

# Libris

Respect pentru oameni și cărți

PSIHOLOGIE  
PRACTICĂ

COLECȚIE COORDINATĂ DE  
Vasilie Bern. Zamfirescu

# TREI

---

## Ba nu, ba da!

CUM SĂ PUNEM CAPĂT LIPSEI DE COMUNICARE  
DINTRE EL ȘI EA

**LILLIAN GLASS**

Traducere din engleză de Olga Ceașu

## Cuprins

Mulțumiri	7
Introducere	13
Capitolul I. Test: Cum vorbește ea și cum vorbește el	21
<i>Test: Cum vorbește ea și cum vorbește el</i>	22
<i>Răspunsuri la testul Cum vorbește ea și cum vorbește el</i>	23
Capitolul II. Care sunt deosebirile dintre stilurile de comunicare ale celor două sexe?	33
<i>Limbajul trupului</i>	34
<i>Limbajul feței (mimica)</i>	36
<i>Tipare ale vorbirii și vocii</i>	36
<i>Tipare comportamentale: deosebiri</i>	40
Capitolul III. Evoluția deosebirilor de comunicare dintre sexe	43
<i>Natură vs educație</i>	44
<i>Deosebiriile dintre sexe au vreo legătură cu dezvoltarea creierului?</i>	45
<i>Mediul în care trăim — cum ne purtăm cu bebelușii noștri — băieți și fete</i>	48
<i>Copiii cresc — ce se întâmplă cu deosebiriile dintre sexe</i>	51
<i>Despre ce vorbesc băieții și fetele</i>	53
Capitolul IV. Cum ne îmbunătățim relațiile personale și sociale cu sexul opus	55
<i>Prăpastia dintre stilurile de comunicare afectează cuplul regal</i>	58
<i>Despre ce vorbim?</i>	60
<i>Atracția dintre bărbați și femei — ce atrage sexul opus</i>	62

<i>Contactul vizual — atrăgător pentru sexul opus</i>	63
<i>Ce înseamnă o voce plăcută pentru sexul opus</i>	65
<i>Dacă vrei să atrageți sexul opus, trebuie să vă faceți auziți</i>	67
<i>O voce entuziastă atrage sexul opus</i>	68
<i>Erori de comunicare între bărbați și femei. Ce putem face pentru a îmbunătăți situația</i>	68
<i>Ce faci ca să nu transmiți un mesaj greșit</i>	69
<i>Cum putem afla ceva despre cealaltă persoană — Punem întrebări — Este un dialog, nu un monolog</i>	73
<i>Să acoperim prăpastia dintre sexe privind și ascultând</i>	74
<i>Exprimă-te — nu fi zgârcit cu complimentele</i>	77
<i>Un ordin sau o rugămintă?</i>	80
<i>Eliberați-vă: dați frâu liber sentimentelor</i>	81
<i>Bărbați, nu vă fie teamă să plângeți</i>	82
<i>Deschiderea, confruntarea, dezvoltarea propriei persoane</i>	84
<i>Cum să-i încurajăm pe ceilalți să-și deschidă sufletul</i>	87
<i>Subiecte de interes</i>	88
<i>Conversație liberă</i>	88
<i>Dacă vrei ca partenerul să-și deschidă sufletul, nu-l acuzați, nu-l cicăliți</i>	89
<i>Cum cerem ajutor</i>	90
<i>Nu e deloc amuzant — nu mai glumiți întruna</i>	91
<i>O mai bună comunicare între sexe poate reduce rata violurilor comise în timpul unei întâlniri romantice?</i>	94
<i>Autoapărare vocală</i>	96
<i>Ce trebuie să facă bărbații pentru a avea relații personale și sociale mai bune cu femeile</i>	97
<i>Ce trebuie să facă femeile pentru a avea relații personale și sociale mai bune cu bărbații</i>	100
<b>Capitolul V. Cum să procedăm pentru a stinge conflictul de comunicare în relațiile personale</b>	102
<i>Cum să facem dragoste folosindu-ne de limbajul facial și corporal</i>	106
<i>Intimitate prin atingeri</i>	107

<i>Postura trupului care trezește interesul sexual al partenerului</i>	110
<i>Cum ne ajută ochii și urechile în intimitate</i>	110
<i>Contactul vizual în intimitate</i>	111
<i>Vocea, un barometru sexual</i>	113
<i>Este sexy să fii vulnerabil: este firesc să plângi</i>	115
<i>Certurile în intimitate</i>	116
<i>Partenerul vă spune în dormitor ce doriți să auziți? Rezultatele unui sondaj Gallup</i>	118
<i>Despre ce vorbesc femeile în pat, ce vor să audă când fac dragoste</i>	122
<i>Despre ce vorbesc bărbații în pat</i>	124
<i>Ce vor să audă bărbații în pat</i>	124
<i>Vorbitul „murdar“ (dirty talk)</i>	125
<i>„Tachinatul“ în viața intimă</i>	126
<i>Nu știm să citim gânduri</i>	128
<i>Chestionar despre intimitate</i>	129
<i>Puneți-vă în practică fanteziile</i>	132
<i>A face sau a nu face dragoste</i>	132
<i>Secrete intime</i>	134
<i>Pălăvrăgeala despre lucruri intime</i>	135
<i>Când iubești, trebuie să spui că-ți pare rău</i>	136
<i>Să spui lucruri de nespus</i>	137
<i>Poți fi cel care aduce în discuție SIDA, bolile cu transmitere sexuală și sexul protejat?</i>	137
<i>Să vorbim despre lucruri de nespus</i>	139
<i>Cum să-i spui partenerului ceva ce poate nu vrea să audă</i>	140
<i>Cum punem capăt unei relații intime</i>	142
<i>Ce trebuie să facă bărbații pentru a avea o mai bună relație intimă cu femeile</i>	143
<i>Ce trebuie să facă femeile pentru a avea o mai bună relație intimă cu bărbații</i>	148

Capitolul VI. Stingerea conflictului de comunicare în relațiile de serviciu	150
<i>Cum să afixăm imaginea profesională potrivită</i>	154
<i>El e agresiv, ea e o scorpie</i>	155
<i>Limbajul trupului la slujbă</i>	157
<i>Expresia facială</i>	159
<i>Mișcarea ochilor</i>	160
<i>Aprobarea din cap și zâmbetul</i>	160
<i>Atingerile la locul de muncă pot fi interpretate greșit</i>	162
<i>„Îh!” ca feedback</i>	163
<i>Nu ce spui, ci cum o spui</i>	164
<i>Coboară vocea</i>	164
<i>Vorbește tare și la obiect</i>	165
<i>Intră în discuție — cum poți evita să fii întrerupt</i>	166
<i>Dacă eu am obiceiul să întrerup</i>	168
<i>Atenție cum vorbești</i>	168
<i>Toți avem nevoie de politețe în viața profesională</i>	171
<i>Nu-ți cere scuze decât dacă ai greșit</i>	171
<i>Păstrează-ți viața personală pentru tine</i>	172
<i>Cu flirtul nu-i de joacă</i>	173
<i>Nu mă lua cu „dragă”</i>	174
<i>Comentariile cu tentă sexuală</i>	176
<i>„Glumeam”</i>	177
<i>Când femeile îi critică pe bărbați</i>	178
<i>Când bărbații le critică pe femei</i>	179
<i>Plânsul la serviciu</i>	179
<i>La locul de muncă nu-ți poți permite să ai pică pe cineva, așadar, las-o baltă</i>	181
<i>Ce trebuie să facă femeile când lucrează cu bărbați</i>	183
<i>Ce trebuie să facă bărbații când lucrează cu femei</i>	186
Capitolul VII. Cum putem depăși pentru totdeauna divergențele de comunicare	188
<i>Trăsături specifice omului, nu sexului</i>	189
Bibliografie	193

## Introducere

- *Una din două căsătorii se încheie prin divorț. Mai multe studii au evidențiat faptul că în țara noastră rata divorțurilor este mare deoarece oamenii preferă cel mai adesea să renunțe la o relație în loc să rezolve cauza problemei printr-o discuție „deschisă și cinstită” cu partenerul de viață. În prezent, oamenii se tem cel mai mult de o comunicare deschisă.*
- *Relațiile extraconjugale sunt extrem de frecvente, atât în rândul bărbaților căsătoriți, cât și al femeilor măritate. Deseori, partenerii nu renunță la căsnicie, ci se implică în relații extraconjugale. După cum evidențiază studiile, partenerii unui cuplu, când se implică în relații extraconjugale, nu caută actul sexual, ci persoane care să îi „asculte” și să-i înțeleagă, cu care „să stea de vorbă”. Dacă partenerii implicați în relații de cuplu ar învăța să comunice mai bine unul cu altul, folosind ceea ce eu numesc „Regulile unei bune comunicări între sexe” — adică ce trebuie și ce nu trebuie să facem atunci când stăm de vorbă cu persoane de sex opus — în principiu, nu ar mai fi nevoie să caute înțelegerea în altă parte.*
- *În ultimii cinci ani s-a înregistrat o creștere îngrijorătoare a cazurilor de disfuncție sexuală, atât în rândul bărbaților, cât și al femeilor. Psihologii consideră că de vină este lipsa abilităților de comunicare.*  
Dacă oamenii ar înțelege și ar respecta „Regulile unei bune comunicări între sexe”, cuplurile și-ar redobândi adevărata intimitate. Cei mai mulți consilieri maritali care se ocupă de probleme de cuplu sau de probleme sexuale consideră drept cauză majoră a

impotenței la bărbați și a frigidității la femei faptul că partenerii nu știu cum să-și împărtășească deschis dorințele. Deseori, atât cuvintele folosite, cât și tonul îi înstrăinează pe oameni, provocând un sentiment de gol și uneori de ostilitate. Dacă ar învăța cum să folosească „Regulile unei bune comunicări între sexe“, cuplurile ar putea să evite sau să elimine aceste probleme.

- *Femeile se plâng că nu avansează destul de repede în domeniul profesional. Probabil că și avansarea în carieră depinde tot de aptitudinile de comunicare. Dacă o tânără are o voce stridentă, limbajul trupului denotă nesiguranță și nu știe să comunice cu colegii bărbați, este foarte posibil ca șansele ei de promovare ierarhică să fie reduse.*
- *Mulți bărbați și multe femei nu-și dau seama că îi pot încuraja pe ceilalți (prin atitudine, ținută) să îi hărțuiască sexual. Sugestiile subliminale care ies la iveală uneori se pot datora unei comunicări defectuoase cu reprezentanții sexului opus.*

Aplicarea „Regulilor unei bune comunicări între sexe“ în relațiile de muncă ar putea remedia multe probleme și ar reduce cazurile în care femeile sunt victimele hărțuirii sexuale. Râsul inadecvat și anumite inflexiuni ale vocii, de pildă, pot fi considerate o încurajare pentru eventuale avansuri sexuale. Din păcate, deseori femeile nu avansează pe plan profesional din cauză că nu au învățat cum să folosească în avantajul lor „Regulile unei bune comunicări între sexe“.

Faptul că mulți bărbați și multe femei continuă să comunice folosind anumite stereotipuri sexuale nu poate decât să perpetueze aceste probleme în societatea noastră.

Modul în care atât bărbații, cât și femeile au fost educați, condiționați și socializați a provocat probleme de comunicare specifice și uneori chiar imposibil de depășit. Ni se pare că este firesc ca sexul opus să ne înțeleagă, dar s-a demonstrat în mod limpede că bărbații și femeile comunică diferit.

Când am început să studiez diferențele de comunicare dintre sexe, am constatat că nu este deloc ușor. Experiențele mele și cele ale nenumăraților mei clienți m-au ajutat însă să descurc ițele și

aș vrea să vă împărtășesc și vouă, în paginile acestei cărți, ceea ce am aflat.

Am început să fiu preocupată de problema comunicării dintre sexe în perioada în care lucram la teza de masterat (în cadrul Universității din Michigan), în orașul Ann Arbor. Mentorul meu, dr. H. Harlan Bloomer, unul dintre inițiatorii studiului patologiei vorbirii, m-a rugat să pun un diagnostic unuia dintre pacienții săi. Eram o tânără extrem de ambițioasă, așa că am început să analizez minuțios particularitățile vocii și vorbirii acestei negrese extrem de frumoase care avea o voce relativ gravă. Deși i-am diagnosticat corect calitatea vocii, nu mi-am dat seama că persoana pe care am evaluat-o era de fapt bărbat — un transsexual care făcea tratament hormonal în cadrul procesului său de transformare în femeie. Curiozitatea și dorința de a ajuta această persoană să vorbească și să se poarte ca o femeie m-au îndemnat să citesc toate materialele pe care mi le-am putut procura din literatura științifică de specialitate, care aveau vreo legătură cu diferențele de comunicare dintre bărbați și femei.

La mijlocul anilor '70 nu existau prea multe informații pe această temă, cu excepția cercetării și a lucrării clasice a lingvistei Robin Lakoff, *Language and Women's Place* (Harper Colophon Books, 1975). După ce i-am citit cartea, am înțeles multe lucruri, iar interesul meu față de acest subiect a sporit.

Cinci ani mai târziu, în 1980, după ce mi-am luat doctoratul în genetică medicală și făceam studii postdoctorale la UCLA School of Medicine, m-a sunat un producător de la Hollywood, care m-a întrebat dacă știu ceva despre diferențele de comunicare ce există între bărbați și femei. M-a întrebat dacă aș putea ajuta un actor bărbat să vorbească precum o femeie.

I-am vorbit producătorului despre experiența mea cu pacientul transsexual și i-am dat câteva exemple de lucrări de specialitate, enumerându-i, totodată, anumite deosebiri la nivelul comunicării dintre bărbați și femei.

M-a rugat apoi să mă întâlnesc cu el și cu actorul respectiv în mod cât mai discret. Actorul s-a dovedit a fi Dustin Hoffman! Iar

filmul la care lucrau era, firește, *Tootsie*, în care Dustin a interpretat magistral rolul unei femei, primind un Oscar pentru jocul său.

În timp ce mă documentam pentru a-i împărtăși lui Dustin Hoffman toate informațiile pe care le-am descoperit pe această temă, subiectul mi s-a părut și mai pasionant. M-a intrigat foarte mult să constat cât de diferiți sunt bărbații și femeile, în special în privința modului în care își vorbesc.

De pildă, în timp ce analizăm interpretarea lui Dustin din filmele anterioare (înaintea filmării lui *Tootsie*), am putut constata cât de evident și pronunțat masculină era atitudinea sa atât în privința limbajului trupului, cât și a comunicării verbale. În filmul *Kramer contra Kramer*, de exemplu, „masculinitatea” lui Dustin era extrem de sugestivă: vorbea printre dinți, abia deschizând gura, sau își folosea mușchii faciali pentru a-și sugera emoțiile. Vorbea extrem de monoton — folosea o tonalitate a vocii lipsită de nuanțe, încercând totuși să dea sens spuselor sale. Vocea lui era aproape în totalitate lipsită de inflexiuni sau intonație și deseori cuvintele păreau neterminate. Răspundea la întrebări monosilabic „da”, „nu”, iar gesturile și mișcările lui erau bruște. Evident că acest stil tipic „masculin” de comunicare nu putea duce la o înțelegere verbală eficientă între dl Kramer și dna Kramer, soția care se decisese să-și părăsească soțul, interpretată de Meryl Steep. Așadar, nu este deloc de mirare că relația celor două personaje principale ale filmului *Kramer contra Kramer* se încheie prin divorț.

Deosebiriile dintre stilurile de a comunica ale celor două sexe, pe care vi le voi împărtăși pe parcursul acestei cărți, sunt extrem de evidente în filmul *Tootsie*, dacă analizăm cât de diferite sunt cele două personaje interpretate de Dustin Hoffman: Michael Dorsey (Dustin în rol de bărbat) și Dorothy Michaels (Dustin în rol de femeie).

De pildă, în scena în care Dustin (în rolul lui Michael) se află în biroul agentului său, are mișcări bruște și vorbește răstit, atitudine tipic masculină. Are mișcări ample, expansive, își ține mâinile departe de trup, iar când se așază își ține picioarele depărtate. Altfel spus, are nevoie de mult spațiu ca să se exprime. Vorbește

repede, cu un ton sec, sacadat, cu o voce nazală și abia deschide gura sau buzele când rostește cuvintele. Fața lui e aproape imobilă, deși este cât se poate de limpede că exprimă în principal furie și ostilitate din cauza faptului că nu-și poate găsi un rol de „bărbat”.

Să ne amintim, în schimb, scena în care Dustin Hoffman, în chip de Dorothy, intră în restaurant să se întâlnească cu agentul „ei”. Gesturile ei sunt delicate, mai mici și nu-și depărtează mâinile de trup. Când vorbește, își pune mâna pe piept, zâmbeste mai mult și folosește mimica, ceea ce „o” face să pară mai receptivă și docilă. Are o voce plăcută, moale, cu note ascendente, în timp ce decide: „Voi lua un Dubonnet cu gheață și o picătură de lămâie?” Felul în care rostește cuvintele face ca afirmația ei să pară, de fapt, o întrebare. Ridică puțin tonul vocii când spune cuvântul „lămâie”. Această inflexiune ascendentă a vocii este o notă specific „feminină”, care transmite interlocutorului impresia că persoana care vorbește este ezitantă, fragilă, nesigură pe ea sau chiar o victimă neajutorată.

Colaborarea cu Dustin Hoffman a fost un moment extrem de important în cariera mea de specialist în comunicare. Am avut astfel ocazia să văd cum acest actor de geniu a sintetizat și a folosit apoi tot ceea ce l-am învățat pentru a-și construi personajul, Dorothy, iar interpretarea lui a fost fenomenală.

Ulterior, am avut ocazia de-a lungul carierei mele să lucrez cu mulți actori bărbați de la Hollywood care au interpretat roluri de femei, precum Conrad Bain, starul serialului de comedie de situație pentru de televiziune *Diff'rent Stokers*. În timpul colaborării cu Conrad, am avut parte de o provocare și mai mare: pe el nu a trebuit doar să-l învăț să vorbească precum o femeie, ci ca o femeie olandeză — accent și atâtea altele. În plus, a trebuit s-o învăț pe actrița Dana Plato, care interpreta un alt rol principal, fiica lui Conrad din serial, Kimberly, să vorbească și să se poarte ca un băiat — un băiat olandez, care avea în plus și un accent dat de schimbarea de sex a personajului.

În perioada în care am lucrat cu diferiți actori și le-am împărtășit regulile unei bune comunicări între sexe, am început să înțeleg că

nu este o întâmplare faptul că atât de multe căsnicii eşuează. Nu este o întâmplare că atât de multe persoane întâmpină greutăți când trebuie să colaboreze cu colegi de sex opus. În timp ce studiam deosebiriile dintre stilurile de comunicare specifice celor două sexe, am început să observ că există anumite tipare sistematice care generează permanentele conflicte dintre bărbați și femei. În esență, am descoperit un secret pe care consider că trebuie să-l împărtășesc tuturor. Am simțit că, dacă vă voi dezvălui și vouă, cititorilor, aceste secrete, prezentându-vi-le pe larg, în mod clar, așa cum am încercat s-o fac în această carte, voi contribui la o mai bună înțelegere a acestor probleme, ceea ce va conduce implicit la îmbunătățirea relațiilor dintre bărbați și femei din toate punctele de vedere — pe plan personal, sexual și profesional.

Drept rezultat, am participat la numeroase emisiuni radio și de televiziune în întreaga lume și am organizat cursuri și seminarii pe această temă. Opiniile mele despre deosebiriile dintre stilurile de comunicare specifice celor două sexe au apărut în numeroase ziare și reviste din întreaga lume.

Părerile mele despre deosebiriile dintre sexe și dintre stilurile lor de comunicare au fost citate chiar și în cartea lui Steven Naifeh și Gregory Smith, *Why Can't Men Open Up* (Clarkson Potter, 1984).

Interesul meu față de acest subiect a continuat să crească în perioada în care lucram cu clienții în cabinetul meu particular. În cabinetul meu din Beverly Hills am continuat să aud multe probleme și preocupări similare. Deși era vorba de împrejurări, nume și locuri diferite, esența era aceeași: bărbații și femeile nu știu, de fapt, cum să vorbească unii cu alții.

Ascultând mii de astfel de scenarii, am constatat că toate aceste povești au un element comun. De pildă, multe femei se plâneau că performanțele lor profesionale nu sunt apreciate la justa valoare. Ele nu își dădeau seama că divagațiile la care recurgeau înainte de a aborda subiectul esențial la ședințele de lucru sunt un tipar de comunicare specific feminin, care adesea declanșează un răspuns negativ din partea colegilor de sex masculin.

Mulți dintre clienții mei bărbați nu erau conștienți, în schimb, de faptul că obiceiul lor de „a da ordine“ și absența adjectivelor descriptive când se adresau soțiilor sau iubitelor avea un efect negativ asupra relațiilor lor.

Sfaturile mele le erau deseori de folos și am constatat în timp că aveau rezultate uimitoare. De pildă, o femeie a remarcat că cei mai mulți dintre colegii ei bărbați foșneau hârtiile și păreau cu gândul în altă parte în timpul prezentărilor ei la ședințele matinale.

Mi-a arătat prezentările și am constatat că nu erau nici sistematizate, nici concise. Ele abordau, în schimb, prea multe probleme și erau extrem de detaliate. I-am sugerat ca în următoarea prezentare să declare mai întâi obiectivul, ceea ce îi va permite să treacă de îndată la subiect. Putea trata apoi și alte probleme, în mod sistematic și fără patimă, iar la sfârșit i-am sugerat să întrebe dacă cineva are întrebări.

Mi-a urmat sfatul și a fost uimită de rezultat. A constatat, pentru prima oară în cariera ei, că audiența „masculină“ a acordat atenție spuselor ei.

Când mi-am sfătuit un client bărbat să-i spună soției lui de ce crede el că arată bine și să-i spună ce simte pentru ea în loc să spună pur și simplu „arăți bine“, a remarcat că soția lui a devenit dintr-odată mai tandră, mai afectuoasă și mai iubitoare cu el.

Observațiile mele mi-au fost de un real folos și atunci când am scris cartea *Say it Right: How to Talk in Any Social and Business Situation* (Putman, 1991). În capitolul intitulat „Sweet Talk“ am dezbătut modul în care trebuie să vorbim cu partenerul de cuplu. Cei care au citit acest capitol au fost și mai curioși să afle detalii. Am primit scrisori din lumea întreagă și mi s-au pus multe întrebări la seminariile pe care le-am susținut. Ascultătorii și cititorii mei nu se mulțumeau că știu că există deosebiri între sexe, ci voiau să le spun exact care sunt acestea și ce trebuie să facă — cum să se poarte în anumite situații.

În această carte, vă voi enumera modurile diferite în care comunică bărbații și femeile și vă voi oferi câteva soluții practice pentru

îmbunătățirea relațiilor dintre sexe. Am încercat să abordez cât mai pe larg problema comunicării dintre bărbați și femei abordând multe dintre aspectele diferite ale comunicării, pornind de la limbajul trupului, mimică, tiparele vorbirii, conținutul limbajului, precum și modele comportamentale. În total vorbim despre 105 aspecte care deosebesc stilul de comunicare al celor două sexe.

În prima parte a cărții, în capitolele I, II și III, prezint aceste deosebiri în mod amplu, organizat și accesibil. Aceste capitole sunt presărate cu exemple, cazuri întâlnite în cariera mea, la care cei mai mulți cititori se pot raporta și cu care se pot identifica.

În a doua jumătate a cărții, în capitolele IV, V și VI, voi prezenta deosebirile specifice comunicării celor două sexe relevante pentru capitolul respectiv (de pildă, capitolul IV — viață personală; capitolul V — intimitate; capitolul VI — viață profesională) și vă voi spune exact ce să faceți și cum să includeți aceste deosebiri specifice comunicării celor două sexe în aceste diferite domenii ale vieții voastre. La sfârșitul acestor capitole veți găsi o listă a celor mai relevante reguli de comunicare între sexe, pe care bărbații și femeile trebuie să le respecte pentru a face să dispară pentru totdeauna neînțelegerile în comunicare.

*Ba nu, ba da* este o carte a anilor '90 care vă poate schimba și care vă va schimba în bine viața personală și profesională. Este un ghid practic care are menirea să vă ajute să deveniți un iubit, un partener de cuplu, un coleg, un prieten mai bun pentru restul de 50% din populație, pentru sexul opus. Dacă veți învăța să comunicați cu sensibilitate, veți avea o existență mai bogată, mai puțin apăsătoare, mai marcantă și, în general, o existență mai fericită. Când am scris această carte, am încercat să atrag atenția asupra problemelor care decurg din adoptarea unui comportament stereotip și am vrut să vă ajut să creșteți o nouă generație de oameni care să reușească să comunice cu mai multă ușurință unii cu alții și să contribuie astfel la crearea unei lumi mai bune.

Dr. Lillian Glass

# Capitolul I

## Test: Cum vorbește ea și cum vorbește el

Cât de bine cunoașteți sexul opus?

Acest test a fost întocmit tocmai pentru a vă permite să aflați cât de bine cunoașteți modul în care comunică bărbații și femeile.

Întrebările și răspunsurile au fost preluate din diferite studii științifice care au apărut în literatura de specialitate, precum și din rezultatele unor sondaje de opinie precum Gallup Poll, Roper Poll etc.

Testul conține 25 de afirmații. Bifați coloana (Adevărat) din stânga pentru a indica afirmațiile cu care sunteți de acord. Bifați coloana (Fals) din dreapta pentru a indica afirmațiile cu care nu sunteți de acord. După ce ați terminat testul, citiți răspunsurile ce urmează pentru a afla cât de bine cunoașteți sexul opus.



## TEST: CUM VORBEȘTE EA ȘI CUM VORBEȘTE EL

	Adevărat	Fals
Femeile sunt mai „intuitive” decât bărbații. Ele au un șaselea simț, o însușire numită generic „intuiție feminină”.		
În timpul ședințelor de lucru, colegii de serviciu acordă mai multă atenție lucrurilor de cuvânt ale bărbaților decât celor ale femeilor.		
Femeile sunt „vorbărețe”. Ele vorbesc mult mai mult decât bărbații în cadrul unui grup.		
Bărbaților „le turuie gura”. Ei vorbesc mai repede decât femeile.		
Bărbații sunt aparent mai deschiși. Ei folosesc mai mult contactul vizual și par mai prietenoși când cunosc pe cineva.		
Femeile sunt mai „măgulitoare”. Ele fac mai multe complimente decât bărbații.		
Bărbații își întrerup mai des interlocutorul și vorbesc chiar și atunci când nu sunt întrebați.		
Femeile dau mai multe indicații și au un mod mai riguros de a comunica.		
În general, bărbații și femeile râd cam de aceleași lucruri.		
Când fac dragoste, bărbații și femeile vor să audă cam aceleași lucruri spuse de partener.		
Bărbații cer ajutor mult mai rar decât femeile.		
Bărbații sunt mai severi cu ei înșiși și se învinovătesc mai des decât femeile.		
Femeile, datorită limbajului trupului, par mai puțin conflictuale decât bărbații.		
Bărbații, când descriu un incident, au tendința să ofere mai multe detalii.		
Femeile au obiceiul să îi atingă mai des pe interlocutori decât bărbații.		
Bărbații, când ascultă pe cineva, par mai atenți decât femeile.		
Bărbații, când vorbesc, au trăiri emoționale la fel de puternice ca femeile.		
Bărbații obișnuiesc să vorbească mai des despre probleme personale.		

Bărbații abordează mai multe subiecte de conversație.		
În prezent, părinții au tendința să-și educe la fel fetele și băieții.		
Femeile au tendința să înfrunte în mod mai direct problemele și să le aducă primele în discuție.		
Bărbații vorbesc mai însuflețit și folosesc mai mult limbajul trupului și expresiile faciale.		
Bărbații pun mai multe întrebări decât femeile.		
În general, bărbaților și femeilor le place să vorbească despre aceleași lucruri.		
Când sunt întrebați dacă partenerul de viață a făcut un test HIV sau sunt invitați să discute despre sexul protejat, femeile abordează problema cu mai multă ușurință.		

## RĂSPUNSURI LA TESTUL CUM VORBEȘTE EA ȘI CUM VORBEȘTE EL

1. **FALS** — Potrivit studiilor, mitul care susține că femeile sunt mai intuitive decât bărbații este un neadevăr. Cercetările au evidențiat însă faptul că femeile acordă mai multă atenție decât bărbații „detaliilor”. De pildă, în opinia renumitului antropolog Ashley Montagu, femeile au o sensibilitate și o acuitate mai mari în deosebirea culorilor decât bărbații. Lingvistul Robin Lakoff, în bine cunoscuta sa lucrare *Language and Woman's Place* (Harper Colophon, 1975), confirmă acest lucru și susține că femeile au tendința să ofere mai multe detalii când descriu culorile. De pildă, ele folosesc cuvinte precum roșu-cinabru, ivoriu, corai, negru-abanos. Datorită acestei atenții pe care o acordă detaliilor, femeile par mai „intuitive”, căci ele observă adesea lucruri care altora le scapă, precum limbajul trupului, tonul vocii și expresiile faciale. Studiile au evidențiat faptul că, încă din perioada primei copilării, fetițele

par să fie mai receptive la expresiile faciale ale părinților și ale celorlalte persoane decât băieții. Această particularitate se transmite până în perioada maturității, ceea ce explică de ce femeile pot percepe cu mai multă ușurință și mai exact starea de spirit a unei persoane și pot descrie cu mai multă acuratețe stările emoționale decât bărbații. S-a constatat, de asemenea, că, datorită acestei condiționări, femeile au o mai mare acuitate și sensibilitate în privința „comunicării nonverbele” decât bărbații, ceea ce le face „să pară” mai „intuitive”.

2. ADEVĂRAT — Bărbaților li se acordă mai multă atenție decât femeilor când vorbesc. În urma unor studii, Kenneth Gruber și Jacqueline Gaehlein au observat (*Sex Roles*, vol. 5, 1979) faptul că atât bărbații, cât și femeile tind să acorde mai multă atenție vorbitorilor de sex masculin decât celor de sex feminin. Cei doi cercetători au mai constatat că auditoriul de ambele sexe a reținut mai multe informații din prezentările vorbitorilor de sex masculin, chiar și atunci când prezentările erau identice cu cele ale femeilor. Un alt studiu a arătat că în încăperea unde s-au susținut prezentările era mai puțin zgomot (măsurat în decibeli — discuțiile între auditori sau foșnirea hârtiilor) când vorbea un bărbat decât atunci când vorbea o femeie la o conferință științifică. O explicație a acestui lucru ar putea fi modul în care persoana își controlează vocea și tonul acesteia. De pildă, o voce cu o tonalitate înaltă, ca de fetiță, distrage atenția auditoriului și îi împiedică pe cei din sală să recepționeze informația prezentată de femei.
3. FALS — Contrar unui stereotip încetățenit, bărbații — și nu femeile — sunt cei care vorbesc mai mult. Studiile, precum cel făcut de lingvistul Lynette Hirshman în 1974, evidențiază faptul că bărbații vorbesc mult mai mult decât femeile. De fapt, femeile obișnuiesc să pună mai multe întrebări, în timp ce bărbații obișnuiesc să ofere mai multe răspunsuri, care sunt mai lungi și mai complicate decât întrebările. Potrivit unui studiu, femeile vorbesc în medie cam 3 minute când li se cere să descrie un

tablou, în timp ce bărbații vorbesc în medie 13 minute când li se cere să descrie același tablou. Mai multe studii, începând cu cel al lui Fred Strodbeck din 1951 până la cel al lui Marion Wood din 1966 și acela al lui Marjorie Swacker din 1975 au confirmat faptul că femeile vorbesc mai puțin decât bărbații în timpul unei conversații la care iau parte ambele sexe.

4. FALS — Deși multe studii arată că femeile vorbesc mai repede, acest lucru nu înseamnă neapărat că femeile vorbesc foarte repede. Asta înseamnă doar că femeile, potrivit unui studiu realizat de W. Starkweather în 1973, obișnuiesc să articuleze mai precis și mai repede decât bărbații. Poate că acest lucru se datorează faptului că bărbații obișnuiesc să-și întrerupă interlocutorul mai des, iar femeile se grăbesc ca să apuce să ofere toate informațiile înainte să fie întrerupte.
5. FALS — Numeroase studii evidențiază faptul că femeile, și nu bărbații, sunt cele care obișnuiesc să mențină mai mult contactul vizual și expresia facială deschisă în timpul unei conversații. Studiul efectuat de dr. Albert Merhabian a evidențiat faptul că în timpul unei interacțiuni pozitive femeile și-au sporit contactul vizual, în timp ce bărbații păreau mai stânjeniți în timpul acestora și, în mod natural, au limitat contactul vizual. Alte studii, realizate de dr. Albert Merhabian, precum și de dr. Nancy Henley, în capitolul intitulat „Power, Sex and Non-Verbal Communication” din lucrarea ei *Language and Sex Difference and Dominance* (Newberry House Publishers, 1975), evidențiază faptul că femeile adoptă într-o mai mare măsură decât bărbații un comportament prietenos: zâmbesc, au o expresie destinsă și aprobă din cap. După cum arată cercetările, acest lucru este valabil în special atunci când cunosc pe cineva. Deși s-a constatat că femeile zâmbesc cam 93% din timpul conversației, bărbații le răspund la fel doar în proporție de 67%.
6. ADEVĂRAT — Studiile arată că femeile fac complimente cu mult mai multă ușurință și își aprobă nonverbal interlocutorul mult mai des decât bărbații. În opinia lui Peter Falk,