

Checklista: I en relation...

Är det extra viktigt för mig:

Att det känns tryggt att prata om saker med varandra

Att jag kan/får umgås med andra utan att du är med

Att vi har tid tillsammans

Att vi ger varandra komplimanger

Att vi visar uppskattning, även för små saker.

Att du kan bli glad över saker som jag är glad för

Att vi har lika intressen

Att vi kan umgås tillsammans med andra

Att vi har olika intressen

Att det är okej att säga nej

Att vi lär känna varandras vänner

Att vi försöker förstå och acceptera varandras beslut

Att vi tar i varandra och kramas ofta

Att det är okej att tycka olika

Att vi är intresserade och ställer frågor om saker.

Att du försöker förstå hur jag fungerar

Att vi respekterar varandras värderingar

Att det är okej att vara arg eller ledsen

Att vi skrattar tillsammans

Att vi lyssnar på varandra

Att vi stöttar och tröstar varandra när det känns tungt

Att vi kan gå undan och få vara ifred

Att vi sätter gränser och respekterar dem

Att vi kan säga förlåt

Att vi säger vad vi tänker och tycker

Att vi har fysisk intimitet

Att vi planerar saker tillsammans

Att vi planerar saker att göra på egen hand

Att vi gör saker spontant

Att vi har en gemensam och tydlig veckostruktur

Att vi pratar om vad vi behöver och försöker hitta lösningar tillsammans

Att vi skapar traditioner (en promenad varje tisdag, en filmkväll i veckan etc.)

Annat: