|  |
| --- |
| П р а в и л а ОТНОШЕНИЙ |
| Постулаты семьи |
| Автор Виктория Власова |
|  |



****

**Введение:**

Когда вы создаете отношения с мужчиной. Просто необходимо определиться с правилами и целями . Часто бывает так, что для женщины что-то очевидно, а для мужчины нет. Все нюансы важно обсудить, внести ясность и прийти к согласию. Обязательно придерживаться их. Чтобы не возникали конфликты, недопонимания и ссоры. Если один из партнеров будет нарушать эти правила (договоренности), то это приведет к разрыву отношений и не важно сколько вы вместе 1 месяц, 10, 30 лет.

Если в самом начале отношений вы не обговорили правила (согласия, договоренности), происходит недопонимание «что можно», а что не допустимо.

Сейчас Вы можете все изменить, наладить ваши отношения вместе составив правила отношений и прийти к согласию. Сначала вы можете ее заполнить, а затем аккуратно спрашивать мужчину, что он думает относительно каждого пункта.

Когда вы заполните таблицу, придерживайтесь ее каждый день и тогда вы всегда будите, уверенны друг в друге.

С таких простых, но важных шагов зарождается доверие, честность и крепкие семейные отношения.

Инструкция:

**1– Заполните таблицу «Правила отношений»**

Обязательно следуйте (придерживайтесь) правил и принимайте решения, которые приведут вас к вашим целям, желаниям. Просто мечтать не достаточно, нужно еще делать маленькие шаги по направлению к вашей цели. Я уверенна, что у вас все получиться! Действуйте!

**Правила отношений**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Опишите правила, которые для вас важны** | **Позволено** | **Не позволено** | **Какой компромисс?**  **(золотая средина)** |
| 1. Общаться с бывшими |  | НЕЛЬЗЯ! |  |
| 2. Встречаться с друзьями |  |  | Только вместе! |
| 3. Ходить по праздникам к родителям | Можно! |  |  |
| 4. Оставлять посуду не мытой |  |  | Если очень спешишь |
| 5. Личное пространство (время) |  |  | Можно, 1-2 часа в день |
| 6. Поддерживать друг друга всегда | Конечно! |  |  |
| 7. Разбрасывать одежду по комнате |  |  |  |
| 8. Убирать квартиру |  |  |  |
| 9. Лгать |  |  |  |
| 10. Не договаривать |  |  |  |
| 11. Не вытирать пролитый кофе |  |  |  |
| 12. Ходить на дискотеки |  |  |  |
| 13. Оставлять постель не заправленной |  |  |  |
| 14. Не смывать зубную пасту с раковины |  |  |  |
| 15. Покупать дорогие вещи |  |  |  |
| 16. Дарить подарки |  |  |  |
| 17. Путешествовать вместе  (как часто) |  |  |  |
| 18. Проветривать дом (квартиру) |  |  |  |
| 19. Поливать цветы |  |  |  |
| 20. Выгуливать собак |  |  |  |
| 21. |  |  |  |
| 22. |  |  |  |
| 23. |  |  |  |
| 24. |  |  |  |
| 25. |  |  |  |
| 26. |  |  |  |
| 27. |  |  |  |
| 28. |  |  |  |
| 29. |  |  |  |
| 30. |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

Это лишь наглядный пример как заполнять. Ваши «пунктики» могут и должны отличаться, поскольку каждый живет по своим правилам. Просто доверьтесь себе.

Ваша задача уделить себе достаточно времени и описать детально все аспекты, особенно те из-за которых у вас возникали разногласия и конфликты.

При заполнении таблицы важно обсуждать и договариваться, на оставлять не решенных вопросов. Поскольку из-за них вы будите разрушать ваши отношения спорами.

Вы, как мудрая женщина, должны учиться находить «золотую средину» и узнавать, почему вашему мужчине так важно разрешить или запретить что-то. Не бойтесь все выяснять и обсуждать. Главное мягко, без скандалов и упреков. Спорами никто и ничего не решал. Если вдруг возникает разногласие, то остановитесь, выйдите на улицу и подышите свежим воздухом, затем поговорите с партнером на темы по поводу, которых вы согласны и продолжите заполнять

Вы можете добавлять пункты в эту таблицу, когда захотите. Помните народную пословицу «под лежачий камень вода не течет» Создавайте свои отношения. За вас этого сделать никто не сможет. Только вы и ваш партнер. Но поскольку ваш мужчина не в курсе всего ( не проходил мастер-класс) вы должны аккуратно донести до него идею. У вас все получиться!

