

“المشاعر” الضرورية لزواج ناجح

هناك نوعان من المشاعر الأساسية اللازمة ليزدهر الزواج أو ليبقى على قيد الحياة. لاحظ أنها “مشاعر”.

المشاعر هما:

- الشعور بالرغبة.
- الشعور بالقبول.

“الشعور بالرغبة” سيعارض إما الشعور بالحاجة أو الشعور بعدم الرغبة. و”الشعور بالقبول” يعارض الشعور بالرفض أو بعدم القبول.

الأول هو الشعور بالرغبة. هل أنت مرغوب جنسياً؟ هل يريد شريك حياتك أن يكون معك؟ هل يريد شريك حياتك أن يعرفك؟ هل يريد شريك حياتك أن يفعل ما هو أفضل لك؟

هذه ليست سوى عدد قليل من “الرغبات”. يمكنك إضافة الرغبات الخاصة بك.

عكس الشعور بالرغبة هو الشعور بعدم الرغبة. هذا الشعور يمكن أن يدمر العلاقة.

إذا كان الشخص يشعر أنه غير مرغوب، إنه سيشعر أنه لا يستحق الحب. هذا صحيح بشكل خاص إذا كان ينتج هذا الشعور من شخص تحبه. الشعور بأنك غير مرغوب يجعل الشخص يشك في جاذبيته وجماله، حالته المادية، قدرته العقلية، أو حتى أساسه الروحي - كل هذا نتيجة شعور واحد!

ولكن الشعور بالحاجة يمكن أن يكون مدمر أيضاً. يمكن لشخص أن يحتاج إليك دون أن يرغب بك. بالإضافة، الشعور بالاحتياج يمكن أن يؤدي إلى مخاوف من فقدان الذات بسبب الشخص الآخر.

الشعور التالي هو الشعور بالقبول. هذا هو واحد من الاحتياجات العاطفية الأساسية التي قد تحتاج إليها: أن تكون مقبول ومحبوب. في حين أن الحب غير المشروط هو الهدف الأساسي، إنه ليس حقيقة واقعة. “هل زوجي يقبلني للشخص الذي أنا عليه؟”

عندما يقول شخص ما “أنا يمكن أن أحبك إذا...”، إنه يحبك، ولكنه

يريد أن يغيرك.

لسوء الحظ، العديد من الزيجات مبنية على الناس الذين يحاولون تغيير أزواجهم. قد يبدأ هذا الشيء قبل الزواج، أو قد يبدأ سنوات بعد الزواج. ولكن معظم الأزواج لديهم "قائمة أمنيات" من التغييرات التي يريدونها في الزوج.

لذلك، في زواجك فكر:

ما الذي يمكنك القيام به لجعل زوجك يشعر أنه مرغوب أكثر؟ ماذا يمكن أن تفعل ليحسّر زوجك أنه مقبول أكثر؟ ليس لديك أي سلطة على سلوك وأفعال زوجك، ولكن لديك خيار عند تحسين شعور زوجك!