

18+

АЛИСА МАЙЕР

---

# Личное пространство

ЧТО ЭТО И ПОЧЕМУ ОНО ВАЖНО?



**Алиса Майер**  
**Личное пространство. Что  
это и почему оно важно?**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=55339034](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=55339034)  
ISBN 9785449882134*

**Аннотация**

Из книги Вы узнаете, что значит личное пространство между незнакомыми людьми, супругами и влюблёнными. Актуальные вопросы: чувство личного пространства, мужчины, женщины, влюбленные, супруги, представление о дистанции, широко известный в мире эксперт в области семейных отношений, нужно ли отказываться от всего личного и другое.

# Содержание

Можно, не так близко, пожалуйста  
Конец ознакомительного фрагмента.

7  
9

# **Личное пространство**

## **Что это и почему**

### **оно важно?**

#### **Алиса Майер**

© Алиса Майер, 2020

ISBN 978-5-4498-8213-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Какое пространство должно оставаться вокруг человека, чтобы он чувствовал себя комфортно? Кажется бы, ответить на этот вопрос проще простого: он должен хорошо видеть и слышать своего собеседника, но при этом оставаться свободным в своих движениях.

Нет ни малейшего сомнения, что это так, но только если речь идет об общении или нахождении в одном месте малознакомых или незнакомых людей. У двух любящих сердец личное пространство и дистанция при общении имеют несколько иной, более глубокий смысл.





# Можно, не так близко, пожалуйста

Если понаблюдать, как заполняется пустой автобус, можно заметить, что в первую очередь занимают места, позволяющие избежать соседства. Садиться рядом с другими пассажирами люди начинают только тогда, когда одиночные места в салоне заняты.

Из этого простого наблюдения можно сделать вывод, что каждый человек старается держать какое-то пространство вокруг себя в неприкосновенности. С нарушением его границ вынуждает смириться только ситуация многолюдья.

Представление о дистанции досталось человеку от животного мира. У стайных животных есть такое понятие, как индивидуальная дистанция. Например, скворцы рассаживаются на телефонном проводе таким образом, чтобы достать друг друга клювом, но не ближе. Птицы, приземлившись слишком близко друг к другу, начинают драться до «предписанного» интервала.

Человек также может похвастаться таким механизмом поведения. Мы на бессознательном уровне ощущаем, что физический контакт с незнакомым человеком сулит неприятности. Если два человека будут сидеть за одним столиком в ресторане, и один из них начнет постепенно ставить бокал ближе к чужой тарелке или передвигать посуду ближе к чужому краю, второй почувствует внутренний дискомфорт

и будет отвлекаться от беседы. Ведь когда они сели за стол, то мысленно разделили его на две части!

Нарушение невидимой границы неосознанным образом воспринимается как агрессия. У человека появляется беспокойство, и он не может понять почему. А секрет оказывается прост: вне зависимости от того, в насколько ограниченном пространстве находится человек, какую-то область вокруг себя он старается сохранить от внешнего вторжения. По сути, мысленное разделение пространства и охрана своей личной зоны является главным принципом бессловесного общения.

# 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.