أفكار مواعيد للعشاق لصيف 2021

قد يصادف عيد الحب في منتصف الشتاء ، لكن الصيف هو موسم الحب الحقيقي. هذا لأن الأيام أطول ، والطقس أكثر دفئًا ، وهناك الكثير من الأشياء التي يمكنك القيام بها في الخارج – وكل ذلك ينتج عنه فرص لا حصر لها للمواعيد الصيفية الممتعة. الآن كل ما تحتاجه هو ملابس لطيفة لموعد غرامي صيفي وزوج من النظارات الشمسية. اليك افضل أفكار المواعيد الغرامية للعشاق لصيف 2021.

1. شاهدا فيلمًا في الهواء الطلق

تعرض العديد من المتنزهات والمراكز المجتمعية المحلية أفلامًا في الهواء الطلق خلال أشهر الصيف – أو قد تكون محظوظًا بما يكفي لوجود مسرح بالسيارة في الجوار . نقاط المكافأة إذا تم عرض فيلم أكشن أو فيلم مخيف – فهذه الأنواع من الأفلام ترفع معدل ضربات قلبك ، مما قد يزيد من مشاعر الانجذاب والحب.

2. خذا صف طبخ معاً

سواء كنت تتعلم صنع المعكرونة يدويًا أو تحضير الآيس كريم ، فإن صف الطهي هو وسيلة ممتعة للتواصل مع شريك حياتك . يقول معالج الأزواج كورين فولر إن تحقيق شيء ما يطلق الدوبامين ويجعلنا نشعر بالرضا. تشرح أن القيام بذلك مع شريكك له تأثير جانبي رائع على عقلك الذي يربط بينك وبين تلك المشاعر الجيدة.

3. الذهاب في نزهة في الطبيعة

استمتع بأجواء رائعة في الهواء الطلق مع حبيبتك من خلال إيجاد مسار للمشي لمسافات طويلة بالقرب منك. ستتاح لك الفرصة لرؤية بعض المواقع الجميلة مع تشجيع بعضكم بعض على طول الطريق. عندما يشعر أحد الشركاء بالمغامرة أو بالخوف ويخرجون من منطقة الراحة الخاصة بهم ، فإن هذا يمنح الشريك الآخر فرصة لإظهار جانبه الوقائي.

4. استأجرا دراجات

لا يجب أن تتطلب المواعيد الغرامية الكثير من الإنفاق. ضع في اعتبارك استئجار الدراجات والركوب في جميع أنحاء المدينة ، والتوقف في الأماكن التي لم تذهب إليها من قبل. سيساعدك هذا على تأكيد أن الانجذاب الذي تشعر به تجاه شريكك ليس مجرد شيء تختبره عندما تتناول وجبة غالية الثمن.

5. اذهب للقفز بالمظلات

جرب شيئًا ما خارج منطقة الراحة الخاصة بك – مثل القفز بالمظلات. حقيقة أنك تثق ببعضكما البعض بما يكفي لتحقيق هذه القفزة (الحرفية) ، ستقربكما أكثر. وتحقيق التغلب على الخوف من نشاط ما هو لبنة أخرى في العلاقة.

6. قوما بزيارة مدينة الملاهي

يمكن أن تساعد زيارة مدينة الملاهي الأزواج على تذكر أنهم أصدقاء ، وكذلك شركاء – ويستمتع الأصدقاء معًا.

7. جربا فصل تمارين في الهواء الطلق

النشاط البدني المشترك مفيد للعلاقات الرومانسية – عاطفياً وجسدياً. إن الجمع بين اندفاع الإندورفين وتحسين الصحة البدنية يساعد الأفراد على الشعور بتحسن تجاه أنفسهم وشركائهم ، وهو مصدر قوة لأي علاقة. بينما لا يزال الطقس دافئًا ، جرب ممارسة اليوجا أو اليوجا أو التجديف بالكاياك أو التجديف أو ركوب الأمواج أو حتى فصل التمارين الرياضية المائية بجانب المسبح (أو إذا كنت محظوظًا).

8. اركضا في سباق

اشترك في سباق محلي 5 كيلومترات أو 10 كيلومترات أو حتى نصف ماراثون. على الرغم من أن السباق بحد ذاته هو الهدف النهائي ، إلا أنك ستستمتع بالعديد من المواعيد معًا أثناء التدريب. نظرًا لأن التحدي الجماعي ينطوي على عقلية "نحن في هذا معًا" ، يمكن للتجربة تعزيز مشاعر الحميمية وتكثيف الروابط.

9. شاهدا غروب الشمس

نقضي الكثير من الوقت في عقولنا وأفكارنا المزدحمة ، والتي يمكن أن تعزلنا. استيقظ مبكرًا لالتقاط شروق الشمس معًا ، أو شاهد غروب الشمس أثناء الاستمتاع بكأس من النبيذ وبعض الوجبات الخفيفة البسيطة. إن إمساك يديك أثناء مشاركة جمال شروق الشمس أو غروبها بوعي يعيد ضبط تركيزك على التواجد مع بعضكما البعض مما يقوي روابطك.