

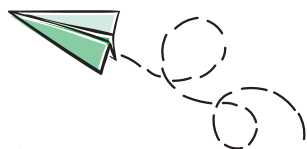
И. ЧЕСНОВА

КАК ОБЩАТЬСЯ ДЕВЧОНКАМ И МАЛЬЧИШКАМ



Художник МУСЯ КУДРЯВЦЕВА

Аванта





Дорогой друг!

О чем эта книга? О том, как вам, мальчикам и девочкам, общаться, дружить, вместе придумывать что-то классное, интересное, незабываемое. О времени, когда просто дружба может перерасти в нечто большее, неизведанное, романтическое.

Мы поговорим с тобой на тему, которая волнует всех-всех мальчишек и девчонок: о том, как вам взаимодействовать между собой, как говорить о том, что на душе, как разрешать конфликты и не давать себя в обиду, как быть, если тебе кто-то сильно нравится, и что делать, если — так тоже бывает — твоя симпатия к кому-то остается без ответа.

В общем, впереди у нас с тобой увлекательное путешествие в страну общения, уважения и прекрасных, искренних чувств.

Обрати внимание на обложку книги: она салатового цвета. Салатовый — цвет молодости, энергии, жизнелюбия. Он дарит нам спокойствие, оптимизм. Зовет к новым свершениям, познанию неизведанного и интересным знакомствам. Помогает быть открытыми миру, мечтать, думать о хорошем и чувствовать себя вдохновенно и устойчиво.

Вся наша жизнь состоит из общения. Мы общаемся, когда говорим «Привет!» и обнимаем тех, кто дорог. Когда шлем друг другу сообщения, прикольные видео и смешные мемы. Кстати, когда мы не согласны друг с другом, спорим или ссоримся, это тоже общение. Но вот такое — бурное,

как море, когда оно неспокойно. И даже когда мы молчим, отворачиваемся, не отвечаем кому-то, мы снова общаемся. Точно-точно, спросишь ты? Вы ничего не перепутали? Нет, все верно. За многими нашими действиями стоят послания. Скажем, испекла бабушка пирожки. Это послание — «ешьте, внучки, я вас люблю и хочу о вас позаботиться». Или звонишь ты маме сказать, что гуляешь с ребятами и придешь попозже. Это еще одно послание: «со мной все в порядке, я помню, что ты просила меня предупредить, если задерживаюсь, я не хочу, чтобы ты беспокоилась». За неприятными фразами или молчанием тоже скрываются какие-то послания. Например, «мне плохо и больно». Или «я не готов/а общаться, но не знаю, как сказать об этом спокойно и прямо». Более того, мы общаемся не только словами, но и взглядом, улыбкой, жестами. В общем, ты уже видишь, что понять, почему кто-то обзывается, хмурится или не отвечает, — тот еще квест. Можно придумывать про других или про себя много всего разного и бесполезного. Так что в этой книге мы будем с тобой учиться не додумывать за другого человека, а общаться свободно, уверенно и проясняя все непонятное.





МЫ ВСЕ УНИКАЛЬНЫ

Давай начнем с того, что есть вы — мальчики и девочки, хорошие, умные, разные. Ваша жизнь началась не так давно, но вы уже так много умеете и знаете. Я думаю, сейчас, в твоём возрасте, особенно заметно, что **у мальчишек — свои компании и интересы, у девчонок — свои**. Мальчишки бегают, дерутся, режутся в видеоигры и хотят быть похожими на известных блогеров. Девчонки воспитывают мальчишек, обсуждают сериалы, наряды и друг друга. Все правильно, так и должно быть — это **период взросления** такой, когда мальчикам нужно развить и укрепить в себе свои черты характера, а девочкам — свои.

• Напиши здесь, что еще делают мальчики и девочки из твоего окружения:



НЕКОТОРЫЕ ВЗРОСЛЫЕ ЛЮБЯТ ГОВОРИТЬ: «МАЛЬЧИКИ НЕ ПЛАЧУТ!», «ДЕВОЧКИ ТАК СЕБЯ НЕ ВЕДУТ!». Я ЖЕ УВЕРЕНА, ЧТО МАЛЬЧИКАМ ВПОЛНЕ МОЖНО ВСПЛАКНУТЬ, ЕСЛИ ОЧЕНЬ БОЛЬНО ИЛИ ОБИДНО. И ДЕВОЧКИ МОГУТ ВЕСТИ СЕБЯ ПО-РАЗНОМУ, ЧЕСТНОЕ СЛОВО. БЫТЬ БОЙКИМИ ИЛИ СДЕРЖАННЫМИ, БЕССТРАШНЫМИ ИЛИ ЧУВСТВИТЕЛЬНЫМИ. УВЛЕКАТЬСЯ КУЛИНАРИЕЙ ИЛИ КАРАТЕ, КОМУ ЧТО НРАВИТСЯ.



Многие люди считают, что все мужчины одинаковые и что женщины тоже очень похожи между собой. Поэтому, когда приходит время строить отношения, они пытаются найти какой-то единственный, универсальный ключик, который подойдет к любому человеку противоположного пола. Но у них ничего не получается. Потому что не только мужчины и женщины отличаются друг от друга. Мужчины порой тоже сильно разнятся между собой, так же как и женщины могут быть очень не похожими одна на другую.




Каждый человек вне зависимости от пола — уникален и неповторим!

5

Давай рассмотрим это на примерах из твоей жизни. Подумай о своих одноклассниках. Выбери из них, например, троих мальчиков и трех девочек. Несмотря на то что между ними может быть много общего, попробуй увидеть, чем мальчишки отличаются друг от друга. И какие есть различия между девочками. Скажем, один мальчик может быть задумчивым и спокойным, а другой проказником и шалуном. Какая-то девочка скромная и стеснительная, а другая решительная и активная. Кому-то нравится велоспорт и филь-

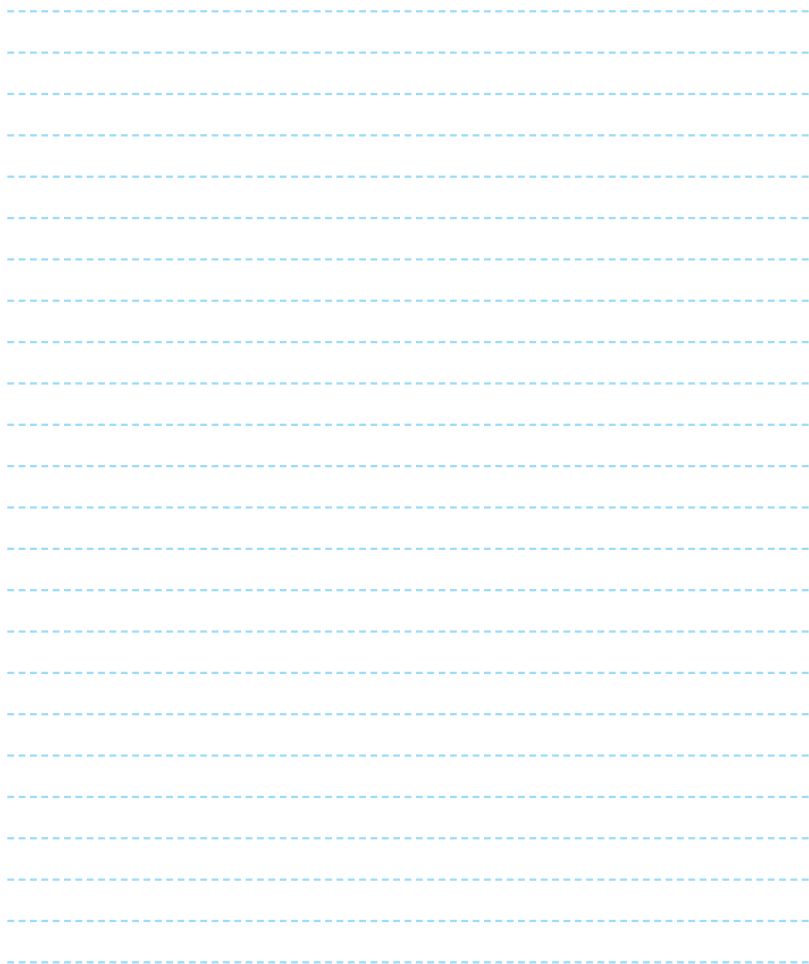




мы про пришельцев. А кому-то танцы и современная музыка. Причем увлекаться всем этим могут и девочки, и мальчики. Я оставляю здесь немного места для описания твоих друзей. Для того, чтобы тебе было проще увидеть их различия и убедиться, что люди одного пола могут быть абсолютно не похожими друг на друга.



6



ЭКСТРАВЕРТ, ИНТРОВЕРТ, АМБИВЕРТ

Раз уж мы начали с того, что все мы разные, поговорим еще вот о чем. У каждого из нас — своя потребность в общении, высокая или низкая. То есть кому-то важно всегда быть в контакте с другими людьми, что-то делать вместе или обсуждать. Кто-то, наоборот, как кажется, совсем не ищет общения и погружен внутрь себя.

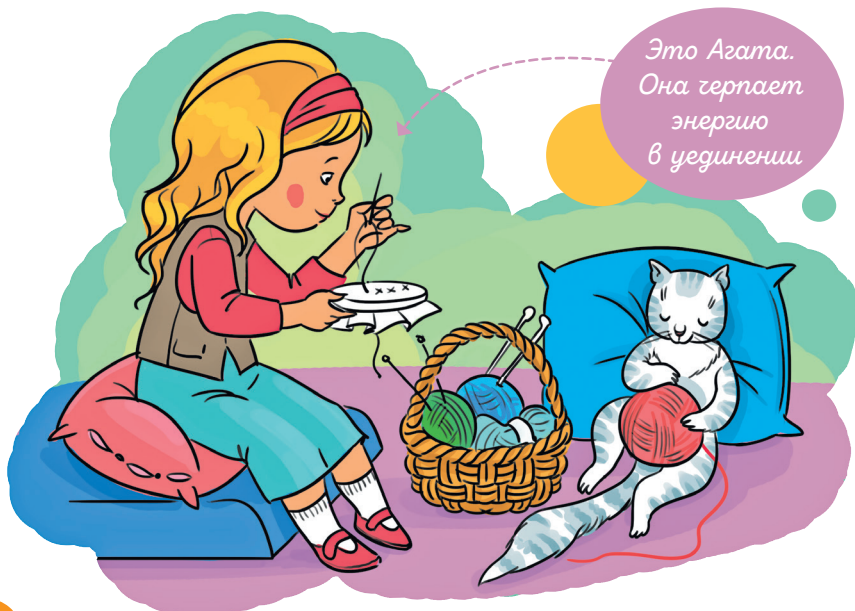
Возьмем Гришу. Гриша легко находит общий язык со всеми, у него много энергии и много друзей, приятелей и просто знакомых. Его телефон просто разрывается от сообщений от них. А еще он заводит. Вечно что-то придумывает — то с одноклассниками мини-фильм о школьной жизни снимает, то едет на соревнования по киберспорту, то дискотеку помогает организовать. Таких людей, как Гриша, называют **экстравертами**. Экстравертов не пугают перемены. Они любят заводить новые знакомства, быть

Это Гриша.
Он герпает
энергию из
общения




в центре внимания, проводить время в компаниях и людных местах. Именно общаясь с окружающими, они заряжаются энергией и вообще хорошо себя чувствуют.

Агата, наоборот, совсем другая. Она не рвется общаться и часто держится в стороне от всех. Кто-то считает ее робкой и стеснительной, кто-то высокомерной. Но ни то, ни другое — неправда. Просто Агата, в отличие от Гриши, черпает энергию не из общения, а находясь наедине с самой собой. Ей нравится проводить время в своей комнате или на любимой скамейке в парке. Мечтать, читать, слушать музыку, вышивать, наблюдать за своими мыслями. Таких людей, как Агата, называют **интровертами**. Интровертам нужно время, чтобы привыкнуть к чему-то новому — новым людям или новой обстановке. Они не против общения, но им его много не надо, они от него быстро устают.



Это Агата.
Она черпает
энергию
в уединении



И им нужно «отползать» от окружающих в свой безопасный уголок, чтобы «перезарядиться». Интроверты меньше говорят и больше слушают. Они любят уединение, но всегда найдут время для важных для себя людей.

А еще есть люди, которые как будто отщипнули по кусочку от экстравертов и интровертов. У них и название особое есть — **амбиверты**. Амбиверты вполне комфортно ощущают себя и в окружении людей, и в одиночестве. Общение приносит им удовольствие (как и экстравертам), но время от времени им нужно от него отдыхать (как интровертам). Когда уместно, они могут много болтать, веселиться, шутить. Но способны и вдумчиво слушать, наблюдать, если это необходимо. Считается, что амбивертов среди нас — целых 40%.

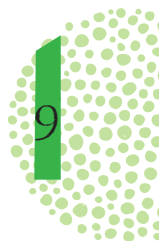
● Удалось ли тебе определить, кто ты — экстраверт, интроверт или амбиверт?

.....

● А твои друзья и одноклассники?

.....

Кстати, всегда нужно помнить, что среди этих психотипов нет какого-то «более правильного» или того, кем следует быть. Очень важно, чтобы любой из нас мог ощущать



себя собой. Мы все ценны такие, какие есть. Каждый приносит в мир что-то особенное, уникальное, свое.

Оставляю в книге еще немного места, чтобы ты мог/ла подумать и написать (если захочешь, конечно):

- Сколько именно тебе нужно общения?

- Какие люди тебя привлекают?

- С кем тебе нравится общаться, что с ними делать, придумывать или обсуждать?

- И как быть, если у тебя с друзьями или знакомыми разная потребность в общении?
