

Что делать, когда вы и партнёр очень разные?

Несовпадение темпераментов в паре.
Лёд и пламя. Домосед и душа компании.
Экстраверт и интроверт.

Есть пары, которые устроены именно по такому комплементарному свойству:
«Ты — мелодия, я — баян, Ты — Роксана, я — твой Бабаян».

*Есть ли будущее у таких пар?
И куда девать все эти вечные несовпадения?*

Как-то ко мне обратилась клиентка: современная, красивая, энергичная девушка. Среди прочего она сетовала, что у неё с женихом совершенно разный ритм жизни.

Он неделями выбирает шкаф в их комнату.
Ясно же, что это должен быть самый лучший шкаф, продуманный до мелочей.
Именно поэтому он так долго его выбирает.

Тем временем она неделями складывает вещи в коробку на полу.
И когда, наконец, он покупает шкаф, она ненавидит шкаф-тему и дотошность жениха. Покупка не в радость.

*Это несовпадение темпераментов?
— Да, похоже.
Можно ли с этим что-то сделать?
— И да, и нет.*

Нет: в том смысле, что он так и останется педантом, а она «зажигалкой».
Потому они, возможно, и выбрали друг друга, чтобы опираться друг в друге на то, что «проседает» у себя.

- Он — ощутить спонтанность, легкость и фонтан жизни.
- Она — стабильность, основательность, защищённость.

Ломать другого под себя или ломаться самому — так себе вариант.

В долгу он не сработает, и счастья не принесёт.

Что же можно изменить?

Выход подсказала сама клиентка.

Продолжая перечислять их с женихом несовпадения, она привела ещё один пример:

— Вот, мы вчера вместе готовили мясо, и я чуть не умерла от скуки.

Тщательно, долго, точь-в-точь по рецепту. За эти два часа я бы уже пять разных блюд состряпала и ещё бы с собакой погуляла и шторы подшила.

— Пять блюд, говоришь. А что это могло быть? Что за блюда, которые ты могла бы делать в то же время, но на свой лад и в своём темпе?

Задумалась. А потом аж просияла.

— А ведь точно. Я могу приготовить 10 разных соусов к этому мясу. И каждый соус придаст мясу свой особенный вкус.

— А он?

— Да, пусть творит со своим мясом что хочет.

Если у вас разный темперамент, самое лучшее, что можно сделать, — это разделять обязанности.

Делегировать каждому то, что получается у него лучше.

Играть на преимуществах друг друга, и не пытаться исправить «недостатки».

Такой подход «убивает сразу двух зайцев», потому что:

✓ Во-первых, то, что одному недостаток, другому — ценность.

А значит, нет правильного ответа на вопрос, кто из вас лучше.

✓ Во-вторых, темперамент — это тип нервной системы, с ним мало что можно сделать.

А значит, она так и останется навсегда стремительной и возбудимой.

А он — медлительным и рациональным.

Да, есть пары, которые устроены именно так: взаимодополнительно.

И это, первое время — ух, какой непростой вариант.
Потому что принимать инаковость другого — это сложно. Очень.

Но это пары с огромным потенциалом.
Потому что вместе они могут в два раза больше, чем
каждый сам по себе.

С заботой,
Лиана Ланда, семейный психолог, гештальт-терапевт