



ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ СУПРУГОВ

С. Н. ОСТРОВСКИЙ,

доцент кафедры психологии Белорусского национального технического университета,
кандидат психологических наук

В устройстве дома должен принимать участие каждый член семьи, и самое полное семейное счастье может быть достигнуто, когда все честно выполняют свои обязанности.

Из дневника святой мученицы и страстотерпицы царицы Александры

После заключения брака меняется как статус, так и отношения между супругами. Человек начинает вести себя естественно. В характере проявляются и отрицательные, но главное — реальные черты. Супруги осваивают новые для себя роли — мужа и жены. Не бывает, чтобы после заключения брака всё было мирно и счастливо. Муж ведёт себя иначе, чем жених, равно как и жена ведёт себя не так, как невеста.

Женщина чаще всего стремится сохранить атмосферу добрых отношений: ждёт от мужа комплиментов, подарков (если дарит — значит любит!). Ей важно, чтобы он ей постоянно что-то дарил, высказывал, т. е. она настроена эмоционально. Мужчина — рационалист, он не понимает, зачем делать комплименты своей жене, если она и так знает о его любви. Ему всё ясно, а ей нужны доказательства каждый день.

Проявления любви после брака будут иными. Если жених по водосточной трубе будет взбираться на третий этаж к невесте, чтобы подарить ей букет цветов, то это воспринимается окружающими как сильное проявление любви. Если те же самые действия предпримет муж, то со стороны общества это будет расцениваться как некая аномалия, сумасшествие. Меняется само восприятие жизни в зависимости от статуса человека (муж или жених).

Кроме того, говоря о гендерных различиях, следует учитывать один немаловажный факт

относительно вопроса: что значит быть вместе? Для мужчин и женщин ответ на этот вопрос отражает совершенно разные подходы.



Рис. 1

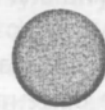


Рис. 2

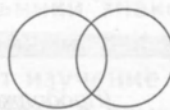


Рис. 3

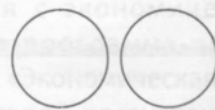


Рис. 4

У женщины:

первая модель: круг — это жизнь мужчины, а женщина — его ядро, т. е. она старается быть в центре (рис. 1). Чаще всего таким образом настроенные женщины говорят: «Я тебя так люблю... Если с тобой что-нибудь случится, то жизнь потеряет смысл» или «Мы договорились быть вместе, почему же я так страдаю» и т. д. Такие женщины делают из мужчины идола: ты для меня — всё. Психологически жена выполняет роль матери, а к мужу относится как к ребёнку («смотри, как я готовлю», «давай я тебя накормлю»). В итоге такие отношения заканчиваются разочарованием, глубокой обидой на мужа: «Я на тебя всю жизнь положила, а ты?»

Вторая модель: жена представлена заштрихованным кругом, она всё держит под контролем (рис. 2). В данном случае семья воспринимается как тюрьма. Такое отношение к главе семьи просто унижительно для мужчины, ведь он богозданная личность, а не домашняя собака. В итоге часто от таких жён можно услышать высказывания: «Я так страдаю, а он меня не ценит...» У таких женщин — любовь к самой себе (эгоизм) и унижительное отношение к мужу.

Третья модель: обручальные кольца, перекрывающие друг друга (рис. 3). Муж воспринимается женой как самостоятельный человек, у которого есть право на свои действия, он вызывает доверие (в этом случае не следует судорожно всматриваться в глаза и говорить: «Скажи, где ты был? А теперь честно, ещё раз». — Прим. автора). Должна быть свобода, уважение друг к другу. Любить — значит давать возможность другому человеку что-то делать самостоятельно, для себя.

У мужчины:

мужская модель имеет всего лишь одно проявление: круги находятся на некотором расстоянии друг от друга (рис. 4). Мужчине необходимо больше свободы в жизни и пространства (именно мужчины являются «двигателями прогресса», они активно осваивают окружающую действительность. К сожалению, таких мужей очень часто поучают, отчитывают, «пилят» и сами же от этого страдают. — Прим. автора). Властвование женщины над мужем есть богоборчество!

Любовь в браке несколько иная: здесь и серьёзность, и требовательность, и ответственность иные. Муж — глава семьи, а жена — сердце. Всё зависит от того, насколько в доме будет тепло и уютно духовно. Женщина многое чувствует сердцем, она понимает, в каком случае лучше молчать, в каком — говорить.

Обоим супругам важно ощутить, что значит стать хорошими мужем и женой по отношению друг к другу, а не со стороны их родителей. Семейные психологи пришли к убеждению, что при современном воспитании менее болезненно происходит освоение ролей мужа и жены в том случае, если они живут отдельно от родителей. Современные молодые люди очень инфантильны, им хочется по-прежнему оставаться детьми. Если есть затруднения, то родители помогут

деньгами, купят одежду, подарят необходимые вещи, мебель, квартиру и т. д. У молодых заложена эгоистическая установка на помощь со стороны близких людей. Надо более полагаться не на родителей, а на самих себя. Хотя бы полгода пожить отдельно, чтобы освоить роли мужа и жены. Понятно, что на этом этапе не может всё проходить гладко и без ошибок. Мужчине и женщине необходимо время для согласования своих обязанностей.

Если же молодожёнам придётся жить с родителями, то одному из них предстоит выдержать двойную нагрузку: освоить роль мужа (жены) и суметь наладить отношения с новыми родственниками. Вспомните, когда новенький приходит в класс, то к нему внимательно присматриваются, испытывают, стараются подогнать под общий стандарт, чтобы с ним было легче общаться. Следует помнить, что любящие родители чаще всего стараются занимать позицию своего ребёнка и всячески его защищать, порой забывая о том, что дети уже давно помирились [1].

Когда молодые живут отдельно от родителей и сами решают проблемы, то это помогает им быстрее стать самостоятельными. Однако для успешного прохождения этого этапа следует прилагать усилия. Супруги — это двое людей в одной упряжке, которые должны действовать согласованно.

Практически все семьи сталкиваются со сложностями при построении супружеских отношений. Одна из них — это попытка сохранить стиль добрачных отношений (об этом речь шла выше). Женщины любят ушами, а для этого мужчина должен лишней раз сказать ей что-нибудь ласковое, приятное. Когда женщина ощущает любовь мужа, то она сразу же становится женственной и нежной. Если этого она недополучает, то становится агрессивной и мужеподобной.

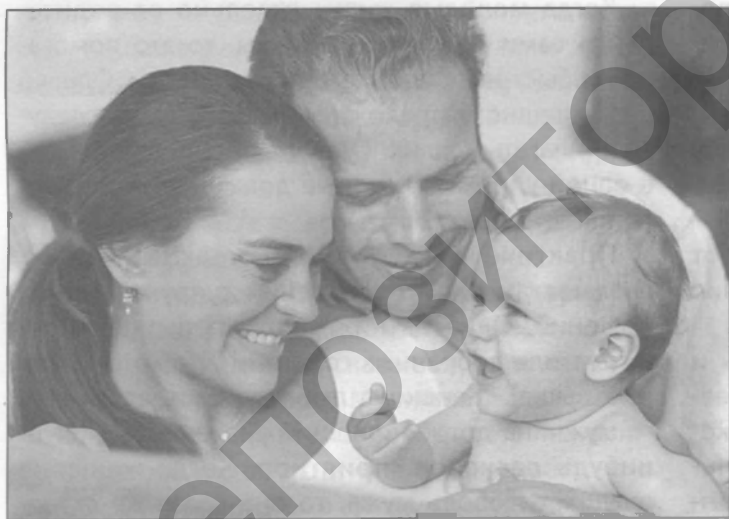
Если жена любит и уважает мужа, не конфликтует и не капризничает, то и он преобразуется, становится мужественным, внимательным. Ему нужно время, чтобы приобрести опыт и стать главой семьи. Умная женщина помогает своему спутнику жизни почувствовать себя мужчиной.

Очень важно бережное отношение друг к другу. В первый год семейной жизни мужчина должен оказывать жене знаки внимания, а ей

необходимо помогать мужу становиться главой семьи. Если женщина начинает капризничать, то мужчина перестаёт понимать, что от него требуется в этой ситуации.

К сожалению, в семейной жизни не обходится без конфликтов. Здесь уместно упомянуть и о фундаментальной ошибке атрибуции (понимания), она заключается в том, что при восприятии другого человека мы эмоционально его оцениваем, наделяем какими-то характеристиками (хороший, плохой, злой). Когда же мы оцениваем самих себя, то стараемся исходить из ситуативных позиций («так сложились обстоятельства», «в данных условиях было необходимо поступить именно таким образом» и т. д.).

При анализе поступков другого человека мы очень часто не уделяем должного внимания той ситуации, в которой он действовал, а сразу приписываем какую-то характеристику, но при самоанализе мы рассматриваем себя с учётом обстоятельств. Налицо нарушение правил объективности. При анализе друг друга нельзя пе-



реходить на характеристики, следует учитывать особенности той или иной ситуации.

Конечно же, важно принимать во внимание и локус контроля. Встречаются люди, которые изначально находят объяснение всему происходящему в жизни, отыскивая причины в самих себе («я не дотянул», «у меня не получилось»). Это интерналы, или интроверты. Другие же видят причины происходящего во вне («ситуация так сложилась», «тот на меня так повлиял»). Их можно отнести к экстравертам.

Есть люди, которые все достижения приписывают только себе, а неудачи и недостатки — другим. Эффект адекватности проявляется в том, с какой установкой живёт человек: либо он во всём уникален и во всех неудачах обвиняет других (если произошло что-то хорошее — это я молодец, а если что-то плохое — он виноват. — Прим. автора), либо осознаёт, что каждый человек имеет недостатки, которые следует учитывать [3].

Психологи считают, что при интерпретации поведения другого человека многое зависит от нашей внутренней установки. Мы очень часто своё состояние переносим на других людей: судим о других либо через свою грязь, либо через свою чистоту. Например, у Паисия Святогорца есть интересная притча о пчеле и мухе. В ней говорится о том, что есть люди, которых можно сравнить с пчёлами. Если пчела залетела в какой-то сад, то она старается отыскать цветок, не обращая внимания на нечистоты, свалку и др. Муха же, даже находясь в прекрасном саду, будет искать именно нечистоты, находя в них удовольствие. Цветов она просто не заметит. То же самое происходит и в жизни. На кого вы больше похожи: на муху или пчелу? Похожи ли вы на пчелу, которая пролетает мимо плохого, не видя его и ориентируясь на хорошее, или на муху, которая не замечает хорошего?

Тот же старец дал своим ученикам листок белой бумаги, на котором была поставлена маленькая точка, и спросил, что они видят. Практически все его ученики заметили маленькую точку на листке. Старец ужаснулся и сказал: «Это белый лист, но никто из вас не обратил на это внимание, зато все вы увидели маленькую чёрную точку». Важно правильно относиться к другому человеку, стараться объективно посмотреть на ситуацию. Однако быть объективными люди не могут по своей природе. Хороший человек живёт так, как сказано в Евангелии: «Чистому — всё чисто». И наоборот, грязному — всё грязно. В древности говорили: «Если хочешь быть счастливым — будь им, только для этого нужно работать над своей душой». В христианстве уже давно всё расплано в отношении воспитания своей души.

Любовь молодожёнов часто эгоистична, но её следует возводить от телесного к духовно-

му уровню. Любовь долготерпит, милосердствует, не ищет своего...

По данным некоторых исследований, есть люди, у которых очень развита потребность в том, чтобы быть любимыми [4]. Оказалось, что причины нужно искать в детстве: либо они недополучили любовь от родителей, либо отец или мать были очень жёсткими, деспотичными, либо их слишком опекали. Со временем, когда такие люди создают свою семью, у них обостряется потребность в любви: для них важно быть любимыми, ощущать себя таковыми. Но поскольку у них имеется подобная аномалия, то они не могут дать своей любви другим. Эти люди очень ревнивы, подозрительны, бурно реагируют на малейшую оплошность со стороны супруга. Их надо отогреть, помочь и дать возможность повзрослеть.

Например, одна женщина сердится на мужа, а он не нападает и говорит: «Несмотря на то что ты сейчас сердисься, я тебя всё равно люблю, ты такая прекрасная...» Что происходит с женщиной? Она отвечает: «С тобой нельзя серьёзно поговорить...» Здесь всё просто, надо уметь чувствовать друг друга.

Молодожёнам важно понять, что источник любви и тепла нужно открыть в самих себе. Причём не на уровне сознания, а на уровне сердца.

Некоторые сетуют на то, что их никто не любит, а оказывается, что причина в них самих, они не проявляют любви к ближним. Важно быть источником любви и добра для других. Если человек наэлектризован, то с ним трудно говорить, хочется помолчать или уйти в сторону. Следует начать с себя, самому раскрыть свою душу в отношении других, а не требовать от них любви.

Некоторые супруги укрепили брачные узы, пользуясь следующими семейными заповедями:

1. Остановись во гневе.
2. Не спеши сказать плохое слово, но торопись повторять хорошие слова.
3. Ищи причину в себе, если уверен(а), что он(а) виноват(а).
4. Помни: доброе слово — хорошо, а доброе дело — лучше.
5. Не забывай: каждый шаг навстречу равен многим дням радости.
6. Умей не только встать на сторону другого, но и достойно стоять на своём.
7. Не верит тот, кто сам способен обмануть.
8. Знай: семейная азбука начинается с «мы» («...и будут двое одна плоть» /Быт. 2,24/).

Список использованной литературы

1. Дружинин, В. Н. Психология семьи / В. Н. Дружинин. — М., 1996.
2. Кочюнас, Р. Основы психологического консультирования / Р. Кочюнас. — М., 1999.
3. Морозова, Е. А. Гармония в семье и браке: семья глазами православного психолога / Е. А. Морозова. — М. : Даниловский благовестник, 2009. — 384 с.
45. Хорни, К. Собрание сочинений: в 3 т. / К. Хорни; пер. с англ. — М. : Смысл, 1997.