

# أفضل النصائح للمحافظة على زواج سليم

يقع شخصين بحب بعضهما، وحين ينجحان في تخطي الكثير من الصعوبات معاً، يقررا الزواج. ولكن بعد ذلك يبدأ الروتين والانشغال بالسيطرة على حياهما وق ينجح في إفشالها خاصة إن لم يأخذوا التدابير اللازمة! لذلك اتبعا هذه النصائح التي قدمها أهم الأخصائيين لكم.

## • إذهبوا إلى مواعيد غرامية

ليس من الضروري أن تتوقفا عن مواعيد بعضكمما عند الزواج. إدعيا بعضكما مرة في الأسبوع إلى العشاء أو الذهاب إلى مكان جديد وتحديث أي شيء. إسألوا بعضكم أسئلة تساعدكم على إكتشاف المزيد من التفاصيل عن بعضكما.

## • تواصلا بشكل سليم ودائماً

لا تتوقعوا أن يقرأ شريكهما ما في بالكما! لذلك كرسا 10 دقائق على الأقل كل مساءً، للتحدث مع بعضكما، ولا تؤجلا حلّ أي مشكلة قد تواجه علاقتكم.

## • اعتذرا من بعضكما

الاعتراف بالخطأ أمر إيجابي جداً، يساهم في حل المشاكل بطريقة أسهل وعدم تراكمها. لذلك لا تترددوا في الاعتذار عندما تخطئنا بحق شريككم.

## • سامحا بعضكما

إذا نجحتما في الاعتذار من بعضكما، فلا بد من ان تنجحا في مسامحة بعضكما أيضاً. هذه وسيلة أخرى مهمة جدا في أي علاقة، إذ أنها تساهم في المحافظة على روابط قوية بينكما، وتعزز الحب الذي تكونونه لبعضكما.