

3 نصائح لتحافظي على زواجك

من بعد أن تعودتي من شهر العسل، ماذا تفعلين لتحافظي على زواجك مدى الحياة؟

مفتاح نجاح العلاقة هو في تكبير و تعظيم المحاسن لدى شريكك!

1. ركّزي على الحسنات، ليس السيئات!

على سبيل المثال، بدلاً من أن شريكك قد يرغب في الاسترخاء مع السيارة والدردشة معك أثناء احتساء كوب من النبيذ بعد العشاء بدلاً من الذهاب في نزهة في منتصف الليل، كوني سعيدة أنه يريد أن يتحدث إليك.

حاولي أن تنقلي تركيزك عن جوارب زوجك القذرة التي تركها على الأرض إلى التفكير بأنه لديه وظيفة مهمة ويساهم في دفع مصاريف المنزل كل شهر.

2. لا تركّزي على نقاط ضعف شريكك!

طالما لا تحصل أحداث مسيئة وعنيفة في علاقة الزواج - الاعتداء الجسدي أو العاطفي، الغش على المدى الطويل دون اعتراف، أو غيرها من العوامل التي يمكن أن تكون مدمّرة للغاية - لا يساعد الضغط على نقاط الضعف لدى شريكك.

بدلاً من أن يتحسّر الرجل على زيادة وزن زوجته أو عدم الاهتمام بالجنس، يمكنه التفكير في الأطفال التي حملتهم زوجته في أحشائها. فيمكنه البحث عن طرق إيجابية تشجعها على تناول الطعام الصحي وجعل الأمر شيئاً مشتركاً بين الزوجين.

3. ابحثا عن اهتمامات مشتركة!

وجود مصالح صحية خارج الزواج - مثل هواية التصوير الفوتوغرافي أو الطبخ - يمكن أن يكون نعمة، لأنه عندما تعودين إلى زوجك في نهاية النهار، لديك أخبار جديدة ومشوقة لتخبريه إيساه.

ولكن، لا يجب أن تكون جميع هواياتكما مختلفة ومستقلة عن بعضكما البعض، ولا يجب أن تكون علاقتهما متمحورة ومركّزة على أطفالكما فقط. اكتشفا أشياء جديدة تريدان مشاركتها معاً مثل الذهاب الى السينما، القيادة واكتشاف منازل جديدة، أو السفر إلى مدن جديدة

لزيارة مصانع النبيذ أو غيرها من المغامرات.

الزواج لا يجب أن يكون مملاً ، ويجب على الزوج والزوجة أن لا يضعفا أمام الإغراء والشهوة.

تذكرى الأشياء التي جعلتك تقعين في الحب أولاً ، عيشي هذه الأنشطة من جديد، وقدّمي خدمات جديدة.