

## เทคนิคการดูแล...รักษาใจซึ่งกันและกัน

นำเสนอเมื่อ : 3 พ.ค. 2552



## เทคนิคการดูแล...รักษาใจซึ่งกันและกัน

### For Him

• เขียนโน้ตใส่กระดาษแผ่นเล็กๆ ว่า ‘คิดถึง’ ให้เห็นบ้าง

- หาเพลงรักซึ้งๆ ให้เขาแล้วหยอกว่าเป็นเพลงสำหรับเขาคนเดียว
- การ์ดแฮนด์เมดฝีมือตัวเอง
- ขับรถให้เขานั่งสักวัน
- ลองเรียกเขาว่า ‘ที่รัก’
- หลังเลิกงานลองนวดคลายเมื่อยให้เขาบ้าง
- ทำตัวเป็นแคดดี้สาวไปตีกอล์ฟเป็นเพื่อนเขา
- มองตาเขาและบอกรักแบบจริงจังสุดๆ
- ต่อโมเดลรถให้เขาสักคัน
- ส่งดอกไม้ให้เขาบ้างนานๆ ครั้ง
- ทำพาวเวอร์พอยท์ข้อความสารภาพรักน่ารักๆ ส่งให้เขา

• วาดการ์ตูนบอกรักเขาสั้นๆ ติดไว้ที่เสื้อเชิ้ตตัวโปรด

- ดูแลในวันที่เขาป่วย
- ชงกาแฟร้อนๆ ให้เขาสักแก้ว
- เวลาเขากำลังงานยุ่ง ลองถามว่า เหนื่อยมั๊ยคะ หรือมีอะไรให้ช่วยมั๊ย

### For Her

- เซอร์ไพรส์เธอด้วยดอกไม้ในโอกาสพิเศษ
- อดใจรอน้ำรักที่เคยทำตอนจีบกันใหม่ๆ ลองหยิบมาใช้บ้าง

- หาเวลาพาเธอไปเดินเนอร์แบบโรแมนติก
- ถ้าต้องอยู่ห่างกันหลายวัน ลองเขียนจดหมายรักถึงกัน
- แต่งเพลงสดๆ ให้เธอฟัง หรือเป่าเทียนเค้กวันเกิดให้เธอ
- เป็นเพื่อนเธอไปช้อปปิ้ง
- กระซิบบอกรักเบาๆ ระหว่างดูหนัง
- ลองถ่ายรูปมุมสวยๆ ให้เธอเวลาไปสถานที่ต่างๆ
- ส่งไปสการ์ดคิดถึงถ้าคุณต้องเดินทางไปต่างสถานที่
- โทรศัพท์ไปหาแล้วพูดสั้นๆ ว่า “ผมรักคุณ”
- นวดเบาๆ ให้เธอบ้าง

- รวมภาน่ารักแล้วจัดให้เธอในวันเกิด

- หมั่นโทรฯ ถาม และดูแลเวลาเธอไม่สบาย
- ถ้าคุณงานยุ่งมาก ลองหาจิ้งหะกลางวันอยู่กับเธอ 1 วันเต็มๆ
- จำวันสำคัญของเธอได้