



TEST: "5 CHÝB, PRE KTORÉ SI SAMA" s Luciou Klapáčovou

Tento test je súčasťou video tréningu Lucie Klapáčovej "5 CHÝB, PRE KTORÉ SI SAMA".
Vytlač si ho alebo stiahni vo verzii WORD a pracuj zároveň s videotréningom.

1. Chyba: Nie si sama sama sebou – vo vzťahu ani bez neho.

Zamysli sa.

Týka sa ťa to, čo hovorím?

Ako vieš, že robíš túto chybu:

- Keď sa ti niekto páči, tak máš pocit strachu, že o neho prídeš ☐ ÁNO – NIE
- Veľmi rýchlo ťa vzťahy bolia, keď sa nevyvíjajú, ako by si si želala ☐ ÁNO – NIE
- Celkovo vo vzťahoch zažívaš zvyčajne dosť veľa bolesti, ale aj tak sa z nich nevieš odtrhnúť (aj keď už vieš, že nie sú pre teba vhodné). ☐ ÁNO – NIE
- Keď si single, muž cíti tvoju vnútornú neistotu a skôr priťahuješ "hráčov", než skvelých mužov. ☐ ÁNO – NIE

2. Chyba: Ideš po "bezpečí a istote" namiesto lásky.

Zamysli sa.

Týka sa ťa to, čo hovorím?

Ako vieš, že robíš túto chybu:

- Bojíš sa otvoriť sa mužom ☐ ÁNO – NIE

- Hovoríš, že “najprv si muž musí získať tvoju dôveru” ÁNO - NIE
- Držíš si skôr odstup od mužov, ale aj tak ti to nepomôže a nakoniec si znova s niekým, kto ťa zraní. ÁNO - NIE

3. Chyba: Nevieš, čo chceš

Zamysli sa.

Týka sa ťa to, čo hovorím?

Ako vieš, že robíš túto chybu:

- Hovoríš, že chceš seriózneho partnera, ktorý ti bude verný a na ktorého sa môžeš spoľahnúť. Ale v skutočnosti sa ti srdce rozbúcha za motorkármi a rockermi. ÁNO - NIE
- Nikto pre teba nie je dosť dobrý a keď si vo vzťahu, tak stále máš tak trochu pochybnosť, či si tam správne. ÁNO - NIE
- Nie si schopná sa oddať mužovi, máš zo vzťahu a záväzku strach. ÁNO - NIE

4. Nepoznáš svoju ženskú energiu a silu svojich emócií

Zamysli sa.

Týka sa ťa to, čo hovorím?

Ako vieš, že robíš túto chybu:

- Emócie si s tebou robia, čo chcú. Pociťuješ ich silne: silnú radosť, nadšenie, ale ešte viac bolesť, smútok, až úzkosť, depresiu. Veľa plačeš. Máš tendenciu vo vzťahoch robiť scény a drámy, často “z ničoho nič”, keď sa viac vecí nakopí. ÁNO - NIE
- Emócie cítiš, ale dusíš ich v sebe, nedovoľuješ im ísť von, ale si potom na mužov okolo teba skryto protivná. ÁNO - NIE
- Cítiš málo emócií, nepreciťuješ ani veľmi radosť, ani žiadne výkyvy...si tak nevzrušujúco OK. A život plyní... ÁNO - NIE

5. Nevieš mužovi naplniť JEHO 6 základných ľudských potrieb JEMU.

Zamysli sa.

Týka sa ťa to, čo hovorím?

Ako vieš, že robíš túto chybu:

- Tvoje vzťahy nie sú dlhodobé ÁNO – NIE
- Aj keď si bola vo vzťahu, kde ste sa mali radi, láska bola, ale nefungovalo to ÁNO – NIE
- Mužom sa páčiš, vieš ich pritiahnuť, ale nechcú v tvojom živote zostať ÁNO – NIE

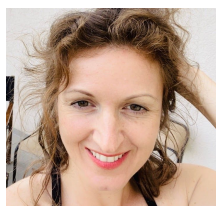
Teraz si pozri, kde si mala ÁNO.

Znamená to, že vo svojom osobnom živote sa musíš viac sústrediť na túto oblasť, ak chceš, aby sa Tvoj osobný život a vzťahy zmenili.

Máš na to – chce to len trochu práce na sebe a dobré vedenie.

Držím palce,

Tvoja Lucia



Lucia Klapáčová

Expertka na vzťahy, disciplínu a odvahu.

www.luciaklapacova.sk

lucia@luciaklapacova.sk