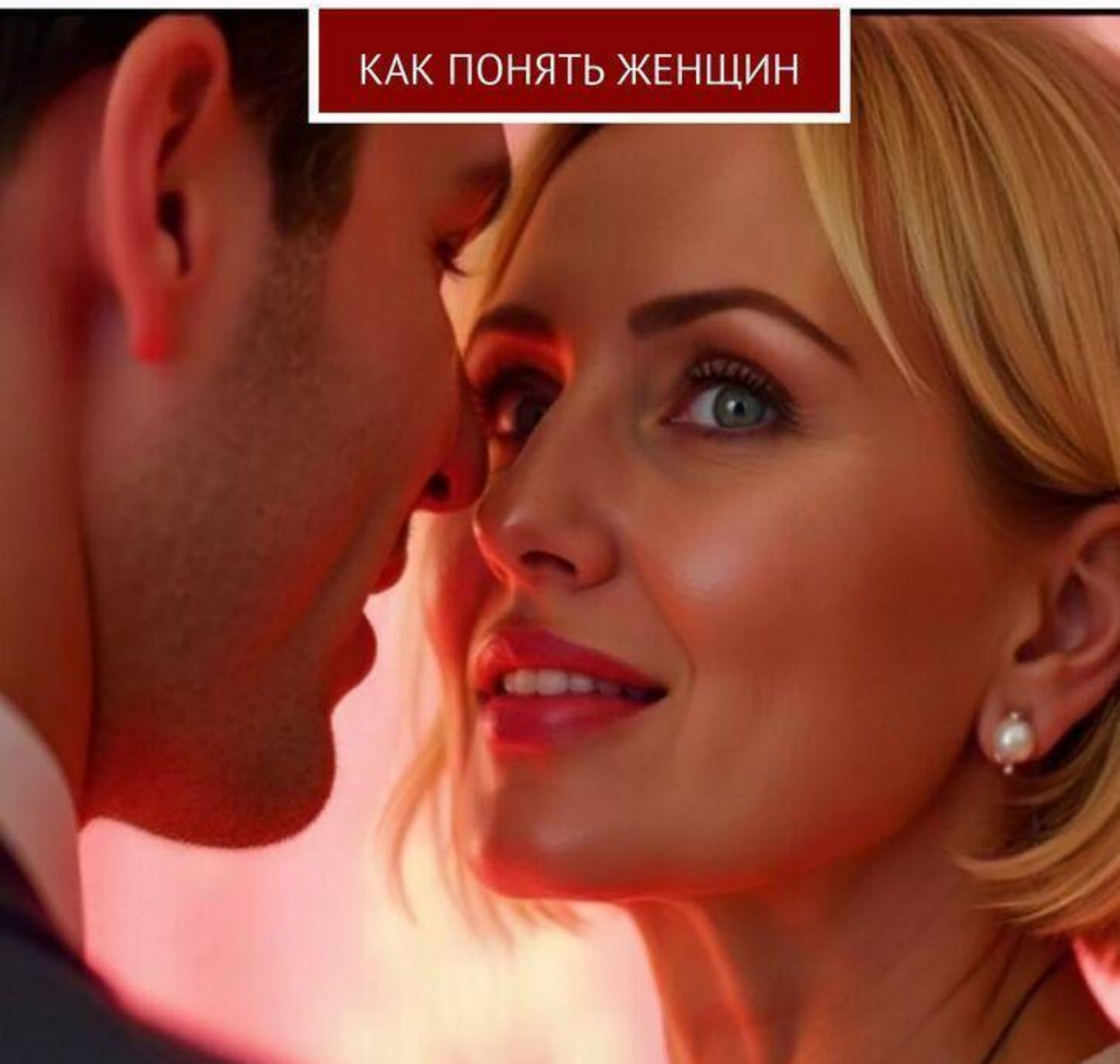


18+

СВЕТЛАНА СКОПИНА

Мужчинам на ушко

КАК ПОНЯТЬ ЖЕНЩИН



Светлана Скопина

**Мужчинам на ушко.
Как понять женщин**

«Издательские решения»

Скопина С.

Мужчинам на ушко. Как понять женщин / С. Скопина —
«Издательские решения»,

Эта книга — практическое руководство для мужчин, о том, как понять женщин, их психологию и мотивы, поможет не только разобраться в женских типажах, но и выбрать спутницу для серьёзных отношений. Книга также откроет женщинам путь к себе: ведь настоящее счастье начинается с безусловного самопринятия и отказа от попыток «переделать» себя, что непременно приведет к внутренней гармонии!

© Скопина С.

© Издательские решения

Содержание

От автора	6
Глава 1.	8
Глава 2.	11
Глава 3.	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Мужчинам на ушко Как понять женщин

Светлана Скопина

© Светлана Скопина, 2026

ISBN 978-5-0070-5133-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

От автора

Дорогой читатель!

Эта книга ваш проводник в сложный и прекрасный мир женской психологии. Мы вместе разберемся в женских характерах (психотипах), мотивах поведения и эмоциональных языках.

Моя цель — дать мужчинам не только общие принципы понимания нелогичного женского поведения, но и практические инструменты для построения отношений — как с женщинами в целом, так и с той единственной, которую вы выберете в жены. Чтобы вы могли понимать женщин, прогнозировать развитие событий и направлять нашу эмоциональность в нужное русло.

Окрыленные страстью и гормонами, мы часто забываем спросить себя: а какой союз я на самом деле хочу построить? Действуя импульсивно, мы снова и снова наступаем на одни и те же грабли, что приводит к нежелательным результатам. Я убеждена: любовь требует не только сердца, но и мудрости. Только так можно избежать горьких разочарований и психологических травм в будущем.

Моя первая книга-тренинг «О мужчинах на ушко. Как понять и принять мужчин» (2020), была написана для женщин. Работая с людьми как психолог, я видела, как часто мы, женщины, проецируем идеальный образ на реального мужчину, а затем безуспешно пытаемся его «переделать». Цена — ссоры, разводы, несчастные родители и дети. Понимание и выбор того партнера, который тебе подходит, и кому подходишь ты — единственный путь к взаимопониманию, любви и уважению.

Для вас, женщины, эта книга — карта для путешествия вглубь себя. Она о самопознании, принятии своей природы, понимании своих задач на каждом этапе жизни. Только познав и приняв себя, вы сможете выстраивать здоровые отношения с близкими, не надеясь, что другой заполнит ваши внутренние пустоты. Помните, наше счастье начинается с нас самих!

Эта же книга даст актуальные ответы для мужчин. Она поможет вам видеть яснее и выбирать мудрее. Я приоткрою вам наши женские секреты и вы увидите женщин в другом свете — более понятными и искренними.

Сейчас ты держишь в руках не просто книгу — ты держишь ключ. Ключ к миру, который кажется тебе таким загадочным и непонятным — к миру женщины...



Глава 1.

Пять возрастов женщины: танец стихий длиною в жизнь

Женщина — это река, что берет начало с чистого, звонкого ручья и, пройдя свой путь, впадает в безбрежный океан мудрости. Ее жизнь — не прямая линия, а предопределенный природой круг, где каждый виток наделен особым смыслом, красотой и определенной задачей. Чтобы понять женщину, нужно увидеть ее в движении, в смене состояний, подобной плавному переходу одной стихии в другую.

Древняя китайская система У-Син говорит нам о пяти элементах, что правят миром: Дерево, Огонь, Земля, Металл, Вода. Это определенные стихии, энергии, которые сменяют друг друга в нашем теле, душе и судьбе.

Дерево растет и превращается в дрова, которые дают жизнь Огню. Загорая, огонь становится пеплом, или Землей. Уплотняясь, Земля превращается в Металл. Металл конденсирует Воду. Вода дает жизнь Дереву. Таким образом, стихии перетекают из одного состояния в другое до бесконечности и составляют круговорот жизни.

Каждому элементу отводится 12 лет, и первый, земной круг развития составляет 60 лет. Прожив его осознанно, мы обретаем право на круг второй — духовный, длящийся еще 60 лет. В идеале человек должен жить 120 лет полноценной жизни. И, чтобы достичь этого в здоровом теле и уме, нужно танцевать свой танец со стихиями в такт, не опережая музыку и не отставая от нее.

Женщина в течение жизни проходит пять циклов: девочка, девушка, жена-мама, женщина, бабушка. Такова наша природа, и это наши естественные жизненные циклы. Периоды жизни женщины во многом зависят от физиологии и определены процессами тела. Первый период начинается рождением девочки и длится до наступления первой менструации, которая свидетельствует о том, что девочка превратилась в девушку. По системе У-Син — это период Древа от рождения и до 12 лет.

Дерево (0—12 лет): Девочка

Период стихии Древа — это весна души. Время, когда жизнь только пробивается из почвы, устремляясь к солнцу. Период от рождения до первой менструации — это эпоха роста, развития, впитывания знаний, гибкости и чистого творчества.

Задача: научиться радоваться, удивляться и доверять миру. Сохранить в себе на всю жизнь тот искренний восторг, с которым девочка смотрит на бабочку, цветы, новое платье, и ту безоглядную веру, с которой она берет за руку отца.

Проявления: кокетка от природы — она хочет нравиться, ее радуют новые банты, туфли, сказки. Она не анализирует, а принимает все как есть, поэтому она доверчива, чиста и непосредственна. Здесь закладываются корни доброты и открытости, доверия к людям. Опасность этого периода — в беспочвенных ожиданиях от мира, который кажется ей идеальным.

Девочка — зеленый росток, впитывающий дождь и солнце. Ее задача — накопить столько света, чтобы его хватило на всю оставшуюся жизнь.

Огонь (13—24 года): Девушка

Весна вспыхивает летом, и с этим циклом в ее жизнь врывается первая влюбленность, стихия **Огня** — яркого, непредсказуемого, всепоглощающего.

Задача: понять свою ценность и уникальность, научиться выстраивать границы, строить отношения с миром и с противоположным полом. Это время юношеского максимализма, романтических идеалов и страсти, первой любви и разочарования.

Проявления: девушка — это распутившийся бутон, что благоуханием и красотой привлекает к себе «пчел». Она пробует себя в творчестве, в профессии, в любви. Она хочет нравиться и учиться быть желанной. Это период, когда ей как воздух необходимы базовые знания о противоположном поле или моя книга «О мужчинах на ушко. Как понять и принять мужчин». Понимание мужской природы могло бы уберечь от множества ошибок, и сделать переход к следующему этапу осознанным и менее травматичным.

Девушка — пламя, то ласковое, то обжигающее. Ее миссия — научиться управлять своим огнем, чтобы не сжечь себя и согреть того, кто рядом.

Земля (25—36 лет): Жена-Мать

Лето сменяется щедрой, золотой осенью. Период **Земли** — это время стабильности, основательности и созревания плодов. Как период жизни — это конец августа и начало сентября, когда заканчиваются каникулы, отпуска, начинается обучение, работа, но еще свежи воспоминания об отдыхе, а в народе носит название «бабье лето».

Задача: научиться любить безусловно. Принять свою природу и найти свой уникальный путь, будь то семья, карьера или их гармоничное сочетание. Физиология подсказывает: это самый естественный возраст для создания семьи и рождения детей.

Проявления: жена — это уютный дом, надежный тыл, источник жизни и питательной силы. Она изучает мир через призму семьи, проходит уроки принятия, заботы и ответственности. Иногда уроки бывают болезненными, но цель у них одна — отточить ее способность любить не за что-то, а просто так. Любовь начинается с прощения и принятия себя. Только так мы сможем научиться любить других без условий.

Жена-мама — это плодородная почва, в которой взращивается будущее. Ее сила — в способности принимать, питать и хранить.

Металл (37—48 лет): Женщина

Осень вступает в свою ясную, строгую и блестящую пору. Период **Металла** — это время ясности, упорядоченности и функциональности.

Задача: максимальная реализация в социуме. Приобретение статуса, материальных благ, профессионального опыта. Это самый плодотворный период для оттачивания мастерства и обретения финансовой независимости.

Проявления: энергия Металла придает сил и поощряет предприимчивость. Женщина точно знает, что ей нужно, и находит свой уникальный способ достижения целей. Она учится отсекай лишнее, будь то ненужные связи, пустые обязательства или отжившие идеи. Опасность — в избыточной жесткости и поспешности, жить только головой, отключив чувства и сердце.

Женщина — отточенный клинок, знающий свою цену и свое предназначение. Ее кредо — статус и эффективность.

Вода (49—60 лет): Бабушка

Первый жизненный круг завершается, и, набравшись силы, река впадает в океан. Период **Воды** — это время мудрости, спокойствия и безмятежности.

Задача: подвести итоги первого круга и стать источником мудрости для своих родных и близких, показать миру плоды всей прожитой жизни.

Проявления: вся жизнь женщины в этом возрасте написана на ее лице. Она либо становится океаном спокойствия, к которому идут за советом и утешением, либо — болотом уныния, недовольства, контроля и страха. Это максимальное проявление всех пройденных уроков. Если женщина научилась любви и принятию, она — источник для других. Если нет — темный омут.

Бабушка — мудрость, вода. Глубокая, чистая, знающая. Ее дар — не действие, а опыт прожитых лет и состояние. Состояние гармонии с собой и с миром.

Природу не обманешь. Очень важно с благодарностью проживать каждый возраст, не пытаясь в пятьдесят лет носить платье двадцатилетней девицы и глупо выглядеть, а в двадцать — играть в преждевременную зрелость.

Наша ценность — в принятии. Принимая себя в каждом из пяти возрастов, мы обретаем ту самую безусловную любовь к себе, которая и есть единственный путь к гармонии и счастью. Мы становимся полноводной рекой, которая, пройдя свой путь, наконец, сливается с океаном. А что же нас ждет после 60 лет? Круговорот стихий повторяется. И об этом будет моя следующая книга.

Глава 2.

Карта женских миров. Какой психотип вам встретился?

Мужчина, остановись перед тем, как сделать выбор. Прежде чем броситься в омут отношений, задай себе три простых, но судьбоносных вопроса:

- **Подходит ли мне эта женщина?**
- **Какие отношения я хочу/могу с ней построить?**
- **Как мне выстроить такие отношения?**

Отсутствие ответов — это и есть тот самый «самотек», за который расплачиваются нервами, свободой выбора, годами жизни и потерей веры в себя. Кредитное общество «Женщина» принимает любую валюту, и курс всегда будет не в твою пользу.

Но как найти ответы? Ключ — в понимании ее внутренней операционной системы, ее характера, или психотипа. Это не диагноз, а врожденный «фундамент», который формируется до подросткового возраста, впитывая модели родительской семьи. Познакомившись с этими типажми, ты сможешь не гадать, а *понимать кто перед тобой*. А ты, женщина, сможешь узнать в этих описаниях себя, понять свои сильные стороны и «подводные камни», и, наконец, перестать переделывать себя и грамотно использовать данную от природы силу.

Портреты в интерьере жизни — примеры поведения

1. Паранояльный тип «Целеустремленная бизнес-вумен»

Самодостаточная и самостоятельная, она рано становится руководителем, и, когда проект срывается, она не ищет виноватых. Она мгновенно составляет новый план, мобилизует команду, ее глаза горят холодным огнем, а голос не терпит возражений. На корпоративе она не болтает о пустяках, а обсуждает с начальством перспективы компании. Ее дом — не уютное гнездышко, а штаб-квартира: доска с задачами на холодильнике, графики развития детей, четкий план на отпуск. Она выбрала мужа не по любви, а по холодному расчету. Ее девиз: «Победа любой ценой». Она знает чего хочет и всегда добивается этого. В отношениях часто доминирует и редко идет на компромиссы. Базовая эмоция — отвращение, презрение. Избирательна, выбирает для себя все самое лучшее и качественное, придирчива, стремится к совершенству во всем.

2. Эпилептоидный тип «Хранительница порядка»

В ее квартире идеальная чистота, полотенца сложены строго по цветам, на кухне царит образцовый порядок и культ домашней еды, обожает ЗОЖ и правильное питание. Она может устроить скандал мужу за носки, брошенные не в ту корзину. На работе она главный бухгалтер или администратор, который знает каждую копейку и каждую бумажку, здесь также царит порядок и все расставлено и разложено по полочкам. Она подозрительна, часто проверяет телефон мужа не из ревности, а из потребности в контроле. Нарушение установленных ею правил — объявление войны. Ее любовь проявляется в заботе: накормит, оденет, решит все проблемы, но потребует за это верность и подчинение ее порядку. Базовая эмоция — гнев, ей трудно сдерживать агрессию, она из тех матерей, кто может шлепнуть ребенка, или полезть в драку с мужем. Мстительна и недоверчива, ее девиз «лучшая защита — это нападение», а рептильный мозг работает в режиме «напади и бей».

3. Шизоидный тип «Интеллектуальная затворница»

Вы договорились о встрече в кафе. Она пришла в растянутом свитере и с книгой по квантовой физике или эзотерике, опоздав на полчаса. Пока вы говорите, ее взгляд блуждает где-то вдалеке, но вдруг она задает вам вопрос, который перевернет все ваше представление о проблеме. Ее квартира — это мастерская или библиотека, где стопки книг соседствуют с незаконченными проектами, а кажущийся хаос — это только ей понятный порядок. Она забывает о днях рождения, но может ночь просидеть, решая сложную задачу. Ей неважно, как она выглядит; ее богатство — внутри, в мире ее идей, IQ выше 180, в глазах — интеллект. Для большинства людей она инопланетянка, про таких говорят «не от мира сего». Постоянно учится, познает себя и мир, может выдавать гениальные идеи, но часто не доводит начатое до конца. Базовая эмоция — удивление, любит одиночество, скрывает свои чувства за отстраненностью. Она избегает эмоциональной близости, ценит стабильность и предсказуемость, в отношениях с трудом выражает свои чувства, нуждается в личном пространстве.

4. Гипертимный тип «Женщина-праздник»

Она врывается в комнату, и все сразу становится ярче и громче. За пять минут она успеет рассказать анекдот, похвастаться новой идеей, организовать поход в кино и перезнакомить всех вокруг. Ее жизнь — это калейдоскоп проектов, знакомств и путешествий. Она всегда в приподнятом настроении, общительна, энергична, громко и много говорит, преувеличивает свои успехи, плохо переносит критику. На работе она душа компании, но часто опаздывает и забывает о дедлайнах. Ее базовая эмоция — радость. В отношениях она — ураган страсти и веселья, а рутина и обязательства вызывают у нее зевоту. Ей нужен мужчина-якорь, который будет наслаждаться ее энергией, и мягко направлять ее в нужное русло.

5. Истероидный тип «Актриса и мастер эпатажа»

Как вы уже прочитали в начале, ее появление — всегда событие. Она рассказывает историю о себе так, что все вокруг замирают. Ее социальные сети — это бесконечный гламурный сериал, где она — главная героиня. В ссоре она не будет молча дуться, а устроит театральную сцену со слезами и монологом о своей недооцененности. Ее цель — не решить проблему, а получить порцию внимания и восхищения. Она может быть невероятно щедра на подарки и комплименты, но всегда ждет (и требует!) взамен в десять раз больше. Эмоциональна, артистична, капризна, эгоистична, чрезвычайно склонна к преувеличению. Любит шокировать публику и не переносит критику.

6. Эмотивный тип «Отзывчивое сердце»

Это та подружка, которая всегда выслушает и пожалеет. Та жена, что встретит уставшего мужа ужином и теплым взглядом, полным участия. У нее развита эмпатия и чужую боль она воспринимает как свою. Она накормит голодную собаку и принесет домой беспризорного котенка. Часто работает в сфере помощи людям: врач, учитель, психолог, волонтер, зоозащитник. Она заметит твою обновку и искренне порадуетс твоему успеху. В конфликтах не атакует, а уходит в себя, очень ранимая и обидчивая. Ее слезы — настоящие, от переполняющих ее чувств. Она редко думает о себе, ее миссия — дарить любовь и творить гармонию, и она ждет, что мир ответит ей тем же. Базовая эмоция — спокойствие, рядом с ней тепло и уютно, она верна, честна, терпелива, ценит гармонию в отношениях. Она утонченная и элегантная, движения мягкие и грациозные, у нее добрый внимательный взгляд и теплая улыбка.

7. Психастенический тип «Тревожная перфекционистка»

Перед отпуском она составит список из 100 пунктов, сто раз проверит, выключен ли утюг и все ли паспорта на месте, переживает, что такси не приедет вовремя, а самолет может разбиться. На работе она — идеальный исполнитель, который перепроверит все десять раз и

сдаст проект безупречно с красными от бессонницы глазами. Она из тех мам, что стерилизуют пустышку по пять раз и водят ребенка по всем врачам при малейшем чихе. Ее любовь — это гиперопека и тотальный контроль, рожденные страхом: «А вдруг что-то пойдет не так?». Ответственная и преданная, много размышляет и анализирует, она боится ошибок и долго принимает решение, тревожится по мелочам, не любит конфликты. Из них получаются самые лучшие исполнители и верные надежные жены и партнерши.

8. Гипотимный тип «Ностальгирующая меланхолик»

В разговоре она часто вспоминает, «как хорошо было раньше», а будущее видится ей в темных, туманных и тревожных тонах. Ее страничка в соцсетях полна цитат о быстротечности жизни и утраченных идеалах, базовая эмоция — печаль, склонность к апатии и депрессии. В солнечный день она может грустить о том, что скоро пойдет дождь, также она быстро устает и не способна на длительные яркие эмоции. Ее привлекают сильные и жизнерадостные партнеры, которые могут «расцветить» ее серый мир, но бремя ее постоянной печали может вынести не каждый. Ей нужен не просто мужчина, а психотерапевт, источник тепла, участия и бесконечной поддержки. Она аккуратна, трудолюбива, верна, всегда готова помочь более слабым и несчастным, способна на глубокие чувства, трудолюбива, склонна к рутинной работе, добросовестна.

Узнали кого-то? Узнали себя? Помните: «чистых» типов почти не бывает, в каждой женщине есть причудливая смесь нескольких черт. Но доминанта всегда одна.

Мужчинам: Эта карта — не для того, чтобы ставить клеймо, а чтобы сориентироваться на местности. Хочешь семью и уют? Ищи «Эмотива» или «Психоастеника». Живешь авантюрами? «Гипертим» и «Истероидка» будет тебе попутчицей. Мечтаешь о совместном бизнесе? «Параноялка» и «Эпилептоидка» вытянут его на себе.

Женщинам: Ваш тип — это ваша суперсила и ваша ахиллесова пята. «Истероидка» может блистать на сцене, но будет несчастна в браке с тихим интровертом. «Психастеничка» — гениальный исполнитель, но мучитель для себя и своих близких из-за вечной тревоги. «Гипотим-меланхолик» будет верной женой, но сгустит тучи, там где раньше светило солнце.

Примите свою природу. Не ломайте ее. Управляйте ею. И тогда вы перестанете ходить по кругу одних и тех же ошибок, а начнете строить отношения осознанно — с теми людьми, которые принесут вам именно то счастье, о котором вы так мечтаете.

Глава 3.

От матери к дочери: наследство, которое мы не выбираем

Есть такая древняя мудрость: самая главная молитва — это та, что возносится за своих детей, ибо дети не слушают слова родителей, они *смотрят* на их жизнь и буквально впитывают их поведение.

Для девочки мать — это первое и самое главное зеркало, в котором она видит отражение себя как женщины, жены, хранительницы очага. Это зеркало не просто показывает образ — оно программирует сценарий ее будущей жизни.

Девочка неосознанно, на клеточном уровне, впитывает не слова, а *модель*: модель отношений между матерью и отцом, модель отношения матери к самой себе и к миру. Она как губка впитывает интонации, жесты, способы решения конфликтов, язык любви и язык манипуляций. И, повзрослев, она будет невольно воспроизводить эту знакомую, выученную в детстве мелодию, даже если умом будет понимать, что она фальшива. Не зря мудрые родители советуют сыну: если хочешь узнать, как будет выглядеть твоя жена через 10—30 лет, посмотри на ее маму.

Давайте заглянем в разные дома, чтобы увидеть, как это работает на практике.

Дом эмотива: «Ребята, давайте жить дружно»

Атмосфера в семье: здесь пахнет свежей выпечкой и спокойствием. В доме царит любовь и дружественная обстановка. Жена смотрит на мужа с уважением, поддерживает его авторитет в глазах детей. Она — само воплощение уравновешенности: добра, спокойна, улыбаива, внимательна. Ее мудрость в гибкости: она не ломает, а направляет. В конфликте она не занимает чью-то сторону, а становится мостом между отцом и детьми, терпеливо объясняя, «что такое хорошо и что такое плохо».

Внешний облик: ухожена, но без вычурности. Предпочитает пастельные тона, естественный макияж, удобную и женственную одежду. Ее красота — не для эпатажа, а для личной гармонии.

Послание дочери: «Мир безопасен. Мужчину нужно уважать и доверять ему. Ты ценна сама по себе. Любовь — это поддержка, забота и взаимопонимание».

Сценарий для дочери: вырастая, такая девочка несет в свою семью умение любить и создавать уют. Ее любовь — питательная среда, в которой мужчина достигает высот. Она — его тыл и вдохновение. Такая семья строится на партнерстве и уважении.

Дом истероида: «Все взоры на меня!»

Атмосфера в семье: этот дом — сцена, где все домочадцы — массовка в спектакле под названием «Жизнь супер-мамы». Ее прихоти — закон. Она ставит свои интересы на первое место, а для их достижения использует весь арсенал: театральные слезы, истерики, симуляция болезни. Она виртуозно манипулирует, заставляя близких испытывать чувство вины. Муж для нее — не партнер, а источник ресурсов и зритель. Счастье в такой семье призрачно и длится ровно до тех пор, пока муж в силах финансировать и терпеть скандалы.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.