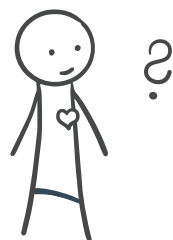


posviť si
na hledání lásky



*Posviť si na cestu vpřed tím,
že si ji promyslíš.
Všechny odpovědi máš v sobě.
Stačí si naslouchat.*

*Připrav si pero nebo tužku,
dobré pití a klid.
Nespěchej. Najdi si na sebe
alespoň 2 hodiny času.
Neboj se přestat a dát si pauzu.
Rozlož si přemýšlení klidně
do více dní.*

*Piš, kresli, trhej, mačkej,
přeskakuj, škrtej, vyhazuj.
Žádná odpověď není špatná.*

Hledáš nějakou konkrétní odpověď?
Nebo přicházíš s obecnější zakázkou?
Máš-li jakákoliv očekávání, odlož si je sem,
ať se ti při hledání neztratí z dohledu.





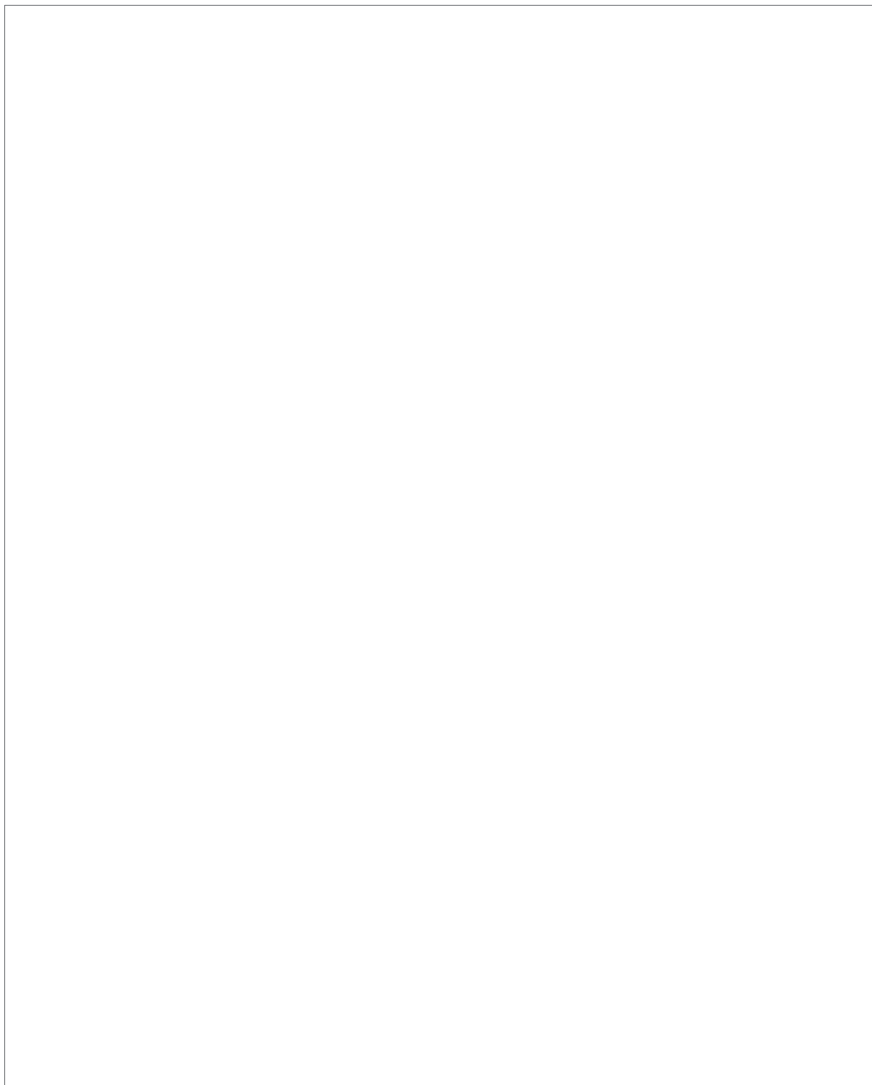
O hledání

Jak se promění tvůj život, když budeš ve vztahu?
Co tě na tom láká? Čeho se obáváš?

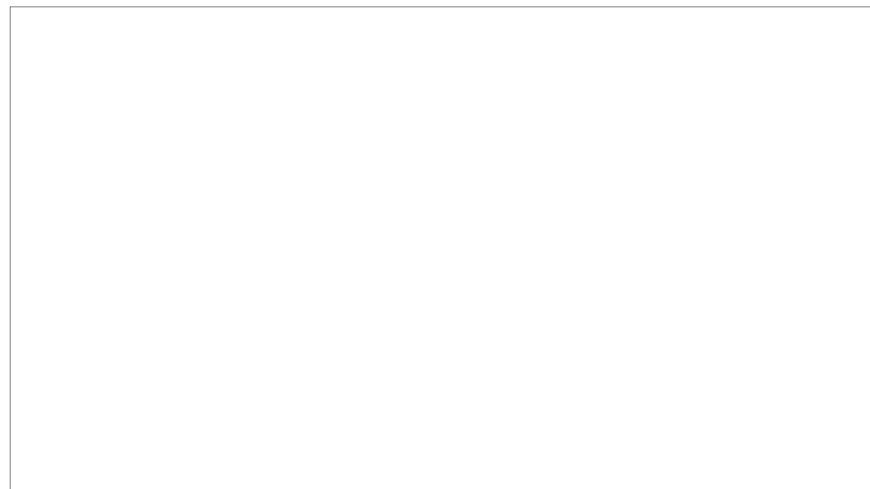
Jak ses změnil od předchozího vztahu?
Jaká témata sis musel zpracovat a jak se ti to povedlo?

Hledáš vážný vztah, nebo jen krátkodobé pobavení?

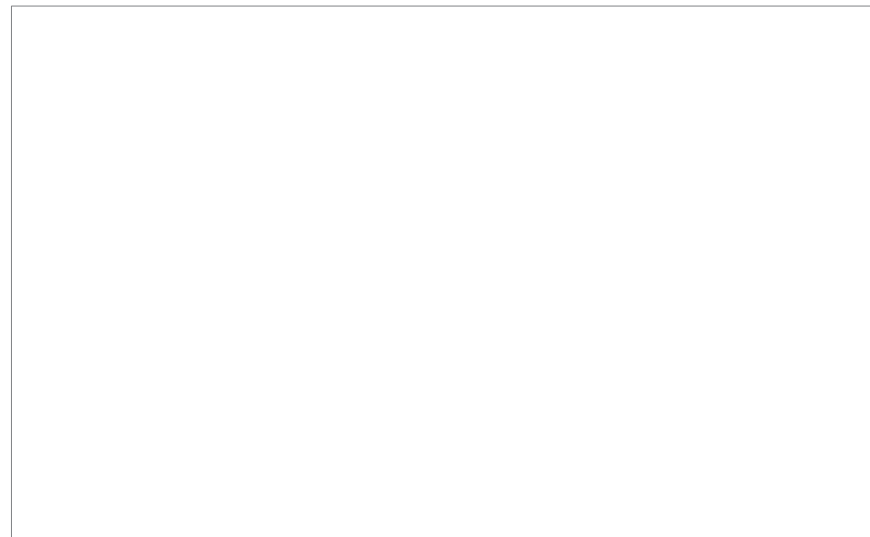
Jak se liší tvoje nároky na dlouhodobou partnerku či partnera od nároků na partnerku nebo partnera k nezávaznému pobavení?



Pokud se už nějaký čas seznamuješ, a zatím se ti to nedaří, čím to podle tebe je?



Co ti k seznamování radí tvoji nejbližší?
V čem bys jim měl naslouchat více, v čem méně?





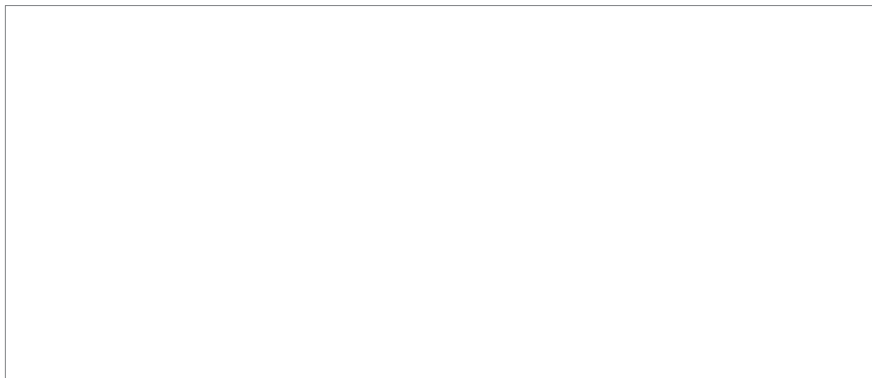
O nárocích

Kdyby sis měl vybrat 5 věcí, které musí tvoje budoucí partnerka/partner splňovat, které by to byly?

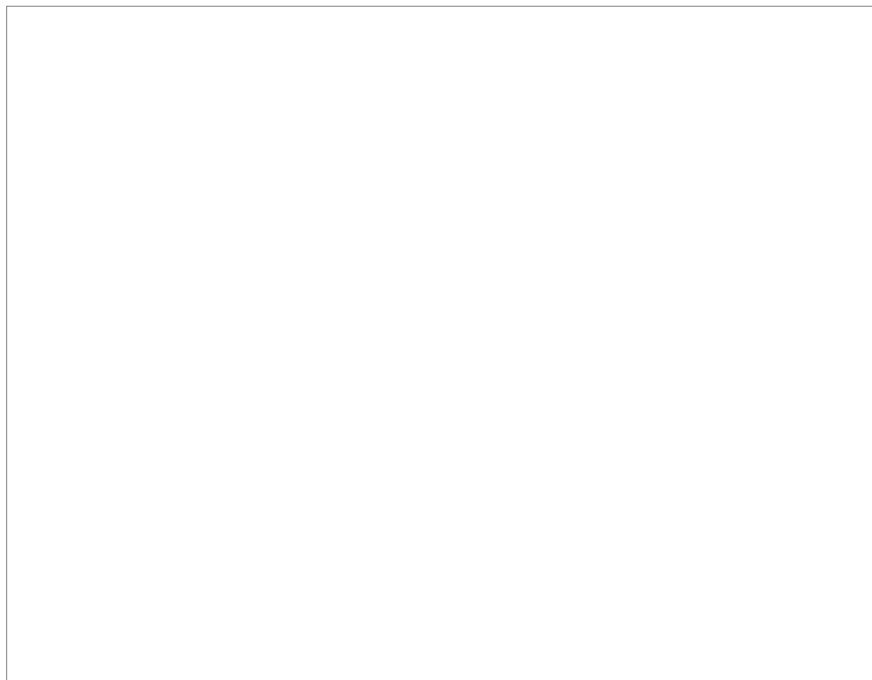
Jaké hodnoty potřebuješ s budoucí partnerkou či partnerem sdílet?

Jsou nějaké typy osobností nebo nějaký typ chování protějšku, které u tebe probouzejí „chemii“?

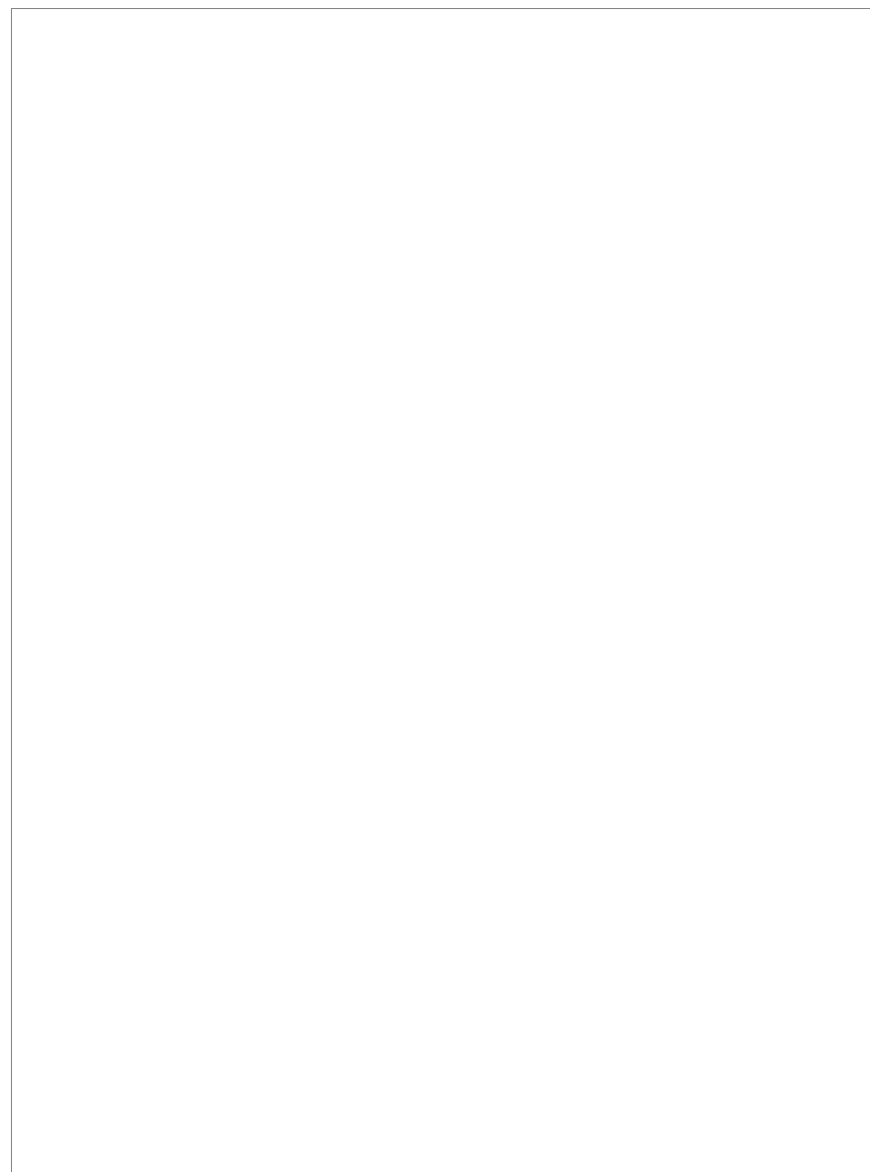
Myslíš si, že by ses měl naučit dělat v něčem kompromisy?



Jaké stránky osobnosti by měla v tobě tvoje budoucí partnerka či partner rozvíjet?



Jaké návyky, postoje a způsoby chování ze svých bývalých vztahů si nechceš přenášet do dalšího vztahu?





O příležitostech

Kde nebo jak bys svou budoucí partnerku či partnera chtěl nebo mohl potkat?

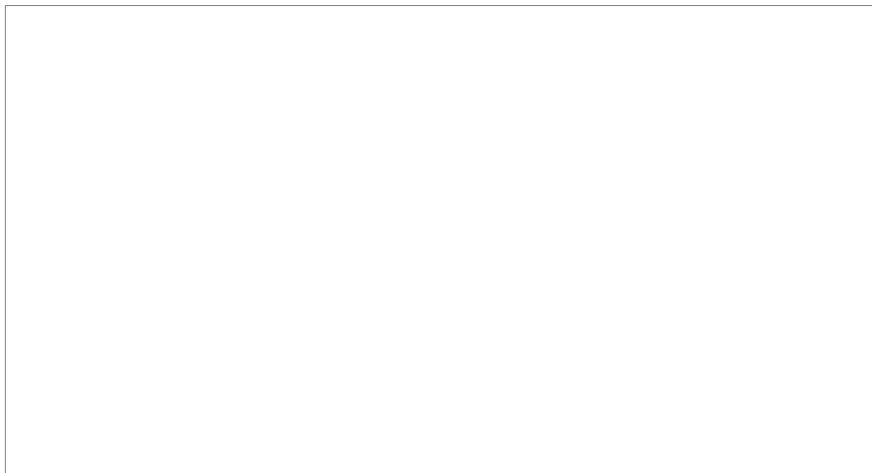
A jak můžeš tyto způsoby seznámení podpořit?

Musíš hledat? Není ve tvém okolí někdo, kdo by o tvou pozornost stál?

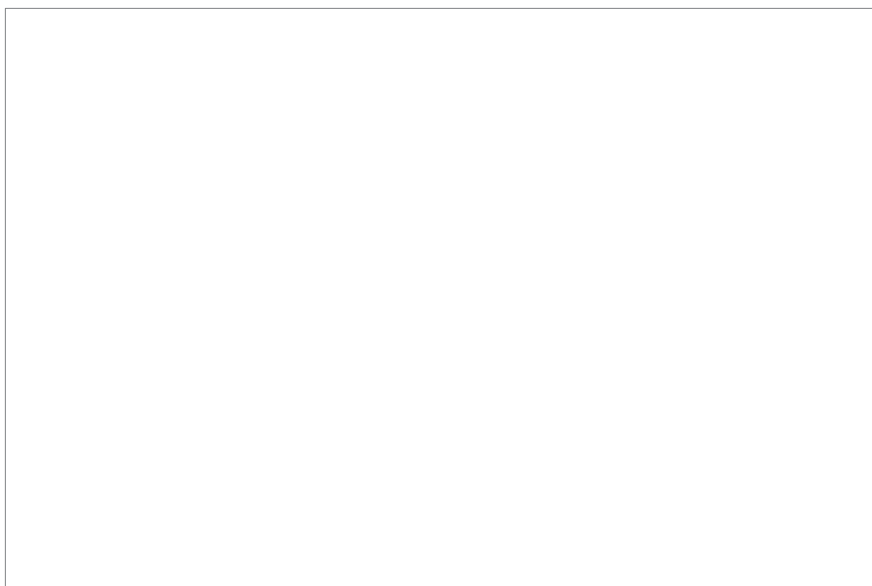
Pokud se vrhneš do online seznamování, čím bys rád na seznamkovém profilu zaujal?

Co si má návštěvník pomyslet po jeho prohlédnutí?

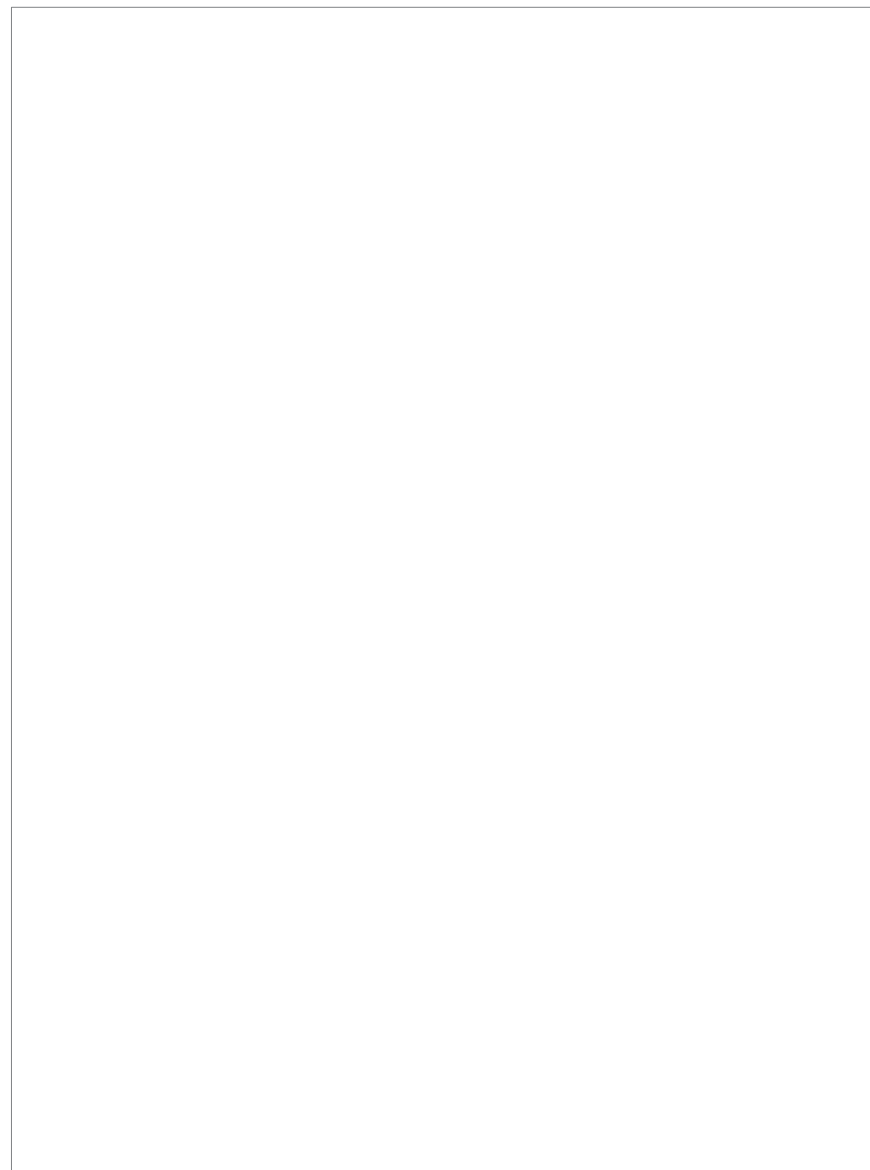
Jaké obecenstvo naopak tvůj profil přitahovat nemá?



Co můžeš změnit nebo vyzkoušet, aby pro tebe bylo online seznamování lepší zkušeností?



Jak dáváš najevo svůj zájem?
Je něco, v čem bys mohl být aktivnější?





O odmítnutí

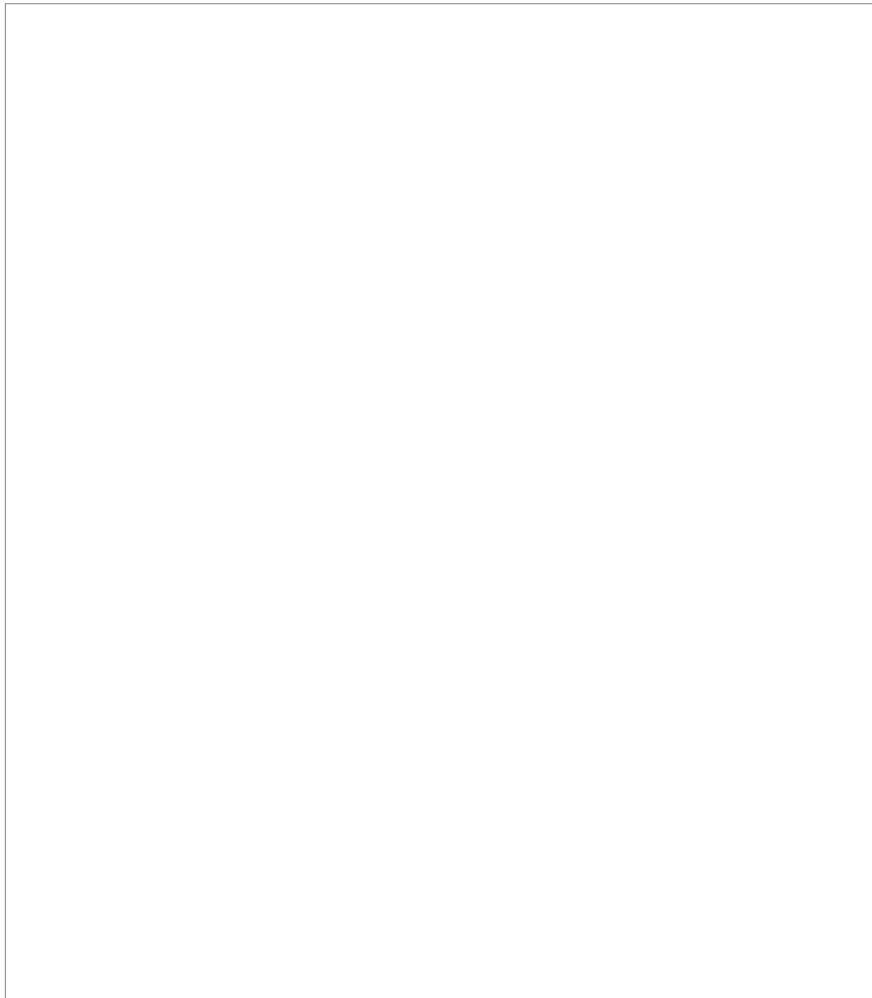
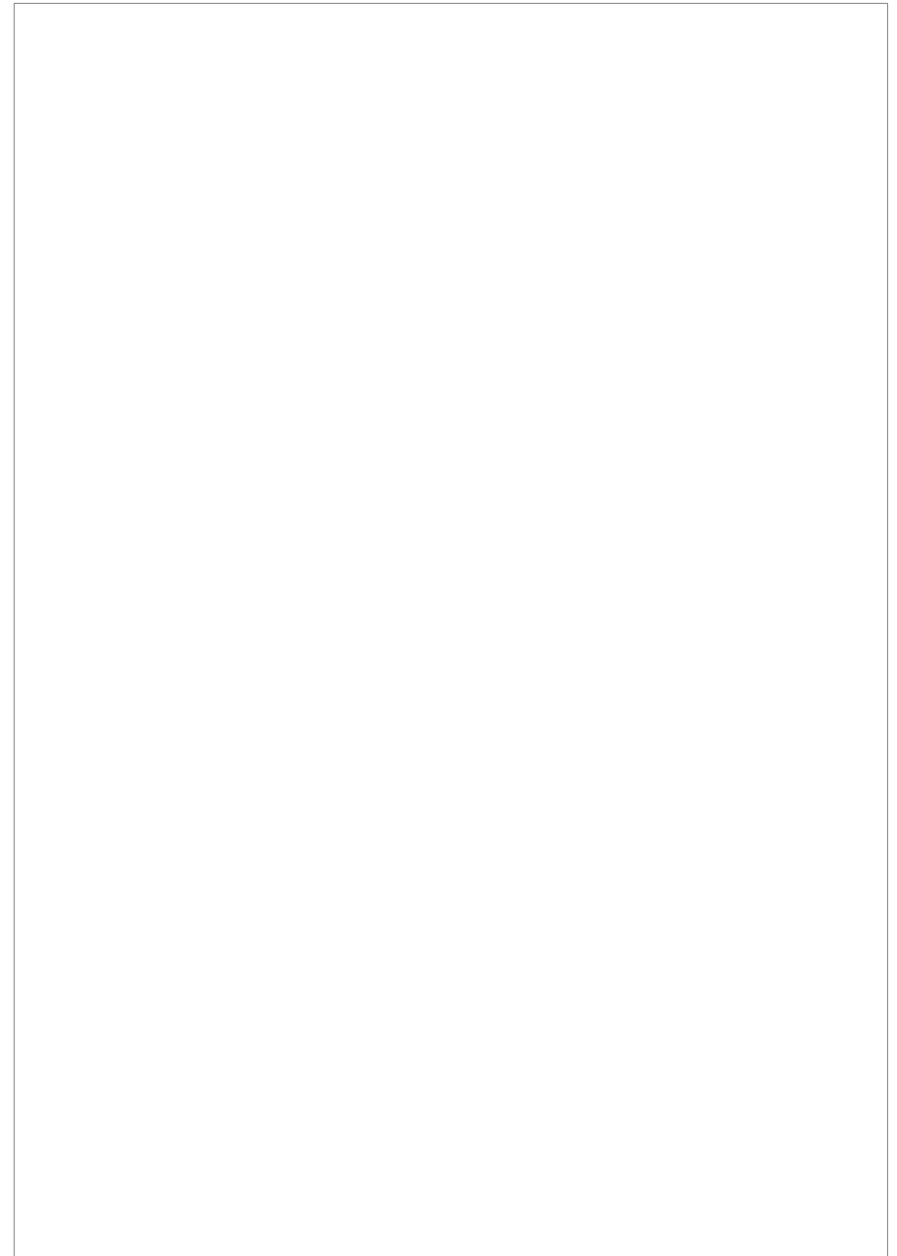
Kdybys uměl odmítnutí lépe zvládat, proměnilo by se nějak tvé seznamování? A jak bys ho chtěl zvládat?

Pokud by sis nenašel vztah, co bys v životě potřeboval udělat, abys byl spokojený?

WOW!
Hotovo?
Skvělá práce!

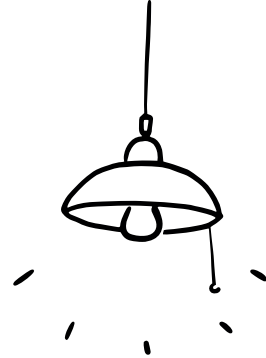


Kterých 10 myšlenek si z tohoto zamyšlení odnášíš?
Shrň své aha-momenty, nové poznatky či dej rovnou
dohromady akční plán kroků, do kterých se pustíš.

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the user to write their thoughts and action plan.A large, empty rectangular box with a thin black border, identical to the one on the left, intended for the user to write their thoughts and action plan.

Rozhovor sám se sebou je skvělý nástroj
sebepoznání, ale ne vždy nám stačí.

Pořád si s něčím nevíš rady?
Jdi si o tom popovídat s někým dalším.
A pokud ve svém okolí nikoho takového
nemáš, vezmi si k ruce profíka.
Třeba terapeuta nebo kouče.



Jsou ti teď věci jasnější?

Posviť na cestu i ostatním
a zsdílej to na sítích pod
#posvitsi.