Relaţiile de cuplu constituie un aspect foarte important al existenţei umane. Încă din copilărie omul are tendinţa de a se apropia mai mult de părintele de sex opus şi de a-l respinge, într-o anumită măsură, pe părintele de acelaşi sex (complexul lui Oedip sau complexul Electra).

La adolescenţă, atracţiile de natură sentimental-erotică sunt orientate către persoane din afara familiei, apărând astfel iubirile adolescentine (primul sărut, prima strângere de mână, prima întâlnire în oraş cu prietenul/prietena, începutul vieţii sexuale).
După ce se risipesc primii fiori ai dragostei şi primele relaţii sentimentale (cu colegul/colega de şcoală/liceu/facultate) se destramă, persoana adultă este preocupată, într-un mod din ce în ce mai matur, mai responsabil, de o eventuală relaţie de cuplu stabilă. O relaţie de acest gen se poate realiza fără angajamente (relaţie liberă, concubinaj) sau la modul oficial (căsătorie).

Cunoscând toate aceste aspecte, ne putem întreba, psihologic vorbind,care sunt motivaţiile fiinţei umane pentru a se angaja în relaţii (una sau mai multe, simultane sau succesive) cu persoanele de sex opus (nu ne referim, evident, la persoanele din familie).
Primul tip de atracţie către o persoană de sex opus este cea de natură emoţional-afectivă, urmată îndeaproape de atracţia fizică (sexuală). Există şi atracţia de natură mentală (care apare mai lent, după o cunoaştere mai bună, când persoanele sesizează că au idei similare sau convergente), dar şi atracţia (ceva mai rafinată, mai puţin vizibilă, destul de puţin 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 compatibilităţii între diferite grupări/orientări spirituale sau religioase).

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

Mecanismul iubirii poate fi înţeles prin intermediul gândirii faimosului C.G. Jung, care ne explica faptul că suntem, la nivel psihic, nişte fiinţe potenţial androginale. În subconştientul fiecăruia există o polaritate masculină (numită „animus" sau bărbat interior) şi o polaritate feminină („anima" sau femeia interioară). Bărbaţii îşi proiectează „femeia interioară" proprie (care are anumite caracteristici particulare, bine diferenţiate) în femei din exterior, care au caracteristici asemănătoare sau chiar identice. În mod similar, femeile îşi proiectează propriul bărbat interior (ce are caracteristici specifice) în bărbaţi din exterior, ce au calităţi similare sau apropiate. Prin

această proiecţie se produce şi îndrăgostirea de acea persoană de sex opus. Altfel spus, iubim ceea ce seamănă cu modelul din subconştientul nostru.

Pornind de la aceste elemente fundamentale, putem înţelege mai clar unele probleme ce apar în relaţiile de cuplu. Astfel, pot exista între un bărbat şi o femeie, atracţii unilateral de ordin sentimental (doar unul dintre ei iubeşte, celălalt nu) sau bilaterale (există o iubire reciprocă). Iubirea unilaterală poate funcţiona o perioadă, dar relaţia este posibil să se rupă, la un moment dat, căci partenerul care nu iubeşte are o anumită frustrare de ordin afectiv (se îndrăgosteşte de altcineva şi pleacă spre o altă relaţie).
În cazul relaţiilor bazate pe o iubire reciprocă poate apare problema posesivităţii excesive sau geloziei exagerate, ce se manifestă la unul dintre parteneri (de regulă, la persoana de sex feminin). Celălalt partener se poate simţi „sufocat", „lipsit de spaţiu" şi poate fi tentat de o altă relaţie 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 conştientizeze (pe cel înşelat) că are o contribuţie proprie semnificativă (dacă nu chiar integrală în anumite cazuri) la apariţia acestei situaţii.
Există relaţii de cuplu, în general puţin durabile, care se bazează cvasitotal pe aspectul sexual. Dacă relaţiile respective nu au şi un suport afectiv, survine la un moment dat plictiseala, un gen de saţietate, care conduc la infidelitate erotică (din nevoia de „variaţie" sau „să văd şi eu cum o fi cu altcineva"); în multe cazuri, de aici se ajunge la o ruptură definitivă.
Puţine cupluri reuşesc să urce de la nivelul sexual la cel afectiv, aprinzând astfel scânteia iubirii sincere. Latura mentală a unei relaţii este foarte necesară, căci partenerii trebuie să comunice, să facă schimburi de idei, de păreri, de informaţii (altfel apărând problema „nu am cu cine vorbi"). Într-adevăr, se pune problema unei compatibilităţi a modurilor de gândire şi comunicare, a nivelului intelectual şi/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 relaţia de cuplu).

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