

بطرق بسيطة تكسبين حماتك وتسعين بحياتك

عندما تسمع أذنك كلمة الحماة، تملك قلبك حالة من الخوف وعدم الثقة بالنفس، والضيق، هذا لما لهذه المرأة من صورة أسطورية شرسة تم حضرها بالأذهان، حيث يراها الكل شخصية انتقادية مملدة تتدخل فيما يعينها وما لا يعينها، وتقوم بدور القاضي الذي لا يرحم.



عند زيارتها لك تشعرين كما لو أن هناك مفتش قد وصل إلى منزلك، وعندما تتعامل مع أطفالك، لا يكون حديثها مجرد حديث بريء إنما هو في الواقع حوار خبيث يخفي وراءه معان واستنتاجات وانتقادات من الناحية الأخلاقية، الأكاديمية، والبدنية وبعدها تعقد المحكمة وتكونين أنت المتهمه دائماً .

لكن لأن هذه الإنسانية ليست شخصاً عادياً، إنما هي أم أغلى شخص بحياتك وهو زوجك فلا بد أن تحبها مهما كانت سماتها ومهما قبحت تصرفاتها .

بالطبع تشعرين بالضيق والملل من كثرة تدخلها بحياتك وقد يفرغ صبرك من كثرة هذا التدخل لكن لكل مشكلة حل والأمل دائماً موجود .

لذلك تعالي معنا عزيزتي الزوجة نتعلم بعض الطرق الذكية والبسيطة للتعامل مع حماتك بشكل مناسب يجنبك الكثير من المشكلات، وبعدها نكتشفين أن هناك أهدافاً مشتركة ونقاط تشابه يمكن أن تبني جسراً للحوار والتعامل الفعال معا، فهيا نتعرف على هذه النقاط .

تذكرى أنك امرأته تحبها نفسه الرجل:

هناك معادلة منطقية تجعلك قادرة على تقبل ما تفعله معك والإيمان أن تصرفاتها نابعة من مفهوم طبيعي . فقط تتبعي معي هذه النقاط:

تخيلي أن حماتك امرأة أخرى تشترك معك في حب زوجك، فمن الطبيعي أن يكون بينك نوع من الصراع والغيرة.. ومن هنا تنشأ الانتقادات والتدخلات الغير مقبولة، فهذا هو الحال لو أن زوجك متزوج من امرأة أخرى .

والحل: هل يمكنك تحمل الحياة بهذه الصراعات؟ بالطبع لا .

لكي تتعامل مع هذه المشكلة بذكاء اتبعي النصائح التالية:

● أشعريها دائماً أنها هي من تحتل أكبر مكان في قلب ابنتها وستكون هكذا دائماً .

● توقفي عن ترجمة مشكلاتك معها إلى أفعال متهورة .

● حاولي التعامل معها بحيادية .

وهنا بعض الاقتراحات التي يقدمها لك علماء النفس والاجتماع للتعامل مع حماتك كصديقة لتصبح الحياة بينك وبين زوجك وأطفالك أكثر سعادة .

تحلي معها بروح الدعابة:

انظري إلى المشكلات التي تنشأ بينك وبين حماتك من وجهة نظر كوميدية، كأنك تشاهدين فيلماً كوميدياً، تخيلي نكتة تعبر عما يدور بينكما، حتى تحولي النظرة الحادة المترسخة في عقلك إلى لوحة ساخرة مضحكة ومرحة، وبهذا تنتهي روح العدوانية بينكما وتنشأ بدلاً منها علاقة خفيفة الظل .

واعلمي أن الابتسامه هي نهر من المياه المتدفقة والقادرة على إطفاء أقوى الحرائق وتهدة أعتى الرياح .

عندما تبدأ في النقد حاولي التوجه:

عندما تبدأ حماتك في توجيه النقد إليك، استمعي إليها بهدوء لدقائق قليلة وبعدها حولي انتباهها بتغيير سير الحوار، لكن كيف يتم هذا:

● غيري موضوع الحديث بينكما .

● اعرضي عليها بعض صور الأطفال .

● تحدثي معها في موضوع يحتل جزءاً من اهتماماتها مثل التحدث عن الماكياج، مجلة جديدة في عالم الموضة، التحدث عن الدين، وغيرها من الموضوعات التي تفضلها .

● اجعليها تعيش دور الجدة بأن تطلبي من أحد

أطفالك أن يغني لها غنوه تعلمها في الحضانه أو جعلها تحكي لأطفالك قصة مثيرة من قصصها . وبهذا تكونين قد تمكنت من تحويل مجرى تفكيرها من النقد إلى المدح فالحماة مثل الطفلة التي يمكن أن ترضيها بأبسط الأشياء .

أعدي تفسير السليبات إلى إيجابيات:

يمكن إعادة تفسير أي مفهوم بطريقة أخرى قد تعكس معناه، فكوني إنسانة مبدعة وتخلصي من الغضب عن طريق النظر إلى النقد اللاذع كما لو كان نصيحة مفيداً .

فمثلاً، إذا كانت حماتك تتعامل معك بأن تنادي عليك بكلمة (أنت) بدلاً عن مناداتك باسمك، يكون التفسير السلبي لهذا النداء أنها تقلل من شأنك وتعاملك ككثرة، لكن التفكير الإيجابي يفسر هذا على أنها حساسة لدرجة عدم قدرتها على مناداتك باسمك لأنها ليست أمك حتى تلغي التكليف بينك وبينها .

تعرفي على ما يثير اهتمامها لتمازجها معها:

استعيني بزوجك لتتعرفي على بعض النقاط الهامة في حياة حماتك وتشمل ما يلي:

١- كل ما حلمت بتحقيقه .

٢- الهوايات المفضلة لديها .

٣- تاريخ حياتها .

٤- حياتها الوظيفية .

لأن دراسة الشخصية بالتفصيل تساعدك على اختيار الطريقة المناسبة للتعامل معها، وبعد ذلك يمكنك بسهولة انتقاء الموضوعات التي سيدور عليها الحوار بينكما، والتعرف على الأماكن التي تفضل الذهاب إليها .

وبهذا تكوني قد قمت بوضع يدك على مفتاح الشخصية لتتحكمي بها كما تفضلين .

تحلي بالصبر وكوني واقعية في توقعاتك:

بالطبع لن تتحول العلاقة بينك وبين حماتك من حالة الند بالند إلى علاقة حب حميمة بين ليلة وضحاها، ومن المنطقي أن يصبح هناك نوع من الاحترام المتبادل والولاء بينكما، لكن من غير المنطقي أن تكون أهميتك لدى حماتك كأهمية ابنتها لديها، لذلك اصبري وصابري لتالي العلاقة التي تحلمين بها، خطوة بخطوة .

تخبرنا إحدى الزوجات أن مشاعر الحب بينها وبين حماتها استغرقت عشرون عاماً حتى تتكون، وبعدها

أصبحت العلاقة بينهما مثالية، فداًماً هناك أمل .

تعرفي على ما يضايقها وتجنبيه:

تجنبي المثيرات على قدر الإمكان، فقبل التعامل الفعلي مع حماتك يجب أن تتعرفي على كل ما يضايقها وتجنبي حدوثه عند وجودها في بيتك، وليس من الصعب عليك أن تتحملي بضع ساعات حتى تحافظي على السعادة لسنوات .

التحاور باحترام وموضوعية:

إذا لم تتمكني من تجنب الصراع معها، استمري في الحوار وتحديثي معها بكل صراحة لكن بطريقة مهذبة، وفي نفس الأمر لا تكوني مناقفة وتزيفي الحقائق . وتذكرتي أنه على الرغم من الجهود التي تبذلونها لتفادي الصدام المباشر معها، فإنها تكن لك ولو قليلاً من الاحترام والمراعاة لمشاعرك، فلا تدعي خوفك من ايذاء مشاعرها يمنعك من التعبير بصراحة وبشكل مناسب .

ضعي حدوداً قوية للعلاقة بينك وبينها:

تعتقد بعض الأمهات الحموات أن احترام زوجة ابنتها لها هو جانب ضعف تقوم باستغلاله أسوأ استغلال، فإذا كانت حماتك من هذا النوع عليك وضع حدود للعلاقة بينكما، بمعنى أن تكون هناك خطوط حمراء لا يسمح لها بتخطيها والتدخل فيما لا يعينها .

بالطبع لا يمكن للزوجة وضع هذه الحدود والحفاظ عليها وحدها، بل يجب أن يكون هناك من يساندها ويقوي جانبها وهذا الشخص هو الزوج .

ويتم ذلك عن طريق التحدث مع والدته على انفراد ليحتمها على تجنب ما يضايق زوجته حتى يسعد بحياته وهذا ما تتمناه كل أم مهما كانت قاسية، وتذكرتي أن حماتك إنسانة قبل كل شيء، وديننا يأمرنا وكذلك تحثنا عاداتنا وتقاليدنا على احترام الكبير مهما صدر منه .

ويفسر لنا العلم أن مرحلة الشيخوخة لها معاملة خاصة مثل معاملة الأطفال لأن الشخص عندما يصل إلى تلك المرحلة من العمر يعود عقله إلى مرحلة التفكير الطفولي فيجب مراعاة ذلك ووضعه في عين الاعتبار عند التعامل مع حماتك .