

UKRYTE POWODY, KTÓRE PCHAJĄ KOBIETY DO KLÓTNI

Ukryty powód klótni:

1. „Nie znoszę, kiedy on umniejsza wagę moich uczuć albo potrzeb. Czuję się lekceważona i odrzucona”.

2. „Nie lubię, kiedy zapomina zrobić to, o co go proszę. Wówczas wszystko, co mówię, brzmi jak marudzenie, a do tego wydaje mi się, że muszę go ciągle mobilizować”.

3. „Nie lubię, kiedy mnie obwinia za moje niepokoje. Mam wrażenie, że musiałabym być idealna, aby mnie kochano. Nie jestem ideałem”.

4. „Nie lubię, jak podnosi głos i wygłasza serię argumentów potwierdzających swoje racje. Tracę wtedy wrażenie słuszności moich przekonań i myślę, że on wcale nie bierze pod uwagę mojego punktu widzenia”.

Czego kobiecie trzeba, by przestała się klócić:

1. Ona potrzebuje troski i poczucia, że jest dla partnera ważna. Tymczasem czuje się ignorowana i osądzana.

2. Chce, by o niej pamiętano i szanowano ją. Tymczasem czuje się zaniedbywana i umieszczana przez partnera na samym końcu hierarchii ważności.

3. Chce, by rozumiał powody jej zdenerwowania i zapewniał, że wciąż ją kocha i że nie musi być idealna, aby ją kochano. Tymczasem nie czuje się dość pewnie, by być sobą.

4. Chce, by ją rozumiano i szanowano, a tymczasem nawet się jej nie słucha. Jest to dla niej poniżające.

- | | |
|--|---|
| <p>5. „Nie lubię protekcyjnego tonu, jaki przybiera wtedy, gdy zadaje pytania dotyczące decyzji, które mamy podjąć. Mam wrażenie, że jestem dla niego ciężarem i że traci przeze mnie czas”.</p> <p>6. „Nie lubię, kiedy nie odpowiada na moje pytania i uwagi. Mam uczucie, jakbym nie istniała”.</p> <p>7. „Nie lubię, kiedy mi tłumaczy, że nie powinnam być zła, smutna, zdenerwowana czy coś podobnego. Czuję się przez to lekceważona i samotna”.</p> <p>8. „Nie lubię, gdy partner wymaga ode mnie większego dystansu wobec życia. Wydaje mi się wtedy, że moje uczucia są dowodem słabości, a nawet czymś złym”.</p> | <p>5. Chce mieć świadomość, że partner troszczy się o jej uczucia i szanuje jej potrzebę gromadzenia informacji. Tymczasem nie czuje się ani szanowana, ani doceniana.</p> <p>6. Chce być upewniana, że on jej słucha i że mu na niej zależy, a tymczasem czuje się ignorowana.</p> <p>7. Chce, by ją brano poważnie i rozumiano. Zamiast tego czuje się niekochana, urażona i samotna.</p> <p>8. Chce, by się nią opiekowano i szanowano jej uczucia. Reakcje partnera powodują, że nie czuje się ani bezpieczna, ani chroniona.</p> |
|--|---|

Na podstawie: J. Gray. Mężczyźni są z Marsa, Kobiety z Wenus