Конфликтные отношения

Конфликты время от времени случаются у любой пары. Но есть тип отношений, в которых они происходят слишком часто, на протяжении длительного периода времени. Атмосфера, царящая между возлюбленными всегда натянутая и неустойчивая. Они как спящий вулкан, трудно понять, что вызовет новое извержение, ведь оно может произойти в любой момент. Причины для ссор всегда одни и те же или каждый раз новые, но в любом случаи по окончании вспышки люди остаются не услышанными друг другом, и каждый при своем мнении. Конфликтные отношения- это не только громкие скандалы и выяснения отношений. Иногда люди, наоборот, молчат, затаив внутри обиду, и время от времени напоминают партнеру о своем недовольстве какой – то обидной или колкой фразой. Атмосфера в таком случае еще более натянутая и неприятная.

Иногда создается впечатления, что выхода нет, и они просто не в состоянии понять друг друга. Такие отношения очень утомляют не только самых возлюбленных, но и людей, которые их окружают. Близкие и друзья с обеих сторон шокированы подобными “проявлениями любви” и скорее всего, советуют им разойтись. Но не каждая пара согласна просто взять и расстаться, иногда связь между влюбленными слишком крепкая, и ее трудно разорвать. В таком случае они становится заложниками собственных чувств, оказываются запертыми в одной клетке в компании ссор скандалов обид.

В таких отношениях нет правых и виноватых, в какой- то степени всегда виноваты оба. Но если один из партнеров решил все-таки что–то изменить, у него есть такая возможность. Действенный способ исправить положение это изменить свое отношения к проблеме. Нужно на время отпустить ситуацию и попытаться изменится самому. Это не значит, что, только вы во всем виноваты, это значит, что у вас есть шанс все исправить.

Хотите изменить, что - либо в этом мире - начните с себя. Почему это работает? Все просто. Мы сами и все что нас окружает, это два зеркала отражающихся друг в друге. Мир отражается в нас, а мы в нем. Любые внешние события в какой-то степени влияют на наш внутренний мир, а это значит, что все положительные перемены внутри нас обязательно проявят себя в окружающей реальности.

Что означает изменить себя. В нашем случае это значит стать лучше. Заняться собой, собственным развитием и самосовершенствованием. Есть множество способов изменить свой внутренний мир. Самый действенный из них - это обратится за советом к психологу. Современный психотерапевт обладает большим арсеналом разных методик, которые позволяют человеку стать успешнее и уверение в себе.

Так же сейчас довольно популярны различные психологические тренинги, предназначенные для обычных людей. На них в доступной форме преподносят полезную информацию. Тренинги могут быть в разных направлениях. На одних специалисты помогают человеку раскрыться, познать себя, на других рассказывают о способах самосовершенствования, на третьих учат искусству общения и тому так правильно

разбираться в людях. Есть даже специальные тренинги, на которых рассказывают, как сохранить и наладить отношения с любимым человеком. Как узнать его на самом деле и научится понимать, основываюсь на его личностных характеристиках.

Работа над собой всегда требует много усилий немалой выдержки и терпения, но результат того стоит. Если вы действительно хотите вырваться из своей клетки нужно очень захотеть и постараться.

Что изменится в ваших отношениях с любимым человеком, которые носили конфликтный характер? Тут два варианта. Первый, человек который находится рядом с вами, подхватит волну положительных перемен и вдохновленный вашим примером, станет вести себя совсем по-другому. Нет, возможно, сам он и не изменится, просто теперь он захочет показать себя с другой стороны, раскрыть свои лучшие качества. Да вы и сами сможете посмотреть на него другими глазами, некоторые недостатки покажутся не такими существенными, а обиды глупыми и мелочными. Конечно же, причины для ссор не пройдут сами собой, но со временем Вы научитесь вместе находить выход из сложных ситуаций. Вам станет легче различать важное и незначительное. Раскроются новые грани ваших отношений. Вы станете более спокойными и уверенными. А кому захочется начинать конфликт с уравновешенным и сознательным человеком, это уже как минимум не интересно.

Второй вариант развития ваших дальнейших отношений менее оптимистичный. Когда вы меняетесь в лучшую сторону, ваш мир меняется вместе с вами. И если близкий человек не примет эти изменения, значит, его все устраивало в старом варианте. Возможно, он просто уйдет из вашей жизни. Отпустите его, не держите. Вскоре его заменит другой человек. Ведь в новой жизни всегда найдется место для того, кто оценит вас по достоинству.

Конечно же, не все так просто, очень часто у пары есть скрытая проблема, которая и послужила причиной для развития отношений конфликтного характера. Часто люди сами не осознают истинной причины своих невзгод и годами мучаются, выясняя отношения. В любом случае всегда лучше начинать процесс реставрации конфликтных отношений хотя бы с небольшой консультации у специалиста - практического психолога. Возможно, устранив истинную причину, вы автоматически избавитесь от проблемы. Но заняться собой все равно стоит, ведь становясь лучше, вы всегда сможете усовершенствовать свои отношения и уверенно двигаться вперед.