

# Критерии выбора партнера по Н.Н. Наричыну



# Николай Николаевич Нарицын

Российский психотерапевт, автор ряда научно-популярных книг по психологии.

В 1976 году закончил Калининский государственный мединститут.

В 1986 году читал курс психиатрии и наркологии в медицинском училище № 16.

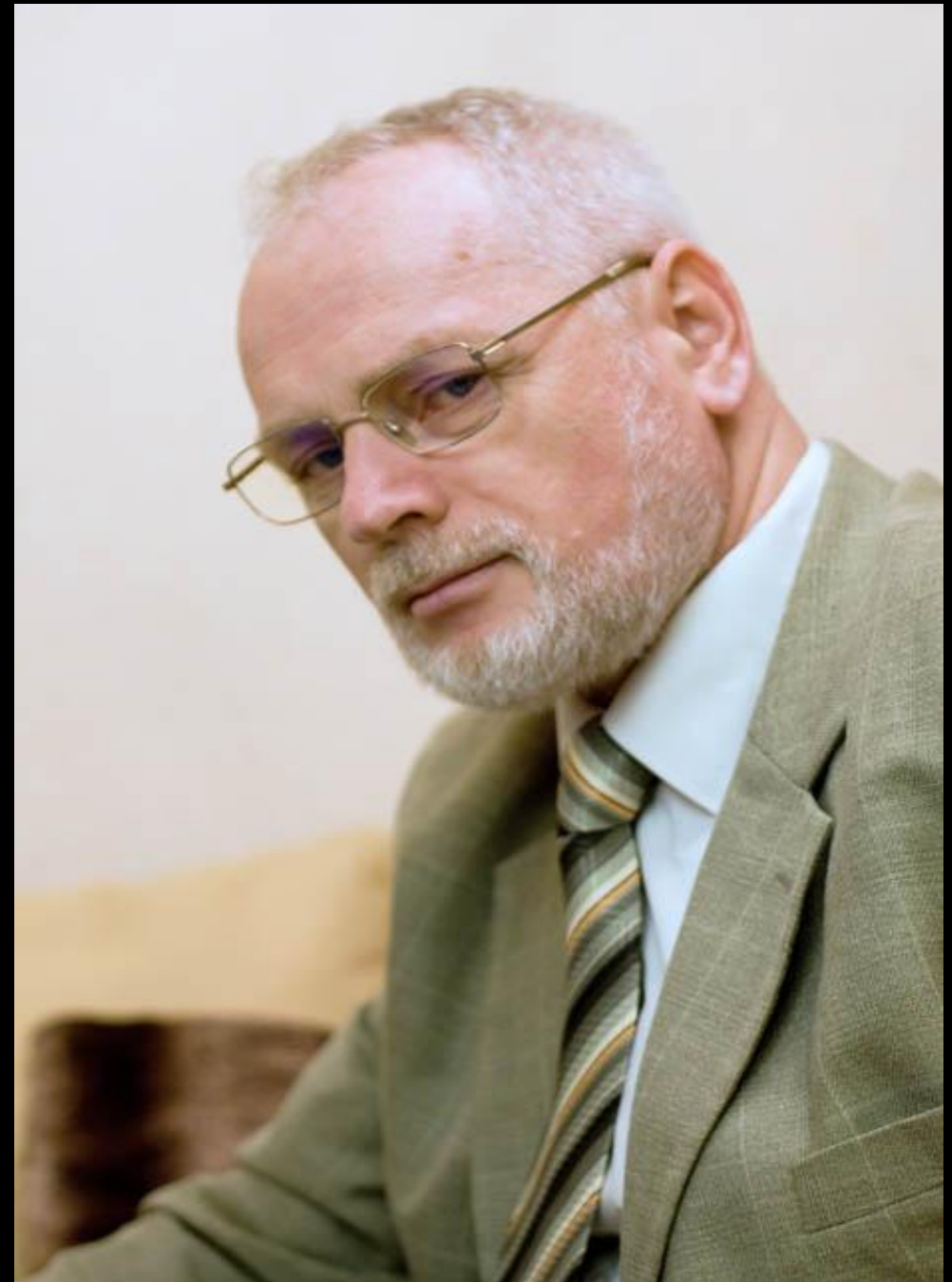
В 1990 году работал психотерапевтом в Московском центре клинической психотерапии и психологической помощи.

С 1992 года — частнопрактикующий психотерапевт. С 1998 года — член [Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги](#).

С 2003 года — член [Европейской психотерапевтической ассоциации](#).

С 2005 года — член [Русского психоаналитического общества](#).  
Имеет сертификат [Всемирного совета психотерапии](#).

Кроме того, он поддерживает информационный сайт по вопросам психотерапии, ведёт удалённое групповое консультирование и обучение.



Определяющее  
чувство при любом  
знакомстве – чувство  
эмпатии

то есть ваше  
внутренне ощущение  
того, что вот с этим  
человеком вы бы не  
стали избегать  
общения. А дальше  
уже идет  
конкретизация целей  
знакомства: деловое  
партнерство,  
сексуальные  
отношения,  
дружба



Иногда при выборе партнера, а особенно будущего супруга, мы откровенно сравниваем человека с собой.

И если новый знакомый для вас слишком умен, слишком богат, слишком красив, слишком хорошо одет, слишком известен – часто вы отдаляетесь от него, даже если он вам и понравился.



1) Родительский  
сценарий:

Избранник похож  
либо на родителя,  
либо на тот образ,  
который был  
внушен вам  
родителями как  
идеальный супруг.



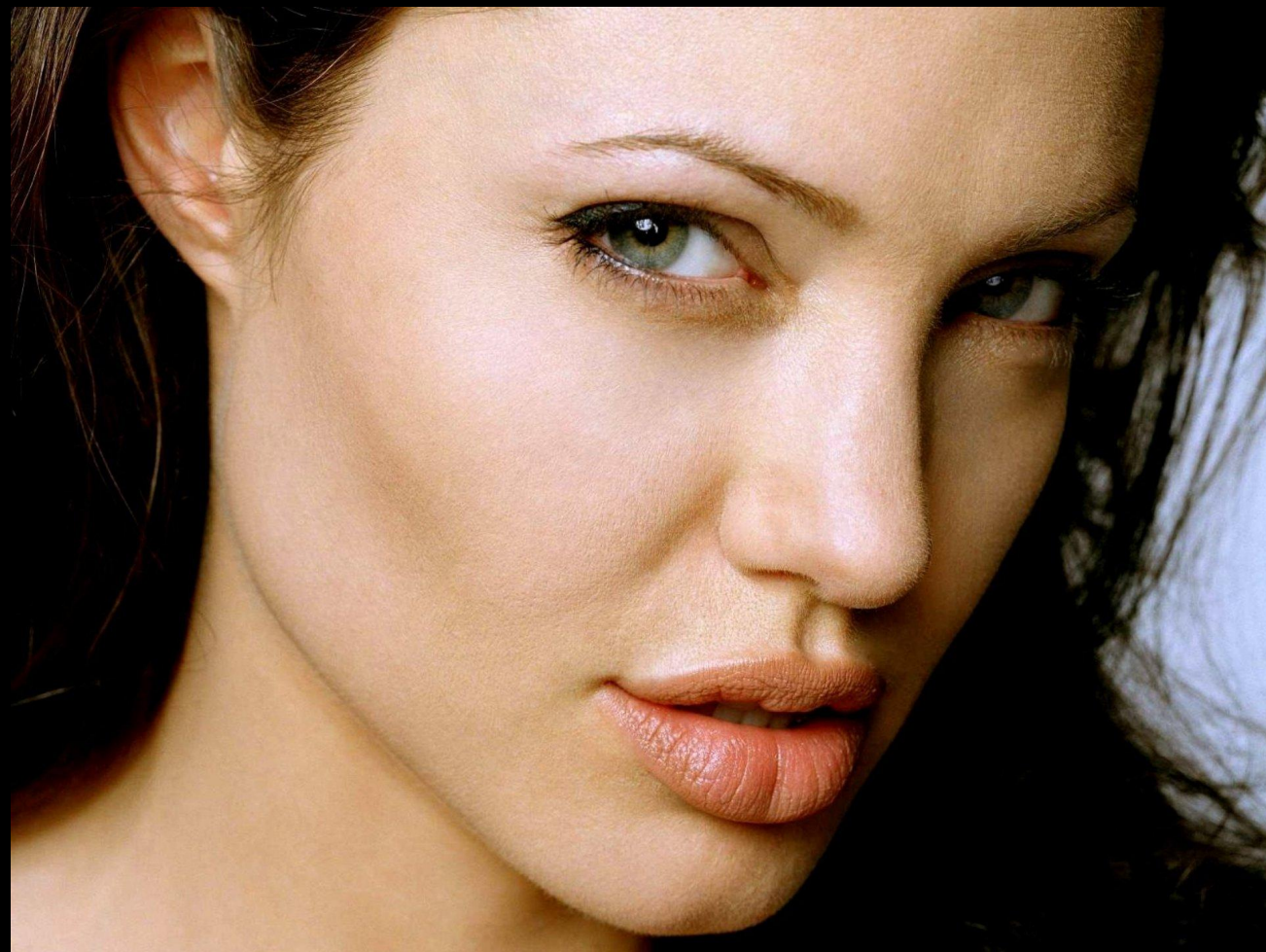
## 2) Первые навыки общения:

Детский сад, школа и т.д. Очень привлекают люди, похожие чем-то на ваших первых закадычных друзей, даже если вы этих друзей и в лицо-то не помните.



### 3) Первые эротические впечатления:

Тот, кто вызвал у вас первые волнующие чувства, первые желания,— похожий на него человек через многие годы может внушить вам душевный трепет, вызвать притяжение и даже любовь.



#### 4) Определенные генетические признаки:

Мы выбираем в спутники жизни человека, качества которого дополняют, те, что отсутствуют у нас самих





## Общие интересы.

Статистика говорит, что будущие супруги находят друг друга еще и в следующих местах: в школе; в институте; на работе; на праздничной вечеринке у друзей или родственников; на танцах, на выставках, в театрах (и тогда их в жизни связывает еще и общее увлечение).



# Научитесь общаться!

Потому что названные выше бессознательные критерии выбора основаны большей частью на внешних данных, на так называемом первом впечатлении.

В этом случае ваше знакомство может забуксовать на самой ранней стадии: вам просто будет друг с другом скучно.



## Конгруэнтность (когда партнеры не столько похожи, сколько совместимы)

дает более устойчивый и надежный результат. Примеров такой конгруэнтности сколько угодно: скажем, один любит говорить, а другой – слушать;

один любит подчиняться, а другой - командовать;

или уж совсем просто – один любит есть, а другой – готовить...



# Конгруэнтность

“психологическую конгруэнтность” тоже определяет наше бессознательное, но для такого выбора нужно предоставить ему немного больше информации о вашем новом знакомом, чем внешность и прочие физиологические данные. Иными словами – любовь возможна и с первого взгляда, но лучше все-таки посмотреть второй раз!



Спасибо за  
внимание !