

## Kad veza više ne štima: ostati ili otići?

*U vezi ste, ali niste baš sretni? Ima dana kad vam se čini da točno znate što trebate činiti? No, kad stignete kući, vaša odlučnost se topi. Ne činite ništa, ali u glavi vodite beskrajne razgovore, važete za i protiv: ostati ili otići?*

Razlog nedonošenja odluke i neodlučnosti jest strah: strah od pogreške, od toga da sve ne bude još gore, strah od neizvjesnosti. No, neodlučnost je najslabiji izbor kojeg ćete kad-tad zažaliti, a najveći strah ljudske psihe jest zapravo onaj od uzaludno potrošenog života, jedna je od vrlo snažnih poruka koju u svom bestseleru šalje ugledna psihologinja Beverley Stone. Na osnovu svog dugogodišnjeg iskustva u radu s klijentima napisala je knjigu s ciljem da čitateljima pomogne izaći iz tog začaranog kruga neodlučnosti. Ona će vas voditi korak po korak kako biste uvidjeli što zapravo želite – ostati u poboljšanoj vezi ili otići kako biste bili zadovoljnija i sretnija osoba, bez obzira na strahove i prepreke koji vam se možda čini nepremostivim.

Autorica Beverly Stone opisuje zahtjevne, ali ne i nepremostive prepreke koje moramo savladati kako bismo počeli živjeti životom kojeg želimo, a ujedno daje konkretne odgovore kako to učiniti:

- 1. Budite autentični** - izložite se riziku da budete onakvi kakvi zapravo jeste (a ne onakvi kakvima vas drugi žele).
- 2. Prihvatite tjeskobu kao pozitivno, temeljno ljudsko iskustvo** (prestanite joj se prepuštati).
- 3. Učinite svoj život značajnim** (a ne onakvim kakv ćete požaliti).
- 4. Preuzmite odgovornost za svoju situaciju** (ne krivite druge).
- 5. Budite svjesni da uvijek imate izbor** ( niste baš toliko sputani kao što mislite)
- 6. Živite prema vlastitim vrijednostima i pravilima** (na prema tuđim mjerilima).
- 7. Vaš je zadatak biti ono što jeste!**

„Ova je knjiga namijenjena svima vama koji ste svjesni toga da trebate promijeniti svoj život, ali se i dalje borite sa svojom nesposobnošću odabira pravog puta ili djelovanja u skladu sa svojom odlukom. Nadam se da ću vas uspjeti uvjeriti da ste za

okove koji vas sputavaju sami odgovorni te da ćete, jednom kada to spoznate, pronaći ključ za razrješavanje svoje neodlučnosti u vezama. Namjera mi je da vam ova knjiga pomogne u prikupljanju hrabrosti da preuzmete rizik i uvedete promjene koje će vam omogućiti da živite smislenijim i ljepšim životom." - kaže autorica Beverly Stone.

**O autoru: Beverley Stone** britanska je psihologinja s više od 25 godina iskustva u savjetovanju u vezama i odnosima unutar obitelji i poslovnih organizacija. Posebno je uspješna u rješavanju problema neodlučnosti, bilo da se radi o vezama, ili odnosima na poslu (omalovažavanje, neslaganje s politikom tvrtke, kolegama ili poslodavcem). Kao autorica i stručnjakinja s uspješnom međunarodnom karijerom, ponosno ističe da je sve svoje klijente, čiji se broj mjeri u tisućama, stekla jedino usmenom i osobnom preporukom, a ne oglašavanjem. Članica je Britanskog društva psihologa, starija savjetnica u Kraljevskom medicinskom društvu.

**Prijevod: Romana Čačija**