

znovu a znovu vyčítat minulost. Všechny zatlačené myšlenky a nedořešené spory, které jste po léta zakopávali pod postel, prostě musí vyjít ven.

Udělejte si seznam dobrého a špatného

Co na svém partnerovi máte rádi a co vás naopak irituje? V čem si ho ceníte a v čem ho nenávidíte? Sepište se takový seznam a sami zhodnoťte, kolik je pro a proti. Zároveň si uvědomte, co je ve vašem životě prioritní a podívejte se, zda zrovna tato priorita není ve sloupečku záporů vašeho partnera. Pokud to tak je, šance na záchranu vašeho vztahu je mizivá.

Podívejte se na něj ze všech stran

Využijte všech dostupných metod a materiálů k otestování vašeho partnera. Na našem webu si zdarma můžete stáhnout [4 metody pro výběr životního partnera](#) nebo si objednejte naši knihu [20 partnerských testů](#). Zeptejte se vašich přátel a rodiny, jak partnera vnímají, udělejte si retrospekci vašeho vztahu (můžete využít [křivky nálady](#)).

Na závěr musím dodat, že většina vztahů se i přes snahu jednoho rozpadá nebo zůstává nadále nefunkční. Je to díky tomu, že si jeho partner nebo on sám dobře nepromysleli svojí volbu. Neuvědomili si nástrahy a náročnost znovubudování partnerského vztahu. Mnozí z nás zde zůstávají jen proto, že nenajdou sílu svůj život změnit. Pod tíhou stereotypu a vlivu okolí žijí s partnerem, který jim nestojí za to. Se kterým nevytvářejí pevné pouto, omezí se jen na běžnou komunikaci a těší se, až budou zase mezi svými na golfu, v práci, u milence nebo hospodě.



© Napsala **Bc. Lenka Černá**

Kouč v oblasti osobního rozvoje
(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: cerna@mindssoft.cz

www.mujevztah.cz www.mamdepku.cz

www.foto-mluvi.cz

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