ŠTO VAŠ PARTNER STVARNO ŽELI, A NE USPIJEVA TO NIKAKO ISKOMUNICIRATI?

savjetovanje coaching

Možda niste skloni mišljenju da su muškarci s Marsa a žene s Venere, ali kada je u pitanju komunikacija, muškarci i žene se doista izražavaju na različite načine.
Dok su muškarci u komunikaciji usmjereni na sadržaj i rješenje problema, žene se u komunikaciji fokusiraju na emocije i odnos. Odgovornost za nerazumijevanje i izostanak uspješne komunikacije podjednako dijele i muškarci i žene.

Tri su glavna razloga za nejasne poruke:

1.Ne kaže se što se misli. Partneri ne mogu naći adekvatne riječi kako bi izrazili što osjećaju, ne žele reći nešto što bi povrijedilo onog drugog ili se prosto ne žele dovesti u situaciju da budu odbačeni zbog onoga što misle i zato šute.

2.Odašiljaju se miješane poruke. To su one poruke koje imaju suprotno značenje. Ovo se može dogoditi kad govor tijela i intonacija glasa partnera nisu u skladu s izgovorenim riječima ili kad postoji nedosljednost u sadržaju poruke.

3.Nije jasno precizirano što se želi tj. poruke partnera su nejasne. Npr. -Želim da imaš više vremena za mene. -Što to znači više? Želiš da smo svaku večer zajedno, dvaput tjedno nakon posla ili samo weekendom itd.

Jasnoća u komunikaciji se može poboljšati na razne načine. Nije uvijek jednostavno i proces usvajanja tehnika asertivne komunikacije može potrajati ali ako postoji želja da se popravi partnerski odnos, onda se nađe način.

Naše radionice posvećene partnerskim i bračnim odnosima mogu biti vaš izbor koji daje rezultate. U sigurnom okruženju i s ljudima koji dijele iste interese kao i vi ćete saznati koliko razina intime možete postići u komunikaciji (njih 6) , kako prepoznati koju razinu i komunicirati na adekvatan način uvažavajući osobnost i stil komunikacije onog drugog.

KOJI SU JOŠ RAZLOZI ZBOG KOJIH MUŠKARCI I ŽENE DOLAZE NA SAVJETOVANJE INDIVIDUALNO ILI U PARU ?

ŽELE OTIĆI IZ ODNOSA NA BEZBOLAN NAČIN...

Ovo je potpuno nerealno očekivanje. Jer uvijek boli. Boli i onoga koji odlazi i onoga koji ostaje. Razlika je samo u intenzitetu i vrsti emocija koje se javljaju. Netko tko odlazi može osjećati krivnju, netko tko ostaje tugu, strah prikriven bijesom itd. Varijacija na temu ima puno. Često nas ne boli samo gubitak druge osobe već i gubitak iluzije o dobrom braku, ljubavi generalno, gubitak slike o sebi kao dostatnom i kvalitetnom partneru.

ŽELE BITI VOLJENI VIŠE NEGO ŠTO JESU...

A koliko je to više? Što to konkretno znači? Koji su to pokazatelji ljubavi? Što treba reći ili učiniti druga osoba, koje dokaze ljubavi podastrijeti da znamo i osjećamo da smo voljeni.
To su pitanja na koje kad ih postavimo, dobijemo nevjerojatno različite odgovore.
Svatko ima svoju verziju ljubavi, svoja očekivanja i svoja razočarenja kad nije onako kako želimo. Zna li vaš parner što to vama nedostaje?

ŽELE PRESTATI VOLJETI NEKOGA TKO NJIH NE VOLI ALI NE USPIJEVAJU...

Kao što ne možemo voljeti na silu, tako ne možemo ni prestati voljeti na silu, ma koliko se trudili. Ono što zaista pomaže jest integracija pozitivnih i negativnih osobina partnera tj. deidealizacija i jačanje selfa kod pojedinca koji se osjeća loše u odnosu. Jačanjem samopoštovanja i samopouzdanja, fokus s onog koji ne voli se prebacuje na onoga koji voli. Njega se potiče na samoljubav i to zaista dalje rezultate. Kad sebe počnemo doživljavati kao partnera vrijednog ljubavi i partner nas počne doživljavati drukčije.

ŽELE SAČUVATI BRAK RADI DJECE IAKO ZNAJU DA PARTNER/ICA IMA LJUBAVNICU/KA....

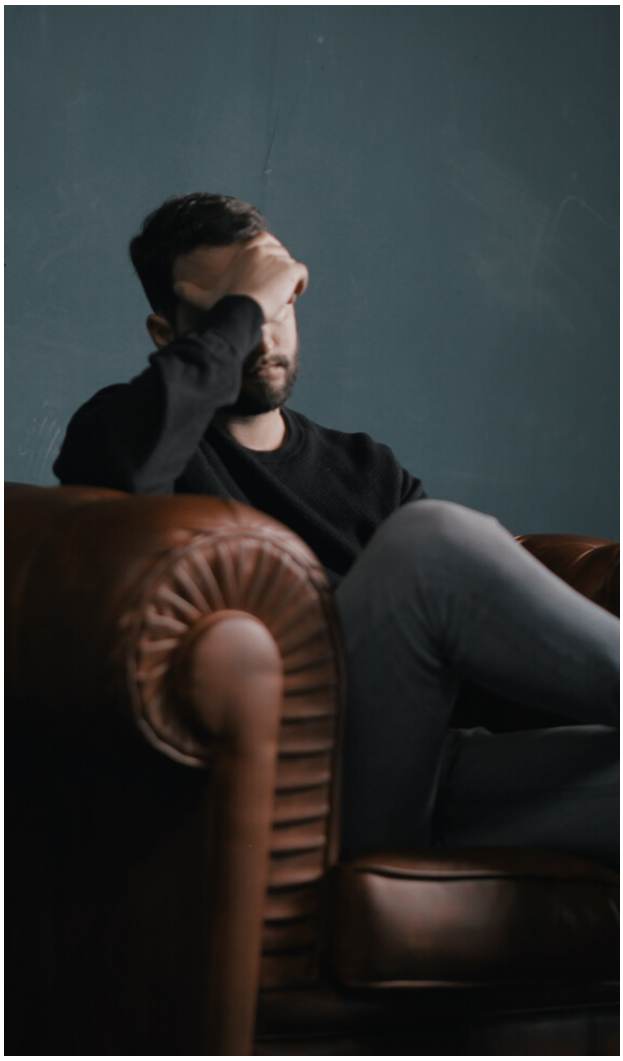
Ako je jednostavno živjeti u formalnom braku, čemu onda savjetovanje? Pa zato što sami sebe ne možemo trajno lagati. Svjesni smo da brak u kojem se dva bića ne doživljavaju kao partneri već isključivo kao pojedinci koji dijele ekonomske interese je brak u kojem djeca ne dobijaju poruke ljubavi. Često bude upravo suprotno. Puno svađa, ignoriranja, prijezira...Ne zaboravimo, djecu ne možemo prevariti niti toliko dobro glumiti a da ona to ne osjete. Zamislite kako takav brak utječe na dječji kapacitet za ljubav, iskrene i tople partnerske odnose koje će imati kad odrastu.

Uvjet za partnersko savjetovanje je da oba partnera žele sačuvati odnos i da partner koji nije vjeran izađe iz ljubavničkog odnosa. Tj. da se prije savjetovanja odluči za jednog/u partnera/icu.

U ovakvim primjerima bračno savjetovanje zna potrajati jer se puno radi na izgradnji izgubljenog povjerenja i redefiniranju bračnih vrijednosti.

NE ZNAJU ŠTO ŽELE. SAD BI BILI U VEZI, SAD BI IZAŠLI IZ VEZE...

Zaglavljeni su u konfliktu i to stanje traje.... Savjetovanje osobe u konfliktu je zahtjevno jer iz seanse u seansu osoba mijenja mišljenje. Ono što joj je jučer bilo neprihvatljivo, sutra već počinje razmatrati a prekosutra tolerira i onda opet ispočetka. S osobom u konfliktu radimo na njezinim vrijednostima i kriterijima kvalitetnog odnosa. Kakva je to veza, partner koji joj se sviđa, kako se želite osjećati u tom odnosu? Što se sad dešava? Koliko trenutno odnos koji imate, partner s kojim živite ispunjava te vaše kriterije? Što se treba desiti da prekinete taj odnos, što ne bi nikad tolerirali?



NEZADOVOLJNI SU KOMUNIKACIJOM I NERAZUMIJEVANJEM, NO ZNAJU DA LJUBAV JOŠ POSTOJI I NE ŽELE IZGUBITI JEDAN DRUGOG

Ovi parovi su svjesni svojih razlika, svojih nedostataka i unatoč problemima osjećaju privrženost jedno prema drugom. Intima se još nije izgubila i stvar je samo u komuniciranju nezadovoljstva na pravi način, detektiranju načina komunikacije kojim najbrže mogu doprijeti do partnera. Ne, nisu to uvijek riječi. Oni uče slušati i uvažavati jedan drugoga. Tijekom ovog savjetovanja fokus je na tehnikama komunikacije i empatiji.

ŽELE POVRATITI IZGUBLJENO POVJERENJE, ŽELE DATI DRUGU ŠANSU NJEMU, NJOJ, SEBI, NJIMA ALI NE MOGU...

Ona zna da je on imao avanturu, zna da je to bila samo avantura ali ipak ne može dalje. Ljubomora je izjeda. Kritična je, ogorčena i toksična. Zna da to nije dobro ali ...
On zna da je ona imala avanturu, pravi se da ne zna i pasivno je agresivan. Ne napušta odnos, ali ništa ne čini da bi se ona osjećala ženom u odnosu. Zapravo čini sve suprotno od onoga što bi ona željela da čini. Kažnjava ju zanemarivanjem, ponekad manipulira djecom da bi ju degradirao itd. A opet, ne želi ju ostaviti jer negdje duboko u sebi zna da je i sam doprinio takvoj situaciji i potajno se nada da će zaboraviti što je bilo tj. da će ona opet biti ona stara, prije avanture.
Ili, ona zna da je on imao poteškoća u poslovanja ali ne zna za ogromne dugove, hipoteku na kući, blokade. Ili, on ne razumije zašto ga ona stalno laže a voli ga i želi biti s njim itd. itd. Razloga za gubitak povjerenja je puno. Vjerujete li vašem partnertu?

ŽELE NAUČITI KAKO KRENUTI DALJE, ŽIVJETI ISPUNJENO I SRETNO I NAKON LOŠEG BRAKA ILI VEZE...

Pojedinci nakon lošeg braka ili veze trebaju vrijeme za sebe. Vrijeme za analizu odnosa koji je gotov, analizu funkcioniranja u odnosu koji je bio destruktivan. Nekad je to previše toleriranja, nekad premalo, nekad puno podrazumijevanja, loše posloženi prioriteti itd. Svakako je to proces koji traje ali jednom kad osvijestimo modele po kojim biramo partnere i kvarimo naše odnose, ono što preostaje je integriranje naučenog i življenje novog Ja. A to novo JA može biti istodobno nježno i moćno u ljubavi.

Ako ste se prepoznali u nekom od gore navedenih scenarija, muči vas duže vrijeme vaš partnerski odnos, kontaktirajte nas putem našeg kontakt obrasca na našoj web stranici (https://www.spsavjetovanje.com/kontakt) i ostvarite popust od 10 % na uslugu partnerskog i bračnog savjetovanja. Tko želi nađe način, ostalo su izgovori.

SJEDIŠTE: DIVKOVIĆEVA 3, 52100 PULA

MAIL: INFO@SPSAVJETOVANJE.COM

TEL: +385 98 16 82 985

RADNO VRIJEME: PON-PET OD 8-12, 16-20