

# Ako si získať a udržať partnerku?

Autor: Norwaiz

Datum: 28. 03. 2006 17:58

URL: <http://www.qark.net/clanek/ako-si-ziskat-a-udrzat-partnerku>



Je zaujímavé, že niekto potrebuje radu od niekoho iného, aby vedel, ako si udržať partnerku v partnerskom vzťahu.

Zaujímavá je aj otázka, prečo si takúto radu žiadajú. Že by sa báli, že čoskoro stratia svoju partnerku, s ktorou im je dobre, alebo ktorú skutočne milujú? Či naozaj nevedia, ako sa k partnerke a v samotnom vzťahu majú správať, aby si ho udržali alebo len chcú zopár tipov na zlepšenie resp. upevnenie svojho vzťahu? Nech už sú to dôvody akékoľvek, rady ako si udržať partnerku sú približne rovnaké pre každý z týchto dôvodov.

Najprv musíme odlíšiť dva rôzne stavy, z ktorých budeme vychádzať a to:

**\*\* potenciálny vzťah** - medzi vami a vašou potenciálnou partnerkou zatiaľ nie je vzťah, ale s veľkou pravdepodobnosťou bude, pretože chcete aby bol

**\*\* existujúci vzťah** - medzi vami a vašou partnerkou je už partnerský vzťah

## Potenciálny vzťah

Ak sa nachádzate práve v stave, keď sa vám ešte len „niečo“ začína, máte výhodu oproti tým, ktorí sú už vo stave, keď už majú vzťah s partnerkou. Prečo? Odpoveď je jednoduchá - vzťah máte ešte len pred sebou a môžete sa vyvarovať rôznych chýb, ktoré už niektorí v existujúcom vzťahu stihli urobiť.

Takže, ak máte naozaj veľký záujem, aby ste ju získali (nie do postele, ale na vážny vzťah) a nasledovne udržali (viete, že ona je tá pravá) musíte ísť na to trochu opatrnejšie a z rozumom, teda nemôžete nechať za vás hovoriť len vaše hormóny ;-)

## 1. netlačte na pílu

Je mnoho mužov, ktorý si nedokážu dlhšiu dobu nájsť partnerku. No a v momente, keď si ju nájdú, tak sa jej držia ako kliešť, nahovárajú si, že ona je tá „pravá“, aj keď v skutočnosti to tak nie je. Takýto muži pritom vyvíjajú určitý psychický nátlak na svoju potenciálnu partnerku, čo potenciálnu partnerku odradí, pretože ženy tento nátlak dokážu vycítiť a nie je to to, čo by chceli.

Ďalšou skupinou mužov sú tí, ktorí dostali práve „kopačky“ a chcú si čo najskôr nájsť náhradu tzv.

„náplast“, a preto sa do vzťahu hrnú „hlava-nehlava“, i keď nie sú ešte ani sami vnútorne vyrovnaní s posledným rozchodom. I v týchto prípadoch ženy dokážu vycítiť ich vnútornú nepohodu a ich snahu o získanie citov u partnerky len za účelom „liečenia“ sa.

Takže je dôležité, aby keď idete do vzťahu, ste mali vo svojej hlave všetko usporiadané a aby ste mali radi sami seba (ak ste doteraz nemali). Až potom sa môžete vrhnúť do vzťahu a milovať ďalšiu osobu.

## 2. nerobte a nedávajte jej hneď všetko

Pre nás mužov, hlavne zamilovaných je to veľmi ťažké. Určite každý z vás by jej zniesol aj modré z neba len aby ju získal, aby mohol s ňou neskôr tráviť čo najviac času, aby v jej očiach vyznel čo v najlepšom svetle a v poslednom rade, aby bol ňou milovaný. Lenže všetkého veľa škodí, a platí to aj o záujme, pozornosti apod. V praxi by niektoré situácie mali vypadáť asi takto: Ak idete s niekým na prvé rande, tak ružička ako pozornosť nie je zlá, ale podľa mňa zbytočná. Ale nosiť jej na každé rande nejakú pozornosť je podľa mňa divné.

Ak práve začínate resp. dohadujete si stretnutia, nedohadujte si ich na každý deň, nechajte tam 2-3 dni voľna. Alebo sa zahrajte na nedostupného, vyhovorte sa niekedy, nevyhovujte jej vo všetkých požiadavkách.

A čo sa týka napr. SMS, nevypisujte jej SMS-ky 10x za deň. Postačí aj jedna SMS.

## 3. dajte láske čas

Neprejavujte jej svoje city hneď po niekoľkých stretnutiach, nedajbože hneď na prvom rande. Stačí, ak jej budete prejavovať náklonnosť, sympatie. Takže žiadne vyznania lásky hneď po 2-3 stretnutiach, pretože sa môže zľaknúť, a potom sa budete čudovať, že bude chcieť ukončiť to, čo sa ani nezačalo. Toto je asi jedna z chýb, ktorá prináša najviac škôd. Radšej sa treba riadiť prísloviem: „Ponáhľaj sa pomaly!“

Raz mi povedal jeden „múdry“ človek, ktorý sa skrýva za prezývkou „Ash“ jednu veľmi zaujímavú myšlienku, keď som potreboval radu ohľadom žien a znela asi v takomto štýle: Potenciálna partnerka „Ťa“ nezačne „milovať“ preto, že „ty“ „miluješ“ ju!

A musím povedať, že je to svätá pravda, a túto pravdu si musíte uvedomiť ako prvú.

Nechajte ju v čiastočnej nevedomosti v oblasti vašich citoch k nej. Keď bude vedieť, že ste do nej beznádejne zamilovaný, má o jednu nezodpovedanú otázku menej. Takisto nehovorte jej všetko na čo myslíte v súvislosti s ňou, nehovorte jej svoje plány s ňou, nechajte ju rozmýšľať o tom, čo si asi o nej myslíte. Musíte v nej vyprodukovať otázky, ktoré ju donútiť sa zamyslieť na tým resp. nad vami, a tým, že bude nad vami rozmýšľať sa do vás zamiluje. Keby ste sa napr. vy o svojej partnerke hneď na prvom rande dozvedeli úplne všetko, dostali by ste to, čo ste chceli, a potom by už vás nelákalo sa dozvedieť niečo ďalšie. Takže proces spoznávania by mal byť postupný, plynulý, bez žiadnych väčších skokov.

Alebo predstavte si to, že vám po 2-3 stretnutiach povie, že vás ľúbi, a že jej neustále chýbate. Čo by to spravilo s vami? Určite by ste boli v prvom momente veľmi šťastný, no neskôr by ste si

uvedomili, že tá túžba, túžba poznania, stav, že nevíete čo všetko v jej hlave chodí je už nenávratne preč.

Niektorí by mohli navrhnúť, že ideálne si z potenciálnej partnerky vytvoriť kamarátku a až potom partnerku. No myslím si, že to nesie značné riziko. Aké? Že vás bude brať len ako kamaráta a neskôr nebude chcieť prejsť do partnerského vzťahu, pretože jej budete vyhovovať ako kamarát. Preto odporúčam prejavovať sa jej niečo viac ako je kamarát už od začiatku. Ideálne by bolo niečo medzi „kamarátom“ a náruživým „baličom“.

Ak by som mal zhrnúť všetky tieto postrehy, myšlienky do jednej vety, tak by vyzerala nasledovne: Donúťte ženu aby po vás túžila, túžila spoznať vás bližšie, dajte jej do hlavy chrobáka tým, že budete istým spôsobom tajomný.

„Je dôležité, aby tých informácií (pocity, myšlienky, zážitky, ...), ktoré jej vyhovujú, mala viac ako tých, ktoré jej nevyhovujú.

Tiež je dôležité, aby všetkých vyhovujúcich informácií, ktoré má k dispozícii, bolo menej, ako tých, ktoré ešte len bude mať. A to, že ich bude menej, ju prijme k tomu, že bude chcieť tento pomer zmeniť. Prečo je táto vec dôležitá? Pretože, počas snahy zmeniť tento pomer sa do vás zaľúbi.“

Pre technické typy som pomocou kvázi zdrojového kódu z programovacieho jazyka, znázornil vaše šance pri procese zamilovania (zaľúbenia) sa potenciálnej partnerky do vás:

```
<span class="kw1">while</span> <span class="br0"></span><span
class="re0">proces_zamilovania</span><span class="br0"></span> <span class="br0">{</span>
  <span class="kw1">if</span><span class="br0"></span><span
class="re0">vyhovujúce_info</span><span class="br0"></span> > <span class="br0"></span><span
class="re0">nevyhovujúce_info</span><span class="br0"></span> <span class="br0">{</span>
  <span class="kw1">if</span><span class="br0"></span><span
class="re0">vyhovujúce_info_má</span><span class="br0"></span> < <span class="br0"></span><span
class="re0">vyhovujúce_info_bude_mať</span><span class="br0"></span> <span class="br0">{</span>
    <span class="re0">šanca_na_zamilovanie</span> = vysoká;
  <span class="br0">}</span>
  <span class="kw1">else</span> <span class="re0">šanca_na_zamilovanie</span> = nízka;
<span class="br0">}</span>
<span class="kw1">else</span> <span class="re0">šanca_na_zamilovanie</span> = takmer_žiadna;
<span class="br0">}</span>
```

## Existujúci vzťah

Ak ste sa správali pri zväznaní partnerky približne, ako som písal vyššie, tak ste na veľmi dobrej ceste a pravdepodobnosť, že si partnerku udržíte na dlhšiu dobu je vysoká. Takže, ak si chcete svoju partnerku udržať, musíte robiť len jednu vec: musíte ju milovať. No keďže pod slovom „milovať“ sa skrýva viacero činností ako len samotné „milovať“, a každý rozumie pod týmto výrazom niečo iné, skúsme sa na to pozrieť bližšie.

V prvom rade vám musím oznámiť, že vám tu nebudem písať nejaké prikázania alebo rady typu: nepodvádzajte ju z inou, v posteli skúšajte nové polohy, prekvapujte ju darčekom, pozvite ju sem-tam na romantickú večeru, starajte sa o ňu, ... pretože je to dosť individuálne. Každé žene sa páči niečo

iné, a každá žena potrebuje niečo iné ku svojmu šťastiu. Dôležité je vedieť, čo je to, čo sa žene páči, po čom túži a čo potrebuje, aby bola s vami šťastná. Najúčinnjšou cestou ako sa tieto veci dozvedieť je komunikácia. Podľa mňa to je univerzálny kľúč na všetko. Len dodám, že väčšina vzťahov sa hrúti kvôli slabej ba dokonca kvôli takmer žiadnej komunikácii.

Žena je ako krásna kvetinka, o ktorú sa treba starať, ktorú treba polievať (dávať jej lásku), ktorú treba hnojiť (dávať jej zmysel života), ktorej treba dávať denné svetlo (dávať istotu), ktorú treba vysadiť do pekného kvetináča z kvalitnou zeminou (dať jej domov) a verte, že jej odmena vás neminie.

**Norwaiz**  
Osobne som typ povahy, ktorý sa vyhýba konfliktom, a keď už náhodou konflikt vznikne, snažím sa ho vyriešiť resp. odstrániť už v samotnom zárodku. To sa dá pri väčšine problémov vo vzťahu len prostredníctvom komunikácie. Možno aj preto som sa napr. s mojou ex-ex-partnerkou za 6 mesiacov vzťahu ani raz nepohádal. Takže určite nepodporujem odkladanie riešenia problémov a čakať na to, že sa problém vyrieši sám.

Ďalšou vecou sú pravidlá. Osobne som proti pravidlám vo všeobecnosti, ale vo vzťahu ich pripúšťam, pretože sú prospešné. Stanovte si dobrovoľne s partnerkou pravidlá, a snažte sa ich dodržiavať. Ak ich jeden z vás niekedy poruší, niečo sa deje. Zistite čo a skúste to vyriešiť.

Ak neviete aké pravidlá myslím, tak uvediem jeden príklad. Dohodnite sa, že keď sa vám alebo jej nebude niečo páčiť, tak si to poviete (samozrejme prijateľným spôsobom). Narážam napr. na prípady, keď vám vaša partnerka niečo naznačuje (trebárs sa jej nepáči, niečo čo ste urobili) aj niekoľko dní, vy to nedokážete prečítať z jej signálov (nie ste supermani), a potom z toho vzniká zbytočný konflikt navyše.

Takýchto podobných i rôznych dohôd (pravidiel) si môžete stanoviť neobmedzené množstvo v závislosti od každého z vás, aké a aký počet uznáte vo vašom vzťahu za vhodné.

Ak vám niečo vadí na partnerke, povedzte jej to (najlepšie jemnou formou, aby ste ju neurazili). Opýtajte sa jej, čo jej vadí na vás. Keď vám povie, že nič, tak buď nie je úprimná alebo ste naozaj ten „pán dokonalý“. Nikto nie je dokonalý. Každý máme svoje muchy, o niektorých vieme a o niektorých nie. Ak vás má rada, určite sa bude snažiť to zmeniť a vy tiež. Vzťah je o prispôbovaní sa a o robení kompromisov, samozrejme v záujme partnerského vzťahu.

Pýtali ste sa partnerky niekedy, či je s vami šťastná? Ak nie, tak to urobte (trvajte na úprimnosti). Ak vám povie, že ani moc nie, tak sa spýtajte prečo, čo sa má zmeniť, a čo môžete urobiť preto aby bola.

Možno celá táto časť vyznieva tak, aby ste mali vo vašom vzťahu jasno. Z časti áno, no určitým spôsobom musí byť vo vzťahu pozitívne napätie, ktoré vás núti bojovať o toho druhého, takže vedieť všetko nie je vždy najlepšie.

Samozrejme nespoliehajte sa len na to, že vám partnerka všetko povie, keď sa jej budete pýtať. Skúste jej načúvať, buďte vnímavý. Aj týmto spôsobom môžete získať veľa informácií, ktoré môžete neskôr využiť v prospech vášho vzťahu.

„Je dôležité, aby informácie (pocity, myšlienky, zážitky, ...), ktoré jej vyhovujú, dostávala nielen vtedy, keď ich potrebuje, ale aj vtedy, keď ich nečaká. Ideálne stále.“

- Norwaiz

## Slovo na záver

Možno, že niektorí z vás budete narážať na väčšiu dĺžku článku, a možno ste aj ku koncu zaspávali, no vedzte, že mi dalo veľa námahy vtesnať túto problematiku „len“ do pár strán, a musím povedať, že nie všetko, čo som chcel napísať som aj napísal. Musím ešte podotknúť, že myšlienka článku platí pre obe pohlavia.

Na koniec by som vám chcel popriať veľa šťastia pri hľadaní dievčaťa na vzťah, pri získavaní jej náklonnosti, jej lásky, a pri udržiavaní vzťahu, nech láska je vaším hlavným motorom vašich vzťahov. Viem, že ho budete potrebovať a budem ho potrebovať aj ja.

Nedá mi to, a na záver ešte pridám myšlienku, ktorá vznikla počas písania tohto článku, a na ktorú inšpiráciou mi boli moje bývalé partnerské vzťahy.

„Je krásne, keď niekoho milujete a nechcete sa ho vzdať, ale ešte krajšie je, keď sa niekoho vzdáte, pretože ho milujete.“

- Norwaiz