

Cuplu, dragoste, iubirea ideala. Cum iti gasesti jumatatea, perechea?

1. În ce măsură ajunge dragostea ca singur ingredient în relația dintre doi oameni care formează un cuplu? Ce anume mai trebuie?

Cred ca sunt doua lucruri care sunt universale pentru orice relatie si se aplica foarte bine si la cuplu: dragostea – iubirea si respectul. Pentru fericirea unui cuplu avem nevoie de mai multe condimente: dragoste, respect, pasiune, sex si dorinta de a-l cunoaste pe celalalt si de a investi in relatie constant.

Dragostea poate fi singurul ingredient pentru o perioada. Cand ne indragostim proiectam asupra celuilalt partener o multime de lucruri pe care ni le dorim de la el. Dupa noua luni, cand a trecut starea de indragosteala observam cat de mult se potriveste ce am vrut noi si ce am gasit in realitate. Daca imaginea se potriveste cat de cat vom fi fericiti in continuare o alta perioada, daca nu se potriveste vor incepe certurile ca in celebra recama „nu mai esti barbatul de care m-am indragostit”.

2. Există un studiu realizat în Marea Britanie, potrivit căruia, persoanele fericite în cuplu sunt mai sănătoase. Cum se traduce fericirea în cuplu, pe plan psihologic? Sunt persoanele fericite în cuplu mai optimiste și în celelalte domenii ?

Cand esti fericit in cuplu lumea e a ta. Simti ca poti face orice si nimic nu-ti poate sta in cale. Poate va intrebati de ce? Raspunsul este destul de simplu. Cea mai mare nevoie a oamenilor este sa fim iubiti, asta ne dorim cel mai mult. Cand esti iubit esti fericit, optimist, cu chef de munca (acum mai depinde si de job – daca faci ce ti se potriveste si iti place), relaxat, neagresiv, echilibrat, vesel si cu moralul ridicat. Exista o persoana care te iubeste, te sprijina, te sustine, te protejeaza, iti face toate mofturile si te rasfata. Ce poate fi mai bine. Si acestata situatie care se poate regasi la inceputul tuturor relatiilor frumoase, ti-e usor sa fii echilibrat, optimist, sanatos (pentru ca din punct de vedere psihic esti puternic).

Un exemplu: Ca si angajator trebuie sa il pui la munca pe indragostit pentru ca da randament maxim si sa il sprijini si intelegi pe acel angajat care trece printr-un divort sau prin alte greutati pentru ca randamentul lui e minim.

3. Există fericire pentru cuplurile de convenință? Și dacă da, prin ce se traduce aceasta?

Sa incercam sa dam o definitie cuplurilor de convenienta: el si ea au o relatie sau formeaza un cuplu pentru ca au mai multe beneficii comune. Daca extindem la toata populatia vom observa ca toti avem beneficii comune. Ne alegem sa facem un cuplu din diferite motive in cazul bun sunt: ma face fericita, ma intelege, ma iubeste, ma rasfata, protejeaza...etc, in cazul nefericit cuplurile se pot forma din varii motive: bani, putere, relatii, sex, trofee, obsesii, pentru a pleca din familie, din tara, din saracie.

Fericirea este o stare a mintii. E se poate crea, de aceea raspunsul este da. Putem fi fericiti, putem sa ne iubim partenerul intr-un astfel de cuplu. Ca sa il iubim pe celalalt mai intai trebuie sa ne iubim pe noi, ca sa poti darui fericire trebuie sa poti fi tu mai intai fericit.

Exemplu: Prin ce se traduce fericirea de convenienta: sunt fericita pentru ca ma cheama Monica Columbeanu, am putere, bani si sunt o vedeta acum. Eu sunt sigura ca Monica e fericita, acum depinde din ce punct de vedere privesti problema. Sunt fete pentru care modelul masculin a fost un bunic si atunci ele sunt atrase de barbatii in varsta, din exterior pare scandalos, dar in interior poate fi extraordinar. Pentru ea Irinel reprezinta acel model masculin pe care ea l-a cautat si este foarte fericita cu el. Ea a gasit la Irinel combinatia ideala. Poate parea greu de crezut dar poate fi adevarat. Sunt multe femei atrase numai de barbatii mai invarta decat ele.

4. Care sunt elementele de bază necesare ca un cuplu să fie fericit?

Cele mai inportante elemente sunt dragoste si respect. Sunt si multe detalii mici care mentin fericirea in cuplu: mici atentii, biletele cu ceea ce simti, mesaje in timpul zilei, surprize, sa investesti constant in relatie, sa ii acorzi libertatea si increderea necesara, sa il intelegi si sprijini in momente dificile, din cand in cand sa mai faci si ce te roaga el/ea (sa mergi la un meci de fotbal, sau sa mergi la teatru) sa descarcati stresul acumulat prin dans, sport, sex, dragoste, jocuri. Sa nu uiti sa ii spui ca il iubesti ori de cate ori ai ocazia si cand v-ati certat sa nu stati separati mai mult de o ora.

Din cand in cand se ne mai scoatem partenerul in oras si sa il ascultam, sa il cunoastem din nou deoarece pe parcursul anilor fiecare se mai schimba.