

# Váš partner není telepat



S tímto jevem se poměrně často na konzultacích s klientkami setkávám. Právě ženy si nejčastěji myslí, že když partnerovi budou posunky, náladou a nejrůznějšími gesty naznačovat, že se necítí dobře, tak on jejich chování pochopí. „Přeci není blbej nebo slepej“ pomyslí si většina z vás. To opravdu není, tedy nemusí to být díky této příčině. ☺

Ženy jsou již od prvopočátku citlivější než muži a samozřejmě mají tendenci se s náladami a emocemi vyrovnávat hůře. Ano, existují v partnerstvích i citlivější muži, ale je to spíše raritou.

## **Nevyřčený problém = opakující se problém**

To že partner(ka) nezjistí, co vám vadí a nechápe, proč už se 14 dní tváříte jako kakabus, se samozřejmě ve vztahu neprojevuje jako kladný element. Vytváříte přebytné napětí a váš partner je na vážkách – nerozumí vám. Pokládá si sám otázky, v čem vlastně vězí chyba? Mezitím jste vzteky bez sebe a předpokládáte, že si toho dříve či později všimne a bude problém řešit.

## **Děje se něco?**

Bohužel i po vyřčení očekávané otázky (kdy už začíná o klidné budoucnosti pochybovat i partner): „Děje se něco?“, většinou odvětíte „Co by se asi dělo?“, „Nic se neděje“ a uvnitř jste zžíráni napětím, které se dá krájet. Očekáváte, že partner přijde a bude přesně mluvit o problému, o kterém momentálně přemýšlíte. To jste tedy opravdu na omylu. Každý mozek, opakují, opravdu každý mozek je jiný. Je málo pravděpodobné, že by partner přemýšlel týden o stejném problému jako vy. Ani nemusí vědět, že vám něco takového vadí nebo že vás rozčilují jeho vlastnosti, které po celou dobu vztahu ani netuší, že jsou příčinou vašeho odsekávání. Neustálé spoléhání se na to, že se partner stane telepatem a přesně vycítí vaše pocity, je opravdu bláhové a řekla bych zbytečně deprimující.

## **Narovinu – mluvte!**

Samozřejmě každý je nadšený, pokud potká empatického partnera, který říká přesně, co si myslíme. Bohužel to nefunguje každý den. Lidé vám do hlavy většinou nevidí a to, že se tváříte našťvaně a podrážděně, ještě nevypovídá konkrétně o situaci, kterou si přejete

vyřešit. Pokud vám partner za to stojí, sdělte mu svoje pocity narovinu a zcela otevřeně. Jestli vám mozek začne hlásit pochybnosti, ověřte si je u partnera, zdali to cítí stejně jako vy nebo dojděte k názoru, že vás hlava klame. Tak jak tak nastane osvobozující pocit, že je „to“ venku. Nastolíte tím klid v partnerství a posílíte celkovou důvěru, která je pro harmonický vztah nepostradatelná. Sdělování pocitů není slabošství a v žádném případě se nemusíte cítit hystericky. Každý má právo si ověřit, zdali mu mozek nelže, protože i to občas dělá, aniž bychom to mohli ovlivnit.

Možné důvody, proč o problémech nekomunikujeme narovinu:

- Můj problém může být trapný. (Žádný problém není trapný)
- Partner můj problém bude považovat za nesmysl. (Když už problém nastane, nebude to asi zanedbatelná záležitost)
- Partner se mě nesnaží pochopit. (Jak to víte?)
- Po vyřčení problému budu partnerovi připadat hystericky. (Hystericky mu budete spíše připadat, pokud ho neřeknete a bude na vás vidět, že si řešíte něco v sobě)

Nastavení hlavy (emoční naprogramování) nás občas dostává do nepříjemných situací, u kterých si nevíme rady, jak je co nejefektivněji vyřešit. Pokud spojíte více mozků dohromady, vznikne kombinace názorů a pocitů, ale žádný pravděpodobně nebude 100% totožný. Každý tento svět vnímá trochu jinak – jinými očima. Proto nedělejte ukvapené závěry, ale ptejte se, ověřujte si informace, názory a pocity druhých, se kterými například potřebujete vyřešit něco, co vás dlouho trápí. Uvidíte, že i váš pocit je často realitou, ve které žijete pouze vy.



© Napsala Nikola Šmorancová  
Kouč v oblasti osobního rozvoje  
(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: [smorancova@mujkouc.cz](mailto:smorancova@mujkouc.cz)

[www.mujevztah.cz](http://www.mujevztah.cz) [www.mamdepku.cz](http://www.mamdepku.cz) [www.mujkouc.cz](http://www.mujkouc.cz) [www.mezdravi.cz](http://www.mezdravi.cz)

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.