

15 نصيحة من شأنها أن تغير زواجك

إن الحفاظ على زواج قوي هو أصعب بكثير مما يعتقد المرء ، ولكنه ممكن أيضا. يمكن أن ينمو زواجك في أي موسم أنت فيه. اليك 15 نصيحة من شأنها أن تغير زواجك.

▪ تخصيص الوقت لزواجك كل يوم: ربما هو 20 دقيقة للتحدث كل ليلة أو ربما تناول وجبة الإفطار معا كل صباح ، فقط انتم الاثنين.



▪ اترك المقارنة واحتضن زواجك الفريد. المقارنة هي القاتل للعديد من الزوجات. لقد رأيت الكثير من الزوجات تمر عبر أوقات صعبة بمجرد ان قارن الشريكان أعمال بعضهم ببعض.

▪ حتى عندما يصبح الزواج اختباراً ، يمكنك أن تتقربا من بعض أكثر. عليكما أن تعتمدا على بعضكما البعض؛ كن كتف للآخر يمكنه أن يبكي عليه. يمكنكما أن تلتصقا ببعضكما البعض أو ان تبعدا بعيدا ، لذا حاول أن تمرّا معا من خلال الأوقات الصعبة.

▪ تذكر لماذا قبلت الزواج من هذا الشخص يمكن أن يقوي ويجدد زواجكما. إذا نسيت الأسباب ، فعاود النظر في أوقات التفاعل.

تذكر الأوقات التي كنتما تتولعدان فيها. انظر إلى الشخص الذي تزوجته وجد فيه الخير. ابحث عن نقاط قوته واترك نقاط الضعف. اكتب أسبابك ثم قارنها. هل هي نفسها؟

▪ تعلم تبسيط التزاماتك هو المفتاح لزواج متزايد. عليك أن تجد الوقت كي تكونا معاً ، وإذا كان ذلك يعني الاستغناء عن الأشياء التي تسبب الإجهاد أو تستغرق الكثير من الوقت ، فليكن!

▪ اجعل الوقت لمواعدة زوجك؛ اخرج مرة واحدة في الشهر أو أكثر ، إذا استطعت. صديقي يخرج مع زوجته كل ليلة ثلاثاء. تأتي أمها وتراقب بناتها. يمكنك حتى أن تمضيا وقتاً معا في البيت بعد نوم الأطفال.

▪ قم بإنشاء مساحة للتحدث مع زوجتك؛ نحب أن نذهب إلى السطح الخلفي أو الشرفة الأمامية للتحدث والتسكع. في بعض الأحيان تحتاج إلى الخروج من روتينك العادي (الجلوس في غرفة

المعيشة مع التلفزيون) للاتصال حقا .



- الزواج القوي هو أكثر من مجرد زفاف جميل . عليك أن تتذكر هذا . الزواج ليس عرس - هذا ما يحدث بعد الزفاف ... طوال العمر.
- زيارة مكان جديد معا من أجل مغامرة جديدة . هذه نصيحة رائعة! إذا استطعت تجربة أشياء جديدة معًا ، فسيكون الأمر ممتعًا لكما! انتقل إلى مكان جديد ، وابحث عن مطعم جديد ، واستكشف مكانًا جديدًا لقضاء العطلات مع عائلتك أو اذهب إلى ممر أو متنزه جديد.
- خذ بعض الوقت لتعلم نوع شخصية زوجك.
- يمكن أن يكون التعلم من الآخرين ومشاركة نصائحتك طريقة رائعة لتنمية زواج أعمق. عليك أن تثقا ببعضكما وتحدث مع بعضكما البعض. تعلمت الكثير من أمي وأبي.
- في بعض الأحيان سوف تزعجا بعضكما البعض ، وهذا على ما يرام. في بعض الأحيان ، تعيش مع شخص ما كل يوم على أعصابك. يتركون المنشفة على الأرض أو أحذيتهم ... تذكر أنه لا يمكنك أن تتفاهق في تلك اللحظة ، ولكنك تعلم أيضا أن هذا أمر طبيعي.
- إن أخذ الوقت للقراءة عن الزواج يمكن أن يساعدك على النمو باستمرار. يعد العثور على كتب الزواج أو قراءة كتاب معًا طريقة رائعة للتواصل.
- ابدأ اجتماع الزوج / الزوجة الأسبوعي معًا . ضع خطة للوجبات معًا ، و جدول زمني معًا ، وأعدا أي خطط للأسبوع القادم. اطلع على التقويم وتحدث عما ستفعله.
- ضع زوجتك أولاً . قرأت مرة واحدة يجب أن تعامل زوجك مثل ضيف المنزل. إذا حصلت على شيء ما ، فقدمه له. إذا خرجت ، تحدث معه عن المكان الذي ستذهب إليه.

