

ŠTO JE POTREBNO DA BI VEZA USPJELA

Autor tportal.hr

Ponedjeljak, 04 Studeni 2013 18:14 - Ažurirano Subota, 07 Lipanj 2014 15:38



Izvor: www.tportal.hr

Više je studija potvrdilo da je za stabilnu i dugotrajnu vezu potrebno imati određene vještine i znati neke karakteristike o voljenoj osobi. Psiholog Robert Epstein s American Institute for Behavioral Research and Technology predvodio je tim znanstvenika koji su odlučili istražiti koje su to osobine i vještine zbog kojih su neke veze uspješne i stabilne. U studiji je sudjelovalo 2.201 ljudi i pokazalo se da obične, svakodnevne stvari mogu prevagnuti za opstanak veze.

Neki rezultati u studiji nisu iznenadili jer je svima jasno da je komunikacija izuzetno važna, ali sve je iznenadilo da je važno poznavati partnera u nekim detaljima poput omiljene hrane ili odjeće.

»Da biste rasli kao osoba i par, morate razumjeti partnera s kojim dijelite život. Morate znati koji su njihovi snovi i strahovi, što želi od života i čega se najviše boji u budućnosti, ali i male svakodnevne stvari koje većinom i čine život«, dodala je stručnjakinja za veze Diana Kirschner za Women's Health.

Nametnuti, zapadnjački stil života ostavlja nam malo vremena za sebe, vezu i obitelj pa su nam više nego ikada potrebne životne vještine. One uključuju dogovor oko najbanalnijih stvari poput obavljanja kućanskih poslova, savjetovanja i podrške kod problema na poslu ili financija koje većinu obitelji itekako opterećuju. Sve su to faktori koji u mnogim domovima uzrokuju velike svađe i netrpeljivost što na kraju završi s nedostatkom komunikacije i putom prema nesretnoj vezi. Ne znate li rješavati takve probleme imat ćete osjećaj da niste uspjeli u životu i vaše

samopouzdanje pada. Ako je pak partner taj koji ne uspijeva uloviti se u koštac sa svim obavezama dolazi do osuđivanja i prezira što je s vremenom pogubno bez obzira na ljubav koju ljudi osjećaju jedno za drugo. Ljudi se mogu voljeti, ali partner će slučajno zaboraviti na godišnjicu braka što će jako povrijediti drugu stranu. Uz nekoliko takvih izleta povrijeđeni partner pitat će se što uopće rade zajedno ako nakon deset godina ona još uvijek nije zapamtila osnovne informacije.

Ne možete li sami popraviti takve nedostatke u vezi, uvijek je dobro potražiti pomoć. Terapeuti i savjetnici parovima mogu ukazati na mnoge stvari koje možda sami uopće nisu vidjeli ili su ih doživljavali na drugačiji način. Imate li primjerice financijske poteškoće zbog kojih se često svađate, potražite savjet financijskog savjetnika i saznajte što možete učiniti kako biste gubili manje energije na besmislene prepirke koje vas nigdje ne vode. Bez obzira koji je partner manje sposoban realno sagledati stvari kakve jesu, bitno je da oboje sudjelujete u rješavanju problema i budete podrška jedno drugome jer ćete tako naučiti još pokoju vještinu više.