لماذا تعد السنة السابعة الأصعب في الزواج؟

يشاع أن السنة الأولى من علاقة الزواج هي السنة الأصعب على الزوجين. ولكن أثبتت دراسات ألمانية أن السنة السابعة من الزواج هي الأصعب والأخطر على الإطلاق بخلاف ما يعتقده البعض.

وصلت نسبة الطلاق خلال السنة السابعة الى 30% وهي تعد أعلى نسبة للطلاق في هذه الفترة. فماذا يحصل خلال هذه الفترة من الزواج؟

فخلال ما بين السنة الخامسة والتاسعة من الزواج تنتاب الزوجين حالة وتعرف بهرشة السنة السابعة. خلال هذه الفترة يجتاح الثنائي شعور بالملل والرتابة والإنزعاج من روتين الحياة اليومية ويشعر الزوجان بالرغبة بالهروب من مسؤوليات الزواج والأطفال. تخلق ضغوطات الحياة إحساس لدى الطرفين بعدم الرضا والتي تفسد الزواج ويتولد لدى المرأة الشعور بالندم على قرار الزواج في حين يجد الرجل نفسه في وضع الإنفاق على متطلبات المنزل والعائلة وغارق في المسؤوليات.

يبدأ الزوجان، في هذه الحالة، بإعادة حساباتهما ويعملان على التخلص من هذا الوضع وتبدأ المشاكل والخلافات الزوجية بالتفاقم ويزيد الملل الزوجي مما يسبب الأمر بالطلاق.

كيف يتخطى الزوجان هذه المرحلة معًا؟

يعد الوعي بخطوة هذه الفترة أسس مهم لتمتع الثنائي بالقدرة على تفادي مخاطرها وينصح بعدم التفكير بهدم الزواج والإصرار على فكرة الطلاق.

ينصح بالتحكم بالغضب والإبتعاد عن إعطاء الاشياء أهمية أكبر من حجمها لكي لا تتفاقم المشاكل وحيث يجب إيجاد أعذار للشريك لتفادي تضخيم حدة المشاكل.

يفضل التقرب الجسدي من الشريك حتى لو بالتلامس فقط او الجلوس بقرب بعضكما لتعزيز الشعور بالأمان والراحة والإطمئنان والمساعدة على التقرب من بعضكما.

يمكن كسر الروتين والملل من خلال تقديم الهدايا كل فترة والتحضير

لمفجآت بسيطة ورومانسية للشريك للدلالة له عن التقدير والإهتمام كما ينصح بالإكثار من عبارات الغزل والتقدير والمديح.

ينصح المشاركة سويًا بأمور الحياة للتعود على الإعتماد على بعضكما والشعور بالترابط بالشريك وأنه شخص لا يمكن الإستغناء عنه.