



Чек лист критериев выбора партнера

Случалось ли у вас такое, что независимо от того, что вы искали в партнере, он не обязательно соответствовал перечисленным критериям? Причина этого очень проста. Подсознательно мы не всегда хотим того, о чем говорим. На бессознательном уровне нас часто привлекают партнеры, которые проигрывают с нами сценарии детства.

Полагаясь на свой эмоциональный багаж, мы выбираем партнеров, которые соответствуют существующим деструктивным моделям, не потому что эти люди нам нравятся, а потому что мы привыкли так поступать. Пора освободиться от вредного влияния при выборе спутника жизни. вспомните о партнерах, которых выбирали в прошлом. Что не сработало? Что было так, как в детстве, юности? вспомните слова, похожие ситуации. Нет идеальных людей, но есть универсальные черты, которые помогут создать счастье и гармонию в отношениях. Вот мой чек лист восьми ключевых качеств, по которым можно определить, подходит ли вам этот человек в отношениях:

Эмоциональная зрелость

Это означает, что он готов узнавать о себе новое, открыт для размышлений о прошлом и готов расти как личность в настоящем. Думает, прежде чем что-то сказать, его эмоции никак не управляют действиями. Он независим, уверен в себе, не ждет, чтобы другие решали или говорили за него.

Открытость

Он слышит то, что вы хотите ему сказать. Открытое и честное общение жизненно важно для поддержания близких отношений. Когда в паре есть возможность открыто рассказать о чувствах, планах, уходит напряжение и есть прочная основа для обоюдной эволюции.

Честность

Исследования показывают, что чем меньше лжи, тем крепче союз. Умение доверять очень важный критерий при выборе спутника жизни. Если партнер скрывает некоторые аспекты своей личности, это может заставить вас чувствовать себя неуверенно и вы

потеряете к нему доверие.

Уважение

Этот человек побуждает творить то, что делает вас счастливым. Он может даже бросать вызов, если слышит "у меня ничего не получится!" Он не только чувствителен к вашим планам, идеям, но и терпит недостатки.

Независимость

Попытка стать единым целым с партнером вредна для отношений. Чтобы рутина не разъела ваш союз, присмотритесь что у партнера с индивидуальностью? Есть ли у него хобби? Друзья? Осваивает ли он новый опыт? Это те компоненты, которые будут приносить живительную энергию в вашу пару.

Эмпатия

Помимо общения, чуткость также достаточно важное качество для хороших отношений. Когда есть партнер, который стремится понять и прочувствовать, что вы испытываете, можно больше раскрыть себя. Сострадание — одна из самых важных черт в партнерстве.

Влечение тела

Сексуальность — часть нас, которая не должна исчезать во времени. Отсутствие ее в паре создает «фантазийные связи». Секс — это один из способ выражения чувств. Важно, чтобы партнер не только принимал вашу физическую любовь, но и сам умел ее отдавать.

Чувство юмора

Это самое лучшее лекарство в отношениях от всех невзгод. Тот, кто умеет смеяться над собой, обладает легким сердцем и умеет найти выход из сложных ситуаций.

У каждого из нас будут личные предпочтения среди тех качеств, которые нужно искать в партнере. Тем не менее, эти восемь критериев помогут понять, есть ли смысл строить будущее с этим человеком.