

10 качеств, которые важнее для отношений, чем красивая внешность

Все так одержимы своей внешностью: худеть и загорать, соответствовать идеалам, подбирать одежду, чтобы скрыть недостатки. Если вы просто эстет и нарцисс, продолжайте в том же духе — на вас будет приятно смотреть, и это круто. Но если вы хотите таким образом привлечь потенциальных партнёров и начать счастливые отношения, не стоит так сильно заморачиваться. Есть по крайней мере десять качеств, которые привлекают гораздо больше внешности. И, что не менее важно, помогают сохранить отношения и сделать их счастливыми.

Умение слушать

Разговаривать умеют и любят почти все, а вот слушать — единицы. Когда человек не ждёт своей очереди заговорить, во время того, как говорите вы, не перебирает в голове подобные случаи, которые подходят под тему. Разговор можно поддержать, даже не слушая, это не трудно — кивай, говори «угу» и не смотри в смартфон. А вот слушать — это целое искусство, но это всегда чувствуется и ценится. С такими людьми действительно хочется разговаривать.

Как развить умение слушать? *Старайтесь концентрироваться на том, что говорит ваш собеседник и не отвлекаться на свои мысли. Заинтересуйтесь тем, что он говорит, а если никак не получается — зачем тогда вообще разговаривать?*

Умение быть спонтанным

Одни люди любят полную спонтанность в действиях, другие предпочитают постоянство и надёжность. Но в любом случае без толики спонтанности, фантазии и неожиданных поступков «в потоке» будет скучно. Просто так, без повода, в будний день предложить сходить в кафе, просто так спеть, когда хорошее настроение, предложить разучить какой-нибудь танец или прокатиться на выходных на природу, чтобы найти невероятно красивое место. Спонтанность не позволяет отношениям стать частью серых будней, делает их интересными и красочными, обеспечивает много приятных воспоминаний.

Как развить в себе спонтанность? *Чаще слушайте себя, чего хотите именно вы. Пока не важно, оценят ваши порывы или нет, главное, чтобы появились какие-то желания.*

Делать что-то хорошо

Не важно, чего касается ваше умение — классно водить автомобиль, виртуозно играть на гитаре или бегло разговаривать на трёх языках. Людей всегда восхищает чужое мастерство, чего бы оно ни касалось.

Как научиться? *Просто найдите себе любимое дело и оттачивайте навыки до совершенства. Кстати, если у вас нет отношений в данный момент, это поможет их завести — как только вы погружаетесь в любимое дело и забываете о желании завести отношения, они волшебным образом появляются в вашей жизни.*

Быть самодостаточным и довольным всем

Люди, которые довольны тем, что у них есть, более привлекательны, чем те, кто постоянно жалуется и мучается от того, что им чего-то не хватает. Если вы

довольны своей внешностью, вы выглядите гораздо привлекательнее, чем если считаете себя жирным уродом. Если вы довольны своей работой, никто не назовёт вас неудачником. Да и нищетоходы, как отлично описано на Лурке — это не те, у кого маленькая зарплата, а люди, которые считают, что им постоянно не хватает денег.

Как научиться довольствоваться тем, что есть? *Да, это не так просто, но возможно. Для начала можно перестать сравнивать себя с другими, потом найти, что в вашей жизни идёт хорошо, и испытывать благодарность за это.*

Отсутствие нездоровых «загонов»

Если вы следите за фигурой и стараетесь есть больше овощей — это отлично, но если выносите мозг персоналу пиццерии, требуя сделать для вас пиццу без теста — это совсем другое. Это касается всех ваших принципов и увлечений — во всём надо знать меру, а болезненная привязанность к какому-то поведению никого не радует.

Как избавиться от слишком сильных привязанностей? *Сначала надо вообще понять, есть ли они у вас. А для этого спросите у лучших друзей и родственников — пусть честно скажут, что они думают по этому поводу. Скорее всего, они даже говорили вам об этом ранее, но вы не обращали внимания.*

Быть настоящим

Можно бесконечно придумать себе фальшивые образы, прикрываться ими и даже вживаться в них, но люди всегда чувствуют фальшь и ценят настоящие личности. Это не значит, что вы будете простым, как два рубля. Это значит, что вы не будете скрывать свои чувства, и не будете «подделывать их». Вы открыто улыбаетесь и смеётесь, не стесняетесь своих порывов, желаний и увлечений.

Как стать настоящим? *Осознать, что в вашем образе является маской (иногда это не так просто), понять, зачем вы её надели и пересмотреть отношение к себе.*

Способность пойти на компромисс

Умение пойти на компромисс, а главное — желание искать его, это признак того, что человек готов к долгим и счастливым отношениям. Если вы не ищете компромиссов, а заставляете партнёра во всем подчиняться вам, значит, вы его не уважаете, и рано или поздно ему это надоест. Если же наоборот, всегда подчиняетесь и уступаете, надоест вам — длительный период молчания закончится взрывом и вы сами разорвёте отношения.

Что же делать? *Всегда ставьте себя на место другого человека. Например, вы работаете дома и после работы хочется прогуляться, чтобы размять мышцы, покататься на коньках или заняться другим активным спортом. А ваша вторая половина весь день на ногах и ему или ей вообще не хочется активности ещё и в вечернее время. Вместо того, чтобы скандалить и заставлять, попробуйте представить себя на месте вашего любимого человека — вам бы захотелось куда-то выбираться после целого дня активности? Как только вы поставите себя на место другого человека, сможете успокоиться и найти компромисс.*

Забота

Почти все люди любят, когда о них заботятся (конечно, без фанатизма). Это возможность без слов сказать «я тебя люблю», «ты мне не безразличен или безразлична». Отвлечь, когда видишь, что человек грустит или спросить, что случилось и выслушать все

проблемы. Если человек заболел, заботиться о нём так, как это делали бы родители. Даже просто купить любимое лакомство, просто так, когда тебя не просили об этом.

Как научиться заботиться о других? *Если вы привыкли думать только о себе, будет нелегко начать заботиться о других. Но если вы с нежностью относитесь к другому человеку, будет не так трудно придумать, чем ему помочь и какой сделать сюрприз.*

Чувство юмора

Весёлых людей любят все, они заряжают позитивом, с ними хочется находиться рядом. Вообще, чувство юмора есть почти у всех, только оно часто не совпадает — смешными кажутся разные вещи. Но это уже зависит от воспитания, окружения и прочих факторов. В любом случае, с человеком, который чаще улыбается, чем хмурится и не прочь от души посмеяться, гораздо приятнее общаться.

Как развить чувство юмора? *Никак. Оно у вас уже есть, может быть, вы просто стесняетесь шутить при недостаточно знакомых людях или считаете своё чувство юмора странным. Это не так уж важно — если вы не стесняетесь быть собой, люди принимают вас таким, какой вы есть.*

Быть сильным

Это ценится не только в мужчинах, но и в женщинах. Никто не хочет видеть рядом с собой размазню, которая не может справиться со своими проблемами, не то что помочь и поддержать в трудной ситуации. Внутренняя сила, возможность решать свои проблемы, не срываясь на людях, умение поддержать и помочь — это гораздо более ценно, чем приятная внешность.

Как развить в себе внутреннюю силу? *Это долгий путь самосовершенствования, когда вы решаете отныне не жаловаться на невзгоды и воспринимаете все свои проблемы, как увлекательные квесты, которые надо выполнить. Осознание своих страхов и борьба с ними, преодоление себя в достижении цели и многое другое. Наверняка у каждого из вас есть своё определение «сильного человека», вот к нему и стремитесь.*