

MONIKA JANISZEWSKA  
KATARZYNA KUCEWICZ



Pięknie  
*odmienni*

JAK UWOLNIĆ ZWIĄZEK  
OD CODZIENNYCH SPRZECZEK  
I NIEPOROZUMIEŃ

sensus

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autorki oraz Helion SA dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autorki oraz Helion SA nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Wypowiedzi zawarte w niniejszej książce są fikcyjne, a ewentualne podobieństwa do osób i zdarzeń — przypadkowe. Wszelka zbieżność jest niezamierzona.

Redaktor prowadzący: Magdalena Dragon-Philipczyk  
Ilustracje w książce oraz na okładce: Tomasz Stasiak  
Projekt typograficzny i skład: Adrian Partyka

Helion SA

ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice

tel. 32 231 22 19, 32 230 98 63

e-mail: [sensus@sensus.pl](mailto:sensus@sensus.pl)

WWW: <http://sensus.pl> (księgarnia internetowa, katalog książek)

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

<http://sensus.pl/user/opinie/dwojen>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

ISBN: 978-83-283-5955-0

Copyright © Helion SA 2020

Printed in Poland.

- Kup książkę
- Poleć książkę
- Oceń książkę

- Księgarnia internetowa
- Lubię to! » Nasza społeczność

# Spis treści

5	Wstęp
9	Rozdział 1. Rodzinne dziedzictwo
11	Dawniej fascynowało, dziś – drażni
23	Bagaż przekonań – kalka zachowań znanych z dzieciństwa
30	Oczywistość rytuałów
37	Co powinno nas zaniepokoić w zachowaniu partnera na etapie zauroczenia?
50	Detektyw w domu teściów
61	Dwa bieguny
69	Rozdział 2. Co nas różni?
73	Weekendowe rytuały
79	Tradycje, święta, jubileusze
86	Sypialnia – oaza spokoju czy pole bitwy?
93	Kuchnia – bałaganiarz, bałaganiara
101	Inaczej pojmowana gościnność
107	„Przydasie” i sentymtalne bibeloty
113	Spontaniczność vs drobiazgowo planowanie
120	Podział obowiązków domowych – co on powinien, co ona powinna
126	Pieniądze – oszczędność, rozrzutność oraz inne priorytety w wydatkach
132	Inni mają twoją uwagę, ja – nie
138	Osoby trzecie wtrącają się w związek

145	Rozwiązywanie konfliktów – na bieżąco i gorąco vs wycofanie się i ciche dni
151	Przy stole – czytanie gazety zamiast rozmowy oraz zupełny brak kultury
157	Podbieranie rzeczy partnera
163	Inne poczucie humoru, brak umiejętności śmiania się z samego siebie
169	Seks – wstydlivość vs otwartość na nowe
176	Malkontentstwo vs optymizm
182	Zdrowie – byle nie do lekarza oraz dr Google
188	Mój partner – szpieg
194	Bujający w obłokach
200	Praca – jedno zachowawcze, drugie nastawione na rozwój
207	Macierzyństwo – rozliczanie z każdego drobiazgu i uziemianie w domu
214	Inne sposoby okazywania miłości
219	Partner – nerwus i panikarz
225	Ale mi się z nią/nim nudzi...
231	Partner rasista, partner homofob
236	Inne priorytety
243	Dzieci na piedestale, partner – w odstawce
249	Inna wrażliwość, inne granice tolerancji
254	Brak higieny i epatowanie fizjologią
259	<b>Rozdział 3. Mój ci on...?</b>
262	Rozmowa, rozmowa...
274	Kompromis
278	Akceptacja zalet i wad partnera
283	Nie po drodze nam ze sobą
289	<b>Zakończenie</b>
294	Bibliografia

# Wstęp



.....

Na początku jest idealnie. On wspaniały, ona – cudowna. Oboje bez wad. Z czasem... No cóż, każdy ma swoje słabostki. Ona podbiera mu T-shirty i maszynki do golenia. On zostawia na kuchennych szafkach zużyte torebki po herbacie. Ona planuje każdy wakacyjny wyjazd co do minuty. On zasłania się gazetą podczas śniadania i zupełnie jej nie słucha.

Każda strona ma swoje nawyki, przyzwyczajenia, rytuały. Jedne tkwią korzeniami głęboko, w domu rodzinnym, inne zostały nabyte w okresie bycia singlem. Jedne bywają obrzydliwe, inne – kłopotliwe, jeszcze inne – żenujące. Każdy z nich potrafi jednak nabrudzić w związku, osłabić go, sprawić, że partner poczuje się dotknięty, zawiedziony, rozczarowany. I co dalej? Można okopać się na swoim stanowisku w myśl zasady „moje jest mojsze” i działać w kontrze do partnera, na przeciwnym biegunie. Można też wyjść partnerowi naprzeciw i ustalić z nim, jakie rytuały, zachowania czy sposób spędzania wolnego czasu będą akceptowalne dla obu stron.

Warto wspólnie ustalić, co jesteście w stanie odpuścić, a czego absolutnie nigdy nie zdzierżymy. Czy będzie to łatwe? Niekoniecznie. Czy będzie przykre? Czasami. Czy przyniesie pozytywny efekt? Jeśli obie strony będą ze sobą szczerze, a zarazem

otwarte na odmienność partnera, to w dużej mierze tak. I o tym właśnie jest ta książka.

Przedstawiamy w niej historie sześćdziesięciu par, które borykają się z oczywistymi oczywistościami partnera. Przy każdej z anegdot podajemy wskazówki, rozwiązania, jakie można zastosować, przykładowe kompromisy. Wszystko to okraszamy humorem i sporą dawką dystansu do codziennych potyczek.

Nie ma tu porad „jedynie słusznych” ani „prawd objawionych”. Doskonale zdajemy sobie sprawę, że każdy związek rządzi się swoimi prawami i ma inną dynamikę. Dajemy delikatne sugestie i zachęcamy do działania. Bo, niestety, on się nie domyśli i bez wyraźnego sygnału nie wychyli się zza gazety czy też nie wyrzuci do kubła torebek po herbacie. A ona nadal będzie mu podbierać maszynki i odhaczać na wakacjach kolejne pozycje z planera.

Podpowiadamy, jakie zachowania partnera powinny nas zaniepokoić i włączyć ostrzegawczy alert oraz jaką cenną lekcję można wynieść z zachowań rodziców ukochanego/ukochanej. Piszemy także o sztuce zawierania kompromisu, odpuszczaniu drobiazgów i egzekwowaniu rzeczy fundamentalnych, a także sile, by zakończyć związek, gdy nie ma nadziei na poprawę.

Chciałybyśmy, żeby ta książka stała się inspiracją do odświeżenia Twojego związku i wzbudzenia w sobie na nowo fascynacji partnerem. Zachęcamy do czytania jej we dwoje, tak by wspólna lektura stała się załącznikiem bliskiej i szczerzej rozmowy o Waszym związku.



Rozdział 1.

# *Rodzinne dziedzictwo*



## Dawniej fascynowało, dziś – drażni

**Ona o nim (znajomość od pół roku):** Jest cudowny. Uwielbiam zapach jego skóry i kilkudniowy zarost, dodaje mu seksapilu. Lubię jego szalone pomysły. Nigdy nie wiem, gdzie się znajdę za godzinę. Czy będę karmiona winogronami nad Wisłą, czy może wciśnięta na wirującą karuzelę w wesołym miasteczku. Uwielbiam patrzeć, kiedy rano słodko chrapie w swoim ulubionym T-shircie z reniferem. Wiem, że jak wstanie, to zrobi mi kawę, zapomni wprawdzie po raz setny o drugiej łyżeczce cukru, ale jego uśmiech mi to dostatecznie zrekompensuje. Potem podkradnie moje ulubione musli i rogalika, no i popędzi na złamanie karku, by za chwilę wrócić, bo... klucze, komórka, portfel. Jest totalnie zakręcony, ale to tylko dodaje mu uroku.

**Ona o nim (związek od dwóch lat):** Jest... inaczej niż kiedyś. Czasem mam ochotę spakować walizkę, trzasnąć drzwiami i nie wracać. Wiecznie spóźniony, wiecznie o czymś zapomni. Mam wrażenie, że pewnego dnia zgubi sam siebie. Czy nie można wstać kwadrans wcześniej i ogarnąć się jak człowiek? Może nawet zdążyłby wtedy

zgolić w końcu tę swoją szczecinę. Na kawę nawet nie mam co liczyć, zresztą lepiej, jak ją sobie zrobię sama, skoro facet po dwóch latach nadal mi jej nie dosładza. Czy to naprawdę tak trudno zapamiętać? I czy naprawdę nie można przewidzieć, że nie omdleję z zachwytu, gdy się mnie zabierze w wystrzałowej kiece nad jakieś bajoro, by poobserwować perkozy, a w powyciąganym swetrze do knajpki w samym epicentrum lanserki? Męczą już mnie te eskapady.

To, co było fascynujące na początku znajomości, w stałym związku — drażni. Po kilku latach wspólnego życia w partnerze dostrzegamy „skąpstwo”, a nie „oszczędność”, którą się kiedyś zachwycaliśmy. Kto się zmienił — on/ona w swoim zachowaniu czy my w swojej ocenie?

Kobiety mówią często, by ich partner był po prostu taki jak na początku. Tylko co to konkretnie oznacza? Etap zauroczenia to wszak wodospad pozytywnych emocji, nieustanny wyrzut endorfin, stan niczym na haju. Oboje właściwie nie muszą się starać, a i tak jest fantastycznie. On jest cudowny, ona doskonała. Wad żadnych nie widać.

On z różami w zębach czeka pod blokiem o szóstej rano. Ona mu liścik z miłosnym wyznaniem wkłada do kieszeni kurtki. On ją zaprasza na romantyczną kolację przy świecach. Ona jemu... Długo by tak można.

## Praca od podstaw

A co się dzieje, kiedy to źródółko zacznie wysychać? Bo w końcu przestajemy bezkrytycznie zachwycać się partnerem i kochać

własne wyobrażenie o nim. Wtedy zaczyna się praca od podstaw. Trzeba zakasać rękawy i nauczyć się bycia ze sobą.

Tracimy immunitet wyjątkowości. W głowie pojawiają się myśli: co się z nim dzieje?, co z nami jest nie tak? Partner już się nie stara. A po co? Wszak odbył już taniec godowy. Już ją zdobył. Zaklepał. Już jest jego na zawsze. Co się będzie dalej wydurniał i piórka stroszył. Ona z kolei staje się coraz bardziej roszczeniowa i zrzędliva, bo to, na co zupełnie nie zwracała uwagi na etapie zauroczenia, najwyraźniej zaczyna ją mierzić.

Teraz trzeba usiąść, nagadać się, czasem nawyklócać, czasem pomilczeć. Spraw do przegadania będzie mnóstwo. Kto robi zakupy? Kto zajmuje się domowymi zwierzakami? Kto jest od sprawdzania szkolnych zeszytów, a kto zawozi dzieci na kinderbale? Kto opiekuje się warzywniakiem? Kto szuka hotelu na wakacje? Do których rodziców idzie się najpierw na wigilijną kolację? Jak często odbywają się wizyty teściów? O której godzinie kładziemy się do łóżka? Czy zasłaniamy na noc rolety? Czy seks o piątej rano wchodzi w grę?

Nasz partner zmienia się, dojrzewa, ewoluuje. Trudno, by jako czterdziestoparolatek miał identyczne odczucia i poglądy jak wtedy, gdy był początkującym studentem. A i my same podlegamy zmianie. Im większa ona będzie, tym mocniej odczuwamy inność, zgrzyt w relacji z naszym mężczyzną.

To też kwestia częstokroć wiecznych i nierealnych oczekiwań kobiet, które w każdej chwili marzą o czymś, czego nie mogą mieć. Pojechali w góry, a ona by jednak wołała nad morze. Dostała na urodziny upatrzone zegarek, ale może jednak lepsza byłaby kolia z kolczykami, taka, jaką подарował koleżance z pracy narzeczony.



# PROGRAM PARTNERSKI

— GRUPY HELION —



1. ZAREJESTRUJ SIĘ
2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW w działający bankomat!

**Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!**

<http://program-partnerski.helion.pl>

GRUPA  
**Helion** 

# GDY UROCZE WADY PRZESTAJĄ BYĆ TAKIE UROCZE...

Początki są piękne. On wspaniały, ona cudowna. Myszka, misio, dzióbek, żabka. Świata poza sobą nie widzą, a wspólna przyszłość rysuje się wspaniale. Co mogłoby pójść nie tak, skoro jestem w związku z tak niezwykłą osobą? Wszystko, co na etapie zauroczenia wydaje się rozcudzające, szybko zaczyna drażnić. Irytować. Przeszkadzać. Doprowadzać do szaleństwa. Takiego z awanturą, pretensjami, krzykami, a nawet obrzucaniem się wyzwiskami.

## BO TY ZAWSZE, BO TY NIGDY!

W tego typu sytuacjach można oczywiście okopać się na swoim stanowisku w myśl zasady „moje jest mojsze” i toczyć z partnerem zajadłe wojny. Można, tylko dokąd to doprowadzi? Czy nie lepiej byłoby wyjść drugiej stronie naprzeciw i ustalić, które z codziennych rytuałów, charakterystycznych zachowań i ulubionych sposobów spędzania wolnego czasu są dla obojga akceptowalne? Warto umówić się, co jest do przyjęcia, a co absolutnie nie. To nie będzie łatwe ani szybkie. Jednak, o ile obie strony zechcą, jest duża szansa, by wspólna praca nad związkiem zakończyła się sukcesem.

***Chciałybyśmy, żeby ta książka stała się inspiracją do odświeżenia Twojego związku i wzbudzenia na nowo fascynacji partnerem. Zachęcamy do czytania jej we dwoje, tak by wspólna lektura stała się zalążkiem bliskiej i szczerzej rozmowy.***

AUTORKI

OSOBOWOŚĆ DNOWA

sensus

Księgarnia internetowa:  
 <http://sensus.pl>

Zamówienia telefoniczne:  
 **0 801 339900**  
 **0 601 339900**

Sprawdź najnowsze promocje:  
• <http://sensus.pl/promocje>  
Książki najchętniej czytane:  
• <http://sensus.pl/bestsellery>  
Zamów informacje o nowościach:  
• <http://sensus.pl/nowosci>

Helion SA  
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice  
tel.: 32 230 98 63  
e-mail: [sensus@sensus.pl](mailto:sensus@sensus.pl)  
<http://sensus.pl>

ebook dostępny na:  
ebookpoint

ISBN 978-83-283-5955-0



9 788328 359550

CENA 39,90 zł