

Глава 1 Мы выбираем, нас выбирают. Психосексуальный сценарий

Для начала расскажу, что такое сексуально-психологический сценарий и как он формируется и проявляется.

Вы, наверное, замечали, что у вас или ваших знакомых в отношениях с противоположным полом каждый раз что-то неотвратимо повторяется?

Кто-то постоянно встречается с женатыми, кого-то без конца используют, кому-то раз за разом изменяют, а кто-то никак не может влюбиться в человека, равнодушного к алкоголю? Как говорится, наступают на одни и те же грабли! Мужчины часто говорят о том, что каждая девушка стремится сделать из него спонсора или «просто друга» (а точнее подружку), что еще обиднее. Это случаи яркие, но, как правило, у каждого из нас есть повторяющиеся моменты, которые не всегда так бросаются в глаза как в вышеприведенных примерах, но тем не менее, оставляют весьма внушительные последствия и не дают устроить личную жизнь такую, как хотелось бы!

У каждого в подсознании записана модель личной жизни. Записывается она до 7 лет на основе взаимоотношений наших родителей. Родители в то время для нас — весь мир, и «так, как есть у них, — значит, так должно и быть!». Личные взаимоотношения родителей, а особенно в сенситивные периоды (когда мы наиболее чувствительны к чему-либо и впитываем информацию, как губка), эпизоды, которые мы видим, то, что нам говорят, а также недоговаривают, и то, что мы просто ощущаем, причудливо переплетаясь с нашим характером, генетическими данными образует этот самый сценарий.

Самый сенситивный период для формирования образа будущего возлюбленного — это 5 лет (так называемый Эдипов период). Папа для девочки и мама для мальчика в этом возрасте — образ, который проникает в подсознание и ждет своего отражения уже в юности и зрелости маленького человечка, когда он будет влюбляться уже не по-детски! Отношения с родителем противоположного пола особенно важны до 7 лет, но возраст 5 лет все-таки можно выделить как самый главный для формирования сценария. Если папа ушел из семьи, когда девочке было 5 лет, она воспримет это как предательство, и в будущем чувство недоверия к мужчинам и страх предательства будут тесниться в ее душе. Если в этот момент папа нежно любит дочку, заботится, уделяет ей внимание, хвалит и так же хорошо относится к маме — дочурке повезло: среди всех мужчин она бессознательно выберет именно такого! В подростковом возрасте, когда подросток уже понимает, что «родители — это не целый мир», сценарий немного корректируется, шлифуется, однако сильно не меняется.

Второй сенситивный период для формирования сценария — это 13 лет (плюс-минус год), когда появляются первые эротические впечатления. Первое эротическое впечатление накладывается на уже почти сформированный сценарий. Допустим, мама у мальчика была маленькая ростом, худенькая, светленькая, очень «живая», разговорчивая и властная. В 13 лет он влюбляется в учительницу, которая тоже миниатюрна, белокура и энергична и довольно строга с учениками. Вот — готов прототип «мечты его жизни», все его последующие девушки «как под копирку» будут списаны с этого прототипа. Если первая влюбленность (эротическое впечатление) не совпадает с образом мамы, то сценарий мальчика будет гибче, проще говоря, он не будет заикливаться на определенном типаже.

Вариантов отношений между родителями очень много, поэтому сценарии бывают самыми разнообразными,

как и сама жизнь, но все же есть сценарии, которые люди отыгрывают довольно часто, не видя, в чем их проблема. Сценарий может быть очень жестким, и человек проживает свою жизнь, ни на йоту не отклоняясь от сценария, как поезд мчится по рельсам. А может быть мягким, смешанным, содержать какие-то элементы из описанного.

Женские сценарии я назвала по имени героинь известных сказок. В сказках собрана вся мудростью русского народа, некое коллективное бессознательное. Опишу их с примерами. Все это я не раз созерцала, общаясь с клиентами своей Службы знакомств.

Если вы узнаете себя, это уже хорошо! Как говорил один мудрец: **познав себя, ты никогда не останешься таким, какой ты есть!**

Глава 2 Женщина — режиссер судьбы. Сценарии

Снежная королева (холодность, власть)

Теплых и искренних отношений между родителями Снежной королевы не было. Мама деловая и властная, папа — «под каблуком», равнодушный и ведомый. Девочка неосознанно копирует маму, повторяя ее тип отношений с отцом в своей взрослой жизни.

Чувства Снежной королевы как будто заморожены, сама она, как правило, не влюбляется, способна в лучшем случае на стойкую привязанность. Так как чувства спят, разум подсказывает Снежной королеве возможности использования сильного пола. Выбирает мужчин обеспеченных и при этом ведомых (ее стержневость — хороший «поводок»). Пользу-

ется их благами и одновременно реализует свои амбиции и потребность в доминировании. Любит, когда ею мужчины восхищаются, принижая себя. Иногда может выбрать себе изначально непокорного «Кая» и заняться «дрессировкой», это тешит ее самолюбие. Она очень иронична, остра на язык, любит вызывать ревность, относится к своему мужчине не-много свысока. Со временем привязывается сама.



ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Марина не знает, что такое любовь, и из всех поклонников выбирает наиболее преданного и страстно влюбленного. «Он мои волоски по квартире собирает и хранит!» — хвалится она подругам. Сначала его безумной любви хватает на то, чтобы уговорить ее быть его девушкой и жить вместе. Но властная натура Марины, издевки, прямое давление, плохо скрываемые измены постепенно истощают его, он становится «тряпкой», увлекается алкоголем, сильно полнеет. Через восемь лет она его оставляет и пускается в охоту за местными олигархами. В 35 лет, когда уже не так «котируется», приходит на прием к психологу с желанием изменить личную жизнь. И начинать приходится с осознания своего сценарий, написания нового и воплощения его в жизнь.

Красная Шапочка (опасность, искушение)

В детстве у Красной Шапочки либо не было отца, либо отношения между отцом и матерью были очень формальные, в них не чувствовалась любовь, нежность, близость. И суть отношений между мужчиной и женщиной маленькая Красная Шапочка не уловила.

Поэтому уже повзрослевшая девушка искушает мужчин своим порой откровенным поведением, не совсем задумываясь о последствиях. Юная Шапочка очень сексуально одевается, соглашается сесть в машину к незнакомому человеку, пойти в гости попить пива и т. п. И сначала для нее могут

стать неожиданностью «грубые приставания» мужчин. Но со временем такой стиль ее поведения закрепляется и начинает нравиться ей самой.

Свою соблазнительность, непосредственность и откровенность она использует как оружие в отношениях с сильным полом. Некоторых мужчин это «сражает наповал». Опасность будоражит кровь Красной шапочке, и она с удовольствием «играет с огнем».



ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Анечка — миниатюрная, чрезвычайно милая, с большими наивными глазами и звенящим, как колокольчик, голосом. На вид ей лет пятнадцать, но оказывается, что двадцать пять. В наших беседах рассказывает, как пришла в сауну первый раз в уже давно сложившуюся компанию... Сразу же раздевается донага, несмотря на то что все остальные в купальниках. На недвусмысленные взгляды мужчин последовало удивленное: «Но ведь париться в купальнике вредно!» У Анечки серьезная работа, у нее огромное количество поклонников, она буквально купается в их внимании, с ней с удовольствием заводят романы, иногда и просто используют, но вот создать с ней семью почему-то не решаются. Не вяжется образ наивной соблазнительницы с образом матери семейства. Пришлось осваивать еще и остальные ипостаси женственности (Королева, Хозяйка, Любовница). С мужчинами у нее проявлялась только Девочка.

Русалочка (жертвенность, недоступный объект)

Папа у маленькой Русалочки замечательный, умный и харизматичный, но холодный к своей дочери. Всю свою жизнь потом Русалочка решает одну задачу — как добиться любви отца. Выбирает, как правило, мужчину яркого, но недоступного. Подсознательно — это образ отца. Это может быть мужчина женатый, мужчина, не обращающий на нее внимания, или из другого общества (другой национально-

сти, из очень богатой или известной семьи, намного старше и т. п.). Мужчина из «другого мира». Как и принц в сказке из мира людей, а сама героиня — из подводного царства.

И старается всеми силами его завоевать! Идет на любые жертвы, лишь бы быть рядом с любимым. Любимый может снисходительно принимать ее чувства, но не воспринимать ее всерьез, а то и иметь свою Принцессу (как в сказке). Русалочкой пользуются до тех пор, пока это возможно, но в итоге она остается в проигрыше. Русалочка очень сильно переживает, но после того как время залечит ее душевные раны, находит такой же недоступный объект и снова приносит себя в жертву.



ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Ольга в 17 лет встретила мужчину своей мечты — умного, уверенного в себе, с необыкновенным чувством юмора, черноглазого (как папа), но старше на 19 лет, имевшего стабильную семью, реализованного в жизни. Сначала он не обращал внимания на бросавшую на него страстные взгляды Ольгу, ее намеки на чувства, ее желание помочь во всем и всегда, лишь бы оказаться рядом. Но однажды случилось... Такое поведение юной девы мало кого оставит равнодушным. И встречи стали регулярными.

Русалочка Ольга все делала для своего «принца», во всем соглашалась, никогда и не намекала на то, что это положение ее тяготит. Так продолжалось три года. И тут неожиданная беременность. «Как же я могу убить плод нашей любви?» — недоумевала Ольга. И на свет появился сын. Но «принц» вовсе не сошел с ума от счастья, и когда начались проблемы с маленьким ребенком — болезни, трудности с деньгами — ограничился определенной суммой в месяц на сына и ушел из жизни Ольги. В таких случаях мужчины быстро находят еще более молодую любовницу, так как привыкли «питаться» энергией двух женщин. Так и случилось, а Ольга в состоянии депрессии появилась на пороге нашего центра. Избавиться от сценария жертвенной любви трудно, но возможно.

Железная леди (самодостаточность, конкуренция с мужчинами)

В детстве Железную леди воспитывают больше как мальчика, нежели как девочку, возможно, родители мечтали о сыне. В ней возвращают ответственность, силу, стойкость, целеустремленность и совершенно не поощряют эмоциональность и чувствительность. Маленькая Железная леди дружит с мальчишками, играет в войну, лазает по заборам, дерется. Но все равно кто-нибудь позволяет себе снисходительно говорить о ней: «Ну, ты же девочка, что ты можешь, сиди в куклы играй!» Неосознанной движущей силой ее развития становится желание доказать, что она лучше мужчин — умнее и способнее.

Повзрослевшая девочка занимается в разных секциях, учится делать все сама, даже дела, традиционно считающиеся мужскими. Достигает многого. Делает свой бизнес. Романы ее, как правило, заканчиваются неудачно, так как все мужчины рядом с ней оказываются слабаками и теряют ее уважение. Она выполняет свою детскую задачу — доказывает, что она лучше мужчин — умнее, способнее, сильнее, не останавливается в своих достижениях. И чем больше она достигает, тем больше нарастает ее раздражение по поводу мужчин.



ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Вера — руководитель юридической фирмы, приносящей хороший доход. Всего в жизни добилась сама. Была в неудачном браке, муж рядом с ней как-то быстро сник и запил. Сейчас ей сорок два. И в ней наконец-то просыпается женщина, хочется быть слабой, опереться о мужское плечо, гордиться своим мужчиной, а не соревноваться с ним. Но себя и свой стиль жизни изменить уже очень трудно. На словах хочет замуж, но любой кандидат — ей не пара. По жизни остается самодостаточной, и с мужчинами вступает либо просто в сексуальные отношения, либо в лучшем случае —

в «гостевой брак». Но в глубине души не чувствует себя счастливой, иначе не заглянула бы в брачное агентство.

Герда (дружба, спасение)

Из Герд получают самые лучшие жены, добрые, терпеливые, преданные, самоотверженные. Мама у будущей Герды именно такая. Отец, как правило, может быть либо слабым, либо любителем погулять, выпить, либо вечно занятым, т. е. вести себя так, что маме Герды приходится сполна проявлять свое терпение и способность к принятию и прощению. И девочка в будущем копирует поведение мамы. Герды часто рано выходят замуж. Влюбляется чаще всего в парня-ровесника или на несколько лет моложе, который в силу своего возраста еще не способен окружить ее вниманием и заботой, обеспечить материально и предоставить надежный тыл. Парень ценит Герду и отвечает на ее чувства, но отношения держатся в основном за счет постоянства, заботы и терпения девушки, она «вкладывается» в отношения по полной программе (как мама). Ей часто приходится «спасать» своего парня — то вытаскивать из плохой компании, то помогать не провалить сессию, то откачивать после алкогольных возлияний. А иной раз и закрывать глаза на его внимание к другим девушкам. Герда не способна на страстные чувства, ею руководит скорее любовь-дружба и желание иметь семью. Она не ревнива, не капризна, а, наоборот, спокойна и покладиста. Парень чувствует себя с ней, как за каменной стеной и решает, что лучшей жены ему не найти. Такая жена чрезвычайно удобна, ее уважают и благодарят, но чаще всего, к сожалению, не хранят верность.



ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Лена, скромная девочка из хорошей семьи, влюбляется в весельчака и балагура, рокера и мечту всех окрестных девчонок. Всегда рядом, всегда готова помочь, проявля-

ет восхищение своим героем. Но она для него пока одна из многих, ведь он — «звезда». Но тут беда — в гонках на мотоцикле ее «принц» разбивается и попадает в реанимацию. Все поклонницы как-то «рассосались», и только Лена каждый день была у него в больнице. Молодой здоровый организм справился.

И тут парень впервые внимательно заглянул в душу Лене — и увидел там и любовь, и преданность, и внутреннюю силу, и цельность. Сыграли свадьбу. Несколько лет все было замечательно, растет дочь. Но молодая соперница увлекает «принца» такой страстной любовью, какой не умеет любить Лена. И тогда Лена-Герда проявляет недюжинную внутреннюю силу и стойкость — делает все, чтобы спасти отношения, — долго терпит, не устраивает скандалов, заботится, варит вкусные супы, совершенствуется сама и всячески доказывает мужу, что она все-таки лучше. И действительно удерживает мужа возле себя.

Эту историю я услышала от одной из моих клиенток. Да, она удержала мужа, но сама была уже на грани нервного истощения.

Золушка (стремление заслужить любовь)

Сценарий современной Золушки заканчивается не так прекрасно, как в одноименной сказке. Детство Золушки проходит под гнетом жесткой и властной мамы, разведенной достаточно рано, которой девочка (по мнению мамы) мешает выйти замуж повторно. Девчужке недодавалось тепла и ласки, и предъявлялись завышенные требования. Но часто мама все-таки достигает своей заветной цели — оказывается законной женой и рождает еще ребенка. И тут у будущей Золушки возникает тройная и очень трудная задача: искупить свою мнимую вину перед мамой (а дети все очень чувствуют), заслужить любовь отчима, и стать не хуже, а то и лучше их совместного ребенка... В общем, похвалой Золушку награждают только за успехи, заслуги,

смирение и терпение. И основной девиз Золушки — любовь надо заслужить! Золушка, как правило, становится сильной духом, но очень неуверенной в себе — ведь ее не любили такой, какая она есть! И отношения с противоположным полом становятся проблемными.



ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Наташа — дочка властной и жесткой мамы, которая повторно вышла замуж, когда девочке было 5 лет. Ната хорошо училась, все делала по дому, постоянно ждала, что ее оценят. Но похвалы были редкими, а укоры и наказания — частыми. А потом появился братик. Его все любили и баловали, и даже жесткая мама расплывалась в умиленной улыбке. Когда Наташа достигла совершеннолетия, ситуация в семье стала настолько напряженной, что она готова была сбежать куда-нибудь, лишь бы не оставаться в родительском доме. И ей представился выход — замуж, но за не любимого. Так образовалась несчастливая семья. Золушка не любила сама, и ее мужа вскоре это начало раздражать и приносить боль. И в конце концов это разрушило образ девочки, которую он так боготворил. И он нашел другую — уверенную в себе, любящую его и себя.

Аленький Цветочек

В детстве Аленький Цветочек — милая и очень скромная девочка, немного не от мира сего. Может, не хватает любви мамы, которая может быть очень занятой. Больше девочка привязана к отцу. Чаще она самодостаточна, играет и развлекает себя сама. Но вот приходит половое созревание, юность и хочется любви. Но какая она, любовь? Приходят разные фантазии. В голове нет образа любви. Да и ровесники не привлекают. Подсознательная привязанность к отцу делает свое дело. Хочется встретить кого-то необыкновенного, чтобы взял ее без остатка, закрутил, заморозил, чтоб была какая-то чудесная история, чтоб не так, как у всех.

Девочка долго может быть одна, хотя ее ровесницы уже вовсю шепчутся о бурных романах. Но вот в жизни Аленького Цветочка появляется человек, который, с точки зрения ее ровесниц, может быть этим самым «чудищем», т. е. намного старше, или необычной внешности, или нестандартного поведения. Для всех — чудище, а наша героиня видит в нем прекрасного принца. Именно этого и ждало ее сердечко.



ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Когда Лидочке было 9 лет, мама уехала на заработки за границу на 5 лет. Отец впал в депрессию, ударился в работу, недостаток любви мамы и полноценной семьи папа пытался компенсировать дочке игрушками, книжками, нарядами. Девочка была тихая, спокойная, к нарядам и новомодным играм относилась прохладно. А вот читать очень любила. Открыв книгу, девчушка погружалась в мир необыкновенной любви, приключений, фантастических историй, причудливых событий. Когда пришло время влюбляться, первой любовью юной девушки были литературные герои. А еще она была очень жалостливая, иной раз сердце кровью обливалось, глядя на одиночество отца, стремилась быть хозяйкой в доме, навести порядок, уют, готовить вкусные обеды. Долго у девушки не складывались реальные отношения с парнями, да она их просто не замечала.

Первый и единственный роман в ее жизни получился с очень странным, с точки зрения ее окружения, мужчиной. Он был старше ее на 22 года, некрасивый, полный, но обаятельный. Очень начитанный, поездил в свое время по Европе, интересный в общении, но по характеру чрезвычайно своеобразный. Обременен уже черырьюмя детьми от первых двух браков. Но с Лидочкой они буквально оторваться друг от друга не могли, как будто созданы друг для друга. Через 3 месяца подали заявление в загс, и уже 7 лет живут душа в душу. И порой даже их шестилетняя дочь ревнует маму к папе: «Ну, когда же вы наговоритесь-то с друг другом!» А они до сих пор буквально дышать друг без друга не могут. Вот тебе Красавица и Чудовище!