كيف تكسبين قلب زوجك من جديد؟

كنت تشعرين بأنّه يحبّك كما تحبّينه، لكن بعد فترة من الزواج بدأت المشاكل تبرز، والهموم تكبر، وتصل الأمور فجأةً إلى نقطة حرجة، فيبادرك شعور بأنّ المشاعر فترت، بينك وبين زوجك، وغابت الكلمات الرومانسيّة، وبدأت الدنيا تضيق عليك، لأنّك تشعرين بأنّه لم يعد ذلك الزوج الذي كان يلفّك بحنانه. بالطبع، ليس هناك أسوأ من قلب مكسور، وليس هناك أسوأ من الشّعور بالوحدة، وأنت بجانب زوجك. غابت تلك الأحاديث الخاصّة بينكما، وبدأ الصّمت يضرب بأطنابه على أركان المنزل. فهل هناك سبيل إلى كسب قلبه من جديد؟! الجواب هو نعم، ولكن كيف! تذكّري كلمات الزّعيم البريطانيّ الشهير/ونستون تشرتشل/ الذي غيّر موقف شعبه في خطاب لم يدم أكثر من دقيقتين، حيث خاطب جمهوره في خضمّ الحرب العالميّة الثانية بكلمات شهيرة لا تنسى "لا تستسلم أبداً، أبداً لا تستسلم، وأبداً أبداً لا تستسلم لليأس".

اكتشفي الأمور الجيّدة فيك:

قالت دراسة برازيليّة لمعهد /أنييسب/ للدراسات الاجتماعيّة والفلسفيّة في مدينة ساو باولو البرازيليّة إنّه من أجل كسب قلب زوج فقد حبّه لزوجته يجب أن لا تفكّر المرأة بأنّها سيّئة أو لا

تستحقّ ذلك الرجل الذي أحبّته وأحبّها قبل الزواج وبعد الزواج بفترة. ما هو ضروري هو أن تكتشف المرأة الأشياء الجيّدة في نفسها، وأن تعيد التأكيد عليها وتبرزها وتجعل زوجها الذي في خصام معها يُلاحظ ذلك بوضوح.

وأضافت الدراسة أنّه من الخطأ جدّاً أن تستسلم المرأة ليأسها بعد شعورها بأنّ زوجها تغيّر تجاهها، ولم يعد يحبّها، كما كان في السابق. وأوضحت بأنّ ذلك الزوج ربّما لم يفقد حبّه بشكل كامل، بل إنّ الظروف التي مرّ بها الزواج، وحدّة الخلافات وأسباب أخرى، ربّما برّدت مشاعره، وهو قد يكون بانتظار أن تتّخذ زوجته المبادرة لكي يشعر بأنّها لا تستحقّ أن يفقد حبّه لها، وأنّه بالإمكان إرجاع الأمور إلى مجاريها. هذه الدراسة تستبعد في محتواها حدوث الخيانة الزوجيّة، لأنّ الخيانة قد تقتل الحبّ تماماً لدى الطرفين.

وتابعت الدراسة تقول بأنّ نساء كثيرات تمكّن من استعادة حبّ أزواجهنّ لهنّ بعد خصامات طويلة، لأنّهنّ لم تستسلمن لليأس، بل جاهدن من أجل كسب قلب من تحبّه من جديد.

اعتني بنفسك أكثر:

قالت الدراسة إنّ هناك زوجات تشعرن بالراحة بعد الزواج، فتهملن أنفسهنّ؛ ومن بين أكثر الظواهر شيوعاً هو اكتساب بعض النساء وزناً كبيراً، بسبب الاعتقاد بأنّها قد تزوّجت، وبأنّ زوجها لن يهتمّ إذا اكتسبت الوزن أو فقدته، لاعتقادها بأنّه يجب أن يحبّها بالشاكلة التي هي عليها. وأضافت الدراسة بأنّ هذا الاعتقاد خاطئ جدّاً، لأنّ الزوج يحبّ دائماً أن يرى زوجته جميلة، كما كانت قبل الزواج. بالطبع هناك حالات طارئة، قد تحدث تغييرات على المرأة بسبب الحمل والإنجاب، والزوج يجب أن يتفهّم ذلك؛ ولكنّ الأمر غير المقبول هو أن يرى الزوج بأنّ زوجته تهمل نفسها بسبب الكسل، أو للاعتقاد بأنّه لم يعد يهتمّ بمظهرها، وبأنّه مجبر على قبولها على الشاكلة التي أصبحت عليها.

أعيدي النظر في بعض مواقفك:

وأوضحت الدراسة التي نشرها موقع /تيرا/ البرازيليّ على الانترنت لغرض التفاعل الجماهيريّ بأنّ على المرأة أن تعيد النّظر في بعض مواقفها التي كانت تزعج الزوج، إن كانت حادّة الطباع. وقالت الدراسة إنّ َ أموراً كثيرة ينبغي أن تتغيّر إذا أرادت المرأة كسب قلب زوجها من جديد،لأنّ ذلك يعتبر بمثابة تهديم منزل قديم وبناء آخر جديد بأعمدة أقوى وأساس متين.

وتابعت الدراسة تقول إنّه يجب الاستفادة من التّجارب التي أدّت إلى فتور مشاعر الحبّ،لأنّ َ من لا يستفد من التّجارب السابقة فلن يستطيع فهم الحياة ومواجهة مصاعبها. وقالت الدراسة إنّه من الصعب جدّاً تغيّر شخصيّة البالغ، ولكن ليس من الصعب تغيير البعض من مواقفه تجاه الحياة. وهذا بالضبط ما يُقصد بالتغيّر، فليس مطلوب من المرأة أن تتحوّل إلى مخلوق آخر، بل المطلوب هو إعادة النظر في

بعض المواقف التي سبّبت التباعد بينها وبين زوجها.

اسألي نفسك الأسئلة التالية:

ما هي المواقف السلبيّة التي امتلكها تجاه نفسي وتجاه زوجي؟

هل أخذت بنصائح نساء أخريات تعرّضن لمواقف مشابهة؟

هل أثّرت عليّ آراء نساء أخريات سلبيّات في التفكير؟

هل هناك الوقت الكافي لإصلاح ما تهدّم؟

هل أحبّ زوجي حبّاً حقيقيّاً، ولذلك أريد كسب قلبه من جديد؟

وقالت الدراسة إنّه بعد طرح المرأة هذه الأسئلة على نفسها، عليها أن تبادر على الفور إلى إصلاح نقاط الخلل الموجودة فيها.

انظري إلى مظهرك:

أشارت الدراسة إلى أنّ المرأة التي تريد كسب زوجها من جديد، عليها أن تعرف بطريقةٍ أو بأخرى ما إذا كان زوجها راضياً عن شكلها ومظهرها. فإذا علمت بأنّ وزنها يزعجه، فينبغي عليها أن تبادر إلى تنحيف نفسها، وإذا لم يكن راضياً عن طريقة لبسها، فيجب أن تكتشف الثياب التي يريد زوجها أن ترتديها.

فكّري في حالتك النفسيّة:

قالت الدراسة إنّ بعض النّساء يصبن بنوع من الشعور بالدونيّة، بسبب الخلافات الزوجيّة، وخاصّةً عندما يمرّ الزوجان بحالة غير مستقرّة من الناحية الماليّة. وأضافت الدراسة بأنّه يجب التفريق بين المشاكل التي يفرضها واقع ما على الزواج والمشاعر؛ أي يجب عدم الخلط بين الأمور. فإذا كان الزوج يمرّ بحالة غير مستقرّة في عمله، فعلى المرأة أن تفهم ذلك، وأن تحاول مساعدته من الناحية المعنويّة على الأقلّ.

وشرحت الدراسة أنّ رفع المرأة لمعنويّاتها يجعلها قادرة على تحسين كثير من الأمور فيها، وهذا من شأنه أن يعيد ثقة الزوج بزوجته ويجعله على استعداد للمحاولة من جديد لبناء قاعدة متينة للزواج، على أساس الحبّ والاحترام المتبادل.