สร้างสุขในบ้าน

มีวิธีแก้ไขความขัดแย้ง
กฎเหล็กเมื่อทะเลาะกันในครอบครัว

- ☑ ถ้ายังโกรธอยู่ ต้องไม่พูด
- ☑ ต้องผลัดกันพูด ผลัดกันฟัง
- ☑ เมื่อฝ่ายหนึ่งพูด อีกฝ่ายต้องฟัง
- ☑ พูดเฉพาะเรื่องที่เป็นปัญหา
- ☑ ไม่ลงไม้ลงมือ

โครงการสร้างเสริมสุขภาพใจในชุมชนโดยชุมชน

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข