



Слово на «П»

ЯК ОТРИМАТИ ТЕ, ЩО ВАМ ПОТРІБНО, БЕЗ ПРИСКІПУВАННЯ

Як би сильно ми не любили «полуничку», як би не хотіли її отримати, який би аромат вона не поширювала, є одна річ, одна тільки згадка про яку викликає в чоловіка бажання тікати геть. ПРИСКІПУВАННЯ. Ви можете бути наполовину Міс Америка, наполовину пані Толлхаус, але щойно ви починаєте прискіпуватись, як ми втрачаємо інтерес.

Чоловіки добре відчують ваш настрій. Ви ходите будинком колами, дивлячись сюди, туди і кудись іще, і ваше обличчя з кожним кроком стає все більш похмурим. Можливо, сміттєве відро вже давно повне і від нього трохи тхне. Або чоловік просто кинув свій брудний одяг не в кошик, а поруч із ним. Або в раковині накопичилась купа брудного посуду. Наступна картина: жінка стоїть на кухні, губи міцно стиснуті,

і вираз в очах випромінює таку хвилю ворожості, що на екрані телевізора в сусідній кімнаті виникають завади. Чоловік у цю мить намагається чимдуж сконцентруватися на тому, що Леброн збирається зробити з Кобі, але поведінка жінки змушує його пітніти сильніше, ніж пляшка крижаної «Корони» спекотного літнього дня.

Чоловік певен, що зробив щось не так.

Однак він і гадки не має, що саме.

Але вже відчуває, що зараз буде буря.

— То ти й надалі сидітимеш і дивитимешся гру, а ці брудні миски так і лежатимуть у раковині? — запитуєте ви, перекладаючи склянки, миски та ножі з місця на місце.

— Вибач, крихітко, я тільки хотів додивитися гру, — пояснює він. — Я візьмуся за посуд за хвилину.

— Мені не потрібно за хвилину, мені потрібно зараз. Ти ж бачив, що його слід було помити, як же ти міг спокійно вмотитись дивитися гру, залишивши повну раковину брудного посуду на мене?

І ви заводитеся з півоберта, вигукуючи на адресу чоловіка жакливі речі. А що ж відбувається в голові чоловіка? Ваше перетворення на великого злого монстра. Неважливо, наскільки ви крихітні чи милі; коли у вас зриває дах і ви звинувачуєте його в тому, що вас розгнівало, усім своїм виглядом показуючи: «Я просто в нестямі», ви перетворюєтесь на двометрову голову троля, яка говорить голосом Дарта Вейдера.

Це вже не та жінка, в яку ви колись закохався. В цю мить ви його відштовхуєте від себе.

Фактично кохання тут місця немає.

Які б слова не вилітали з вашого рота, вони трансформуються у голові чоловіка приблизно так: «Отже, ти хочеш, щоб я пішов і додивлявся гру десь в іншому місці. Що ж, я так і зроблю. Треба зателефонувати приятелю і ми зустрінемося з ним у спорт-барі. Або я можу випити пива в парку. Або поспати у машині. Або відремонтую замок на дверях підвалу — так, точно, замкнуся у підвалі, там хоча б спокій».

Коли ви вибухаєте — неприємними словами, агресивними діями чи холодним презирством, — чоловік реагує на це мовчанням, спробами абстрагуватись або суперечкою.

Незважаючи на його відповідь, ви, скоріше за все, не отримаєте того, що вам потрібно.

То як вам це допоможе, якщо ви почнете «пиляти» свого чоловіка, тобто прискіпуватися?

На жаль, ніяк.

Зрозуміло, що вам хочеться зняти з душі тягар, і ваші звинувачення є безперечно виправданими, правда полягає в тому, що коли ви розмовляєте з чоловіком крізь зуби, йому набагато простіше ігнорувати вас і ваші потреби. Він може виправдовувати свою реакцію вашими словами і вашим тоном: ви говорите голосно — він ще голосніше; ви кидаєтесь порожніми погрозами — ось вам парочка у відповідь, та ще й удвічі дошкульніших; ставите між вами стіну

холодного, але сердитого мовчання — тепер він також може вас ігнорувати, він буде ігнорувати вас і все, через що ви зчинили цю веремію, аж поки не відчуге, що жінка, яку він кохає, повернулась.

Він чекатиме, поки ситуація не зміниться, і тільки тоді почне її виправляти.

У книжці «Діяти як жінка, думати як чоловік» я наголошував на тому, як важливо для чоловіків врегулювати ситуацію. Не будемо повертатися до цієї теми і знову розжовувати її чи оскаржувати. Чоловіки не будуть розмовляти про проблему, вони запропонують шлях її вирішення. Так само чоловік не звик стояти і вислуховувати крики та волення стосовно речей, які, на його думку, не заслуговують на всю цю енергію, а також не є для нього пріоритетними.

Як би там не було, він намагається це виправити — без потворності та драматизму.

Дами, ключові слова тут — *виправити* і *пріоритет*.

Бачите-но, те, що є пріоритетом для вас, не обов'язково є пріоритетним для чоловіка. *Ви* можете хотіти, щоб на кухні було чисто, *ви* можете хотіти, щоб сміття викидалось, щойно останній паперовий рушник сягне краю помийного відра, або, можливо, *ви* хочете, щоб газон був підстрижений у п'ятницю ввечері, а не в суботу вранці. Та будьте певні, якщо ваш чоловік не якийсь маніяк чистоти, він, скоріше за все, не звертає уваги на ті речі, які є пріоритетом для вас. Він не миє посуд, не викидає сміття і не збирає

свій брудний одяг не тому, що хоче вам допекти; він просто не звертає на це уваги. Називайте його байдужим, стверджуйте, що він вже мав би знати, що ви терпіти не можете цих речей, правда в тому, що він їх не робить своїм пріоритетом, оскільки брудні тарілки, повне сміттєве відро, брудний одяг на підлозі та все інше, чим, як правило, так сильно переймаються жінки, чоловіків узагалі не турбує. Можливо, в цей час чоловік просто розмірковує над іншими речами, які здаються йому більш важливими, ніж брудні склянки чи повне сміття відро. Повірте, нічого особистого.

Тому він залишив свій брудний рушник на підлозі. Ваш чоловік зробив це не для того, щоб вас розізлити; він просто кинув рушник на підлогу і забув його підняти.

Він сів, щоб подивитися гру, замість того щоб помити посуд, після того як сім'я з'їла вечерю, яку ви приготували. Він не намагається зволікати, сподіваючись, що ви зірветесь і вимієте посуд самі; він вирішив спочатку подивитися гру та взятися за посуд пізніше.

У кожному з цих випадків пріоритети вашого чоловіка на ту мить не збігалися з вашими. Або він, можливо, вже встиг зробити багато чого іншого, перш ніж ви почали кричати на нього через те, до чого в нього ще руки не дійшли. Звичайно, він збирається з цим впоратись, просто не за вашим розкладом. Як це виправдовує те, що ви перетворюєтеся на двометрового троля, який говорить голосом

Дарта Вейдера? Здається, ніяк. І ваш спалах гніву чоловік сприймає як непристойну поведінку. Отже, коли ви припинете волати, злитися та наводити аргументи, ви знову станете милою, приємною жінкою. Тоді чоловік зможе виправити ситуацію — помити посуд, викинути сміття, підняти брудний рушник — і повернутися до того, що було пріоритетом для нього.

Чоловіки добре розуміють, що жінка — це особлива людина, у якої є власні потреби, і вони готові задовольняти ці потреби. Жінка просто повинна бути більш дипломатичною, якщо хоче отримати від чоловіка те, що їй потрібно. Тож запам'ятайте наведені далі п'ять правил, перш ніж вимагати від чоловіка щось зробити або виправитися.

1. СЛІДКУЙТЕ ЗА ТОНОМ, ЯКИМ ГОВОРИТЕ

Ваш чоловік — не ваша дитина. Якщо ви говорите з ним сердитим, звинувачувальним тоном, наче з маленьким хлопчиком, він вступить у бій як дорослий чоловік. Він змушений виступати проти цього, тому що, розмовляючи так, ви ставите під сумнів його принципи. Цим материнським тоном ви підкреслюєте, що він — неслухняне створіння, яке не дбає про чистоту будинку, або що він ледацюга, який сидить, чекаючи, коли хтось інший все поробить, або — найобразливіше — що чоловік не допомагає вам навмисно, бо не дбає про вас або не поважає вас.

Звичайно, все це неправда. Саме ваш тон заводить чоловіку зробити миттєво те, чого ви вимагаєте.

2. НЕХАЙ ВАШ ЧОЛОВІК ЗРОБИТЬ ТЕ, ЩО ПОТРІБНО, У ЗРУЧНИЙ ЧАС

Звичайно, ви можете наполягати на тому, щоб все було зроблено одразу ж, але чи справді це так потрібно? Невже сонце перестане сяяти, якщо він помие посуд під час перерви? Хіба земля зійде зі своєї осі, якщо він вирішить повісити свій рушник трохи згодом? Ви, звичайно, заслуговуєте на золоту медаль за наполегливість, але більшість чоловіків і так знають, чого ви хочете, просто вони збираються усе це зробити трохи згодом. Отож, притримайте своїх коней — проявіть трохи терпіння. Вийдіть з кухні і не дивіться у раковину. Тримайтесь подалі від ванної кімнати, якщо рушник зводить вас з розуму. Не переймайтеся через сміття. Чоловік знає, що треба робити.

3. ОБЕРІТЬ СВОЮ ЗБРОЮ

Якщо ви заводитеся з півоберта через кожну дрібницю, ваш чоловік автоматично навчиться не реагувати на вас щоразу, як відчуватиме наближення бурі. До речі, коли чоловік таким чином абстрагується, то потім йому дуже важко розібратися, коли мова йде про *справді* важливу для вас справу, а коли — ні.

Приміром, якщо ви влаштовуєте істерики щоразу, коли він хоче пограти зі своїми друзями в баскетбол у суботу вранці, навряд чи він сприйме всерйоз ваше прохання залишитися вдома однієї суботи, щоб ви могли зайти до офісу та підготуватися до важливої зустрічі в понеділок, або виконати доручення, або зустрітися з подругою в якійсь дуже важливій справі. Вся ваша суєта та прискіпування роблять його нечутливим навіть до того, що є для вас дійсно важливим. Пригадуєте хлопчика, що кричав: «Вовки!»? Через деякий час ні ваші порожні погрози, ні ваша злість не сприйматимуться серйозно.

4. ЗРОЗУМІЙТЕ, ЩО ДЛЯ ВАШОГО ЧОЛОВІКА МАЄ ПЕРШОЧЕРГОВЕ ЗНАЧЕННЯ

Є кілька універсальних речей, які просто не є пріоритетом для більшості чоловіків. Прибирання в будинку. Наповнення холодильника здоровою їжею. Відвідування батьківських зборів. Застеляння ліжка вранці. А ще чоловіки ніколи не спитають про напрямки, якщо заблукали. Якщо в чоловіка є місце, де можна їсти, спати і ходити в туалет, він навряд чи буде перейматися тим, щоб підлога була такою чистою, щоб з неї можна було їсти. І поки в нього є пиво та яка-небудь закуска — пачка хот-догів та трохи чипсів — таке харчування його цілком задовольняє. Кому потрібні ті батьківські збори? Він краще погодиться на те, щоб йому по одному вирвали всі нігті, ніж сидіти там,

слухаючи як купка батьків обговорює колір розчинного напою, який подаватимуть на танцях для п'ятикласників. Навіщо застеляти ліжко? Скоро ж знову в нього лягати? І чоловік нізащо в житті не заїде на заправну станцію та не зізнається іншій живій істоті, що не знає, куди їде. Усе це вам добре відомо. Проте ви очікуєте, що чоловік вчасно поповнить запас овочів, застелить ліжко або піде на батьківські збори, та ще й буде від усього цього в захваті. Не бувати цьому! Універсальна істина полягає в тому, що чоловіки так влаштовані. З іншого боку, жінки володіють тією магичною здатністю пристосовуватись до оточення та потреб інших людей, а також виявляти проблеми до того, як вони виникнуть. Здається, ви всотуєте в себе всю інформацію, щоб обробити її та прийняти правильні рішення для всіх, кого це стосується. А що ж чоловіки? Вони пошлють до дідька усе, що потрібно зробити, і всіх, хто з цього приводу щось скаже; бо мають унікальну здатність блокувати те, що вважають неважливим. Уявіть таку ситуацію: ваша дитина вдарилась і йде до батька, щоб він її втішив. Що зробить батько? Він вирішить проблему: «Іди посидь і почекай, поки не перестане боліти», — каже батько. І вашому хлопчику тільки й залишиться, що подивитись на тата поглядом, у якому читається: «Чорт забирай, мене потрібно обійняти, поцілувати, треба подути на рану чи щось!» Тоді хлопчик йде до матері — він знає, що вона його пожаліє, полегшить біль та полікує рану. Звичайно, це тягар. Це ваше

благословення і ваша прекрасна ноша. Ви дивитеся на картину і помічаєте мазки пензля та різні відтінки блакитного, завдяки яким вдалося підкреслити очі дами. Все, що бачить чоловік, — це портрет дами в рамі. Те саме стосується і життя: жінки орієнтовані на деталі; чоловіки здатні наносити лише широкі мазки. Це не тому, що вони хочуть вас розсердити. Вони такі, якими є. Отже, якщо щось є для вас пріоритетом, ви повинні про це сказати, інакше чоловік не зверне на це увагу. Тож найкращий спосіб уникнути багатьох конфліктів — повідомити чоловіка про те, що є для вас важливим. Якщо заправлене ліжко є для вас пріоритетом, нехай він це знає. Можливо, він і не візьме собі за звичку заправляти його кожного божого дня, але, швидше за все, він усвідомить, наскільки це для вас важливо, і йому буде не важко докласти певних зусиль, щоб задовольнити хоч деякі з ваших потреб.

5. НИКОЛИ НЕ РОБІТЬ ТЕ, ЩО ВХОДИТЬ У ЙОГО ОBOB'ЯЗКИ, ОСОБЛИВО КОЛИ ВИ СЕРДИТЕСЬ

Я запевняю вас, що єдина людина, яку це турбує, — це ви. Припустімо, ваш чоловік сидить на дивані та дивиться по телевізору гру або грає у відеоігри чи витріщається у свій комп'ютер, а ви тим часом скаженієте через те, що він відразу не кинувся вам на допомогу, коли ви сказали, що потрібно заправити

ліжко та пропилювати підлогу. О, ні, він не заперечував. Але він не робитиме цього за вашим графіком, тож ви власноруч у спальні зриваєте покривала, збиваєте подушки і жбурляєте пилюку по всій кімнаті, примовляючи: «Я йому покажу!» Знаєте, що ви отримуєте? Ліжка, які ви самі застелили, та килими, які ви самі пропилювали, а також гнів, який легко може довести до інфаркту. Що отримав ваш чоловік? Застелене ліжко та чисті килими, до яких йому навіть не довелося докладати рук. Якщо ви самі зробили те, про що просили чоловіка, його це не надто турбуватиме, особливо якщо він погодився це зробити. Якщо ви хочете, щоб це було зроблено тоді, коли вам це потрібно, — це ваша проблема. І все, справу зроблено, проблему залагоджено.

Звичайно, розумний чоловік знає, що пізніше він через це постраждає, але це розуміння не приходить само по собі. Він заходить у спальню, чує, як ви розмовляєте по телефону з вашою подругою, сміючись та жартуючи, і вирішує, що з тим малим непорозумінням, яке сталося цього ж дня, вже покінчено. Звичайно, дуже скоро він з'ясує, що ті веселі розмови були зарезервовані виключно для подруг, і що насправді ви просто поклали ту маленьку, огидну хмарку в коробку, обгорнули її гарним папером та обв'язали миленькою стрічкою — саме для нього. Часто чоловіки не розуміють, що їм ніколи не виграти, якщо дозволити жінці впоратися з тим, що чоловік пообіцяв зробити сам, і що якщо жінка про щось

просить, то на те є вагомі причини. Тому я визнаю це: якби ми, чоловіки, могли краще справлятися зі своїми обов'язками, то жінкам не довелося б вдаватися до прискіпування.

Однак з огляду на те, що чоловіки не виправдовують ваших очікувань, найкращим способом досягти взаєморозуміння буде, якщо ви спокійно поясните, чому щось має бути зроблене не потім, а зараз. Пригадайте: коли чоловік чогось від вас хоче, хіба він просить, щоб ви зробили це негайно? Ви коли-небудь чули, щоб чоловік вимагав: «Агов! Мені потрібно, щоб ці сорочки потрапили в хімчистку цієї ж хвилини, інакше будуть проблеми!»? Скоріше, він просто висловить своє прохання під час звичайної розмови. Він знає, що це найкращий спосіб отримати те, чого він хоче; він знає, що не повинен на вас тиснути, не повинен говорити з вами поблажливо, адже це не найкращий спосіб отримати від вас те, що йому потрібно, чи то секс, чи дозвіл щось собі купити, чи побажання стосовно сімейного відпочинку. Чоловіки завжди презентують вам своє прохання у приємній манері, і воно завжди має якесь розумне, обґрунтоване пояснення. Чоловік завжди знає, що перш ніж увійти у двері, слід постукати, і він знає, що ви охоче дасте йому те, про що він просить, якщо зробити це правильно.

Опануйте і ви цю тактику.

Я щоразу використовую її в себе вдома, навіть коли не отримую те, чого хочу. Наприклад, я неодноразово

телефонував своїй дружині і казав їй: «Я хочу, щоб коли я повернуся додому, ти вже була зібрана, тому що я хочу відвести тебе в одне особливе місце. Не можу дочекатись, коли я проведу час наодинці з тобою». І щоразу я приходив додому лише для того, щоб з'ясувати, що Марджорі не готова. Минули години з того часу, як я їй телефонував, вона мала достатньо часу, щоб причесатися, накласти макіяж і підібрати правильний одяг та взуття. А проте я сиджу в кімнаті, стукаю ногою та чекаю. Тепер, якби я хотів дорікати, я додав би басів своєму голосу і вигукнув: «Що значить тобі потрібно більше часу? Чому, чорт забирай, ти ще не готова? Якщо ти не будеш готова через п'ять хвилин, ми нікуди не йдемо!» Але я знаю кращий спосіб. Мої крики не змусять її рухатися швидше; єдине, чого я досягну, — це сварка, і якщо ми таки потрапимо на вечерю, то настрій буде зіпсований, і я пожалкую, що все це затіяв. Якщо ж я дійсно хочу, щоб вечір пройшов добре, — а моя мета полягає в тому, щоб ми провели разом гарно час, — я робитиму все, щоб змусити свою дружину рухатися трохи швидше, щоб ми не втратили наш столик. Спочатку я зателефоную у ресторан і перенесу резервацію, тому що моя мета полягає в тому, щоб поїсти з дружиною і викликати усмішку на її обличчі, а не поїсти у визначений час, який я сам призначив. Потім я піду в спальню і ніжно скажу: «Крихітко, ти ще не готова? Я хотів тебе здивувати, ну ж бо, я дійсно хочу, щоб ми туди потрапили. Поквапся, добре?»