



AUG

16

2014



Ako zachrániť váš vzťah s nafukovacím balónom?

TIPY LÁSKA, VZŤAH NAPÍSAŤ KOMENTÁR EDIT

Kto nikdy nežil v partnerskom zväzku, ešte netuší, čo ho "čaká". V týchto slovách môžete nájsť hocičo. No stále platí, že vzťah 2 ľudí sa neustále musí budovať.



👁️ Prirovnajte si váš vzťah k letu v teplovzdušnom balóne. Balón letí len preto, že teplejší vzduch v ňom je ľahší ako ten v okolí. A tento teplý vzduch je potrebné **neustále dofukovať**. Najprv ho tam silno nafúkate, aby sa balón zdvíhol zo zeme a dostal sa do bezpečnej výšky a potom **neustále dofukujete**. Inak sa teplý vzduch ochladí a zrúti na zem.

Napumpujte váš vzťah do výšin

Podobne je to aj so vzťahom 2 ľudí. Na začiatku sa budovaniu venuje veľká pozornosť aj záujem. To je správne pre dobrý základ (**balón sa musí dostať do výšky**, inak narazí na predmety stojace na zemi).

😊 Často sa však potom stáva, že po vyletení do určitej výšky, do balóna prestanú títo 2 ľudia vháňať vzduch = teda prestanú ich vzťah udržiavať. Balón klesne = narazí na väčšiu, či menšiu prekážku a v tom sa občas stane, že začnú jeden druhého z

toho (navzájom) obviňovať.

A namiesto toho, aby okamžite "ohrievali" vzťah tak ho viacej "ochladzujú", balón klesá nižšie a nižšie až nakoniec narazí na zem. Vyskočia z neho a ešte aj na tej zemi na seba útočia, "KTO" za to môže, že tak "dopadli".

Ako zatiahnuť záchrannú brzdu?

Nebudeme tu rozpitvávať dôvody, prečo sa 2 ľudia prestanú zhovárať. Pozrime sa radšej na pár vecí, ako to napraviť:

♥ Príde domov a okrem všetkých bežných vecí **urobte niečo navyše** pre svojho partnera/ku. Niečo, za čo nebudeste od neho/nej očakávať pochvalu. V žiadnom prípade si ju vynucujte.

♥ A potom, a hlavne, začnite sa o neho **viac zaujímať**. Nie spovedať ho: "Kde si bol/a, čo si robil/a" a pod... Ale so záujmom (a tu je to dôležité, aby to bol **skutočný nepredstieraný záujem**) zaujímať sa, ako sa mal, ako sa mu darilo, atď..

Váš spoločný cieľ = vaša spoločná výhra

A mali by ste sa v každom prípade vrátiť k svojmu spoločnému cieľu (cieľom), ktoré ste si na začiatku vedome či nevedome určili. Oprášiť ich a pozrieť sa, ako ďaleko ste sa od ich dosiahnutia odchýlili.

3 jednoduché kroky na záchrannu vzťahu

Ak sa rozhodnete s "tým" niečo urobiť, spravte toto:

🔍 Popíšte (**pomenujte**) **vašu súčiu**. Jednoducho si "na to" sadnite a popíšte stav, kde sa nachádzate. Neriešte, kto za to môže. Lebo tak, či onak za to "môžete" obaja. Napríklad, ak riešite financie, tak sa pozrite všetky účty, zaplatené aj nezaplatené, výpisy z bánk, kreditných kariet a skutočne zistite, že v akom stave sa táto situácia nachádza...

🔍 **Navrhnite riešenie**, ako popísanú situáciu zvládnuť.

🔍 **Rozdeľte si úlohy** a potom navzájom sa podporujte a povzbudzujte, pretože niekedy, ak nie vždy, sa do ciela dostanete len cez krv, pot, bolesť a slzy. A práve preto je vzťah to najcennejšie čo máte.