

Πως γίνεται η Επιλογή του Συντρόφου και από ποιους Παράγοντες Επηρεάζεται



Η εκλογή του συντρόφου, όταν βέβαια είναι εκούσια και όχι αναγκαστική, επηρεάζεται από τέσσερις βασικούς παράγοντες:

1. **Κοινωνικοοικονομικοί Παράγοντες:** Κοινωνική τάξη, οικονομική κατάσταση, εθνικότητα, θρησκεία, κ.α.
2. **Σωματική Έλξη:** Γνωρίζουμε ότι εκτός από την αισθητική της εξωτερικής εμφάνισης, παράγοντες όπως η οσμή, η αφή, ο τύπος της επιδερμίδας, η φωνή και γενικότερα ο τύπος επιμέρους χαρακτηριστικών παίζουν σπουδαιότατο ρόλο (συχνά ασυνείδητα).
3. **Προσωπικότητα:** Στοιχεία όπως η μόρφωση, η διανοητική ανάπτυξη, η ηλικία, ο χαρακτήρας, η ιδιοσυγκρασία, τα ιδεολογικά πιστεύω, οι προτιμήσεις, οι διάφορες ενασχολήσεις, ο τύπος της συμπεριφοράς κ.α.
4. **Ασυνείδητοι Ψυχολογικοί Παράγοντες:** Αυτοί συνυπάρχουν ήδη και στην σωματική έλξη και στην προσωπικότητα και έχουν σχέση, με την ασυνείδητη προσπάθεια αναδημιουργίας της ατμόσφαιρας και των σχέσεων που υπήρχαν στην οικογένεια μας.

Παιδικά Βιώματα και πως Επηρεάζουν τις Σχέσεις μας: Η Ασυνείδητη Συμπαιγνία του Ζευγαριού

Όταν παντρευόμαστε, διαλέγουμε ασυνείδητα ένα πρόσωπο με το οποίο επιθυμούμε να αναδημιουργήσουμε τον αρχικό μας δεσμό με τη μητέρα και τον πατέρα, είτε όπως ήταν στην πραγματικότητα είτε όπως θα θέλαμε να είναι.

Αν υπήρξαν προβλήματα στην σχέση εκείνη, ασυνείδητα διαλέγουμε έναν άνθρωπο τέτοιο ώστε να ξαναδημιουργηθούν τα ίδια προβλήματα, προσδοκώντας μάταια ότι αυτή τη φορά θα τα λύσουμε. Ισχύει δηλαδή αυτό που ονόμασε ο Freud «καταναγκασμό της επανάληψης» (repetition compulsion). Κομμάτια της παλιάς σχέσης ενδοβάλλονται μέσα μας σαν εσωτερικευμένα αντικείμενα και προβάλλονται στον σύζυγο μόλις παντρευτούμε.

Σε κάθε στενό δεσμό, αλλά ιδιαίτερα στον συζυγικό, ο ένας μεταφέρει στον άλλον, μέσω αμοιβαίων προβολών, κομμάτια της ψυχολογίας του άλλου. Αυτό δημιουργεί ένα σύστημα επανατροφοδότησης, το οποίο επηρεάζει συνεχώς και κυκλικά τη συμπεριφορά μεταξύ των συζύγων. Κατά συνέπεια η τελική συμπεριφορά καθενός δεν είναι μόνο αποτέλεσμα της ατομικής του ψυχολογίας αλλά και της συνεχούς αλληλεπίδρασης από το οικείο μας περιβάλλον.



Παράδειγμα

Ας πούμε ότι ο πατέρας μου δεν ήταν καλός μαζί μου και εγώ ασυνείδητα κουβαλώ μέσα μου την ιδέα ότι όλοι οι άντρες είναι κακοί και δεν πρέπει να τους εμπιστεύομαι. Όταν παντρευτώ, ασυνείδητα αρχίζω να θεωρώ ότι ο άντρας μου είναι κακός και αρχίζω να παρεξηγώ κομμάτια από τη συμπεριφορά του ως κακά, ενώ για κάποιον άλλο ίσως δεν θα έδειχναν κακία. Αυτό κατά συνέπεια επηρεάζει την συμπεριφορά μου απέναντι του και του φέρομαι άσχημα.

Όταν του φερθώ άσχημα πολλές φορές, ο σύζυγος θα αρχίσει να γίνεται επιθετικός απέναντι μου, οπότε εγώ επιβεβαιώνομαι ότι πράγματι είναι κακός και τότε κλειδώνομαι σε μια συμπεριφορά από την οποία δεν μπορώ πλέον να βγω, μιας και κάθε φορά καταλέγει στο ίδιο συμπέρασμα. Δηλαδή μπαίνω σε έναν φαύλο κύκλο...

Μοντέλα Επιλογής Συντρόφου: Συμπληρωματική και Αντιθετική Εκλογή

Όσο μεγαλώνουμε, σχηματίζουμε τον χαρακτήρα μας με διάφορες ταυτίσεις, που τελικά οδηγούν στη δημιουργία μια ξεχωριστής ταυτότητας (identity). Η ταύτιση γίνεται συνήθως με τον γονιό του ίδιου φύλου, παρότι παίρνουμε χαρακτηριστικά και από τον άλλο γονιό.

Επίσης, η ταύτιση μπορεί να είναι θετική ή αρνητική, δηλαδή είτε να μοιάσουμε στο γονέα είτε να γίνουμε το αντίθετο. Κατά συνέπεια, όταν διαλέγουμε ένα σύντροφο, ακολουθούμε την ίδια πορεία και έχουμε δύο βασικά μοντέλα εκλογής, το συμπληρωματικό και το αντιθετικό.

Συμπληρωματική Εκλογή

Στην συμπληρωματική εκλογή, η ταύτιση γίνεται με τον γονιό του ίδιου φύλου και συνιστά την κανονική εξέλιξη ωρίμανσης. Στην περίπτωση αυτή, αναζητούμε ένα σύντροφο που να μοιάζει με τον γονιό του αντιθέτου φύλου, ώστε να επαναλάβουμε τον αρχικό γονεϊκό γάμο.

Η εικόνα του συντρόφου που ψάχνουμε έχει τρία χαρακτηριστικά:

1. Είναι ασυνείδητη.
2. Έχει σχηματιστεί στην παιδική ηλικία.
3. Είναι εξιδανικευμένη, είναι δηλαδή η εικόνα της μητέρας ή του πατέρα όπως θα τους θέλαμε να είναι και όχι όπως ήταν στην πραγματικότητα. Όσο πιο εξιδανικευμένη είναι η μορφή, τόσο δυσκολότερη γίνεται η επιλογή συντρόφου, ο οποίος έχει κατά κανόνα μια εξίσου εξιδανικευμένη εικόνα μέσα του.

Είναι σημαντικό να αναφερθεί πως όσο οι πραγματικοί γονείς ήταν κακοί, τόσο πιο εξιδανικευμένη είναι η εικόνα του συντρόφου που αναζητούμε να τους αντικαταστήσει. Όταν δύο τέτοιοι άνθρωποι παντρευτούν, τότε ο γάμος είναι άκαμπος και σύντομα οι εξιδανικεύσεις διαλύονται. Το αποτέλεσμα στην αρχή είναι καβγάδες μέσα από τη προσπάθεια να πιέσουμε τον άλλον να μοιάσει στην εικόνα που έχουμε στο ασυνείδητό μας, το οποίο μπορεί να μας

οδηγήσει ακόμα και στη *κατάθλιψη*. Η αιτία της είναι η απώλεια του επιθυμητού προσώπου που θέλαμε να αγαπήσουμε και το οποίο στην αρχή νομίσαμε ότι επιτέλους το είχαμε βρει.



Αυτό που ουσιαστικά επιδιώκουμε είναι να δημιουργήσουμε ένα ζευγάρι σαν το ζευγάρι των γονιών μας, *εξιδανικευμένο* όμως και *χωρίς τα αρνητικά στοιχεία τους*, ιδιαίτερα όταν αυτοί είχαν πολλά αρνητικά στοιχεία. Όσο πιο ατελής ήταν ο δικός τους γάμος, τόσο πιο τέλειο θέλουμε τον δικό μας.

Αυτή η επιθυμία αποτελεί τη βάση για την όμορφη και ρομαντική τάση που έχουμε να *ερωτευόμαστε*. Όταν ερωτευόμαστε υπάρχει μια ανέκφραστη επικοινωνία, όπου ο καθένας αισθάνεται ιδανικός και αξιαγάπητος. Αυτό θυμίζει παλαιότερες εξιδανικευμένες μνήμες δεσμού, με μια αγαπημένη μητέρα σε έναν κόσμο όπου δεν βλέπαμε τις ατέλειες. Γι' αυτό και η φυγή προς το παράδεισο του έρωτα έχει τέτοια δύναμη πάνω μας, που ενώ μας δίνει τόση απόλαυση δυστυχώς διαρκεί τόσο λίγο. Όπως δεν διαρκούν πολύ και οι ανάλογες ευτυχισμένες εμπειρίες της πρώτης παιδικής ηλικίας με τη μητέρα.

Κατά συνέπεια, αν έχουμε κατορθώσει να περάσουμε από το πρώτο αυτό παιδικό στάδιο ευτυχίας στα επόμενα χωρίς έντονες απογοητεύσεις, τότε το ίδιο θα συμβεί και στον έρωτά μας. Θα προσγειωθεί βαθμιαία

στην πραγματικότητα και η αμοιβαία εξιδανίκευση θα διαλυθεί. Θα υπάρξει μια κάποια απογοήτευση, αλλά ο δεσμός θα συνεχίσει σε πιο στέρεες βάσεις διαρκέστερης *αγάπης*, που θα στηρίζεται στην εκτίμηση, στο ενδιαφέρον, στην συνεργασιμότητα, στη συντροφικότητα, στο μοίρασμα των σεξουαλικών απολαύσεων, και στην φροντίδα των παιδιών.

Αν όμως στο πέρασμα από το πρώτο παιδικό στάδιο ευτυχίας στα επόμενα υπήρξαν προβλήματα, τότε το ίδιο θα επαναληφθεί και στον έρωτα: Απογοήτευση που χάθηκε η ιδανική σχέση και κατά συνέπεια το αποτέλεσμα θα είναι είτε κατάθλιψη είτε εγκατάλειψη της σχέσης για καινούργια αναζήτηση.

Αντιθετική Εκλογή

Η αντιθετική εκλογή είναι μια βασικά δύσκολη και παθολογική επιλογή. Έχει δύο μορφές, όπου και οι δύο ελαχιστοποιούν τη σεξουαλική ευχαρίστηση και προετοιμάζουν από την αρχή την αποτυχία του γάμου/σχέσης.



Στη πρώτη μορφή, ο σύντροφος που διαλέγουμε είναι το αντίθετο από την ασυνείδητη εικόνα μας για τον γονιό του αντίθετου φύλου. Δηλαδή παντρεύομαι μια

γυναίκα που είναι το αντίθετο της μητέρας μας. Για παράδειγμα,

Όταν η μητέρα βάζει τον γιό της στη θέση ενός μικρού συζύγου, ο γιος φοβάται τόσο την ερωτική σαγήνη της μητέρας, όσο βέβαια και την τιμωρία από τον «επικίνδυνο» πατέρα. Οπότε σαν άμυνα όταν μεγαλώσει έχει δυσκολία στις ερωτικές σχέσεις γιατί το πλησίασμα/δέσιμο με μια γυναίκα τον «φοβίζει» γιατί αναβιώνει την απαγορευμένη έλξη της μητέρας. Οπότε καταλήγει μόνος να χαλάει τις ερωτικές σχέσεις για να προστατευτεί.

Στη δεύτερη μορφή, υπάρχει ταύτιση με τον γονιό του αντίθετου φύλου, που οδηγεί σε μια ασυνείδητη λανθάνουσα φιλομοφυλία. Ο σύντροφος τότε πρέπει να μοιάζει με τον γονιό του ίδιου φύλου. Για παράδειγμα,

Δηλαδή αν εγώ έχω ταυτιστεί με το πατέρα μου και αυτό μου δημιούργησε ασυνείδητες παθητικές ομοφυλόφιλες τάσεις, τότε για να αποφύγω την ομοφυλοφιλία, που είναι μια συχνή λύση, παντρεύομαι ένα σύντροφο που είναι μεν άντρας, αλλά μοιάζει τη μητέρα μου.

Συμπεράσματα

Ο γάμος σε σημαντικό βαθμό φαίνεται να είναι μια επανάληψη της σχέσης προς τους γονείς. Η σχέση προς τους γονείς, ιδιαίτερα οι ματαιωτικές, ενδοβάλλονται στα εσωτερικά αντικείμενα, τα οποία όταν παντρευτούμε, προβάλλονται στον/στην σύζυγο/σύντροφο.

Συχνά αναζητούμε ασυνείδητα έναν εξιδανικευμένο σύζυγο/σύντροφο. Ανάλογα με τις εμπειρίες που έχουμε από την οικογένεια μας οδηγούμαστε σε δύο τύπους γάμου/συμβίωσης. Ο πρώτος έχει ελπίδες ευτυχίας ενώ ο δεύτερος έχει πολλά

προβλήματα αλλά παρά όλα αυτά πολλά ζευγάρια καταφέρνουν να έχουν ικανοποιητική συμβίωση.



Όποιος εργάζεται θεραπευτικά με ζευγάρια και οικογένειες –και βέβαια όποιος είναι παντρεμένος ή συμβιώνει με κάποιον– γνωρίζει τις βαθύτατες ικανοποιήσεις που μπορεί να προσφέρει μία συμβίωση ή ο γάμος, αλλά και τις τεράστιες θυσίες που απαιτούνται από τους συντρόφους/συζύγους. Η συμβίωση παρέχει ασφάλεια, τρυφερότητα και αγάπη μπορεί όμως να παρέχει και αρνητικά συναισθήματα οπότε μπορεί να αναπτυχθούν μεταξύ συντρόφων/συζύγων, καθώς και τη φοβερή ικανότητα τους να επιφέρουν σκληρά συναισθηματικά πλήγματα ο ένας στον άλλον.

Σύμφωνα με διάφορους ερευνητές, «ο γάμος/σχέση είναι ένα ισοζύγιο ανταλλαγής και ενισχύσεων». Στο ξεκίνημα μιας κοινής πορείας όλα τα νιόπαντρα ζευγάρια δεν επιθυμούν τίποτα παραπάνω από έναν επιτυχημένο και ευτυχισμένο γάμο, όπου θα κυριαρχούν η αγάπη, ο αιώνιος έρωτας, ο αλληλοσεβασμός, η ειλικρίνεια, η αλληλοϋποστήριξη, η εμπιστοσύνη και ο ρομαντισμός. Πεποίθηση των περισσότερων είναι ότι η δική τους σχέση, ο δικός του γάμος θα είναι διαφορετικός από των άλλων και ότι το μέλλον τους μαζί θα είναι αρμονικό. Δυστυχώς όμως, πολλοί σύζυγοι ή ζευγάρια κάποια στιγμή συνειδητοποιούν ότι δεν μπορούν να αντιμετωπίσουν τα

προβλήματα και τις συγκρούσεις του γάμου/σχέσης τους. Τα οποία προβλήματα φαίνεται να συνυπάρχουν με αρνητικά συναισθήματα όπως, η απογοήτευση, η δυσαρέσκεια, η υπερένταση, και που κατά συνέπεια, οδηγούν σε δυσλειτουργικές συμπεριφορές και ο κάποτε ευτυχισμένος γάμος ή σχέση αρχίζει να καταρρέει.