



فيروسات الحياة الزوجية

أسبابها والقضاء عليها



هل الحياة الزوجية معرضة للإصابة بفيروسات ؟

نعم هي عرضة لذلك.

وإليك قائمة بالفيروسات وطريقه التخلص منها.

الفيروس الأول : الغيرة

تصنيفه : فتاك

أسبابه :

- الرغبة بالامتلاك .
- الشك بالشريك الآخر .
- الافتقاد إلى الصراحة .

طريقة العلاج:

- احترام حرية وخصوصية الشريك الآخر
- الصراحة التامة والمناقشة الهادئة والموضوعية
- الابتعاد عن الاختلاط قدر الامكان

الفيروس الثانى : الكذب

تصنيفه : قاتل

أسبابه :

- الخوف
 - التقصير
 - الهروب وعدم المواجهة
- طريقة العلاج:

- تجاوز الأخطاء البسيطة للشريكين

- معرفه الواجبات والمسؤوليات لكليهما
- الاعتراف بالأخطاء ببساطة حين حدوثها

الفيروس الثالث : العنف

تصنيفه : خطير جداً

أسبابه :

- العناد والتحدي والجدال الاستفزازي
- ضعف الشريك الآخر وعدم التكافؤ
- بعض الفيروسات في هذا الموضوع

طريقة العلاج:

- الصبر ... المسايرة ... التسامح ... القناعة
- العطف والحميمية في العلاقة الزوجية
- الصدق والصراحة في كل الأحوال

الفيروس الرابع : تدخل الأهل

تصنيفه : خطير جداً

أسبابه :

- تسرب المشاكل الشخصية خارج المنزل

-كثرة الزيارات للأهل واطلاعهم على تفاصيل خاصة وبدون مبرر

طريقة العلاج:

المحافظة على سريه وخصوصية العلاقة الزوجية والاعتدال في الزيارات والاهتمام في شؤون المنزل والعائلة أولاً

الفيروس الخامس : الأنانية

تصنيفه : خطير

أسبابه :

- حب الذات

-عدم الشعور بالمسؤولية

طريقة العلاج:

- احترام حاجات ورغبات الطرف الآخر

- المشاركة بين الطرفين في السراء والضراء

الفيروس السادس : البخل

تصنيفه : خطير

أسبابه :

طبع سيء وصفة منفرة

طريقة العلاج:

الحمد والشكر على عطاء الله والتمتع بالرزق الحلال واليقين بأن الموت قريب دائماً

الفيروس السابع : الملل

تصنيفه : خطير

أسبابه :

-روتين الحياة

-الافتقار إلى التجديد في الأمور اليومية

- الفراغ

طريقة العلاج:

-السعي إلى التجديد حتى في أبسط الأمور

-قليل من التغيير وخلع ثوب المثالية قد يفيد

- ملء الفراغ بأشياء مفيدة وأفكار متجددة

الفيروس الثامن : الكسل

تصنيفه : خطير

أسبابه :

- منشأ ذاتي
- الالتكالية

طريقة العلاج:

- - تنظيم الحياة اليومية
 - الاعتماد على الذات قدر الامكان
 - الإحساس بالمسؤولية
- وارجو أن تكون مناعتكم قوية من كل هذه الفيروسات

المصدر : مجلة الأسرة