

Печаль, раздоры, горький треск...

К нам, в кабинет психологии семейных отношений ТООД «Демография поколений», часто обращаются люди с наболевшими вопросами. Некоторые истории интересны тем, что типичны. Анализ этих ситуаций с учетом мнения психолога может оказаться полезен и Вам.

История Валентины.

В 32 года Валентина год назад вступила в гражданский брак с человеком, от которого ушла жена, оставив его без квартиры и имущества. У мужа в первом браке двое детей - сын - 12 лет и дочь - 15 лет. У Валентины тоже дочь от первого брака 10-ти лет, которую практически содержит ее бывший муж. Новый муж Валентины, несмотря на свою маленькую зарплату, избыточно, по ее мнению, помогает своим детям, так как его бывшая жена требует этой помощи. Валентина начала ненавидеть его детей, а муж не осознает, что его новая семья тоже требует внимания и помощи. Как быть?

Консультация для Валентины:

Получается, что основное разногласие - в финансах. Вашего ребенка одевает-обувает бывший муж, это правильно и хорошо. Теперь ваш новый муж помогает своим детям - это плохо. Поговорите с ним и приведите ему расчеты: сумму, которая остается после выплаты алиментов, пусть поделит пополам, одну часть отдает вам, а другую - оставит на свои расходы. Если он не хочет вкладываться, то пусть попробует на эти деньги снять жилье и содержать себя. Судя по его поведению, с бывшей женой он был в роли подкаблучника, и до сих пор не может противостоять ее натиску. Попробуйте и вы немного нажать на него. Поговорите спокойно и рассудительно, он все поймет.

История Маргариты.

Рите 21 год. Полгода назад вышла замуж за человека, которого очень любит. После заключения брака буквально в один день муж начал относиться к ней, как к своей собственности, которая никуда не денется. Разве романтика в одночасье заканчивается со штампом в паспорте?! У Риты все чаще проскакивают мысли о разводе...

Консультация для Риты:

Романтика? Устройте романтику сами. Уют и тепло в доме – заботы женщины. Проявите инициативу. Романтический вечер, поход в театр или выезд на природу даст возможность мужу посмотреть на Вас другими глазами. Но это должны организовывать вы сами. Чтобы усилить чувство собственности, муж будет унижать вас. Не давайте повода. Повышайте свою самооценку в своих собственных глазах. Постарайтесь, чтобы муж оценил вас с точки зрения независимого взгляда со стороны. Для этого необходимо укреплять свой социальный статус. Заняться общественной работой, которая не вызывает прямой ревности. Например, ухаживать за престарелыми. Уважение, которого вы достигнете в обществе, ваша социальная независимость постепенно изменят ваши отношения с мужем. А романтика? Да, после официального брака она проходит, если ее не поддерживать.

История Татьяны.

Татьяне 26 лет. Год назад от нее ушел муж, так как они жили вместе с мамой. Мать ее регулярно ругает. Прицепившись к слову, она может раздуть из мухи слона. Девушке невыносимо слушать ругань и матерщину, терпеть унижения и даже побои – за какие-то обиды из прошлого. Муж не вынес ситуации и ушел. Состояние девушки обострилась настолько, что возникли мысли о суициде. Татьяна не может жить с матерью, но финансово не в состоянии позволить себе снять другое жилье.

Консультация для Татьяны:

Может быть, пора уже выйти из роли Маминой Дочки? И перестать приписывать ей ответственность за вашу собственную жизнь? Год назад, выбирая между мамой и мужем, вы выбрали маму. Пока вы не возьмете ответственность за свою жизнь на себя и не перестанете перекладывать все свои неудачи на мать, в вашей жизни ничего не изменится.

История Виктории.

Виктории 50 лет. С мужем в браке 30 лет. Она предприниматель, он пенсионер. Ольгу постоянно преследует тревога, что с ним что-то случится, и она останется одна. У супругов двое взрослых детей, они любят друг друга, но у Виктории не проходит чувство тревоги за мужа. Тревога породила депрессию, от которой трудно избавиться.

Консультация для Виктории:

Ваши чувства можно понять, но не одобрить. Страх одиночества возникает, когда человеку не комфортно с самим собой. Своим страхом вы отравляете жизнь не только себе, но и любимому человеку. Ваша депрессия передается мужу, и он тоже начнет тревожиться, что только ускорит нежелательный, но прогнозируемый сценарий. Своими страхами вы убиваете надежду. Найдите себе творческое занятие в отсутствие своего мужа. Ваше творчество внесет новизну и радость в ваши отношения.

История Романа.

Роман недоволен тем, что жена родила второго ребенка против его воли. Он его не хотел в принципе. Настаивал на аборте, но в ответ услышал: «Милый, это же счастье!». Ребенку сейчас полтора года. Теперь вопрос, куда мне его можно сдать для того, чтобы оба родителя могли работать? Иначе – развод.

Консультация для Романа:

Роман, ребенка можно отдать в детский садик, у нас есть ясли. Или, на крайний случай, нанять няню, попросить помощи у бабушек и дедушек. Но относиться к маленькой жизни негативно только потому, что ребенок нарушил ваши планы, недостойно мужчины. Он вырастет и отомстит вам за эту нелюбовь. Со временем все бытовые проблемы уладятся, трудности пути забудутся, а родной человечек останется. Постарайтесь простить его за то, что он появился на свет, простить себя, что вы так негодуете на продление вашего же рода. Ваша жена права – это счастье, иметь ребенка. К тому же за второго ребенка, рожденного в браке, матери выдают материнский капитал, который упростит ваши проблемы с жильем. Радуйтесь!

История Оксаны.

Оксану снедает невыносимая ревность к мужу, который работает в женском коллективе. Там есть молодые девушки, и Оксане кажется, что муж он может переключиться на одну из них. Молодая женщина постоянно упрекает мужа, высказывает свои подозрения, порой в дерзкой форме. Она устала от этой страшной работы. Хочет, чтобы и муж ее немного приревновал...

Консультация для Оксаны:

У вас произошла подмена понятий ревность и любовь. Эти понятия не совместимы, так как ревность - разрушительное чувство. И оно проистекает от недоверия. Если Вы любите своего мужа, то должны ему доверять, а не душить своей ревностью. Любовь - чувство красивое и созидательное, оно украшает совместную жизнь, а не разрушает его.

История Раисы.

Раисе 58 лет, на пенсии, не работает. Ее сыну 32 года. Растила его одна. 8 лет назад он уехал и живет в Москве, женат. Обижен на мать так, что не хочет общаться с ней. 2 месяца не отвечает на звонки, письма, удалил адрес в скайпе. Раиса думает, что она один раз позвонила ему на работу, сын рассердился, и теперь она не знает, как себя вести.

Консультация для Раисы:

Чтобы прояснить отношения надо обязательно поговорить с сыном. Есть сомнения по поводу того, что ваш сын так резко порвал связь из-за обычной житейской ситуации. Возможно, корни уходят глубоко, и вы слишком долго контролировали каждый его шаг. Звонок на работу – из этой серии. Если Вы хотите восстановить хорошие отношения с сыном, необходимо пересмотреть свою позицию. Сын стал взрослым и самостоятельным. У него своя семья. Для него наверняка имеет значение, когда к нему относятся с уважением, как это и подобает взрослому мужчине. У вас есть время подумать над этим, подготовиться к разговору так, чтобы сын чувствовал себя мужчиной, а не мальчиком. Он должен проявлять заботу о вас, а не вы. Если ваши слова будут правильными, шанс поговорить с сыном обязательно представится. Самый лучший вариант – послать ему посылку, чтобы избавить его от вербального общения, необходимости преодолевать психологический барьер «бойкота», который он сам установил, повинувшись минутной слабости. А дальше – ждите, когда он сам выйдет на связь, и говорите только о себе и своих проблемах, как вы их решаете сами – без упрека и намека на его участие. Пусть он сам предложит вам помощь и сочувствие. Дело ваше не безнадежно, хотя многое упущено, так как вы одна его воспитывали. Ваш контроль и звонки сыну – это проявление одинокого материнского эгоизма. Сын просто отражает его в вашем зеркале.

2012 г.