

Говорить тонко, действовать умно

Женские стратегии общения



— РОЗА РОУЛЬ —

Роза Роуль

Говорить тонко, действовать умно. Женские стратегии общения

<https://litres.ru/74637904>

SelfPub; 2026

Аннотация

Ваше «нет» может звучать мягко. И оставаться окончательным.

Начальник давит, коллега провоцирует, близкий человек не слышит просьб. Пора выбирать слова, которые работают на вас. Здесь можно подсмотреть, как отказать без лишней ссоры, прочитать намёк, попросить о помощи и вовремя остановить собственную откровенность. Рабочие интриги, отношения с партнёром, семейные споры: для каждого разговора нужен свой ход.

Берите эту книгу, если устали после беседы думать: «Зачем я это сказала?» Следующую реплику можно подготовить заранее. И перестать отдавать инициативу тому, кто просто говорит громче.

Содержание

Предисловие	4
Глава 1. Женщинам стоит быть осторожнее в высказываниях: прямота может привести к неприятностям	37
Глава 2. Женщине следует быть осторожнее в словах и держать язык за зубами	66
Конец ознакомительного фрагмента.	104

Роза Роуль

Говорить тонко, действовать умно. Женские стратегии общения

Предисловие

Женщине стоит говорить с долей иронии — ведь жизнь и так требует смеха

Говорите с долей иронии, и жизнь станет счастливой и сладкой, как мед. Слово «остроумно» здесь означает, что в разговоре нужно уделять внимание юмору, остроумию и умным приемам — ведь жизнь и так требует смеха. В отношениях между влюбленными нужно сближаться с помощью нежных слов и укреплять чувства; женщина может в полной мере проявить остроумие в своих клятвах вечной любви, чтобы партнер с улыбкой и слезами на глазах принял её признание. В отношениях между супругами необходимо выражать любовь и заботу в разговоре; женщина может быть романтической до конца и давать громкие клятвы — главное, чтобы вы выразили свою заботу о партнере, и он сам с радостью улыбнется. В отношениях между невесткой и свекро-

вью нужно использовать разумные и эмоциональные слова, чтобы передать свою искренность и уважение; женщина может проявить немного юмора, чтобы развеселить свекровь, и тем самым завоевать её расположение.

1. Женщине следует больше размышлять и быть внимательной: секреты общения при первой любви

Разговор — это самое основное средство передачи мыслей и обмена чувствами между людьми. Если женщина не обладает даром слова и не умеет вести беседу, трудно представить, как она сможет достойно сыграть свою роль на широкой арене общества. А первый разговор при первой любви требует от женщины художественной выразительности.

Как общаться с партнером в отношениях — это то, что больше всего волнует каждую молодую девушку. Как овладеть этим «искусством» первой любви, чтобы помочь людям, у которых только пробуждаются чувства, найти общий язык и выразить свои богатые мысли, сложные эмоции и тонкие переживания? Только приложив усилия, тщательно обдумав и выразив свои мысли подходящими словами, девушка сможет зажечь искру любви.

Многие молодые люди и девушки часто влюбляются с первого взгляда. Влюбиться с первого взгляда, как следует из названия, — это результат интуиции и чувств обеих сторон, определяемый образом и впечатлением от партнера, например, внешностью, манерами, речью и т. д., что приводит к взаимной влюбленности с самого первого взгляда.

Как правило, влюбленные, испытывавшие «любовь с первого взгляда», когда дело доходит до «настоящей любви», всегда выражаются так: «Кажется, ты меня глубоко привлекаешь»; «Возможно, я влюбился в тебя»; «Ты — единственная из всех женщин, с которыми я общался, кто покорила моё сердце»; «Ты действительно очаровательна, просто время летит слишком быстро, а завтра я...»

Некоторым парням очень легко «превратить» дружбу в романтические отношения. Для таких мужчин «первый раз» наступает только тогда, когда девушка, пройдя долгий путь от первого знакомства до обычной дружбы, с течением времени, с возрастом, по мере углубления взаимного понимания и укрепления чувств, постепенно переходит к романтическим отношениям и впервые откровенно признается в зародившейся любви, открывая сердце партнера.

Некоторые девушки по натуре замкнуты, честны и не умеют общаться. Придя на свидание, девушке не нужно стесняться, «скрывая лицо, как пифа», и тем более не следует быть неразговорчивой и заикаться.

Девушка должна вести себя непринуждённо и уверенно, проявлять инициативу в разговоре. Можно поговорить о погоде, об окружающей обстановке, о том, что видела и слышала, а затем перейти к делу: обсудить возраст, уровень образования, работу, характер, увлечения, семейное положение, социальные связи и т. д. Что касается нейтральных тем, то о них можно говорить более откровенно — это способству-

ет взаимопониманию и помогает избежать недоразумений в будущем. Что касается откровений из глубины души и признаний в чувствах, то здесь можно быть более сдержанной, деликатной и обтекаемой — в конце концов, это «первый разговор», и если оставить немного интриги, то, возможно, в следующий раз будет легче «откровенничать». Стоит отметить, что оба собеседника должны ориентироваться на то, что будет понятно и приемлемо для другого; в противном случае ваши «высокопарные» высказывания, которые собеседник поймет лишь отчасти, могут привести к недоразумениям.

Несомненно, не существует какого-то универсального шаблона того, как вести первый разговор с возлюбленным. Ведь люди различаются по характеру, культурному образованию, темпераменту, профессии, увлечениям и стремлениям, поэтому их манера выражения и содержание разговора будут отличаться. Однако, исходя из общих человеческих законов, можно составить общий «план»: в идеале разговор должен быть масштабным и практичным; в эмоциональном плане — быть богаче, искреннее и проникновеннее; в манере поведения — проявлять искренность и сдержанность; в проявлении чувств — быть сдержанным; в знаниях — демонстрировать эрудицию... Конечно, влюбленность — это глубокая наука и, более того, искусство, в котором нет предела совершенству, а сама влюбленность представляет собой совокупность множества факторов.

2. У девушки всё зависит от речи: есть свои хитрости, как покорить мужчину

Как разговаривать с женщиной? Умные девушки задумываются над этим вопросом: почему разговоры многих девушек так привлекают мужчин? Все потому, что эти девушки умеют «флиртовать» и общаться с мужчинами.

Девушки, умеющие общаться с мужчинами, обычно воспринимают свидание как позитивный и радостный опыт, поэтому им легко найти общий язык с мужчинами. Девушки, как правило, не отказываются от «игры» в ухаживание, напротив, они получают от этого удовольствие.

Умные девушки сами создают возможности, а не ждут, пока они появятся. Они наслаждаются всем процессом ухаживания, который пронизан их терпением и мастерством. Если вы ухаживаете за женщиной, помните: терпение и искусное мастерство имеют большое значение.

Одна девушка жила недалеко от больницы. Ей понравился один врач, но она не могла к нему подойти, и тогда ей пришла в голову отличная идея.

Однажды девушка, идя с полными руками вещей, столкнулась с человеком, спешащим ей навстречу, и вещи разлетелись по земле.

Этим человеком, конечно же, был тот самый врач. Он несколько раз извинился за свою неосторожность и помог ей собрать разбросанные вещи.

После успеха первого плана девушка стала каждый день

после окончания рабочего дня в больнице прогуливаться по окрестностям с собачкой на поводке. Через несколько дней она снова встретила того молодого врача, они завели разговор и вскоре стали парой.

Одна девушка ухаживала за парнем. Она узнала, что у него есть привычка бегать по утрам, и поэтому тоже начала бегать.

Однажды, когда она добежала до парня, она дружелюбно поздоровалась с ним, но потеряла равновесие и упала на землю, поранив колено. Парень отвёл её домой и наложил ей повязку. Таким образом, хотя она и поранилась при падении, у неё появилась возможность сблизиться с парнем.

Если вы нервничаете перед свиданием, есть один секрет: переосмыслите это волнение как предвкушение радости.

Следует избегать заблуждения, что после свидания вы «обязаны» принять друг друга. Такие жесткие правила мешают мужчине и женщине общаться легко и естественно.

Если вы разговариваете с мужчиной, не думайте постоянно о том, что ни в коем случае не должны идти ему на уступки: ваша упрямость не вызовет у него уважения. И только отказавшись от такого отношения, способного вызвать «войну», вы сможете по-настоящему обрести счастье.

Умная девушка, общаясь с мужчиной, не вступает в острую конфронтацию, а ведет непринужденную беседу.

Расслабьтесь, общайтесь с удовольствием, принимайте любые темы — это не означает, что нужно терять себя, а яв-

ляется проявлением мудрости.

Умная девушка не ждёт — она воспринимает свидания и разговоры с мужчиной как удовольствие. Она понимает истинный смысл каждого его слова. Ведь шутка или жалоба на работу могут раскрыть внутренние проблемы и переживания мужчины.

Во время разговора не стоит думать, что каждое ваше слово должно быть многозначительным, а если нет — лучше промолчать. В процессе ухаживания это не работает. «Пустой», но «приятный» разговор — вот лучший язык ухаживания.

Будь то вступление или ход разговора, если вы не будете хвастаться своими талантами или притворяться загадочной, общаться станет гораздо проще.

Лучшая стратегия для начала разговора — как можно скорее просто поздороваться с мужчиной. Обычно девушки очень болтливы — это в природе женщин. Если вы умны, старайтесь говорить как можно меньше и избегайте ненужных длинных тирад. Как только вы найдёте общий язык, общение на протяжении всего свидания пойдёт очень непринужденно.

Во время разговора с женщиной не стоит постоянно стоять или сидеть лицом к лицу с ней. Вы можете время от времени поворачиваться в сторону, чтобы снизить давление, которое вы на неё оказываете.

Не пристально смотрите на неё, можете отводить взгляд

в сторону — так ваш взгляд не будет казаться ему угрожающим.

В начале разговора лучшая стратегия — не упоминать напрямую «вас лично», а говорить о том, что вы оба видели, чувствовали или о чём оба знаете — то есть о ваших «общих точках соприкосновения». Общие точки соприкосновения позволяют косвенно перевести внимание на что-то другое; ими могут быть: классическая музыка, мировые литературные шедевры, изысканные вина и т. д.

Как только вам удастся естественным образом завязать разговор на свидании, вы погрузитесь в «окопную войну» по сбору тонких языковых сигналов. Это этап беседы, похожий на лабиринт, на котором вы оба искусно подталкиваете друг друга к тому, чтобы «разморозить» атмосферу и перейти к беседе, не прекращающейся ни на минуту. В этот момент лучше всего придерживаться фактов: никакая маскировка и обман не помогут, только объективные факты привлекают наибольшее внимание, а самый эффективный разговор — это искреннее общение друг с другом.

Сам по себе разговор играет ключевую роль в уходе за собой, но в нём нет запретных зон. Для людей, которые нравятся друг другу, разговор не представляет трудностей; порой, как только начинаешь говорить, уже трудно остановиться.

Девушка, разговаривая с понравившимся ей мужчиной, снижает громкость голоса, чтобы казаться более нежной.

Умная девушка скрывает всю свою скрытую силу в этой

нежности, что позволяет ей одновременно проявлять «нежность» и уметь «выслушивать».

Мужчинам очень важно, чтобы девушка их выслушивала; когда девушка слушает его, он чувствует себя очень комфортно.

Кроме того, помните: даже если вы критикуете его, делайте это мягко — мужчины не любят резких суждений.

3. Женщина тоже может довести любовные признания до предела «приторности»

В период страстного романа женщине ни в коем случае не следует думать, что постоянные сентиментальные признания в любви — это проявление вульгарности и кокетства, из-за которого мужчина начнёт презирать её. На самом деле мужчины так не считают. Ведь слова любви — это «стимулирующее средство», укрепляющее взаимные чувства. Если мужчины могут говорить сентиментальные признания в любви, почему женщины не могут? Именно сентиментальные признания в любви лучше всего дарят партнёру чувство удовлетворённости и удовольствия. Лучше быть красивой в словах, чем в облике — возможно, это одна из причин, почему красивые девушки не всегда могут найти хорошего мужчину. Женщинам стоит говорить банальные слова любви до предела!

Сунь Цзы когда-то сказал: «В войне нет места обману». На самом деле, в любви женщины тоже могут использовать этот приём. Однако, когда вы собираетесь «обмануть» мужчину,

необходимо объективно оценить ситуацию и только после того, как точно определите его ценность, приступать к делу.

Вы можете притвориться глубоко тронутой и сказать: «О! Ты такой настоящий мужчина, особенно твой взгляд». Или: «Говорят, что современный кинозвезда Том Круз застраховал свой нос на миллион, но на самом деле твой нос гораздо лучше его!»

За исключением чрезвычайно чутких мужчин, которые могут догадаться, что ты «играешь», обычные мужчины подумают, что его красота сразила тебя наповал, и, в свою очередь, они будут тронуты твоим «восторгом» и начнут испытывать к тебе симпатию.

Даже если эта утилитарная цель не принесет ожидаемого результата, само открытие какой-то красоты углубит твою радость и обогатит твою личность.

Раньше сексуальное влечение возникало благодаря любви, однако сегодня мы живем в эпоху, когда «сексуальное влечение может углубить любовь». Поэтому, если ты не можешь с удовольствием любоваться достоинствами партнера, ты, в лучшем случае, всего лишь поверхностная любовница.

«О! Все! Похоже, я попала в твою ловушку».

Это фраза, способная завоевать любовь мужчины, но при одном условии: ты должна понять, какая именно часть его тела тебя по-настоящему привлекает.

«Э-э... я не приду... Почему ты до сих пор ничего не говоришь?»

— спросил мужчина.

«Я просто не могу подобрать подходящие слова, эх! Как же мне это выразить?»

«Что выразить?»

«А что же ещё... Это же для того, чтобы подчеркнуть твою белоснежную кожу!»

Несмотря на то, что ты искренне хвалишь мужчину, посторонним это всегда покажется приторным.

Полюбить мужчину — дело легкое. Но есть одна вещь, которая дается с большим трудом, — это умело подчеркнуть его привлекательность: «Я могу полюбить мужчину только в четырех случаях. Во-первых, если он обладает высокими устремлениями; во-вторых, когда мы оба чувствуем, что наши чувства непостоянны; в-третьих, когда у меня возникают физические потребности; в-четвертых (и это твой случай) — когда я встречаю идеального партнера».

«Мужчины больше всего не прощают женщинам нечистоплотности. Но я думаю, что ты меня простишь, потому что твоя терпимость компенсирует мою лень».

«С тех пор как мы расстались вчера, прошел ровно месяц».

«Твой запах тела — это запах мужчины».

«Как ты думаешь, о чём я думаю? Разве у меня есть о чём думать, кроме твоей красоты?»

«Чтобы поддерживать твою физическую форму, придется потратить немного больше денег».

«Больше всего в тебе меня пугает, прежде всего, твоя красота. Но, с другой стороны, страх и симпатия — это совсем разные вещи».

«Есть только один способ победить в любовных делах. Это развернуться и ускользнуть. Однако твоя красота прочно захватила меня!»

«В тебе есть некая загадочность. Но ты же, наверное, не будешь из-за этого ненавидеть всех женщин?»

«Такой красавец, как ты, наверняка заставляет женщин умирать от неразделенной любви. Но ты не можешь всю жизнь делать вид, что не слышишь и не видишь ухаживания женщин, потому что я знаю: твоя красота — как зеркало».

«Очаровательный мужчина заставляет женщину осознать свою судьбу. Что касается меня, то ты именно такой мужчина!»

Ну как? Эти любовные признания даже мне, как женщине, кажутся приторными! Но они действительно могут заставить сердце мужчины забиться чаще. Так что, может, тебе стоит поиграть в эту «игру», чтобы немного расслабиться?

4. У «хороших девочек» есть свои приёмы в общении, и знает, как завоевать мужское сердце В некотором смысле любой мужчина хочет получать похвалу, и влюбленные мужчины не исключение. Им не просто хочется слышать похвалу от посторонних — им особенно нужна похвала от возлюбленной, ведь это означает, что она ценит и одобряет его. Похвала от возлюбленной имеет гораздо большее значение,

чем похвала от посторонних, поэтому влюбленная женщина обязательно должна овладеть искусством хвалить мужчину.

Психологи в ходе исследований обнаружили, что мужчины более чувствительны, чем женщины, больше полагаются на интуицию, а также гораздо острее воспринимают речь и реагируют на неё. Поэтому слова похвалы часто оказывают на мужчин особое влияние. Мужчины обычно особенно радуются полученным похвалам, особенно если речь идет о их карьере, популярности, способностях, внешности и манерах — это доставляет им особую радость. Похвала мужчине, особенно вашему парню, не только удовлетворяет его внутренние потребности, но и демонстрирует вашу женскую заботу. Так как же женщине следует хвалить своего парня?

(1) Женщине нужно научиться щедро хвалить своего парня

Маленький Чэнь надел на вечеринку очень хорошо сидящий костюм. Цвет костюма не был ярким, но в нём чувствовался классический шарм. Его девушка, Маленькая Ван, была общительной и сообразительной девушкой. Увидев костюм Маленького Чэня, он ей очень понравился, и она поспешила подойти к нему и сказала: «Твой костюм просто великолепен, я тебя даже не узнала. Этот цвет и фасон выглядят солидно, но не скучно, в них есть и классическая красота, и современная, просто великолепно». Услышав это, Маленький Чэнь очень обрадовался. То, что Маленькая Ван щедро похвалила своего парня, не только сделало его счаст-

ливым, но и продемонстрировало её отличную красноречивость и хороший вкус.

Однако есть и такая небольшая история: одна девушка, желая похвалить одежду своего парня за её классическую красоту, вдруг сказала, что его одежда похожа на старинную вещь, передаваемую в её семье из поколения в поколение. Парень, рассердившись, долгое время не разговаривал с девушкой. Из этого можно сделать вывод: девушки, находящиеся в отношениях, если вы хотите похвалить своего парня, не бойтесь и смело делайте это, но ни в коем случае не злоупотребляйте сравнениями. Это не только расстроит парня, но и покажет, что вы не умеете правильно выражаться, оставив в его сердце плохое впечатление, что очень негативно скажется на ваших будущих отношениях.

(2) Женщине нужно научиться умело хвалить своего парня

Некоторые женщины думают, что хвалить — значит превращать грязь в цветы, а глупца — в мудреца. Например: парень худой и высокий, похож на росток фасоли, а вы хвалите его за крепкое телосложение, как у спортсмена. Собеседник часто подумает, что вы его обманываете, иронизируете, презираете его личность и что у вас есть какие-то скрытые мотивы. Если же вы скажете худощавому и высокому «ростку»: «Ты немного похудел, но выглядишь бодро и здорово», — он с радостью примет такие слова.

Женщине, находящейся в отношениях, при похвале сво-

его парня необходимо выбирать уместные слова, иначе это может вызвать у него недоразумение. Хотя мужчинам и нравится слышать похвалу от других, но все же у каждого есть доля самосознания, и к вашим несоответствующим действительности похвалам они часто относятся с сильным отвращением: в лучшем случае сочтут вас льстивой и неприятной, в худшем — заподозрят в нечистых намерениях, и, если не позаботитесь, могут даже показать вам «красный» сигнал.

Парень Чжэн, У, был невысоким и немного полноватым парнем, который обычно переживал из-за своей фигуры. Однажды Сяо Ву надел новый костюм, надеясь таким образом скрыть свою полноватость. Сяо Чжэн, желая порадовать Сяо Ву, решила воспользоваться случаем, чтобы сказать ему несколько лестных слов, и сказала: «У тебя такая хорошая фигура, в этом костюме ты выглядишь ещё лучше». Услышав это, Сяо Ву подумал: «Как раз не об этом нужно было говорить», — и, разозлившись, бросил Сяо Чжэн одну и ушёл.

На самом деле У хорошо знал, как у него обстоят дела с фигурой, и понимал, что Чжэн сказала это не с целью его уколоть, но всё равно почувствовал себя неловко — как будто кто-то раскрыл его слабость. Если бы Чжэн поняла это и сформулировала свою фразу по-другому, результат, скорее всего, был бы совсем другим. Она могла бы сказать: «У, у тебя действительно хороший вкус, этот костюм тебе очень идет, я тебя чуть не не узнала». Так она не задела бы самолюбие У.

(3) Женщине нужно научиться оригинальным похвалам

Если твой парень — красавец, он, конечно, будет очень рад, когда ты похвалишь его внешность, но если ты будешь хвалить только его внешность, ему это наскучит, и он даже может в душе посчитать тебя поверхностной. В таком случае попробуй посмотреть на ситуацию с другой стороны и похвалить его за изысканную манеру поведения или мужской шарм — это обязательно его порадует.

Как правило, любой мужчина, обладающий хотя бы небольшим культурным образованием, уделяет больше внимания внутренней красоте. Если вы похвалите его за уникальный характер, глубокую культурную подготовку и обширные знания, он будет гордиться этим гораздо больше. Внешняя привлекательность, конечно, поднимает настроение, но в конечном итоге производит впечатление некоторой поверхностности. Кроме того, если он слишком часто слышит похвалу в одной и той же области, он часто начинает думать, что вы не уделяете ему должного внимания и не замечаете других его достоинств.

Если ваш парень добился значительных успехов в карьере, и вы хвалите его за способности, харизму и талант, то, услышав это тысячу раз, он, как бы вы ни старались, уже не будет испытывать никаких эмоций. Однако если однажды вы скажете ему: «У тебя такие очаровательные глаза», — он обязательно просияет от радости.

Хваля мужчину, лучше не выделять его самые заметные

достоинства, а найти те, которые менее заметны и которые он, возможно, даже сам не замечает. Ведь очевидные достоинства уже стали частью его характера, и с его точки зрения они давно стали привычными и не заслуживают похвалы. Более того, он может даже испытать необъяснимое отвращение к вашей похвале и проявить презрительное выражение лица. Мужчины, влюбленные, очень чувствительны. Если вы будете односторонне хвалить какое-то одно его достоинство, он почувствует, что вы не цените его: «Неужели ты заметила у меня только одно достоинство?» Поэтому, дамы, будьте внимательны и тщательно выявляйте те достоинства, на которые сам ваш парень не обращает внимания, и хвалите их. Он обязательно почувствует, что вы его очень цените, и посчитает вас внимательной женщиной, благодаря чему ваши отношения станут ещё более близкими.

5. Женщине нужно говорить с умом,

некоторые вещи ни за что не стоит произносить. В «Осаде» неизбежно таится война между двумя людьми, и в момент, когда конфликт вот-вот разразится, будет ли это «подлить масла в огонь» или «успокоить как весенний ветерок», часто зависит от слов жены. Иногда одна удачно сказанная фраза не только может уладить спор и взять ситуацию под контроль, но и сделать ваш брак более близким, гармоничным и счастливым в процессе примирения.

Хотите узнать, как умная жена должна говорить во время ссор? Тогда вам нужно, прежде всего, осознать: как только

упрек сорвётся с ваших губ, вы сразу же об этом пожалеете; вы всегда разговариваете с мужем резко и сухо; или же ваши намерения, возможно, и были благими, но в результате слова приобрели совсем иной смысл. В такие моменты ссора часто становится неизбежной, а передача неверной информации грозит разразиться полномасштабной семейной войной. Как было бы хорошо, если бы существовали более удачные способы выразить свои чувства...

Ниже эксперты, занимающиеся изучением секретов успешного общения в браке, дадут вам несколько советов. На самом деле, даже небольшое изменение формулировки может кардинально изменить смысл ваших слов. Главное — контролировать свои эмоции, не позволяя гневу и недовольству взять верх. В этом и заключается секрет гармоничных отношений.

(1) Не говорите: «Я знала, что ты так и скажешь».

Многие фразы сами по себе не являются упреком, если только вы не произносите их в ироничном тоне. Когда вы с насмешкой говорите: «Я знала, что ты так скажешь», — это ничем не отличается от того, как если бы вы называли своего мужа «дураком» или «идиотом». Автор американской книги «7 принципов счастливого брака», доктор философии Джон Гертман, считает: «Презрение ускоряет распад брака. Одним из самых явных признаков развода часто является то, что вы с пренебрежением относитесь к тому, что говорит ваш муж, независимо от того, что он говорит».

Более разумно было бы сказать: «Ты уже говорил об этом раньше, значит, это, должно быть, по-прежнему тебя беспокоит». Такие слова не только искренне учитывают его чувства, но и показывают, что вы хотите помочь решить проблему. Только если вы будете стараться понимать друг друга и общаться по поводу каждой мелочи в жизни, ваш брак станет более крепким. Гертман советует: «Например, если ему приходится работать сверхурочно и он возвращается домой очень поздно, можно записать его любимую телепередачу. Только по-настоящему понимая цели, тревоги и надежды друг друга, вы сможете более адекватно реагировать на важные события и разногласия».

(2) Не говорите: «Ты меня просто с умаводишь».

Вы должны чётко выразить, что именно влияет на ваше настроение. Доктор философии Олсон, профессор социологии семьи в Университете Сент-Пола в Миннесоте, считает, что общее отрицание всего только усугубит напряжённость в браке, поэтому чрезвычайно важно четко объяснить причины своего раздражения.

Вам нужно подчеркнуть, какие чувства вызывает у вас его поведение, но не перечисляйте длинный список жалоб и обид. Помните: указывайте только на одну проблему за раз, например: «Мне действительно очень неприятно, когда я хочу с тобой поговорить, а ты только смотришь телевизор».

Чем раньше вы выразите свои чувства в тот момент, тем лучше. Доктор Олсон объясняет, что фраза «Ты просто сво-

дишь меня с ума» означает, что ваши эмоции, долгое время подавленные, достигли чрезмерно высокого уровня.

(3) Не говорите: «Ты никогда не делал это правильно».

Обвиняя мужа в неправильном поведении, вы часто указываете, как нужно и как не нужно поступать. Хотя ваш способ может казаться лучшим, на самом деле он часто отражает ваши субъективные предпочтения. Доктор Гертман отмечает: «Обвинения приводят к отчуждению в отношениях». В семье оба партнера должны быть равны. Доктор Гертман приводит пример: когда нужно заняться домашними делами, мужчинам необходимо отказаться от мыслей о том, что им так удобно, а женщинам — от желания контролировать процесс выполнения этой работы мужчиной. «Очевидно, что быть его советником гораздо эффективнее, чем давать ему указания».

Не скупитесь на слова благодарности и одобрения в адрес мужа — это будет стимулировать его продолжать свои усилия. Счастливые супружеские отношения часто строятся на взаимном уважении: супруги часто хвалят друг друга и не забывают поблагодарить даже за мельчайшие мелочи повседневной жизни.

(4) Не говорите: «Почему ты всегда меня не слушаешь?»

Говорить, что ваш муж всегда вас не слушает, — это не только упрек, но и преувеличение обиды. В конце концов, даже самый несговорчивый человек несколько раз прислушается к тому, что вы говорите. Доктор философии Пепер

Шварц, автор американской книги «Любовь в равенстве: как по-настоящему сделать брак равным», отмечает: при использовании таких слов, как «всегда» или «никогда», ваш муж «в этот момент не сможет вести с вами нормальный разговор». Кроме того, такие категоричные утверждения возлагают всю ответственность за проблему на него, а вас освобождают от всякой причастности.

А если начать разговор со слов «Для меня это действительно важно», вы откроете дверь к конструктивному диалогу. Шварц считает: «Это даст вам возможность высказать то, что он отверг, и предложить решение проблемы».

Выражая свою точку зрения, сохраняйте хладнокровие. Автор книги «Борьба за брак: правила, позволяющие избежать развода и сохранить любовь надолго», доктор философии Хервард Макман, считает, что чаще всего жены жалуются на то, что мужья вообще с ними не разговаривают, в то время как мужья единодушно считают, что слишком много разговоров приводит к ссорам. Поэтому он советует: если вы хотите, чтобы ваш муж не только слушал вас, но и больше общался с вами, всегда сохраняйте спокойствие.

(5) Не говорите: «Ты прав, я как раз и хочу уйти от тебя!»

Угрозы, казалось бы, привлекают внимание, но зачастую они опасны и не оставляют вам возможности для дальнейшего разговора. Доктор Шварц объясняет: «Ваш муж может сказать вам „прощай“ или иронично заметить, что вы просто притворяетесь, и оба этих исхода будут для вас унижитель-

ными». Даже если вы действительно в порыве гнева уйдете, ваши отношения на этом не закончатся, особенно если в них задействованы дети.

Подавите в себе эти импульсивные порывы — в конце концов, вы «на самом деле не хотите уходить» — и найдите способ поговорить об этом. В такой ситуации, пока отношения между супругами не разорваны, выражение истинных чувств поможет добраться до сути проблемы. Однако для большинства жен угрозы уйти, высказываемые при каждом удобном случае, со временем могут превратиться в реальность.

(6) Не говорите: «Ничего плохого нет. Что именно тебе не нравится?»

Уклонение от проблемы только усугубит ситуацию. Рана всегда нагноивается, и ваша боль ввергнет ваши отношения в ещё больший хаос, который будет постепенно усугубляться.

Прежде всего, вам нужно признать, что у вас есть проблемы, даже если вы не готовы обсуждать их прямо сейчас. Это поможет снять напряжение и направить вас обоих на один путь поиска решения. Затем запланируйте (на следующий вечер или на эти выходные) время, когда вы сможете сесть и взвешенно обсудить проблемы обеих сторон.

Решать проблемы перед сном — разумный шаг. Однако Макман отмечает, что если между вами существуют серьезные противоречия по некоторым вопросам, то «настаивать на том, чтобы разобраться в этих неприятных делах

перед сном, нецелесообразно». Он советует временно отложить обиды в сторону, пока не найдёте время для решения проблемы. Когда вы будете чувствовать себя менее уставшими, вам будет легче найти пути для урегулирования конфликта.

(7) Не говорите: «Ты всегда на стороне детей».

Слово «всегда» — это «красное» слово, которое несет в себе обвинение и часто вызывает гнев. Кроме того, из-за этого ваш муж перейдет в оборонительную позицию, вооружится и будет готов к «сражению».

Частые разногласия по поводу воспитания детей не только приносят обратный эффект, но и могут привести к расколу в семье. Живя среди постоянно ссорящихся родителей, дети постепенно привыкают к вашим разногласиям и могут даже возлагать на себя вину за неудачи в вашем браке. Поэтому, решая подобные разногласия, обязательно делайте это вдали от детей, временно отложите в сторону все обиды и мнения. Если различия в ваших подходах к воспитанию детей уже настолько велики, что влияют на ваш брак, вам стоит обратиться за консультацией к специалисту.

(8) Не говорите: «Как ты мог так со мной поступить?»

Многие супруги, обвиняя друг друга, принимают на себя роль жертвы. Макман объясняет: «Это косвенно выражает вашу обиду, чувство унижения и предательства». Вам нужно понять, с какой целью ваш партнер так поступил. Например: «Я очень расстроилась, что ты мне не позвонил. По какой

причине ты вчера вечером ушел из дома так поздно, не сказав мне ни слова?» Только после таких слов вы оба сможете конструктивно высказать свои точки зрения и таким образом выйти из тупика. Использование такого подхода также означает, что вы должны быть действительно готовы выслушать его версию событий.

6. «Выманите» немного счастья

Мужчины в глубине души очень легко поддаются эмоциям, когда их трогают. А такая крайняя форма выражения, как «клятва», зачастую легче всего трогает мужчину. Когда он, тронутый, смотрит на вас со слезами на глазах, разве вы еще будете переживать, что потеряете его? Не беспокойтесь: он не обязательно заставит вас выполнить клятву. Чаще всего ему просто нужно почувствовать, что его ценят. В этом и заключается небольшая хитрость женщин, которые часто дают клятвы — это умно!

Клятвы жены мужу — нечастое явление в семейной жизни, но знаете ли вы все причины и психологические мотивы, стоящие за клятвами? Послушайте, что сказала следующая женщина, давая клятву своему мужу.

Сяо Ван поклялась мужу: «Клянусь, в моих глазах и в моём сердце ты всегда будешь самым лучшим мужчиной!»

Муж Сяо Ван — человек, любящий давать громкие клятвы. Он часто, сознательно или бессознательно, подталкивал Сяо Ван к тому, чтобы она клялась, и в итоге почти превратил её в мастера лжи прилюдно. Изначально Сяо Ван была

очень объективной женщиной и даже в разгаре страсти не хотела говорить ничего неразумного. Ещё до свадьбы Сяо Ван была вынуждена поклясться, что будет любить его вечно, иначе он «отменит банкет» — а ведь речь шла об их свадебном торжестве! Создав такой прецедент, Сяо Ван начала понимать, что такое громкие клятвы. Раз мужу это нравилось, она стала повторять эти слова из года в год, из месяца в месяц, из дня в день. Стоило ей произнести эти слова, когда он уходил на работу, как он с воодушевлением отправлялся трудиться.

Обычно считается, что спустя много лет после свадьбы женщины начинают более трезво относиться к клятвам вечной любви и теряют к ним энтузиазм, но муж Сяо Ван не уставал от этого. Теперь он не просил Сяо Ван клясться в «вечной любви», потому что знал: современные женщины «широкомысленны» и способны вместить в своё сердце любовь не к одному человеку. Поэтому он решил изменить клятву Сяо Ван на «люблю только тебя одну». Сяо Ван говорила, что такая клятва, не исходящая из сердца, всегда напоминала ей заученную речь; сначала она «произносила» её неловко, но со временем слова стали вырываться у неё сами собой.

Недавно мужу вдруг взбрело в голову сделать себе крутую стрижку «под ноль», и когда он вернулся домой, Сяо Ван не удержалась от улыбки и спросила: «Откуда ты пришёл?» Его невинная причёска, которую он носил более 10 лет, стала да-

леким прошлым. Его коллеги и друзья единодушно считали, что эта новая прическа в стиле «лампочка» ему не идет, и Сяо Ван тоже честно призналась: «Мне не нравится». На что он с обиженным видом ответил: «Неважно, что другие говорят, что это некрасиво, но как ты можешь так говорить?» Сяо Ван, видя, что если его эмоции будут развиваться дальше, он скоро приковывается к постели, изменила тон и сказала: «Привыкнешь — и станет красиво. Клянусь, красиво это или нет — я всегда буду любить только тебя!» Его лицо тут же прояснилось. Через несколько дней один из родственников сказал Сяо Ван: «Я всегда думал, что у тебя отличный вкус, как же ты на этот раз посоветовала мужу такую прическу? Просто ужасно!» Не думала, что Сяо Ван каждый день вынуждена терпеть причёску мужа, похожую на лампочку, и молча сносить упреки в адрес своей «репутации» в вопросах эстетики, а в итоге ещё и не смеет высказывать возражения против «результатов реформы» причёски мужа. В последнее время муж часто спрашивает Сяо Ван перед зеркалом: «Ну как, теперь причёска выглядит гораздо лучше, да?» Сяо Ван отвечает: «Да, да, клянусь, я всегда буду любить только такую твою причёску!»

Услышав столько клятв верности от Сяо Ван, муж, по-видимому, наполнился уверенностью в будущем, поэтому начал исследовать прошлое Сяо Ван. Однажды он с улыбкой сказал Сяо Ван: «Из твоих ранних стихов я узнал, что у тебя были романтические отношения с кем-то, кроме меня. Если

я обещаю не винить тебя за прошлое, ты сможешь поговорить со мной об этом?»

Сяо Ван решительно ответила: «Я ни за что не попадуся на эту уловку».

Он очень деликатно спросил: «К нам в дом не придет какой-нибудь ребенок, чтобы признать тебя своим отцом?»

Сяо Ван улыбнулся: «Я никогда не оставляю после себя неприятных последствий».

Он был потрясён: «Так это действительно так?»

Сяо Ван поспешно поклялся: «Я просто шучу. На самом деле, ещё до того, как познакомился с тобой, я решил, что буду любить только тебя».

Он радостно рассмеялся, он был безмерно счастлив.

Если бы в этот момент Сяо Ван сказала: «Постирай для меня белье или сходи в магазин за книгой», она предполагала, что он бы тут же бросился бежать.

Сяо Ван предсказывает, что через два года муж снова попросит её изменить текст клятвы. А каким будет содержание этой клятвы? Пока неизвестно. Поскольку сейчас Сяо Ван может произносить любую клятву без заминки, а слова похвалы в адрес мужа занимают первое место в её словарном запасе, вероятность того, что она проговорится, значительно возросла. Но Сяо Ван считает, что умиротворять своего мужа, который ведет себя как маленький ребёнок, приносит ей некоторое счастье.

7. Ни в коем случае не ворчите без конца

Для женщин, которые постоянно ворчат, в этом мире никогда ничего не происходит так, как им хочется, поэтому у них всегда найдется повод для недовольства. Но мужчина живет с вами не для того, чтобы слушать ваши придирки, тем более что то, что интересует вас, может вызывать у него сильное раздражение.

Женские придирки — это почти вечная боль в сердце каждого мужчины! Многие мужчины с трудом переносят болтливых женщин. Почему женщины так любят придираться? Почему? Чтобы удовлетворить свою потребность в разговоре? Да, у женщин есть дар речи, они красноречивы, и не дать им проявить себя было бы жестоко. Где много женщин, там много дел — пословица «Три женщины — целая пьеса» как нельзя лучше иллюстрирует это. Как только открывается острый язычок женщины, «щелк-щелк...» — это гарантированно заставляет каждого мужчину дрожать от страха.

Если ты болтаешь, чтобы выговориться или выпустить пар, например, когда тебе не нравятся люди и события вокруг, это понятно. Для мужчины нет ничего страшного в том, чтобы, стиснув зубы, сесть и послушать — пожертвуем собой ради твоего смеха, это того стоит.

Проблема в том, что в большинстве случаев твои придирки вызваны недовольством другими людьми. Почему недовольство? Дело в том, что твои ожидания слишком высоки или ты подчиняешь других своим собственным стандартам. Современные женщины, хотя и получают такое же образо-

вание, как и мужчины, и имеют свои прекрасные идеалы и стремления, но в плане реализации этих идеалов им приходится сложнее, чем мужчинам, и причин тому много. Поэтому они возлагают свои желания, которые трудно реализовать в реальности, на других людей, чтобы получить таким образом психологическое удовлетворение. Многие женщины привыкли упрекать своих мужчин в бесполезности, и это проистекает именно из того чувства неудачи, которое они не могут подавить в себе. Они не могут смириться с тем, что их желания так и остаются несбыточными, и, ища компенсацию в других, неизбежно предъявляют к ним более высокие требования.

Пока не будем обсуждать, насколько уместна такая психология у женщин, но даже если они выдвигают те или иные требования из благих намерений, нет нужды так много ворчать.

Норма. Поскольку ворчание — это женская природа, полностью подавлять его тоже не стоит. Если речь идет о том, чтобы выговориться, одного раза вполне достаточно, нет нужды повторять одно и то же снова и снова. Что касается требований, то двух раз вполне достаточно. Если говорить слишком много, это не только раздражает, но и, в худшем случае, вызывает у собеседника желание сопротивляться: чем больше ты говоришь, тем меньше он хочет это делать — разве это не приведёт к обратному результату? Наверняка ты не хотела бы такого исхода. Твоя бесконечная болтов-

ня — если говорить прямо — это проявление неуважения и недоверия к человеку. Не стоит всегда думать о мужчинах так плохо, ладно? Ты что, считаешь, что все вокруг дураки, а только ты одна умная?

Надо уметь разумно ворчать. Умные женщины часто проявляют ум в мелочах, а в тех делах, где ум нужен больше всего, они, к сожалению, подводят. Разве ты не хочешь, чтобы мужчина выполнял твои просьбы и желания? Но для этого не нужно без конца повторять одно и то же. На самом деле, если ты действительно умная, то должна понимать: лучше сказать меньше, чем много; лучше промолчать, чем сказать мало; молчание сильнее слов.

Сердце мужчины — не камень, оно мягкое. Ни один мужчина не хочет, чтобы его любимая женщина была несчастна. Если твои просьбы разумны, он удовлетворит их, даже если ты ничего не скажешь. Если ты достаточно умна, нежна, внимательна и понимающая, то чем меньше ты говоришь, тем больше мужчина чувствует себя виноватым перед тобой и тем усерднее старается исполнить твои желания.

Поэтому тебе не нужно так без конца ворчать — сэкономь свои силы. В наши дни всем нелегко, так что будь милосердна: перестань «грохотать» и «взрываться», дай своему мужчине хоть немного покоя.

8. Сладких слов — чем больше, тем лучше

Часто говорят, что слова влюбленных — самые бесценные и в то же время самые ценные. Будь то юноши и девушки

ки, влюбившиеся с первого взгляда, или супруги, прошедшие вместе через все испытания за несколько десятилетий, нежные признания в любви всегда повторяются снова и снова. Каждый раз, когда любимый человек говорит «Я люблю тебя», это всегда пробуждает бесчисленные нежные чувства и тысячи сладких эмоций. Влюблённость всегда неразрывно связана с общением — это, кажется, вывод, основанный на опыте, особенно верный для мужчин и женщин, встретившихся впервые.

Общение необходимо и супругам: хотя обмен эмоциями может происходить разными путями, языковое общение никогда не утратит своей актуальности.

Элли прожила в браке всего три года, как уже разъехалась с мужем. Она сказала адвокату: «У него наверняка что-то не так. Каждый день, возвращаясь домой, он почти не разговаривает со мной, после ужина сразу ложится на диван смотреть телевизор и больше не хочет вставать — так до поздней ночи. Посмотрев последнюю передачу, он ползет в постель и, не спросив, устала ли я или хочу ли я этого, требует секса, не произнося ни одного нежного слова — словно все нежные слова были сказаны до свадьбы. Это действительно невыносимо».

Элли нужны не какие-то роскошные вещи, а лишь нежные и ласковые слова мужа.

Нежные слова — это то, без чего не обходится ни одна влюбленная пара. Особенно нежные разговоры во время еды

или отдыха можно назвать своего рода «усилителем эмоций» в любви.

Бабак, эксперт по клиническим исследованиям в области психиатрии и психологии из Медицинского колледжа Калифорнии, говорит: «Для многих женщин разговоры о любви и ощущение любви гораздо важнее, чем половой акт. Особенно это касается тех женщин, которые заняты домашними делами и весь день ухаживают за детьми. Такие изящные, возбуждающие шепотки часто приносят им истинное удовольствие».

42-летний Керк и Дана женаты уже 8 лет. Он вспоминает, что когда-то стеснялся признаваться жене в своей безграничной любви. «Однажды вечером я глубоко вздохнул и, не переставая, излил ей всю свою нежность и любовь. Я сказал ей: „Для меня ты — самая необыкновенная женщина в мире“. Эти мои слова, полные страсти, очень взволновали её, и я сам был глубоко тронут. Теперь при каждой возможности я открываю ей своё сердце, и каждый раз чувствую, что наши чувства становятся ещё более горячими, чем раньше».

Но что же сказать? Как сказать так, чтобы говорящий не выглядел напыщенным, а слушающая не сочла это приторным? «Когда ты чувствуешь, как сквозь комнату пронесется сквозняк, или тебе становится душно, что ты говоришь? Ты не задумываясь выпаливаешь: «Как прохладно!» или «Как жарко!». Не нужно долго размышлять и не нужно строить длинных речей — то же самое касается и слов любви. Если

вы находитесь в комнате вместе с любимой и чувствуете, как вам приятно быть с ней, просто скажите ей: «Мне так хорошо с тобой»..»

Известный всем великий писатель Марк Твен часто подкладывал под блюдо с вазой с цветами записки с надписями «Я люблю тебя» и «Ты мне очень нравишься», чтобы преподнести своей жене неожиданный сюрприз. Эта привычка сопровождала их всю жизнь. Видно, что нежные слова — отнюдь не лишнее, а отличный способ укрепить отношения между влюблёнными.

Глава 1. Женщинам стоит быть осторожнее в высказываниях: прямота может привести к неприятностям

Конечно, женщине следует быть искренней, но если переборщить с искренностью, то энтузиазм превратится в бремя, которое трудно вынести, и зачастую это приводит к тому, что усилия остаются без благодарности. Слишком прямые высказывания могут вызвать неловкость, привести к неприятностям и породить недоразумения. Женщина, упрямо придерживающаяся «абсолютной правды», часто теряет себя. В жизни женщине нужно быть откровенной, но в некоторые особые моменты ей также нужна доброжелательная «ложь» и прекрасный «обман». Если это позволяет избежать подозрений и способствует счастью других, зачем женщине привязываться к внешним формам?

1. Доброжелательная ложь, добрая женщина

Жизнь не обходится без доброжелательной лжи. Иногда, будучи женщиной, нельзя говорить только правду; в некоторых исключительных ситуациях женщине приходится проявить немного хитрости, чтобы слова звучали приятнее. Не стоит при этом придирается к правдивости содержания и

формы — главное, чтобы результат был удачным.

Одна женщина вместе с мужем уехала на заработки, и их жизнь была очень тяжелой. Каждое утро в три-четыре часа она отправлялась на фермерский рынок за овощами, а затем, дождавшись рассвета, укрывалась от сотрудников городской администрации в укромном переулке и торговала там. Ее муж же трудился чернорабочим на строительной площадке. Однако в праздники они всегда наряжались в новое, брали с собой подарки разных размеров и отправлялись домой навестить родителей, твердя, что их работа в городе несложная и что зарабатывать там гораздо легче, чем на ферме. Но родители уже давно все поняли, глядя на ее истощенное лицо, и поэтому раз за разом отказывались от ее подарков и денег.

Однажды ее мать собиралась поехать в город к родственникам. Маме пришлось обойти несколько соседских домов, прежде чем ей удалось одолжить пару кожаных туфель. Женщина видела это и очень переживала. По дороге на работу она сказала мужу: «Когда мы вернемся домой, обязательно купим маме новую пару кожаных туфель. За всю свою жизнь она ни разу не носила кожаных туфель!» Муж с радостью согласился.

Когда пришло время возвращаться домой, туфли были уже куплены, но она затруднилась: мать наверняка откажется принять новую пару, ведь её лицо по-прежнему оставалось худым и измождённым. А если мать действительно откажется, что тогда делать с этими туфлями? Вдруг перед её

глазами как будто мелькнула картина, как в городе собирают мусор. Мгновенно на её лице расцвела счастливая улыбка.

Она поспешила велеть мужу помять новые туфли, а сама взяла горсть пыли и посыпала их. Муж на мгновение засомневался. Когда они снова отправились навестить родителей, у неё в руках не было ничего, кроме той пары туфель, покрытых пылью. Увидев родителей, она с нерешительным выражением лица робко сказала: «Мама, в этот раз, следуя вашему совету, я действительно не привезла никаких подарков! Но я нашла на городской свалке пару не слишком старых кожаных туфель, которые как раз подходят вам по размеру, и привезла их вам!» Когда мать взяла туфли, сдула с них пыль и, примеряя их, с сожалением сказала: ««Эти городские жители такие расточители — выбросили целую пару обуви, которая была в полном порядке. Теперь-то хорошо, больше не придётся одалживать туфли, когда будем ездить к родственникам в город!» Как раз когда она и её муж обменялись многозначительными улыбками, мать добавила: «В следующий раз, когда поедешь в город, не забудь подобрать пару и для твоего отца — он за всю свою жизнь ни разу не носил туфель!»

Женщина и её семья радостно рассмеялись.

Есть ещё один вид лжи — это лестные слова, которые необходимо произносить в соответствии с правилами общественного этикета. В большинстве случаев эти слова содержат преувеличения, пустые фразы и многословность. Слу-

шая эти однообразные клише, человек не всегда испытывает удовольствие, но без этих пустых фраз и лжи невозможно говорить о социальном этикете.

В семье старого Ван появился внук, и в день празднования его первого месяца жизни пришло много гостей, чтобы поздравить. Все смотрели на ребёнка и, то намеренно, то невольно, вели светскую беседу.

Маленький Ли сказал: «Ваш внук в будущем обязательно будет счастлив и долгожителю, достигнет высоких постов, обретет богатство и славу, прославит род и принесет честь предкам!»

Маленький Ло сказал: «Все люди одинаковы: этот ребёнок тоже когда-нибудь вырастет, состарится и умрёт!»

Маленький Ли был тепло принят и провозглашён почетным гостем, а Маленький Лоу подвергся презрению со стороны гостей, зависти хозяина и холодному приёму.

Разве слова Маленького Ло не были правдой? Конечно, это была правда, но в такой обстановке правду слышать неприятно. Напротив, слова Маленького Ли, скорее всего, были ложью: человеку очень трудно обрести «долголетие и счастье», но именно эта ложь снискала расположение хозяина, ведь именно этого он и ожидал.

Вежливые фразы и лесть могут приносить огромное удовлетворение человеческим иллюзиям и тщеславию, помогая избавиться от затруднений и трудностей. Они дают человеку ощущение, что в жизни других он пользуется уважением

и признанием, поэтому они также являются неотъемлемой частью жизни. Именно поэтому Руссо в «Исповеди» писал: ««У меня никогда не было склонности к лжи, однако мне часто приходилось с чувством стыда говорить неправду, чтобы выпутаться из различных затруднительных ситуаций. Иногда, чтобы поддержать разговор, мой тупой ум и иссякшие темы заставляли меня выдумывать что-то, чтобы было о чём поговорить»».

В жизни важна правда, но искренность — ещё важнее; это, без сомнения, имеет большую ценность для жизни и для общества. Однако общество, в котором мы живём, многогранно и сложно; все мы — обычные люди, и каждый надеется добиться успеха. У каждого в душе есть те или иные желания и мысли; если без разбора, не выбирая собеседника и не учитывая обстоятельства, выкладывать всё как есть, вас просто сочтут наивной и простодушной. Только соблюдая определённые принципы и соблюдая меру, вы сможете стать женщиной, умеющей общаться.

2. Прекрасная ложь, прекрасная женщина

В реальном мире женщинам зачастую приходится учиться говорить «добрые» ложь. Некоторые из таких «добрых» лжи могут сделать жизнь женщины, её возлюбленного и близких лучше.

Давным-давно жил один юноша, который родился слепым.

Тьма была его единственной реальностью, и он не мог по-

знать ни красоту, ни уродство этого мира. Но он всегда был счастлив, потому что мать говорила ему, что он — самый красивый юноша в деревне. Поэтому он жил счастливо и с гордостью.

В мгновение ока юноша достиг брачного возраста, но, поскольку он был слепым, ни одна девушка в деревне не хотела выйти за него замуж. После долгих поисков и уговоров со стороны матери девушка из соседней деревни, у которой не было одной руки, согласилась выйти за него замуж.

Мать сказала юноше: «Сынок, я нашла тебе самую красивую девушку в деревне».

В брачную ночь молодой человек спросил девушку: «Мама сказала, что ты самая красивая девушка в деревне, это правда?»

Девушка ответила: «Да».

Молодой человек спросил ещё: «Мама сказала, что я самый красивый парень в деревне, правда?»

Девушка громко ответила: «Да. Ты самый красивый парень в деревне».

Услышав ответ девушки, на лице молодого человека расцвела счастливая улыбка. С тех пор он стал жить с ещё большей уверенностью в себе.

Молодой человек жил в прекрасной лжи: ложь матери и ложь жены наполнили всю его жизнь счастьем и сладостью. Наконец, однажды он состарился и мирно закрыл глаза, с довольной улыбкой на лице. В глазах окружающих он был гад-

ким утенком, а сам жил как гордый принц. В этом и заключается сила доброжелательной лжи. Мы тронуты величием родственных уз и тронуты доброжелательной ложью.

Есть такая поговорка: «Доброжелательная ложь прекрасна». Когда мы ради счастья и надежды других людей в меру прибегаем к небольшим ложным словам, ложь превращается в понимание, уважение и терпимость, обретая волшебную силу. Одна ложь родителей заставляет лицо неопытного ребёнка расцвести, как цветок; одна ложь учителя избавляет растерянного ученика от сомнений и помогает ему лучше расти; одна ложь врача ведёт испуганного пациента от гибели к новому началу.

Ложь, продиктованная благими намерениями, — это питательная сила жизни и движущая сила веры. Она зажигает в сердце огонь надежды, даёт уверенность в том, что в мире есть любовь, доверие и трогательные моменты, и благодаря этому помогает найти ещё больше поводов улыбаться жизни. Доброжелательная ложь — это духовность человеческой натуры, воплощение тонкости чувств и зрелости мысли; она побуждает человека быть сильным и целеустремленным, невольно стремиться к цели и, в конце концов, победить свою уязвимость и обрести новую жизнь в безнадежной ситуации. В жизни часто можно встретить добрые и прекрасные ложь, которые составляют еще один пейзаж жизни. Они обогащают жизнь людей, делают отношения между ними более гармоничными, а саму жизнь — более радостной и

счастливой. Ложь, произнесенная в момент внезапно обрушившегося бедствия, порой становится ложью, спасающей жизнь.

Транспортный самолёт, попав в песчаную бурю в пустыне, совершил вынужденную посадку, но самолёт был серьёзно повреждён и не мог подняться в воздух, а оборудование связи также вышло из строя, и связь с внешним миром была прервана. Девять пассажиров и один пилот оказались в отчаянии. Инстинкт выживания заставил их вступить в борьбу за ограниченные запасы продовольствия и воды.

В критический момент один из пассажиров выступил вперед и сказал: «Не паникуйте, я авиаконструктор. Если вы все объединитесь и будете следовать моим указаниям, мы сможем починить самолёт». Эти слова подействовали как успокоительное средство, стабилизировав настроение всех присутствующих. Они стали сознательно экономить воду и провизию, всё шло упорядоченно, и все объединились, чтобы бороться с песчаной бурей.

Прошло более десяти дней, самолёт так и не был отремонтирован, но мимо прошла каравана торговцев, путешествующих по пустыне, и спасла их. Лишь через несколько дней люди узнали, что тот пассажир вовсе не был авиаконструктором, а всего лишь учителем начальной школы, не имевшим ни малейшего представления о самолётах. Узнав правду, некоторые обрушились на него с обвинениями в обмане и в гневе спросили: «Нам всем грозила смерть, а ты как мог

так безжалостно обманывать нас?» Учитель ответил: «Если бы я тогда не солгал, смогли бы вы все дожить до сегодняшнего дня?»

Эта история учит нас, что благонамеренная ложь — это надежда в жизни, оазис в пустыне, которая порой действительно меняет траекторию нашей жизни.

Благотворная ложь обладает волшебной силой, вдохновляя вас снова и снова прилагать усилия для прогресса и ни за что не сдаваться ради мечты, таящейся в сердце. Ведь путь в будущее полностью освещён радостным настроением, и благодаря этому жизнь становится ещё прекраснее.

3. Женщина должна быть чуткой: чтобы ублажить мужа, не стоит придираться к мелочам

В жизни нет абсолютной правды, и если женщина во всём будет говорить только правду, она только навлечёт на себя кучу неприятностей.

В последнее время отношения Авен с мужем были довольно напряжёнными, а несколько дней назад даже ходили слухи о «разводе». Как так получилось, что эта когда-то довольно близкая пара вдруг решила развестись? Оказалось, всё из-за того, что Авен нечаянно выпалила «голую правду».

В тот день она рано вернулась с работы. Поужинав, супруги устроились на диване и стали смотреть популярный подростковый сериал. В сериале главные герои были по уши влюблены, и героиня с нежностью спросила у своего возлюбленного: «Ты меня любишь или нет?» На что герой тут же

ответил: «Конечно, я тебя люблю, ведь ты — часть моего тела».

Услышав эти слова, А Вэнь пробормотала про себя: «Отлично! Это мудрый и немного дзенский ответ, просто классика». Муж А Вэнь — уроженец Шанхая, и по натуре он очень чувствительный человек. Услышав её слова, он с ног до головы окинул её взглядом, а затем недовольно спросил: «Ты что, тоже считаешь меня частью своего тела?» А Вэнь немного раздражилась из-за вопросительного тона мужа и была вынуждена ответить отмазкой: «Конечно, ты часть моего тела». А Вэнь думала, что таким ответом дело будет сведено к концу, но, как ни странно, её муж, услышав это, не остановился на достигнутом, а продолжил спрашивать: «Так какая же я часть твоего тела?» Муж изначально надеялся услышать от Авен несколько ласковых слов, но она лишь беспомощно улыбнулась, пытаясь уклониться от ответа. Муж настойчиво продолжал допрашивать, и в порыве отчаяния Авен вырвался честный ответ: она искренне сказала мужу: «Ты — мой аппендикс!» Можно себе представить, как отреагировал на этот ответ её муж, который и без того был немного недоволен.

В этом примере Авен сказала мужу правду, которую не следовало говорить, в результате чего отношения между супругами обострились. Если бы Авен воспользовалась моментом и сказала несколько ласковых слов, пусть даже ложных, результат мог бы быть совсем другим. В жизни, когда

это необходимо, женщине нужно научиться говорить «добрую ложь».

На самом деле, когда вы сталкиваетесь с тем, что кто-то, особенно ваш муж, допрашивает вас до последнего, ни в коем случае не следует в порыве эмоций выпаливать то, что у вас на уме, потому что эта мысль может доставить вам немало неприятностей.

Давным-давно жила монахиня, которая любила говорить только чистую правду: о чём бы ни шла речь, она всегда говорила всё как есть. Поэтому, куда бы она ни пришла, её всегда прогоняли. В результате она осталась ни с чем и просто не имела, где приютиться. В конце концов она пришла в один монастырь, надеясь, что её примут. Настоятельница, встретившись с ней и выяснив причину, посчитала, что для женщины такое обращение — большая беда. Поэтому она оставила её в монастыре и устроила там.

В монастыре было несколько уже не пригодных к работе животных, и настоятель хотел их продать, но не осмеливался послать кого-либо из своих подчинённых на рынок, опасаясь, что те присвоят деньги от продажи. Поэтому он поручил этой честной монахине отвести на рынок двух ослов и одного мула, чтобы продать их. Монахиня говорила покупателям только правду: «Этот осёл очень ленив, любит валяться в грязи. Однажды батраки хотели вытащить его из грязи, но, приложив усилие, оторвали ему хвост; этот лысый осёл особенно упрям, не хочет делать ни шага, и они его хлестали, из-

за чего у него выпала шерсть; а этот мул — и старый, и хромой. Если бы они были способны работать, зачем бы настоятельница монастыря их продавать?» В результате покупатели, услышав эти слова, ушли. Когда эти слова разнеслись по рынку, никто больше не стал покупать этих животных. Тогда вечером монахиня снова загнала их обратно в монастырь.

На самом деле, то, что произошло с монахиней в этой истории, не было случайностью; в реальной жизни тоже нередко подобные примеры.

В жизни нет абсолютной правды, и если женщина во всём будет говорить только правду, она только навлечёт на себя кучу неприятностей и даже может оказаться несовместимой со всем обществом. «Ложь» из благих намерений — это как приправа к жизни. «Ложь», сказанная женщиной в подходящий момент, наполнена искренностью, излучает тёплый свет и позволяет как лгушей, так и «обманутому» разделить радость. А чрезмерная честность только заставит окружающих «не выдержать» и держаться от вас на расстоянии.

4. Когда трудно объяснить ситуацию,

женщине нужно научиться ловко выходить из положения. В жизни бывают моменты, когда ложь необходима. На самом деле, мы здесь не призываем наших подруг лгать ради забавы, просто в некоторых конкретных ситуациях ложь помогает выбраться из неловкого положения и избежать неприятностей.

Однажды поздно ночью госпожа Чэнь вернулась домой в

состоянии сильного опьянения. Когда её муж помог ей снять пальто, он внезапно обнаружил в кармане блузки фотографию, на которой был изображён молодой и красивый парень, а под ней была написана от руки строчка: «С самой первой встречи ты всегда остаёшься в моей памяти». Муж и без того был ревнивым, и, увидев фотографию, пришёл в ярость: «Что это за фотография? Кто этот человек? Где ты сегодня ночью разгулялась? У тебя что, есть любовник на стороне?»

Г-жа Чэнь в душе вздрогнула, но снаружи сохранила непринуждённый вид и ответила: «Эй, сегодня вечером была корпоративная вечеринка. Один коллега попросил меня познакомить его с одной девушкой из компании, но ему было неловко давать ей свою фотографию, поэтому он попросил меня передать её ей. Не надо так переживать, у тебя опять ревность разыгралась, скупердяй». Услышав это, муж перестал злиться и улыбнулся. Так этот скандал благополучно улегся. Ведь муж знал, что жена — человек с добрым сердцем и часто знакомит одиноких парней и девушек в компании.

На самом деле фотографию тайком сунули в карман г-же Чэнь несколько её близких друзей, когда они провожали её домой в нетрезвом состоянии, — они хотели подшутить над ней. Обычно такие шутки отлично срабатывают на ревнивого мужа, но г-жа Чэнь ловко выкрутилась благодаря своим ловким словам и лжи.

Женщина, не умеющая лгать, всегда боится, что её раз-

облачат, поэтому, лгая, она сильно нервничает, а от нервозности её мимика становится неестественной. Речь становится прерывистой, сопровождается «mmm» и «aaa». Более того, она впадает в панику и начинает суетиться. Увидев такое поведение, окружающие не поверят тебе, даже если ты говоришь правду.

В Америке есть пословица: «Думай только о том шаге, который делаешь сейчас, не задумываясь о следующем». Для говорящего это вполне правильный подход.

Однажды Наполеон проводил смотр войск. По традиции командир подбежал к Наполеону и очень чётко доложил: «Докладываю, генерал. Все подразделения полностью собраны. Укомплектованность подразделения составляет 3 444 человека, фактически присутствует 3 438 человек. Прошу провести смотр».

Наполеон с видимым удовлетворением кивнул и сказал: «Отлично», — после чего повернулся к своему штабному офицеру и добавил: «Запомните имя этого командира. Человек, который так точно помнит цифры, заслуживает высокого назначения. Вам тоже следует брать с него пример: когда докладываете мне, старайтесь использовать точные цифры. Не употребляйте таких слов, как „примерно“, „возможно“, „может быть“ или „примерно так“».

Этот командир, завоевавший расположение Наполеона ложью, лгал действительно лаконично и решительно, демонстрируя необычайное хладнокровие. На самом деле, чтобы

говорить, в первую очередь нужно именно так: суметь вызвать у собеседника элементарное доверие, только тогда другие поверят твоим словам.

Обычно мы с подозрением относимся к человеку, который говорит нерешительно и запнуто, полагая, что его нерешительность — это прикрытие для выдумок и лжи, и поэтому относимся к нему с особой настороженностью. А к человеку, говорящему чётко и лаконично, мы относимся с симпатией, как будто его непосредственность — это признак искренности и открытости, не скрывающей умыслов; мы часто без сомнения верим словам, произнесённым таким образом, считая, что то, что вырывается с языка, не может быть ложью. На самом деле, искушенные обманщики просто используют эту психологическую особенность людей, чтобы без зазрения совести лгать.

В реальной жизни, когда приходится прибегать к лжи, чтобы выбраться из неловкой ситуации, такую ложь нужно произносить без колебаний, иначе собеседник усомнится в вашем ответе, и вам будет трудно добиться естественного эффекта.

5. Ложь для женщин — это также необходимость, продиктованная реальностью

Похвала — это «золотой ключ», открывающий двери в общение. Чтобы похвала была уместной, необходимо сочетать правду и вымысел: если у собеседника есть достоинства, женщина должна искренне их хвалить; если же достоинств

нет, можно проявить гибкость и добавить немного вымысла, придумав повод для похвалы — это тоже даст отличный результат.

В Японии есть одна аптека в регионе Кансай, владелица которой пользуется огромной популярностью. Независимо от того, правда это или ложь, всё, что выходит из её уст, всегда звучит так приятно, что бизнес процветает. Каждый раз, когда в магазин заходил покупатель, она сразу же вставала, чтобы встретить его, с улыбкой на лице, кланялась и вежливо говорила: «Добро пожаловать», что поднимало настроение пришедшим и давало им ощущение, что к ним относятся с уважением. Затем владелица аптеки начинает искренне говорить свои «неправдивые слова»: например, пожилым людям она говорит: «Вы выглядите так молодо!», а молодым дамам и дамам среднего возраста, которые следят за своей внешностью, — что-нибудь вроде: «Ваш наряд очень красивый», — то есть слова, которые звучат приятно и согревают душу.

Поскольку владелица аптеки говорила свои «неправдивые слова» искренне, покупатели с удовольствием общались с ней, и дела у аптеки естественным образом пошли в гору.

Самое главное в том, чтобы женщина умела хорошо лгать, — это играть свою роль искренне, с искренним отношением и не задевать чувств собеседника. Если вы с небрежным видом говорите собеседнику слова, которые звучат приятно и утешительно, даже если это просто вежливая похвала, то

иногда собеседник не только не примет ваши добрые намерения, но и получит о вас негативное впечатление как о лицемере. Поэтому искреннее и серьёзное выражение лица — важная стратегия для изменения психологического настроения собеседника. Даже если ваши слова полностью не соответствуют действительности и являются настоящей ложью, но вы выражаете их с максимальной искренностью, собеседник всё равно поверит, что это слова, исходящие из глубины души, и, естественно, у него сложится о вас хорошее впечатление — это самоочевидная истина.

Маленькая Чжан пошла в магазин за велосипедом. Зная, что у неё длинное тело и короткие ноги, что создаёт диспропорцию, она выбрала велосипед, расплатилась, а затем попросила продавщицу опустить седло. Но продавщица, внимательно посмотрев на неё, с чрезвычайно искренним выражением лица сказала: «Девочка, у тебя точно длинные ноги!» В тот же миг Маленькая Чжан, чувствуя себя на седьмом небе от счастья, смотрела, как продавщица поднимает седло велосипеда. Затем она с молниеносной скоростью помчалась на велосипеде к своему уютному дому. По дороге, размышляя над уверенной и решительной фразой продавщицы «У тебя точно длинные ноги», она невольно пришла в восторг.

Похвала той продавщицы явно не соответствовала действительности, да и её мотивы были неяс. Несмотря на это, Маленькая Чжан всё равно была ей очень благодарна.

Несомненно, лучшая стратегия при произнесении «доб-

рожелательной лжи» — это «серьёзное выражение лица». Лучше всего, когда, произнося лестную фразу с серьёзным выражением лица, использовать чёткий и решительный тон. Например, после приветствия и обмена любезностями типа «Вы выглядите сияющим и полным энергии» сразу же добавьте: «Вы выглядите гораздо моложе своего реального возраста!» Уверен, что собеседник непременно почувствует прилив удовлетворения и останется о вас с хорошим впечатлением, ведь всем людям приятно, когда их хвалят за молодость — это естественно.

Как правило, большинство людей придают большое значение первому впечатлению, которое они производят на окружающих. Поэтому, чтобы произвести на собеседника хорошее первое впечатление при первой встрече, стоит «уменьшить» его возраст на 30 % по сравнению с реальным. Это оптимальная стратегия, поскольку уменьшение на 10 % дает незначительный эффект, а уменьшение на 50 % может показаться неискренним. Таким образом, 30 % — это золотая середина.

Например, если собеседнику шестьдесят лет, скажите: «Вы выглядите как человек за сорок!» Конечно, собеседник наверняка будет удивлён. Чтобы собеседник не почувствовал себя обманутым, вам необходимо сначала подготовить его «психологически» к тому, что ему действительно за сорок, а затем с серьёзным выражением лица похвалить его. Если вы будете действовать постепенно и последовательно,

собеседник легко примет вашу «неправду» и будет глубоко тронут вашей искренностью.

Однажды вечером несколько человек в баре пили и весело беседовали. Когда они были в самом разгаре веселья, официантка решительным тоном обратилась к одному из них, у которого начинала проредевать шевелюра: «Сэр, вам, наверное, лет двадцать семь-восемь!» Он был потрясён, а его друзья вокруг хохотали до слёз, говоря, что это просто нелепо, и все невольно прониклись любопытством к этой официантке.

Уменьшать свой возраст, который на самом деле составляет за сорок, на 40 % и утверждать, что тебе двадцать семь-восемь лет, — это действительно слишком нелепо, тем более что лысина ни в коем случае не может быть признаком молодости. Поэтому я, невольно удивлившись, спросил об этом официантку, но она, сохраняя невозмутимый вид, величественно ответила: ««Хотя я и не знаю Вашего настоящего возраста, но если бы кто-то спросил меня о Вашем возрасте, я бы обязательно ответила, что Вам двадцать семь-восемь лет, тем более что по внешнему виду Вы действительно выглядите на двадцать семь-восемь лет!» Так продолжался спор, пока её изначально серьёзное выражение лица не сменилось на такое, будто она вот-вот расплачется, и только тогда все перестали спорить.

На самом деле этот господин действительно был тронут искренностью и отношением официантки, и его сердце переполняла радость. Из этого можно сделать вывод: когда гово-

ришь неправду, помимо серьезного выражения лица, необходимо и искреннее настроение. Конечно, ни в коем случае нельзя задевать чувствительные места собеседника, потому что, если это произойдет, даже если ваше отношение будет самым серьезным, а выражение лица — самым искренним, хорошего результата не будет. Например, если вы скажете человеку, который очень переживает из-за своего плоского переносицы: «У вас очень красивый нос!», это наверняка вызовет у собеседника сильное недовольство. Чем искреннее будет ваше отношение, тем сильнее он может разозлиться.

По той же логике, общаясь с начальником, нужно всегда быть осторожным. Когда начальник задает вам какой-либо вопрос, в вашей голове должна мгновенно промелькнуть мысль: в чём заключается истинная «цель» его вопроса? Затем, исходя из его «цели», давайте конкретный ответ, а не просто отвечайте на каждый вопрос так, как есть. Если нужно солгать, смело лгите, не стесняйтесь. Конечно, речь не идет о том, чтобы лгать начальнику во всём, а о том, чтобы говорить то, что следует сказать.

В общем, лгать нужно в меру, иначе не только не добьетесь желаемого результата, но и произведете впечатление лицемерной и напыщенной личности.

6. При необходимости женщине следует говорить «доброжелательную ложь»

Часто, когда кто-то обращается к вам с просьбой, по разным причинам, например, из-за того, что не хочется терять

лицо, невозможно сразу же отказать. В таком случае один из способов — вежливо отказать, а более дипломатичный способ — сначала согласиться, а потом объяснить ситуацию, приведя подходящую причину.

В общении с окружающими женщины, которые никогда не лгут, часто сталкиваются с препятствиями и постоянно обижают людей; даже если они выражаются более тактично, во многих ситуациях им не удастся выбраться из затруднительного положения. Например, как говорится на сайте, что делать, если однажды к вам обратятся за помощью в связи с переводом на другую работу, поиском работы для родственника или чем-то подобным, а вы ничего не сможете сделать?

Ответ: научитесь говорить «добрую ложь».

Если вы сразу же откажете, собеседник, скорее всего, посчитает, что вы не хотите ему помочь, и ваши отношения могут даже испортиться. Не исключено, что в будущем, когда вам понадобится его помощь, даже если он сможет вам помочь, он вспомнит прежнюю «обиду» и отомстит вам тем же. Поэтому лучше дать собеседнику понять, что вы сделали всё, что в ваших силах, чтобы помочь ему.

То же самое касается и других ситуаций. В бизнесе, если кто-то просит вас использовать свои связи, чтобы достать ему партию товара по заводской цене, лучше сразу же приступить к делу: «Хорошо, я постараюсь вам помочь». Сразу же уточните, какие модели нужны и в каком количестве. Затем, следуя описанным выше шагам, через несколько

дней, не дожидаясь, пока собеседник сам обратится к вам, вы должны объяснить ему, что уже обращались к руководству, но начальник был непреклонен, или что вся продукция уже раскуплена другими, и остаётся только ждать следующей возможности.

Кто-то хочет воспользоваться тем, что вы уезжаете в командировку, и попросить вас приобрести для него продукцию определённой модели. Пожалуйста, не отказывайте сразу в его просьбе, а сразу же примите деньги, предоставленные им на покупку товара, и откровенно скажите, что обязательно постараетесь найти этот товар и, если он будет в наличии, обязательно купите его для него. Затем, находясь в командировке, позвоните или отправьте телеграмму собеседнику и сообщите, что вы обошли несколько крупных торговых центров, но не нашли товар этой модели и т. д.

Подобные приемы можно применять гибко, извлекая уроки из каждого конкретного случая. Так вы сможете создавать в повседневной жизни «долги благодарности», не требующие никаких затрат, но приносящие огромную выгоду — это также распространённый приём, к которому прибегают опытные люди, когда обращаются к кому-то с просьбой.

Этот метод не следует использовать часто, только изредка, в качестве экстренной меры. Если прибегать к нему постоянно, рано или поздно вы провалитесь и подвергнетесь критике. Большинство людей ценят тех, кто держит слово, но редко кто проявит великодушие и поймет причины, по

которым вы не смогли выполнить то или иное обещание. Мы часто слышим, как человек А жалуется на человека Б, говоря: «Человек Б явно обещал мне, но на самом деле он мне вообще не помог». На самом деле, хотя человек Б, возможно, и дал обещание человеку А, это было лишь потому, что он боялся оказаться в неловком положении и стеснялся отказать; позже, тщательно обдумав ситуацию, он понял, что это вообще невозможно, и даже сам человек А понимал, что просит о невозможном. Но действительно ли А будет винить себя, а не других? Вряд ли. А со стороны всегда кажется, что неправ Б, потому что, когда дело доходит до такой стадии, никто уже не обращает внимания на то, что было вначале.

Кто-то может задать такой вопрос: а что делать, когда мы находимся в присутствии друга и вынуждены дать согласие, хотя на самом деле понимаем, что не следует этого делать?

Специалисты по межличностным отношениям советуют: «После того как собеседник закончит излагать свои аргументы и просьбы, нужно слегка покачать головой, не проявляя при этом резкости». Легкое покачивание головой означает отказ; увидев это, собеседник поймет, что вы отказали, и тогда вы сможете спокойно объяснить причины своего отказа, чтобы ему было легче это принять.

Разумеется, причина отказа должна быть весомой. Весомая причина поможет собеседнику понять ваши затруднительные обстоятельства, из-за которых вы не можете выполнить просьбу, и он не будет затаивать на вас обиду.

Во многих случаях дело обстоит именно так: с одной стороны, кажется, что нужно что-то сделать, но как только приступаешь к делу, возникают проблемы. Например, у вас есть хороший друг, который работает страховым агентом по страхованию жизни. Он приходит к вам и долго перечисляет все преимущества покупки полиса страхования жизни, а затем просит вас приобрести у него полис на 1 миллион юаней. Вы прекрасно понимаете, что в этом действительно есть польза, но, тщательно обдумав дело, пришли к выводу, что, если выполнить его просьбу, ежемесячные страховые взносы составят треть вашего дохода, а в настоящее время ваш доход едва хватает на покрытие повседневных расходов. Понимая, что это трудно осуществить, вы можете слегка покачать головой и затем изложить вышеупомянутые причины.

7. Женщине не следует разоблачать мужские ложь

У каждого мужчины есть самоуважение, особенно перед своей женщиной. Именно поэтому мужчины часто, осознанно или неосознанно, хвастаются перед своими женщинами и говорят неправду. В брачной жизни женщине следует осознать это и избегать разоблачения мужчины.

Чтобы избежать праздничной атмосферы, связанной с Днём Национального празднования, 25 сентября 2005 года, чуть позже 9 часов утра, Чжун Даган и Ван Сяоянь пришли в суд по делам гражданского права района Сичэн и подали заявление о разводе. Судья, немного ознакомившись с их ситуацией и убедившись, что обе стороны действительно твер-

до намерены развестись, включил компьютер, зарегистрировал их заявление, и через несколько минут компьютер распечатал судебное решение о разводе. Так Чжун Даган и Ван Сяоянь официально развелись.

Говоря о супругах Чжун Даган и Ван Сяоянь, соседи без исключения выражают сожаление: с момента свадьбы между молодой парой разразилась масштабная «война». Сначала они ссорились, запершись в комнате, но потом, когда это стало невозможно скрывать — а может, они просто сочли, что в этом нет необходимости, — они стали ссориться при открытых дверях, а в конце концов их словесные перепалки перекинулись на двор. С того дня в их доме не умолкали мелкие «ссоры», которые не давали покоя соседям. Несмотря на то что к ним не менее четырёх-пяти раз приходили посредники — от друзей до родственников и представителей комитета по делам жильцов — ничего не помогло, и в конце концов им пришлось развестись. К счастью, у них ещё не было детей.

На самом деле, та масштабная ссора в тот день началась с мелочи, можно даже сказать, с чего-то совершенно незначительного — всего лишь одной фразы. В тот день утром супруги не пошли на работу, а каждый занимался своими делами дома. Чжун Даган в кабинете разбирал свои документы, а Ван Сяоянь сидела за компьютером в спальне, пытаясь выполнить задание, порученное ей компанией. Еще утром, лежа в постели, она сказала мужу: «Сегодняшнее задание

очень важно! Компания требует, чтобы я сдала отчет по анализу рынка до 20-го числа, больше откладывать нельзя».

Как раз когда Ван Сяоянь с большим энтузиазмом писала отчёт в Word, мышь внезапно перестала двигаться. Она нажала несколько клавиш на клавиатуре, но реакции по-прежнему не последовало. «Чёрт, я ещё не успела сохранить!» — подумала Ван Сяоянь и сразу же нажала кнопку «горячего перезапуска», но реакции по-прежнему не было. «Что с этой дрянной машиной?» Ей пришлось перезагрузить компьютер, но он так и не смог зайти в Windows. Ван Сяоянь перезагрузила его ещё раз, но ситуация не изменилась. Теперь она была в полном отчаянии и боялась, что сломает компьютер.

«Даган, подойди-ка, что сегодня случилось с нашим компьютером? Он просто завис во время работы, а сейчас вообще не загружается!»

«Опять глючит! Что за дело? У меня он работает нормально, а как только ты к нему прикасаешься, он сразу начинает барахлить».

«Не мог бы ты подойти и посмотреть?»

«Хорошо, хорошо! Я подойду и посмотрю».

Чжун Даган отложил свою работу и подошёл к компьютерному столу в спальне. Сначала он перезагрузил компьютер, но результат оказался таким же, как и раньше. Он отыскал среди кучи дискет загрузочную дискету, вставил её в дисковод, перезагрузил компьютер, вошёл в настройки CMOS и изменил соответствующие параметры, а затем снова переза-

грузил компьютер, но результат остался прежним.

«Может, позвать того, кто чинит компьютеры внизу, чтобы он посмотрел?» — напомнила Ван Сяоянь, немного нервничая.

«Нет, нет, нет, я сам разберусь с этой штукой! С такими знаниями в компьютерах, как у твоего мужа, зачем обращаться к кому-то из-за такой мелочи!» На самом деле Чжун Даган не разбирался в компьютерах: в университете он специализировался на маркетинге, но пользовался компьютером уже несколько лет, поэтому кое-что знал и мог устранить большинство обычных неполадок.

Услышав такие слова мужа, Ван Сяоянь просто легла на кровать, чтобы отдохнуть. «Хорошо, надеюсь, ты почините его побыстрее».

Но кто бы мог подумать, что Чжун Даган возился с ним целую вечность: то загрузочный диск, то антивирусный диск, то запуск с оптического привода, то вскрытие системного блока для проверки проводов — у него даже капли пота выступили на лбу. Прошло почти всё утро, но компьютер по-прежнему не загружался.

Теперь Ван Сяоянь ещё больше занервничала. «Я же говорила, что ты не справишься, а ты всё равно упрямылся. И каков результат? Ты мешаешь мне работать!»

«Как это мешаю твоей работе? Разве я его сломал? Я столько усилий потратил, а благодарности не получил».

«Разве ты не говорил, что справишься? А теперь справил-

ся?» — Ван Сяоянь встала с кровати.

«Я и хотел разобраться, но сейчас не получается, что по-
делать!»

«Если бы я вызвала специалистов внизу, всё бы уже давно
было готово!»

Чжун Даган встал из-за компьютерного стола, но промол-
чал.

«Я действительно не понимаю, почему ты так любишь
хвастаться? Почему ты так искусен в этом? Почему ты так не
боишься последствий, когда твои хвастливые слова не оправ-
дываются?»

Чжун Даган, увидев, что его добрые намерения так при-
нижают, разозлился, и его слова стали язвительными и рез-
кими: «Я люблю хвастаться, потому что кое-кому это нуж-
но! Когда кто-то надевает тот уродливый деловой костюм, я
хвастаюсь, что она самая красивая; когда кто-то наряжается,
чтобы выйти из дома, я хвастаюсь, что она самая молодая;
когда кто-то спрашивает меня, как она выглядит по сравне-
нию с другими женщинами, я хвастаюсь, что она самая кра-
сивая. Я просто пристрастился к хвастовству, понимаешь?»

Услышав это, Ван Сяоянь тут же взорвалась от ярости, и
так разгорелась семейная война, которая в итоге уничтожила
их брак, просуществовавший четыре года.

У каждого мужчины есть самолюбие, особенно перед сво-
ей женщиной. Именно поэтому мужчины часто, осознанно
или неосознанно, хвастаются перед своими женщинами и

говорят небольшие неправды. В брачной жизни женщине следует осознавать это и избегать разоблачения мужчины. Ошибка Ван Сяоянь, возможно, заключалась в том, что она безжалостно раскрыла этот больной вопрос Чжун Дагана.

Глава 2. Женщине следует быть осторожнее в словах и держать язык за зубами

Одно доброе слово может согреть вас, как весенний ветерок, а одно плохое — принести вам массу неприятностей. Поэтому женщине, говоря, следует быть более осторожной, ни в коем случае не говорить без умысла, прямо и откровенно. В противном случае, какой бы красивой и очаровательной ни была женщина, со временем ей будет трудно пользоваться популярностью у окружающих. Быть осторожной в разговоре — значит обдумывать свои слова, больше наблюдать, анализировать и размышлять. Только так вы сможете и завоевать сердца людей, и защитить себя. В реальной жизни вам обязательно нужно быть женщиной, которая умеет думать.

1. Неразумные высказывания женщины, создающие проблемы из ничего, недопустимы

Умелые слова могут помочь женщине добиться успеха, а неумелые — принести беду, поэтому осторожная женщина всегда проявляет осмотрительность в разговоре и, если можно не говорить, предпочитает следовать примеру древних, которые «запечатывали уста тремя печатями».

Например, если кто-то боится, что вы узнаете о его лич-

ной жизни, а вы во время разговора нечаянно упоминаете об этом, то, исходя из принципа «говорящий не думает, а слушающий думает», она посчитает, что вы намеренно раскрыли её секрет, и возненавидит вас до глубины души. Это первый признак того, что женщина говорит без ума.

Ее поступки преследуют скрытые мотивы, и она изо всех сил старается скрыть свои намерения, чтобы никто не узнал; если же ты об этом узнаешь, это непременно обернется для тебя очень неблагоприятно. Если вы давно знакомы с ней и хорошо знаете о её намерениях, она, хотя и не может с уверенностью утверждать, что вы всё понимаете, в конечном итоге будет испытывать к вам сильное недоверие и ревность. Оказавшись в такой сложной ситуации, ни в коем случае не говорите ей, что ни за что не раскроете секрет — как же тогда вам поступить? Это второй признак того, что женщина говорит без умысла. Единственный выход для вас — притвориться глухим и вести себя так, как будто ничего не произошло.

У неё есть коварные замыслы, а ты участвуешь в них, принимаешь решения за неё и помогаешь ей в их осуществлении. С одной стороны, ты — её доверенное лицо, с другой — ты — её главная угроза. Хотя ты и осторожно хранишь секрет, никогда не упоминая об этом деле, но если какой-то другой умный человек догадается об этом и обнародует его, то тебе не удастся избежать подозрения в утечке. Это третий признак того, что женщина говорит бездумно. Тебе оста-

ся только постоянно находиться рядом с ней, демонстрируя свою преданность, и одновременно пытаться выяснить, кто разгласил этот секрет.

Если она ещё не знает тебя достаточно хорошо и не доверяет тебе полностью, а ты при этом изо всех сил стараешься ей понравиться и говоришь ей очень искренние слова, то даже если она последует твоему совету, но результат окажется неудовлетворительным, она обязательно заподозрит, что ты намеренно подшутил над ней, чтобы она попалась на твою уловку. Даже если результаты пробного применения будут очень хорошими, она не обязательно станет относиться к вам с большей симпатией, считая, что просто случайно заметила это, и что пробное применение не является результатом ваших усилий, так как как это может считаться вашей заслугой. Это четвёртый признак того, что женщина говорит без умысла.

Если ты узнаешь о её ошибке, то, стремясь отстаивать справедливость, не побоишься открыто высказать ей своё мнение. Она и так уже чувствует вину и боится, что об этом узнают окружающие; а когда ты раскрываешь её секрет, она, естественно, испытывает ещё большее чувство стыда, которое перерастает в гнев, а гнев — в конфликт с тобой. Разве ты не обзавёлся лишним врагом? Это пятый признак того, что женщина говорит бездумно. Поэтому, даже если и стоит ей об этом сказать, лучше сделать это в мягкой форме.

Если ты помог собеседнице добиться успеха, а она явля-

ется твоим начальником, она обязательно будет глубоко опасаться, что ты отнимешь у неё славу, и будет испытывать внутреннее беспокойство. Узнав об этой ситуации, ты должен повсюду об этом рассказывать, говорить об этом каждому встречному, всячески подчеркивая, что это — мудрое решение начальника, его дальновидность, и ни словом не упоминать о том, какую роль в этом сыграл ты сам.

Если собеседник не может сделать то, что, по вашему мнению, следует сделать, вы должны заставить его это сделать, даже если придется применить принуждение; если в каком-то деле собеседник находится в ситуации, когда «стрела уже на тетиве и нельзя не выпустить», или «уже сел на тигра и не может сойти», то есть не может остановиться, но вы считаете, что это дело не следует делать, то даже с трудом нужно заставить его прекратить — все эти ситуации являются примерами того, как заставляют человека делать то, что ему тяжело. Вы заставляете её обязательно что-то сделать или обязательно что-то прекратить — изначально это исходит из благих намерений, выполнения обязанностей верного друга, с чистым сердцем, и в этом нет ничего предосудительного. Но ситуация уже сложилась так, что принуждение всё равно не даст результата. Если с моральной точки зрения вы считаете, что не следует закрывать на это глаза, то лучше высказать своё мнение и деликатно посоветовать, чтобы она сама осознала проблему, сама приняла решение и сама прекратила это — вот что будет лучшим выходом. Если же она не

захочет прислушаться к вашему совету, вам останется только действовать по обстоятельствам и не переусердствовать; в противном случае чрезмерное давление приведет лишь к порче отношений.

2. Женщине следует соблюдать меру в разговоре,

нельзя быть слишком бесцеремонной. Как гласит пословица: «Общаться с начальником — все равно что общаться с тигром». Начальник, в конце концов, не такой, как обычные коллеги. Тем более что вам, как женщине, следует соблюдать меру в общении даже с обычными коллегами и не говорить слишком бесцеремонно. Если вы общаетесь с начальником-мужчиной, вам следует быть особенно осторожной: будь то повседневные разговоры или отчеты о работе.

Иногда, если сказать что-то не то в присутствии начальника-мужчины, это, конечно, не приведет к потере головы, но последствия все равно могут быть очень плачевными.

Особенно следует остерегаться высказываний, которые могут вызвать у начальника недовольство. Например:

(1) Сказать ему: «Не получится? Ничего страшного!»

Эти слова являются проявлением неуважения к нему и отсутствием почтения. Даже если отступить на шаг назад, это всё равно неуместная формулировка, когда сказано то, чего не следовало говорить. Вы должны понимать, что мужчины больше, чем женщины, ценят свой престиж.

(2) Отвечать на его вопрос: «Неважно, как угодно!»

Эта фраза заставит его подумать, что вы эмоционально хо-

лодны, не знаете правил этикета, и он, естественно, начнёт смотреть на вас свысока.

(3) Чрезмерная вежливость, напротив, может вызвать недопонимание

Общаясь с ним, следует быть осторожной и внимательной, учитывая общую картину, но чрезмерная осторожность может привести к обратному результату и вызвать недопонимание. Поэтому нужно уметь правильно справляться с ситуацией, реагировать спокойно и непринужденно; со временем это войдет в привычку, и вы сможете с легкостью справляться с подобными ситуациями. Если вы хотите избавиться от робости и боязни трудностей, помните: иногда чем осторожнее вы себя ведёте, тем чаще допускаете ошибки, и начальник может ошибочно посчитать вас человеком без решимости, не заслуживающим доверия.

(4) Сказать ему: «Вы не понимаете!»

Эта фраза может сильно ранить даже близкого друга, а сказать её ему — тем более недопустимо.

(5) Скажите ему: «Спасибо за труд!»

Эти слова он должен произносить, выражая вам сочувствие или благодарность; если вы скажете это ему, последствия могут оказаться не самыми приятными.

(6) Как исправить ситуацию, если вы случайно сказали что-то не то?

Если вы сказали что-то не то в его присутствии, как только осознали свою ошибку, немедленно остановитесь и сразу же

извинитесь. Не уклоняйтесь из-за страха, а смотрите фактам в глаза, стараясь по возможности не задеть его достоинство и не поставить его в неловкое положение. При необходимости можно дать дополнительные пояснения, но ненужные оправдания только усугубят ситуацию.

(7) Незаметно сказать ему: «Слишком поздно!»

Эта фраза означает, что вы считаете его слишком медлительным, из-за чего дело может сорваться. Для него это, безусловно, прозвучит как упрек: «Почему ты не сделал это раньше?». Разве можно так говорить?

(8) Сказать ему: «Это сложно!»

Он поручил вам задачу, а вы отвечаете: «Это сложно». Такой прямой отказ ставит его в неловкое положение: с одной стороны, это показывает, что вы перекладываете ответственность, с другой — создает впечатление, что он недалек, что лишает его авторитета.

(9) Сказать ему: «Вы меня действительно тронули!»

На самом деле слово «тронут» он использует по отношению к вам, например: «Вы работаете добросовестно и ответственно, не боитесь трудностей, я очень тронут!» Но когда младший обращается к старшему или подчиненный к начальнику, использовать слово «тронут» не совсем уместно. Проявите уважение и скажите «восхищаюсь». Например: «Менеджер, мы все восхищаемся вашей решительностью!» Так будет более уместно.

3. Женщинам следует держать язык за зубами,

не стоит шутить без разбора. Шутки, конечно, могут оживить атмосферу, но они также могут принести неприятности, вызвать недоразумения и даже стать причиной скандалов, особенно если речь идет о шутках между мужчинами и женщинами. Шутить нужно с меру, учитывая собеседника, обстановку, момент и содержание. Не стоит шутить без разбора: многие конфликты в жизни зачастую возникают именно из-за одной шутки. Женщинам следует быть более осторожными в своих высказываниях, чтобы не навлечь на себя неприятности.

В межличностном общении уместная шутка может расслабить нервы, оживить атмосферу и создать непринужденную и приятную обстановку, благоприятную для общения, поэтому остроумные люди часто пользуются популярностью и симпатией окружающих. Однако если шутка не удалась, она может привести к обратному результату, ранить чувства и вызвать конфликт, поэтому женщинам следует соблюдать меру, когда они шутят с другими.

(1) Шутите с изяществом

Содержание шутки зависит от мировоззрения, вкусов и культурного уровня того, кто её рассказывает. Шутка с здоровым содержанием и изысканным стилем не только вдохновляет собеседника и доставляет ему душевное удовольствие, но и способствует формированию положительного образа самого рассказчика. Однажды пианистка Энни Фишер во время выступления заметила, что половина мест в зале

пуста, и обратилась к слушателям со словами: «Друзья, я обнаружила, что жители этого города очень богаты: вижу, что каждый из вас купил билеты на два-три места». На это половина зала разразилась громким смехом. Невинная шутка Энни Фишер помогла ей переломить ситуацию в свою пользу.

(2) Отношение при шутке должно быть дружелюбным

Доброжелательность по отношению к людям — один из принципов шутки. Процесс шутки — это процесс взаимного обмена и передачи эмоций. Если же с помощью шутки вы язвительно высмеиваете других, давая выход своим чувствам отвращения и недовольства, то только дурак не разглядит в этом подтекст. Возможно, некоторые люди не так красноречивы, как вы, и на первый взгляд вы берете верх, но окружающие сочтут, что вы не умеете уважать других, и поэтому не захотят с вами общаться.

(3) В шутках нужно знать меру

Шутить можно не только словами, но иногда и с помощью жестов и действий, чтобы рассмешить других. Была одна молодая супружеская пара, которая очень хорошо ладила и целыми днями не переставала шутить. Однажды муж, играя с охотничьим ружьем, нацелился на жену и сказал: «Не шевелись, иначе я тебя застрелю!» — и нажал на курок. В результате жена получила тяжелые ранения. Из этого видно, что с шутками ни в коем случае нельзя перебарщивать.

(4) При выборе объекта для шутки нужно учитывать его

особенности

Одна и та же шутка, которую женщина может рассказать другой женщине, не всегда подойдет для мужчины. У людей разный статус, характер и настроение, поэтому их способность воспринимать шутки также различается.

Если собеседник экстраверт и отличается терпеливостью, то даже слегка переборщив с шуткой, можно рассчитывать на его понимание. Если же собеседник интроверт и склонен вникать в скрытый смысл слов, то с шутками следует быть осторожнее. Даже если собеседник обычно весел, но как раз переживает неприятности или горе, с ним нельзя шутить без разбора. И наоборот, если собеседник замкнут, но у него как раз произошло радостное событие, шутка в этот момент может дать неожиданно хороший эффект.

Кроме того, следует обратить внимание на следующие моменты:

Женщинам и мужчинам следует избегать легкомысленных и бесцеремонных шуток, особенно касающихся любовных отношений. Шутки в присутствии коллег и начальства должны быть изысканными, остроумными, юмористическими, поднимающими настроение и доставляющими удовольствие; в таких ситуациях следует избегать разговоров о любовных интригах. Когда ваши ровесники шутят на эту тему, а вы присутствуете в качестве старшего или младшего, лучше не вступать в разговор, а просто незаметно слушать.

Когда вы находитесь наедине с женщиной, не связанным с

вами кровным родством, избегайте шуток: даже самые «серьёзные» шутки часто вызывают у собеседника неприязнь или могут стать поводом для домыслов и осуждения со стороны окружающих. Старайтесь соблюдать надлежащую дистанцию. Конечно, при этом следует вести себя непринуждённо и не быть слишком сдержанной.

Шутя с людьми с ограниченными возможностями, будьте осторожны и избегайте табу. Все боятся, когда над их недостатками шутят, а люди с ограниченными возможностями — особенно. Как гласит пословица: «Не ругай лысого в присутствии монаха, не говори о лампочках в присутствии прокажённого».

Когда друг принимает гостей, не стоит шутить с ним. У них уже есть общие темы для разговора, сложилась гармоничная и дружеская атмосфера. Если вы внезапно вмешаетесь, чтобы пошутить, отвлечете их внимание, прервете разговор и испортите настроение, друг посчитает, что вы поставили его в неловкое положение.

Одним словом, женщинам не следует переусердствовать с шутками, особенно важно учитывать обстоятельства и собеседника.

4. Женщине, обладающей хорошими коммуникативными навыками, не следует быть «остроязычной»

Женщина должна тщательно обдумывать свои слова, прежде чем их произнести. Если вы скажете что-то неуместное или вторгнетесь в запретную зону общения, это, скорее

всего, приведет к неловкой ситуации и мести. Только освоив правила и приемы общения в социальных ситуациях, женщина сможет чувствовать себя свободно и непринужденно, как рыба в воде, и тем самым завоевать благоприятные возможности.

Для женщин в общественных ситуациях также существуют определенные табу в общении. Женщине необходимо не только овладеть навыками общения, но и учитывать запретные темы, чтобы не попасть в «минутную зону».

Жизнь современной женщины насыщена событиями и очень насыщена, по мере того как круг общения женщин постоянно расширяется, а частота контактов неуклонно растет, общение приобретает всё большее значение в установлении и налаживании межличностных отношений.

Разговоры в общественных местах можно условно разделить на два типа: одни доставляют удовольствие, другие вызывают раздражение. Каждая женщина хочет быть популярной и легко общаться с людьми.

Общаясь с людьми в обществе, женщинам следует соблюдать следующие правила:

(1) Женщине не следует болтать без умолку

Женщины, которые любят жаловаться на других, часто производят не самое лучшее впечатление. Встретившись с кем-то, они сразу же начинают говорить: «На косметику снова скидка», а заканчивают разговор словами: «Мой муж меня просто выводит из себя», — постоянно изливая на других

свои повседневные недовольства и часто сетуя на несправедливость судьбы по отношению к себе.

На самом деле у каждого есть свои заботы и печали, но нельзя чрезмерно болтать и жаловаться другим. Чрезмерные жалобы вызывают у окружающих только раздражение, а не понимание и сочувствие.

(2) Не болтайте без умолку

Некоторые женщины говорят монотонно, без малейших эмоций и неожиданных поворотов, что также не вызывает у окружающих симпатии. Их речь обычно однообразна, и как только они начинают говорить, это вызывает у собеседников раздражение и ощущение назойливости. Такие скучные и сухие речи легко лишают слушателя терпения.

(3) Женщинам не следует говорить в поучительном тоне

Некоторые женщины часто считают, что их статус и возраст выше, чем у других, и испытывают глубокое чувство превосходства, полагая, что у них больше опыта и знаний, чем у окружающих, поэтому в разговоре они часто принимают нравоучительный тон.

Конечно, это не значит, что поучения недопустимы — иногда действительно необходимо дать другому человеку правильный совет. Убеждая и обучая других, следует обращать внимание на то, как заставить собеседника принять ваше мнение, поэтому нужно избегать высокомерия и приводить яркие, живые, наглядные примеры, чтобы собеседник с радостью принял ваши слова и искренне согласился с вами.

(4) Женщинам не следует хвастаться

Лучше быть вежливой и скромной, чем хвастаться. Надменное самовосхваление вызовет у окружающих неприязнь.

В мире действительно нет ничего, чем стоило бы хвастаться перед другими. Если вы будете вести себя скромно, то другие сами будут вас хвалить. Если же вы будете выставять себя напоказ, то другие будут презирать вас.

Женщины, склонные к саморекламе, часто говорят вещи, выходящие за рамки приличия. Возможно, это на время вызовет интерес у окружающих, но со временем почти в каждом их предложении будет появляться одно и то же слово — «я». Когда это слово повторяется много раз, окружающие начинают испытывать раздражение.

Женщины, склонные к саморекламе и высокомерию, в конечном итоге производят на окружающих впечатление вульгарных и легкомысленных.

(5) Женщине не следует говорить неправду

Слова женщины, не соответствующие действительности, редко имеют значение; часто она говорит одно, а делает другое, что зачастую не соответствует фактам. В результате со временем окружающие теряют к ней доверие.

Иногда женщина, не соответствующая действительности, не всегда говорит неправду; как правило, события действительно имели место, просто, выходя из её уст, они искажаются: то преувеличиваются, то дополняются вымыслом. Поэтому к разговорам такой женщины следует относиться с осто-

рожностью, а при необходимости — самостоятельно проверять информацию, чтобы получить точные и достоверные сведения.

(6) Женщине не следует быть язвительной и злобной

Некоторые женщины считают себя остроумными, их речь агрессивна, наполнена сильной атакующей силой и часто сопровождается язвительными замечаниями; они действуют без пощады, но на самом деле они просто язвительны и жестоки в своих высказываниях.

Женщина с резким и язвительным языком обычно теряет доверие окружающих из-за одной-единственной фразы. Лучше всего люди должны общаться на равных, нет необходимости ранить чувства других резкими и язвительными словами. Людям с резким и язвительным языком трудно избавиться от такого стиля общения, это связано с их воспитанием, характером и темпераментом. Такие женщины обычно эгоистичны, холодны и безжалостны.

(7) Женщине не следует спорить по каждому поводу

Некоторые женщины говорят так, будто специально спорят с другими, и делают это не ради истины, а просто ради спора. Независимо от того, верна точка зрения собеседника или нет, она всегда выдвигает иную или противоположную точку зрения, чтобы поспорить, как будто это доставляет ей удовольствие. Назвать таких женщин «спорщицами» — ничуть не преувеличение.

«Спороманки» всегда превращают любую беседу в деба-

ты, и в ходе этих дебатов они нисколько не сдерживают свой воинственный характер, часто споря с другими до покраснения лица и брызг слюны.

В нашей повседневной жизни или на работе редко встречаются ситуации, ради которых стоит рисковать дружбой, чтобы выиграть спор. Если вы всё же настаиваете на этом, то ваша энергия и время окажутся напрасными, не говоря уже об ущербе для отношений.

В таком случае женщина не получит ни малейшей выгоды, а напротив, вред будет только нарастать: вы ущемите чужое самоуважение, и окружающие начнут испытывать к вам неприязнь; это приведет к тому, что вы легко приобретете вредную привычку вычтиво высказываться о чужих ошибках; со временем это сделает вас высокомерной; в результате вы потеряете всех друзей.

С древних времён уважение к другим является минимальным необходимым условием искусства общения. Специально ставить собеседника в неловкое положение ради мгновенного удовольствия не приносит пользы ни ему, ни вам. Женщина не хочет, чтобы другие ущемляли её достоинство, но и она сама ни в коем случае не должна ущемлять самоуважение других.

5. Женщине следует сдерживать язык: язвительность и резкость раздражают

У каждого человека есть самоуважение, поэтому, говоря, подумайте о том, как вы это делаете, и не задевайте чужое

самоуважение. Лучше ранить сердце, чем самоуважение — это самое жестокое из всех поступков, а также противоречит первоначальному смыслу речи. Особенно женщинам следует избегать чрезмерно язвительных и резких высказываний, когда они обсуждают других.

Как гласит пословица: «Человеку нужен лик, а дереву — кора». Под «ликом» здесь подразумевается человеческое самоуважение. Если у человека нет самоуважения, ему уже ничто не поможет. Существуют два типа людей, лишенных самоуважения: одни утратили его сами, а другим его разрушили другие. В отношении первых вы, возможно, мало что сможете сделать, но во втором случае вам следует быть предельно осторожными, ведь самоуважение многих людей именно и было разрушено вашими поступками и словами.

Возьмём, к примеру, некоторых женщин-руководителей на рабочем месте, которые при малейшем поводе упрекают других, говоря: «Ты просто прирождённый тупица!» или «Я тебя уволю!» и т. п. Слова, однажды произнесённые, не взять обратно, и восстановить прежние отношения будет крайне сложно; более того, это может вызвать у сотрудников сильную неприязнь и даже привести к увольнению.

Ущемив самоуважение подчиненного, вы можете быть уверены, что он не забудет этого еще долго; если не принять надлежащих мер, узел в его душе будет затягиваться всё сильнее. Поэтому женщине-руководителю в такой ситуации не стоит стесняться сказать «прости». Или есть ещё

один, более эффективный способ: попросить коллегу, с которым у вас хорошие отношения, выступить посредником, а самой проявить немного доброжелательности, чтобы разрядить конфликт на корню.

Уважать подчиненных — значит, прежде всего, уважать их самоуважение. Уважение к подчиненным также проявляется в том, чтобы «оставлять пространство для маневра». Хваля сильные стороны подчиненных, одновременно высказывайте конкретные сомнения; не делайте поспешных и категоричных выводов, оставляйте себе и подчиненным немного пространства для маневра — это непременно поможет достичь цели общения.

Еще одним проявлением уважения к подчиненным является то, что не следует легкомысленно затрагивать их слабые места. Как только затрагиваются личные слабые места, у человека возникает психология сопротивления или, что еще хуже, пассивность, поэтому слабые места нельзя затрагивать.

Для женщины-руководителя уважение к подчиненным — это уважение к самой себе, а главное — завоевание уважения к себе. Если забыть об уважении к подчиненным, они могут утратить мотивацию и даже начать «око за око, зуб за зуб». Лишившись поддержки и сотрудничества подчиненных, как может «одинокый командир» вести бой? Как в профессиональной, так и в личной жизни, как по отношению к другим, так и к себе самой, всегда помните о двух словах: «уважение».

Женщина должна понимать, что самоуважение любого человека заслуживает защиты. Не наносить ущерба самоуважению человека — это не только проявление уважения к личности, но и большая польза для успешного развития карьеры. Только обладая самоуважением, человек стремится к совершенствованию, а стремление к совершенствованию побуждает его усердно работать.

Исследования показывают: люди с сильным чувством собственного достоинства, независимо от занимаемой должности, всегда прилагают все усилия, чтобы не отставать от других. Мудрая женщина должна искать способы защитить самоуважение своих подчиненных. Например, проявлять вежливость, давая им почувствовать, что они равны начальнику в личностном плане, или использовать уместные похвалы, чтобы у них возникло чувство чести, и так далее.

Бывают люди, которые сами по себе вовсе не некомпетентны, но из-за допущенных ошибок становятся объектом оскорбительных высказываний со стороны некоторых женщин-руководителей. Например: «Что ты за человек? Думаешь, я не знаю, кто ты на самом деле?» Или: «Такие, как ты, ни на что не годны, только на беду!» Подобные слова, как только они произносятся, либо лишают человека всякой мотивации, либо вызывают громкий скандал.

Степень ущерба, нанесённого самоуважению, бывает разной: в некоторых случаях он носит частичный характер, то есть пострадавший не теряет самоуважение полностью и по-

прежнему ощущает, что ему нанесли обиду; в таком случае он обязательно запомнит того, кто его обидел, и испытает к нему неприязнь, отвращение и даже ненависть.

Если этот человек является его начальником, он либо будет активно стремиться к переводу из данного подразделения, либо прибегнет к «несотрудничеству». Что бы вы ни сказали, какие бы указания ни дали, он не будет выполнять их с полной отдачей и по собственной воле. Как в таком случае можно добиться хороших результатов в работе?

Другой тип — это полная утрата самоуважения. То есть человек, которому нанесли обиду, уже полностью утратил самоуважение. Он даже не ощущает, что такое ущемление самоуважения. Он впадает в отчаяние, смиряется с отставанием и в результате совершает множество ошибок. В конечном итоге не только он сам оказывается разрушен, но и работа неизбежно сильно страдает.

Ущемление самоуважения — это табу в общении, и женщинам-руководителям следует быть особенно осторожными, когда у них плохое настроение.

6. Женщинам не стоит говорить слишком резко: зачем стремиться к превосходству?

Иногда женщины, не сдерживая свою жажду победы, превращают мелкие промахи в серьезные ошибки. Например, в споре, используя строгую логику, чтобы опровергнуть собеседника, нет необходимости «разносить» его в пух и прах. Не стоит говорить категорично, не раните чужое сердце —

женщинам в разговоре тоже следует оставлять себе запас маневра.

В повседневной жизни некоторые женщины, стремясь высказаться, не обращают внимания на чувства других и не задумываются, смогут ли те это принять, и бросают в лицо неприятные слова. При этом они не осознают, что таким образом наносят серьезную обиду окружающим и возводят высокую стену на пути к расширению круга общения.

Лю Ли — девушка с очень сильным чувством собственного достоинства, но ей пришлось работать в одной команде с несколькими «невоспитанными» людьми. Эти люди вели себя небрежно, хохотали и смеялись, и Лю Ли очень не нравилось их поведение.

Однажды, когда шел дождь, одна из коллег, собираясь выйти по делам, взяла зонт Лю Ли и ушла. Лю Ли подумала: «Как можно брать чужие вещи, даже не спросив? Это же просто издевательство!»

Она с трудом сдержала гнев и сказала: «Ты, кажется, взяла не тот зонт?»

Коллега небрежно ответила: «Я забыла взять зонт, пришлось одолжить твой».

«Ты, кажется, не сказала мне слова „одолжить“», — возмущенно сказала Лю Ли.

«Эх, разве нужно говорить «одолжить»? Мои вещи — это же то, чем может пользоваться любой, кому захочется!»

Лю Ли холодно ответила: «Если берешь мою вещь, нуж-

но сказать „одолжи“. Я не согласна, и никому не разрешаю брать!»

Неожиданно эта мелочь кардинально изменила положение Лю Ли: несколько других коллег перестали с ней общаться, а не в курсе дела руководители постоянно напоминали ей о необходимости поддерживать хорошие отношения с коллегами, совершенно не прислушиваясь к её объяснениям.

Лю Ли часто с негодованием думала: «Я всего лишь отстаиваю свои права, разве это тоже неправильно?»

На работе и в жизни мы постоянно сталкиваемся с людьми, которые говорят или поступают так, что обижают нас. Что же нам делать в таких случаях?

(1) Деликатно напомнить собеседнику

Когда коллеги, друзья или близкие говорят что-то, что вас обижает, можно намекнуть на это, деликатно напомнив собеседнику, чтобы создать у него определенное психологическое давление и заставить осознать свою ошибку. Но нужно соблюдать меру и не переусердствовать.

(2) Влиять на других с помощью вежливых и тактичных слов

В жизни бывают люди, которые не слишком заботятся о своих словах и говорят всё, что приходит в голову. Встречая таких людей, не стоит использовать слишком резкие слова, чтобы высмеять собеседника, так как это может привести к неприятной сцене и даже к драке. В таком случае можно повлиять на собеседника вежливыми и учтивыми словами и

поступками, чтобы он осознал свою ошибку.

Жизнь похожа на путь, на котором всегда встречаются узкие места. В таких случаях лучше остановиться и пропустить другого вперед. Если всегда руководствоваться таким подходом, в жизни будет гораздо меньше поводов для недовольства. Даже если всю жизнь уступать, это составит всего сто шагов — какое же влияние это может оказать на всю жизнь?

Если вы будете часто уступать другим, они будут вам благодарны и тоже уступят вам. Даже узкая тропинка станет для вас ровной и широкой дорогой.

Если вы ни в чём не уступаете, другие будут питать к вам обиду и будут искать способы помешать вам и навредить вам; даже если перед вами простирается широкая дорога, она будет полна препятствий.

Отношения между людьми — это, как правило, общение сердца с сердцем: искренность рождает настоящие чувства, а злоба — враждебность.

Если при каждой ситуации, вызывающей у вас недовольство, вы будете прибегать к острому языку, упорно стремясь победить собеседника и не оставляя ему ни малейшего шанса в словесной перепалке, то такой человек не сможет закрепиться в обществе.

На самом деле, все люди — существа эмоциональные: если вы сохраните за другим человеком лицо, он, естественно, тоже будет во всём учитывать ваши интересы и, кто знает, может быть, когда-нибудь оплатит вам той же монетой. По-

этому, общаясь с людьми, обязательно следите за манерой речи и всегда оставляйте им пространство для маневра.

А как поступить женщине, если она сталкивается с ситуацией, в которой необходимо одержать победу и уступить нельзя? И в этом случае нужно оставить собеседнику немного пространства для маневра — как в игре в го: «Победа на один ход — это победа, а победа на сто ходов — тоже победа». Главное — выиграть, зачем же заставлять собеседника проиграть всю партию? Например, в споре, конечно, приятно опровергнуть оппонента с помощью строгой аргументации, но нет необходимости разносить его в пух и прах. Такой подход не только не принесет вам никакой пользы, но и обернется против вас, вызвав ответную атаку со стороны оппонента. Не говорите ничего категоричного, не раните других до глубины души — именно в этом и заключается суть. Когда женщина вступает в спор с кем-то, ей следует сначала понять его точку зрения, а затем, сохраняя лицо собеседника, изложить своё мнение, оставляя ему пространство для маневра. Этот тонкий подход к общению играет очень важную роль в межличностных отношениях.

7. Не быют ни трудолюбивых, ни ленивых,

а только тех, кто не думает головой. «Не бей трудолюбивых, не бей ленивых, а только тех, кто не думает головой». В этих словах действительно есть смысл. Ведь в разговоре у женщин есть много табу, и если женщина нечаянно заденет чужую «минную зону», то, сама того не понимая, под-

вергнется «воздействию» со стороны собеседника, полному враждебности. Поэтому женщине, разговаривая, ни в коем случае нельзя наступать на «минные поля», «ранить» себя и портить настроение другим.

Император Канси из династии Цин в молодости усердно занимался государственными делами и совершил немало великих дел. Но в пожилом возрасте, из-за преклонного возраста, у него появилась странная причуда — он не терпел, когда ему говорили о старости. Если кто-то упоминал о старости, он в лучшем случае недовольствовался, а в худшем — заставлял собеседника испытать физические мучения или даже лишал его головы. Поэтому окружающие его министры знали об этой его особенности и, как правило, старались избегать этой темы.

Однажды он отправился с группой императорских наложниц на озеро, чтобы порыбачить. Вскоре удочка дернулась, и император Канси поспешно поднял её, но, увидев, что на крючке зацепилась старая черепаха, сильно расстроился. Но как только он вытащил его из воды, раздался звук «плюх», и черепаха сорвалась с крючка, упала в воду и уплыла. Канси вздохнул и стал сожалеть об упущенной добыче. Императрица, сопровождавшая Канси, увидев это, поспешила утешить его: «Судя по всему, это старая черепаха, у неё уже нет зубов, поэтому она не смогла удержать крючок».

Не успели слова дозреть до конца, как другая молодая наложница, стоявшая рядом, не смогла сдержаться и громко

рассмеялась, сказав: «Как смешно!» При этом она, смеясь, не переставала поглядывать на Канси. Увидев это, Канси не смог сдержать гнева. Он посчитал, что хотя императрица и не имела злого умысла, наложница же смеялась намеренно, намекая на то, что у него нет зубов и он стар и бесполезен. Поэтому он сослал эту наложницу в холодный дворец, откуда она так и не смогла выйти до конца своих дней.

Почему, когда императрица явно произнесла слово «старый», император Канси не упрекнул её, а когда наложница лишь улыбнулась, он упрекнул её? Во-первых, это связано с психологией Канси, который не хотел признавать свою старость и не переносил, когда другие называли его старым. Такая психология, по сути, отражает распространенное настроение пожилых людей: с возрастом физические силы и энергия снижаются, но они не хотят признавать эту реальность и надеются, что окружающие объективно отрицают этот факт, поэтому, как только кто-то затрагивает эту тему, они психологически не могут этого вынести. Во-вторых, это связано с разницей в эмоциональной близости императрицы и наложницы к императору Канси.

Если внимательно проанализировать слова императрицы, то в них можно увидеть два смысла: явный и скрытый. Явный смысл — это буквальное значение. Поскольку император Канси и императрица были близки друг к другу, у него возникли положительные ассоциации, и он просто понял слова буквально, осознав, что императрица просто хотела его уте-

шить из добрых побуждений. Наложница, хотя и не сказала много, а лишь пошутила, но она намеренно развила мысль, высказанную императрицей, сравнив сбежавшую старую черепаху с императором, что является проявлением презрения к нему и, следовательно, грубым неуважением. Таким образом, один и тот же вопрос, одна и та же ситуация, но из-за разных людей и разного понимания приводят к разным результатам.

В жизни женщинам следует быть более осторожными в своих высказываниях. Ведь вы можете даже не подозревать, когда обидите кого-то и пожертвуете своим счастьем в качестве жертвы, а это действительно печально.

8. Женщинам следует соблюдать осторожность в речи и во всём проявлять внимательность

Нарушение чужих табу в лучшем случае вызовет недовольство, а в худшем — навлечет на вас неприятности, поэтому, дорогие женщины, старайтесь всячески этого избегать.

Однажды одна женщина нечаянно рассказала жене своего начальника о его связи с любовницей, что вызвало семейный кризис. В приступе гнева начальник без колебаний уволил эту сотрудницу; Одна девушка во время беседы заметила, что один из коллег очень скуп и не похож на настоящего мужчину. Кто бы мог подумать, что этот коллега оказался мелочным человеком и позвонил парню девушки, представившись её бойфрендом. В результате эта пара постоянно ссорилась

и в конце концов рассталась.

Женщины слишком часто попадают в неприятности из-за неосторожных высказываний, и нам совершенно не стоит ради сиюминутного удовольствия забывать о чужих табу.

(1) Табу в разговоре для женщин в обычных ситуациях

В общественных местах не следует громко смеяться и разговаривать, как будто вокруг никого нет; нужно учитывать чувства окружающих. При разговоре вдвоём лучше говорить тихо и спокойно, громкость голоса должна быть такой, чтобы собеседник мог вас ясно слышать. Если вы находитесь на большом расстоянии, не спешите приветствовать друг друга; подождите, пока обе стороны подойдут ближе, и только тогда поздоровайтесь.

Во время разговора не следует жестикулировать руками и ногами: чрезмерно выразительные жесты лишают женщину изящества и свидетельствуют о недостатке воспитания. Также не следует разбрасывать слюну; перед официальной беседой следует воздерживаться от употребления лука, чеснока и других продуктов с сильным запахом.

Не следует без умолку говорить о том, о чём собеседник ничего не знает и к чему у него нет никакого интереса.

Если кто-то в вашем присутствии высказывает оскорбительные замечания в адрес какого-либо человека или по какому-либо поводу, можно просто сказать: «Давайте не будем об этом говорить», — и затем сменить тему.

Не задавайте вопросов, касающихся личной жизни собе-

седника, таких как размер заработной платы, имущественное положение, биография или стоимость одежды.

Во время разговора следует избегать тем, связанных с болезнями, смертью, бедствиями и другими неприятными событиями, чтобы не испортить настроение и атмосферу. Говорите больше о том, что интересует собеседника и доставляет ему радость. Также следует избегать разговоров о странных, нелепых и абсурдных вещах — только люди без образования, невежественные или низкокультурные с удовольствием обсуждают подобные темы.

Не жалуйтесь на судьбу и не выражайте недовольство людьми и событиями в жизни. Ваши негативные эмоции могут вызвать цепную реакцию у собеседника и повлиять на его настроение.

Во время разговора не стоит время от времени доставать зеркало, чтобы посмотреть в него, — это свидетельствует о рассеянности. Из уважения следует внимательно слушать собеседника. Всегда смотрите собеседнику прямо в глаза, чтобы он чувствовал, что вы не отвлекаетесь. Если во время разговора вы не смотрите собеседнику в глаза, это вызывает у него сильное смущение и считается проявлением невежливости. Также не стоит часто смотреть на часы, так как это создает впечатление нетерпеливости.

Во время разговора не следует настаивать на ответе, если собеседник не желает отвечать, а если вопрос вызвал у него неприязнь, следует немедленно извиниться.

В случае разногласий лучше всего обсуждать их спокойно и без эмоций, не позволяя себе грубых высказываний и оскорбительных слов. Как правильно говорили древние: «Если не можешь говорить любезно, лучше промолчи»; не стоит высказывать упреки в лицо и тем более не следует прибегать к язвительным замечаниям; вместо этого следует говорить мягко, высказывать свои мнения, по возможности убеждать собеседника или искать точки соприкосновения, а по окончании дискуссии при расставании следует взаимно извиниться.

Не стоит легкомысленно спрашивать мужчину о возрасте или о том, женат ли он. Мужчины и женщины очень чувствительны к вопросам возраста и брака, считая их личной сферой, в которую посторонние не должны вмешиваться.

При разговоре с полной женщиной не затрагивайте темы, связанные с похудением. Если только она сама не заговорит об этом, хвалите её за умеренную фигуру. В этом вопросе ни в коем случае не придерживайтесь суровой реальности, чтобы не подорвать её уверенность в себе.

Не стоит резко уходить от темы, которая вам неинтересна. Лучше воспользоваться паузой в разговоре, чтобы перейти к новой теме.

Не допускайте высокомерного, самонадеянного, надменного поведения и пустых разговоров. Разговор должен быть естественным, а отношение — дружелюбным.

Не обсуждайте «женские секреты» в присутствии мужчин

и не ведите долгих бесед с отдельными мужчинами — это может вызвать неприязнь у окружающих. В общении с мужчинами соблюдайте меру, и не переступайте границы, обусловленные гендерными различиями. Лучше, чтобы темы для разговора предлагала женщина; если мужчина не склонен к разговору, именно женщина должна направлять беседу.

(2) Табу в общении женщин на рабочем месте

Вы и ваши коллеги — одновременно и партнеры, и конкуренты, поэтому ваши отношения носят особый характер. Несомненно, вы не можете говорить так свободно и общаться на любые темы, как в кругу семьи или друзей. Как правило, при обсуждении вопросов, касающихся следующих аспектов, следует тщательно обдумывать, стоит ли об этом говорить или нет.

Может ли ваша семейная ситуация оказать негативное влияние на вашу работу? Например, такие неблагоприятные обстоятельства, как бедность в семье или развод, если они могут вызвать пренебрежение или подозрения со стороны коллег, склонных к снобизму, лучше держать в секрете.

Не следует ли скрывать от посторонних ваши отношения с некоторыми родственниками или друзьями? Например, один студент не хотел, чтобы его отец, работающий мусорщиком, приходил к нему в университет. Хотя его и обвиняли в неблагодарности, его стеснение вполне понятно: отец мог бы ухудшить его репутацию в глазах однокурсников.

Может ли ваше прошлое вызвать сомнения в ваших моральных качествах? То, что вы совершали глупости в прошлом, не означает, что будете совершать их и в будущем, однако многие люди с глубокими предрассудками любят судить о будущем человека по его прошлому. В присутствии таких коллег не стоит рассказывать о том, о чём вы сожалеете или что вызывает у вас чувство стыда.

Могут ли ваши нестандартные мысли вызвать недопонимание? На работе следует в первую очередь стремиться к консенсусу, а различия в мнениях оставлять на второй план. Если ваши нестандартные взгляды могут привести к тому, что вас будут отчуждать и изолировать, лучше не высказывайте их. «Все в тумане, а я один бодр» — не всегда мудрое утверждение; напротив, «все пьяны, а я не бодр» гораздо больше соответствует правилам выживания.

Не противоречит ли ваш образ жизни традициям? У каждой команды есть своя уникальная культура, и лучше всего влиться в эту культуру, если только вы не намерены покинуть команду или быть из неё изгнанным.

Не влияют ли ваши личные отношения с начальником на то, как вас оценивают коллеги? Некоторые могут посчитать, что ваши достижения и продвижение по службе — результат «подлизывания» начальнику; перед такими людьми не стоит хвастаться своими особыми отношениями с начальником.

Постарайтесь не обсуждать личную жизнь в пределах компании — будь то в офисе, в частных местах или в коридорах.

Если начальник это услышит, он может посчитать, что вы «телом в лагере Цао, а сердцем в лагере Хань» и не уделяете должного внимания своей основной работе; если это услышат коллеги, они могут позавидовать вашим успехам и пренебрежительно отнестись к вашим неудачам, что неизбежно приведет к ненужным осложнениям.

Даже в частной обстановке не стоит легкомысленно обсуждать с коллегами свои личные дела. Не стоит позволять соперникам слишком глубоко вникать в вашу жизнь. Только после ухода из компании вы сможете стать близкими друзьями с бывшими коллегами.

Не стоит отдаляться от одних коллег и сближаться с другими — это вызовет упреки в создании клика и приведет к тому, что другие начнут держаться от вас подальше или будут относиться к вам с настороженностью.

В отношении коллег, которые особенно любят вынюхивать чужие секреты, нужно быть как начеку, так и вежливым и сдержанным. Ваша личная жизнь может стать для них оружием против вас, а ваша неуважительность — поводом для нападок. Поэтому в присутствии таких людей, которых называют «подлецами», необходимо проявлять крайнюю осторожность.

(3) Табу в общении для женщин в особых ситуациях

Окружение женщин и круг их общения постоянно меняются, поэтому необходимо, исходя из особенностей ситуации и собеседников, решать, что можно говорить, а что нет.

Не говорить о высоком в присутствии низкорослого человека, не говорить о безграничности буддийского учения в доме даоса — это минимальные правила адаптации.

Например, одна женщина-инженер, работавшая в государственном предприятии, благодаря владению определенной патентованной технологией была переманена частной компанией на должность главного инженера. Она обменяла технологии своего прежнего места работы на высокую должность и высокую зарплату. Позже она пошла на собеседование в иностранную компанию и сама предложила, что, если её примут, она сможет принести с собой одно из своих изобретений, созданное во время работы в прежней компании. Но, как ни странно, руководитель отдела кадров этой иностранной компании усомнился в её честности и категорически отклонил её просьбу о приёме на работу.

В среде, где не ценят честность, можно пойти на уступки; в среде, где честность ставится во главу угла, нарушение обещаний не пройдет. Это элементарная истина, но женщин, не понимающих этого, по-прежнему много, поэтому они постоянно терпят убытки и попадают в ловушки.

Причина, в конечном счёте, заключается в том, что эти женщины умеют говорить только по старым шаблонам, забывая о речевых табу в конкретных ситуациях.

9. Женщинам следует избавиться от привычки «выставлять недостатки на показ»

«Разоблачение недостатков» иногда бывает преднамерен-

ным — это оружие, которое используют враждующие стороны для нападения друг на друга. Иногда же оно бывает непреднамеренным — когда по какой-то причине вы случайно задеваете чужое табу. Независимо от того, намеренно это или нет, разоблачение недостатков в общении с людьми всегда ранит самолюбие собеседника: в лучшем случае это повлияет на отношения, в худшем — приведет к разрыву дружбы.

В общении с людьми любая женщина умеет говорить вежливые фразы, но не каждая умеет делать это правильно. Один неосторожный шаг — и вы можете оказаться в «минном поле» речи, затронув личные секреты и слабости собеседника, нарушив его запретные темы и нанеся ему определенную обиду. На самом деле у каждого есть свои сильные и слабые стороны. Один из важнейших факторов успеха в общении — умение замечать достоинства собеседника и хвалить его сильные стороны, а не выпячивать его личные секреты, болезненные места и недостатки. Ни в коем случае не следует выставлять чужие недостатки напоказ — это ранит самоуважение!

Итак, как же женщине научиться не «выставлять чужие недостатки напоказ» в общении с людьми?

Во-первых, женщина должна хорошо понимать собеседника, зная как его сильные стороны, так и недостатки. Только так в общении можно достичь принципа «знай себя и знай противника — и в сто сражениях не потерпишь поражения».

Ведь у каждого человека есть своя индивидуальность и привычки, свои потребности и табу. Если женщина ничего не знает о достоинствах и недостатках собеседника, то общение с ним будет похоже на «слепой, едущий на слепой лошади»: она неизбежно попадет в «минутную зону» и нарушит личную жизнь собеседника.

Вот один реальный пример. Группа людей смотрела телесериал, в котором была сцена ссоры между свекровью и невесткой. Сестра Чжан, не задумываясь, заметила: «По-моему, современные невестки совсем не знают, что такое благодарность: не хотят жить вместе со стариками, да и не задумываются, как им самим будет, когда они состарятся?» Не успела она договорить, как сидевший рядом Сяо Ци тут же вскочил и гневно воскликнул: ««Выражайся пояснее, не нарывайся на неприятности. Я больше всего ненавижу, когда люди говорят от третьего лица!» Оказалось, что у Сяо Ци обычно не складывались отношения с свекровью, и недавно она только что переехала из дома и жила отдельно. Тетя Чжан, не зная об этом, нечаянно задела за живое Сяо Ци и обидела её. Поэтому только зная сильные и слабые стороны собеседника, можно строить общение целенаправленно.

Во-вторых, женщине следует уметь отбирать хорошее и отвергать плохое. В общении с людьми нужно чаще хвалить достоинства собеседника и по возможности обходить стороной его недостатки и ошибки — ведь кто же хочет вспоминать о своих позорных страницах? Особенно если кто-то на-

чинает раздувать эти позорные моменты, это равносильно посыпанию соли на рану, чего не выдержит ни один человек.

В-третьих, когда женщина указывает на недостатки и недочеты собеседника, она должна учитывать обстановку и не задевать его самолюбие. Однажды рота участвовала в съемках фильма, но по какой-то причине не взяла с собой один предмет снаряжения, из-за чего съемки не могли продолжаться. Женщина-командир батальона пришла в ярость и на глазах у всех солдат роты раскритиковала командира роты, сказав: «Что с тобой такое? Почему ты так небрежно относишься к делу? Разве на поле боя ты тоже будешь без полного снаряжения?» Ротный командир и так был в подавленном настроении, но когда женщина-командир роты еще и жестко раскритиковала его на глазах у его подчиненных, он, естественно, почувствовал, что его достоинство сильно ущемлено, и не смог сдержаться: «У меня были причины, по которым я не взял это с собой. Вы не можете критиковать меня, не выяснив обстоятельств!»

Женщина-командир роты на мгновение остолбенела, не понимая, почему ротный командир, который обычно был таким покорным, вдруг так резко ответил ей. Позже, когда они поговорили по душам и обменялись мнениями, ротный сказал: «Вы раскритиковали меня на глазах у стольких солдат, как я теперь смогу выполнять свою работу?» Из этого примера нетрудно понять: если бы женщина-командир батальона высказала критику за его спиной, ротный не только не

рассердился бы, но и с готовностью принял бы замечание. Ошибка женщины-командира батальона заключалась в том, что она не учла время и место для высказывания.

В-четвёртых, женщине нужно уметь тактично сохранять лицо собеседнику. Иногда недостатки и ошибки собеседника невозможно обойти, и приходится сталкиваться с ними напрямую; в таких случаях следует использовать мягкие и не прямые формулировки, сглаживая противоречия, чтобы избежать конфликта.

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.