

# Можно ли избежать супружеской измены?

Однозначно на этот вопрос ответить невозможно. Но я попытаюсь хотя бы схематично разделить все факты супружеских измен на две большие группы.

Есть семьи, которые еще хотят жить вместе – измены здесь могут происходить случайно, как бы помимо воли, просто потому, что подсознательные потребности, которые не удовлетворяются в браке, вырвались из-под контроля.

И есть семьи, которые уже не хотят быть вместе, но делают это по различным причинам – ради детей, ради денег и совместного имущества, ради сохранения приличий и т.д. Так вот здесь измены – это как отдушина, потому что тратить силы на восстановление теплых отношений в своей семье уже нет никакого желания. А измена – просто следствие неблагоприятного климата.

Так вот чтобы семья не перешла из первой категории во вторую, все-таки стоит прилагать определенные усилия. Потому что из второй категории гораздо сложнее вернуться в первую – чаще всего уже невозможно.

Давайте теперь попробуем сформулировать, что же нужно делать, чтобы по возможности избежать факта супружеской измены?

Начать осознавать свои подсознательные желания и потребности. Этот процесс может длиться всю жизнь – но без него вы вообще рискуете прожить ее, как в тумане или с завязанными глазами, постоянно натываясь на препятствия и набивая шишки. И для этого иногда требуется очень много смелости.

Взять на себя ответственность за свои чувства и поведение – понять, что никто не виноват в том, какой жизнью вы живете, и никто не обязан заниматься вашими проблемами, кроме вас самих.

## Можно ли избежать супружеской измены

Автор: jessienunez93  
29.03.2014 17:43 -

---

Исходя из предыдущего пункта, нужно снять абсолютно все претензии к своему партнеру. Вы не можете заставить человека, чтобы он соответствовал вашим ожиданиям, вы не можете заставить его любить только вас. Но вы можете сделать так, чтобы он захотел этого сам.

Нужно принять себя и поверить в то, что вы достойны любви и теплых, доверительных отношений. И нужно принять своего партнера таким, какой он есть и не пытаться его переделать. И доверять ему. Верить в то, что он хочет быть именно с вами.

Стараться понять любимого человека и разобраться, чего он хочет от совместной жизни с вами. Для этого просто нужно не бояться разговаривать друг с другом – абсолютно обо всем. Не бойтесь высказать свои страхи и сомнения, обсудите их с партнером, и может выясниться, что большинство из них надуманы. Помогите со своей стороны, разобраться ему с его собственными проблемами.

Чем больше искренности и открытости будет в ваших отношениях, тем лучше и здоровее они будут. И даже если жизнь преподнесет вам неприятный сюрприз в виде супружеской измены – вы сможете справиться с ним совместными усилиями. Сможете разобраться, почему это произошло, как это исправить, как простить и жить дальше нормальной жизнью, а не сцепив зубы от боли и отчаяния.

Потому что это – возможно. Ничего непоправимого в нашей жизни не происходит. Только нужно воспринимать все события – как большой урок, как возможность научиться быть лучше и сильнее. Как новую ступень в своем личном опыте, который позволит не делать подобных ошибок в будущем. И благодаря которому вы станете мудрее и счастливее. Ведь в жизни ничего не происходит просто так, даже благодаря неприятным событиям, мы учимся чему-то новому. А значит, именно для этого они и нужны.

Автор - **Яна Лан**  
[Источник](#)