

25 Ιανουαρίου 2018

## Οι επιστήμονες «σκιαγραφούν» την τέλεια σύζυγο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Οι ανθρώπινες σχέσεις και η συμβατότητα ενός ζευγαριού είναι ίσως από τα πιο

δύσκολα πράγματα να διερευνηθούν επιστημονικά. Ποια είναι η ιδανική γυναίκα; Είναι άραγε ο άνθρωπος με τον οποίο πρέπει να περάσω τη ζωή μου; Τα ερωτήματα αυτά προσπαθούν εμμέσως να απαντήσουν ερευνητές από όλο τον κόσμο, που αναζητούν τα τέλεια «συστατικά» μιας σχέσης και τα χαρακτηριστικά που κάνουν μια εκπρόσωπο του γυναικείου φύλου... αναντικατάστατη.

Εδώ και χρόνια, επιστήμονες από όλο τον κόσμο ερευνούν τα περίπλοκα αυτά ζητήματα και έχουν ξοδέψει αρκετές... εργατοώρες προσπαθώντας να αποκρυπτογραφήσουν το «μυστήριο» του έρωτα.

Σύμφωνα με τις έρευνές τους, υπάρχουν ορισμένα «στοιχεία» -14 στον αριθμό- που αναδεικνύουν ότι μια γυναίκα είναι... ιδανική.

Και ποια είναι αυτά;

### **Είναι πιο έξυπνη από εσένα**

Όταν ψάχνεις μία σύντροφο, σιγουρέψου πως είναι έξυπνη. Το ιδανικότερο είναι να είναι πιο έξυπνη κι από 'σένα. Και η επιστήμη συμφωνεί. Ο Lawrence Whalley, ομότιμος καθηγητής του Πανεπιστημίου του Αμπερντίν, μελετά την άνοια εδώ και αρκετό καιρό και ανακάλυψε πως μία έξυπνη γυναίκα μπορεί να σε προστατέψει από αυτή!

Το βασικότερο είναι πως μία έξυπνη κοπέλα δεν θα σταματήσει ποτέ να σε προκαλεί διανοητικά, πράγμα που κρατά το μυαλό σε εγρήγορση.

### **Ειλικρίνεια**

Όλοι κάνουμε λάθη και παίρνουμε λάθος αποφάσεις. Για τον λόγο αυτό είναι σημαντικότερο να έχουμε δίπλα μας κάποιον που θα σε συνεφέρει και θα σου πει πως κάνεις λάθος. Έρευνες έχουν δείξει πως οι άντρες προτιμούν να έχουν δίπλα τους κάποια ειλικρινή κοπέλα.

### **Αισιοδοξία**

Μήπως η κοπέλα σου είναι από αυτούς που πάντα βλέπουν το ποτήρι μισογεμάτο; Μήπως μερικές φορές ξενερώνεις με την αφέλη της αισιοδοξίας; Ε τότε έχεις βρει την ιδανική.

Οι αρνητικοί άνθρωποι είναι τοξικοί και βλαβεροί για την ψυχική μας υγεία. Και αυτό γιατί όταν περνάμε πολύ χρόνο με τέτοια άτομα, υιοθετούμε την ίδια στάση. Αυτό αποκάλυψε έρευνα της ψυχολόγου, Elaine Hatfield.

### **Συμβιβάζεται**

Επειδή δεν είναι όλα ρόδινα, θα υπάρξουν στιγμές σε μία σχέση που θα διαφωνείτε.

Είναι φυσιολογικότατο και πιο σημαντικά, αναπόφευκτο. Όμως, εάν θέλετε η σχέση να συνεχίσει να υπάρχει, αναπόφευκτη είναι και η προθυμία για συμβιβασμό.

Ψυχολόγοι του UCLA παρακολουθούσαν 172 παντρεμένα ζευγάρια για 11 ολόκληρα χρόνια και κατέληξαν στο εξής: «Είναι εύκολο να είσαι δεσμευμένος με τη σχέση σου όταν αυτή πάει καλά» αναφέρει ο συγγραφέας Thomas Bradbury.

«Πρέπει να πάρετε κάποιες αποφάσεις, να κάνετε μερικές θυσίες και να κάνετε βήματα προς τα μπροστά».

### **Γελάει με τα αστεία σου**

Είτε το παραδεχόμαστε είτε όχι, όλοι θέλουμε να έχουμε δίπλα μας κάποιον που να γελάει με τα αστεία μας. Το 2006 το Westfield State University σε έρευνα που διεξήγαγε αποκάλυψε πως και τα δύο φύλα επιθυμούν να έχουν δίπλα τους ένα τέτοιο άτομο.

### **Είναι ανοιχτόκαρδη**

Το να έχεις μία σύντροφο που ξεχωρίζει και μπορεί εύκολα να ακουστεί σε μία ομάδα ανθρώπων κάνει τα πάντα ευκολότερα.

Έρευνα του Πανεπιστημίου του Γουεστμίνστερ αναφέρει πως οι άνθρωποι που είναι ανοιχτόμυαλοι και μοιράζονται τα προσωπικά τους θέματα, είναι ιδιαίτερα ελκυστικοί. Οι επιστήμονες που διεξήγαγαν αυτή τη μελέτη αναφέρουν πως αυτό το χαρακτηριστικό είναι τόσο σημαντικό που οι άνθρωποι τέτοια άτομα συνήθως τα χαρακτηρίζουν ως πιο όμορφα.

### **Υποστηρίζει τους στόχους σου και ακολουθεί και τους δικούς της**

Για αρκετό καιρό οι επιστήμονες προσπαθούσαν να αποδείξουν πως οι άντρες προτιμούν να παντρεύονται αδύναμες γυναίκες. Στο βιβλίο «Γιατί οι έξυπνοι άντρες παντρεύονται έξυπνες γυναίκες» η Christine C. Whelan καταρρίπτει τον μύθο με εύστοχες αποδείξεις.

Και δώστε βάση στα πλεονεκτήματα: Μια ισχυρή γυναίκα δίπλα σας, θα σας παρακινεί και δεν θα εξαρτάται από εσάς. Δεν χρειάζεται να ανησυχείτε για αυτήν και δεν θα χρειαστεί την συνεχή επιβεβαίωση.

### **Έχει καλή σχέση με τους γονείς της**

Εάν θέλετε να ξέρετε πως θα είναι η σύντροφός σας σε τριάντα χρόνια, κοιτάξτε τους γονείς της. Εάν θέλετε να ξέρετε πώς θα σας φέρεται σε τριάντα χρόνια, δείτε πως φέρεται τώρα στους γονείς της.

Ερευνητές του Πανεπιστημίου της Αλμπέρτα ρώτησαν 2970 άτομα όλων των

ηλικιών και παρατήρησαν μια σαφής συσχέτιση μεταξύ της σχέσης με τους γονείς στα εφηβικά τους χρόνια και της ερωτικής τους σχέσης αργότερα.

### **Ευγένεια**

Η επιστήμη λέει πως τα κλειδιά για μία μακροχρόνια και χαρούμενη σχέση είναι η ευγένεια και η γενναιοδωρία. Ο ψυχολόγος John Gottmann του Πανεπιστημίου της Ουάσιγκτον ξεκίνησε την έρευνά του πάνω στα παντρεμένα ζευγάρια πριν από τέσσερις δεκαετίες.

Αναφέρει δύο είδη παντρεμένων: Κυρίαρχοι και Καταστροφείς. Οι δεύτεροι συνήθως χωρίζουν στα πρώτα έξι χρόνια της σχέσης. Οι δεύτεροι όμως, μένουν μαζί για μεγάλο χρονικό διάστημα και έχουν ένα κοινό μεταξύ τους: «Εξετάζουν τον περίγυρό τους για βρουν όλα αυτά που εκτιμούν και είναι ευγνώμονες που τα 'χουν. Χτίζουν μια κουλτούρα σεβασμού και εκτίμησης».

### **Μένει ήρεμη σε καυγάδες**

Οι τσακωμοί δεν αποφεύγονται. Το να μη διαφωνείτε ποτέ με τη σύντροφό σας δείχνει πως κάτι δεν πάει καλά. Όμως, αυτό που έχει σημασία είναι να μπορείτε να ελέγχετε τις διαφωνίες και να τα ξαναβρίσκετε.

Ερευνητές του Πανεπιστημίου Μπέρκλεϋ και του Northwest έχουν μελετήσει 80 ζευγάρια για 13 χρόνια και ανακάλυψαν πως μία σχέση θα διαρκέσει περισσότερο εάν η γυναίκα μπορεί να ηρεμήσει πρώτα τον εαυτό της και μετά τον άντρα. Το αποτέλεσμα δεν θα είναι ίδιο εάν πρώτος ηρεμήσει ο άντρας.

### **Κάνει ανόητα πράγματα μαζί σου**

Έχεις βρει μια γυναίκα που δεν σου κρατάει μούτρα επειδή γύρισες αργά από διασκέδαση; Κι αυτό επειδή συνήθως είναι κι αυτή μαζί σου; Εάν ναι, μην την αφήσεις.

Μία μακροχρόνια έρευνα του Πανεπιστημίου του Μίσιγκαν καταπιάστηκε με 4864 παντρεμένα ζευγάρια και έδειξε πως οι πιο ευτυχισμένοι είναι όσοι καταναλώνουν αλκοόλ μαζί! (Όχι σε επίπεδο αλκοολισμού).

### **Έχει και δική της ζωή**

Το να 'χεις τον δικό σου χώρο και την ησυχία σου όταν πρέπει, είναι σημαντικότερο από μία υγιή σεξουαλική ζωή. Αυτό έδειξε έρευνα του Πανεπιστημίου του Μίσιγκαν.

«Όταν οι άνθρωποι έχουν τους δικούς τους φίλους, τα δικά τους ενδιαφέροντα και μπορούν μόνοι τους να ορίσουν τον εαυτό τους, αυτό τους κάνει χαρούμενους» αναφέρει η επικεφαλής της έρευνας, Terry Orbuch.

### **Σε δέχεται με τα ελαττώματά σου**

Σε αρκετές σχέσεις υπάρχει μία διαρκή κριτική. Τα άσχημα παντελόνια, τα κακά αστεία, οι ενοχλητικές συνήθειες κτλπ.

Εάν έχεις βρει μια γυναίκα που σε αποδέχεται έτσι όπως είσαι, είσαι τυχερός, σύμφωνα με την ψυχολόγο Terry Orbuch.

### **Δεν κρατάει κακία**

Ένα έχεις βρει αυτή την κοπέλα που μπορεί και συγχωρεί, τότε θα την έχεις δίπλα σου για πολύ. Έρευνα του Πανεπιστημίου Luther, του Duke και του Χάρβαρντ έδειξε πως οι άνθρωποι που συγχωρούν με ανιδιοτέλεια ζουν περισσότερο.

Το πιο σημαντικό όμως είναι το εξής: Η συγχώρεση είναι η βάση για μία υγιή σχέση. Κανείς δεν είναι τέλειος. Ούτε εσύ. Θα υπάρξουν φορές που θα κάνεις κάτι και θα πληγώσεις τον/την σύντροφό σου.

Πηγή: [cnn.gr](http://cnn.gr)