

أكثر المشاكل الزوجية انتشارًا

لا يوجد علاقة مثالية وخالية من المشاكل طوال الوقت. يتطلب الزواج العمل والالتزام وإعادة تقييم طريقة التواصل وتوقعاتك وما تحتاجه لنجاح العلاقة. لا يجب أن يكون الأمر صعبًا، ولكن هناك بعض المشكلات في الزواج التي تبدو أكثر شيوعًا من غيرها.

عندما يتعلق الأمر بالمشاكل الزوجية الشائعة، هناك العديد من الأجوبة وأبرزها هي الخيانة والأمور المادية، لذلك نقدم لك أكثر المشاكل الزوجية انتشارًا :

مشاكل الحدود

أن أكبر مشكلة في الزواج هي مشاكل الحدود بين الزوجين. يحاول الزوجان في كثير من الأحيان تغيير الآخر باسم المساعدة. الحقيقة هي أن الشخص الوحيد الذي يمكنك تغييره هو أنت. أفضل ما ستفعله هو تغيير طريقة تفكيرك ونظيرتك قليلاً.



التحدث والتواصل

واحدة من أكبر القضايا في الزواج هو الاعتقاد بأن فعل التحدث مع الشريك هو التواصل. لكننا نقع في الأخطاء الشائعة، بالفعل الشكوى ليست التواصل، وانتقاد الشريك ليس طريقة للتواصل معه، كما الأمر للابتزاز العاطفي. التواصل الضعيف يمكن أن يؤدي إلى مشاكل زوجية أثناء أزمة منتصف العمر، لضمان نجاح العلاقة واستمرارها مع الوقت.

إدارة الوقت

إن مسألة ثابتة تواجه أغلبية الأزواج هي إدارة الوقت. يشعر الأزواج بأنهم مشغولين للغاية ويشددوا على شعورهم بأنهم يميلون باتجاهات متعددة وبأن نوعية الزواج تتراجع الى الوراء. يحتاج الأزواج إلى زيادة فعاليتهم من خلال "التشاور الزوجي" ، وهو شكل من أشكال اتخاذ القرار التعاوني. يجب تقييم ما يقومون به ولماذا ، ومشاركة ما هو مهم لكليهما ، ومعرفة كيفية حماية زواجهم بخيارات أفضل.

الخيانة العاطفية

لقد وجدت أن الأزواج يشعرون في الغالب بالخيانة العاطفية لأنهم ليسوا متعلقين بالعلاقة الجنسية فقط . الشؤون العاطفية هي علاقة حميمة مع شخص خارج الزواج . تعلم الثقة في شخص ما ويكون ضعيفاً عاطفياً بعد هذه الأمور يمكن أن يكون صعباً بشكل لا يصدق . إذا تعلموا فقط كيف يتكلمون مع شريكهم حول احتياجاتهم ، لكان من الممكن تجنب ذلك.



الشؤون المادية

نحن نعرف عدد كبير من الزوجات التي نجت من الخيانة ، عدة مرات . لكن المال هو قضية ضخمة ، هذا صحيح ، فعندما تكون عادات الإنفاق ليست هي نفسها بين الزوجين ولا هي الادخار والطريقة التي تدفع بها الفواتير ، فإنها تتسبب في اختلافات يمكن أن تتحول إلى حجج صاخبة يمكن أن تتحول إلى معارك واستياء عميق . المال هو مدمر كبير للزواج .

نقص التقدير

إن القضية الأكبر التي أراها مع المتزوجين الذين يبحثون عن المشورة هي عدم التقدير . هذا غالبا ما يكون السبب الرئيسي للخيانة والكثير من المشاكل الأخرى في الزواج . عندما يكون التقدير منخفضاً ، يكون الصراع مرتفعاً . غالبا ما ينظر إلى هذا في العلاقات الأخوة لأن الإخوة لا يعبرون عن التقدير لبعضهم البعض . عندما يشعر شخصان بتقدير 100% من بعضهما البعض، فإنهما يقبلان أكثر بكثير مما يفعلان بخلاف ذلك.

السماح للتكنولوجيا بالتدخل بالعلاقة

واحدة من أكبر مشاكل الزواج هي الأزواج الذين يسمحون للتكنولوجيا بالتدخل في علاقتهم. يرسل الناس الرسائل النصية أثناء تناولهم العشاء ، ويتصفحون الإنترنت في المساء ، ويستخدمون هواتفهم الذكية باستمرار. ونتيجة لذلك ، فإن الأشخاص يمرون بوقت أقل جودة ويؤثر على حميتهم العاطفية. في كثير من الأحيان ، لا يدرك الناس حتى ما هي المشكلة. يعتقدون أنهم يقضون وقتاً معاً ولكنهم لا يدركون أنهم مشغولون بالتكنولوجيا. إن الجلوس بجوار شريكك واستخدام أجهزة كمبيوتر محمولة منفصلة لا يمثل وقتاً جيداً .

