

พัฒนาการ ความรัก..มี 3 ขั้นตอน

นำเสนอเมื่อ : 26 ม.ค. 2552

ใครบางคนบอกว่า ความรักก็เหมือนขนมหวาน ไม่กินก็ไม่ตาย
แต่ถ้าไม่เคยได้ลิ้มลองรสชาติเลยก็เหมือนชีวิตขาดอะไรบางอย่างไป ยิ่งกับวัยรุ่นด้วยแล้ว
ความรักช่างดูเป็นเรื่องน่าสนใจใครรู้อย่างไร

ว่าแล้วก็เลยอยากชวนมาลองเรียนรู้เรื่องรักกันอีกสักทีดีกว่า ตามทฤษฎีของ Reiss ปี 1960
ว่าไว้ว่า **ความรักมีพัฒนาการอยู่ 3 ขั้นตอน**ด้วยกัน นั่นก็คือ

- ระยะเริ่มต้น

ระยะนี้จะมีการพบปะเกี่ยวข้องกัน สิ่งสำคัญที่สุดก็คือ การให้ความสนใจซึ่งกันและกัน
การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันหลังจากได้ทำความรู้จักกัน เริ่มมีความเกี่ยวข้องซึ่งกันและกัน

- ระยะเปิดเผยตนเอง

ทั้งสองคนจะเริ่มเปิดเผยเรื่องราวของตนเองให้แกกันและกันได้รับรู้ในระยะแรกจะเริ่มเปิดเผยเรื่องต่างๆ
ไป ต่อมาจะเปิดเผยเรื่องส่วนตัวของกันและกัน สิ่งที่ตนเองรับได้ ความกลัวและจุดบกพร่อง
หลังจากเปิดเผยสิ่งต่างๆ ให้แกกันและกันได้รับรู้แล้ว เมื่อเกิดการยอมรับก็จะพัฒนาไปสู่ระยะต่อไป

- ระยะพึ่งพาซึ่งกันและกัน

ในระยะนี้คู่รักจะต้องจริงจัง เปิดใจเพื่อจะได้รู้เรื่องของอีกฝ่ายมากๆ เพื่อจะได้ดูแลซึ่งกันและกัน ต่อไป

คู่รักจะพัฒนาไปสู่ขั้นคุ้นเคยสนิทสนม ซึ่งความเปลี่ยนแปลงระยะนี้ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมรอบตัว
ต้องเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ค้นหาข้อขัดแย้งหรือสิ่งที่มีค่าในการดำรงชีวิตด้วยกัน
สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้สัมพันธ์ภาพระหว่างคู่รัก คืบหน้าต่อไปหรือถอยหลัง

สำคัญที่สุดคือ เรื่องรักต้องค่อยๆ เรียนรู้ อย่ารีบร้อน....