



Como obter seu ex-costas

Conteúdo

Isenção de responsabilidade	
Introdução4	
Quando bons relacionamentos se tornam ruins6.....	
Erros que você pode ter cometido11	
Restabelecendo o contato com o seu Ex16	
Reconstruindo um relacionamento mais forte 19.....	
Ganhando seu distintivo feliz para sempre 21.....	

aviso Legal

Foram tomados cuidados razoáveis para garantir que as informações apresentadas neste livro sejam precisas. No entanto, o leitor deve entender que as informações fornecidas não constituem aconselhamento jurídico, médico ou profissional de qualquer tipo.

Sem responsabilidade: este produto é fornecido "no estado em que se encontra" e sem garantias. Todas as garantias, expressas ou implícitas, são negadas. O uso deste produto constitui aceitação da política de "Não Responsabilidade". Se você não concorda com esta política, não tem permissão para usar ou distribuir este produto.

Não nos responsabilizamos por quaisquer perdas ou danos de qualquer natureza (incluindo, sem limitação, perdas ou danos consequentes) direta ou indiretamente decorrentes do uso deste produto.

Introdução

Existem literalmente milhares de casais em todo o mundo que terminaram com seus parceiros perfeitos (para eles) devido a mal-entendidos muito simples. É triste pensar que muitos desses rompimentos poderiam ter sido completamente evitados se cada pessoa tivesse um entendimento mais claro do que seu parceiro estava pensando e do que queria do relacionamento.

Infelizmente, como homens e mulheres são biologicamente tão diferentes entre si, existem coisas específicas que cada um de nós faz que podem facilmente afastar um parceiro, em vez de mantê-lo próximo, como pretendíamos. Claro que você pode estar sofrendo. Você pode até ficar completamente confuso sobre o motivo de seu relacionamento ter terminado. Mas a realidade é que bons relacionamentos terminam o tempo todo ... desnecessariamente.

Isso mesmo - desnecessariamente. Se homens e mulheres tivessem um pouco mais de consciência de como o sexo oposto estava pensando, as separações nunca precisariam acontecer. Na verdade, você poderia ter transformado seu relacionamento com seu ex em uma parceria feliz e duradoura, na qual nenhum de vocês jamais consideraria olhar mais longe.

Se você terminou recentemente com o amor da sua vida, não sinta que tudo está perdido. Ainda há esperança de que você possa ganhar seu ex-costas e é realmente mais fácil do que você pensa. Mesmo que você tenha tentado de tudo para que seu ex saiba o quanto você quer ficar juntos, talvez você tenha notado, não está funcionando da maneira que planejava.

O problema é que não somos ensinados sobre como o sexo oposto pensa, por isso é principalmente um mistério para a maioria das pessoas. Estamos presos a táticas que achamos que podem funcionar sem considerar o que nosso parceiro preferiria.

Como obter seu ex-costas

Este livro irá explicar algumas táticas muito simples que podem dar ao seu ex uma visão completamente diferente da pessoa que você é e fazer com que ele se apaixone por você novamente.

Você está pronto para trazer seu ex de volta à sua vida novamente?
Você está realmente pronto para eles se apaixonarem por você, mais profundo e mais forte do que na primeira vez?

Então vamos entrar nas coisas boas ...

Quando bons relacionamentos ficam ruins

É lamentável que às vezes até os melhores relacionamentos azedem, mas, mesmo que não possamos vê-lo, a princípio, sempre há uma razão.

Na verdade, existem inúmeras razões pelas quais bons relacionamentos se tornam ruins e acabam com um rompimento. Você pode ter sofrido argumentos sem sentido ou pode ter simplesmente encontrado que seu ex parou de se comunicar completamente com você e depois se afastou, deixando-o no escuro sobre o que estava acontecendo.

As pessoas que estão sofrendo e não têm certeza de onde seu parceiro está no relacionamento geralmente acabam fazendo exatamente o oposto das coisas que deveriam estar fazendo para trazer seu ex de volta a eles.

Isso ocorre porque os homens tendem a fazer as coisas que parecem lógicas para um homem e as mulheres tendem a tentar as táticas que gostariam de ver. É uma grande lição aprender que homens e mulheres pensam de maneira diferente. A aplicação da lógica masculina ao problema de reconquistar uma mulher é geralmente contraproducente, como é o inverso, ou seja, a aplicação da lógica feminina ao processo de reconquistar um homem.

A parte realmente triste disso é que, apesar de suas melhores intenções, nessas situações, homens e mulheres tendem a fazer coisas que realmente desligam e afastam a pessoa que realmente querem trazer de volta para suas vidas e sem nem mesmo saber que estou fazendo isso.

Isso significa que eles estão fazendo o oposto completo do que deveriam fazer para trazer de volta o ex e tornar essa pessoa parte de suas vidas novamente, mas ainda não sabem disso. Pense nisso. É o

Como obter seu ex-costas

que você está fazendo agora para que seu ex-costas trabalhe para você? Ou isso está apenas afastando essa pessoa de você, fazendo você se sentir ainda pior do que já está?

Vejamos algumas das coisas que homens e mulheres pensam durante os relacionamentos e como eles veem as ações de seus parceiros. Essas percepções costumam trazer uma compreensão muito mais profunda do que pode ter dado errado dentro do relacionamento e um conhecimento mais profundo do que fazer quando bons relacionamentos dão errado.

Homens e mulheres são biologicamente diferentes

Você pode pensar que isso está afirmando o óbvio, mas além das diferenças óbvias, existem diferenças hormonais vitais e outras biológicas que nos diferenciam.

Por exemplo, você sabia que, para os homens diminuírem seus níveis de estresse, eles geralmente procuram maneiras de aumentar a testosterona? Isso significa que eles assistirão às notícias quando chegarem em casa por um longo dia, procurando maneiras de criar seu próprio modo de "consertar". Isso significa que eles podem gostar de lidar com os problemas de outras pessoas porque isso acarreta uma necessidade dentro deles de tentar resolver os problemas do mundo. Isso pode ser o que ele está pensando, mesmo que ele esteja parado no sofá. Ele não estará disponível para problemas do mundo real enquanto estiver obtendo seus próprios níveis de estresse.

Quando os níveis de testosterona aumentarem, eles se sentirão muito melhor em relação ao mundo e procurarão solucionar seus próprios problemas somente depois de se acalmarem o suficiente após um dia duro no trabalho, onde passaram o dia tentando mostrar seus amados. aqueles quanto de um bom provedor eles podem ser.

Infelizmente, as mulheres têm impulsos biologicamente completamente opostos, o que pode causar problemas em um

Como obter seu ex-costas

relacionamento. Por exemplo, quando uma mulher aumenta os níveis de testosterona em seu corpo, ela pode realmente aumentar seus níveis de estresse, fazendo com que ela queira brigar por assuntos triviais que seu parceiro não pode entender.

Para reduzir os níveis de estresse, as mulheres encontrarão maneiras de gerar o hormônio ocitocina. Curiosamente, a ocitocina é conhecida nos círculos não científicos como o "hormônio do carinho" e tem sido fortemente ligada ao comportamento materno, além de ser o hormônio de ligação que faz a mulher querer se relacionar mais fortemente com um parceiro.

Agora, para as mulheres criarem ocitocina, elas precisam se sentir amadas, valorizadas e apreciadas. Quando eles tendem a sentir que seu parceiro está se afastando deles, por qualquer motivo, isso realmente faz com que o hormônio testosterona inunde seu sistema, o que aumenta seus níveis de estresse e pode tê-los na defensiva.

Para um homem experimentar uma diminuição da testosterona, por outro lado, ele experimenta uma reação semelhante em que seus próprios níveis de estresse aumentam e isso o torna defensivo também.

Coisas interessantes ... eh?

Como os hormônios podem arruinar um ótimo relacionamento

Pense em quantas vezes você está de bom humor, ansioso para ver seu parceiro. Você teria passado o dia fazendo coisas que o fizeram se sentir melhor consigo mesmo. Se você é mulher, pode ter passado algum tempo trabalhando com seu estresse conversando com suas amigas sobre vários problemas que você tem, o que aumentaria seus níveis de ocitocina.

Você estaria se sentindo ótimo!

No entanto, quando seu ex terminasse o trabalho do dia, ele ficaria estressado e acabaria após um dia difícil. Ele não tem absolutamente nenhum desejo de falar sobre seus problemas, porque isso aumenta o tipo errado de hormônio em seu sistema. Tudo o que ele quer fazer é relaxar - talvez resolver os problemas do mundo em frente à TV por um tempo.

Mas agora ele está enfrentando um parceiro que quer conversar, compartilhar, abraçar e amar naquele momento em que seus níveis de estresse são altos e talvez até incontroláveis. Ele ainda não teve a chance de relaxar de seu próprio dia estressante, mas agora está confrontado com um parceiro que está se sentindo bem e não parece entender suas necessidades. Este é um exemplo simples, mas você vê o problema aqui? Mesmo os melhores relacionamentos podem ser destruídos por essas diferenças hormonais simples entre homens e mulheres, se houver uma falta de entendimento sobre eles.

Obviamente, existem relacionamentos que dão errado por outras razões.

Quando os relacionamentos dão errado por outras razões

O que acontece quando você faz tudo certo e seu ex ainda se afasta de você?

Há momentos em que os relacionamentos dão errado, sem motivo algum, que você pode descobrir. Você pode ter pensado que tudo estava indo bem, e mesmo assim seu ex decidiu parar de ligar para você, parar de retornar suas mensagens e se afastar completamente do relacionamento como se você não estivesse lá.

O parceiro evitado muitas vezes sente que não fez nada errado, mas o parceiro que se retirou completamente pode ter idéias completamente diferentes sobre para onde o relacionamento estava indo.

A verdade é que, quando os humanos se apaixonam, eles liberam um hormônio específico que é muito semelhante ao liberado por pessoas que sofrem de Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC). Essa é uma das razões pelas quais as pessoas apaixonadas não conseguem pensar em mais nada, mas a pessoa com quem estão, não pode comer, não consegue dormir adequadamente e não consegue se concentrar no trabalho.

Claro, só porque você está se sentindo assim não significa necessariamente que seu parceiro estava sentindo a mesma coisa ao mesmo tempo que você. Assim como nem todo mundo fica com fome ao mesmo tempo, nem todo mundo tem os mesmos sentimentos ao mesmo tempo.

A parte lamentável disso é que, às vezes, uma pessoa dentro do relacionamento começa a pensar em progredir ainda mais no relacionamento. Eles passarão um tempo pensando no futuro do e interpretando vários cenários em suas mentes sobre o que acontecerá quando a parceria progredir após o estágio do namoro.

Isso pode levar a pessoa a acreditar que o relacionamento realmente evoluiu para algo muito mais profundo do que realmente aconteceu, enquanto a outra pessoa pode simplesmente ainda estar tentando descobrir o que está acontecendo com seus sentimentos. Isso às vezes é chamado de "relacionamento instantâneo". Um parceiro pensa que está apenas namorando, enquanto o outro já está no modo de relacionamento completo e se pergunta por que o parceiro não parece ser recíproco.

O maior erro que alguém pode cometer nessa situação é tentar convencer o parceiro de que eles devem ficar juntos ou convencê-los sobre o quanto os amam. Quando os homens veem esse comportamento nas mulheres, pode ser o suficiente para fazê-las querer desacelerar as coisas ou até se separar, imaginando o que está acontecendo. Eles vêem o parceiro como algo carente e desesperado e às vezes podem se afastar ou até se retirar completamente. O

desespero e a insegurança em uma mulher são um desagrado total para os homens.

No entanto, existem muitos homens culpados de fazer exatamente a mesma coisa com as mulheres que adoram. Eles podem tentar convencê-la de que ninguém a ama tanto quanto ele e tentar argumentar com ela que ele é melhor para ela do que outro homem. O problema com esses cenários é que eles não têm uma noção real do que estão fazendo de errado.

Pense de volta ao começo para encontrar a resposta

Em quase todo rompimento, a solução para recuperar o seu ex-costas é pensar no início do relacionamento.

Como era seu parceiro quando você se conheceu? Mais importante, como vocês eram quando estavam juntos no começo?

Provavelmente, vocês dois estavam com seu melhor comportamento. Vocês dois trabalharam duro para ter certeza de que a outra pessoa estava se divertindo. Vocês também teriam ignorado qualquer peculiaridade menor em personalidade ou comportamento, simplesmente porque foram levados a causar uma boa impressão na outra pessoa. Agora pense na última vez que passou algum tempo com seu ex. Vocês dois estavam gostando da companhia um do outro? Ou você estava brigando, estressado, chateado ou preocupado com o que a outra pessoa estava pensando?

Se você não estava se dando muito bem, é provável que a imagem que seu ex tenha de você seja a imagem de você discutindo, zangado, chorando, chateado e preocupado com o futuro do relacionamento. Isso não é propício para ter pensamentos felizes sobre um futuro positivo e feliz juntos. Em vez disso, eles provavelmente estão pensando em maneiras de encontrar alguém mais parecido com a pessoa que você realmente era quando o conheceram.

É isso mesmo - a pessoa que você era quando conheceu. Ele / ela teria se apaixonado pela pessoa feliz, confiante, positiva, motivada e independente que você era quando conheceu. Você faria com que ele se sentisse feliz quando estivesse com você e eles teriam gostado de se perguntar quando você estava livre em sua agenda lotada para vê-los novamente.

Então ... o que mudou?

Erros que você pode ter cometido

Você é culpado de tentar convencer seu ex a voltar com você, mesmo depois que eles terminaram com você? Certamente, seu coração pode estar se partindo e sua intuição está lhe dizendo que essa é a pessoa com quem você deveria passar o resto da vida. Mas o seu ex sente o mesmo?

Se você tentou ligar para seu ex, enviar mensagens de texto, enviar e-mail ou enviar mensagens, tentando convencê-los de que você é a pessoa certa para eles, é provável que você os esteja levando ainda mais longe. O problema com essas tentativas constantes de contato é que o seu ex as vê como um ato de desespero da sua parte. Ninguém, homem ou mulher, gosta de desespero. Cheira a insegurança e pegajosidade, e isso é uma característica realmente pouco atraente para qualquer um.

Homens e mulheres acham a confiança muito atraente no sexo oposto. Uma pessoa confiante, que sabe o que quer e não precisa de outra pessoa para que isso aconteça, é muito atraente para todos.

No entanto, uma pessoa que de repente se torna muito certa de que a única maneira de ser feliz é se apegar a você é de repente muito pouco atraente. Lembre-se de que seu parceiro provavelmente se apaixonou por uma versão feliz, borbulhante e confiante de você.

A versão miserável, solitária e desesperada de você não é a mesma coisa e seu ex pode estar se perguntando o que aconteceu com a pessoa por quem se apaixonou. Afinal, a pessoa infeliz na frente deles agora não está fazendo com que eles sintam os mesmos sentimentos que sentiam quando estavam se apaixonando.

Você sentiria que estava passando um tempo com uma ótima pessoa se apenas ouvisse miséria, argumentação, pedido, suplicação e tentativas de convencer, toda vez que estivesse em qualquer lugar perto dessa pessoa? Claro que não; você gostaria de sair e passar um tempo com pessoas um pouco mais divertidas, não é?

Então, o que você faz se já foi vítima da armadilha de suplicar ou mesmo implorar para que voltassem para você e, como consequência, levou seu ex ainda mais longe? Bem, é isso que consideraremos a seguir, porque, mesmo que você seja culpado de enviar mensagens constantes ou ligar para seu ex ou enviar uma mensagem, enviar um e-mail ou enviar uma mensagem para ela, talvez não seja tarde demais para salvar seu relacionamento quebrado.

Como reverter problemas passados

Não importa o quanto você queira, seu primeiro passo para conseguir que seu ex volte para você é evitar entrar em contato com seu ex de qualquer maneira. Pare de enviar mensagens de texto. Pare de ligar. Pare de enviar e-mails. Não pergunte a seus amigos sobre eles - apenas pare.

Agora, pense em quem você era antes de conhecer. Você provavelmente estava se dando muito bem com sua própria vida. Você teria seu próprio trabalho, seus próprios amigos, seus próprios interesses. Volte e faça com que rolem novamente do jeito que eram antes de conhecer seu ex.

Mesmo que você não sinta vontade, e seu próprio estado emocional triste pode fazer você se sentir em casa esperando o telefone tocar ... não. Coloque um sorriso no rosto e passe tempo com sua família e amigos. Sair com pessoas que fazem você se sentir bem consigo mesmo e com seu tempo com elas.

Evite amigos ou pessoas negativas que o deixarão melancólico com o seu amor perdido. Essas pessoas não ajudarão você a recuperar seu ex, portanto, fique longe deles. A chave aqui é trazer de volta a versão feliz e independente de si mesma pela qual seu ex se apaixonou.

Depois de um tempo, seu ex começará a se perguntar por que você não ligou ou entrou em contato com ele de alguma forma e eles começarão a se preocupar com você. Você não está lá ainda, quando isso acontece, mas terá um bom começo. Pense nisso: para o seu ex se preocupar implica que ainda deve haver um nível de cuidado para você.

Então - grande lição aqui - pare de entrar em contato com eles e trabalhe no que está acontecendo dentro de si.

Quebrando a imagem do conto de fadas dos relacionamentos

Os filmes de Hollywood são os principais culpados pelas imagens de contos de fadas que a maioria das pessoas pensa em como o amor funciona. De alguma forma, a tela de cinema conseguiu nos fazer pensar que, depois de muito drama, conflito e discussão, o amor de nossas vidas subitamente voltará a si e todos viveremos felizes para sempre.

Isso não é realista e é algo que tende a acontecer em filmes de romance idealistas, e não na vida real.

A verdade é: seu ex não é a chave para sua felicidade.

Tu es.

Você não precisa ter outra pessoa em sua vida para ser feliz ou realizado. Você só precisa de si mesmo e de seus próprios interesses, hobbies, paixões e coisas que, em última análise, fazem você se sentir bem.

Quando você conheceu seu ex, é provável que você já estivesse feliz, independente e confiante. Essas são qualidades extremamente atraentes para o sexo oposto. Então saia. Se divirta. Sair com amigos. Assista a filmes de humor bobo que não fazem você pensar nele ou que o chateiam. Compre uma roupa nova. Faça um novo corte de cabelo. Exercite-se um pouco. Gaste tempo fazendo-se parecer e se sentir bem.

Quando você parece bem, você se sente bem e quando você se sente bem, você se torna atraente para todos ao seu redor novamente. Seus níveis de confiança voltarão naturalmente e em breve você encontrará coisas para ser feliz ao seu redor.

Há outra razão para essa tática.

Como obter seu ex-costas

Não só isso o ajudará a superar o fato de que você terminou com seu ex, mas também o ajudará a voltar a entrar em contato com a pessoa que costumava ser quando seu ex conheceu e se apaixonou por você.

Restabelecendo o contato com seu ex

Quando você passa um pouco de tempo elevando seus níveis de confiança de volta para onde estavam antes de conhecer seu ex, começará a se sentir melhor consigo mesmo. Você também estará em uma posição muito melhor para encontrar seu ex novamente.

Às vezes, quando você para de entrar em contato com ele, basta que eles atendam ao telefone e liguem para garantir que você está bem. Se eles fizeram isso, você sabe que ele ainda se importa com você, mas não cometa o erro de se encontrar cedo demais. Você quer ter certeza de que está se sentindo mais como seu velho e feliz antes de fazer isso.

No entanto, se ele / ela não telefonou e você passou algumas semanas trabalhando em sua própria auto-estima, tente telefonar apenas para dizer 'oi'. Não insista em querer falar sobre o relacionamento e não o convide para tomar um café. Apenas deixe que eles saibam que você queria dizer 'oi'. Isso também lhe dá a oportunidade de iniciar uma conversa sobre o que você tem feito nas últimas semanas desde que se separou. Diga a eles que você está saindo, se divertindo e fazendo as coisas por si mesmo.

Também é bom 'deixar escapar' que você também tem pensado nele algumas vezes, mas não deixe a conversa inicial se envolver muito mais sobre o relacionamento ou o rompimento. Isto é muito importante.

Também é muito importante: antes de terminar a conversa, mencione que seria bom conversar em algum momento.

Mas não sugira uma hora ou um lugar.

Jogando duro para conseguir, não difícil para querer

Não é segredo que os homens gostam de perseguir o que pensam que não podem ter. Infelizmente, muitas mulheres levam isso muito longe e decidem namorar alguém novo para deixar seu ex-ciumento. Isso nunca funciona. Ao pular imediatamente para outro cara, você estará deixando que ele saiba que seu relacionamento não era importante para você e que você já mudou. Mesmo que ele ainda tenha sentimentos por você, é provável que não atue neles.

A idéia de se esforçar para conseguir é simplesmente lembrar de não largar tudo o que você está fazendo e correr para ele no momento em que chamam. Deixe a chamada ir para o correio de voz e ligue de volta quando estiver com um estado de espírito feliz.

Se eles sugerirem uma data, você pode concordar com ela, mas não se esqueça de alterar o dia proposto. Por exemplo, ele / ela pode querer se encontrar para tomar café na sexta-feira. Concorde em se reunir para tomar um café, mas diga a ele que está ocupada na sexta-feira e que o sábado seria melhor para você.

Não faz diferença o que mais você está fazendo no dia sugerido - ligue para um amigo, assista a um filme, lave seu cachorro - o que for. Apenas certifique-se de que ele / ela entenda que você está ocupado com sua própria vida. Se eles quiserem fazer parte disso novamente, precisarão trabalhar um pouco para chamar sua atenção.

Quando, eventualmente, você se encontrar com eles novamente, pré-agende outra reunião, para que você se limite ao tempo. Explique que você não pode ficar muito tempo e que precisa sair no momento

exato. Isso provavelmente significará interromper sua conversa e, se você estiver curtindo a companhia um do outro, definitivamente o deixará querendo mais.

Depois de concluir sua primeira reunião, não fique tentado a ligar imediatamente para marcar outra data. Deixe alguns dias para ver se eles ligam para você primeiro.

Lembre-se de que ele / ela ainda tem imagens em mente dos motivos pelos quais você terminou. Uma reunião com você sendo seu antigo eu não será suficiente para que eles esqueçam os problemas que o separaram. Você precisará gastar tempo reavivando esses sentimentos por você, se realmente os quer de volta.

Tenha cuidado com suas táticas ao jogar duro para conseguir, no entanto. Você realmente não quer se tornar uma daquelas pessoas difíceis de querer. Essas são as pessoas que cruzam a linha de confiança e se arrogam. Eles têm opiniões fortes e estão dispostos a expressá-las, mesmo que isso signifique causar argumentos. Eles são teimosos em ser completamente inocentes no rompimento do relacionamento e culpam o ex por fazer tudo errado.

Se você encontrar seus pensamentos entrando em território negativo quando estiver com seu ex, esteja preparado para deixar a data e sair enquanto as coisas ainda estiverem boas. Caso contrário, corre o risco de perdê-lo para sempre.

Reacender o amor do seu ex por você novamente

Pense nisso: seu ex se juntou a você porque ele sentiu um nível de atração por você quando você se conheceu. Quanto mais tempo você passasse juntos, mais os sentimentos dele teriam crescido. Então, algo deu errado e o relacionamento terminou. Eles podem dizer que não se sentem mais da mesma maneira, ou podem simplesmente desaparecer ao longe, recusando-se a ligar para você ou responder às suas mensagens.

Mesmo que o fogo esteja apagado, você pode garantir que ainda haverá brasas brilhando no fundo da mente em algum lugar. É seu trabalho acender essas brasas novamente e acender as chamas mais uma vez. Se você é sério sobre ganhar seu ex-marido, acabará por chegar a um ponto de discutir o que deu errado no relacionamento e por que acabou. Apenas certifique-se de não cometer o erro de fazer isso tão cedo.

Após um rompimento emocional, os dois precisam de tempo para examinar seus pensamentos e analisar o que pode ter acontecido. Claro, quando você se encontra com seu ex novamente depois de ficar um tempo separado, é importante que você não traga o assunto da separação durante a primeira reunião. Simplesmente permita que eles vejam a versão feliz e confiante de você pela qual se apaixonaram desde o início.

Você pode achar que algumas pessoas ficam curiosas para saber por que você não tentou fazê-las voltar ou exigir saber por que elas foram embora, ou fazer alguma das coisas que elas fariam nessa situação. Somente essa curiosidade costuma ser suficiente para fazê-los pegar o telefone e pedir outra data, apenas para ver o que você fará a seguir.

Claro, existem outras pessoas que decidirão que você deve jogar algum tipo de jogo mental e elas continuarão distantes de você. Se o seu ex é um dos últimos, deixe-o uma semana depois de se conhecer e ligue para ele para marcar outra data para se encontrar em um nível amigável.

Embora essas táticas possam parecer muito simples, elas foram projetadas para que seu ex pense em você quando você não está por perto. Quanto mais eles pensam em você quando estão separados, maior a chance de quererem ligar para você novamente.

Reconstruindo um relacionamento mais

forte

Desejar o antigo relacionamento que você teve que reunir novamente é inútil. Afinal, o relacionamento que você teve terminou. Não deu certo. Você não quer consertar um relacionamento quebrado. Em vez disso, você deseja trabalhar na construção de uma nova versão do relacionamento, apenas desta vez com uma base muito mais forte.

Pense em algumas das coisas que você realmente gostou no seu relacionamento anterior antes de terminar. Agora considere que algumas das partes que você conhece podem causar problemas ou deixá-lo infeliz. Seja realmente seletivo sobre quais partes você deseja levar para o novo relacionamento com seu ex e quais partes você deseja deixar para trás.

Quando a sua conexão com o ex for restabelecida e você começar a namorar regularmente novamente, é hora de discutir o que pode ter dado errado no relacionamento anterior. Se o seu ex não estiver disposto a conversar, deixe-o cair até que estejam prontos para discuti-lo. Afinal, se você está fazendo o melhor para conseguir o caminho certo, eles devem começar a procurar maneiras de chamar sua atenção, para que em breve encontrem o momento certo para conversar sobre o que deu errado.

No entanto, em vez de perguntar o que deu errado, tente perguntar o que eles preferem que o certo seja feito corretamente. Isso lhes dá uma oportunidade válida de colocar em prática suas habilidades de resolução de problemas e tentar encontrar maneiras de desenvolver um vínculo mais forte entre vocês. Focar nos aspectos positivos do que vocês dois querem desfrutar de um relacionamento pode ser uma maneira feliz de lidar com um problema delicado e transformá-lo em um pouco de diversão entre vocês dois.

Se você optar por se concentrar nos problemas do passado ou nos aspectos negativos do desmembramento, poderá descobrir que isso faz com que suas conversas voltem a um território negativo. Você corre o risco de iniciar uma discussão dessa maneira. Continue procurando as coisas boas que ambos podem fazer.

Quando os dois têm uma compreensão mais clara de como deseja que seu novo relacionamento seja, é muito mais fácil reconstruí-lo sobre uma base sólida.

Muito rápido, muito em breve

Muitas pessoas assumem instantaneamente que uma vez que você está namorando seu ex novamente, isso significa que você está de volta em um relacionamento. No entanto, seu parceiro pode não pensar dessa maneira. Namorar é simplesmente passar algum tempo um com o outro, sair, fazer coisas que você gosta, mas não é um relacionamento. Ainda não.

Não caia na armadilha de assumir o que eles estão pensando ou sentindo, a menos que eles lhe digam especificamente. Isso também significa que você não deve exigir saber quando eles pensam que será capaz de voltar a se reunir, ou voltará a parecer a pessoa desesperada da qual já se afastou. Em vez disso, continuem se divertindo juntos. Sair em datas. Certifique-se de que vocês dois estão se divertindo. E, apesar de tudo, tenha certeza de que você não está descartando tudo no momento em que chama ou quer sair.

Mesmo que sua ex-ex-esposa possa ser seu principal objetivo, você também precisa fazer da sua vida pessoal uma prioridade principal. Afinal, seus amigos, família, trabalho, hobbies e interesses são o que fazem de você quem você é quando não está com seu ex. Eles são uma parte importante de você e ajudam a manter seus níveis de confiança altos e baixos.

De vez em quando, informe a eles que você não está disponível para um encontro e que você tem outros planos. Você quer que eles continuem te perseguindo até ter certeza de que os sentimentos deles por você estão crescendo. Não demorará muito para que eles perguntem se o relacionamento está de volta ou não.

Ganhando seu distintivo para sempre

Se você conseguiu que seu ex voltasse para você, tenha certeza de que não está escondendo quem realmente é. As pessoas podem aprender pequenos truques sobre como as pessoas se apaixonam por elas, para que ajam de uma certa maneira ou digam certas coisas para manter o interesse vivo. O problema de agir dessa maneira é que você não está sendo você mesmo. Se você não está sendo você mesmo, quem é seu parceiro realmente apaixonado? E o que ele pensará do verdadeiro você no momento em que você parar de atuar e começar a ser você mesmo novamente?

Se você é sério sobre a reconstrução de um relacionamento com seu ex, não fique tentado a usar truques, jogos mentais ou táticas tolas projetadas para fazer as pessoas te amarem. Seja você mesmo. Você se lembra - a pessoa confiante, divertida e divertida que gosta.

Seja a melhor versão de si mesmo que você pode ser. Mantenha-se positivo, procure o que há de bom nas coisas e encontre maneiras de trazer felicidade à sua vida. Aproveite seus amigos, divirta-se com seus hobbies ou interesses. Procure o seu melhor e sinta o seu melhor e sua confiança será mostrada ao mundo.

Quando tudo estiver dito e feito, seu ex se apaixonou pela pessoa que você era quando conheceu. As chances são boas de que ele ainda o ame por quem você é. Então, dê a ele a melhor versão de você para se apaixonar novamente.