

18+

В.В. МИШУСТИН



С КЕМ И КАК

**МОЖНО ПОСТРОИТЬ
КРЕПКУЮ И БЛАГОПОЛУЧНУЮ СЕМЬЮ**

Владимир Мишустин
С кем и как можно
построить крепкую
и благополучную семью

<https://litres.ru/74281578>

ISBN 9785007043649

Аннотация

Все успешные бизнес проекты, похожи друг на друга. Похожи внутренним устройством. А провальные, пестрят разнообразием. То же самое относится и к внутреннему устройству семьи. Есть базовые правила, которые должны соблюдаться, чтобы проект под названием «семья», оказался успешным.

Содержание

СТАДИИ РАЗВИТИЯ СЕКСУАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ	29
Романтическая	32
Производственная	33
Пресексуальная стадия	35
Сексуальная	36
Постсексуальная стадия	39
Умение договариваться	40
Конец ознакомительного фрагмента.	44

С кем и как можно построить крепкую и благополучную семью

**Владимир Викторович
Мишустин**

© Владимир Викторович Мишустин, 2026

ISBN 978-5-0070-4364-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ПРЕДИСЛОВИЕ

В этой книге нет «фишек», которые добавляли бы огонька в отношения. По аналогии вишенки на торте. Когда, все и так хорошо, но «вишенка» придает образу изысканность. В этой книге, я описал самые базовые вещи, на которые опирается любой брак. Я имею ввиду, благополучный брак.

Есть семьи, которые успешны, и люди в них счастливы. В них царит полная идиллия, и нет ничего, что хотелось бы поменять. Я думаю, что этим людям, эту книжку можно не

читать. Просто, потому что у них и так все хорошо.

Есть такие семьи, которые обречены на развал. Люди, которые их создают настолько психологически не зрелы, что совместная жизнь быстро становится не возможной. И они приходят к разводу. Они не учитывают своих ошибок, и когда пробуют заново, то делают то же самое, что и раньше. От этого, следующие попытки устроить личную жизнь, тоже оказываются не удачными.

Но, есть и другие. Люди в них, настроены на взаимодействие, и готовы строить хорошие и долговременные отношения. Но просто не знают, как. Вот, для этих людей, я и написал эту книгу. Чтобы жить в браке, одной только любви мало. Нужны еще знания и навыки. Это, не какие-то тайные знания, а самые банальные. Иногда, эти знания есть, но люди отчего-то ими не пользуются. Не переводят свои знания в навыки. Знают как делать правильно, но не делают. Отчего потом и страдают.

В нашей стране, статистика разводов такова, что девяносто процентов браков распадается. И это, во время сильного демографического кризиса, о котором говорит наше правительство. Большинство людей, вступающих в брак, настолько психологически не готовы к нему, что распад становится только делом времени. О браке отсутствуют самые эле-

ментарные знания. А сам брак, скорее видится образом романтизированным, и с реальностью слабо связан. Отсюда, и такой удручающий процент разводов. Это хорошо отражает четверостишие:

Два мудреца в одном тазу
Пустились по морю в грозу
Прочнее был бы медный таз
Длиннее был бы мой рассказ

Для наглядности, и чтобы убрать привычные шоры с глаз, брак лучше всего представлять как некий проект. Как бизнес, который ты начинаешь с новым партнером. И если, вы входите в этот проект, не имея понимания, как его вести, то вы рискуете разориться. Точно так же, как это было бы с бизнесом. Ведь, в бизнесе вы опираетесь на четкое распределение обязанностей, и у каждого есть своя ответственность. Вот, семья строится примерно по таким же принципам. И тут, нужно обратить внимание на очень важную деталь: **помимо знаний, должен быть еще и действия!** Есть люди, которые знают как вести бизнес. Но, когда они доходят до действий, то начинают испытывать трудности. И часто, бросают. Вот, в ведении семьи тоже самое.

Представьте себе молодого человека, ни разу не варившего борщ. Но, который видел, как его варит мама. И вот, ре-

шил он приготовить, чтобы угостить своих друзей. Вроде, он все будет делать верно, но результат окажется совсем не таким, каким он был у мамы. Это не от недостатка знаний, это от отсутствия опыта. Знания у него были, но они не были отработаны в деле.

В этой книге, я расскажу о том, что нужно делать, чтобы семья получилась благополучной. И какие навыки, для этого наработать. Но, начать я решил издалека.

КАК ВЫБИРАТЬ ПАРТНЕРА

В выборе партнера, самыми базовыми ориентирами должны быть вот эти три:

- Биологическая привлекательность
- Сходство мировоззрения
- Сходство предпочтений в еде

Самый первый критерий выбора партнера, **биологическая привлекательность**. Партнера нужно выбирать, чтоб нравился. Выбирать того, кто тебе нравится, это черта благополучных людей. Нравился, это когда он нравится биологически. Вы, может быть с этим человеком даже не разговаривали, но внешне он вам уже симпатичен. Вы, ведь наверняка придя в незнакомое общество, в котором будут разные

мужчины и женщины, можете выделить из общей массы людей, которые вам более симпатичны.

Вы еще про них ничего не знаете. Ни, чем они занимаются, ни какое у них образование, ни сколько они зарабатывают. И оцениваете этих людей, чисто внешне. Просто, по тем вкусовым предпочтениям, которые имеете. Вот, примерно так и выглядит выбор партнера, биологическим так сказать способом. То есть, не умом, а именно биологически. Ум и все остальное будет подключаться позже. А когда вы с партнером уже в близких отношениях, то о его привлекательности будет говорить желание его гладить. Будет приятна телесная близость. Не сексуальная, а именно поглаживания, обнимания и все такое. Если, человек не нравится, то желания обниматься и тискаться с ним не будет.

Часто, получение более детальных знаний о человеке влияет на выбор. Человек может быть популярен, богат, или занимать высокую должность. И это, может отразиться на выборе. Если, в структуре характера выбирающей стороны, есть неблагополучие, то именно выдающиеся характеристики его потенциального партнера и становятся основанием для выбора. А биологическая привлекательность уходит на второй план. И тогда, например, женщина может принять решение жить с обеспеченным, но не любимым мужчиной.

Иногда, бывает трудно понять, а какие же мужчины тебе нравятся? Или, какая женщина? Чтобы понять тот тип, который вам нравится просто внешне, вы можете попробовать такое упражнение. Ходите по улице, и наблюдайте украдкой за другими людьми. С ними не нужно заводить разговоров. И никак не обозначать своего внимания или присутствия. Просто наблюдайте за ними и все. Вы же, про них ничего не знаете, вот у вас и будет единственный критерий, чтобы выделить их, это нравится вам человек внешне или нет.

Через некоторое время, вы начнете понимать, что предпочтения отдаете определенному типу. Я когда, был совсем молодой, то этим вопросом не озадачивался. Мне казалось, что мне нравятся совершенно разные женщины. Но, потом, когда я уже занимался анализом своей жизни, и полез посмотреть в соцсетях, фотографии тех женщин, которые мне когда-то нравились, то с удивлением заметил, что все они, чуть ли не на одно лицо... Вот так-то... А я, этого вообще не замечал.

Когда, будете делать это упражнение, обратите внимание вот на что: часто, при рассмотрении лиц противоположного пола, люди руководствуются не симпатией, а отсутствием отторжения. Они, смотрят на людей, но не понимают симпатичны они им или нет. Вместо этого, они выделяют людей, которые не вызывают у них явного отторжения. Дескать, и с

этим я бы могла, и с этим. Но, это «могла», говорит о том, что эти люди не отторгаются явно. Так вот, надо попробовать определить человека, к которому у тебя возникает симпатия. А не, того, к которому у тебя нет явного отторжения.

Второй критерий выбора — это **сходство мировоззрения**. Мировоззрение, будет определять то, как будет жить человек. В частном доме, или городской квартире. Будет ли у него машина, или нет. А если будет, то какая? Какие фильмы ему будут нравиться, или какая музыка. Будет ли он предпочитать кино или театр. Или, может быть ему будет нравиться балет, или классическая музыка в местной филармонии. Сколько у него будет детей. Один, два, три или даже больше.

Даже то, как он будет выглядеть внешне, это тоже элементы мировоззрения. Он, может быть подтянутым и спортивным, или иметь лишний вес. Будет ли он одеваться с иголки, или будет ходить в одних и тех же ботинках, пока у них не протрется подошва насквозь.

Какой интерьер у него будет дома? Это, будет какой-нибудь бизнес стиль, или уютный под старорусскую избу. С камином, который ему будет нравиться растапливать. Или, камин он будет считать источником мусора, да еще и пожароопасным объектом. И Какого размера у него будет квартира? И какой планировки. Будет ли он ее сам убирать, или бу-

дет нанимать домохозяйку. Он домосед, или любитель путешествий? Если, любитель путешествий, что что ему больше нравится? Ездить по другим городам и странам, или карабкаться по горным хребтам и спускаться на лодке, преодолевая множество порогов бурлящей реки? Или, он любит с ружьем уйти на неделю в лес, и там жить в землянке, питаясь тем, что он смог подстрелить, или поймать в капкан. Мировоззрение, это целый мир внутри человека. И важно, чтобы эти миры были друг на друга похожи.

Пока человек живет один, то он руководствуется только одним мировоззрением, своим. И ничто не лежит, между организацией его жизни, таким образом, как ему нравится. Он захотел, и сделал. У А. Адлера, есть даже понятие такое «стиль жизни». Это то, как человеку жить нравится. К этому образу, или как говорит Адлер, стилю жизни, он будет стремиться. В этой части, очень важно понять, что его стремление к этому образу жизни, носит практически биологический характер. Его, стремление к нему непреодолимо. Это оттого, что только живя в согласии со своим мировоззрением он чувствует себя счастливым. Или, хотя бы в своей тарелке. Изменение образа жизни, а тем более принудительное, лишает человека чувства благополучия.

А теперь, давайте подумаем, что происходит, когда два человека, начинают жить вместе? Когда людей двое, то это

уже два мировоззрения. А два мировоззрения, это два образа жизни. Если, их мировоззрение сходно, то их образ жизни не претерпевает никакого изменения. Он, продолжает жить так, как ему нравится. Происходит даже в некотором роде обогащение. Один, подучивает другого как получше устроиться в жизни. Налаживать жизнь, этим людям гораздо проще. Когда, они сходятся, то жить становится дешевле и легче. Если, жизнь становится дороже и труднее, то тут что-то не так.

Если же, их мировоззрение разное, то происходит образование двух полюсов. Когда, действие происходит в угоду одного человека, но против желания другого. При разном мировоззрении, единение невозможно. Это, сразу приведет к конфликтам. И такой брак обречен. Но, сначала этого может быть не видно. Так как, кто-то может делать вид, что ему «все равно» или даже нравится. И поступаться своими желаниями. Уступая партнеру. Это может продлиться долго. Даже годы. За это время, напряжение будет только нарастать. Тот, кто уступает может его искусно скрывать. А потом, его все равно прорвет. Партнеру, будет не понятно, что произошло. И почему из-за какой-то незначительной ерунды, такой взрыв эмоций. Со временем, отношения будут испорчены.

Некоторые люди думают, что они смогут «перевоспитать» или переубедить партнера. И тот, сам «выберет» правиль-

ный образ жизни (то есть тот, который «воспитатель» считает правильным). Но, этого никогда не будет. Если, партнер уступает в том, что ему не нравится, то только потому что он слабее. Но, не от того, что он умом принял вашу точку зрения о правильном образе жизни. Поэтому, мировоззрение изначально должно быть сходным. Нельзя вступать в брак с тем человеком, чьи характеристики вам не нравятся. Это, одна из грубых ошибок. Когда, люди женятся, в надежде что партнер изменится, и все настроится. Выбирайте сразу такого, который бы подходил без «доработки напильником».

Третий критерий — это **сходство предпочтений в еде**. Казалось бы, мелочь, но поверьте, совсем не мелочь. Сами подумайте, как вы будете себя чувствовать, если вы мясоед, а ваша жена, строжайший веган? Которая, даже упоминания мыслей о мясе не переносит? Я думаю, что находится за одним столом для вас будет мукой. А если, вы заговорите о прелести шашлыка на природе, то сочтет вас маньяком и насильником. И, между прочим, будет так думать абсолютно искренне.

Но, конечно, это гротескный пример. Понятное дело, что в жизни такое редко встречается. Однако, на бытовом уровне, это будет две кастрюльки... Одна, с мужниной едой, вторая с жёниной. В одной будет солянка, в другой постный суп. Даже, на кухне, будет происходить разобщение. Гото-

вить придется не для одного, а для двоих. Если, это будет готовить один человек, то одну еду он будет готовить с удовольствием, а другую из чувства долга. Потому что, вынужден. А это, сами понимаете не лучший клей для длительных и гармоничных отношений.

Я думаю, что сходство в пищевых привычках, имеет еще и другое значение. Более глубокое, чем удобство и экономичность. Совместное принятие пищи, содержит в себе еще и эмоциональную близость. Когда люди вместе кушают, это создает чувство принадлежности, и доверия. Возникает чувство общности. Исчезает чувство одиночества.

Ведь, к людям с которыми ты делишь пищу, ты уже иначе относишься. Они становятся как-то ближе. Я думаю, что эта близость одна из тех, которая тоже возникает в семье. И одна из тех, на которой семья держится. Не единственная конечно, но одна из.

У моего клиента, была женщина, с которой у него вроде было все нормально. Но, такое чувство, что чего-то не хватало. Она приглашала его на ужин, и накладывала ему еду. Но, сама не ела. А просто сидела рядом. Они разговаривали, и никаких конфликтных ситуаций у них не возникало. Но, у него все время было чувство чего-то «недообщего». Как будто, ему нечто пообещали, но обманули. Но, обман, какой-то

особый. В нем вроде нет ничего такого, чем можно было бы возмутиться. Но все равно осадок оставался. Не чувствовал он этого «мы вместе» с этой женщиной.

Хотя, мне кажется, что она и не любила его. А скорее, пыталась играть в приветливую хозяйку. Возможно, сходила на тренинги, где ей посоветовали кормить мужчину, ибо «путь к сердцу мужчины, лежит через желудок». Но, внешние проявления заботы были, а вот любви и близости от нее видимо не чувствовалось. Чувствовалась какая-то легкая искусственность ситуации. Как будто, он пришел чтобы побыть вместе, а ему оставили возможность побыть рядом, но не вместе.

КОГДА ВЫБОР ПАРТНЕРА ВЫНУЖДЕННЫЙ

Основными моими читателями являются женщины. Поэтому, я опишу с точки зрения женщины, в каких случаях ее выбор может быть вынужденным. То есть, когда выбор спутника жизни продиктован требованием психологической защиты. Хотя, я пишу о женщинах, но и мужчинам эта информация тоже будет полезна.

Еще раз повторяю, что партнера нужно выбирать такого, который бы нравился. Просто внешне нравился и тактильно (тактильно, это те самые поглаживания и объятия). С этого

надо начинать. Тогда, есть шанс, что брак будет счастливым. Даже, если вы имеете психологическую проблему, то можно найти себе партнера, который будет давать одновременно и психологическую защиту, и будет нравиться. Конечно, в первую очередь симпатия будет акцентироваться на тех характеристиках, в которых человек нуждается. Но, если вы отвлечетесь от тех «плюшек», которые получаете от партнера, и прикинете симпатичен ли он вам без них, то это и будет ответ на вопрос: нравится ли мне этот человек?

А как выглядит психологическая защита? Это, когда человек не может делать что-то, но он в этом необходимо нуждается. Эта неспособность к действию, не является объективной. Объективно, он вполне способен к самостоятельному воспроизведению того, что как он думает делать не может. Просто, у него возникает сильнейший страх и отторжение этого действия. И кто-то другой, делает это за него. Или, наоборот, он непреодолимо хочет что-то делать. Но, не может себе этого позволить. Как например злые люди, имеют непреодолимую тягу на кого-то этот гнев выплескивать. Тогда, он ищет того, на кого мог бы выплескаться без последствий.

Приведу пример. Вот, представьте себе деревню рыбаков, которая только и живет тем, что с ловли рыбы. Рыбу они продают, рыбой питаются, рыбой платят за одежду и снасти, для

ловли этой самой рыбы. И нет никакой возможности, завести там поросят, корову, или коз, на худо конец. Чтобы, еще их тоже можно было бы есть. И живет, в этой деревне девушка, которая панически боится чистить и разделывать рыбу. Есть, она ее спокойно может. И ловить тоже может. Но, вот, разделывать, ну никак. Просто боится и все. И ничего с собой поделать не может. А в деревне, нет другой белковой еды, кроме рыбы. Вот так-то. И никуда она не денется от этой рыбы.

Тогда, она будет вынуждена искать того, кто ей эту рыбу будет разделывать и готовить. Этот партнер, будет делать вместо нее, то действие, которое она сама выполнять не может. Из-за внутреннего своего препятствия. В психологической защите нуждаются только тогда, когда нарушена возможность воспроизводить действия базовые. Которые важны для выживания человека. Такие как думать, чувствовать, действовать. То, без чего человек не может жить. Или жизнь его будет реально тяжелой. Для человека, который нуждается в психологической защите, выбор партнера рассматривается как вопрос выживания.

Сам человек, этой своей потребности в психологической защите не осознает. Почему не осознает? Потому что он никогда не приближался, к тому страху, от которого он защищался. Эта девушка, никогда не чистила сама рыбы. За нее, это делала мама или папа, или еще кто-то другой. Скорее

всего, было найдено даже какое-то объяснение. Дескать, она не чистит, потому что маме приятно, или папе почистить и приготовить эту рыбу для нее. И скорее всего, родители ей и не позволяли чистить рыбу. Запрет, это тоже элемент защиты. Она, даже может возмущаться тем, что ей не дают эту рыбу чистить. И даже, ругаться и топать ногами.

Когда дело касается психологической защиты, то человек часто топает ногами и требует то, чего ему не нравится на самом деле. И тогда, она будет искать себе партнера, который будет запрещать ей чистить рыбу, и ему возможно будет даже нравится делать это вместо нее. Но, для девушки, это ничего не меняет. Она, остается под прикрытием своего партнера. То, чего она боится, он будет делать вместо нее.

Поэтому, часто бывает так, что человек ищет себе партнера, который будет за него «чистить рыбу». Но, не осознает этого. Но, при этом думает, что его выбор определяется исключительно симпатией. Невероятное количество домохозяек, которые страдают от того, что недееспособны, и ненавидят себя за это, активно стремились найти мужчину, который бы позволил им оставаться в этом состоянии. Они стремились получить то, чего им самим не нравилось. Поэтому, к человеку, который дает психологическую защиту, всегда будет двойственное отношение. С одной стороны, благодарность за то, что позволяет не делать того, что страшно делать.

И ненависть, за то, что удерживает в том состоянии, которое самому защищающемуся не нравится. Отсюда и вытекает следствие того, чем больше вы сделаете добра, тем более жестоко вам за это добро отомстят.

Как отличить на каком основании был сделан выбор партнера? Это был выбор естественный? Когда, человек просто нравится? Или выбор вынужденный, с целью получения психологической защиты?

Когда, человека выбирают, потому что, он просто нравится, то на вопрос почему выбрали его, женщина ответит, потому что он просто нравится. Она не будет понимать чем. Вот, просто красивый и все. Нравится!

А если, выбор был сделан на основании нужды, то будет указана чем этот мужчина нравится. Вот смотрите, некоторые характеристики принудительного выбора: сильный, целеустремленный, щедрый, добрый, на него оборачиваются на улице, берет на себя ответственность, стильный и другие. Всегда, будет та характеристика, в которой выбирающий, нуждается. Ниже, приведу самые часто встречаемые характеристики, вынужденного выбора.

Хочу обратить еще внимание, на одну важную деталь. К этим характеристикам, будет добавляться еще и сексу-

альное влечение. Женщина, будет думать, что ее возбуждают сильные, целеустремленные, статусные, щедрые, способные взять ответственность. Была в СССР комедия «женитьба Бальзамина», так в ней, Михайло Дмитриевич (главный герой), уверенно заявил, что для него «все богатые женщины, красавицы!». Он, действительно говорил правду. Он в это верил. Для него важно было чтобы жена была богата. И у него, именно к таким женщинам возникало влечение. Если, женщина от своей проблемы излечивается, то очень часто она уходит от прежнего мужчины, и выбирает совершенно другой типаж. Вообще, не похожий на предыдущего. Так что, у человека, который нуждается в каком-то виде психологической защиты, будет возникать влечение к тем людям, которые могут эту защиту ему давать.

Сильный мужчина. Всегда будет выбираться женщиной, которая страдает страхом. И ищет защитника. Часто, это бывает у детей, по отношению к которым в детстве применяли физическое насилие. От этого, она ищет того, кто мог бы ее защитить. Ей будут нравиться сильные мужчины, грубые, дерзкие, иногда жестокие. Такая женщина будет чувствовать возбуждение к мужчине, которого она на самом деле боится. И пока не вылечится, будет думать, что это «химия». Что дескать, ее к нему влечет на биологическом уровне. Было время, когда физические наказания, были нормой. Сейчас, слава богу такого уже нет.

Был такой случай. От женщины ушел муж. Она пришла ко мне на консультацию. Я стал выяснять, в чем была проблема, чтобы понять, что привело к разрыву. Она мне рассказала, что, ее муж был тираном, садистом и абьюзером. Когда, он решал что-то предпринимать. Например, поездку на море, то вообще не советовался с ней, а просто говорил, что мы едем и будь готова. Причем, вообще не интересовался, что она по этому поводу думает. И от этого, она закатывала ему истерики.

Муж от нее ушел. Но, на тот момент, как она ко мне пришла, прошел уже год, после их расставания, и она озадачилась поиском другого мужчины. Но, как оказалось «настоящих» мужчин нет... Мужчины, как таковые есть. Но, вот НАСТОЯЩИХ нет! Ей, поступали предложения, но она их все отвергала. Был даже один мужчина, который имел серьезное положение, и был хорошо финансово обеспечен. С отвращением и негодованием она описывала его предложение. «Он предложил мне в Турцию съездить на неделю, сказал, что оплатит путевку. И спросил, что я по этому поводу думаю? Фу!!! — брезгливо поморщилась она, — «тряпка, а не мужик!!! Настоящий мужчина не спрашивает, он говорит: Мы едем, будь готова!».

Хоть, она и возмущалась тем, что ее бывший муж агрес-

сивный и с ней не считается, именно такого мужчину она и искала. Ей казалось, что рядом с таким мужчиной, она почувствует себя маленькой девочкой, защищенной от всего мира. А когда находила, то устраивала ему истерики за то, что он с ней не считается. Вот так и выглядит стремление обрести психологическую защиту. Пока человек ее не имеет, он к ней стремится. Но, когда получает, то возмущается.

Богатый мужчина. Если женщина росла в условиях нужды, то деньги станут решающей характеристикой при выборе мужчины. Это, будет ситуация как у Бальзамина, о которой я писал выше.

Лет двадцать назад, был один Российский сериал. Про полицию. Или про милицию. Уже не помню, переименовали их в то время, или еще нет. Так, там в одном из отделов работала женщина, следователь. Красивая женщина, кажется, в звании капитана. Так вот, в этом сериале помимо розыскной работы, показывали еще личную жизнь героев. Вот, и ее личную жизнь тоже периодически показывали. И надо сказать, что не всегда у нее ладилось. На протяжении сериала, она сменила троих или четверых мужчин. Правда, долго она не скучала. Как только, от нее отваливался один претендент на ее руку и сердце, как тут же откуда ни возьмись, появлялся другой. И что примечательно, все были олигархи. Ну, или просто очень, очень обеспеченные мужчины. И они, находи-

лись как будто сами. Она, как будто ничего для этого не делала.

Но, конечно, на самом деле, делала. Ее выбор, был обоснован деньгами. Когда, я говорю про деньги, то это не обязательно говорит об алчности таких женщин. Которые ищут богатого мужчину. Они, не из жадности его ищут. А именно, с целью защиты. Чтобы, она знала, что просто рядом будет обеспеченный мужчина, с которым она сможет не бояться бедности. Только и всего. То, что она потом спешит побольше потратить, это уже просто как бы подтверждение того, что все так и есть, как она думает. И она может не переживать.

Этим же, обуславливается уход жен, которые бросают мужей, если те обеднеют. Они, не из-за неприязни их бросают. У таких женщин, обнажается страх, от которого она страдала в детстве. Страх бедности. А так как, обеднение, это тоже самое как, стаскивание одеяла ночью с ребенка, под которым он прятался, от страха темноты. Он, просто лишается того, что его защищало. Вот она пугается, и спешит уйти.

Умный мужчина. Такой мужчина, нужен если в когнитивном плане есть затруднения. Какая-то, функция мышления затруднена к воспроизводству. Чаще всего, это целеполагание. Такой женщине, нравятся «целеустремленные»

мужчины. Которые, эту функцию, готовы в ней замещать. Они, будут говорить, что лучше этой женщине делать в той или иной ситуации. И она, пользуясь их подсказками будет развиваться.

Когда, я говорю о затруднении в когнитивном плане, то это не означает что человек глупый. Нет. Просто, в каком-то определенном, конкретном отношении, у него возникает затруднение. И он, не может обработать ситуацию логически. Ему, нужна помощь. Если, такие ситуации встречаются редко, то человек живет вполне себе благополучную жизнь. Но, на всякий случай, все равно будет хотеть себе умного.

У этой проблемы, часто может получиться обратная сторона. Женщина сначала искала того, кто возьмет на себя целеполагание, вместо нее. То есть, возьмет в руку управление ее жизнью. Но, потом, она сама пытается подавить мужчину, и начинать управлять им сама. И ставить цели ему. Как правило, из этого ничего хорошего не выходит. Так как, у нее эта функция не развита. Семья начинает терпеть финансовый крах.

Статусный мужчина. Тут вопрос престижа. Это женщины, которые пережили в детстве чувство унижения, и стыда, от положения своей семьи. Там, будет бедная одежда, низкий уровень семьи в социальном плане. Может даже асоциаль-

ность. Был у нас один известный политик, который и сам в детстве пережил такое чувство неполноценности. Когда, ему от школы выдали в виде социальной помощи ботинки. Ему было невероятно стыдно. Он, об этом говорил на теледебатах. Так школа, еще и умудрилась из этой выдачи сделать шоу. Выдать ему чуть ли не в актовом зале, перед всеми. Как малоимущему.

Такие люди, будут либо сами стремиться стать статусными, либо если, стать самому статусным затруднительно, то будут искать статусного партнера. Этих людей, легко увидеть. Они, избыточно подчеркивают уровень своего престижа.

Алкоголик Вы скажите, как же можно защищаться с помощью алкоголиков?! Еще как можно! Особенно, если человек страдает страхом остаться в одиночестве.

Тогда, для такого человека, самым лучшим будет тот, кто от него не уйдет. Не, уйдет не оттого, что хочет остаться, а от того, что просто не сможет уйти. Потому что, никому не нужен. Ну, кому нужен алкоголик? А вот, женщине, страдающей от страха одиночества, очень даже нужен!

Часто, женщины сами подсаживают мужчин на алкоголь, и становятся «распорядителями» водки. Это то, что для ал-

коголика является самым желанным. Вот, она и становится держательницей, этого «желанного». И выдавая ему порционно водку, может удерживать его до конца жизни. Это, конечно уже сильно низкий социальный уровень, то такое встречается, и этой среде встречается часто.

У такой женщины, будет более одной проблемы. Она будет страдать неуверенностью в себе, и боязнью одиночества. Неуверенность помешает наладить отношения с достойным мужчиной, а страх остаться одной помешает разорвать отношения с алкоголиком. Женщина, объективно, может быть вполне интересной для других мужчин. Но, сама она этому верить не будет. Есть, много красивых женщин, которые совершенно не верят, что они красивые. Даже, если им это говорят в лоб.

Ну ладно. Продолжим. Выше я описал поиск партнера, с целью обретения психологической защиты. Это, и сильные, и статусные и умные мужчины, и прочие. Чем чреват выбор партнера, с целью психологической защиты? Тем, что он будет выполнять замещаемую функцию, на свое усмотрение. Это, может быть не точно так, как это представляет себе нуждающийся в защите. И это, может не нравиться. Защищаемый, может требовать, чтобы его защищали так, как ему хочется, а не так, как это видит правильным тот, кто его защищает. От этого, могут возникать конфликты. И это, является

одной из причин крайнего эгоцентризма невротиков.

Но, даже при потребности в защите, люди тем не менее могут прожить свою жизнь хорошо. Ну, более-менее хорошо. Если, они четко договорятся о взаимодействии. Выработают правила. И далее, не будут менять правил игры. Я об этом, написал далее в книге подробнее.

Есть, у растений такой тип взаимодействия, который называется симбиоз. Это, когда биологические виды, живут совместно, поддерживая жизнь друг друга. В одиночестве, сами по себе они не выживут. Или, будут жить плохо. Они, выполняют те функции, которые не может выполнить партнер. И которые, поддерживают благополучие этого партнера. Даже, при наличии изъянов в характере, можно договориться о взаимодействии, и жить помогая друг другу. Настроить взаимодействие по типу симбиоза. Это, правда, приведет к тому, что из двух человек получится один, но это лучше, чем когда люди будут ссориться и пытаться тянуть одеяло только на себя. К тому же, наш мир не совершенен, и нужно к нему просто адаптироваться. Так, чтобы прожить его максимально благополучно.

Ну ладно. О том, как выбирать партнера я рассказал. Надо двигаться дальше. Допустим, вы определились. И точно понимаете, что он вам нравится. Далее, я хочу рассказать о

стадиях развития сексуальных отношений. Ибо, семья, всегда начинается с секса. Люди, никогда не вступают в брак ради долга. Этим, обременены разве что королевские особы. А нам, простым людям, можно вступать в брак и по любви. Есть, все-таки у нас свои привилегии. И любая хорошая семья, начинается с секса. И вокруг него все и строится.

СТАДИИ РАЗВИТИЯ СЕКСУАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Иногда, бывает некоторые люди спорят, и говорят, что семейная жизнь начинается с обязательств. Нет, никто по своей воле, не станет брать на себя никаких обязательств. Как бы цинично это не звучало. С обязательств, начинается защита. Там, где человек вступает в брак, с целью ее получения. Тогда, для него обязательства более важны чем секс. Ведь, для него это вопрос выживания. Но, даже если человек вступает в брак с целью получения психологической защиты, даже в этом случае сексуальные отношения могут быть, и приносить радость. Если, партнер ему нравится. А вот, если он вступает в брак, с целью получения защиты, и вступает в брак с тем, кто ему не нравится, тогда речь будет идти только об обязательствах, как основе брака.

Человек вступает в брак, исключительно ради удовлетворения своих потребностей. И если семья строится правильно, тогда удовлетворяя свои потребности, параллельно удовлетворяет и потребности партнера. Не прилагая при этом никаких дополнительных усилий. В сексе, как раз, все именно так и происходит.

Поэтому, по большей части, люди будут искать тех партнеров, которые им нравятся. А раз так, то будет полезно узнать, как развиваются сексуальные отношения. Поэтому, я решил описать здесь какие стадии такое развитие проходит. Таких стадий пять. Их хорошо описал М. Е. Литвак, и я практически без изменений привожу его описание.

- 1) Идеаторная
- 2) Производственная
- 3) Пресексуальная
- 4) Сексуальная
- 5) Постсексуальная

ИДЕАТОРНАЯ

Это стадия, когда вы присматриваетесь. На этой стадии вы понимаете, нравится вам человек или нет. Нравится просто внешне. Я когда писал о том, что можно, например женщине, попробовать понаблюдать за мужчинами на улице, то как раз о тренировке этой стадии и писал. Она делится на две стадии. Платоническая и романтическая.

Платоническая. Она не предполагает появление пресексуального и сексуального этапов. В своих мечтах человек не заходит дальше производственной стадии. То есть, человек может думать о том, как куда-то пойти, что-то вместе сделать и тому подобное. Но, в мыслях, он не представляет за-

нятие сексом с этим партнером. И если, ему сказать о том, что он мог бы углубить отношения, то он скорее всего удивится, и отмахнется. Платоническая фаза наблюдается иногда на работе, когда подчиненный или человек ниже по социальному статусу имеет влечение к начальнику или деловому партнеру, хотя тот не воспринимает их отношения, как сексуальные.

Если между двумя взрослыми людьми затягивается платоническая фаза, то ни к чему хорошему это не приводит и на практике почти не встречается. В 99% случаев платонический интерес перерастает в сексуальный. Если платоническая стадия затягивается — она становится почвой для разговоров. И люди часто скрывают свои отношения. Но, если они переходят в сексуальные и есть социальный запрет, например, начальник или подчиненный находится в браке, отношения тоже скрываются. Люди, делают вид, что у них никакой симпатии друг к другу нет.

Романтическая

Фаза характеризуется тем, что объект рассматривается как реальный партнер для секса и последствия осознаются. Это может быть известный спортсмен, или звезда эстрады, но может быть и криминальный авторитет. Она может быть затяжной у подростков и в 70% случаев не переходит производственную фазу отношений. Причин этому может быть много: ощущение себя недостойным своего объекта любви, разочарование, социальные препятствия, и т. д. Подросткам, это не приносит никакого вреда. Но, в молодости может быть вредной. Несуществующие качества, могут стать причиной глубоких разочарований в противоположном поле и тогда во взрослой жизни, занимаясь сексом, такие люди будут выделять объект своей романтической любви. Если, стадия будет затяжной и безрезультатной, все может закончиться нервным срывом.

Производственная

Эта стадия требует особого внимания, так как ранее никогда не исследовалась. Без производственной стадии сложно создать хорошую, крепкую семью. Молодые люди, которые учились в одной группе, редко заводят между собой отношения. Это, может быть из-за того, что часто преподаватели принижают достоинство учащихся, и одноклассники редко рассматривают друг друга в качестве партнеров.

Без этой стадии, совершенно не понятно, что представляет из себя человек. Когда, люди встречаются на празднике или на дискотеке, то там они, конечно, демонстрируют свои самые лучшие качества. И галантность, и внимательность, и прочее. Но, истинное лицо человека определяется во взаимодействии. Потому что, основное время нашей жизни занимает взаимодействие. Когда, мы что-то совместное делаем. И от того, насколько нам хорошо в этом обоюдном процессе, будет зависеть и то, как потом будет протекать жизнь в браке.

Чтобы эту стадию пройти, нужно найти какую-то потребность, удовлетворение которой вы могли бы разделить. Так чтобы это было выгодно обоим. Эта обоюдность крайне важна. Так как она, показывает, насколько вы сможете взаимо-

действовать с этим партнером в деле.

В браке, это легко сделать, так как все потребности как на ладони. И легко разделить обязанности по их удовлетворению. Но, понимание общих потребностей, это не одно и то же, что совместное взаимодействие по их удовлетворению. Бывает так, что взаимодействовать с партнером просто невозможно.

Так бывает, когда один партнер, пытается переложить на другого человека всю работу по удовлетворению своих потребностей. Кстати, бывает и наоборот, когда один пытается насильно снять с другого и переложить на себя всю заботу о его потребностях. (Это, следствие плохого воспитания в детском возрасте. Я об этом написал в книге «Как избавить ребенка от выученной беспомощности»). В любом случае, получается перекося в одну или другую сторону.

Пресексуальная стадия

Эта стадия, когда люди обнимаются, целуются, но до секса у них не доходит. Эта стадия характеризуется более близкими отношениями. Если можно так выразиться телесными. Когда люди обнимаются, допускают легкие поцелуи, танцуют вместе. Суть этой стадии понять, что человек нравится телесно. Что его прикосновения нравятся. Это, тоже очень важный момент, базовый. При симпатии, хочется партнера обнимать, гладить, ласкать. И это, приносит удовольствие обоим.

Если, эту стадию затянуть, то партнер может подумать, что перед ним динамо и вежливо откажется от отношений. А кто, потом попадется следующим партнером, кто его знает. В общем, эту стадию, просто не нужно затягивать и все.

Сексуальная

Сексуальная стадия само собой, стадия приятная. Однако ее реализация может быть разной. Если партнеры не зрелые и нет эмоциональной близости, то может быть удовлетворение сексуальное, на уровне биологическом. Но, не будет удовлетворения морального. Это, как будто ты вроде удовлетворен, но чего-то не хватает. Есть оргазм, но нет удовлетворения в более глубоком смысле. Когда сексуально человек удовлетворяется настолько, что ему совершенно не хочется думать в этом направлении.

Если люди благополучные, то на следующее утро, они расходятся заниматься своими делами. Начисто, забывая друг о друге. Но, забывают в хорошем смысле слова. Эта забывчивость обусловлена полным и качественным удовлетворением. И доверием к партнеру. Что он никуда не денется. Невротичный человек, это трактует как отвержение. Для него, любое отвлечение внимания от его персоны, даже самое здоровое, трактуется как отвержение. И он, обычно все сводит к упрекам и вынуждает держать его в мыслях постоянно. Чем и разрушает отношения.

Еще раз подчеркну, для людей не зрелых недопустимо, чтобы о них забывали. Они претендуют, чтобы о них дума-

ли всегда. Ни на секунду не забывая. Это приводит к тому, что они все время «не добавляют» своему партнеру. Они, как бы оставляют своего партнера немного голодным. И не, наедаются сами. Они думают, что партнера это привяжет к ним. Катастрофическое заблуждение.

Представьте себе два ресторана. В одном вас кормят вкусно, и досыта, а в другом вам не докладывают порцию, да еще забывают подсолить или положить приправы. А если вы не дай бог соли попросите, то еще и губы надуют... Насколько сильно вы «привяжитесь» к такому ресторану?

Вы в него разве что будете ходить от безысходности. Если рядом не будет нормального ресторана (От этого невротики так ревнивы. Они предпочитают недосаливать еду, и недокармливать своих партнеров, но при этом требуют, чтобы те не ходили в другие заведения)

Заботится о том, чтобы партнер был к вам привязан не нужно. Об этом уже до вас позаботилась природа. И сделала эту привязку куда надежнее, чем вы можете себе представить. Дело в том, что потребность в сексе, любви, в обычном душевном общении, является постоянно возобновляемой. Человек получает удовлетворение, и кажется, что он насытился. Но через некоторое время, ему захочется опять. И так всю жизнь. Тут речь, не только про секс. Когда отноше-

ния хорошие, человека хочется видеть, его общество не наскучивает. Ведь, поговорить с любимым человеком и провести время, тоже очень хочется. Кстати, с таким человеком можно и помолчать. Люди, которые в хороших отношениях изредка перебрасываются словами. Им этого достаточно.

В этой стадии, негативное влияние могут оказывать эмоциональные факторы, и усталость. Если день был нервным, то вечером секс может быть так себе. А если проблемная ситуация так и не разрешилась, то его вообще может не быть. Хроническая усталость, тоже оказывает негативное влияние. Когда человек много работает, и не успевает отдыхать. Это тоже, фактор, негативно влияющий на качество секса.

У меня, хорошо получается выводить моих клиентов из состояния «хронической усталости». Так вот, я обратил внимание что, когда они в это состояние входят, они не всегда понимают, что у них возникла проблема с переутомлением. А одним из первых признаков, отмечают снижение сексуального влечения.

Постсексуальная стадия

Она хорошо показывает истинное отношение партнеров друг к другу. Там, где партнеры, испытывают только возбуждение сексуального характера, после удовлетворения, они сразу теряют интерес друг к другу. После хорошего секса, партнеры могут лежать в обнимку и гладить друг друга. Это отдельное удовольствие, которое дополняет удовольствие от секса. Оно делает удовлетворение более полным что ли.

Умение договариваться

Если, сексуальная стадия прошла успешно, и люди решили жить вместе, то следующим пунктом стоит умение договариваться. Если, партнеры имеют общее мировоззрение, то договариваться им будет проще. Так как, они имеют и стремятся к общей цели.

Если, люди не имеют сходного мировоззрения, то разница между видением как жить может быть очень большая. И может так быть, что мнение одного партнера будет неприемлемо, для другого. И наоборот. Тогда, возникает та проблема, о которой я писал выше. Каждый будет настаивать на своем. Если, победит первый, то плохо будет второму. Если, победит второй, то наоборот. В таких браках, всегда кому-то хорошо, и кому-то плохо. Тут нет единства и благополучия. Это я к тому, что женитесь и выходите замуж за людей своего круга и своего уровня. Чтобы вам потом не пришлось в борьбе проводить свои жизнь.

Но, разница в интересах, может быть и у людей со сходным мировоззрением, которые мыслят примерно одинаково. Возникает конфликт. Если, люди будут решать его конструктивно, и договорятся, то их отношения станут крепче. Благополучное разрешение конфликта, всегда сближает.

Приведу пример. Когда я занимался бизнесом, иногда случалось задерживать поставку. И моим клиентам приходилось ждать. Это не входило в их планы, и они были не довольны. У нас возникал конфликт. Приходилось его решать. Тогда я предлагал дать мне время, а ему предлагал бесплатную доставку или более дешевый монтаж. Если речь шла об оборудовании. Обеим сторонам было выгодно. Наши отношения становились крепче.

Показатель хорошей семейной жизни не отсутствие конфликтов. А то, как они разрешаются. Когда возникает спорная ситуация, она не должна оставаться подвешенной. Ее нельзя замалчивать и игнорировать. Нужно подойти к этому вопросу конструктивно, и принять общее решение. Которое, устроило бы обе стороны. Даже, если им придется приложить дополнительные усилия, для достижения этой договоренности. Или, обоим пойти на уступки. **Любое обсуждение проблемы, должно завершаться достижением договоренности.** Это решение определяет действия, которые возьмет на себя каждая сторона. В таком случае, проблема больше не повторится.

У меня были знакомые, которые жили в браке, и у них постоянно были конфликты. Муж все время был недоволен тем, что покупает жена на обед. То конфет, она ему не купит, то вместо свинины, купит нутрию. То, вместо борща,

сварит овсяную кашу. И, качество продуктов, тоже его часто не устраивало. Он любил выдержанный сыр, а супруга была равнодушна к таким изыскам. И если и покупала сыр, то часто покупала самые простые его варианты. Супруга в еде, была совершенно не прихотлива, и могла есть что угодно. Муж же, любил поесть...

В итоге, они договорились до того, что покупает продукты, и готовить теперь будет муж. Правда, ему пришлось для этого научиться готовить. А это, как сами понимаете процесс, не простой и явно выходящий за рамки, традиционных семейных отношений. У нас ведь, принято, что женщина должна покупать продукты и готовить. И некоторые женщины, могут себя даже чувствовать неполноценными, если с них эту обязанность снять. Но, эта женщина была умная и она, пошла на этот шаг.

Они, поговорили, и сошлись на том, что, если, супругу более важно, что и в каком виде будет на столе, а супруге менее, то договорились так: закупку продуктов и приготовление еды, берет на себя муж. В этом случае, он всегда сможет покупать что хочет, и готовить тоже, что хочет. Но, договорились, что если у супруги будет какое-то пожелание в этом плане, то муж учитывает его. С супруги снялись обязательства по закупке продуктов и готовке еды. Вместо этого, они договорились что она будет утром отводить ребенка в садик (до этого, ребенка отводил муж). Тем, более, что она была по природе жаворонок, и просыпалась рано. А муж, был совой,

и вставать рано ему было тяжело. Муж научился готовить и больше у них вопросов по этому поводу не возникало. И всем от такой договоренности стало хорошо.

Обратите внимание на отхождение от традиционных ценностей. Если бы люди придерживались традиционного отношения в семье, то они бы продолжали ссориться и своей проблемы не решили. И скорее всего, разошлись бы. Для жизни, важны не традиции, а психологический и физический комфорт. Чтобы люди прожили свою жизнь не для того, чтобы строить из себя «правильных» мужчин и женщин. А просто, чтобы им хорошо жилось. Для этого, на вопросы нужно иногда посмотреть шире.

КАК ВЫГЛЯДИТ ДИАЛОГ С ЧЕЛОВЕКОМ С КОТОРЫМ НЕВОЗМОЖНО ДОГОВОРИТЬСЯ

Умение договариваться лежит в основе благополучия семейной жизни. Но, есть люди, у которых эта возможность нарушена. И договориться с ними невозможно. Хотя, по началу на первых порах отношений, они могут демонстрировать рассудительность в обсуждении общих вопросов, и будут демонстрировать готовность к совместным решениям.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.