



מתוך ערוץ סינגלס של MSN

לא בטוחה שאני אוהבת אותך

יש אפשרות שאת מסתכלת על חברך הנוכחי, בחור מקסים שמשקיע בך, אבל בעצם רואה מול עינייך גבר שמסוגל לשבור את לבך
מאת: עירית לוי



הוא אוהב אותי, אומר ומראה זאת

שאלה

עירית שלום,

אני בת 32, עצמאית, חכמה, נאה, די מוצלחת. בתחום הזוגיות בשנים האחרונות היו פרידות מכאיבות ואחריון "תקופות התאוששות". מזה חודשיים אני יוצאת עם בחור מקסים שאוהב אותי. הכרנו באינטרנט, ומהתחלה נוצרו פתיחות מדהימה וכנות שלא היו לי עם אף בן-זוג בעבר, בטח לא בשלב כזה מוקדם. הבעיה היא: אני לא ממש מרגישה אליו משהו. אני יודעת "בשכל" שהוא טוב, ורגיש, ורציני, וששווה לי להשקיע בקשר הזה. גם הסקס טוב. הוא אוהב אותי, אומר ומראה זאת.

הוא אפילו אמר לי שכשהוא אומר לי זאת הוא לא מצפה לתשובה זרה, אלא רוצה שזה יבוא ממני בזמן שיתאים לי. הוא הציע שנעבור לגור יחד, ובמקום לשמוח אני חשה לחוצה, מועקה. אני בשלב שאני מאוד רוצה להקים משפחה, ללדת ולגדל ילדים, ואני יודעת שאם ארצה- זה יהיה איתו. ולא בטוחה שאני רוצה. לפעמים מרגישה שאני משקרת לו, או לפחות מאכזבת. הוא משקיע ונלהב, ואני ביקורתית ומהססת, קצת קרירה. מה את ממליצה לי לעשות? (או לא לעשות)?

תשובה

שלום לך,

הייתי מציעה לך לבדוק כמה כיוונים. ראשית, בדקי עם אילו אמונות לא מודעות יצאת מהקשרים הזוגיים הקודמים שלך. מדוע זה חשוב? אמנם בתחום האימון אנחנו מתמקדים בהווה, עם הפנים לעתיד, אך במקביל בודקים שאת לא הולכת בטעות לעתיד כשפנייך מופנות אל העבר.

למה הכוונה? כמעט בכל סיטואציה שאנחנו חווים, אנחנו יוצרים סט של "אמונות", לא בהכרח מודעות, ולוקחים אותן איתנו להתנסות הבאה. אם ההתנסות היתה שלילית, יש סיכוי שניקח ממנה הלאה "אמונות" שלא ישרתו אותנו. יכול להיות שבלי לשים לב החלטת אחרי הפרידות הכואבות שחווית לא לתת לאף גבר לפגוע בך כך שוב.



אתה מסוכן בשבילי

לכן, יש אפשרות שאת מסתכלת על בן זוגך הנוכחי, אבל בעצם רואה מול עינייך גבר שיש לו יכולת לפגוע בך ולשבור את לבך. הוא מקסים, הוא פתוח וכנה, ויחד הצלחתם ליצור אינטימיות רגשית מאוד מהר. אבל הוא גם "מסוכן" עבורך ועלול לפגוע בך.

האם ייתכן כי מתחת לאמירה שלך "אני לא ממש מרגישה אליו משהו", מסתתר לו בעצם המשפט "אני מפחדת לגלות שאני מרגישה אליו משהו"? רוב הסיכויים שברגע הראשון תגידי "מה פתאום?". אבל אני מציעה לך להציץ רגע אחד נוסף אל מתחת לפני השטח ולהתבונן פנימה בכנות ובאומץ.

מאילו חומרים עשויה האהבה?

האם יתכן שבעצם את חשה כלפי בן זוגך אהבה, אך אהבה מסוג כזה שאינו תואם את הציפיות שיש לך לגבי מושג האהבה הרומנטית? זה כיוון נוסף שהייתי מציעה לך לבדוק. לאנשים רבים יש פנטזיה על היחסים הזוגיים המושלמים, והם מצפים ללהט, תשוקה והתרגשות גדולה.

לא כל קשר זוגי מוצלח ויציב שאת רואה מסביבך התחיל באש וזיקוקים. האהבה ביחסים לטווח ארוך יכולה לכלול בתוכה אינטימיות רגשית ופיזית, מחויבות, כבוד, קבלה של האחר כפי שהוא, חברות עמוקה וכדומה. לפני שאת מחליטה להיכנס לקשר מחייב עם מישהו ולהקים איתו משפחה, בררי עם עצמך מאילו חומרים תרצי שאהבה בינכם תהייה עשויה.

האם תסכימי לוותר עליו?

ולבסוף, נסי את התרגיל הבא. שאלו את עצמך איך היית מרגישה אם חברך היה קם מחר בבוקר ומודיע לך שהוא רוצה שתיפרדו. עצמי את עינייך ודמייני שזה באמת קורה. מה תרגישי? האם תחושי הקלה - או אכזבה ורצון עז להשיגו מחדש? לפעמים, ההבנה שאנחנו עומדים לאבד מישהו מסייעת לרגשות החבויים לצוץ ולדחוק הצידה את כל רעשי הרקע. סיטואציה כביכול בלתי-אפשרית זו עשויה להפגיש אותך עם רגשותייך האמיתיים, ולסייע לך להבין האם את רוצה להמשיך את הקשר איתו או לא. בהצלחה!

עירית לוי היא מאמנת לקראת זוגיות מחברת **Love Coaching**. אפשר לשלוח אליה שאלות [באימייל](#) והתשובות יתפרסמו כאן.

[האתר של עירית לוי](#)