10 věcí, které byste ve vztahu neměla považovat za normální

Je normální se ve vztahu občas pohádat. Některé způsoby chování ale není dobré brát jako běžnou součást vztahu jen proto, že se opakují.

01

Když řeknete, že vám něco vadí, dozvíte se, že přeháníte.

Partner místo řešení konkrétní situace začne zpochybňovat vaši reakci. Po čase můžete mít pocit, že nejdřív musíte obhájit, proč vás to vůbec naštvalo.

02

Po vašem nesouhlasu následuje dusno, uraženost nebo několikahodinové mlčení.

Výsledkem bývá, že příště raději ustoupíte předem, jen abyste se tomu vyhnula. Partner pak nemusí nic zakazovat – stačí, že dobře znáte jeho reakci.

03

Zesměšňuje vás před ostatními a potom řekne, že to byla legrace.

Pokud jasně řeknete, že vám podobné poznámky vadí, a přesto pokračuje, není to v pořádku. Vysvětlení, že to byla legrace, na tom nic nemění.

04

Kontroluje, kde jste, s kým jste a kdy se vrátíte.

Běžný zájem o partnera neznamená výslechy, kontrolování telefonu ani požadavky, abyste průběžně hlásila, kde se nacházíte. Zpozorněte zvlášť tehdy, pokud se kvůli jeho reakci začínáte některým lidem nebo místům raději vyhýbat.

05

Vaše soukromé věci probírá s ostatními bez vašeho souhlasu.

Může jít o peníze, zdraví, sex, rodinné problémy nebo cokoli dalšího, co považujete za soukromé. Partner nemá právo rozhodovat, co z vašeho života se mohou dozvědět ostatní.

06

Když udělá něco špatně, rozhovor nakonec skončí u vašich chyb.

Začnete řešit jeho chování a za chvíli se obhajujete kvůli tomu, co jste před třemi týdny řekla vy. Původní problém zmizí a odpovědnost se přesune jinam.

07

Protože vydělává víc, má pocit, že může rozhodovat za oba.

Vyšší příjem nedává jednomu partnerovi právo určovat, jak budou společné věci fungovat. Zpozorněte, pokud partner používá svoje peníze jako argument, proč by mělo být častěji po jeho.

08

Opakovaně slibuje změnu, ale po čase se všechno vrátí do starých kolejí.

Omluva nebo několik klidných týdnů ještě nic neříkají o dlouhodobé změně. Dívejte se hlavně na to, co se bude dít při další podobné situaci.

09

Očekává, že jeho potřeby a plány budou mít přednost.

Ve vztahu se lidé přizpůsobují běžně. Pokud se ale dlouhodobě přizpůsobuje jen jeden, něco je nastavené špatně.

10

Předem přemýšlíte, co smíte říct nebo udělat, aby nebyl problém.

Začnete filtrovat svoje názory, plány nebo běžná rozhodnutí podle toho, jak asi partner zareaguje. To je chvíle, kdy už jeho reakce výrazně ovlivňuje i věci, o kterých byste jinak rozhodovala úplně jinak.

Pokud jste se poznala v jednom bodě, samo o sobě to ještě nemusí vypovídat o celém vztahu. Jestli se vám ale některé situace opakují a váš život se jim postupně přizpůsobuje, stojí za to podívat se na ně pozorněji.

Pavlína Šalamounová

www.salamounova.cz
Instagram: @nebud_hodna_holka
Facebook: Pavlína Šalamounová

© 2026 Pavlína Šalamounová