

**Барьеры, возникающие в
браке
Генри Райенга**

Стены, относящиеся к духовной сфере:

- Время
- Приоритеты
- Баланс

Эмоциональные стены:

- Женщинам стоит молиться Богу о помощи, чтобы научиться правильно выражать эмоции.
- Сильные эмоции должны сначала идти к Богу, а затем, когда будут наполнены Божьей любовью, их можно передать и мужу. Пусть любовь к Богу ведёт Вас к познанию Христа и к правильным взаимоотношениям с мужем.
- Научитесь правильно рассказывать своему мужу о том, что Вы чувствуете и переживаете.
- Научитесь правильно заботиться о себе (важно вовремя отдохнуть и поспать).

Эмоциональные стены:

С одной стороны - мужчины часто скрывают свои эмоции и не выражают их.

С другой стороны - женщины позволяют эмоциям контролировать себя и своих мужей.

Эмоциональные стены:

- Мужчинам стоит молиться Богу о помощи, чтобы научиться правильно выражать эмоции.
- Старайтесь не реагировать чрезмерно на эмоции вашей супруги.
- Просто выслушайте свою жену. Не пытайтесь сразу же исправить ситуацию.
- Попросите жену помочь Вам выражать свои чувства более разнообразно.
- Больше, чем ... хорошо, плохо и «ну ладно».

Эмоциональные Стены:

- Из-за неудачи в предыдущих отношениях я сейчас не могу доверять мужчинам.
- Боль, причинённая родителями.
- Боль, причинённая детьми.

Барьеры в сексуальных отношениях:

- Неправильное понимание мешает здоровым сексуальным отношениям.
- Излишний стыд.
- Порнография.
- Сексуальное насилие, произошедшее в прошлом.

Барьеры в сексуальных отношениях

Что вызывает ложный стыд у мужчин?

«Мать вашего мужа могла сказать или сделать то, что вызывало у вашего мужа чувство стыда, и потому он мог научиться скрывать свою сексуальность от своей матери. А сейчас, будучи вашим мужем, он может скрывать глубину или частоту своих сексуальных желаний. Он может поступать так, поскольку думает, что все женщины одинаковы, и что Вы будете высмеивать или стыдить его за сексуальные желания».

(доктор Кевин Леман, книга «Стараясь понять мужчин, находящихся рядом с Вами»)

Барьеры в сексуальных отношениях:

Что вызывает ложный стыд у женщин?

- Ложные мысли о том, что сексуальные отношения – это что-то низменное и грязное. Поэтому мой муж извращен.
- Из-за проблем, возникающих в результате насилия, произошедшего в прошлом, секс кажется эмоционально болезненным.

Барьеры в сексуальных отношениях:

Что допустимо на брачном ложе?

- Это решение должно быть принято самими супругами. Это то, что приемлемо для Вас обоих.
- Библия не осуждает сексуальное творчество и фантазии.
- Оскорбительные формы сексуального выражения, притеснение и надругательство должны быть исключены.
- Сексуальные отношения предназначены исключительно для брака, для мужа и жены.

Обзор языков любви

1. Слова ободрения
2. Время
3. Подарки
4. Помощь
5. Физический контакт

(Герри Чепмен, книга «Пять языков любви: Как выразить любовь Вашему спутнику»)