

الأشياء التي يجب أن تتجنب فعلها في الزواج الصحي

يمكن أن يكون من الصعب قبول أنك قد وجدت شخص لديه القدرة والرغبة في معاملتك بالطريقة التي تستحق أن تتعامل بها. يجب أن تتوقع دائما الأفضل لك.

من الصعب العثور على علاقات صحية ومرضية، ولكن بمجرد القيام بذلك، يجب التمسك بها. العثور على شخص يكون صديقك المفضل وشريك حياتك هو شيء سحري.

الحب يتطلب العمل، التواصل الصادق، ونكران الذات. العلاقة الصحية تتغير وتتكيف مع كل تحدي من تحديات الحياة. الحب القوي هو حب يجب المناضلة لأجله.

فقط تذكر هذه الأشياء التي لا يجب أن تحدث في علاقة صحية. وإذا كنت تراها في علاقتك، احذر.

التوقف عن التقبيل: لا، يجب أن تقبل حبيبك كل يوم.

التذمر حول الأشياء الصغيرة: بدلا من ذلك، اختر الممارك التي تريد أن تخوضها.

الذهاب إلى الفراش وأنت غاضب من حبيبك.

النسيان في الإجابة على الرسالة النصية من شريك حياتك.

التصرف بعدوانية من دون سبب.

التحدث إلى المعالج بدلا من شريك حياتك.

الإفراط في الإنتقاد.

نسيان أصدقائك.

رفض قبول الاختلافات بينك وبين حبيبك.

عدم تقدير الشريك الآخر.

التوقف عن الإمساك بيدي حبيبك.

رفض أن تبدو ضعيف.

وضع نفسك دائما أولا.

إنتياب الشكوك حول مشاعرك ومشاعر شريك حياتك.

قول "أنا أحبك" عندما لا تقصد ذلك.

إعداد توقعات كاذبة.

التمسك بالعواطف الداخلية بدلا من التحدث عنها.

المبالغة في مشاعرك عن الشخص الآخر.

نسيان صنع ما يكفي من القهوة لحبيبك في الصباح.

إهمال الحديث عن مستقبلكما.

النسيان في التحقق بانتظام من مشاعرك في العلاقة.

التوقف عن النمو معا.

عدم التكيف مع نمط نوم زوجك.

التصرف بالراحة الكافية لدرجة أنك تتوقف عن اكتشاف المغامرات معا.

توقع الكثير من شريك حياتك.

نسيان أن الحب هو تحدي يتطلب العمل كل يوم من حياتك.

عدم تذكير شريك حياتك أنه رائع.

التوقف عن الاهتمام و(عند الضرورة) المحاربة من أجل بعضكما البعض والحياة التي بنيتماها معا.