



LÁSKA A VZTAHY 21. 01. 2019

Veroničin Blog: Proč je partner důležitější než děti

Po smršti hormonů, které během těhotenství vyprodukuje a při vší péči o děti, které nadevše milujeme, můžeme změnit žebříček priorit. Přirozeně...

Možná vás název tohoto článku trochu šokuje, a to je dobře. Podělím se s vámi o myšlenku, kterou se mnou sdílela moje kolegyně, psychologka, koučka a matka tří dětí. A tahle myšlenka se mi víc než líbí. Terka má totiž neustále na paměti rovnováhu mezi časem investovaným dětem a partnerovi. Heslo této rovnováhy zní: „Nezapomínej, že partner tu byl první.“

Proč má první místo

Po smršti hormonů, které během těhotenství vyprodukuje a při vši péči o děti, které nadevše milujeme, můžeme změnit žebříček priorit. Přirozeně děti budou na prvním místě. Bohužel se často děje, že ženy na své děti upínají až příliš pozornosti, což může mít mnoho negativních důsledků. Tento článek se věnuje převážně dvěma z nich. Na vztahu je potřeba neustále pracovat, a to u obou partnerů stejnou měrou. Ano, **nejspíše na sebe budete mít méně času, ale o to důležitější je, aby ten čas, co máte, byl kvalitně strávený.**

Žena by se neměla bát vyrazit si ven a dát dítě na hlídání, neměla by se snažit mít vše pod kontrolou a rozhodně nebrat všude dítě, pokud vyrážíte s partnerem ven. Teď víc než kdy jindy je čas o samotě - bez potomka - nesmírně důležitý.

Pocit partnera

Muži se mnohdy vedle supermatek cítí jako na druhé koleji. Najednou splnili svoji roli a zplodili potomka a **čeho se jim na oplátku dostane?** Vytížené a unavené partnerky, která veškerou svoji energii věnuje dítěti. Samozřejmě, že správný partner vydrží nějakou dobu hrát druhé housle. Miminko bude v prvních pár měsících života potřebovat nadměrnou péči, ale potom? Většina partnerství se rozpadá právě v období, kdy jsou děti v předškolním věku. Bývá to proto, **že je potom pro pár obtížné vrátit se do starých kolejí** tak, jak fungovali předtím. Proto je důležité i ze začátku alespoň v malé míře dodržovat společný čas o samotě a pak postupně přidávat.

Dopad na dítě

Pokud jako matka správně vyvážíte péči o dítě a čas pro partnera, děláte svému potomkovi neskutečnou službu. Proč? **Děti se totiž učí od vás i vztahům.** Pokud vidí matku, která si umí dopřát čas i pro sebe, pokud vidí otce, se kterým matka tráví čas, pokud vidí, že je potřeba dát preferenci sobě, **naucí se budovat krásný vztah**, naučí se vážit si samo sebe a naučí se naplňovat své vlastní potřeby. V opačném případě se **naučí tu být pro všechny ostatní, jen je pro sebe.**

Rovnováha

Samozřejmě netvrdím, že byste se svému dítěti vůbec neměla věnovat. Jedná se o to, abyste dokázala nastolit rovnováhu. Odpočatá matka je lepší matka. A matka, která je šťastná ve svém vztahu, je také lepší matkou. Máte ve svých rukou a klíč k úspěchu je jednoduchý - čas sama pro sebe a čas pro partnera.

Mnohdy ženy odsunou svého partnera tak daleko od sebe, že se muž ve vztahu cítí jako ten, co zabezpečuje rodinu a celou ji táhne. Ale i muž se chce cítit, že je milovaný, i on musí vnímat, že je stále vaší prioritou. Klíč je spokojenému vztahu po narození dítěte má tedy žena. A je jen na ní, jak s ním naloží.

Seriál - Veroničin Blog

Přečtěte si všechny díly ze seriálu:

[Jak poznat, že má vztah ještě cenu?](#) »» [Proč se zamilovávám do stejných typů mužů](#) »» [Jak vypadá pravá láska](#) »» [Evoluce ženy jako partnerky](#) »» [Vztahové struktury](#) »» [Jak zabránit ztrátě vztahu](#) »» [Nezávislost ve vztahu](#) »» [Mužská a ženská podpora](#) »» [Sebeláska u ženy](#) »» [Jak mluvit o](#)

[partnerovi](#) »» [Partner vs. děti](#) »» [Vztah a osobní rozvoj](#) »» [Výjimečnost partnera](#) »» [Sex ve vztahu](#) »» [Jak mluvit o sexu](#) »» [Jak zvládnout samotu](#) »» [Muž, se kterým je těžké žít](#) »» [Jak mít rád sám sebe](#) »» [Detektivem ve vztahu](#) »» [Proč si muži hledají milenky](#) »» [Jak se seznámit](#) »» [Proč mám potíže najít partnera?](#) »» [Jak nás ovlivnily tresty rodičů?](#) »» [Co si vzít z těžkých situací?](#) »» [Jak má vypadat šťastný vztah?](#) »»