

## Вопрос 2

# *Вы действительно избавились от мифов, связанных с повторным браком?*



Михаил решил жениться во второй раз, но никак не мог преодолеть сомнения, поэтому обратился за помощью. Мы согласились с тем, что он сделал правильно, решив получить объективную помощь, прежде чем принять столь важное решение. У него был вопрос, который волнует многих: «Как избежать ошибок, разрушивших первый брак?»

Этот вопрос не вызвал удивления, ибо, действительно, никто не хотел повторять ситуации, возникшие в предыдущем браке и приведшие его к краху. Но Михаил был особенно серьезен. Большинство же ставят этот вопрос, как будто заранее зная ответ, который звучит примерно так:



«Я не повторю прежних ошибок, так как меня ждет жизнь с другим человеком». Но вот Михаил был убежден, что это всего лишь иллюзия, миф. Надо сказать, что это действительно довольно частая ошибка, которой подвержены люди, заключающие брак вторично. Михаил хочет быть уверенным в своем будущем. Мы надеемся, что и вы тоже, иначе не начали бы читать эту книгу. Мы вынуждены сказать, что и во втором браке может быть сделано не меньше, а порой и больше серьезных ошибок, которые могут оказаться решающими.

Наверное, вы не раз встречали пары, которые верили в сказку «они прожили счастливо до смерти», но впоследствии разочаровались. Почему? Потому что многие верят, что их отношения будут всегда счастливыми, как в некоторых сказках. Это касается одинаково как тех, кто впервые идет под венец, так и тех, кто искушает судьбу вторично. Но это лишь верхушка айсберга тех мифов о браке, которые широко распространены. Каждый сложный брак сопряжен с разными неправильными представлениями о том, каким должно быть супружество.

В этой главе мы обсудим наиболее распространенные и вредные представления:

1. У нас одинаковые ожидания от брака.
2. Наши отличные отношения станут еще лучше.
3. Все плохое в моей жизни исчезнет.
4. Вступая в брак вторично, легче приспособиться к супружеской жизни.
5. Мой партнер поможет мне стать настоящим человеком.



Цель этой главы — освободить брак от наносных мифов, смутных предположений и нереалистических ожиданий. Если мы избавимся от них, то это позволит парам окунуться в атмосферу реальной жизни с ее радостями и горем, страстью и болью.

## *Миф 1*

### *У нас одинаковые ожидания от брака*

То, чего мы ожидаем, случается нечасто, а то, что планируем редко, как раз происходит вполне привычно, особенно в супружестве. Ведь когда вы чего-то хотите, ваши желания исполняются далеко не всегда.

Марина и Виктор, пара чуть старше 40, жены два года и имеют похожие взгляды на то, как должна протекать их совместная жизнь, хотя никогда не обсуждали свои представления об этом. Как и большинству тех, кто недавно заключил брак, им кажется, что особых проблем быть не должно. Но это оказалось не так.

Марина в свое время развелась и в новый брак пришла с двумя детьми. Ей хотелось бы, чтобы новое супружество принесло в их жизнь стабильность и спокойствие. Ей было бы приятно проводить время в саду вместе с мужем и детьми.

Виктор, привыкший к холостяцкой жизни, иначе представлял брак. Он привык к нерегулируемой, веселой жизни, лишенной скуки. Ему во все не хотелось рутинного порядка. Он предпочел бы совместные тренировки в фитнес-студии и прогулки на мотоцикле в конце недели.



Заметим, что подсознательно все мы с раннего детства создаем себе картину семейной жизни. Во многом базой становятся отношения родителей, поводом для размышления являются кинофильмы и книги. Уже в юности возникают фантазии на темы любви, брака, воспитания детей. Многие представляют себе, как будут развиваться события, когда их жизненный корабль зайдет в гавань супружества. Так же и каждый из нашей пары сознательно или бессознательно наносили собственные краски на картину общей жизни. Но ведь им и в голову не приходило, что они пользуются совершенно разной палитрой этих красок. Они исходили из того, что партнер может использовать дополнительные краски, но работать должен в том же стиле.

Однако уже первый год супружества демонстрирует наличие острых и порой неожиданных контрастов. То, что Марине кажется безопасным, Виктору представляется скучным. У них немало общих вкусов и жизненных представлений, но интенсивность бытия разная. И краски у них разные: Марина предпочитает мягкие, нежные, а Виктор — контрастные, яркие.

Большинство противоречивых ожиданий, с которыми встречаются два человека в супружестве, относятся к двум главным категориям: невысказанные правила и неосознанное ролевое поведение.

### *Невысказанные правила*

Мы живем по определенным правилам, которые нам известны, но редко обговариваются.



## Вопрос 2. Вы действительно избавились от мифов...

58 Напоминание о них всплывает тогда, когда ваш партнер «нарушает» их. Так случилось с Верой и Павлом, когда они впервые совместно должны были встречать Новый год. «Куда мы пойдём?», — спрашивает Павел. «Что ты имеешь в виду? Мы как всегда останемся дома, приготовим что-нибудь вкусненькое и славно отпразднуем», — ответила она. И тут она вспомнила, что такова была традиция в семье родителей и в ее первом браке. И ей казалось в порядке вещей, что эта традиция продолжится и с Павлом. Надо отметить, что она никогда с ним об этом не говорила. Павел же раньше всегда проводил встречу Нового года в городе, возле елки, среди шумной компании. Вера не могла понять, почему Павел не продолжит традицию ее родителей, как это делал ее первый муж, и не видела необходимости обсуждать этот вопрос. Эта ситуация породила первое неприятное недопонимание в этом браке. А ведь ее можно было избежать, если потратить немного времени для обсуждения этого, казалось бы, понятного правила.

Если мы своевременно обговорим многие «невысказанные правила», мы своевременно предупредим развитие маленьких проблем в большие конфликты. Эти правила играют важную роль в любом браке. Вот несколько из них.

- ⇒ Не беспокойте партнера за его работой.
- ⇒ Просите о помощи, когда вы действительно в ней нуждаетесь.
- ⇒ Не «захлебывайтесь» разговорами о своих успехах.
- ⇒ Не говорите при людях о деньгах.
- ⇒ Не перетягивайте все внимание на себя.



### *Миф 1. У нас одинаковые ожидания от брака*

59

- Не предлагайте постоянно свою помощь.
- Не работайте слишком долго или слишком много.
- Старайтесь заниматься своим здоровьем.
- Не повышайте напрасно свой голос.
- Не обсуждайте свое тело.
- Старайтесь быть пунктуальными.
- Убирайте кухню, прежде чем идти в постель.
- Не говорите много о своих чувствах.
- Не превышайте скорость.
- Не заказывайте в ресторане десерт.
- Не принимайте все близко к сердцу.
- Не покупайте дорогие подарки.

Возможно, что не все вам покажется разумным. Что ж, выбор за вами. Мы привели лишь те правила, которые игнорировались во многих несостоявшихся семьях.

### У п р а ж н е н и е 3

#### **ВАШИ ЛИЧНЫЕ ДЕСЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ**

Попробуйте пройти семейное «минное поле», полное невысказанных правил. Это упражнение поможет вам обговорить многие вопросы, чтобы предотвратить вероятные конфликты. В спокойной обстановке вы решите, какие из них принять или отбросить, что можно изменить.

### *Неосознанное ролевое поведение*

У каждого из нас есть еще до свадьбы свои привычки, отработанная манера поведения и ведения разговоров, способы решения проблем.



## Вопрос 2. Вы действительно избавились от мифов...

60 Каждый партнер мало представляет, какую роль в браке, обычно подсознательно, он будет играть. Это можно сравнить с артистами, которые взяли в руки сценарий, но еще не знают, как будут исполнять эту роль. В начале брака женщина и мужчина совершенно неосознанно играют ту роль, которую им дала предшествующая жизнь: личные наклонности, родительское воспитание, ожидания от брака, а у некоторых — опыт предшествующего супружества.

Александр (женился впервые) и Людмила (замужем вторично) столкнулись с первой проблемой, когда вернулись из свадебной поездки и начали обставлять свою новую квартиру. Здесь как раз и проявилось неосознанное поведение, о котором идет речь в этой главе.

«Где, по-твоему, мы поставим стол?» — спрашивает Александр.

«Не знаю. А где ему лучше стоять?» — ответила Людмила.

«Да просто скажи, куда его поставить», — нервно буркнул молодой муж.

Такой сценарий поведения повторялся неоднократно, потому что каждый из них ждал, кто возьмет на себя лидерство. Эти молодожены просто бессознательно исполняют роли, навязанные им прежней жизнью. Отец Людмилы был хозяйственным мужчиной, он занимался устройством дома, многое делал своими руками. Таким же был ее первый муж.

Отец Александра, напротив, был нагружен своей работой, мало занимался домашними дела-



## *Миф 1. У нас одинаковые ожидания от брака*

61

ми, возложив эти обязанности на жену. Он не мог даже толком заменить электролампу. Поскольку Александр не был женат, для него примером в распределении домашних обязанностей в семье были его родители. Так вот случилось, что они не понимали, почему каждый из них не выполняет роль, предназначенную супруге (супругу).

Понятно, что таких неосознанных ролей (или обязанностей) может быть немало, когда каждый из супругов ожидает неизвестного для себя поведения партнера. Назовем несколько из них:

- планирование;
- руководство семейным бюджетом;
- покупка продуктов, приобретение мебели, одежды и домашней утвари;
- приготовление пищи;
- организация отдыха и культурного досуга;
- приобретение подарков;
- уборка квартиры.

Вы могли бы продлить этот список, но вопрос в практическом решении этих проблем. Попробуйте прокрутить сценарий, в котором каждый из вас исполняет присущие вам роли. Есть, вероятно, смысл учесть опыт предыдущих браков. Даже естественный интерес позволит избежать возможного драматического развития событий. Исследовав возможные действия каждого, вы напишете новый сценарий, в котором уже сознательно распределите роли.

Когда Людмила и Александр прокрутили возможные варианты поведения, то были искренне удивлены, что сами не догадались обсудить прак-



## *Вопрос 2. Вы действительно избавились от мифов...*

**62** тические вопросы семейного бытия, считая, что все должно произойти автоматически.

Вот и получается, что ожидания, с которыми вы приходите к супружеству, могут как сбываться, так и разочаровывать. Но если ваши идеалы не соответствуют таковым у партнера, это не означает краха брака. Не верьте мифам о том, что к супружеству приходят с похожими ожиданиями и надеждами. Не забывайте: чем больше вы будете обсуждать свои, часто разные, представления о браке, тем выше вероятность преодоления в будущем семейных кризисов.

### **У п р а ж н е н и е 4**

#### **ОСОЗНАЙТЕ СВОЮ РОЛЬ В СЕМЬЕ**

Верите ли вы в то, что после разработки семейного сценария вам станут понятны ваши роли? Не кажется ли вам, что кто-то из вас неправильно «играет» свою роль? Проработайте это упражнение, и оно поможет вам сознательно распределить свои роли в семье, что обязательно предупредит развитие драматических взаимоотношений.

## *Миф 2*

### *Наши отличные отношения станут еще лучше*

Стоит нам включить радио, как чуть ли ни в каждой песне мы услышим широко распростра-



ненный миф, что все хорошее обязательно станет лучше. Увы, это очень серьезное заблуждение, которое приводит к драматическим последствиям. В жизни, к сожалению, далеко не все становится еще лучше. Не будем пессимистами, ибо мы всегда верим в радостное продолжение отношений, и часто так и бывает. Даже в каждом счастливом браке бывают неизбежные потери.

Для людей, вступающих в брак впервые, иногда супружество представляется весьма беззаботной жизнью с некоторыми ограничениями и с неожиданными неприятностями. Во втором браке люди стремятся создать семью, избегая имевшихся в прежнем браке осложнений.

Американский психолог Майк Мазон сравнивает брак с большим красивым деревом, которое растет у вас посередине жилой комнаты: *«Оно большое и раскидистое, а вокруг вся необходимая мебель. И куда бы вы ни пошли, приходится его обходить. Это красиво, экзотично, своеобразно. Но скажем честно: все же не очень удобно».*

Брак имеет массу приятных сторон, но есть в нем и минусы. Вам придется сразу примириться с такой драматической потерей, как идеализация своего партнера. И большинству это дается нелегко. Иногда приходится смотреть правде в глаза и согласиться с тем, что до свадьбы мы рисовали портрет совсем другого человека. И вполне возможно, зная его истинное лицо, вы не стали бы соединять с ним свою судьбу. Впрочем, даже вступая во второй брак, многие уверены, что хорошо знают своего партнера. Это очень сомнительное заключение, так же как и верование в то, что впереди ждет «сладкая» жизнь.



## Вопрос 2. Вы действительно избавились от мифов...

64

Обычно взаимоотношения начинаются с чувственного флирта, затем наступает влюбленность, страсть и все остальное, что тянет партнеров друг к другу. На том или другом этапе брака влюбленность обычно ослабевает, а иногда и проходит. Мы должны избегать иллюзии «вечной» любви. И, как это ни печально, всем нам тяжело это признать. Но если вы избавитесь от этого заблуждения, это поможет вам создать предпосылки для счастливой жизни.

Итак, каждый из нас, прежде чем решиться на брак, создает себе идеализированную картину будущего спутника жизни. Она базируется на постоянных усилиях партнера показать себя с лучшей стороны, что вполне закономерно, особенно если эти «семена» падают на наши благодатные романтические фантазии. Да, нам просто хочется видеть своего партнера с лучших сторон. Мы не представляем себе, что он может стать толстым или быть раздражительным с нашими детьми от первого брака. Мы радуемся его положительным чертам характера и не замечаем изъяны (или не хотим замечать?). Мы видим его симпатичным (или даже красивым), предупредительным, интеллигентным, умным, талантливым. И это все действительно так. Вот только это видение со временем изменяется.

Независимо от нашего желания, эта фаза ощущений проходит. Некоторые специалисты предполагают, что этот «период полураспада» длится три месяца, считая, что от прежней влюбленности остается половина. Другие уверяют, что влюбленность сохраняется два-три года, а затем спадает. Впрочем, теории теориями, но практика



убеждает, что чувства со временем изменяют свой характер. Факт в том, что мы шли в супружество за одного человека, а позже открыли другого.

Один наш знакомый адвокат по бракоразводным процессам рассказал нам, что многие пары расходятся, так как не могут поверить, что сочетались браком именно с этим человеком.

В каждой семье существуют досвадебные иллюзии по отношению к своему партнеру. Вот только заполнить наши романтические мечты истинным содержанием вряд ли возможно. В какой-то мере разочарование запрограммировано. Но стоит вам понять, что ваш брак не является постоянным источником страсти или юношеской влюбленности, как вы сможете ваши романтические ощущения воспринимать как прекрасный опыт совместной жизни. И когда эти магические чары улетучатся, вы сможете лучше понять свои отношения, строить их на глубокой близости.

## *Миф 3*

### *Все плохое в моей жизни исчезнет*

Этот миф известен давно, передается из поколения в поколение, он очень привлекателен. С детства мы все знакомы с такой сказкой как «Золушка», сколько мечтательных девушек грезили такой судьбой! Посмотрите на содержание, в котором нет места ни оценке характеров, ни описанию героев. Главный фактор, решающий судьбу, — туфелька.