

كلمة وحدة ممكن تخرب كل شيء إنتبهي!!



كلمة وحدة تخرب كل شيء



أوقات كثير بوقت زعل أو حتى بأوقات عادية بنحكي كلام من دون ما نفكر بتوجع الطرف الآخر ونحننا
مو منتبهين وبتأثر على جودة علاقاتنا بشكل كبير ومع الوقت احتمال كبير توصل الزوجين للطلاق
الصامت أو الخرس الزوجي

فخليني بهي الخاطرة خبرك عن شوية كلمات ممنوووووع تحكيه لشريكك شو ما كان الوضع

❑ {{الكلمات إلي بتقلل من قيمته}}

"أنت دائماً غلطان"

"أنت ما بتفهم شي"

2} {{المقارنات}}

"شوف فلان كيف أحسن منك"
"ليش فلان بيعمل هيك مع أسرته وإننت لاء؟"

3} {{التذكير بالأخطاء القديمة}}

"أنت دايماً بتعمل هيك"
"أنت أبدا ما بتتعلم من غلطاتك"

4} {{السخرية أو الاستهزاء}}

"عن جد؟ هي فكرتك؟"
"شو هالحكي الفاضي؟"

5} {{الكلمات الجارحة أثناء الزعل}}

"لو ما تجوزتك كنت مرتاحة أكثر"
"أكثر شيء بندم عليه بحياتي إني عرفتلك"

6} {{الكلمات التي تنفي الجهد المبذول}}

"إننت ما بتعمل شيء أصلاً"
"أنا إلی شايلة البيت لحالي أساساً"

بدل هالكلمات جربي تعبري عن شعورك الخاص برة شريكك ✨ ✨

"أنا زعلانة من اللي صار شو رأيك نحكي لنفهم بعض"

"وقت صار كذا كذا (أنا حسيت) كذا كذا"

العلاقات ما بتقوى وبتستمر بالنقد الدائم والتركيز على الجانب السلبي جربي تغيري نظارتك وأسلوبك
مع شريكك وشوفي كيف علاقتكم بتتحسن ☐