

WYBÓR PARTNERA: Szczęście jest do osiągnięcia

Kto jest dla mnie odpowiedni?

Klucz do odnalezienia swojego idealnego partnera.

Dlaczego zakochujemy się w tej, a nie w tamtej osobie? Skąd wiedzieć, że to ta właściwa osoba? Romantycy mówią, że decyzję tą podejmuje serce. Z kolei biolodzy, że to hormon. Oba wyjaśnienia razem dają realistyczny i intrygujący wgląd w proces wybierania partnera. To integracyjne podejście rzuca nieco światła na założenia, jakie posiadamy wobec miłości jako mitu oraz pokazuje błędy, które wiele osób popełnia starając się *odnaleźć* Pana Idealnego lub Panią Idealną.

Ursula Nuber

WYBÓR PARTNERA: *Kto jest dla mnie odpowiedni?*

Dlaczego więc zakochujemy się w konkretnej osobie? Skąd wiedzieć, że to ta właściwa osoba? Czy podążamy głosem serca, rozsądku, czy też to tylko hormony? Biolodzy i psychologowie nie mogą dojść do porozumienia w tych kwestiach. Niemniej jednak, dzięki ich odmiennym podejściom i wyjaśnieniom formuje się przed nami wiarygodny oraz fascynujący obraz tego, jak wybieramy partnerów.

„Poznaliśmy się w liceum.”

„Już w szkole byliśmy parą.”

„Po pierwszej klasie liceum przeprowadził się wraz z rodzicami.”

„Nigdy nie mogłem jej zapomnieć.”

„Nigdy nie mógł mnie zapomnieć”

„Miałem wrażenie, że jej piękna twarz została odcisnięta w mojej pamięci. 34 lata później, kiedy szedłem po ulicy Broadway, wpadłem właśnie na nią.”

„Spojrzeliśmy sobie w oczy i poculiśmy się tak, jakby od rozstania nie minął nawet dzień.”

„Tak, była tak samo piękna jak w wieku 16 lat.”

„Wciąż wyglądał tak samo, wcale się nie zmienił.”

„Ożeniłem się 40 lat temu, ale po 3 latach się rozwiedliśmy. Wtedy pobrałem się z Marjorie.”

„Na początku byłeś z Barbarą.”

„Tak, z Barbarą. Nie ożeniłem się z nią, tylko z Marjorie.”

„A potem znowu się rozwiódł.”

„Zgadza się. Po tym ożeniłem się z Katy.”

„I nadszedł kolejny rozwód.” „Parę lat później byłem na czyimś pogrzebie, gdzie ją spotkałem. Byłem wtedy z jakąś niską dziewczyną, nie pamiętam, jak się nazywała.”

„Roberta.”

„A, tak, Roberta. Ale to od ciebie nie mogłem oderwać oczu. Pamiętam to jak dziś. Podszedłem po cichu i powiedziałem - czekaj, co powiedziałem?”

„Powiedziałeś: co robisz później?”

„Zostawiłem tam Robertę samą, poszliśmy razem na kawę, a potem się pobraliśmy.”

„Dokładnie 35 lat później po naszym pierwszym ślubie.”

„Wtedy był kierownikiem na koloniach letnich dla chłopców. A ja byłem kierownikiem na koloniach dziewczęcych. Pewnego wieczoru zobaczyłam, jak szedł prosto do nas.

Myślałam, że chce porozmawiać z moją przyjaciółką Martine; nie było to nic nowego, przyciągała większość mężczyzn. Tym razem jednak było inaczej - podszedł do mnie. Powiedział:

„Nazywam się Ben Small.”

„Już w tej chwili wiedziałam. To przecucie, które ci podpowiada. Jak wtedy, kiedy udaje kupić ci się dobrego arbuza.”

Z kim ożenił się więc ten mężczyzna?

Zupełnie jak postaci z filmu „Kiedy Harry poznał Sally” uwielbiamy opowiadać historie o tym, jak wybraliśmy swoich partnerów. Jakie to było uczucie, spotkać ją/jego po raz pierwszy? Co nam powiedzieli, co poczuliśmy i co się potem stało? Nawet dziesiątki lat później wciąż pamiętamy najdrobniejsze szczegóły tego wyjątkowego momentu i nigdy nie mamy dosyć wspomnienia tego raz za razem, a także opowiadania innym. To, czy nasza miłość nadal trwa, czy już przeminęła, nie ma znaczenia - historie o wyborze naszego partnera nigdy nie przestają nas fascynować. Czy to w przypadku nas samych, czy kogoś innego - nigdy nie przestaje nas zadziwiać, jak dwójka nieznajomych stała się kochankami. Nie jest przypadkiem, że filmy pokroju „Kiedy Harry spotkał Sally” odnoszą takie sukcesy - wszyscy uwielbiamy patrzeć, kiedy dwa serca odnajdują się nawzajem.

Serce, rozum, czy hormony

Za każdą parą stoi inna historia i, widocznie, każda przebiega inaczej. Nie ważne jednak jak różne i tajemnicze historie te mogą wydawać się na pierwszy rzut oka, wybór partnera jest o wiele mniej tajemniczy i wyjątkowy niż myślimy, bądź to sobie wyobrażamy. Jesteśmy przekonani, że gdzieś tam, na świecie, jest konkretna osoba, która jest dla nas idealna i która może nam dać uczucie spełnienia. Jeżeli jednak spytasz naukowców „dlaczego ludzie się schodzą”, szybko zostaniesz sprowadzony z powrotem na ziemię.

Blaise Pascal twierdził: „Serce ma swoje racje, których rozum nie zna.” Naukowcy oferują dzisiaj zupełnie rozsądne i racjonalne wyjaśnienia, w których nie ma zbyt wiele miejsca na romantyzm. Naukowa odpowiedź na pytanie „Czy miłość do kogoś pochodzi z mózgu, serca, czy też zależy to w zupełności od hormonów?” stawia serce na drugim miejscu. Dowody pokazują, że wybór partnera wydaje się być kwestią bardziej biologiczną, niż rzeczą płynącą z rozsądku. Wiele powalających badań przeprowadzonych przez socjologów i antropologów dostarcza nam w gruncie rzeczy trzy wyjaśnienia:

- Nasz wybór partnera kontrolowany jest przez ewolucyjne dziedzictwo.
- Ciągnie nas do ludzi, którzy są do nas podobni pod względem genetycznym.
- Procesy biochemiczne i hormonalne powodują uaktywnienie uczucia „zakochania”.

Zgodnie z *modelem ewolucyjnym*, niektóre strategie wyboru partnera powstały na skutek ludzkiej ewolucji. Znany przedstawiciel takiego podejścia jest psycholog ewolucyjny David Buss. W obszernym, międzykulturowym badaniu, w którym udział wzięło ponad 10,000 osób z 37 różnych kultur, Buss starał się okryć, jakich cech charakterystycznych każda płeć poszukuje u swojego partnera. Próbował on także określić ewolucyjne podłoże różnic w tych preferencjach. Buss odkrył, że kobiety poszukują partnerów o odpowiednim statusie społecznym, którzy ich nie porzucają, a także pomogą wychować potomstwo.

Mężczyźni, z drugiej strony, poszukują kobiet, które mają duże szanse na danie im zdrowych dzieci. - Jesteśmy potomkami przodków i zbieraczy - mówi David Buss, - ich żądze wciąż pozostają częścią nas. W ciągu tysięcy kolejnych pokoleń, u kobiet wykształciły się preferencje wobec mężczyzn, które chcą i są w stanie zawrzeć długotrwały związek.

Co jeśli jednak to kobieta ma wyższy status? - Nie będzie wtedy ona szukać solidnego partnera - a przynajmniej tak by się wydawało - przyznaje etnolog Karl Grammer. Może to jednak nie być prawdą. Im wyższy status kobiety, tym wyższy musi być status mężczyzny. Według Grammera, odpowiedź na pytanie „dlaczego kobiety nie wykorzystują swojej niezależności finansowej i nie poszukują atrakcyjnych mężczyzn” zawarta jest w nowych badaniach przeprowadzonych przez amerykańskich naukowców, według których „atrakcyjni mężczyźni mniej inwestują w potomstwo. Nie tylko wpływa to na decyzje o inwestycjach finansowych, ale i także emocjonalnych. Z tego też powodu dla kobiet mężczyźni ci nie są bardzo atrakcyjni.”

Co jednak, jeżeli kobieta nie chce mieć dzieci, ma ona dzieci z poprzedniego związku, albo jest ona już zbyt stara, aby rodzić? Czy zastosuje inną strategię wyboru partnera? Dagmar Luszyk, psycholog z drezdeńskiej politechniki, zbadała tę kwestię w badaniu pilotażowym. Poddała ona analizie 150 ogłoszeń matrymonialnych wystawionych przez kobiety w wieku od 20 do 39 lat oraz 150 ogłoszeń od kobiet w wieku od 50 do 69 lat. Zakładała ona, że starsze kobiety mniej przejmują się statusem mężczyzny i kładą mniejszy nacisk na wygląd, w porównaniu do kobiet młodszych. Założenie to jednak się nie potwierdziło. Luszyk nie odnotowała znaczących różnic pomiędzy obiema grupami wiekowymi w krytycznych kategoriach, jak status, edukacja i potencjał finansowy mężczyzny. Według niej, sugeruje to, że „poszukiwanie partnera w starszych grupach wiekowych jest adekwatnie opisane w ewolucyjnej teorii wyboru partnera.”

Podobieństwa: gwarancja stabilnego związku

Starsze kobiety zdają się równoważyć utratę możliwości do rodzenia dzieci pod jednym względem: kładą one mniejszą wagę na chęć partnera do podjęcia długoterminowego związku. Dagmar Luszyk wierzy, że „odmienny kontekst, w którym znajdują się starsze kobiety, jest widocznie ważniejszy, niż genetycznie narzucone strategię wyboru partnera.”

Odpowiedź na odwieczne pytanie, która mądrość ludowa jest słuszna: „ciągnie swój do swego” czy też „przeciwieństwa się przyciągają” jasno określiła nauka. Badania naukowe potwierdziły to, co Shakespeare wiedział już, kiedy pisał „Nie ma miejsca we wspólnej dwojga serc przestrzeni”: Zakochujemy się w osobach podobnych do nas samych. Genetyczny model wyboru partnera wyjaśnia ten porządek rzeczy. Podobieństwo gwarantuje bonus genetyczny. Potomstwo osób, które są do siebie podobne, jest bardziej spokrewnione ze swoimi rodzicami, niż w standardowych 50%.

Oprócz tej „genetycznej” korzyści, podobieństwo między partnerami gwarantuje również stabilność związku. Niedawne wyniki badań, opublikowane latem 1996 roku na dorocznym zjeździe Amerykańskiego Stowarzyszenia Psychologów (American Psychological Association) w Toronto, potwierdzają, że: Każdy, kto poślubi osobę podobną do niego samego, cieszy się szczęśliwszym i stabilniejszym małżeństwem, niż pary złożone z bardzo odmiennych osób. Na dłuższą metę badacze nie znaleźli wielu dowodów potwierdzających, że przeciwieństwa się przyciągają.

Dzieci - przeszkoda (czy też nie)?

„Świetnie radzę sobie z dziećmi” - często ta fraza pojawia się w ogłoszeniach matrymonialnych. Czy też więc dziecko z poprzedniego małżeństwa nie będzie „przeszkodą nie do pokonania” dla naszego nowego związku? Samotnym matkom i ojcom nie jest łatwo w grze o partnera - takie wnioski wyciągnęli psychologowie z Heidelberg, Viktor Oubaid i Manfred Amelang, w oparciu o ankietę przeprowadzoną wśród 203 studentów uniwersytetu w Heidelberg (*Gruppendynamik, wydanie 4, 12/1995*). Uczestnikom polecono wyobrazić sobie sytuację, w której są na nowo zakochani i chcą wstąpić w długotrwały związek ze swoimi partnerami. Oubaid i Amelang chcieli dowiedzieć się: Jakie czynniki wzmacniają tą chęć, a które zaś osłabiają? Podano 18 powodów, w tym:

- kobieta ta urodziła już dziecko, ale oddała je do adopcji (mężczyzna ten miał już dziecko, ale żyje ono z przybranymi rodzicami);
- osoba ta miała już dziecko, które zmarło krótko po narodzinach;
- kobieta ta jest w ciąży z innym mężczyzną (poprzednia partnerka tego mężczyzny nosi jego dziecko);
- kobieta ta jest w ciąży z innym mężczyzną, który umarł krótko po zapłodnieniu (mężczyzna ten ma sześciomiesięczne dziecko, którego matka umarła niedługo po porodzie);
- kobieta ta ma dwuletnie dziecko. Żyje w separacji z ojcem dziecka, który płaci alimenty (mężczyzna ten żyje w separacji z matką dziecka i razem posiadają prawo do opieki nad dzieckiem);
- osoba ta ma dwuletnie dziecko, którego jeden rodzic zmarł.

Nie ważne jakim atrakcyjnym wymarzony partner by nie był, im więcej odpowiedzialności ma on wobec dziecka, tym mniejsza jest jego „wartość rynkowa”. Biorący udział w ankiecie określili, że związek długoterminowy jest najbardziej prawdopodobnym rezultatem w przypadku związku z osobą, której zmarło dziecko. Chęć związania się jest najmniejsza w przypadku ciąży. „Koszt” finansowy oraz emocjonalny związany z narodzonym dzieckiem ma kluczowe znaczenie. Jeżeli jego dziecko zmarło, wychowywane jest przez przybranych rodziców lub też drugi rodzic biologiczny nie żyje, ankietowani byliby jak najbardziej chętni do podjęcia wysiłku w celu związania się z takim partnerem.

Sztuka nawiązywania kontaktu

Wybór partnera wymaga nawiązania kontaktu. Jak mamy nawiązać więź z osobą, którą uważamy za interesującą? Jak przełamać pierwsze lody, aby zwrócić jej uwagę? Behawiorystka Christiane Tramitz z Instytutu Ludzkiej Etologii im. Maksa Placka zgłębiła tą kwestię w swoich badaniach nad „kobiecy językiem ciała i jego efektach wywieranych na mężczyznach” z perspektywy kobiety. Czy istnieją sygnały w języku ciała, które określają, czy mężczyzna zacznie odczuwać współczucie lub antypatię względem obcej kobiety, czy też pozostanie mu ona obojętna?

Spojrzenie: Kontakt wzrokowy postrzegany jest przez mężczyzn jako zachęcający. Częste spoglądanie na mężczyznę może zmotywować go do działania. Wzrok zdaje się mieć mniejsze powodzenie w przypadku wstydliwych mężczyzn oraz tych, którzy mają problemy z rozmawianiem z kobietami.

Unikanie spojrzenia: Jeżeli kobieta ledwie na Ciebie spogląda, albo robi to bardzo pośpiesznie, mężczyźni odbierają to jako jasny znak: jest znudzona i nie jest zainteresowana. Z drugiej strony, towarzystwo kobiety, która unika kontaktu wzrokowego jest dla mężczyzn równie nieatrakcyjne, co męczące. Nie będą chcieli oni poznać bliżej takiej kobiety.

Ruchy górnej części ciała: Kobiety postrzegane są przez mężczyzn jako przyjazne, zachęcające i atrakcyjne, kiedy podczas rozmowy pochylają w przód górną część swojego ciała. Rzekomo podnosi to samoocenę mężczyzn.

Odwracanie się plecami: Skrzyżowane ręce oraz odwracanie ciała to sygnały, które mężczyźni - rzecz

jasna -postrzegają jako odrzucenie. Jednakże, jak zauważa Tramitz, mężczyźni potrzebują „wielu jasnych i jednoznacznych sygnałów mówiących o odrzuceniu, zanim zdadzą sobie sprawę lub zrozumieją, że kobieta ich odrzuca.”

Uśmiech: Uśmiechnięte kobiety postrzegane są przez mężczyzn jako atrakcyjne, przyjazne i ciekawe.

Odgarnianie włosów: Jaki efekt ma na mężczyzn kobieta, która celowo powoli przesuwając rękę po włosach, z głową lekko odchylną w bok? Trudno jest wyciągnąć definitywne wnioski. Tramitz zaobserwowała, że: wśród ankietowanych mężczyzn, 21 zinterpretowało ten sygnał jako pozytywny znak, 24 - negatywny, zaś część w ogóle nie uznała go za znak mowy ciała.

Ręce za głową: Ręce skrzyżowane za głową to sygnał na który mężczyźni reagują niejednoznacznie. Niektórzy interpretują to jako przyjazny, zachęcający gest, dla innych zaś - zwłaszcza dla starszych mężczyzn - to sygnał negatywny. Mężczyźni, którym podoba się dana kobieta, krzywią się w głębi duszy, kiedy odchyła się ona do tyłu i krzyżuje ręce za głową. - Mężczyźni interpretują fizyczne „zwiększanie rozmiaru” jako chęć dominowania - mówi Tramitz, - żadnemu się to nie będzie podobało!

Christiane Tramitz ostrzega przed odczytywaniem niektórych sygnałów mowy ciała jako „dobrych” i „złych”. „Niektóre sygnały będą przez jednych odbierane entuzjastycznie, podczas gdy innych będą one odrzucać” – tak podsumowała wyniki swoich badań. „Język ciała nie funkcjonuje niczym sztywny zbiór zasad lub jak światła drogowe, gdzie ten sam kolor zawsze wywołuje identyczną reakcję.”

Źródło: Tramitz, Christiane: *Irren ist männlich. Weibliche Körpersprache und ihre Wirkung auf Männer*, Bertelsmann Monachium, 1993

„Statystyczna para” będzie podobnie dopasowana, zwłaszcza pod tymi względami:

- **Początki:** Przyciągani jesteśmy do osób, których świat rodzinny jest pod paroma ważnymi względami podobny do tego naszego i czyja sytuacja psychologiczna w rodzinie jest podobna do naszej (podobna rola jako rodzeństwo, rodzice, podobne traumatyczne przeżycia).
- **Podobieństwo fizyczne:** Fizyczne podobieństwo par często podkreślane jest w literaturze. Większość partnerów jest podobnego wzrostu i kształtu ciała. Są oni zazwyczaj równie szczupli lub „grubi” oraz równie atrakcyjni/nieatrakcyjni.
- **Inteligencja:** Podobne zdolności poznawcze często zdają się być ważne w kwestii wyboru partnera i zadowolenia w związku. Różne badania pokazały, że ludzie w związkach często cechują się zbliżonymi zdolnościami językowymi, mają blisko rozwiniętą wyobraźnię, a także pamięć.
- **Cechy osobowości:** Również w kwestii osobowości partnerzy poszukują podobieństw. Stopień samoświadomości (*samokontroli*) zdaje się mieć dominujące znaczenie. Osoby o dużej samoświadomości bardziej zwracają uwagę na swoje środki ekspresji oraz zachowanie, dodatkowo dostosowując je do warunków zewnętrznych. Ludzi, którzy się tym cechują, trudniej jest kontrolować „z wewnątrz”. Nie zwracają oni wiele uwagi na opinie innych ludzi. Kierują się własnymi uczuciami i przekonaniem.

Badania pokazują, że ludzie mocno skupieni na sobie poszukują partnerów, których łatwo jest kontrolować z zewnątrz. Znaczną uwagę kładą oni na fizycznej atrakcyjności potencjalnego partnera. Osoby kontrolowane z wewnątrz o wiele bardziej pociągają wewnętrzne wartości danej osoby.

Pozostaje jedno pytanie: W jaki sposób rozpoznają się „podobne” osoby? Skąd od razu wiemy, że „to osoba właściwa dla mnie?” Biologowie twierdzą, że to niezwykle proste: Partnera wybieramy spośród osób, która najlepiej dla nas pachnie.

Według francuskiego pisarza Joris-Karla Huysmansa pot spot kobiecej pachy może „z łatwością uwolnić w mężczyźnie zwierzę”. Napoleon często podkreślał, jak wielki pociąg erotyczny żywił do potu. Napisał on kiedyś rzekomo do swojej ukochanej Josephine: „Do Paryża przybędę nazajutrz wieczorem. Nie myj się.”

Antropolog Helen Fisher zauważyła, że „w niektórych rejonach Grecji, Bałkanów i innych krajów śródziemnomorskich na festiwalach mężczyźni wciąż noszą pod pachą chustkę, aby mogli powiewać nią przed nosami kobiet zapraszanych do tańca.” Nie jest to ludowy przesąd, ale naukowo potwierdzone zachowanie, które odgrywa „znaczącą rolę” w doborze partnera - wyjaśnia Karl Grammer. Podobno każdy człowiek posiada swój własny zapach, który jego partnerzy - jak pokazały eksperymenty - są w stanie wyróżnić spośród innych zapachów. Zapach ten niesie ze sobą przesłanie. Kiedy podoba nam się zapach innej osoby, pojmujemy, że „nasze układy immunologiczne są dobrze spasowane”. Analogicznie, nasz układ immunologiczny może nie być dopasowany do osoby, która nie widzi się naszemu nosowi.

Czy więc wybór partnera to kwestia genów, gruczołów apokrynowych, molekuł i endorfin? Czy to nasze ewolucyjne dziedzictwo i cechy biologiczne decydują o tym, w kim się zakochamy? Nawet biolodzy i antropolodzy są w zgodzie, że ich badania nie są w stanie definitywnie odpowiedzieć na pytania o procesie wyboru partnera. Dają nam one tylko ramy, wewnątrz których ludzkie zachowanie wydaje się być wysoce zmienne.

Kto znajduje się na naszej „miłosnej mapie”?

Kiedy ludzie się w sobie zakochują, nie są oni tylko zdani na łaskę swojej biologii. Procesy psychologiczne również grają w tym dużą rolę. Psychologiczne modele wyboru partnera jasno pokazują, że chęć posiadania zdrowego potomstwa oraz podobieństwo pod wieloma względami to niewystarczające wyjaśnienie. To oczywiście, że „wiele osób się nam spodoba, będziemy rozmawiać i komunikować się z nimi jak z najlepszymi przyjaciółmi, a nawet będziemy dobrze dopasowani, lecz wciąż będzie brakowało między nami miłosnej fascynacji. Z drugiej strony, czasami nie rozumiemy jak moglibyśmy się zakochać w danej osobie wbrew rozsądkowi oraz bez głębszego zrozumienia, czy też dla krótkotrwałego związku” - tłumaczy znany terapeuta dla rodzin i par, Jürg Willi.

Dlaczego zakochujemy się akurat w tej lubianej przez nas osobie, a nie innej - odpowiedź na to pytanie próbuje znaleźć seksuolog John Money przy pomocy swojego *modelu miłosnej mapy*. Według tego modelu, każda osoba posiada wewnętrzną mapę, która odpowiada za głębokie poczucie intymności, kiedy spotykamy naszego „Pana Idealnego” lub „Panią Idealną”. Nasza mapa formuje się i kształtowana jest już w młodym wieku. Trafiają na nią wszystkie nasze doświadczenia: śmiech naszej matki, stanowczość ojca, ciągły ruch lub spokój i cisza domu rodzinnego, zasady panujące w rodzinie, preferencje członków rodziny i kłótnie z rodzeństwem. Im starsi jesteśmy, tym bardziej nasze doświadczenia i wspomnienia tworzą konkretny wzór, zaś nasza mapa jest coraz bardziej precyzyjna. Dostyc dokładnie pokazuje ona rysy twarzy, kształt ciała, kolor włosów oraz temperament naszego idealnego partnera.

Dodatkowo, na naszą mapę trafia też wiele cech, które wywołują ten efekt nieświadomie: „Niektórych ludzi podnieca ubiór formalny, lekarski, duże piersi, małe stopy, duże piersi, radosny śmiech... setki oczywistych, a także niewielkich, mało zauważalnych elementów składa się na to, aby dana osoba była dla nas bardziej atrakcyjna od tej drugiej.” - tłumaczy Helen Fisher. Pozytywne i negatywne rzeczy z naszego dzieciństwa i młodości tworzą siatkę, którą nieświadomie nakładamy na

daną osobę, aby sprawdzić, czy można rozważać ją w kategorii partnera. Im bardziej zgadza się ten wzór i rzeczywistość, tym bardziej prawdopodobne, że się zakochamy.

Jürg Willi ma jednak inne wyjaśnienie, dlaczego wybieramy jedynie jednego z wielu potencjalnych partnerów. Wierzy on, że nasz wybór partnera można wytłumaczyć „jedynie na podstawie danego zdarzenia” - poprzez unikatowe i niepowtarzalne spotkanie dwóch ludzi w określonych warunkach życiowych, o obecnych żądach, niespełnionych marzeniach i nadziei.” „Iskra zapalna miłości” może być rozpalić ogień tylko wtedy, tłumaczy Willi, „kiedy dwójka partnerów ma nadzieję, aby osiągnąć i odkryć nowe przestrzenie życia razem oraz poprzez siebie nawzajem, w których mogą zdać sobie sprawę, czego tak naprawdę pożąдали przez długi czas.” Według *koewolucyjnego modelu wyboru partnera* Williiego, dwójka ludzi zakochuje się, kiedy uświadomią sobie następujące rzeczy: Z tym mężczyzną/ą kobietą mogą się *rozwijać*.

Nadzieja na rozwój

„Istnieje jeszcze chęć zapoczątkowania rozwoju u ukochanej osoby, aby rozwinąć te jej aspekty, które pogrzebane były aż do tej chwili, zaś teraz zaczynają one kiełkować i rosnąć na żyznej glebie miłości.” Według tego modelu, wybór odpowiedniego partnera nastąpi jedynie, kiedy dwójka ludzi dzielić będzie tą samą chęć rozwoju - kiedy znajdą się oni „we współrzędnej gotowości do rozwoju”, jak ujął to Willi. Następnie dzieje się to, o czym marzy każdy podczas poszukiwania partnera życiowego: łapiesz grunt pod stopami i zaczynasz **gromadzić siłę życiową**. Cytując C. G. Junga: „Spotkanie dwóch osobowości przypomina kontakt dwóch substancji chemicznych: jeżeli nastąpi jakakolwiek reakcja, obie ulegają zmianie.”

Bibliografia:

- Amelang, Manfred u.a.: Partnerwahl und Partnerschaft, Göttingen 1995 (2 edycja)
- Buss, David: Die Evolution des Begehrens, Hamburg 1994
- Fisher, Helen: Anatomie der Liebe, Monachium 1993
- Grammer, Karl: Signale der Liebe, Monachium 1995
- Luszyk, Dagmar: Partnerwahlstrategien individuell oder evolutionär bedingt? Plakat zaprezentowany na 40 konferencji Niemieckiego Stowarzyszenia Psychologicznego (DGP), Monachium, 1996
- Marioles, N. et al: The Relationship Between Psychological Type and Couples' Satisfaction and Behavior, wykład APA, Toronto 1996
- Tramitz, Christiane: Du und kein anderer, Monachium 1992
- Willi, Jürg: Was hält Paare zusammen? Reinbek 1991

***„Zawsze będziesz spotykać właściwą osobę!”
(„You will always meet the right person!”)***

Wywiad z behawiorystą, Karlem Grammerem, na temat roli genów, romansu i miłości przy wyborze partnera

Psychologie Heute: Pod względem biologicznych modeli wyboru partnera, współcześni ludzie mało czym różnią się od naszych przodków, jeżeli chodzi o wybór partnera życiowego. Jednakże nasze warunki życiowe uległy znacznej zmianie na plus w porównaniu z życiem łowców i zbieraczy. Czy nasz proces wyboru partnera rzeczywiście pozostał niezmienny?

Karl Grammer: Nawet po 40-50 latach nauki i „oświecenia”, statystyczny wybór partnera wciąż można przewidzieć według teorii ewolucji. To doprawdy zdumiewające.

PH: A więc nawet współczesne kobiety wybierają partnera na podstawie statusu, zaś mężczyźni - na podstawie jej fizycznej atrakcyjności?

Grammer: To nie takie proste. Głównym kryterium przy wyborze partnera dla obu płci jest stopień, w jakim ta druga osoba jest gotowa wstąpić do prawdziwego związku i to, jak cechuje się ona rozumieniem. Jediną różnicą między płciami jest to, że dla kobiet status społeczny wciąż jest bardziej pożądanym, niż fizyczna atrakcyjność, zaś dla mężczyzn - wręcz na odwrót.

PH: Najważniejsze pytanie, jakie zadają ludzie to: Gdzie mogę znaleźć odpowiedniego partnera?

Grammer: To już dzieło przypadku. Wybór masz ograniczony: W zależności od twojego miejsca urodzenia, twojego środowiska, mobilności, ukończonych szkół i uniwersytetów będziesz w stanie poznać jedynie ograniczoną liczbę osób. Bez sensu jest twierdzenie, iż osoba mieszkająca w mieście, w którym jest 100.000 singli, może wybierać spośród nich wszystkich. To zupełna bzdura.

PH: Czy sytuacje, w których idziesz po ulicy i nagle wpadasz na osobę, która od pierwszego spojrzenia staje się miłością twojego życia, to domena wyłącznie filmowych romansów?

Grammer: Właśnie to jest absolutnym wyjątkiem. Nadajemy takim zdarzeniom o wiele większy priorytet, niż one w rzeczywistości mają, w co, w głębi duszy, sami nie wierzymy. Większość osób odnajduje partnera wśród przyjaciół, w pracy, w klubach sportowych. Oczywiście przypadek gra tutaj ogromną rolę. To przypadek decyduje, kogo tak naprawdę spotkasz.

PH: Więc nie wybieramy naszych partnerów ponieważ podobają nam się tacy, jacy są, albo dlatego, że jesteśmy bardzo podobni, ale dlatego, że akurat byli w pobliżu?

Grammer: Podobieństwo par, oczywiście pod niektórymi względami, zależy od wspólnego środowiska. Badanie bez dwóch zdań potwierdza, że „ciągnie swój do swego”. Mimo to, przypadek również gra tam znaczną rolę. Potwierdzają to badania przeprowadzone na identycznych bliźniętach, które rozstały rozdzielone przy narodzinach i dorastały w radykalnie odmiennych warunkach. Ponieważ bliźnięta są identyczne pod względem genetycznym, muszą one wybrać podobnych partnerów. Tak się jednak nie stało, co dowodzi, że przypadek odgrywa znaczną rolę przy wyborze partnera; gdzie mieszkasz i kogo spotykasz.

PH: Twierdzisz, że obie płcie przy wyborze partnera zwracają uwagę na wiarygodność i niezawodność przyszłego partnera...

Grammer: ...co oczywiście zależy od najbliższego otoczenia. W przypadku osoby pochodzącej ze znajomego nam otoczenia, wybór jest prosty. Jeżeli nie mamy możliwości przewidzenia wiarygodności obcej osoby, to proces „negocjacji” zajmie bardzo długo.

PH: Niektórzy zdają się ciągle wdawać w związki z niewłaściwymi osobami. W psychoanalizie sytuacja ta znana jest jako przymus powtarzania; zwolennicy psychoanalizy wierzą, że złe doświadczenia z dzieciństwa prowadzą do wyborów złych partnerów. Jakże może być wyjaśnienie tego fenomenu z biologicznego punktu widzenia?

Grammer: W gruncie rzeczy, zawsze będziesz spotykać właściwą osobę! Jedyny problem to: Wiele osób nie zdaje sobie sprawy, że pozornie niewłaściwy partner tak naprawdę jest dla nich odpowiedni.

PH: Czy mógłbyś to wytłumaczyć dokładniej?

Grammer: Podczas wyboru partnera obserwuje się zjawisko odsiewu. Decyduje ono, kto ostatecznie zostanie twoim partnerem. Twoje oczekiwania i sposoby wyrażania samego siebie odgrywają rolę, ale znaczenie mają tutaj też oczekiwania innych oraz to, jak wyrażają samych siebie. W grze o partnera każdy ma swoją cenę, zaś popyt i podaż odpowiednio ją podnoszą lub opuszczają. Odsiew ten często następuje samoczynnie. Sposób wyrażania siebie danej osoby, wrażenie jakie ona sprawia - wszystko to decyduje, kogo zainteresujemy. Właśnie dlatego ostatecznie partnerzy są tego samego typu. Ich oczekiwania oraz sposoby wyrażania samych siebie określają ich wartość w grze o partnera, w której ostatecznie odnajdują osobę o równej wartości. Wrażenie, że „to niewłaściwa osoba” pojawia się, kiedy ktoś postępuje niezgodnie ze swoimi oczekiwaniami.

PH: Czyli zawiedzie się ten, kto oczekuje zbyt wiele?

Grammer: Na dłuższą metę wiele osób przecenia swoją wartość w tej grze. To stanowi duży problem. Wydaje mi się, że główną cechą charakterystyką współczesnego, masowego społeczeństwa jest zbyt duża pewność siebie i przesadzona opinia o samym sobie.

PH: Gdzie leży przyczyna tej zbyt dużej pewności siebie?

Grammer: Część winy, bez wątpienia, leży po stronie mediów. Rozdmuchują nasze oczekiwania do niezdrowych rozmiarów. Weźmy na przykład kolorowe czasopisma dla kobiet, w których czytelnikom wmawia się, że wybór odpowiedniego partnera w końcu się zdarzy. Z drugiej strony mamy czasopisma dla mężczyzn, w których kreowane są wyidealizowane wyobrażenia o kobietach. Wiemy jedno: Kiedy ludzie wystawiani są na działanie danego czynnika przez pewien okres czasu, wyrwie on na nich wpływ. Mężczyznom pokazano zdjęcia bardzo atrakcyjnych kobiet; po pewnym czasie ich oczekiwania wobec atrakcyjności kobiet znacznie wzrosły.

PH: Jeżeli ktoś ma problemy z odnalezieniem odpowiedniego partnera, to czy powinien on zainteresować się sposobem, w jaki wyraża samego siebie?

Grammer: W tym przypadku najpierw zadałbym sobie pytanie, czy moje oczekiwania rzeczywiście odpowiadają rzeczywistości i mojej wartości w grze o partnera.

PH: A następnie zachował umiar?

Grammer: Albo podniósł oczekiwania. Zdarza się, że niektórzy są zbyt skromni. Jednak w większości przypadków ludzie mają zbyt wysokie oczekiwania.

PH: Mało komu się to spodoba. Między określeniami, jak „wartość”, „cena”, „zbyt wysokie oczekiwania” nie ma zbyt wiele miejsca na romantyczność.

Grammer: Oczywiście, niezwykle ciężko jest przyznać przed samym sobą, że nasze oczekiwania są zbyt wysokie. Ciągłe powtarza się nam, że nigdy nie są one za wysokie. Każdy musi znaleźć najlepszego z partnerów. To romantyczna idealizacja procesu wyboru partnera, na której żeruje cała „psychofala”. Wierzę, że psychologiczne analizowanie każdego aspektu życia - nie tylko wyboru partnera - to przekleństwo naszych czasów. W irracjonalny sposób zaprzecza to właśnie racjonalności, przez co tracimy styczność z rzeczywistością.

PH: Czy dobrze rozumiem, że zalecasz nam, abyśmy zaakceptowali fakt istnienia pewnych

podstawowych uwarunkowań biologicznych? Nie ma sensu, aby próbować zmienić porządek rzeczy, powiedzmy, za pomocą edukacji?

Grammer: Przykładem niech będzie zagadnienie „seks w reklamie”. Nasze badania jasno pokazały, że to, co nazywamy *biologiczną prymitywnością* wciąż istnieje: mężczyźni zawsze są wyżsi od kobiet; to mężczyzna jako pierwszy dotyka kobiety, nigdy na odwrót. Jeżeli takie reklamy nie byłyby skuteczne, to by ich nie wykorzystywano. Wciąż jednak reagujemy na „prymitywne” wyobrażenia na temat seksu lub symboli statusu. To paradoks: Z jednej strony utrzymujemy, że jesteśmy już ponad tymi biologicznymi mechanizmami, ale mimo to na nie reagujemy.

PH: Pozwól, że ostatni raz spróbuję uratować romantyczność: Czy przy wyborze partnera rzeczywiście nie ma miejsca na miłość?

Grammer: Miłość to czysta chemia. Coraz jaśniejsze staje się, że to, co ludzie nazywają miłością, to po prostu określone procesy hormonalne. Oksytocyna to substancja o ważnej roli - to hormon wiążący - która uwalniana jest w relacjach rodzic-dziecko podczas karmienia piersią, a także stymulacji genitaliów między partnerami.

PH: Jeżeli ktoś nie znalazł jeszcze partnera życiowego, to czy powinien obniżyć swoje oczekiwania i przestać czekać na wielką miłość? Z odrobiną szczęścia i cierpliwości miłość sama pojawi się na czas?

Grammer: Można to poprzeć wieloma przykładami. Weźmy chociażby małżeństwa z rozsądku, które kiedyś często zawierano. Były one z reguły bardzo stabilne, zaś małżonkowie z czasem potrafili się w sobie zakochać.

Wywiad ten został przeprowadzony przez Ursulę Nuber.

Dr. Karl Grammer urodził się w roku 1950, studiował zoologię, antropologię i fizykę na uniwersytecie w Monachium, a także jest pracownikiem naukowym w Instytucie Ludzkiej Etologii im. Maksa Placka, którym kieruje Irenäus Eibl-Eibesfeld. Grammer od roku 1991 pełni rolę dyrektora wiedeńskiego Instytutu Miejskiej Etologii im. Ludwiga-Boltzmann. Jest to autor licznych książek, jak: *Signale der Liebe. Die biologischen Gesetze der Partnerschaft*, dtv: Monachium 1995 (*Miłość i nienawiść: Naturalna historia wzorców zachowań*)