

Видели когда-нибудь молодого человека, с ужасом в глазах убегающего от девушки, в которую он некогда был влюблен, пытался ухаживать за ней и построить гармоничные отношения? А хотите такой девушкой стать? Почему-то мне кажется, что нет. Наверное, потому, что цели, которые ставят себе большинство женщин, встречаясь с мужчиной, совсем не пугательные. Наоборот, хочется быть нужной, привлекательной для своего Мужчины, чтобы он скучал по общению с ней и с нетерпением ждал встреч. Открою Вам один секрет: поначалу этот убегающий мужчина тоже был влюблен и хотел быть рядом с ней – Дамой своего сердца. «Что же произошло тогда, - спросите Вы. – Что способно так сильно оттолкнуть искренне любящего мужчину?» И это очень важный вопрос, потому что хрупкое, только формирующееся в любовь чувство зачастую сталкивается с непреодолимым для него препятствием – навязчивостью одного из партнеров.

Вот одно из писем, которое пришло мне недавно на эту тему:

«Здравствуйте.

Мне мой молодой человек сказал, что я навязчивая и делаю только хуже этим! Я ответила ему, что просто не люблю, когда меня игнорируют и не отвечают... Что мне делать в этой ситуации, как поступить?

Ирина, 23 года»

Кто виноват?

Проблема, которую описывает Ирина, очень распространенная. Зачастую партнерам нужно разное количество общения друг с другом: один хочет видеться каждый день, слышать голос любимого человека и читать его бесконечные сообщения, другой имеет потребность какую-то часть времени проводить с друзьями или в одиночестве. Одиночество может быть необходимо не только для «отдыха» от партнера, но порой и для того, чтобы подумать о любимом человеке в его отсутствие, искренне восхититься им еще раз и помечтать. Согласитесь, ведь иногда самые сильные чувства

к

человеку можно испытать именно в такие моменты! Поэтому разлука способна работать на укрепление отношений
в тех случаях, когда человек испытывает потребность в ней.

Наличие такого желания вовсе не означает, что один партнер не любит другого или игнорирует, ожидая от него инициативы. Просто ему необходимо быть иногда одному, общаться с другими людьми, заниматься своими делами. Все люди разные, и нельзя винить человека в том, что у него потребности не такие, как у нас. Никто не в силах избавиться от собственных потребностей. Их неудовлетворение и попытка «забить» поглубже в себя приводит к печальным последствиям – в итоге рано или поздно они вырвутся наружу с удвоенной, а то и утроенной силой, снося все на своем пути, неконтролируемо для их обладателя. Поэтому избавиться от своих потребностей нельзя, но можно искать другие способы их удовлетворения – и в этом основа компромиссов, которые обеспечивают стабильность отношений между мужчиной и женщиной.

Например, многие мужчины признаются в том, что начинают изменять женам, потому что не чувствуют необходимой им свободы - и стараются найти ее в объятиях любовницы. Для них сам факт наличия любовницы является своего рода "доказательством" собственной свободы. Это не означает, что такой мужчина может быть оправдан в своей **измене**, ни в коем случае. Однако его жена внесла значительный вклад в возникновение этой проблемы. "Чем?" - спросите Вы. Своей навязчивостью! Если бы она не приставала к нему с бесконечным общением, если позволяла бы часть времени проводить в других местах и с другими людьми, то чувства ущемления собственной свободы у мужа просто не возникло бы. И не было бы измены - последствия, зачастую печального для брака.

Итак, в поиске частых контактов с партнером нередко человек думает о своих потребностях в частоте общения с ним, но не учитывает потребностей партнера, которые могут быть совсем иными. Именно это имел в виду молодой человек Ирины, когда говорил, что своей навязчивостью она делает «только хуже». Хуже не ей, конечно, а ему. Но, забывая о его потребностях, Ирина может однажды обнаружить, что юноша не готов с этим мириться и отказался от столь тяжелых для него отношений. А вот это уже непременно скажется и на ней. И если **отношения** с этим человеком девушке действительно дороги, то скажется далеко не лучшим образом.

Данные статистики показывают, что проблема навязчивости в большей степени имеется у представительниц прекрасного пола. И это неудивительно: одно из основных отличий женщин от мужчин связано с особенностями функционирования речевой сферы.

Женщина говорит больше и чаще, среднее количество сказанных ею за день слов превышает на несколько тысяч количество слов, произнесенных за то же время мужчиной (по данным А. и Б. Пиз). "Но значит, у женщин тоже есть своя особая потребность, которую мужчины должны уважать!" - скажете Вы. Да, Вы правы, это тоже имеет отношение к различию в потребностях, но это не значит для женщины, что удовлетворить потребность в говорении она может общаясь только со своим мужчиной. То же самое можно делать, например, с подругами, с разговорчивыми клиентами на работе, со случайными прохожими - в общем, потихоньку сбывать необходимый запас слов в самых разных местах.

Что делать?

В приведенном выше письме юноша недоволен навязчивостью своей девушки Ирины. А что такое навязчивость? Это неприятная назойливость человека, который надоедает другому своими действиями, попытками добиться от него общения. Подумайте, а какие из Ваших действий могут восприниматься близким человеком как навязчивые, даже если он не говорит Вам об этом прямо? Составьте список таких своих проявлений и старайтесь учитывать это при общении с партнером.

Если следы собственной навязчивости Вы заметили в своих отношениях, то эффективно для снятия накопившегося напряжения проделать следующие шаги:

- Давайте своему партнеру возможность периодически «отдыхать от Вас», исчезайте хотя бы иногда из поля его зрения, не осуждайте его встреч с друзьями.
- Если Вы пытаетесь связаться с близким человеком, а он не отвечает, потому что устал от Вашей навязчивости, то попросите его не молчать в такие моменты, а писать Вам, что он, например, сильно занят и не может сейчас с Вами говорить. Договоритесь, что для Вас это будет сигналом к тому, что пора замолчать, но при этом Вы не будете обижаться на эту «ключевую» фразу. В этом случае Вы всегда будете осведомлены о желании и нежелании Вашего партнера общаться в определенный момент времени, сможете относиться к этому спокойнее и изменять тактику своего поведения на более эффективную.
- Проведите эксперимент: пообещайте себе, что дождетесь инициативы партнера, то есть не напишите и не позвоните ему до тех, пока он сам этого не сделает. Для Вас это будет тренингом развития воли и показателем того, как часто Ваш партнер испытывает потребность в общении с Вами. Для Вашего молодого человека это возможность получить необходимый ему отдых и проявить в отношениях с девушкой инициативу, о которой мечтает большинство мужчин. В итоге Вы получите довольного мужчину и более гармоничные отношения. Позитивный результат, не правда ли?