

PÁRKAPCSOLAT

Útmutató a kitöltéshez:

- Tekintsd át a felsorolt párkapcsolati területeket. A két üres helyre írd be bátran bármit, ami fontos számodra egy párkapcsolatban, de nem szerepel a lapon
- Következő lépésben pontozd a területeket 0-10 között aszerint, hogy mennyit adsz a párodnak és mennyit kapsz a párodtól az adott területen (0=kevés, 10=sok)
- Az ideális oszlopba azt a számot írd, ami szerinted megfelelő és egyben megvalósítható
- Végül a „Hogyan?” oszlopba írd össze az ötleteidet, hogy miket lehetne tenni azért, hogy közeledjen a helyzet az ideálshoz. **Legyenek konkrétak az ötletek!**

Figyelem			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Együtt töltött idő			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Szeretet			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Testi kontaktus			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Támogatás, segítség			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Ajándékok			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Egyéb			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Egyéb			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?

Figyelem			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Együtt töltött idő			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Szeretet			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Testi kontaktus			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Támogatás, segítség			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Ajándékok			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Egyéb			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?
Egyéb			
Adok	Kapok	Ideális	Hogyan?