



Σύντροφο σας

Όλοι μας είμαστε σε θέση πρώτα

να βελτιώσουμε την συντροφική μας σχέση, και κατόπιν, έχοντας εφοδιαστεί με τις τεχνικές της δικής μας «επιτυχίας», να βοηθήσουμε κι τους άλλους ανθρώπους του στενού μας περιβάλλοντος να βελτιώσουν τις σχέσεις τους με τους συζύγους, τα παιδιά, τους γονείς, ή τα αδέρφια τους. Το πρώτο πράγμα που χρειάζεται για να πετύχουμε τα παραπάνω είναι να αποκτήσουμε την ικανότητα να καταλαβαίνουμε τις δικές μας ανάγκες, και να μπορούμε -μετά από εκπαίδευση και άσκηση- να τις εκφράζουμε στους άλλους με τέτοιο τρόπο ώστε να γίνονται κατανοητές και να ακούγονται αποτελεσματικά. Το κλειδί για τα παραπάνω βρίσκεται στο να ανακαλύψουμε ποιο είναι αυτό που εκπληρώνεται μέσα από την καρδιά μας και να παρατηρήσουμε τις διαφορές στην επικοινωνία μας με τους άλλους. Υπάρχουν πολλοί τρόποι για να καλυτερεύσουμε τον τρόπο της επικοινωνίας μας με τον/ την σύντροφό μας, [\(περισσότερα...\)](#)