

Začít žít s jiným partnerem?



Jistě to už mnoho z vás zažilo – zvláště vy, co jste v manželství již nějaký ten čas. Máte partnera, rodinu, ale něco silného ve vás říká, že milenecký vztah může být vzrušujícím vystoupením ze stereotypu, který vás začíná unavovat. Druhá strana hlavy zase tvrdí: „To ale nejde, nemůžeš to udělat – máš přeci šťastnou rodinu, nechceš si to snad pokazit!“

Pro co se rozhodnout? Dostali jste se do situace, kdy vám sympatický muž/žena dal pozvání na večeři, adrenalin vzrůstá každou minutu, musíte se rozhodnout a víte, že moc času nemáte – jít nebo nejít, to je otázka, která vám může najednou obrátit celý život naruby.

Kafe nic nepokazí

Pokud je pocit silnější než vy, neodmítejte pozvání na oběd nebo jen na kafe. To přece ještě nic neznamená! Naopak, má to i své výhody:

1. Zvážíte svůj současný vztah a zeptáte se sami sebe a potom i svého partnera, jestli vám to za to stojí. Pokud si za to nestojíte, další krok je jasný – již ani nemá cenu na vztahu pracovat. „Stát si za to“ je pilířem, bez kterého ŽÁDNÝ vztah nemůže existovat.

Udělejte si [„Minutový test“](#), jestli se s partnerem k sobě vůbec hodíte.

2. Může nastat ale i situace, že si za to budete stát, ale nevíte, jak vztah vylepšit, co na něm změnit, aby to bylo alespoň trochu jako dřív. V každém případě, pokud i přesto přijmete pozvání na večeři, soustředte se na nového „potencionálního“ partnera – co vás na něm tak přitahuje? Zkuste si to po schůzce všechno sepsat a uvidíte (na základně srovnání), co vám vlastně v současném vztahu vadí nebo dokonce chybí! Ano, toto jsou příčiny všech nevěř. Partner chodí jinam, protože

hledá to, co ve vztahu nemá – proto se nebojte doma mluvit, může vám to totiž zachránit vztah.

Zamíloval/a jsem se, co mám dělat?

Neexistuje „problém“, který by neměl řešení. V první řadě zvažte všechna pro a proti:

Co vám nový vztah přinese?

Je to opravdu ten pravý?

Co když to současný partner špatně přijme?

Co na to budou říkat děti?

Mám to vůbec tajit?

Co mi nový vztah přinese?

Pokud jste zjistili, že si s partnerem za to nestojíte a uvážili jste, že pro vás nemá smysl dále pokračovat, je potřeba si ujasnit, co od nového vztahu vlastně očekáváte. Nechcete přeci zase spadnout do toho, odkud chcete odejít. Proto si nového partnera trochu otestujte, samozřejmě nic nezjistíte hned. Hlavním úkolem, který byste měli udělat, je ale zapracovat i sami na sobě a zjistit, proč jste si minulého partnera do života vlastně přitáhli, abyste se tak mohli vyvarovat dalším komplikacím, které by z větší pravděpodobnosti mohly nastat i ve vašem novém vztahu. Jak to zjistit? Sami to asi nezjistíte, pomohou vám [odborní koučové](#), kteří pracují s patentovanou metodou [Emočních rovnic](#) – díky tomu zjistíte, co vás samotné v životě blokuje a jak to změnit.

Pro lepší pochopení zde uvedu jeden příklad:

Jana je 32 letá žena, za svůj život měla 3 vážné vztahy, které ale skončily pokaždé stejně – muži s ní ukončovali vztahy, aniž by jí sdělili důvod, proč se k odchodu rozhodli. Prostě jednoho dne odešli a už se nikdy neozvali. Jana si připadala jako prokletá a bála se nové vztahy navazovat. Svou situaci řešila s odborníky, kteří došli k závěru, že jako dítě se Jana potýkala s velkou samotou, matka ji z finančních důvodů dávala na výchovu k tetě a malá Jana nevěděla, proč ji její vlastní matka dává pryč, aniž by dostala nějaké vysvětlení.

Všimněte si analogie příběhu s Janinou situací – „Opuštěna bez udání důvodů“. Pokud má Jana takovéto emoční nastavení, není divu, že se jí v partnerském životě nedaří, potvrzuje se jí totiž pravda, kterou má od dětství uloženou v mozku – „Mohu být bez vysvětlení opuštěna“. Tato negativní emoční rovnice se jí měla tendenci dokazovat v každém vztahu.

Je opravdu ten pravý?

Panují obavy, jestli se rozhodujete správně a jestli je to opravdu ten, s kterým byste chtěli už definitivně strávit zbytek života? Je potřeba se nad sebou a nad svými minulými vztahy trochu zamyslet a zvážit, co vás ve vztahu naplňovalo, co všechno jste byli schopni tolerovat a naopak, co byste už nikdy nechtěli zažít. Vše je potřeba definovat jasně a srozumitelně tak, abyste to pochopili hlavně vy!

Stáhněte si e-knihu: [„Jak najít toho pravého“](#)

Co když to partner špatně přijme?

Nyní přichází asi ta nejobtížnější fáze ze všech, partner o tom ještě neví a vy se mu to pokoušíte naznačit, bojíte se, že to nepřijme a že z toho ještě budou tak akorát problémy – KDEPAK! Problémy by začaly, kdybyste ve vztahu zůstali.

Nehrajte žádné divadlo, nepomůže to ani vám, ani partnerovi. Pozvěte ho například do kavárny a v klidu si vše vyjasněte. Je potřeba narovinu a bez okolků říci, o co se vám jedná. Možná to bude pro (nic netušícího) partnera trochu šok, ale věřte, že ještě větší bolest byste způsobili, kdyby se to dozvěděl sám či od někoho jiného. Proč by ten druhý měl s vámi žít, když vám za to nestojí? Nikdo přeci nechce být s někým takovým.

Co na to budou říkat děti?

Bohužel děti to odnášejí vždy ze všech nejvíce. Stále ale tvrdím, že lepší je se rozejít než trápit děti všemi těmi hádkami a napětím, které v nefunkčním vztahu panuje, buďte k těm nebohým stvořením trochu ohleduplní a netrapte je ještě více. Budou daleko šťastnější, když uvidí maminku s tatínkem (i když od sebe) spokojené a vyrovnané.

Zatloukat nebo ne?

Známá rada doktora Plzáka: „Zatloukat, zatloukat, zatloukat“ se nemusí vždy vyplatit, pravda, ať už v jakékoliv podobě, stejně časem vyjde najevo. Nenechte proto nic „vyhnít“ a raději vše řešte hned a narovinu. Prodlužováním a stálým čekáním na ten pravý okamžik stejně nic nevyřešíte.

Závěrem

Jedna rada na závěr: Nebudte ve vztahu, kde vám není dobře! Možná si teď říkáte: „Vždyť jsme spolu tak dlouho“ nebo opět oblíbený, ale špatný argument: „Vždyť máme děti“. Jestli se necítíte dobře vy, jak by se mohly cítit dobře vaše děti? Odrazí se to na nich, ať chcete nebo ne. Rozhodně jim nepůjdete dobrým příkladem. Nechtějte být svým vlastním otrokem a udělejte něco pro svůj dobrý pocit! Jestli je třeba, ukončete i nefungující vztah a najděte si toho, se kterým vám bude jednou provždy dobře! Že je to nemožné? Nic není nemožné – je jen na vás, jakou cestou se vydáte.

Bohužel jsou životy lidí plné příběhů, které nedopadly dobře, vezměte si z nich ponaučení a řekněte si, že takhle přece neskončíte! Jde o kouzlo našeho emočního nastavení, které máme z velké části (dobře či špatně) nastavené od našich rodičů. Najděte si své Emočních rovnice a žijte si život tak, jak chcete vy a nežijte ho podle druhých. „Každý je svého štěstí strůjcem“ a platí to i v této oblasti.

Přečtěte si také:

[Rozvod manželství, ano nebo ne?](#)

[Co na začátku vztahu nepoznáte](#)

Objednejte si:

CD „7 metod pro rozpoznání životního partnera“



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

Email: smorancova@mujkouc.cz

www.mujevztah.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.