

## RELACJE ROMANTYCZNE

# Skąd mam wiedzieć, czy jestem gotowy/gotowana randkę?

SŁOWA KLUCZOWE:

emocje | kompatybilność | zaangażowanie | znaki ostrzegawcze



To normalne, że czujesz się zaintrygowany znalezieniem chłopaka lub dziewczyny, zwłaszcza gdy widzisz historie o miłości w telewizji lub zauważasz, że Twoi znajomizaczeli chodzą na randki. Omówmy dwa czynniki, które należy wziąć pod uwagę przy podejmowaniu decyzji, czy jesteś gotowy na romans:

- gotowość emocjonalną i
- względy praktyczne

Będziesz wiedzieć, że posiadasz gotowość emocjonalną, jeśli możesz odnieść się do następujących haseł

**“Kocham siebie i czuję się pełnią bez drugiej osoby.”**

Akceptacja siebie jest pierwszym krokiem do przyciągnięcia partnera, z którym będziesz czuć się komfortowo. Zdrowe relacje wymagają dwóch osób, które szukają kogoś, kto pogłębi ich życie, a nie je uzupełni. Jeśli czujesz, że potrzebujesz partnera, aby Cię dopełnił, nie jesteś gotowy na związek

### **“Lubię spędzać czas sam ze sobą.”**

Radość można zwielokrotnić, gdy dzieli się ją z kimś innym, ale partner nie powinien zastępować hobby, zainteresowań, przyjaciół, rodziny i czasu spędzanego samotnie. Bez względu na status związku, nie zaniedbuj rozwijania swoich umiejętności, pasji i szczęścia. Twoja pewność siebie i niezależność będą postrzegane jako atrakcyjne cechy dla innych i oznaka dojrzałości emocjonalnej.

### **“Nie mam nierealistycznych oczekiwań co do przyszłego chłopaka lub przyszłej dziewczyny.”**

Oczekiwania co do związku mogą pomóc zidentyfikować znaki ostrzegawcze i oszczędzić sobie czasu i bólu serca związanego z wchodzeniem w niezdrowe relacje. Równie ważna jest jednak wiedza o tym, które cechy należy traktować priorytetowo, a które bardziej elastycznie. Zachowaj równowagę i pozwól, aby "podróż w miłości" rozwijała się naturalnie!

Teraz, jeśli chodzi o względy praktyczne, ile z poniższych haseł jest zgodnych z Tobą?

### **“Mogę poświęcić wystarczająco dużo czasu na randkowanie.”**

Przed rozpoczęciem randkowania zastanów się, ile masz na to wolnego czasu. Jeśli uważasz, że możesz osiągnąć równowagę między życiem szkolnym lub zawodowym, życiem towarzyskim i możliwym życiem romantycznym, jest bardziej prawdopodobne, że poświęcisz związkowi uwagę i troskę, na jaką zasługuje.

## “Jestem kompatybilny z tą osobą.”

Kompatybilność między dwojgiem ludzi jest jak znalezienie odpowiednich elementów układanki! Nie oznacza to, że znalazłeś "idealnego" partnera (to bajka!), ale jesteście podobni w najważniejszych dla Ciebie aspektach, takich jak wspólne zainteresowania, podobne wartości i swobodna komunikacja.

## “Mam z kim porozmawiać o moich randkach.”

Możliwość omówienia randek z rodzicem (rodzicami) lub starszym rówieśnikiem zapewnia wsparcie i porady dotyczące komunikacji, zgody i kompromisu, których możesz doświadczyć w swoim pierwszym związku.

Nie spiesz się, zaufaj swojemu instynktowi, a kiedy poczujesz więź, która doda radości do Twojego życia, będziesz wiedział, że jesteś gotowy, aby rozpocząć ten nowy rozdział. A jeśli potrzebujesz więcej porad na temat tego, jak mieć świetną pierwszą randkę, sprawdź naszą infografikę tutaj!

RELACJE ROMANTYCZNE

