

Zaljubljenost

Relacijski model (Mitchell, 1988, 2000, 2002) se še prav posebej osredotoča na fenomen zaljubljenosti in trdi, da je odnos oziroma povezava in odnos z drugim nekaj, kar je vrojenega v našo psiho. Določanje katerega doživljanja, afekt ali oseba ima v otrokovem življenju največ vpliva, je odvisno od otrokove starosti, genetike in preteklih izkušenj. Otroko doživlja svoje starše precej drugače kot odrasla oseba. Lahko celo rečemo, če je zgodnja razvojna diada oziroma doživljanje z materjo in očetom ljubeče in toplo, potem je prvi in najpomembnejši korak na poti k dobremu odnosu že narejen (Dicks, 1967).

Kaj se zgodi, če ta prvi korak ali prvo doživljanje z materjo in očetom ni ljubeče in toplo ali če je otrokovo doživljanje matere ali očeta zavračajoče oziroma, če otroko doživlja, da je staršem odveč? Otroko matere, ki se zanj ne zanima, ne more enostavno odvreči oziroma je spremeniti. Otroko se zato trudi, da bi mater vseeno sprejel in zato ponotranji zavračajočo-ljubečo mater in jo poskuša nadzorovati v svoji notranjosti. Otrokov notranjepsihični svet se dograjuje in organizira na temelju teh doživljanj ter afektov, in sicer na zelo različne načine.

Posameznik lahko razvije občutek nesamozavesti in nevrednosti, ki samo zrcalita otrokovo nemoč, ali pa razvije občutek večvrednosti in vsemogočnosti, ki tudi zrcali otrokovo dojemanje starševske vsemogočnosti. Posameznikova psiha ali jaz se razvije na osnovi teh nezavednih vsebin, pri čemer je mogoče opaziti oba ekstrema. Kot vidimo pri arogantnem in snobovskem vedenju določene osebe prisotnost grandioznega jaza, lahko predpostavljamo, da bomo tudi tu opazili no-

tranje vsebine, ki to osebo naredijo zelo negotovo in nesamozavestno, kar pa ta oseba s pridom prikriva.

Z drugimi besedami, ljudje, s katerimi pride ta oseba v stik, so dojeti in razumljeni v luči posameznikove notranjepsihične strukture njegovih osebnih odnosov, kakor tudi odnosov z drugimi, skupno z najrazličnejšimi afekti (Pines, 1999). Skozi to prizmo bo potem posameznik razumel in izbral partnerje.

Zaljubljenost je v tem oziru nezavedna izbira partnerja, ki se sklada s temi potlačenimi in razcepljenimi deli posameznikovega jaza (Dicks, 1967). Tako bo npr. ženska, ki se čuti neljubljena, ker se je tako počutila kot otrok, po vsej verjetnosti za svojega partnerja izbrala nekoga, ki ji ne bo sposoben pokazati prave ljubezni. Prav tako bo tudi moški, ki je nesamozavesten, ker se je tako počutil kot otrok, po vsej verjetnosti, na osnovi projekcijske identifikacije, izbral žensko, ki bo kritična in obsojajoča. Medtem ko se bo ženska nenehno pritoževala, da ji njen moški ne zna pokazati ljubezni in moški se bo stalno pritoževal, da ga ženska ne razume, da je kritična in obsojajoča, bosta vendar oba ostajala v tem odnosu. In kaj je razlog? Veliko lažje je namreč vztrajati v odnosu, ki povzroča oziroma daje zunanja opravičila za slaba notranja občutja, kakor pa se soočiti s temi občutji v samem sebi oziroma si priznati, da so ta občutja bistveni del posameznikove osebnostne strukture.

Ko posamezniki nezavedno ob drugem odkrijejo del svoje notranjepsihične strukture, ki je potlačen, se hitro zblizajo in ustvarijo skupen odnos oziroma se "noro zaljubijo". Potem ko se dva partnerja zaljubita oziroma

vzpostavita zelo intenziven odnos, se nezavedno spodbujata, da drug za drugega začneta izražati potlačene in prepovedane elemente njune lastne psihične strukture. To jima obenem omogoča, da lahko drug drugega kritizirata ter na ta način skušata nadzorovati razcepljene dele sebe v partnerju in ne več v samem sebi.

Če pa sta oba partnerja diferencirana in integrirana, potem doživljata in dojemata drug drugega kot drug drugemu komplementarna, dragocena in se lahko drug drugega veselita. Tako bo npr. moški, ki je nagnjen k "okostenelosti" oziroma natančnosti in redu, udeleževan v spontanosti svoje žene, medtem ko bo lahko žena ob tem moškemu doživljala veselje nad moševim čutom za organizacijo in njegovo natančnostjo ter pozornostjo, ki jo posveča vsaki najmanjši stvari, predvsem pa bo vesela, saj je njej moški skrben in zna zelo skrbno načrtovati.

Ko se tako npr. dva partnerja zaljubita, začneta projicirati drug v drugega njune odcepljene in potlačene dele sebe in objekta. Tako npr. ženska, ki se je naučila, da zanika svoje potrebe po avtonomiji in neodvisnosti, to projicira v partnerja. To v njem povzroči, da se začne prikazovati še bolj samostojnega kot to v resnici je. Moški, ki se je naučil potlačiti in zanikati svoje potrebe po odvisnosti in intimnosti, projicira to v svojo partnerico, ki se potem prikazuje še bolj odvisna kot v resnici je. V večini primerov lahko to vidimo v tradicionalnih partnerskih odnosih, v katerih pa naj bi vsaj navidezno oba srečna partnerja igrala vsak svojo vlogo. Vendar pa so te vloge lahko tudi polne bolečin in nezadovoljstva. Temeljni modeli teh dinamik imajo vsekar zelo globoke korenine v sistemu domače družine.

Družinski terapevt Murray Bowen (1978) predpostavlja, da se ljudje nagibajo k romantični zaljubljenosti s partnerji, ki so na podobnem nivoju osebnostne zrelosti oziroma

na istem nivoju diferenciacije, vendar uporabljajo različne načine obnašanja, ki varujejo osebo pred ozavedenjem o globoki anksioznosti; partnerja pa se pri tem nagibata k komplementarnim stilom vedenja. Tako bo npr. moški, ki se sooča z anksioznostjo tako, da svoja čustva potlači ali jih zanika, iskal žensko z enako stopnjo diferenciacije, ki pa bo imela povsem drugačne obrambne mehanizme; tako bo npr. ženska s histeričnimi nagnjenji, ali ženska, ki bo dramatizirala čutenja oziroma izražala svoja čustva na zelo ekstremen način, vedno ob sebi našla moškega, ki bo obsejen z natančnostjo in ritualnostjo, kjer pa bo težko zaslediti čutenje; ženska pa, ki se sooča s svojimi bolečimi čutenji tako, da postane fobična, se bo nagibala k navezavi z moškim, ki se bo branil proti boleči anksioznosti s tem, da jo bo zanikal ter se bo vedno znova vključeval v nevarne športe in tvegane avanture. Tako lahko govorimo celo o komplementarnih obrambnih stilih ali modelih, ki imajo svoje globoke korenine v interpersonalnih in sistemskih dinamikah v njihovih izvirnih družinah:

- 1) Po navadi je eden od partnerjev dominanten in agresiven, drugi pa predan in mazohističen.
- 2) Velikokrat je eden od partnerjev nemočen in potrebuje, da nekdo skrbi zanj, drugi pa je skorajda vsemogočen.
- 3) Zelo pogosto srečujemo partnerja, kjer je eden emocionalno umaknjen ali celo "mrtev", drugi pa rabi veliko čustvene pozornosti.
- 4) Predvsem pa je mogoče zaslediti, da se oba partnerja nenehno borita za nadzor in moč, vendar vsak z drugega zornega kota in drugačnega stališča (Pines, 1999).

Če sta romantična partnerja diferencirana, se med njima ustvarja intimnost, ki oba osrečuje, ne da bi pri tem izgubila svojo samostojnost in individualnost. Ti zakonci se počutijo, da so blizu drug drugemu in drug v drugem spodbujajo osebno rast. Kadar pa

sta partnerja na nizkem nivoju diferenciacije, potem je vsak napor, da bi eden od njiju dosegel večjo samostojnost s strani drugega, do-
•ivljen kot gro•nja odnosu in zato le-ta od-
govarja na ta napor z občutkom ranjenosti in se na to odzove s tem, da partnerja prizadene, rani ali pa se umakne; gre za pogoste napade in izbruhe bolečih čustvenih vsebin, ki se ka-
•ejo v obliki jeze in besa, kar še nadalje ote-
koča vsako zdravo in funkcionalno komuni-
kacijo. Nizek nivo diferenciacije pa obenem povzroča tudi grozljivo čustveno negotovost, kar seveda povzroča nezmo•nost sprejemanja odgovornosti za občutja nevarnosti in neza-
varovanosti. Partnerja tako, namesto da bi sprejela odgovornost za svojo ranljivost, pov-
zročeno zaradi negotovosti, strahu in globoke stiske, rajši krivita drug drugega, in sicer z globokim prepričanjem, da če bi se partner spremenil, ali postal drugačen, potem bi bila odpravljena vsa občutja negotovosti, ranli-
vosti, bolečine in stiske (Meissner, 1978).

Nivo diferenciacije v partnerskem odnosu vsekakor zrcali nivo diferenciacije, ki sta jo oba partnerja dosegla v svojem otroštvu, ali nivo diferenciacije, ki ga je dovoljeval sistem domače dru•ine. Kadar je ta nivo diferenciacije zelo nizek, oba partnerja prineseta s seboj problematična občutja iz njunih odnosov najzgodnejšega otroštva. Nediferenciran moški se bo torej nagibal k •enski, ki je na podobnem nivoju diferenciacije. Iskal bo podobne konflikte, strese in travme, ki jih je nekoč do-
•ivljal ob svojih najbli•jih, zlasti ob svojih starših oziroma vzpostavljaj podobne odnose, ki bodo imeli podobne konflikte in stresne situacije, ki jih je nekoč imel s svojimi starši (Pines, 1999).

Če na koncu povzamemo razumevanje romantičnih odnosov, potem se pri tem osredotočamo na sledeče:

- 1) Ljudje si zelo aktivno, čeprav nezavedno sami ustvarjamo romantične odnose. Do-
•ivetja iz mladosti, zlasti občutja umanj-

kanja ljubezni, zavrnitve, zavr•enosti itd., imajo oziroma predstavljajo največji vpliv pri izbiri romantičnega partnerja. Pri tem gre zlasti za predpostavko, da so do•ivetja iz mladosti podo•ivljena oziroma na novo ustvarjena v odraslih odnosih in so zato odsev tako intrapsihičnih, interpersonalnih, kakor tudi sistemskih dinamik.

- 2) Zakonski, partnerski odnos je odnos, ki je najgloblje povezan z do•ivetji odnosov v najzgodnejšem otroštvu, in sicer odnos, ki sta ga oba partnerja imela s svojima staršema in odnosom, ki sta ga imela starša med seboj. Zaljubljenost torej ni nekaj slučajnega oziroma izbira partnerja v nobenem smislu ni zgolj slučaj. Ljudje si namreč izberemo čisto določeno osebo, s katero se pove•emo v romantično ljubezen, in sicer na osnovi notranjega modela, ki ga skušamo "zapolniti". Z drugimi besedami, izberemo človeka, ki ustreza ponotranjenim do•ivetjem in njihovim odnosom. Vzrok za to je, da samo ta oseba lahko spodbudi ali pomaga na novo ustvariti do•ivetja iz mladosti in nezavedno daje obljubo, da bo zadovoljila potrebe, ki niso bile zadovoljene v našem otroštvu. Ko torej srečamo takšnega človeka, do•ivimo izredno vznemirjenost, srečo, ljubezen, upanje in se na osnovi tega zaljubimo.
- 3) Nezavedne potrebe partnerjev zrcalijo ponotranjene introjekte njunih staršev in ti introjekti se medsebojno komplementirajo. Partnerja se srečujeta v zadovoljevanju teh potreb, ki so nezavedne, komplementarne in te psihološke potrebe ustvarjajo nenapisana pravila, kot so: "Izrazila bom svoje stiske, če me boš ti pomiril" in "mislil bom nate, če boš ti izrazila moja občutja".
- 4) Zmo•nost ljubiti in delovati funkcionalno v romantično ljubezenski zvezi zrcali posameznikov nivo diferenciacije, ki pa je odvisen od posameznikovih do•ivetij iz mladosti, zlasti od sistemskih potreb, ki so na-

rekovala določene vloge in stile obnašanja in čutenja, vse z namenom, da se ohrani sistemsko ravnovesje in sistemska homeostaza. Tokrat pa se ti modeli kompulzivno ponavljajo in na ta način še vedno vzdržujejo družinsko homeostazo, pa čeprav je posameznik že zdavnaj fizično zapustil svojo izvirno družino. Če je bil otrokov odnos s starši doivljen v ljubečem, zdravem in sprejemajočem ter mirnem okolju, in če sta se starša sorazmerno dobro razumela, bo ta posameznik zmožgal postati diferencirana oseba in se uresničevati v ljubezenskem, intimnem odnosu s partnerjem. Če pa je bil otrokov odnos s starši poln bolečine in frustracij ter odnos med staršema preet s konflikti, bo ta posameznik odraščal z zelo nizkim nivojem diferenciacije in bo zato razvil zelo nedozorel odnos s svojim partnerjem. Odnos, v katerem sta oba partnerja nediferencirana, bo zato zbujal izredno močna čustva, tako negativna kot pozitivna, oba pa bosta izkušala pravo obsesivno navezanost drug na drugega.

- 5) Ljudje se nagibajo k navezavi na druge ali se zaljubijo v partnerje, ki so na podobnem nivoju diferenciacije kot je njihova lastna. Z drugimi besedami lahko govorimo, da sta partnerja, ki se zaljubita, na podobnem nivoju emocionalne zrelosti, le njuni obrambni mehanizmi so večkrat povsem drugačni ali celo nasprotni, kot npr. rtev in zlorablajoči, mazohist in sadist. Kadar torej lahko odkrijemo določeno patologijo ali nefunkcionalnost v enem izmed partnerjev, bomo gotovo to v dobršni meri lahko zasledili tudi v drugem (Pines, 1999), kar pa je vedno odsev tako intrapsihičnih kakor tudi interpersonalnih dinamik odnosov, ki so vladali v domači družini.

Medtem ko nam pozitivni vidiki naših romantičnih modelov pomagajo ponovno ustvariti dobre lastnosti iz našega otroškega do-

življanja s starši, pa so kljub temu negativni vidiki tisti, ki nas usmerjajo k partnerju, s katerim upamo in elimo, da bomo preustvarili ali popravili negativne vidike doživljanja iz zgodnjega otroštva oziroma bomo tokrat dobili tisto, kar tedaj ni bilo mogoče oziroma bodo zgodnje potrebe, ki niso bile zadovoljene, sedaj dobile pravi odziv, ki ga elimo.

Medtem ko je naša romantična podoba pod močnim vplivom pozitivnih in negativnih doivetij iz mladosti, je treba omeniti zelo pomembno razliko med vplivom, ki ga imajo na nas pozitivne in negativne značilnosti ali doivetja. Na veselje ali alost, odvisno s katerega stališča to gledamo, imajo vsekakor negativna doivetja veliko večji vpliv na našo notranjo romantično podobo oziroma izbiro partnerja. Vzrok ni v tem, kot trdijo nekateri psihologi, da nimamo druge možnosti, kot da si izberemo in se poročimo z največjo moro, ampak gre pri teh izbirah prvenstveno za razreševanje teh negativnih značilnosti in doivetij iz mladosti. Oseba, ki si jo izberemo na osnovi naše romantične podobe, je ravno tista oseba, s katero je moeno razrešiti te zgodnje travme in zaplete. To je tu razlog ali vzrok, da izberemo osebo oziroma se zaljubimo v nekoga, ki z nami deli negativne značilnosti naših staršev (Hendrix, 1992).

Večkrat pa romantična podoba vodi k izbiri partnerja, ki je popolno nasprotje starša ali staršev, s katerim ima posameznik nerazrešene in nerazčiščene odnose. Moški, ki je bil kot otrok priča nezvestobi s strani svoje matere, bo na tej osnovi izbral ensko, katere temeljna značilnost je zvestoba. Na tej osnovi lahko potem uiva in se veseli njene zvestobe in gotovosti ali pa je lahko patološko ljubosumen in jo brez vsakega razloga obtouje nezvestobe. Njena nenehna dokazovanja, da je povsem zvesta, pa mu lahko pomagajo, da začne zdraviti svoje mladostne rane. To mu namreč dokazuje, da je v nasprotju s svojimi starši zvest in da mu ni treba nenehno doiv-

ljati tistega, kar je doživljal njegov oče, katerega žena je bila nezvesta (Pines, 1998).

Skratka, vedno nas privlačijo ljudje, ki se ujemajo z našo romantično podobo v nekem zelo pomembnem pogledu in načinu. Ta skladnost je lahko v osebnostih, v zunanjem videzu, socialnem ozadju ali okolju ter večkrat v mišljenju, čutenju in vedenju. Ko srečamo takšno osebo, vanjo projiciramo svojo lastno romantično podobo. Če ljubljena oseba v nas projicira svojo romantično podobo, ki je sestavljena iz sistemske notranjepsihične podobe, jaza, očeta in matere ter njunega odnosa in se oba s temi podobami in afekti identificirata, potem govorimo o vzajemni projekciji in identifikaciji, ki jo doživimo kot zaljubljenost. Zato tudi partnerja, ki se zaljubita, začneta doživljati svojo ljubezen in odnos, kakor da sta se poznala vse življenje (Hendrix, 1992).

Ker igra oseba, v katero se zaljubimo, tako zelo pomembno psihološko vlogo v našem življenju, je odkritje te osebe izredno močno doživetje. Ko so ljudje zaljubljeni in je ta njihova ljubezen tudi recipročna oziroma dobijo na to ljubezen tudi vzajemni odziv, to v njih povzroči občutje polnosti in popolne sreče. Prepričani so, da gre za popolno ljubezen, ki bo vedno trajala in se zato nikoli več ne bodo počutili osamljeni, zapuščeni ali žalostni. Ljubezen osvetli še tako temno stran njihovega življenja in jim obenem da občutje smiselnosti (Pines, 1998). Zato je tudi razočaranje, ko romantična ljubezen mine, tako kruto in razdiralno. Ko se namreč pojavijo konflikti, sta zakonca v brezupnem položaju, saj morata začeti vse na novo, če zares hočeta, da iz tega vzraste ljubezen.

Globok medosebni odnos ali odnos, ki predstavlja intimnost dveh, ki se odločita za skupno življenje oziroma odnos, ki je obarvan z dinamiko dveh partnerjev, ki ga predstavlja njuno medsebojno sprejemanje in razumevanje, je namreč šele začetek poti, ki omogoča

eno izmed največjih možnosti, da lahko končno razrešimo nerazčiščene teme iz mladosti ter dosežemo t. i. eksistencialno pomembnost v svojem življenju. Pri tem seveda igra nezavedno svojo izredno vlogo. Zaljubljenost je izredno močno emocionalno in fizično izkustvo, kot smo že omenili, ki v marsičem povsem presega oziroma se odvija izven dometa naših kognitivnih dožemanj in sposobnosti.

Kljub temu, da je v veliko primerih to nerazumno, je nezavedna romantična izbira zelo modra, ker usmerja ljudi k izbiri osebe, ki je najbolj primerna, da jim pomaga razrešiti nerazčiščene zaplete iz otroštva. Zato se potem, ko najdemo takšno osebo, v nas vse na novo prebudi in zaživi oziroma v nas prižge romantično iskrico ljubezni, ki povzroči neverjetno vznemirjenost in življenjskost. Ko sta partnerja zaljubljena, njuno nezavedno usmerja in določa vzajemno izbiro. Njuna čustvena prepletanja obeh najpomembnejših tem njunega notranjepsihičnega ustroja oziroma njunih doživetij iz preteklosti postanejo osnovne teme tudi njunega interpersonalnega stika. Zaljubljenost namreč še ne predstavlja odnosa v vsej polnosti. Intimen odnos se lahko šele razvije, in sicer na osnovi partnerjevih medosebnih zavestnih prizadevanj, da si odnos oza-vestita ter skušata odkriti, kaj je zares tisto, kar ju je privedlo skupaj; v čem si zares pripadata. Tudi po dolgih letih njunega zakona, potem ko sta se medsebojno ranila, razočarala, ko čutita, da njunih problemov ne bo nikoli konec, je še vedno njun problem ravno tisti, s katerim sta prišla skupaj kot romantični par; še vedno je temelj njunega medsebojnega zблиžanja prisoten, v nerazrešenih konfliktih iz mladosti, v katere sta se na osnovi projekcijske identifikacije ponovno ujela ter jih ponovno spodbudila in s tem celotno situacijo naredila še bolj kompleksno in bolečo (Hendrix, 1992).

Odnos, ki ga partnerja vzpostavita in je na začetku poln vznemirjenosti, vsebuje tudi

glavni razlog poznejšim stresom in razočaranjem ter zato nosi s sabo zelo pomembne aplikacije. Ta postavka namreč trdi, da med partnerjema intima, ki je samo nova oblika odnosa posameznega partnerja s svojimi starši, daje najboljšo možnost, da partnerja predelata nerazrešene vsebine iz njunih osnovnih dručin. Ko partnerja ugotovita, da temeljne psihične vsebine, ki so ju naredile tako neverjetno privlačne drug za drugega, ki pa so bile v zaljubljenosti povsem prekrite, ker so nezavedne, postanejo osrednje teme njunega zakonskega spora, se občutja lastne krivde in iskanje krivde pri drugem lahko povsem razblinijo. Ko partnerja tako prerasteta bolečo igro iskanja krivca za vsako ceno, s tem postaneta veliko bolj sprejemljiva, da sprejmeta odgovornost za svoj del zakonskega problema. To je vsekakor izrednega pomena, saj so teme, ki se nanašajo na njune osnovne dručine, vedno v samem jedru njunega zakonskega spora (Framo, 1980).

Zakonski problemi so namreč največkrat ponovni poskusi popraviti, prerasti, obvladati in izbrisati stare konflikte, ki imajo svoj izvor v infantilnih odnosih s starši. Ljudje se soočajo s konflikti, ki so povzročeni v zafrustriranem in ogrožujočem okolju, v katerem so rasli tako, da si modelirajo intimne odnose na način, ki bo skladen modelom, ki so podobni temeljnim doivetjem v njihovih osnovnih dručinskih sistemih. Tipično to naredijo na enega izmed sledečih treh načinov:

- 1) Zaljubijo se v osebo, ki na zelo signifikantni način spominja na starša, s katerim imajo nerazrešene odnose.
- 2) Nezavedno prisilijo partnerja, da reagira na način, kot so nekoč reagirali njihovi starši ali eden izmed njiju.
- 3) Projicirajo svojo notranjepsihično romantično podobo v partnerja in ga obenem dojemajo na način, kot so nekoč dojemali enega izmed satršev ali pa oba, pa čeprav med partnerjem in starši ali enem od njih

ne obstaja nobena realna podobnost (Givelber, 1990), gre pa vsekakor za podoben afekt, ki je preveval njuni izvirni dručini.

Občutja, ki so povzročena v takšnih intimnih odnosih ter v intimnih odnosih na splošno, so izredno močna in jih je skoraj nemogoče zaslediti v ostalih človeških odnosih, kot npr. med prijatelji, sodelavci ali sosedi. Romantični partner, ki je sposoben spodbuditi ali ustvariti močna pozitivna čutenja na začetku odnosa, je sposoben pozneje v odnosu ravno tako povzročiti podobna močna negativna čutenja. Čisto navadni konflikti o povsem nepomembnih stvareh lahko tako povzročijo oziroma so dojeti, kot da imajo pravočivljenjsko pomembnost in so v resnici usidrani ali se usidrajo v najglobljo čivljenjsko bitko ali zaplet. To seveda še ne pomeni, da bosta partnerja na ta način presegla tudi svoje infantilne potrebe in čelje. Samo v funkcionalnem in zdravem intimnem odnosu dveh odraslih sta namreč partnerja sposobna in zmoreta tolerirati infantilne potrebe drug drugega in sta obenem tudi pripravljena, da te potrebe drug drugemu tudi izpolnita (Pines, 1999).

Partnerja, ki se naučita sprejemati drug drugega, se tudi naučita sprejemati samega sebe, vključno s potlačenimi in zanikanimi deli sebe, za katere sta se tako močno trudila, da bi jih ignorirala. Polno sprejetje drugega, posebno še infantilnih čelja in potreb drug drugega, pa zahteva včivljanje drug v drugega. Včivljanje pa zahteva, da posamezni partner začuti tisto, kar čuti njegov partner. To pa je lahko zelo nevarno za nediferencirane partnerje, ki nimajo trdnih sistemskih notranjepsihičnih razmejitev. Takšna oseba se ne počuti varno v sami sebi in se obenem ne počuti, da je psihično neodvisna. Za te osebe pomeni v polnosti čutiti tisto, kar čuti partner, zanikanje svojih osebnih čutenj.

Če povzamemo, potem lahko naredimo naslednje zaključke:

- 1) Interpersonalni ali intimni odnosi proi-zvedejo enega izmed najboljših mo•nosti za razreševanje nerazčiščenih do•ivetij ozi-roma intrapsihičnih dinamik posamezne-ga partnerja, ki so bile vzpostavljene in konsolidirane v mladosti.
- 2) Nezavedne sile teh intrapsihičnih dinamik v veliko večji meri kot logična razmišljanja usmerjajo izbiro bodočega zakonskega partnerja.
- 3) Nezavedna izbira prave osebe v zaljublje-nosti je tako prenos notranjepsihičnih struktur posameznika na interpersonalni in pozneje na sistemski nivo dru•ine, kar pomeni izbira partnerja, s katerim posa-meznik ponovno podo•ivi občutja in do•ivetja iz mladosti. Ta oseba namreč po-vezuje najbolj pomembne značilnosti obeh staršev, skupno z njunim odnosom ter celotnim temeljnim afektom, ki je pre-veval celoten sistem dru•ine.
- 4) Negativne značilnosti imajo večjo moč pri izbiri romantičnega in zakonskega part-nerja, še prav posebej v obsesivni ljubezni, kot pa pozitivne lastnosti, ker rane in umanjkanje pozitivnih občutij potrebujejo zdravljenje. Na ta način se notranjepsi-hične bolečine zdravijo na interpersonalni in pozneje na sistemski ravni, obenem pa recipročno vplivajo tudi na spremembo v celotnem sistemu odnosov.
- 5) Bolj ko je intrapsihična otroška rana trav-matična in večja je na interpersonalni rav-ni podobnost med partnerjem in staršem, ki je rano prizadejal, močnejša je roman-tična zaljubljenost.
- 6) V zaljubljenosti gre vedno za ponovitev pri-marne simbioze z materjo, gre za popolno zdru•enje ali zlitje in to brez razmejitev. Zato se ne moremo zaljubiti v dve osebi hkrati. Ta povratek t.i. raja ali paradi•a pa v nas ponovno ustvari pričakovanja, in si-cer da bo ljubljena oseba uresničila in iz-polnila vse naše infantilne potrebe.
- 7) Ker je zaljubljenost diktirana od naše no-tranjepsihične romantične podobe, t. j. od notranjepsihičnih podob očeta in ma-tere ter njunega medsebojnega odnosa, za-ljubljeni čutijo, kot da so od vedno poz-nali drug drugega, in ker vključuje pono-vitev zelo specifičnih in izredno močnih do•ivetij iz mladosti, zaljubljeni čutijo, da je njihova ljubljena oseba edina oseba, ki jim kaj pomeni na tem svetu in da brez nje ne morejo pre•iveti.
- 8) Ko se partnerja zaljubita, je njuna izbira nezavedna, vzajemna in komplementarna. S tem si dasta mo•nost, da lahko izrazita svoje najbolj temeljne psihične vsebine in teme. Obenem pa skupno ustvarita ali poustvarita njune temeljne psihične vse-bine, vsebine, okrog katerih se vrtijo njuni poznejši osnovni konflikti.
- 9) Razumevanje povezave med nerazrešenimi do•ivetji iz otroštva in poznejšimi prob-lemi zreducira občutja krivde in iskanje krivde pri partnerju ter obema pomaga, da sprejmeta odgovornost za njun prispe-vek v njunem konfliktnem odnosu. Poma-ga jima, da zmoreta probleme preobrniti v mo•nost za osebno rast, kakor tudi rast njunega odnosa.
- 10) Partnerja, ki sta sposobna poslušati in sli-šati čutenja ter potrebe drug drugega, izraziti empatijo ter dati drug drugemu tisto, kar pričakujeta drug od drugega, drug drugemu omogočita, da njuna ro-mantična ljubezen lahko traja. Tu gre za izra•anje empatije in izpolnjevanje part-nerjevih •elja, ki vzniknejo iz povezave med partnerskim odnosom ter njuno di-namiko in povezavo med partnerskim od-nosom ter nerazrešenimi otroškimi do•ivetji; ta dinamika namreč omogoča osebno rast, kakor tudi rast partnerskega odnosa. Ko namreč partnerja psihično dozorevata, s tem dozoreva tudi njun odnos (Pines & Arson, 1988).

Na koncu lahko trdimo, da ima vsaka zaljubljenost čisto svojsko emocionalno in psihološko dinamiko, ki je utemeljena na interakciji med zavednimi in nezavednimi, potlačenimi in projiciranimi deli obeh partnerjev, in sicer tokrat na interpersonalni ravni. V kombinaciji, ki je enkratna in svojska za vsak partnerski odnos, se ti deli, ki so bili ustvarjeni pod močnim vplivom od obeh starševskih podob in starševskim medsebojnim odnosom, na novo prepletajo in ustvarjajo zelo kompleksno in večkrat zelo tragično sliko.

Torej imajo romantični ideali in pričakovanja glede romantičnega odnosa velik vpliv na razvoj poznejšega odnosa. Ker pa so starši zelo kompleksni ljudje, katerih značilnosti so tako pozitivne kakor tudi negativne in s katerimi so bili tudi naši otroški odnosi večplastni in kompleksni in ker naša otroška doživljanja vključujejo veliko število občutij, nekatera pozitivna druga negativna in ker se naš notranjepsihični romantični model nenehno razvija skozi vse življenje, so tudi naši notranjepsihični romantični modeli zelo kompleksni in zato se lahko navežemo na več oseb. Ista oseba namreč lahko ustvari z vsakim romantičnim partnerjem zelo enkratne modele medosebnih interakcij. Tako se lahko zgodi, da se bo posameznik zaljubil v eno osebo, ki mu bo zadovoljila temeljno potrebo po varnosti, vendar ko je ta potreba zadovoljena, se bo zaljubil v drugo osebo, ki mu po izpolnila potrebo po drami in vznemirjenosti. Kljub enkratnemu in svojskemu modelu, ki ga odraža vsak romantični odnos, pa imajo vsi romantični odnosi skupno dinamiko, namreč nenehen boj med silami, ki se potegujejo za simbiozo ali popolno združenje z ljubljen osebno in silami, ki se potegujejo za samostojnost in avtonomijo ali individuacijo. Sile, ki se potegujejo za simbiozo, so osnovane na hrepenenju po združenju oziroma nas

vodijo nazaj na varno področje primarne simbioze z materjo. Sile pa, ki nas vodijo k individuaciji, so utemeljene v življenju, da bi naredili nekaj enkratnega in pomembnega, kar bi nam dalo svojski pomen življenja. Ko se ljudje zaljubijo, sile, ki se potegujejo za zlitje in simbiozo, vedno zmagajo. Vendar v večini odnosov sile, po razdobju večih tednov, mesecev ali let, ki se potegujejo za individuacijo, postanejo močnejše.

Ljudje, ki zmorejo ohraniti iskrico romantičnosti, imajo možnost, da razvijejo tudi intimen odnos, ki ima značilnosti ravnovesja med potrebo po bližini in intimnosti ter varnosti, obenem pa zmorejo izpolniti tudi potrebo po samostojnosti, samouresničenju in individuaciji. V teh odnosih se oba partnerja lahko počutita varna v svoji avtonomiji in intimnost jima ne predstavlja grožnje oziroma je ne dojemata kot nevarnost. Ta tip odnosov bi lahko opisali z metaforo o koreninah in vejah (Pines, 1996). V odnosu korenin in vej korenine simbolizirajo intimnost, skupnost, bližino, varnost in zavezo. Veje pa simbolizirajo individuacijo, samouresničitev in samoekspresijo. Bližina in skupnost podpirata samouresničitev in samouresničitev daje moč skupnosti. Toda kaj je bolj pomembno v tem kontekstu kot korenine in veje v odnosu, saj šele to omogoča zaljubljenost, in sicer ko partnerja zmoreta obdržati oziroma ohraniti trajnost romantične iskre romantične zaljubljenosti.

Zaljubiti se in ohraniti romantično navezanost ima izredno pozitiven vpliv na človekovo dobro počutje. Zaljubljeni ljudje se čutijo bližje njihovemu idealnemu jazu in se obenem počutijo bolje v samih sebi. Zaljubljenost torej ni samo pozitivno izkustvo o sebi, ampak je pomembno izkustvo tudi v izkustvu posameznikovega emocionalnega življenja ter nadvse dragoceno izkustvo v življenju vsakega posameznika.