

Nejhorší rady, které můžete v manželské poradně dostat



Velká část mých klientů zavítala se svým problémem nejdříve k psychologovi nebo do manželské poradny. V rámci první schůzky mě vždy zajímá, zda se již s problémem na někoho obrátili a jaké měli zkušenosti. Většinou se dozvídám, že navštívili nejen odborníka, ale také dostali rady, které jim mnohdy vůbec nepomohly. To se samozřejmě může stát, a každý si proto vybíráme odborníka takového, u kterého ten pocit pomoci máme. Mnoho mých klientů však dostalo rady zcela kontraproduktivní, a navíc dostalo rady takové, které by jim pravděpodobně zničily celý život. V dnešním článku uvádím ty, které se mi nesmazatelně vryly do paměti. Jména českých odborníků uvádět samozřejmě z profesionálního hlediska nebudu, avšak mohu vás ujistit, že se jedná o skutečné „ikony“ české psychologie a psychoterapie, které publikují často v médiích a vydávají odborné knihy.

Rada #1 – Zatloukat, zatloukat, zatloukat

Věřím, že v tomto případě ani není potřeba si autora domýšlet. Známý výrok nejmenovaného českého psychiatra změnil jistě život mnoha lidem. Stejně tak, jako řada mých klientů, se výrokem řídila a jejich vztah se totálně rozpadl. A proč? Nevěra je vyústěním dlouhodobé nespokojenosti s druhým. Dochází k ní proto, že oba dva partneři nejsou schopni o problémech ve vztahu hovořit, a tak si ve finále najdou potají někoho, s kým je jim dobře. Dle mé praxe manželského poradce vím, že pokud ihned po první nevěře daní dva přijdou a chtějí vztah napravit, je možné takzvané „konto důvěry“ obnovit. Nejedná se totiž o nevěru opakovanou a dlouhodobou, a proto je možné manželství zachránit. Pokud se však řídíte radou „Zatloukat, zatloukat...“, nevěra nabude většího rozměru a v momentě zjištění je již vaše konto absolutně rozbouřené a nenávratně neobnovitelné.

Rada #2 – Svoji žárlivost řešte povídáním s kaktusem

Představte si, že delší dobu podezíráte toho druhého z nevěry. Vaše manželství již nějakou dobu nefunguje a cítíte, že je druhý vzdálený. Chodí noc co noc pryč a vrací se k ránu. Rada psychologa zní: „Místo věčného mluvení s partnerem o nespokojenosti říkejte své emoce třeba kaktusu, který máte na okně.. Mluvte s ním a vybijte se nad ním, nikoliv nad partnerem.“ Co taková rada způsobuje? Daní dva spolu jednoduše nemluví a ten, který se cítí v ohrožení, své emoce předává kaktusu. Skutečně zajímavé,

leč neúčinné řešení. Partner, který má podezření, musí se svými emocemi ven. Záleží pak na tom druhém, co s takovým stavem udělá. Buď se vám podaří problém vyřešit doma, anebo je lepší zajít za odborníkem, který vám se žárlivostí nebo krizí ve vztahu pomůže. Kaktus vám nepomůže.

Rada #3 – Jsi mladý, tak jdi a uživej si naplno

Můj klient, který od 16 let trpěl uzavřeností, trémou a strachem z lidí, vyhledal po 5 letech traumatu a nepříjemných myšlenek psycholožku zaměřující se na partnerské vztahy. Chtěl jednoduše pochopit, proč se neumí vyjádřit tak jako ostatní, najít si slečnu a prožívat naplno partnerské vztahy. Místo řešení příčiny jeho emocí a nepříjemných myšlenek dostal rady následujícího typu:

Ty to moc řešíš, měl bys jít prostě mezi lidi a otrkat se.

Jsi mladý, tak jdi a vyzkoušej si pár vztahů.

Možná bys mohl přehodnotit své oblékání, budeš se poté slečně líbit.

Upozorňuji, že jsem s výše uvedeným klientem pracovala více než rok na příčinách jeho stavů a když ke mně poprvé přišel, byl od dané psycholožky natolik zbědovaný, že trvalo pár schůzek, než ke mně našel důvěru.

Pokud je mladý člověk uzavřený a je samotář, nepomůže mu **přemoci** se a jít prostě mezi lidi. Musí se zjistit příčina toho, proč není schopen navázat nejen partnerské, ale i mezilidské vztahy a neřešit jeho stav tím, že jej pošlu na diskotéku.

Rada # 4 – Nefunguje vám vztah? Poříd'te si dítě

Bohužel i takové rady jsou občas v manželských a psychologických poradnách k dispozici. Partneri, kteří u mé osoby řešili vztahovou krizi, byli již na konci vztahu, který prakticky neměl šanci na přežití. Bylo jen otázkou, jak daní dva seberou sílu k tomu, aby vztah ukončili. Než však navštívili naši kliniku, bylo jim psychologem (českým a významným upozorňuji) doporučeno, ať posunou vztah do další etapy. Jak? Přece dítětem.

Pokud vztah vykazuje delší dobu nefunkčnost a jeden z partnerů již není ochoten na vztahu pracovat, dítě je tou nejhorší variantou, jak vztah zachránit. Takovým rozhodnutím si zkazí život nejen daní dva, ale také dítě, které z takto nefunkčního vztahu vyjde. Musím říci, že toto je snad nejhorší rada, kterou jsem od svých klientů slyšela, a jen se děším, kolik lidí uznávaného psychologa poslechlo.

Co říci na závěr?

Nejspíše si říkáte, jak vlastně odborníka poznat? Jak důvěřovat někomu cizímu v tak důležité oblasti, jako je naše psychika? Jediná moje rada zní – po první schůzce důvěřujte intuici a zhodnoťte, jak jste se u odborníka cítili. Až na základě tohoto vnitřního rozhovoru se rozhodnete, zda jste schopni důvěřovat a naslouchat. Rozhodně v této oblasti nedělejte kompromisy a raději investujte do poradce, který má za sebou nějakou praxi. Nikoliv jen teorii z vysoké školy...

Doporučené články:

[Manželská poradna](#)



© **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.