



DWA BARDZO WAŻNE PYTANIA W RELACJACH

1. Czy postawa „ja” na pierwszym miejscu oznacza brak troski o partnera?

Kiedy w relacji stawiamy się na pierwszym miejscu, to w słowie Ja, Ja... kryje się coś więcej niż tylko gramatyka — kryje się **nawyk uwagi**.

Jeśli ktoś ma silnie rozwinięty wzorec zogniskowany wyłącznie na sobie (postawę wybitnie egocentryczną), to w codziennym życiu objawia się to właśnie w takich prozaicznych sytuacjach, jak zaparzanie herbaty, robienie zakupów czy podejmowanie decyzji.

- **Zdrowa miłość i uważność:** Człowiek osadzony w relacji naturalnie obejmuje swoją uwagą całe „my”. Robiąc herbatę sobie, odruchowo zadaje pytanie: „A Ty napijesz się ze mną?”. Pamiętanie o drugim człowieku w małych gestach jest naturalnym przedłużeniem sympatii i szacunku.
- **Egocentryzm relacyjny:** Kiedy w głowie partnera istnieje praktycznie tylko jego własny świat, drugi człowiek staje się „dodatkiem” do jego życia. Wtedy rzeczywiście dochodzi do sytuacji, w których taka osoba najpierw zaspokaja własne potrzeby, a o istnieniu partnera przypomina sobie dopiero wtedy, gdy sama czegoś od niego potrzebuje.

Drobne gesty językowe i codzienne nawyki są często po prostu pierwszym, bardzo czułym papierkiem lakmusowym tego, jak ktoś traktuje relację.

2. Kto powinien być ważniejszy w domu: partner czy dorosłe dzieci?

W dojrzałej dynamice rodzinnej hierarchia relacji jest jednoznaczna: **partner powinien być na pierwszym miejscu, a dorosłe dzieci na swoim własnym, niezależnym miejscu**.

Z perspektywy dojrzałego budowania więzi wygląda to następująco:

Małe dzieci a partner

Kiedy dzieci są małe, wymagają opieki i bezwzględnej troski, ale **fundamentem domu i tak pozostaje relacja partnerów**. To z miłości i stabilności między partnerami dziecko czerpie poczucie bezpieczeństwa.

Dorośle dzieci a partner

Gdy dzieci stawiają się dorosłe, zachodzi kluczowa zmiana — ich zadaniem jest wyjście w świat i zbudowanie własnego życia. Jeśli rodzic stawia **dorośle dziecko ponad partnera**:

- **Zaburza naturalny porządek:** Dorosłe dziecko zostaje obarczone rolą „głównego partnera emocjonalnego” swojego rodzica (co jest dla dziecka obciążające i utrudnia mu zbudowanie własnego związku).
- **Niszczy relację partnerską:** Partner staje się kimś drugorzędnym, sprowadzonym do roli lokatora, sponsora albo tła.
- **Rodzi wymuszoną rywalizację:** Powstają niezdrowe układy, w których partner musi rywalizować o uwagę i szacunek z dorosłym dzieckiem.

Prawidłowa hierarchia

Uporządkowany dom to taki, w którym **związek partnerów tworzy główny trzon i bazę**. Dorosłe dzieci są kochane, wspierane i zawsze mile widziane, ale mają swoje własne życie i nie podejmują decyzji za domowników ani nie stoją między partnerami.

Jeśli kobieta lub mężczyzna stawia dorosłe dzieci ponad partnerem, bardzo często oznacza to, że używa dzieci jako emocjonalnej tarczy, by nie budować prawdziwej, głębokiej bliskości ze swoim partnerem.

Kwestia relacji z dziećmi z poprzednich związków czy partnerstw doskonale to pokazuje. Partner wchodzący w taką rodzinę siłą rzeczy jest dla dzieci kimś „z zewnątrz”. To, czy w domu panuje szacunek, wsparcie i czysta atmosfera, **w ogromnej mierze zależy od postawy matki (partnerki)** i tego, jakie granice wyznaczy.

Oto jak w praktyce wygląda rola partnerki w tworzeniu tych relacji:

1. Budowanie mostów vs. stawianie murów

To partnerka nadaje ton temu, jak dzieci postrzegają nowego mężczyznę.

- Jeśli od początku komunikuje dzieciom szacunek do swojego partnera, pokazuje, że jest on ważną częścią jej życia i nie pozwala na lekceważenie go — daje dzieciom jasny sygnał: *„To jest człowiek, którego kocham i szanuję, i w tym domu obowiązuje wzajemny szacunek”*.
- Jeśli natomiast sama ma nieprzepracowane lęki, poczucie winy wobec dzieci lub sama nie szanuje w pełni partnera, dzieci natychmiast to wyczują. Zaczną go ignorować, podważać jego pozycję, a w skrajnych przypadkach traktować jak intruza — i to za cichym przyzwoleniem matki.

2. Mądre stawianie granic dorastającym i dorosłym dzieciom

Rola matki polega na umiejętnym przejściu od opiekuńczości do partnerskiego szacunku, gdy dzieci dorastają:

- **Zdrowa postawa:** Matka kocha dzieci bezgranicznie, ale dba o nieprzekraczalność granic swojego związku. Nie pozwala dzieciom meblować życia dorosłych, wchodzić w rolę „sędziów” czy rywalizować z partnerem.

- **Niejasny układ:** Matka przedkłada kaprysy lub emocjonalne roszczenia dorosłych dzieci ponad spokój i dojrzałość w relacji partnerskiej. Wtedy partner zawsze będzie czuł się jak osoba „drugiej kategorii”, do której przychodzi się tylko wtedy, gdy dzieci nie ma w pobliżu.

3. Nawyk dbania o relację to sprawa obustronna

Tak jak przy tej nieszczęsnej „herbacie” czy strukturze zdania — chodzi o odruch uwzględniania drugiego człowieka w swoim polu widzenia.

Jeśli kobieta ma w sobie naturalny nawyk **budowania przestrzeni dla „NAS”**, to zadba o to na każdym polu:

1. Pamięta o partnerze w codziennych, małych gestach.
2. Tworzy warunki do tego, by jej dzieci i partner znaleźli wspólny język (bez zmuszania do udawanej miłości, ale na bazie czystego szacunku).
3. Nie stawia partnera w pozycji kogoś, kto ma walczyć o przetrwanie w jej własnym domu.

Ostatecznie wszystko sprowadza się do jednego: słowa są tanie i łatwo z nich ułożyć ładną deklarację. Ale to **codzienne nawyki, umiejętność stawiania granic i dbanie o komfort partnera** pokazują, czy dana osoba jest gotowa na dojrzały związek, czy szuka jedynie kogoś do wypełnienia własnych pustek.

#dojrzałarelacje #relacje #miłość #świadomość #rozwójosobisty #ProstoDoSiebie
#IreneuszRybicki