

گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

چرا باید به همسر خود ابراز علاقه کنیم؟



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

مقدمه

مردان و زنان شبیه هم نیستند و تفاوت هایی با هم دارند. در حقیقت همین تفاوت هاست که زندگی را زیبا میکند. چیزی که در هر دو جنس به طور مشترک وجود دارد نیاز به دوست داشته شدن است. هر مرد یا زنی دوست دارد از عشق همسرش مطمئن شود و از این طریق نسبت به خودش احساس بهتری پیدا کند.

فواید ابراز علاقه به همسر

ابراز علاقه به همسر فواید بسیاری برای رابطه شما دارد؛ برای مثال :

۱- باعث افزایش اعتماد به نفس هر دوی شما می شود

۲- اعتماد دوطرفه را افزایش میدهد

۳- باعث کاهش استرس و احساسات بد میشود

۴- حس رضایت و شادی را بالا میبرد

۵- کیفیت روابط جنسی شما را افزایش میدهد

۶- احساس روزمرگی در ازدواج را از بین میبرد



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

روش های ابراز علاقه به همسر

۱- به حرف های همسر خود گوش دهید

تفاوت زیادی بین شنیدن و گوش دادن فعال وجود دارد. برای این که اهمیت همسر خود را به او نشان دهید باید به حرف های او با دقت گوش بدهید. هیچوقت وسط حرف های همسرتان نپرید و با تمام وجود به جزئیاتی که در صحبت هایش میگوید؛ واکنش نشان دهید. علاوه بر این که به صحبت های او گوش میکنید به زبان بدن همسرتان هم توجه کنید. توجه به چنین مواردی باعث درک بیشتر احساسات او میشود و به او این اطمینان را میدهد که برای شما مهم است .



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

۲- به نیازهای او توجه کنید

همسر شما تمام نیازهایش را به طور مستقیم با شما در میان نمیگذارد. با انجام یک درخواست یا نیاز مطرح نشده میتوانید حس خوبی را در همسران ایجاد کنید. برای مثال زمانی که همسران مریض شده و نیاز به مراقبت دارد منتظر درخواست از سمت او نباشید. میتوانید برای او یک سوپ مقوی درست کنید یا داروهایش را به او یادآوری کنید تا هر چه زودتر سلامتش را به دست بیاورد. با چنین کارهایی به او نشان خواهید داد که حواستان به او هست و همیشه مراقب او هستید.

۳- به احوال پرسشی های کلی و همیشگی اکتفا نکنید

احوال پرسشی یک کار همیشگی و شاید حتی روزمره باشد. ما عادت کرده ایم که بعد از احوال پرسشی یک جواب سریع و کوتاه به دیگران بدهیم و وارد جزئیات نشویم. اما یادتان باشد همسر شما با دیگر افراد متفاوت است و شما نباید مانند دیگر افراد با او رفتار کنید. با پرسیدن جزئیات بیشتر حال او، عشق خودتان را به همسران نشان دهید. اگر میدانید این روزها درگیر یک کار مهم است؛ به آن کار اشاره کنید و نشان دهید که حواستان به چنین مواردی هم هست. این کار بسیار ساده است؛ اما میتواند کمک بزرگی به از بین رفتن روزمرگی رابطه شما کند.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

۴- اجازه ندهید تکنولوژی و شبکه های اجتماعی تمام زمان شما را پر کنند

گوشی های همراه، ما را به آدم های مختلف دنیا و دوستانمان وصل میکنند. به همین خاطر بعضی وقت ها چنان غرق در شبکه های اجتماعی و اینترنت میشویم که گذر زمان را حس نمی کنیم. یکی از بزرگترین مشکلات جدیدی که زوجین در روابط عاطفی خود دارند شکایت از میزان استفاده و تاثیرگذاری این تکنولوژی هاست

سعی کنید میزان استفاده از شبکه های اجتماعی را کنترل کنید و نگذارید دیدن فقط قسمت هایی از زندگی دیگران، شما را دلسرد کند. زمانی که در کنار همسرتان هستید؛ همیشه گوشی خود را در دست نگیرید و به او نشان دهید که دنیای واقعی ای که در کنارش تجربه میکنید برایتان بسیار شیرین تر از دنیای مجازی است .



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

۵- حتما برای همسرتان وقت خالی داشته باشید

یکی از مهمترین قسمت های زندگی هر زوجی زمان های اختصاصی آن ها برای همدیگر است. هیچوقت خودتان را چنان غرق در مسائل و کارهای مختلف نکنید و که برای مدت زیادی برای همراهی همسرتان وقت نداشته باشید. سعی کنید کار خود را همیشه از محیط خانه جدا کنید و اجازه ندهید درگیری های شغلی وارد زمان اختصاصی خانواده شما شوند حذف کارهای کم اهمیت و خالی کردن وقتتان برای کسی که دوستش دارید؛ یکی از راه های ابراز علاقه به همسر است. در واقع این کار به همسر شما یادآوری میکند که شما همیشه جایگاه او را بالاتر از کارهای دیگر میدانید و برای خوشحالی او تلاش میکنید.

۶- رفتار محبت آمیزی با همسرتان در مقابل دیگران داشته باشید

از این که عشق خود را به همسرتان در مقابل دیگران نشان دهید خجالت نکشید. با یک نگاه محبت آمیز، گرفتن دستان او، یا حتی کمک کردن او در کارهای مختلف، در جلوی دیگران به همسرتان ابراز علاقه کنید. کاری نکنید که دیگران در کنار شما احساس ناراحتی کنند اما با نشانه های کوچک باعث ایجاد احساسات خوب در همسر خود شوید.

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

۷- بزرگترین حمایتگر همسرتان باشید

یکی از مهمترین وقت هایی که میتوانید به همسر خود نشان دهید که دوستش دارید، در زمان های سخت است. اگر همسرتان به سختی در حال تلاش کردن بر روی یک پروژه ی کاری است یا میخواهد یک مهارت جدید را یاد بگیرد؛ او را با کارها و حرف هایتان تشویق کنید

به او اطمینان دهید که توانایی موفق شدن در خواسته اش را دارد. اگر میتوانید او را در کاری کمک کنید حتما به او پیشنهاد کمک بدهید. به حرف های او به خوبی گوش کنید و راه حل هایی که به ذهنتان میرسد را با او در میان بگذارید. با تشویق و حمایت همسرتان در راه رسیدن به هدف هایش به او نشان میدهید که همیشه کنارش هستید و به شادی و موفقیتش اهمیت میدهید.



شما چگونه به همسر خود ابراز علاقه می کنید؟

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR

