

9 نصائح للمشاجرة العادلة بين الحبيبين

تحدث الكثير من المشاجرات، الخلافات، المشاكل والنزاعات المختلفة والبسيطة والسخيفة بين الحبيبين، وهذا أمر طبيعي جدًا يحدث بين كل حبيبين في إطار العلاقة، فإن لم تحدث هذه الأمور فيوجد شيء خاطئ بالتأكيد!

فلا تخلو أي علاقة، سواء عاطفية أو خطوبة أو زوجية، من المشاجرات البسيطة والتي من الممكن أن تتفاقم وتكبر حدتها في حال لم يتم التعامل معها بطريقة ناضجة والقضاء عليها. تبدأ المشاجرة الصحية والطبيعية بالتعاطف.

فعلى الرغم من حدوث هذه الشجارات فأنت بالنهاية تتشاجر مع شريك حياتك وحبيبك. لذا، من الضروري أن تغير عملية المشاجرة بأسلوب يساعد على التعامل مع هذه القضية، للتمكن من إيجاد حل وسط، وحدث مشاجرة عادلة ومنصفة، لا تسبب بدمار العلاقة مع الوقت.

اليكم أبرز النصائح التي تساعد على حدوث مشاجرة منصفة:

- التأكد والإعتراف أنه لا يوجد أحد مثالي وكامل.
- العثور على مكان محايد لحصول المشاجرة.
- الإستماع الى حبيبك ببساطة وصدق.
- التمتع بالمرونة والحرص على فتح قلبك.
- كن صادقًا.
- الحرص على عدم المشاجرة عندما تكون جائعًا أو غاضب أو متعب أو مشغول بالذهن.
- الابتعاد عن مهاجمة الحبيب شخصيًا.
- الحرص على عدم تحليل تفكير شريك حياتك.
- طلب المشورة المهنية المحترفة، في حال أصبحت المشاجرات تخرج عن المعقول وعن السيطرة.