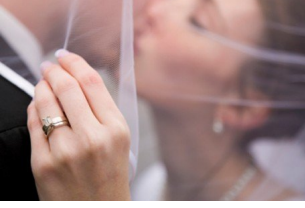


MUTLU BİR EVLİLİĞİN BEŞ TEMEL ŞARTI

M.Özdaş tarafından yazıldı.

Salı, 06 Aralık 2011 20:02 - Son Güncelleme Salı, 06 Aralık 2011 20:03



Mutlu ve huzurlu evliliğin ön koşulu aile içi iletişimin kalitesine, ilişkilerdeki samimiyet ve sıcaklığa dayanır. Evlilik için de bu durumu oluşturmanın birkaç önemli noktası bulunmakta, bunları da şöyle sıralayabiliriz;

1- SORUNLARINIZI KONUŞMAYI GECİKTİRMEYİN! Evliliğin ilk zamanlarında çiftler ellerinden geldiğince tartışma ve

kavgadan sakınırlar. Zaman ilerledikçe kendilerini öfkeli eden durumlara artık tahammül etmek istemezler. Bazen çiftlerden biri hiç uygun olmayan ortam ve zeminde biriktirdiği duygularını aniden ortaya çıkarabilir. Oysa eşiyile arasında yaşadığı sorunun yakınmadan, şikâyet

etmeden duygularını ifade ederse sorun büyümeden çözülebilir. Fakat her iki çiftte önce dinlemeyi çok iyi bilmeliler. Ve ilişkiyi rakip duruma

dönüştürmekten ziyade, çözüm odaklı konuşmalılar.

2- İLİŞKİNİZDE SUÇLU

ARAMAYIN; SORUNU OLUŞTURAN NEDENLERİ BULUN!

İlişkinizde suçlu aramaya çalışmayın, zira bu durum kendi üzerinize düşünmenize engel olur.

Önemli olan karşınızdaki kişiyi suçlamaktan ziyade; kendi davranışlarınız üzerine düşünmek ve düzeltmeye çalışmak önemlidir.

Mutlu evliliklerde çiftler haklı olmaktan çok; mutlu olmak için çaba sarf etmelidirler.

3- YIKICI İFADELERDEN KAÇININ!

Aranızda çıkan tartışmalarda birbirinizin öfkelerini doyurmaya çalışmayın. Karşınızdaki sizi öfkeli olmaya çalışırken siz de duruma kapılıp öfkeli olduğunuzda, zaten ilişki çığırından çıkacağından, karşı tarafın öfkelerini doyurmuşsunuzdur. Sizi sinirlendirerek amacına ulaşmış

MUTLU BİR EVLİLİĞİN BEŞ TEMEL ŞARTI

M.Özdaş tarafından yazıldı.

Salı, 06 Aralık 2011 20:02 - Son Güncelleme Salı, 06 Aralık 2011 20:03

olacaktır.

Sonradan telafisi mümkün olmayan ifadelerden kaçının! İlişkinizi hiçbir zaman kimin kazanacağı şikle dönüştürmeden mutlu ve huzurlu birliktelikler için çaba sarf edin. Unutmayın ki; tartışma bir konu üzerinde insanların farklı fikirlerde olması demektir ki çokta olağan bir durumdur. Sadece karşıt fikirlerinize saygılı olarak, benliklerinizi zedelemekten ortak fikre varabilir ve uzlaşma sağlayabilirsiniz.

4- GÜN İÇİNDE YAŞADIĞINIZ OLUMSUZLUKLARI EVLİLİĞİNİZE YANSITMAYIN!

Gün içindeki huzursuzluğunuzun bedelini eşinize yansıtmaya hakkınız yok! Bazen sizi üzen, öfkeli durumdaki akşam ilişkinizi kavgaya dönüştürerek rahatlamak isteyebilirsiniz bilinçaltı olarak ama bu karşı tarafa yapılan bir haksızlıktır. Rahatlamayı eşinize sığınarak, üzüntünüzü ona ifade ederek sağlayabilirsiniz. Bu aynı zamanda eşinizi de onore edecektir. Zira ilişkiniz yatıştırıcı bir hal alabilir. Birbirinizin yatıştırıcı nesnesi olmaya çalışın ki evlilikteki bütünleşmeyi yakalayabilesiniz.

5- HER KARARINIZIN İÇİNDE MUTLAKA EŞİNİZ OLMALI!

Evliliğin en fazla tartışma yaratan durumlardan biri de karşılıklı

konuşmadan alınan tek taraflı kararlardır. Önemli ya da önemsiz, küçük yada büyük kararlar önemli değildir. Önemli olan hayatınızı birleştirdiğinizi iddia ettiğiniz eşinizi her kararınıza katarak, fikirlerine değer vererek, bütün olduğunuzu tekrar ve tekrar eşinize göstermiş olursunuz. Evliliğinizi iyi ve doğruya götürecektir her teorik bilgiyi boşanmaları arttıran, aile yapımızı bozan, ilişkileri kopma noktasına getiren, bizi kişiliğimizden koparan dizilerde aramayın. Evliliğinizi iyi ve doğruya götürecektir her teorik bilgiyi evliliğinizde uygulamaya çalışarak, deneyimsel ilişki yaşamaya çalışın.(Alıntı)