13 Σεπτεμβρίου 2015

Μήπως πρέπει να διαγράψετε τον σύζυγό σας από το Facebook;

/ Γενικά Θέματα



Αν πέρα από τα συναισθήματα αγάπης, έρωτα και σεβασμού σας συνδέει και μια δυνατή φιλία με τον σύζυγό σας τότε η σχέση είναι κάτι παραπάνω από υγιής.

Αν όμως πέρα από την κανονική φιλία σας συνδέει και μια φιλία στο Facebook, τότε μάλλον πρέπει να το ξανασκεφτείτε και για το καλό της σχέσης σας να διαγράψετε τον σύζυγό σας από φίλο!

Ο ψυχολόγος και σύμβουλος σχέσεων Ian Kerner πρόσφατα διέγραψε την σύζυγό του από φίλη του στον λογαριασμό του στο Facebook, και υποστηρίζει ότι η σχέση τους βελτιώθηκε σημαντικά. Τόσο πολύ μάλιστα που ενθαρρύνει και όλους τους άλλους να κάνουν το ίδιο. Ιδού οι λόγοι!

«Συνειδητοποίησα ότι δεν ήθελα να είμαι πραγματικά φίλος με την γυναίκα μου στο Facebook. Δεν ήθελα να γνωρίζω όλες εκείνες τις επιπλέον πληροφορίες για εκείνη. Αν μη τι άλλο θέλω να ξέρω λιγότερα ώστε να διατηρείται το μυστήριο και το απρόβλεπτο στην σχέση μας. Δεν ήθελα να ξέρω τι αναρτά κάθε μέρα στο προφίλ της, σε τι posts βάζει like ή αν πίνει τον τρίτο καφέ της ημέρας. Γι ‘αυτό και την έκανα unfriend και πλέον δεν είμαστε φίλοι στο Facebook. Είναι μάλιστα κάτι που συνιστώ σε όλα τα ζευγάρια που με επισκέπτονται.» γράφει ο ίδιος.

Με άλλα λόγια, τα social media αποθαρρύνουν τις αλληλεπιδράσεις που είναι πρόσωπο με πρόσωπο. Αν μπορούμε να μιλήσουμε για παράδειγμα στο chat ή να

ελέγξουμε το προφίλ του/της συντρόφου μας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, γιατί να μπούμε στον κόπο να τον πάρουμε τηλέφωνο ή να συναντηθούμε για ένα γρήγορο καφέ στο μεσημεριανό διάλειμμα της δουλειάς; «Επιπλέον όλες αυτές οι επιπλέον πληροφορίες που μαθαίνει κανείς μόνο κακό μπορούν να κάνουν αφού έτσι χάνεται η μαγεία και δεν διατηρείται το μυστήριο στην σχέση», λέει ο Kerner.
Συμβουλεύει επίσης να απενεργοποιήσετε τις συσκευές κινητής τηλεφωνίας. Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα το 25% των χρηστών κινητής τηλεφωνίας θεωρεί ότι οι σύντροφοί τους έχουν ενοχληθεί από το κινητό τηλέφωνο επειδή τους αποσπά την προσοχή την ώρα που είναι μαζί.
Μπορεί λοιπόν να σας φαίνεται κάπως σκληρό το γεγονός να διαγράψετε τον/την σύντροφό σας από το Facebook, μακροπρόθεσμα όμως θα διαπιστώσετε ότι ήταν για το καλό της σχέσης σας.
Πηγές:baby.gr– .thrakitoday.com