



В жизни нам встречается множество совершенно разных и непохожих друг на друга людей, но кто-то оставляет нас равнодушными, а в кого-то мы влюбляемся без памяти. Семейный психолог Ирина Чеснова постаралась разобраться в этом вопросе...

Тот самый образ.

Иногда бывает сложно сказать, почему интересен именно этот

человек, почему нас к нему тянет. Ведь в нашем выборе очень много безотчетного, бессознательного. В каждом из нас где-то глубоко внутри хранятся образы людей, принимавших участие в нашем взрослении. Это образы родителей и других близких, оставивших след в нашей судьбе.

В них часто смешивается реальность и детские фантазии, но именно эти образы ассоциируются у нас с любовью — такой, какой мы ее понимали и какую получали (или не получали) в детстве. И если повстречавшийся человек неувидимо «попадает» в этот образ, пробуждая дремлющие воспоминания о первых значимых отношениях, мы уже не можем пройти мимо и остаться безучастными. Мы заинтригованы, взбудоражены и очень скоро — влюблены

Раны детства.

В психологии есть мнение, что выбранный нами партнер — это «усовершенствованный родитель». То есть он в чем-то очень похож на наших родителей (и поэтому мы знаем, как с ним взаимодействовать), а в чем-то совсем неблизкий и другой, он даже лучше их.

Если в детстве в отношениях с мамой и папой нам чего-то сильно не хватало, этот дефицит мы будем стремиться (все так же неосознанно) восполнить в союзе с любимым. А потому в спутники жизни мы чаще всего выбираем того, кто, как нам кажется, поможет залечить раны детства, реализовать психологические потребности, ожидания, надежды и мечты и обрести все то, чего мы были когда-то лишены: любовь, защиту, признание, восхищение, а может, даже независимость, собственную значимость и безупречность.

Это очень интересно: мы чувствуем в своем избраннике родную, во многом похожую на нас душу и одновременно он как бы дополняет, «достаивает» нас, поскольку обладает качествами, которые в нас самих не сильно развиты или не развиты совсем. А мы, в свою очередь, «достаиваем» его: он стойкий и решительный, а нам не хватает твердости, он рассудительный, а мы более импульсивны, он сдержан, а в нас много спонтанности, он жесткий, а мы проявляем гибкость.

Не помню, где прочитала почти гениальное: «Люди стыкуются, как пазлы: там, где у одного выпуклость, у другого — впадинка».

Разные по характеру люди дополняют друг друга?

По этой логике, если я хромаю на правую ногу, а вы на левую, то вместе мы сможем быстро ходить и даже бегать. Напротив, история множества браков показывает, что гармоничным отношениям в паре способствует не различие, а именно сходство партнеров.

Причем выделены три основных качества, по которым партнерам хорошо бы совпадать.

Первое — тепло или холод в смысле темперамента. Если мужчина горяч, то и его идеальная партнерша должна быть горячеей, а не наоборот. Если же он холоден, то и ей лучше быть Снежной королевой.

Второе — степень открытости. Два даже очень закрытых человека понимают друг друга гораздо лучше, чем очень закрытый и очень

открытый.

А третье — то, насколько партнеры ревнивы. Ревнивцы прекрасно находят общий язык. И их отношения могут быть сколь угодно бурными, но они оказываются прочными и длительными чаще, чем отношения ревнивого и неревнивого человека.

Союз двух неревнивых людей тоже имеет больше перспектив, чем «смешанные» варианты. А вот исследований, которые бы объективно подтверждали, что разные люди в паре дополняют друг друга, я не встречал.

Вадим Петровский, психолог, транзактный аналитик. *«Это похоже на театральную пьесу: мы останавливаем свой выбор на тех, кто сможет сыграть в нашем спектакле, с кем мы чувствуем резонанс, кто знает текст своей роли, дополняющий наш. Но, как и в театре, не всегда этот жизненный спектакль — лиричная комедия со счастливым концом. Иногда это мелодрама, а иногда и трагедия. Все зависит от сценария, который мы со своим партнером также пишем вместе.»*

Открывая друг друга.

Отношения двух людей — живой организм, который развивается и иногда болеет. Может выздороветь, а может преждевременно умереть. На заре отношений, находясь в безумстве чувств, мы не видим в партнере изъянов. Для нас он прекрасен. По сути, мы влюбляемся в того, кого совсем не знаем. Когда же пелена спадает, перед нами оказывается живой человек, не слишком на нас похожий, со своими слабостями и недостатками.

И здесь есть два пути: разойтись в разочаровании и отправиться на поиски нового идеала. Или учиться договариваться, уважать различия, принимать несовершенства друг друга и признавать право каждого на неидеальность. Очень важно при этом не переделывать своего избранника, не упускать из виду его сильные стороны, на которые мы можем опереться в течение жизни и которые нас когда-то в нем привлекли.

Нет ничего ценнее, чем видеть хорошие качества партнера, которых мы сами лишены. На этой основе можно строить союз, в котором люди поддерживают друг друга. И собирают в копилку совместной жизни не обиды и претензии, а способы справляться с трудностями, теплые воспоминания, моменты близости, радости и любви.

Секрет успешного, благополучного союза — общение, комфортное и безопасное взаимодействие (без обесценивания, манипуляций и наездов), обоюдное желание договариваться, готовность говорить о самом больном и конфликтном, не замалчивать проблемы, способность выдерживать негативные чувства (свои и чужие), умение просить, принимать и оказывать поддержку, а также отказываться от того, что тебе не подходит, и уважать право другого на то же самое.

Автор: © Ирина Чеснова

Тэги: [разобраться](#), [но](#), [кто-то](#), [нас](#), [этом](#), [мы](#), [без](#), [равнодушными](#), [кого-то](#), [психолог](#)

[влюбляемся](#)

[оставляет](#)

[постаралась](#)

[вопросе..](#)

[чеснова](#)