



N A W A T
نساء

اساسيات التعارف و المواعدة

المرفق الأول:
الأسئلة التي فيكي
تسألها لحالك لتحديد إذا
إنتي جاهزة للمواعدة أو لا

1) مع العلم إنه ولا مرة أو إنه نادراً رح تكوني ١٠٠٪ جاهزة وانه دائماً في مجهود بدك تحطيه، بس بصورة عامة، وبعجقة حياتك، حاسة عندك وقت تعطيه لعلاقة؟ أو في قصص لازم ترتبها قبل؟ بين ارتباطك بالشغل ومع العائلة والأصدقاء وغيره من الانشغالات، حاسة قادرة تعطي شوية وقت لتتعرفي على شخص جديد؟

2) لما نختار علاقة عن حاجة للارتباط، احتمال إنه نختار شخص مش مناسب لنا عالي، لأن رح نتخلي عن كتير أمور أساسية فقط لنكون بعلاقة. لهيك، اسألي حالك: ليش حاجة تكوني بعلاقة؟ هل حاسة إنك أقل بلا العلاقة؟ أم انه إنتي مرتاحة مع حالك بلا هالعلاقة بس حاجة يكون في شريك بحياتك؟

3) في أسباب كتير بتخليكي تكوني ولا مرة بعلاقة قبل وعلى قد ما ممكن أشخاص يحسّسوكي إنه هالشي غلط، هو ممكن يكون طبيعي جداً بس مهم تفهمي الأسباب. يعني، اسألي حالك: هل هالشي صار عن وعي؟ يعني ما كنتي عم تنجذي لحدا؟ ما عم تلاقي شخص مناسب؟ أو إنه في تحديات معينة عم تعيشها مثلاً؟ هل في مشاكل بيتك وخايفة من العلاقات عموماً؟



4) أما إذا مؤخراً طالعة من علاقة، مهم تسألني حالك إذا عنجد تخطيتي. هل عم تفتشي على الشريك السابق بشخص جديد؟ أو انتي مقتنعة انه خلص وحابة تبلشي شي جديد؟ من الأسئلة يلي بتساعدك تعرفي الجواب هي: إذا رجع حبيبي السابق برجعله؟ عبالى كون معه؟ أو أنا فهمت انه مش ظابطة وصار وقت كمل حياتي بلا هالشخص؟

5) كيف علاقتك مع حالك؟ هل بتهتمي بحالك؟ بتحسي انه بتحبي حالك كفاية؟ انت أكيد بتستاهلي تنحبي حتى لو كنتي بحاجة اتطوري حب الذات، ولكن لما يكون حب الذات عندك منخفض هالشي ممكن يخليكي تقبلي بحب مش مناسب. لهيك، فكري أنا قدي بحب حالي وما بحب حدا يؤذيها؟

6) العلاقات السابقة هني تجارب بخلونا نفهم حالنا أكثر، فهل إنتي واعية على الصعوبات اللي واجهتها بعلاقاتك السابقة وفاهمتيها؟ جربي تكتبي أهم درسين من كل علاقة مرقتي فيها وشوفي قديش سهل عليكى تلاقينهن. إذا في جروح مش مفهومة ودروس مش واضحة، هالشي ممكن يآثر على العلاقة الجاية!



7) وأخيرًا وليس آخراً، هل عنجد عبالك هالشيء؟ أو عم تعمليه لأنه لازم؟

أجوبتك على هي الأسئلة هي دليلك لمدى جهوزيتك وأساسية
لتعرفي اذا في أي نقطة مهم تشتغلي عليها.

