# 8 sfaturi simple pentru a întări și pentru a păstra o relație

Foto

**Orice  cuplu dedicat,  cât și in orice relație sinceră, ar trebui să vă străduiți mereu să vă îmbunătățiți relația. Cuplurile fericite tind să stea împreună cel mai mult și credeți sau nu, există unele lucruri simple pe care, atât de o parte cât și cealaltă le puteți face împreună pentru a vă îmbunătăți rapid relația.**

Continuă să citești pentru a afla cele opt moduri simple cum poți îmbunătăți relația dintre tine și prietenul sau prietena ta în mod instantaneu!

*Iată cum:*

**1. Stabilește obiectivele relației:**

Dacă vă confruntați cu dificultăți în relația voastră, acordați ceva timp pentru a vă înțelege reciproc și pentru a stabili obiectivele relației voastre. Concentrează-te pe necesitățile celuilalt. După ce ați discutat aceste necesități cu partenerul, stabiliți împreună obiectivele realiste ale relației și apoi motivați-vă reciproc să încercați să le atingeți!

**2. Încearcă să fii mai afectuos**

Este foarte comun pentru cupluri să devină mai puțin afectuoase în timp. Dar pentru unele persoane, lipsa afecțiunii îi poate face să se simtă triști. În loc să devii emoțional, încercă să faci mici acțiuni de dragoste. Țineți-vă de mâini când mergeți pe stradă sau sărutați-vă. Sunt lucrurile mici care sunt foarte importante.

**3. Arată-ți dragostea și grija…Efes.4.v.32…**

Uneori facem greșeala să ne gândim „nu trebuie să-i spun că o iubesc astăzi”. Dar, toată lumea are nevoie de reasigurare din când în când. Dacă îți reasiguri constant partenerul că ai nevoie de el și el înseamnă mult pentru

tine, aceasta va ajuta mult la relația voastră. Acesta se va simți dorit și este mai puțin probabil să se simtă neapreciat.

**4. Petreceți timpul împreună**

În funcție de programul încărcat, timpul petrecut împreună poate fi destul de redus. Stabiliți o zi pe săptămână în care amândoi petreceți timp făcând o activitate de care vă bucurați împreună. Fie că este vorba de cină și un film, un concert sau orice altceva – faceți ceea ce vă place să faceți împreună!

**5. Redobândește încrederea**

Dacă vreunul dintre voi a înșelat atunci este extrem de important să știți că câștigarea încrederii din nou nu este o sarcină ușoară, dar este realizabilă. Persoana care a făcut înșelăciune trebuie să fie cât mai transparentă și mai înțelegătoare. Aceasta înseamnă o mulțime de discuții pentru ași exprima sentimentele unul față de altul.

**6. Fă promisiuni**

Gândește-te la domeniile relației voastre pe care le puteți îmbunătăți și fă o listă de promisiuni partenerului pentru a vă schimba vechile obiceiuri. Roagă partenerul să facă același lucru pentru tine.

**7. Nu te aștepta să-ți schimbi partenerul**

Nu e corect să te aștepți ca vreunul dintre voi să se schimbe. Amintește-ți că ești singura persoană pe care o poți schimba. În plus, dacă vrei ca partenerul tău să schimbe totul pentru tine, poate că nu ar trebui să fiți împreună.

**8. Este bine să ai interese diferite**

Advertisement

Într-o relație sănătoasă, cuplurile împărtășesc valori comune, care sunt mult mai importante decât hobby-urile și interesele proprii. În plus, dacă hobby-urile tale diferă de cele ale partenerului tău, aceasta adaugă doar o notă de varietate și condimente relației voastre.