



Men Are from
Mars, Women
are from Venus:
The Classic Guide
to Understanding
the Opposite Sex

John Gray

Мужчины с Марса, женщины с Венеры

Джон Грэй

Smart Reading. Ценные идеи из лучших книг

Smart Reading

**Ключевые идеи книги:
Мужчины с Марса, женщины
с Венеры. Джон Грэй**

«Смарт Ридинг»

2020

Smart Reading

Ключевые идеи книги: Мужчины с Марса, женщины с Венеры.
Джон Грэй / Smart Reading — «Смарт Ридинг», 2020 — (Smart Reading. Ценные идеи из лучших книг)

Этот текст – сокращенная версия книги Джона Грэя «Мужчины с Марса, женщины с Венеры». Только самые ценные мысли, идеи, кейсы, примеры. О книге Однажды в огромный телескоп мужчины-марсиане увидели женщин-венерианок и помчались на Венеру. Там их встретили с распростертыми объятиями. Поселившись на Земле, они поначалу помнили о разнице в своем происхождении и принимали друг друга такими, какие они есть. Но с течением времени многое стало забываться и возникли непреодолимые трения. Психолог Джон Грей много лет успешно консультировал семейные пары и помогал людям наладить утраченное взаимопонимание. Эмоциональные потребности, мотивации, способы поведения и причины для конфликтов у мужчин и женщин разные. В книге собраны ответы на самые острые вопросы. С какой стати мужчины считают, что их недооценивают? Почему женщины думают, что мужчины их не слушают? И что на самом деле означают слова «Тебе на меня наплевать!» на венерианском и марсианском наречиях? Зачем читать

- Освоить язык, на котором говорит и действует ваш спутник или спутница.
- Понимать правильно и принимать несовершенства избранника.
- Привнести больше страсти и радости в ваши отношения с партнером.

Об авторе Джон Грэй – американский психолог и писатель. С детства интересовался йогой. Поступив сразу в два университета, бросил оба и на девять лет погрузился в духовные практики. Вернувшись к светской жизни, получил диплом Колумбийского университета в области психологии. Первый его брак оказался неудачным и подтолкнул к изучению различий между мужчинами и женщинами. Со второй женой прожил 30 лет в счастливом браке. Книга «Мужчины с Марса, женщины с Венеры» стала классикой и переведена на 40 языков мира. В формате PDF A4 сохранён издательский макет.

© Smart Reading, 2020

© Смарт Ридинг, 2020

Содержание

Введение	7
1. Мужчины с Марса, женщины с Венеры	8
2. Мужчины и женщины перед лицом стресса	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Краткое содержание книги: Мужчины с Марса, женщины с Венеры. Джон Грэй

Оригинальное название:

Men Are from Mars, Women are from Venus

Автор:

Джон Грэй

Тема:

Обязательное чтение для образованного человека

Правовую поддержку обеспечивает юридическая фирма AllMediaLaw
www.allmedialaw.ru

Введение

У каждого из нас часто возникают трудности в понимании самых близких людей. Мы устаем, выходим из себя, в сложные моменты отдаляемся, не умеем прийти на помощь, когда это так нужно.

Эта книга поможет вам сделать шаг к новому отношению к партнеру, позволит с легкостью решать конфликты, которые раньше казались непреодолимыми.

Все принципы новой долгосрочной стратегии отношений, сформулированные в книге, проверены и испытаны. Девяносто процентов из 25 тысяч опрошенных узнают в книге себя и свои модели поведения.

Книга «Мужчины с Марса, женщины с Венеры» – учебное пособие по семейным отношениям.

Мы неверно полагаем, что если наш партнер (партнерша) любит нас, то он (она) будет вести себя и проявлять свои чувства точно таким же образом, как это делаем мы, когда любим кого-то

- Вы освоите технику разрешения проблем, возникающих из-за различий мужчин и женщин. Первый шаг к этому – признание того, что мужчины и женщины очень разные.

- Осознав степень этих различий, вы научитесь по-новому строить близкие отношения и получать от них больше радости, чем прежде.

- Новое знание – это инструмент, который поможет обрести новый взгляд на вещи, вы сможете обрести любовь, которую заслужили, и сумеете дать ее близкому вам человеку.

- Вы получите картину здоровых взаимоотношений, которые послужат вам поддержкой и опорой в вашей жизни.

Дать мужчине совет, о котором он не просил, равносильно тому, чтобы поставить под сомнение его способность решать все самому

1. Мужчины с Марса, женщины с Венеры

Представьте, что мужчины – выходцы с Марса, а женщины – с Венеры. Однажды марсиане узрели в телескопы прекрасных венерианок, сели на космический корабль и помчались на Венеру. Там их встретили с открытыми объятиями. Долгие годы они провели в любви, изучали различия друг друга, не было у них ссор и непонимания. Но как-то раз вдруг позабыли, что они с разных планет, и начали конфликтовать. И этим они занимаются по сей день.

Если не забывать, что мужчины с Марса, а женщины с Венеры, то можно найти объяснения буквально всему.

Две главные ошибки:

Ошибка первая: Женщины дают советы, о которых никто их не просил, и стремятся изменить поведение мужчины, допустившего ошибку.

Ошибка вторая: Мужчины, пытаясь привести в себя расстроенную женщину, предлагают ей решение и недооценивают ее чувства.

Как правило, когда женщина высказывает вслух свои огорчения и чувства, мужчина воспринимает это как просьбу разобраться с проблемой и предложить решение. Мужчина рад решить беспокоящие ее трудности. Решение предложено, но она продолжает сетовать. Мужчина понимает, что его совет отвергнут, он ощущает себя все более бесполезным. Успех дает мужчинам чувство полноценности жизни и реализации себя. Их интересы сосредоточены на предметах и вещах, но не на людях и чувствах.

Мужчине нужно учиться принимать и понимать чувства женщины. Женщины не всегда говорят о своих проблемах, чтобы получить решение. Они хотят поделиться своими чувствами и переживаниями и быть понятыми.

Как преодолеть эти различия?

- Воздерживаться от непрошенных советов
- Научиться слушать

2. Мужчины и женщины перед лицом стресса

В стрессовой ситуации мужчина замыкается в себе, чтобы «переварить» проблему и переживания. Он уходит в пещеру. Женщин в стрессе захлестывают эмоции.

Женщины, столкнувшись с проблемой, собираются вместе и делятся своими заботами и чувствами, благодаря этому они испытывают облегчение и успокаиваются.

Женщине следует помнить, что «уход в пещеру» – действие защитного механизма, а не выражение равнодушия к ней. И вход в эту пещеру воспрещен всем без исключения.

Самоощущение женщины формируется ее чувствами и качеством взаимоотношений с другими

2.1. Пять основных недоразумений между мужчиной и женщиной

1. Женщина говорит: «Ты меня не слушаешь». Мужчина вполне может повторить каждое слово, которое она сказала. Но женщине нужны не слова, а его полное безраздельное внимание.

2. Женщина говорит: «Такое ощущение, что тебя здесь совсем нет». Мужчина отвечает: «Как нет? Вот я весь здесь – руки, ноги, голова...» Но суть слов женщины в том, что полного присутствия, столь необходимого ей, она не чувствует.

3. Она: «Тебе на меня наплевать». Он: «Как наплевать, если я ломаю голову над решением этой проблемы?» Мужчина ищет способ решения проблемы ради женщины, в то время как она хочет непосредственно ощущать его внимание и заботу.

4. Она говорит: «Я чувствую, что для тебя ничего не значу». Мужчина, решая проблему, сосредотачивается на самой проблеме и игнорирует партнершу, что причиняет боль.

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.