

Jie gyveno ilgai ir laimingai

Ar pastebėjote, jog didelė dalis gražių pasakų baigiasi vestuvėmis? O kas po vestuvių? Graži palaiminga ramybė, laimė ir nesibaigiantis džiaugsmas? Deja. Pasakos lieka pasakomis, o realybė tokia: po vedybų santykius neretai užklumpa stresas, nesutarimai, nusivylimai ir vienas kito nesupratimas. Kodėl taip nutinka?

Kiekvienas iš mūsų į vedybas "atsinešame" savo idealų santykių modelį. Paprastai mes kopijuojame tėvų santykius, nors prieš tai dievagojomės, kad niekada taip nesielgsim, kaip tėvai kartais elgdavosi tarpusavyje. Obuolys nuo obels netoli tenurieda... Kadangi tėvų santykiai neidealūs, mes papildomai fantazuojame, kokius santykius kursime savo šeimoje. Iš kur paimame žaliavos fantazijoms? Iš filmų, žurnalų, reklamų ir kitų žmonių santykių pavyzdžių. Neslėpkime – dalis šios informacijos, deja, yra mokslinė vyro ir moters santykių fantastika.

Didžiausia bėda ta, kad dažnai vyro ir moters santykių modeliai nesutampa ir tada prasideda: ji pagamino maistą ir tikisi, kad jis po vakarienės suplaus indus. Deja, pavakarieniavęs, jis sėda prie knygų net nepalietęs indų. Ar moteris susierzins? – Be abejonės! Juk jai net į galvą neateina, kad pagal jos idealių santykių modelį indus plauna moteris. Ir taip kiekviename žingsnyje, kol smulkmena po smulkmenos priveda prie išvados, kad antra pusė manęs nemyli, nes nedaro to ar ano. Prasideda santykių aiškinimasis, kaltinimai, barniai, kurie dar labiau atšaldo tarpusavio meilės jausmą.



Kaip pašalinti tokius nesutarimus ir geriau sugyventi? Štai keletas patarimų:

1. Vien poros suvokimas, kad kiekvienas poroje suvokia idealų šeimos narių elgesį skirtingai, jau padės suprasti, kad galbūt antra pusė “blogai” elgiasi nepiktybiškai, o tiesiog gyvendama pagal savo santykių modelį.

2. Porai naudinga vienas kitam išsakyti (jokiu būdu nereikalauti), koks partnerio elgesys labiausiai priimtinas. Dažnai yra galvojama, kad jų idealios šeimos elgesio modelis yra savaime visiems suprantamas. Jokiu būdu! Tad išsakykite, ko norite ir jokiu būdu nespauskite vienas kito. Kita pusė visada turi teisę elgtis kitaip.

3. Padėkokite. Nuoširdi padėka už tai, ką partneris padarė, tik paskatins jį taip elgtis dažniau. Net jei tai nėra pats mėgstamiausias užsiėmimas, mažų mažiausiai sekantį kartą paprašius kažką padaryti, jis ar ji daug mieliau ims nepatinkančio darbo.

4. Ne visada antra pusė elgsis taip, kaip jūs norite, tad kai kuriais atvejais padės tik nuolaidumas ir kantrybė.

5. Dar kartą pasikartosiu dėl tarpusavio kaltinimų. Kaltinimas tik sužeidžia kitą žmogų ir jokios naudos neatneša, tad jei jaučiate, kad norite ką nors išsakyti “ant karštųjų”, jokiu būdu to nedarykite. Bendraukite ir savo pageidavimus reikškite tik kai esate geros nuotaikos! Čia slypi dažna porų klaida – nenoras kalbėtis apie problemas, kai nuotaika yra

pakili. Tačiau taip užsisuka uždaras ratas ir neišspręstos problemos toliau lėtai nuodija poros santykius.

Netikiu poromis, kurios niekada nesipyksta ir nesiaiškina tarpusavyje santykių. Tokiose porose paprastai abu po truputį gniaužia nuoskaudas ir nusivylimus, o paskui, kai nuoskaudų susikaupia pakankamai, vienas ant kito pratrūksta tokia jėga, jog vėliau galimos tik skyrybos. Tad nelaikykite savyje, išsakykite, ko tikėtės iš kito, bet nereikalaukite ir nespauskite savo antros pusės. Juk ji laisva pasirinkti, kaip elgtis. Ir visada prisiminkite, jog jūsų antroji pusė nori jus padaryti laimingais.