

Relațiile de cuplu constituie un aspect foarte important al existenței umane. Încă din copilărie omul are tendința de a se apropia mai mult de părintele de sex opus și de a-l respinge, într-o anumită măsură, pe părintele de același sex (complexul lui Oedip sau complexul Electra).

La adolescență, atracțiile de natură sentimental-erotică sunt orientate către persoane din afara familiei, apărând astfel iubirile adolescentine (primul sărut, prima strângere de mână, prima întâlnire în oraș cu prietenul/prietena, începutul vieții sexuale).

După ce se risipesc primii fiori ai dragostei și primele relații sentimentale (cu colegul/colega de școală/liceu/facultate) se destramă, persoana adultă este preocupată, într-un mod din ce în ce mai matur, mai responsabil, de o eventuală relație de cuplu stabilă. O relație de acest gen se poate realiza fără angajamente (relație liberă, concubinaj) sau la modul oficial (căsătorie).

Cunoscând toate aceste aspecte, ne putem întreba, psihologic vorbind, care sunt motivațiile ființei umane pentru a se angaja în relații (una sau mai multe, simultane sau succesive) cu persoanele de sex opus (nu ne referim, evident, la persoanele din familie).

Primul tip de atracție către o persoană de sex opus este cea de natură emoțional-afectivă, urmată îndeaproape de atracția fizică (sexuală). Există și atracția de natură mentală (care apare mai lent, după o cunoaștere mai bună, când persoanele sesizează că au idei similare sau convergente), dar și atracția (ceva mai rafinată, mai puțin vizibilă, destul de puțin luată în considerare în zilele noastre) de natură spirituală (despre care se poate discuta în cazul persoanelor cu preocupări religioase sau spirituale deosebite, punându-se problema compatibilității între diferite grupări/orientări spirituale sau religioase).

Dacă atracția de natură fizică este generată de instinctul sexual, ce anume generează atracția sentimentală? Se poate găsi cauza iubirii sau motivația ei? Răspunsul transcende cumva limitele psihologiei și poate fi găsit în filozofia antică. Platon ne spune că am aparținut, fiecare din noi, unui Androgin primordial, dar Creatorul ne-a separat, cândva demult, în două jumătăți complementare. De atunci, jumătățile se caută continuu, pentru a reface unitatea inițială.

Mecanismul iubirii poate fi înțeles prin intermediul gândirii faimosului C.G. Jung, care ne explica faptul că suntem, la nivel psihic, niște ființe potențial androginale. În subconștientul fiecăruia există o polaritate masculină (numită „animus” sau bărbat interior) și o polaritate feminină („anima” sau femeia interioară). Bărbații își proiectează „femeia interioară” proprie (care are anumite caracteristici particulare, bine diferențiate) în femei din exterior, care au caracteristici asemănătoare sau chiar identice. În mod similar, femeile își proiectează propriul bărbat interior (ce are caracteristici specifice) în bărbați din exterior, ce au calități similare sau apropiate. Prin

această proiecție se produce și îndrăgostirea de acea persoană de sex opus. Altfel spus, iubim ceea ce seamănă cu modelul din subconștientul nostru.

Pornind de la aceste elemente fundamentale, putem înțelege mai clar unele probleme ce apar în relațiile de cuplu. Astfel, pot exista între un bărbat și o femeie, atracții unilateral de ordin sentimental (doar unul dintre ei iubește, celălalt nu) sau bilaterale (există o iubire reciprocă). Iubirea unilaterală poate funcționa o perioadă, dar relația este posibil să se rupă, la un moment dat, căci partenerul care nu iubește are o anumită frustrare de ordin afectiv (se îndrăgostește de altcineva și pleacă spre o altă relație).

În cazul relațiilor bazate pe o iubire reciprocă poate apare problema posesivității excesive sau geloziei exagerate, ce se manifestă la unul dintre parteneri (de regulă, la persoana de sex feminin). Celălalt partener se poate simți „sufocat”, „lipsit de spațiu” și poate fi tentat de o altă relație de cuplu (în care i se oferă mai multă libertate). Psihologul trebuie să procedeze foarte delicat, cu tact, în astfel de cazuri.

Partenerul trădat poate plasa întreaga responsabilitate asupra partenerului infidel, dar psihoterapeutul încearcă să-l conștientizeze (pe cel înșelat) că are o contribuție proprie semnificativă (dacă nu chiar integrală în anumite cazuri) la apariția acestei situații.

Există relații de cuplu, în general puțin durabile, care se bazează cvasitotal pe aspectul sexual. Dacă relațiile respective nu au și un suport afectiv, survine la un moment dat plictiseala, un gen de sațietate, care conduc la infidelitate erotică (din nevoia de „variație” sau „să văd și eu cum o fi cu altcineva”); în multe cazuri, de aici se ajunge la o ruptură definitivă.

Puține cupluri reușesc să urce de la nivelul sexual la cel afectiv, aprinzând astfel scânteia iubirii sincere. Latura mentală a unei relații este foarte necesară, căci partenerii trebuie să comunice, să facă schimburi de idei, de păreri, de informații (altfel apărând problema „nu am cu cine vorbi”). Într-adevăr, se pune problema unei compatibilități a modurilor de gândire și comunicare, a nivelului intelectual și/sau de studii (pentru că, la un moment dat, comunicarea nu mai este un dialog, ci un monolog, iar cel ce tace foarte mult dezvoltă frustrări importante, care afectează relația de cuplu).

taguri: relatie de cuplu, ajutor, partener, sentimente, relatii