

Почему не получается выйти замуж?

На тему замужества написано множество статей и книг. В них изложен 1000 и 1 способ, как это сделать проще, легче и быстрее.

Некоторые советы действительно работают, а некоторые нет. И самое важное – помогает это далеко не всем. Кому-то легко даётся эта наука, у кого-то есть очень слабые места, над которыми стоит поработать. Но для начала стоит осознать, что для этого нужно.

Рассмотрим подробнее. Чтобы благополучно выйти замуж, **желательно**:

- уметь привлекать внимание нужных вам мужчин;
- уметь выстраивать долговременные отношения с ними;
- позитивно воспринимать семью и желать её иметь;
- получить предложение руки и сердца.

Так почему же на каком-то пункте происходит заминка? Почему не удаётся сдвинуться с мёртвой точки? Всё дело во внутриличностном конфликте – это регресс в сферу бессознательного, проигрывание так называемого «родительского сценария».

Внутриличностный конфликт – это состояние, в котором у человека есть противоречивые и взаимоисключающие мотивы, ценности и цели, с которыми он в данный момент не может справиться, не может выработать приоритеты поведения.

Схему, по которой проигрывается одна и та же бесконечная история, иногда рисуем не мы сами, она формируется задолго до нас – нашими родителями и более дальними предками.

Речь идет о семейных, родительских сценариях жизни, которые описывает психолог и

психиатр Эрик Берн. «Сценарий жизни – родительский сценарий» – это неосознаваемый план жизни, который человек в основных чертах берет для себя как руководство к действию в детстве под влиянием родителей, важных для него людей и событий.

Подробнее «сценарий» «прописывается» к 18 годам и... исполняется всю жизнь при условии, что человек не захочет его осознать и осмысленно изменить. Так сказать, переписать.

Сценарий – это послание от родителей о том, как надо жить, как вести себя в определенных ситуациях, какие есть запреты и разрешения, какие модели поведения, нормы, мораль и чувства являются приемлемыми, «неправильными и запрещенными», и, конечно, информация о том, как ведут себя сами родители, что они делают, что и как говорят, о чем молчат, и что скрывают... Со всем этим «багажом знаний и умений» мы и отправляемся во взрослую жизнь.

А теперь рассмотрим по пунктам.

1. Умение привлекать внимание нужных вам мужчин

Если с вами не знакомятся, то стоит задуматься, что же вы транслируете окружающим. Возможно, это запрет на сексуальность, возможно, внутренняя боязнь мужчин (которая самостоятельно не осознаётся) или что-то ещё.

Одна моя клиентка после выполнения заданий обнаружила, что относительно мужчин она живёт по принципу «все мужики – козлы» (все – это квантор общности). Она вспомнила историю из детства. Будучи 3–4 летней девочкой, на вопрос «как зовут твоего папу?» она отвечала «козёл». Она искренне верила, что это его имя, так как мама всегда говорила «опять этот **козёл** звонил» и т.д.

Со временем она поняла, что значит козёл применительно к мужчинам, а дальше с «помощью» мамы выработалось стойкое отвращение к противоположному полу, которое базировалось именно на маминой оценке. Коварство в том, что оно было неосознаваемым, но своим поведением она это демонстрировала. Ничего удивительного, что ей 32, а она до сих пор была одна.

2. Умение выстраивать долговременные отношения с мужчинами

Если после 2-3 свиданий мужчины исчезают, стоит задуматься о своём стереотипе поведения. Опять же речь не о единичном случае, а о повторяющихся ситуациях. Возможно, вам нужно поработать над следующими навыками:

- ваша самооценка;
- навыки общения, умение слУшать и слышать мужчин;
- понимание мужской психологии;
- внешний вид;
- умение быть сдержанной, не форсировать события;
- умение не спешить с сексуальными отношениями.

3. Позитивное восприятие семьи и желание её иметь

Если для вас семья и брак – это просто необходимость, чтобы получить статус; если, на ваш взгляд, «брак – это ерунда, все несчастны и разводятся»; если это скучно, но надо, – вы вряд ли сможете выйти замуж, так как внутренне к переменам и действиям вы не готовы.

Для создания счастливой семьи понадобится научиться общению с мужчинами, от чего-то отказываться в жизни, искать места, где обитают мужчины, может быть, даже сменить работу, менять себя и свой образ жизни. Если «брак – это здорово и делает женщину счастливой», то вы, конечно, сможете преодолеть временные трудности. Но опять-таки нужно выяснить скрытые установки.

Многое зависит от того, в какой семье вы выросли сами. Если мать – истеричка, а отец – алкоголик, то негативная установка к браку обеспечена. Вы перенесёте модель родительской семьи на свою, всю или частично. Если мама с папой живут плохо, то искать у них помощи вряд ли получится. Детдомовским воспитанникам особенно сложно создать семью именно из-за отсутствия её модели.

Соответственно, если слабое место в негативном убеждении по отношению к семье, то необходимо поменять свои убеждения и образы, переписать родительские программы брака. Сразу скажу, что смена образа и убеждений – это не чтение статьи, а ежедневное выполнение упражнений. И довольно длительное. Но изменения происходят значительные. Так что оно того стоит!

4. Получить предложение руки и сердца

Иногда это так и остаётся мечтой. Можно долго встречаться или годами жить совместно, даже разговаривать о регистрации и свадьбе. Многие делают предложение мужчинам сами. Но время идет, всё как-то откладывается на потом, после повышения по службе, покупки квартиры и т.д.

Момент не наступает, происходит ссора, мужчина уходит. А через несколько месяцев женится на другой женщине. В следующий раз можно даже подать заявление в ЗАГС, но регистрация так и не состоится. Вы расстанётесь, и этот мужчина вскоре женится на другой.

В чём же тут дело? А всё просто, причина опять же в тактике, которую вы избрали.

Автор - **Оксана Меркулова**

[Источник](#)