

Làm thế nào để hẹn hò và xây đắp cho tình yêu của mình nếu bạn là người hướng nội hoặc là người hướng ngoại? Hãy để ELLE Man giải đáp giúp bạn.

Tính cách hướng nội và tính cách hướng ngoại đều có những ưu điểm và khuyết điểm riêng trong việc hẹn hò. Trong bài viết này, **ELLE Man** sẽ gợi ý cho quý độc giả những tips để hẹn hò và xây dựng mối quan hệ bền chặt cho người hướng nội hoặc người hướng ngoại.



Tâm lý - Tình Yêu

Bí quyết ngỏ lời với nàng về buổi hẹn hò đầu tiên

Tips hẹn hò cho người hướng nội

1. Tạo một lịch trình với người ấy

Người hướng nội khao khát thời gian ở một mình để sạc lại pin, nhưng bạn cũng nên bước ra khỏi vùng “một mình” của chính mình để có những kết nối sâu sắc hơn với người ấy. Việc kết nối với đối tác của bạn hàng ngày – ngay cả khi chỉ trong một khoảng thời gian ngắn – có thể giúp họ cảm thấy có giá trị và được yêu thương một cách lâu dài. Bạn có thể lên lịch các cuộc trò chuyện điện thoại hàng ngày sau giờ làm việc để chia sẻ ngày hôm nay của bạn như thế nào, hay lên những cuộc hẹn riêng tư để cả hai có thể tìm hiểu đối phương một cách kĩ càng. Nếu đang sống thử, bạn có thể chỉ định thời gian hàng ngày để nấu ăn, tập thể dục hoặc đi dạo cùng nhau.

2. Hãy cởi mở và trung thực về giới hạn của bạn khi hẹn hò

Cách duy nhất đối phương của bạn có thể đáp ứng nhu cầu của bạn là cho họ biết về những nhu cầu đó. Chẳng hạn như khi họ đã lên lịch cho những buổi tham gia các hoạt động xã hội hay những buổi tiệc tùng, nhưng những hoạt động ấy lại khiến bạn thấy quá tải hoặc ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần của bạn, thì hãy nhẹ nhàng nói cho người ấy biết một cách trung thực và cởi mở, kết hợp với việc đề xuất một kế hoạch đi chơi khác để có thể làm hài lòng được cả hai bên. Nếu bạn chịu đựng một mình và không có dũng khí để chia sẻ cho người ấy, thì chắc chắn bạn sẽ chỉ nuôi dưỡng lòng oán hận làm tổn hại đến mối quan hệ của hai người.

3. Giúp đối phương nhìn nhận lại bản thân mình

Nếu bạn là người hướng nội, thì chắc chắn rằng bạn là người có xu hướng quan sát và kỹ năng xử lý các tình huống tốt. Chính vì vậy, trong một buổi hẹn hò, nếu bạn cảm thấy rằng cuộc trò chuyện và đối tác của bạn bắt đầu có những căng thẳng “leo thang”, bạn có thể nhẹ

nhàng nhắc họ dành chút không gian và suy nghĩ về điều gì khiến họ khó chịu trước khi quay lại trò chuyện.



Kỹ năng

Làm sao để hiểu và kết bạn với người hướng nội?

Tips hẹn hò cho người hướng ngoại

1. Nâng cao kỹ năng lắng nghe của bạn

Người hướng ngoại nổi tiếng với việc thống trị các cuộc trò chuyện. Thật không may, điều này có thể dẫn đến sự thất vọng nếu đối tác của bạn cảm thấy họ không được lắng nghe, và điều đó có thể gây ra những sự hiểu lầm không đáng có. Hãy ưu tiên lắng nghe để hiểu được câu chuyện của họ cũng như khiến cho đối phương của bạn thấy vui vẻ vì có người sẵn sàng lắng nghe mình. Một chiến lược có thể giúp ích cho việc này là thực hành “lắng nghe phản xạ”, nghĩa là lặp lại những gì đối tác của bạn nói lại với họ để cho thấy rằng bạn đang tiếp thu những gì họ đang nói với bạn.

2. Tôn trọng nhu cầu của đối phương khi hẹn hò

Những người hướng ngoại thực sự cần thời gian giao lưu gần như họ cần thức ăn và nếu không có những liều thuốc bổ trợ thường xuyên cho các tương tác xã hội, họ có thể buồn bã, cáu kỉnh, chán nản và cáu kỉnh. Bạn có thể không muốn làm mọi thứ mà đối tác của bạn làm, nhưng hãy nhớ nhu cầu của họ khác với bạn. Cung cấp cho họ không gian để sạc lại, có thể là những việc đi dạo quanh khu phố hàng ngày với bạn bè, ăn sáng hàng tuần với đồng nghiệp hoặc gặp gỡ các thành viên trong gia đình vào các buổi tối trong tuần.

3. Hãy để họ có không gian riêng

Khi trong một mối quan hệ, ai mà chẳng muốn dành tất cả thời gian mình có để có những khoảnh khắc tuyệt vời cùng với người ấy. Tuy nhiên, việc hẹn hò “quá mức” có thể làm tiêu hao năng lượng của người hướng nội và khiến họ rơi vào trạng thái mệt mỏi và khó chịu, vì hầu như những người thuộc tính cách này thường thích dành thời gian cho riêng bản thân mình. Chính vì vậy, đừng phủ kín lịch trình của cả hai bằng những buổi hẹn hò, mà hãy dành những “khoảng trống” trong lịch trình để người ấy có thời gian riêng và “sạc pin” lại cho nguồn năng lượng của mình.

4. Giúp đối phương mở lòng

Vì tính cách của người hướng ngoại là cởi mở, nhiệt tình và thích giao lưu. Nhưng nếu người

yêu của bạn là một người trầm tính, ít nói hoặc không nhiều năng lượng như bạn, thì hãy thử khuyến khích và giúp họ mở lòng hơn. Điều này không có nghĩa là phải ép buộc người ấy phải kể hết tất cả mọi chuyện cho bạn, mà hãy liên tục quan sát đối phương và tìm thời điểm thích hợp nhất để giúp cả hai bạn có thể trải lòng được với nhau. Và quan trọng là đừng áp đặt hay ép buộc người ấy nói ra nếu họ không muốn.

5. Xây dựng tính độc lập của bạn

Những người hướng ngoại được tiếp thêm sinh lực bằng cách hòa đồng hơn với những người khác. Tuy nhiên, đặc biệt là khi hẹn hò với một người hướng nội, điều quan trọng là phải học cách tận hưởng thời gian một mình. Nếu không, họ có thể vô tình làm bạn đòi một mối bởi nhu cầu thường xuyên được quan tâm và đồng hành.



Tâm lý - Tình Yêu

Khám phá ưu - nhược điểm của người hướng ngoại

—

Tạp chí EVY Shop.VN

Bài viết: Hoàng Giang

Tham khảo: Askmen