

5 طرق غير اعتيادية للتخلص من روتين العلاقة العاطفية

الروتين العاطفي صفة متلازمة مع كل علاقة، وغالبا ما تظهر بعد الزواج. فالإنشغالات في الحياة اليومية تجعل الملل يتسلل على الثنائي الأمر الذي يؤدي في الكثير من الأحيان الى نشوب خلافات.

ولكن، في المستقبل الآخر يشعر العديد من المزوجين بوجود خطب ما دون أن يدرك كلاهما أين الخطأ. وكل ما على الزوجين القيام به هو محاولة اتباع بعض الطرق والخطوات لتغيير روتين الحياة الممل بدلا من الشكوى وإلقاء اللوم على أحدهما الآخر.

ومن الطرق العفوية للتخلص من الروتين في العلاقة، نذكر:

1- الخروج من وقت إلى آخر: من الطرق السهلة التي تعمل على إضافة أجواء مميزة للعلاقة العاطفية هي بالخروج من وقت لآخر، ويجب على الزوجين محاولة تغيير الجدول الزمني في حياتهم فبدلا من الجلوس في المنزل ومشاهدة فيلم ما بإمكانكم الخروج إلى السينما أو تناول وجبة العشاء في الخارج.

2- الابتعاد عن الأجهزة الإلكترونية: يعاني أغلبية الأزواج في الوقت الحاضر من ادمان الهواتف الذكية حيث تشكو معظم النساء من ادمان أزواجهن على الهاتف الذكي عند جلوسهما معا لمشاهدة التلفاز أو التحدث. لذلك، على الزوجين فصل الانترنت من الهواتف الذكية عند الجلوس مع بعضهما البعض وبهذه الطريقة يزداد تركيز كل من الطرفين لكلام الآخر والإحساس به.

3- ملء دفتر المدونة بالأفكار الممتعة: هناك الكثير من الأماكن التي يمكن زيارتها و الذهاب إليها كالسينما، البحر وغيرها من المواقع. ومع ذلك فإنه من الصعب أن تقرر دائما ما يجب القيام به في وقت سريع ولهذا السبب عليك بملء مدونتك الخاصة بمجموعة متنوعة من الأفكار لقضاء وقت ممتع.

4- تقديم هدية: ينتظر الزوجان في العادة المناسبات كعيد الزواج أو عيد الميلاد لمفاجأة الشريك وتقديم الهدايا له، إلا أنه ليس على كلا الزوجين إنتظار هذه المناسبات فقط. فمفاجأة الشريك يضفي المزيد من الرومانسية على العلاقة الزوجية.

5- تحضير مفاجأة : التوجه إلى المتجر وشراء بعض المكونات لإعداد طبق شهي من الغذاء أو ربما صنع بعض الحلويات اللذيذة بدلا من اعداد الإطباق الروتينية.