Отвечает: Инна Белоножко

Инна пишет: *"Приветствую Вас! Я родила и у меня немножко прибавился вес, у меня начались проблемы с мужем, я пытаюсь ухаживать за собой, всегда одета красиво и все в доме убрано, сварено, но ему не нравится, что немножко располнело мое тело, что мне делать, пожалуйста, подскажите, я хочу сохранить семью, я плачу часто, у меня просто истерика начинается, я не знаю, что делать. Муж тоже верующий, член церкви. Жду вашего ответа* ".

Мир Вам, Инна!

Да, ситуация непростая. Для начала, прошу Вас, - успокойтесь, пожалуйста. Слезы только усугубляют Вашу психологическую нагрузку.

Согласно многочисленым исследованиям, привлекательность женщины гораздо меньше зависит от веса, чем от проявления холодности при общении. Поэтому, я бы даже рискнула предположить, что дело - не в весе. Вспомните Ваш с мужем период ухаживания. Сколько энергии, сколько нежности и внимания! Как радостно смотреть друг на друга, что-то делать вместе! И хочется быть привлекательной всегда!

Что происходит после замужества? Меняется поведенческая программа. Можно уже и не улыбнуться лишний раз, и поворчать, и не обнять, и не сказать доброе слово, и не удивлять идеями и сюрпризами. Понимаете, о чем я?

А может быть, Ваш вес волнует Вас больше, чем Вашего мужа? Не навязали ли Вы случайно ему сами эту проблему, вслух недовольно выражаясь при нем о своей фигуре?

Похудеть в общем-то, не сложно. Но не в условиях постоянных стрессов. Здесь нужна обстановка душевного комфорта. А значит требуется спокойная, доброжелательная атмосфера в семье. Лучше отставить прочь истерику и учится любить и понимать своего

супруга, не критиковать его и не цепляться по мелочам, помогать ему, относиться с нежностью. Уметь слушать и поддержать. Таким образом Вы разберетесь в истинной причине недовольства мужа. И эта причина исчезнет.

Молитесь вместе с супругом. Открывайте Небесному Отцу ваши тревоги. Господь обязательно подскажет, как решать сложные ситуации. Только Вы слушайте и поступайте так.

Благословений и радости!

С уважением,

Инна