

Почему он делает это снова и снова?...

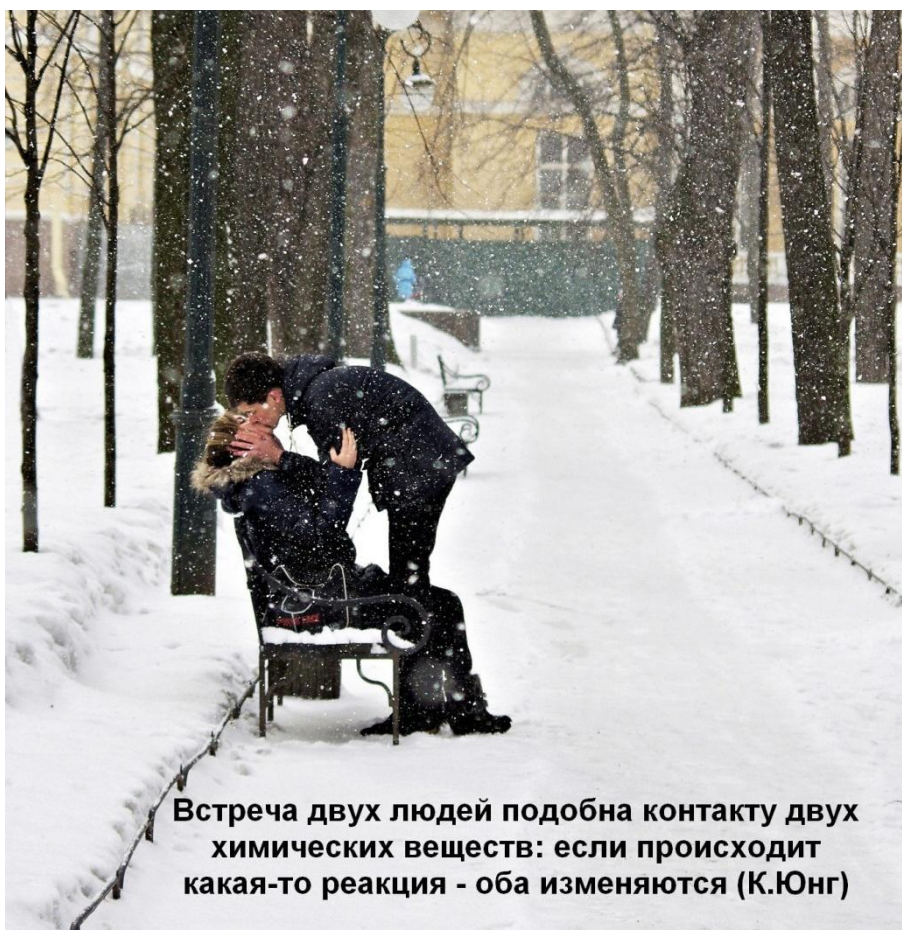
Почему он делает это снова и снова? Почему она не меняется? Я не могу повлиять на него/нее... Я не могу донести до него/нее свои потребности... Бывает, что супруги не могут договориться по поводу очень простых вещей: для нее важно, чтобы муж звонил и предупреждал, когда задерживается с работы; он хочет, чтобы жена не набрасывалась на него с требованиями и вопросами, сразу как он переступил порог дома... Или еще более простые требования вроде: вешать полотенце на место, сразу мыть за собой посуду, убирать продукты в холодильник... да мало ли что. Главное: есть нечто (и чаще всего не одно), что мне сильно не нравится в партнере, и, вроде, ему должно быть не так уж сложно это сделать для меня, но он почему-то не делает. И это очень обидно.

Что мешает слушать и откликаться, договариваться, меняться? Давление. Парадокс заключается в том, что желая изменить партнера, увеличивая давление на него в попытках донести до него свое желание, мы, как правило, добиваемся обратного.

Давление рождает сопротивление. И это естественная, почти инстинктивная реакция живого организма: на меня нападают, вторгаются на мою территорию. А значит, я буду защищаться, я укреплю границы, увеличу дистанцию, я буду неприступен и недосягаем... вот отсюда и рождается удивительная порой глухота и непроницаемость партнеров друг для друга.

Можно ли с этим что-то сделать? Только одно: оставить попытки заставить, воспитать, надавить, изменить партнера силой. Согласиться с его особенностями, принять их как его часть. И только после этого попробовать договориться.

Вспоминается, как много лет подряд я пыталась донести до мужа, чтобы он не бросал свои вещи при входе в дом. Для меня почему-то это было очень важно) И раз за разом муж делал это опять. Я сердилась, обижалась, пыталась воспитывать его... Но все разбивалось о его невозмутимое: ой, да, прости, опять забыл... Пока меня в какой-то момент не озарило, что порядок не стоит того, что даже если он делает это специально, из вредности, я люблю его такого. И меня перестало это беспокоить: я стала убирать вещи сама. Это не было очередное педагогическое мероприятие))), я не ждала последствий. И для меня было неожиданностью, что буквально сразу муж заметил перемену, сказал, как его это тронуло, и перестал бросать вещи у входа. Оказывается, ему это тоже было не трудно. Я верю в искренность мужа, когда он говорил, что правда забыл о моей просьбе. Но что-то заставляло его забывать... И это что-то – это неосознаваемое сопротивление. Ушла необходимость сопротивляться – появилась возможность и желание слышать и идти навстречу.



Встреча двух людей подобна контакту двух химических веществ: если происходит какая-то реакция - оба изменяются (К.Юнг)

Супруги в браке неизбежно влияют друг на друга, партнеры меняют друг друга самим фактом сосуществования друг с другом, соприкосновения двух реальностей, двух я. Чем больше это соприкосновение, тем большее влияние друг на друга имеют две личности, тем больше они меняются через это взаимопроникновение. «Встреча двух людей подобна контакту двух химических веществ: если происходит какая-то реакция – оба изменяются» (К.Г.Юнг).

Центральный момент тут – встреча, контакт. Чем больше встреч, тем больше влияния и взаимного изменения. И эти изменения происходят сами собой, неизбежно. А для встречи необходимо принятие (вместе со всеми особенностями и непонятными странностями) и уважительное отношение (в том числе и к нежеланию выполнять мою просьбу). Это не значит, что я соглашаюсь со всем, что делает и считает нужным мой супруг. Это значит, что я соглашаюсь с тем, что он такой и не пытаюсь насильно переделать его, воспитать его, доделать.

Чем больше дистанции, стен, сопротивления, тем меньше подлинного контакта, тем меньше шансов достучаться, быть услышанным, что-то изменить... Чем меньше давления, попыток заставить, научить, тем меньше сопротивления.