ডেস্ক রিপোর্ট | লাইফস্টাইল | 01 May, 2025

কথা বলা গুরুত্বপূর্ণ, তবে সব সময় নয়।জীবনে এমন অনেক মুহূর্ত আসে, যখন নীরবতাই সবচেয়ে ভালো উত্তর হয়ে দাঁড়ায়।মনের ভাব প্রকাশ করা যেমন দরকার, তেমনই কোথায় থামতে হবে বা কতটা বলা উচিত, সেটা বোঝাও সমান গুরুত্বপূর্ণ।চলুন, জেনে নিই।

মনোমালিন্য বা রাগের সময়

রাগ হওয়া স্বাভাবিক।কিন্তু অনেকেই রেগে গিয়ে এমন কথা বলে ফেলেন, যা অন্যের মনে গভীর আঘাত করে। প্রবল চিৎকার বা অপমানজনক মন্তব্য এক মুহূর্তের রাগে সম্পর্কের দীর্ঘস্থায়ী ক্ষতি করে দিতে পারে। তাই রাগের মুহূর্তে চুপ থাকা ও নিজেকে সংযত রাখা সবচেয়ে বুদ্ধিমানের কাজ।

উত্তপ্ত তর্কের সময়

কখনও হঠাৎ করে কারও সঙ্গে তর্কে জড়িয়ে পড়া অস্বাভাবিক নয়।কিন্তু দুই পক্ষের উত্তেজনা পরিস্থিতিকে আরও জটিল করে তোলে।এমন অবস্থায় তর্ক না বাড়িয়ে নীরব থাকা সমস্যার সমাধানে সাহায্য করতে পারে।

যেসব বিষয়ে জানা নেই

সব কিছু সবার পক্ষে জানা সম্ভব নয়।

যদি কোনও বিষয়ে ভালোভাবে জানা না থাকে, তাহলে সেই বিষয়ে মত দেওয়ার আগে ভেবে দেখা উচিত।অজানা বিষয়ে মন্তব্য করলে নিজের অজ্ঞতা প্রকাশ পেতে পারে, যা আত্মসম্মানের ক্ষতি করতে পারে।তাই না জানা বিষয়ে চুপ থাকাই ভালো।

সূত্র : এই সময়

মনোমালিন্য সম্পর্ক তর্ক

© 2025 TimesToday. All Rights Reserved.

Generated on 29 June, 2025 10:17

URL: https://www.timestodaybd.com/lifestyle/8153761704