

Петров Сергей Викторович
Психолог, гештальт-терапевт

Давай разведемся или запретные слова для отношений

Давай разведемся – это запретный набор слов для отношений. Давайте разберемся почему. Данные фразы часто слышу в семьях моих друзей, знакомых, родственников. Как правило, они формулируются следующим образом – тебе не нравится, как мы живем, тогда давай разведемся. Что интересно, еще совсем недавно в своей семье мы с женой также баловались данными репликами. В принципе с виду высказывание вроде бы логичное. Все просто, тебе со мной плохо, или мне с тобой невыносимо, или более крутой вариант – нам обоим вместе плохо, так чего тянуть, на развод. Тем самым фактически на разрушение наших отношений. Такой суицид семьи.

Я прекрасно понимаю, что говорящий такие слова, в большинстве своем хочет донести совсем другое. Например, имеется огромное желание наладить совместную жизнь так, чтобы было хорошо и желательно обоим. И поэтому слова о разводе являются чистой воды манипуляцией, что как известно уничтожает отношения.

Дело в том, что отношения, это труд. Причем не самый легкий и скорее даже не физически тяжелый, а именно морально, душевно, психологически. То есть надо работать, а не всегда получается (или страшно, или еще что). В большинстве своем, когда мы начинаем строить отношения, мы еще не знаем во что ввязываемся. Со стороны, конечно, видели, причем наверняка решили, как это будет у вас, а как не будет. Но на практике все равно трудно. Просто каждые отношения уникальны, все и идем как по минному полю и так каждый день.

Что же происходит, когда мы произносим эту сакраментальную фразу – не нравится, разведемся. Сама по себе эта фраза очень заряжена, и практически никогда не проходит мимо ушей другого, даже если он (другой, другая) этого старается не замечать. И еще, тот, кто произносит эти слова, так же попадает под их влияние. С точки зрения долгосрочных перспектив ваших отношений, данная фраза губительна. Произнесенная несколько десятков раз она прочно оседает в мозгу. И тогда зачем стараться на перспективу, если развод? Далее, зная, что можно развестись (я за то чтобы такое право было у пары) часто хочется прибегнуть к этому способу решения сложной ситуации. Это как человек решает покончить с собой из-за неразрешимых с его точки зрения душевных проблем. Общество этому противится, человеческая жизнь ценится высоко. А вот ценность жизни семьи гораздо ниже. Хотя, по моему убеждению, эти категории сопоставимы. Фактически подписываясь на развод, мы признаем, что умения выстраивать отношения нам не хватило, мы расписываемся в своей беспомощности и не желании напрягаться. Проще послать партнера, чем покинуть зону своего личного комфорта.

Далее, бросая вашему партнеру реплику про развод, вы говорите ему о его ненужности для вас. Вы говорите о том, что готовы жить без него дальше. И эти слова о ненужности также оседают на подкорке вашего партнера.

Хотя на самом деле в большинстве своем хотите сказать обратное – ты мне нужен, но я страдаю от нашего непонимания.

То есть, повторяя про развод в своей семье, вы фактически сами самостоятельно рубите сук, на котором сидите, приближая данный момент в ваших отношениях. Поэтому поводу мое мнение такое, если вы хотите отношений, то упоминание о разводе в семье должно быть табуировано. На него нужно наложить табу, и точка. Ищите способы строить ваши отношения. Их много, тысячи. Не получается самим, идите к специалистам – семейным психологам и разбирайтесь там. Кто-то идет в церковь и там находит ответы на вопросы про свои отношения. Главное искать, а не бежать. Развод это бегство. Вопрос не решен и в следующих отношениях (если конечно решитесь) он обязательно всплывет.

Как то так. Да здравствуют крепкие и здоровы семьи!



Петров Сергей Викторович

Психолог на v17.ru

Опубликовано на сайте / Апреля 2017, 461 просмотр
https://www.b17.ru/article/zapretnie_slova_dlja_otnoshenij/