

5 правил для комфортных отношений в танцевальной паре!

СТК "ДИНАМО" обращается к теме отношений в спортивно-танцевальном дуэте, где обоим спортсменам приходится думать не только о себе, но и о партнере (партнерше). Регулярное времяпровождение вдвоем, тренировки, поездки, подготовки, соревнования, турниры, победы и поражения могут наложить свой отпечаток на отношения партнеров, возникают определенные обязанности у каждого, что может привести к успеху дуэта или неминуемому расколу.

Многие считают, что взаимоотношения партнеров решаться сами собой, если уделять время лишь ежедневной подготовке и концентрации на успехе дуэта, забывая о самом важном - «человеческом факторе», который может в самый ответственный момент сыграть злую шутку с партнером. Стоит помнить, что с вами в паре танцует человек со своими увлечениями, страхами, мотивациями, вкусом, т.е. со своей жизнью и если вы знаете только о его части, т.е. танцах, это рано или поздно приведет к распаду дуэта. Внимательность к партнеру, интерес и гибкий подход к решению проблем во многом помогут каждому партнеру и паре в целом избежать неудач.

Главное - общность интересов: один вы уже нашли – это танцы, вторым должна стать ваша цель, далее желания выступать, стремления и, наконец, потребности.

Итак мы представляем 5 правил, которые должны выполнять как партнеры так и партнерши:

1. Будьте терпимее, добрее и убедительнее!

Никто не станет прислушиваться к тебе, если ты эгоцентричен, невнимателен, самовлюблен и считаешь себя выше партнера. Даже если так и есть, умный партнер знает, что не стоит этого показывать, а наоборот всячески помогать партнерше, если она этого захочет, если же нет – не упрекать ее и не навязывать свое понимание танца, позволить ей самой развиваться и поступать, как она считает нужным, даже если вы на этом собаку съели.

2. Смотрите на ситуацию с двух сторон!

Если вы прогневили свою партнершу, что делать? Купить ей большую шоколадку, цветы или корзинку фруктов, но не оставлять все на самотек. В любом конфликте виноваты обе стороны, но

девушки реже признаются в этом, потому не ведите себя также, а решите проблему одним из вышеперечисленных способов. В любой ситуации, которая касается тренировочных процессов, смотрите на ситуацию с двух сторон, так вам будет легче понять поведение партнера. И запомните: в танцевальном зале нет места словам: «не хочу» или «не могу», - зачем же вы здесь занимаетесь тогда?!

3. Не будьте назойливы и сварливы!

Здоровые отношения в танцевальной паре иногда складываются с первого шага. Почему бывает и так? Потому что характеры людей сходны, они проще воспринимают мир и все происходящее, не лезут в бочку, а стараются решить все конфликтные вопросы с долей иронии как над происходящим, так и над собой, поражение – это не конец света, а если партнер опоздал на 10 минут, задержавшись на работе, не трагедия. Все намного проще, чем вы себе представляете. Потому не будьте назойливы и сварливы, так к вам точно никто не потянется.

4. Говорите партнеру (партнерше), насколько он важен и ценен!

Найдите в своем партнере 5 качеств, которые вы в нем цените, и вспоминайте их каждый раз, как только возникнет конфликт или партнер вдруг даст маху. Говорите партнеру, насколько он важен и ценен, не только девушки любят ушами, но и парни жаждут об этом узнать, но во всем знайте меру, не перехвалите.

5. Угостите партнера (партнершу) кофе или шоколадкой!

Праздники и поздравления с международными днями никто не отменял, это лишний повод напомнить партнеру насколько вы его цените, так что не забывайте о днях рождениях и памятных датах. Каждому партнеру и партнерше будет приятно вспомнить годовщину их первого турнира или первой тренировки вместе. В этот день угостите партнера кофе или шоколадкой. К чему это все: создание здорового микроклимата в паре всецело зависит от вас. Даже если сегодня все плохо, у вас есть время, силы и фантазия все изменить к лучшему, так не сидите на месте, а дерзайте.