

زوجي عصبي المزاج.. ماذا أفعل؟



12 يوليو 2018
السؤال

زوجي عصبي المزاج، وتزداد تلك العصبية يوميًا بعد يوم، لا سيما في ظل الظروف المعيشية الصعبة الحالية.

يجيب عنها محمد سعيد الجمل

أختي الفاضلة..

ما أن زوجك كان عصبيًا وأنت قبلت به على هذا الوضع.

إما أن عصبية هذه أمر جديد لم يكن موجودًا من قبل.

في الحالة الأولى يكون المطلوب منك أن تصبري على زوجك وتحمليه، ولكن تجنبي وضعه في مواقف غضب وعصبية، وبالطبع أنت تعلمين جيدًا ما يغضبه وينتج عنه من عصبية.

وفي الحالة الثانية فإن عليك معرفة الأمر الجديد الذي طرأ عليه وجعله عصبيًا وهل هو بالفعل ما تحدثت عنه من الظروف المعيشية أم أنه أمر آخر، كأن يكون في مشكلة مالية أو لديه ضغوط في العمل، أو أن البيت ليس على ما يرام من حيث النظام والنظافة وإعداد الطعام والاهتمام بالأطفال.

وأن لديه مشكلة ما مثلًا وهي مما يمكن أن يؤثر على أعصابه.

إن اعرفي سبب العصبية وعالجي الأمر مع زوجك بهدوء واجتهدي في إزالة الأسباب أكثر من الشكوى وطلب الهدوء منه.

لا تطلبي منه ما لا يطيق بل ساعديه على تقليل النفقات قدر المستطاع.

www.ikhwanonline.com/233729