

## Психологическая помощь в выборе партнера.

Выбор друга, мужа, подруги, жены...

Подумаешь, проблема! Было бы, кого выбрать! И вообще, браки совершаются на небесах! Что здесь зависит от нас? Посмотрю в гороскопе, там звезды все знают про нас! Чего задумываться, сердце подскажет!

Так думают и говорят многие, а между тем...

Именно от нас зависит очень многое. Почему одним «счастливчикам» постоянно «везет», а другие вновь и вновь наступают на одни и те же грабли?

Да, в нашей жизни существуют объективные обстоятельства, реальные проблемы. И все же на мир и на людей мы смотрим нашими собственными, далеко не объективными глазами.

И всеми силами удерживаем в своем сознании привычную картину мира тоже мы, а не обстоятельства.

Вы не можете выбрать партнера, не потому, что не из кого выбирать. Потому вы так смотрите, так думаете, так получается. Все дело в вашем восприятии мира, а не в расположении звезд.

Да, это одна из объективных сложностей нашего современного мира. Жизнь становится все быстрее, скорости запредельны, и люди все больше отчуждаются друг от друга. И все же здесь не обойтись без проблемы глаз, то есть нашего видения мира.

А способны ли мы увидеть тех, с кем сводит нас жизнь – постоянно или случайно?

Способны ли мы вообще видеть другого? Определить тот шанс, что дает нам жизнь? Я уверен, что вы многое пропустили, мимо многих "своих половинок" пробежали мимо.

Или он надежно спрятан от нас нашими собственными стереотипами и клише?

У этой проблемы (не из кого выбрать) есть и другая, на первый взгляд более житейская, сторона. А где искать свою вторую половину? Жизнь идет по кругу, и ей совершенно не хватает свежего воздуха, спонтанности, яркости. Одни и те же лица, улицы, здания, обязанности... Но это все та же проблема вязких стереотипов, которые не позволяют нам быть счастливыми.

Еще одна проблема – дурная бесконечность. Вы уже сталкивались с проблемой выбора.

Выбирали, влюблялись, верили, расставались. Это случается со всеми, и в этом нет ничего страшного... Задуматься стоит тогда, когда Вы замечаете, что очередные отношения с таким в этот раз ни на кого не похожим и замечательным возлюбленным или возлюбленной начинают разворачиваться по привычной схеме. И, в конце концов, новые отношения становятся такими же, как те, от которых вы уже сбегали. А ваша вторая половинка, такая уникальная, вдруг оказывается поразительно похожей на предыдущих партнеров, которые приносили в вашу жизнь боль... А может, вообще все ваши «вторые половинки» похожи между собой?

Неожиданное осознание этого может привести в отчаяние. И ведь - это так, наши же стереотипы, наши психологические клише, заставляют "наступать на те же грабли" и мы опять бьем по тому же такому знакомому и поэтому нестерпимо больному месту.

Однако сдаваться не следует!

Это не проклятие и не рок, а лишь то жизненное поле, которое мы создаем вокруг себя.

Но его можно изменить, совершив определенную внутреннюю работу – самостоятельно или с профессиональным психологом.

Мешать гармоничному выбору могут и наши страхи – неосознанные и осознанные.

Первые, прежде всего, следует вытащить на свет, для вторых необходимо выработать правильную стратегию по их преодолению. Недоверие к своему потенциальному партнеру, которое, в сущности, является зеркальным отражением недоверия к себе, также не способствует счастью.

Как и склонность строить воздушные замки, постоянное стремление создавать идеалы, завышенные требования к себе и другим людям... Ведь не умея наслаждаться несовершенством жизни, ее непредсказуемостью, а порой и нелепостью, не умея смотреть на себя и на окружающий мир с юмором, мы постоянно будем наткаться на типичное не то. И в очередной раз злиться на судьбу.

Избавиться от одиночества, жизненного однообразия, бессмыслицы – можно...

Нужно лишь сделать первый шаг...