

PL 49: PLÁN INTIMITY

Osvojit si řadu nových znalostí o vztazích a intimitě nestačí. Tyto znalosti se musí používat v praxi a nové dovednosti se musí procvičovat.

Stejně jako při řešení jakéhokoliv problému, i zde potřebuje člověk plán, který problém přesně popíše a definuje možná řešení. Dále je potřeba časový harmonogram a hodnocení účinnosti řešení. Až pak je zjevné, jestli děláte pokroky, nebo jestli budete muset své strategie změnit.

Vaším úkolem je vytvořit písemný plán vývoje intimity ve vztazích a pak ho odevzdat.

Plán musí obsahovat toto:

- Stručný popis vztahu/vztahů (např. dlouholetý vztah na dálku, děti atd.)
- Vaše osobní překážky na cestě k větší intimitě (mohou být různé, nezávislé na vztahu)
- Strategie překonávání překážek
- Časový plán realizace strategií