

# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## حد و حدود رابطه با خانواده همسر را چطور حفظ کنیم؟



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## مقدمه

حد و حدود رابطه با خانواده همسر را چطور مشخص کنیم؟ این یکی از مهم‌ترین سؤالاتی است که باید از ابتدای زندگی به آن جواب بدهید. اگر شما بیش از حد با خانواده همسرتان ارتباط داشته باشید دیر یا زود با دخالت‌ها و مشکلات بسیاری مواجه می‌شوید. اما اگر رابطه خود را کم کنید چطور؟ در این صورت هم مشکلات دیگری به‌خصوص اختلاف با همسرتان پیش خواهد آمد. پس بسیار مهم است که رابطه با خانواده همسرتان را در یک حالت تعادل نگه دارید

## حدود روابط با خانواده همسر

اولین سؤالی که باید برای آن جواب پیدا کنیم این است که منظورمان از حد و حدود رابطه با خانواده همسر چیست؟ یا به عبارت دیگر مرز بین یک رابطه خوب و بد کجاست؟



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## حریم خصوصی خانواده‌تان را حفظ کنید

اصلی‌ترین موضوعی که برای تعیین حدود رابطه باید در نظر بگیرید این است که حریم خصوصی‌تان را حفظ کنید. مسائل مربوط به خانه شما باید همیشه داخل خانه بمانند. بهتر است با همسرتان هم راجع به این موضوع صحبت کنید؛ از او بخواهید که بدون مشورت با شما چیزی را با خانواده خود در میان نگذارد. هنگامی که شما مسائل زندگی خود را برای دیگران بازگو می‌کنید در واقع به آن‌ها اجازه می‌دهید که راجع به زندگی شما نظر بدهند. این وضعیت دیر یا زود مشکلات بسیاری را در زندگی شما به وجود خواهد آورد

## حدود رابطه با خانواده همسر | دعوا کردن ممنوع

بسیاری از زوجین به اشتباه اختلاف و دعوای خود را با خانواده همسر در میان می‌گذارند؛ یا حتی در مقابل آن‌ها با یکدیگر بحث می‌کنند. به خاطر داشته باشید که هر مشکل یا اختلاف نظری بین شما و همسرتان باید در خانه خودتان و صرفاً بین شما دو نفر حل شود. شما به هیچ‌عنوان نباید خانواده همسرتان را داخل این مسائل بکنید. هر چه نباشد آن‌ها خانواده همسرتان هستند و اگر ببینند شما با او بد رفتاری می‌کنید از این موضوع ناراحت می‌شوند. این شرایط می‌تواند احترام و رابطه دوستانه شما را تخریب کند. در صورتی که این دعوا بین شما و خانواده همسرتان هست

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## اجازه دخالت ندهید

وقتی خانواده همسرتان می‌خواهند راجع به مسائل زندگی شما صحبت کنند نظراتشان را مؤدبانه بشنوید اما هرگز به آن‌ها اجازه دخالت ندهید. یادتان باشد که دخالت از موضوعات کوچک شروع می‌شود و به تدریج آن‌ها به خودشان اجازه می‌دهند در مسائل بزرگتر هم دخالت کنند. اگر خانواده همسرتان در زندگی شما دخالت می‌کنند با احترام دلایل خود را برای آن‌ها توضیح دهید و بگویید که می‌خواهید با توجه به تصمیم خودتان عمل کنید

## مؤدب باشید

یکی از نکاتی که باید به‌عنوان مرز با خانواده همسر در نظر داشته باشید این است که همیشه در محدوده ادب رفتار کنید. شوخی‌های بیش از حد یا استفاده از کلام غیر مؤدبانه می‌تواند حدود مرز شما و خانواده همسر را تحت تأثیر خود قرار دهد. در نتیجه همیشه در رفتار و صحبت کردن خود با خانواده همسر مرزها را رعایت کنید. حتی اگر آن‌ها از شوخی یا هر عبارتی در کلام خود استفاده می‌کنند شما نباید این کار را تکرار کنید

رفتار با پدر زن

رفتار با مادر شوهر

رفتار با خواهر شوهر

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## چطور حدود رابطه با خانواده همسر را حفظ کنم؟

همان طور که گفتیم حدود رابطه با خانواده همسر قوانینی دارد. اما سؤال این جاست که چه راههایی برای حفظ این حدود وجود دارد؟ در ادامه بعضی از مهم ترین راهکارها را با یکدیگر بررسی خواهیم کرد

## رفت و آمدها را مدیریت کنید

اولین چیز در کنترل یک رابطه، میزان در ارتباط بودن شما و طرف مقابل با یکدیگر است. رفت و آمد بیش از حد باعث می شود به سختی بتوانید بسیاری از مرزها را کنترل کنید. در نتیجه سعی کنید از روز اول این حدود مرزها را رعایت کنید. بهترین راهکار این است که با همسران راجع به دیدن خانوادهها صحبت کنید و به صورت توافقی یک روز در هفته را برای بودن در کنار خانواده همسر و یک روز را برای بودن در کنار خانواده خودتان در نظر بگیرید. مهم ترین نکته این است که بتوانید این قانون را در زندگی خود نگه دارید. اگر به بهانهها و دلایل مختلف رفت و آمدها بیش از این شود باز هم کنترل اوضاع از دستتان خارج می شود

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## به اندازه کمک کنید

یکی از اشتباهات بسیاری از دختران و پسران این است که بیش از وظیفه عروس یا داماد به خانواده همسر کمک می‌کنند. این کار شما باعث ایجاد انتظاراتی می‌شود که در آینده به سختی می‌توانید آن‌ها را کنار بگذارید. یا کنار گذاشتن آن‌ها باعث بروز درگیری و اختلاف خواهد شد. در نتیجه همیشه جانب تعادل را در کمک کردن به خانواده همسر نگه دارید

## مستقل زندگی کنید

یکی از اصلی‌ترین راهکارها برای اینکه بتوانید حدود رابطه خود را با خانواده همسر کنترل کنید این است که مستقل از آن‌ها زندگی کنید. زندگی مستقل تنها به داشتن یک خانه جدا ختم نمی‌شود. ناتوانی در تأمین هزینه‌ها هم به خانواده همسر شما اجازه می‌دهد در همه امور دخالت کنند. به‌علاوه اگر همسران از آن دسته شخصیت‌هایی است که هنوز به بلوغ و پختگی لازم نرسیده و مسائل زندگی را همیشه با خانواده خود در میان می‌گذارد این کار باعث می‌شود تا شما نتوانید استقلال پیدا کنید. به همین خاطر است که روانشناسان معتقدند استقلال، علاوه بر مسائل مالی، بلوغ فکری و شخصیتی را هم شامل می‌شود

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)



# گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

## همیشه دنبال همسرتان نباشید

قرار نیست همسرتان همیشه و فقط زمانی که شما به دیدن خانواده‌اش می‌روید آن‌ها را ببیند. یکی از راهکارها برای حفظ مرزها با خانواده همسرتان این است که اجازه بدهید گاهی اوقات هم همسرتان تنها به دیدن خانواده‌اش برود

## حد و حدود رابطه با خانواده همسر و زمان نیاز به مشاوره

حفظ حدود مرز ارتباط با خانواده همسر یکی از مسائل مهمی است که اگر به دنبال یک زندگی آرام هستید باید به آن توجه داشته باشید. رابطه بیش از حد یا کمتر از حد معمول می‌تواند مشکلات بسیاری را میان شما و همسرتان ایجاد کند. باین حال بسیاری از ما به دلیل مسائل فرهنگی و حفظ آداب، ضعف اعتماد به نفس یا هر دلیل دیگری نمی‌توانیم مرزهای رابطه را به درستی مشخص کنیم. در این شرایط بهترین راهکار این است که از یک مشاور کمک بگیرید. مشاورین با استفاده از دانش و تجربه‌ای که در زمینه درمان‌های خانوادگی دارند به خوبی می‌توانند به شما کمک کنند که در شرایط حال حاضر چطور مشکلات خود را حل کنید

شما چه راهکاری سراغ دارید؟

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

[WWW.MAJNA.IR](http://WWW.MAJNA.IR)

