۸ پشیمانی برای ازدواج در سنین پایین

1 دی 1403

افرادی که در جوانی، در سنین پایین، ازدواج می‌کنند اما بعدها از این تصمیم خود پشیمان می‌شوند، معمولاً ۸ رفتار ظریف را از خود نشان می‌دهند؛ در این مقاله این ۸رفتار را مرور کرده‌ایم.

خیلی از آدم‌ها ممکن است باور داشته باشند که ازدواج در سنین پایین راهی به سوی خوشبختی همیشگی است و شاید درست هم فکر کنند. بهرحال مواردی از این دست کم نیستند. اما علتی که برخی باور دارند، باید در سنین پایین ازدواج کرد، آن است که احتمالاً تصور می‌کنند، در سنین پایین، ازدواج سفری پر از رؤیاهای مشترک، عشق بی‌پایان و پیر شدن درکنار یکدیگر است.

با این حال خیلی‌هایمان نیز مشاهده کردیم که واقعیت‌های زندگی متفاوت است. بسیاری هم هستند که به دلیل انتخاب همسر در سنین پایین پشیمان هستند. این افراد، بر اساس روان‌شناسی، معمولاً الگوهای مشترک رفتاری را بروز می‌دهند. درواقع ازدواج، علاوه بر شیرینی، حقایق تلخ نیز دارد و انتظارات اجتماعی در مورد زوج‌ها تبدیل به فشار مضاعفی بروی آن‌ها می‌شود.

در این مقاله می‌خواهیم 8 پشیمانی‌ای را با شما مرور کنیم که زوج‌هایی که در سنین پایین ازدواج کرده‌اند، معمولاً بروز می‌دهند. دانستن این پشیمانی‌ها می‌تواند مفید باشد:

1.اشتباه گرفتن عشق با شیفتگی

به‌راحتی می‌توان در شور و شوق عشق جوانی غرق شد. احساس دلشوره، خیال‌پردازی‌های مداوم و میل شدید به گذراندن هر لحظه با یکدیگر، می‌تواند با عشق واقعی و پایدار اشتباه گرفته شوند. اما شیفتگی با عشق یکی نیست. شیفتگی احساسی قوی و سرمست‌کننده است که می‌تواند قضاوت ما را مختل کرده و ما را به تصمیم‌گیری‌های بزرگی، مانند ازدواج، قبل از آمادگی کامل سوق دهد. افراد زیادی که در جوانی ازدواج می‌کنند، به دلیل این شیفتگی شدید وارد زندگی مشترک می‌شوند و بعدها متوجه می‌شوند که این احساسات فروکش کرده است. با کاهش شور اولیه، ممکن است تصمیم خود را زیر سؤال ببرند و حس پشیمانی را تجربه کنند.

ین به این معنا نیست که عشق جوانی نمی‌تواند به پیوندی عمیق و پایدار تبدیل شود. اما بسیار مهم است که تشخیص دهید شیفتگی و عشق احساساتی متفاوت هستند و تصمیمات حیاتی زندگی را بر اساس اولی نگیرید. تشخیص بین شیفتگی و عشق واقعی قبل از برداشتن گام‌های مهم، مانند ازدواج، اهمیت زیادی دارد. اطمینان از اینکه تصمیم شما بر اساس یک ارتباط عمیق و پایدار است، می‌تواند از پشیمانی در آینده جلوگیری کند.

2.نادیده گرفتن رشد و توسعه فردی

در سال‌های ابتدایی زندگی، ما هنوز در حال شناخت خود و کشف آنچه از زندگی می‌خواهیم هستیم. ارزش‌ها، باورها و اهداف ما در این دوران در حال شکل‌گیری هستند. ازدواج در سنین پایین می‌تواند موجب شود که این دوره حیاتی از رشد و توسعه شخصی را نادیده بگیریم. تحقیقات نشان می‌دهند افرادی که قبل از ۱۸ سالگی ازدواج می‌کنند، ممکن است با خطرات سلامتی بیشتری مواجه شوند. رشد شخصی نقشی حیاتی در ایجاد یک زندگی رضایت‌بخش و اصیل ایفا می‌کند. وقتی بدون درک کامل از خودمان وارد تعهدات بلندمدتی مانند ازدواج می‌شویم، ممکن است بعدها دچار حس پشیمانی شویم. این بدان معنا نیست که زوج‌های جوان نمی‌توانند با هم رشد کنند؛ قطعاً می‌توانند.

اما ضروری است که هر شریک زندگی نیز فضای کافی برای رشد فردی، کشف علایق خود و تحول شخصی داشته باشد. همان‌طور که روان‌شناس مشهور کارل راجرز می‌گوید: «تنها کسی که آموزش دیده، کسی است که یاد گرفته چگونه بیاموزد و تغییر کند.» این جمله بسیار معنی‌دار است زیرا اهمیت رشد شخصی و سازگاری، به‌ویژه در زمینه روابط، را برجسته می‌کند. به یاد داشته باشید که ازدواج در سنین پایین به معنای توقف رشد شخصی نیست.

3.ندانستن چگونگی مدیریت دلشکستگی

ازدواج، به‌ویژه زمانی که در سنین پایین وارد آن می‌شوید، همیشه مسیری هموار نیست. این مسیر پر از فراز و نشیب است و گاهی اوقات این نشیب‌ها می‌توانند منجر به دلشکستگی شوند. ندانستن نحوه مدیریت این دوران می‌تواند در بلندمدت منجر به پشیمانی و نارضایتی شود. به همین دلیل، ضروری است خود را به ابزارها و استراتژی‌هایی مجهز کنید که دلشکستگی را به فرصتی برای رشد شخصی تبدیل کنید.

4.بیش‌اعتباربخشی به مفهوم «نفر خاص»

همه ما با داستان‌های فانتزی و فیلم‌هایی بزرگ شده‌ایم که مفهوم «نفر خاص» را برجسته کرده‌اند. این ایده می‌گوید که برای هر فردی یک فرد بسیار خاص وجود دارد. این نوع طرز فکر می‌تواند باعث شود به محض اینکه احساس کردیم، فرد خاص پیدا شده سریع تن به ازدواج بدهیم. وقتی واقعیت بیرون می‌زند، ممکن است دچار سرخوردگی شویم اما دیگر دیر است چون ما با آن «نفر خاص» ازدواج کرده‌ایم. تحقیقات نشان می‌دهند که باور به یک شریک عاطفی که از ازل برای ما در نظر گرفته شده است، اغلب به انتظارات غیرواقعی و نارضایتی‌های احتمالی از رابطه منجر می‌شود. در حقیقت، برای هر فردی تعداد زیادی شریک عاطفی مناسب وجود دارد که او می‌تواند در کنارشان یک زندگی رضایتبخش و پر از عشق را تجربه کند. درواقع، داستان اصلاً پیدا کردن «آن یک نفر» نیست، بلکه داستان ساختن رابطه‌ای بر مبنای احترام دوطرفه، همدلی و همکاری است.

اصلاً قصدمان تحقیر عشق یا منحصربه‌فرد بودن هر رابطه‌ای نیست. بلکه می‌خواهیم شما را دعوت کنیم

که از زاویه و دریچه‌ای متفاوت به موضوع بنگرید و به جای تمرکز روی شکار شخص کامل و ایدئال روی ساختن یک رابطه مناسب و زیبا سرمایه‌گذاری کنید. عشق حقیقی، پیدا کردن شریک عاطفی کامل و بی‌نقص نیست بلکه به معنای دیدن کامل دیدن، شخص ناکامل است.



6.در نظر نگرفتن احتمال تغییر و تکامل

اغلب کسانی که در سنین پایین ازدواج می‌کنند، تصور می‌کنند که دیگر هیچ تغییری در زندگی نخواهند کرد. ما با خودِ فعلی‌مان عاشق می‌شویم و انتظار داریم که شریک‌مان هم همان‌طور ثابت بماند. اما افراد تغییر می‌کنند. آدم‌ها رشد می‌کنند، کامل‌تر می‌شوند و حتی دگرگون می‌شوند. نپذیرفتن این حقیقت می‌تواند بعدها منجر به پشیمانی از انتخاب شود. همه ما ظرفیت تغییر و تحول را در درون‌مان داریم. علایق، ارزش‌ها و الهامات ما ممکن است در گذر زمان تغییر کند و این تغییرات کاملاً طبیعی است. ضروری است که با درک از اینکه هر دو ممکن است در گذر زمان تغییر کنیم، وارد رابطه شویم.

تشخیص این حقیقت می‌تواند از احساس توهم و پشیمانی در زندگی پیشگیری کند. تغییرات را به مثابه فرصتی برای پیوندهای عمیق تر و درک رابطه‌تان ببینید. خیل خلاصه، ازدواج در سنین پایین به معنای گیر کردن در همان سنین نیست. تغییر، تنها متغیر ثابت هر زندگی است.

7.الویت دادن به انتظارات اجتماعی به جای در نظر گرفتن آمادگی فردی



فشار اجتماعی ممکن است منجر به پذیرش زودهنگام ازدواج بدون آمادگی لازم شود. انتظار برای سروسامان دادن به زندگی، ازدواج کردن و تشکیل خانواده برای هر فردی می‌تواند خردکننده و استرس‌آور باشد. ازدواج در سنین پایین به منظور حل کردن این فشارها می‌تواند منجر به پشیمانی شود. فشار اجتماعی یکی از اصلی‌ترین دلایل افراد برای تن دادن به ازدواج است. یادتان باشد که مهم است بزرگ‌ترین تصمیم‌های زندگی، مثل ازدواج، را برای اساس برنامه شخصی خودمان بگیریم. زندگی مسابقه نیست، بلکه سفری کاملاً شخصی است که باید بر مبنای احساس، ذهنیت و وضعیت مالی‌تان درباره‌اش تصمیم بگیرید.

8.نادیده گرفتن اهمیت سازگاری مالی

اغلب وقتی در سنین پایین ازدواج می‌کنیم به اهمیت مسائل مالی فکر نمی‌کنیم. دو نفر باید از لحاظ موقعیت مالی با هم سازگار باشند. ممکن است چون باور داریم عاشق هستیم، اصلاً درباره مسائل مال و پول حرفی به میان نیاوریم. اما عادات و اهداف مالی متفاوت می‌توانند در آینده دردسرساز شوند. آینده‌نگری مالی یعنی تصمیمات مالی ما باید منطبق بر ارزش‌های هسته‌ای و استفاده از پول به مثابه ابزاری برای ایجاد تغییرات مثبت باشد.

مهم است درباره عادت‌های مالی، اهداف و فلسفه‌ای که بدان باور داریم در اوایل رابطه صحبت کنیم.

به نظر ما دیگر چه پشیمانی‌هایی از ازدواج زودهنگام ممکن است به وجود بیاید؟