கத்தாதீர்கள் ... கவனியுங்கள் ...!
Friday, 30 December 2011 07:33

கத்தாதீர்கள்...
கவனியுங்கள்..

கத்தாதீர்கள் ... கவனியுங்கள் ...!

நெருங்கிய உறவான கணவன் - மனைவிக்கிடையே வார்த்தைகள் தடிப்பதற்கும், பிரச்சினைகள் வெடிப்பதற்கும் சூழல் ஒரு முக்கியக் காரணமாகிறது. எந்தெந்தச் சூழலில் எப்படி நடக்கலாம் என்பதற்கான சில ஆலோசனைகள் இங்கே..

சூழ்நிலை 1 : அலுவலகத்தில் அன்று உங்களுக்குப் போதாத வேளை. அதே வெறுப்புடன் வீட்டுக்கு நீங்கள் வருகிறீர்கள். துணையிடம் அந்தக் கோப வெறுப்பைக் காட்டுகிறீர்கள்.

ஏன் இப்படி ..? : அலுவலகப் பணியில், தொழிலில் ஏற்படும் எந்த நெருக்கடியும் உறவுகளில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். ஒவ்வொரு மனிதனும் தனது அலுவல் ரீதியான மனநிலையிலிருந்து உடனடியாகத் தனிப்பட்ட வாழ்க்கைக்கான மனநிலைக்கு மாற வேண்டியுள்ளது.

என்ன செய்ய வேண்டும் ? உங்கள் துணைவரின் வேலையைப் பற்றி எல்லாம் உங்களுக்குத் தெரியும் என்று நினைத்துக்கொண்டு கருத்துகளைக் கூறாதீர்கள். துணை உங்களிடம் காரணமின்றிக் கோபப்பட்டாலும் நீங்கள் பதிலுக்குக் கத்தாதீர்கள். மாறாக அமைதியாகக் கவனியுங்கள். ஒருவேளை அவர் (அவள்) தனது வேலையை பாதுகாப்பில்லாமல் உணரலாம். நீங்களாக முன்கூட்டியே முடிவு கூறாமல் துணைவரை மனந்திறந்து பேச ஊக்குவியுங்கள். நீங்கள் சில நேரங்களில் `உம்மணாம் மூஞ்சி'யாகவோ, ஆர்வமில்லாமலோ இருப்பது போலத்தானே உங்களின் துணைவரும் இருப்பார்?

1 / 3

கத்தாதீர்கள் ... கவனியுங்கள் ...!
Friday, 30 December 2011 07:33

□ **சூழ்நிலை 2 :** உங்களின் நெருக்கடியான சூழல் காரணமாக `ரொமான்ஸுக்கு' சிறிதளவே நேரம் கிடைக்கலாம். அந்தச் சிறிது நேரத்தையும் நீங்கள் சண்டையில் கழிக்க நேரலாம்.

□ **ஏன் இப்படி ...? :** இன்றைய உறவுகளில் நெருக்கத்தைக் குறைப்பதில், குலைப்பதில் நேரத்துக்கு ஒரு முக்கியப் பங்குண்டு. நீங்கள் அலுவலகம் முடிந்து வீட்டில் இருக்கும் 2- 3 மணி நேரத்தில் உங்கள் குழந்தையுடன் விளையாட வேண்டும் அல்லது பிள்ளைகளுடன் பேச வேண்டும், டி.வி. பார்க்க வேண்டும், கணவன் அல்லது மனைவி சொல்பவற்றுக்குக் காது கொடுக்க வேண்டும், பின்னர் படுக்கை அறையிலும் நேரத்தைச் செலவழிக்க வேண்டும். இப்படி அடுத்தடுத்து நெருக்கடி.

□ **என்ன செய்ய வேண்டும் ? :** வெளியிலிருந்து துணைவர் வந்த முதல் அரைமணி நேரத்துக்குள் பிரச்சினை எதையும் பேசக் கூடாது. அவரது மனஅழுத்தத்தை அதிகரிக்கும் வகையில் கோரிக்கைகள், வேண்டுகோள்களை அடுக்கக் கூடாது. நீங்கள் தீவிரமாகக் குற்றஞ்சாட்டத் தொடங்கும்போது உங்கள் துணைவர் தன்னைத் தற்காத்துக்கொள்ளும் முயற்சிகளில்தான் ஈடுபடுவார். சிறு உரையாடலே பெரிய சண்டையாக மாறலாம். பழைய விஷயங்களைத் தோண்டித் துருவி குற்றம் கூறாதீர்கள். அதனால் பயனேதும் இல்லை. உங்கள் துணைவர் `ரிலாக்ஸ்' ஆவதற்கு நேரம் கொடுங்கள். இருவரும் டீ, காபி அருந்தியபடி இதமாகப் பேசுங்கள்.

□ **சூழ்நிலை 3 :** உங்கள் கணவன் அல்லது மனைவியின் சொந்தக்காரர்களுடன் உங்களால் ஒத்துப் போகமுடியாமல் இருப்பது. உங்கள் துணைவர் உங்களை விட அவர்களுக்குத்தான் அதிக முக்கியத்துவம் அளிக்கிறார் என்று எண்ணுவது.

□ **ஏன் இப்படி ...? :** தம்பதிகளுக்கு இடையே பிளவு, பிரச்சினை ஏற்படுவதற்குச் சில நேரங்களில் இரு வீட்டார் அல்லது உறவினர்களே காரணமாக அமைகின்றனர். அவர்கள் எப்போதும் தங்கள் நலன்களைத் தற்காத்துக் கொள்ளவே விரும்புவார்கள். அதுவே தம்பதிகளுக்கு இடையே உரசலுக்கு வித்திட்டு விடுகிறது.

□ **என்ன செய்யவேண்டும் ?** உங்கள் அம்மா அல்லது மாமியார் சொல்லும் அனைத்தையும் நம்பாதீர்கள். ஒரு பக்கக் கருத்தை மட்டும் கேட்டுவிட்டு ஒரு முடிவுக்கு வராதீர்கள். உறவினர்களின் குற்றச்சாட்டுகளை நீங்கள் உங்கள் துணைவர் உடனான மோதலில் ஆயுதமாகப் பயன்படுத்தாதீர்கள். மாமனார், மாமக்யாரின் கருத்தில்,

2 / 3

கத்தாதீர்கள் ... கவனியுங்கள் ...!
Friday, 30 December 2011 07:33

செயல்பாட்டில் உங்களுக்கு உடன்பாடில்லை என்றாலும், அதற்காக அவர்களை அவமரியாதை செய்யாதீர்கள். இதமான வார்த்தைகளில் உங்களின் விருப்பமின்மை, அதிருப்தியைத் தெரிவியுங்கள்.

3 / 3