



How men and women communicate differently

English Transcript	Tradução
Hi, I'm Jack Canfield.	Olá, sou Jack Canfield.
Today I want to talk to you about how men and women communicate differently and how men can use this knowledge to improve your personal relationships.	Hoje quero falar com você sobre como homens e mulheres se comunicam de maneira diferente e como os homens podem usar esse conhecimento para melhorar seus relacionamentos pessoais.
I like to say that men and women are equal, but different.	Gosto de dizer que homens e mulheres são iguais, mas diferentes.
We are equally valuable to society and we deserve to be treated with equal fairness and respect and we deserve the same freedom to pursue and achieve our goals in life, whatever those goals may be.	Temos o mesmo valor para a sociedade e merecemos ser tratados com igual justiça e respeito e merecemos a mesma liberdade para buscar e alcançar nossos objetivos na vida, quaisquer que sejam esses objetivos.
But just because men and women are equal that doesn't mean we're the same.	Mas só porque homens e mulheres são iguais, isso não significa que somos os mesmos.
Research shows that men's and women's brains are actually wired differently and that affects the way we show up in the world and how we communicate.	Pesquisas mostram que os cérebros dos homens e das mulheres são, na verdade, conectados de maneira diferente e isso afeta a maneira como o mundo nos vê, aparecemos no mundo e como nos comunicamos.
For example, men tend to communicate more through their actions than their words.	Por exemplo, os homens tendem a se comunicar mais por meio de ações do que de palavras.
They want to build things and fix things and improve things, they want to prove how helpful they are.	Eles querem construir, consertar e melhorar coisas, eles querem provar o quão úteis eles são.
This behavior dates back to prehistoric times when men did most of the hunting and proved their worth by providing for their family.	Esse comportamento remonta aos tempos pré-históricos, quando os homens faziam a maior parte da caça e provavam seu valor ao sustentar sua família.
So, when a woman tells a man about a problem his immediate instinct is to fix it.	Portanto, quando uma mulher conta a um homem sobre um problema, seu instinto imediato é consertá-lo.
He might offer her advice on how to solve the problem or he might offer to just fix it for her, to handle totally for her.	Ele pode oferecer-lhe conselhos sobre como resolver o problema ou pode oferecer apenas consertá-lo, cuidar de tudo para ela.
Or he might immediately spring into action and try to solve the problem himself.	Ou ele pode entrar em ação imediatamente e tentar resolver o problema sozinho.
Now, this approach to communication can lead to problems because women don't necessarily want men to solve their problems for them, unless of course they asked for it.	Agora, essa abordagem de comunicação pode levar a problemas porque as mulheres não necessariamente querem que os homens resolvam seus problemas para elas, a menos, é claro, que elas peçam.
What they want is to be heard and understood	O que elas querem é ser ouvidas e compreendidas



English Transcript	Tradução
when they're communicating about their problems and challenges.	ao comunicarem seus problemas e desafios.
They want someone to listen to them and to be there for them emotionally.	Elas querem que alguém as ouça e esteja ao seu lado emocionalmente.
And so, when a man wanting to be helpful, automatically jumps in and tries to solve the woman's problem for her, it can send the wrong message.	E assim, quando um homem quer ser útil, automaticamente se intrometendo e tentando resolver o problema da mulher, ele pode estar enviando a mensagem errada.
He might inadvertently insult her by suggesting obvious solutions she's already tried or thought about.	Ele pode insultá-la inadvertidamente, sugerindo soluções óbvias que ela já tentou ou pensou.
Or she might think he believes she's not capable of solving the problem on her own.	Ou ela pode pensar que ele acredita que ela não é capaz de resolver o problema sozinha.
And that can make her feel offended, hurt, or even angry.	E isso pode fazê-la sentir-se ofendida, magoada ou até com raiva.
But the man wasn't trying to be insulting her or being dismissive, he just saw a problem and thought: "I must help".	Mas o homem não estava tentando insultá-la ou ser desdenhoso, ele apenas viu um problema e pensou: "Preciso ajudar".
Now, it's like waving a flag in front of a bull.	Agora, isto é o mesmo que agitar uma bandeira na frente de um touro.
A man sees a problem and he wants to fix it, it's built into our DNA.	Um homem vê um problema e quer consertá-lo, está embutido em nosso DNA.
So women, if you find yourself getting irritated by men automatically jumping in to immediately solve whatever situation problem or challenge you want to talk about, remember, it's not a statement about you or your abilities, it's just men acting on their knee-jerk desire to fix whatever is broken.	Portanto, mulheres, se vocês ficarem irritadas com os homens automaticamente entrando em ação para resolver imediatamente qualquer situação, problema ou desafio sobre o qual desejam conversar, lembrem-se, não é uma declaração sobre você ou suas habilidades, são apenas homens agindo por desejo instintivo para consertar o que está quebrado.
And then I'd like to teach you three powerful words you can use every time a woman elves up to you about a challenging relationship, a problem at work, or any other challenge she's experiencing.	E então eu gostaria de lhe ensinar três palavras poderosas que você pode usar sempre que uma mulher for até você sobre um relacionamento desafiador, um problema no trabalho ou qualquer outro desafio que ela esteja enfrentando.
Instead of automatically rushing in to try and solve the problem, take a deep breath, and then say these simple three words: "Tell me more".	Em vez de correr automaticamente para tentar resolver o problema, respire fundo e diga estas três palavras simples: "Me conte mais".
And then really listen to her, hear what it is she has to say about the problem, let her know you've hurt her by reflecting back what you think she said by saying:	E então realmente escute-a, ouça o que ela tem a dizer sobre o problema, deixe-a saber que você a machucou ao refletir sobre o que você acha que ela disse ao dizer:
"So, what I hear you saying is ..." and then tell her what you think you just heard.	"Então, o que eu ouvi você dizer é ..." e então diga a ela o que você acha que acabou de ouvir.
You can also reflect back what you think she might	Você também pode espelhar o que acha que ela



English Transcript	Tradução
be feeling.	pode estar sentindo.
You can say: "Oh, that must be really frustrating" or "I can see why you'd be so upset and confused by what he did".	Você pode dizer: "Oh, isso deve ser muito frustrante" ou "Posso ver por que você ficou tão chateada e confusa com o que ele fez".
If you need more information go ahead and ask her questions about it, you know, learn why it's upsetting her, how it's affecting her and what attempts she's already made to solve it and if she's looking to solve the problem.	Se precisar de mais informações vá em frente e pergunte a ela, sabe, aprenda por que está ela está chateada, como isso a está afetando, e quais tentativas ela já fez para resolver isso, e se ela está procurando resolver o problema.
Ask her what she's thinking of trying next and when it seems like she has run out of things to say only then ask her: "Is there anything I could do to help?"	Pergunte o que ela está pensando em tentar a seguir e, quando parecer que ela não tem mais o que dizer, pergunte-lhe: "Há algo que eu possa fazer para ajudar?"
DON'T, and I repeat, DON'T, offer suggestions unless she asked for them, because most women want to come to their own solution and often the easiest way for them to do that is to talk it out.	NÃO dê sugestões, e repito, NÃO, a menos que ela as peça, porque a maioria das mulheres quer chegar às suas próprias soluções e, muitas vezes, a maneira mais fácil de fazer isso é conversando.
They like the way their options are considered, the possible outcomes before they decide on the best course of action.	Elas gostam da maneira como suas opções são consideradas, os resultados possíveis antes de decidirem o melhor curso de ação.
Men, on the other hand, are more likely to spring into action without fully considering everything first and then react to new developments as they arise.	Os homens, por outro lado, têm mais probabilidade de entrar em ação sem considerar totalmente tudo primeiro e, então, reagir aos novos desenvolvimentos à medida que surgem.
Or, men like to go off and think about it by themselves, not necessarily talk about it.	Ou os homens gostam de sair e pensar sobre o assunto por si mesmos, não necessariamente falar sobre isso.
And then, once they've come to a stages, then they go into action.	E então, uma vez que chegam a um estágio, eles entram em ação.
Now, both of these approaches, men's and women's, can be effective and one isn't necessarily better than the other, but they are different and these differing male and female behavior patterns are based on millennia of social evolution.	Agora, ambas as abordagens, masculinas e femininas, podem ser eficazes e uma não é necessariamente melhor do que a outra, mas são diferentes e esses padrões de comportamento masculino e feminino diferentes são baseados em milênios de evolução social.
Now, there's another aspect to all of this as well.	Agora, há outro aspecto para tudo isso também.
If you haven't read the book "The Five Love languages" by Gary Chapman, I highly recommend it.	Se você ainda não leu o livro "The Five Love languages", de Gary Chapman, eu o recomendo fortemente.
In his work with couples, he's discovered that there are five different love languages.	Em seu trabalho com casais, ele descobriu que existem cinco diferentes linguagens do amor.
We each have our own language, the way we experience that we're loved.	Cada um de nós tem sua própria linguagem, a maneira como vivenciamos que somos amados.
The five love languages are: quality time, words of affirmation, acts of service, nurturing touch, and	As cinco linguagens do amor são: tempo de qualidade, palavras de afirmação, atos de serviço,



English Transcript	Tradução
gifts.	toque estimulante e presentes.
If someone's love language is quality time, they need periods of uninterrupted full attention, total presence and listening.	Se a linguagem do amor de alguém é tempo de qualidade, eles precisam de períodos de atenção total ininterrupta, presença e escuta totais.
People whose love language is words of affirmation, need to be reassured with words of appreciation and compliments, both verbal and written, for who they are and what they do.	Pessoas cuja linguagem de amor são palavras de afirmação, precisam ser tranquilizadas com palavras de apreço e elogios, tanto verbais quanto escritos, por quem são e pelo que fazem.
People whose love language is acts of service need to be shown by your actions of helping out with cooking or cleaning up, surprising them with breakfast in bed, opening the door for them, doing chores without being asked, offering to pick up the kids or take the dog for a walk and remembering to pick up the dry cleaning.	As pessoas cuja linguagem de amor são atos de serviço precisam receber demonstrações, por suas ações de ajudar na cozinha ou na limpeza, surpreendendo-as com o café da manhã na cama, abrindo a porta para elas, fazendo tarefas domésticas sem serem solicitadas, oferecendo-se para pegar as crianças ou levar o cachorro para passear e lembrar-se de pegar a roupa na lavanderia.
Now, people whose love language is nurturing touch, need to be hugged, kissed, have their hands held, be snuggled with a massage.	Agora, pessoas cuja linguagem do amor é o toque carinhoso, precisam ser abraçadas, beijadas, segurar suas mãos, serem aconchegadas com uma massagem.
And people whose love language is gifts, need just what it says, gifts, flowers, jewelry, books, candles, candy, their favorite wine, CDs, theater tickets, stuffed animals, meaningful cards, or a framed photo you took of them.	E pessoas cuja linguagem do amor é presentes, precisam apenas do que o nome diz: presentes, flores, joias, livros, velas, doces, seu vinho favorito, CDs, ingressos de teatro, bichos de pelúcia, cartões significativos ou uma foto emoldurada que você tirou.
Now, my wife's love language is quality time, which means I have to be a really good listener.	Agora, a linguagem do amor da minha esposa é tempo de qualidade, o que significa que tenho que ser um ouvinte muito bom.
I have to set aside time to make sure that she can talk about whatever she wants without me interrupting or without me trying to fix it.	Tenho que reservar um tempo para ter certeza de que ela pode falar sobre o que quiser, sem interromper ou tentar corrigir.
And that can be hard because I'm in the business of helping people, that's what I do.	E isso pode ser difícil porque meu negócio é ajudar as pessoas, é isso que eu faço.
But because she's a woman and her love languages call any time I have to really make an effort to just be present and listen.	Mas porque ela é uma mulher e suas linguagens de amor chamam a qualquer momento, eu realmente tenho que fazer um esforço para estar presente e ouvir.
Now, my love language, by the way, is nurturing touch, followed by words of affirmation, so if you ever see me, feel free to ask me for a hug or tell me how much my work has impacted your life and I'll feel very much loved by that.	Agora, minha linguagem de amor, a propósito, é o toque afetuosos, seguido de palavras de afirmação, então se você me ver, fique à vontade para me pedir um abraço ou me dizer o quanto meu trabalho impactou sua vida e eu vou me sentir muito amado por isso.



English Transcript	Tradução
So, now that you know about these differences I've been talking about, think about how you can use this knowledge to communicate more effectively with the opposite sex.	Então, agora que você conhece essas diferenças de que estou falando, pense em como você pode usar esse conhecimento para se comunicar de forma mais eficaz com o sexo oposto.
And let me give you one suggestion for the women, which is, if you're finding it difficult to receive clear or detailed responses to your questions of men in your life, it might be a sign that you need to ask more focused questions.	E deixe-me dar uma sugestão para as mulheres, que é, se você está achando difícil receber respostas claras ou detalhadas às suas perguntas sobre os homens em sua vida, pode ser um sinal de que você precisa fazer perguntas mais específicas.
For example, if you ask a man: "How was your day?", the answer you get is usually: "Fine", "All right", "Horrible", "Whatever".	Por exemplo, se você perguntar a um homem: "Como foi seu dia?", A resposta que você recebe geralmente é: "Tudo bem", "Tudo bem", "Horrível", "Tanto faz".
But if you make your question more specific and action or even say "What did you do today?", you're likely to get a completely different response: "Oh, I had a good meeting with our boss and I got that new project with the music studio done, had the best spiced slice of pizza from the new place across the street from the office".	Mas se você tornar sua pergunta mais específica e ação ou mesmo dizer "O que você fez hoje?", É provável que obtenha uma resposta completamente diferente: "Oh, tive uma boa reunião com nosso chefe e recebi aquele novo projeto com o estúdio de música pronto, comi a melhor fatia de pizza apimentada do novo local do outro lado da rua do escritório ?.
It's a simple but effective way to improve your communication with your man or with men in general.	É uma forma simples mas eficaz de melhorar a sua comunicação com o seu homem ou com os homens em geral.
All right, now remember that women tend to show intimacy by sharing their feelings, while men tend to express their caring through their actions and when you understand this about each other and act on that understanding, you'll be able to communicate on a deeper level and enjoy richer, more satisfying relationships.	Tudo bem, agora lembre-se de que as mulheres tendem a mostrar intimidade compartilhando seus sentimentos, enquanto os homens tendem a expressar seu carinho por meio de suas ações e quando vocês entenderem isso sobre o outro e agirem de acordo com essa compreensão, vocês serão capazes de se comunicarem de forma mais profunda e desfrutarem de relacionamentos mais ricos e satisfatórios.
And remember to check out those love languages as well and see if you can figure out what is the love language of the person you're in a relationship with, person you work for, whatever, and see if you can speak to them in their language so they actually feel appreciated, loved, valued, and honored.	E lembre-se de verificar essas linguagens do amor também e ver se você consegue descobrir qual é a linguagem do amor da pessoa com quem você tem um relacionamento, da pessoa para quem você trabalha, o que quer que seja, e veja se você pode falar com eles em suas linguagens para que realmente se sintam apreciados, amados, valorizados e honrados.
Okay, so here's your homework.	Ok, então aqui está sua lição de casa.
I want you to complete this after watching this video.	Eu quero que você faça isso depois de assistir a este vídeo.
Identify one or two actions you can take today to	Identifique uma ou duas ações que você pode



English Transcript	Tradução
improve communication with your loved ones of the opposite sex.	realizar hoje para melhorar a comunicação com seus entes queridos do sexo oposto.
One of the things you can do is share this video with them so they can learn from it as well.	Uma das coisas que você pode fazer é compartilhar este vídeo com eles para que possam aprender com ele também.
I'd also love to hear any questions or comments you might have, so please leave a comment or any question you have below.	Eu também adoraria ouvir quaisquer perguntas ou comentários que você possa ter, então deixe abaixo um comentário ou qualquer pergunta que você tenha.
I'd love to hear what you have to say.	Eu adoraria ouvir o que você tem a dizer.
So, thanks for watching and remember, nothing in your life will change for the better until you do.	Então, obrigado por assistir e lembre-se, nada em sua vida vai mudar para melhor até que você faça alguma coisa.
Now, if you find this video helpful, make sure you like it, share it with a friend who may need it, and subscribe to my channel for more videos like this one.	Agora, se você achar este vídeo útil, certifique-se de dar um <i>like</i> que gostou, compartilhe com um amigo que possa precisar dele e inscreva-se no meu canal para mais vídeos como este.
And for some additional resources on communication and relationships visit my website at JackCanfield.com.	E para obter alguns recursos adicionais sobre comunicação e relacionamento, visite meu site em JackCanfield.com.
Thanks again for watching.	Obrigado novamente por assistir.



Contagem de palavras

A tabela abaixo exibe as palavras encontradas nesta música/vídeo/texto bem como o número de vezes em que aparecem.

Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
77	to	67	and	43	the
40	you	30	a	26	of
22	or	22	for	21	it
19	be	18	is	18	her
17	that	17	can	16	they
16	about	15	with	15	what
15	their	15	love	15	I
14	men	14	in	13	your
13	by	12	so	12	problem
12	if	12	are	11	this
10	them	10	now	10	language
9	want	9	on	9	more
9	how	8	women	8	then
8	solve	8	she	8	need
8	might	8	like	8	he
8	have	7	words	7	we
7	she's	7	say	7	me
7	just	7	it's	7	do
7	but	6	when	6	whatever
6	way	6	time	6	think
6	man	6	fix	6	ask
5	up	5	things	5	talk
5	people	5	out	5	one
5	my	5	make	5	languages
5	communicate	5	because	5	action
4	work	4	without	4	whose
4	these	4	see	4	remember
4	really	4	questions	4	our
4	other	4	loved	4	life
4	into	4	improve	4	hear
4	feel	4	different	4	communication
4	as	4	any	4	actions
3	you're	3	woman	3	well
3	watching	3	video	3	use



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
3	trying	3	touch	3	today
3	there	3	tend	3	tell
3	take	3	relationships	3	quality
3	problems	3	own	3	offer
3	nurturing	3	not	3	new
3	necessarily	3	listen	3	know
3	I'd	3	helpful	3	has
3	go	3	gifts	3	from
3	five	3	equal	3	don't
3	did	3	back	3	automatically
3	asked	3	all	3	affirmation
2	women's	2	why	2	who
2	which	2	we're	2	wants
2	unless	2	try	2	through
2	three	2	thought	2	those
2	thanks	2	than	2	sure
2	spring	2	simple	2	show
2	share	2	sex	2	service
2	saying	2	same	2	right
2	relationship	2	question	2	pick
2	person	2	opposite	2	oh
2	must	2	much	2	most
2	men's	2	may	2	likely
2	let	2	learn	2	knowledge
2	immediately	2	I'm	2	hurt
2	his	2	helping	2	help
2	heard	2	had	2	good
2	goals	2	get	2	find
2	example	2	even	2	effective
2	each	2	differently	2	deserve
2	course	2	come	2	cleaning
2	challenge	2	both	2	better
2	best	2	being	2	behavior
2	at	2	also	2	already
2	actually	2	acts	1	you've
1	yourself	1	you'll	1	you'd
1	wrong	1	written	1	worth
1	world	1	woman's	1	wired



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
1	wine	1	will	1	wife's
1	while	1	website	1	waving
1	wasn't	1	was	1	wanting
1	walk	1	visit	1	videos
1	very	1	verbal	1	valued
1	valuable	1	usually	1	upsetting
1	upset	1	until	1	uninterrupted
1	understood	1	understanding	1	understand
1	two	1	tries	1	tried
1	treated	1	totally	1	total
1	took	1	times	1	tickets
1	thinking	1	they've	1	they're
1	there's	1	themselves	1	theater
1	that's	1	tells	1	teach
1	talking	1	surprising	1	suggestions
1	suggestion	1	suggesting	1	subscribe
1	stuffed	1	studio	1	street
1	statement	1	stages	1	spiced
1	specific	1	speak	1	someone's
1	someone	1	some	1	solving
1	solutions	1	solution	1	society
1	social	1	snuggled	1	slice
1	situation	1	sign	1	shows
1	shown	1	sharing	1	set
1	send	1	sees	1	seems
1	says	1	saw	1	satisfying
1	said	1	rushing	1	run
1	richer	1	responses	1	response
1	respect	1	resources	1	research
1	repeat	1	remembering	1	reflecting
1	reflect	1	recommend	1	receive
1	reassured	1	read	1	react
1	pursue	1	providing	1	proved
1	prove	1	project	1	present
1	presence	1	prehistoric	1	powerful
1	possible	1	please	1	place
1	pizza	1	photo	1	personal
1	periods	1	patterns	1	outcomes



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
1	options	1	opening	1	only
1	ones	1	once	1	okay
1	often	1	office	1	offering
1	offended	1	off	1	obvious
1	nothing	1	next	1	music
1	millennia	1	message	1	meeting
1	means	1	meaningful	1	mean
1	massage	1	male	1	made
1	looking	1	listening	1	listener
1	level	1	leave	1	lead
1	knee	1	kissed	1	kids
1	jumps	1	jumping	1	jewelry
1	jerk	1	jackcanfield	1	jack
1	I've	1	isn't	1	irritated
1	intimacy	1	interrupting	1	insulting
1	insult	1	instinct	1	instead
1	information	1	inadvertently	1	impacted
1	immediate	1	I'll	1	identify
1	hunting	1	hugged	1	hug
1	horrible	1	honored	1	homework
1	himself	1	highly	1	hi
1	he's	1	here's	1	held
1	haven't	1	hard	1	hands
1	handle	1	hand	1	got
1	give	1	getting	1	general
1	gary	1	fully	1	full
1	frustrating	1	front	1	friend
1	freedom	1	free	1	framed
1	followed	1	focused	1	flowers
1	flag	1	first	1	fine
1	finding	1	figure	1	female
1	feelings	1	feeling	1	favorite
1	family	1	fairness	1	express
1	experiencing	1	experience	1	evolution
1	everything	1	every	1	ever
1	equally	1	enjoy	1	emotionally
1	elves	1	effort	1	effectively
1	easiest	1	dry	1	door



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
1	done	1	doing	1	dog
1	doesn't	1	dna	1	dismissive
1	discovered	1	difficult	1	differing
1	differences	1	developments	1	detailed
1	desire	1	deeper	1	deep
1	decide	1	day	1	dates
1	couples	1	could	1	cooking
1	considering	1	considered	1	confused
1	compliments	1	completely	1	complete
1	communicating	1	comments	1	comment
1	com	1	clear	1	chores
1	check	1	chapman	1	channel
1	change	1	challenging	1	challenges
1	cds	1	caring	1	cards
1	capable	1	canfield	1	candy
1	candles	1	call	1	business
1	bull	1	built	1	build
1	broken	1	breath	1	breakfast
1	brains	1	boss	1	books
1	book	1	below	1	believes
1	before	1	been	1	bed
1	based	1	attention	1	attempts
1	aspect	1	aside	1	arise
1	approaches	1	approach	1	appreciation
1	appreciated	1	anything	1	answer
1	another	1	animals	1	angry
1	an	1	ahead	1	again
1	after	1	affects	1	affecting
1	advice	1	additional	1	acting
1	act	1	across	1	achieve
1	able	1	abilities		