



LÁSKA A VZTAHY 07. 02. 2011

Dejte partnerovi prostor

Váš partner bude zřejmě někdy potřebovat na chvíli zmizet, vyrazit na ryby, zajet na squash či na nákupy, přečíst si knihu, noviny, vyřádit se na...

Pust'te ho na pivo

Váš partner bude zřejmě někdy potřebovat na chvíli zmizet, vyrazit na ryby, zajet na squash či na nákupy, přečíst si knihu, noviny, vyřádit se na zahradě nebo si prostě jen zajít do hospody na pivo. To, že tyto činnosti bude chtít vykonávat bez vás, neznáméná, že by vás neměl rád. Prostě potřebyje mít svůj vlastní prostor, potřebyje být na chvíli sám. Pokud tyto chvíle partnerovi nedopřejete, může se začít cítit jako v pasti a dřív či později si čas pro sebe stejně nějakým způsobem získá. Někdo potřebyje mít prostor pro sebe pravidelně, jiný ho vyžaduje pouze při mimořádných situacích, například při problémech v práci, ve stresových situacích, při obavách z něčeho apod. Vůbec to však s vámi nemusí souviset, proto nemějte zbytečné obavy, že vás třeba nemá rád.

Tráví čas s jinými

A nepropadejte panice, pokud partner „svůj čas“ bude trávit s jinými lidmi. Potřebyje být s těmi,  kteří rozumí stejnému koníčku, kteří s ním sdílí jeho vášeň třeba pro letadýlka a vědí o co jde. Jen tak se může do své záliby ponořit a relaxovat. Jak by vás bavilo, kdybyste měli partnera neustále za zády a on se vás stále dokola ptal na ty (pro vás) nejzákladnější věci? Nebud'te tedy naštvaní, když vás

partnerka nechá doma a jde na nákupy s přítelkyní. Vždyť vy také můžete tento volný čas využít pro sebe a svoje záliby! Leckdo vysloveně uvítá, když partner (trochu provinile) odejde za svými koníčky a on sám tak získá čas pro sebe.

Překonejte strach z opuštění

Pokud vám přesto vadí, když ten druhý tráví pravidelně nějaký čas o samotě, je vhodné si o tom promluvit. Většinou se dá najít vhodné řešení, může si třeba uzpůsobit dobu pro svoje záliby tak, aby vyhovovala i vám, abyste i vy ve stejném čase mohli mít vlastní zábavu. Pokud vám to i přesto stále vadí, problém bude zřejmě ve vašem strachu z opuštění. Mějte proto na paměti, že se to netýká vás, partner by se tak choval úplně stejně i s jiným partnerem. Neberte si proto jeho chování osobně a snažte se překonat strach, který vám i druhému naprosto zbytečně brání v plném prožívání drahocenného času, který máte sami pro sebe.