

## Jsme jedno a není nám to jedno

Následující otázky jsou sondou do vašeho vztahu. Můžete si tento kvíz vyplnit každý za sebe a pak se společně podívat, jak jste odpovídali. Může se stát, že odpovědi vyvolají nespokojenost. To není na škodu, ba naopak. Využijte tuto příležitost k dotázání se – jak mohu právě já přispět k tvé radosti? Pro odpověď využijte stupnici, volbu poznačte křížkem v příslušném řádku a sloupci.

		Pravidelně	Často	Občas	Téměř nikdy	Nikdy
1.	Oceňujete svého partnera/svou partnerku?					
2.	Hodnotíte kriticky, jak váš partner/vaše partnerka vypadá?					
3.	Povídáte si?					
4.	Hledáte chyby na svém partnerovi/své partnerce?					
5.	Máte nějaký čas „jenom pro sebe“?					
6.	Kdy jste si naposledy udělali společný čas bez dětí?					
7.	Podílíte se na péči o domácnost, děti?					
8.	Vyjadřujete partnerovi/partnerce lásku prostřednictvím slov?					
9.	Vyjadřujete partnerovi/partnerce lásku prostřednictvím činů?					
10.	Může se váš partner/vaše partnerka spolehnout na vaši dochvilnost?					
11.	Zajímáte se o každodenní činnost vašeho partnera/vaší partnerky?					
12.	Máte prostor společně s partnerem/partnerkou pěstovat záliby?					
13.	Jak často připomínáte partnerovi/partnerce jeho rodiče, rodinu?					
14.	Vracíte se domů v očekávaný čas?					
15.	Máte prostor pro své soukromí jako jedinec?					
16.	Omlouváte se partnerovi/partnerce za neshody?					
17.	Omlouvá se vám partner/partnerka za neshody?					
18.	Jíte společně u jednoho stolu v jeden čas?					
19.	Chodíte spát společně?					
20.	Těšíte se na příchod svého partnera/své partnerky?					
21.	Usmíříte se „dříve než zapadne slunce“?					
22.	Zastanete se svého partnera/své partnerky před svými rodiči?					
23.	Podpoříte svého partnera/svou partnerku před dětmi?					

### Otázky k zamýšlení a společné diskusi

1. Které položky přispívají k vaší partnerské – manželské pohodě?
2. Které položky přispívají k vašemu nesouladu?
3. Jedná se o položky nebo spíše četnost?
4. Na kterou z položek se chcete zaměřit? Co pro to potřebujete udělat?
5. Na kterou položku vám v současné době chybí čas, odvaha, dovednost, pomoc?