

VIND JOUW RELATIEGELUK

ONTDEK WAT JOU ECHT GELUKKIG MAAKT IN DE LIEFDE



*Partner
& Select*

ANNABEL MOLLEMAN

INHOUDSOPGAVE

1. Introductie	3
2. Het wensenlijstje: Wat zoek je echt?	4
Waarom jouw lijstje je kan beperken	4
Een verhaal om over na te denken	5
Wat betekent dit voor jou?	5
3. Fatale aantrekkingskracht: Van valkuil naar inzicht	6
Waarom gebeurt dit?.....	6
Een herkenbare situatie	7
Wat kun jij hiervan leren?.....	7
Oefening: Reflecteer op eerdere relaties	7
4. Relatiewaarden: De sleutel tot duurzame liefde	8
Waarom relatiewaarden belangrijk zijn.....	8
Ontdek jouw waarden.....	9
Een oefening voor jou	9
5. Zet jouw volgende stap	10
Samenvatting van de belangrijkste punten	10
Wat kun je doen?	10
Bedankt voor het lezen!	11
Contactinformatie:	12

1. INTRODUCTIE

Welkom bij: “Vind jouw Relatiegeluk”!
Stel je eens voor: je hebt al meerdere dates gehad, maar het lijkt nooit echt te klikken. Je begint je af te vragen of er iets is dat je over het hoofd ziet. Wat als je dichterbij jouw relatiegeluk bent dan je denkt?

In dit e-book nemen we je mee op een reis. Geen ingewikkelde theorieën, maar praktische inzichten waarmee je jouw kijk op liefde en relaties kunt verdiepen. Door stil te staan bij wat jou echt gelukkig maakt, kun je de juiste partner vinden en een liefdevolle, duurzame relatie opbouwen.

Laten we samen deze reis beginnen. Pak een kop thee, zoek een rustige plek en stel jezelf open voor nieuwe inzichten. Jouw relatiegeluk begint hier.

WAT KUN JE VERWACHTEN?

- » **Het wensenlijstje:** Ontdek hoe jouw verwachtingen je zoektocht kunnen beïnvloeden en hoe je ze kunt herzien.
- » **Fatale aantrekkingskracht:** Leer hoe je patronen kunt herkennen en valkuilen kunt vermijden.
- » **Relatiewaarden:** Begrijp welke waarden belangrijk zijn voor een duurzame en gelukkige relatie.
- » **Praktische tips:** Krijg concrete handvatten om je liefdesleven te verbeteren en bewuste keuzes te maken.

Veel succes!

Als je nog meer wilt leren en diepere inzichten wilt krijgen, schrijf je dan in voor onze uitgebreide online cursus. Hierin gaan we dieper in op alle aspecten van relaties en geluk, en krijg je toegang tot exclusieve materialen en begeleiding.

[KLIK HIER VOOR DE CURSUS VIND JOUW RELATIEGELUK.](#)

2. HET WENSENLIJSTJE: WAT ZOEK JE ECHT?



Herken je dit? Je hebt een lijstje in je hoofd met eigenschappen die je ideale partner moet hebben. Misschien denk je aan iemand die grappig, avontuurlijk en ambitieus is. Maar heb je je ooit afgevraagd of dat lijstje je juist tegenhoudt?

WAAROM JOUW LIJSTJE JE KAN BEPERKEN

Een wensenlijstje kan je helpen om helder te krijgen wat je belangrijk vindt, maar het kan je ook onbedoeld beperken. Soms richten we ons te veel op het ideale plaatje en vergeten we te kijken naar wat ons echt gelukkig maakt in een relatie. Een te strak lijstje kan ervoor zorgen dat je kansen misloopt.

EEN VERHAAL OM OVER NA TE DENKEN

Lisa dacht dat ze precies wist wat ze zocht in een partner. Haar lijstje was lang: succesvol, sportief, zorgzaam, en nog veel meer. Maar keer op keer liep het mis. Uiteindelijk ontdekte ze dat het probleem niet bij haar dates lag, maar bij haar eigen verwachtingen. Ze had zich zo gefocust op het perfecte plaatje, dat ze niet zag wat ze echt nodig had: iemand die haar liet lachen en haar accepteerde zoals ze is.

WAT BETEKENT DIT VOOR JOU?

Sta eens stil bij jouw eigen lijstje. Vraag jezelf af:

- » Zijn mijn verwachtingen realistisch?
- » Focus ik op eigenschappen die echt belangrijk zijn?
- » Wat maakt mij gelukkig in een relatie, los van wie mijn partner is?

Een oefening: Schrijf je lijstje op en probeer te ontdekken welke punten écht essentieel zijn. Overweeg ook of sommige eigenschappen flexibeler mogen zijn.

Door je lijstje te herzien en je blik te verruimen, vergroot je de kans om iemand te ontmoeten die écht bij je past.

3. FATALE AANTREKKINGSKRACHT: VAN VALKUIL NAAR INZICHT



We hebben het allemaal meegemaakt: je valt als een blok voor iemand die spannend en anders is. Maar na verloop van tijd veranderen die eigenschappen waar je zo opviel, in irritaties. Dit fenomeen noemen we "fatale aantrekkingskracht".

WAAROM GEBEURT DIT?

Fatale aantrekkingskracht ontstaat vaak wanneer je eigenschappen idealiseert die later niet blijken te passen bij jouw waarden en behoeften. Wat in het begin aantrekkelijk lijkt, zoals spontaniteit of onafhankelijkheid, kan later een bron van conflicten worden als het doorslaat.

EEN HERKENBARE SITUATIE

Mark ontmoette Sophie op een feestje. Hij was meteen onder de indruk van haar spontaniteit. Ze leek altijd in het moment te leven. Maar na een paar maanden begon hij zich te ergeren. Haar spontaniteit voelde nu als onvoorspelbaar, en het bracht stress in hun relatie.

WAT KUN JIJ HIERVAN LEREN?

- » Vraag jezelf af: "Waar val ik echt op, en hoe kan dit zich op de lange termijn ontwikkelen?"
- » Neem de tijd om iemand echt te leren kennen en kijk verder dan de eerste indruk.
- » Focus op eigenschappen die bijdragen aan een stabiele en gelukkige relatie.

OEFENING: REFLECTEER OP EERDERE RELATIES

Denk aan een relatie of ervaring waarin fatale aantrekkingskracht een rol speelde. Welke eigenschappen trokken je aan? Hoe veranderde dit later? Door hier bewust mee om te gaan, kun je patronen herkennen en voorkomen dat ze zich herhalen.

Door deze inzichten te gebruiken, kun je bewuste keuzes maken in je liefdesleven en valkuilen vermijden.

4. RELATIEWAARDEN: DE SLEUTEL TOT DUURZAME LIEFDE



Wat is echt belangrijk voor jou in een relatie? Is het vertrouwen, eerlijkheid, avontuur, of iets anders? Weten wat jouw kernwaarden zijn, helpt je om relaties aan te gaan die bij je passen.

WAAROM RELATIEWAARDEN BELANGRIJK ZIJN

Relatiewaarden vormen de basis van elke sterke relatie. Ze bepalen hoe je met elkaar omgaat, welke keuzes je maakt, en hoe je uitdagingen samen aangaat. Als jij en je partner dezelfde waarden delen, schept dat een stevig fundament.

ONTDEK JOUW WAARDEN

Neem even de tijd om na te denken over deze vragen:

1. Wanneer voelde jij je echt gelukkig in een relatie? Welke waarde stond centraal?
2. Wat vind je absoluut noodzakelijk in een partner?
3. Welke waarden wil je nooit opgeven, zelfs niet voor de liefde?

Schrijf je top vijf waarden op en bedenk hoe deze je kunnen helpen bij het maken van keuzes in je liefdesleven. Stel bijvoorbeeld tijdens een date open vragen over wat de ander belangrijk vindt in een relatie. Dit helpt je om te ontdekken of jullie op dezelfde lijn zitten.

Door jouw kernwaarden helder te krijgen, leg je een stevige basis voor een liefdevolle en duurzame relatie.

EEN OEFENING VOOR JOU

Stel je voor: je beste vriend vertelt over een ruzie in zijn relatie. Wat zou jij zeggen dat het belangrijkste is om het goed te maken? Waarschijnlijk kom je uit bij waarden als respect, communicatie of wederzijds begrip. Dit zijn vaak ook jouw eigen kernwaarden.

5. ZET JOUW VOLGENDE STAP

SAMENVATTING VAN DE BELANGRIJKSTE PUNTEN

- » **Het wensenlijstje:** Durf je verwachtingen te herzien en focus op eigenschappen die echt belangrijk zijn voor jouw geluk.
- » **Fatale aantrekkingskracht:** Herken patronen en valkuilen in je keuzes en leer hiervan om bewustere beslissingen te nemen.
- » **Relatiewaarden:** Ontdek en respecteer jouw kernwaarden om een duurzame en liefdevolle relatie op te bouwen.

Gefeliciteerd! Je hebt nu meer inzicht in wat jou gelukkig maakt in de liefde. Maar inzicht alleen is niet genoeg. Het is tijd om actie te ondernemen.

WAT KUN JE DOEN?

1. Volg de volledige cursus "Vind jouw relatiegeluk":

Als je nog meer wilt leren en diepere inzichten wilt krijgen, schrijf je dan in voor onze uitgebreide online cursus. Hierin gaan we dieper in op alle aspecten van gelukkige relaties en krijg je toegang tot exclusieve materialen en begeleiding.

[KLIK HIER VOOR DE CURSUS: "VIND JOUW RELATIEGELUK".](#)

2. Blijf oefenen en experimenteren:

Gebruik de tips en technieken die je in dit e-book hebt geleerd in je dagelijkse leven. Experimenteer met verschillende gesprekspartners om te ontdekken wat voor jou het beste werkt.

3. Neem contact op voor persoonlijke begeleiding:

Heb je behoefte aan persoonlijke begeleiding of coaching? Neem contact met ons op om te bespreken hoe wij je verder kunnen helpen op je reis naar een liefdevolle relatie.

4. Blijf in contact:

Omdat je ons e-book hebt gedownload zullen we je via onze nieuwsbrieven op de hoogte houden van nieuwe tips, cursussen en evenementen. Je kunt ook op de hoogte blijven via onze [Facebook pagina](#).

BEDANKT VOOR HET LEZEN!

We hopen dat dit e-book je heeft geholpen en geïnspireerd om te werken aan een succesvolle relatie. Onthoud dat het vinden van liefde een reis is, en elke stap die je zet brengt je dichterbij je doel.

Partner Select

CONTACTINFORMATIE:

Website: www.partnerselect.net

E-mail: info@partnerselect.net

Telefoon: 088 – 1997 000