

Οι 6 Πεποιθήσεις για τα Ραντεβού που Ασυνείδητα σε Περιορίζουν

Υπάρχουν πεποιθήσεις για τα ραντεβού που πολλές γυναίκες υιοθετούν ασυνείδητα. Είναι τόσο βαθιά ριζωμένες στον τρόπο σκέψης μας, που διαμορφώνουν τη συμπεριφορά μας, τις προσδοκίες μας και, τελικά, το ποιον προσελκύουμε.

Όμως, εδώ είναι η σκληρή αλήθεια: πολλές από αυτές τις πεποιθήσεις είναι απλώς μύθοι που μας κάνουν περισσότερη ζημιά παρά καλό. Δημιουργούν μη ρεαλιστικές προσδοκίες, θολώνουν την κρίση μας και συχνά οδηγούν σε απογοήτευση.

Μύθος #1: «Οι Άντρες και οι Γυναίκες Συμπεριφέρονται με τον Ίδιο Ακριβώς Τρόπο»

Η ιδέα ότι οι άντρες και οι γυναίκες εκφράζουν με τον ίδιο τρόπο τις ανάγκες τους μπορεί να φαίνεται παρηγορητική.

Ωστόσο, η αλήθεια είναι ότι οι άντρες και οι γυναίκες λειτουργούν διαφορετικά, ειδικά όταν πρόκειται για σχέσεις. Οι άντρες δεν σκέφτονται ή νιώθουν με τον ίδιο τρόπο που το κάνουν οι γυναίκες —και αυτό είναι κάτι που δεν πρόκειται να αλλάξει. Αν περιμένεις να συμπεριφερθούν με τον ίδιο τρόπο, αυτό θα σε οδηγήσει μόνο σε απογοήτευση.

Οι άντρες συχνά εστιάζουν περισσότερο στη δράση παρά στις συναισθηματικές συζητήσεις. Συνδέονται με μια γυναίκα όταν επενδύουν στην μεταξύ τους γνωριμία και σχέση. Η επένδυση αυτή εκδηλώνεται σε πολλά επίπεδα, όπως το να αφιερώνουν χρόνο και προσοχή, να τη στηρίζουν συναισθηματικά και να της παρέχουν οικονομική ασφάλεια. Ένας άντρας που ξεβολεύεται για εκείνη και επιδιώκει να της προσφέρει την υποστήριξή του, δείχνει την πραγματική του δέσμευση στη σχέση.

Συνεπώς, οι άνδρες δεν συνδέονται με τον ίδιο τρόπο που το κάνουν οι γυναίκες. Ενώ μια γυναίκα μπορεί να αναζητά σύνδεση μέσω βαθιών, συναισθηματικών συζητήσεων, ο άντρας μπορεί να νιώσει πιο κοντά μέσα από κοινές εμπειρίες ή μέσω των πράξεων του για εκείνη τη γυναίκα.

Αυτή η διαφορά δεν σημαίνει ότι οι άντρες είναι επιφανειακοί ή ανίκανοι για αγάπη.

Απλά σημαίνει ότι έχουν διαφορετικούς τρόπους να την εκφράζουν. Ένας άνδρας μπορεί να απομακρυνθεί μετά από μια συναισθηματική εξομολόγηση, επειδή η ευαλωτότητα τον κάνει να νιώθει άβολα, όχι

επειδή δεν νοιάζεται. Το να υποθέτεις ότι θα συμπεριφερθεί όπως μια γυναίκα σε αυτές τις καταστάσεις οδηγεί σε παρεξηγήσεις και ανεκπλήρωτες προσδοκίες.

Μύθος #2: «Ο Άντρας Πρέπει Πάντα να Κάνει την Πρώτη Κίνηση»

Ας το πούμε ξεκάθαρα: το να περιμένεις από τους άντρες να κάνουν κάθε πρώτη κίνηση σε βάζει σε μια παθητική θέση, και αυτός είναι ο πιο σίγουρος τρόπος για να μείνεις κολλημένη περιμένοντας. Σίγουρα, υπάρχει κάτι ελκυστικό στην ιδέα ενός άντρα που σε διεκδικεί με αυτοπεποίθηση και αναλαμβάνει την πρωτοβουλία, αλλά αν βασίζεσαι μόνο σε εκείνον για να κάνει πάντα το πρώτο βήμα, χάνεις τη δύναμή σου στη διαδικασία.

Οι άντρες πράγματι απολαμβάνουν να διεκδικούν, ωστόσο ανταποκρίνονται επίσης σε σήματα από τις γυναίκες. Αν παραμείνεις απλώς παθητική και περιμένεις να αναλάβει εκείνος όλη τη δράση, μπορεί να χάσεις σημαντικές ευκαιρίες για σύνδεση. Το να του εκφράσεις το ενδιαφέρον σου ή να του δώσεις μια μικρή ώθηση προς τη σωστή κατεύθυνση δεν σε καθιστά απεγνωσμένη—αντίθετα, αποδεικνύει την αυτοπεποίθησή σου.

Η πεποίθηση ότι οι άντρες πρέπει να κάνουν τα πάντα πρώτοι μπορεί να σε κρατήσει μόνη για περισσότερο καιρό απ' ό,τι θα ήθελες. Όταν κατανοήσεις ότι μπορείς να έχεις και εσύ ενεργό ρόλο στα ραντεβού, θα μάθεις να τα απολαμβάνεις και να υιοθετείς τη νοοτροπία της επιλογής, αντί να περιμένεις να σε επιλέξουν. Όταν συνειδητοποιήσεις ότι μπορείς να εκφράσεις το ενδιαφέρον σου με όμορφο και φυσικό τρόπο, τότε η προσέγγισή σου στο dating θα αλλάξει ριζικά.

Μύθος #3: «Μια Καλή Σχέση Δεν Πρέπει να Απαιτεί Προσπάθεια»

Αυτός είναι ένας από τους μεγαλύτερους μύθους εκεί έξω. Η ιδέα ότι μια καλή σχέση πρέπει να είναι χωρίς κόπο προετοιμάζει πολλές γυναίκες για αποτυχία. Η πραγματικότητα είναι ότι καμία σχέση—όσο «τέλεια» κι αν φαίνεται—δεν είναι χωρίς προκλήσεις. Οι αληθινές σχέσεις απαιτούν συμβιβασμούς, προσπάθεια και μερικές φορές πολύ υπομονή. Αν αναζητάς μια σύνδεση που να είναι εύκολη και να «κουμπώνει» από μόνη της χωρίς καμία δυσκολία, ζεις σε μια φαντασία.

Μια αυθεντική σύνδεση οικοδομείται πάνω σε κοινές αξίες και την ικανότητα να αντιμετωπίζετε τις συγκρούσεις που προκύπτουν με το να τοποθετείτε το πρόβλημα απέναντί σας και όχι ανάμεσά σας.

Αν αναμένεις ότι η σχέση θα είναι πάντα ιδανική και χωρίς προβλήματα, θα βρεθείς σε απογοήτευση όταν διαφωνίες προκύψουν.

Ένας άντρας δεν είναι «ο λάθος τύπος» απλώς επειδή πρέπει να εργαστείτε πάνω σε παρεξηγήσεις ή να βρείτε τρόπους να ισορροπήσετε τις ανάγκες σας. Οι σχέσεις εξελίσσονται με τον χρόνο και απαιτούν δύο ανθρώπους που είναι πρόθυμοι να καταβάλουν την απαιτούμενη προσπάθεια.

Μύθος #4: «Ο Σωστός Άντρας Θα Καλύψει Όλες Μου τις Ανάγκες»

Η πεποίθηση ότι ένας άντρας θα έρθει και θα καλύψει αβίαστα κάθε ανάγκη που έχεις αποτελεί έναν μύθο που οδηγεί σε απογοήτευση. Οι άντρες, όπως και οι γυναίκες, έχουν τις δικές τους ατέλειες και ανάγκες. Αν αναμένεις από έναν άντρα να είναι ταυτόχρονα ο καλύτερος φίλος σου, ο εμπιστευτικός σύντροφος, η συναισθηματική σου υποστήριξη και η αστείρευτη πηγή ευτυχίας, τότε θέτεις ακατόρθωτες προσδοκίες, οι οποίες δεν είναι ρεαλιστικές.

Όταν εξαρτάσαι από έναν σύντροφο για να καλύψει όλες τις ανάγκες σου, προετοιμάζεις τον εαυτό σου για απογοήτευση. Μια υγιής σχέση περιλαμβάνει και τους δύο συντρόφους να συνεισφέρουν στη ζωή του άλλου, αλλά κανένα άτομο δεν μπορεί να είναι τα πάντα. Αν ψάχνεις έναν σύντροφο για να διορθώσει τα προβλήματά σου ή να είναι η απάντηση σε ό,τι σου λείπει, θα απογοητεύεσαι κάθε φορά. Αυτό δεν είναι το έργο του. Ένας αληθινός σύντροφος συμπληρώνει τη ζωή σου, όχι την ολοκληρώνει.

Μύθος #5: «Αν Πραγματικά Νοιαζόταν, Θα...»

Αυτή είναι μια επικίνδυνη πεποίθηση, γιατί δημιουργεί προσδοκίες που συχνά είναι μη ρεαλιστικές. Το να σκέφτεσαι, «Αν πραγματικά νοιαζόταν, θα με καλούσε κάθε μέρα, θα περνούσε όλο του τον χρόνο μαζί μου ή θα ήξερε πάντα ακριβώς πώς νιώθω», θέτει μια σειρά από «δοκιμασίες» που κανένας άντρας δεν μπορεί να περάσει.

Το να περιμένεις από έναν άντρα να δείξει ότι νοιάζεται με έναν συγκεκριμένο τρόπο, ή να καταλαβαίνει αυτόματα τι χρειάζεσαι χωρίς σαφή επικοινωνία, είναι μια παγίδα απογοήτευσης. Οι άντρες εκφράζουν το ενδιαφέρον τους με διαφορετικούς τρόπους, μερικές φορές μέσω πράξεων παρά λέξεων, ή απλά με το να είναι παρόντες και συνεπείς. Το γεγονός ότι δεν εκφράζεται με τον ακριβή τρόπο που περιμένεις δεν σημαίνει ότι δεν νοιάζεται.

Μύθος #6 «Ένα ραντεβού πρέπει πάντα να καταλήξει σε σχέση...»

Η προσδοκία ότι κάθε πρώτο ραντεβού θα εξελιχθεί σε σχέση μπορεί να δημιουργήσει πίεση και άγχος, τόσο για σένα όσο και για τον άλλον. Όταν προσδοκός από τα πρώτα ραντεβού η γνωριμία να εξελιχθεί σε σχέση, μπορεί να νιώσεις την ανάγκη να παρουσιάσεις τον καλύτερο εαυτό σου, προσπαθώντας να ικανοποιήσεις τις προσδοκίες του άλλου.

Έχεις ήδη αποφασίσει μέσα σου ότι θέλεις να προχωρήσεις σε σχέση με έναν άνθρωπο που δεν έχεις γνωρίσει καλά. Αυτή η στάση αποτυπώνεται και στη συμπεριφορά σου. Με άλλα λόγια, υιοθετείς μια προσέγγιση που δεν αφήνει το περιθώριο στον άλλον να σε διεκδικήσει και να ανακαλύψει τις αληθινές πτυχές του χαρακτήρα σου.

Αντιθέτως, είναι σημαντικό να προσεγγίζεις το dating ως μια ευχάριστη διαδικασία, εστιάζοντας στο να γνωρίσεις τον άλλον χωρίς άγχος και προσδοκίες, και να αξιολογήσεις αν αυτό που σου προσφέρει αξίζει να του δώσεις την ευκαιρία για περαιτέρω εξερεύνηση της γνωριμίας σας.

Η διαδικασία των ραντεβού είναι πολύ περισσότερο από απλώς μια αναζήτηση συντρόφου. Είναι μια ευκαιρία για γνωριμία και αλληλεπίδραση με άλλους ανθρώπους, για να μάθεις περισσότερα για τον χαρακτήρα τους, τις αξίες τους και την προσωπικότητά τους. Με αυτόν τον τρόπο, τα ραντεβού γίνονται μια πιο αυθεντική εμπειρία, όπου το κύριο μέλημα δεν είναι μόνο το αν θα καταλήξει σε σχέση, αλλά και το να απολαύσεις την αλληλεπίδραση και να ανακαλύψεις νέες πλευρές του εαυτού σου και των άλλων.