

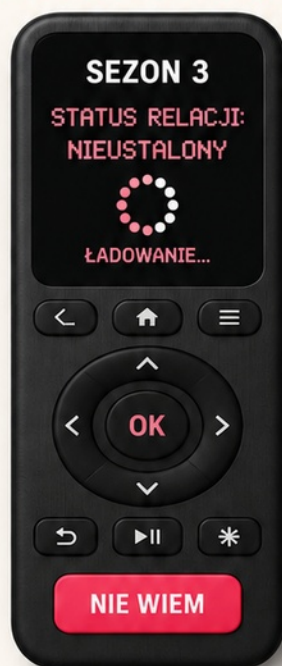
Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

Seria poradników z przymrużeniem oka ;)

Nie wiem, czy jesteśmy razem

**Jak wyjść z situationship, zanim
minie trzeci sezon tego serialu**



**Mamy problem. Ale spokojnie.
Da się go rozwiązać i jeszcze będzie z czego się pośmiać.**

SPIS TREŚCI

INTRO	1
Rozdział 1 - Związek, którego nie ma, ale jakoś zajmuje pół życia	9
Rozdział 2 - To miało być „na luzie”, a teraz analizujesz przecinek	18
Rozdział 3 - Nie jesteś „zbyt wymagający”, tylko chcesz wiedzieć, co się dzieje.....	28
Rozdział 4 - Sygnały mieszane są jasne tylko z jednego powodu.....	38
Rozdział 5 - Udajesz, że ci pasuje, żeby przypadkiem tego nie stracić	49
Rozdział 6 - Chemia jest świetna. Szkoda, że nie płaci rachunków za chaos.....	61
Rozdział 7 - Czekanie też jest decyzją, tylko bardzo dobrze przebrane	74
Rozdział 8 - Przestań tłumaczyć drugą osobę lepiej niż ona sama	85
Rozdział 9 - Zadaj wreszcie pytanie, którego unikasz od pół roku.....	97
Rozdział 10 - Jak usłyszeć „nie” i nie zamienić go w „jeszcze nie”	110
Rozdział 11 - Ustal granicę, zanim granica ustali się sama	125
Rozdział 12 - Jak naprawdę wyjść, a nie tylko wygłosić pożegnalny monolog	139
Rozdział 13 - Tęsknota nie jest instrukcją powrotu	155

Rozdział 14 - Zanim wrócisz, sprawdź, czy zmieniła się relacja, czy tylko pogoda.....	171
Rozdział 15 - A jeśli nie możesz zniknąć, bo pracujecie razem, macie wspólnych znajomych i ten sam stolik na piątkowej imprezie.....	186
Rozdział 16 - Minęły trzy miesiące, nikt nowy nie przyszedł i nagle stary chaos wygląda podejrzanie atrakcyjnie.....	199
Rozdział 17 - A jeśli znowu cię wciąga, nie potrzebujesz silniejszej woli, tylko lepszego systemu	214
Rozdział 18 - Jak nie wpaść drugi raz w ten sam serial z inną obsadą	228
Rozdział 19 - Jak zauważyć, że znowu zaczynasz mieszkać w cudzym „zobaczmy”	243
Rozdział 20 - Nie potrzebujesz etykiety dla etykiety. Potrzebujesz relacji, w której możesz przestać zgadywać	258

INTRO

Jest sobota, 21:43. Leżysz na kanapie z telefonem w ręce i próbujesz odpowiedzieć sobie na pytanie, które w normalnym związku powinno wymagać mniej więcej dwóch sekund.

Czy my właściwie jesteśmy razem?

Teoretycznie spotykacie się od kilku miesięcy. Piszecie prawie codziennie. Śpicie ze sobą. Macie swoje żarty. Wiesz, jaką kawę zamawia. On albo ona wie, że nienawidzisz kolendry i że po dwóch kieliszkach wina zaczynasz opowiadać tę samą historię o wakacjach w Chorwacji. Znajomi coś podejrzewają. Rodzina prawdopodobnie już zbudowała sobie własną wersję wydarzeń.

A jednak gdyby ktoś zapytał:

– To twój partner?

nastąpiłaby cisza przypominająca moment, w którym komputer właśnie instaluje aktualizację i nie wiadomo, czy za chwilę wróci do życia.

– Nooo... spotykamy się.

„Spotykamy się” to niezwykle pojemne określenie. Można spotykać się z dentystą. Można spotykać się z księgową. Można spotykać się co wtorek z człowiekiem, który naprawia windę w twoim bloku. Sam fakt regularnych spotkań nie tworzy jeszcze związku, choć po sześciu miesiącach wspólnego Netflixu mózg zaczyna mieć w tej sprawie odmienne zdanie.

Witaj w situationship.

Czyli relacji, która ma większość elementów związku, ale ktoś najwyraźniej zgubił instrukcję obsługi i nie wie, gdzie znajduje się przycisk „ustalmy, czym to właściwie jest”.

Nie chodzi o to, że każda relacja musi zostać oficjalnie nazwana po trzeciej randce, podpisana w trzech egzemplarzach i zatwierdzona przez urząd miasta. Ludzie potrzebują różnego czasu. Niektórzy szybko wiedzą, czego chcą. Inni chcą najpierw zobaczyć, czy druga osoba nie okazuje się człowiekiem, który klaszcze po lądowaniu samolotu i pisze „witam” na początku każdej wiadomości na Messengerze.

Problem zaczyna się wtedy, gdy tymczasowość staje się systemem.

Mijają tygodnie. Potem miesiące. Nadal nie wiesz, na czym stoisz, ale za to bardzo dokładnie wiesz, o której godzinie ta osoba ostatnio była online. Rozmowa o relacji zostaje przesunięta na bliżej nieokreśloną przyszłość, mniej więcej w okolicach kolonizacji Marsa. Ty próbujesz zachowywać się „na luzie”, choć wewnętrznie prowadzisz analizę każdego komunikatu na poziomie służb wywiadowczych.

„Dobranoc :)”

Dlaczego tylko jedna emotikona?

Wczoraj były dwie.

Czy coś się zmieniło?

Czy poznał kogoś?

Czy ja coś powiedziałem?

Czy emotikony przechodzą kryzys?

Po piętnastu minutach masz siedem hipotez i żadnej informacji.

To właśnie jedna z najbardziej wyczerpujących cech niejasnych relacji: ogromną część energii zużywa się nie na samą relację, lecz na jej interpretowanie. Zamiast wiedzieć, zaczynasz zgadywać. Zamiast pytać, analizujesz. Zamiast podejmować decyzje na podstawie faktów, próbujesz wyczytać przyszłość z częstotliwości wiadomości, sposobu przytulania i tego, czy powiedział „do zobaczenia w weekend”, czy tylko „odezwiemy się”.

Twój mózg zostaje zatrudniony jako prywatny detektyw.

Pensji brak.

Nadgodziny ogromne.

Situationship potrafi być przyjemny. I właśnie dlatego tak łatwo w nim utknąć. Są randki, seks, bliskość, wiadomości, emocje, śmiech i poczucie, że „coś z tego może być”. Dostajesz wystarczająco dużo, żeby zostać, ale niekoniecznie wystarczająco dużo, żeby czuć się bezpiecznie.

To bardzo skuteczna mieszanka.

Trochę bliskości.

Trochę niepewności.

Trochę nadziei.

I już można produkować kolejny sezon.

Czasami obie osoby naprawdę chcą luźnej relacji i obie są z tym okej. Świetnie. W takim układzie nie ma problemu. Problem nie polega na braku etykiety. Problem pojawia się wtedy, gdy jedno z was chce czegoś więcej, ale boi się to powiedzieć, ponieważ odpowiedź może zakończyć wygodną iluzję.

Bo dopóki nie zapytasz, wszystko jest możliwe.

Może za tydzień się określi.

Może potrzebuje czasu.

Może poprzedni związek był trudny.

Może boi się zaangażowania.

Może Merkury wszedł w ekspres do kawy.

Możliwości są praktycznie nieograniczone, szczególnie gdy bardzo zależy ci na jednej konkretnej wersji wydarzeń.

I tutaj pojawia się pułapka: często nie trzymamy się relacji dlatego, że jest dobra. Trzymamy się jej dlatego, że może stać się dobra.

To ogromna różnica.

Można miesiącami inwestować emocje w potencjał. W człowieka, który „prawdopodobnie kiedyś będzie gotowy”. W relację, która „idzie w dobrym kierunku”. W rozmowę, która „na pewno niedługo się wydarzy”.

Tylko że kalendarz nie reaguje na potencjał.

Marzec staje się majem. Maj sierpnem. Nagle obchodzicie nieoficjalną rocznicę czegoś, czego oficjalnie nie ma.

Gratulacje.

Zdobyliście pierwszy rok bez regulaminu.

Ta książka nie powstała po to, żeby przekonać cię, że każda niejasna relacja jest toksyczna, zła albo skazana na katastrofę. Nie będziemy też urządzać zbiorowego procesu ludziom, którzy nie chcą związku. Niech nie chcą. Mają do tego pełne prawo.

Ty masz natomiast pełne prawo wiedzieć, czy to, czego chce druga osoba, pasuje do tego, czego chcesz ty.

I właśnie tutaj zaczyna się prawdziwe wychodzenie z situationship.

Nie od spektakularnego zerwania.

Nie od blokowania numeru o drugiej w nocy.

Nie od publikowania na Instagramie cytatu „Know your worth” na tle zachodu słońca, żeby konkretna osoba przypadkiem zobaczyła, że absolutnie wcale o niej nie myślisz.

Zaczyna się od odzyskania faktów.

Co właściwie między wami jest?

Czego ty chcesz?

Czego chce druga osoba?

Czy jej zachowanie potwierdza to, co mówi?

Jak długo jesteś gotów czekać?

I najważniejsze: co zrobisz, jeśli odpowiedź nie będzie tą, na którą liczysz?

W kolejnych rozdziałach rozłożymy ten problem na części bez robienia z niego pracy doktorskiej z romantycznej niepewności. Zobaczymy, dlaczego tak łatwo przywiązać się do relacji bez definicji, dlaczego „zobaczymy” potrafi działać jak emocjonalny abonament bez możliwości anulowania i dlaczego czasem największym problemem nie jest to, że druga osoba nie wie, czego chce.

Tylko że ty wiesz, ale boisz się sprawdzić, czy ona chce tego samego.

Będziemy mówić o granicach, komunikacji, oczekiwaniach, unikaniu trudnych rozmów, nadziei, samotności, seksie, przywiązaniu i bardzo popularnej dyscyplinie sportowej polegającej na tłumaczeniu cudzych zachowań lepiej niż tłumaczy je sam zainteresowany.

„Nie odpisał od dwóch dni, bo ma dużo pracy.”

Możliwe.

„Nie chce mnie przedstawić znajomym, bo jest introwertykiem.”

Być może.

„Od dziewięciu miesięcy nie potrafi powiedzieć, czy chce ze mną być, bo potrzebuje przestrzeni.”

Przestrzeni?

NASA ma mniej.

Nie będziemy jednak szukać winnego. Będziemy szukać jasności. Bo celem nie jest zmuszenie kogokolwiek do związku. Nie istnieje magiczne zdanie, po którym człowiek unikający zaangażowania nagle wstaje, zakłada garnitur i rezerwuje salę weselną na czerwiec.

Celem jest coś znacznie bardziej użytecznego.

Dowiedzieć się, na czym stoisz.

Powiedzieć, czego potrzebujesz.

Usłyszeć odpowiedź.

A potem potraktować ją poważnie.

Nawet jeśli nie została wypowiedziana w formie, którą najbardziej chciałeś usłyszeć.

Jeśli jesteś właśnie w relacji, która od dawna przypomina pilotaż serialu przedłużany przez stację bez decyzji, czy zamawia pełny sezon, ta książka pomoże ci przestać czekać na komunikat producenta.

Bo twoje życie nie jest poczekalnią.

A trzeci sezon naprawdę nie musi powstać.

Rozdział 1 - Związek, którego nie ma, ale jakoś zajmuje pół życia

Telefon leży na stole ekranem do góry. To oczywiście przypadek. Absolutnie nie dlatego, że od czterdziestu minut czekasz na wiadomość od osoby, z którą „coś tam jest”. W międzyczasie robisz kolację, sprzątasz kuchnię i oglądasz serial, ale każdy dźwięk telefonu uruchamia w tobie system alarmowy godny elektrowni jądrowej.

W końcu ekran się podświetla.

„Hej, co robisz?”

I nagle wszystko wraca na właściwe tory.

Nie wydarzyło się nic szczególnego. Nie padła deklaracja. Nie zaplanowaliście wspólnego życia. Nie dostałeś nawet propozycji spotkania. Przyszły trzy słowa, a twój układ nerwowy zachowuje się tak, jakby właśnie ogłoszono pozytywne wyniki negocjacji pokojowych.

Tak potrafi działać situationship.

Problem z niejasną relacją polega na tym, że formalnie może wydarzyć się niewiele, a emocjonalnie dzieje się bardzo dużo. Możecie nie nazywać się parą, nie planować wakacji na przyszły rok i nigdy nie odbyć rozmowy o wyłączności, ale twoja głowa już dawno wyprowadziła się z etapu „zobaczmy” i urządziła tam kawalerkę.

Masz swoje oczekiwania. Masz nadzieję. Masz rytuały. Masz przyzwyczajenie do obecności tej osoby. Wiesz, kiedy zwykle pisze. Wiesz, jak zachowuje się po gorszym dniu. Masz historię wspólnych wieczorów, rozmów i poranków.

Brakuje tylko drobiazgu.

Jasności.

Niejasność też jest informacją

Ludzie często wyobrażają sobie niejasną relację jako etap przed związkiem. Coś w rodzaju poczekalni.

Jeszcze nie weszliśmy, ale przecież zaraz zawołają nas po nazwisku.

Czasem rzeczywiście tak jest. Dwie osoby poznają się, nie chcą niczego przyspieszać, po kilku tygodniach rozmawiają o tym, czego szukają, i podejmują decyzję. Nie ma w tym nic dziwnego.

Kłopot zaczyna się wtedy, gdy poczekalnia okazuje się miejscem stałego pobytu.

Mija pięć miesięcy.

Recepcja zamknięta.

Numerka nikt nie wywołuje.

A ty zaczynasz zastanawiać się, czy może tak naprawdę to już jest gabinet.

Jedną z ważniejszych rzeczy do zrozumienia jest to, że przedłużająca się niejasność sama w sobie coś mówi. Nie daje jeszcze pełnej odpowiedzi, ale jest faktem. Jeżeli przez wiele miesięcy nie potraficie porozmawiać o charakterze relacji, to nie znaczy automatycznie, że druga osoba cię wykorzystuje albo nic do ciebie nie czuje. Może oznaczać wiele rzeczy: lęk przed zaangażowaniem, różne oczekiwania, wygodę obecnego układu, brak gotowości, unikanie konfliktów albo zwyczajnie brak wystarczającej motywacji, żeby wykonać kolejny krok.

Ale wszystkie te możliwości mają wspólny mianownik.

Relacja pozostaje nieokreślona.