

Conflictele necesare

Sasa Coicici

Viața este presărată cu tot felul de evenimente mai mult sau mai puțin problematice, unele chiar tragice, și fiecare dintre noi încercăm să le depășim cât mai eficient posibil. Dacă acest efort este făcut în doi avem șanse mai mari de a reuși pentru că devenim mai robuști și mai rezilienți. Cultura noastră este orientată în jurul tinereții și nu prea stăm să ne gândim la a doua parte a vieții noastre. Unul dintre motivele pentru care avem nevoie de cineva lângă noi, este pentru că atunci când ne manifestăm una dintre slăbiciunile noastre, ceea ce se va întâmpla mai devreme sau mai târziu, celălalt este acolo să ne atragă atenția și să ne ajute să le corectăm. Acest lucru se întâmplă reciproc, cel puțin în circumstanțele în care comunicarea este una cât se poate de autentică. Rezultatul acestui proces fiind o relație mai stabilă și mai eficientă în depășirea obstacolelor pe care inevitabil le vom întâlni pe parcursul vieții.

Bineînțeles că acest proces de comunicare nu este fără obstacole și ușor de pus în aplicare. Orice persoana care are o oarecare experiență în relații știe că mai devreme sau mai târziu, pe parcurs ceva va interveni care să împiedice o comunicare autentică. De unde va interveni? Noi suntem persoane complexe și complicate, partenerii noștri de asemenea, fapt pe care îl știm fiecare dintre noi. Aceasta complexitate vine din bagajul de experiențe de viață pe care îl aducem cu noi în relație, bagaj care va interveni în procesul comunicării creând posibilitatea de conflict. Acest conflict este o parte din ceea ce ține relația în viață, pentru că rezolvarea acestor conflicte are ca rezultat o structurare mai bună a fiecărei persoane și crearea unei legături mai puternice dintre aceștia.

Există un studiu interesant pe tema asta care pune întrebarea “cum arată o relație optimă?” în termeni de emoții pozitive și negative. Ați putea spune că idealul este utopia, nimic altceva decât emoții pozitive, dar nu este așa. Oamenilor li s-a cerut să eticheteze reacțiile pozitive și negative dintr-o relație, în încercarea de a prezice longevitatea relației. Rezultatul a fost următorul: dacă raportul a fost de cinci etichete negative la una pozitivă, relația nu continua, ceea ce este ușor de înțeles, prea mult negativ. Dacă rezultatul depășește unsprezece etichete pozitive la una negativă, relația de asemenea nu durează. Întrebarea este “de ce?”, răspunsul fiind că nu există provocare.

Ce ne dorim de la partenerul nostru, fericire? De obicei nu, ceea ce ne dorim sunt perioadele de pace întrerupte de câte un conflict punctual. Asta înseamnă că respectăm persoana de lângă noi, înseamnă că avem ceva de oferit unul celuilalt, înseamnă că amândoi ne dezvoltăm. Bineînțeles, nu ne dorim ca conflictul să fie prea dramatic pentru că atunci trebuie să ne retragem și nu îl putem rezolva, dar pe o persoană pe care considerăm că am descifrat-o complet și care face numai lucrurile pozitive pentru noi, foarte probabil nu o cunoaște cum este ea în mod real, în realitate acea persoană nu comunică cu noi sau noi cu ea. Poate doar acea persoană ni se subordonează sau ne subordonăm noi lor, și chiar mai mult de atât, nu ne dezvoltăm nici unul dintre noi.

O relație reală este o continuă confruntare, provocare, din care ambii parteneri ies transformați, mai dezvoltăți, mai puternici decât au fost înainte. Oamenii nu își doresc pe cineva care este ușor de împins dintr-o parte în alta, decât dacă este ceva în neregulă cu ei. Când o persoană narcisică, care nu dorește niciodată să fie provocată, își dorește un partener care îi va oferi exact ceea ce i s-a cerut, aceștia îi vor maltrata cât se poate de mult.