

Come avere un matrimonio felice e duraturo, consigli utili

Autore: Alice Marchese

Data: 28 Agosto 2022



Il **matrimonio** è un passo importantissimo per una coppia. Due persone sono legate da un rapporto assolutamente speciale, ma anche quello con l'equilibrio più solido può essere turbato da tantissimi fattori. Uno tra questi può essere il tempo che passa, l'abitudine o cambiamenti. Ma con degli accorgimenti, si può avere un matrimonio felice e duraturo. Se c'è amore e volontà di stare insieme, si può superare qualunque ostacolo.

Non dare nulla per scontato

A rendere l'amore così bello non sono i gesti eclatanti, ma le piccole cose. Dettagli, attenzioni, sorprese mi faranno sentire ancora più leggeri e innamorati. La cosa più importante è spezzare la monotonia e non dare nulla per scontato. A volte basta davvero pochissimo.

La comunicazione

Da non sottovalutare è la capacità di comunicare, intesa come capacità tanto di esprimersi quanto di capirsi. A volte accade che per un niente ci siano discussioni infinite che sfociano in qualcosa di più pesante. La chiave di tutto questo è la giusta comunicazione. In questo modo spiegando il proprio punto di vista ci si comprende meglio. Un'altra causa di litigio è spesso il rancore: non tenetevi tutte le frustrazioni dentro nell'attesa di esplodere, ma piuttosto dite subito chiaro tondo ciò che vi ha ferito. Provate, poi, ad individuare il vostro punto di non ritorno: se sapete che ci sono argomenti di discussione che sfociano immediatamente in un conflitto, cercate di evitarli.

Leggi anche: [“Quale anello si regala per la proposta di matrimonio?”](#)

Dare importanza al sesso

La passione va sicuramente alimentata, con un po' di variazioni, qualche sorpresa per spezzare la routine e cercando di avere sempre la dovuta cura del proprio corpo. Essere certi dell'amore che ci viene portato, infatti, non è un buon motivo per trascurarsi.

Non pensare subito al divorzio come soluzione

Per queste unioni il matrimonio è visto come un impegno da portare avanti con costanza tutti i giorni, senza lasciarsi scoraggiare dalle difficoltà e senza considerare il lasciarsi definitivamente una delle possibili vie di fuga dai problemi.

Empatia e complicità

La comunicazione è essenziale insieme alla dovuta comprensione. Empatia e complicità sono alla base di un rapporto sano e duraturo. Capirsi senza spiegare troppo è l'obiettivo a cui tutti tendono, ma è un passaggio estremamente naturale. Infine, cercare di essere amici oltre che amanti è un buon modo per sentirsi più uniti: essere scherzosi e giocosi, programmare insieme momenti di svago e ridere insieme fa sentire più rilassati e a proprio agio all'interno della relazione.

Mantenere la propria autonomia

Le coppie che hanno un matrimonio felice non sono quelli che trascorrono tutto il loro tempo a disposizione insieme. Anzi, è attraverso la mancanza, passando del tempo da soli che il rapporto si rafforza. Oltre ad avere degli interessi e delle abitudini in comune, è bene che ci siano degli aspetti che i coniugi coltivino autonomamente. Essere felici e sereni anche quando il partner non c'è, avere sempre qualcosa da fare o qualcuno da vedere anche in sua assenza garantisce di restare un individuo autonomo e aiuta a godersi di più i momenti trascorsi insieme.

Leggi anche: [“Quando mettere fine ad un rapporto, i campanelli d'allarme”](#)

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/matrimonio/come-avere-un-matrimonio-felice-e-duraturo-consigli-utili/>

Generato il 28/04/2025