

OBSAH

OD SNĚNÍ O PARTNERSTVÍ K PARTNERSTVÍ SNŮ.....	7
PŘEDMLUVA.....	8

UMĚNÍ ZŮSTAT SÁM 10

1. FÁZE: SYMPATICKÝ, NEBO NE?	12
2. FÁZE: NAVÁZAT KONTAKT	13
TEĎ ZAČÍNÁ TESTOVÁNÍ.....	14
MUSÍ TO JISKŘIT A MUSÍ TO SEDĚT.....	14
JAK ZADUSIT JISKRY A UHASIT OHEŇ.....	19
RYCHLÝ SOUD	21
3. FÁZE: NĚCO SE TU CHYSTÁ.....	24
VNITŘNÍ KONTROLNÍ SEZNAMY	25

SINGLE JAKO KLADEČ PASTÍ 30

PRVNÍ PAST EGA: HLEDÁM PARTNERA, KTERÝ SE KE MNĚ HODÍ!.....	32
DEJ SI MĚ DO STŘEDU POZORNOSTI!.....	32
PODÍVEJ, ŽE MI TO JDE DOBŘE!	36
JAK PŮSOBÍM?	39
DRUHÁ PAST EGA: HLEDÁM PARTNERA, KE KTERÉMU SE HODÍM!.....	42
VE VYČKÁVACÍM PROSTORU	44
JAK PŮSOBÍM?	48

ÚČINKY CHOVÁNÍ	51
VYSTUPOVAT JAKO FIGURA.....	52
FIGURY VYPROVOKUJÍ REAKCE	53
DALŠÍ PASTI EGA.....	54
HLEDÁM PARTNERA, KTERÝ NA MĚ ČEKAL.....	54
HLEDÁM PARTNERA, KTERÝ MĚ BUDE NOSIT NA RUKOU	55
HLEDÁM PARTNERA, KTERÝ MĚ NEZKLAME	57
HLEDÁM PARTNERA, KTERÝ MĚ PŘIJME	59
HLEDÁM VÁŠNIVÉHO PARTNERA, KTERÝ MI ODLEHČÍ.....	61
KONEČNÁ STANICE TOUHA.....	63
OBJEVUJE SE ŘEŠENÍ.....	64

POUŽITÍ VZTAHOVÉHO TRIKU 66



JAK DOJDE K TOMU, ŽE SE K SOBĚ LIDÉ HODÍ.....	67
MILOSRDNÁ SLEPOTA	68
SILNÉ EMOCIONÁLNÍ POUTO	69
DOJEM, ŽE SE K SOBĚ HODÍME.....	70
ROZVINUTÍ DOSTATEČNÉHO POUTA.....	71
JAK SE VŠECHNO ZMĚNÍ.....	71
ZŮSTAT V KONTAKTU	72
NAVÁZAT VZTAH.....	73
ODSTRANĚNÍ PASTÍ EGA.....	76
KDY JE ČLOVĚK VE VZTAHU, KDY NE?.....	78
REAGOVAT NA SEBE SAMA.....	79
REAGOVAT NA PARTNERA.....	83
CHYTRÁ HLOUPOST – JAK ZŮSTAT VE VZTAHU	85
POMALU A ZVĚDAVĚ.....	86
DIVIT SE A ŽASNOUT.....	87

MALÁ EXKURZE MEZI ÚSKALÍ KOMUNIKACE.....	89
PRVNÍ ÚSKALÍ: CO ŘEKNU?.....	90
DRUHÉ ÚSKALÍ: JAK TO ŘEKNU?.....	90
TŘETÍ ÚSKALÍ: NA CO ODPOVÍDÁM?	91

CVIČENÍ, JAK ZŮSTAT VE VZTAHU 94



KONEC S HLEDÁNÍM PARTNERA!	95
VYHLEDÁVEJTE SETKÁNÍ!.....	96
EXPERIMENTUJTE NENUCENĚ!	97
NAJDĚTE SVÁ CITLIVÁ MÍSTA	98
— UDĚLEJTE SI TEST CITLIVÝCH MÍST!	100
JDĚTE NA SCHŮZKU SE ZNALOSTÍ SVÝCH CITLIVÝCH MÍST.....	102
NAČRTNĚTE SI RŮZNÉ INTERPRETACE	103
VYMYSLTE SI RŮZNÉ REAKCE	106
FANTAZIJNÍ MYŠLENKOVÉ HRY.....	106
JINÉ MOŽNOSTI.....	108
VYMYSLTE RŮZNÉ PŘEDPOVĚDI	110
UZAVŘETE OTEVŘENÁ SETKÁNÍ.....	112
UVOLNIT SI CESTU.....	114

UMĚNÍ STÁT SE PARTNEREM..... 116



PODNĚTY PRO FÁZI SYMPATIE	117
NAVÁZÁNÍ KONTAKTU U NESMĚLÝCH	117
NAVÁZÁNÍ KONTAKTU U ODVÁŽNÝCH.....	119
VÝZVA Č. 1: BUĎTE ZVĚDAVÍ A UPŘÍMNÍ.....	120
VÝZVA Č. 2: POSTAREJTE SE O KVALITNÍ SETKÁNÍ.....	121

KDE JSI?

VÝZVA Č. 3: CHOĎTE NA BEZCÍLNÁ SETKÁNÍ	126
VÝZVA Č. 4: VYMĚŇUJTE SI DOJMY.....	127
PODNĚTY PRO KONTAKTNÍ FÁZI	132
VÝZVA: POSTAREJTE SE O ZAJÍMAVÉ ZKUŠENOSTI!	132
PŘIPRAVTE SE NA KONTAKTY!	137
PODNĚTY PRO FÁZI NAVAZOVÁNÍ SPOJENÍ.....	143
UVĚDOMĚLÉ ROZHODNUTÍ?.....	144
NECHTE VĚCI JÍT SVOU CESTOU!	146
ZAPOJTE SE – ODHALTE SE!	152
PODIVUJTE SE DÁL A DĚLTE SE O SVÉ POCITY!.....	155
ŽASNĚTE DÁL A ZŮSTAŇTE DOSTATEČNĚ HLOUPÍ!.....	157
KDYŽ UŽ VZTAH ZAČAL BÝT VZTAHEM	160
OPATRNĚ S HARMONIÍ A KOMPROMISY!	161
O LÁSCE SE NEDÁ VYJEDNÁVAT.....	163
DAROVAT ZE SRDCE	164
SEBEODHALENÍ JAKO SPOUŠTĚČ VZTAHU	164
ZRANĚNÍ PATŘÍ K VĚCI	167
KDYŽ DOJDE „NA NOŽE“	168
DOSLOV	172
O AUTOROVI.....	173
K DOPLNĚNÍ	173
REJSTŘÍK	174