

# هل علاقتك العاطفية جيدة؟

أن تحب ليس بالضرورة أن تعاني.

بعض الامور التي تتجاهلها قد تسمح لك بمعرفة ما إذا كنت أنت في علاقة جيدة أم لا.

فما هي؟

## 1- الشعور بالأمان:

الشعور بالأمان شيء أساسي لعلاقة عاطفية ناجحة. من الضروري أن تكون دائماً على معرفةٍ أنه هناك شخص لن يتخلى عنك في ظروفك الصعبة وسيساندك في كل مشاكل وصعوبات الحياة.

## 2- التعبير عن كل الامور التي تزعجك :

من الضروري أن تستطيع التعبير عن كل الامور التي تزعجك حتى لا تشعر أنك تعيش في ضغوطات نفسية. ومن المهم جداً أن تتمكن من قول كل ما تريد ولا تكون مضطراً في التفكير مسبقاً بالكلمات التي تريد أن تعبر بها.

## 3- التقدم:

عليك أن تشعر دائماً أنك تتقدم في الحياة وليس العكس. فالعلاقة يجب عليها ان تجعلك أكثر نضجاً على أمور الحياة.

## 4- المساندة:

يجب عليك الشعور بأن شريك حياتك هو حاضر لسماع ومحاولة فهم ما تمر به. فالمشاكل الشخصية لا تصيبك أنت فقط؛ تذكر دائماً انكما شخصان.

## 5- التنازلات:

لا يوجد علاقة عاطفية من دون تنازلات. الانسان لم يخلق متكاملًا. لذلك على شريكك أن يقدم بعض التنازلات لإسعادك، وأنت أيضاً عليك أن تقدمها من أجله.

## 6- الامور المادية:

لا يجب على الامور المادية أن تؤثر عليكما لأن الشخص الذي يحبك سيكون موجود إلى جانبك في كل ظروف حياتك، فلن يتخلى عنك في أوقات الصّعبة .

عليكما أن تكونا مختلفين عن الآخرين ولا تحاولا دائما أن تتمثلا بالاشخاص الموجودين حولكما لأن في هذه الحالة، المشاكل سوف تظهر سريعا بينكما .

لا تيأس..

قد تكسب يوما شخصا يرافك طوال أيام حياتك ويعادل كل من خسرت .