

Hargai pasangan dengan perhatian



Psikologi

MENGHARGAI pasangan boleh dihitung menerusi cara tindak seseorang terhadap pasangan masing-masing. Layanan meliputi seluruh aspek seperti keperluan fizikal; emosi; pemikiran dan spiritual.

Pasangan kita bagaikan cermin. Sayangi pasangan seperti menyayangi diri sendiri iaitu harus benar-benar dihargai, dihormati, dibelai, dikasihi dan dicintai.

Semua menyukai hal-hal tersebut dan ini yang biasanya diabaikan oleh pasangan suami isteri. Sedar atau tidak, ia musuh kebahagiaan.

Selain itu, menghargai pasangan juga bermaksud memuliakan pasangan. Berhentilah merungut atau membebaskan pasangan dengan tanggungjawab yang berat bersendirian.

Wanita sering kali dikaitkan dengan emosi dan juga sifat lemah. Jika gagal membuat pertimbangan emosi, boleh mendatangkan kesan buruk dalam perhubungan. Adalah perlu bagi wanita untuk menghindari pengaruh suasana hati yang kurang baik.

Oleh itu, suami perlu memainkan peranan penting dalam mengharmonikan hati isteri. Elakkan membuat mereka tertekan kerana pendaman perasaan merupakan sifat dasar seorang wanita. Apabila hati seorang wanita tertekan perasaannya, maka mereka cenderung beremosi. Selalulah bersabar dan menjaga emosi diri anda.

Tip hargai pasangan

Tip di bawah bukan hanya ditujukan pada pasangan yang sudah berkahwin, tetapi juga pasangan yang belum berumah tangga.

1. Terima pasangan hidup anda seadanya
 Jangan cuba untuk mengubah pasangan mengikut kemahuan anda. Ingat, pasangan yang anda kahwini atau cintai itu adalah pilihan anda sendiri.

Jangan terlalu dambakan kesempurnaan. Terima segala kekurangan kerana tiada manusia yang sempurna.

Cuba fikirkan kebaikan pasangan daripada terus memikirkan kekurangan dan keburukannya.

2. Lakukan aktiviti bersama

Aktiviti bersama mampu merapatkan perhubungan. Carilah sesuatu yang boleh dilakukan bersama. Misalnya, menonton video di rumah atau menonton wayang seperti waktu bercinta dahulu.

Anda perlu berhati-hati jika lebih gemar bersama rakan-rakan. Ini adalah petanda yang tidak baik dan boleh menimbulkan rasa tidak puas hati.

3. Jujur dalam perhubungan

Jujur adalah perkara paling penting dalam perhubungan. Jangan menipu pasangan kerana ia punca perpisahan. Kejujuran yang dimaksudkan adalah kejujuran untuk mengungkap perasaan terhadap pasangan. Jika terluka, katakan terluka. Beritahulah dengan tenang tanpa perlu meninggikan suara.

4. Beri layanan terbaik sepanjang hidup

Pimpinlah tangan pasangan setelah berkahwin. Ramai pasangan cenderung untuk mengabaikan keakraban perhubungan selepas berkahwin kerana lebih tertumpu kepada keperluan keluarga atau anak-anak.

5. Kawal perasaan

Apabila marah atau ada hal yang mengganggu, cubalah bertenang dan bertanya kepada pasangan. Elakkan tuduhan melulu dan meninggikan suara kerana ia hanya membawa kepada pergaduhan. Pasangan akan menghargai jika anda bertenang dalam menghadapi sebarang situasi.

6. Ingat tarikh penting
 Manusia memang suka dihargai dan dikejutkan

dengan pemberian hadiah oleh sesiapa sahaja lebih-lebih lagi daripada orang yang disayangi. Jika suami seorang yang prihatin dan menyayangi isterinya, apalah salahnya jika dia memberikan hadiah kepada isterinya. Hadiah tidak perlu terlalu mahal.

7. Beri pujian kepada isteri

Jangan lokek memberi pujian kepada isteri dengan mengatakan dia cantik dan kemas. Pujian ini penting untuk menaikkan semangat isteri tatkala semangatnya hilang dan luntur.

Memanglah wajar isteri penat jika dia terpaksa bangun pagi seawal lima pagi bagi memastikan semuanya beres demi kemudahan suami dan anak-anak. Kemudian tidur pula paling lewat kerana sibuk menyediakan persiapan untuk esok hari.

Kesalahan-kesalahan kecil:

SUAMI

1) Terlalu dominan

Tidak semua wanita ingin menjadi penurut. Suami harus memperlakukan isteri mereka dengan adil dan saksama. Seorang suami harus selalu melibatkan isterinya dalam membuat keputusan, dan harus meminta pendapatnya dalam banyak hal.

2) Kurang menghargai

Ucapkan "terima kasih" pada pasangan anda. Perbuatan lebih berbicara banyak daripada sekadar ucapan, tetapi hal



SITI FATIMAH ABDUL GHANI (K.B.P.A)
 Kaunselor Berdaftar /
 Perunding Psikologi
 Kanak-Kanak, Remaja dan
 Dewasa
 Universiti Putra Malaysia

ini bukan alasan suami untuk tidak berterima kasih kepada isteri mereka dengan bahasa mereka.

3) Jarang memuji

Wanita suka dipuji, apalagi pujian tersebut datang daripada sang suami. Seorang suami tidak boleh mengabaikan untuk memuji penampilan sang isteri, terutama jika sang isteri melakukan ritual khusus untuk tampak menarik. Katakan pada isteri anda betapa cantiknya dia dengan rambut barunya dan katakan hal ini lebih kerap.

ISTERI

- Tidak menjaga penampilan diri
- Bersikap dingin
- Terlalu serius dan tidak manja
- Merungut atau mengungkit kebaikan yang dilakukan
- Tidak taat

Suami adalah ketua keluarga, sehingga sudah menjadi kewajipan seorang isteri untuk selalu taat kepada suaminya. Jangan keluar tanpa izinnya.

Bagaimana jadi pendengar yang baik?

Selalu mendengarkan pendapat. Jika anda membahas suatu urusan atau masalah dalam rumah tangga, jangan anda jadikan pasangan hanya sebagai pendengar dan anda adalah orang yang selalunya betul dalam membuat apa pun keputusan. Sebaiknya anda perlu mendengarkan pendapat daripada pasangan anda. Cubalah untuk mendengarkan, memahami dan menghargai serta turut adil dan mengaplikasikan sedikit pendapat pasangan sebelum membuat keputusan. Hal tersebut tentu akan membuat pasangan anda berasa bahagia dan lebih dihargai.