

**Отрывок из книги «Что мы говорим на самом деле»
(по фильму «Возлюбленные»)**

Кадр 4. Тайнство первой встречи (позитивный вариант)



Кадр из к/ф «Возлюбленные», США, 2014 г., реж. Чарли Макдауэлл

В домике для гостей Итон и Софи по очереди встречают своих «идеальных» партнеров. Мы подробно рассмотрим, что происходит с каждым из них на внутреннем уровне во время этих встреч.

Первой с «идеальным» партнером встречается Софи. Для нее эта встреча была непривычной и неожиданной. Потому что за годы брака с Итоном у них сложилась совсем другая модель поведения. Мы могли наблюдать ее, когда они только приехали в это место. Итон и Софи, каждый сам по себе, бродили по территории, исследовали пространство. Они не делились впечатлениями и мыслями друг с другом, ничего не обсуждали. Только к ужину они оказались вместе. И тогда понадобился «третий» (сначала алкоголь, а потом травка), чтобы им было весело.

На встрече с Итоном-2 все было по-другому. Они немного поговорили, потом был секс, а затем игра «поймай виноградинку». И вроде ничего особенного не произошло, но позже, когда они с Итоном соберутся уехать из этого странного места, Софи захочет остаться. Что же такого произошло на этой встрече, что заставило ее так желать возвращения? Ответ кроется в понимании глубинного смысла коммуникации Софи и Итона-2. На этот раз глубинный смысл большей частью содержался не в словах, а в действиях. Софи за время общения с Итоном-2 получила:

- Легкого, улыбающегося мужа, спокойно реагирующего на любые ее слова (в противоположность часто угрюмому Итону).
- Подтверждение, что она желанна, как сексуальный партнер. Секс – важная часть партнерских отношений, и каждому в паре важно знать, что он сексуально привлекателен для партнера.
- Много тактильности – он периодически касался ее, обнимал, целовал. Это тоже очень важно для отношений. Отто Кернберг, знаменитый психоаналитик, изучавший в том числе и сексуальность в браке, говорил, что сексуальная жизнь партнеров – это не только непосредственно половой

акт. Сексуальная жизнь – это еще и касания, поглаживания, обнимания и другая тактильность, которая присутствует в повседневной жизни. Наличие такой тактильности говорит партнеру: «Ты для меня привлекателен, мне приятно тебя касаться, мне нравится твое тело».

- Возможность игры. Это необходимая часть взрослых отношений, которой часто не придают значения, или даже совсем исключают. Возможность игры открывает доступ к внутреннему ребенку, а внутренний ребенок дает возможность чувствовать радость и восторг, быть собой, быть свободным и непосредственным.
- Включенность. На протяжении их встречи Итон-2 ни разу не отвлекся, он все время был в контакте с Софи. Они все делали вместе. Это редкость для отношений. Как правило, со временем, а иногда уже с самого начала, партнеров больше привлекают соцсети, телевизор, компьютерные игры или другие способы избегания контакта. А включенность партнера очень важна, она тоже передает смысл, несет скрытое послание: «Ты мне важен, мне с тобой интересно, мне нравится тебя слушать, говорить и проводить время с тобой».
- Еще один важный нюанс - на этой встрече он был без очков. Незадолго до этого Софи говорила Итону, что ей нравится, когда он без очков. Итон послушал, кивнул и одел очки. А Итон-2 послушал, принял к сведению и снял очки. Этим он «сказал» ей: «Я тебе слышу и принимаю к сведению твои слова. Я готов немного себя изменить, чтобы тебе было еще приятнее находиться рядом со мной».

Если обобщить все вышеперечисленное, то она получила послание: «Ты интересна и привлекательна для меня, как женщина и как собеседник. Мне нравится быть рядом с тобой. Ты настолько важна для меня, что я готов учитывать твои пожелания».

Это невероятно притягательные послания, создающие тот контакт, к которому хочется возвращаться.

Кадр 5. Таинство первой встречи (негативный вариант)



Кадр из к/ф «Возлюбленные», США, 2014 г., реж. Чарли Макдауэлл

А теперь разберем встречу Итона с его «идеальной» партнершей.

На первый взгляд может показаться, что вполне себе хорошая жена – улыбается, не спорит, жарит его любимый бекон, избегает споров и конфликтов. Но почему-то к концу диалога с ней Итон разозлился. Попробуем разобраться, почему. А для этого посмотрим на глубинный смысл ответов Софи-2 на его слова.

Их диалог начался с того, что Итон пытался обсудить их странную ссору, произошедшую накануне вечером. И наткнулся на то, что Софи-2 все время соглашается с ним, а когда ей нужно сделать выбор из двух предложенных вариантов, она уходит от ответа, не включается в диалог так, как бы ему хотелось. Мы видим, что он начинает обсуждать эту тему достаточно оживленно, она ему интересна, он хочет услышать ее мнение по поводу вчерашней ситуации. Но оказывается, что мнения у Софи-2 нет, или она не хочет его высказывать. Итону это не нравится, он начинает злиться. И тогда Софи-2 спрашивает: «Ты в порядке?» Давая этим понять, что проявлять такие эмоции может только человек, с которым что-то не так, который не в порядке. После этого она, не отвечая на его слова, предлагает ему наполнить желудок. Здесь она использует привычную многим стратегию ухода от нежелательных обсуждений – меняет тему. Итон признается: «Ты меня пугаешь».

Итон провел с Софи-2 совсем немного времени, но этого было достаточно, чтобы он испугался. На внешнем уровне он получил улыбающуюся жену, неконфликтную, стремящуюся угодить. Но если посмотреть глубже, то и на внешнем уровне он получил так же:

- Отсутствие нормальных разговоров и обсуждений. Ее реплики были короткими и не несущими никакого смысла.
- Отсутствие тактильности. Софи-2 ни разу к нему не прикоснулась, не обняла, не поцеловала.
- Отсутствие включенности. Она не смотрела на него внимательно и с интересом, когда он говорил. Большую часть времени она стояла к нему спиной. Это невербальная коммуникация, показывающая направление фокуса внимания. Она больше была включена в бекон, чем в Итона.
- Пассивную агрессию, выраженную в негативной оценке Итона – она усомнилась, что с ним все в порядке.

И на внутреннем:

- Отсутствие интереса к тому, что с ним происходит, о чем он думает, о чем он хочет поговорить.
- Отсутствие искренности и открытости в общении. Софи-2 была в маске, скрывающей ее истинные чувства.

Глубинные послания Софи-2 такие: «Мне неинтересны темы, которые ты предлагаешь. Я не собираюсь погружаться в твои чувства и мысли, я буду избегать обсуждения отношений. Некоторые твои проявления ненормальны. Если мне что-то не понравится в твоих словах, я буду выдавать это за твою патологию».

Первую встречу героев фильма с идеальным образом их партнера мы можем рассматривать как метафору первой встречи в принципе. Именно на первой встрече чаще всего принимается решение: «Хочу ли я дальше узнавать этого человека?» Первая встреча часто является определяющей, есть ли шанс у этих отношений.

Когда мужчина и женщина встречаются первый раз, конечно, многое они замечают сознательно, а многое замечается, но остается на бессознательном уровне. И бывает так, что человек вроде хороший, ничего плохого на встрече не говорил, вел себя культурно, а встречаться еще раз с ним не хочется. А бывает, что ничего в человеке особенного, а к нему тянет. Я здесь упустил вопрос о травмах, которыми мы притягиваемся в том числе, про это есть другие книги. Я остановлюсь только на скрытой коммуникации, на том, что мы транслируем через подтекст своих слов и действий. Так вот, если на уровне подтекстов потенциальный партнер на первой встрече передал много позитивной информации, то с этим человеком обязательно захочется встретиться еще раз.

Современные мужчины и женщины не избалованы чутким, уважительным отношением. Потребность в принятии, в том, чтобы быть увиденным, услышанным, понятым, потребность в уважении и безоценочности, в эмоциональной безопасности – ярко выражены практически у всех наших соотечественников. Отношение, закрывающее эти потребности – большая редкость. И, конечно, когда встречается человек, который все это дает, он становится очень ценным партнером.

Так случилось и с нашими героями. Софи после первой встречи с двойником Итона захотела встретиться с ним еще раз, а Итон – нет.