

СВЕТОФОР ОТНОШЕНИЙ



ЗДОРОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ ЭТО:

- коммуникация;
- уважение;
- доверие;
- честность;
- равноправие;
- возможность радостно проводить время отдельно;
- решения принимаются совместно;
- партнёрство, включая финансовое.

НЕЗДОРОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ ЭТО:

- отсутствие коммуникации;
- отсутствие уважения;
- недоверие к партнёру;
- отсутствие честности;
- попытки контроля;
- времяпровождение возможна только вместе;
- навязанные решения;
- неравенство, включая финансовое.

НАСИЛЬСТВЕННЫЕ ОТНОШЕНИЯ ЭТО:

- коммуникация через причинение боли или выражение угроз;
- манипуляции и причинение боли как норма коммуникации;
- упрёки в измене и лжи даже если это неправда;
- когда партнёр не опознает, не осознаёт и не признаёт свое поведение как насильственное;
- когда отношениям характерна контроль;
- когда партнер изолирует тебя от других.