

إنجاح الزواج بعد الإنجاب

من الطبيعي أن يعاني الزوجات من مشكلة اهمال بعضهما بعد وجود الأطفال، وعادي جدا ان تشعر الزوجة انها مرهقة ومنشغلة طوال الوقت مما يسبب اهمال لزوجها وللعلاقة بينهما والزواج، لذا قد تكثر المشاكل الزوجية .

لا يخلو الزواج الناجح من المشاكل بالتأكيد ويكمن السر بطريقة الزوجين في حل المشاكل لتوطيد العلاقة . اليك أبرز المشاكل الزوجية وطرق حلها :

المشاكل بسبب الأطفال

تختلف طريقة تربية وانشاء الأطفال بين الزوج والزوجة مما يسبب حدوث صراع بينهما يستمر لفترة طويلة . هذا امر طبيعي ويحدث دائما بين الازواج . ننصحك بأن تقرئي برفقة شريك حياتك الإرشادات الصحية التي تتعلق بتغذية الأولاد ونومهم وطريقة نموهم والعناية بصحتهم .

عليك الحرص ايضا استشارة الطبيب المختص برفقة زوجك بما يتعلق الغذاء المناسب للطفل والفترات للتدريب على دخول الحمام وغيرها من الامور التي عليكم القيام بها سويا لتربية الطفل . بالنسبة للخلافات البسيطة المتعلقة بالأطفال فعليك ان تدعي زوجك يقوم بما يراه جيد وصحيح وملاحظة النتائج للطريقة المثلى في التعامل مع بعضكما والأطفال في النهاية .



مشاكل بالعلاقة الحميمة

أمر بديهي أن يستاء الزوج من ارهاق زوجته الدائم وانشغالها عنه بالأطفال وقد يرغب بالتقرب باوقات غير مناسبة للزوجة مما يؤدي الى البعد وحدث ثغرة في العلاقة . في هذه الحالة يمكن اللجوء الى ترتيب مواعيد مناسبة لممارسة العلاقة الحميمة وحيث عليك تهية نفسك والتحضير والعناية الجمالية والحرص على نوم الاطفال بغرفة اخرى . الامر الذي يؤكد لزوجك انك تحبيه وترغبين به وتهتمين لأمره .

مشاكل بسبب الأهل

ينشب لدى الكثير من الاسر مشاكل بسبب الأهل وتدخلاتهم بحياة الزوجين الخاصة . بالنسبة لهذه الحالة ينصح بوضع حدود للأهل في التعامل ، بطريقة لطيفة ومهذبة . قبل اللجوء الى هذه الطريقة يجب على الزوجان مناقشة المر والطريقة سويًا منعا من حدوث مشاكل كبيرة وخلاف بين الاهل.

مشاكل بسبب الأمور المادية

يجب التخطيط الجيد بين الزوجين لوضع ميزانية البيت ، محاولين الاتفاق على الأولويات. ينصح ادراج كل الاغراض والامور التي تتعلق بالمصروف والأطفال ضمن الميزانية ودراستها سويا جيدا ومعرفة ما هي الامور التي يجب انفاق الاموال عليها وما هي التي لا يجب . وبعد انجاب الاطفال يجب التهيء لتخفيف المصاريف على الملابس والإجازات.

في حال رغبت المرأة ترك العمل بعد الإنجاب ، فننصحك اولا بقضاء شهر في تجربة العيش على راتب الزوج ، فقد يشير هذه الطريقة لاسلوب الحياة بعد هذا القرار.

ان داومتِ على التعامل بطريقة إيجابية مع الزوج والتحدث معه والمناقشة والاتفاق على الحلول ستمكنا بالتالي بتجنب المشاكل الزوجية الشائعة والتي تؤدي الى البعد بينكما .

خطوات للمحافظة على الرومانسية بين الزوجين

تنظيم وقت نوم الأطفال : تساعد هذه الطريقة على التمكن من قضاء بعض الوقت برفقة زوجك بمفردكما والاستمتاع بوقت هادئ خلال الليل.

ممارسة الاهتمامات المشتركة سويًا : يمكن مشاهدة التلفاز سويًا أو لعب الألعاب الالكترونية او القيام بالنشاطات الخرجية وممارسة الرياضة .

التعبير عن المشاعر : عليك الحرص على اظهار مشاعر الحب الاهتمام والعاطفة لزوجك بانتظام وذلك من خلال التقبيل والعناق.

ارسال الرسائل النصية : تعتبر الرسائل النصية المتبادلة بين الزوجين هي علامة ظاهرة الحب ، تدل على وجود الإشتياق والحب والمشاعر.

نصائح لتحسين الزواج

يجب على الزوجة أن تتأكد إنه لا يوجد زواج ناجح ومثالي " دون مشاكل بسيطة وجدال مع الزوج . عليك اذا ايجاد الوقت للتكلم مع شريك حياتك بشئون حياتكما الخاصة ووضع الأولويات والتوقعات ، والحرص على وجود الصراحة والمودة والاحترام المتبادل بينكما .