

Váš budoucí partner a emocionální otevřenost

Poznávací znamení emocionální otevřenosti

Jak tedy poznám emocionálního skrblíka?

Není to jen otázka povahy?

Následky



Intimní vztah nestojí na tom, že spolu sdílíme dům, auta nebo koupelnu. Je založen na tom, že sdílíme své pocity. Proto další vlastností, kterou byste u svého budoucího nebo současného partnera měli hledat, je emocionální otevřenost. To znamená, že váš partner:

Prožívá emoce

Ví, co cítí

Dělí se s vámi o tyto pocity

Umí vyjádřit, co přesně k vám cítí

Zapamatujte si, že jestliže váš partner nedokáže rozpoznat své emoce a podělit se o ně s vámi, není připraven mít intimní vztah. A pokud s takovým partnerem přesto budete ve vztahu setrvávat, budete sdílení pocitů postrádat. Prostě žít s někým, kdo mi není schopen vyjádřit své niterní touhy a emoce, je formou sebemrskačství.

Jak tedy poznám, že mám doma emocionálního skrblíka?

Nikdy vám neřekne: „Mám tě rád“, jen když se ho zeptáte.

Nikdy nebude chtít před vámi vyjavit své slabosti.

Nikdy vám neřekne o jeho nejnaternějších touhách.

Není emocionální uzavřenost jen otázkou povahy?

Někteří lidé jsou doopravdy již "od přírody" více emočně uzavření. Každý člověk však potřebuje vyjevovat své emoce a vnitřní touhy, ať více či méně. Pokud je neprojevuje, jen v něm zahnívají, nikoliv umírají. V případě, že vám partner neprojevuje své vnitřní touhy, ochuzujete se oba o důležitou část partnerského vztahu. Ve svých touhách byste se totiž měli navzájem podporovat a tím se rozvíjet. Emoce lásky a spokojenosti vás zase budou vést k upevnování vašeho vztahu. A bez vyřčených emocí prostě váš vztah dříve či později umře.

Převzato a doplněno z: Tajemství partnerství, Barbara De Angelis

Měsíčník osobního růstu zdarma: www.mujuvztah.cz/mesicnik.htm