

دوام ازدواج شما به این ۷ مورد بستگی دارد

دوران تاهل از زیباترین دوران زندگی هر فردی - فارغ از زن یا مرد بودن - است. برای زیبایی بیشتر آن این 7 مورد را همیشه در نظر داشته باشید و به دوام رابطه خود کمک کنید.



دوران تاهل از زیباترین دوران زندگی هر فردی - فارغ از زن یا مرد بودن - است. برای زیبایی بیشتر آن این 7 مورد را همیشه در نظر داشته باشید و به دوام رابطه خود کمک کنید.

دوران تاهل از زیباترین دوران زندگی هر فردی - فارغ از زن یا مرد بودن - است. برای زیبایی بیشتر آن این 7 مورد را همیشه در نظر داشته باشید و به دوام رابطه خود کمک کنید.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از برترین‌ها، رابطه زناشویی رابطه پیچیده‌ای است. مسایل ظریف بی‌شماری وجود دارد که با رعایت نکردن آنها یک مساله کوچک، می‌شود یک دعوای بزرگ. می‌شود یک بحث و مشاجره بیهوده. زن و شوهرها باید مسایلی را در زندگی بدانند و رعایت کنند که بتوانند برای سال‌های طولانی در کنار هم لحظه‌های شاد و عاشقانه‌ای را داشته باشند.

1. مهربانی معجزه می‌کند

زندگی این روزهای همه ما بسیار شلوغ است و همه‌مان مشغله‌های کاری و فکری بسیاری داریم. گاهی تحت فشار سختی‌ها یادمان می‌رود مهربانی‌های خود را نثار اطرافیان کنیم. باید سعی کنید مهربانی را به عادت دائمی خود در زندگی بدل کنید. هر چه بیشتر مهربانی کنید، مهربانی بیشتری هم دریافت می‌کنید. این محبت رابطه میان انسان‌ها را قوی‌تر می‌کند.

2. همه انسان‌ها روزهای بد در زندگی دارند

این را به یاد داشته باشید هیچ کس، خوشبخت مطلق نیست. همه روزهای خوب و بد در زندگی خود دارند. طبیعت زندگی همین است که در کنار خوبی‌ها، بدی‌ها هم وجود دارند. برخی روزها هستند که آدم‌ها حوصله ندارند، شما به عنوان همسر باید این مساله را درک کنید و بدانید که نمی‌شود همیشه همه چیز خوب باشد و لبخند و شادی در خانه داشته باشد. خود شما هم گاهی به قدری مشغله دارید که نمی‌توانید به اندازه کافی برای همسر خود وقت بگذارید. این مسایل را خیلی شخصی کنید و خیلی زود قضاوت نکنید. اگر یک روز طرف مقابل به شما کمتر توجه کرد، به این معنی نیست که دیگر دوستان ندارد.

3. در جمع بحث یا دعوا نکنید

شک نکنید که همه آدم‌ها در زندگی با اختلاف‌هایی با یکدیگر مواجه می‌شوند. قرار نیست هر چه شما دوست دارید، همسران هم دوست داشته باشد. یا برعکس. عدم تفاهم در همه زندگی‌ها هست. با اینکه هر دو شما این اختلاف نظر را قبول دارید، دلیلی وجود ندارد جلوی دیگران هم آن را مطرح کنید. وقتی جلوی دیگران بحث می‌کنید، خودتان پس از مدتی فراموش خواهید کرد، اما آنها در ذهنشان می‌ماند و این موجب بدنامی شما و همسران می‌شود. وجهه اجتماعی خود را برای مسایل ساده یا حتی مهم خراب نکنید. مشاجره‌ها یا بحث کردن در مورد مسایلی که با هم اختلاف دارید را در خانه و تنهایی‌های خود انجام دهید.

4. بخشش بزرگ‌ترین نعمت است

زن و شوهرهایی که به راحتی می‌توانند یکدیگر را ببخشند، رابطه طولانی‌تر و قوی‌تری هم دارند. باید این درک را داشته باشید که هیچ کس کامل نیست. همه انسان‌ها اشتباه می‌کنند و باید این واقعیت را پذیرفت و درک کرد. با این دید، می‌

توانید عشق بیشتری به همسر خود بورزید و از آرامش بیشتری در رابطه خود بهره بگیرید.

5. همیشه با هم بخندید

احساسات خوب، به ویژه خندیدن موجب سرحال آمدن روح می شود. وقتی با فردی که دوستش دارید، می خندید و از رویدادهای شاد و لحظه های ناب لذت می برید، یک مهر تایید بیشتر روی رابطه خود می زنید. برای هم لطیفه های جالب تعریف کنید. کلیپ های خنده دار تماشا کنید. به مکان های شاد و هیجان انگیز بروید و از ته دل با هم و در کنار هم به زیبایی های دنیا لبخند بزنید.

6. رک حرف بزنید

باید این را درک کنید که انسان ها قدرت خواندن فکر یکدیگر را ندارند. شما باید خواسته ها و نیازهای خود را به زبان بیاورید و سپس انتظار برآورده شدن آنها را داشته باشید. این مشکل بین بسیاری از زوج ها وجود دارد که خیال می کنند طرف باید خودش بفهمد که من الان چه می خواهم یا چه نیازی دارم! نه این طور نیست خیلی رک و صریح در مورد علاقه مندی ها، نیازها، خواسته ها و ایده های خود با همسرتان حرف بزنید. با هم همفکری کنید و برای انجام و برآورده کردن آنها با هم تلاش کنید. قرار نیست برای هم معما طرح کنید و ببینید طرف اینقدر آی کیو دارد که بداند در گوشه مغز شما چه می گذرد؟!

7. متعهد باشید

یکی از مهم ترین مسایلی که در رابطه زناشویی و حتی دوستی ها باید رعایت کرد، تعهد است. یا شما قبول می کنید وارد رابطه ای بشوید یا قبول نمی کنید. وقتی تعهد می دهید و قول می دهید در همه لحظه های شادی و غم در کنار هم باشید، باید در جریان زندگی هم این تعهد را عملاً نشان بدهید. زن و مرد باید بتوانند به یکدیگر تکیه و اعتماد کنند. تعهد هسته اصلی روابط زناشویی است.