

Ограничивающие убеждения в любви

Надо выбрать (или сформулировать) 3-5 своих убеждений и переформулировать на позитивный лад.

1. Мы – единое целое.
2. Равноправие в отношениях необходимо.
3. Если есть любовь, остальное не имеет значения.
4. Если любит – поймёт без слов.
5. Любить надо не за что-то, а просто так.
6. В любви нет места спорам и выяснениям отношений — это разрушает любовь.
7. Любить себя нельзя. Это эгоизм.
8. Без пары – значит «одинок».
9. Любить надо просто так, а не за что-то.
10. В любви нужно ориентироваться на мнение родных и друзей.
11. В любви нужно прислушиваться к советам окружающих.
12. Лучше быть хоть с кем-то, чем одной.
13. Лучше быть одной, чем с кем попало.
14. Я и мой мужчина должны смотреть на жизнь одинаково.
15. Ты – женщина, и ты в ответе за отношения.
16. Мужчину можно полностью изменить или перевоспитать.
17. В отношениях нужно жертвовать интересами и увлечениями.
18. Ради любви нужно жертвовать собой.
19. Без меня мой любимый пропадёт.
20. В отношениях кто-то должен быть главным, руководить, контролировать.
21. Мой мужчина должен предугадывать мои желания.
22. Игры в отношениях – это движение, они не дают скучать.
23. Нужно показывать себя лучше, чем есть на самом деле.
24. В здоровых отношениях есть место острым ощущениям.
25. Мне нужно быть очень осторожной в отношениях.
26. Первая любовь самая сильная.
27. В отношениях стоит говорить только правду.
28. Постоянство – опасный симптом в отношениях.
29. Любовь – это отдавать всё, что у тебя есть.
30. Я не хочу меняться, потому что меня любят такой, какая я есть.