



Czy zdarzyło ci się pomyśleć, patrząc w ekran: „O rety, to przecież o mnie, o moim życiu”? Jeśli nie, to może w przedstawionych przez nas parach rozpoznasz własny związek.

# Tak jak **W** kinie...

Którą filmową parę  
**przypominacie?**

**W**arto odkryć, jaki scenariusz realizujemy w życiu. To da nam cenną wiedzę o nas i naszej relacji z partnerem. Pozwoli spojrzeć na własny związek z boku, z dystansu. Wtedy łatwiej dostrzec, co jest dobre, a co między nami szwankuje. Oczywiście wcale nie musimy odgrywać do końca danej roli, wiernie trzymać się scenariusza. Można go na swój sposób zmieniać, poprawiać, dopisywać nowe wątki. Tak, by zapewnić sobie happy end.

# Jedno się poświęca, a drugie korzysta

**T**wój ukochany to wypisz wymaluj Mundi z serialu „Dom”. Istny niebieski ptak. Miłośnik uciech życia, w tym również... kobiecej urody. Mimo stałego związku (a potem i obrączki na palcu), niechętnie rezygnuje z wolności oraz przywilejów z niej płynących (imprez do białego rana i innych rozrywek). Myśli głównie o sobie, nie angażuje się zbytnio w sprawy domowe. Przyjmuje okazywane mu uczucia, nie specjalnie je odwzajemniając. Łaskawie pozwala się kochać, sam z siebie dając niewiele lub zupełnie nic. Za to ty, podobnie jak Halina, jesteś opiekuńcza, oddana, kochająca. A jednocześnie silna i zaradna, potrafisz poradzić sobie w każdej sytuacji – lepiej niż niejeden mężczyzna. Zapominasz jednak o swej sile i niezależności, rezygnujesz z własnych oczekiwań, ambicji, dbasz o wybranka swojego serca bardziej niż o siebie. Bo kiedy kochasz, to bez reszty! Całą siebie dedykujesz potrzebom partnera – dla niego z rozkoszą zamieniasz się w gotującą, sprząającą i do te-



„Dom”

go jeszcze nucając pod nosem kobietkę w koronkowym szlafrocuku i papilotach, która zawsze stara się być powabna dla swojego mężczyzny. Miłość cię zaślepia. Jesteś w stanie wybaczyć ukochanemu każdy grzech, każde przewinienie. Nawet... inne kobiety. Zgodzisz się na wszystko, byle tylko był z tobą. A jeśli od święta zaszczyci cię swoimi względami, jesteś najszcześniejszą kobietą na świecie.

## CO NA TO psycholog

**Mówi Katarzyna Płatowska:** Powinnaś zrewidować swoje poglądy na miłość. Ale najpierw zastanów się, czemu w waszym związku istnieje taki podział: on jest królem życia, który pozwala się uwielbiać, a ty – niewolnicą miłości? Być może nadmiernie dbasz o niego, by zasłużyć na jego uczucie, bo w dzieciństwie nie dostawałaś bezwarunkowej miłości i akceptacji. A może powielasz model wyniesiony z rodzinnego domu, w którym wszystko kręciło się wokół ojca. Pomyśl o terapii. Dzięki niej łatwiej ci będzie uwolnić się od toksycznego wzorca. Nie możesz być cały czas skupiona na potrzebach drugiej połowy, bo wtedy tracisz kontakt z sobą, rezygnujesz z własnej tożsamości, unieważniasz się. Powinnaś poluzować więzy miłości z jeszcze jednego powodu. Nawet jeżeli twoja matczyność i ciepło mężczyźni na początku się podobają, z czasem mogą mu ciążyć! Taka ilość uwagi i opieki bywa przytłaczająca, wzmagają pragnienie ucieczki. Rób co jakiś czas „stop-klatki”. Jeśli zawsze czekałaś z obiadem na stole, teraz powiedz „Dość”; niech mąż wróci do domu, w którym brakuje nie tylko posiłku, ale i żony, bo właśnie poszła do fryzjera czy na masaż. Tak raptowna zmiana potrząśnie partnerem, zmusi go, by spojrzal na ciebie uważniej. I o to chodzi!

# Władza w męskich rękach

**U**was w domu, podobnie jak w mieszkaniu państwa Aniołów, prym wiedzie mąż. On też, jak Stanisław, przekonany jest o własnej nieomyślności i nie znosi sprzeciwu. Uwielbia przed tobą „przemawiać”. Kiedy rozmowa zaczyna przypominać dialog, bo odważyłaś się zabrać głos, on reaguje zniecierpliwieniem. Gdy próbujesz wyrazić swoje zdanie, macha ręką lekceważąco. Nawet jeśli nie powie

tak jak Anioł: „Oj, Miecka, jaka ty tępa jesteś”, to i tak wasze małżeństwo do złudzenia przypomina to z ulicy Alternatywy 4. Głowa rodziny podejmuje wszelkie decyzje, zaznacza swoją wyższość. Lubi też od czasu do czasu podkreślić własne zasługi. Przypomnieć ci, że gdyby nie on, nie miałabyś tego, co masz (Anioł do żony: „Gdyby nie ja, do dziś byś schody myła”). Ty siłą rzeczy sta-

jesz się cichą i wierną słuchaczką męzkich „mądrości”. Nawet jeśli partner traktuje cię czasem, jakbyś była przezroczysta, niepotrzebna, irytująca, nie buntujesz się. Nigdy nie podważasz jego decyzji, a często wręcz boisz się zabrać głos. Czasem tylko popłaczesz sobie w kąciку. Wtedy on, niczym Anioł, niedbałym gestem wpycha ci chusteczkę do ręki, nawet nie spoglądając na ciebie.

## CO NA TO psycholog

**Mówi Katarzyna Płatowska:** Staraj się realizować potrzeby poza związkiem. Nawet jeżeli mąż cię nie ceni, nie znaczy to, że nie docenią cię inni. Jeśli uda ci się odnieść choć małe sukcesy na polu innym niż rodzina, poczujesz się lepiej i pewniej w domu. Będziesz miała więcej siły, by powiedzieć, co myślisz, zaprotestować, kiedy dzieje się coś wbrew twojej woli. Chcesz, by partner się z tobą liczył? Musisz zmienić swoje reakcje. Nie tkwij w biernej postawie osoby, od której nic nie zależy. Nie pytaj o wszystko, podejmuj samodzielne decyzje – początkowo w małym zakresie, sprawach, z których on bez bólu zrezygnuje, np. co będzie na obiad. Z czasem zaczniesz przejmować więcej kompetencji. Poprawisz swój wizerunek w oczach męża. Ale przyjrzyj się też jemu. Bo jeśli to facet, który w ogóle nie ma szacunku dla kobiet, może nie warto walczyć o ten związek. Na poważanie i uwagę takiego pana zasłużyć się nie da.



„Alternatywa 4”

## ► Mezalians: On nie pasuje do Niej



„Daleko do szosy”

**N**aprawdę się kochacie, ale miłość ta wymaga od was odwagi, siły i poświęceń. Dlaczego? Bo tak jak Anię i Leszka dzieli was pochodzenie; między wami jest wręcz przepaść społeczna. Ty jesteś dziewczyną z tzw.

dobrego domu, wykształconą, wychowaną w intelektualnej atmosferze. Twój ukochany przypomina Leszka – prostego chłopaka z prowincji, który wcześniej zakończył edukację. Wybierając go, stanęłaś okoniem do swojego środowiska i opinii najbliższych. Jego rodzina też wcale nie przyjęła cię z otwartymi ramionami. Wolałaby, żeby poślubił jakąś znajomą, miejscową dziewczynę, a nie panienkę z wielkiego świata. Ale wy macie nadzieję, że wszystko się ułoży, że miłość zwycięży. Twój partner jest dla ciebie gotów na niejedną wyśilkę – walczy z rzeczywistością, stara się doksztalcać, piąć w górę. Nie jest mu łatwo, lecz wie, że jeśli nie „dogoni” cię poziomem, wasza miłość może nie przetrwać. Ty, podobnie jak Ania, z całego serca wierzysz w wybranka. Widzisz, jak ważna jest dla niego ta próba dorównania tobie. Wiesz, że on to robi dla ciebie i wspierasz go, jak możesz. Choć, oczywiście, pragniesz z nim być niezależnie od tego, czy uda mu się zrobić studia, dostać lepszą pracę itp.

### CO NA TO psycholog

**Mówi Katarzyna Platowska:** Nadal wspieraj męża w wysiłkach. Wciągaj go też do wspólnych działań: rozpoczęcia ciekawego kursu, obejrzenia wartościowego programu, pójścia na wystawę czy do teatru. I nie stawiaj sprawy: „Chcę, żebyś to zobaczył” tylko: „Sama chciałabym się tego dowiedzieć”. Nie wywyższaj się. Doceniaj ukochanego, chwal. Bardzo tego potrzebuje, by przezwyciężyć kompleksy, które prawdopodobnie ma. Nie podważaj jego autorytetu (a już zwłaszcza przy innych). Nie przerywaj, gdy mówi. Pytaj go o opinię i bierz ją pod uwagę. Przez pierwszy okres ograniczaj też wasze kontakty z twoimi rodzicami, jeśli uważają, że zięć jest poniżej poziomu ich córki. Bez obaw – poczekają. A mąż będzie miał czas nieco się „podciągnąć”. Ty też możesz wykorzystać ten okres na uświadomienie rodzinie, że twój wybór poddyktowany został nie tylko porywem serca, ale i mądrością. Bo ważniejsze niż trzy fakultety i kariera jest uczucie, bezpieczeństwo, stałość w uczuciach, które mąż ci zapewni.

### CO NA TO psycholog

**Mówi Katarzyna Platowska:** Rządź, ale pozwól i mężowi mieć rejon, w którym będzie miał coś do powiedzenia – to mu dobrze zrobi na samopoczucie. W kwestiach ważnych dla ciebie wciąż będziesz dzierżyła berło, ale w sprawach, którymi zajmować się nie musisz, niech on ma własne pomysły i rozwiązania, np. w kwestii planowania wakacji. I uwaga: jeśli już odstąpisz mu jakąś działkę, nie wolno ci się do niej wtrącać – chyba, że sam poprosi o radę. Nie przesadzaj z dominacją. Inaczej mężczyzna może poczuć się przytłoczony, zdepty. Pozwól czasem, także dla swego dobra, zdjąć z siebie ciężar odpowiedzialności. Bo wiecznie rządzące kobiety są zmęczone.

## Zadowolony z życia pantoflarz

**W** waszym związku, podobnie jak u Ziębów, spodnie nosi kobieta. To ty decydujesz o sprawach domowych, kierujesz życiem rodziny. Dyrygujesz swoim partnerem, nawet w tak błahych sprawach, jak wybór ubrania. A on, niczym Włodzimierz, robi wszystko pod twoje dyktando. Traktuje cię jak wyrocznie w większości spraw i bez wahania spełnia twoje polecenia. Wbrew pozorom nie jest głupim mężczyzną, który potrzebuje, by nim sterowano. Poddaje się twojemu kierownictwu, bo jest mu z tym dobrze. Lubi swoje życie i święty spokój, woli więc nie wchodzić w żadne konflikty, nie kłócić się. Dostaje za to swoją nagrodę: po przyjściu do domu czeka na niego ciepły posiłek, ład, dobre słowo, czyste koszule. Bo ty nie tylko rządysz, ale też autentycznie dbasz o mężulka. Grzeje się on w ciepłej twojej miłości i opieki, może się przy tobie całkowicie odprężyć, wierzy w twą mądrość i cichutko sobie przy tobie istnieje. Ty natomiast czujesz się w tym związku bezpiecznie i przewidywalnie. Wiesz, że możesz polegać na swoim partnerze. Jesteś spokojna, że wypełni twoje polecenia. Obojgu wam odpowiada takie rozdanie kart. Znacie się na wylot, macie do siebie zaufanie, scala was przywiązanie.

„Na Wspólnej”





# Równowaga idealna

Jesteście, podobnie jak Zosia i Kuba Burscy, partnerami z prawdziwego zdarzenia. Oboje realizujecie się zawodowo i potraficie respektować karierę zawodową drugiej strony. Wspieracie się, pomagacie sobie i tak staracie się organizować życie rodzinne, byćście mieli takie same szanse na zawodowy rozwój. Zajmujecie równorzędne pozycje w związku, słowo każdego z was ma taką samą wagę, a jedna połówka nie próbuje forsować swojego zdania czy podejmować ważnych decyzji bez pytania drugiej o zgodę. Szacunek, równość, zrozumienie – to główne cechy waszego związku. Gdy jedno wpada w tarapaty, drugie stoi przy nim murem. Ponieważ naprawdę się kochacie i staracie się brać pod uwagę wzajemne potrzeby, to z niejednej próby wyszłście zwycięsko. I z niejedną pewnie dacie sobie radę w przyszłości. Jesteście wyrozumiali dla swoich słabości i wad, cenicie się za zalety. Chętnie spędzacie razem czas, ale nie macie pretensji, gdy musicie pobyć osobno. Staracie się okazywać sobie uczucie i przywiązanie. Dbacie o przejawy bliskości, takie jak np. całusy na powitanie i pożegnanie, wspólne posiłki. Wasza miłość jest pełna i szczęśliwa.



„Na dobre i na złe”

## CO NA TO psycholog

Mówi Katarzyna Płatowska: Wasz związek jest udany i szczęśliwy, nie ma potrzeby go ulepszać. Ale warto znać pułapki, by ich zawczasu uniknąć. Jedną z nich to zbyt duże poczucie bezpieczeństwa. W takiej pełnej tolerancji i spokoju relacji, z całkowitym wsparciem partnera i pełną możliwością samorozwoju, można zapomnieć, że o miłość trzeba dbać. Także wtedy, gdy w małżeństwie dzieje się dobrze! Kolejne niebezpieczeństwo to unikanie kłótni. Może wam się wydawać, że w udanym związku ludzie nie powinni drzeć kotów. To błąd! Konflikt nie jest niczym złym, pomaga ustalić stanowiska, oczyścić atmosferę. Partnerstwo wcale nie równa się brakowi sporów. Ważniejsze, co się dzieje po nich (pogodzenie zamiast cichych dni) i czy podczas wymiany zdań wiedzy o partnerze nie wykorzystujemy przeciwko niemu.

# Kobieta maskotka

Masz sporo wspólnego z Alutką, która jest typem: „Bo ja jestem taka mała”. Jak na małą kobietkę przystało, potrzebujesz męskiej opieki. Jesteś trochę niezadorna, niesamodzielna. Zależysz od męża – nie tylko finansowo. Niewiele wiesz o życiu, ale nie musisz niczym frasować swojej pięknej główki, bo mąż wszystko wie i o ciebie zadba. Funkcjonujesz jak Alutka, która do tego stopnia nie ma żadnych problemów, że... czasem je sobie wymyśla. Tak jak wtedy, kiedy postanowiła się wyprowadzić, bo Jędrula za mało czasu spędzał w domu – co znaczy, że już jej nie kocha. On tymczasem jest strasznie zajęty, bo zarabianiem jest strasznie zajęty, bo zarabianiem na przyjemności i potrzeby swojej ekscentrycznej żonki, która nie umie oszczędzać. Podobnie twój ukochany dużo pracuje, bo kocha cię nad życie i robi wszystko, żebyś była szczęśliwa. Ma dla ciebie mnóstwo cierpliwości, tkiwości i opiekuńczości. Chociaż to on jest w tym związku głową, to jednak nie potrafi ci się sprzeciwić, zrobić niczego wbrew twojej woli. Prośba ukochanej jest dla niego rozkazem. Wystarczy, że się do niego przytulisz i wymruczysz, czego chcesz – a on stanie na głowie, byś to dostała (być może, tak jak Alutka, do swojego wdzięku dodajesz jeszcze mały szantażyk typu: „Gdybyś tego nie

zrobił, toby mnie zabiło”). W nagrodę obcałowujesz go płomiennie, wyrażasz swój szczerzy podziw, mówisz, że jest najcudowniejszym facetem na świecie. A on puchnie z dumy i nadal cię rozpieszcza, uwielbia, pozwala na wszystko, znosi twoje humory. Jak widać, masz sprawdzony sposób: mimo swojej zależności od mężczyzny, potrafisz tak go sobie okrećić wokół małego paluszka, że je ci z ręki. Z niewinną minką powtarzasz więc nadal: „Przecież mężczyzna jest po to, by zaspokajać potrzeby kobiety”.

## CO NA TO psycholog

Mówi Katarzyna Płatowska: Koniecznie powinnaś się usamodzielniać! Wszystko dobrze, dopóki mężczyzna ma apetyt na taką egzaltowaną kobietę. Ale musisz się liczyć z tym, że zmieni gust i będzie chciał dojrzalej partnerki, a nie kobiety-dziecka. Świadomość, że wybranka nie jest w stanie bez niego funkcjonować, może być dla mężczyzny atrakcyjna przez jakiś czas, lecz na dłuższą metę staje się często męcząca, obciążająca. Jednak od partnera uniezależniaj się powoli, stopniowo, tak by nie przestraszył się twojej nowej postawy (bo gdy jesteś zależna, nie jesteś w stanie go opuścić). Może wręcz niech to właśnie on – ten wielki, wspaniały, mądry facet – przygotuje cię do życia, podzieli się swoją mądrością. Poproś, by wziął cię od czasu do czasu „w świat” i pokazał, jak np. skorzystać z bankomatu, załatwić sprawę w spółdzielni mieszkaniowej, zareklamować kiepsko działającą telewizję kablową itp. Tak, byś nie była księżniczką zamkniętą w wieży własnej bezradności.



„Rodzina zastępcza”