



ROMANTİK İLİŞKİ

Romantik ilişki;

Bir kişinin başka bir kişiye karşı duyduğu sevgi ve bağlılık içeren duygular bütünüdür. Ve bu duygu aşk olarak tanımlanmaktadır.

Aşk;

Tüm toplumlarda her zaman var olmuş ve var olacak olan; hemen herkesin hissettiği ve hissetmeyi istediği duygusal bir olgudur. Çünkü çoğu canlının duygusal bağ kurma ihtiyacı vardır. Genç yetişkinlik dönemlerinde kişiler bu bağlanma ve sevgi ihtiyacını romantik ilişkileri vasıtasıyla karşılamaktadır. Üniversitesi dönemlerinde yaşanan romantik ilişkiler, bireylerin ilişkiden beklentilerini oluşturmasını ve kurulacak sağlıklı evliliklerin temelini oluşturmaktadır.



Sağlıklı İlişki

Sağlıklı bir romantik ilişki bireyin hem fiziksel hem de psikolojik ihtiyaçlarını karşılar. Ancak her bireyin ilişki beklentisi veya anlayışı aynı olmayabilir. Romantik ilişkiler kişinin kendini ilişkiye ne kadar adanmış, ilişkinin süresi, fiziksel ve duygusal yakınlık boyutu gibi özelliklerine göre çeşitlilik göstermektedir. Bu farklılıkların beraberinde getirdiği sorunlar aşamamak ve ilişkinin devam etmesinde yaşanabilen ısrara sağlıklı ilişkiyi ortaya çıkarır.



Sağlıklı Bir İlişkinin Temel Unsurları;

Romantik ilişkilerin sağlıklı bir şekilde ilerlemesi bireylerin; ilişki içinde daha sağlıklı bir yol izlemeleri ve kurulan ilişkiden her iki tarafın da faydalanmasını sağlayabilir)

- Karşılıklı saygı ve anlayış
- Karşılıklı güven ve dürüstlük.
- İlişkiyi sürdürme becerileri
- İlişkiyi sonlandırma davranışları
- İlişki içerisinde yaşanan problemlere çözümci yaklaşma
- Bireyler arası eşitlik ve adalet



Sağlıksız ilişki nedir?

Sağlıksız ilişkiler bireylerde yoğun hayal kırıklığı duygusu ve beraberinde mutsuzluk yaratır. Fakat karşısındaki kişiye bağımlılık hisseden bireyler olumsuz durumları göz ardı etme, mutsuz olmasına rağmen ilişkiyi devam ettirme çabası ve onsuz geleceğe dair plan kuramama gibi karmaşanın içerisinde girer. Bu durum bireyleri kısır döngünün içerisinde çaresiz hissettirmektedir. Sağlıksız ilişkiyi fark etme ve ardından bitirme kararını verirken sosyal çevremizin, ailemizin uyarılarını dikkate almak ve en önemlisi bizim ilişkiden ne beklediğimizi iyi belirlememiz gerekmektedir.



Sağlıklı olmayan romantik ilişkilerde ise bireylerde şu davranışlar gözlemlenir;

- Karşı tarafın seçimlerine saygı duymama
- Kendine ait tüm özellikleri üstün görme
- Karşısındaki kişinin karakteristik özelliklerini yok sayıp kendi istediği davranışı dayatma
- Problemlere çözümci yaklaşmak yerine kaos ortamı yaratma



Online Randevu ve Bilgi İçin;

