

# اتبعوا هذه النصائح لإنجاح علاقتكم العاطفية

لا يمكن لاي علاقة عاطفية ان تستمر وتتطور من دون ان يقدم كل طرف منها تنازلات تحافظ على توازن العلاقة وبالتالي تؤدي الى نجاحها .

هناك مجموعة من المبادئ التي يجب أخذها بعين الإعتبار والإلتزام بها من اجل المحافظة على علاقة عاطفية ناجحة، وفي ما يلي تعرفوا معنا على اهم هذه النصائح:

## 1- البساطة والصراحة

لا يمكن لعلاقة ان تنشأ وتتطور من دون مصراحة الطرف الآخر فهذه اولوية مهمة للتعامل مع الشريك. الا ان للتعبير عما يجول في ذهن الشخص تجاه شريك حياته يجب الا تتعدى الحدود وإلا أصبحت ضعفا خاصة اذا اختلف طباع كل شخص حول امر ما .

## 2- التغلب على الروتين اليومي

من اكثر الامور التي يمكن ان تقتل العلاقة العاطفية ما يسمى بالروتين الذي يخلق نوعا من الملل الذي بدوره يؤدي الى النفور. لذلك، يجب الحرص على تجديد العلاقة بين الفترة والآخرى من القيام بنشاطات جديدة من شأنها ان تعيد احياء ما بينكما .

## 3- تخطي المشاكل

ما من علاقة تمر من دون مشاكل، إلا أن العبرة تبقى في كيفية التعامل معها وتخطيها بشكل يضمن سير العلاقة ويقويها بدلا من ان يزعزعا. لذلك، على كل طرف في العلاقة ان يبتعد عن لغة الصوت العالي في حل الخلافات واعتماد لغة المنطق والمناقشة .

## 4- التعبير عن التقدير للشريك

كل طرف بالعلاقة يحتاج الى سماع كلمات التقدير والحب التي من شأنها ان تقوي العلاقة. لذلك، على كل شخص ان يبادر الى القيام بأمر جديد يعبر من خلالها عن امتنانه لشريكه في كل الامور التي يقوم بها من اجل المحافظة على علاقة متينة .

## 5- التسامح والتفاهم

كل شخص يتمتع بصفات سلبية ولديه تجارب مر فيها وفشل، الا ان المهم يبقى في كيفية مساندة الشريك والتعاطي معه من خلال غض النظر عن النقاط السلبية قدر المستطاع.