

JAK POZNÁM, ŽE UŽ JSEM VE FÁZI „NOVÁ ORIENTACE“?

	ANO	NE
Dokážete se opět více soustředit na svou práci a vykonávat každodenní činnosti?	☐	☐
Máte čas od času opět radost ze života?	☐	☐
Dokážete o svém bývalém partnerovi / bývalé partnerce mluvit opět s menším smutkem a méně slzami?	☐	☐
Pocítujete opět zájem o jiné lidi a události?	☐	☐
Jste schopna / schopen sejít se s bývalým partnerem / bývalou partnerkou, aniž by vás to kompletně vyvedlo z míry?	☐	☐
Existují chvíle, kdy na svého bývalého partnera / bývalou partnerku zcela zapomenete?	☐	☐
Cítíte se vnitřně silnější a věříte, že se dokážete dostat z krize?	☐	☐
Pocítujete při myšlence na bývalého partnera / bývalou partnerku méně vzteku a nenávisti?	☐	☐
Vzdal/a jste se naděje na obnovení vztahu s ním/ní?	☐	☐

Jestli jste mohli na většinu otázek odpovědět ANO, máte za sebou už velký kus výstupu na vrchol hory.

Tělo vám dělá znovu radost, protože se mu vrací vnitřní klid, smysly se znovu otevírají svému okolí. Už zvládnete mít celý víkend jen pro sebe nebo se na to dokonce těšit. Znovu vás začínají bavit vaše koníčky. Ve vašich myšlenkách je znovu místo pro nové zážitky a lidi. Jsou už chvíle, kdy se dokážete od srdce zasmát. Poznáváte, že váš vztah se dostal do potíží ještě předtím, než se rozpadl. Už dokážete o svém partnerovi / partnerce mluvit jako o bývalém / bývalé. Je čas se jako partneři definitivně rozloučit.