

شگردهای قدم نزدن روی اعصاب خانمها



وقتی حرف از رابطه زن و مرد پیش می‌آید، بزرگرایی برای سوءتفاهم‌های پی‌درپی گشوده می‌شود. حتی اگر از کلمات درستی استفاده شود، با اصواتی همراه است که معنی آنها را دگرگون می‌کند. تصور کنید فرزندان کار اشتباهی کرده و او را وامی دارید که عذرخواهی کند.

وقتی حرف از رابطه زن و مرد پیش می‌آید، بزرگرایی برای سوءتفاهم‌های پی‌درپی گشوده می‌شود. حتی اگر از کلمات درستی استفاده شود، با اصواتی همراه است که معنی آنها را دگرگون می‌کند. تصور کنید فرزندان کار اشتباهی کرده و او را وامی دارید که عذرخواهی کند. بالاخره او این کار را خواهد کرد، اما با لحنی به شما می‌گوید خوب ببخشید که انگار جمله: «به جهنم، شرت را کم کن» داخل آن پنهان شده است. به هر حال این جمله شما را راضی نخواهد کرد. آقایان! شما حتی اگر تلاش نکنید همسران را عصبانی، ناراحت یا جلوی دیگران شرمسار کنید، اصواتی که به کلمات خود متصل می‌کنید براحتی این کار را خواهد کرد. خواهی نخواهی طرز حرف زدن آقایان و خانم‌ها متفاوت است. نمی‌خواهم بگویم آقایان مودب نیستند، اما هر چه هست، وقتی می‌خواهند مودب باشند به هم تذکر می‌دهند که یک خانم در جمع است. اگر اکنون به دلیل برخی اعصاب خردی‌های همسران پی برده‌اید، می‌توانید کلمات یا لحن خود را بهبود بخشید.

چقدر خسته به نظر می‌آیی!
فراموش نکنید زن عروسک نیست. زن هم حق دارد گاهی خسته و به هم ریخته باشد. مثل شما یا هر کس دیگر. این حرف به آنها می‌گوید که در وضعیت اقتضای هستند و حتی اگر در موقعیت جسمی و ذهنی نامناسب، بیماری یا خستگی به سر می‌آورند، لازم است به سر و وضع خود رسیدگی کنند و آراسته و پیراسته ظاهر شوند. این حرف شما روی اعصاب قدم زدن است.

آرام باش، شلوغش نکن
شما با محبت این حرف را بگویید یا نه، فرق زیادی نمی‌کند. معمولاً قیافه‌تان شبیه رام‌کننده یک اسب می‌شود. این کلمات هم می‌تواند آرامش‌بخش و هم تحریک‌کننده خشم. انگار می‌خواهید طرف مقابل را با یک بالش خفه کنید که صدای فریادش به گوش نرسد. اگر همسر شما هم وقتی این کلمات را می‌شنود اعصابش بیشتر به هم می‌ریزد، بهتر است هنگام مشاجره با همسران از این کلمات شفاف‌بخش استفاده نکنید و از او بخواهید در حالی که دستش در دست شماست، شمرده شمرده و طوری که خوب متوجه شوید، برایتان تعریف کند چه اتفاقی افتاده است. حتی نکات غیر واضح را از او بپرسید و بگذارید یک دل سیر در مورد دل‌پری‌های صحبت کند. می‌بینید که بزودی آرام می‌شود.

همه شو خورده!
ای بابا! نوش جانش. این جمله که گفتن ندارد، خصوصاً اگر همسران مدتی را در رژیم به سر برده باشند. نیره تقوی، متخصص تغذیه توصیه می‌کند: هیچ وقت کسانی را که رژیم می‌گیرند، زیر نظر نگیرید و در مورد خوردن و نخوردنش به آنها احساس گناه ندهید. برخی افراد ممکن است در اثر این موضوع دچار احساس گناه از خوردن شوند که خود نوعی بیماری است یا پنهان خواری پیشه کنند که آن هم مشکل دیگری است.

باز چی شده!
با این جمله به همسران می‌گویید برای شنیدن چیزی که می‌خواهد به شما بگوید علاقه چندانی ندارید، از بحث‌هایش خسته شده‌اید و قصد برقراری ارتباط با او را ندارید. دکتر محمد صارمی، متخصص ارتباطات می‌گوید: در روابط زناشویی، هر کلام و صوتی که رد و بدل می‌شود، یک کد ارتباطی است که اگر درست خوانده نشود، جلوی برقراری ارتباط را می‌گیرد و ادامه یافتن این نوع برخوردها می‌تواند عمق عاطفی یک رابطه را کاهش دهد و در نهایت به قطع رابطه بینجامد.

چه خوشگل شدی، وزن کم کردی!
پس این علامت‌های عاطفی را جدی بگیرید و اجازه ندهید به خشم و دلخوری منجر شود. قبلاً گفتیم نکوید خسته به نظر می‌آید. لابد تعجب می‌کنید که چرا نباید بگویید که خوب به نظر می‌آید، رسی. دلیلش جمله‌ای است که در ادامه می‌آید و این پیام را می‌رساند که پیش از این قیافه و هیكل ناخوشایند او را تحمل می‌کردید. لازم نیست او را حتی با خودش مقایسه کنید. می‌توانید بگویید چقدر خوشگل شده یا روز به روز زیباتر و جوان‌تر می‌شود. حتی می‌توانید این جمله را هرچند وقت یک بار بگویید که غیرطبیعی به نظر نرسد.

این مناسب سن تو نیست
فرقی نمی‌کند که همسر شما چند سال دارد. همیشه باید سعی کنید دخترک شاداب و سرزنده وجودش را در او زنده نگه دارید و نگذارید جایی پشت مسئولیت‌های سنگین خود بالغ و باید و نباید شخصیت والد وجودش از بین برود.

هیچ زنی خوشش نمی‌آید که وقتی دارد برای رفتن به یک مجلس زنانه یا خرید، لباس یک رنگ شاد و سرزنده را انتخاب می‌کند، همسرش از راه برسد و به او تذکر بدهد که آنقدر جوان نیست که رنگ شاد بپوشد. خیلی از خانم‌ها اگر منع اطرافیان نباشد، حتی در 80 سالگی دوست دارند دست‌کم در خانه

لباس‌های با رنگ‌های شاد و گل‌های زنده و خوشرنگ بپوشند که چهره‌شان را شاداب‌تر کند. اگر می‌خواهید محبوبیت خود را حفظ کنید و توی ذوق همسران نزنید، به او نگوید که لباس‌های تیره و ساده که جذابیتی ندارند، مناسب اوست.

پولت را به رخم نکش
وقتی همسران بیرون از خانه کار و پولش را برای مخارج خانواده هزینه می‌کنند، باری از دوش شما برمی‌دارد و کاری می‌کند که وظیفه رسمی‌اش نیست. حتی اگر طوری که اغلب مردان می‌گویند، آن را خرج رخت و لباس و آرایش خودش می‌کند باز هم دارد به شما کمک می‌کند، زیرا تامین همه آنها

بر عهده شماست. اگر همسران درباره سهمی که در تامین مخارج خانه دارد، صحبت کرده است، به جای این که بگوید پولت را به رخم نکش و تو که هرچه درمی‌آوری خرج خودت می‌کنی، فکر کنید و ببینید کجای زندگی او را ندیده گرفته‌اید که ناچار شده یادآوری کند.

منصفانه رفتار کنید و به او بگویید، در آمدش حتی اگر ناچیز است نشانه احساس مسئولیتی است که درباره خانواده دارد و شما همه زحمات او را می‌بینید و حرفی که زده‌اید به خاطر ندیده گرفتن یا ناسپاسی نیست.

خواهید دید که همه چیز راحت‌تر حل می‌شود. حرف آخر این که اگر نکته‌سنج باشید، خودتان می‌توانید راه‌حل‌های بیشتری بیابید و

پیشنهاد کنید.
ماندانا ملاعلی