

LIDIJA BAŠIČ JANČAR

# POPOLNA LJUBEZEN

*Ali popolna ljubezen obstaja?*

*Navezanost v družini, partnerstvo in odnosi*

*Miro, Jan in Nel,  
moje največje ljubezni*

Lidija Bašič Jančar  
POPOLNA LJUBEZEN  
Ali popolna ljubezen obstaja?

Spremna beseda: doc. dr. Andreja Poljanec  
Jezikovni pregled: Metka Bartol, prof. slov.  
Slika na naslovnici: Yulija Chyzhevska  
Fotografija na zadnji strani: Mojca Gradišnik Hrustel  
Oblikovanje in prelom: STARR, Snežana Kuralt, s.p.  
Izdano v samozaložbi  
Natisnil: Grafični studio REPOVŽ, Župančičeva cesta 31, 1290 Grosuplje

©Lidija Bašič Jančar, 2019  
Ljubljana, 2019  
1. izdaja, 1. natis, naklada 300 izvodov

Izdajo knjige je podprla Občina Domžale

CIP - Kataložni zapis o publikaciji  
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

159.922.2

BAŠIČ Jančar, Lidija

Popolna ljubezen : ali popolna ljubezen obstaja? : navezanost v družini,  
partnerstvo in odnosi / Lidija Bašič Jančar. - 1 izd., 1. natis. - Ljubljana :  
samozal., 2019

ISBN 978-961-290-559-0  
COBISS.SI-ID 302365440

*Vzemi podobe iz moje mladosti  
in sanje iz časov, ko upam.  
Moje srce je tam polno radosti,  
kot dete lahko še zaupam.*

*Pridi spet črna iz tiste bližine,  
po moje plešoče korake.  
Tamkaj naj vigred nikoli ne mine,  
naj drugi zamujajo vlake.*

*(Feri Lainšček, Demon ljubezni, 2016)*

# VSEBINA

<b><i>Spremna beseda</i></b>	<b>13</b>
Knjigi na pot	15
<b><i>Ali popolna ljubezen obstaja? – Uvod</i></b>	<b>19</b>
<b><i>1. del: Partnerski odnos in starševstvo – dve temeljni navezanosti (Pregledni znanstveni del)</i></b>	<b>31</b>
Vzgoja potomstva in globoka povezanost, ki prinese varnost, tolažbo in udobje	33
Ranljivost in čustvena bližina	49
Trenutki stika	63
Zaveza – vzgib za vztrajanje v zakonskem in partnerskem odnosu	67
Razhajanje – strah v odnosih, odtujenost in čustvena praznina	75
Otroci – iskanje čustvenega stika v družini	82

<b>2. del: Poljudnostrokovne vsebine</b>	<b>99</b>	<b>Družina – temelj ljubezni</b>	<b>173</b>
<b>Moč ljubezni do sebe</b>	101	Kdaj otrok ve, da ga imajo starši radi	173
Čustev ni nikoli preveč	101	Sočutni in odgovorni starši	
Bi se zaljubili sami vase	105	– odgovorni in empatični otroci	178
Biti ženska je težko – to je mit	110	Doživljanje najstništva – sem si všeč	183
Smo ženske res prezahtevne	114	Kako bližnjim povedati, da smo hudo bolni	188
Šele ko moške zagrabi viroza, lahko stokajo in tarnajo	118	Slovo od preteklosti	194
Sta moški in ženska lahko »samo« prijatelja	122	Slovo od odnosov	198
<b>Partnerski odnos – globina ljubezni</b>	128	<b>3. del: Sklep</b>	<b>203</b>
Najin ples	128		
Ljubezen je nevarna – pa kaj potem	133	Viri in literatura	211
Intimnost v razmerju nam pripada	138		
Ko neslišnost zaboli	142		
Kaj se skriva pod tezo, da spolnost ne sme biti tabu	147		
Kdo sva vsak zase in kdo skupaj	151		
Prilagajanje v partnerskem odnosu	155		
Strah v partnerskem odnosu	158		
Odnos »daj-dam«	163		
Največji izzivi partnerstva	166		
Spoštovati pomeni imeti rad	170		