

Когда «держать паузу»? Часть 2

В каких еще ситуациях в обычной жизни, в общении с людьми необходимо умение справляться с эмоциями и держать паузу?

В ссоре. Как сказал Бернард Шоу, «воспитание мужчины или женщины проверяется тем, как они ведут себя во время ссоры». Ну, это тебе на заметку: как **он** проявляет себя во время ссоры? Всегда относился к тебе, как к королеве, и «вдруг», как только ты посмела выразить свое мнение, начал крыть тебя на чем свет стоит, а потом объяснять это своей повышенной эмоциональностью и твоим плохим характером?

А ты сама? Последи за собой, проанализируй себя! Возможно, нежная леди первых свиданий превращается в Маньку-доярку при первых «звуках рожка»? Тогда и **его** можно понять... В том, что ссора произошла, так или иначе виноваты оба – ведь у каждого есть своя версия событий, своя правда. Все, что написано про спор, с таким же успехом применимо и к ссорам/скандалам.

Однако ситуация, когда ты рассорилась с любимым и вы перестали общаться, вызывает панику у многих женщин. Обычные вопросы в таких ситуациях: «И что мне теперь делать?», «Звонить самой или ждать, когда позвонит он?», «А если он вообще не позвонит?», «Это что – конец или нет?», «Почему же он не звонит и не просит прощения?»...

В общем, главное – вот что. И это, поверь, – **самое** главное. Если он тебя обидел, или (что в данном случае одно и то же) ты чувствуешь себя обиженной и хочешь, чтобы он это понял, – внимательно читай дальше.

Не думай, позвонит он или нет. Не думай, сколько именно тебе нужно держать паузу! Если ты позвонишь ему сама – ты так никогда и не узнаешь, а собирался ли он, собственно говоря, тебе позвонить сам. Пауза – это в первую очередь проверка контакта с человеком. Да-да! Именно **паузой** проверяется контакт и заинтересованность мужчины в тебе. Это – самое важное. В самом худшем случае ты поймешь – заинтересован ли он в тебе (и насколько) или нет! И это – поверь – не самый худший результат... Зачем тебе не очень заинтересованный в тебе мужчина?

Слова часто оказываются слабее молчания. В молчании есть выразительность и твоя безусловная оценка ситуации. Иногда вместо того, чтобы махать руками, визжать, кидаться страшными словами, забрасывать разоблачительными СМСками, звонками и письмами, пытаться «разобраться» и «вывести подлека на чистую воду», нужно просто замолчать, посмотреть в глаза 3 секунды, развернуться, молча уйти и... исчезнуть из его жизни.

И – держать паузу! И – не выходить на связь, **ни под каким видом!** Ничего не отвечать, заниматься своими делами, демонстративно не замечая «бушующего моря» вокруг, в том числе и его молчания. Этим ты скажешь гораздо больше, чем потоком неконтролируемых слов и эмоциональных монологов. Если ты хочешь показать, что обижена – нет лучшего средства, чем молчание. Кроме того, это еще и игра – кто кого «пересидит».

«Пересидит» тебя

ОН

– поверь, сто раз еще пожалеешь. Он же и помянет это не в добрый час (при следующих ссорах), он же и уважать тебя не станет – мол, недостаточно гордая. Вот так вот...

Чисто для профилактики. Ну, время от времени выдерживать паузы нужно и... просто для профилактики. И вообще, стоит показывать любовь «через паузу» – ведь дешевый и доступный товар не ценится. Это, разумеется, не касается секса – ни в коем случае! Если ты решила, что секс будет (и если ты довела мужчину до этого) – глупейшей ошибкой будет дать задний ход, когда он уже, извиняюсь, снял трусы, – он не поймет твоей «гордости» и уж меньше всего в этот момент будет готов понять твою эээ... профилактику.

И 100% мужчин посчитают тебя «детским садом» и «динамой» – и **никогда** тебе этого не простят! И, вот мое мнение, – и будут ...правы. Отдайся этому процессу по полной! В этом вопросе ты должна быть не просто искренней – ты должны быть полностью открыта, уметь получать и давать наслаждение здесь и сейчас – не думая о будущем. Ты должна дать понять своему мужчине, что тебе с ним по-настоящему хорошо. И сама много делать для того, чтобы вам было хорошо вместе. Но это... отдельная тема.

Возвращаясь к профилактике пауз... Например, я знаю одну семейную пару, где на реплику мужа «Я тебя люблю!» жена на протяжении 20 лет кокетливо и загадочно отвечала: «Ты мне тоже очень нравишься». И муж всю их совместную жизнь хотел ее завоевывать, он не мог успокоиться – ну как же так, он же ее любит, а ей всего-навсего – нравится! Не спеши со словами «люблю» и «навсегда». Пусть **он** тебе их говорит! Хотя... сказать в определенный момент, что он – лучший, никогда не помешает.

Когда «держат паузу»

Автор: нео2408
21.12.2013 11:51 -

В общем – не спеши выражать свою «великую любовь», но в сексе умеи быть для него лучшей и дать понять ему, что и он для тебя – самый лучший и единственный.

Не переборщи, опять же. Да, конечно, мужчину можно завоевать измором восхищения, но не удивляйся потом, почему он не верит и не доверяет тебе – ведь это **ты** без устали восхищаешься им (что подозрительно), а не он тобой, и потом... мужчины ооочень чувствительны! И ооочень закомплексованы! Если он знает (не дай Бог), что он у тебя как минимум даже не 35-й, он просто не поверит, когда ты будешь совершенно искренне петь ему дифирамбы по поводу его уникальных умений и качеств и говорить, что он лучший! Не всегда нужно говорить это напрямую – дай ему понять это

своим поведением

в постели (ну, ок, можешь подчеркнуть особенные нюансы, присущие только ему, которых действительно ни у кого нет – такие особенности есть у каждого мужчины!). Именно в сексе очень важно быть открытой и искренней.

В общем – паузы, паузы и еще раз паузы во всем, кроме секса (имею ввиду сам процесс)! Это – «территория откровений» и, повторяюсь, – эта тема еще впереди...

И, возвращаясь к пользе пауз, – **очень важное**: никогда не думай и не переживай на тему – а сколько мне эту паузу держать? Когда лучше выйти на контакт?

Помните, что говорила героиня Вии Артмане в фильме «Театр»? «Если взяла паузу – держи ее, сколько можешь!»

Если в отношениях присутствует влюбленность, страсть – никакая пауза их не убьет. В зрелых отношениях в кризисные моменты паузы иногда бывают на пользу, заставляют по-новому оценить и переосмыслить отношения и их ценность. А вот «мертвые» отношения пауза, скорее всего, добьет. Но, может, это и к лучшему?

Если выдержала паузу в нужное время – значит, урок пройден, навык выработан. «Зачот по жизни».

Когда «держать паузу»

Автор: нео2408
21.12.2013 11:51 -

Этому умению не так сложно научиться. Конечно, хорошо бы взять несколько уроков у профессионалов, но для начала и самостоятельная работа над собой обеспечит изменения в лучшую сторону. Главное – ничего не бояться и идти вперед!

Автор - **Анастасия Белова**

[Источник](#)