حيل تكسر الروتين وتقوي العلاقة الزوجية

معدلات الزواج واستمرارها آخذة في الانخفاض، الأمر الذي جعل الكثير منّا يعتقدون أنّ العلاقة طويلة الأمد هي خرافة، أو ببساطة لا تستحق كلّ هذا العناء، ومع ذلك، هذا ليس صحيحاً على الإطلاق.

بحسب موقع Side Bright يقدّم بعض النصائح التي تمكنك من الحصول على علاقة قوية وسعيدة.

1- اكتبي التفاصيل حول رغبات شريكك البسيطة

في كلّ مرة يتحدّث فيها شريكك عن مطعم جديد يرغب في زيارته أو فيلم يتوقع عرضه أو أي شيء يرغب في شرائه، قومي بتدوينه ويمكنك الاحتفاظ به كملاحظة على هاتفك الخلوي، والنظر إليه متى أردت إخراجه في موعد أو شرائه هدية لشريك حياتك.

2- مفاجآت صغيرة من وقت لآخر

بعد الأشهر الأُولى من العلاقة، يبدأ الروتين والتعوّد على شريك حياتك؛ فيعد الحبّ الحقيقي أن يمكنك مفاجأة شريك حياتك بحلوى مفضلة لديه، أو إعداد حمام ساخن بعد يوم شاق في العمل، أو شراء تذاكر لهذا الفيلم الذي تريدون رؤيته، الذي كتبته في دفتر الملاحظات.

3- حيلة لحل الخلافات

أثناء الخلافات، انتقلي إلى غرف مختلفة لمدّة 20 دقيقة، سوف يمنحك هذا بعض الوقت للتهدئة والأهم من ذلك، لا مانع من الاعتذار في كثير من الأحيان، ومحاولة إيجاد حل للمشكلة معاً.

4- أخذ إجازة زوجية

مع كثرة الخلافات الزوجية، لا مانع من أخذ إجازة زوجية وفعل شيء تحبّينه، يمكنك التفكير في الحصول على باديكير أو قهوة وقضاء بعض الوقت بشكل منفصل؛ حتى يهدأ الوضع وتهدأ الخلافات الزوجية.