



Правила бережных отношений в паре и семье

1. Говорите каждый день обо всём - о важном и о мелочах. Тишина создаёт дистанцию и убивает живой контакт.

2. Сражайтесь с проблемой, а не друг с другом. Оставайтесь в одной команде. Проблема не должна становиться поводом для войны.

3. Честность создаёт доверие. Доверие - база в отношениях. Секреты - мины замедленного действия.

4. Давайте больше, чем берёте. Если оба думают, "что дать", отношения выживают в кризисе.



5. Цените громко, критикуйте мягко. Слова могут исцелять или ранить. Критику упаковывайте в заботу, а не в удар.

7. Обнимайтесь и целуйтесь чаще. Тактильный контакт - язык любви и близости. Прикосновения передают эмоции эффективнее слов.



Правила, это не значит "делай идеально". Это маяки. Даже, если вы их нарушаете, вы знаете, куда возвращаться.

6. Извиняйтесь даже, когда это трудно. Извинение - не слабость, а зрелость. Даже, если ты прав на 80%, извинись за свои 20%.



8. Защищайте достоинство друг друга на публике. Никаких шуток над партнёром в компании. В присутствии других вы - одна команда.

9. Делитесь целями, деньгами и мечтами. Вы строите одну жизнь. Секретные сбережения и мечты - путь к параллельному существованию.

