

Tehtävä: Laatikaa yhdessä helpot ja yksinkertaiset säännöt totuuden puhumisesta parisuhteessanne.

Keskustelkaa parisuhteenne säännöistä ja käykää rehellinen keskustelu valehtelemisestä parisuhteessa. Tällaisen keskustelun voi käydä loukkaamatta ja varovaisesti. Tällöin parisuhdekumppani voi kertoa, mistä hän haluaa tietää ja mistä ei. Tällaiseen rehelliseen keskusteluun voi liittää muutakin arvokeskustelua.

Esimerkkejä säännöistä:

- Ole minulle rehellinen.
- Jos sinun on vaikeaa opetella olemaan rehellinen, voit tulla jälkikäteen kertomaan totuuden, enkä rankaise sinua siitä.
- Anna minulle aikaa vaikean totuuden kertomiseen.
- Jos pidät minusta tällaisena kuin olen, muistuta minua siitä – usein. Tarvitsen sitä.
- Kerro, että arvostat minua, vaikka minun vaikeuteni on totuuden puhuminen.

Tehtävä: Korjaava keskustelu.

Kertokaa kumpikin toisillenne tilanne, jossa jätitte kertomatta puolisolalle tärkeän asian. Korjaavan keskustelun tarkoitus on hyväksyä teidän molempien menneet pelot totuuden kertomisesta. Jos tarvitset enemmän aikaa asian sulatteluun, kerro se puolisollesi. Parisuhdetta hyödyttää se, että molemmat yrittävät sydämestään antaa anteeksi. Parisuhdetta ei hyödytä, jos yksi kokee olevansa parempi ja rehellisempi kuin toinen. Parisuhdeläheisyyttä taas lisää se, että kumpikin tunnustaa omaan tahtiinsa asioita, joissa tarvitsee toisen myötätuntoa ja tukea.