

حلول لاستعادة الرغبة بزوجتك

من الطبيعي جداً ومع مرور بضع سنوات على الزواج، أن يعيش الزوجان أو أحد الزوجان في حالة من الملل والروتين في العلاقة ويبدأ هذا الطرف بالابتعاد فكرياً وجسدياً عن الطرف الثاني والشعور بعدم رغبته.

ويعيش الرجل هذه الحالة بنسبة أكبر من المرأة، ويبدأ الزوج بالشعور بعدم رغبة زوجته وعدم القدرة على الاقتراب منها وتقلبها وتقبل حديثها ويميل الى النفور من كافة أفعالها. ولكن هناك العديد من الحلول السهلة التي يمكن أن يطبقها الرجل لكي لا تزيد هذه الفجوة وتتفاقم الأزمة في العلاقة الزوجية.

اليك أيها الرجل أبرز الطرق وعدد من الحلول التي تساعدك على العودة الى سابق عهدك مع زوجتك وارجاع المشاعر والحب تجاهها وتجديد الشوق واللهفة الى العلاقة:

علاقة صداقة: لا يقتصر الزواج أن يكون فقط علاقة زوجية بل يجب أن تبني علاقة صداقة مع زوجتك، بأن تكون بذلك مصدر راحتك النفسية وأسرارك وتشاركها كافة مشاكلك والعمل سوياً على حل كافة الخلافات.

البحث عن حلول للمشاكل: يجب دائماً البحث عن حل للمشكلة بطريقة عقلانية وناضجة وأن تكون صريح وصادق مع زوجتك لكي تتفقا مع بعضكما على كافة الأمور وتتقربان أكثر من بعضكما.

تجديد العلاقة وتنميتها: تصبح العلاقة روتينية مع مرور الوقت لذلك يجب العمل دائماً على تجديد وتطوير العلاقة والقيام بأمور جديدة سوياً والقيام بنشاطات ومغامرات جديدة. لا تدع نمط الحياة الممل يسيطر على علاقتكما.

الابتعاد قليلاً عن زوجتك: يجب الابتعاد جسدياً عن زوجتك وعدم الاقتراب منها لمدة يومين أو ثلاثة على الأقل، حيث يمكنك أن تنام في غرفة أخرى، وهكذا سوف تشعر بالاشتياق لزوجتك .

الابتعاد عن كافة ضغوطات الحياة: تؤثر كافة الضغوطات على العلاقة الزوجية إن كانت مشاكل تتعلق بالعمل أو الأولاد أو الادارة المالية أو أمور المنزل. يجب الابتعاد عن هذه المشاكل ونسيانها لبعض الوقت من خلال السفر لوحكما لمدة يومين أو الذهاب الى فندق فخم

والاستجمام والاستمتاع سوياً من دون أي عبء .