



# A BOLDOG HÁZASSÁG ALAPKÖVEI 2.

## Ismered a párod?

A párkapcsolatban leghamarabb a másik tulajdonságaival szembesülünk, hiszen az együttjárás első szakasza kimondottan erről szól: megismerni a másikat, rájönni, milyen személyiség, választ kapni arra a kérdésre, hogy jó ötlet volna-e vele elköteleződni – még ha kezdetben nem is véglegesen.

◆ A probléma ott kezdődik, hogy sok esetben nem döntésről van szó a másik ember eddig megismert személyisége alapján, hanem inkább egymás mellé sodródásról, ahol már menet közben, a párkapcsolatban derül fény a másik jellemére. Sőt, az összeköltözés során, ami manapság egyre rövidebb időn belül, akár néhány randi után történik. Erősíti ezt a társadalmi divat, hiszen ma már szinte furán néznek azokra a fiatalokra, akik együttjárásuk során még nem költöztek össze néhány hónap után, mondván, „lakva ismerjük meg a másikat”.

Egyre ritkábban hívjuk fel az összeköltözők figyelmét a köztudott és kézenfekvő előnyök (gazdasági szempontok, kényelmesség, életvezetési praktikum) mellett a veszélyekre és hátulütőkre. Ez a család feladata lenne, de sajnos gyakran úgy támogatják a szülők, nagyszülők a fiatal felnőtt gyermekeiket, hogy nemcsak nem szólnak bele döntéseikbe, hanem egyáltalán nem adnak tanácsot, iránymutatást számukra. Vagy félnek a konfliktus felvállalásától és kapcsolatuk megromlásától, vagy ők is tehetetlenül legyintenek, hogy ez már más világ, ők már nem is értik, mi hogyan működik manapság. Pedig a legfőbb szabályok és törvényszerűségek nem változnak.

### KÖZÖS LAKÁSBAN KÖNNYEBB?

Ha egy pár a másik fontos tulajdonságainak felmérése nélkül költözik össze, mondván, hogy kipróbálják az összebútorozást, paradox módon valójában a másik megismerésének lehetőségét nehezítik meg saját maguk számára, hiszen egy együttélésnél sokkal nyíltabban és elkerülhetlenebbül jelennek meg a különbözőségek. Ilyenkor az ember hajlamos a valóságosnál kisebb jelentőséget tulajdonítani a másik amúgy nehezen elviselhető tulajdonságainak és szokásainak, mivel az együttéléshez jóval nagyobb tolerancia szükséges, mint az együttjáráshoz.

Ilyenkor a konfliktushelyzet egyszerű és gyors megoldására való törekvés felülírja az objektív mérlegelést, hogy mi az, ami számomra még beleférne egy szabadon választott kapcsolatba és mi az, amire inkább nemet mondanék. Más mechanizmusok zajlanak a párban együttéléskor, mint együttjárás idején.

### KÉNYELMES RANDIK

Együtt lakva a folyamatos helyzetmegoldási stratégia olyan hatékonyságúra fejlődik, hogy hosszú távon is biztosítja a konfliktusok elfedését, és a pár sokáig együtt



marad; vagy ami még gyakoribb helyzet: egyszer csak az egyik félnél betelik a pohár, olyan mértékű stressz vagy negatív érzelmek halmozódnak fel benne, hogy vállalja a gazdasági érdekközösség és a kényelem megszűntetését is a szakítással.

Kétségtelen ugyanis, hogy az együttélés komfortos: a másik bármikor kéznél van, nem kell folyamatosan egyeztetni és találkozókat megbeszélni, hiszen este otthon úgymint találkozunk. Felelődnék a kiadások, könnyebb berendezni és fenntartani egy háztartást. Ezek a szempontok azon túl, hogy megnehezítik az esetleges elszakadást, a döntés meghozatalát, a kapcsolat fejlődését is akadályozzák, hiszen ha minden este találkozunk otthon, már sokkal nehezebben mozdulunk ki a nehéz nap végén egy romantikus estére, egy kapcsolatot építő randira, amikor a másikat új helyzetben ismerhetnénk meg – inkább ételt rendelünk, és megnézzük otthoni pólóban és mackónadrágban egy filmet. Ilyenkor a kényelem és a praktikum a felek közös fejlődése ellen dolgozik, a kevesebb erőfeszítés, a kevesebb áldozat miatt nem tud gyarapodni a kapcsolat.

### **A SZABADIDŐ**

Összefügg a másik tulajdonságainak megismerésével egy másik házasságpillér: a szabadidő eltöltésének módja. Általános vélekedés, hogy akkor működik jól egy párkapcsolat, ha minél több időt töltenek együtt. Ezzel szemben úgy tűnik, hogy a siker kulcsa az együtt és

a külön töltött szabadidő megfelelő aránya, pontosabban a már többször szóba került minőségi idő.

Egy tartalmas baráti sörözésből hazatérve a férfi gyakran sokkal inkább „kenyérre kenhető”, mint egy átlagos szürke napon, leengedte a gőzt, feltöltődött jókedvvel. A nőknél is hasonlóan zajlik ez, behelyettesítve a sörözést más tevékenységgel.

Ha a párnak van közös hobbija, az tovább erősítheti a kapcsolatot, hiszen a hobbitevékenységben más minőségben vesznek részt, nem az érzelmi, lelki dimenziók kerülnek előtérbe mondjuk a közös futás vagy kertészkedés során, hanem a teljesítmény, a feladatok, a szépség.

Akármit is csinálunk együtt vagy külön, a legfontosabb, hogy ne legyen feszültség forrása a szabadidő, hanem előzze meg világos megállapodás: ezt az időt ettől eddig együtt töltjük itt és így, máskor pedig nyugodtan menj, és érezd jól magad! A legjobb, ha a felek beszélnek egymásnak a külön töltött időről, nem beszámolóként, hanem hogy hogyan sikerült az alkalom, jó élmény volt-e számára.

Egy régi mondás szerint akkor ismered meg teljesen a másikat, ha a munka mellett azt is látod, hogyan tölti a szabadidejét, mit választ időtöltésnek, amikor maga dönthet. Rossz jel lehet az, ha valaki teljesen tanácstalan lesz, mit tegyen, amikor nem határozzák meg számára, vagy ha valaki tartósan, látványosan unatkozik; és jó látni, hogy van, aki bármikor bármennyi időt képes értelmes, izgalmas dologgal kitölteni. ♦