

detkityumen.ru

Наблюдения эксперта по разводам: 7 правил крепкого брака

Вы даже не представляете себе, сколько интересных наблюдений из жизни пар может сделать хороший специалист по разводам. Разумеется, спасти тонущие семейные лодки не входит в его обязанности. Но это не мешает ему делать заметки на полях в процессе разбора очередного конфликта. Джорджина Хэмблин — один из лучших специалистов по разводам, — согласилась рассказать чему она научилась у своих клиентов за годы практики.

Оставляйте время на свои мечты

Одна из главных составляющих гармоничных отношений — возможность независимо от супруга заниматься тем, что доставляет вам удовольствие. Например, хобби. "Когда я была в декретном отпуске, то в какой-то момент начала чувствовать, как на меня давят стены. Мне нужно было вернуться к работе, найти по-настоящему увлекающее занятие. Вам не следует ждать, что партнер удовлетворит все ваши потребности. Пары, которым удается создать гармонию — это те, у кого есть жизнь за пределами своего дома", — говорит Джорджина.

Выбирайте супруга, который поддерживает ваши амбиции

Современные женщины все чаще оказываются добытчицами, и это может быть проблемой в их отношениях. "У меня был клиент, который не мог принять успешную карьеру своей жены. Я называю таких „супруг суперженщины“. По его словам, жена могла делать все, что ей заблагорассудится, и в его интерпретации это выглядело довольно эгоистично. Убедитесь, что человек, с которым вы строите отношения, понимает и принимает ваши карьерные устремления. Спросите себя, готовы ли вы сделать то же самое для него. С самого начала откровенно говорите о том, какими вы видите слаженные отношения в контексте ваших амбиций".

Верьте в себя

Многие женщины боятся разводов, потому им кажется, что они не справятся со своей одинокой самостоятельной жизнью. И напрасно. Контроль над своей жизнью — это большие возможности. "Одна из моих клиенток была в ужасе даже от одной мысли, что она может остаться без влиятельного и успешного мужа. Но после развода она сама купила дом, у нее появился собственный источник дохода, ей удалось начать жить для себя. Поразительно наблюдать, как женщины начинают жить собственной жизнью, особенно если ранее они состояли в токсичных отношениях".

Инвестируйте в отношения

В наши дни женщина вполне может оказаться в роли основного добытчика семьи. И это не проблема лени второй половины. Это реальность, в которой мы живем. Жена может быть фул-тайм менеджером, стремительно делающим карьеру, а муж работать на удалении и присматривать за детьми (и это будет его вклад в семью). "Среди моих клиентов была пара, в которой жена работала по 12 часов в день, в то время как ее супруг занимался малым бизнесом. Этот случай напомнил мне мой собственный урок жизни, который стоил мне семьи: очень важно постоянно помнить, что в семье никто не должен чувствовать себя малозначительным. Даже если вы уверены, что ваша работа в разы важнее того, что делает ваш супруг, это не значит, что ваши проблемы и заботы приоритетнее его".

Чините крышу, пока светит солнце

"Когда я злюсь на какие-то поступки моего мужа, сразу говорю себе эти слова, чтобы привести в порядок свои мысли. Честно говорить о неприятных вещах, пока вы еще любите друг друга — один из ключевых уроков в отношениях для меня. В моей практике многие женщины, зная об изменах мужа, стараются не замечать этого. Это происходит снова, когда разговор все-таки происходит, муж обещает, что подобное не повторится, а потом наступает момент, когда женщина узнает, что любовница мужа забеременела. Так что, столкнувшись с неприятной ситуацией, посмотрите трудностям в лицо прежде, чем все выйдет из-под контроля. Но при этом будьте также готовы прощать и забывать ошибки партнера, а не использовать их в качестве оружия в спорах в будущем".

С осторожностью принимать трудные решения

"Легко уничтожить все, когда эмоции зашкаливают, но счастливы те люди, которые стараются соответствовать собственным высоким стандартам. Одна из моих клиенток согласилась на меньшее со стороны мужа при разводе, как в плане обеспечения детей, так и жилья. И она была уверена в том, что сделала все правильно и для детей, и для себя. Это была настоящая добропорядочность. Также в моей практике были мужья, которые испытывали сильное чувство вины из-за решения оставить супругу, поэтому в качестве компенсации отдавали больше, чем бы им хотелось. Необходимо думать о последствиях каждого решения".

Не бояться брачного контракта

"Некоторые считают брачные контракты неромантичными, но если вы займетесь финансовым планированием в то время, когда влюблены и счастливы, вам легче составить справедливое соглашение. Когда происходит разрыв, супруги нередко обналичивают кредитные карты или оставляют пустым общий банковский счет. Брак — один из самых важных контрактов, которые вы заключаете в своей жизни, поэтому не заключайте его вслепую. Создайте „запасной фонд“ денежных средств, если отношения пойдут не по плану. Это создает здоровый баланс сил в отношениях".

А еще: 5 правил "счастливого развода" от юриста Сары Лэнгфорд:

Будьте честны в своих мотивах

Если вы собираетесь подать в суд только ради того, чтобы насолить бывшему супругу, лучше потратить время и деньги на сеансы психотерапии. Разобраться со своим гневом, чувством злости и тщательно обдумать, как перестроить свою жизнь. Покидая кабинет психотерапевта, вы будете чувствовать себя счастливее, чем в зале суда.

Обратитесь к специалисту

Разводом можно заниматься самостоятельно, но обращаясь к посреднику, вы сэкономите массу времени и энергии. Обратитесь к адвокату для урегулирования спорных вопросов.

Внимательно слушайте своего адвоката

Хороший юрист будет говорить не только то, что вы хотите слышать. Суд может оказаться лотереей, и работа юриста — не допустить этого. Доверяйте адвокату и прислушайтесь к его рекомендациям, например, потребовать немного меньше или предложить чуть больше. Юрист всегда на вашей стороне.

Трезво оценивайте ситуацию

Если бывший супруг сразу же отказался от вашего справедливого предложения, суд может учесть это и взыскать с него большую часть ваших судебных расходов. Поэтому довольно важно выдвинуть разумные и обоснованные аргументы.

Разводитеесь с достоинством

Постарайтесь проявить особую деликатность в отношении детей. Они — половинки вас и вашего бывшего партнера. Открытая критика экс-супруга в присутствии детей может заставить их почувствовать, что какая-то часть их не слишком хороша. Сделайте вдох, прикусите язык и начните новую жизнь.

Фото: Getty Images

Эва Залина <https://www.marieclaire.ru/>

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category144/category147/5407/