم، سازگار است از زندگی در کنار او لذت ببرید! اما مهم است که هر بار در هر مرحله از زندگی‌تان به این چند نکته اهمیت بدهید.

- هر از چندگاهی درباره اهداف و دیدگاهتان درباره زندگی حرف بزنید و تفاوت‌ها را بررسی کنید تا کمتر دچار سوء تفاهم شوید.

- روابط اجتماعی‌تان را گسترده تر کنید و به این توجه کنید که دایره معاشرت‌تان را با افرادی هم سن و سال خودتان محدود نکنید.

- از تصمیم‌تان خجالت نکشید. یادتان باشد هرچه سن بالاتر می‌رود این تفاوت ملموس‌تر می‌شود. باید با این تفاوت ظاهری و روحی کنار بیایید.

- برای پیدا کردن تجربه‌های مشترک بیشتر وقت بگذارید.

- حمایت خانواده را بدست بیاورید.

- جذابیت‌های جسمی را نادیده نگیرید.

- با تعجب دیگران کنار بیایید.

تربیت فرزند فرآیند پیچیده‌ای است که درباره دوقلوها پیچیده‌تر و ظریف‌تر هم می‌شود. بچه‌های دوقلو شیرینی‌ها و جذابیت‌های خاص خودشان را دارند و درست به همان اندازه باید مراقب تله‌هایی که در تربیت آنها وجود دارد باشید. تله‌ای به نام تربیت یکسان و شبیه‌سازی اجباری. برخلاف چیزی که بیشتر مردم فکر می‌کنند، تأکید زیاد داشتن بر دوقلویی بچه‌ها، آنها را خوشحال نمی‌کند. آنها از این که بشنوند چقدر شبیه هم هستند خسته می‌شوند. بنابراین در رفتارشان با بچه‌های دوقلو سعی کنید تا حد ممکن هویت فردی آنها را به رسمیت بشناسید. بازی‌های یکسان، لباس‌های یک شکل و ... به معنی آن است که شما بچه‌ها را وادار به یک شکل شدن می‌کنید. به آنها معیاری برای مقایسه می‌دهید و آن معیار، قل دیگر است. بچه با این کارهای شما یاد می‌گیرد که باید همیشه در حد و اندازه‌های قل دیگرش باشد. صرف نظر از این که استعداد‌های درونی او بیشتر یا کمتر از آن قل است. این باعث می‌شود فرزند شما نتواند به قدر قابلیت‌های خودش رشد کند.

آنها را به نام «دوقلوها» صدا نزنید و مجبورشان نکنید کپی برابر هم باشند. آنها را به این سمت «وحدتی اسطوره‌ای» سوق ندهید. مثلاً از آنها نخواهید همیشه شبیه به هم فکر کنند، همیشه از عقاید یکدیگر پشتیبانی کنند و مثل هم زندگی کنند. بدترین جمله‌ای که به دوقلوها می‌توانید بگویید این است: ببین خواهر/برادرت چی کار می‌کند! یا کم مثل اون باش!

هیچ وقت برای تنبیه فرزندان نگویید: تو را کمتر از خواهر/برادرت دوست دارم. به جای ارزش گذاری بر ویژگی‌های یکی از قل‌ها، بر ویژگی‌های مثبت هر کدام از آنها تأکید کنید.

بر بزرگتری یکی از قل‌ها تأکید نکنید. معمولاً فرزندان بزرگ‌تر حقوق و حمایت بیشتری از طرف والدین دریافت می‌کنند. با تأکید بر بزرگتری یکی از قل‌ها، تلویحاً به آنها می‌گویید یکی بر دیگری برتری دارد یا رئیس او است. دوقلوها با وجود تشابهات ظاهری و حتی ژنتیکی، مهارت‌های متفاوتی دارند. آنها ممکن است همزمان به حرف نیفتند یا باهم راه رفتن را یاد نگیرند. ممکن است یکی از آنها درونگرا و دیگری برونگرا باشد. یکی محافظه کار و دیگری جسور. از هر کدام به اندازه خودش انتظار داشته باشید. بچه‌های دوقلو را در یک مهدکودک یا مدرسه ثبت نام نکنید. اصرار نداشته باشید آنها همکلاس باشند. تا جایی که ممکن است بگذارید استقلال را یاد بگیرند و هویت خود را پیدا کنند. بزرگ شدن آنها در محیط‌های متفاوت باعث می‌شود مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی بیشتری کسب کنند و دوستان متفاوتی داشته باشند.

هیچ کس نمی‌تواند ادعا کند که تا به حال در کارش شکست نخورده است. بالاخره همه ما گاهی در کارمان به نتیجه‌ای که می‌خواستیم نرسیدیم، پروژه‌ای را از دست داده ایم و حساب و کتاب‌هایمان درست از آب درنیامده. اما جمله تکراری «هر شکست مقدمه پیروزی است»، واقعیت دارد. به شرط اینکه بلد باشیم از دل شکست‌ها نکته‌هایی برای موفقیت‌های بعدی پیدا کنیم.

- شکست خوردن تلخ است، پس ناراحت بودن طبیعی است و نباید به خودتان ایراد بگیرید. خانم‌ها معمولاً حساس‌تر هستند و ممکن است در این موقعیت ناراحتی بیشتری هم از خودشان نشان دهند. اما باید بتوانید خیلی زود شکست را بپذیرید و دوباره کار را شروع کنید. فرض کنید یک پروژه شکست خورده اما کار شما ادامه دارد. این را بپذیرید که هرکسی ممکن است در کارش شکست بخورد. حتی باهوش‌ترین و کاردان‌ترین کارمندان به خصوص اگر کاری را برای اولین بار تجربه می‌کنند، امکان شکست خوردن در آن بیشتر است. پس سعی کنید هر چیز را امتحان کنید، یاد بگیرید و برای دفعه بعد آن را بهتر انجام دهید.

- اگر می‌خواهید کاری را شروع کنید این احتمال را در نظر بگیرید که ممکن است پروژه یا برنامه شما به هر دلیل موفق نشود. دلایلی که ممکن است به خاطر آنها شکست بخورید مشخص کرده و سعی کنید جلوی آنها را بگیرید. با این کار حتی اگر شکست هم بخورید، اثرات منفی کمتری برای خودتان و مجموعه کاری خواهد داشت چون هم از قبل آن را کنترل کرده‌اید و هم از لحاظ روحی و روانی آمادگی آن را دارید. یعنی قبل از وقوع هر چیزی، خود را برای آن آماده کنید بدون اینکه نگران آینده باشید.

- اگر ناراحتی اولیه را کنار بگذارید و با همکاران‌تان شکست را بررسی کنید متوجه می‌شوید که می‌توانید از این شکست‌ها اطلاعات و دانش زیادی به دست آورید. مثلاً یاد گرفته‌اید مشتری‌های شرکت‌تان چه اولویتی دارند و دوست دارند چطور با آنها رفتار شود، چه ابزارهایی نیاز دارید، اطلاعات اولیه که برای پروژه جمع کرده‌اید چه ایرادهایی داشتند و چرا به واقعیت نزدیک نبودند. قابلیت‌های کارمندان در چه حدی است و چقدر باید از آنها انتظار داشت و ... در واقع با این شکست شما با واقعیت‌های کارتان روبه‌رو می‌شوید نه رویایی که از قبل ساخته بودید.

- با کمک همه کارمندان سعی کنید این شکست را بررسی کرده و نتایج مثبت آن را بررسی کنید. این همراهی برای آغاز پروژه بعدی و موفقیت در آن بسیار لازم است. کسی را مقصر ندانید و بیش از حد او را توبیخ نکنید. مثبت آن را بررسی کنید. این همراهی و کمک عاطفی همسر و فرزندان‌تان استفاده کنید. این کمک‌های عاطفی به شما نیروی تازه‌ای می‌دهد و نمی‌گذارد شما بیش از حد در ناراحتی این شکست باقی بمانید و دوباره از نو شروع کنید.

رفتار با دوقلوها



کودکانه الهام آزاد

شکست‌های کاری را به فال نیک بگیرید!



موفقیت یگانه خدایی
