



## **ТЕОРИЯ**

- Почему мы ищем отношений
- Механизм удовлетворения потребностей в отношениях
- Квадрат потребностей (контроль, одобрение, общность, безопасность)

## **ПРАКТИКА**

- Прорабатываем квадрат контроля
- Прорабатываем квадрат одобрения/критики
- Прорабатываем квадрат общность/разделенность
- Прорабатываем квадрат безопасности/бросания вызова

## **БОНУС**

- Учимся прорабатывать отношения самостоятельно

Страница эфира: [makulov.com/po/](https://makulov.com/po/)