Автор: Administrator
18.07.2008 12:18 -



Можно спать под одним одеялом, но дышать воздухом разных планет.

И. Шевелев

Узнав об измене, женщина испытывает целый комплекс негативных чувств.

Во-первых, она расценивает измену как предательство. А предательство любого человека, даже если он вам хоть чуточку не безразличен, - тяжелое потрясение. Еще большее потрясение - предательство близкого человека, с которым вы прожили долгие годы.

Во-вторых, узнав об измене, женщина не может не думать, что ее муж лежал в постели с другой женщиной, ласкал ее, шептал ласковые слова, говорил о своей любви. Она не может не думать о том, что муж ее испытывал сексуальное наслаждение в объятиях другой и дарила ему это наслаждение не она, а другая женщина. Обманутая жена не может не задаваться вопросом, как он целует и ласкает ту, другую - так же, как ее, или для любовницы у него есть другие ласки? Если супруг когда-то ласкал жену очень нежно, а в последнее время они уже не близки или он "по-быстрому" исполнял супружеский долг, то она не может не заметить перемены в муже - значит, все ласки достаются сопернице, а жена больше не достойна его внимания.

Женщина не может не думать, какие слова муж говорит любовнице во время интимной близости, при встречах и расставаниях. Если ей самой супруг давно уже не говорит слов любви, то это еще больнее. Обманутая женщина не может не думать, как ее муж ведет себя с другой женщиной, - наверняка он становится совсем другим, нежным и

внимательным, каким был когда-то и с нею, но в последнее время жена удостаивается лишь недовольного, раздраженного тона.

Ни одна женщина не может по собственной воле избавиться от этих мыслей, они навязчиво всплывают в ее сознании и терзают, лишая душевного равновесия и порой доводя до отчаяния и психологического срыва.

В-третьих, измена мужа не может оставить женщину равнодушной, так как создает угрозу их браку и всей прежней хорошо налаженной жизни. Уйдет ли муж к любовнице или останется с семьей, что перевесит на чаше весов - его устоявшийся жизненный стереотип, любовь к детям, привязанность к жене или новое увлечение?

Угроза остаться брошенной женой может стать вполне реальной, если отношения в семье конфликтные. Что делать, если муж уйдет к другой? Этот вопрос не может не задавать себе женщина, узнав, что у мужа есть другая.

Одно дело, когда супруги расстаются по инициативе жены или из-за обоюдных претензий друг к другу, и совсем другое дело, когда муж бросает жену ради другой женщины. Здесь и боль утраты, и обида, что муж забыл все хорошее, что между ними раньше было, и разрушил их брак, и оскорбленное самолюбие брошенной женщины, и боязнь насмешливо-снисходительного сочувствия окружающих или их злорадства, и тревога, и неуверенность в собственном будущем и отчаяние - как растить детей без мужа? А как объяснить детям, что папа их бросил ради другой тети? Позволять ли ему видеться с детьми или запретить это? И многое-многое другое.

В-четвертых, если муж не уходит к своей любовнице, живет в семье, но продолжает с ней встречаться, то жена оказывается в трудной ситуации. Как себя вести с мужем? Мириться с его изменой, плакать ночами в подушку, делать Вид, что ничего не замечает, когда он возвращается с любовного свидания и его руки еще хранят тепло ее тела, а он весь в приятных воспоминаниях, пахнет ее духами и думает о следующей встрече?.. Или встречать его после каждого свидания как разъяренная фурия, набрасываясь с оскорблениями и требованиями прекратить все отношения с любовницей? Что делать - прощать или не прощать, когда он наконец бросит свою любовницу, боясь потерять семью или потому, что она ему надоела? Вот сколько проблем стоит перед каждой женщиной, которая узнает об измене мужа.

Если у вас сложилась похожая ситуация, если вам очень тяжело и вы ощущаете безысходность, не зная, что вам делать, если вы не в силах простить, - мой вам совет: обратитесь к профессионалу. Нет таких ситуаций, в которых психиатр не может помочь. Если понадобится, будут использованы методы психотерапии или врач проведет психофармакотерапию.

Но если у вас нет возможности обратиться к специалисту, то постарайтесь простить мужа и все забыть. Это при условии, что муж вам дорог и его роман с любовницей закончен. Не нужно терзать себя прошлым. Повторяйте себе: "Этого не было. Все это неправда. Я люблю мужа, и он любит меня. Я хочу сохранить семью". Отвлекайтесь от тягостных мыслей любым способом, переключайтесь на другие занятия, требующие сосредоточения на иных вопросах.