

# L'ARMONIA IN FAMIGLIA:

## ESISTE UN MODO UNIVERSALE PER RAGGIUNGERLA?

L'armonia nei rapporti è una componente importante, se non la principale, di una forte unione di coppia.

È curioso il fatto, che quando c'è l'armonia in famiglia, nessuno sa dire con certezza perché esiste. Ma quando manca, chiunque può facilmente elencare almeno due dozzine di ragioni che ne impediscono il raggiungimento. Principalmente, questi motivi saranno legati al modo in cui si comporta il partner: marito o moglie. La stragrande maggioranza di coloro che non trovano la felicità nel matrimonio crede davvero che con un partner diverso e più adatto, loro stessi sarebbero diversi e la stessa vita familiare sarebbe diversa, più felice. Ma il segreto è che non bisogna essere la coniuge o il coniuge perfetto per raggiungere l'armonia in famiglia.

In tutte le famiglie ci sono conflitti, incomprensioni, litigi e disaccordi. Ma le famiglie felici e infelici vivono questi conflitti in modi diversi. La stessa visione e comprensione dei valori, la lealtà reciproca, la capacità di fidarsi l'uno dell'altro, il desiderio di sostenersi a vicenda: questi sono i fattori importanti che distinguono i matrimoni felici da quelli senza successo. Tutti sappiamo, che le relazioni sono un lavoro costante.

Naturalmente, lavorare sulla relazione è una sfida per entrambi i partner.

Non è nel nostro potere "educare" il marito o la moglie, cercando di renderli partner comodi e "corretti". Tutto quello che possiamo fare è riconsiderare il nostro atteggiamento nei confronti del matrimonio, cercare di trovare e correggere i nostri errori, lavorare sul nostro atteggiamento nei confronti del nostro partner. Solo cambiando noi stessi possiamo provocare cambiamenti reciproci da parte del partner. E spesso questo è l'unico modo per raggiungere l'armonia in famiglia.

### **Quali sono i pilastri su cui regge l'armonia della coppia?**

Esiste un rapporto diretto tra sentimenti e azioni. Quando siamo innamorati, le nostre azioni in relazione a un partner sono dettate dai nostri sentimenti. Poi, quando la passione inizia a scemare, sono le azioni che possono diventare quella fonte magica che alimenterà la relazione, riempiendola di amore e affetto.

Decidi tu stesso che non vuoi solo vivere con questa persona, ma vivere felicemente.

Sii gentile, non cercare di punzecchiare il tuo partner. Anche se ha commesso un errore, aiutalo, sii dalla sua parte. Considera le parole che vuoi dire, a volte è meglio rimanere davvero in silenzio piuttosto che provocare un conflitto.

Non abbiate paura di essere i primi ad andare alla riconciliazione, non aspettate di essere respinti o umiliati.

La comunicazione è alla base di qualunque rapporto e lo sappiamo tutti. Non aspettarti che il tuo partner impari a leggerti nella mente o indovini quello che vuoi. C'è qualcosa, che ti preoccupa nella vostra relazione? Diglielo senza mezzi termini, ma in modo gentile e chiaro.

Non devi vivere in una relazione che non ti soddisfa; ma per non vivere in una relazione del genere, dovrai imparare a parlare con il tuo partner, mettendo alla luce tutte le questioni importanti. È difficile dire quante famiglie sarebbero potute essere salvate dal divorzio se le persone solo avessero saputo parlare l'una con l'altro.

I greci definivano l'armonia di coppia come "l'accordo dei disaccordi". Per raggiungerla non è necessario sforzarsi di essere un tutt'uno con l'altra persona. Bisogna rimanere se stessi, ma cercare di riconoscere, accettare e rispettare l'unicità del partner.

*Team di PSCIENUM*