



## ۱۰. موضوع برای گفتگو با همسر وقتی حرفی برای گفتن ندارید

چیزهای کمی در زندگی هست که انجامشان توام با استرس خواهد بود: اولین کارتان، گرفتن گواهینامه، فارغ‌التحصیل شدن و البته حرف زدن با عشقتان.

سلامت نیوز: چیزهای کمی در زندگی هست که انجامشان توام با استرس خواهد بود: اولین کارتان، گرفتن گواهینامه، فارغ‌التحصیل شدن و البته حرف زدن با عشقتان. اصلاً با عشق زندگی‌تان باید درباره چه حرف بزنید؟ مطمئناً دوست ندارید حرف زدنتان حوصله‌اش را سر ببرد ولی حتماً نمی‌خواهید که متوجه به هم خوردن عصبی دندان‌هایتان هم بشود. نگرانی‌هایتان را کنار بگذارید و عادت‌های عصبی‌تان را با این ۱۰ موضوع گفتگو به کلی کنار بگذارید.

۱. او

به گزارش سلامت نیوز به نقل از سایت مردمان، می‌دانید آدم‌ها دوست دارند همیشه و در هر شرایطی درمورد چه موضوعی صحبت کنند؟ خودشان! اینکار نه تنها به او نشان می‌دهد دوست دارید بیشتر درموردش بدانید، بلکه زمان زیادی او را مشغول حرف زدن می‌کند و شما لذت می‌برید. پس از خودش بعنوان یک موضوع استفاده کنید. با پرسیدن سوالات کلیشه‌ای مثل «امروز حالت چگونه؟» یا سوالات بزرگتری مثل «بزرگترین هدف زندگی‌ت چیه؟» شروع کنید. صدها سوال وجود دارد که می‌توانید امتحانشان کنید.

۲. علایق مشترک

اگر بین شما دو نفر علاقه مشترکی وجود دارد می‌توانید درمورد این موضوع خاص صحبت کنید. مطمئناً بحث لذت‌بخشی هم خواهد بود. البته زمانی اینکار را بکنید که علاقه مشترکی بین‌تان وجود داشته باشد و اگر نمی‌دانید که علاقه مشترکی دارید یا نه آنوقت باید کمی درموردش تحقیق کنید. این شما را به موضوع شماره ۱ یعنی پرسیدن از علایقش می‌رساند.

۳. علایق او

خوب، تصور کنید که او عاشق موتورسواری است و این موضوع برای شما به هیچ عنوان جذاب نیست. هیچ اشکالی ندارد! باز هم می‌توانید از آن بعنوان یک موضوع گفتگو استفاده کنید. این کار شما به او نشان می‌دهد که باینکه به آن موضوع علاقه‌مند نیستید باز هم برای علاقه‌مند شدن به آن و دانستن بیشتر درموردش تلاش می‌کنید.

۴. اتفاقات اخیر

وقتی هیچ موضوعی برای صحبت کردن ندارید، آسانترین کار چیست؟ البته اتفاقات روزمره. به یکی از جالبترین اتفاقات اخیر در دنیا اشاره کنید. می‌تواند موضوعی جدی باشد که در اخبار شنیده‌اید یا موضوعی خنده دار که در یک شوی تلویزیونی دیده‌اید.

۵. آب و هوا

مطمئناً منظورمان این نیست که بپرسید، «بیرون هوا چگونه؟» به هیچ عنوان این کار را نکنید چون شبیه به یک فرد حوصله‌سرب‌بر به نظر خواهید رسید که هیچ حرفی برای گفتن ندارد. به جای گفتن حرف کلیشه‌ای مثل این، مثلاً اگر بیرون هوا خیلی گرم است هوشمندانه بگویید، «این گرما واقعاً مسخره است! واقعاً دلم یه بستنی می‌خواد!» که با گفتن این می‌توانیم امیدوار باشیم که با هم برای خوردن بستنی بیرون بروید یا حداقل مکالمه‌ای بین‌تان شروع شود.

## ۶. تجربیات زندگی

می‌توانید گفتگو را با تعریف کردن بعضی از جالب‌ترین و بامزه‌ترین خاطراتی که در زندگی داشته‌اید راه بیندازید و این احتمال هم وجود دارد که بعد از آن صحبت به اتفاقات مهمی که در طول زندگی‌تان رخ داده است برسید. در هر دو حالت، تعریف کردن تجربیات زندگی موضوع فوق‌العاده‌ای است چون هیچ انتهایی ندارد.

## ۷. تحسین و تمجید

شما از اینکه یک نفر ازتان تعریف کند خوشتان نمی‌آید؟ مطمئنم هیچکس وجود ندارد که بدش بیاید. تحسین دیگران نه تنها حس خوبی می‌دهد بلکه شروع‌کننده خوبی برای گفتگو است. می‌توانید با گفتن اینکه پیراهن جدیدش چقدر به او می‌آید شروع کنید و بعد بپرسید آن را از کجا خریده است و بعد بگویید که آنجا یکی از فروشگاه‌های محبوب شماست. می‌بینید؟ یک تعریف کردن ساده شما را به یک علاقه‌مشرک هدایت کرده و وارد یک مکالمه طولانی‌تان می‌کند. و مطمئن باشید کنار این احساسی فوق‌العاده به او داده‌اید!

## ۸. هر چیز خنده‌دار

شوخ‌طبعی یک ویژگی اخلاقی است که معمولاً همه از آن خوششان می‌آید. پس چطور است که با یک موضوع خنده‌دار به طرفتان نشان دهید که موجود جالب و بامزه‌ای هستید؟ می‌توانید با تعریف کردن یک جوک خنده‌دار که قبلاً شنیده‌اید شروع کنید یا یک موضوع خنده‌داری را مطرح کنید که چند وقت پیش در تلویزیون شنیده بودید. نکته اینجاست که او را بخندانید. مطمئناً او هم چیزهایی برای اضافه کردن به موضوعات خنده‌دار شما خواهد داشت و به همین ترتیب کل بعدازظهر را کنار هم خوش خواهید گذراند!

## ۹. کار/دانشگاه

اگر با هم همکار هستید یا به یک دانشگاه می‌روید، این موضوع خاص برایتان آسان‌ترین موضوع خواهد بود. می‌توانید درمورد محیط کارتان یا چیزهایی درمورد کارتان که از آن خوشتان یا بدتان می‌آید حرف بزنید. می‌توانید درمورد سخت بودن تکلیف هفته گذشته صحبت را شروع کنید، همین حرف ساده می‌تواند شما را به گفتگویی عالی درمورد اینکه تا ۵ سال آینده چه کارهایی می‌خواهید بکنید بکشاند.

## ۱۰. سوالات

از هر چه بگذریم بالاخره به سوال کردن‌ها می‌رسیم. شما از کسی خوشتان آمده است، پس احتمالاً چیزهای زیادی درمورد او نمی‌دانید. هیچ راهی برای شناختن یک نفر بهتر از این نیست که از خودش سوال بپرسید. علاوه بر اینکه ۹۹٪ از آدم‌ها جواب دادن به سوال درمورد خودشان را دوست دارند. این باعث می‌شود احساس خاص بودن کنند. از او بپرسید گروه موزیک موردعلاقه‌اش کدام است، شغل آرزوهایش چه بوده یا خیلی ساده، اینکه آخر هفته می‌خواهد چکار کند. این سوال‌ها بحث فوق‌العاده‌ای را بینتان شروع می‌کند.

شما چه موضوعاتی را برای حرف زدن با کسی که از او خوشتان آمده، پیشنهاد می‌کنید؟ با ما در میان بگذارید!