* **استرس روحی شماره 6**

راههای زیادی وجود دارد که میتوان به­صورت عددی به همسرتان یا عشق دوران مجردیتان و همچنین سازگاری بین مامان و فرزند پی برد. اگر به­دنبال یک رابطه عاشقانه صمیمانه یا عاطفی و روحی هستید و میخواهید مطمئن شوید که مسیر زندگی روحتان با فرد مورد نظرتان چگونه است؟ آیا سمی­ست یا نه؟ آیا هماهنگ­ست یا نه؟ بهترین شاخص هماهنگی را انتخاب کرده­اید. پی بردن به وضعیت استرس روحی. پس بریم ببینیم وضعیت شما 2نفر چگونه است؛

کمال­گرایی و داشتن انتظارات آرمان­گرایانه یا غیر واقع­بینانه از همدیگر می­تواند مشکلات بزرگی در این رابطه ایجاد کند. شما هر دو با مسئولیت­پذیری مبارزه خواهید کرد و باید از خودپسندی خودداری کنید. ممکن است متوجه شوید که خانواده در روابط شما دخالت می­کند. با یک­قدم به عقب برداشتن در مورد مسائل صحبت کنید، زیرا احساسات حل نشده می­تواند بسیار آسیب­رسان برای یکدیگر باشد.