



Каковы основные причины и признаки того, что жена изменяет? В браке живем 17 лет, раньше было вроде бы все ничего, а сейчас чувствую, что ведет себя по-другому.

Павел, 41 год, Новосибирск

# Точка невозврата

## КАК УЗНАТЬ, ИЗМЕНЯЕТ ЛИ ТЕБЕ ПАРТНЕР, И НУЖНО ЛИ ВАМ ЭТО?



**Отвечает Евгений СЯПИН,**  
психолог, больница Центросоюза РФ,  
компания «Мужской консалтинг»

– Когда я слышу вопрос от своих друзей, знакомых и клиентов: «Как узнать, изменяет ли мне жена?», в ответ всегда спрашиваю: «А зачем вам эта информация? Ну будете вы знать, что жена изменяет, сразу побежите разводиться, делить детей и жилплощадь?» Многие на меня смотрят с недоумением и как-то скромно переходят на другую тему. Больше скажу, что, если мужик интересуется, изменяет ли ему жена, это говорит о его страхе за жизнь, о глубоких ранах от страха одиночества и отвергнутости. У мужчин специфическая психология: нам изменять можно, а вот женщинам

ни в коем случае. По роду своей профессии я часто слышу подобный вопрос и от женщин. До работы психологом я искренне считал, что только мужчина «ходит налево» от жены, но в процессе общения выяснилось, что 90% женщин хоть раз в жизни изменяли мужьям и партнерам.

Мой практический опыт показывает, что, когда мужчина до 30–40 лет узнает, что жена изменяет, он решительно настроен на развод. Но с возрастом мужчины становятся инфантильными и ленивыми, не имеющими денег на приобретение своего жилья. Вот и продолжают мучиться с «родными», но нелюбимыми женами. Отсюда алкоголизм, болезни, депрессия, внутренняя пустота. Главный вопрос, на который вы должны честно себе ответить: «Зачем мне нужно это знание? Для чего? Чтобы что?» Например, вы изменяете своей жене и для вас это вполне нормальное явление. И знаете, что дело только в вас, в вашем внутреннем состоянии и меняться надо только вам. А теперь попробуйте эту же фразу применить к жене. Измена – это болезненное состояние души, так как

человек изменяет прежде всего своим мыслям, своим установкам, воспитанию. Любое недопонимание, обиду, ревность можно решить осознанным диалогом, поэтому не стоит мучить друг друга претензиями и недосказанностью, а просто надо честно поговорить глаза в глаза, обосновывая свои претензии. И вы обязательно увидите, почувствуете ложь или, наоборот, искренность и непонимание ваших наездов. Но приготовьтесь и к тому, что такой же вопрос может «прилететь» и в ваш адрес.

Если же вам сложно общаться, что называется, с «первоисточником» вживую, то просто присмотритесь. Задуматься стоит, если у вашего партнера/партнерши:

- появились новые слова, выражения, фразы и т.д.;
- появились новые желания и потребности;
- неформальные, завуалированные разговоры по телефону, переписка и т.д.;
- новая одежда, смена имиджа, взгляд, запах;
- замкнутость, отчужденность и т.д.;
- изменилось отношение лично к вам;
- в сексе появились другие ощущения.

### Бывает и так!

У меня есть знакомый, который живет в браке более 20 лет и у которого есть видеозапись измены жены, сделанная 10 лет назад. Жена не знает об этой записи или делает вид, что не знает.

А он испытывает кайф от того, что у него есть компромат. Он давно хочет развестись и держит эту запись как «убийственное» доказательство для суда, чтобы отсудить квартиру. Вы скажете, что это клиника, и будете правы: садо-мазо у многих мужчин по природе сильно развито.

