**Het geheim van een goede relatie**

**Hoe komt het eigenlijk dat veel mensen er in slagen een succes te maken van hun huwelijk, terwijl dat anderen niet lukt?**

**Ik kwam hierover laatst op internet een mooi onderzoeksverslag tegen. In dit onderzoek werden koppels geïnterviewd op het moment dat ze nog bij elkaar waren. Op basis van de gesprekken konden de onderzoekers voorspellen welke stellen bij elkaar zouden blijven en welke niet.**

**Wat bleek? De stellen die vijf jaar later nog bij elkaar waren kenmerkten zich door het volgende:**

1. **Ze hadden oprechte belangstelling voor elkaar. Als de één iets wilde vertellen, dan luisterde de ander ook echt met aandacht.**
2. **Ze gunden het elkaar om hun droom na te jagen. Dus als de één iets heel graag wilde, ging de ander erin mee om dat mogelijk te maken.**
3. **Ze lieten elkaar iedere dag weten wat ze in elkaar waardeerden.**

**Waarom zouden deze drie simpele kenmerken zo belangrijk zijn? Ik vermoed omdat ze beide partners doen beseffen dat ze er voor de ander toe doen, dat ze gezien en gehoord worden, en dat ze belangrijk zijn voor de ander.**

**Wat geldt voor een goed huwelijk, geldt natuurlijk ook voor allerlei andere soorten relaties, bijv. die met je kinderen of de kinderen die je partner al had, en met hun andere ouder.**

**Ik wens jullie voor het komende jaar vele goede relaties toe.**

**Wil jij je relatie(s) verbeteren? Wil je helder krijgen tot welk destructief patroon gebrek aan belangstelling en waardering in jullie relatie heeft geleid en hoe je dit patroon kunt doorbreken? Maak dan nu een afspraak en bel: 073-5518120 of stuur een mailtje naar info@gezinspraktijkgestel.nl.**