

КОЕ-ЧТО ИЗ ПСИХОЛОГИИ ОТНОШЕНИЙ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН



Евгений Олегович Пятаков,
психолог

Думаю, не ошибусь, если скажу: большинство людей считает самыми запоминающимися и волнующими мгновениями своей юности те, которые были связаны с поисками своей «второй половины». Здесь было всё: и странное волнение при взгляде на проходящую мимо девушку (молодого человека), и мучительные сомнения «а как подойти», и пьянящий восторг при словах «ты мне тоже нравишься», и первая ревность, и горечь обид. Одним словом, чудесное время открытий, но и ужасное время тяжёлых драм.

• *гендерная психология* • *межполовые и семейные отношения* • *мифы о любви, браке, половых ролях* • *идеальный мужчина* • *идеальная женщина*

Казалось бы, всё правильно. Поиск и открытие нового не бывают без риска. Так и должно быть. Однако иногда в этом начинаешь сомневаться. Во-первых, глядя с позиции взрослого человека на любовные отношения молодёжи, замечаешь множество грубых и нелепых ошибок, часто приводящих к разрывам или регулярному взаимному психологическому истязанию. Во-вторых, даже наблюдая разные пары ровесников, замечаешь, что у одних отношения развиваются относительно спокойно и стабильно, у других же конфликт на конфликте. Причём многие конфликты возникают «на ровном месте». Вывод: первые знают и понимают что-то такое, до чего вторые ещё не дошли или не дозрели. Как же помочь этим вторым?

Вопрос сложный. Ведь, как говорится «свою голову не приставишь», на что нередко жалуются родители и учителя. Между тем помочь можно. Особенно, если вы школьный психолог, которому доступны гораздо большие знания о психологии семейных и межполовых отношений. Кроме того, психологу ребята доверяют гораздо больше, чем родителям или учителям. Мало того, готовы слушать их.

Однако реальные гендерные и семейные отношения — такой запутанный «клубок» закономерностей, случайных фактов, мнений, заблуждений, что ориентироваться здесь только на информацию из книг недостаточно. Есть такие хорошо разработанные, но очень автономные дисциплины, как возрастная психология,

психология семейной жизни, психология манипуляций и обмана. Но, к сожалению, нет объединяющих их междисциплинарных подходов. Например, возрастной психологии семейных отношений, или психологи внутрисемейных манипуляций. А между тем вопросы, которые можно было бы решить в рамках этих подходов, ставятся ребятами, приходящими на консультацию к школьному психологу. Иногда прямо. Чаще — косвенно.

Пример: приходит девушка и начинает жаловаться на мальчишек, которые «все такие сволочи и негодяи», все её «используют и бросают...» или «шарахаются и сбегают сразу». Ей непонятно, в чём причина, ведь она такая замечательная. Психологу же отлично виден целый букет причин. И первая из них — потребительское отношение к молодым людям и изначально ложное убеждение, что «все мужики — ...». Чтобы эта девушка не потратила годы жизни на то, чтобы дойти до всего «своим умом», психологу придётся поделиться с ней некоторыми «сермяжными истинами», о которых крайне редко говорится в серьёзных научных трудах.

Изучая труды по семейной психологии, гендерной психологии, вы вряд ли встретите чёткое описание такого феномена, как «психологическая болевая точка». А между тем именно этот феномен лежит в основе семейных и межполовых конфликтов, самых тяжёлых и разрушительных.

Пример: юноша и девушка, двигаясь в плотном потоке людей, выходят из метро. Из-за тесноты он не успевает выскочить вперёд и открыть перед ней дверь «как истинный джентльмен». Ей приходится делать это самой. Выйдя на улицу, девушка начинает «немножко воспитывать» своего молодого человека. Она, как ей кажется, всего лишь терпеливо, упорно и «доходчиво» (ну, может быть, несколько на повышенных тонах) объясняет ему, что он был не прав и что так делать не стоит. Молодой человек, попытавшись несколько раз безуспешно возразить,

замолкает и молча внимает словесным её потокам. Сперва слушает спокойно. Затем начинает мрачнеть, багроветь, часто и шумно дышать от еле сдерживаемой обиды и ярости, а потом разворачивается к ней и, «обложив» её выражениями типа «достала», «задолбала», «плешь проела», поворачивается и уходит прочь. Невооружённым взглядом видно, что ещё чуть-чуть, и он бы её просто ударил. Девушка в шоке. Она искренне не понимает, за что с ней так поступили и «чего это он так завёлся». Между тем ответ прост. Незаметно для себя, она «прошлась» по такому количеству «болевым точкам» юноши и настолько жёстко, что причинила ему поистине адскую боль («сгоряча, но из лучших побуждений»). Например: унизила его как человека и как мужчину (обозвав «лохом», «неотёсанной деревенщиной» и «мачочкиным сынком»). Оскорбила его друзей («неудачников и пьянь подзаборную») и «не забыла» о родителях, «непонятно чем занимавшихся вместо того, чтобы воспитывать сына».

А ведь эти двое могут искренне любить друг друга и иметь все шансы создать крепкую семью. Но именно «маленький недостаток» — неосознанное стремление бить по «болевым точкам» партнёра для оперативного решения сиюминутных «воспитательных» проблем, легко и быстро может разрушить их отношения.

О каких же факторах и причинах, вызывающих наиболее острые конфликты, недоразумения и непонимания между молодыми людьми, хотелось бы рассказать этим молодым людям? В наших статьях мы намерены затронуть следующие темы:

- Заблуждения и мифы о любви, браке, половых ролях.
- Мужская и женская психология как два разных мира.
- Любовь ложная и истинная.
- Психологические манипуляции.
- Потребительское отношение к любимым.
- «Клетки», в которые загоняют любимых.
- Отказ от взросления.

Мифы, которые всё портят

Из огромного количества заблуждений и мифов, которые портят жизнь мужчинам и женщинам на протяжении всей жизни, выделим те, с которыми молодые люди сталкиваются в первую очередь. И главный, всеохватывающий, от которого страдают обе стороны, можно сформулировать так: к моменту встречи со мной ты должен быть уже сформировавшимся взрослым человеком (мужчиной или женщиной) со всеми достоинствами, но ... без недостатков.

Чаще всего утверждениями «настоящий мужчина должен...» или «я-то всегда думала что...», девочки мучают мальчиков. Те же в итоге «рвут жилы», стараясь «соответствовать», нередко «сворачивают мозги» в попытках понять, как им примирить свои реальные возможности с тем, что от них требуют. А в итоге либо надолго теряют уверенность в себе, либо приходят к отчасти справедливому, но очень однобокому выводу, что «все бабы дуры», и становятся женоненавистниками.

Впрочем, некоторые молодые люди умудряются перещегоолять девушек в собственном самодурстве. Чаще всего это те, кто считает, будто жизнь — в том числе отношения между мужчинами и женщинами — должна подчиняться простому сценарию, соблюдая который можно добиться конкретной цели. Те же, кто не подчиняется их сценарию, — порочные люди, достойные всяческого порицания.

Пример: если я пригласил девушку на танец, значит, она должна принять приглашение, поскольку для отказа у неё нет логических оснований. Если она пошла на танец — значит, должна дать себя проводить до дома, если приняла меня в провожатые — значит, должна согласиться завтра прийти на свидание, и т.д. Если же где-то и в чём-то она меня «обломала» — значит, она стерва, достойная презрения.

Как же объяснить юноше или девушке, что требовать от сверстника излишней взрослости или соответствия нереальным идеалам неправильно. Есть три основных направле-

ния для совместной работы над этим вопросом.

Первое направление. Совместно проанализировать и понять, а что представляет собой этот «взрослый идеал». Чаще всего это человек, который вмещает в себе преимущества молодого и зрелого возрастов, но при этом не имеет соответствующих недостатков. Например ум, аналитические способности, жизненный опыт зрелого индивидуума и жизнерадостность, энергичность, эмоциональную открытость — молодого.

Такие счастливики встречаются крайне редко. Это, в подавляющем большинстве случаев, зрелые люди, сумевшие обрести мудрость, но не растерять молодость души. Наоборот не бывает практически никогда. Часто можно видеть, что молодой человек (или девушка), слишком быстро приобретшие жизненный опыт (а это, чаще всего, происходит в тяжёлых жизненных испытаниях), теряют очарование юности — открытость, эмоциональность, искренность.

Впрочем, даже если допустить, что вам удастся заставить свою девушку (молодого человека) стать таким юным гением, возникает вопрос, а сами-то вы, не став таким же гением, будете ему нужны? Вопрос не праздный, он актуальный. Особенно на более поздних этапах отношений. Чаще всего семейных.

Пример: каждый семейный психотерапевт может рассказать подобную историю. Приходит к нему женщина, которую после многих лет совместной жизни бросил муж. Она говорит: «Неблагодарный. Я его подобрала — неумеху, недотёпу, серость. Я годы потратила, чтобы из него нормального мужика сделать, чтоб не стыдно было на людях показаться. А когда сделала, он взял и сбежал к другой. Конечно,

теперь-то, после моих трудов, за него любая пойти захочет». В чём главная ошибка этой женщины? В том, что, заставив человека измениться, она сама перестала соответствовать его прежним запросам. У него появились новые, более высокие. Если раньше он терпел сварливую жену, то теперь, когда он стал «востребованным товаром», необходимость терпеть упрёки и поучения отпала.

Второе направление. Совместно проанализировать идеалы и выявить простой факт: «красивые картинки», которые юноша или девушка пытаются навязать своему партнёру, существуют в реальности, но совсем в иной.

А иногда эти «картинки» и вовсе не реальны.

Варианты «картинок»:

*Идеальный мужчина
или идеальная женщина*

Как правило, и молодые люди это понимают, эти образы копируются дочерьми с собственных отцов или сыновьями с матерей. Ошибка в том, что молодые люди забывают, что до того, как стать взрослыми людьми и замечательными родителями, эти отцы и матери были самыми обычными девчонками и мальчишками с недостатками и проблемами, свойственными их возрасту. И лишь годы спустя, пройдя многие жизненные испытания, многое поняв и переосмыслив, они стали нынешними «идеальными мужчинами» и «идеальными женщинами».

Примеры вопросов, с помощью которых можно навести собеседника на эту простую мысль:

А ты уверен, что твоя замечательная мама была такой же замечательной и в 16 лет? Что она была хоть чем-то лучше твоей подруги-«оторвы»?

А ты не спрашивала свою маму, сколько ей пришлось потрудиться, прежде чем она сделала «такого замечательного папу» из быв-

шего «разгильдяя-хулигана»? И бросала ли она своих молодых людей после первой же мелкой ссоры, как это делаешь ты?

Актёры на сцене

В данном случае «картинками» становятся люди — чаще всего, публичных профессий, которым приписываются всяческие достоинства, но не замечаются недостатки.

Чтобы «излечить» молодого человека (девушку) от идеализации, бывает достаточно выложить реальные факты об их кумирах. Не для того, чтобы опозорить последних, а чтобы показать: кумиры, по большому счёту, обычные люди, ничуть не лучше рядовых сограждан.

Пример: какую голливудскую кинозвезду ни возьми, почти за каждой тянется шлейф из «грязи», особенно в семейной жизни. Разводы, похождения «налево», отвратительные скандалы.

Исторические личности

Во многом вымышленные персонажи, являющиеся лишь бледными идеализированными подобиями собственных исторических прототипов (рыцари, мачо, настоящие джентльмены, мужчины-добытчики, настоящие леди). Чтобы обнаружить подлинную суть этих персонажей, попробую рассказать часть правды.

Рыцарь — тяжело вооружённый воин-всадник. Своеобразный «танк» в войсках средневековой Европы. Идеализированный в более поздние времена в рыцарских романах как благородный защитник дам и вообще всех слабых и униженных, на деле был самодовольным, наглым, буйным рубакой и задирой. Не брезговавшим ни грабежом, ни пытками, ни самым масштабным кровавым насилием в отношении тех самых «слабых и обиженных». Так, взяв Иерусалим, чтобы освободить Гроб Господень, «благородные рыцари»

неплохо «порезвились», убивая всех подряд, включая женщин и детей.

Мачо — происхождение слова испанское. Означает что-то вроде «настоящий горячий самец». Предмет вождения многих наивных девушек, жаждущих страстной любви, а точнее — секса. Шутка в том, что даже подлинное мачо — лишь большой, исторически сформировавшийся «пшик» — маска, на которую нередко «клюют» наивные иностранки. Дело в том, что в традиционной испанской культуре издревле повелось: мужчина откровенно смотрит на женщину, цокает языком, соблазняет, поёт дифирамбы о страстной любви, хочет познакомиться. Женщина гордо шествует мимо, демонстративно не обращая на ухажёра внимания. Все довольны. И он, в том числе: не надо доказывать свою реальную мужскую силу. Кстати, массовый «культурный шок» случился у «настоящих мачо», когда они стали эмигрировать в США. Тамосние женщины, не зная тонкостей игры, искренне верили страстным песнопениям, и со словами «ну что ж, я согласна» требовали доказать на деле жаркую страсть. Вот тут у бедных мачо и случался большой «пшик», поскольку в действительности никакими особыми «самцовыми» качествами они не блистали — были обычными мужчинами.

Настоящие джентльмены — социальная прослойка в Англии XVIII—XIX веков. Люди, жившие на доходы от поместий и предприятий. Они могли себе позволить «не заморачиваться» зарабатыванием хлеба насущного, а потому — не сильно подстраиваться под других людей, т.е. «быть свободными и независимыми». У них было много свободного времени, которое они проводили в светских беседах, встречах и в «милых играх» в благородство и изысканную культуру. На деле же всё это благородство держалось на откровенном цинизме и двуличии. Так, ни один джентльмен XVIII века не опустился бы до обсуждения темы «работорговля в современном мире». Она считалась «неприличной и грязной». Между тем в эпоху колониальной работорговли с теми же США большинство «благородных джентльменов» с удовольствием вкладывали деньги в акции работорговых компаний, скрывавших свою суть под нейтральными вывесками.

Мужчины-добытчики — один из самых живучих мифов, который в патриархальные времена был реальностью, а сейчас стал анахронизмом. Что, однако, не мешает ему портить жизнь молодым людям и сегодня. Суть мифа в том, что в нормальной семье мужчина должен зарабатывать деньги, а женщина сидеть дома, вести хозяйство и воспитывать детей. Как правило, об этом любят говорить женщины-традиционалистки или мужчины-собственники. Но они забывают о важных вещах. Во-первых, в то время, как процесс зарабатывания денег с патриархальных времён, в принципе, ничуть не упростился, процесс ведения домашнего хозяйства и воспитания детей стал легче в десятки раз (одна стиральная машина чего стоит, да и детей по 5–10 человек уже никто не заводит). Получается, что женщина-традиционалистка из партнёра-труженика хочет стать нахлебницей. Во-вторых, если в прежние времена для зарабатывания денег требовались, чаще всего, типично мужские качества — прямолинейность мышления, примитивная напористость, грубая физическая сила, то теперь чаще требуются типично женские — гибкость мышления, умение общаться на уровне тонких эмоций, держать в голове кучу дел сразу. Спрашивается, что же плохого и противоестественного в том, что женщина сама зарабатывает и является добытчицей, если у неё это хорошо получается? В-третьих, современные домохозяйки, отказавшиеся от работы и сидящие дома, нередко сами просят обратного. Работая, они чувствуют себя включёнными в реальную жизнь. А это очень важно для любого человека — и мужчины, и женщины.

Настоящие леди — многие девушки хотели бы, чтобы к ним относились именно так. Однако быть подлинной леди очень тяжело. Особенно в наше демократичное время. Подлинную леди с детства воспитывали в очень жёстких

условиях. Активно практиковались телесные наказания. О многих современных свободах и вольностях «юным леди» не приходилось даже мечтать. Зато и результат был такой, что перед такой женщиной, действительно хотелось преклонить колено. Что же касается молодых людей, требующих от девушек, чтобы те были «настоящими леди», то им стоит подумать над двумя вопросами. Во-первых: сами-то они достойны быть партнёрами леди? Во-вторых, а нужны ли им «ледяные статуи» вместо весёлых жизнерадостных подруг. А ведь часто «ледяная статуя» — это вторая естественная сторона истинной леди.

Третье направление — оценка ожидаемых приобретений и неизбежных потерь. Молодым людям, требующим от своих «вторых половин» совершенства и скорейшего избавления от «сопливого детства», к сожалению, не известны типичные проблемы многих супружеских пар. И это притом, что значительная часть этих проблем связана именно с преждевременной и безвозвратной утратой психологических качеств молодости — спонтанности, веселья, оптимизма, веры в лучшее.

Типичные упрёки, часто раздающиеся в таких семьях: с тобой стало скучно; ты стал занудой; ты такой правильный, что от тебя тошнит; где та светлая наивная девочка, которую я полюбил? где тот «бешеный зверь», в чьих руках я таяла?

Пример: Диалог одного моего знакомого со своей супругой вскоре после начала семейной жизни. Она (разглядывая фотографии супруга до и после свадьбы): а у тебя взгляд изменился. Раньше был спокойный, открытый. А теперь какой-то пристальный, жёсткий, с прищуром. Почему? Он. А потому: раньше я спокойно мог говорить то, что хочу, и так, как хочу (без мата и без пошлостей, заметим). А теперь — над каждой фразой думать приходится, все делать с оглядкой. Тебе же — слово не так скажешь, сразу скандал.

Конечно, никто не ждёт такого финала. Особенно когда из лучших побуждений пытается «немножко подрезать» «вредное» качество партнёра и привить «полезное». Причём ударными темпами с применением «тяжёлой артиллерии» — скандалов, «разносов», оскорблений.

В итоге происходят странные неожиданные вещи.

Пример 1: молодой человек решает, что его девушке пора повзрослеть, то есть прекратить ежедневные тусовки с другими девчонками-пустышками-болтушками, а уж тем более флирт и кокетство с другими молодыми людьми. Ведь всё это плохо на неё влияет. Он начинает активно добиваться «взросления» своей «половины», а потом удивляется, почему она вдруг порвала с ним.

Или того хуже: из яркой, интересной, общительной, инициативной красотки, на которую «облизывались» все знакомые парни, вдруг превратилась в невзрачную, безвольную «серую мышь» — никому не интересную. В том числе и ему самому.

Пример 2: девушка решает, что её парень слишком много употребляет просторечных «пацанских» выражений. Начинает «вправлять ему мозги» каждый раз, когда он использует какой-нибудь жаргонизм. А потом удивляется, почему он, живой, весёлый и общительный, стал таким замкнутым и неразговорчивым.

В чём же заключается подвох? В том, что каждое свойство личности имеет две стороны — отрицательную и положительную. Эти две стороны могут проявляться, казалось бы, как совершенно разные черты характера, не связанные между собой. Так, как решительность, напористость, уверенность в себе считаются положительными мужскими качествами. Однако, как показывает практика работы с молодыми людьми, индивиды, обладающие этими

достоинствами в избытке, несут в себе неприятный «довесок» — жёсткость, бескомпромиссность, упрощённость и прямолинейность мышления, вплоть до откровенной тупости и самодурства. Последние качества, как правило, проявляют себя много позже и неожиданно для партнёра, который потом удивляется: «куда глаза мои смотрели».

НЕЛЬЗЯ безнаказанно «выкорчевать» из человека «отрицательное качество», «не выкорчевав» вместе с ним и положительное. Точно так же нельзя насильно «привить» человеку некое положительное качество, не добавив к нему и отрицательное.

Пример: типичная жалоба. Я ему сколько раз говорила: «Хватит быть мямлей. Учись давать отпор. Бить в глаз, если потребуется. Ты, в конце концов, мужик или кто?». Ну и научила на свою голову. На всех «рывает». А на меня — в первую очередь. Раньше был такой ласковый-нежный, а теперь — зверь-зверем. Слово поперёк сказать страшно.

Приведу пары основных психологических качеств, которые, чаще всего, составляют две стороны одной медали.

- Открытость, общительность, любовь к «тусовкам» — поверхностность, болтливость, несерьёзность.
- Замкнутость, задумчивость, нелюбовь к тусовкам — высокие умственные способности, глубокий внутренний мир.
- Амбициозность, предприимчивость, целеустремлённость — концентрация на собственном успехе, готовность «использовать и выбрасывать» других.
- Решительность, смелость, готовность к риску — жестокость, готовность подавлять и уничтожать других.
- Доброта, мягкость — нерешительность и слабость.
- Эмоциональная чувствительность, психологическая слабость — способность сопереживать и сочувствовать другим.

- Высокая эмоциональная устойчивость, способность сохранять спокойствие даже в эмоционально тяжёлой ситуации — душевная чёрствость, неспособность к сочувствию.

Сказанное относится к молодым людям обоих полов с их более контрастным характером и малым жизненным опытом. С возрастом же ситуация меняется. Постепенно приходит умение не «выкорчевывать» у себя и других отрицательные качества вместе с положительными, а брать их под сознательный контроль, сглаживать отрицательные проявления. Это относится как к изначальным свойствам личности, так и к сознательно приобретённым. Предположим, человек с детства отличался высокой эмоциональностью. Если он радовался — то до крика, если грустил — то до истерик. Когда он был маленький, то ничего не мог с собой поделать. Эмоции радости и эмоции боли распирали его изнутри. Но постепенно поняв, что устраивать истерики по малейшему поводу плохо, он начал изо всех сил сдерживать рвущиеся наружу отрицательные эмоции, давая им выйти только в безопасном для окружающих виде — в умеренном повышении голоса и без откровенных оскорблений. Сначала это было крайне сложно, но постепенно, по мере тренировки, внутренний напор отрицательных эмоций начал ослабевать. Теперь сдерживать его стало совсем не сложно. В результате бывший «буйный ребёнок» превратился во взрослого человека, способного по-прежнему искренне и глубоко радоваться, когда ему хорошо (например, болея за любимую футбольную команду), но при этом «не терять головы» и не впадать в истерику, когда плохо.

Выводы

Прежде чем заставлять человека соответствовать вашему идеалу, стоит подумать, а адекватен ли этот идеал, реален

ли он, достигим ли без глобальной ломки личности.

Прежде чем требовать от партнёра, чтобы он менялся, подумайте, а действительно вам так нужно это изменение, или это просто ваша «мелкая блажь». Посмотрите, как относятся к такой слабости другие люди. И вообще — является ли это слабостью данного человека. Может, наоборот. Например, некоторые девушки ошибочно принимают вежливость, эмоциональную сдержанность молодых людей за доказательство их слабости и неспособности дать отпор. В результате очень пугаются, когда молодые люди, долго-долго терпевшие их оскорбительные выходки, вдруг «взрываются» и «выдают по-полной».

Прежде чем требовать от партнёра избавиться от какой-то «отрицательной» черты его характера, подумайте, не лишите ли вы его другой, положительной. И, возможно, именно той, за которую его полюбили.

Цените те качества, которые даёт вашему партнёру его молодость, даже если сейчас они кажутся вам «глупостью» и «несерьёзным ребячеством». Именно эти качества — и без вашего участия — будет пытаться «задушить» «реальная взрослая жизнь». И именно этих качеств так не хватает многим людям, когда надо внести живую струю в семейные или дружеские отношения, в отношения с собственными детьми. Лишённый именно этих качеств человек становится скучным правильным занудой, который мыслит только логическими категориями и не способен понять душевное состояние

других людей, радоваться жизни, очищаться от боли через слёзы и плач.

Учитесь совместно отделять время, когда можно поребачиться, порадоваться жизни и отдохнуть, от времени, когда нужно быть серьёзными и решать важные жизненные проблемы. Поставьте себе это как задачу. Не пускайте дело на самотёк, ибо «серьёзность» — агрессивная сила. Её союзник — повседневная реальность с её многочисленными заботами. Вместе они легко и быстро могут поглотить вашу ребячивость. Если вы её не защитите, очень скоро обнаружите, что не можете расслабиться и порадоваться жизни даже там, где другие делают это легко и непринуждённо.

Пример: летом на даче ваши соседи катаются на велосипедах, играют в волейбол, купаются, загорают на пляже. Словом, наслаждаются жизнью. Вы же не можете себе этого позволить. Ведь у вас, в отличие от «этих бездельников» столько дел, которые никогда не иссякают, вечно достраивающемся доме, в сарае, в огороде. Вам некогда радоваться жизни. Вы работаете.

Именно поэтому женщинам, жалующимся, что иногда их мужчины «прямо как дети», хочется сказать: «радуйтесь, что они ещё способны быть детьми. Ведь именно эта «детскость» даёт им жизненную и творческую энергию. Разучатся быть детьми — станут смертельно скучными безэмоциональными «сухарями». Чем упрекать, лучше поучитесь у них, выйдите из роли «вечных мамочек» и вспомните роль «подружек». **НО**