

День 24. Сила успешных взаимоотношений

Основная причина, препятствующая двум людям иметь отношения, какие они желают, заключается в том, что они видят в этих отношениях решение своих проблем. Это оказывает плохую службу обоим.

Личные отношения должны ассоциироваться у вас с тем, что вы даете, а не берете. Они не удаются в первую очередь по следующим причинам:

1. Закон привыкания – начальный восторг проходит, затем формируются негативные ассоциации, а они – главные враги личных отношений.
 - А. Чтобы предотвратить их формирование, старайтесь не думать про любимого человека, когда у вас плохое настроение.
 - В. Не давайте ссорам выйти из-под контроля. Используйте во взаимоотношениях модели прерывания. Будьте позитивны.
2. Нам не удастся постоянно соответствовать стратегиям любви и привлекательности наших партнеров. Каждый из нас имеет свои особые кнопки, нажатие на которые вызывают у нас влечение и любовь.
 - А. Одни нуждаются в том, чтобы им демонстрировали свою любовь. Например, они хотят, чтобы партнер смотрел на них влюбленным взглядом или водил их куда-нибудь или даже что-нибудь им покупал.
 - В. Другим нужно, чтобы любимый человек говорил с ними особым тоном.
 - С. Еще кто-то нуждается в особых прикосновениях. Одним людям нужно нежное прикосновение, другим – чтобы

их крепко и страстно сжали в объятиях. Все мы разные. Все мы уникальные. Вы должны знать стратегию любви своего партнера. Обязательно еще раз прослушайте о том, как этого достичь.

Если вы хотите, чтобы ваши отношения продолжались как можно дольше, вы должны сделать следующее:

1. Определите стратегию любви своего партнера и всегда следуйте ей.
2. Давайте то, что вы больше всего хотите получить. Но не попадайте в ловушку «сперва ты, а потом я».
 - A. Используйте свой энтузиазм для улучшения качества ваших отношений.
 - B. Задавайте вопросы, которые помогают выразить любовь.
 - C. Будьте спонтанны – старайтесь создать неповторимые моменты.

Качество ваших взаимоотношений зависит от того, насколько вы преданны им. Все в нашей жизни обретает прочность и долговечность, благодаря беззаветной преданности.

ВАШЕ ЗАДАНИЕ:

1. Определите и запишите, что конкретно вы хотите и не хотите от ваших отношений.
2. Определите, каким должны быть отношения, чтобы вы чувствовали себя счастливым и эффективно трудитесь для достижения этого.
3. Создайте список уникальных вещей, которые вы можете делать вместе со своим партнером, чтобы постоянно улучшать ваши отношения.

1. Чего я хочу от моих отношений:

2. Чего я не хочу от моих отношений:

3. Какими должны быть мои отношения:

[illegible]

4. Какие уникальные вещи мы можем делать вместе, чтобы постоянно улучшать наши отношения