

Když žena začne nenávidět svého muže

1. Je normální, že čas od času si partneři "lezou" na nervy - a to až tak, že nejsou schopni se třeba dotýkat (averze)?

Občasné nedorozumění či hádky jsou, ať se nám to líbí nebo ne, součástí partnerského vztahu. Mohou být i zdravé, někdy je lépe provětrat vzduch hádkou, než se trápit několikaměsíční tichou domácností. Dokážu si představit, že právě následkem konfliktu či neshody na sebe partneři mohou být někdy tak nabroušeni, že kdyby se toho druhého měli být jen dotknout, zřejmě jej zadupou do země. Možná proto se ho raději nedotýkají a představa tělesného kontaktu jim může být dokonce fyzicky nepříjemná. Je to přirozený proces způsobený vypjatými negativními emocemi, které hádku doprovázejí. Ty jedinci zkrátka nedovolují, převažují-li právě, aby toho druhého přátelsky vískal ve vlasech. Lze však předpokládat, že s uklidněním napjaté atmosféry dojde také ke zklidnění emocí a fyzický kontakt s partnerem se opět stane představitelným.

2. Kdy už to není normální - kde je hranice mezi tím, co je ještě přijatelné, a kdy už nastupuje téměř nenávisť k tomu druhému?

Důležitou roli ukazatele závažnosti stavu zde hraje čas. Když si ani po delší době od ukončení hádky nedokážu představit, že bych se k partnerovi přiblížila na vzdálenost menší než dva metry (a při představě intimity mezi námi se objednávat s kopřivkou na kožní), začíná být situace na pováženou. Takový stav však většinou není výsledkem pár dnů či týdnů, klienti naší manželské poradny hovoří spíše o letech, ve kterých takhle neblahá situace zrála až do současné závažné averze mezi partnery.

3. Co dělat v případě, že žena začne pocítovat nechuť a odpor k partnerovi (vadí jí jeho vůně, jeho projevy, dotyky, sex...) - dá se to ještě nějak zvládnout, nebo to je už začátek konce?

Zamýšlela bych se nad tím, zda spolu s partnerem trávíme kvalitní společný čas. Zda jsme schopni si na sebe v každodenním shonu okolo práce, domácnosti a dětí vyhradit kousek času, kdy spolu jdeme na kávu, zaplavat si, na procházku či do divadla, podle zálib každého z nás. Společný partnerský čas je totiž nezbytným podhoubím dobře fungující intimity mezi ženou a mužem. Stručně řečeno, když spolu řešíme jen poznámky dětí ve škole, nevynesený koš a nezaplacené složenky, těžko si lze představit, že večer budeme naladěni na intimní hrátky. Když však za sebou budeme mít pravidelně strávený hodnotný čas něčím, co nám přináší radost a není to spojeno s prací, dětmi, či domácností, je šance na úspěch také v intimní oblasti. Člověk, se kterým pravidelně trávíme pěkné chvíle, nám prostě vonět bude.

4. Kde jsou příčiny, kořeny této nechuti a nenávisti?

V nedostatku času a prostoru na toho druhého. Vztah potřebuje péči a výživu, aby prosperoval, fungující vztah nevzniká sám od sebe, ale je za ním vidět práce. Každý z nás by také měl mít prostor sám na sebe i na své koníčky bez přítomnosti partnera. Tento samostatně strávený čas může být pro vztah obohacující minimálně v tom, že se na toho druhého budu těšit, když jej neuvidím. Když nasypeme díl času pro individuální koníčky, díl času na společné příjemné aktivity partnerů, díl času stráveného s rodinou jako celkem, tedy i s dětmi a nějaké ty dílky času se společnými přáteli či širší rodinou, upečeme z toho snadno chutný koláč prosperujícího partnerského vztahu.

PhDr. Magdalena Dostálová, psycholožka a psychoterapeutka

Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Praha 12, magdalena.dostalova@csspraha.cz