



5 میں سے 2

صورت حال کو دوسرے شخص  
کے نقطہ نظر سے دیکھیں

ایسے بھی وقت آئیں گے  
کہ جب آپ اور آپ کے  
سابق/سابقہ شریک حیات  
کو اپنے اختلافات کو ایک  
طرف رکھ کر حالات کو  
اپنے بچے کے نقطہ نظر  
سے دیکھنے کی ضرورت  
ہوگی۔ یہ کام مشکل ہو  
سکتا ہے لیکن آپ میں  
سے صرف ایک کو اسے  
دوسرے کے نقطہ نظر  
سے دیکھنے اور تبدیلی  
لانے کی شروعات کرنے  
کی ضرورت ہے۔



## صورتحال کو دوسرے شخص کے نقطہ نظر سے دیکھیں

آپ جو چاہتے ہیں اس کے بارے میں بات کرنے کے لئے اپنی بات کو  
'میں' کا استعمال کر کے شروع کریں:

میں واقعی چاہوں گا کہ تم اپنی دادی سے مل لو۔

اسے دوسرے شخص کے نقطہ نظر سے دیکھیں:

مجھے یقین ہے کہ آپ کی ماما بھی ایسا ہی کرتی ہیں۔

صورتحال کو دوبارہ ترتیب دیں:

وہ شاید بہترین وقت پر کام کرنے کی کوشش کر رہی ہے۔

حل پیش کریں:

کیا آپ چاہتے ہیں کہ میں ان سے بات کروں اور دیکھوں کہ ہم کیا حل  
تلاش کر سکتے ہیں؟