

# لفتات بسيطة تساعدك بالتعبير عن التقدير للشريك

يحتاج الأزواج في الزواج خصوصاً على الشعور بالتقدير والحب والإهتمام من قبل الطرف الثاني. ويتوقع كل طرف أن يرى أفعال ومشاعر تعبّر عن التقدير والاحترام والرومانسية من قبل شريكه.

يمكن تقديم الدعم والعبيدين عن التقدير للشريك والقيام بأشياء تسعده من خلال لفتات سهلة وبسيطة، بإمكانها أن تغيّر الحياة الزوجية رأساً على عقب، تعرّفوا على هذه اللفتات:

**جلسة تدليك:** بعد يوم طويل فلا يوجد أجمل من أن تقوم بعمل تدليك للشريك لمساعدته على إزالة كل التعب من جسمه والحصول على الراحة والاسترخاء

**رسالة رومانسية:** لا تنسى أن ترسل لشريك حياتك رسائل نصية رومانسية أثناء اليوم وتذكري أنه موجود إلى جانبه مهما يحتاج وأنك دائماً تفكّر به طوال اليوم.

**الاستقبال بابتسامة:** اعمل على استقبال شريكك بكل ابتسامة وسعادة عندما يعود إلى المنزل بعد يوم مطول في العمل والتحدث معه عن يومه، هذا الأمر لا يستغرق سوى بعض دقائق ولكن لديه تأثير كبير على الزواج.

**الlibftات الصباحية الصغيرة:** احرص على تخصيص بعض الوقت للتحدث مع الشريك في الصباح وتناول الإفطار سويةً والقيام بلفتات صغيرة وبسيطة غير متوقعة ، كفيلة بانعاش الحياة الزوجية.

**امضاء يوم في الخارج مفاجئة:** يمكن التحضير لمفاجأة امضاء يوم بالخارج برفقة الأولاد أو بدونهم والحصول على إجازة وفرصة الهرب من الواقع إلى عالم الراحة والاسترخاء والسعادة بعيداً عن المسؤوليات والأعمال والضغوطات.

**جمع أغاني الشريك المفضلة:** يمكن جمع أغاني الشريك المفضلة ووضعها على سي دي للسيارة وبهذا سترا فقه طوال رحلته في السيارة وتساعده على انعاش يومه وتتجديده.