

# هكذا يحافظ الشريكان على حبهما بعد الانجاب!

يقول الكثيرون ان علاقة الزوجين تتغير بعد انجاب الأطفال. كما يقو بعضهم ان الحب يتلاشى بسبب ذلك، ولكن ذلك غير صحيح. قد تتغير الأمور بسبب مجيء الأطفال والمسؤوليات الجديدة التي يجلبونها معهم، والتي يمكن ان تشغل الأهل عن بعضهم. اما اختار الاثنان ان يحافظا على علاقتهما فكيف للحب ان يتلاشى؟

- كونا محبّان: إبداءا نهاركما واختماه بقبلة او غمرة
- اظهرا الامتنان لبعضكما: اشكرا بعضكما بعضاً على كل ما تقدمانه لهذه العائلة يومياً
- لا تتجاهلا مشاعر بعضكما: اعترفا بمشاعر الآخر بدل من التعبير عن مشاعركما فقط
- شجعا بعضكما: حاولا دائما ان تغلبا السلبيات بما هو إيجابي
- لا تحاولا هزم الطرف الثاني: الحياة الزوجية ليست بمنافسة، ادعنا بعضكما بدلا من ان تحاولا ان تكونا اقوى من الشريك
- لا تكرها نفسكما او جسدكما: بدلا من ان تظهرا للشريك كم انتم مستائين من جسمكم او من عوائدكم، شجعا نفسيكما وبعضكما
- جاملا بعضكما: لا تنسيا ان تريا الجمال في شريككما
- كرسا بعض الوقت لبعضكما: حتى ولو اقتصر ذلك على مشاهدة برنامجكما المفضل في المنزل
- كونا صبوران: لا تنسيا ان الأخطاء هي جزء من كونكما انساناً
- احترما بعضكما: لا تنسيا ان الاحترام في الزواج هو من أنواع الحب<sup>3</sup>