

最佳禮物

臨床心理學家莫淑鈴女士

雜誌中常見類似的報導：

記者：「請問在這節日中，你預備了什麼禮物送給伴侶呢？」

被訪者甜絲絲的回答：「他/她哪需要其他禮物，我不就是送給他/她最好的禮物嗎？」

言猶在耳，然而，跟據政府統計處的資料，過往十年，離婚率不斷飆升，失婚人數由 1991 年的五萬多人增至 2001 年的十五多萬人，增幅約兩倍。若果大家視伴侶為相方的最佳禮物，必會珍而重之，豈會越來越多人撰擇放棄他/她呢？

原來，送贈和接受禮物的態度，若不得其法，會令禮物變壞，最終禮物演變為廢物，實在可惜。因此，以自己作為禮物送贈給伴侶時，我們留意三大竅門，藉此以維持禮物的質素:-

(1) 觀察和溝通

送禮的目的，不外是為了討悅對方。因此，將自己作為禮物送給伴侶時，我們可以透過細心的觀察和坦誠的溝通，去瞭解對方的喜惡和需要，以便作出令他/她高興的事。

(2) 為對方切想

送禮者往往會著重禮物能否令收禮人受惠。同樣，作為伴侶的禮物時，我們會事事為他/她的好處切想，務求助他/她得益。

(3) 無條件付出

所謂禮物，顧名思意，是無條件付出的。如果根根計較對方的付出才作出相應的回報，那麼，相方充其量只是作一項交易，談不上是餽贈禮物。

另一方面，伴侶亦是自己收到的最佳禮物，我們要好好珍惜，避免以下三項行為，以防毀壞了這份禮物:-

(1) 惡意批評

世上沒有一份禮物是完美的，同樣，伴侶亦難免會有缺點，若我們總是在雞蛋裏挑骨頭，惡意批評對方的弱點，必有損相方的關係。

(2) 抽離

不懂珍惜禮物的人，會任由它棄置於一角而毫不動容，最終禮物會因處理不當而毀爛。要預防與伴侶的關係變質，我們要恒常地投入心思和時間，與伴侶培養感情，不可只顧埋首日常的事務，而忽略與對方共處和溝通。

(3) 施虐

某些人會在盛怒時，破壞了自己心愛的禮物，當情緒平伏後，懊悔不已。要避免傷害伴侶而日後後悔，我們要時常尊重對方，即使跟他/她發生衝突，亦不會出言侮辱或向對方動武。

相信我們若視伴侶為相方的禮物，送禮時懂得維持禮品的質素，收禮時懂得珍惜愛護，那麼，這段關係必能克服一切挑戰。