



وقتی همسرتان عصبانی است، این 9 رفتار را انجام ندهید

دعوا و مشاجره بین همسران، گاهی پیش می‌آید و تقریباً غیرممکن است که بین یک زن و شوهر، اختلاف نظری پیش نیاید.

خراسان نوشت: دعوا و مشاجره بین همسران، گاهی پیش می‌آید و تقریباً غیرممکن است که بین یک زن و شوهر، اختلاف نظری پیش نیاید. اما مهم این است که شورش را در نیاورند و یک مسئله قابل مدیریت را به بحرانی پر هزینه برای خود، همسر و خانواده شان تبدیل نکنند. به رایج ترین رفتارهای اشتباه بعضی زن و شوهرها در زمان عصبانی شدن طرف مقابل اشاره شده است. پیش کشیدن موضوعات گذشته

گاهی زن و شوهر هنگام دعوا برای این که قافیه را نیازند، بحث‌ها و موضوعات ناخوشایندی را که الان وجود ندارد، پیش می‌کشند و اوضاع را بدتر می‌کنند. یادتان باشد موضوعات گذشته تمام شده و شما الان فقط باید راجع به مشکل فعلی تان صحبت کنید.

خشونت فیزیکی

هنگام مشاجره معمولاً افراد بدترین جنبه شخصیت خود را نشان می‌دهند. برخی برای این که ثابت کنند حق با آن هاست، بدترین تصمیم را می‌گیرند و شروع به کتک کاری می‌کنند. در این مواقع به یاد داشته باشید که درد فیزیکی ممکن است سبب شود همسرتان احساس و علاقه‌ای را که به شما داشته، فراموش کند و به لحاظ قانونی وارد عمل شود.

حرف طلاق را پیش کشیدن

هنگام مشاجره، حرف طلاق را پیش کشیدن باعث توهین بیشتر به همسر و جریحه دار کردن احساسات او می‌شود؛ بنابراین توصیه می‌شود چه شوخی و چه جدی، هیچ وقت زن و شوهر چنین مسئله‌ای را به خصوص در زمان جروبیت هایشان مطرح نکنند.

ترک کردن خانه در زمان مشاجره

بیرون رفتن از منزل در زمان مشاجره یا دعوا به همسرتان نشان خواهد داد تا چه اندازه از بودن با او زیر یک سقف احساس ناراحتی می‌کنید و البته دلیل منطقی برای دفاع از رفتار یا گفتار خودتان ندارید. این کار حتی سبب می‌شود همسرتان درباره بلوغ فکری تان شک کند که تا حدودی هم حق خواهد داشت. در این شرایط بهتر است بگویید نمی‌خواهم الان درباره اش صحبت کنم بنابراین نیاز دارم تنها باشم و به جای ترک منزل به اتاق دیگری بروید.

با خبر کردن فامیل و اطرافیان

با خبر کردن اعضای خانواده و فامیل از مشاجره‌ها، یکی از اشتباهات رایج بعضی زوج‌هاست. با وارد کردن خانواده به دعوی خودتان یک بحث معمولی ممکن است به آشفتگی خانوادگی تبدیل شود و شما بعد از مدتی روال عادی زندگی را در پیش بگیرید، ولی در نگاه دیگران کوچک شده‌اید و چه بسا دانستن آنان به نفع تان نباشد و بعدها علیه خودتان یا همسرتان شود. بهتر است بپذیرید این دعوا به خودتان دو نفر مربوط است که یا خودتان باید حلس کنید یا از مشاور کمک بگیرید.

مقابله به مثل کردن

متأسفانه عده‌ای از زوج‌ها طرف مقابل خود را همسر نمی‌بینند بلکه یک دشمن قسم خورده تصور می‌کنند که باید در جر و بحث، او را شکست دهند! هر کار نادرست او را سعی می‌کنند عیناً تلافی کنند و کم نیاورند. این کار فقط آتش این خشم را شعله‌ورتر می‌کند. همچنین گاهی زن و شوهرها نقطه ضعف همسر خود را می‌دانند و موقع مشاجره دست روی آن می‌گذارند و همسر خود را تحقیر می‌کنند. در این بین باید توجه داشت که بعد از مدتی مشکل حل می‌شود، ولی زخمی که به روح همسر خورده تا مدت‌ها باقی می‌ماند.

توهین به خانواده‌های یکدیگر

اگر موقع بحث خودتان و بدون دلیل شروع به فحاشی و توهین به خانواده همسر می‌کنید، این رفتارتان دردسر ساز خواهد شد. مسلماً طرف مقابل برای این که خشم خود را خالی کند، همان کار شما را با خودتان انجام می‌دهد. در

موقع بحث بهتر است فقط و فقط درباره مشکل کنونی بین خودتان صحبت کنید نه کسانی که الان نیستند یا ربطی به مشکل شما ندارند.

تهدید به خودکشی

تعداد کمی از زوج ها موقع بحث و مشاجره تهدید به خودکشی می کنند یا حتی ممکن است یک تیغ یا چاقو در دست بگیرند و وانمود کنند که الان خودکشی می کنند و ...، اما این کار هم اشتباه بزرگی است. بهتر است بدانید این کار یکی از خام ترین کارهای ممکن است که شما را در نگاه همسران، یک فرد ضعیف نشان خواهد داد. اگر مشکل دارید باید حلس کنید، اما نه با تهدید به مرگ که فقط جو را متشنج تر می کند.

مظلوم نمایی جلوی فرزندان

در حضور فرزندان دعوا کردن و مظلوم نمایی جلوی آن ها، تاثیرات بدی روی روان و شخصیت آن ها خواهد گذاشت. متأسفانه بعضی زوج ها این اشتباه را می کنند و با کشاندن پای بچه ها وسط دعوی خودشان به آن ها آسیب جدی روانی وارد می کنند. یادتان باشد دعوی شما ربطی به فرزندان تان ندارد. بهتر است بگذارید وقتی حضور ندارند، بحث خودتان را دنبال کنید و جلوی بچه ها، ماجرا را کش ندهید.