



Warszawa, 17 lutego 2021 r.

OKIEM TERAPEUTY... ... finanse w parze

W związkach bywają często tematem tabu, po który sięga się, gdy trudności zaczynają się znacznie piętrzyć. Jeszcze do niedawna były jednym z atrybutów męskości. Wiele osób za nimi goni, choć podobno szczęścia nie dają.



Pieniądze, bo to o nich mowa, a także ich zarabianie i zarządzanie nimi, są jednym z częstszych tematów, który generuje konflikty w parze. Czemu tak się dzieje? Jak można sobie radzić z trudnościami w tym zakresie? Psychoterapeutki par z SPR Wawer – Maria Kurek i Lidia Flis – zapraszają do lektury!

Maria Kurek: Spotykając w swojej pracy wiele par widzimy, że grubość portfela nie wpływa statystycznie istotnie na zadowolenie z życia, także z życia w związku. Partnerzy myślą czasem, że gdyby mieli sytuację stabilniejszą finansowo, ich relacja również byłaby lepsza. Jednak jak się okazuje, posiadanie większej sumy wcale nie ułatwia porozumienia, nie daje poczucia spokoju, a może stać się tematem sporów. Do gabinetu terapeuty par przychodzą więc zarówno osoby zamożne, jak i prowadzące skromniejsze życie, te które wydają się nie mieć finansowych zmartwień, jak i te które muszą stale myśleć jak związać koniec z końcem lub nawet potrzebują korzystać z pomocy innych.

Lidia Flis: Już na początku związku warto przyjrzeć się temu, czy ja i partner mamy podobne podejście do wydawania pieniędzy. Chodzi tutaj chociażby o łatwość sprawiania sobie nowych rzeczy. Są osoby, dla których kupienie nowego płaszcza czy zamówienie obiadu z restauracji jest raczej spontanicznym działaniem, mającym na celu poprawienie sobie humoru po ciężkim dniu. Inne z kolei każdy zakup dokładnie analizują pod kątem: „na ile dana rzecz jest mi rzeczywiście potrzebna” i muszą odwiedzić przynajmniej kilka sklepów, zanim podejmą ostateczną decyzję. Jeżeli takie osoby wejdą ze sobą w związek i nie podejmą żadnych ustaleń w tym zakresie, o codzienne spięcia nie będzie trudno. Innym ważnym tematem jest kwestia oszczędzania, która generuje pytania: na ile my, jako para, chcemy odkładać część zarobionych

indywidualnych kont bankowych, jak i trzeciego konta rodzinnego na wspólne wydatki, co niektórym zapewnia komfortowy balans pomiędzy potrzebą odrębności, a koniecznością współpracy i współodpowiedzialności. Jeszcze inni całkowicie oddzielnie zarządzają swoimi dochodami, robią zakupy na zmianę lub mają oddzielne półki w lodówce. Daje to duże poczucie autonomii, jednak utrudnia budowanie wspólnoty małżeńskiej czy rodzinnej i bywa powodem wielu codziennych nieporozumień. Temat pieniędzy otwiera więc kolejne ważne tematy z życia pary, które często są prawdziwym powodem konfliktów na tle finansowym. Można by powiedzieć „jeśli chodzi o pieniądze to... często chodzi o co innego”. Czyli zaufanie, władzę, kontrolę, poczucie wpływu, szacunek, troskę, miłość... i wiele innych, często ukrytych aspektów relacyjnych wpływających na poczucie harmonii i szczęścia we wspólnym życiu.

LF: O ile nasze zasoby finansowe nie pochodzą ze spadku albo wygranej na loterii, temat pieniędzy łączy się naturalnie z kwestią podejmowania aktywności zawodowej. Również w tym zakresie mają na nas wpływ przekazy z naszych rodzin pochodzenia oraz stereotypy płciowe. W rodzinach patriarchalnych w drugiej połowie ubiegłego wieku zarabianie pieniędzy i dysponowanie nimi było atrybutem prawdziwego mężczyzny,



kompetentnego męża i ojca. Rolą kobiety było wychowywanie dzieci i opiekowanie się domem. W dzisiejszych czasach są osoby, które decydują się na taki model rodziny, dużo jest jednak par, w których obydwójce małżonkowie są aktywni zawodowo. Ta sytuacja powoduje, że mają oni większą autonomię. Generuje jednak również realność, w której jedno z małżonków (częściej jest to kobieta) pracuje na kilka etatów, wliczając w to ten „domowy”.

MK: Dużo zależy od tego, jakie znaczenie nadajemy zaangażowaniu w sprawy małżeństwa, rodziny czy domu, które często nie przynosi wymiernych korzyści finansowych, jednak trudno byłoby je pominąć. Na przykład przejściowe zajmowanie się głównie dziećmi jest niewątpliwą inwestycją na przyszłość, poprzez tworzenie relacji oraz większy wpływ na proces wychowania własnych pociech. Czasami dodatkowo pozwala rodzinie zaoszczędzić na zatrudnieniu opiekunki czy finansowaniu żłobka. Podobnie prace domowe - jeśli zlecimy je osobie z zewnątrz, będą miały konkretną cenę. Poczucie autonomii i własnego wkładu na rzecz rodziny może być więc bardzo indywidualne i zależne nie od tego, czy konkretny pieniądz wpływa na konto, ale od tego, na ile dobrze myślimy o sobie i wartości swojej pracy pozazawodowej. Tutaj również niezwykle ważna jest wymiana myśli w parze i akceptacja przyjętych rozwiązań oraz wzajemne docenianie się.

LF: Zdarzają się takie momenty w życiu pary, kiedy dotychczasowy podział aktywności musi się zmienić i z dwóch osób dostarczających pieniądze zostaje tylko jedna. Może to być związane z sytuacjami, które wynikają ze świadomego wyboru (np. decyzja o powiększeniu rodziny) lub z takimi, które są przykre i zaskakują (np. utrata pracy, choroba). Jeżeli taki stan rzeczy utrzymuje się dłużej, generuje skutki uboczne. Osoba zarabiająca może odczuwać obciążenie spowodowane dźwiganiem odpowiedzialności za bezpieczeństwo finansowe rodziny, a także wyłączać się z życia domowego, angażując się w kolejne aktywności mające zapewnić stabilizację. Małżonek pozostający w domu może natomiast doświadczać monotonii i obniżenia poczucia własnej wartości. Pojawia się też pytanie, kto może dysponować pieniędzmi, jeżeli dostarcza ich tylko jedna z osób.

MK: Nawet jeśli zarabiają oboje partnerzy, zarobki rzadko są wyrównane, wobec czego temat znaczenia dysproporcji pozostaje aktualny. Zwykle to kobiety zarabiają mniej niż mężczyźni i sytuacja ta jest często akceptowana zarówno przez żony, jak i otoczenie. W wielu wypadkach ich matki również zarabiały mniej niż ojcowie, koleżanki zarabiają mniej niż ich partnerzy itd. Częściej odczuwalnym problemem, szczególnie dla mężczyzny, jest sytuacja odwrotna, gdy to żona zarabia więcej, a do tego ma sukcesy i bardziej realizuje się zawodowo niż mąż. Obecnie dużo więcej niż jeszcze 30 lat temu mówi się o roli ojca, bardziej doceniany jest czas oraz zaangażowanie ojców na rzecz dzieci. Jeśli do tego za równie męskie, co kobiece uznaje się aktywności domowe typu: sprzątanie, gotowanie, a także naprawy, czuwanie nad sprawnością samochodu i mieszkania – mężczyzna może realizować się również w innych rolach niż dostarczyciel pieniędzy. Jednak nadal dla wielu mężczyzn bywa to wyzwaniem, szczególnie dla tych, którzy swoje poczucie wartości uzależnili od zarobków lub mocno kierują się opiniami innych ludzi. Nie trzeba podkreślać jak ważna w takiej sytuacji staje się postawa lepiej zarabiającej kobiety.



LF: Posiadanie pieniędzy jest niewątpliwie ważne w życiu, pamiętajmy jednak, że nie wszystko możemy za nie kupić. Bliskość, szacunek, zaufanie – to wartości, które musimy budować każdego dnia. One czynią naszą relację „bogatą” niezależnie od stanu naszego konta i pomagają przewycięzać kryzysy, również te finansowe.

(-) Maria Kurek, (-) Lidia Flis

Maria Kurek – psycholog, psychoterapeuta ze Specjalistycznej Poradni Rodzinnej Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy. Członek Sekcji Terapii Rodzin Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego, prowadzi indywidualną psychoterapię dzieci i młodzieży oraz terapię par i rodzin.

Lidia Flis – psychoterapeuta ze Specjalistycznej Poradni Rodzinnej Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy, trenerka umiejętności miękkich. Od trzynastu lat zajmuje się psychoterapią par, rodzin i klientów indywidualnych oraz prowadzi warsztaty rozwoju osobistego.

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Dzielnicy Wawer m.st. Warszawy jest jednostką organizacyjną m.st. Warszawy działająca dla mieszkańców Warszawy.

Skontaktuj się z nami:



22 277 11 98
22 277 11 97



sekretariat@sprwawer.pl



www.sprwawer.pl



[@SPRWawer](https://www.facebook.com/SPRWawer)