



LÁSKA A VZTAHY 28. 01. 2019

## Veroničin Blog: Jak využít vztah k osobnímu rozvoji

**Možná máte zkušenost s tím, že se vám ve vztahu opakují určité zkušenosti a zážitky. Je to proto, že ještě předtím, než vstoupíme do vztahu, máme na...**

Mnohé z nás hledají toho pravého, čekají na něj a postupem času přestanou věřit, že takový člověk vůbec existuje. A víte proč? Přístupem typu „počkám si“ se totiž člověk zbavuje své role tvůrce a staví se do role čekatele. A co dělá čekatel kromě čekání a vyhlížení? Už nic moc navíc. V tomto článku vám popíšu, jak na vztahy nahlížet jako na nástroj osobního rozvoje.

Protože pravdou je, že každý partner vedle vás je ten pravý. Jediný rozdíl je v tom, že buď s ním budete do konce života a nebo vás přišel pouze něco naučit, ale to na jeho pravosti nic nemění. Každý partner je dar.

# Zkušenost ze vztahu je určena ještě před vztahem

Možná máte zkušenost s tím, že se vám ve vztahu opakují určité zkušenosti a zážitky. Je to proto, že ještě předtím, než vstoupíme do vztahu, máme na podvědomé úrovni určeno, jak tento vztah bude vypadat. Co to určuje? **Naše minulost.** Vše se učíme a vztahy nejsou výjimkou. Například pokud jsme se nikdy nenaučili řešit konflikty jinak než hádkou, potom bude hádka to, k čemu budeme tíhnout, a nesmíme se divit, že se s námi partner bude hádat. Vztah totiž není jen na straně partnera, je i na straně vaší.

Kromě řešení konfliktů se minulé zkušenost a dovednosti podepisují ve všech oblastech vztahu. **Naše zkušenosti totiž určují naše očekávání.** A pokud máme zkušenosti špatné, pokud jich máme desítky, jak se můžeme přesvědčit o tom, že následující partner bude ten pravý?

## Zkušenost není pravidlo

To, co se děje je, že necháváme naše zkušenosti určovat naši budoucnost. To, co by se mělo dít, je, že **se ze zkušeností něco naučíme.** V momentě, kdy danou zkušenost uchopíme a vyrosteme na ní, nám život do cesty přestane posílat zkoušky, které nás budou prověřovat. Partner je tu od toho, aby vám nastavil zrcadlo a ukázal vám, co se ještě potřebujete naučit. Pokud jste si vybrala sukničkáře, je pro to důvod. Pokud jste si vybrala muže s nepřiliš dobrými komunikačními dovednostmi, je to pro také důvod. **Vždy je ten důvod něco se naučit.**

## Jak se na to dívat

Buď se můžete učit sama, pokud je vztah nesnesitelný anebo se můžete učit s partnerem. Důležité je ale vědomí toho, že **nic se samo nezlepší.** Ani druhý člověk to nezlepší. Pokud zůstaneme stále u příkladu komunikace, tak za předpokladu, že vaše komunikační dovednosti pokulhávají a potkáte partnera se skvělými komunikačními dovednostmi, není nikde záruka, že vás komunikaci naučí. Spíše dříve či později dojde ke konfliktu, protože si přestanete rozumět. Je důležité se na své vztahové zkušenosti podívat z pohledu toho, co se můžu naučit a jít do toho naplno.

## Být ta pravá pro toho pravého

Vztahy nejsou o tom potkat toho pravého, ale jsou o tom, **být tou pravou pro toho pravého.** Vaším úkolem je být ochotna ve vztahu nabídnout to, co požadujete. Chcete věrnost? Potom sama nesmíte podvádět. Chcete upřímnost? Pak se nesmíte bát sdílet s partnerem své niterní i třeba nehezké pocity. Buďte teď upřímná sama k sobě. **Nakolik jste opravdu ochotna nabídnout to, co sama požadujete?**

## Pravidlo vztahu

Ve vztazích platí jedno kouzelné pravidlo. **Jak se měníte vy, tak se mění i váš partner.** Vždy vám odráží jako zrcadlo sebe samu. To, co se vám na něm nelíbí, je přesně to, kde si sama nevíte rady. Jakmile se podíváte na svoji stranu a budete tak upřímná, co se dá, a posunete se dopředu, budou vám do cesty chodit jiní muži. Nebudete se bát do vztahů vstupovat, protože pro vás budou možnosti růstu nikoli hrozbou zklamání. Nebudete v roli čekatele na zázrak, ale budete vědomým tvůrcem své vztahové budoucnosti. A nejen té."

# 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?](#) »»