

Γιατι επιλέγουμε τον σύντροφο που επιλέγουμε? Πως δημιουργούμε ένα "προβληματικό" γάμο?

Πως επιλέξατε τον σύντροφό σας?

Ήταν η εμφάνισή του? Ήταν η ζεστασιά ή ο ενθουσιασμός ή η δοτικότητα του?

Ήταν τα πτυχία του ή η οικονομικοκοινωνική του κατάσταση?

Ήταν η ασφάλεια που σας παρείχε?

Ήταν ότι το έπαιζε δύσκολος ?

Μήπως σας θύμιζε την μαμά η τον μπαμπα? Η την προηγούμενη σχέση σας?

Ο λόγος που επιλέξατε τον σύντροφό σας είναι πολύ διαφορετικός απο ότι πιστεύετε. Η αλήθεια είναι, το γιατί επιλέγουμε το οτιδήποτε, από ένα φαγητό, μέχρι το επάγγελμά μας και τον σύντροφό μας, δεν είναι αποτέλεσμα του τι θέλουμε, αλλά του πως είμαστε ασυνείδητα **προγραμματισμένοι** να έλκουμε ή να αποφεύγουμε αυτό που νομίζουμε ότι μας ταιριάζει.

Πόσες φορές έχετε ερωτευθεί κάποιον που δεν είναι ο κατάλληλος για εσάς?

Ή παντρευτήκατε κάποιον που δεν ταιριάζετε ή σας ταλαιπωρεί και δεν σας δίνει αυτό που έχετε ανάγκη?

Είσαι ένας από τους πολλούς που δεν μπορείς να βρεις τον "ιδανικό" σύντροφό?

Είσαι "δύσκολος" στις σχέσεις?

Μήπως οι σύντροφοι που συναντάτε είναι "λίγοι" ή "προβληματικοί" ή μη διαθέσιμοι?

Φοβάστε την δέσμευση? Η νιώθετε ότι σας περιορίζουν την ελευθερία?

Και ενώ ψάχνουμε την "για πάντα" ευτυχία του "μαζί", και ενώ ο άλλος μας υποσχόταν ότι θα μας δώσει ότι ονειρευόμαστε, μετά το γάμο και μετά την απόκτηση του πρώτου ή του δεύτερου παιδιού..... ο σύντροφός μας "άλλαξε" τόσο πολύ..... Το sex εξαφανίστηκε απο τη σχέση.....ο ένας ή και οι δύο ξεκίνησαν εξωσυζυγικές σχέσεις.....και ο σύντροφός μας μας θυμίζει τόσο πολύ τον πατέρα ή την μητέρα μας .

Και έτσι οι περισσότεροι γάμοι διατηρούνται συμβατικά μαζί χωρίς έρωτα χωρίς αγάπη και οι σύζυγοι συχνά είναι θυμωμένοι ή απογοητευμένοι.....ή βολεύονται για οικονομικούς και κοινωνικούς λόγους.

Στο πλοίο της σχέσης δεν υπάρχει ο καπετάνιος ούτε κοινοί στόχοι και κοινό σχέδιο ζωής

Η εμπειρία έχει δείξει ότι οι κύριοι λόγοι αποτυχίας ενός γάμου είναι:

1. Να κρίνει αυστηρά ο ένας τον άλλον.

2. Να ειρωνεύεται τον άλλον

3. Να υποστηρίζω έντονα ότι εγώ έχω μόνο δίκιο
4. Να υψώνω τοίχους και να μη σου μιλάω ότι και να κάνεις
5. Το ζευγάρι να ζει παράλληλες ζωές, με εξωσυζυγικές σχέσεις
6. Ο ένας να εκφράζει έντονα τις συγκρούσεις και ο άλλος να σιωπά.
7. Να μοιράζονται ειλικρινά συναισθήματα, ανάγκες, φόβους να επικοινωνούν.

Ενω αντίθετα τα μυστικά ενός πετυχημένου γάμου - σχέσης είναι :

1. Σεβασμός
2. Να θαυμάζει ο ένας τον άλλον
3. Κοινο συμφέρον κοινές αξίες
4. Να ζητώ συγνώμη, να αναλαμβάνουν την ευθύνη του λάθους τους και να κάνουν επανορθωτικές προσπάθειες όταν ο ένας πληγώνει τα συναισθήματα του γάμου.
5. Να ανανεώνουν συχνά τους ερωτικούς τους χάρτες και να θρέφουν την ερωτική ζωή.
6. Να ανταλλάσσουν δώρα, μασάζ, εκπλήξεις.
7. Να μοιράζονται ειλικρινά συναισθήματα, ανάγκες, φόβους ...να επικοινωνούν.
8. Να τολμούν να αποκαλύπτουν τις αδύναμες πλευρές τους και να ζητούν υποστήριξη.

Σύμφωνα με το ψυχογενετικό σύστημα, επαναλαμβάνουμε στην τωρινή μας σχέση ή το γάμο την μορφή της σχέσης που είχαν οι γονείς μας.

Ετσι ξαναβιώνουμε σαν σύντροφοι τα ίδια συναισθήματα που βιώναμε σαν παιδιά στην πατρική μας οικογένεια.

Συνήθως ταυτιζόμαστε με την μητέρα ή τον πατέρα μας και συμπεριφερόμαστε στον γάμο μας, στον σύντροφό μας με τον ίδιο τρόπο που σχετιζόντουσαν οι γονείς μας. Δηλαδή: Αν η μητέρα μας ήταν επικριτική και κατηγορούσε συνεχώς τον πατέρα μας το ίδιο απορρίπτουμε και εμείς τον σύντροφό μας. Η αν ο πατέρας μας δεν κάλυπτε συναισθηματικά την μητέρα μας διαλέγουμε και εμείς ένα σύντροφο που δεν θα μας καλύψει τις ανάγκες μας.

Αν οι γονείς μας ένιωθαν θυμό ή θλίψη ή αδικία το ίδιο νιώθουμε και εμείς στις σχέσεις ή στον γάμο μας.

Και το **προβληματικό μοτίβο** επαναλαμβάνετε από γενιά σε γενιά ...κληρονομείται.

Μέχρι να μεταμορφώσουμε μέσα μας την" δύσκολη "σχέση των γονιών μας .

Μόνο έτσι θα σώσουμε τον γάμο μας ή θα επιλέξουμε το σωστό σύντροφο πριν παντρευτούμε.

Αν λοιπόν είστε μόνοι ή κουρασμένοι και απογοητευμένοι ή αν δεν ξέρετε ποιος είναι ο ιδανικός τύπος για εσάς ή αν φοβάστε ότι θα επαναλάβετε μια αποτυχημένη σχέση δεν έχετε παρά να αλλάξετε το **κληρονομημένο προβληματικά μοτίβο** μέσα σας.

Γιατί η ιστορία επαναλαμβάνετε αλλά δεν είναι ποτέ αργά για μια ευτυχισμένη οικογένεια μέσα και έξω σου.

Ας μην ξεχνάμε ότι εμείς δημιουργούμε την πραγματικότητά μας με τις επιλογές μας, τις πεποιθήσεις μας και τους φόβους μας.

Αν πιστεύουμε ότι αξίζουμε να έλξουμε το καλύτερο για εμάς τότε έχουμε την ικανότητα να επιλέξουμε το καλύτερο για εμάς. Στο τέλος θα καταφέρουμε να δημιουργήσουμε ότι φοβόμαστε ή ότι επιθυμούμε για την ζωή μας.

ΔΙΟΝΥΣΙΑ ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ

Οικογενειακή σύμβουλος,

ψυχοθεραπευτρια

τηλ. [693 - 7005353](tel:693-7005353)