

## 6 kroků k získání skvělého partnerství



Každý váš nový vztah končí katastrofou. A většinou tou samou. Jistě si říkáte, jak z takového začarovaného kruhu vlastně ven? Jak se jednoduše pustit do hledání partnera či partnerky a zdárně dokončit nalezení s koncovkou „na celý život“? Sepsala jsem pro vás základních 6 kroků, které vám dopomohou k nalezení partnerství dle vašich představ.

### **Krok # 1 – Vyřešte si sami sebe**

Chceme vstupovat do vztahu, avšak nemáme žádnou pozitivní emoční investici. Co to znamená? Jednoduše, co vlastně budoucímu partnerovi nabízíte? Pokud chcete mít hezký partnerský vztah, měli byste mít i hezký vztah sami k sobě. Pokud budete vyhořelá emoční troska, co vlastně budoucímu partnerovi nabídnete? A kromě toho, nebudete na novém partnerovi emočně závislí, pokud se bez něj „zase budete mít špatně“? Vztah musí obohacovat oba dva a těžko budete zajímat sebevědomého a zajímavého jedince, pokud vy sami budete mít sebevědomí na nule a celé první schůzky mu budete vyprávět o sobě. Najměte si kouče, který vám pomůže se získáním sebevědomí a nevhodným emočním nastavením, více na [www.mujkouc.cz](http://www.mujkouc.cz) nebo [www.life-clinic.cz](http://www.life-clinic.cz) .

### **Krok # 2 – Ujasněte si, jakého partnera vlastně chcete**

Všichni chceme, aby nás měl partner rád. Ale co dále? Jaké vlastnosti, zájmy a priority by váš partner měl mít? Rozdělte si vaše požadavky do 4 oblastí (práce, vztahy, zdraví, peníze) a v těchto oblastech si vypište, co od partnera vlastně vyžadujete. Uvidíte, že se vám bude partner hledat lépe, protože už víte, jaké chcete (a zároveň nechcete). Pokud máte chuť, sepište si takzvanou „Objednávku životního partnera“, o které si můžete více přečíst [zde](#).

### **Krok # 3 – Jděte do toho!**

Váš princ/vaše princezna na dveře sám/a nezazvoní a tak se nebojte seznamovat. Když to nevyjde, nevadí. Důležité je, že jste aktivní. Chodte mezi lidi, najděte si nový zájem, neodmítněte pozvání přátel na společnou událost. Bez vaší aktivity se partner jen tak neobjeví. Zároveň ale nešilte. Zmatené oslovování druhého pohlaví také není řešením. Víte přece, jakého partnera již chcete, tak nezkoušejte a jděte si za svým.

### **Krok # 4 – Otestujte si ho/ji**

Už se objevil potencionální princ nebo princezna? Tak si ho/ji nezapomeňte pořádně otestovat, aby se z něj nestal/a citový upír nebo jakkoliv nevhodný protějšek pro váš život. Použijte na něj 7 metod pro rozpoznání životního partnera, které sestavil kouč Aleš Kalina. Více na [www.zivotni-partner.cz](http://www.zivotni-partner.cz) . Ověřte si jeho skryté vlastnosti pomocí vnitřního trku, otestujte si ho v sexu pomocí metody sexuálního barometru a určitě s ním vyrazte na dovolenou!

### **Krok # 5 – Pečujte o váš vztah**

Konečně jste jej našli, prošel vaším testováním. Gratulujeme! Nezapomeňte ale o váš vztah pečovat a nenechat vaši lásku uschnout. Travte spolu volný čas, řešte vaše spory [domácí ústavou](#) a domlouvejte se i na malichernostech, jak je budete řešit. Vztah je jako dům. Pokud o něj nebudete pečovat, jednoduše vám jednou spadne na hlavu. A pokud si nevíte v čemkoliv rady, nechte si raději poradit od zkušeného [kouče](#) místo toho, abyste u něj skončili za 20 let s manželskou krizí.

### **Krok # 6 – Věnujte se sami sobě**

I když jste ve vztahu šťastní, nezapomeňte sami na sebe. Naordinujte si dny jen pro sebe, jděte na masáž, s kamarádkou na víno, s kamarády na pivo, fotbal. Investujte nejen do vztahu, ale i do sebe. Vy jste přece to nejdůležitější, co v životě máte! A i když byste z jakéhokoliv důvodu o vztah přišli, musíte se sebou přece vydržet, nemyslíte? ☺

#### **Přečtěte si také:**

[Příčiny nízkého sebevědomí](#)

[Váš budoucí partner a emocionální otevřenost](#)

#### **Stáhněte si:**

[E-kniha „Jak najít toho pravého“](#)

[E-kniha „101 romantických tipů“](#)



© **Napsala Lenka Černá**  
Kouč v oblasti osobního rozvoje  
(práce, peníze, vztahy , zdraví)

Email: [cerna@mindsoft.cz](mailto:cerna@mindsoft.cz)

[www.mujuvztah.cz](http://www.mujuvztah.cz) [www.mamdepku.cz](http://www.mamdepku.cz) [www.mujkouc.cz](http://www.mujkouc.cz) [www.mezdravi.cz](http://www.mezdravi.cz)

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.