

4 ข้อห้าม...ยามเกิดปัญหาในชีวิตคู่

นำเสนอเมื่อ : 18 เม.ย. 2552

เป็นเรื่องปกติ...หากว่าคนสองคนที่ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันต้องมาขัดแย้งมีปากเสียงกันบ้างก็เพราะว่าแต่ละคนนั้นมีพื้นฐานในการเติบโตและเรียนรู้สิ่งต่างๆมาไม่เหมือน....มาดูกันว่าสิ่งที่ไม่ควรปฏิบัติยามเกิดปัญหาในชีวิตคู่มิอะไรบ้าง ทั้งนี้ก็เพื่อการแก้ปัญหาชีวิตคู่อย่างถูกวิธีและราบรื่นค่ะ



1. ห้ามคุยกันตอนมีอารมณ์

สิ่งหนึ่งเมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้น เราต้องยอมรับความจริงว่า อารมณ์จะตามมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ การแก้ปัญหาตอนมีอารมณ์ จะไม่มีทางแก้ปัญหาให้ลุล่วงเลยผ่านไปได้ด้วยดีอย่างแน่นอน วิธีแก้ คือ เมื่อต้องสนทนาเพื่อแก้ปัญหากับคู่ชีวิตของเราแล้ว ไม่ว่าใครเกิดมีอารมณ์ขึ้นมา อีกฝ่ายต้องระงับอารมณ์อย่าให้มีขึ้นมาเหมือนกัน ต้องเป็นดั่งน้ำกับไฟที่จะสามารถประคองชีวิตรักร่วมกันต่อไปได้ เอาไว้อารมณ์เย็นลงแล้วค่อยกลับมาคุยกันใหม่จะดีกว่าค่ะ



2. ห้ามคุยกันแบบหุทวนลม

เมื่ออารมณ์ของทั้งคู่คลายลงแล้ว ก็ทำให้สบายค่อยๆ หันหน้าเข้าหากัน พูดจากันอย่างเข่าอกเขาใจซึ่งกันและกัน อย่าทำเป็นรับปากไปส่งๆ แบบว่าหุทวนลมซะงั้น ... อันนี้บอกได้เลยว่าไม่ช้าไม่นานอารมณ์ที่กำลังสงบๆ ก็อาจจะพุ่งพุลานขึ้นมาได้อย่างไม่ทันตั้งตัว ทางที่ดีอย่าท้อใจกันเด็ดขาด เมื่อแล้วไปแล้วก็ให้มันแล้วไปจะดีกว่า หันหน้าเข้าหากันร่วมมือกันแก้ปัญหาชีวิตคู่จะได้ยืนยาว



3. ห้ามตัดสินใจกะทันหัน

จำเอาไว้อย่างหนึ่งว่า .. ทุกครั้งที่ทะเลาะกันอย่าปากเปราะนี่จะพูดอะไรก็พูดออกมาโดยไม่คิดหน้าคิดหลัง อย่าหลุดคำว่า "หย่า" ออกมาเด็ดขาด เพราะในขณะที่คุณพูดนั้นมันมาจากอารมณ์แห่งความน้อยใจ เมื่อตัดสินใจไปแล้วคุณอาจจะต้องมานั่งเสียใจภายหลังก็เป็นได้ ทางที่ดีควรมีเวลาคุยกันมากขึ้น อย่าเพิ่งตัดสินใจทันทีถึง "ทางออก" ที่หาได้ในขณะนั้น เพราะมันอาจไม่ใช่ทางออกที่ดีที่สุดก็ได้



4. ห้ามเอาความคิดตัวเองเป็นใหญ่

โดยปกติธรรมดา เมื่อคนเรามีปัญหาขึ้นมา ก็มักจะคิดถึงแต่แง่มุมของตนเอง มักจะลืมฟังเหตุผลของอีกฝ่าย ลองนึกถึงใจเขาใจเราบ้าง นอกจากจะต้องคิดถึงอีกฝ่าย คุณทั้งคู่ต้องคิดถึง "ลูก" ด้วย (ถ้ามี) เพราะการตัดสินใจใดๆ ของเราย่อมเข้าไปมีส่วนเป็นผลกระทบบต่อลูกบ้างไม่มากก็น้อย เมื่อทั้งคู่หันมาคิดถึงลูกเมื่อเกิดปัญหาชีวิตคุณ อะไรๆ ก็อาจจะดูง่ายเขาต่อการแก้ปัญหา

4 ข้อห้ามนี้ คุณสามารถนำกลับไปตั้งใจใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี อย่าลืมนะว่า เรื่องนี้ไม่ใช่แค่คนสองคน แต่นั้นหมายรวมไปถึงลูกน้อยตาต่างๆ ที่กำลังจ้องมองพ่อแม่ตัดสินใจแก้ปัญหาที่อยู่ด้วยค่ะ ...

อ่านดูแล้วมีเหตุผล อยู่บนพื้นฐานความเป็นจริงที่พิสูจน์ได้ เก็บเอามาฝากค่ะ...



ที่มา : Woman's Story