

SERIÁL – CO DĚLAT, KDYŽ – III. díl

Můj partner nechce slavit Vánoce...



Ne každý z nás má Vánoce rád, a to hlavně díky svým zážitkům z dětství. Mnozí z nás tak s hrůzou očekávají, jak každoročně Vánoce vyřeší, a to pokud možno bez hádek a napětí. V dnešním díle seriálu Co dělat, když... se zaměříme na situaci, kdy jeden z partnerů nechce slavit Vánoce.

Popis problému klienta – Petra, 28 let

Jsem s partnerem 5 let, avšak každoročně řešíme problém zvaný Vánoce. Já měla vždy svátky ráda a již jako malá jsem je prožívala šťastně. Můj partner je však vůbec slavit nechce, ani se o nich baví. Nechce nakupovat dárky, prožívat pečení cukroví a už vůbec nemůžu připravit Štědrý den tak, jako ho mají ostatní. Musím říci, že slavení svátků je pro mě důležitá součást roku a díky našim neshodám v tomto období hrozí, že se náš vztah rozpadne úplně. Alespoň to tak vypadá vždy v lednu nového roku, kdy sebe máme plné zuby. Co s tím dělat?

Řešení problému Petry

Úvodní rozuzlení problému

Vánoce jsou nejvíce emoční období roku, a to hlavně v době našeho dětství. Pokud Váš partner není ochoten slavit Vánoce jako ostatní, musí k tomu mít pořádný důvod. Zjišťovala jste si jej? Rozhodně nebude kořen problému v současnosti, ale v období jeho dětství, kdy

měl pravděpodobně Váš partner nepříjemné zážitky. Zkuste se tedy primárně pít po tom, kde odpor partnera vznikl. Nedělejte to však za situace, kdy je vypjatá atmosféra. Váš partner se musí dobře cítit, aby se otevřel a o příčinách mluvil.

Jaké máte možnosti v současné chvíli?

Máte vlastně pouze dvě možnosti. Tou první je partnerovi ukázat, že jeho smýšlení o Vánocích lze změnit. Toho docílíte pouze tak, že mu poukážete na příčiny jeho smýšlení a zároveň mu dáte svobodu v jeho počínání. Co to znamená? Nedělejte si hezké svátky s tím, že on jich musí být účasten, ale dělejte si hezké svátky kvůli sobě. Až když Váš partner uvidí, jak pohodové a příjemné Vánoce mohou být, může mít chuť se přidat. Moje rada tedy zní: „Prožijte si svátky pro sebe a své další blízké a partnera svým způsobem vynechejte“. Pouze partnerovi ukažte, co všechno je možné a nechte na něm, aby se další rok svobodně vyjádřil. Rozhodně se nesnažte partnera donutit k prožívání všech těch vánočních emocí, protože mu takové prožívání nebude příjemné a naopak mu svátky zhnusíte.

Druhou variantou je se partnerovi přizpůsobit a Vánoce nechat být. Tato varianta však pro Vás může být nebezpečná v případě, že jsou pro Vás svátky důležité. Proto druhou variantu nepřilíš ctím a přikláním se k té první.

Rizika spojená s problémem Petry

- ✓ V případě, že nebude umět s partnerem dobře komunikovat a nebude mu koučem, partner se odporu k Vánocům nezabaví
- ✓ V případě, že bude na partnera tlačit, zavře se a naopak se jeho odpor navýší
- ✓ Pokud si bude Vánoce slavit po svém, nemusí celkovou náladu ustát
- ✓ Pokud se přizpůsobí partnerovi a nebude Vánoce slavit, může ji tak důležitá událost v životě chybět (a později ji nutit k přemýšlení nad jiným vztahem)

Závěrečné doporučení kouče

Vánoce jsou svátky klidu a pohody. S touto myšlenkou bychom je měli prožít, tak je připravit a také na tuto základní myšlenku během nich nezapomenout. Ať je tedy prožijete jakkoliv, základním mottem by měla být POHODA. Pokud váš partner nechce Vánoce slavit, nemá cenu jej přemlouvat a naopak mu ukázat, že Vánoce mohou být příjemné. Jen když se s vámi bude druhý cítit dobře, může měnit své názory. Nikdo není ochoten se měnit na základě nátlaku druhého, na to nezapomínejte. Tak tedy, pokud chcete prožít hezké Vánoce, nevytvářejte si dopředu představy a dogmata o tom, jak by měly přesně vypadat. Dělejte je pro sebe a pokud se blízcí přidají, užijte si je s nimi. Uvidíte, že je váš partner poté ocení, když mu dáte svobodnou vůli a budete s ním o příčinách mluvit.



© **Napsala Lenka Černá**
Kouč v oblasti osobního rozvoje
(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: cerna@mindsoft.cz

www.mujuvztah.cz www.mamdepku.cz www.mujkouc.cz www.mezdravi.cz

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