

أسباب أن تكون عازبًا مفيدًا لك

يرغب كل شخص بأن يَحِبْ ويُحَبَّ ، ويكون الفرد مستعد للتضحيه بسعادته من أجل الحب. تبين أن العلاقات العاطفية يمكن أن تكون غير ملائمة للتقدم والنمو الشخصي.

بينما يمكنك اعتبار الوقت عندما تكون أعزب هو أفضل وقت لك والأكثر انتاجًا وتحررًا . إليك 10 أسباب أن تكون عازبًا مفيدًا لك:

يمكنك أن تفعل ما تريده

تختلف طرق التفكير والاذواق ، ومن يكون بعلاقة لفترة طويلة يعرف ذلك . تختلف المشاكل الصغيرة والبساطة بماذا نأكل على العشاء ، أي نوع من الموسيقى تستمع إليه ، ماذا نشاهد على التلفاز وغيرها ...

عندما تكون أعزب ، لديك الفرصة للقيام بكل ما تريده وترغب به ولا يلومك أحد على اختياراتك ورغباتك ، إن هذا هو أفضل نوع من الحرية يمكنك تحقيقه .



لا تحتاج لتضحية الراحة

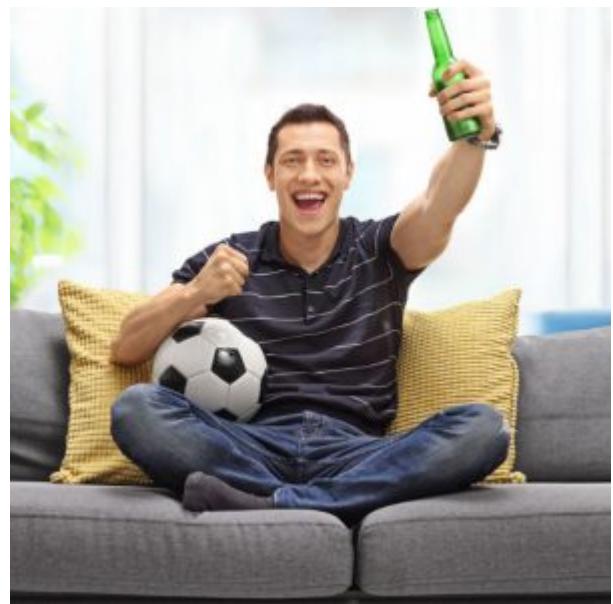
بعد يوم شاق ومرهق في العمل ، من الجميل الا تقوم بالطهي أو القتال مع شريك حياتك على البطانيات أثناء الليل. إن الأشخاص العازبين بمن كل هذه الإزعاجات مما يساعدهم على الشعور براحة

أكبر.

أن كون الشخص أعزب هو أفضل طريقة لضمان الراحة الليلة الجيدة . إن الأشخاص الذين ينامون بشكل جيد في الليل يميلون لأن يكون جهاز المناعة أقوى ، قلب أكثر صحي وأقل خطر لحدوث السكتة والسكري.

تبعد أفضل

يقع المتزوجون عادة في عادات غير صحية ويكتسبون الوزن أكثر . يبدو أن زيادة الوزن هي سبب مباشر للمغازلة والتوااعد - لقضاء الوقت معًا ، حيث يختار المتزوجين مشاهدة التلفزيون ، الذهاب إلى السينما ، تناول الطعام في الخارج وغيرها من النشاطات التي لا تتطلب الحركة.



تعطيك العزوبي الفرصة للتركيز والعمل على جسسك والمحافظة على رشاقتك. في الواقع ، أن الأشخاص العازبين هم عرضة للتمرين بانتظام وتلبية المقدار الموصى به من النشاط البدني الأسبوعي.

تشعر أنك أكثر استرخاء

عندما يكون الشخص في علاقة عاطفية فهو يغير طرق تفكيره وسلوكه في موقف معينة لأنه يكون قلق بشأن مستقبله بالزواج . يكون المرتبط خائف من ارتكاب الأخطاء التي يمكن أن تخيف الشريك وهذا يسبب ضغوط حياتية إضافية.

أن يكون الفرد أعزب يقلل من مستويات التوتر والقلق وقدر على التحكم بعواطفك بشكل أفضل. عندما لا تضطر للتعامل مع المشاكل

العاطفية ، فإنك تصبح أقوى وتببدأ بالشعور بالاسترخاء .

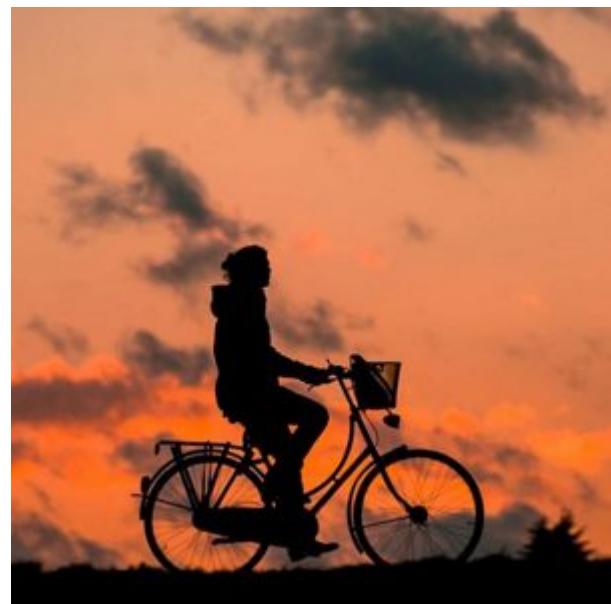
تصبح أكثر إنتاجية

تحسين العزوبيه تركيزك وتزيد من إنتاجيتك . لذلك يحاول معظم الفنانين والموسيقيين والمؤلفين إزالة كل الانقطاعات عند العمل.

بدلاً من الدردشة مع الحبيب طوال اليوم ، يمكنك التركيز على وظيفتك والأمور التي ترغب القيام بها . يساعدك ذلك الأمر على إنجاز المزيد من العمل وبناء مستقبل مهني ناجح .

تحدد أولوياتك

عندما تكون في علاقة ، عليك مراعاة رأي الشريك . لذلك يقضي معظم الأزواج الكثير من الوقت في التخطيط لحفلات الزفاف والعطلات . ولا يخططون للإستفادة من حيااتهم الخاصة .



من الهام التأكد من أنك تعيش حياة أفضل كشخص أعزب ، وأن تأخذ استراحة من العلاقات العاطفية قد يساعدك . يمكن أن تمنح العزوبيه وقت الانفاق وحدك فرصة لتقدير ما هو مهم بالنسبة لك ووضع أهدافك وفقاً لعواطفك الحقيقية ، وبالتالي تتأكد من الأهداف في حياتك .

تعرف نفسك

عادة يساهم شريك الحياة في كيفية تشكيل الرأي حول حياتنا وأنفسنا كأفراد . هذا هو السبب وراء أن يكون الفرد أعزب دون أي إلتهاءات يعطيك الفرصة بالفعل لتنقية عقلك وإعادة النظر في قيمك .



عندما يكون أعزب و تستمع إلى صوتك الداخلي ، يمكن أن تخنار دون التأثيرات الخارجية و تشعر بالمزيد من الثقة والراحة .