



Odata ce ai trecut puțin peste vârsta de 20 de ani, lumea din jur te considera un adult. Nu vorbim de părinți fiindcă ei vor avea toată viața “micile scapări” prin care te vor face să-ți reamintesti că ești încă copil, ci vorbim în general, de adultul care e în formare și definire. Perioada 22-28 de ani, în literatura de specialitate, se caracterizează prin două impulsuri distincte ce apar la majoritatea persoanelor: **Datoria și dorința de a explora cât mai mult din mediu și într-o manieră cât mai diversificată**

Im

pulsul interior și datoria de a se dedica familiei și/sau profesiei

Etapa aceasta e o permanentă luptă de căutare și împlinire, de autocunoaștere. Ce anume ne dorim de la viață, care sunt așteptările noastre, dar și ale celor dragi cu privire la propria noastră persoană? Adulții încearcă să se încadreze pe piața muncii, să-și găsească un job care să le satisfacă nevoile de bază. Apoi se avântă în lupta de cunoaștere a sexului opus.

Barbații încearcă să cunoască cât mai multe femei pentru a o alege pe cea mai potrivită, în timp ce reprezentantele sexului frumos analizează calitățile și defectele partenerilor: “As putea să trec cu vederea peste asta?”.

Ambele sexe dezvoltă în această perioadă relații foarte speciale cu alte persoane (Levinson, 1978). Reprezentanții sexului tare își formează două tipuri de relații: una cu un mentor și cea de-a doua cu femeia iubită. Mentorul are rolul de a-l ajuta să se dezvolte pe plan profesional, să-și îndeplinească visul. Din partea acestuia primește ghidare și sprijin. Îl ajută să se afirme în rândul celor ce lucrează în același domeniu cu el, îi oferă oportunități, îi spune mici secrete de meserie și îl pregătește pentru a deveni un specialist. Relația poate să sufere rupturi în momentul în care “ucenicul” atinge nivelul mentorului. Atunci își va îndrepta atenția spre o altă persoană de la care să poată învăța mult mai mult.

Relația cu femeia specială se bazează pe sprijin și dăruire totală, ajutor în împlinirea viselor. Vorbim de o relație “totală” în care se comunică dorințe, se fauresc planuri de viitor, se gândește formatul familiei etc.

Preocuparea femeilor în această perioadă este de a-și căuta partenerul potrivit. Chiar dacă lucrurile s-au cam schimbat în ultimul timp, femeile caută stabilitate financiară și încearcă să dobândească un job care să le permită cât de cât să se întrețină, însă scopul lor este găsirea partenerului ideal. Ce înseamnă partenerul ideal? Femeile au fost considerate de cele mai multe ori materialiste, însă din punct de vedere evolutionist este explicată foarte dragut această tendință de a căuta bărbați care să le asigure bunăstarea pe termen lung, cu care să formeze o

familie stabila, camin pentru viitorii mostenitori. Ideea de transmitere a genelor prin aparitia copiilor si asigurare a unui mediu protectiv, stabil financiar este preocuparea tuturor femeilor. Ele vad in barbat, familia si copiii, spatiul in care sa creasca si sa se dezvolte.

Criza intre 28-30 de ani

Unii ar spune ca a-i cam luat-o razna. Partenerul de viata se uita la tine si pare sa nu te mai recunoasca, iar tu in oglinda, te intrebi cine esti si cum ai ajuns aici. Intre 28 si 30 de ani se considera ca marea majoritate a oamenilor cunosc ceea ce poarta numele de “**criza**”.

E un moment de ratacire, de pierdere a identitatii, o balanta a ceea ce ai vrut sa faci si ceea ce ai reusit pana acum. Pare un bilant gen celui pe care il faci la sfarsit de an. Iata si caracteristicile acestei etape:

O dorinta profunda de a-si schimba modul in care a ales sa-si traiasca viata

Poate sa apara un episod depresiv major prin constientizarea a tot ceea ce nu a reusit sa faca, din cauza neindeplinirii viselor pe care le-a avut in anii anteriori

Apare o refocalizare, o distragere si dedicare dinspre familie spre profesie sau invers

Criza nu dureaza prea mult timp si de obicei ea se rezolva de la sine. Persoana are nevoie de timp sa gandeasca, sa reflecteze asupra propriei vieti, dar si sa comunice. O idee foarte buna ar fi sa incerci sa povestesti cu partenerul tau asa cum faceai la inceputul relatiei, sa incercati sa va regasiti si impreuna, sa fauriti planuri de viitor. Incet, prin reinstaurarea sperantei si a poftei de viata, prin micile schimbari pe care le puteti face, criza va trece mai usor, iar efectele nu ii vor fi resimtite atat de tare. Invata sa ai mare rabdare cu partenerul tau, ajuta-l sa se opreasca pentru doua secunde si sa regandeasca intreaga situatie, inainte de a lua o decizie. Asta e valabil atat in mediul lui profesional, in relatie cu prietenii sau cu sotul/sotia. Sprijinul celor din jur, increderea care ii e acordata, balanta reala cu dorintele puerile de la inceputul perioadei de adult si realizarile de pana acum il vor ajuta sa treaca peste acest impas.

Scrie ne pe diana@sighet-online.ro

Despre autor

: Psiholog sub supervizare, student-masterand in cadrul Universitatii Babes-Bolyai, Cluj-Napoca, Masteratul de Psihologie Clinica, Consiliere si Psihoterapie, precum si Masteratul de Psihologia Sanatatii, anul 2;
Editor online: www.suntparinte.ro