

سبب خوف الأزواج من الانفصال

العلاقة غير السعيدة هي مصدر الكثير من التوتر والقلق. يمكن أن يسبب حتى الاكتئاب. ومع ذلك ، من الصعب على بعض الأزواج الطلاق حتى يبذلوا قصارى جهدهم لإنقاذ علاقتهم حتى لو كان من الأفضل التخلي عنها .

هناك مجموعة من الأسباب التي تجعل الناس يتقبلون العيش في زواج غير سعيد. هل تعتقد أن الخوف من أن تبدو فاشلاً بنظر الآخرين أو عدم وجود المال يمكن أن يجبر العائلات على البقاء معاً ؟

لذلك، نقدم لك سبب خوف بعض الأزواج من الانفصال حتى عندما لا يكون هناك حب في العلاقة .

1- عدم وجود احترام الذات

تدني احترام الذات وقلة الثقة بالنفس يجعل الناس يستمرون في علاقات غير صحية. يزعم علماء النفس أن الشخص غير المدرك لمزاياها جاهز بشكل لا شعوري للتعامل معه بشكل سيئ . هؤلاء الناس يعتقدون حقاً أنهم لا يستحقون الحب.

فيما يلي العديد من التوصيات لأولئك الذين يتعثرون في العلاقات السامة بسبب التخطيم الذاتي المستمر:

- استثمر في ذاتك. يمكن أن يكون هواية جديدة أو دورات طهي أو إجازة. أول شخص يجب أن يعتني بك هو أنت!
- اغفر لنفسك توقف عن لوم نفسك على أخطاء الماضي وبدلاً من ذلك ، فكر في المستقبل.
- قل كلمات جيدة عن نفسك. لا تقولي أبداً أشياء مثل "أنا خاسر" أو "أنا أحمق". أنت فريد وتستحق الأفضل.



2- التقدم في العمر

لا تزال هناك قوالب نمطية قوية ومنتشرة في المجتمع تقول إن الحياة انتهت بعد الأربعين وأنه من المستحيل العثور على الحب الحقيقي. الخوف من الشعور بالوحدة هو السبب في أن العديد من الأزواج يفضلون البقاء معاً. ومع ذلك، يدعي علماء الاجتماع أن الناس يمكنهم تسوية حياتهم الشخصية في أي عمر. وزعم ما يقرب من نصف النساء اللواتي

تجاوزن سن 45 عاماً اللواتي تعرضن للطلاق أنهن الآن أكثر سعادة من أي وقت مضى .

أنت شخص مستقل، وفي النهاية يمكنك اختيار شخص يجعلك سعيداً حقاً .
أو يمكنك أن تختار ألا تكون مع أي شخص - إنها حياتك ، والأمر متروك لك لتقرر كيف يجب أن تكون.

3- المال

في بعض الأحيان يصبح الزواج التعتيس فخاً ، وهو المال الذي يبقى الزوجين معاً . السبب الرئيسي وراء بقاء الناس معاً على الرغم من غياب الحب والتفاهم المتبادل هو الخوف. وأحد أكبر المخاوف هو الخوف من البقاء على الصخور. لا يخطط الأشخاص للطلاق ما لم يشعروا بالاستقرار المالي الكامل.

يوصي علماء النفس بالنضال من أجل الاستقلال المالي في الزواج. وسوف يساعد على تجنب عدم المساواة والصراعات بسبب النفقات.

4- ضغوط المجتمع

هناك قوى خارجية تشجع على زواج غير صحي مثل النقم الاجتماعي وضغط الأجيال الأكبر في العائلة. الأزواج الذين يعيشون في علاقات غير صحية يميلون إلى القلق بشأن ما سيقوله أقاربهم وجيرانهم وزملائهم.

يجب أن يكون الطلاق قراراً مدروساً من قبل الزوجين. إنها حالة الزوجين قبل الانفصال النهائي عندما يقرر كلا الشريكان كيف سيعيشان بعد الطلاق ويفرقان بشكل كامل عن أفعالهما .



5- الأطفال

إنجاب الأطفال ربما يكون أحد الأسباب الرئيسية لعدم الحصول على الطلاق. وهذا أمر مفهوم تماماً - فنحن جميعاً مدركون للآثار السلبية للطلاق على الأطفال. يمكن أن يشعروا بالذنب والقلق وعدم اليقين. ومع ذلك، يقترح علماء النفس النظر إلى هذه المشكلة من زاوية مختلفة.

يجب أن يواجه الأطفال الذين يعيشون في زواج غير سعيد ضغطاً نفسياً يومياً ويشعرون بقسوة العلاقات غير الصحية بين الوالدين. السلوك

السام للكبار يجلب الدمار في حياة الطفل.



6- التأكد من عدم وجود زواج سعيد على الإطلاق

بعض الناس يعتقدون أن العلاقات السعيدة غير موجودة على الإطلاق. وهذا الاعتقاد يجعل منهم يعيشون في زواج غير سعيد لسنوات عديدة. يعتقد علماء النفس أن هذا النوع من الاعتقاد يظهر في مرحلة الطفولة- ربما ، لم يكن لديك أبداً مثلاً على الحب الحقيقي بين الوالدين أو حبك الأول انتهى به الأمر إلى خيبة أمل كبيرة.

في كثير من الأحيان ، يعتاد الزوجان على العيش في علاقة سامة ولا ينويان الطلاق حتى بعد إدراك عدم جدوى زواجهما .