

Фрагмент книги Александра Кичаева
Как сохранить семью или когда лучше расстаться?

Оглавление:

- От автора
- Введение
- Жизненные циклы семьи
- Типы семейных отношений
- Для чего создается семья?
- Что такое любовь (цель или средство в отношениях пары)
- Что разрушает семью?
- **Ваша семья: СОХРАНИТЬ нельзя РАЗРУШИТЬ – поставьте запятую**
- Мужской взгляд на проблемы в семье
- **Как обычно сохраняют семью?**
- **Кто ваш спутник?**
- **Как относиться к недостаткам и достоинствам мужа?**
- **Что он за тип?**
- **Как позиционировать себя в семье?**
- **Кто в доме хозяин?**
- **Если муж выпивает?**
- **Типы мужчин-изменников**
- **Охотницы за чужими мужьями**
- **Как реагировать на измену?**
- **Добрая интрига лучше худого скандала**
- **Сексуальные игры**
- **Когда женщина решается на измену**
- **Почему между супругами нет взаимопонимания**
- **Если у вас не первый брак**
- **Внутрисемейные коллизии – дети**
- **Внутрисемейные коллизии – родственники**
- **Немного о трансактном анализе**
- **Проблемные ролевые состояния**
- **Душа семьи**
- **Семейный бюджет**
- **Если в семье шопоголик?**
- **Боевая подруга**
- **Деловая женщина**
- **Как возникает кризис в семье – алгоритм?**
- **Делаем выбор: разводиться нельзя сохранить семью (поставьте запятую)**
- **Как подготовиться к разводу**
- **Как общаться в семье (секреты эффективных коммуникаций)?**
- **Контратака**

- Отступление (бегство)
- Компромисс (уступка)
- Отстройка (наблюдение, игнорирование)
- Манипуляции (обман, хитрость)
- Семейное айкидо (позитивная манипуляция, маневры, консенсус)
- **Учимся уходить от конфликтов**
- Речевые техники воздействия
- Этичность манипулирования
- Особенности построения семейной команды (team-building)
- Узнайте свои желания
- Курс на верную и позитивную установку
- Женская и мужская энергетика
- **Аффирмации**
- Думай о хорошем
- Я — слабая \ сильная (лишнее вычеркиваем)
- **Кризис среднего возраста**
- **Работаем над собой**
- **Как повысить самооценку?**
- Работа по усилению собственной энергетики
- Принцип совместимости
- Отношения в известных семьях
- Волшебная водица
- Психологический арсенал хорошей жены
- Все у вас получится!
- Мы – достойная пара
- Подводим итоги

От автора

Введение

Еще с детства в моем сознании прочно закрепилось выражение: «Семья – ячейка общества». Общество мне представлялось таким бесконечным рядом, состоящим из ячеек, типа автоматических камер хранения на вокзале. Внутри человечки живут семьей, а снаружи те, кто без семьи. Некоторые предусмотрительно мастерят свою ячейку, надстраивая или пристраивая ее к общественному ряду, другие суетливо ищут свободные ячейки, чтобы сделать их вместилищем для своей будущей семьи, третьи, воровато озираясь, подбирают ключики или пристально высматривают плохо прикрытые дверцы ячеек, куда можно проникнуть, чтобы разрушить чью-то семью...

Потом, когда я увлекся психологией и особенно, психоэнергетикой, у меня появился другой образ семьи. Это живое, пульсирующее существо, похожее на символ Инь-Янь, которое перемещается по спирали, испытывая взлеты и падения. Причем каждый новый

виток имеет все большую временную амплитуду. Вначале месяц, потом год, затем три года, семь лет, пятнадцать, двадцать пять... Пульсация это внутренняя энергетика отношений в семье, а подъемы и спады это проявление гармоничности или дисгармонии жизненной силы семьи, ее ритма. И зависят они от множества причин. Это возрастные и социальные изменения супругов, возраст и количество детей, совпадение или несовпадение жизненных ценностей, физиологическая и психологическая совместимость. А также масса других факторов, включая расположение планет, звезд, цифр и пр. Но нередко спираль семейной жизни внезапно обрывается или переходит в унылое движение по замкнутому кругу и постепенно накопленные ресурсы иссякают, кризисы становятся все чаще и продолжительнее, и семейная жизнь останавливается, застыв в точке невозврата.

Можно ли избежать «неправильного» развития семейных отношений и сохранить семью? Можно, но для этого нужно знать и эффективно использовать стратегии и способы сохранения семейных отношений. Чем мы и займемся в этой книге.

Перефразируя классика, скажу, что НЕсчастливые жены НЕсчастливы по-своему.

Если марш Мендельсона для многих знаменует начало новой жизни — рождение семьи, то кончина семейных отношений сопровождается у всех по-разному. У кого-то это происходит в гнетущей тишине, у кого-то под истерические возгласы, бой посуды, хлопанье дверей. А, бывает, что печальным фоном становятся не так прозвучавшие или так и не прозвучавшие звуки: слова, убивающие любовь, веру и надежду; шаги, мучительно протопавшие мимо вашей двери по лестнице; так и не зазвонивший телефон или зазвонивший, но не от того или от того, да лучше бы он не звонил...

Кстати, давайте решим, как будем относиться к такому довольно распространенному явлению как гражданский брак. И среди моих клиентов есть немало таких, которые годами и даже десятилетиями живут не расписанными и невенчанными, но считают свои отношения с партнером семейными. Предлагаю любые длительные отношения, в которых мужчина и женщина воспринимают друг друга главными партнерами считать семьей. Понимаю, что кто-то придает большое значение формальной стороне отношений, и не готов согласиться со мной, но все же позвольте! Не знакомы ли вам «законные» семьи, которые язык не поворачивается назвать семьей? Нет, возразите вы, когда-то они были семьей, а теперь у них кризис! Не буду спорить с вами, потому что ценю ваше мнение. Тем более что это не принципиально, ведь проблемы, которые мы будем рассматривать в книге, характерны практически для любых длительных союзов мужчины и женщины, имеющих определенные жизненные циклы.

Жизненные циклы семьи

По каким же жизненным циклам развивается семья? Давайте попробуем очертить условные временные отрезки, которые, конечно же, не универсальны, и в разных семьях могут отличаться и периодами и характеристиками протекания. Но общая тенденция, или, как сейчас говорят, - тренд все же прослеживается.

Когда пара начинает жить вместе, она вступает в первый цикл, который мы назовем медовый месяц.

Медовый месяц имеет сладкий вкус, окрашен в золото и вязкий на ощупь. Кризис наступает, когда ощущения становятся приторными или иссякает запас меда, в

связи с чем паре приходится переходить на пресное, обыденное питание. Но все же еще очень приятно послевкусие и его часто хватает на год чувственного тонуса и романтических ощущений, по крайней мере, у одного из супругов. Таким образом, медовый месяц плавно переходит в романтический год. Этот период насыщен креативными сексуальными опытами, эйфорией, идеалистическими ожиданиями друг от друга и связано это с синтезом в организме вещества фенилэтиламина. Это состояние позже становится не таким возбужденным и начинает поддерживаться выбрасываемыми в кровь гормонами счастья – эндорфинами и энкефалинами, которые замедляют свое действие и возвращают нас к реальности в среднем через год. И тогда наступает спад позитивной энергетики семьи. Приходят серьезные разочарования, обиды, корректируются планы, отношение друг к другу. Так называемая «притирка» без любовно-гормональной анестезии уже доставляет боль, дискомфорт и обнажает привнесенные в семью неэффективные сценарии прежних отношений, слабые навыки коммуникации, неумение идти на уступки и компромиссы. И все же ощущение эйфории пока продолжает действовать как обезболивающее. Хотя с каждым новым выяснением отношений его эффект уменьшается. Наступает кризис романтизма и ему на смену приходит оптимистический реализм.

Оптимистический реализм обычно длится примерно три года. Этот период также насыщен позитивом. Только вместо восторженности и наивности есть крепнущая вера в лучшее и надежда, что все будет хорошо, если постараться и найти взаимопонимание. Сексуальные отношения теряют прежнюю яркость и остроту и теперь уже нелегко удивить партнера какими-то интимными изысками. На смену горячей страсти приходит уютное тепло домашнего очага. Вместе с тем, открываются глаза на многие недостатки супруга. Появляется раздражение к тому, что раньше вызывало восхищение. Идет ломка стереотипов прошлой жизни, формируются новые, общесемейные правила, и процесс этот порой некомфортный и болезненный. Появление ребенка также служит испытанием чувств, нередко вызывает ревность, обиду, отчужденность, претензии со стороны одного из супругов. Оптимизм сменяется скепсисом, и к седьмому году жизни семья часто переживает период **критического реализма**.

Этот очередной кризис в семье можно объяснить избыточной критической массой взаимных претензий супругов, или сакральным числом – семь, которое знаменует новый этап, и в пифагорейской нумерологии соответствует стремлению знать и осознавать будущее. Числу 7 соответствует Прометей, чье имя означает «мыслящий прежде». (Кстати, братом Прометея является Эпиметей «мыслящий после», которому соответствует число 1 и, возможно, поэтому на первом году жизни будущее не осознается, а, скорей, ощущается в эмоциях, что способствует его идеализации.) Так вот, на седьмом году жизни у супругов окончательно включается голова, снимаются розовые очки, к глазам подносится увеличительное стекло, лупа, что увеличивает обнаруженные недостатки. Появляется азарт выискивать слабости партнера, притягивать проблемы, и тогда у многих пар идет системный крен из позитивного восприятия друг друга в негативный. Со временем критичность уменьшается, жизнь продолжается, возвращаются радости и оптимизм. Но к пятнадцатилетию семейной жизни критическая волна вновь накрывает семью с новой силой. И часто способствует этому наступающий у супругов кризис среднего возраста. (Замечу, что когда разница в возрасте велика, то этот период проживается спокойнее, потому что один из супругов уже справился со своим индивидуальным

кризисом и может оказать морально-психологическую поддержку другому.) Так или иначе, примерно через пятнадцать лет происходит кризис переоценки ценностей как индивидуальных, так и семейных. Обретя новые жизненные ориентиры, семья или принимает их или распадается от кардинального мировоззренческого несовпадения. Те, кто благополучно проходит этот кризис становятся еще ближе друг другу и на ментальном и на духовном уровне. Семья сплачивается, укрепляется ее духовная база.

Но, увы, примерно через двадцать пять лет семью подстерегает, пожалуй, последний системный кризис «пустого гнезда». К этому времени дети обычно взрослеют, заводят свои семьи. Родители получают шанс построить свою жизнь по новому, по-другому. И если раньше дети были главным связующим звеном для супругов, то теперь у них развязаны руки. И кто-то из них бросается реализовывать установку «седина в бороду – бес в ребро», а кто-то страдает, теряет смысл семейной и собственной жизни, и ощущает свою ненужность, невостребованность и крах всех прежних ценностей и идеалов. И только появившиеся внуки могут придать новый жизненный импульс, но тогда одинокая бабушка (или реже дедушка) уже интегрируется в другую семью, семью своих детей...

А теперь хочу предложить вам продолжить наше общение в формате коучинга. Что это значит? Вы будете не только читать текст, но и периодически выполнять задания, которые я буду давать в этой книге. Таким образом, вы сможете более качественно прорабатывать изучаемые темы. Договорились? Если кто-то пока не готов, сделайте это позже, вернувшись к этой странице.

Задание

Определите, на каком этапе жизненного цикла находится ваша семья?

На основании чего вы сделали такой вывод?

Типы семейных отношений

Жизненный цикл помогает увидеть свою семью в динамике развития. Но еще полезно знать, какой тип отношений сложился в вашей семье. Чтобы правильно типизировать семью, нужно определить критерии.

По критерию власти семьи делятся на *патриархальные*, где отец является главой, и *матриархальные* семьи, в них авторитетом и влиянием пользуется мать. Если нет четко выраженных семейных лидеров, и власть переходит из рук в руки, в зависимости от ситуации, то такую семью можно назвать *эгалитарной*.

В патриархальной семье муж является стратегическим и рациональным лидером, а жена – эмоциональным, тактическим партнером. В матриархальной семье стратегическим и рациональным лидером является жена, а муж – тактическим, эмоциональным партнером.

В эгалитарной семье, в которой нет четко выраженной главы, преобладает ситуативное распределение власти и ответственности между мужем и женой.

Также можно выделить еще так называемую *партнерскую* семью, в которой присутствуют совместное обсуждение семейных проблем, взаимное уважение, доверие, принятие и одновременно автономность членов семьи.

Главный в семье не тот, кто зарабатывает деньги, а тот на кого они тратятся.

Не задумывайся, кто в семье главный - ты или жена. Тебе лучше этого не знать...

Есть еще одна типология (Э. Арутюнянц), по которой семьи делятся на: *традиционную, детоцентрическую и супружескую* (демократическую). В традиционной семье воспитывается уважение к авторитету старших: воздействие осуществляется сверху - вниз, поощряется готовность к подчинению. Ребенок, выросший в такой семье легко вписывается в «вертикально организованную» общественную структуру, быстро усваивает правила и нормы. Но, создавая собственную семью, пытается автоматически перенести традиции и сценарии старой, что обычно приводит к конфликтам, т.к. вызывает сопротивление другого супруга. И конфликты могут быть затяжными, т.к. питомец традиционной семьи обычно безынициативен в поисках компромиссов, негибок в общении, и руководствуется установками «надо» и «так положено».

В детоцентрической семье психологически доминирует ребенок и главной задачей родителей считается «жить ради ребенка / детей». Воздействие идет, как правило, снизу - вверх. Из-за этого у ребенка формируется завышенная самооценка, ощущение собственной значимости, что часто приводит к конфликтам с окружающими в других социальных группах. Лишенный адекватной оценки себя, ребенок плохо адаптируется в общении.

В супружеской (демократической) семье царит доверие, принятие и уважение к автономности и свободе выбора ее членов. Воздействие в ней – «горизонтальное», диалог равных партнеров – родители уважают и учитывают интересы друг друга и так же относятся к детям.

Можно также типизировать семью по социальному положению супругов, родителей супругов или родственников. В этом случае одни семьи могут быть гомогенными, где супруги примерно из одной социальной среды, и гетерогенными, с выходцами из разных социальных групп, каст, классов. В этой связи может учитываться и этническая, и религиозная принадлежность супругов.

Имеется еще одна система типизации семей по детности. Это *бездетные* семьи, не имеющие детей. *Малодетные* семьи, где мало детей (один – два ребенка). *Среднедетные* семьи с тремя - четырьмя детьми. *Многодетные* семьи – семьи с пятью и более детьми. Ну и наконец, семьи можно разделить на *счастливые* и *несчастливые*. По каким критериям их типизировать, думаю, понятно...

Задание

К какому типу принадлежит ваша нынешняя семья?

В какой семье вы росли и воспитывались?

Для чего создается семья?

И прежде чем мы перейдем к проблемам разрушения семьи, давайте еще поговорим о том, как и почему создаются семьи. Ведь, если вы создали семью, то сделали это по каким-то причинам.

Куда обычно едет свадебный кортеж? К счастью. Но понятие о счастливом браке у каждого свое. Давайте перечислим самые распространенные ожидания новобрачных.

Семья нужна для продолжения рода, сексуального удовлетворения, решения бытовых и материальных проблем, получения моральной поддержки, обретения одобряемого социального статуса и, соответственно, избавления от ущербных ярлыков, типа «старая дева», «разведенка», «закоренелый холостяк» и пр.

В первобытных племенах задачи семьи выглядели просто и, как утверждала Маргарет Мид, для них главное было - добывать пищу и растить детей, а потом - свободны: пойте песни, плетите корзинки, рисуйте...

Современная семья похожа на бизнеспроект. Есть в ней руководитель – формальный или неформальный, есть соратники-партнеры, есть исполнители, и бывают антилидеры-оппоненты, безынициативные лодыри и прочие вредные элементы. И задачи семьи отнюдь не ограничиваются самовоспроизводством и воспитанием детей. В успешных семьях есть стратегия, долгосрочные, среднесрочные и краткосрочные планы, выверенный бюджет, кодекс чести, табу и пр.

Чего хочет женщина, вступая в брак? Женщина ждет, чтобы ее муж был одновременно послушным и самостоятельным, чтобы получал много денег, занимался успешным делом и находился в «зоне видимости», чтобы имел крепкое плечо, на которое можно опереться и был мягким, душевным. Чтобы имел хорошую сексуальную потенцию и не ходил налево. То есть он должен обладать массой достоинств, но они, эти достоинства должны быть подконтрольны, управляемы и доступны только ей.

Помните как в песенке:

Чтоб не пил, не курил,

И цветы всегда дарил.

В дом зарплату отдавал,

Тёщу мамой называл.

Был к футболу равнодушен,

А в компании не скушен.

И к тому же чтобы он

И красив был, и умён.

Такую же идеально-контролируемую жену хочет получить и мужчина, тем более, что чувство собственника у него развито еще сильнее. А бывает, что мужчина, по словам Освальда Шпенглера, вступая в брак, выбирает себе не спутника жизни, а мать для своего ребенка, и когда она не оправдывает этих надежд, их семья автоматически разрушается. У меня была клиентка – умная, красивая, добрая, с хорошим чувством юмора, вкусом, в общем, само воплощение всех женских достоинств... кроме одного. Вначале это была «неземная» любовь с мужчиной, который несколько лет добивался ее расположения. Они поженились, он «стал носить ее на руках», но после множества безуспешных попыток забеременеть, она узнала свой страшный диагноз гинекологического заболевания. На робкие предложения усыновить ребенка, муж ответил решительным отказом. И буквально через неделю «разлюбил» ее и подал на развод...

Немало семей создаются людьми, психологически не отделившимися от своих прежних родительских семей, которые не идентифицировали себя как свободную, самодостаточную личность. И перепрыгивают они из одной семьи в другую под воздействием неосознанного страха одиночества, ощущения незащищенности и беспомощности. И именно эта фобия является одним из распространенных стимулов образования новой семьи. Если в семье эта фобия только у одного из супругов, то у пары

есть шансы выстроить нормальные отношения, при которых один автоматически берет на себя роль лидера-утешителя, другой тревожного ведомого. Но если эта фобия у обоих, тогда есть несколько вариантов развития их отношений. Между ними начинается борьба за принудительное или добровольное «назначение» ответственного за «счастье» в семье, и наделение его соответствующими обязанностями, при том, что другому должны достаться исключительно права «на счастье», которые он будет всячески отстаивать.

Я всегда отталкиваюсь от мысли, что брак – это когда два козла отпущения из разных семей сходятся вместе. "Его" отправили из родной семьи, чтобы "он" воспроизвел их, "ее" отправили из ее родной семьи за тем же, а война идет из-за того, чьей семье быть воспроизведенной.

Карл Витакер

Когда ко мне на консультацию приходит семейная пара, мы первым делом выясняем, в чем заключается «проблема» позиции каждого, откуда они узнали, что именно его/ее взгляды, его/ее отношение является истиной. И обычно приходим к истокам – в семью, где прошло их детство. И не обязательно человек становится апологетом той, исконной семьи, некоторые, наоборот, не принимают ее сценарии, ценности и действуют вопреки семейным традициям. Но все равно, родительская семья - есть ориентир добра или зла, правильного или неправильного...

А бывает и так, что мужчина и женщина чувствуют свою незащищенность, неприкаянность и живут вместе не потому, что им хорошо, а потому, что в одиночку будет плохо.

*Просто встретились два одиночества,
Развели у дороги костер,
А костру разгораться не хочется,
Вот и весь, вот и весь разговор.*

Но такие союзы могут существовать долго, только если в процессе их совместной жизни появится та самая искра, которая вдохнет жизнь в их отношения. А если нет, то иррациональная потребность счастья, полноты чувств рано или поздно возьмет свое, и тогда более сильный, приспособленный или отчаявшийся начнет поиски лучшей доли, **счастья** вне этой семьи...

Задание

Чего вы ожидали и ожидаете от семейной жизни?

Насколько совпадают ваши представления о счастливой семейной жизни ДО брака с тем, что вы наблюдаете и ощущаете, живя в нынешней семье?

Что такое любовь (цель или средство в отношениях пары)

Может ли жить семья без любви? Может, так же как и любовь может быть без семейных отношений.

Что такое любовь? Пожалуй, нет смысла в придумывании миллиард первой формулировки любви. В различных интерпретациях любовь воспринимают как наслаждение, мучение, заболевание, исцеление, проявление необузданной страсти,

аномалию, психоэмоциональный феномен, безнравственное падение, духовное возвышение, высшую степень принятия другого, низменный эгоизм влюбленного и т. п. Можно разделить любовь на четыре вида: эрос (любовь-страсть, основанная на сексуальном влечении), сторге (любовь-дружба, основанная на общих интересах и отношении к жизни), филия (любовь-уважение к партнеру и к себе), агапе (любовь-самопожертвование).

Примем также во внимание степень концентрации гормона окситоцин (природное приворотное зелье, наркотик), который отвечает за влечение, симпатию и доверие. И если в организме окситоцина много, человек потенциально расположен к любви, если мало, то тяги к другому – нет.

Но попробую немного порассуждать на эту тему с точки зрения причинно-следственной связи.

Возможно, это покажется парадоксальным, но любовь как цель отношений мужчины и женщины может быть тогда, когда ее — нет или очень мало (не разожглись сердца или потухли), и тогда ее ищут, о ней мечтают, ее ожидают, либо пытаются вернуть, возродить. Если любовь — есть, она становится средством выстраивания отношений и, собственно, самой семьи (одна цель достигнута, за ней появляется следующая цель). И если любят друг друга представители двух разных семей, то любовь разрушает старые семьи (или семью, если один любящий семейный, другой свободен), и способствует созданию новой. Получается, что любовь — средство и ИСПОЛЬЗУЕТСЯ для укрепления психоэмоциональной связи мужчины и женщины, для создания зависимости партнеров друг от друга. А если еще учесть, что в союзе мужчины и женщины, как правило, один любит, другой позволяет себя любить, то прагматизм (осознанный или неосознанный) становится неотъемлемой составляющей этого чувства (или психофизиологического состояния). Кто прагматичнее? Тот, кто любит меньше. Когда слишком громко звучит голос вашего сердца, вы не слышите ваш голос разума, и тогда вы начинаете прислушиваться к голосу разума партнера, у которого он громче...

Так как же правильно, кто достоин понимания и принятия —, тот, кто считает любовь целью отношений, или тот, для кого любовь — средство?

В этом месте я, пожалуй, прервусь и дам вам возможность самостоятельно поискать верный для вас ответ...

Ненависть в семье и психоанализ

Поскольку считается, что от любви до ненависти один шаг (хотя иногда нужно очень сильно постараться и сделать сотни шагов, разрушающих любовь), поговорим немного и о ненависти. Ненависть – защитная реакция на обиды, унижения, игнорирование, но когда ненависть к супругу сильнее любви, развивается чувство вины. У меня была клиентка, которая считала, что, несмотря на скверное к ней отношение, она очень любит своего мужа, и что развод это крах ее жизни, и она до последнего будет сражаться за любовь, семью. Но бессознательное в снах часто рисовало ей картины трагически гибнущего мужа. Это был именно тот случай, когда ненависть пыталась спасти любовь, создавая острый внутренний конфликт, сопровождаемый чувством вины и перешедший в депрессию.

На глубинном психологическом уровне происходит следующее: мужчина или женщина перестает ощущать в семье свою гендерную идентичность, и появляется потребность ее защитить. Позитивная энергия иссякла, но бессилие не устраивает, и тогда человек

наполняется негативной энергией – ненавистью. Беспомощность и безысходность провоцируют ненависть.

В психоаналитических теориях ненависть объясняется рядом комплексов и гендерными различиями. Так, женские половые органы рассматриваются как иррациональный источник ужаса. Проекция опасности проникновения имеется в поговорках и выражениях, например, «Черная дыра», «Не суй свой нос, куда не следует», «Дай ему / ей палец, так он / она всю руку откусит», что моделирует угрозу, страх, который ассоциируется с женским внутренним пространством. А чего стоит образ ящика Пандоры – обители всемирного зла?! Причем жертвами этого феномена могут стать не только мужчины, но и сами женщины.

На осознаваемом уровне женскому половому органу, наоборот, приписывается исцеляющая сила. Так недавний правитель Китая Мао считал, что после сексуального акта он получает жизненную силу от вагинальных выделений и бережно хранил их на своем теле. А во многих мифологических и сказочных сюжетах герой получал силу от родной земли или живой воды, являвших символ женской идентичности.

Так же противоречив и образ мужского полового органа – фаллоса. Но акценты: созидание – разрушение там другие. Это в первую очередь – символ плодородия, дарения новой жизни, и в меньшей степени ассоциация с агрессией, вытеснением.

Кстати, считается, что в ритуале приветствия выражается скрытое осознание своей идентичности. Мужчинам свойственно рукопожатие, женщинам поцелуи. В первом случае – проекция проникновения, во втором – принятия. И поскольку в современном обществе, особенно в богемной, элитной среде гендерные различия размываются, сексуальная ориентация расширяется и деформируется, то и церемонии приветствия принимают своеобразные, измененные формы.

Поскольку данная книга не является пособием по психоанализу, но еще большая глубина или глубинность нам все же не помешает, я вкратце изложу ряд основных тезисов, так сказать, для общего развития.

Одна из причин того, что женщина растворяется в отношениях с мужчиной, - ее базовая телесная особенность – принимать другого, отрицая себя. Защитить свою личностную автономию можно полноценной половой идентичностью, но, как говорят, без фанатизма. Но, получив мужское семя, беременная жена часто бессознательно активизирует в мужчине ощущение «заброшенности» собственной матерью, и новорожденный может восприниматься им как конкурирующий сиблинг. И именно в этот период происходит смена энергетических полюсов. Позитивной энергии от жены муж не получает и начинает вырабатывать негативную. Так же и для жены муж может представлять ее отсутствующих родителей, которые перестают исполнять ее желания, заботиться о ней. Наступают разочарования, которые вызывают гнев и потребность конкурировать, подчинять других, контролировать их, в основе чего лежит глубинная установка на разрушение.

Разновидностью конкуренции является ревность. На функциональном уровне у человека ревнующего доминирует требование владеть, а на эдипальном - чувство покинутости. Ревность собственника может вести к насилию, покинутость ведет к ослаблению, сопровождаемому страхом заброшенности. В случае чрезмерно развитого нарциссизма появляется потребность доказать: «я – идеал!», и она/он еще будет жалеть о своем отношении/поведении.

Ну и немного об эдиповом комплексе. Термин взят из древнегреческой мифологии. Эдип, которого лишили материнской любви сразу после рождения, убил своего отца и женился

на собственной матери — о чем даже не догадывался. Фрейд объясняет эдипов комплекс тем, что каждый ребенок в раннем возрасте влюбляется в родителя противоположного пола или в того, кто выполняет эту роль. То, как мы проживаем эдипову фазу в детстве или отсроченную стадию в отрочестве, сказывается потом на нашей взрослой жизни, в общении, в наших любовных, социальных и сексуальных отношениях. Младенец испытывает желание слияния, чувствует свое энергетическое единство с матерью. И если он видит, что мать занимается чем-то или кем-то другим, он делает все, что может, чтобы привлечь ее внимание, — жестикулирует и орет. Бессознательно поддерживая это стремление, мать может затормозить разрешение эдиповой фазы, отрицая признание ребенком существования двух зачавших его родителей, и необходимость замещения ее роли сексуальным партнером. Мальчик, взрослея, испытывает желание защитить свою мать, помочь ей, а потом бессознательно ищет жену, напоминающую мать.

Но и девочка особо ценит любовь отца, ждет его ласк, сама старается обнять его, постоянно прижимается к отцу, и если он адекватен, то, моделирует из его качеств идеальный образ мужчины, будущего мужа.

Часто проблемные отцы, воспринимаются ребенком как вина матери, которая должным образом не «постаралась», чтобы предотвратить распад семьи.

От родителя противоположного пола хочется получать внимание, заботу. И если этого нет или недостаточно, тогда появляется комплекс покинутости, недолюбленности. Не отработанная до шести лет эдипова стадия, обостряется в отрочестве. Появляется желание девочки соблазнить отца, а мальчика, заместить отца рядом с матерью. Если отец потакает прихотям дочери, возникает ревность ее матери. Если мать слишком заботлива и нежна с сыном, ревнует отец.

Остается неудовлетворенным базовое нарциссическое желание быть совершенным и лучшим, которое обычно защищает от чувства беспомощности и ранимости, и включает зависть и конкуренцию. Это противоборство существует в отношениях между супругами, между родителями и детьми, и между детьми. В итоге создается конфликт доверия.

Также базовой нарциссической травмой для супругов является то, что никто не может иметь ребенка в одиночку, всегда необходимы оба - и мужчина, и женщина.

При нормальном развитии, в младенчестве тяга к родителю противоположного пола после благополучно прошедшей эдиповой стадии, замещается у ребенка желанием быть таким же, как родитель своего пола. Начинается подражание мальчика отцу, а девочки матери. Определить, что вами не решен своевременно эдипов комплекс можно по следующим признакам. Вы слишком соперничаете эти ощущения «за компанию» с кем-то из ваших детей. В ваших отношениях с супругом используется контроль и сила, и вы охотно принимаете на себя роль Родителя. Вы идеализируете своего родителя противоположного пола, предъявляя к нему повышенные требования, и скептически относитесь к родителю своего пола. Вы никак не можете разорвать слишком тесную связь с родителем противоположного пола, что мешает установлению новых отношений с сексуальным партнером.

В завершение скажу, что именно на страхе и базовой ненависти между членами семьи основывалась теория Зигмунда Фрейда и его последователей. Впрочем, Джойс Мак Дугалл скептически заметил: «рассуждения Фрейда всецело базировались на мужской точке зрения, которая ведет к чрезмерному акценту на зависти к пенису. В своих соображениях он уподобил женский клитор мужскому пенису. Теорию Фрейда можно подытожить следующим образом: первое желание маленькой девочки - обладать

сексуальностью ее матери, затем она смещает фокус на желание обладать пенисом, затем на желание иметь ребенка от своего отца и, в конце концов, иметь своего сына. Это значит, что желание девочки иметь ребенка является просто замещением ее желания иметь пенис и поэтому любовь к отцу - просто следствие зависти к пенису».

Многие оппоненты Фрейда сходятся на том, что трудность в принятии значения вагины равнозначна ее отрицанию. Девочка осознает наличие в ней внутреннего пространства, что проявляется, например, в ее играх и фантазиях. У девочки зависть к пенису связана с отношениями с матерью. Чем более конфликтны эти отношения, тем труднее девочке сепарироваться, дифференцировать себя от матери, тем больше зависть к пенису, и это помогает сохранять ее представление о себе.

Как бы то ни было, но, отдавая должное гениальности Фрейда, заметим, жил он в удушающей общественной атмосфере сексуальных ограничений, когда вытесненным желаниям только и оставалось что – сублимироваться... Так что базовые идеи психоанализа отнюдь не универсальны и не вечны, как и все в этом мире, страдают противоречивостью, односторонностью, субъективностью, и нередко используются специалистами-апологетами для нагнетания, запутывания и усложнения вместо облегчения, распутывания и упрощения.

Женщине снится, что в ее дом вламывается здоровый негр, хватая ее, выносит на улицу, запикивает в машину, увозит в лес, вытаскивает из машины и медленно склоняется над ней.

- Что вы будете со мной делать?- испуганно спрашивает женщина.

- Не знаю, мэм, ведь это ваш сон.

Встречаются два психоаналитика, и один говорит другому:

- Я слышал ты недавно женился... Ну и как?

- Приходи ко мне в гости - увидишь.

Пришел он в гости, посидели немного, выпили по рюмке. Гость и говорит:

- Ты меня, конечно, извини, это не мое дело...

- Да знаю я, знаю. Она не красива, не умна, не богата, не умеет готовить, и в постели, - скажу тебе по секрету,- ничего из себя не представляет...

- Но тогда почему?!

- Ах, если бы ты знал, какие ей снятся сны!

На приеме у психоаналитика супружеская пара:

- Понимаете, доктор, - вздыхая, говорит муж, - мы не богаты и не можем позволить себе роскошь лечиться у вас вдвоем. Скажите, пожалуйста, что будет дешевле вылечить: чувство превосходства моей жены или мой комплекс неполноценности?

Ну, а теперь, когда вы получили краткое представление о глубинных причинах ненависти, перейдем к другим идеям, раскрывающим проблемные отношения в семье.

- Почему Вы не спасли свою жену, когда она тонула?

- Я и не понял, что она тонет. Орала, как обычно.

Что разрушает семью?

Над чем обычно приходится работать с семейными парами, которые приходят ко мне на индивидуальную консультацию, желая сохранить семью?

Это несовпадение взглядов на мир и на себя. Это несоответствие ожиданий друг от друга, стремление переделать партнера под свои интересы. Это сексуальная несовместимость. Это неумение и нежелание находить компромиссы и принимать совместные решения по сложным вопросам.

И от чего страдает пара в результате? Частые конфликты, ссоры, ревность, измены, отсутствие взаимной поддержки, проблемы в сексе, появление вредных привычек, уход в работу или в болезнь, комплексы недолюбленности или нарциссизма у детей... Этот проблемный список можно было бы продолжать долго. Но вот беда, мы часто не отдаем себе отчета в том, что же мешает нам жить счастливо. Просто есть болезненное ощущение дискомфорта, тяжело на душе, не можем никак избавиться от напряжения, сами не понимая, в чем же причина?

И первый шаг, который мы сейчас сделаем на пути к сохранению вашей семьи, — осознание, выявление проблемы, которая мучает, и перевод ее в задачу, которую нужно решить. Как говаривали в старину: «за ушко, да на солнышко!».

Задание

Что вы считаете главными разрушителями семьи, выпишите 10 основных проблем / задач и расставьте их по степени опасности.

1. Что разрушает мою семью? 2. Как это проявляется? 3. Почему так случилось и как можно исправить эту ситуацию?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

Например, вы выявили одну из причин, — вашу семью разрушает отсутствие у мужа интереса к семейному быту (первый столбик). А проявляется это (второй столбик) в том, что на вас — домашнее хозяйство и воспитание детей, а для него все это рутинная, скучная. И как только у мужа выпадает свободное время, он тут же бежит в гараж, где буквально вылизывает свою старенькую, но сверкающую машину, где имеются приятели, с которыми ему интереснее...

Следующим шагом будет поиск причины этой семейной проблемы и способов выхода из нее. Но заполнить третий столбик, наверное, сразу не получится. Потому что сейчас, в начале нашего общения, скорее всего, на многие вопросы вы пока не сможете найти устраивающие вас ответы (а иначе, зачем бы вы читали сейчас эту книгу?). И это не беда,

ведь вам еще предстоит многое узнать, многому научиться. Поэтому, заполнив первый и второй столбики, периодически, по ходу чтения, возвращайтесь к этой таблице и проверяйте, какие разрушители семьи стали для вас понятными (а значит, вы уже нашли способы их нейтрализации), а какие пока, зияя белыми пятнами, не поддаются вашему анализу. Что ж, значит, у вас будет хорошая мотивация для дальнейшего серьезного и вдумчивого изучения этого текста.

К концу книги большая часть третьего столбика будет заполнена. Но будьте готовы к тому, что в таблице могут появиться новые разрушители, о которых вы сейчас даже не подумали. Ведь, во-первых, ваша семья находится в динамике, и жизнь внесет свои коррективы, а во-вторых, вы за это время сталивремя чтения станете по-другому относиться понимать к и себя, и к отношениям в вашей семье.

В итоге вы обнаружите, что все разрушители имеют общую основу и подобны щупальцам спрута, которые с разных сторон обхватывают вашу семью. Но сердцевина этого спрута, корень проблем — отсутствие гармонии в себе и в отношениях с теми, кто рядом. Когда нет гармонии, то наша позитивная энергия блокируется и сублимируется в негативную. Спрут-разрушитель подпитывается нашей негативной энергией. И чем больше в нас негатива, тем сильнее он. Поэтому наша главная задача, восстановив гармонию, укрепить жизненную силу свою и своей семьи.

Ваша семья: СОХРАНИТЬ нельзя РАЗРУШИТЬ — поставьте запятую

Когда семья разрушается, то отношение к этому у супругов обычно сводится к следующим вариантам:

- 1) оба хотят сохранить семью, но не могут, не знают как;
- 2) она хочет сохранить семью, он — нет;
- 3) он хочет сохранить семью, она — нет;
- 4) оба не хотят, устали друг от друга, не видят смысла, перспектив улучшения.

У моих клиентов и участников моих тренингов обычно по частоте случаев самая распространенная ситуация, когда она хочет сохранить семью, он — нет. На втором месте обоюдное нежелание продолжать брак. На третьем — оба хотят сохранить семью, но не могут: совершаются ошибки, не хватает знаний, терпения. И меньше всего случаев, когда муж борется за семью, пытается ее сохранить, а жена непреклонна...

Нередко можно довольно быстро определить крепость или слабость супружеских уз. Как? Я наблюдаю, какие эмоциональные реакции проявляются в общении супругов, и если вижу сочетание критиканства с переходом на личности, презрения, склочности, истеричности и закрытости, то могу поставить диагноз, что эта семья, увы, обречена. Ведь есть разница между острым заболеванием, которое можно исцелить и хроническим затуханием, со спорадическими агониями.

Наши эмоции — следствие нашего глубинного отношения, и мы либо принимаем, либо не принимаем человека, считаем его либо СВОИМ, либо ЧУЖИМ в нашей жизни. И все остальное это просто объяснение и оправдание этих двух установок.

Давайте систематизируем объяснения и проявления той самой глобальной причины, разрушающей семью.

«Бытовуха» — одна из частых. Стало уже классическим диагнозом выражение В. Маяковского:

Как говорят, инцидент исперчен,
любовная лодка разбилась о быт...

Оправдательные фразы обычно такие: «Я устала / устал от многочисленных обязанностей (твоей неряшливости, безалаберности и пр.)», «Ты превратил меня в служанку / домработницу!», «О каком сексе можно говорить после того, как я столько сегодня сделала по дому (вкалываю на работе как проклятый)?!».

«Одиночество» это удел сильных, слабые, как утверждают, жмутся к толпе. Но я считаю, что в семейных конфликтах это удел и того, кто обидел (сильный) и того, кого обидели (слабый). Семья это локальная группа, и толпе туда доступ закрыт, разве что в виде телефонных излияний подругам или родственникам. Когда я на консультациях спрашиваю супругов: «Что вас объединяет?», то в ответ обычно слышу: «Дети», либо «Телевизор»(!). Но когда начинаешь подробнее прояснять ситуацию, то оказывается, что дети — значимая семейная ценность чаще для женщин, а вот телевизор / компьютер — для мужчин (как заменитель общения с женой), и соответственно, они же, наоборот, фактор, раздражающий обоих супругов. Часто мужчина уходит из семьи, чувствуя свою заброшенность (особенно, сразу после рождения ребенка), жену бесит невнимание — «уперся в телевизор и ничего не замечает!».

«Скука» тоже лишает энергии отношения в семье. Неинтересно разговаривать друг с другом. Действия и даже мысли другого супруга предсказуемы, не удивляют и не волнуют. «Каждый день / раз одно и тоже! Надоело. Ничего и никого мне уже не хочется». Никого, это, значит, жену или мужа. И вот оно следующее типичное объяснение: «Меня больше не волнует супруг /супруга как мужчина / женщина!».

Отношение к супружескому долгу проходит в этом случае следующие стадии: скука — равнодушие — раздражение — ненависть. «Сексуальная обязаловка» из повинности ради детей или финансового благополучия превращается в психо-физиологическое неприятие человека и, в некоторых случаях, в желание избавиться от него.

Одним из выходов примирить в себя себе ненависть, неприятие и целесообразность может стать «супружеская неверность». «Ты предал / предала меня, наши отношения! Ты разрушил / разрушила веру в любовь, в порядочность! И поэтому!!!» О причинах измен мужа и жены мы будем говорить в отдельных разделах книги, а пока замечу, что часто мужское желание развлечься женщиной воспринимается как предательство. Считается, что мужчина изменяет телом, а женщина душой. Но измена женщины воспринимается мужчиной как покушение на его владение и переживается часто болезненнее и бескомпромисснее. Есть даже одна расхожая скабрёзность: «Когда изменяет жена — нас имеют, когда изменяет муж — имеем мы». Не все так однозначно, но измена часто становится закреплением раскола в отношениях, реже, проверкой на прочность семьи.

Проблема сохранения семьи одна из самых актуальных, судя по большому количеству писем в моей почте и блоге, а также запросам моих клиентов на эту тему. Поэтому, по мере прочтения книги, вы будете знакомиться со многими реальными историями и мнениями читателей и клиентов, которые я буду цитировать, пересказывать и комментировать.

Лиза В. боролась за сохранение семьи несколько раз. И все же первый ее брак распался. Когда наступил кризис во втором браке, Лиза, помня о прошлом неудачном опыте, решила, что сделает все, чтобы сохранить эту семью. Она экспериментировала со своей внешностью, она каждый раз готовила новое, особенное блюдо на ужин, перепробовав множество рецептов. Она записалась на курсы женского обольщения, тренируя интимные мышцы, оттачивая сексуальную пластику и осваивая хитрые психологические приемы обольщения. Но ничего не помогало. Муж все больше отдалялся от нее, грубил, постоянно отсутствовал дома. У него появилась любовница, к которой он был готов уйти в ближайшее время. И когда она уже отчаялась что-либо изменить и устала от своей безуспешной борьбы, решив разводиться, ее муж вдруг понял, что она ему нужна. И тогда уже он стал бороться за нее, и в итоге сохранил семью... Все пошло как раньше — Лиза перестала удивлять мужа, муж перестал тревожиться за их совместное будущее. И уже спустя год старшая дочь стала упрекать Лизу, что у нее не хватило сил и решимости уйти от её отца. Он снова принялся за старое: грубость, пьянство, измены... И вот сейчас несколько лет она живет с мужем «только ради детей». Совсем недавно в сердцах она сказала мужу, что если б было куда уйти, то ушла б от него, не задумываясь и не оглядываясь. Но он довольно спокойно и даже с ехидством отреагировал на ее слова, заметив, что у Лизы «кишка тонка». И она поняла, что у нее действительно пропала та решимость, которая была раньше, появились страхи перед неизвестностью, неуверенность и даже равнодушие к своей судьбе. Теперь она твердо убеждена, что если семья рушится, то лучше ее не сохранять, иначе упустишь время, и потом может быть поздно. Такая же примерно ситуация у Лилии Р. Она живет с мужем 15 лет. У них растет дочь. Лилия много раз пыталась сохранить семью после очередного «его «романа». И все ради дочери. А теперь у нее появилось непреходящее ощущение, что она несчастлива. Даже если он, «погуляв», каждый раз возвращается в семью, и в качестве бонуса называет ее «святой и самой чистой женщиной на свете». Когда она слышит эти слова, у нее появляется ощущение стыда и разочарования одновременно. Когда-то она действительно считала себя чистой и честной, никогда не изменяла мужу. А сейчас она мстит ему за его обманы, втайне изменяя с другим женатым мужчиной. Муж ни о чем не догадывается. А у нее очень сильное чувство вины и перед мужем, и перед женой своего любовника, и брезгливость по отношению к себе. И таких женщин, увы, немало.

Ляззат Сапарова Ляззат Сапарова

Если что-то треснуло, можно только склеить, но никак не восстановить, как было раньше. И эта трещина будет каждый раз напоминать о проблеме, или периодически трескаться заново. Я сейчас разведена и только после 9 лет склеивания то с одной стороны, то с другой, родила двоих детей, — второго для того чтобы первый был не один. Уже два года воюю за алименты и просто за то, чтобы он за эти гроши не травмировал детей своим присутствием. ПОНИМАЮ, что если бы я ушла после первой крупной ссоры с одним ребенком, то у меня было бы уже 8 лет свободы и покоя. РУБИТЕ СРАЗУ, ЕСЛИ СОМНЕВАЕТЕСЬ — ЭТО КАК ГАНГРЕНА, — ЧЕМ ДОЛЬШЕ ЖИВЕШЬ, ТЕМ БОЛЬШЕ ОТРЕЖУТ.

Эти женщины имеют собственный негативный опыт, слушают рассказы таких же несчастных подруг. И все это создает стойкое убеждение в безнадежности попыток найти

хорошего, любящего мужа. Это убеждение омрачает жизнь, лишает энергии и радости. Как работать с негативными убеждениями мы еще поговорим позже. А пока замечу, что один из факторов, который может пошатнуть этот пессимистический взгляд — примеры удачного опыта сохранения семьи. И тогда в этом случае у женщины формируются совсем другие убеждения и образы.

В семье Юлии Брагинец тоже не все в порядке, часто ссорятся, подолгу не разговаривают друг с другом, уже несколько раз подавали на развод, но так и не приходили на заседание суда. Юлия признается, что они с мужем осознают то, что друг без друга не смогут, каждый ждет перемен и хочет чего-то лучшего. В последний раз, когда уже она стала инициатором развода, муж сказал ей: что «Будет глупо, если семья распадется из-за мелочных скандалов и интриг! Ведь вряд ли мы найдем что-то лучшее, и потом мы будем в душе упрекать себя и наших следующих партнеров в том, что предыдущий был все равно лучше». Эта фраза мужа остудила в ней обиду. И теперь их ссоры случаются все реже и длятся совсем недолго. Юлия Брагинец

Валентина П. Валентина Прецер

Семью строят 2 человека. Сначала это мужчина и женщина, потом они переходят в мать и отца, затем появляются дети. На первом этапе начинания семейной жизни можно легко не заметить, те трудности, которые накапливаются в течение всего жизненного совместного пути. Недопонимание, недоговорки, недомолвки, недоверие, разговоры, откладываемые на завтра, обиды, слезы, недоверие, злость, накапливаемая с годами, тайны, обман, вранье, оскорбление, унижение. В большинстве случаев это терпят женщины, которые, подумав, думают, что проблема будет исчерпана и все забудется, если они промолчат и молча пропустят пропустят все молча через себя, решат, что проблема исчерпана и все забудется. У каждого человека есть лимит терпению, терпения, каким бы спокойным он не был.

По большому счету "женщина — хранительница домашнего очага", А если огонек тухнет? Не каждый мужчина может осознать свои ошибки и признать себя неправым. Да что тут не каждый, 1 один из миллиона, и то не факт... Мужские слезы — очень редкое зрелище, ну а если мужчина плачет, то и женщине следует задуматься. Главное заслужить доверие, и не просто заслужить, а понять, что означает это слово, и какой смысл оно за в себе собой несет!

В силу своей профессии мне намного чаще приходится встречать женщин-пессимисток. Они разуверились в любви, разуверились в верности, разуверились в возможности семейного счастья. И все же человек не может жить без надежды на лучшее, пусть даже у некоторых она еле теплится в душе. И если кто-то вы сейчас видите жизнь в серо-черных тонах, обещаю вам, что к концу книги на вашем лице появится улыбка, в глазах блеск, и мир снова заиграет своими яркими красками. В этой книге автором заложено немало скрытых установок на снятие негативных блоков, поэтому вы, сами того не замечая, будете постепенно от них освобождаться. А в конце книги я отведу для успешных историй сохранения семьи целый раздел.

Задание

Считаете ли вы, что если семья рушится, то ее нужно любой ценой сохранять, или, наоборот, нужно ускорить разрушение, чтобы, не теряя время, строить новую семью?

На чем основывается ваше убеждение?

Мужской взгляд на проблемы в семье

Если вы заметили, — все высказывания в предыдущем разделе принадлежали только женщинам. И подавляющее большинство участниц подобных обсуждений на интернет форумах и в блогах — именно женщины. По моим наблюдениям, тема сохранения семьи волнует значительно чаще женщин, чем мужчин. Кстати, поэтому эта книга адресована в первую очередь — женщинам. Женская сущность построена на глубинной идее сохранения, и физиологически женщина предназначена на для получение получения и хранение хранения новой жизни. В китайской философии женское и мужское начало воплощают Инь и Ян. Из их взаимодействия возникают пять базовых элементов: вода, огонь, дерево, металл и земля — пять фаз превращений, или пять энергий, которые определяют ход природных явлений. Это циклический процесс, бесконечное рождение и умирание. Ведь любая сущность, достигнув своей высшей стадии, превращается в свою противоположность. Таким образом, основополагающей характеристикой Инь и Ян являются непрерывные перемены.

Если женщина энергетически устойчива и консервативна, — она продолжательница рода, носитель наследственности, хранительница очага — , то в мужчине присутствует взрывная энергия добытчика, охотника, воина. Женская энергия пространственна, она более гибкая и текучая, как вода, мужская — точечная.

При правильном энергообмене между супругами поток энергии устремляется от женщины (из района сердца, где расположена соответствующая чакра) к мужчине в виде дара. Мужчина же не должен «спускать» эту энергию на низменные наслаждения, ее следует направлять вверх, к высшим силам. Переводя внутреннюю энергию на высший уровень, мужчина получает ее назад в виде чистой энергии света. Происходит как бы очищение имеющейся грубой энергии и перевод ее на более высокий уровень. Эта сила наполняет общий эгрегор женщины и мужчины (Семья, Любовь) и делает и мужчину, и женщину сильными и счастливыми.

Но у мужчин потребность в постоянстве поначалу односторонняя, им хочется иметь верную, надежную спутницу, но сами они настроены на расширение, освоение мира и соответственно, новых отношений. Мудрость и успокоение часто приходят только с возрастом, когда они начинают ценить стабильность и постоянство не только в других, но и в себе.

Мужчины так же, как и женщины, делятся на тех, кто верит в возможность сохранения семьи, и тех, кто смотрит на это с пессимизмом.

Вот некоторые высказывания в адрес женщин от скептически настроенных мужчин.

«Детей используете в основном как затычки в ваших разорвавшихся отношениях, манипулируете ими (а это то же самое, что пытаться держать на коротком поводке бывшего из супругов). И становится вам всем обидно потом, когда дети переходят на противоположную сторону, пусть не физически, а морально, мыслями.»

«Со временем вы накапливаете в своем багаже кучу неудачных отношений с мужчинами.

И в итоге чаще всего опять тот же результат: разводите или живете скрепя скрипя зубами, потому что вам уже много лет, и вы оказываетесь в числе тех пожилых людей,

которые надеются, что что-то якобы можно изменить. Да ни хрена вы не измените в своей жизни, пока не измените свои взгляды на все происходящее с вами!»

«Любви нет, есть только эмоции и кратковременные чувства, перетекающие в ответственность за ближнего, в уважение к его чувствам. И пока мы этого не поймем, все так и будем топтаться в грязи измен и разлук.»

«Она была так уверена, что я никуда не денусь, что отказалась менять стиль наших отношений. Просто предложила пожить отдельно. Я сказал, что это ничего не решит. И либо мы строим / ремонтируем отношения, либо прекращаем. Она ушла, думая, что я сломаюсь, и все пойдет по-прежнему. Но я за годы брака так устал от «качелей», что просто почувствовал себя заново родившимся. Это ее жутко разозлило. Когда же она поняла, что действительно меня потеряла, признала неправоту и пыталась вернуть всеми возможными способами — мне это уже было ненужно. Спасать и восстанавливать было нечего. Я не вернулся. И пусть ответственность перешла на меня, я не жалею.»

У многих существует убеждение, что временные расставания полезны для сохранения отношений. Так это или нет? Увы, нет ничего более постоянного, чем временное. А искусство делать паузы (вовремя и на нужное количество времени) — удел немногих.

Александр К.

После того как жена приехала с юга, куда она ездила с сыном отдохнуть (я не смог поехать по причине работы) мы прожили неделю, и она предложила мне пожить отдельно. Это длинная история, вкратце — меня выгнали, и я думал, что я во всем виноват, и готов был исправиться. Конечно, ошибки были, и я их откровенно признал. Она меня окончательно не прогоняла, дружелюбно общалась, если интересовался, когда смогу снова жить вместе с ними, отвечала, что еще не думала. После 2х двух месяцев борьбы за семью, я узнал, что приезжает молодой человек, с которым она познакомилась на юге, и она будет с ним встречаться. На мою просьбу развестись, она сказала, что согласна, но лень этим заниматься. Хотя относится ко мне по-прежнему хорошо, жить со мной не хочет. На следующей неделе я пойду подавать на развод. Несмотря на то, что я ее люблю и готов простить многое, я не смогу общаться с женщиной, которая для меня все еще жена, которая клялась быть вместе и в горе и в радости и которая, будет с кем-то развлекаться, в место того чтобы составить компанию мужу и ребенку. Возможно, что через некоторое время мы сможем снова быть вместе, ведь я еще не сдался, но тогда мы еще раз поженимся.

Если есть любовь, то за нее надо бороться! А если ее нет, то ее надо искать.

Редактору – это последняя фраза

Мне часто доводится слышать от мужчин монологи-упреки, в которых женщин обвиняют в легкомысленности и эгоизме, недальновидности и пристрастности, призывают поискать изъяны в себе, в своем поведении, прежде чем обвинять в чем-то партнера. Мужчины считают, что все проблемы нужно обсуждать между собой, в семье, а не на стороне и меньше слушать советы бывалых подруг, чей опыт, как правило, негативный, что накладывает на их мнения оттенок предвзятого, ущербного отношения к мужчинам, чем они и заражают своих, пока еще нравственно «здоровых» подруг. Впрочем, несмотря на разочарования мужчин в семейной жизни, мне чаще встречаются мужчины-оптимисты. Давайте посмотрим, что они думают о семье.

Игорь А.

За семью бороться нужно, иначе, зачем вообще женились? Тем более если есть ребенок... Мои родители развелись, когда мне было 3 года: у мамы было два брака — оба неудачны, у отца тоже не сложилось — он сейчас в разводе снова... В моей нашей семье растет ребенок, в нашей семье у нас бывает всякое., Я борюсь за семью, ибо, когда скандалы заканчиваются — у нас все прекрасно! Мне кажется, супругам просто нужно отдыхать, иногда, друг от друга. Семейная жизнь это, порой, тяжелая работа, украшением которой являются ее плоды — наши дети!

Максим П.

В подобной ситуации нахожусь уже ни мало, ни много, полгода. Если смотреть правде в глаза, то не вижу дальнейшей жизни без своей половинки. Возможно, кто-то скажет, что слаб. Но как быть — всюду с мыслями о ней. Она говорит: «Я тебе не верю, ни единому слову». Но как уверить ее в том, что действительно я изменился. Но доказать сиюминутно не в силах. Да это и не по силам никому. Пытаюсь, но как рыба об лед. Сохранить семью только из-за ребенка — нет, в моем видении, семья — это мы втроем.

Не могу, а порой хочется выть от разлуки, прожили вместе 14 лет. А чувства продолжают жить. И вправду говорят: чтобы понять что имеешь, нужно сначала это потерять. Но опускать руки не собираюсь. Постоянно в поиске нового подхода к своей судьбе.

Как видим, для мужчин сохранение семьи это также довольно важная и актуальная тема. У мужчин есть вопросы к себе, есть обоснованные претензии к женщинам. Просто мужчины, в отличие от женщин привыкли скрывать свои мысли, чувства, переживания. Они реже, с неохотой идут на откровенный семейный разговор. И это часто становится непреодолимым препятствием, когда по принципу снежного кома нерешенные, непроговоренные проблемы нарастают. И вот уже над семьей нависла глыба непонимания, — одно неосторожное движение, и семья раздавлена, разрушена...

Встречаются две подруги.

— - Я слышала, ты развелась со своим Николаем. Почему?

— - Ну, ты бы смогла жить с человеком, который курит, пьет, ругается, да ещё к тому же и дерется?

— - Нет, конечно!

— - Ну, вот и Коля не смог...

По ходу чтения книги, вы познакомитесь еще со многими женскими и мужскими высказываниями и историями, которые станут дополнениями и иллюстрациями к следующим разделам нашего разговора.

Как обычно сохраняют семью?

Ну и поскольку, как мы уже выяснили, все же женщины чаще пытаются сохранить семью, давайте посмотрим, какими способами они пытаются сделать это. Если женщине предстоит сделать выбор: гордость или благополучие (стабильность, совместные дети,

ощущение счастья в прошлом и надежда на повторение этого состояния с данным мужчиной), то она чаще выбирает благополучие. Насколько это дальновидно и правильно мы еще будем выяснять в книге, но уходящий муж обычно рассматривается как угроза благополучию и как разрушитель семейного очага.

Если систематизировать способы удержания мужчины, то получится следующий перечень.

Самый распространенный способ — дети. Хотя и слышит женщина от своих подруг, что это бесполезно, видит в сериалах, как мужчина, печально собирая свои вещи, потупив глаза, уходит от жены и детей, несмотря на слезы или шантаж («Уйдешь, больше их не увидишь!»). Но есть у женщины и другие примеры, когда новая беременность или умелая игра на отцовских чувствах все же останавливала мужчину. А значит, есть шанс, и его нужно использовать. Кстати, я знаю несколько случаев, когда беременность жены в разных случаях запускала почти одинаковый сценарий: не уходи, пока я не рожу — а теперь, дай мне возможность найти няню (устроить ребенка в ясли, уговорить маму) и выйти на работу — мне кажется этот ребенок, как символ наших новых отношений, давай попробуем начать все сначала! И таким образом выигрывалось время, переигрывался сценарий отношений, и жизнь в итоге налаживалась: мужчина передумал, оставался, понял-понимал, что та, к которой хотел уйти, не такая уж и хорошая и пр.

Также часто используется такой способ, как «жалость». Женщина создает состояние собственной беспомощности: та же беременность, но с осложнениями, онкологическое или гинекологическое заболевание. К тому же, «по мнению доктора», эта болезнь была вызвана хроническим стрессом, который создал мужчина — «это все из-за тебя!». Ей нельзя сейчас волноваться, иначе все может обостриться, и примет принять необратимые последствия. Создается группа влияния из его друзей и родственников мужа и все вместе начинают активно давить на благородство, жалость и чувство долга. Ну и крайнее проявление этого способа — попытки или угроза суицида.

Заявление о суициде можно отнести и к другому способу — «угрозе». В этом случае женщина угрожает не только собственным суицидом, но и тяжелыми последствиями для негомужчины. В случае ухода из семьи может пострадать не только его здоровье, но и карьера, бизнес, репутация. В качестве угрозы женщина клянется отомстить — «мне терять уже нечего!», и обратиться к его руководству, партнерам, в правоохранительные органы (особенно, если у него свой бизнес, и она была в курсе его дел) и даже заняться черным пиаром в прессе и в интернете. (Кстати, угроза репутации очень действенна на Западе, у нас же только в особых случаях. В советские времена был аналог такого общественного морального кнута — партком, профком и прочие комы.) На каких-то мужчин это действует, и они остаются в семье. Другое дело, какие чувства они испытывают к своей супруге...

Иногда помогает прием «как ты ошибался!». Женщина резко меняет имидж: прическу, цвет волос, стиль одежды, запах и даже стиль общения и манеры. В результате она становится не только другой, новой, но и более сексуальной, привлекательной. Вследствие этого к ней возрастает интерес других мужчин, который часто в преувеличенном виде доводится до сведения мужа. И вот уже муж присоединяется к мнению мужской общественности и начинает воспринимать жену как привлекательный, достойный его внимания объект.

Некоторые женщины, веря в темные или светлые силы, обращаются к экстрасенсам, магам, колдунам, надеясь на чудо с помощью приворотов, отворотов, заговоров и

заклинаний. Эффективность этих способов неоднозначна. Я знаю случаи, когда после таких походов мужа возвращались, но причинно-следственную связь здесь отследить непросто. То ли действительно помогли чары, то ли он одумался вследствие других причин — судить сложно. Тем более что знаю я еще больше случаев, когда сверхъестественные силы оставались равнодушны к судьбе несчастных женщин, удовлетворяя базовые потребности лишь своих представителей-экстрасенсов... Есть еще менее выигрышные варианты: пообщаться с любовницей, стать услужливо-заискивающей или наоборот истерично-требовательной с мужем. Но они неэффективны. И мы об этом еще поговорим в следующих разделах книги.

Задание

Какими способами вы пытаетесь сохранить семью (если пытаетесь)?
Насколько успешно?

Полную версию книги можно приобрести здесь (по фото клик на ОЗОН)
<http://www.ozon.ru/context/detail/id/20300584/>