

QUELQUES CARACTÉRISTIQUES DES RELATIONS SAINES

CONFiance

Les relations exigent que les gens se fassent confiance et s'accordent le bénéfice du doute.

COMPROMIS

Quand vous fréquentez quelqu'un, chaque personne n'aura pas toujours ce qu'elle veut. Faire des compromis signifie que chaque personne devrait reconnaître les différents points de vue et avoir la volonté et la capacité de faire des concessions.

INDIVIDUALITÉ

Bien que les compromis soient propices à des relations saines, une personne ne devrait pas compromettre sa véritable identité pour l'autre personne. Chaque personne devrait se sentir soutenue dans la poursuite de ses intérêts, de ses amitiés et de ses passions.

BONNE COMMUNICATION

Les relations exigent de l'honnêteté, ce qui signifie une communication ouverte et sincère avec l'autre personne. Cela peut aussi comprendre respecter les souhaits d'attendre que l'une des personnes ou les deux soient prêtes et disposées à parler.

COMPRÉHENSION

Chaque personne dans une relation devrait prendre le temps de s'assurer qu'elle comprend et respecte ce que l'autre personne pense, ressent ou gère. Cela peut demander de la patience et de la pratique.

CONFiance EN SOI

Quand chaque personne a confiance en elle, elle est capables de contribuer à l'établissement et à la croissance de la relation en étant assez à l'aise avec elle-même et ses opinions pour faire preuve d'ouverture envers sa véritable identité.