

Джон Грэй представляет:

«Как без особого труда раскрыть в мужчине его самые лучшие качества, будет полезно узнать каждой женщине. Скотт Хальтсман щедро делится самым важным секретом».

# СЕКРЕТЫ СЧАСТЛИВЫХ ЖЕН



СКОТТ  
ХАЛЬТСМАН

ТЕРЕЗА ФОЙ ДИДЖЕРОНИМО



Тереза Фой ДиДжеронимо  
**Секреты счастливых жен**

«София Медиа»

2006

УДК 615.851

ББК 53.57

**ДиДжеронимо Т.**

Секреты счастливых жен / Т. ДиДжеронимо — «София Медиа»,  
2006

ISBN 978-5-906749-55-0

Эту книгу следовало бы назвать «Искусство приручения мужей».

Оказывается, даже столь странное и непредсказуемое существо, как мужчина, поддается дрессировке и способно стать совсем ручным. Не верите? Читайте «Секреты счастливых жен» – новый бестселлер доктора Хальтсмана. Не нужно тратить годы на попытки понять, что творится в голове вашего мужа. К черту разочарования и ссоры! Доктор Хальтсман любит женщин и, посмеиваясь, выдает им сокровенные тайны мужской психологии. Его ироничные и мудрые советы помогут вам научить любимого мужчину каждый день дарить вам счастье.

УДК 615.851

ББК 53.57

ISBN 978-5-906749-55-0

© ДиДжеронимо Т., 2006

© София Медиа, 2006

# Содержание

Об авторах	6
Отзывы	7
Введение	8
Глава 1	10
Истинная природа мужчин	11
Кто этот парень?	12
Мужчинам нужно, чтобы о них заботились	14
Природа или воспитание?	15
Воздаяние по заслугам	16
Мужчины нуждаются в признании своих заслуг	18
Делимся секретом	19
Конец ознакомительного фрагмента.	20

**Скотт Хальтсман, Тереза  
Фой ДиДжеронимо  
Секреты счастливых жен**

*Перевод с английского Н. Болховецкой*

*Copyright © 2006 by Scott Haltzman  
The Secrets of Happily Married Woman*

© «София», 2009

© ООО Издательство «София», 2009

## Об авторах

**Скотт Хальтсман** — доктор медицинских наук, профессор психиатрии в Университете Брауна, медицинский директор некоммерческой организации по оказанию психологической помощи в штате Род-Айленд «NRI Community Services» и автор книги «Секреты счастливых мужей». В качестве гостя неоднократно приглашался в телепрограммы «Today Show», «20/20», «Good Morning, America», его успехи были отмечены журналами «Time», «New York Times» и «Washington Post».

**Тереза Фой ДиДжеронимо** – автор более пятидесяти книг о воспитании детей, образовании и семейных отношениях.

## ОТЗЫВЫ

Каждой женщине будет полезно узнать, как без особого труда раскрыть в мужчине его самые лучшие качества. Скотт Хальтсман и Тереза Фой ДиДжеронимо щедро поделились с читательницами этими секретами.

*Джон Грэй, автор книги «Мужчины с Марса, женщины с Венеры»*

Наконец-то! Любому мужчине не помешало бы, чтобы его жена прочла эту книгу! Скотт Хальтсман создал бесценный инструмент, благодаря которому женщины смогут навсегда влюбить в себя своих мужей.

*Джон Карлсон, почетный профессор Государственного Губернаторского университета и автор книги «Time for a Better Marriage»*

«Секреты счастливых жен» – не просто книга. Это настоящий учебник семейного счастья для женщин!

*Сьюзен Л. Блумберг, доктор наук, писательница*

Книга, которую ждали с нетерпением! Этот шедевр освещает женщинам путь к счастью.

*Шерил П. Керланд, консультант в вопросах семьи и личных отношений, писательница*

Секреты счастливого брака в интерпретации Скотта Хальтсмана доступны, легко запоминаются и побуждают к активным действиям. Он пишет очень легко, поэтому чтение доставляет настоящее удовольствие. Не пропустите эту чудесную книгу!

*Сьюзен Пейдж, писательница*

## Введение

За двадцать лет психотерапевтической практики мне очень часто приходилось работать с отчаявшимися, несчастными женщинами. В конце концов, ведь люди обращаются ко мне только тогда, когда в их жизни что-то не так.

Но я постоянно встречаю и совершенно других женщин. В их жизни тоже немало стрессов – достаточно вспомнить о боссах-ничтожествах и мужьях, ни капельки не похожих на голливудских героев-любовников. И все-таки, несмотря на то что их жизнь вовсе не напоминает роман, они сохраняют в себе некую живую искру, окружены аурой уверенности в собственных силах и, самое удивительное, почти все счастливы в браке!

Конечно, меня заинтересовало – как им это удается? И я занялся исследованиями. Я изучил множество медицинских и психологических книг и статей, просмотрел сотни сайтов в Интернете и в конце 2006 года создал собственный сайт HappilyMarriedWomen.com (Счастливые замужние женщины), дабы получить достоверную информацию о том, что именно приносит удовлетворение женщинам в браке.

«Всемирная паутина» помогла мне в работе и раньше. В том же 2006 году мы с моим соавтором Терезой издали книгу «Секреты счастливых мужей», в основу которой легли результаты нашего общения с тысячами мужчин, посещавших мой сайт [www.SecretsofMarriedMen.com](http://www.SecretsofMarriedMen.com). Это общение позволило мне сделать следующий вывод: мужчины и женщины совершенно по-разному видят пути, ведущие к успешному браку. Мужчины говорят о стратегии, планировании – шаг 1, шаг 2, шаг 3... На основе таких наблюдений я сформулировал тезис, который стал основой для «Секретов счастливых мужей»: мужчины, представьте, что супружеская жизнь является работой!

Я написал, что если они станут относиться к браку с той же целеустремленностью, готовностью находить решения и преданностью делу, что и к работе, то дома их будут ждать счастливые жены и, естественно, семейная жизнь начнет приносить им радость. Книгу прочли многие мужья, и я получил огромное количество писем со словами благодарности. Настоящая музыка для моих ушей – согласитесь, ради этого стоило работать!

Милые леди отнеслись к «Секретам счастливых мужей» не менее благосклонно. Однако они неизменно добавляли, что высказанные в книге идеи работают только в отношении мужчин. Это стало особенно очевидным во время интервью, которое я дал Робин Робертс в передаче «*Good Morning, America*». Робин сказала: «Вы утверждаете, что дома надо применять те же принципы, что способствуют достижению успеха в работе. Но кому понравится работать еще и дома?»

И тут меня осенило – и вправду, почти каждая женщина из тех, с кем мне доводилось обсуждать «Секреты счастливых мужей», спрашивала то же самое: «Разве кто-то захочет работать еще больше?» По-видимому, тут все дело в женской психологии (во всяком случае, от мужчин я подобных вопросов не слышал).

Современные женщины ходят на работу и вдобавок занимаются воспитанием детей, заботятся о престарелых родителях и хлопочут по дому. Хватит их нагружать! Они и так слишком много трудятся и потому не хотят воспринимать как работу еще и собственный брак. Наоборот, для женщины отношения с мужем – источник силы и убежище от стрессов повседневной жизни.

Счастливые жены знают, как, не прилагая особого труда, создать именно такой тип отношений. Они в совершенстве овладели особым видом женской магии – умением незаметно для мужчины побуждать его становиться лучше. Дорогие читательницы, такая магия присуща каждой из вас! Не забывайте, вы – женщины и, значит, обладаете удивительным талантом делать свой брак именно таким, каким он вам нужен.

Женский и мужской мозг функционируют по-разному, что объясняется действием различных гормонов. Женщинам лучше удается выражать свои чувства и на интуитивном уровне распознавать зарождающиеся проблемы. Вот он – ключ к вашему семейному счастью! Как сказала Добрая волшебница Севера из сказки «Удивительный волшебник из Страны Оз», «то, что ты ищешь, рядом, и всегда здесь было». Книга «Секреты счастливых жен» покажет вам пути, которые выбрали женщины, довольные своей семейной жизнью. Вы тоже этого заслуживаете!

## Глава 1

### Знакомьтесь: ваш муж

Есть нечто особенное в том, как любящие супруги смотрят друг на друга. Так что, когда Роза и Лукас в последний раз переступили порог моего кабинета после целой серии психотерапевтических сеансов, было видно невооруженным глазом – передо мной счастливая пара.

А ведь во время нашей первой встречи они выглядели совсем иначе. Тогда, после обмена дежурными приветствиями, Роза начала сбивчиво рассказывать, почему они здесь оказались.

По ее словам, они с Лукасом, молодым хирургом-интерном, познакомились в больнице «Скорой помощи» в Нью-Йорке, где Роза работала уже три года. На тот момент она разошлась с прежним мужем и к предложению Лукаса поужинать где-нибудь вместе отнеслась с осторожностью.

«Я стремилась узнать о нем все – что ему нравится, что не нравится, что его пугает и что радует», – говорила Роза. В конце концов, решив, что теперь она хорошо знает Лукаса, она согласилась выйти за него замуж.

Однако спустя несколько месяцев Роза, к своему величайшему сожалению, обнаружила, что Лукас думает о работе больше, чем о ней. Они поссорились. Роза кричала, что муж занят собственными делами. Ответ Лукаса поверг Розу в шок: «Ты ведь знала, какой я, когда вышла за меня замуж. Но тогда зачем пытаешься сейчас меня переделать? Я – это я. Ты что, не можешь принять меня таким, каков я есть?» Как у него вообще хватило совести сказать такое, а потом еще и утверждать, что он любит ее!

С точки зрения Розы ситуация была однозначной – либо Лукас перестанет задерживаться на работе, либо их браку придет конец. О компромиссах не могло быть и речи: *или – или!* Да уж, в этом смысле Роза – не лучший пример женщины, мечтающей о счастливой супружеской жизни.

Впервые переступив порог моего офиса, она надеялась, что я заставлю Лукаса измениться. Вместо этого я открыл Розе Секрет номер один: ей следовало *познакомиться со своим мужем заново и затем воспользоваться полученным знанием себе (и ему) во благо.*

## **Истинная природа мужчин**

Женщина, получившая представление о мужской природе как таковой, лучше оценит все преимущества сильных сторон своего мужа и сумеет принять его слабости. Это, в сочетании с удивительными мистическими свойствами ее женской натуры, поможет ей извлечь наружу все самое лучшее в любимом человеке.

В первой главе мы внимательно изучим отточенную тысячелетиями биологической и социальной эволюции природу типичного представителя мужского пола и постараемся выяснить, как вы можете помочь своему мужу стать лучше, не мешая ему при этом оставаться самим собой.

## Кто этот парень?

Подобно Розе, начните с вопроса: «Кто он, этот парень? Что ему нравится? Почему он ведет себя именно таким образом?» Внимательно наблюдая за мужем, вы, возможно, обнаружите в его характере странные, с вашей точки зрения, смешные и раздражающие вас особенности. Вам станет ясно, что он вообще ведет себя не так, как вы, – не то чтобы совсем неправильно, но как-то по-другому.

Как только Розе удалось разобраться в типично мужских качествах Лукаса, она прекратила тратить силы на решение безумной задачи – заставить его измениться потому, что этого хочется *ей*. Взамен Роза постаралась пробудить в *нем* желание что-то в себе поменять. Прошло не так много времени, и Лукас перестал задерживаться на работе допоздна. Теперь он бежал домой к молодой и... *счастливой* жене.

Так что же это за тайна, которой я собираюсь с вами поделиться?

*Секретом номер один* являются семь основных причин, почему мужчины видят мир иначе, чем женщины. Должен вам сказать, что женщин, которым эти семь причин становятся известны, ждут замечательные перспективы.

1. Мужчинам нужно, чтобы о них заботились.
2. Мужчины нуждаются в признании своих заслуг.
3. Мужчинам трудно извиняться и говорить о любви.
4. Мужчины испытывают потребность защищать семью.
5. Мужчины всегда должны чувствовать свою правоту и держать ситуацию под контролем.
6. Мужчинам нужно действовать.
7. Мужчин непреодолимо влечет к женщинам.

Когда я думаю о почти сверхъестественной способности женщин благотворно влиять на эгоистичную мужскую природу, то вспоминаю эпизод из фильма «Лучше не бывает», где герой Джека Николсона говорит героине Хелен Хант: «Рядом с вами мне хочется быть лучше». Ее ответ весьма примечателен: «Наверное, это был самый прекрасный комплимент в моей жизни!»

Итак, *любая женщина наделена волшебной силой* – ее забота о мужчине так глубоко проникает в его душу, что он непроизвольно старается стать лучше. В самой природе мужчины заложена программа, вызывающая у него желание доставлять любимой радость и удовольствие. Понимание того, что скрыто там – у него внутри, поможет вам увидеть своего мужа в истинном свете и получить все, что необходимо для счастливого замужества.

### **УЗЕЛОК НА ПАМЯТЬ**

#### **Все начинается с головы**

С какой бы стороны мы ни рассматривали человеческое поведение, в основе всех наших мыслей и действий лежит деятельность мозга. Конечно, говоря о мозге, я многое буду обобщать, ведь как нет двух одинаковых людей, так и мозг у всех работает по-разному.

Начнем с того, что этот орган состоит из двух долей – полушарий. У большинства людей, даже у левшей, левое полушарие контролирует процесс понимания и вербализации, восприятие нюансов различных образов и слов, логику, способность к математике и структурированию. У правой половины мозга своя специализация. Вместо того чтобы следить за семантикой речи или мелкими деталями предметов, правая сторона отвечает за глобальную картину. В коре правого полушария мозга находятся центры творчества и эмоций. Музыка и любые креативные изобретения также родом из правого полушария мозга.

Формируясь еще в утробе матери, мозг зародыша – будущего мальчика или девочки – развивается по-своему в зависимости от пола. Хотя эти различия у каждого человека проявляются в разной степени, в любом случае гормоны андроген и эстроген влияют на мозг, обуславливая «типично мужской» и «типично женский» типы мышления.

◆ Масса мужского мозга на десять процентов больше, чем женского (головы и тела мужчин тоже больше). Основная часть этого более крупного мужского мозга состоит из белого вещества, которое защищает клетки мозга от травм и увеличивает скорость передачи информации.

◆ Женский мозг содержит больше серого вещества, чем мужской, и клетки этого вещества имеют между собой большее количество связей. Благодаря дополнительным связям способность клеток головного мозга женщины взаимодействовать с другими его клетками значительно выше.

◆ У мужчин толще участок коры правого полушария головного мозга, отвечающий за ориентацию в пространстве и обработку сенсорной информации – измерения, черчение, поиск направления движения, чтение карт, работу с деталями (например, с автомобильным двигателем).

◆ У женщин больше нервных клеток в левом полушарии – там, где идет обработка речи.

Два полушария мозга связаны особой тканью – мозолистым телом. У женщин мозолистое тело толще, чем у мужчин. Более развитые связи между двумя полушариями помогают женщинам лучше интегрировать информацию из логической части мозга (левого полушария) и интуитивной (правого полушария).

Не забудьте об этом, читая нашу книгу. Разница в структуре мозга микроскопична, но влечет за собой огромные различия в поведении!

Конечно, многими женщинами движут те же стимулы, что движут и мужчинами. И, естественно, не у всех мужчин одинаковые потребности. Но если вы хотите избежать разочарования в браке, неудовлетворенности, ссор и даже развода, нужно просто принять тот факт, что и мужчины, и женщины обладают сильными и слабыми сторонами.

Так что продолжайте читать и составьте правдивый портрет своего мужчины. Разобравшись в некоторых тонкостях его мужской натуры, вы получите намного больше любви, чем прежде, не прилагая при этом особых усилий.

## **Мужчинам нужно, чтобы о них заботились**

Мужчинам нужно, чтобы о них заботились? «С какой стати?» – может ответить ваш муж или партнер. Ведь мужчина сам хочет заботиться о семье. Он же не считает себя представителем слабого пола, нуждающимся в особом внимании. Ответ прост: и да, и нет. Да, мужчинам нравится баловать своих жен и брать на себя ответственность (далее мы будем говорить об этом подробнее), но точно так же многие из них хотят, чтобы и жены о них заботились. Если бы было иначе, нам не пришлось бы так часто слышать от женщин: «Когда он болеет, то капризничает как ребенок», «Он ведет так, будто я ему мамочка и обязана терпеть все его выходки», «Иногда я чувствую, что муж – это мой третий (четвертый, пятый) ребенок!» Звучит знакомо? В жизни большинства мужчин бывают моменты, когда им и вправду необходима материнская опека. Это весьма распространенная и совершенно естественная ситуация.

Признаюсь, я тоже бываю таким. По вторникам мне приходится заканчивать работу довольно поздно – где-то после восьми часов вечера. И конечно, в глубине души я надеюсь, что в конце столь долгого дня жена разогреет для меня то, что осталось от семейного ужина. Чаще всего по вторникам у нас пицца, доставленная на дом. И когда Сьюзен ставит ее в духовку, я чувствую, что обо мне заботятся. Если мужчина нуждается в подобной заботе, а его жена этого не понимает, он чувствует себя потерянным и несчастным, нередко даже не осознавая почему. Где-то в глубине души ему очень хочется, чтобы жена старалась сделать его жизнь более комфортной.

## Природа или воспитание?

Знаю, знаю. Вы, дорогие читательницы, совершенно справедливо возмущаетесь: «А как же я?» Безусловно, вы тоже были бы рады получать чистую пару носков, не утруждая себя стиркой. Так что вполне справедлив вопрос, адресованный вашему мужу: а что он делает для вас?

Безусловно, он тоже должен о вас беспокоиться. Но сначала следует подать ему пример. На то есть свои причины, которые кроются в его мужской природе и соответствующем образе мыслей.

В детстве большинство мужчин воспитывали мамы, которые брали на себя решение всех вопросов, связанных с домашним хозяйством. Выросшие мальчики ожидают такого же от любящих женщин.

«Минуточку! – воскликнете вы. – Девочек тоже растили мамы, и точно так же стирали им носочки. Почему же молодые женщины не ожидают подобной заботы от супругов?» Хороший вопрос, и на него найдется достойный ответ. Все дело в эстрогене. Существует немало свидетельств того, что женщины эмоционально отзывчивее. Согласно одному из исследований, девочки по прошествии всего лишь одного дня после рождения сильнее реагируют на чей-нибудь крик или стон, чем мальчики. Девочки в возрасте одной недели могут выделить крик младенца среди другого шума, а мальчики – нет. Четырехмесячные малышки, в отличие от своих сверстников мужского пола, по-разному относятся к фотографиям с изображением знакомых людей и тех, кого они не знают. Лично я не верю в то, что все эти младенцы успели научиться играть соответствующие гендерные роли в первый день своей жизни. Думаю, подобные различия являются врожденными.

Становясь старше, девочки в пять раз чаще выбирают кукол в качестве игрушек, и выдуманные ими игры связаны с заботой о «ребеночке». Мальчики предпочитают активные ролевые игры, так что проявление заботы намного естественнее для девочек.

Эти и подобные открытия доказывают, что уже с рождения женщины обладают более развитой интуицией – они тоньше воспринимают чувства и мысли других людей, лучше интерпретируют чужие эмоции и отвечают соответствующим образом. Всего два поколения назад чуть ли не единственными сферами реализации профессиональных амбиций женщин были медицина и образование, причем речь в основном идет о младшем медицинском персонале и учителях начальной школы. Такая работа требует почти беззаветной преданности делу и умения опереживать. Одни говорят, что женщины тяготеют к этим профессиям потому, что благодаря им могли реализовать свой материнский инстинкт, другие считают, что у представительниц слабого пола попросту не было другого выбора. Как бы там ни было, привычная женщинам роль ангела-хранителя – воспитательницы, сиделки и заботливого друга – имеет долгую социальную и культурную историю.

## Воздаяние по заслугам

Если мысль о том, что муж нуждается в вашей заботе, вызывает у вас внутренний протест, поскольку тогда обязанности будут распределены не поровну, я допускаю, что иногда вполне справедливо напомнить ему: «У тебя тоже есть руки, постирай свои грязные носки сам!» В то же время прошу вас внимательнее отнестись к понятию «несправедливое распределение обязанностей». Вы что, действительно делите всю работу по дому пополам? Неужто вам приходится выполнять типично мужскую домашнюю работу – содержать в порядке двор и сад, ремонтировать машину, электрику и сантехнику и тому подобное? Кто в наибольшей мере пополняет семейный бюджет, обеспечивая хлеб на столе и крышу над головой? Счастливые жены знают, что подсчеты «кто и сколько сделал» не только не способствуют укреплению брака, но и подчеркивают, какие претензии муж и жена могут предъявить друг к другу.

Мужчины никогда не говорят: «Ну почему жена не поменяла масло в моей машине?», «Она никогда не стрижет газон!» или «Разве она не может зарабатывать больше меня и обеспечивать семью?» И в то же время им хорошо знакома мысль: «Как хорошо иметь чистые носки и при этом не стирать их самому». Для них эта мысль – не из области вопросов распределения труда, а свидетельство женской заботы, в которой они нуждаются, и подтверждение того, что их брак оказался счастливым.



### УЗЕЛОК НА ПАМЯТЬ

#### Вы – не служанка

Если в какой-то момент вы обнаружите, что делаете вообще всю домашнюю работу, в том числе и ее мужскую часть, определенно, вам с мужем пришло время сесть и серьезно поговорить. Любой мужчина, считающий, что жена прекрасно справится со *всеми* домашними обязанностями, должен быть готов к проявлению ее недовольства! Мужу, который что-то там делает в домашней художественной мастерской и рассчитывает на то, что его жена, работающая пятьдесят часов в неделю в крупной корпорации, будет сломя голову бежать домой, готовить ужин из трех блюд и стирать его носки, вероятно, тоже стоит пересмотреть свои ожидания. В подобных ситуациях пора разобраться с распределением хлопот по дому. Конечно, мужчине хочется, чтобы о нем заботились, но и женщина не должна чувствовать себя прислугой. Если, например, ваш муж платит садовнику за стрижку газона, вам пора платить кому-то за стирку и глажку. Постарайтесь восстановить равновесие, не устраивая забастовок. Ведь ваша цель – счастье, а не домашняя война.

Итак, женщины в браке чувствуют себя счастливее, если понимают, что: во-первых, мужчины не пытаются свалить на них всю грязную работу, во-вторых, ожидания мужчин – родом из детства и, в-третьих, мужа могут научить чуткости на примере своих жен.

А вот и бонус: ваши действия станут для мужа образцом того, как нужно заботиться о *вас*, он будет брать с вас пример и наконец поймет, что такое настоящий брак. Когда мужчина наслаждается любовью и вниманием своей жены, у него появляется желание ответить ей тем

же. Это свойственно человеческой натуре. В душе мы все готовы проявить чуткость и доброту – каждый по-своему – к тем, кто добр и чуток по отношению к нам. Муж с радостью ответит вам взаимностью, хотя, к великому сожалению многих женщин, это не значит, что он займется стиркой.

## Мужчины нуждаются в признании своих заслуг

Вскоре после выхода в свет моей первой книги о мужчинах, счастливых в браке, члены книжного клуба из сельскохозяйственного штата Род-Айленд пригласили меня принять участие в тематической дискуссии. В начале дискуссии модератор группы Луиза рассказала историю о своем муже Джиме. Как-то раз она приехала из магазина с полным багажником покупок. Вполне логично было предположить, что Джим поможет ей занести пакеты с покупками в дом, о чем она его и попросила. «Джим сгреб в руки все пакеты, принес в кухню и с победным возгласом поставил на стол – с таким видом, будто он только что вернулся с охоты, притащив из джунглей добычу, дескать, вот, еда на столе!» – улыбнулась Луиза.

Все присутствующие на нашей встрече женщины смеялись от души – им была хорошо знакома потребность мужей в признании и благодарности за самую обычную, рутинную домашнюю работу. «Мой Билл каждый раз претендует на медаль, если вечером в субботу остается с детьми», – прокомментировала некая леди. И опять в зале раздался дружный женский смех.

На мой взгляд, поведение этих мужчин вполне объяснимо, – наверное, потому что я и сам мужчина. В каждом более или менее крупном городе найдется немало памятников разным героям и выдающимся личностям, что лишний раз доказывает: мужчина не просто стремится к свершениям, он хочет, чтобы его достижения оценили по заслугам! Окружающие должны видеть, сколько сил он потратил, чтобы сделать этот мир (ну или, по крайней мере, собственный дом) лучше. Эта потребность жива в нас, мужчинах, до сих пор и наиболее ярко проявляется в семейной жизни (хотя ныне, в эру гендерного равенства, нередко остается непонятой и подвергается критике).

Конечно, признание наших заслуг нужно всем нам – и мужчинам, и женщинам. Однако большинство мужчин испытывает в этом острую необходимость. То, что муж Луизы стоял гордый как индюк рядом с кучей пакетов с продуктами, на самом деле означало, как сильно он хочет услышать от нее: «Огромное тебе спасибо, дорогой. Без тебя я бы ни за что не донесла такую тяжесть».

Ладно, ладно. Я понимаю, что подобная потребность в похвале выглядит очень по-детски и заставляет женщин хохотать до упаду. Посмеялись? Теперь усаживайтесь поудобнее – я собираюсь поделиться с вами еще одним очень простым секретом (который может показаться даже глупым): отнюдь не исключено, что ваш муж относится к той категории мужчин, которым нужно чувствовать себя героем.

Возможно, он, в глубине души, видит себя в роли Супермена, а вас – в роли Луис Лэйн. Или он – Спайдермен, а вы – Мэри Джейн. Ну, вы поняли, о чем я говорю. Можете смеяться, если хотите, или не обращать внимания на подобные «глупости», но, когда вы станете относиться к своему мужчине как к человеку, который спас вам жизнь, он снова и снова будет бросаться ради вас в бой!

Если ваш муж оказывает вам какую-то услугу, простого «Спасибо» недостаточно. Скажите ему: «СПАСИБО!» Обнимите его (мужчинам в общении свойственны действия). Ведь Луизе в приведенном выше примере ничего не стоило сказать: «Джим, я так тебе благодарна за помощь, рядом с тобой мне живется намного легче». Поверьте, в ту же секунду он ощутил бы желание помогать ей снова и снова, причем без всяких просьб с ее стороны.

Вы можете сомневаться в том, что эта стратегия работает и что таким образом вам удастся заставить мужчину поступить так, как вам хочется. Или вы просто не хотите играть в такую игру. Но вспомните о довольно распространенной ситуации: мужчина бросает жену ради секретарши. Причина, как правило, одна – секретарши смотрят на боссов снизу вверх и тем самым удовлетворяют их потребность в признании. Эти женщины видят в боссах воинов света, сражающихся с тупыми менеджерами, некомпетентными рабочими и взбешенными клиентами.

Другими словами, они с почтением относятся к своим героям, и это безумно нравится мужчинам – объектам поклонения. И вот однажды такая представительница младшего офисного персонала делает шаг вперед и занимает место Луис Лэйн.

### **Делимся секретом**

#### **Дарите больше внимания – получите взаимность!**

– Я поняла, даже при малейшем проявлении нежности со стороны мужа (например, «ты сегодня очень хорошенькая») он ждет от меня бесконечной благодарности. Полтора года я твердила ему о том, как мне не хватает его внимания (однажды так и сказала: просто говори мне, какая я красивая!). Он не реагировал. Но как-то раз, когда он сделал мне неожиданный комплимент, я бросила все, чем в тот момент занималась, обняла, поцеловала его и сказала, как это много для меня значит. Мало того, я стала так поступать всякий раз, когда он говорил мне что-то приятное. Знаете, что произошло? Муж стал гораздо более внимательным. Теперь я почти каждый день слышу, какая я красивая, «Я тебя люблю» и «Ты – лучшее, что есть в моей жизни». Мужчины не всегда думают так, как хотелось бы женщинам. Если вы надеетесь, что ваш муж начнет делать что-то ему несвойственное, нужно придумать для него награду, от которой выиграете вы оба.

Жаклин, стаж семейной жизни 5 лет

## **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.