



Krótki przewodnik po aplikacji

+ złote zasady

Jak dobrze, że tu jesteś

Cześć, nazywam się Dawid Świstek (choć bardziej możesz mnie znać pod pseudonimem Polski Haxter) i jestem twórcą aplikacji Wypowiedz To.

Po kilku miesiącach intensywnych prac i niezliczonej ilości godzin rozmów w końcu mogę zaprezentować światu to, co było moim marzeniem od wielu lat.

Jednak wcale nie chodzi o aplikację. Ona oczywiście też jest ważna. Ale bardziej mam na myśli Twoją obecność oraz samą ideę stworzenia narzędzia, które pozwoli Ci lepiej zrozumieć siebie, partnera lub partnerkę oraz będzie przełomowym wsparciem w eksplorowaniu rzeczywistości dookoła Ciebie.

Mam nieodparte wrażenie, że ludzie ze sobą coraz mniej rozmawiają, zwłaszcza mam na myśli osoby w długoletnich związkach. Po prostu jakoś trwają w stagnacji i marazmie, a czas mija.

A przecież bez rozmowy nie ma zrozumienia, wsparcia, akceptacji, spełnienia oczekiwań czy zaspokajania potrzeb. Skąd o tym wiem?

Nie tylko z własnych doświadczeń i przeżyć, ale także z setek (jak nie tysięcy) wiadomości, które dostaję praktycznie każdego dnia na TikToku, Facebooku, Instagramie czy YouTube. Pod moimi filmami, które zostały obejrzone ponad 80 milionów razy, znajdziesz tysiące komentarzy właśnie na ten temat.

„Partner nie chce ze mną rozmawiać.”

„Czuję, że się oddalamy od siebie każdego dnia.”

„Niby jestem w związku, a kompletnie nie czuję wsparcia.”

Ta aplikacja jest odpowiedzią na te wiadomości. Więc w dużej mierze powstała właśnie dzięki moim obserwatorom, być może także jesteś w tym gronie – dlatego dobrze, że tu jesteś!

Mam nadzieję, że dzięki niej Twój związek nabierze kolorytu, a Ty po prostu poczujesz się lepiej. Bo szczerą rozmową z partnerem lub partnerką (do której zachęca ta aplikacja) pozwoli Ci się otworzyć jak nigdy wcześniej.

Dawid POLSKI HAXTER Świstek

Wypowiedz To, czyli co?

Aplikacja jest bardzo prosta w działaniu, bo cała uwaga nie ma skupiać się na niej, tylko na szczerej rozmowie. Jest niczym krzesiwo, które służy do rozpalenia ogniska, dlatego traktuj ją jako narzędzie ułatwiające zrozumienie drugiej osoby.

Rdzeniem aplikacji są pytania. I tutaj ważna uwaga – pytania zostały opracowane we współpracy z psychologami oraz ekspertami ds. budowania relacji, dlatego mają specyficzną strukturę i formę. Przekonasz się o niej wtedy, kiedy zaczniesz na nie odpowiadać.

Niektóre pytania wydają się proste z pozoru, ale mają drugie dno. Inne sięgają do Twojej podświadomości, wyławiając skryte pragnienia. A są też takie, które po prostu mają otworzyć Cię na nową perspektywę i dostarczyć masę frajdy przy odpowiadaniu.

Niezależnie jakie pytanie wylosujesz, pamiętaj o tym, że odpowiedź na pytanie jest dopiero początkiem. Jeśli masz ochotę, możesz pogłębić temat wspólnie z partnerem, korzystając ze złotych zasad korzystania z aplikacji (o których napiszę za moment).

Teraz zobacz, jak efektywnie korzystać z aplikacji, aby wycisnąć z niej 200% potencjału.



W aplikacji znajdziesz kilka tali tematycznych, które są widoczne na ekranie głównym.

Twoim pierwszym zadaniem jest wybór interesującego tematu.



Kiedy już wybierzesz odpowiednią talię, wchodzisz do widoku pojedynczego pytania, który jest bardzo intuicyjny.

Na samej górze widzisz zegar, który odlicza 5 minut. Jest to czas przeznaczony na udzielenie odpowiedzi. Jeśli odpowiesz szybciej – żaden problem. A jeśli potrzebujesz więcej czasu – daj sobie chwilę.

Zegar orientacyjnie pokaże Ci, na które tematy masz więcej do powiedzenia, a co za tym idzie – które tematy są dla Ciebie ważniejsze lub bardziej polaryzujące. Zegar resetuje się po wylosowaniu nowej karty.

A skoro przy losowaniu jesteśmy, to na dole masz kostkę, po wciśnięciu której system wylosuje dla Ciebie kartę. Kolejność występowania kart jest w 100% przypadkowa, dlatego nigdy nie wiesz, jakie pytanie padnie akurat na Ciebie.

Podczas gry z partnerem lub partnerką odpowiadacie naprzemiennie. Czyli pierwsza osoba losuje pytanie i odpowiada. Kiedy skończy – druga osoba losuje kolejne pytanie i odpowiada. Możecie tę formułę nieco podrasować, ale o tym napiszę w złotych zasadach za moment.

Koniec rundy następuje w chwili gdy skończą się wszystkie pytania w talii. W każdej talii jest mniej więcej 20-30 pytań.

I jeszcze jedna ważna rzecz – w prawnym górnym rogu, w głównym menu znajdziesz zakładkę Twoje konto.



Po kliknięciu w tę opcję możesz sprawdzić, od ilu dni masz aplikację oraz ile czasu w niej spędzasz.

To niesamowicie ciekawa statystyka, która pokaże Ci, ile czasu rozmawiasz z partnerem lub partnerką. Każda kolejna minuta jest cegiełką w budowaniu silnej, zdrowej i szczerzej relacji, dlatego życzę Ci, aby tych minut było jak najwięcej.

Złote zasady korzystania z aplikacji

To prawdopodobnie najważniejsza część tego krótkiego poradnika, bo dzięki niej dowiesz się, jak korzystać z aplikacji na maxa i sprawić, aby każde pytanie było początkiem szczerzej rozmowy, odkrywającej prawdziwą twarz każdego gracza.

1. **Nie oceniaj odpowiedzi** – każdy uczestnik powinien czuć się swobodnie w trakcie rozgrywki, dlatego ocenianie odpowiedzi jest wykluczone. Nie chodzi o to, aby krytykować drugą osobę lub poznać jej słabe strony, ale o to, aby ją zrozumieć i wejść w jej buty. Stworzenie atmosfery bez oceniania jest kluczowe do dobrej rozgrywki. To tworzy grunt pod szczerze odpowiedzi i otworzenie się przed sobą.
2. **Przede wszystkim słuchaj** – kiedy odpowiadasz na pytanie, mów do woli. Ale kiedy druga osoba odpowiada, słuchaj. Umiejętność słuchania jest bardzo trudna, bo często chce się dorzucić swoje trzy grosze i wejść w słowo – dopytać o coś, skonfrontować się, zacząć dyskusję. Jednak to nie o to chodzi. Tutaj musisz dać przestrzeń na odpowiedź. Kiedy rozmówca skończy odpowiedź, możecie podyskutować na ten temat. Ale w trakcie odpowiedzi – nie przerywaj.
3. **Pytaj do woli** – i to jest jedna z ważniejszych zasad. Kiedy skończy się czas na odpowiedź lub rozmówca uzna, że wyczerpał temat, a Ciebie będzie korciło dopytanie o szczegóły lub pociągnięcie rozmowy, to pytaj do woli. Niech to pytanie z karty będzie początkiem szczerzej i bezpośredniej rozmowy. Prosty przykład – kiedy partner powie, że chce mieć trójkę dzieci i mieszkać na wsi, a Ty chcesz porozmawiać o tym głębiej, to zapytaj go o wymarzone imiona dzieci, ich przyszłość zawodową czy podejście do wychowania. Każde z pytań z karty może przerodzić się w naprawdę inspirującą rozmowę, która będzie trwała godzinami.
4. **Graj w różnych wariantach** – wybór talii zależy tylko od Ciebie, ale wybór pytania jest totalnie losowy. To oznacza, że jeśli raz zagrasz z partnerem lub partnerką w daną talię, to możesz to powtórzyć, bo system wylosuje pytania w innej kolejności. Dodatkowo pamiętaj o tym, że warto regularnie wracać do pytań. Po miesiącu Wasze odpowiedzi mogą być totalnie różne, dlatego warto raz na jakiś czas skonfrontować się z pytaniami. Poza tym aplikacja jest regularnie aktualizowana i w bazie pojawiają się nowe pytania.
5. **Porozmawiaj o uczuciach** – ostatnie pytanie wcale nie oznacza końca gry. Bo, jak już wiesz, możesz dopytać o coś drugiego gracza. Ale przede wszystkim warto na sam koniec porozmawiać szczerze o tym, co czujesz. Niech każdy z Was powie o swoich odczuciach. Może coś Cię zdenerwowało? Może coś Cię zaskoczyło? A może jakaś odpowiedź wprowadziła ulgę i spokój? Porozmawiajcie o tym.

Dobrej gry!

Wiesz już, jak działa aplikacja, co możesz w niej robić i jak z niej korzystać, aby maksymalnie wykorzystać jej potencjał. Wobec tego nie pozostaje mi nic innego, jak życzyć Ci dobrej gry.

Mam nadzieję, że każda minuta spędzona w aplikacji pomoże Ci w lepszym zrozumieniu siebie oraz partnera lub partnerki i będzie doskonałym pretekstem do porozmawiania. Wiem, że czasami nie ma czasu na szczerą rozmowę. Czasem brakuje motywacji. A czasami strach jest na tyle paraliżujący, że przekłada się to w nieskończoność. To właśnie po to powstało Wypowiedz To.

Korzystaj z tej apki do woli, a jeśli Ci się spodoba, to koniecznie poleć ją swoim znajomym. Niech oni także znajdą pretekst do porozmawiania i wzajemnego zrozumienia – na pewno Ci za to podziękują.

Wszystkiego najpiękniejszego,
Dawid POLSKI HAXTER Świstek