

❖ **Какво отличава съвременните двойки от тези преди няколко десетилетия, та не успяват да останат задълго заедно?**

Съществена разлика между двойките преди и сега има заради *промяната в мотивите за брака*.

Преди мъжете и жените са правели много повече жертви, действали са по задължение, а не по собствен избор. Хората от близкото минало са робували много повече на „така трябва“. Често те не са имали избор на партньор, а им е бил наложен. Не са имали и възможности за живот извън брака. Всичко това е оказвало натиск върху жените и мъжете да потискат своите желания и потребности, да не изразяват свободно вижданията си, и да *понасят отношенията*. Ако съдя по споделеното от моите клиенти за брачния живот на техните родители, голяма част от тях са останали заедно с цената на много компромиси и без да изградят общ удовлетворяващ път. В този смисъл продължителността на връзката не може сама по себе си да бъде мерило за нейното качество. Лекарите днес измерват успеваемостта на медицинската наука да осигури добър живот на хората с годините „пълноценен живот“, а не само с неговата продължителност, без оглед здравословното състояние на човека. По същия начин е важно да променим мисленето си и за връзките. Това, че една връзка е продължителна, не може да бъде единствен показател за нейното качество.

Днес партньорите са по-склонни да се водят от личните си цели. Това само по себе си не е лошо, защото *пътят към поемане на отговорност за живота*

си е да се отърсим от наложеното и да действаме по собствен избор. Все още обаче сме като децата, които искат сами да решават някои въпроси, но не знаят до какви последствия ще ги доведе избора от тях път. Започват да грешат, стават нервни от това, че не успяват, не признават грешката си или обвиняват други за неуспеха си.

Ако искаме сами да вземаме решения, е важно да поемаме отговорност за изборите си и да приемаме последствията от тях.

В миналото хората не са били по-различни, но тъй като не са имали алтернатива, те са били принудени да преминават през кризите, оставайки заедно. По този начин, дори в началото на брака двойките да не са се чувствали привлечени един от друг, с годините някои от тях са успявали да изградят привързаност и приятелство. Когато коментираме такива двойки като успешни в тяхната по-зряла възраст, след 30, 40 и повече години съвместен живот, трябва да отчитаме, че това, което виждаме, не винаги е било така. Просто тези двойки са минали успешно през своите кризи – по начин, който ги е сближил.

Днес голяма част от двойките при кризите се отказват от отношенията си. Увлечени в различни ангажменти, партньорите понасят неудовлетворението си вместо да го разберат и изговорят, за да направят необходимите промени. Поради това, когато настъпи криза, вече нямат сили и мотивация да се борят, защото са направили твърде много компромиси със себе си. Разликата с мъжете и жените от близкото минало е, че днес ние вече не сме готови да жертваме

задълго личното си щастие в името на семейството, а в същото време имаме възможности да продължим живота си и след приключване на брака. Така обаче не си даваме възможност да се поучим от трудностите в живота си, от това, което се случва в отношенията ни. Ако не успеем да разберем какво тези кризи ни говорят за нас самите и за готовността ни за връзка, ние не сме готови за отношения и с други партньори. Мъжете и жените днес са с нагласата, че след като не върви с един партньор, е по-добре да се разделят и да търсят друг. Създаването и развиването на една връзка обаче отнема много сили и време. *И няма връзка, която да е просъществувала, без да е минала през своите кризи.*