

Мы же, нацеленные общественными стереотипами на то, что отношения всегда должны быть на пике — иначе они нас уже не удовлетворяют, — слишком легко разрываем их как надоевшие, как только накал страстей падает. Мы объясняем это скукой, но на самом деле за этим стоит лень: лень что-то предпринимать, стараться прилагать усилия. Хочется, чтобы все сразу, навсегда и само собой, но так не бывает...

Скука имеет много причин.

- **Идеализация партнера.** Когда романтическая пелена влюбленности спадает, мы обнаруживаем, что рядом с нами человек банальнее и проще, чем мы его себе придумали, — и вот уже не знаем, что делать с этим открытием и с самим партнером.
- **Интересы одного из партнеров вне семьи.** Вся его жизнь (обычно в этой роли выступает мужчина) лежит за пределами дома — весь в работе, погружен в хобби, всего себя отдает друзьям, а для любимого человека ресурсов и времени уже не хватает. Если любимый человек и сам такой же, проблем не возникает, но если он (а чаще — она) больше сосредоточен на семье или других точках приложения сил не имеет, то заняться будет нечем и скука наступит неизбежно.

- **Особенности личности.** Да, все мы разные, и у одного все в руках горит, а второй склонен периодически словно впадать в оцепенение. Обычно это бывает с теми, кому скучно не столько с партнером, сколько с самим собой, кто не имеет интересного, любимого дела, ничем не занят, ничего не любит. Такой человек и сам будет скучать довольно часто (от безделья), и на партнера скуку нагонит — но по отношению к себе самому: с человеком, который мается и не знает, чем заняться, всегда будет тоскливо.

Польза от скуки, тем не менее, есть: она сигнализирует нам, что отношениям необходима «перезагрузка», что нужно найти новые источники впечатлений, постараться заново проанализировать себя самого и партнера, попытаться открыть новые грани друг в друге и найти новые совместные интересы. Иначе брак неминуемо распадется.

Семейный сценарий

Человек нуждается в драматизме жизни и переживаниях: и если на высшем уровне своих достижений он не находит удовлетворения, то сам создает себе драму разрушения.

Эрих Фромм.

«Анатомия человеческой деструктивности»

Порой разводы в семьях совершаются словно под копирку: бабушка или дед, мать или отец, дочь или сын, внучка или внук как будто копируют судьбы друг друга, выбирая похожих партнеров и строя отношения в семье по одному и тому же сценарию. Кто-то выбирает эмоционально холодных, отстраненных людей, кто-то — ревнивых и темпераментных, кто-то — инфантильных и нуждающихся в заботе. Все эти персонажи обычно смутно напоминают кого-то из старших членов семьи и привлекаются в жизнь по причине действия неосознаваемого семейного сценария — определенной стратегии поведения в различных ситуациях, которая складывается в подсознании еще в детстве в результате взаимодействия с родителями и на основании отношений в семье.

Например, тяжело пережившая развод родителей девочка, выросшая, неосознанно ведет себя так, словно приняла решение никогда не вступать в близкие отношения, чтобы снова не переживать боль утраты. Человек, выросший в семье, где родители постоянно и тяжело конфликтовали друг с другом, применяет эту модель к собственной жизни, считая ее нормальной, либо избегает брака вообще, чтобы исключить переживание подобного. В рамках сценария укладываются и примеры многолетней семейной вражды, передающейся из поколения в поколение, и примеры выбора партнеров, похожих друг на друга если не внешне, то стилем поведения.

Интересно, что для того, чтобы сформировался устойчивый сценарий, нам не обязательно переживать в детстве что-то драматическое: к примеру, если отец был для женщины образцом, все остальные мужчины будут сравниваться с ним (и сравнение это почти всегда будет не в их пользу, приводя к разочарованиям).