



Женщина-пила – лидер женских пороков в семейной жизни, главный герой многих анекдотов и печальная причина конфликтов и даже разводов. Женщина-пила непривлекательна для женитьбы, поэтому мы рискнем предположить, что это все-таки приобретенная в процессе семейной жизни вредная привычка. А значит, от нее можно избавиться.

Вопрос – как?

Говорят, что человек – по природе доброе и милое существо, а раздражаться начинает только тогда, когда в жизни что-то не так. Но ведь опасность заключается в том, что «все так» бывает редко, а раздражения имеют свойство накапливаться. И если вы когда-то выбрали один раз неправильную позицию (ругать мужа, ярко проявлять свое недовольство, критиковать), то имеете все шансы очень быстро привыкнуть. И вот не прошло и года, как чудо-невеста превращается в вечно недовольную «зазнобу». Рискнем дать вам несколько советов о том, как перестать пилить мужа.

Результат недовольства мужем

Зачастую «пиление» – это результат каких-то других нерешенных вопросов. Поняв причину и искоренив ее, привычка пилить мужа уйдет сама собой.

Выходя замуж за идеального человека, мы удивляемся, почему со временем он превращается в такого недотепу. Или хуже, когда считаем, что исправим его, но методику выбираем не ту и остается только пилить. Так обычно происходит у женщин-пил. Их методику исправления мужчины можно назвать «вода камень точит», только вместо мягкой и женственной воды – пила. И результат? Его нет, потому что пила тупится, а камню – все равно.

Как исправить эту ситуацию?

1. Поменяйте отношение к мужу

«Как вы яхту назовете, так она и поплывет» – помните эту притчу? Так назовите свою яхту лучшей, культивируйте в ней лучшие качества! И не исключено, что скоро станете завидовать сами себе, что у вас такой муж.

Психологи говорят, что человек склонен развивать в себе те качества, на которые окружающие обращают внимание. Поэтому если вы сто раз сказали мужу, что «руки у него растут не оттуда», то стоит ли удивляться, что полка в кухне опять рухнула, разбудив всех ночью? Насильно никто не меняется. Меняются люди только через любовь.

2. Научитесь доверять мужу

Мужчины очень болезненно относятся, когда не могут оправдать доверия любимой женщины. Поэтому, чувствуя доверие, они свернут горы ради цели. А не чувствуя его долгое время, либо не будут делать, либо сделают как придется, лишь бы «отбрыкаться» от вас и от задания.

Позвольте ему сделать то, что нужно, самому. Не указывайте, не подсказывайте, не контролируйте, а позвольте ему самому решить. Просто верьте в то, что он справится. А если вы не можете, зачем находитесь рядом с таким человеком? Кто из вас исполняет мужскую роль?

Резкое изменение модели поведения может быть трудным процессом как для вас, так и для него. Если ваше «пиление» уже сильно подпортило отношения, то советуем вам начать с простого извинения. Но оно будет действительно только, когда вы искренне верите в то, что раньше подавляли мужчину, лишали его возможности взять на себя ответственность и сейчас готовы все изменить.

3. Благодарите мужа

Женщина-пила обычно концентрируется только на плохом, ей невозможно угодить, наверное, отчасти потому, что она сама не знает, чего хочет. Сконцентрируйтесь на хорошем. Неужели вашего мужа не за что поблагодарить?

Начните с малого, записывайте вечером несколько пунктов, скажем, пять, благодарности мужу за день. Постепенно, когда поменяете свою модель восприятия его, вы сможете находить больше поводов для благодарности, а может, и скажете ему их вслух. Одно сказанное «спасибо» предотвратит пять колких упреков, подарит хорошее

настроение вам двоим.

Вы замечали, что в счастливых семьях никто никого не пилит? Даже если вы опоздали в гости на час («муж плохо водит») и семья осталась без ужина («опять забыл зайти в магазин!»), жена никогда не позволит упрекнуть его в чем-то, уважая его и свой выбор (ведь она его жена!). Почему же так делаете вы? Может, причина в другом?

1. Определите, чем вы недовольны в отношениях

Признайтесь честно, чего вам не хватает. Не говорите, что вас не устраивает, что «он...». Скажите «мне не хватает...». Внимания, заботы, подарков, секса, отдыха, помощи. Может, эту проблему можно решить без пиления. К тому же, вряд ли ваша модель общения с мужем приносит позитивные результаты.

Поговорите с мужем и озвучьте ему, что вы ведете себя так, потому что вам не хватает чего-то, попросите его помощи. Становясь просящей, вы даете ему свободу что-то сделать для вас, помочь вам. От вас требуется это только принять. Принять безусловно, а не как заказчик построенное здание – с поиском кучи недостатков и отправления проекта на доработку. Примерьте новую роль, роль женщины – слабой, слегка капризной. Вы расслабитесь! И может, вам понравится?

2. Сделайте себе приятное

Почему мы ругаемся? Потому что от этого мы получаем эмоции. Ведь мозг особо не разбирается, с каким зарядом эмоции – плюс или минус. И минус обычно легче получить.

Как только вам захочется включить в себе снова режим пилы, скажите «стоп» и сделайте себе что-то приятное. Примите ванну, ополоснитесь под душем, сделайте маникюр, съешьте банан. Вспомните самое расслабленное свое состояние. Например, как вы раньше себя чувствовали после близости с мужем – хотелось вам упрекать, пилить?

Если решили искоренить в себе «пилу», чаще обращайтесь к хорошим образам, учитесь получать удовольствие от поцелуев с мужем, а не от недовольства в его сторону.

Случается, что мы сами не замечаем, как разговариваем с окружающими, удивляемся, что кого-то обижаем или кому-то грубим. Возможно, мы даже не имеем в мыслях ничего плохого, но окружающие воспринимают наши слова болезненно. Все это потому, что мы привыкаем к себе и уже часто не способны критически оценивать себя. Как измениться?

1. Поговорите с мужем

Если муж сам часто жалуется на то, что вы пилите его, и вы наконец-то решили исправиться, то поговорите с ним и попросите его помощи. Лучшего варианта не найти! Пусть он сам служит для вас стоп-краном, когда вы начнете переходить границы. Пусть он одергивает вас, пусть говорит, когда вы слишком много начинаете брать на себя, отбирая у него его мужскую работу.

Такой способ поможет не только вам сделаться мягче и женственнее, но и сделает вашего мужа более решительным, развяжет руки для мужских поступков.

2. Поговорите со своим окружением

Часто «пиление» – это особый подход к жизни, выходящий за пределы вашей уютной квартиры. Если вы думаете, что это не так, просто поговорите со своими друзьями, попросив их сказать вам правду о себе. Пусть горькую. Наверняка им будет, чем с вами поделиться.

Возможно, в этом случае вам помогут лекции, книги по саморазвитию. Когда изменится отношение к жизни, вы станете более гармоничной внутренне, вам больше не захочется тратить силы на постоянное подавление мужа. Это и правда очень истощает – и женщину, и мужчину.

«Как же это все практиковать, если муж постоянно делает все не то?!» – спросит кто-то. В таком случае варианта только два. Или отложить перемены до лучших времен – ведь если больной не считает себя таковым, никто не сможет ему помочь. Или понять, что мужчина по природе своей – прост, в отличие от женщин со сложной витиеватой психикой.

У мужчин все просто, логично, быстро. Разве не за это мы их любим? Но основная проблема в том, что часто без женщины им некуда стремиться. Им нравится делать нас счастливыми, исполнять наши просьбы, помогать.

Как перестать пилить мужа

Поэтому если ваш мужчина делает что-то не то, значит, вы его не так просили или не благодарили. А если не делает вообще, значит, попросту не хочет. Насильно мил не будешь.

Быстро и в корне исправить ситуацию сможет только полное изменение ролей в вашей семье. Когда он принимает решения, а вы их полностью принимаете. Вы же выбрали себе такого мужчину. А сейчас его критикуете. Уважайте свой выбор.

Пила – это неестественное состояние женщины. Вам либо некомфортно в себе: внутренние противоречия выходят наружу в виде недовольства тем, кто рядом; либо рядом с мужчиной. Но если мужчине всегда и во всем не прав, возможно, это не ваш мужчина?

[©](#)

Тэги: [для](#), [это](#), [что](#), [мы](#), [поэтому](#), [нее](#), [избавиться](#), [все-таки](#), [семейной](#), [женщин](#)
[а-пила](#),
[предположить](#),
,
[рискнем](#),
,
[женитьбы](#),
,
[приобретенная](#),
,
[привычка](#)