

О «полигавности» мужчин

К сожалению, сегодня ситуации, в которых спутник жизни уходит в новые отношения, – не редкость. Принять факт измены – мучительно больно. Но еще больнее осознать, что твой молодой человек полюбил другую.

В вашей жизни сейчас наступил непростой период, когда вы не знаете, как поступить: бороться ли за отношения или отпустить мужчину на все четыре стороны. С одной стороны, боль в душе и обида мешают адекватному взаимодействию с этой тварью (хочется убить!), а с другой стороны – страх потерять себя и упасть духом подталкивает найти силы смириться и сделать очередной шаг навстречу. Так вот – я совершенно не понимаю, что вы подразумеваете, говоря о борьбе за отношения.



Нередко под такой борьбой подразумеваются активные действия и моральный разговор. Для женщины крайне важно, чтобы мужчина понял, как сильно он предал её и какую нестерпимую боль причинил. Поэтому в ход идут слёзы, шантаж или задушевные разговоры (а иногда и всё вместе, для пущего эффекта) с целью выяснить, а чем же та, другая, лучше, и что же мужчине

не устроило в отношениях с вами.

Однако, как правило, после такого «комплекса мероприятий» у мужчины редко проявляется чувство вины. Вместо ожидаемого покаяния женщина получает лишь раздражение и нежелание обсуждать отношения, что ещё сильнее выводит из себя. Как же так?

Эта, извините (хотя какое «извините»!), тварь, изменила, а теперь ещё отказывается объяснять причину своего поступка. Так для чего вообще заводить или продолжать отношения, если «полигавность» мужского пола зашкаливает, и после всего они ещё выставляют женщину виноватой, крайней, говоря, что это она не удовлетворяла его духовно или физически.

Дорогие мужчины, обращаюсь к вам! Вы, не извиняясь, перекладываете ваши проступки на женщин. И это, по-вашему, мужской поступок?

Предъявляя мужчине ультиматум, будьте готовы к расставанию. Он может обвинить женщину в том, что она стала уделять ему меньше времени, да и сами отношения изживают себя. Даже если зерно истины в подобных признаниях есть, сами претензии выглядят весьма инфантильно и больше напоминают защиту.

На «борьбу за отношения» часто подталкивает и страх навсегда потерять любимого человека. В таком случае женщины нередко начинают вести себя как соперницы «разлучницы», стараются «переплюнуть» ее, быть лучше, угождать и ублажать супруга. Как правило, этот способ малоэффективен, вернуть таким образом прежнюю жизнь не удастся.

Когда прежде стабильные отношения оказались под угрозой, это воспринимается и как потеря жизненного ориентира вообще. Ощущение того, что мир рухнул, может надолго выбить женщину из колеи, поэтому принимать решения, когда эмоции бьют ключом, не стоит. На данном этапе задача – выйти из травмирующей ситуации как можно скорее и с наименьшими потерями.

Не копайтесь глубоко в том, что с вами не так: причин, по которым мужчина заинтересовался другой женщиной, может быть немало, начиная от сексуального интереса и заканчивая серьезными намерениями. Да и он сам ещё толком не знает, куда его эти отношения заведут. Прошло совсем немного времени, чтобы делать какие-либо выводы. Если это страсть, флирт, мужчина останется, а если он действительно полюбил другую женщину, заставить его вернуться не удастся, что бы вы ни предпринимали.

Залезть в голову вашего избранника и понять его влечения и мотивы вы не сможете, а потому бросьте это занятие. Нейтралитет – наиболее разумная позиция. Так вы даете время и себе, и партнеру разобраться в том, что происходит и есть ли смысл работать в направлении сохранения отношений либо освобождения от них. Переживать в одиночку эту ситуацию нелегко, велика вероятность застрять в переживаниях.

Поэтому – общайтесь с друзьями, посещайте места, которые помогут сгладить негатив, привнесут отвлечение в вашу жизнь. Любое хобби, тренинги, новые знакомства могут благотворно сказаться на вашем состоянии. Безусловно, это может показаться трудно осуществимым, ведь в таком расположении духа мало что радует. Но не следует отказываться от попыток, рано или поздно вы вновь станете получать удовольствие от жизни.

Как говорил Чайковский: «Если ты в самом себе не находишь мотивов для радостей, смотри на других людей. Ступай в народ. Смотри, как он умеет веселиться, отдаваясь безраздельно радостным чувствам». Это совсем не значит, что вы сможете «перескочить» через чувство боли или подавить его: можно только смягчить его. Любое расставание, временное или постоянное – это потеря. Ей присущи свои психологические стадии, которые вам предстоит пройти. После шока наступает стадия обиды и гнева, как раз то, что вы испытываете сейчас. Это естественные и ресурсные состояния.

Вернее, они могут стать такими, если вы приложите усилия к тому, чтобы двигаться дальше.