

## كيف تكوني مستمعة جيدة لشريك حياتك ؟

عزيزتي حواء كما تحتاجين لمن يستمع لك و ينصت و يتركك تخرجين ما في جعبتك من آلام و آمال ، فكذلك هم الآخرون محتاجون. و أولهم شريك حياتك التي تكتمل به سعادتك، و لا يخفى على أي أحد أن من أكبر المشكلات التي نواجهها في حياتنا هي بسبب سوء الإنصات .

فحاجة الإنسان إلى الفهم روحيا كحاجته إلى الهواء فزيولوجيا : فالإنسان دائما في بحث عن يفهمه.

أثناء غرقنا في بحر الحياة كل ما نحتاجه هو حُضن يحتوينا بفهم ، فمن كان غارقا في البحر و قدمت له ذهابا أو ألماسا لن يلتفت إليك لأن حاجته للهواء أكثر من حاجته لما قدم له ، كذلك حبيبك مهما قدمت له و كنت شريكة غير منصتة سيبحث عن تفهمه سواء زوجة أخرى ، أو علاقة عاطفية أو أصدقاء ،،،،،

كوني مستمعة فلا تسرحي أثناء حديثه معك، أو تشغلي بهاتفك أو التلفاز أو كتاب أو أطفالك، أوقفي انشغالاتك و التفتي إلى زوجك الذي أراد أن يشاطرك أحلامه و آلامه ،و إن كنت متعبة يمكنك استئذانه بتأجيل الكلام في الموضوع لانشغالك لكن يُستحب أن تبادريه أنت لاحقا بالسؤال عن نفس الموضوع .

و لا تكوني ممن يرددون عبارة ” أنا لم أفهمه بعد ” التي اكتسحت مجتمعاتنا.

إن عدم الفهم للشخص هو بسبب عدم الإستماع له فكيف بزوجة قضت مع زوجها سنوات و لحد الآن لم تفهمه . فمتى ستفهمه ؟.

الزوجة التي لا تستمع إلى شريك حياتها جيدا ستدفع الثمن على حساب راحتها فدقائق سمع و إنصات قد تكلفها حياة مليئة بالشجار و الخصومة و ربما كان الإنفصال هو الحل إما طلاقا أو صوريا لأن كل منهما لم يفهم الآخر فلكي تحافظي عزيزتي على أمان بيتك ~ كونني مستمعة جيدة ~ .