**Супружеские игры. Реальный женский страх под оболочкой мужского деспотизма**

Почему замужняя женщина может считать себя несчастной? Как вариант, она чувствует себя ущемлённой в правах и нереализованной в социальной сфере. При этом она уверена, что вся вина за это лежит на собственном муже: ведь это он ограничивает её и мешает претворять в жизнь желаемое. Она постоянно жалуется, поэтому выглядит в глазах окружающих жертвой, а мужа выставляет тираном. Но что же в действительности мешает этой женщине стать той, которой, по её собственным словам, она хочет быть? Неужели её муж, которого она нарекла деспотом? Ответ на этот вопрос также прост, как и не очевиден. Ей мешает «игра».

**Игра**

Что за игра, спросите вы? Назовём её условно – «Я всё могу, но меня постоянно ограничивают». В классификации игр Э. Берна она именуется - «Если бы не ты». В ней два игрока: муж, в роли преследователя; и жена в амплуа жертвы. Суть игры состоит в том, что супруга всё время жалуется всем окружающим на своего мужа за то, что он её во всём ограничивает. Не позволяет, например, иметь какое-то хобби (пение, танцы, театральное мастерство) или запрещает работать. Она же, со своей стороны, опять же на словах, готова и очень даже хочет всем этим заниматься. Но…

Но муж деспот и ничего не поделаешь. Приходится повиноваться ему. А попутно изображать из себя жертву и перекладывать всю ответственность за отсутствие каких-либо действий со своей стороны, на плечи мужа. Ведь это он во всём виноват, не правда?!

**Что скрывается за «игрой»**

Истина же состоит в том, что она специально, хотя и неосознанно, выбрала себе в мужья деспота. Сделала она это как раз для того, чтобы он её дискриминировал, и у неё было «легальное» оправдание своему же бездействию. Да, по факту муж её ограничивает, но он не вредит ей, а оказывает огромную услугу. Своими запретами он оберегает её от чувства страха и неуверенности, которые непременно возникли бы, начни она работать или посвящать время тому хобби, в котором нужно взаимодействовать с социумом.

Такой поворот может немало удивить, но проверить его крайне легко. Для этого мужу всего лишь нужно сказать жене – «да», вместо ограничивающего «нет», и тогда наружу выйдут все её страхи: она обнаружит, что боится заниматься всем тем, чем так, якобы, хотела. И снова станет бездействовать, но винить в этом уже будет некого, кроме себя самой.

**Цель**

Так для чего же она играет? Для того, чтобы поддержать мнимое состояние уверенности в себе, так как в реальности она в себе не уверена и испытывает невротические страхи. В процессе игры она избегает пугающих для себя ситуаций, и у неё появляется иллюзия уверенной личности.

**Вознаграждение**

Также она может играть для того, чтобы упорядочить семейную жизнь. Сходство интересов не было критерием при выборе спутника, поэтому говорить супругам не о чем. А говорить нужно: поэтому жалобы и обвинения, приводящие к ссоре, как раз могут служить «прекрасным» способом общения.

Есть в этой игре и мазохистское вознаграждение. Во время семейных ссор жена чувствует себя униженной, и именно это унижение провоцирует у неё сексуальное возбуждение. Спросите почему? Да потому, что есть детская травма, связанная либо со страхом быть изнасилованной, либо с самим изнасилованием, как таковым.

Ещё один бонус - это переход игры в развлечение с подругами на тему: «мой муж деспот, он меня во всём ограничивает». Подруги выбираются по сходному принципу – тоже с мужьями тиранами и кучей нереализованных намерений. Когда они собираются в кафе или в каком-либо другом месте, то обсуждают деспотизм мужей и жалуются на ограничение свобод. При этом дружат они только с себе подобными. Если в их компании появится женщина, довольная своим мужем, то надолго она не задержится, ведь она рушит их гомеостаз, их систему.

**Выход**

Игра «Если бы не ты» - дисфункциональна по своей сути, то есть разрушительна. Она, как и любая подобная игра, препятствует подлинной супружеской близости. А именно близость и есть цель взаимоотношений. Хорошая новость – игру можно прекратить. Как это сделать? Для начала понять что это игра, а потом отказаться от своей роли, как например. Или обратиться за помощью к специалисту психологу. Безусловно, придётся столкнуться с сопротивлением со стороны партнёрши, а ей самой с собственными страхами. И вообще, есть вероятность того, что без игры ваш брак распадётся. Но поверьте, это лучше, чем всю жизнь играть в «игры». Хотя бы будет возможность встретить человека, с которым подлинная близость будет чем-то очень реальным.

Контакты: **https://www.weblancer.net/users/tomilova\_natalya/**