

عبارات لا يجب قولها للشريك أثناء الشجار

من الطبيعي أن تحدث الكثير من الخلافات والمشاجرات البسيطة بين الأزواج ضمن إطار الزواج. لكن من غير الطبيعي أن تستمر الخلافات كثيرةً وتفاقم دون وضع حدود لها وحيث تخطى هامش الاحترام.

يجب أن يحافظ الشريكان على مشاعر الآخر أثناء الخلافات لأن ذلك يؤثر على العلاقة الزوجية، فلا تندفعا بقول عبارات قد تندمان عليها لاحقاً.

تعرفوا على أهم العبارات التي لا يجب قولها مطلقاً أثناء الشجار:

- رأيك خاطئ: حتى ان كنت تعتقد أن رأي شريكك خاطئ أو سخيف فلا تقل له هذا الامر خلال الشجار بشكل صريح فقد يؤدي ذلك مشاعره، والجئ الى المناقشة معه للوصول الى الرضا والتفاهم.
- ماذا تقول؟ تعد السخرية من الشريك ومن رأيه والكلام الذي يقوله أثناء الشجار خطوة قد تتخذ منحني وشكل آخر فاحذر من استخدام حس الدعاية والسخرية في الاوقات الجدية والحساسة.
- أنت دائمًا تفعل هكذا: نادرًا ما تكون العبارات التي تبدأ بهذه الكلمات صحيح، وتشعر الطرف الآخر بالتقدير وعدم تقدير المجهود الذي يبذله للتغيير.
- أنت لا تفهم ولا تشعر: مهما كان مستوى الشجار بينكما فلا ينبغي أن يصل إلى تبادل الشتائم والإهانة اللفظية واعشار الطرف الثاني انه لا يفهمك ويشعر بك ولا يدرك. الإحترام بينكما هو اهم عامل لنجاح الزواج ونخطي الخلافات والمحافظة على العلاقة الجيدة.
- كان يجب أن أسمع لتحذيراتهم بشأنك: لا يجب إدخال أي طرف ثالث في النقاش أثناء الخلاف. هذا الامر يدل ان رأي الآخرين يهمك ويفعل بك وحتى بعد المصالحة لن ينسى شريك حياتك فكرة انه يوجد طرف ثالث يحمل عنه أفكاراً سلبية ويعلمك عليه.
- فلان أفضل منك ويفعل هكذا: اسوء ما في الامر هو مقارنة شريكك بشخص ثانٍ وبزوج/ زوجة فلانة مثلاً وانه افضل منه يقوم بأمور افضل منه لشريكه واسرتها، هذه الطريقة تزيد من حدة الخلافات.