

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
Спасибо, что выбрали форум Бакши buckshee-Спорт, авто, финансы, недвижимость.
Здоровый образ жизни. Приятного чтения! <http://buckshee.petimer.ru/>

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева

Введение.

Ведь я всего только и хочу, чтобы все всегда было по-моему». (Джордж Бернард Шоу)

«А кто этого не хочет!» – может воскликнуть любой из нас. Однако хотеть – не значит жить под этим девизом. Только эгоисты делают лишь то, что хочется, не считаясь с мнением других, в том числе близких и родных людей. Как поется в песне: «Лестницу к небесам ты выбираешь сам, и для души бальзам ты выбираешь сам...»

Ты встретила ЕГО – своего идеального мужчину. Ты влюбилась, и он просто покорила тебя своей самодостаточностью, настойчивостью, решительностью и инициативностью. Приятно, когда что-то делают вместо тебя, например, выбирают фильм, который вы будете смотреть после работы, заказывают столик в ресторане и даже советуют, в чем туда пойти.

Какой он внимательный! Ведь это все он делает для тебя. Ты с благодарностью и уважением принимаешь его советы и приглашения. Действительно, какая разница, какой фильм смотреть, если ты идешь в кинотеатр с любимым. Да и надеть можно не свое любимое платье, а то, что нравится ему. Ты не хочешь его расстроить и меняешь все свои планы, лишь бы успеть в ресторан.

Но проходит время, и ты замечаешь, что его звонки раздаются только тогда, когда ему удобно, а ты можешь ждать его часами. И что ходите вы обычно в те места, которые нравятся твоему возлюбленному, а если ты пытаешься возразить, то слышишь в ответ: «Я знаю лучше» или «Я уже все решил». А тебе хочется, чтобы с тобой советовались, посвящали тебя во все дела и обсуждали планы на выходные. Но ты списываешь подобное поведение на то, что он делает это во благо тебе и вашим отношениям. И дай бог. Однако чаще всего человек поступает так исключительно потому, что ему это удобно. Твой избранник привык делать все по-своему, заботясь прежде всего о собственном комфорте и удовольствии. А это уже эгоизм чистой воды.

Ждать, что однажды все изменится, бесполезно.

Осознание эгоизма не придет к нему само по себе. Этому учит жизнь, причем зачастую довольно поздно, когда отношения заходят в тупик и исправить что-либо уже сложно.

Поэтому, если твой любимый – эгоист, есть два пути. Первый – терпеть и позволять ему любить себя больше, чем тебя. Второй – показать ему его ошибки и попробовать совместными усилиями вывести формулу счастливых отношений, в которых учитываются интересы обеих сторон.

Если ты готова бороться за свою любовь или просто хочешь понять, стоит ли тебе быть рядом с таким человеком, то эта книга для тебя. Постарайся не только внимательно ее прочитать, но и проанализировать ваши отношения, построить собственную модель счастья, помочь себе и своему избраннику быть человеком еще более успешным, любимым и счастливым.

Изменить эгоиста нельзя! Его можно лишь укротить. Даже тигр поддается дрессировке, но от этого он не перестает быть хищником. Найти подход можно к самому суровому царю зверей, если делать все правильно.

Глава 1

Он – эгоист?

Определение

Эгоизм – это не болезнь и не вредная привычка, потому трудно говорить о его симптомах и уж тем более о методах лечения. Проявления эгоизма столь разнообразны, сколь велика степень влюбленности в себя.

Правило № 1

Оценка чужого эгоизма зависит от восприятия этого понятия, а также от самооценки и степени собственного эгоизма.

Иными словами, восприятие эгоизма любимого человека происходит прежде всего через призму нашего собственного себялюбия, поэтому не всегда может быть объективным. Чем больше мы любим себя, тем эгоистичнее нам кажутся поступки окружающих, не соответствующие нашим представлениям о любви, отношениях и семье.

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
Существуют признаки, по которым можно выявить «больной» эгоизм:

- Решение собственных проблем за счет других людей.
- Навязывание своего мнения окружающим.
- Требования выполнять все прихоти и капризы, отказываясь при этом идти навстречу другим.
- Нежелание признавать свою неправоту.

Чтобы понять, насколько твой любимый эгоистичен, ответь на следующие вопросы и посмотри, что получится в результате.

1. Когда ты собираешься в кино с любимым, какова его роль в выборе фильма?

- #####а) он всегда доверяет тебе;
- #####б) выбираешь ты, но он имеет право голоса;
- #####с) выбирает фильм сам, но старается учитывать твое мнение;
- #####д) вы будете смотреть то, что выберет он.

2. Как часто он делится с тобой своими вещами?

- #####а) всегда, когда попросишь;
- #####б) только в том случае, если эта вещь не нужна ему самому;
- #####с) очень редко, в исключительных случаях;
- #####д) никогда.

3. Если ты начинаешь рассказывать ему о своих проблемах, как он к этому относится?

- #####а) всегда внимательно выслушивает;
- #####б) слушает, если есть время;
- #####с) выслушает, но потом обязательно поведаст о своих трудностях;
- #####д) прекращает разговор, сославшись на занятость, или просто меняет тему.

4. Способен ли он дарить подарки на праздники людям, если не уверен, что они ответят взаимностью?

- #####а) обычно он так и делает;
- #####б) это случается нечасто;
- #####с) да, если это «нужный» человек;
- #####д) не способен.

5. Правда ли, что, когда он общается с друзьями, темы разговоров в основном касаются его персоны и того, что происходит в его жизни?

- #####а) нет;
- #####б) иногда;

#####с) только если есть серьезный повод;

#####d) обычно да.

6. На работе ему предложили занять высокую должность, для которой у него явно не хватает опыта. Как поступит?

#####а) откажется;

#####b) постарается помочь найти более подходящую кандидатуру;

#####с) согласится пройти испытательный срок с правом самоотвода;

#####d) согласится не раздумывая – такой шанс упускать нельзя.

7. Вы с любимым человеком заходите в полупустой автобус или вагон метро. Кто первым займет место по своему вкусу?

#####а) пропустит тебя;

#####b) получается по-разному, ему все равно;

#####с) позволит тебе выбрать из уважения к женскому полу;

#####d) первым сядет он.

8. Радует ли он неудачам своих врагов?

#####а) у него нет врагов;

#####b) не радуется;

#####с) только если эти неудачи мелкие;

#####d) радуется всегда.

9. Обычно он разговаривает громко?

#####а) нет, он считает это признаком невоспитанности;

#####b) только если уверен, что никому вокруг не мешает;

#####с) только если у него хорошее настроение;

#####d) говорит так, как хочет.

10. Считает ли он себя человеком, обиженным судьбой?

#####а) нет, ему живется лучше, чем многим знакомым;

#####b) он доволен жизнью, но могло бы быть и лучше;

#####с) иногда его посещают подобные мысли;

#####d) да.

А – 0

В – 1

С – 3

D – 4

Результаты:

0 – 17 баллов

«Альтруист». Эгоистом его нельзя назвать при всем желании. Может быть, это наследственность или особенности воспитания, но ему просто необходимо участвовать в судьбах других людей и оказывать кому-то помощь. Он может стать идеальным сотрудником благотворительной организации. Однако его наверняка ожидают проблемы в личной жизни – близким трудно понять его желание жить интересами других людей. Велика вероятность, что они в конце концов отвернутся от него.

18–26 баллов

«Заботливый». Он не привык слишком высоко ставить собственное «я», поэтому в семье и в коллективе становится лошадкой, которая выполняет всю тяжелую работу и при этом постоянно получает нагоняй. Он прекрасно понимает несправедливость такого положения, однако ничего не может с этим поделать. Окружающие чувствуют, что именно на его шею можно повесить хомут, а у него не хватает духу возразить. Однако и в этой ситуации можно найти массу плюсов, при условии, что он действительно любит дело, которым занимается. Ведь тот, кто не трудится в поте лица, не способен по-настоящему оценить отдых.

27–36 баллов

«Здоровый эгоист». Можно сказать, что его жизненная позиция максимально близка к мировоззрению первобытных людей, а значит, она чиста и искренна. Он не привык жить ради абстрактных общественных идеалов, предпочитает думать прежде всего о собственных интересах. А у человека, который любит себя, нет особых причин для беспокойства – ведь он позаботился о тылах и постиг тайну гармоничного существования. Конечно, у него есть свои странности, но он выделяет им четкое место в жизни и оставляет право иметь маленькие слабости другим людям. В общем, его жизнь проходит в позитивном русле, а сохраняя собственное «я», он продлевает свою молодость.

37–40 баллов

«Суперэго». Он – воплощение мирового эгоизма. Более зацикленного на себе человека трудно представить. Весь окружающий мир существует лишь для того, чтобы потакать его прихотям и удовлетворять его потребности, растущие день ото дня. Он уверен в своей исключительности и избранности, и если что-то идет не так, как он хочет, начинает нервничать и сыпать угрозами. В определенных обстоятельствах такая линия поведения может быть единственно верной – например, если он руководитель среднего звена, а в подчинении у него не слишком толковые работники. Но в личной жизни, в дружеском общении его замашки могут сослужить ему плохую службу.

Правило № 2

В любви эгоист – это тот, кто позволяет любить себя.

Посмотри на ваши отношения и попробуй ответить на вопрос: «Кто в вашей паре любит, а кто позволяет любить себя?» Проявления эгоизма очень разнообразны, но всегда на первом месте стоит «Я». Все вокруг должно вращаться только вокруг его персоны, подобно тому как вращаются планеты вокруг Солнца (Солнце, конечно, ОН). Он считает, что его моральные принципы – единственно верные, а собственные интересы куда важнее чужих проблем. Такой человек живет по закону «цель оправдывает средства» и готов добиваться своего любой ценой, чаще всего за счет других.

Эгоист может запросто воспользоваться твоим расположением к нему и даже любовью. И самое ужасное, что он считает это нормальным. Вряд ли такой человек способен влюбиться, ведь он – центр Вселенной. Он лишь позволит тебе любить его.

Трудно жить с мужчиной, который ценит только собственное мнение, не считаясь с твоим. Он всегда во всем прав. С ним во всем нужно соглашаться, а на любое возражение незамедлительно последует негативная реакция: ссора, упреки, обвинения тебя в равнодушии и эгоизме. Эгоист увлечен и восхищается лишь собой, а окружающими манипулирует, и есть большая вероятность попасть под его влияние.

Поэтому в самом начале отношений внимательно взгляни на своего потенциального партнера.

Правило № 3

Определи, к какому типу эгоистов относится твой мужчина, чтобы в дальнейшем определить стратегию и тактику своего поведения.

Эгоизм бывает рациональным, или разумным, устанавливающим приоритет личных интересов человека над другими интересами или умение жить собственными интересами, не противореча интересам других. По-другому это называется «индивидуализм».

А бывает эгоизм, в котором удовольствие является главной добродетелью, высшим благом и целью жизни. Такой вид эгоизма называется «гедонизм», что в переводе означает «наслаждение», «удовольствие». Девиз людей этого типа – «Люби себя, наплюй на всех и в жизни ждет тебя успех».

«Есть три разряда эгоистов: эгоисты, которые сами живут и жить дают другим; эгоисты, которые сами живут и не дают жить другим; наконец, эгоисты, которые и сами не живут, и другим не дают...» (И. С. Тургенев)

Первый вариант самый безобидный. Твой избранник – «разумный» эгоист. Такой человек считает себя самодостаточным, не нуждающимся в других, но и окружающие имеют право на существование. До тех пор пока не лезут в его жизнь, он не причиняет неудобств, просто игнорируя постороннее мнение.

Такие мужчины часто остаются холостяками. Поэтому, если ты встречаешься с одним из них, то стоит всерьез задуматься о будущем. Он вряд ли когда-нибудь сделает тебе предложение, ведь ему и так хорошо.

Сосуществование с эгоистом второго типа возможно, но заранее обречено именно на существование. Жить с человеком, который считает себя вправе отравлять жизнь окружающих, – это мазохизм. Однако если ты решишься на подобный отчаянный поступок, то посоветовать можно только одно: не противоречить, не спорить и не выяснять отношения. Этим можно только усугубить ситуацию, попутно истрепав себе нервы.

Последний, третий, тип подходит для семейных отношений меньше всего. Для такого человека на первом месте будет всегда он сам. Все свои проблемы он станет сваливать на других, а неудачи в семейной жизни – на твое неправильное поведение. Он позволит находиться с ним, только если это выгодно для него. И лить слезы совершенно бесполезно, т. к. ему совершенно безразличны мнения и чувства окружающих, ведь он – эгоист!

Нередко, влюбляясь, мы бросаемся в омут с головой. А все трудности считаем препятствиями, которые необходимо преодолеть на пути к счастливой семейной жизни. Но со временем наши старания все больше походят на битье головой о стену. Ведь построение отношений с эгоистом – это игра в одни ворота, когда ты стараешься строить, а он либо снисходительно позволяет тебе это делать, либо мешает, либо и вовсе разрушает то, чего удалось добиться.

Правило № 4

Одно мнение – хорошо, а несколько – лучше.

Чтобы твои усилия были не напрасными, а надежды не рухнули, нужно сразу понять, с кем ты собираешься жить.

Ты можешь считать своего возлюбленного самым лучшим, хотя вчера он забыл о твоём дне рождения, а позавчера в течение целого дня не нашел времени для телефонного звонка. И ты снова оправдала его действия, тем более что он привел такие убедительные доводы. А люди, которые говорят о нём плохо, просто завидуют. Но так ли это?

Мнение окружающих порой действительно помогает понять, каков на самом деле твой избранник. Если ты находишься в состоянии влюбленности, тебе все видится в розовом свете. Проблемы ты склонна списывать на «притирку друг к другу» или просто откладывать на потом. Но потом может быть поздно. Выяснить заранее, как ведет себя твой избранник с коллегами, родственниками, друзьями, – это значит обезопасить себя и подготовить почву для совместной жизни.

Скажем, человек, который никогда не держит слово и запросто может подвести друзей, вряд ли станет опорой для семьи. А если он не ценит любовь близких и не дорожит родными, он не будет надежным партнером, любящим мужем и заботливым отцом. Плохие отношения с коллегами могут говорить об отсутствии чувства такта, умения слушать и о готовности «идти по головам» ради своей цели – подобная участь может постигнуть и тебя.

Правило № 5

К мнению окружающих стоит прислушиваться, но не делай поспешных выводов.

Всегда существуют подводные камни, такие как ревность, зависть и просто дурное настроение собеседника. Поэтому попробуй узнать как можно больше о любимом из разных источников. Проанализируй информацию, взвесь и сравни со своим мнением о той или иной ситуации. Главное – не принимай поспешных решений, ведь это всего лишь взгляд со стороны.

Для того чтобы лучше понять любимого, попробуй составить списки его «хороших» поступков и тех, которые тебя явно не устраивают. Что-то, может, ты внесешь туда сразу из опыта общения с ним, а что-то может стать для тебя откровением, если ты действительно внимательно будешь относиться к его действиям и словам.

Правило № 6

Самая лучшая проверка – это попытка заставить его изменить планы в ущерб своему времени, настроению, привычному ходу событий.

Пример 1. Вы договорились о свидании. Раньше вы всегда встречались в определенном месте. Предложи ему другое, которое якобы удобнее тебе. Посмотри, как быстро он согласится, если вообще согласится, а в случае отказа – выясни причины. Скорее всего, эгоист не захочет менять свои планы и привычный распорядок жизни. Но вряд ли у него окажутся объективные причины для отказа от твоего предложения. Он станет предлагать различные варианты, чтобы все-таки переубедить тебя и настоять на своем.

Пример 2. Приготовь ужин и накрой на стол. Случайно забудь положить приборы возле одной из тарелок. Посмотри, какое место за столом займет он? Предложит ли тебе свой прибор? И заметит ли вообще отсутствие у тебя вилки с ножом?

Пример 3. Ну, и самое простое: положи на видное место что-нибудь вкусное и сделай вид, что отвлеклась. Незаметно понаблюдай за ним: съест ли он приготовленное для вас обоих блюдо или предложит тебе. Эгоист, скорее всего, даже не заметит, что съел все, не поделившись с тобой. А начнешь его за это корить – не моргнув глазом, скажет, что если бы хотела, то давно бы уже съела, не пропадать же «добру».

Конечно, куда приятнее было бы посмаковать это блюдо вместе с любимым во время просмотра фильма или за разговором по душам. Но не стоит расстраиваться и уж тем более впадать в истерику, просто поставь галочку в своем списке «за» и «против».

Правило № 7

Попробуй распознать истинное отношение человека к тебе. И понять, есть ли шанс исправить положение и как-то ужиться с любимым.

Проверок можно устраивать сколько угодно, главное – не заиграться и не портить свои нервы и настроение. По большому счету, эгоиста распознать несложно. Присмотрись и прислушайся к его словам и действиям по отношению к тебе. Проанализируй ситуации, в которых тебе было дискомфортно, где ты пошла на уступки ради любимого. А много ли поступков доказывают превосходство его любви к тебе над любовью к себе?

Чаще всего эгоист проявляет себя таковым во всем и везде. Но, может быть, ты станешь тем исключением из правил, которое заставит его взглянуть на тебя по-другому. Ведь вы вместе, а значит, не только он, но и ты ему нужна. Воспользуйся этим!

Как ни странно, среди мужчин эгоистов гораздо больше, чем среди женщин. И хотя, казалось бы, мужественность и эгоизм вещи несовместимые, к сожалению, все больше женщин сталкиваются в семейной жизни с себялюбием супруга. Именно эгоизм лежит в основе ссор, разладов и даже разводов.

К примеру, ты, пытаешься пополнить семейный бюджет для запланированной поездки к морю во время отпуска, экономишь на косметике и встречах с подружками в кафе. А он не забывает о друзьях и не откажется от удовольствия посмотреть футбольный матч в спорт-баре под кружечку пива с воблой. Ты едешь на работу на метро, а он просто не выносит общественный транспорт и предпочитает такси. Разве это не эгоизм по отношению к тебе?

На все вопросы он отвечает: «Мне так удобно. А ты поступай, как знаешь». Он скорее откажется от совместного отдыха на море, чем от своих привычек и собственного удобства. Почему? Да потому, что он так воспитан и привык к жертвам ради него. Впрочем, такой мужчина может относиться подобным образом не ко всем женщинам, а лишь к тем, которые сами это позволяют, играя роль «мамочки».

Другим примером эгоистичного поведения может служить такая ситуация: вы в выходные ходили в кино. Фильм был потрясающий и обоим понравился. Но, рассказывая об этом друзьям, он будет говорить в единственном числе: «Я тут такой фильм посмотрел», будто тебя и вовсе не было рядом. На первый взгляд пустяк, однако это говорит о том, что тебя воспринимают как приложение к его персоне. Подобное поведение может провоцировать излишняя опека с твоей стороны, вызывающая у него желание говорить «Я» вместо «Мы». Возможно, ты повторяешь ошибку его мамы, которая проявляла чрезмерное внимание к сыну, а он, в свою очередь, пытался избежать ее вездесущего участия в его жизни. Отсюда и появилось «Я». Не стоит закрывать глаза на любые мелочи, ведь именно из них вырастают большие проблемы.

Правило № 8

Попробуй проанализировать ваши отношения: может, твой мужчина – эгоист только по отношению к тебе? Нужно выяснить причины и пересмотреть свое поведение.

А как это сделать, мы обсудим в следующих главах.

Глава 2

Он – эгоист. Как быть?

Стратегия

Целеполагание – это практическое осмысление своей деятельности человеком с точки зрения формирования целей и их реализации наиболее экономичными средствами.

Исполнение наших желаний напрямую зависит от того, насколько правильно мы поставили цели. Самый эффективный способ добиться их осуществления – записать на бумаге и в дальнейшем пометать достижение каждой. Это помогает самоутвердиться и получить удовлетворение от результатов.

Основные правила целеполагания:

1. Цель должна быть позитивной и правильно сформулированной.

Это значит, что при постановке целей нужно думать о том, что хочешь получить, а не о том, от чего хочешь избавиться. Например, если твоя мечта – создание семьи

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
с любимым человеком, то подумай о том, какой должна быть ваша дальнейшая жизнь.
Нарисуй картину прекрасного совместного будущего.

2. Цель должна быть конкретной.

Здесь как раз самое время подумать о том, каким ты хочешь видеть избранника. Попробуй описать свой идеал. Представь, что он стал таким рядом с тобой – вы вместе достигли желаемых результатов. Попробуй вызвать в себе чувства, которые ты будешь испытывать, став его счастливой спутницей.

Обязательно обозначь критерии, помогающие понять, что цель достигнута. Это могут быть, например, твои эмоции или определенные поступки любимого.

3. Цель должна касаться тебя, а не кого-то другого.

Человека изменить нельзя, поэтому придется менять отношение к нему и научиться правильно формулировать свои желания. Так, если ты хочешь быть счастливой с мужчиной, не стоит пытаться изменить его. Нужно стремиться стать счастливой даже с эгоистом.

4. Цель должна соответствовать твоим ценностям и не вступать в конфликт с личными принципами.

Не надо ломать себя только ради получения удовлетворения от достигнутого результата. Если ты хочешь быть вместе с любимым человеком, но боишься сложностей, то вряд ли удастся создать гармоничные отношения.

5. Вера в победу – важная составляющая успеха.

Итак, ты следовала правилам целеполагания. Твоя цель позитивна, конкретна, касается тебя лично и не противоречит внутренним ценностям. Ты непременно ее достигнешь. Просто поверь в это и не упускай возможности для осуществления своего желания.

Правило № 9

Главное – не паниковать! И смело смотреть правде в глаза. Может, она и не такая уж ужасная, эта правда?

Похоже, сомнения оправдались, и твой избранник любит себя больше, чем тебя. Вот ужас! Как он может? Да я его...

А что – его? И что он такого сделал? Он всего-навсего эгоист! И, похоже, этого не скрывает. А то, что ты жила иллюзиями, – твоя проблема.

Правило № 10

Грамотно расставь приоритеты, задай определенные цели и добивайся их доступными средствами.

Ты уже многое знаешь о «заболевании» своего любимого под названием «эгоизм» и о «лекарствах» от этого недуга. Трезво отнесись к «диагнозу». И попробуй подобрать «правильное лечение». Не нужно устраивать истерик, бросаться обвинениями и оскорблениями. То, что тебе кажется ужасным, для него может быть в порядке вещей. Не надо мстить и пытаться делать все назло.

В любом случае ты должна понимать, что паника не только не поможет решить проблему, но может очень сильно ее усугубить. Не забываем и о здоровье: нервные клетки не восстанавливаются!

А голову можно занять мыслями о том, что делать дальше, и главное – как.

Проанализируй ситуацию и сделай выводы. Ведь не вчера же он стал таким. Попробуй разобраться и в себе, почему ты раньше не замечала его эгоизма? А может, просто закрывала глаза? И чего именно ты хочешь в дальнейшем?

Правило № 11

Какими бы ни были твои желания и цели, важно принять решение о вашем совместном

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
дальнейшем сосуществовании. Ответь себе на вопрос: нужен ли он тебе такой?
Принимаешь ты его или отвергаешь?

Только тебе решать, каким будет твое будущее. Есть ли в этом счастливом будущем место для нынешнего избранника, или ты все-таки мечтаешь о других отношениях, которые он не может тебе дать?

Подумай, стоит ли вообще тратить время и силы на попытки что-то изменить. Ты должна понимать последствия всех своих действий. И если они противоречат твоим внутренним ощущениям и не позволяют жить в гармонии с собой, то это болезненные отношения. И реабилитация может принести удовлетворение лишь на время. А что дальше? Разочарования могут подстергать на любом повороте судьбы. И только если ты хорошо знаешь, чего ожидать от любимого, и готова принять его со всеми недостатками и проблемами, тогда есть смысл бороться и идти дальше.

Это действительно важный шаг.

Правило № 12

Не стоит рубить с плеча, но и строить иллюзии ни к чему. Нужно воспринимать ситуацию такой, какова она есть, или не принимать ее вообще.

Важно понять, чего в вашей совместной жизни больше – позитива или негатива.

Настроившись на борьбу, ты должна будешь прощать любимого за те огрехи, которые он совершает по отношению к тебе. Если даже он осознает, что не всегда прав и постарается измениться, это будет длиться недолго, т. к. человек – эгоист по натуре. Сегодня он может уступить тебе, например, в выборе места для проведения выходных. Но это совершенно не значит, что он собирается советоваться с тобой в дальнейшем при планировании совместного досуга.

Если ты готова быть рядом с эгоистом, то прежде всего нужно научиться принимать его таким, какой он есть. Чтобы лишний раз не расстраиваться, настройся не реагировать бурно на эгоистические проявления. Не принимай близко к сердцу слова, брошенные вскользь. Эгоист может даже не заметить, что обидел, сказав что-то сгоряча, – он и не вспомнит об этом завтра, а ты будешь переживать и мучить себя сомнениями.

Итак, реши для себя: прощение или прощание?

Правило № 13

Семь раз отмерь, один отрежь! Подумай, прежде чем принять окончательное решение.

Для начала ответь себе на вопрос: насколько ты готова бороться за свое светлое будущее? Хватит ли сил дойти до конца? И действительно ли есть желание жертвовать собой, своими силами и временем? Пойми, зачем ты собираешься делать это: ради себя или ради него?

Наметь цели и подумай обо всех возможных находящихся в твоём распоряжении средствах для их достижения.

В этой борьбе есть один плюс: ты будешь бороться не с врагом, а со своими страхами и недостатками близкого человека. И черпать силы для этого можно только из собственного внутреннего потенциала и желания любить и быть любимой.

Правило № 14

Прожить жизнь с эгоистом сложно, но можно. Каждый человек – немного эгоист. Но мужчина-эгоист требует больше внимания и свободного пространства. Хочешь жить с ним счастливо – не загружай его проблемами!

Лучше займись собой и своим внутренним миром. Тогда будет меньше времени задумываться о недостатках избранника. Если женщина умеет любить себя, то она проявляет свои чувства к мужчине не от недостатка, а как раз от избытка положительных эмоций. В этом случае не надо приносить себя в жертву в отношениях. Можно просто дарить любовь, и делать это искренне и бескорыстно,

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru реализует свое женское предназначение. Любовью к себе ты просто перекроешь его эгоизм.

Тебе хочется быть счастливой и радоваться жизни? Так делай себе подарки, радуй и балуй себя больше, чем его. Может, тогда ты и не почувствуешь недостатка его внимания. Научись получать удовольствие от того, что ты любишь человека и можешь сделать его счастливым. Ведь именно по этой причине он выбрал тебя.

Правило № 15

Проведи расследование причин его поведения. Знание – сила. Проинформирован – значит вооружен!

Чаще всего эгоизм – следствие неправильного воспитания в семье. Когда ребенку с детства внушают, что он самый лучший, самый сильный, самый красивый, в общем, самый-самый-самый, то у него может сформироваться стойкая жизненная позиция, при которой принимаются в расчет лишь его собственные интересы, потребности, переживания. Во взрослом возрасте чрезмерная любовь к себе, акцент на собственных желаниях и полное равнодушие к другим становятся причиной эгоизма и могут привести к одиночеству и ощущению враждебности окружающего мира.

Другой причиной эгоизма может быть недостаток внимания в детстве. Равнодушие родителей, отсутствие любви и заботы формируют у ребенка представление о том, что кроме него самого никто ему не поможет. В дальнейшем именно это ощущение становится преобладающим во всем, в том числе в отношениях с друзьями, коллегами, родственниками и т. д. Недостаток внимания и заботы он компенсирует, учась любить себя и жить в собственное удовольствие.

Правило № 16

В причинах эгоизма может скрываться ключ к решению проблемы.

Эгоизм напрямую зависит от самооценки человека. Нормальная самооценка рождает «здоровый» эгоизм. Такой человек объективно рассчитывает свои силы. Он способен отстаивать личную позицию, касающуюся его интересов, привязанностей и привычек, когда кто-то на нее покушается. При этом он не нарушает приватные границы других, считается с их потребностями. Это золотая середина. Подобная самооценка вырабатывается в детстве с помощью правильного воспитания.

Но если родители переборщат, то человек легко может стать альтруистом. Такие люди стремятся помочь всем нуждающимся, не обращая внимания на собственные желания и чувства. Они нужны обществу, но вредны для себя самих. А близким доставляют массу проблем. Рядом с таким человеком живешь как на вулкане. Его телефон никогда не выключается, даже ночью – вдруг он кому-то понадобится? Он обязательно пропустит вперед сигналящего ему водителя, хотя сам сильно спешит. Он отдаст последние деньги из семейного бюджета по первой просьбе друга, даже если подобным поступком лишит семью отпуска. Девиз таких людей: «Все для кого-то, для меня ничего».

Дети с низкой самооценкой обычно вырастают в «крайних» альтруистов, которые могут в конце концов полностью потерять свое «Я». Диктаторские методы воспитания, практика политики запретов и наказаний, манипулирование чувствами ребенка приводят в дальнейшем к кризису любви к себе. Во взрослом возрасте такие люди пытаются «купить» любовь хорошим поведением, преклонением и желанием угодить всем, дабы вырасти в собственных глазах. Они чаще других впадают в депрессию и не получают радости от собственных достижений, ведь они делают все ради других.

Таким людям нужно учиться учитывать свои желания, правильно расставлять приоритеты и думать о себе, чтобы поднять свою самооценку.

Завышенная самооценка порождает закоренелых эгоистов. Она появляется у детей, которых родители слишком холят и лелеют, возвышая их над другими, позволяют и прощают все. В итоге вырастают люди, которые ценят только себя и не считаются с мнением других. Они всегда пытаются урвать лучшее. Никогда не дают денег в займы – не потому, что их у них нет, а потому что не привыкли делиться. А свои заботы часто перекладывают на плечи близких.

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
Такому человеку нужно учиться считаться с интересами окружающих. Покажите своим примером умение учитывать мнение других – возможно, это возродит в нем желание помогать людям.

Мысль о том, что в эгоизме человека виноваты гены, изначально провальна, хотя зачастую именно этим мы склонны оправдывать любимого. Чрезмерное себялюбие – все-таки следствие неправильного воспитания. Если человеку постоянно твердить, что он – наше все, он поневоле вырастет эгоистом, не способным понимать и воспринимать проблемы и чувства остальных.

Нередко мальчику с детства внушают, что он глава семьи и должен самостоятельно принимать решения. В дальнейшем это приводит к тому, что мужчина видит только свои цели и не замечает ничего вокруг. Он привыкает быть главным и рулить в отношениях.

Однако если эгоисту показать другую сторону любви, то можно надеяться, что его поведение пусть и не изменится, но хотя бы скорректируется по отношению к объекту своей любви.

Правило № 17

В поисках причин эгоистического поведения своего мужчины начни с себя. Возможно, причина эгоизма по отношению к тебе заключается в тебе? Может, ты сама провоцируешь его?

Если себялюбьи чаще всего – мужчины, то самоотверженностью отличаются женщины. В них силен материнский инстинкт и забота о других заложена самой природой. Девочку с детства учат жертвовать собой, почитать мужчину и заботиться о нем как о собственном ребенке. Вначале такими мужчинами являются папы и братья. Мальчику внушают, что он добытчик, а девочке прививают навыки самоотдачи. И несмотря на то что мужчины – сильный пол, несомненно считается, что женщины выносливее, терпеливее и более приспособлены к различным жизненным ситуациям. Они умеют делать сразу несколько дел: работать, воспитывать ребенка, заботиться о муже, ухаживать за родителями, а параллельно учиться в институте и заниматься спортом. И как только ее хватает на все? Женщине важно быть и красивой, и нужной, и любимой. Если мужчина это понимает, он поощряет ее и помогает по мере возможностей по дому, принимает участие в воспитании детей, позволяет заниматься не только им, но и собой.

Однако таких мужчин мало. Основная масса все-таки больше думает о себе любимом. Для них важно, чтобы ужин был готов к приходу с работы, даже если жена возвращается в то же время. Они недовольны тратой времени и денег на такие бесполезные вещи, как занятия спортом, встречи с подружками и т. д. Ведь куда полезнее постирать и погладить вещи для завтрашнего совещания мужа, приготовить что-нибудь вкусненькое, в конце концов, сделать любимому массаж.

А где взять силы на все и не сломаться под гнетом бытовых проблем? Как выглядеть хорошо и чувствовать себя счастливой и любимой, когда мысли заняты только тем, что приготовить на обед, чем побаловать близких, какой подарок приготовить к очередному празднику и как создать уют в доме?

Женщина привыкает быть только нужной, порою забывая о себе и своем личном пространстве. Она, как загнанная лошадь, делает все по инерции. А что в итоге? Восторженные похвалы со стороны любимого? Конечно, нет. Такое поведение формирует у мужчины представление о женщине как о машине, способной по его повелению исполнять любые желания.

Как часто мы сами, не замечая того, делаем из наших любимых калек, не способных даже приготовить себе чай. Мы балуем их, прощаем грубость и неубранные за собой вещи, берем на себя заботу о них, а потом жалуемся, что не получаем внимания. Если ты сильна, ты не вызываешь желания пожалеть тебя. Если ты справляешься со всеми делами сама, ты не вызываешь желания помочь тебе. Если ты все делаешь хорошо, нет необходимости поощрять тебя. Если ты отдаешь всю себя другому, не остается тебя самой как объекта, которого мужчине хотелось бы любить и перевозносить.

Изменить позицию жертвенности можно только с помощью реализации себя как

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
личности. Помимо плиты, попробуй обращать внимание и на зеркало, а походы в магазины хоть иногда разбавляй занятиями в спортзале или встречами с подружками. Проявлять себя можно не только в кулинарном искусстве, но и в других областях творчества. У любого человека должны быть любимые занятия, и женщина не исключение. Позволь себе увлечься, например, танцами или йогой. Получишь физическую и моральную разрядку, а заодно и у любимого появится время соскучиться по тебе.

Правило № 18

Не провоцируй его на поступки, которые будут тебе неприятны. Эгоист хорош тем, что его действия предсказуемы.

Ты наверняка заранее знаешь, что скажет твой мужчина или как он поступит. Так, может, и не стоит рисковать просить сделать его что-то иначе, ждать от него тех слов, которые он не привык говорить? Не надо даже пытаться сделать из эгоиста альтруиста. Любая провокация с твоей стороны нанесет удар прежде всего по тебе самой. Не создавай ситуации, в которых он может с гордостью проявить свое «Я». Например, если хочется побыть с подругой, но тебя не отпускают к ней, желая, чтобы ты постоянно была рядом с ним, не надо ругаться, топтать ногами и заявлять права на личное свободное время. Это и так понятно и тебе, и ему. Но его желание делать все по-своему обычно перевешивает твое желание ссориться с ним из-за пары часов беззаботной болтовни. И ты, как всегда, уступаешь, нервничая, ругаясь с подругой и теряя внутреннее равновесие. А ведь ты знаешь, что он отреагирует на твою просьбу именно так. Не будь так прямолинейна. Завуалируй свое желание, придумай повод, который не позволит ему остановить тебя. К примеру, скажи, что у мужа подруги появилась новая компьютерная игра, именно та, которую любимый давно хотел приобрести. И именно сегодня есть возможность взять на время эту игру. Ну не упускать же такой шанс?

Постарайся не реагировать на отсутствие знаков внимания со стороны любимого и не ругать его за то, что он забыл о твоём дне рождения. Лучше напомни ему об этом заранее, намекни на подарки, которые хочешь получить, и подкажи слова, которые хочешь услышать. Не надо твердить ему, что он эгоист. Он никогда с этим не согласится. А вот обидеться и обвинить в эгоизме тебя может запросто.

Глава 3

Что делать?

Тактика

Стратегия – это план действий, направленных на реализацию поставленной цели. А тактика – это средства, которые обеспечивают данную стратегию, определяют стиль поведения человека и способы борьбы.

Итак, стратегия выбрана. Пора подумать о тактике. Задать цель очень важно, однако необходимо правильно определить и способы ее достижения. Знать, что делать, еще не значит понимать, как это сделать. Конечно, настрой и желание осуществить свои мечты и реализовать планы необходимы. Но нельзя забывать о том, что это лишь первый этап борьбы. А вот целенаправленные действия и повседневная работа позволят чувствовать изменения и получать результаты. Важно выбрать правильное поведение.

Теоретически для борьбы с эгоистом можно выделить пять основных стратегий поведения:

- конкуренция,
- уклонение,
- компромисс,
- улаживание,
- сотрудничество.

Необязательно выбирать одну определенную стратегию, возможно их сочетание. Это зависит от степени запущенности конкретного случая. Из вышеперечисленных приемов

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
только сотрудничество способно решить проблему без проигравших, договоренность обеспечивает победу обеих сторон, причем без особых жертв. Однако именно сотрудничество предполагает желание как женщины, так и мужчины. А если мужчину все устраивает, вряд ли он захочет что-то менять.

КОНКУРЕНЦИЯ. Для такой стратегии характерен тип поведения, в котором человек идет напролом для достижения своей цели. Он жестко ориентирован на победу, не считаясь с собственными затратами. Это объясняется подсознательным стремлением оградить себя от боли, вызываемой чувством поражения. Здесь всегда только один победитель. Такая стратегия необходима, если сотрудничество невозможно и еще сохраняется желание взять под контроль ситуацию, чтобы она не вышла «за рамки дозволенного» или чтобы оградить человека от насилия и опрометчивых поступков. Но такая модель поведения имеет скорее краткосрочный или даже разовый результат. Ведь принятие решения вопреки своей воле не приносит удовлетворения. А тот, кто проиграл сегодня, завтра может вообще отказаться от борьбы.

Тактические действия стратегии конкуренции:

- жесткий контроль действий партнера и его источников информации;
- постоянное и преднамеренное давление на противника всеми доступными средствами;
- использование обмана и хитрости, попытки завладеть положением;
- провокация оппонента на непродуманные шаги и ошибки;
- выражение нежелания вступать в диалог из-за собственной уверенности в правоте, переходящей в самоуверенность.

Подобная тактика нередко встречается при разрешении разных видов конфликтов, но она не самая выигрышная при борьбе с эгоистом. Ведь он сам обладает такими качествами, как власть, нетерпимость к разногласиям, боязнь критики своего поведения, использование окружающих для достижения своих целей. Человек с таким типом поведения боится открытого обсуждения проблем, сбора информации о нем, ему важна его собственная позиция и не интересуется точка зрения противника.

УКЛОНЕНИЕ. Это пассивная установка жертвы, втянутой в ситуацию обстоятельствами. Позиция жертвы бывает результативной и компенсационной, человек получает поддержку, сострадание со стороны близких. За этим может скрываться желание оставить проблему нерешенной из-за боязни трудностей, связанных с ее разрешением. Необходимость менять ситуацию, нести потери и работать над собой чаще всего так страшит, что перекрывает желание добиваться своей цели. Неспособность принимать решения и установка быть жертвой в отношениях закладываются еще в детстве.

Подобная стратегия уместна и даже разумна, если не затрагивает прямых интересов сторон и не отражается на личностном развитии. Она бывает полезна, чтобы привлечь внимание партнера к проблеме.

Но не исключено, что такое поведение вызовет у твоего избранника ответный уход от проблемы вместо ее решения, толкнет его на завышение требований и приведет к усугублению ситуации. Уклонение может применяться как сознательно, так и неосознанно в качестве наказания, лишь бы заставить другую сторону изменить свое отношение к ситуации.

Уклонение не решает проблему, а как бы смещает ее, что грозит еще большими трудностями. Нерешенный конфликт опасен тем, что воздействует на подсознание и проявляется в нарастании сопротивления, вплоть до заболеваний.

Тактические действия стратегии уклонения:

- отказ вступать в диалог, применение тактики демонстративного ухода;
- избегание применения силовых приемов;
- игнорирование информации от противника, недоверие к фактам;
- отрицание серьезности и остроты конфликта;
- систематическое затягивание принятия решений, что приводит к ситуации упущенных возможностей.

Чаще всего к подобной тактике поведения прибегают застенчивые люди, нетерпимые к критике, нерешительные в непростых ситуациях. Их девиз: «Авось обойдется».

КОМПРОМИСС. Для этой стратегии характерен тип поведения, в котором сочетаются осторожность и хитрость. Здесь действует принцип: «Я уступлю немного, если вы тоже готовы уступить». А основная установка – взвешенность, сбалансированность и осторожность. Для этой стратегии одинаково значимы личные цели и взаимоотношения. У человека, использующего ее, нет четкой позиции, его поведение зависит от уступок с другой стороны. Эта стратегия требует определенных навыков. Но если всегда идти на компромисс, то не исключено, что претензии другой стороны будут все более нарастать. Когда компромисс достигается без тщательного анализа других возможных вариантов решения проблемы, он может быть не самым оптимальным способом.

Тактические действия стратегии компромисса:

- торг;
- обман, лесть для подчеркивания не очень выраженных качеств у противника;
- ориентированность на равенство.

Подобное поведение характерно для людей, которые предельно осторожно относятся к оценке их действий, критике окружающих, обвинениям и замечаниям. Это высококультурные личности, ожидающие красивых слов и хорошего отношения к себе. Они хотят убедить избранника не выражать свои мысли слишком резко.

УЛАЖИВАНИЕ. Эта стратегия направлена на максимум во взаимоотношениях и минимум в достижении личных целей. Девиз – «Давайте жить дружно!». Подобное поведение отличается доброжелательностью даже за счет собственных потерь. Это характерно для альтруистов. Здесь важен расчет соотношения сил противников. Если перевес явно в пользу избранника, то происходит переоценка ситуации и принимается решение сдаться без боя.

Эта стратегия приемлема при незначительных разногласиях или неготовности другой стороны к диалогу. Если же ситуация более серьезная, то результата достичь не удастся, так как не затрагиваются главные спорные вопросы.

Тактические действия стратегии улаживания:

- постоянное согласие с требованиями противника, политика максимальных уступок;
- постоянная готовность не притязать на победу или серьезное сопротивление;
- потакание противнику, лесть.

Подобной тактикой пользуются люди, не имеющие собственного мнения по сложным вопросам, желающие угодить, не обидеть. Они идут на поводу у эгоистов, ими часто манипулируют.

СОТРУДНИЧЕСТВО. Самая мудрая и здравая стратегия поведения в любой конфликтной межличностной ситуации. Она направлена на конструктивное разрешение проблемы. От противника ожидается такое же ответное поведение.

В этом случае не используется прием избегания, стратегия конкуренции и уж тем более уклонения. А вот в качестве компромисса всегда есть ряд предложений и альтернатив.

При использовании стратегии сотрудничества участники проблемы становятся не противниками, а равными партнерами, которые интересны друг другу как личности. Их всегда интересуют не только противоречивые потребности партнера, но и его мотивация. Они стремятся к искренности в отношениях и максимальному доверию.

Такие люди могут признать свою неправоту, осознавая важность совместного решения проблемы. Они не занимаются обвинениями и не скандалят, ведь ради интересов дела эмоции отбрасываются. Они ищут причины возникновения конфликта, не считая это самоцелью. Трезво оценивают свои возможности, не гнушаются помощью со стороны.

Тактические действия стратегии сотрудничества:

- сбор информации о конфликте, о сути проблемы, о партнере;
- анализ своих ресурсов и ресурсов другой стороны для выработки альтернативных предложений;
- открытое обсуждение конфликта и имеющихся разногласий;
- способность согласиться с разумными, здравыми доводами партнера.

Подобную тактику поведения выбирают личности, направленные на решение проблемы, а не на обвинение другой стороны. Они готовы к переменам и новациям, умеют критиковать, не оскорбляя другого человека, обычно говорят по делу, опираясь на факты.

Выбери свою тактику поведения, проанализировав все «за» и «против». Прислушайся к советам, данным в этой главе. И смело начинай действовать. У тебя все получится!

Правило № 19

Цени его желание и старание исправиться, попытку понять тебя и создать более доверительные отношения.

Разговор по душам поможет наладить связь даже с самым закоренелым эгоистом. Он больше будет говорить сам, чем слушать тебя, зато есть шанс узнать о его прошлом, в котором наверняка кроются причины нынешнего поведения. Любая откровенность любимого поможет не только полнее составить его портрет, но и открыть слабые стороны, что поможет тебе в борьбе за лучшее будущее. Кроме того, доверительная беседа даст возможность ненавязчиво заявить и о своих потребностях и сомнениях.

Но не надо рассказывать ему обо всех своих жизненных трудностях, иначе ты рискуешь стать в его глазах проблемным человеком. Не стоит посвящать мужчину, например, в непростые отношения с родителями или друзьями. Лучше вообще поменьше вспоминать о прошлых ошибках, именно они могут в дальнейшем обернуться против тебя. Понятно, что ты надеешься на сочувствие, понимание и добрый совет, делись с партнером проблемами. Но эгоист, даже пожалев тебя сегодня, может подумать: «Если ты даже с родными и друзьями не способна ужиться, значит, проблема действительно в тебе». И вряд ли после этого сделает правильные выводы в вашей конкретной ситуации.

Правило № 20

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
Не позволяй засорять твое сознание комплексом вины и не бери на себя ответственность за его поступки. Не нужно взращивать жалость по отношению к нему. Цени откровенность, но не позволяй злоупотреблять ею.

Как часто ты слышала от своего мужчины фразу: «Да, вот такая я свинья, принимай меня таким, какой есть». Разве это не честность с его стороны? Конечно. Просто твой любимый «откровенный» эгоист. А они очень любят злоупотреблять откровенностью, которая у них принимает формы своеобразного самолюбования. Упор в данном случае он будет делать на «Я», подкупая тебя своей очаровательной улыбкой. Эгоист признает свою вину, но тут же найдет сто причин, которые заставили его так поступить. Он сошлется на обстоятельства, вынудившие его на неприглядные действия, а на самом деле он «белый и пушистый». Не удивляйся, что этими обстоятельствами можешь быть ты сама. Ты и не заметишь, как лихо он переложит вину на твои плечи, ведь внушать и вешать «лапшу на уши» – любимое занятие эгоистов. Особенно по отношению к людям, позволяющим это делать.

Правило № 21

Управляй своим мужчиной, направляя его энергию в «мирное русло».

«Если вы хотите побудить кого-либо к действию – будь то в работе, домашней жизни, школе или политике, – прежде всего пробудите в нем какое-нибудь сильное желание». (Гарри А. Оверстрит)

Моторика, подсознание и сознание – вот важнейшие составляющие психики человека. Возбудив все эти составляющие, можно воздействовать на человека. Но желаемый результат принесет только систематическое воздействие.

Магической силой является слово. Пытаясь донести что-то до возлюбленного, делай это на его языке. Мужчины используют речь, чтобы подчеркнуть свою независимость и индивидуальность, а женщины, наоборот, хотят «присоединиться» к собеседнику. Поэтому, когда мы пристаем к любимым с требованием: «А поговорить...», они чувствуют себя неловко и начинают нести всякую чушь.

Мужчины-эгоисты чаще всего демагоги – они все время стремятся убедить нас в своей правоте, это их «конек».

Чтобы твои слова оказались действенными, научись говорить на его языке.

Что говорить мужчине, чтобы он тебя правильно понял:

1. Мужчины воспринимают только одну инструкцию за раз. Так что если ты хочешь попросить его сходить на кухню, чтобы принести тебе чашечку кофе, раздели просьбу на две части: «Милый, сходи, пожалуйста, на кухню. Дорогой, свари мне кофе».
2. Мужчины, склонные к скрытности, таким образом демонстрируют свою силу в отношениях: когда они что-то не договаривают, нам остается только гадать, в чем же дело. Делай то же самое, пусть помучается.
3. Мужчина не показывает свои слабости. Он не говорит о своих проблемах, чтобы выглядеть сильным в твоих глазах. Чаще говори ему о его силе.

Не забывай, что главное не слова, а поступки. Обращай больше внимания на то, что твой избранник делает, а не на то, что говорит. Зачастую он просто не может произнести заветных слов: «люблю», «любимая» и т. д. Ну и не надо этого требовать. Лучше позволь ему доказать любовь поступками.

И не нужно лишний раз задавать глупые вопросы: «А ты действительно меня любишь?» Если бы не любил, не был бы рядом. Или «А как я выгляжу сегодня? Честно!» Если честно, то для него ты всегда прекрасна, поэтому он тебя и выбрал. Ну а захочет покритиковать или дать совет, не переживай, он это обязательно сделает. Зачем

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
лишний раз вынуждать говорить его то, что ты не жаждешь услышать.

Правда заключается в том, что большинство мужчин не могут объяснить свои чувства словами.

У тебя есть еще одно оружие, способное поразить любимого – твой внешний вид. Мужчина любит глазами. Не зря существует выражение: «Он раздел ее взглядом». А это ли не побуждение к действию? Будь всегда соблазнительной и чарующей, и он будет бегать за тобой. Обязательно дай ему эту возможность – побегать за тобой. На что только не идут мужчины, добивающиеся своей цели. Так будь этой целью. Дай ему волю поохотиться.

Правило № 22

Женская хитрость: ничто не удержит мужчину рядом сильнее средств, вложенных им самим. Поэтому чем больше он потратит на тебя, тем больше будет дорожить.

Вопрос, что именно он собирается тратить. Можно купить женщину деньгами и дорогими подарками. Но тогда интерес к ней как к личности пропадает, она превращается в куклу или «девушку на показ». И только завоевание сердца любимой и вложенные в отношения чувства и старания могут продлить отношения. Ведь золотой цепью никого не привяжешь, а в золотой клетке особо не распоешься. У мужчин в цене нематериальные затраты. Они больше дорожат своими силами и нервами, потраченными на завоевание. Чем дольше они охотятся за нами, доказывая свою любовь, тем мы для них ценнее.

Правило № 23

Чужой пример заразителен. Покажи возлюбленному на примерах его ошибки. Но также покажи, какая замечательная жизнь ждет его, если он изменится.

Лучше всего для демонстрации эгоизма подойдет реальная ситуация из жизни людей, имеющих какой-то вес в глазах твоего мужчины. Пусть это будут друзья, коллеги или даже родственники. Однако не давай оценок их поведению и не говори о них ничего плохого. Иначе можешь оказаться заложницей своих действий, вызвав неприязнь к себе.

Показать негативную сторону эгоизма можно и с помощью вымышленных персонажей. Поищи подходящую книгу или фильм. Подобный вариант хорош своей законченностью и логичностью, здесь не нужно даже комментировать героев и их поступки, авторы уже постарались.

Если же и это не действует, придется поднапрячься и придумать самой трогательную и поучительную историю, в которой главный герой будет очень похож на твоего мужчину. А смысл «сказки» будет заключаться в правильности выбора пути героя: «налево пойдешь – коня потеряешь, а прямо пойдешь – счастье найдешь», где «налево» – это дорога без изменений, «конь» – это ты сама, а «прямо» – путь к самосовершенствованию, наградой за которое станет гармония в отношениях и счастье.

Правило № 24

«Гляжусь в тебя, как в зеркало...» Продемонстрируй наглядно поведение избранника. Повторяй его действия и слова, пусть он почувствует на своей шкуре, что чувствуешь ты. Это его слегка встряхнет и заставит задуматься.

Любовь к себе – идейное содержание принципа разумного эгоизма. А его прикладное выражение состоит в том, чтобы переложить на плечи мужчины как можно больше разнообразных обязанностей, в том числе и своих.

Правило № 25

Провоцируй мужчину на хорошие поступки. Не бойся использовать его в мирных целях. Пусть он занимается не только своими, но и твоими проблемами.

Используя принцип разумного эгоизма с первых дней вашего знакомства, ты воспитаешь в нем чувство ответственности, которое очень пригодится в будущем. Особенно если ты надумаешь осчастливить его согласием выйти замуж.

Не позволяй своему мужчине расслабляться. Пусть он принимает участие в домашних делах, помогает по хозяйству и занимается с детьми. Это не только сделает вас ближе друг к другу, но и позволит освободить больше времени для себя.

Привлекай его к совместным делам, будь то утренняя пробежка или поход в магазин.

Дай любимому возможность заботиться о тебе и опекать тебя. Для этого не нужно сильно стараться, просто будь той самой слабой женщиной, где-то чуть актрисой, изображая беспомощность и замешательство в любой спорной ситуации. Почаще «валяй дурочку», если нужно. Делай вид, что совершенно не разбираешься в каком-то деле и обязательно все перепутаешь, хлопай глазами – словом, старайся чтобы мужчина был вынужден тебе помочь. И главное, демонстрируй свою слабость постоянно, чтобы он привык делать все сам. Пусть это касается любых сфер вашей совместной жизни: поиск жилья для совместного проживания, выбор места отдыха, рядовые бытовые проблемы, например вызов сантехника или поиск фирмы для замены окон. И даже если ты сама можешь сделать все лучше и быстрее, не давай ему отлынивать, предоставляя свободу только для личных дел.

Правило № 26

Позволь ему быть настоящим джентльменом. Женщина, которая выглядит слабой и беспомощной, позволяет партнеру чувствовать себя сильным, способным помочь в любой ситуации. Именно таких женщин выбирают мужчины и готовы для них на многие жертвы.

Если ты хочешь мира в доме и гармонии в отношениях с эгоистом, никогда не ругайся, не впадай в истерику и не пили за проступки и недостаточное участие в ведении домашних дел или каких-то совместных мероприятиях. На него это просто не действует. Кроме того, подобным поведением ты принижаешь его мужские достоинства и напрочь отбиваешь желание помогать тебе в дальнейшем.

Не надо упрекать эгоиста за то, что он уже сделал не так, как тебе хотелось бы. Наоборот, хвали его за то, что ему удастся. Покажи, как ты гордишься его успехами и как благодарна за его уважительное отношение к себе и желание исправляться ради ваших отношений. К тому же, если причиной эгоизма является заниженная самооценка, которая стала результатом неправильного воспитания, похвала поможет ее повысить. Ну а если у него самооценка завышена, то с помощью похвалы ты автоматически попадешь в его союзники, что в дальнейшем тебе очень пригодится.

Правило № 27

Похвала за хорошие поступки – лучшее лекарство для избавления от эгоизма и мощный стимул стать лучше. А для эгоиста это вообще «бальзам на душу». Не скупись на добрые слова, хвали его даже за скромный успех, и ты приобретешь надежного партнера и преданного друга.

Ярким примером действия подобного метода является дрессировка животных в цирке. Даже самые дикие и непослушные звери с помощью наград и поощрений становятся податливыми и ручными.

Если же человеку все время внушать, что он ни на что не способен, это лишает его стимула к дальнейшим действиям. Хочешь побудить возлюбленного к сотрудничеству – дай ему возможность почувствовать твою уверенность в его способностях. И он сделает все, чтобы тебя не разочаровать.

Используй метод поощрений как способ побуждения к поступкам. Покажи, что его недостатки легко исправимы, а он может легко справиться с любым делом.

Пообещай награду за хорошее поведение. Немного шантажа не помешает. Только не переусердствуй, выдумывая нереальные наполеоновские планы.

Правило № 28

Хвалить мужчину надо искренне и от души, а не ради красного словца. Поощряй только за хорошие поступки, а не для того, чтобы потешить его самолюбие.

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
Что нужно помнить и о чем нельзя забывать

Мотивация

Мотивация – побуждение к действию; динамический процесс, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности.

Внешняя мотивация не связана с содержанием определенной деятельности, но обусловлена внешними по отношению к субъекту обстоятельствами.

Внутренняя мотивация связана не с внешними обстоятельствами, а с самим содержанием деятельности.

Различают также положительную и отрицательную мотивацию. Мотивация, основанная на положительных стимулах, называется положительной, а основанная на отрицательных – соответственно, отрицательной.

Например, мотивация ребенка к уборке: «если я наведу порядок, то получу конфету» – положительная. «Если я уберусь, то меня не накажут» – отрицательная.

Мотивация эгоиста: любовь к себе.

Мотивация разумного эгоиста: делать так, чтобы чувствовать себя как можно лучше. И если существуют препятствия для внутреннего комфорта, будь то угрызения совести из-за плохого поступка или неловкость из-за сказанных слов, то человек скорее откажется от действия и предпочтет ему душевное спокойствие.

Представим ситуацию, когда есть выбор, как поступить. К примеру, распределение отпусков среди сотрудников на работе. Конечно, всем хотелось бы отдохнуть летом, но всех сразу не отпустят. Предположим, что к тебе подошли первой. Возможные варианты:

1. Ты выбираешь летний месяц – июль, и даже не загружаешься. Мотивы понятны: мне так хочется, мне так удобно. Каждый на моем месте поступил бы так же.

2. Ты предлагаешь решить этот вопрос сообща, чтобы выяснить, кому принципиально важен отпуск в июле. Здесь мотивы могут быть разные. Скажем, ты хочешь показать, что считаться друг с другом необходимо, и, возможно, люди оценят это и в будущем пойдут навстречу, если и тебе потребуется их помощь. А может, ты просто не хочешь чувствовать угрызения совести по поводу того, как ты обошлась с коллегами.

3. Ты предлагаешь выбрать остальным, так как тебе все равно, когда отдыхать. Подобным образом обычно поступает человек, который во всем стремится угодить людям. Хотя бывает, что действительно все равно, т. к. никаких мероприятий не намечено и отпуск сводится исключительно к отдыху от работы.

Все дело в том, что есть мотивы, лежащие на поверхности, чаще низменные, направленные на удовлетворение своих потребностей, те, что ущемляют интересы окружающих. А есть более глубинные, когда человеку важнее чистая совесть и душевный комфорт, и они часто вызваны потребностью думать и о других.

Таким образом, эгоистами считаются люди, которые, соблюдая свои интересы, не считаются с остальными.

В силу своего воспитания, моральных принципов и внутренних барьеров мы часто не можем совершать поступки, отягощающие нашу совесть. И чем больше этих барьеров, тем больше у человека ограничений и запретов, которые не позволяют делать то, что хочется, но что при этом с легкостью могут делать другие. Один не может ответить хамством на хамство, в то время как другой запросто оттолкнет тебя от двери или пошлет куда подальше просто потому, что у него плохое настроение. Конечно, несправедливо, но каждый человек поступает так, как ему проще и удобнее. И мотивация этих поступков бывает разной, мы не знаем, о чем думают другие в тот или иной момент.

Не надо бояться быть эгоистом, нужно просто по-человечески относиться к людям.

«Очевидно, что по природе каждый себе дорог». (Марк Тулий Цицерон)

А насколько ты дорога себе? Как ты относишься к окружающим? Пройди тест и посмотри, может, ты сама неисправимая эгоистка. Или же наоборот: все, что тебе нужно, – это быть полезной другим.

Тест

(«Дневник счастливой стервы, или Эгоистка поневоле», Елена Белова, Издательство: Феникс, 2004 год)

№ 1. Ты приходишь в гости к подруге с любимым и встречаешь у нее своего бывшего дружка, о знакомстве с которым ты предпочла бы забыть. Какова твоя реакция?

#####А) Опасаешься, что твой нынешний друг, познакомившись с бывшим, разочаруется в тебе.

#####Б) Вежливо общаешься с бывшеньким, хотя он тебе совершенно до лампочки, и все твои мысли – о новом друге.

#####В) Обязательно попытаешься выкрутиться из неприятной ситуации, воскликнув: «Как его побила жизнь, с тех пор как мы расстались».

#####Г) Молча порадуешься, что твой вкус изменился в лучшую сторону.

№ 2. Какое высказывание, на твой взгляд, верно?

#####А) Все на свете знать невозможно. Делай хорошо все, что зависит от тебя лично, и живи спокойно.

#####Б) Если соблюдать определенные правила, то успеха добьешься обязательно.

#####В) Все зависит от случая.

#####Г) Все, что ни делается, к лучшему. Живи и радуйся, что живешь.

№ 3. Вы с подружками собираетесь организовать вечеринку. Каковы твои действия, когда дело доходит до организационных моментов?

#####А) Полностью полагаешься на подруг.

#####Б) Кое-что предлагаешь. Одобряют – хорошо, нет – не больно-то и хотелось.

#####В) Бросаешь все на самотек и ожидаешь отдыха.

#####Г) Задолго планируешь все сама, стараясь согласовать действия всех членов коллектива.

№ 4. На работе начальник поручил тебе дело, которое требует не самостоятельности, а четкости и оперативности. Твои действия?

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru

#####А) Все сделаешь быстро, а потом уже начнешь анализировать, что получилось.

#####Б) Быстро сделаешь, как получится, и забудешь о такой ерунде.

#####В) Сделаешь все как можно лучше, даже если потребуется больше времени.

#####Г) Примешься за это дело в последний момент: какое качество, когда речь идет о срочности.

№ 5. Ты влюбилась. Считаешь ли ты себя связанной обязательствами, даже если ты ему ничего не обещала, а он тебя ни о чем не просил?

#####А) Конечно, при условии, что он не женат и у него кроме тебя никого больше нет.

#####Б) Нет, ты считаешь глупым связывать себя, ведь тебе может встретиться более подходящая кандидатура.

#####В) Нет, пусть сначала докажет, что он тебя достоин.

#####Г) Нет, без печати в паспорте ты никому и ничего не обязана.

№ 6. Подруга предлагает тебе поучаствовать в ежегодном общегородском кроссе, выступив от организации, в которой ты работаешь. Что ты делаешь, если в последний раз бегала лет десять назад на школьном уроке физкультуры?

#####А) Отказываешься. Зачем позорить себя и команду.

#####Б) Соглашаешься, надеясь на авось. На тренировки все равно ходить не будешь.

#####В) Соглашаешься, очень ответственно разрабатываешь план тренировок и посещаешь их, стараясь изо всех сил и игнорируя насмешки родственников и знакомых.

#####Г) Отказываешься, но, чтобы смягчить отказ, обещаешь помочь в чем-нибудь другом.

№ 7. У тебя возник спор с твоим молодым человеком. Предположим, вы вспоминали о школьных уроках географии, и ты неправильно назвала столицу Колумбии. Что ты сделаешь?

#####А) Признаешь свою ошибку, но очень неохотно. Будешь потом ворчать на него весь вечер.

#####Б) Признаешь свою ошибку не раньше, чем он предъявит тебе географический атлас.

#####В) Попытаешься убедить его, что у столицы Колумбии со вчерашнего дня двойное название.

#####Г) Искренне раскаешься в своем невежестве.

№ 8. Отметь те высказывания, которые, по твоему мнению, подходят тебе больше всего.

#####А) Меня злит, когда я не права.

#####Б) Я не самостоятельная.

#####В) Я люблю много работать.

#####Г) Я всегда планирую свои дела.

#####Д) Говорят, что я упрямая.

#####Е) Многие считают меня медлительной.

#####Ж) Я стесняюсь незнакомых людей.

#####З) В своих неудачах виновата я сама.

#####И) Я не люблю поручать другим то, что могу сделать сама.

№ 9. На работе у тебя выдался неожиданный перерыв. Как ты себя чувствуешь?

#####А) Нормально. Ты заслуживаешь немножечко отдыха.

#####Б) Отлично. Перекусишь и пригодишься к грядущим подвигам.

#####В) Отвратительно. Тебя раздражает, когда нечем заняться.

#####Г) Виновато. Ведь тебе платят деньги не за чаепития.

№ 10. В своих отношениях с парнем ты:

#####А) Сама решаешь, как тебе поступать.

#####Б) Не предпринимаешь ничего, не посоветовавшись с ним.

#####В) Советуешься иногда, когда находишься в затруднительной ситуации, но окончательное решение предпочитаешь принимать сама.

#####Г) Вы равноправные партнеры, и он имеет право знать о тебе столько же, сколько и ты о нем. То есть совсем ничего.

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
№ 11. Каков твой подход к жизни?

#####А) У меня реальные цели и конкретные сроки их достижения.

#####Б) Я не привязываю себя жестко к каким-то целям, хотя заинтересована в успехе.

#####В) Пусть все идет своим чередом. От меня все равно ничего не зависит.

#####Г) Я чувствую себя хорошо только в нормальных условиях, когда начальство справедливое и сроки не поджимают.

№ 12. Твой друг предлагает пойти тебе вместе с ним на стриптиз. Ты:

#####А) Не пойдешь. Еще чего!

#####Б) Пойдешь обязательно. Так легче будет за ним проследить.

#####В) Пойдешь и будешь критиковать внешность и неуклюжесть стриптизерок.

#####Г) Внесешь встречное предложение пойти на балет, а если он откажется, применишь шантаж.

№ 13. Ты зашла в гости к парню, с которым встречаешься совсем недавно, а у него дома бардак. Что ты сделаешь?

#####А) Ничего. Ты ему не прислуга.

#####Б) Попытаешься пристыдить.

#####В) Не обратишь внимания, у каждого бывают такие моменты.

#####Г) Приберешь все, возможно, он оценит твою хозяйственность.

Подсчитаем очки:

1 А-3 Б-0 В-3 Г-2

2 А-2 Б-3 В-0 Г-2

3 А-0 Б-2 В-1 Г-3

4 А-1 Б-2 В-3 Г-0

5 А-0 Б-3 В-1 Г-2

6 А-3 Б-0 В-2 Г-1

7 А-2 Б-1 В-3 Г-0

8 Одно очко за каждый плюс.

9 А-2 Б-1 В-0 Г-3

10 А-3 Б-0 В-1 Г-2

11 А-3 Б-2 В-0 Г-1

12 А-0 Б-2 В-3 Г-3

13 А-1 Б-3 В-2 Г-0

Проверь результат.

36 баллов и выше

Не пытайся держать всех под контролем, можешь надорваться. Жизнь непредсказуема, а попытки сделать так, чтобы все шло по плану, обречены на провал. Обманутые надежды сокращают жизнь, не желай слишком многого.

Не предъявляй близким такие высокие требования, поумерь свои аппетиты, иначе останешься в гордом одиночестве. Учись слушать других, и в конце концов ты поймешь, что они ничуть не хуже, а иногда и намного круче, чем ты. Абсолютного идеала не существует, а жизнь полна радости, даже если все идет не по-твоему.

23–35 баллов

Ты всегда стремишься к равновесию. Твой идеал – гармония во всем.

Ты знаешь, когда открыть рот, а когда лучше промолчать. Твоим друзьям всегда приятно находиться с тобой. Ты – комфортный человек, и люди ищут общения с тобой. Жизнь дарит тебе массу удивительных открытий, а ее удары ты воспринимаешь как хорошие уроки для своего дальнейшего продвижения.

22 балла и ниже

Постарайся оглядеться вокруг, в жизни много интересного, и все это частенько проходит мимо тебя. Не допускай, чтобы тобой командовали все кому не лень.

Постарайся подумать о себе, о том, чего хочется тебе, а не твоим друзьям или родственникам. Вспомни о своих любимых блюдах, своих любимых фильмах. Выдели один день в неделю исключительно для себя и делай только то, чего хочется тебе. Научись говорить «нет», даже если очень страшно начинать. Поверь, не произойдет ничего страшного. А люди, возможно, станут больше считаться с тобой, когда поймут, что у тебя есть свои интересы.

Правило № 29

Разумный эгоизм уместен и для тебя. Не бойся думать о себе и своих интересах, а не только о любимом и его благах.

Помни, что ты прежде всего человек со своими желаниями, потребностями и целями.

Если у тебя есть любимое занятие, на которое обычно не хватает времени, – заведи

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
правило заниматься им каждый день понемногу. И как бы ни нуждался в тебе твой мужчина, дай ему понять, что у тебя должно быть время на себя и хобби. В конце концов, покажи ему, что он от этого только выиграет, ведь занятие любимым делом придаст тебе уверенности в себе, поднимет настроение. А заодно на время позволит переключить твоё внимание с его персоны.

Не бойся баловать себя! Ты давно мечтала о шопинге? Так походи и развейся, а заодно пополни гардероб вещами и аксессуарами, которые не только поднимут твоё настроение и самооценку, но и привлекут внимание любимого к тебе как к самой желанной и красивой женщине.

Если ты на диете, но так хочется сладкого, не отказывай себе в радости. Ничего страшного от парочки пирожных не случится. Зато какое удовольствие ты получишь!

Осуществи давно задуманные планы. Ты хотела пойти в театр или на встречу с подругами? Обязательно выдели для этого время. Позитив и хорошее настроение от подобных мероприятий тебе гарантированно, так стоит ли себе в этом отказывать?

А вот другим отказывать придется научиться. И не надо этого бояться. Ты никому ничего не должна.

Правило № 30

Не позволяй никому вызывать в тебе чувство вины из-за любви к себе. Только влюбленная в себя женщина способна не только привлечь внимание, но и удержать рядом с собой настоящего мужчину.

Начинай каждое утро только с положительных эмоций. Глядя в зеркало, прибегни к старому и испытанному способу самовнушения: «Я самая обаятельная и привлекательная...» Не бойся делать себе комплименты и хвалить себя. И самое главное, повторяй это каждый день, пока сама не поверишь в свои слова.

Правило № 31

Не изображай из себя бессловесную жертву! Самый эффективный способ борьбы с мужским эгоизмом – поступать с ним так же, как он ведет себя с окружающими. Не нужно терпеть, необходимо сразу высказывать свое «фи», если тебе что-то не нравится.

В данном случае терпение совершенно неуместно. Если ты сегодня позволишь себя оскорбить, а завтра – унижить, то просто потеряешь уважение партнера и полностью «распустишь ему руки». Пострадает твоя самооценка, что в итоге может привести к полной жертвенности. А тебе это надо?

Женщина в отношениях должна стремиться получать от мужчины максимум внимания и стараться сделать так, чтобы ее желания исполнялись в первую очередь. Научи партнера не только прислушиваться к тебе, но и учитывать твои интересы. Поэтому как можно больше говори о себе любимой, своих потребностях и целях. Любые, малейшие проявления эгоистического поведения со стороны избранника следует сразу же пресекать, подчеркивая свою нетерпимость к подобному отношению. Иначе в дальнейшем они превратятся в лавину эгоизма, которую остановить уже будет нельзя.

Привлекай его внимание к своим проблемам, даже самым незначительным. Как вариант, можно вызывать у него жалость, например, рассказом о тяжелом дне или внезапным приступом мигрени. Попроси его помочь приготовить ужин или сделать расслабляющий массаж, который станет для тебя ну просто спасением. Симуляция в данном случае поможет вызвать его жалость, что позволит тебе лишней раз почувствовать себя слабой женщиной. А любимому ты дашь понять, как ты нуждаешься в его сильном плече.

Не нужно быть бессловесной жертвой, доказывая свою любовь покорностью и молчаливым подчинением. Настоящий эгоист никогда не оценит такого поведения, так как воспринимает его как должное. Изменить его представление о тебе и проблемах в ваших отношениях способны только самые решительные меры. Заставь его перебороть себя и сделать приятное тебе. Делая постоянно что-то ради других, тем более что «другой» – любимый человек, то есть ты, твой мужчина со временем привыкнет к такому поведению и научится получать от этого удовольствие. А ты не

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
забывая благодарить и хвалить, выражая искреннюю радость от его благородных поступков.

Правило № 32

Не нужно беспрекословно подчиняться мужчине. Он это не оценит.

В каждой женщине должна быть загадка, которую мужчина будет пытаться разгадать. И пусть этой загадкой станет твое личное пространство, в которое вход для него закрыт. Только так ты сможешь сохранить равновесие в непростых отношениях с эгоистом.

Заранее расставь приоритеты и сообщи ему об этом табу.

Если женщина тратит все свободное время на любимого, его интересы и потребности, она в итоге теряет собственное «Я» и становится ему неинтересной.

Одна моя знакомая – самодостаточная, красивая, стильная, очень разносторонняя личность – ждала принца на белом коне. Она меняла мужчин как перчатки, наслаждаясь их поклонением и восхищенными взглядами. Образ снежной королевы совершенно не отпугивал мужской пол, скорее наоборот, привлекал недоступностью, непокорностью, способностью высказывать свое мнение и не подчиняться чужим желаниям. И вот она встретила ЕГО. И за считанные дни стала превращаться в совершенно обычную женщину, которая думает только о нем, ждет его звонков. Он стал главной темой ее жизни и поглотил полностью все ее время и мысли. Она забросила своих подруг, любимые занятия танцами, лишь бы быть всегда свободной для него. По первому зову она неслась на встречу, готова была помочь во всем. Ее жизнь стала жизнью для него. А звонки раздавались все реже, у него оставалось все меньше времени на встречи, и в конце концов он сказал: «Прости, нам не по пути». И в чем же проблема? Он разочаровался в когда-то очень жизнерадостной, недоступной, таинственной женщине, превратившейся в бесхребетное существо, следующее за ним, как его тень.

Правило № 33

Не потакай ему! Не надо смотреть мужчине в рот и исполнять все его желания и просьбы. От этого ты только проиграешь и вырастишь из него еще большего эгоиста. Будь слабой, но не жертвенной.

Женщина должна иметь собственную позицию, верить в нее и уметь правильно донести до своего мужчины.

Нужно не потакать ему и не прощать за все, а быть поддержкой.

Рядом с сильным мужчиной женщина должна быть слабой и кроткой. Но не путай кротость и самопожертвование. Кротость заключается в принятии мужчины таким, какой он есть, в отсутствии желания его переделывать. Однако не стоит впадать в крайности. Можно заставлять его что-то делать, а можно вдохновлять на подвиги. Можно быть покорной, соглашаясь на все, лишь бы он был доволен, а можно не прекословить, но при этом сохранять свою позицию.

Кротость – это внутренняя зрелость женщины, умение мудро поступать в жизненных ситуациях: делать все с любовью и стремиться к гармонии.

Мужчина выход своей негативной энергии ищет через активность, например, в древности таким способом была рубка дров. У женщины преодоление препятствий происходит через кротость – умение принимать своего мужчину. Смысл гармоничных отношений – способность высказывать свои мысли и чувства, принимать чужие и давать мужчине пространство для развития. А если всю жизнь его опекать и наставлять на путь истинный, то можно превратиться из подруги и потенциальной жены в «мамочку».

Правило № 34

Будь настоящей женщиной, кроткой, способной донести свою информацию до мужчины не криками и истериками, а с мудростью и любовью, но при этом твердой в намерениях. Сила женщины заключается в ее стойком желании быть счастливой и недопущении того, что может это счастье разрушить.

Эгоизм – это роман, который длится всю жизнь с самым дорогим человеком, то есть с самим собой.

Как правильно вести себя с мужчиной? Использовать принцип разумного эгоизма.

Подстроиться – не значит сломаться!

Правило № 35

Люби себя сильнее, чем своего мужчину. Чем больше ты будешь любить себя, тем больше шансов на то, чтобы мужчина полюбил тебя с той же силой.

Делай только то, к чему лежит душа, что тебе интересно и вызывает положительные эмоции.

Никогда не делай того, чего не хочется. Не надо ломать себя, меняя свои привычки, подстраиваясь под любимого.

Если нет желания идти в гости к людям, которые тебе неприятны, не ходи. Но не стоит говорить об этом открыто. Объясни отказ неотложными делами, например, походом к врачу или задержкой на работе. Принимай приглашение, но занимайся при этом своими делами.

Не насилуй себя и в быту. Так, если накопилась целая гора грязной посуды, но очень хочется посмотреть любимый сериал, отложи мытье и спокойно смотри телевизор. Не отказывай себе ни в чем. И не чувствуй угрызений совести по этому поводу. Ведь ты в первую очередь женщина, а не посудомоечная машина. Если ему не нравится, пусть помоеет сам. Вообще, не стоит взваливать все заботы на себя. Переложи часть обязанностей по дому на избранника.

Отлынивать от неприятных дел поможет проверенный на опыте способ. Никогда не спорь и не отказывай мужчине в его просьбах, соглашайся на словах и не говори, что тебе лень, при этом сама ничего не делай. А если он спросит, почему ты ничего не сделала, то изображай растерянный вид и улыбайся со словами: «Прости, любимый, я забыла. Не злись, пожалуйста!» И пусть он даже разозлится. Приучив его к подобным вещам, ты заставишь играть его по своим правилам, а заодно приобщишь к хозяйству.

Правило № 36

Помни, что у тебя есть не только обязанности, но и права. Отвоевывай больше прав и бери на себя меньше обязанностей.

И уж ни в коем случае не пытайся делать мужские дела, даже если умеешь. Не спеши забивать в стену гвоздь, чтобы повесить упавшую картину, хотя для тебя это и элементарно. Попроси своего мужчину и обязательно дождись результата, даже если он и не соизволит поторопиться сделать это немедленно.

Не переживай, что он перетрудится. Пусть работает, вам обоим это пойдет только на пользу. И не забывай о благодарности за любой вбитый гвоздь.

Научись говорить «нет». Не стоит соглашаться со своим мужчиной во всем. Если тебе не хочется заниматься чем-то, то просто откажись.

Никогда не забивай себе голову чужими проблемами, которые тебя вовсе не касаются. Это не твои проблемы, и лезть в чью-то жизнь с советами или утешениями не стоит. Ни к чему тратить свои эмоции понапрасну. Это не значит, что не надо слушать любимого, однако не принимай все близко к сердцу, отфильтровывай информацию. А чтобы не разочаровать его, научись делать вид внимательного собеседника. Ведь эгоист может часами говорить о себе любимом, перекладывая груз своих проблем на твои плечи.

Научись манипулировать мужчиной и не позволяй манипулировать тобой. Заставляй его делать то, что тебе нужно. Будь шеей, но не головой. И не бери на себя слишком много.

Только так можно научиться получать удовольствие от жизни с эгоистом, не

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
разочаровывая его, но и не ущемляя своих интересов.

Правило № 37

Хочешь быть рядом с любимым – стань для него незаменимой.

Для этого надо стать для него не просто подружкой, но и советчиком, партнером, где-то «жилеткой», а где-то руководителем. Потребность в тебе должна быть настолько высока, что без нее сложно обойтись.

Создай уют и наладь быт таким образом, чтобы самый привередливый эгоист чувствовал себя комфортно. Позаботиться о его удобстве действительно важно, так как мужчины очень ценят комфорт и редко сбегают от хорошей хозяйки.

Не менее важное место ты должна занимать и в его постели.

Ничто не сближает так мужчину и женщину, как общие дела и интересы. Хочешь стать незаменимой, делай что-то вместе с ним. Можно быть просто его «болельщиком» или стратегом, который помогает своей интуицией. Женщина, которая становится надежным партнером, способна не только влюбить в себя даже эгоиста, но и удержать его надолго.

Женщина больше стремится к общению, но и мужчина ищет общения с женщиной. Однако для него важнее не пустая болтовня за чашкой кофе, а обсуждение какой-то общей темы или проблемы. Переживания, решения, действия мужчины совместно с женщиной или ради нее ставят эту женщину на особое место, а воспоминания о таких событиях оставляют глубокий след в его памяти.

Когда вы занимаетесь общим делом, не лишай своего мужчину в большей степени брать ответственность на себя. Оставь ему сложности и трудности. И ни в коем случае не превозноси себя, даже если ты это заслужила.

Мужчине можно помогать советом, но не надо делать что-то вместо него или принимать за него решения. Нельзя лишать его победы. Иначе вместо благодарности ты получишь отстраненность, использование тебя, а возможно, и предательство.

Но крепкие отношения, основанные только на совместном деле или интересе, построить невозможно. Каждому необходим личностный рост. Поэтому совершенствуйся внутренне, ставь себе новые цели и добивайся их, приобретай новые навыки, посещай новые места. Не препятствуй мужчине, пусть и он растет в своих и твоих глазах. Только во время движения могут возникать такие чувства, как счастье, страх, переживания. Развитие личности приводит к жизненной мудрости и гармонии с собой и окружающими. Развитые личности привлекают внимание и вызывают интерес.

Правило № 38

Чтобы удержать мужчину, будь для него интересной.

Привлекай его не только внешними данными или хозяйственностью, но и своими увлечениями, богатым внутренним миром. Приобщай его к своим хобби, ведь совместные интересы становятся основой духовной близости партнеров.

Глава 5

Терпение и труд все перетрут

Результат

«Женское счастье – был бы милый рядом, ну а больше ничего не надо», – помните популярную песенку?

Так ли это? Можно ли довольствоваться близостью с любимым и не желать ничего большего? А если милый – эгоист? Возможно ли все-таки находиться рядом с ним и быть счастливой?

В предыдущих главах мы выяснили, что такое эгоизм, его причины и следствия. И если твой мужчина эгоист, но ты по-прежнему намерена строить с ним отношения и готова на борьбу, немаловажно понимать, на что ты идешь. И, главное, ради чего. Теперь попробуй применить все правила в своей жизни и научись довольствоваться результатами. Совет вам да любовь!

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
Правило № 39
Настройся на победу! Не секрет, что такой настрой – важный стимул для достижения цели.

«Самая почетная победа – та, которую одерживают над эгоизмом». (Буаст Пьер)

Это же и самая трудная победа. Она требует не только максимум усилий, но и определенного настроя, без которого борьба практически бесполезна.

Люди, добившиеся успеха, знают об этом из собственного опыта и уделяют немало времени моральной подготовке. Ярким примером могут служить спортивные достижения. Как настраиваются спортсмены на победу? Немалую часть времени в раздевалке они посвящают психологической подготовке к предстоящей игре.

Кроме того, настрой сродни заговорам, которые способны внушить человеку, что он способен на все и может получить то, что захочет.

Добиться успехов хоть в работе, хоть в личной жизни помогает позитивный настрой и оптимистичное отношение к происходящему и окружающим. Для этого необходимо развивать в себе подобные способности.

Для этого нужно усвоить несколько истин:

1. Ты сама творишь свою судьбу. Как в песне поется: «Ведь ты человек, ты и сильный и смелый, своими руками судьбу свою сделай. Иди против ветра, на месте не стой. Пойми, не бывает дороги простой...» Не стоит ждать манны небесной и полагаться во всем на случай. Можно напрасно прождать всю жизнь. Только тот, кто ищет, тот найдет. Поэтому просто необходимо что-то делать, чтобы в твоей жизни произошли перемены.

2. Нет ничего невозможного. Используй тренинг: «Я все смогу, я всего добьюсь». Повторяй это постоянно, меняя свою неуверенность на убежденность в том, что все возможно и все у тебя получится. Настройся на успех, и он обязательно придет.

3. Любое дело, за которое ты берешься, даже самое простое, должно быть выполнено хорошо. Ты тратишь свое время и силы, поэтому результат должен радовать тебя.

4. Умей подчеркивать свои достижения и гордиться ими. Не стоит ждать оценки твоих действий со стороны, пусть даже от любимого человека. Научись сама чувствовать удовлетворение от результатов своей деятельности.

5. Не бойся ошибаться, ошибки – это тоже шаги на пути к успеху. Любой опыт важен. И если тебя не сломали трудности, значит, они сделали тебя сильнее.

Итак, нужно просто поверить в успех и то, что тебе все под силу. Иди вперед смело, не бойся оступиться.

Правило № 40

Больше позитива! Он поможет не только настроиться на борьбу, но и не сдаться раньше времени. Судьба улыбается только тем, кто улыбается ей. Очень важен позитив во всем, что ты делаешь, и даже о чем думаешь.

Важно быть оптимисткой, т. к. на пути к цели может многое пойти не так, как тебе хотелось бы. Но именно положительный настрой на успех позволит не испугаться проблем и решить их с пользой для себя.

Можно жалеть себя и пенять на судьбу. Но чем больше ты будешь жаловаться на жизнь, тем чаще она будет преподносить тебе огорчения.

Прежде всего нужно научиться позитивно мыслить. Не секрет, что человек притягивает к себе ту энергетику, которую сам отдает окружающему пространству. Это действует, как магнит: сетуя на неудачи, мы сами притягиваем их к себе. Удача приходит только к оптимистично настроенным людям. А если все время огорчаться по пустякам, то они просто затянут тебя в болото трудностей и неудач.

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
Большинство людей видят плохое, а хорошему придают мало значения. Чтобы было наоборот, нужно поменять свое мировоззрение. Наши мысли материальны. Хочешь стать счастливой – настрой себя на позитив.

Для начала нужно прекратить жаловаться и лить слезы. Не нужно завидовать тем, кому, по твоему мнению, больше везет. Лучше строить собственное счастье.

Но нельзя настроиться на позитив без любви к себе. Поменьше времени уделяй своим ошибкам и недостаткам, отпусти комплексы и сотри из памяти все неудачи прошлого. Скажи себе: «Я достойна лучшего!» И с этого момента направляй свои внутренние ресурсы на достижение задуманных целей. Начать можно с малого, например побаловав себя чем-то приятным. Моменты удовольствия и исполнения самых небольших желаний привлекут в твою жизнь позитивный настрой.

И как только этот настрой будет получен, начинай действовать, чтобы изменить жизнь к лучшему. Важно делать все от души и с хорошим настроением, тогда и плоды деятельности будут приносить радость. Люби себя и окружающий мир, делись с ним улыбками, заботься о близких. И не стоит ждать благодарности в ответ. Будь щедра на добро, и оно ответит тебе взаимностью.

Помни, позитивный настрой должен стать символом твоей жизни. Практиковать его надо ежедневно, тогда в самое ближайшее время ты достигнешь поразительных успехов, а жизнь начнет удивлять и радовать своими красками!

Правило № 41

Привлекай любимого к содружеству! Покажи ему, что ты на его стороне, стань для него верным другом.

Для мужчины нет надежнее уз, чем дружеские. А у эгоиста вряд ли вообще есть друзья. Поэтому ты можешь занять достойное место в его жизни не только как любимая женщина, но и как друг.

Кроме того, любое содружество – это добровольное объединение самостоятельных единиц, созданное для взаимопомощи и совместных действий, направленных на одну цель.

И если ты сможешь привлечь к содружеству своего избранника, то, объединившись в борьбе за прекрасное будущее, вы сможете создать крепкие отношения, а в дальнейшем гармоничный союз.

Для того чтобы любимый принимал участие в вашей совместной жизни и делал это осознанно и с устремлением, необходимо показать ему, что ты полностью на его стороне, что ты поддерживаешь его и веришь в его начинания. Только доказав свою преданность и завоевав его доверие, ты сможешь рассчитывать на поддержку.

Дружба – это бескорыстные взаимоотношения между людьми, основанные на доверии, искренности, взаимной симпатии, общих интересах и увлечениях. Обязательные составляющие дружбы – доверие и терпение. Без этого нельзя выстроить гармоничные, крепкие отношения между партнерами. Дружба служит надежным фундаментом для взаимопонимания.

Считается, что между мужчиной и женщиной не может быть дружбы. Однако желание помогать друг другу, разделять беду и радость есть не что иное, как самая настоящая дружба. Любой мужчина подсознательно ищет в качестве спутницы именно такую женщину, которая может его понять, выслушать, дать верный совет и т. д. Если хочешь удержать мужчину, стань для него другом. Дружба поможет не только сблизиться, но и продлить отношения, сделав их прочными и взаимообогащающими. Не забывай о доверии. Если ты научишься доверять своему мужчине и добьешься в ответ того же, у вас будет меньше поводов разочаровываться друг в друге.

И хотя эгоисту очень сложно дружить, он не лишен желания иметь надежного друга и может сам стать таковым. У тебя к тому же есть преимущества: ты еще и его женщина, которую он знает, любит и ценит.

Однако дружба не должна стать главной в отношениях между вами, она лишь может помочь сблизиться и узнать друг друга лучше. Не пытайся стать для него боевой подругой, готовой и в огонь и в воду пойти за любимым. Не лишай его общения с

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
другими людьми и не ограничивай его свободу. Не нужно и себя посвящать полностью интересам партнера. Любое действие приносит плоды, только если делать его с удовольствием. Научись совмещать любовь и дружбу. Тогда ты станешь для своего мужчины незаменимой спутницей жизни и, возможно, единственным близким для него человеком.

Правило № 42

Обязательно делись с партнером сомнениями и желаниями, учишься признавать ошибки и привлекай его к совместной работе над этими ошибками. Тогда гармония в отношениях вам обеспечена.

И пусть что-то не получается сразу, не дави на него и не казни себя. Просто постарайся всегда анализировать происходящее и делать соответствующие выводы.

Правило № 43

Не отказывайся от помощи со стороны. Как говорится, дают – бери. Это касается как советов, так и любой другой помощи. Не пренебрегай мнением окружающих, оно может оказаться очень полезным.

«Единственная сила, способная умерять индивидуальный эгоизм, – это сила группы».
(Эмиль Дюркгейм)

Не забывай, что взгляд со стороны бывает вернее и объективнее, чем твой собственный – влюбленный.

Кроме того, один в поле не воин. И в твоей борьбе за счастье все средства хороши. Не бойся обращаться за помощью к близким людям. А уж если эти люди сами предлагают помощь, вообще грех ею не воспользоваться.

Для этого не надо создавать коалицию против мужчины. Нужно просто сообщать о помощи ему разобраться в себе и показать со стороны неправильность его поступков.

Чтобы понять и осмыслить свои ошибки, мнение не одного, а нескольких людей может стать наиболее убедительным.

Так, например, общими усилиями можно привлечь человека к определенным действиям или увлечениям. Ты хочешь, чтобы он поехал к твоим родителям на дачу и помог там? Попроси их обратиться непосредственно к нему, а не делать это, как всегда, через тебя. Во-первых, для него это будет неожиданностью. А во-вторых, приятным моментом для его самолюбия – ведь его просят. Ну и, конечно, придумай приятный или даже необходимый дополнительный повод, который поможет тебе убедить его согласиться. Например, предложи сходить на рыбалку с твоим отцом, рассказав о том, что только в вашем водоеме можно поймать настоящую форель. Пусть это будет слегка преувеличено, в конце концов, ты можешь перепутать название рыб. И если он действительно поведется на это, то потом извинись, ведь тебе важен результат.

А на природе человек вообще смотрит на многие вещи по-другому. Возможно, ему самому понравится, и он захочет приезжать туда еще и еще.

Если его друзья неоднократно говорили тебе о том, что твой любимый не выносит зеленый цвет в одежде, то стоит к этому прислушаться. Не надевай лишний раз свое зеленое пальто, хотя бы если вы идете куда-то вместе. И уж точно не стоит покупать ему вещи этого цвета. Не надо злоупотреблять его терпением и травмировать его лишним раз. Все-таки друзья знают его лучше, чем ты. Попытайся узнать у них о его пристрастиях, причем не только в цветах, но и любимых блюдах, местах отдыха, фильмах. И ты сможешь подготовить для любимого приятный сюрприз.

Правило № 44

Не стоит слушать все, что говорят окружающие. Не все советы могут быть дельными. Следует научиться фильтровать их, различая, что во благо, а что во вред.

Так, если тебе говорят, что вам лучше разойтись, возможно, люди завидуют или мстят за что-то. Совсем необязательно, что это действительно будет лучше для вас

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru обоих.

А вот если его мама предлагает тебе книгу с рецептами любимых блюд сына, то кроме благодарности и сказать-то нечего.

Прислушивайся к своей интуиции, и она подскажет тебе, что следует принимать во внимание, а чем лучше не злоупотреблять.

Правило № 45

Поощряй его стремление стать другим. Каждый человек – это прежде всего личность со своими слабыми и сильными сторонами. Научись уважать чувства и желания мужчины, отмечать его достоинства и поощрять за борьбу с недостатками.

Понимать своего партнера – значит принимать его таким, какой он есть. Уважать – значит допускать, что его чувства и мысли могут отличаться от твоих.

Основные правила, которые помогут научиться ценить своего мужчину:

1. Никогда не принижай его достоинств. Это сильно бьет по его самолюбию и в конце концов может оттолкнуть от тебя.
2. Не забывай хвалить мужчину. Научись замечать любые, даже самые незначительные достижения, заострять на них внимание и обязательно поощрять его за это теплыми словами и поцелуями.
3. Не вороши прошлое. Не напоминай ему о неудачах и ошибках. Они уже позади. Лучше говорить о новых планах и рисовать радужные перспективы во всех красках, чтобы пробудить его желание как можно быстрее достигнуть цели.
4. Научись уважать поступки и действия мужчины, которые он совершает ради тебя и ваших отношений. Поддержка только укрепит его старания, а одобрение вызовет желание продолжать в том же духе.
5. Найди в нем и подчеркни те качества, которые выгодно отличают его от других и нравятся тебе больше всего.
6. Позволь своему избраннику быть настоящим мужчиной и проявлять себя, чтобы ты могла им гордиться. Не отнимай у него право быть сильным.
7. Научись ценить его отношение к тебе, поощряя любые, даже самые неуклюжие комплименты и нелепые поступки. Позволь ему быть романтиком.
8. Не делай из него идеал, чтобы потом не разочароваться.

Правило № 46

Чтобы научиться уважать другого человека, нужно прежде всего научиться уважать себя. Если ты умеешь ценить свои достоинства, ты сможешь заметить их и у своего партнера.

Понимать мужчину – это не значит преклоняться перед ним, полностью подчиняясь и меняя себя ради него. Уважать партнера – это значит уважать его чувства и желания; принимать то, что они могут не совпадать с твоими; и оставаться рядом с ним самой собой, не играя и не теряя собственную индивидуальность.

Правило № 47

Будь последовательной в своих планах и действиях. Четко иди к поставленным целям, не переключаясь с одной задачи на другую. Добивайся результата прежде, чем приступить к следующему шагу.

Чтобы не тратить силы и время впустую, определи с самого начала: чего именно ты хочешь? Каким должен быть твой избранник? Какие отношения тебя устроят? Какой ты видишь себя в этих отношениях? А дальше – полный вперед! Постарайся мобилизовать все силы для достижения цели. Тщательно продумай свои действия и составь план.

Чтобы облегчить его выполнение, делай все последовательно. Выдели основную цель

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru и вспомогательные, создав для себя некую цепочку действий, которая позволит шаг за шагом приблизиться к главному – исполнению твоего желания.

Несколько советов:

- Не сдавайся, даже если у тебя не сразу все получается.
- Не ругай себя за неудачи, лучше научись извлекать из них опыт.
- Не беги впереди паровоза. Не стоит торопить события. Все должно идти своим чередом.
- Никогда не отказывайся от мечты, даже если она кажется тебе очень далекой и несбыточной. Наши мысли материальны. И чем больше ты будешь думать о своих желаниях и мысленно представлять, что они осуществились, тем скорее это произойдет.
- Кто хочет – ищет возможности, кто не хочет – ищет причины. Ищи возможности и не откладывай ничего на завтра.
- Поверь в свои силы и хвали себя даже за самый маленький успех – ведь это уже достижение.
- Не бери на себя слишком много, чтобы не разочаровываться тем, что не успела или не смогла.
- Распределяй силы так, чтобы их хватило не только для достижения цели, но и для того, чтобы, добившись желаемого, ты смогла насладиться результатом, а не свалиться в изнеможении.
- Учись радоваться даже маленьким достижениям, и тогда, добившись цели, ты сможешь почувствовать себя счастливой.

Правило № 48

Не отступай от цели! Несмотря на трудности и лишения, не сворачивай с пути. Только самых терпеливых и настойчивых ожидает награда. Научись гордиться своими победами.

Только осознавая, каких трудов стоило достижение цели, через что пришлось пройти и чего удалось добиться, можно научиться гордиться собой и наслаждаться успехом.

Как же это сделать? Есть несколько нехитрых способов.

1. Задаваясь целью, составь план, по которому ты будешь действовать. Результаты осуществления каждого пункта записывай.
2. Научись хвалить себя даже за небольшое достижение.
3. Радуйся каждому дню. Радость – это путь к счастью.
4. Наслаждайся самим процессом достижения своих целей. Пусть даже самые трудные испытания приносят тебе удовлетворение от собственного самосовершенствования.
5. Будь благодарна судьбе и людям, которые окружают тебя, за все хорошее, что с тобой случается.
6. Цени и благодари своего мужчину за каждый поступок и просто за то, что он рядом и любит тебя.
7. Не забывай о том, чего уже достигла. Это поможет научиться гордиться собой, даже если пока не все удается.

Не нужно строить несбыточных планов и идеализировать весь мир вокруг. Будь реалисткой и воспринимай происходящее как данность и стартовую площадку для развития новых гармоничных отношений. Не стоит также тратить время на

Как управлять мужчиной-эгоистом. 48 простых правил. Елена Валентиновна Рвачева buckshee.petimer.ru
самобичевание за то, что не удалось. Лучше научиться ценить себя и свои успехи, уважать себя и окружающих и просто радоваться жизни.

То же касается и твоего партнера. Не акцентируй внимание на его негативных чертах характера или неудачах. Лучше замечать и ценить то хорошее, что есть в нем, его характере и поступках.

Только с позитивным взглядом на мир и окружающих можно научиться быть по-настоящему счастливой и сделать счастливым близкого человека.

Заключение

«Не отрекаются, любя...» Если любишь человека, то не делай поспешных выводов и не принимай решений, которые потом не простишь себе. Постарайся трезво оценить ситуацию и попробовать ее изменить, а точнее, изменить свое отношение к ней.

Лучше сделать и пожалеть, чем всю жизнь жалеть, что не сделала.

И даже если тебе не удастся полностью исправить своего эгоиста, ты получишь неоценимый опыт построения гармоничных отношений с любым мужчиной.

Итак, резюмируя все вышесказанное, выделим основные моменты, которые помогут тебе научиться быть счастливой с эгоистом.

1. Постарайся усвоить, что самый важный человек в твоей жизни – ты. Но делай это искренне, а не уподобляясь примеру своего мужчины-эгоиста. Поверь в свою исключительность и важность. Ответь себе на вопрос: «А чего именно хочу я?» И не отказывай себе ни в чем. Пусть приятные события и радость от них покроют недостаток внимания со стороны твоего мужчины.

2. Показывай свои чувства и высказывай желания вслух. Не надо ждать, пока он догадается, что именно ты хотела сказать или почему ты нахмурила брови.

3. Дай время партнеру свыкнуться с тобой новой. Не жди от него мгновенной и, главное, правильной реакции на твои слова и действия. Ему, привыкшему к эгоизму, нужно осмыслить новые правила игры, тем более что он не привык слышать другое мнение и считаться с тобой.

4. Не провоцируй его на эгоизм своим чересчур трепетным отношением и чрезмерной заботой. Не надо жалеть мужчину. Воспринимай его как зрелую личность, состоявшегося человека, который сам в состоянии позаботиться о себе.

5. Научись радоваться жизни и не мучить себя по мелочам.

Спасибо, что читали книгу на форуме Бакши buckshee-Спорт, авто, финансы, недвижимость. Здоровый образ жизни. Приятного чтения!

<http://buckshee.petimer.ru/>

<http://petimer.ru/> Интернет магазин, спортивное питание, косметика, сайт

Интернет магазин одежды Интернет магазин обуви Интернет магазин

<http://worksites.ru/> Разработка интернет магазинов. Создание корпоративных

сайтов. Интеграция, Хостинг.

<http://filosoff.org/> Философия, философы мира, философские течения. Биография

<http://dostoevskiyfyodor.ru/> Приятного чтения!

сайт <http://petimer.com/>