

چرا همسران زبان شما را نمی‌فهمد

این آزمون را به دقت انجام دهید تا علت مشکلاتتان را پیدا کنید

او به زبان فارسی صحبت می‌کند، شما هم فارسی صحبت می‌کنید. اما باز هم حرف‌های یکدیگر را نمی‌فهمید. چرا همسران زبان شما را نمی‌فهمد؟ اصولاً چطور باید صحبت کنیم تا منظور را درست به همسرمان برسانیم و او کلمه به کلمه حرف‌هایمان را درک کند؟ برای چندمین مرتبه به همسران یادآوری می‌کنید که پارکینگ را تمیز کند. اما فردای همان روز باز می‌بینید تمام آشغال‌ها و خرت‌وپرت‌های دور ریختنی را روی زمین پخش کرده و جمع نکرده است... چند بار اشاره کرده‌اید که از عروسک‌های کوچولوی دوست داشتنی و موزیکال خوشتان می‌آید ولی باز هم برای تولدتان یک آدم آهنی زمخت و خشن که از آن نفرت دارید خریده است! در این مواقع همیشه زن‌ها از خود می‌پرسند مگر او صدای مرا نمی‌شنود؟ یا اینکه حرف‌های مرا نمی‌فهمد؟

در واقع مشکل اصلی اینجاست که لحن شما در گفتن جملات، با سبک ارتباط برقرار کردن همسران تفاوت دارد. دکتر لوری پان، نویسنده کتاب <لحن کلام چگونه زندگی را تغییر می‌دهد> می‌گوید: <مردم برای بیان حالات و درخواست‌های خود از روش‌های متفاوت استفاده می‌کنند.> اگر همسر شما با رفتار و نوع گفتار شما آشنایی کافی نداشته باشد، بعد از هر گفتگویی سوءتفاهم‌ها آغاز می‌شود. برای این که شکاف میان این فاصله‌های رفتاری و گفتاری برطرف شود، این تست را با دقت مطالعه کنید و در هر وضعیتی که شرح داده شده، نزدیک‌ترین پاسخ را انتخاب کنید. سپس با توجه به پاسخ‌هایتان، راه حل‌های مشکل را بخوانید تا دیگر لحظه‌هایتان را با دعوا بر سر سوءتفاهم‌ها هدر ندهید.

(۱) وقتی از کار منزل خسته می‌شوید...

الف) همسران را متهم می‌کنید که بار مسوولیت خودش را به دوش نمی‌کشد. ب) با طعنه و کنایه نشان می‌دهید که دیگر توان ندارید و در دل امیدوارید همسران متوجه منظورتان شود و در کار خانه کمکتان کند. ج) هیچ چیز نمی‌گویید و خودتان کارها را انجام می‌دهید. چون معتقدید اگر خودتان کارها را بکنید، راحت‌تر است تا این که ۲ ساعت وقت بگذارید و به او یاد بدهید چطور با ماشین ظرف‌شویی کار کند. د) از همسران خواهش می‌کنید چند روز در هفته کارها را انجام دهد تا شما هم کمی استراحت کنید.

۲) همسرتان از شما می‌خواهد روز تعطیل آخر هفته را به سینما بروید و فیلم علمی - تخیلی مورد علاقه او را ببیند، در حالی که شما از این نوع فیلم‌ها متنفرید...

الف) او را سرزنش می‌کنید و می‌گویید این بدترین پیشنهادی است که او می‌توانسته بدهد و بهتر است به کار خودش برسد.
ب) می‌گویید: <آ... نمی‌دانم... اما اگر واقعاً دوست داری برویم...> و در دل آرزو می‌کنید کاش نظرش عوض شود. (ج) با او می‌روید. شاید فیلمش خیلی هم بد نباشد. (د) به او می‌گویید هرگز این فیلم‌ها را دوست ندارید و بهتر است که فیلم دیگری انتخاب کند...

۳) همسرتان عادت بدی دارد که شما را آزار می‌دهد. یک‌بار، وقتی که دوباره آن عادت را انجام داد...

الف) از کوره در می‌روید. مثلاً می‌گویید چند بار گفتم طوری مسواک بزن که کف خمیر دندان به آینه دستشویی نپاشد؟ (ب) خود شما هر بار پس از مسواک زدن با دستمال آینه را پاک می‌کنید و امیدوارید او نیز یاد بگیرد. (ج) به خود می‌قبولانید که هیچ انسانی ایده‌آل نیست و بی‌عیب و نقص آفریده نشده است. (د) صبر می‌کنید تا کارش تمام شود. سپس مشکل را مطرح می‌کنید و پیشنهاد می‌دهید وقتی شب‌ها دوش می‌گیرد، زیر دوش مسواک بزند یا هر راه‌حل دیگری که خودش فکر می‌کند از آن راه مشکل حل می‌شود، را انجام دهید.

۴) همسرتان از شما می‌پرسد برای هدیه تولدتان چه هدیه‌ای می‌خواهید؟...

الف) تمام مشخصات، رنگ، مدل و مارک یک قهوه‌جوش را به او می‌دهید و تا پیکید می‌کنید مبادا چیزی مغایر با سلیقه شما بخرد. (ب) می‌گویید <هرچه خودت می‌خواهی> و بعد با اشاره به او می‌فهمانید که دوست دارید به کنسرت خواننده محبوبتان بروید. (ج) می‌گویید <هر چه خودت انتخاب کنی و بخری، قبول دارم> و بعد به خودتان می‌گویید که توی این سن و سال دیگر کادوی تولد چیز بی‌مزه‌ای است و نیازی به آن نیست. (د) به او می‌گویید خواننده محبوبتان در سالن اصلی شهر کنسرت دارد و خیلی دوست دارید که بلیت کنسرت به عنوان کادوی تولد از او هدیه بگیرید.

۵) شما درباره مشکلاتی که در محل کار برایتان پیش آمده صحبت می‌کنید. همسرتان یک پیشنهاد می‌دهد که زیاد مورد پسند شما نیست...

الف) او را متهم می‌کنید که همیشه فقط مشکل را بیشتر می‌کند و پیشنهادش بسیار بد است و بهتر است دیگر راجع به آن صحبت نکند. (ب) در طول شام، ساکت می‌مانید و با او صحبت نمی‌کنید تا خودش متوجه شود اشتباه کرده است. (ج) از او به

خاطر پیشنهادش تشکر می‌کنید و می‌کوشید به طریقی آن پیشنهاد را عملی کنید. (د) می‌گویید پیشنهادش را انجام داده‌اید، اما فایده‌ای نداشته است.

(۶) همسرتان با پس‌اندازی که از حقوقش جمع کرده، بدون مشورت با شما یک تلویزیون مدل جدید و بزرگ خریده است. (الف) به او می‌گویید برود و آن را پس بدهد. (ب) شما هم یک مرتبه وقتی با او به خرید می‌روید، حسابی ولخرجی می‌کنید تا او هم به فکر فرو رود و بفهمد اسراف و ولخرجی کار بدی است. (ج) چیزی نمی‌گویید و با خود می‌اندیشید او برای پول درآوردن زحمت زیادی کشیده است و حق دارد گاهی پولش را هر طور که دوست دارد خرج کند. (د) به او می‌گویید دفعه بعد اگر خواستی چیزی بخری، با من مشورت کن و اگر پول زیادی پس‌انداز کردی و نمی‌دانستی چکارش کنی، بهتر است با هم برویم اوراق مشارکت بخریم.

(۷) تعطیلات فرا رسیده و می‌خواهید با خانواده به مسافرت بروید. شما می‌گویید شیراز و همسرتان می‌گوید کیش.

(الف) پیشنهاد بدی داده است. چون در کیش باید پول کلان خرج کرد و زیاد هم خوش نمی‌گذرد. (ب) موقع راه‌رفتن سرتان را پایین می‌اندازید و پاهایتان را طوری روی زمین می‌کشید تا نشان دهید از رفتن به کیش ناراضی هستید و دوست دارید به شیراز بروید. (ج) به این فکر می‌کنید که کیش چه منظره‌های زیبا و خاطره‌انگیزی دارد، می‌توانید از ساحل زیبای آن استفاده کنید و به خرید بروید. پس در آنجا هم خوش خواهد گذشت. (د) با همسرتان قول و قرار می‌گذارید که امسال به کیش بروید و سال بعد به شیراز.

(۸) او روز تولد شما را فراموش می‌کند.

(الف) با ناراحتی فراوان می‌گویید به جهنم که فراموش کرد! (ب) به او می‌گویید اشکالی ندارد، اما با خودتان فکر می‌کنید ماه آینده هم من سالگرد تولد او را فراموش می‌کنم تا ببینم خوشش می‌آید یا نه! (ج) با خود عهد می‌بندید سال دیگر خودتان حتماً به یادش بیندازید فردا روز تولدتان است. (د) به او می‌گویید بسیار ناراحت و ناامید شده‌اید و برای این که فراموش کنید، پیشنهاد می‌دهید به یک رستوران چینی که در آن خاطرات زیادی دارید، بروید.

(۹) همسرتان تصمیم دارد برای خواهرش که تازه ازدواج کرده، یک کادو بخرد. از صبح به بازار رفته‌اید و او هنوز چیزی نخریده است. از خستگی عرقتان در آمده ...

الف) اعصابتان خرد می‌شود و خودتان با عصبانیت یک چیزی می‌خرید. ب) مرتب به دست‌های خالی همسرتان اشاره می‌کنید و طعنه می‌زنید تا شاید بهش بربخورد و بالاخره چیزی بخرد. ج) پشت‌سر او به آرامی می‌آیید و صبر می‌کنید تا بالاخره چیزی پیدا کند و بخرد. د) به او می‌گویید اگر با من مشورت کرده بودی، به تو می‌گفتم که جمعه‌ها مغازه‌های بازار اکثراً تعطیل است و یک روز دیگر با هم به خرید می‌رفتیم.

(۱۰) احساس می‌کنید مدتی است روابط عاشقانه و رمانتیک در زندگیتان کمرنگ شده است...

الف) از همسرتان انتقاد می‌کنید که هیچ‌وقت کاری نکرده تا شما احساس خاص و رمانتیکی پیدا کنید. ب) به او می‌گویید شوهر <نازنین> بدون هیچ دلیلی برای همسرش یک سبد گل خریده است و امیدوارید او منظور شما را درک کند. ج) به خودتان نهیب می‌زنید بیدار شو! رمانتیک بودن برای نوجوانان و شخصیت‌های رمان‌های دانیل استیل است، نه برای تو. د) به او می‌گویید احساس می‌کنم روابطمان کمی سرد و بی‌روح شده است. بهتر است برای این که از این کسالت بیرون بیاییم، هفته‌ای یک شب برویم بیرون و تفریح کنیم. پاسخ‌های خود را علامت زدید؟ حالا تعداد دفعاتی که الف، ب، ج یا د را انتخاب کرده‌اید، با هم جمع کنید و ببینید کدام بیشتر امتیاز می‌آورند. سپس کلید پاسخ‌ها را بخوانید. برای هر پاسخ، یک توضیح کامل ارائه داده شده است. در هر توضیح، خصوصیات خوب و خصوصیات بد شما ارائه می‌شود و نیز این که چطور صحبت کنید تا همسرتان درکتان کند و حرف‌هایتان را بفهمد.

ارزیابی خودآزمایی:

اگر گزینه <الف> را بیشتر انتخاب کرده‌اید: شما همسری جسور و رک‌گو هستید

خصوصیات مثبت: شما می‌دانید چه می‌خواهید و از بیان خواسته‌هایتان هیچ واهمه‌ای ندارید. در اظهار حرف‌هایتان تا تأمل نمی‌کنید و انتظار دارید یک مرد خوب، به خواسته‌های شما احترام بگذارد. شما آنقدر جسور و بی‌باک هستید که بسیار رک حرف‌هایتان را به زبان می‌آورید. جسارت و پر دل و جرات بودن، خصوصیات خوبی است، در صورتی که...

خصوصیات منفی: اگر این قدر رک باشید و حرف‌هایتان را بی‌پرده بیان کنید، همسرتان احساس می‌کند نمی‌تواند هیچ کاری را درست انجام دهد. دکتر پان در این خصوص معتقد است: <زنی با این خصوصیت، احساس می‌کند با رابطه نزدیکی که با همسرش دارد، می‌تواند به راحتی تمام ظرافت‌ها و تدابیر را از پنجره دور بیندازد و جسورانه تمام حرف‌هایش را بر زبان بیاورد.> به طور مثال، در حالی که زن می‌تواند بگوید: <عزیزم امشب لطف می‌کنی ظرف‌ها را بشویی؟>، می‌گوید: <چند

ماه است هیچ کاری توی خونه نکرده‌ای. امشب همه ظرف‌ها رو تو بشور!> در جواب این دستور، مرد می‌گوید چشم! اما انگیزه‌اش را برای انجام دادن هر کاری از دست می‌دهد. مثلا موقع شستن، ظرف‌ها را تمیز نمی‌شوید و طی چند دقیقه همه کار را تمام می‌کند. اما این، بهترین حالتی است که می‌تواند اتفاق بیفتد، چون احتمال این هم وجود دارد که مرد بدترین پاسخ را بدهد و بگوید: <وای که چقدر غرغر می‌کنی؟ ساکت باش!>

چطور صحبت کنیم تا منظورمان را درک کنند؟ پیش از اینکه با همسران این گونه صحبت کنید، با خود فکر کنید آیا با دوست صمیمیتان هم این طور صحبت می‌کنید؟ یا اگر کسی با شما این طور صحبت کند، ناراحت نمی‌شوید؟ پاسخ کاملا واضح است. پس بهتر است روبه‌تان را تغییر دهید و حرفه‌ای‌تر برخورد کنید. همسران حتما از یک درخواست بیشتر استقبال خواهد کرد تا یک دستور! مثلا به جای اینکه به او بگویید: <یادت نره حتما بالکن رو جارو بزن!> بهتر است بگویید: <زحمتی نیست بالکن رو جارو بزنی؟> دکتر پان می‌گوید: <مرد، هرچند ازدواج کرده باشد، اما باز قدرت انتخاب بین ۲ گزینه را دارد که کاری را بکند یا نکند. اگر با لحنی خوب و زیبا از او درخواست شود، حتما آن کار را انجام خواهد داد.> بیایید صحبت‌هایمان را با این نگرش و دیدگاه تغییر دهیم و لحن کلاممان را اصلاح کنیم. ب

به برنامه‌های همسرمان اهمیت دهیم نیازی نیست که صدبار به همسران بگویید پارکینگ را تمیز کن. کافی است یک‌بار به او بگویید کی وقت داری به نظافت پارکینگ برسی؟ این جمله نشان می‌دهد که شما برای برنامه‌های همسران ارزش قائل هستید و انتظار ندارید همان موقع از جا بپرد و پارکینگ را تمیز کند. او به صبر و شکیبایی شما احترام می‌گذارد و حتما در برنامه این هفته‌اش تمیز کردن پارکینگ را نیز قرار می‌دهد و مثلا می‌گوید: <لان کار دیگری دارم. اما آخر هفته حتما این کار را انجام می‌دهم.> بهتر است از او قول بگیرید. نه به خاطر این که ضرب‌الاجلی برای او تعیین کرده باشید تا به قولش عمل کند، بلکه اگر آخر هفته این کار را انجام نداد، به او بگویید مرد پای قولش می‌ماند. مطمئن باشید او ثابت خواهد کرد مرد است.

نگویید چطور

هرچه می‌خواهید، با لحن درخواستی از او بخواهید، اما نگویید چطور آن کار را انجام دهد. مثلا بگویید <بی‌زحمت امشب ظرف‌ها را می‌شویی؟> اما به دنبال آن نگویید <مواظب باش لیوان‌ها نشکند یا بشقاب‌ها لب پر نشود.> مرد، احتیاج به اطمینان و اعتماد شما دارد و از شما می‌خواهد اگر کاری از او خواسته‌اید، به او اعتماد کنید. او تمامی سعی خود را خواهد کرد

تا کارش را تمام و کمال و بی نقص انجام دهد. اگر گزینه <ب> را بیشتر انتخاب کرده‌اید: شما زن اسرارآمیزی هستید ظ خصوصیات مثبت: شما علاقه دارید با روش رمز و کد و اشاره با دیگران ارتباط برقرار کنید. مثلاً وقتی می‌گویید خسته‌اید، منظورتان این است که همسرتان متوجه شود و ظرف‌ها را بشوید. یا وقتی با ایما و اشاره می‌گویید چه چیزی دوست دارید، انتظار دارید همسرتان بفهمد و همان را برای روز تولدتان بخرد. پس او باید به تمام حرف‌ها و رفتار و حرکات شما دقت کند تا خواسته‌هایتان را بفهمد. این روش برای شما جالب‌تر است زیرا با هدیه گرفتن وسیله مورد علاقه‌تان، سورپریز می‌شوید. خصوصیات منفی: تا هنگامی که از او بخواهید آرزو و خواسته شما را از میان مه تردید و شک متوجه شود و آن را کشف کند، کلی فرصت‌ها را از دست می‌دهد که در این فاصله ممکن است شما عصبانی شوید و از کوره در بروید. دکتر پان می‌گوید: <مردهایی که با این نوع زن‌ها ازدواج می‌کنند، باید همیشه یک سپر همراه داشته باشند تا از تیر کنایات و ایما و اشاره‌های همسرشان در امان باشند.>

چطور صحبت کنیم تا منظورمان را درک کنند؟

۱) خواسته‌هایتان را با سوال مطرح نکنید. وقتی واقعاً چیزی را می‌خواهید، تعارف بیجا نکنید. مثلاً اگر دوست دارید امشب به رستوران بروید و یک غذای چینی بخورید، به همسرتان نگویید: <دوست داری امشب شام برویم بیرون؟> چون احتمال دارد او بگوید: <از غذای ظهر باقی مانده است. بهتر است همان را بخوریم تا اسراف نشود.> شما هم که غذای دیگری هوس کرده‌اید، شام نمی‌خورید و گرسنه می‌شوید. اگر حرف دلتان را واضح‌تر بیان کنید، حتماً او به خواسته شما اهمیت می‌دهد... (۲) روز خود را شب نکنید. سالگرد ازدواجتان است. اگر همسرتان گفت: <چه چیز دوست داری برایم بخرم؟> و شما پاسخ دادید: <هر چه خودت فکر می‌کنی...>، منتظر باشید که روزتان تیره و غمناک شود. چون او کدها و رمزهای شما را نفهمیده است که این سوال را کرده و حالا می‌رود و چیزی برایتان می‌خرد که از آن متنفرید. شما با امید سورپریز شدن، غیرمستقیم به او گفته‌اید چه می‌خواهید اما او هم تقصیری ندارد که متوجه نشده است. برای حل این مشکل می‌توانید چند پیشنهاد بدهید، اما واضح بگویید. بالاخره او می‌فهمد و یکی را انتخاب می‌کند. البته شما نمی‌دانید او کدام را انتخاب کرده است و موقع گرفتن هدیه، حتماً شگفت‌زده و سورپریز خواهید شد. مثلاً بگویید: <دوست دارم به یک هتل ۵ ستاره جدید بروم، یا یک تکه جواهر زیبا برایم بخری یا ... هر کدام را که خودت انتخاب کردی.>

به جای کنایه، یک پیشنهاد بدهید

همسرتان یک آکواریوم ماهی خریده است. اما شما مجبورید هر ۲ هفته یکبار حسابی آن را تمیز کنید تا بوی بد نگیرد. دیگر خسته شده‌اید. با کنایه و طعنه می‌گویید: <این آکواریوم پیشنهاد خودت بود و خودت دوست داشتی آن را بگیری.> و منظورتان این است که خودش هم باید آن را تمیز کند نه این که همه کارهایش را بر دوش شما بیندازد. به جای این همه نیش و کنایه می‌توانید پیشنهاد بدهید که <یکبار من آن را تمیز می‌کنم و دفعه بعد تو به نظافت آن برس. کار را نوبتی کنیم.> اگر گزینه <ج> را بیشتر انتخاب کرده‌اید: شما همسری بردبار و با گذشت هستید. خصوصیات مثبت: معمولاً جمله <هرچه تو بگویی عزیزم> ورد کلام شماست! هدف شما از ازدواج، داشتن یک زندگی آرام، بی‌دغدغه و شاد بوده است. به همین دلیل، صرف شام در رستورانی که شما دوستش دارید یا هر چیز بی‌اهمیت دیگر باعث نمی‌شود از کوره در بروید، غرغر کنید یا طعنه و کنایه بزنید. همسر شما از این که به خاطر مسائل پیش پا افتاده اوقات‌تان را تلخ نمی‌کنید، بسیار خوشحال است.

این کتاب از وبلاگ میهن کتاب دانلود شده است.
mihanketab.blogfa.com

برای دریافت اطلاعات بیشتر
و آگاهی از جدیدترین کتابهای اضافه شده،
به صفحه فیس بوک میهن کتاب پیوندید.
facebook.com/mihanketab