طرق تجعل زوجك يغرم بك من جديد

بعد الزواج، وعلى الاخص عند مرور بعض الوقت من الزواج، يبدأ الشريكان أو أحد منهما بالشعور أن الحب الذي يجمعهما بدأ يقل وأن الشغف والاشتياق بدأ يزولان. كما أن هناك أوقات خلال فترة الزواج حيث يشعر الزوجان بتوتر قائم في العلاقة بينهما وهذا الأمر يؤدي الى نفور الشريكان من بعضهما والى البعد عن بعضهما.

هناك عوامل وأسباب أساسية عديدة تؤدي الى خلل في الزواج مثل العصبية، ضغط العمل، الاولاد، الوضع المادي، التعب والارهاق والأهم من ذلك النقص في الاهتمام بالشريك. ان وجدتي نفسك واقعة في هذا المازق وتريدين تحسين حياتك الزوجية مع زوجك وحياتك العائلية ككل وتريدين اعادة احياء حياتك مع شريكك، **سوف نقدم لك اليوم أهم النصائح والحلول التي عليك اتباعها لتحسين علاقتك واعادة بنائها:**

1. **الخروج في موعد غرامي:**

فاجئي زوجك وادعيه للخروج وحدكما في موعد غرامي. يمكنكما الذهاب في موعد على العشاء أو الغداء أو مشاهدة فيلم سينما أو تحضير لنزهة في الخارج. خلال هذا الموعد، ارتدي ثوبا أو ثياب جميلة وجذابة وجملي نفسك ودللي زوجك.

2. **التخطيط لرحلة:**

خططي لرحلة قصيرة لمدة يوم أو يومين فقط مع زوجك. يمكنكما الذهاب الى منتجع سياحي قريب وتدليل نفسيكما والقيام بجلسات تدليك والتخطيط لمشاريع رفاهية سوياً .

3. **تمضية وقت مفيد سويا:**

استفيدي من بعض الوقت كل يوم للتحدث مع زوجك عن ما حدث خلال النهار والتكلم معه عن يومه وعمله. ابتعدي عن التحدث عن الأمور التي تضايقه وتوتر الجوّ بينكما مثل المشاكل المادية، الاولاد، أو أمور المنزل.

4. **ارتدي ملابس جذابة:**

لا تهملي نفسك ولبسك، حتى لو انك مرهقة من العمل أو العمل في المنزل، فاجئي زوجك وارتدي له ثياب مثيرة لكي يراك دائما جميلة

وشابة.

5. **اعتني بجمالك الخارجي:**

ضعي الكريمات الصباحية والمسائية على وجهك وذلك للمحافظة على جمالك، حين ترين نفسك جميلة، فهو أيضأ سوف يظن انك جميلة ودائما شابة.

6. **خففي الانتقاد والنصائح:**

سيطري على نفسك وحاولي ألا تكثري من انتقاد تصرفات زوجك في المنزل والتعليق على حديثه بطريقة سلبية واعطائه نصائح حول الأمور المتعلقة بأموره. حاولي أن تدعميه قدر المستطاع.

7. **اعتذري منه:**

اذ حدثت مشارعة بينك وبين زوجك حاولي العمل على حل المشكلة وليس زيادة المشارعة بينكما، واذ كنت على خطأ، يمكنك بكل بساطة الاعتذار منه واكمال يومكما وكأن لم يحدث أي خلاف بسيط بينكما.