

Виктор Шейнов
Женщина плюс мужчина. Познать и покорить



«Женщина плюс мужчина. Познать и покорить»: Харвест; М.; 2006
ISBN 985-13-2507-4, 985-13-5075-3, 5-17-034279-9

Аннотация

Книга содержит все, что нужно знать, чтобы найти друг друга, создать и сохранить хорошую семью, сделать ее сексуальные отношения неиссякаемым источником счастья и здоровья.

Виктор Шейнов
Женщина плюс мужчина. Познать и покорить

Глава "Психология женщины и психология мужчины"

Женщина и мужчина - 1000 различий

Каждый человек уникален и неповторим. Нет на свете двух одинаковых камней, а тем более людей. Но при всем людском многообразии есть различия, которые сразу бросаются в глаза - различия между мужчиной и женщиной. И они не только во внешних отличительных признаках пола. Оказывается, одноименные внутренние органы у мужчин и женщин действуют несколько по-разному, у них различная интенсивность обмена веществ, частота дыхания и сердечных сокращений, состав крови и т.д.

Чтобы обосновать и конкретизировать утверждение, вынесенное в заголовок, приведем сравнительные данные многочисленных исследований, касающихся различий мужчины и женщины. Это будут особенности восприятия, логики и интуиции, темперамента, нервной системы, наблюдательности, приспособляемости, взаимоотношения с окружающими,

интересов, оценок, физических параметров, организации мышления, активности, энергетики работы и предпринимательства и многого другого, в чем мужчины и женщины существенно различаются.

Существенная оговорка

Сразу оговоримся, что речь пойдет о неких "средних" "типичных" мужчине и женщине. Разнообразие тех и других таково, что найдутся женщины, у которых мужских черт больше, чем у иного мужчины. Найдутся и мужчины, обладающие большими "женскими" качествами, нежели некая женщина. Но это исключения, которые, как принято говорить, лишь подтверждают наличие правила. Поэтому всюду в дальнейшем под словом "мужчина" или "женщина" мы будем понимать некоего "типичного" представителя своего пола.

Перечислению типичных различий и посвящена эта глава.

Более развиты:

Еще раз подчеркнем, что речь идет о "средних" мужчине и женщине.

Особенности восприятия

В восприятии мужчины главное место занимает то, что он видит. У женщины большая часть впечатлений связана с восприятием речи. Не случайны высказывания, что "мужчина любит глазами, а женщина - ушами".

По скорости восприятия и душевной подвижности женщина заметно превосходит мужчину. Женщины, например, читают быстрее, чем мужчины, и лучше, с большими деталями излагают прочитанное. Считают они обычно быстрее мужчин, лучше запоминают.

Интуиция

Мужчина схватывает и оценивает ситуацию в целом, женщина, скорее, фиксирует свое внимание на мелочах.

Интересно понаблюдать, как, например, мужчины и женщины решают вопрос о приобретении книги. Мужчины (в большинстве) обязательно посмотрят оглавление. Женщины же, как правило, откроют несколько страниц и посмотрят, что там. Впечатление от этих страничек и определит ее выбор - купить или нет.

В силу интереса к мелочам женщина значительно наблюдательнее мужчины, и это служит источником знаменитой женской интуиции. Аргумент "я чувствую, что это так" - из женского арсенала.

Это чутье в большинстве случаев не подводит женщину. Если она говорит "я чувствую, что у него кто-то есть" (имея в виду соперницу) - в 90% случаев она права, хотя и не может привести никаких аргументов в доказательство этого прискорбного обстоятельства. Еще Р. Киименг отмечал: "Женская догадка обладает большей точностью, чем мужская уверенность".

Повышенное внимание женщин к деталям и мелочам приводит подчас к тому, что, будучи увлечена мелочами, она не замечает главного.

- Где ты была сегодня, Киска?
- У королевы у английской.
- Что ты видала при дворе?
- Видала мышку на ковре.

Однако тестирование показывает, что процент женских попаданий "в яблочко" не меньше, чем процент мужских при скрупулезном логическом анализе. А вот выигрыш во времени и в усилиях - очевиден.

Наблюдательность

Большая наблюдательность характерна для женщины в обыденной ситуации. В ситуации же стресса, опасности женщина скорее "теряет голову", а вместе с этим и наблюдательность.

У мужчин в ситуации опасности наблюдательность обостряется.

Женщины быстрее и легче могут понять человека по мимике, жесту, взгляду, в чем и кроется секрет их тонкой интуиции. В результате мужчине очень трудно обмануть женщину. Женщина же обманет мужчину с большей легкостью. Представителей сильного пола,

считающих, что им удастся обмануть свою "половину", хотим разочаровать: из того, что она не говорит о своих подозрениях, не следует, что их у нее нет. Очень часто женщина помалкивает, ибо боится обострения отношений.

Темперамент

Наблюдения психологов свидетельствуют, что у мужчин чаще встречается преобладание холерических черт темперамента. Именно для них характерно отчетливое проявление волевых реакций, напористости, энергичности, нетерпеливости. Мужчина обычно характеризуется большей внешней агрессивностью, большей настойчивостью, способностью противостоять грубому напору. Поэтому-то холерический темперамент можно рассматривать в качестве "мужского темперамента".

Женской природе больше соответствует сангвинический и меланхолический темпераменты. Для женщин характерны подвижность, бурное проявление чувств, быстрая перемена настроения. Женщина бывает агрессивна, как правило, только если она несчастна.

Мужская решительность и склонность к риску хорошо дополняются женской осторожностью, мужская резкость - женской мягкостью, мужское пренебрежение к деталям быта - повышенными эстетическими требованиями женщины.

Мужчины любят, когда им удастся проявить волю, выносливость, силу и другие "силовые качества" или же чисто интеллектуальные способности, тогда как женщины тяготеют к гуманитарной сфере, к тому, что касается человека и его внутреннего мира.

Эмоциональность

Женщины обычно намного эмоциональнее мужчин. У мужчин принято сдерживать свои эмоции, требовать этого от женщины бессмысленно. Перепады женского настроения огромны. "Любящая женщина - ангел на земле" - говорит одна из пословиц, "Перед злой женой сатана - младенец непорочный!" - гласит другая.

Женщины острее реагируют на поощрения и наказания, болезненнее реагируют на конфликты и неприятности на работе и дома. Женщина смеется, когда может, и плачет, когда хочет.

У женщин более личное отношение к событиям.

В силу всего этого у женщин довольно сильно развито воображение, фантазия, в результате которых иногда возникают такие замыслы, что мужчина только за голову возьмется, услышав очередной домысел.

Зато женские фантазии очень помогают им в рекламном деле, где наличие фантазии помогает находить оригинальные решения.

Женщины чаще меняют выражение лица и могут отразить несколько десятков различных чувств, в то время как у мужчин, как правило, можно распознать только два: отвращение и равнодушие. У женщин особую подвижность проявляют складки в углах губ.

Нервная система и приспособляемость

Нервная система женщин менее устойчива. Поэтому женщина быстро переходит от одного эмоционального состояния к другому.

Ее способность к мгновенному психическому перевоплощению превосходит способность мужчины.

Совокупность всех указанных особенностей приводит в итоге к тому, что женщины лучше приспособляются к изменяющимся обстоятельствам.

Отношение к любви

И женщины и мужчины любят друг в друге себя: она - потому, что он ее любит, он - потому, что она дает ему наслаждение в сексе.

Прежде чем провести с мужчиной ночь, женщина хочет понять, любит ли она его. А мужчина может понять, любит ли он женщину, после того как провел с ней ночь.

И все это потому, что для женщины цель - любовь, а секс - это средство. Для мужчины наоборот: цель - секс, а любовь - средство.

Женщина хочет многого, но от одного мужчины. Мужчина хочет одного, но от многих женщин.

Женщине легче влюбиться, чем признаться в любви. А мужчине - легче признаться, чем влюбиться.

"Мужчины любят обыкновенно тех женщин, которых уважают; женщины уважают только мужчин, которых любят" (В. О. Ключевский).

Мужская сила

Показатели роста у мужчин значительно больше колеблются относительно среднего мужского роста, чем у женщин относительно среднего женского: женщины больше тяготеют к "золотой середине".

Мускулатура девушек развита (в среднем) на 25% меньше, чем у юношей, физическая работоспособность не превышает 75% мужской.

Мужская сила в женском спорте, или к вопросу о гермафродитах

Гермафродит в древнегреческой мифологии - сын Гермеса и Афродиты, соединенный богами с нимфой Салмакидой так, что тела их образовали одно, но двуполое существо. Сейчас гермафродитами называют людей с признаками мужского и женского пола.

Обычно гермафродиты физически сильнее женщин, и это обстоятельство использовалось нечистыми на руку спортивными организаторами и тренерами для побед их подопечных - гермафродитов в женском спорте.

В конце 50-х годов на одном из чемпионатов СССР по легкой атлетике произошел беспрецедентный по тем временам случай: олимпийская чемпионка в толкании ядра Галина Зыбина отказалась по окончании соревнований подняться на вторую ступень пьедестала почета, обвинив двух других призеров в принадлежности к... мужскому полу.

Тема гермафродитов в спорте, пожалуй, одна из самых деликатных. История знает примеры, когда с ними жестоко расправлялись, предавали огласке. Так, Гитлер, прослышав, что сильнейшая немецкая прыгунья в высоту Дора Ратьен к женщине имеет отношение не более, чем он сам, воспринял это как позор нации и отправил спортсменку... на фронт!

В СССР гермафродиты создавали славу советскому женскому спорту: одни и те же "чудо-женщины" бегали, прыгали, метали копье и толкали ядро. И все - на уровне мировых рекордов!

Олимпийская чемпионка Инсбрука в лыжной эстафете Алевтина Колчина однажды закатила скандал спортивным чиновникам, требуя убрать из сборной основную соперницу. "Я пашу на тренировках до седьмого пота, - возмущалась лыжница, - а приходит мужик, и все достается ему".

После серии громких скандалов, начиная с 1966 года, все спортсменки получают допуск на крупные международные соревнования только после проверки на так называемую половую принадлежность. Процедура этого секс-контроля довольно проста - берется мазок со щеки и отправляется в лабораторию, где медики изучают его на предмет наличия в организме мужских хромосом.

Введение проверки на "чистоту пола" дорого обошлось советскому спорту. "Чудо-женщины" не рискнули появиться на соревнованиях (в частности, обидчицы Зыбиной и Колчиной). В результате олимпийские сборные СССР, порядком оголившись, с треском провалили как зимние, так и летние Игры 1968 года.

На Играх в Атланте сторонники ужесточения секс-контроля вновь подняли этот вопрос. Если по статистике, заявляют они, на каждые 20 тысяч жителей планеты приходится один гермафродит, то в спорте "кучность" куда выше - один на 500 человек.

Другие физические параметры

Женщины превосходят мужчин в ловкости, скорости восприятия, реакции, скорости речи, чувствительности осязания, в координации движений. Мужчины превосходят женщин в координации движений, ориентации в пространстве.

Женщины болеют примерно в два раза меньше мужчин, хотя беспокоятся о здоровье и жалуются на него значительно больше. Продолжительность жизни женщин на 7-15 лет больше, чем у мужчин (о причинах этого подробно рассказывается в последней главе книги).

У женщин меньше уродств, реже встречается инфантилизм. Женщин-самоубийц в 3-4

раза меньше, чем мужчин, сведших счеты с жизнью.

Женщины лучше мужчин переносят боль, а также монотонную, однообразную, неинтересную деятельность.

У мужчин обычно лучше развит вестибулярный аппарат. В силу этого женщины обычно не любят ехать в общественном транспорте спиной вперед и потому стараются занять место лицом по ходу движения.

Интересы

Одно из наиболее широких исследований половых различий в чертах личности было проведено в Америке Терменом и Майлсом. Это исследование состояло из семи частей: ассоциативный эксперимент, чернильные пятна (по Роршаху), осведомленность, эмоциональные и этические установки, интересы, мнения и интровертные реакции.

По данным этого исследования, которое проводилось над людьми разного возраста и разного служебного положения, получились ярко выраженные различия между мужчинами и женщинами. Так, мужчины более интересуются подвигами и приключениями, занятиями, связанными с физической нагрузкой, техникой, точными науками, изобретательством. Женщины более интересуются домашними делами, эстетикой, профессиями, в которых надо помогать слабым (детям, больным). Мужчины более самоуверенны, агрессивны, упрямы и смелы, более резки в манерах, речи и чувствах. Женщины более чутки, отзывчивы и застенчивы, более эмоциональны.

Добавим к этому, что политикой больше интересуются мужчины.

Взаимоотношения с окружающими

Женщины более тонко воспринимают человеческие взаимоотношения, более чутко реагируют на их нюансы, нежели мужчины. Если у мужчин сильнее выражена потребность в достижении цели, успехе, то у женщин на первом месте - взаимоотношения с окружающими.

Внимание к окружающим - одна из привлекательнейших черт истинной женственности. Мужчина может не заметить чьих-то заплаканных глаз, дрогнувших губ, плохого аппетита или необычной молчаливости. От женщины это не укроется.

Женщины намного лучше "читают" лица, тонко улавливают настроение собеседника, намного более чувствительны.

Мужчины более агрессивны, женщины более конфликтны.

Ввиду большой важности для женщины взаимоотношения с окружающими, речь ее более законченна и усложнена по сравнению с мужской. Вообще женщины более сильны в грамматике и языках. Причина - более развитое левое полушарие мозга, которое, в частности, "заведует" речью.

Взаимоотношения в коллективе

Мужчинам гораздо легче сосуществовать в мужских коллективах, чем женщинам в женских. Тест с зятем гораздо чаще находят общий язык, чем свекровь с невесткой.

Если говорить о коллективах, то наименее конфликтны смешанные, где примерно в равных пропорциях представлены мужчины и женщины. В этом случае и те и другие стараются держать себя "в рамках" как в поступках, так и в словах, а противоположности мужского и женского подхода уравниваются.

Если коллектив состоит преимущественно из работников одного пола, то моральный климат бывает лучше, если руководитель - другого пола. Не случайно в женских коллективах предпочитают иметь руководителем мужчину.

Мужчины особенно неловко чувствуют себя, когда негативная оценка им дается в присутствии женщин.

Естественность

Мужчины в большинстве своем (за исключением, пожалуй, профессиональных разведчиков) легко узнаваемы. Свойства их характера выписаны в чертах их лица, в их одежде, манере говорить и слушать, в том, как они идут, садятся, встают, поправляют галстук, здороваются, прощаются, умеют смеяться (или, наоборот, не умеют), ждут, догоняют и т.д. Большинство мужчин просто не обращают на эти детали внимания и ведут

себя так, как они привыкли, как им кажется естественным в той или иной ситуации.

Женщина никогда не выдает себя. Либо по крайней мере стремится не выдавать себя. Она знает (надеется), что на нее всегда смотрят, поэтому все в женщине приготовлено для такого просмотра, она тоже стремится быть естественной, однако в женском исполнении это означает быть лучше, чем есть на самом деле. Это значит быть лучше даже своей репутации. Лучше настолько, насколько это возможно... Быть может, в этом проявляется некоторая скрытность и лукавство женщин? В любом случае женщина не желает выдавать свои тайны за бесценок. Хотя чужие тайны она хранит плохо.

"Мужчина соблюдает чужую тайну вернее, чем собственную; женщины лучше хранят свою, чем чужую" (Ж. Лабрюйер).

Оценки

Самооценки у женщин чаще занижены, у мужчин - завышены. Мужчины чаще бывают довольны собой.

Женщины более объективны к мужчинам, чем к женщинам. "Как бы плохо мужчины ни думали о женщинах, любая женщина думает о них еще хуже" (Шамфор). "Женщины не любят друг друга и причина этой нелюбви - мужчина" (Ж. Лабрюйер).

Многие мужчины оценивают деловые качества женщин ниже, чем те ожидают. Женщины, как правило, ниже, чем думают мужчины, оценивают их физическую привлекательность. К счастью, женщины терпимее относятся к внешности мужчины. Популярно даже такое женское изречение, что "мужик может быть лишь немного красивее обезьяны". Различие мужчины и женщины касается и того, насколько строго они судят о недостатках друг друга. По мнению Канта, мужчины судят снисходительно, иногда шутя, как об этом писал Козьма Прутков, но в любом случае всегда с осознанием собственного приоритета.

Именно это, нам кажется, является основой их снисходительности. Ибо только сильный (либо полагающий себя таковым) может позволить себе снисходительность в отношении слабого. Это представляет элемент мужского достоинства. Женщина же судит строго, иногда - очень строго. Более того, она не только судит, она осуждает. И в этом элемент ее природного предназначения - судить, осудить, присудить, чтобы получить приоритет в конкурсе с подругами-соперницами. А в случае нужды - одернуть представителя сильного пола.

Мужчина предпочитает мужской суд. Впрочем, женщина, зная непреклонность женского суждения, также более склонна к мужскому суду. По крайней мере именно мужской суд дает ей возможность надеяться на прощение и оправдание даже в тех случаях, по которым иной суд немедленно вынес бы обвинительное заключение. К тому же женский суд по природе своей не может быть основан на праве. Его основанием служит привязанность, милосердие, пристрастие. Мужской суд может обвинить "из принципа", а женский - оправдать "из симпатии".

Обидчивость

Мужчина прощает и забывает, женщина прощает, но не забывает. Это качество роднит женщин с кошками.

Многие хозяева знают, что кошки с трудом переносят мужчин, лучше они относятся к женщинам. И дело здесь не столько в том, что женский голос имеет более высокую тональность и по звучанию гораздо ближе к кошачьему, чем мужской.

Главная причина - кошка никогда не забывает о причиненной боли. Достаточно пацану дернуть ее за хвост или ветеринару сделать укол (а почти все ветеринары - мужчины), как вся сильная половина человечества становится ее кровными врагами. Поэтому часто кошки бросаются наутек, едва слышав мужские шаги.

И еще один любопытный момент. Хищники из отряда кошачьих - тигры, ягуары, пумы и особенно львы - нападают на мужчин значительно чаще (12: 1), чем на женщин. Это объясняется особенностями их генетической памяти. Так что укрощать тигров женщинам легче, чем мужчинам.

Сострадание

"Женщины участливы, добросердечны, сострадательны" - писал Кант. Действительно, женщины более сострадательны, чем мужчины. Было проведено несколько наблюдений в различных странах. На дороге было инсценировано происшествие с тяжелыми последствиями. Из 100 проезжающих мужчин 40 проехали мимо, почти не снижая скорости, около 40 проехали мимо, значительно снизив скорость, и затем быстро набрав ее, около 20 остановились ради любопытства, из них 4 сообщили на ближайший милицкий пост и в "Скорую помощь", а из 5 проехавших в это время женщин остановились 4. Трудно представить, чтобы женщина, которая может помочь, проехала мимо.

"Чувствующие" и "действующие"

Людей можно условно разделить на чувствующих и действующих. Для первых важны прежде всего его отношения с окружающими людьми. Внутренние переживания, эмоции - вот что главное для них в общении, в том числе и в супружеских отношениях. То, что происходит в душе, в своей душе и душе близкого человека, для них гораздо важнее, чем практические дела.

"Чувствующие" часто бывают мнительными, тревожными, они склонны к сомнениям. Неудачи они воспринимают тяжело, могут даже заболеть из-за огорчений.

Из-за этой склонности к игре, умения радоваться, Эмоциональности "люди действия" часто считают их незрелыми. Сами же "действующие" заняты преимущественно внешней, практической жизнью. Они живут в мире поступков, в мире ответственности, мало считаясь с переживаниями - своими или чужими. Им не хватает гибкости.

В "людях действия" больше основательности, они склонны придерживаться сложившегося хода вещей. Для них главное - цель, результат их действий, "что и зачем делать", тогда как для "чувствующих" важнее, "с кем и как делать".

Не подумайте, что "чувствующие" трудятся меньше "действующих". Ни в коем случае! Энергичная, деятельная женщина, справляющаяся с ворохом нагрузок, в сути своей вполне может быть "чувствующей".

Как отличить "чувствующего" от "действующего"? Вот представьте: ребенок ушибся, заплакал. Один из родителей сразу спрашивает: "Где болит?", а другой: "Что случилось?" Конечно же, первый из родителей - "чувствующий", второй - "действующий".

Конечно же, "люди действия" - это чаще всего мужчины, а "чувствующие" - женщины. Мужчины создают законы, женщины, - нравы. Почему так важно "действующим" разбираться в женском характере? Да потому, что взгляд, слово, фраза "действующего", на которую мы и внимания не обратили бы или посчитали совершенно "нормальной", "чувствующую" может привести в состояние радости или испортить настроение на весь день. Не зря же говорят: "Женщина придает больше значения не тому, что говорит, а тому, что слышит".

Многие женщины ожидают от мужчин большей, чем у них самих энергии и деловитости, и если этого нет, пытаются "воспитать" их в этом духе. Это нередко служит источником конфликтов.

Левое и правое

В расположении внутренних органов человека нет симметрии, и даже две половины мозга заведуют разными участками: от левой зависит наша речь и способность к языкам, умение пользоваться словами, числами и символами, от правой - слух, музыкальные способности, эмоции и интуиция. Врачи заметили, что у пациентов с нарушенными функциями правой половины мозга часто отсутствует чувство юмора и способность понимать двойной смысл.

Оба полушария головного мозга у мужчин и женщин развиваются по-разному. У женщин, как правило, в решении всех задач принимают участие обе половины, у мужчин - чаще одна. Поэтому женщины в среднем говорят быстрее мужчин и правильнее выговаривают слова, искуснее работают пальцами и хорошо считают в уме. Мужчины лучше строят абстрактные математические модели и ориентируются в чужом городе.

У многих народов левое ассоциировалось с нежным женским началом, правое - с сильным мужским. В античные времена вообще верили, что девочки рождаются от левого яйца, мальчики - от правого. Как бы то ни было, а в католическом храме до сих пор женщины преклоняют левое колено, мужчины - правое.

Мышление

Философский склад ума, например, всегда считался мужским. В ряду всем известных имен - Демокрит, Платон, Аристотель, Спиноза, Кант, Гегель и многие другие - нет ни одной женщины.

Исследователи работы головного мозга установили, что мозг женщины устроен иначе, чем мозг мужчины.

Если у мужчины четко разграничены функции полушарий головного мозга, то есть левое отвечает за логическое мышление, а правое - за абстрактное, то у женщины и левое, и правое мало чем отличаются друг от друга. Чтобы решить какую-то абстрактную задачу, у мужчины интенсивно работает только правое полушарие, у женщины - оба. Например, когда мужчина читает, у него задействован лишь небольшой участок левого полушария головного мозга, в то время как у женщин работают более объемные части обоих полушарий. И другое наблюдение: в среднем мужчины говорят медленнее, чем женщины, но зато они быстрее работают на телеграфном ключе.

Обширные участки мозга подключаются к работе у женщин, когда они погружаются в воспоминания, особенно грустные, а у мужчин - когда требуется проявить свой интеллект. Но ведь и чтение, и работа на ключе, и беседа, и интеллект - все это функции мозга, а значит, мозги у нас устроены по-разному.

Это подтверждают и косвенные медицинские наблюдения. При кровоизлиянии в левое полушарие мозга женщины выздоравливают скорее.

Средний мужчина и средняя женщина имеют примерно равный IQ. Но если женщины тяготеют к "золотой середине" - IQ = 100, то среди мужчин наблюдается большая доля как сверхвысокого интеллекта, так и умственной отсталости. Семь из восьми человек, входящих в 1% самых умных землян, - мужчины, но семь из восьми умственно неполноценных - тоже мужчины.

"Моя твоя не понимай..."

Разное устройство мозга мужчины и женщины приводит к тому, что от одних и тех же посылок он и она нередко приходят к разным выводам, поэтому плохо понимают друг друга. Это нашло проявление во многих высказываниях знаменитых мужчин, прославившихся своей проницательностью и острым умом:

- Женщины всегда были живописным протестом здравого смысла. Они заметили его опасность с самого начала (О. Уайльд).

- Ум у большинства женщин служит не столько для укрепления их благоразумия, сколько для оправдания их безрассудств (Ф. Ларошфуко).

- Женщины! женщины! кто их поймет? Их улыбки противоречат их взорам, их слова обещают и манят, а звук их голоса отталкивает. То они в минуту постигают и угадывают самую потаенную нашу мысль, то не понимают самых ясных намеков (М.Ю. Лермонтов).

А на десерт - и вовсе мрачное утверждение:

- Если он и она сошлись, наконец-то, во взглядах, значит, они решили разойтись.

- Время, проведенное с женщиной, нельзя считать потерянным. Мужской ум нуждается в общении с женским (А. Моруа).

Способности и предпочтения

Последние исследования дают новые подтверждения заметной разнице в духовной и умственной организации мужчин и женщин. Ученые из Чикагского университета Аарри Хеджес и Эми Ноувелл, анализируя шесть широкомасштабных опросов юношей и девушек в США, подтвердили тенденцию, которую наблюдали ранее.

Суть ее состоит в том, что девочки оказываются способнее мальчиков в чтении и письме, в способности к языкам, эстетике, в то время как мальчики больше успевают в

точных науках и математике, что оказывает серьезное влияние на всю их последующую жизнь.

Еще одно важное различие состоит в том, что девушки при тестировании показывают меньший разброс в результатах, нежели юноши. Мужской пол превосходил женский на самой вершине оценок. Однако в низшей группе мужчин было также больше, нежели

женщин. Сводя это к упрощенной формуле, можно сказать, что очень одаренных ребят больше, нежели очень одаренных девочек. Однако тупых девочек явно меньше, чем тупых мальчиков.

Неспособность овладеть навыками чтения поражает мужчин в три раза чаще, заикание - втрое, умственная отсталость - в полтора раза.

Женскому Мышлению больше свойственны красота и стройность, тонкость анализа, глубокая интуиция и непосредственность. В то же время мужское мышление более абстрактно, часто парадоксально и дерзко, оно отличается большим полетом фантазии.

Примерно в семь раз больше юношей, нежели девушек, получили отличные оценки в точных науках, и вдвое больше мальчиков, нежели девочек, вошли в высшие 5 процентов по математике. Еще разительнее это проявилось во всем, что связано с информатикой, компьютерами, механикой, электроникой, автомобилями. С другой стороны, мальчики явно отставали, когда дело касалось чтения, памяти, скорости восприятия. Юноши слабее во всем, что касается лингвистических способностей и навыков.

Девочки раньше мальчиков и точнее их различают цвета, оттенки, и запахи; прочнее овладевают навыками трудовых действий, учатся более ровно.

Энергетика

Мужская энергия точечна. Точки в пространстве не мешают существовать друг другу. В мужчинах заложена независимость и она не мешает сосуществовать.

Женская энергия - это пространство. При взаимодействии женщин им приходится уступать часть пространства. При этом они интуитивно боятся потерять себя, раствориться во взаимодействии.

Когда "щебечут" две подруги, они не боятся потерять себя, так как разговор их поверхностен, не отнимает пространства друг у друга. Такой "энергетический" подход объясняет, почему мужчине с женщиной проще находить общий язык: точки не мешают друг другу.

Японцы доказали, что у мужчин имеется врожденная потребность бить, колотить, забивать (гвозди), стрелять. То есть энергия взрывная. Поэтому мужчины (в отличие от женщин) плохо переносят длительную, монотонную, однообразную работу.

Женщина по природе гораздо более устойчива и консервативна, нежели мужчина, ибо она хранительница и продолжательница рода человеческого. Поэтому она более "текуча", пространственна. (Женская энергетика - это образ воды.) Поэтому она легче адаптируется к изменившейся ситуации. Результат - женщина более живуча, о чем мы уже говорили.

Энергетика мужчин предопределяет и их большую активность по сравнению с женщинами.

Абстрактное и конкретное

Женщины предпочитают конкретное абстрактному. Мужчины чувствуют себя увереннее, когда у них есть сбережения (в банке, в "кубышке"). Женщины предпочитают получить от этих денег конкретную пользу, то есть что-то приобрести, не откладывая на потом. (При этом каждая считает, что лучше нее никто не может потратить деньги.)

Следующая притча также демонстрирует разные подходы мужчины и женщины.

Он и она бредут по пустыне. Вдруг видят на песке лежит сундук.

Он: Откуда он здесь?

Она: Посмотри же, что в нем!

Женский практицизм в сочетании с повышенной эмоциональностью может дать адскую смесь:

Две подруги:

- Иду вчера по улице, вдруг возле меня "жигу ль " останавливается, незнакомый мужик распахивает дверь и приглашает прокатиться! Ты представляешь, какой нахал!!!

- Почему же нахал?

- Господи! Да ты бы видела его квартиру!!!

Восприятие работы

Традиционно для мужчины работа - средство реализовать, проявить себя, для женщины - место, где она может ощутить уважение и пообщаться.

Проведенные в 1985 году и повторенные в 1992 году социологические исследования показали: для женщины хорошие отношения в коллективе, личностные качества руководителя - самые значительные мотивы при выборе и оценке места работы. Мужчины во главу угла ставят профессию, ее содержание, рабочие функции и заработную плату. Для женщин все это также важно, но не является приоритетным. Материалы американских социологических исследований свидетельствуют о том же, а значит, такие данные объективны и выражают отношение к коллективу женщин как таковых.

Производительность женского труда напрямую зависит от взаимопонимания в коллективе. Если противоречия, неизбежные везде и всегда, не принимают затяжных, конфликтных форм, эффективность работы у женщин повышается на 20 - 30%.

Косвенно это подтверждает и такой показатель, как деятельность в системе "человек - машина". Известно, что женщина работает на компьютере значительно хуже, чем мужчина, - в этом труде отсутствует столь важное для нее отношение "человек - человек".

Многое в жизни женщины компенсируется отношениями в коллективе. 80% обследованных женщин говорят так: "На работе я человек, личность", "В течение рабочего дня я чувствую, что меня понимают, что меня ценят, что я приношу пользу обществу", "Работа позволяет мне пережить неурядицы в семье, жестокость мужа, отчуждение ребенка". Может быть, поэтому женщины так любят попить чайку на работе. Это не столько отвлекает, сколько объединяет их, вносит душевное равновесие, удовлетворяет потребность в общении,

Итак, трудовой коллектив для женщины большая духовная, личностная ценность. Пресловутые обвинения женщин в высокой конфликтности на работе требуют серьезного изучения и подтверждения научными данными.

Но конфликты в женских коллективах, разумеется, случаются. Как правило, они вызваны не производственными отношениями (в отличие от мужчин - те ссорятся по поводу низкой заработной платы, простоев, из-за возможного сокращения). Производственные конфликты мужчин обычно сказываются на климате в семье. У женщин все наоборот - отсутствие взаимопонимания дома отражается на их отношениях в коллективе, вызывает неадекватные реакции на поведение сослуживцев. Это и понятно: то, чем особенно дорожим, и задевает больше.

Разделение труда

Женщины более, чем мужчины, приспособлены к тонкой, но однообразной, монотонной работе, связанной, например, с движением конвейера. Мужчины склонны к работе с элементом риска, нестрогой программой действий, охватом явления в целом и т.д. Поэтому происходит своеобразное разделение труда по полу: сборщицы часов или электронных схем на конвейере - всегда женщины, а мастера по ремонту - преимущественно мужчины.

В руководящем кресле

Для мужчины-руководителя его подчиненные - это винтики, от которых зависит функционирование и успех работы предприятия. Женщина-шеф рассуждает иначе: чем лучше будут отношения в ее коллективе, тем больше получит удовлетворения от работы бухгалтерша или кладовщица, тем лучше они будут исполнять свои обязанности.

Предпринимательство

Женщин в бизнесе меньше, чем мужчин, т.к. предпринимательство связано с принятием решений, лидерством, ответственностью, риском. Эти моменты не являются выигрышными для женщин.

Кроме того, у женщин слабее установка на карьеру, худшие стартовые условия (реже имеют опыт руководящей работы).

Доход женщин в бизнесе значительно меньше, чем у мужчин.

Женщина более склонна к семейному бизнесу. Деловая активность незамужних женщин выше. А у погрузившихся в бизнес "с головой" семья чаще всего распадается.

Распространенные ошибки женщин в предпринимательстве:

готовность просить, жаловаться, плакать, чтоб добиться своего (в бизнесе мужчины и женщины равны);

робость в принятии решений;

стремление (и дома) делать все самой;

установка, что "работа - это вся жизнь". На самом деле большего успеха достигают женщины, счастливые в семье.

Истоки различий

Истоки различий

Первопричина

Множество различий между мужчинами и женщинами порождено несколькими причинами, но все они проистекают из первопричины - разного биологического предназначения мужчины и женщины.

Мужчина - носитель изменчивости, женщина - носитель наследственности, продолжательница рода. (Подробнее о генетических основах этого - в главе 8.) В китайской философии этому соответствует понятие о двух началах жизни (мужском и женском), носящих названия "ян" и "инь".

Биохимия пола

Биохимики определили, что мужчины и женщины отличаются по своему химическому составу. Причем по некоторым элементам отличаются во много раз. Англичане установили, что, кроме марганца, меди, йода, ртути, хлора, в человеческих волосах есть золото. Так вот, в женских волосах его больше, чем в мужских, в 5-6 раз!

Так что, говоря избраннице "Золотко мое", мужчина даже не грешит против науки.

Инстинкты

Инстинкт материнства у женщины развит сильнее, чем у мужчины инстинкт отцовства: матери любят всех своих детей - хороших и плохих, отцы больше любят хороших детей.

Наклонности, интересы, манера поведения, характерные для женского и мужского пола, проявляются уже в раннем детстве. Уже маленькая девочка предпочитает играть в куклы, причем, если есть выбор игрушек, девочка и мальчик произвольно выбирают то, что им больше подходит по природе: девочка - куклы, игрушечную посуду, мальчик - кубики, машинки, самолетик.

Если же мальчик интересовался игрушкой своей сестренки, например куклой, то он ее не нянчил, а разбирал на части. Его интересовала "техническая" сторона дела. Девочка же, беря игрушку братишки, не интересовалась тем, как она устроена. Она даже маленькую автомашину пеленала и баюкала.

Из девочек получаются хорошие добровольные няни, они любят возиться с малышами, шить, вышивать, мастерить платья для кукол и т.д. Склонности девочек всегда более устойчивы. Мальчики рано обнаруживают интерес к военизированным игрушкам, к конструированию, они по сравнению с девочками более грубы, агрессивны.

Исследования под руководством А.А. Бодалева детей дошкольного возраста показали, что у 60% мальчиков преобладают индустриальные рисунки, а у девочек они встречаются в 6 случаях из 100. В рисунках девочек преобладают бытовые сюжеты: цветы, одежда. Причем

они тщательно вырисовывали платья, прически и пользовались разнообразными элементами декоративности, что в рисунках мальчиков обнаруживалось значительно реже. Их изображения носили скорее характер представления самой идеи объекта, нежели его деталей.

Природное предназначение

В исследовании, проведенном в университете Гонолулу, незнакомым студентам и студенткам предлагали провести вечеринку в доме приглашающего. Согласие выразили 69% мужчин и только 6% женщин.

Когда девушкам прямо "в лоб", без всяких заигрываний предлагался сексуальный контакт, то на это не согласилась ни одна. Зато 75% мужчин были готовы немедленно отправиться в постель с девушкой, которая только им подмигнула.

Объяснение очень простое. Неприступность девушек зависит отнюдь не от их стеснительности и скромности. На бессознательном уровне срабатывает установка, данная матушкой Природой: продолжение рода должно быть качественным. Ведь женщина может родить не чаще, чем раз в год, поэтому должна быть, разборчивой в выборе партнера. Мужчина же может в течение года оплодотворить многих женщин. Его врожденная стратегия - "выход не на качество, а на количество".

Плоды воспитания

Почему мужчина предпочитает кружить в поисках адреса вместо того, чтобы спросить у прохожих, как это обычно делают женщины?

Почему мужчины скрывают свои чувства, а не выплескивают их, как обычно поступают женщины?

Почему женщины более аккуратны и старательны, нежели мужчины?

Потому что мужчин и женщин с детства учили быть именно такими.

Малышу говорят: "Не плачь, ты же не девчонка!" Девочке: "Ты же не мальчишка, девочка должна быть аккуратной".

Воспитывая мальчика, родители стараются развить в нем ответственность, настойчивость, уверенность и эмоциональную сдержанность. Девочке прививают совсем другие качества.

Все мы - из каменного века

Из глубокой древности, когда мужчина был добытчиком и защитником, остались первобытные инстинкты - не показывать своих слабостей, быть сосредоточенным, всегда готовым к обороне. Отсюда легко объяснить инстинктивное желание мужчин садиться так, чтобы видеть дверь и по возможности большую часть помещения, чтобы как можно меньше происходило за их спиной!

Женщины унаследовали функции хранительницы очага и воспитательницы детей. С тех пор, когда поддержание огня было одной из ее функций.

А как насчет мозгов?

Мозг женщины в среднем на 200 г легче мужского. Но относительно массы тела мозг средней женщины больше мужского, у нее лучше развито взаимодействие обоих полушарий мозга.

Современные знания о функциональной специализации правого (образно-двигательная деятельность) и левого (абстрактно-мыслительная деятельность) полушарий головного мозга позволяют сделать вывод, что функционально мужчины преимущественно лево-, а женщины - правополушарные существа (речь идет не о качестве деятельности мозга, а о половых особенностях этой деятельности).

Именно этим объясняется преимущество мужчин в абстрактном мышлении, в пространственном воображении и действиях, а женщин - в точности движений и лингвистических способностях.

Исторические корни

В течение долгой человеческой истории мужчине приходилось жить на пределе физических возможностей. Охота, бой, освоение и защита новых земель - все это требовало предельного напряжения сил, с последующим их восстановлением в состоянии покоя.

Так исторически сложился характер, основанный на резкой смене активности и пассивности.

Женщины, привыкшие к более равномерной, но и более длительной нагрузке, не понимают мужчин: "Пришел с работы - и залег!" А мужчина просто так запрограммирован: покой, полное расслабление после периода активности.

Женщины хотят видеть мужчин другими

Характеристика Сар-Диноила

Различия женского и мужского поведения и суждения формировались веками. Вот как классифицирует эти различия арабский врач и философ Сар-Диноил в своем "Курсе развития скрытых душевных сил человека":

Общение женщины и мужчины

Не шути с женщиной.

Эти шутки глупы и неуместны.

К. Прутков

Потребность в общении

Уже маленькие девочки гораздо проворнее мальчиков в своей речи. С годами это преимущество сохраняется.

Средний объем общения у женщин более чем в полтора раза превосходит объем общения мужчин.

Общение на работе

Потребность в общении многих женщин так велика, что если в течение рабочего дня женщине не удастся "поболтать", то это отрицательно сказывается на их настроении, производительности и качестве труда. На некоторых "женских" предприятиях были введены перерывы на 5-10 минут для коммуникаций. На других - столы работниц переставили так, чтобы они могли разговаривать, не отвлекаясь от работы. Эти меры оказались экономически целесообразными.

Конфликты

Различная потребность мужчины и женщины в общении служит источником многочисленных конфликтов в семьях. В большинстве случаев муж в течение рабочего дня вполне удовлетворяет свою потребность в общении.

Жена же далеко не всегда, ибо потребность ее значительно больше. Поэтому она надеется восполнить дефицит общения дома.

Но не тут-то было. Муж молчит, на вопросы - буркнет что-то в ответ. Рассказывать ему - не слушает, а то и уходит к телевизору.

Жена, конечно, - в обиду: "Ты со мной и поговорить не хочешь, и внимания на меня не обращаешь" и т.п. и т.п.

А дело здесь просто в незнании психологии друг друга. Отсюда и пожелание мужьям и женам: идти навстречу друг другу в вопросе о "норме" общения.

Цели

Для женщин важен процесс общения, для мужчин - результат.

Мужчины лучше общаются, когда знают цель разговора. Начало "Давай поговорим" подходит для разговора подруг, но не для разговора с женщиной.

Говорить с женщиной нужно не намеками, а прямо о том, что вы хотите.

Там, где мужчина предпочитает заставить и купить, женщина стремится очаровать или расположить к себе собеседника.

О чем говорят

Слабость многих женщин - посудачить о доме, обновах, а то и пересуды. Мужчины

больше говорят о работе, политике и спорте.

Мужчины больше любят говорить о своих успехах, а женщины - о своих неудачах.

Размышления

Мужчина предпочитает размышлять молча, высказывает лишь окончательный результат.

Женщина думает вслух, что воспринимается мужчиной как болтовня. Типичный мужской вопрос (не всегда, правда, задаваемый вслух): "Когда она думает, если все время говорит? "

Свои чувства мужчины выражают сложнее, чем женщины.

Перебивание собеседника

Женщина реже, чем мужчина, перебивает собеседника, она лучше видит собеседника и понимает его чувства.

Перебив, женщина возвращается затем к тому моменту разговора, который тогда обсуждался.

Мужчина перебивает женщину в 2 раза чаще, чем та его.

Слушание

Женщина слушает внимательно намного дольше, чем мужчина.

Мужчина в среднем слушает женщину внимательно всего лишь 10-15 секунд, после чего склонен дать ответ, не уточняя информации.

Мимика

При разговоре женщины чаще мужчин улыбаются и смотрят в глаза. Мужчины, разговаривая, часто смотрят в сторону.

Заикаются женщины очень и очень редко.

Из сравнения результатов, полученных при оценке выражения мужских и женских лиц, следует, что по мимике большинство эмоций (страх, отвращение, радость, гнев, удивление) более точно распознается у женщин.

Например, удивление - у 96%, страх - у 85% женщин. Только горе распознается лучше на лицах мужчин (58% против 50% у женщин).

Кто кого обманет?

Женщина всегда может обмануть мужчину. Но лишь немногим мужчинам удастся обманывать женщину. Те, кто самонадеянно думает иначе, могут не обольщаться: из того, что женщина не ловит на вранье, еще не следует, что ее удалось провести: просто она не хочет загонять в угол мужчину, боясь разрыва с ним.

А. Моруа принадлежит следующее наблюдение: "Мужчины лгут ненатурально. Женщины, которые делают это с поразительным мастерством, мгновенно обнаруживают у них малейший оттенок лжи. В тоне, которым говорит виноватый муж, есть нарочитая непринужденность и нотки чрезмерной естественности предательски выдают..."

Невербальные сигналы

Причина высокой чувствительности женщины к скрываемому подтексту - во врожденном умении замечать и расшифровывать (так называемые) невербальные сигналы: позы, жесты, телодвижения, совершаемые в момент речи. Они производятся подсознательно и выдают состояние говорящего.

Подробно со значением многих жестов можно познакомиться по книгам А. Пиза, Ниренберга и Калеро, а также, нашим книгам "Как управлять..." и "Психология и этика делового контакта", приведенным в списке литературы.

Благодаря всему вышесказанному, женщины в переговорах более удачливы, нежели мужчины.

Комплименты

Принято говорить женщинам комплименты, потому что они в этом крайне нуждаются ("женщины любят ушами"). Но мужчины реагируют на комплименты в их адрес не менее благожелательно, чем женщины, только внешние проявления у них скупее. Не избалованные комплиментами люди (и мужчины и женщины) принимают благосклонно и лесть, хотя

женщины в целом более придирчивы к качеству комплимента.

Знатоки женщин утверждают, что такое банальное утверждение мужчины в споре с женщиной, как "ты - мое самое дорогое сокровище", является самым неотразимым аргументом, умиротворяющим женщину.

Критичность

Женщины значительно более самокритичны относительно своей роли в обществе, нежели мужчины. Но они же более склонны к образованию стереотипов поведения и с большим трудом признают, что его можно усовершенствовать.

Женщины критичнее относятся к своей внешности, чем мужчины к своим способностям. Мужчины более критично относятся к собеседникам, нежели женщины.

Краткость

Мужская речь более кратка, чем женская, поскольку мужчина более категоричен в суждениях. В женской речи много неопределенности, в ней одновременно незримо присутствуют и "да", и "нет", и "может быть". А это требует большего времени для изложения.

Неопределенность создается за счет условных наклонений, которых женщина употребляет в 2 раза больше, нежели мужчина. В 5 раз больше у нее ограничительных выражений (типа "в случае необходимости").

Женщины в 3 раза чаще задают вопросы и говорят "не так ли?", "да?", "нет?", "правда?". И извиняются гораздо чаще мужчин.

Тональность

Женщины придают большое значение тональности разговора, болезненно реагируя на ужесточение тона. Мужчины же категорический тон, если он уместен, воспринимают, как правило, без каких-либо отрицательных эмоций.

Краткий курс "мужского" языка

Этот раздел целиком адресован прежде всего женщинам.

Правила, сформулированные в нем, помогут им общаться с сильным полом.

1. Разговаривая с мужчиной, старайтесь сначала сказать о самом главном и только потом говорите о деталях, которые могут привлечь его внимание. Женщины обычно любят начинать рассказ с мелких подробностей, постепенно нагнетая напряжение, и только "под занавес" произносить ударную реплику, ради которой рассказывалась вся история. Часто к этому моменту мужчина уже теряет интерес к разговору, перестает слушать.

Характерный пример: женщина ждет не дожидается мужа, чтобы рассказать ему, как ей удалось самой починить водопровод. Она начинает со слова: "Я принесла в ванную полотенца и вдруг заметила, что подтекает вода в унитазе. Я подергала за ручку, как ты мне говорил, но это не помогло". Муж к этому моменту уже или встает, чтобы звонить водопроводчику, или лезет в ящик со слесарными инструментами. Жена кричит ему вслед: "Я не успела тебе досказать, я все починила сама!"

2. Постарайтесь понять и принять то, что мужчины гораздо чаще женщин стремятся прекратить разговор. Возможно, ваш приятель, громко прерывая вас на полуслове, вовсе не хочет вас обидеть. Поэтому вместо того, чтобы молча проглотить обиду, постарайтесь нейтрализовать момент комментариями типа "...я говорила о том, что..." или "извини, но я не закончила". Мужчины в подобных случаях обычно настаивают на своем именно такими фразами, но женщины редко решаются на подобное и, как правило, молча обижаются.

Кроме того, голос женщины обычно звучит тише, чем мужской, и поэтому им приходится напрягать голос, чтобы их слышали. И все-таки доказывайте свою правоту спокойно (но твердо!), и вы завоеуете большее уважение партнера.

3. Не говорите "я чувствую", говорите "я думаю" - это придаст вашим словам больший вес и поможет избежать обвинения в иррациональности. Суждение "Думаю, что ты слишком несдержан" звучит как хладнокровное наблюдение, а слова "Я чувствую, что ты недостаточно сдержан" будут восприняты как жалобное нытье.

4. Смирись с тем фактом, что мужчины используют больше существительных и

глаголов, а женщины - прилагательных и наречий. Если мужчина говорит, что это "мило", считайте это наивысшим комплиментом и не пытайтесь вытянуть из него прилагательные в превосходных степенях.

Конечно, языковые различия между мужчиной и женщиной могут одинаково взбесить представителей обоих полов (Ах, какие женщины сентиментальные болтушки! Ах, какие мужчины скупердяи на слова!), но если научиться расшифровывать язык противоположного пола и понять, что на самом деле скрывается за тем или иным высказыванием, это будет значительно способствовать взаимопониманию.

Типичная история: жена потратила массу времени и сил, чтобы приготовить на ужин мужу нечто вкусненькое. Пока он смачно уплетал приготовленное кушанье, она ждала восхищенных комплиментов. Уже подавая десерт, не выдержав, спросила:

- Ну, как?

- Неплохо, - ответил муж.

- Правда, вкусно? А что тебе больше понравилось?

- Я же сказал, что все понравилось. Жене захотелось заплакать: какая бесчувственность! Какая неблагодарность! Вытягивай из него доброе слово.

А дело все в том, что мужчины очень скупы на слова и редко кто из них щедр на комплименты.

5. Не говорите громко и заканчивайте предложение, понижая, а не повышая голос, особенно если речь идет о каком-то важном и волнующем вас предмете. Как бы вы ни волновались в этот момент, постарайтесь не забыть, что повышение голоса к концу предложения почти превращает его в вопрос, а понижение придает вашему тону уверенность и убедительность.

Постоянная же вопросительная интонация может произвести впечатление допроса.

6. Никогда заранее не занимайте оборонительную позицию. Избегайте даже формальных извинений за то, что не имеет к вам никакого отношения, за что вы не отвечаете. Комментарий типа "мне очень жаль, что тебе снова не дали прибавку к зарплате", автоматически делает его жертвой, а вас, соответственно, преступницей. Слова: "Это просто позор для них, что они не дали тебе прибавку, но я уверена, что в следующий раз ты обязательно ее получишь", - делают вас союзниками, показывают, что вы можете встать на место обвинителя, а не просто посочувствовать.

7. Согласитесь с необходимостью не соглашаться. Многие женщины расценивают разницу мнений как размолвку.

Мужчинам, как правило, импонирует возможность поспорить, показать свою правоту, привести убедительные аргументы; женщинам же традиционно отводится миротворческая роль. Когда в следующий раз вы с вашим партнером не сойдетесь во мнениях, используйте это различие для того, чтобы побольше узнать друг о друге. Возможно, вам обоим удастся выяснить много интересного, и в конце концов вы сумеете извлечь из этого много полезного.

8. Мужчины ненавидят вести дискуссии с женщинами поздно вечером. Дело в том, что 1) в эмоциональных вопросах мужчина чувствует свое уязвимое положение, и попытка завязать разговор, когда он уставший, воспринимается как нечестная игра; 2) мужчины опасаются, что дискуссия затянется и это помешает ему высказаться.

Краткий курс общения с женщиной (пожелания мужчинам)

1. Для женщин очень важно выговориться. Поэтому постарайтесь выслушать собеседницу, по возможности не перебивая.

2. Постарайтесь понять ее, учитывая, что женщины часто начинают не с главного, оно может быть между строк или в конце ее высказывания.

3. Старайтесь избежать малейшего проявления неуважительного отношения к женщине. Женщины болезненно воспринимают такие "мелочи", как то, что с ней не поздоровались, не предложили сесть.

4. Грубость в присутствии женщины, даже не обращенная к ней (например, ругательства, мат) травмирует ее.

5. Так же действует и неуважительный отзыв о женщинах вообще или намек на пренебрежительное к ним отношение.

6. Нежелательно восхищаться какой-то конкретной женщиной в присутствии другой (или других).

Как по тексту речи установить, кто автор - мужчина или женщина

Различия в устной речи мужчины и женщины были замечены лингвистами довольно давно. Еще в XIX столетии они обратили внимание, что во многих случаях женщины и мужчины говорят по-разному, а в отдельных ситуациях их речь может различаться значительно.

Мужчины восприимчивее к новому в языке. В их речи больше неологизмов и терминов, Речь женщины более нейтральна, статична, в ее лексиконе чаще можно найти устаревшие слова и обороты, архаизмы, диалектные слова.

Эмоциональность

Речь женщины обычно эмоциональнее речи мужчины, это проявляется в большем употреблении аффектированной и эмоционально окрашенной лексики, междометий, метафор, сравнений, эпитетов. Женщины употребляют больше слов, описывающих чувства, эмоции, психофизиологические состояния. В то же время женщина в своей речи старается избегать элементов "панибратского" обращения: кличек, прозвищ, унижительных обращений.

Цвета

Были обнаружены интересные факты в использовании женщиной и мужчиной прилагательных, обозначающих названия цветов. У женщины словарь цветообозначений шире. Она употребляет больше специфических названий цветов, многие из которых являются иностранными заимствованиями: "муав", "перванш", "мандента", "беж".

В речи мужчины чаще, чем в речи женщины, встречаются названия основных цветов насыщенных тонов - красный, черный, темно-синий, женщина же отдает предпочтение ненасыщенным - розовому, темно-красному, желтому и голубому.

Части речи

В речи женщины больше сложных прилагательных, превосходных степеней качественных прилагательных, наречий и союзов. Женщины в своей речи чаще используют конкретные существительные, а мужчины - абстрактные. Относительное количество существительных, приходящихся на одно высказывание, в речи мужчины значительно выше.

Было отмечено, что мужчины больше пользуются глаголами активного залога, а женщины - пассивного. Объясняют это тем, что мужчина в обществе занимает более активную позицию, нежели женщина. В речи мужчины вопросительных, повелительных и отрицательных предложений больше, чем в речи женщины (особенно четко эти различия видны в использовании повелительных предложений). Следует подчеркнуть и то, что на выражение мыслей одного содержания женщина тратит больше слов, чем мужчина.

Престижность

Одной из наиболее характерных черт речи женщины является ее стремление к употреблению "престижных" (то есть ориентированных на установленный обществом образец) языковых правил и норм, тогда как речь мужчины более небрежна и раскрепощена.

С социальной престижностью связан и тот факт, что женщины в своей речи больше, чем мужчины, используют литературные формы слов и образцы речи. Женщина ориентируется на "открытый" социальный престиж, т.е. на общепризнанные нормы социального и речевого поведения, в то время как мужчина тяготеет к фрондированию - отклонению от установленных норм и правил общения.

Стереотипы пола

С понятием "социальной престижности" тесно связано понятие "стереотипа пола". Это система обусловленных предписаний того, что должна делать и какой быть в обществе женщина, а каким - мужчина: в поведении, навыках, помыслах, устремлениях, характере, внешнем виде и пр. Отклонения от нормативных образцов поведения (в том числе и речевого) для женщины в гораздо большей степени грозят опасностью общественного

отторжения, чем для мужчины. Отсюда и более вежливый, "предупредительный" характер разговора у женщины.

Образование

Влияют на степень проявления различий в речевом поведении и такие социальные факторы, как уровень образования, социальное окружение, профессиональная деятельность. С повышением уровня образования несколько уменьшаются различия в речи мужчины и женщины. Характерно, что у представителей средних слоев наблюдается самая высокая степень различий в речи мужчины и женщины, а также самая высокая ориентация женщины на "корректные", "престижные" формы речи.

Женственность и мужественность

*Мужчины, которые не прощают
женщине их маленьких недостатков,
никогда не наслаждаются их великими достоинствами.
Д. Джербан*

Говорят о женственности, как о черте, украшающей женщин. С другой стороны, слова "мужчина" и "мужество" имеют один корень; тем самым подчеркивается необходимое преобладание у мужчин волевых качеств.

Хотя бывают мужчины в какой-то степени женственные и женщины мужественные (а иногда и мужеподобные). Такое впечатление на других производят или внешностью, или своим поведением.

Сила и слабость

Мужчине положено быть сильным; в основе женственности - использование права на слабость. Право это - своеобразная, требующая своего признания сила - сила привлекательной слабости. Она претендует не только на внимание, на снисхождение к себе, но даже и на повиновение; иногда претендует категорически и безапелляционно. Мужественность не терпит никакого к себе снисхождения.

Мужественность оперирует преимущественно правом разума, физической силы и логики. Женственность - правом непосредственных побуждений, часто вопреки логике, разуму и физической силе; реальный факт - привлекательность - не нуждается в логических обоснованиях. Сила женственности заключена, таким образом, в уязвимости партнера, в его зависимости.

Например, желание мужчины обладать женщиной ставит его в зависимость от нее - ведь ее встречного желания надо еще добиваться!

Привлекательность для партнера - обещающая, дразнящая и ускользающая - делается своеобразной, но вполне реальной силой, преодолевающей иногда все другие. Распространенная форма использования этой силы - кокетство. Кокетство может быть и весьма тонким, скромным, изящным и остроумным. В последнем случае оно и есть сущность женственности.

Мужчины действуют инициативно, наступательно, прямоком двигаясь к цели. Женственности свойственна склонность не распоряжаться инициативой, а пользоваться ею, но не так и не для того, для чего она в каждом случае предоставляется. Женственность обнаруживается преимущественно не в наступлении и не в обороне, а в контрнаступлении - в таком маневрировании в контрнаступлениях, которое в итоге может оказаться самым настойчивым, энергичным и умело проведенным наступлением, но наступлением как бы вынужденным. Для женственности характерно не превращение определенной стратегии в тактику, а наоборот - возведение тактики до уровня стратегии. Не логический ход от цели к средству, а своеобразное использование чуть ли не любого средства - говоря словами Джавахарлала Неру, "средства управляют целью и меняют ее".

Цели

Женственность обнаруживается в умении бороться преимущественно за цели позиционные - постепенное накопление преимуществ. Например, создание у мужчины чувства вины или долга, сексуальной зависимости. О силе позиционных методов говорит то, что в случае развода при равных правах на детей, квартиру, имущество все это обычно достается жене, а супруг получает только свободу и алименты.

Сила женственности уменьшается в деле как таковом, где конкретные знания и умения обеспечивают успех. Если женщина проявляет высокое мастерство в деловой борьбе и занята только делом, она теряет долю женственности, хотя в другое время, может быть, обладает ею в избытке (директриса, например). В борьбе же позиционной, в области оттенков, многозначных намеков и подразумеваемых обобщений сила женственности находит себе полное применение.

С позиций женственности (если позволено так выразиться) любые деловые результаты борьбы суть следствия взаимоотношений, достигнутых в борьбе позиционной. С позиций мужественности, наоборот, те или иные взаимоотношения - результат борьбы деловой.

Поэтому мужественность тяготеет к борьбе за немедленный выигрыш в настоящем времени, а женственность - к борьбе за будущее, не слишком отдаленное. (Не случайно рекламное дело - одна из сфер эффективного применения женских способностей.)

Логика

Логика женственности своеобразна, причудлива - похожа на логику каприза. Исходной посылкой в ней служит факт симпатии или антипатии (например, это проявляется при голосовании на выборах), а на этой эмоциональной посылке может быть воздвигнута цепь логических выводов и умозаключений с учетом множества самых разнообразных факторов...

Мужественность требует логики общеобязательной и, следовательно, претендующей на объективно обоснованные исходные положения. Эта сугубо деловая логика бывает прямолинейна и безжалостна; в ней проявляется уверенность в себе.

В представлениях о партнере - о соотношении интересов и сил - с наибольшей ясностью обнаруживается то, что женская логика ставит дело в зависимость от взаимоотношений. Более обстоятельно о женской логике мы еще поговорим в следующей главе.

Антагонизм

При явно и откровенно антагонистических взаимоотношениях с партнером женственность не является силой, а борьба с врагом требует от женщины мужественности. Неприкрытая враждебность делает логику женственности бессмысленной. Женственности свойственно поэтому либо маскировать враждебность дружественностью, либо находить в интересах партнера хоть что-то объединяющее, родственное своим интересам. Если это удастся, то возникает чаще всего позиционная борьба с позиций кажущейся дружественности за дальнейшее сближение. Здесь женственность находит себе применение и нередко дает конкретные деловые результаты. Но если в такой борьбе враждебность, вызванная сопротивлением партнера, прорывается наружу, женственность пропадает. Поэтому женщины избегают ссор между собой в присутствии мужчин, мнением которых дорожат.

Дружественность

Дружественность как характерная черта женственности своеобразна. Эта дружественность в некоторых границах, идущая не до конца, не беспредельна. Такая незавершенность дружественности вытекает из склонности деловую борьбу заменять позиционной и ставить в зависимость от последней. Позиционная борьба подразумевает некоторую недоговоренность во взаимоотношениях, поэтому принятая и признаваемая обеими борющимися сторонами дружественность должна быть неполной, не окончательной.

Склонность к полной и окончательной ясности во взаимоотношениях - черта, характерная для мужественности: от дружественности, ограниченной пределами вполне конкретного дела, до дружественности безусловной, беззаветной и безграничной,

характерной для юности. "Женщины умеют любить сильнее, нежели большинство мужчин, но мужчины более способны к истинной дружбе", - утверждает Лабрюйер.

Женщины отдают дружбе лишь то, что берут займы у любви. Ларошфуко принадлежат слова: "Женщины оттого так безразличны к дружбе, что она кажется им пресной по сравнению с любовью".

Мужчина может питать иллюзии относительно дружбы с женщиной. Она же считает его в худшем случае ухажером-неудачником, в лучшем - запасным вариантом на будущее.

Залогом истинной дружбы между женщинами могут быть только абсолютно разные взгляды на то, что такое желанный мужчина. Так что не случайны коварные предательства со стороны "лучших подруг".

Поэтому на сакраментальный вопрос школьных диспутов: "Возможна ли дружба между мальчиком и девочкой?" - можно ответить однозначно: конечно нет. Слишком разнятся взгляды представителей полов на дружбу, как, впрочем, и на большинство других явлений жизни.

Обмен информацией

В характере обмена информацией женственность и мужественность проявляются в признаках, вытекающих из тех, что мы сейчас рассмотрели. Стремление женщины к использованию инициативы в контрнаступлении влечет за собой скупость в выдаче информации, намеки на ее многозначительность - стремление так повернуть диалог, чтобы держась как бы темы партнера, в действительности перевести его на свою тему (например, говоря о деле, в действительности вести разговор о взаимоотношениях, а говоря о взаимоотношениях, клонить к делу).

Склонность к позиционной борьбе обнаруживается в пренебрежении к деловой конкретности высказываний и в повышенном внимании к тому, куда партнер клонит - какие обобщения он подразумевает. В обмене информацией женственность тяготеет, таким образом, не столько к обмену смыслом произносимых речей, сколько к обмену тем, как эти речи и слова произносятся. Пауза, жест, интонация в таком обмене могут играть решающую роль.

Для женственности характерна чрезмерная откровенность при некоторой загадочности, многозначности выражений, которые влекут за собой различное толкование одних и тех же выражений разными людьми в различное время. Мужественность в обмене информацией тяготеет, наоборот, к однозначности и определенности.

Чувство меры

Черты мужественности, как и черты женственности, взаимосвязаны. Любая отдельно взятая черта из тех, например, что были рассмотрены, не создает женственности или мужественности в целом, а любая в гипертрофированном виде разрушает то и другое. Так, скажем, деловитость, точность и определенность поступков сами по себе могут ничем не напоминать мужественность, а воплощать лишь педантизм. Также грубо преувеличенный интерес к взаимоотношениям между людьми, жадное стремление заниматься только этой стороной жизни окружающих - это уже не женственность, скорее, карикатура на нее...

Как только мужчина начинает хоть сколько-нибудь кичиться своим правом и своей силой, демонстрируя их специально, а тем более неудачно, - он теряет в мужественности. Подобным же образом как только женщина начинает сознательно, преднамеренно пользоваться своей привлекательностью, то есть своей женственностью, - она тут же начинает ее терять: не зря говорится - от великого до смешного - один шаг.

Каждому человеку в повседневном поведении присуща какая-то, мера женственности и мужественности, но мера эта может не отвечать требованиям традиции. В жизни даже самый мужественный человек бывает то более, то менее мужествен, в зависимости от того, с кем, за что и в каких обстоятельствах он борется. Самая женственная женщина также то более, то менее женственна в зависимости от множества причин. Поэтому поиски меры и разнообразия степеней как мужественности, так и женственности могут содействовать выразительности личности и достижению ею своих целей.

Школьные стереотипы

В 1981 г. Хартли опубликовал работу, в которой проанализировано, как мальчики и девочки оценивают поведение в школе представителей собственного и противоположного пола. Было обнаружено, что мальчики оценивают поведение девочек только в положительных тонах, а свое собственное - и в положительных, и в отрицательных, в то время как девочки определяют свое собственное поведение как хорошее, а мальчиков - как плохое. Авторская интерпретация полученных данных сводится к тому, что роль школьника и школьницы по-разному соотносится с полоролевыми стереотипами. По мнению Хартли, быть "хорошей" школьницей и "настоящей" женщиной, в общем, не противоречит одно другому. Но быть хорошим (прилежным) школьником и в то же время чувствовать себя "настоящим" мужчиной - это вещи в определенном смысле противоположные.

Если сопоставить это с данными раздела 1.1 о преимущественно "женских" качествах (старательность, исполнительность, следования правилам, умение подчиняться) и преимущественно мужских (агрессивность, уверенность в себе), то получается, что быть хорошей ученицей и легче, и престижнее, чем хорошим учеником, ведь "настоящий мужчина" не должен быть послушным. Это, по-видимому, и объясняет то, что девочки, как правило, учатся старательнее мальчиков.

Активность

Главная особенность мужчины - это высокая активность. Женщины менее активны, и не только сами по себе. Установлено, что в некоторых видах деятельности женщины очень часто проявляют меньшую активность в присутствии мужчин, чем последние в присутствии лиц своего же пола. В этом смысле показательны результаты наблюдений Ф. Стродтбека и Р. Манна за процессом общения присяжных заседателей, свидетельствующие, что мужчины значительно превосходят женщин участием в предшествующей принятию вердикта дискуссии. Аналогичные факты получены и другими исследователями. Например, Е. Эрих обнаружено, что при решении дискуссионных задач в смешанных (по признаку пола) группах мужчины являлись инициаторами 2/3 всех коммуникативных актов в группе. Кроме того, было также показано, что в смешанных группах женщины реже становятся лидерами и проявляют меньшую склонность, чем мужчины, добиваться этой роли.

Приведенные выше данные объясняются стремлением мужчин доминировать в группе, в частности, в силу наличия определенного культурного стандарта поведения: от исполнителя мужской роли ожидают и соответствующего поведения.

Оценки

Подобного рода стандарты сказываются и на установках, в свою очередь влияющих на оценку успешности действий лиц разного пола. Так, Р. Раис с сотрудниками, первоначально измерив установки курсантов военной академии относительно женщин, далее объединяли их в группы из трех человек (все мужчины) для участия в эксперименте. Часть групп возглавлялась мужчинами, а часть - женщинами. В результате была выявлена любопытная закономерность. Когда успеха в решении задачи добивалась группа, возглавлявшаяся женщиной, члены группы приписывали успех, главным образом, везению. Когда же такая успешная группа возглавлялась мужчиной, считалось, что успех обусловлен в основном его личными качествами (способностями, умениями).

В соответствии со сложившимися стереотипами хорошее выполнение задачи, высокий результат в чем-либо, достигнутый мужчиной, чаще всего объясняются его способностями, а точно такой же результат, достигнутый женщиной, объясняется ее усилиями, "случайной удачей".

Мак-Ки и Перрифс пришли к выводу, что в целом мужчинам приписывается больше положительных качеств, чем женщинам. И наконец, эти авторы обнаружили, что мужчины демонстрируют гораздо большую согласованность в отношении типично мужских качеств, чем женщины - в отношении женских.

Женщины более объективны в отношении к мужчинам, чем к женщинам. Известно также ревностное отношение женщины к успеху другой - даже лучшей подруги.

Статус в обществе

Известно, что великий древнегреческий мудрец Платон благодарил богов за восемь оказанных ему благодеяний. Первым он считал то, что они дали ему возможность родиться свободным, а не рабом; вторым - что он родился мужчиной, а не женщиной. Такая же мысль высказывается в утренней молитве мужчин-евреев: "Хвала тебе, о Боже, господь наш и владыка мира, что не родил ты меня женщиной". Женщины же еврейки молятся в соответствующем месте этой утренней молитвы следующим образом: "...который сотворил меня по воле своей".

Так что исторически сложилось предпочтительное положение мужчины в обществе. Этим, по-видимому, объясняются многие из приведенных выше преимуществ, отдаваемых мужчинам.

Именно в силу более низкого статуса женщины в нашем обществе мужчин нередко возмущает неуместное, по их мнению, "выпячивание" женской сущности. Многих мужчин просто бесит, когда, занимаясь сугубо мужским делом (как они считают, например - политикой), женщина оперирует такими высказываниями: "Я, как женщина..." Причину своего раздражения объясняют так: "Если ты женщина, то и занимайся женскими делами, не лезь в мужские дела!"

А если поменяться?

Несмотря на свой более низкий статус в обществе, мало кто из женщин желал бы поменяться с мужчиной своей ролью, участью и обликом (транссексуалов мы в расчет не берем - здесь аномалии носят характер ошибки природы, мужчины и женщины здесь в равном положении). Народная поговорка гласит: "Лучше раз в году родить, чем день-деньской бороду брить".

Дорожа своей принадлежностью к прекрасной половине человечества, женщины тем не менее не мирятся со сложившимся положением.

Движение феминисток в развитых странах борется с дискриминацией, "мужским шовинизмом", выражающимся в разной оплате за одинаковый труд, ограничениях в приеме на работу, трудностях продвижения по служебной лестнице и т.п. Результаты кое-где просто впечатляющие. Например, в США женщине не имеют права отказать в приеме на работу, например, докером. И управляющим приходится изобретать всевозможные требования к силовым качествам, чтобы отсеять претенденток на этот тяжелый труд.

Но еще больших успехов добились феминистки по части предотвращения "сексуальных домогательств" на службе. О том, к чему это привело на деле, мы расскажем позднее. А пока лишь отметим, что феминистки повели атаку далее на английский язык как на дискриминирующий права женщин.

Они насчитали в нем 200 слов для описания женщин легкого поведения и только 20 - для лавеласов. Вспоминается в связи с этим один из рассказов популярного сатирика Михаила Задорнова. В Израиле одна из газет обвинила его в антисемитизме за то, что он мало издевается над евреями, тем самым обходя их вниманием.

Самооценки

Мужчины более уравновешенны в самооценках, нежели женщины. Причем наблюдается это с детства.

В Петербурге специалисты проанализировали сотни дневников, в Минске - тысячи самохарактеристик мальчиков и девочек. Самохарактеристики мальчиков более объективны, их дневники касаются деятельности, реальных событий, и в меньшей степени взаимоотношениям, чему главным образом посвящены дневники девочек. Эти особенности сохраняются и в юношеском, и в зрелом возрасте.

Открытость

В эксперименте испытуемым предлагалось прослушать текст записи, где в одном варианте мужчина, а в другом - женщина рассказывали о себе и своей жизни. Независимо от пола рассказчика текст был абсолютно идентичен. Но когда после прослушивания испытуемым предложили выразить свое отношение к этому человеку, женщина была

оценена гораздо выше, чем мужчина. Это привело к выводу, что, исходя из представлений о мужественности, широко распространенных в культуре, мужчина, рассказывающий нечто о себе "первому встречному" (каковыми в каком-то смысле и были испытуемые), воспринимается как человек слабый, невротичный и зависимый, женщина же, совершающая то же действие, воспринимается как открытая и доверчивая.

Компетентность

Психологи Тейнер и Дау установили, что в тех случаях, когда женщина выполняет мужскую работу, например выступает в роли следователя при расследовании преступления и делает это компетентно, и признается авторитетами в этой области, то она воспринимается испытуемыми обоего пола как заслуживающая большего признания, чем мужчина. Фактор "усилий" приобретает в этом случае "стабильный" характер и положительную оценку, подобно тому как это происходит обычно при объяснении успехов мужчин.

Расположение

Однако в чисто личностном плане компетентность оказывается для женщин скорее отрицательным, чем положительным фактором; высококомпетентные женщины не пользуются расположением ни мужчин, ни женщин. Такой вывод логически следует из очень интересного экспериментального исследования Хаген и Кан. В ходе своего эксперимента они установили, что:

1. В целом мужчины и женщины стремятся исключить из своей группы компетентных женщин, причем эта тенденция наблюдается в условиях кооперативного и соревновательного взаимодействия.

2. Мужчины в целом оказывали предпочтение компетентным женщинам только тогда, когда по условиям эксперимента не требовалось никакого выполнения задачи - ни кооперативного, ни конкурентного характера.

3. Мужчины с традиционными (консервативными) установками на отношения полов исключали из своей группы компетентных женщин только в соревновательных условиях, выдвигая при этом на роль лидеров, напротив, женщин некомпетентных.

4. Мужчины с более "либеральными" взглядами исключали, из своей группы компетентных женщин реже и признавали в них лидеров чаще, чем "консерваторы", однако не чувствовали к ним (компетентным женщинам) никакого расположения.

Авторы интерпретируют полученные ими данные тем, что высокая компетентность женщины опровергает существующие стереотипы. При этом возникает несколько способов отреагировать на это противоречие:

- 1) изменить стереотип;
- 2) опровергнуть факт наличия компетентности;
- 3) вообще устранить противоречие путем фактического устранения, исключения компетентной женщины из группы.

Два последних оказываются более предпочтительными (поскольку изменить стереотип - сложнее всего), причем это наблюдается не только в экспериментальной ситуации, но, что значительно важнее, и в реальной жизни. Проигрыш женщине в соревновании, считают Хаген и Кан, особенно для мужчины с консервативными, традиционными установками на взаимоотношения полов, почти всегда означает снижение самооценки, поскольку в соответствии с неписаными нормами, существующими в традиционной западной культуре, "настоящий мужчина превосходит женщину и всегда должен ее обыграть".

Стереотипы и СМИ

Каким образом различные социальные институты, литература, искусство, средства массовой информации и т.д. способствуют (или препятствуют) формированию и распространению стереотипов? В работе Мэнстед и Мак-Кавлоч изучались образы мужчин и женщин в рекламных программах Британского телевидения. Авторы пытались выяснить, существуют ли различия в изображении потребителей и потребительниц, и если да, то в чем они заключаются.

Такие различия действительно были получены. В целом суть этих различий совпадает с

традиционными стереотипами. Мужчины чаще всего изображаются как рассуждающие и оценивающие товар, понимающие объективные причины его покупки, действующие независимо, ориентированные на практическое использование приобретаемых предметов.

Женщины обычно изображаются как не обсуждающие и не оценивающие достоинства приобретаемого товара, а как движимые субъективными причинами и в его приобретении (эмоциями и желаниями), как занимающие дополнительные и зависимые роли (жены, любовницы, подруги).

Таким образом, реклама способствует закреплению в сознании новых подрастающих поколений исторически сложившихся стереотипов. И это не случайно: как элемент массовой культуры реклама хочет понравиться потребителю, а это значит, что она должна подыгрывать уже сложившемуся у большинства мнению. Попытка же сломать стереотипы грозит оттолкнуть от себя потенциального покупателя.

Неудовлетворенность

Если мужская неудовлетворенность адресуется строго ко Вселенной или по крайней мере к политическим событиям, а в объятиях женщины мужчина находит покой и теряет себя, то неудовлетворенность женщины относится как раз к сфере взаимоотношений с мужчиной, Вселенная же ее вполне устраивает.

Мужчины всюду немного чужие, в них есть что-то от бродяг, но внутри они как раз существа домашние.

У женщины же дар превращать в жилье любое место и делать его уютным. Женщина в мире уютна, но у нее нет мира в душе.

Женщины создают комфорт, а вот нуждаются в нем мужчины больше, чем женщины. Не случайно бытовые трудности и неудобства мужчины переносят тяжелее женщин.

Три момента мужского начала

1. Направление.
2. Организация.
3. Точка (концентрация).

Мужчина стремится руководить, задавать направление, принимая наиболее ответственные, направляющие решения.

Любит организовывать, командовать.

Ставит точку: последнее слово должно быть за ним.

Три момента женского начала

1. Предоставление пространства.
2. Заполнение его.
3. Освоение.

Например, купили мебель - муж рассуждает, куда что поставить. Но жена советует, влияет на него, тем самым предоставляя пространство (для мебели в данном случае).

Женщина заполняет и осваивает пространство квартиры множеством мелочей (салфеточки, вазочки, тарелочки, картинки на стене). Для мужчин эти мелочи не существуют, они для него - чужой мир, именно потому, что заполнение и освоение пространства - это мир женщины. Именно этим она и создает уют.

Красота спасет мир

Одно из проявлений этого - природная склонность женщины ко всему красивому и изящному. Несмотря на свой практицизм, женщина предпочитает прекрасное полезному.

Например, любовь женщин к цветам. Многие мужчины, даже те, кто дарит женщинам цветы, не понимают, почему они так нравятся женщинам. Ведь на эти деньги можно приобрести что-то более полезное и дольше радующее сознание, чем растения, век которых недолог. Ах нет.

Внешность

Женщина раньше ощущает и сознает свою половую принадлежность, отсюда повышенный интерес к своей внешности, болезненное восприятие своего физического несовершенства. У всех народов, во все времена, как об этом свидетельствуют археология и

антропология, она стремилась иметь украшения и обращать на себя внимание одеждой, косметикой, манерами, движениями, танцами, пением.

Для мужчины нет ничего более обидного, чем если его назовут глупцом, а для женщины - отрицательно оценят ее внешность. Женщина с болью в сердце обнаруживает новую морщинку на лице и думает не о том, что годы требуют привести свои амбиции в соответствие с возрастом, а как бы разгладить эту проклятую морщинку!

И тем не менее женщины оценивают свою внешность более самокритично, чем мужчины свою: воспринимают себя привлекательными большинство мужчин и весьма небольшая часть женщин.

Самоуверенность

Один недостаток мужчин в равной мере отмечают и молодые, и пожилые женщины: самоуверенность. Мужчине трудно поверить, что его можно не любить, он тяжело переносит отказ. Самоуверенность порождена активной природой мужчины. Неуверенность, робость делали мужчину трусом; у него опускались руки при встрече с трудностями и препятствиями. С древности таких людей презирали, они были обречены на неудачи, поражения и гибель. Мужчина должен был стать мужественным, решительным, чтобы добиться успеха, завоевать славу, одержать победу.

Отношение к слабым

Оно разное у мужчин и женщин. Владимир Высоцкий в одной из своих песен выразился вполне определенно: "Я не люблю насилие и бессилие". Чувство жалости, сострадания присуще больше женщине. Ей нравится ухаживать за слабым или больным, опекать, наставлять, критиковать, поучать детей, более молодых подруг, а потом и мужей. В своей попечительской деятельности женщина нередко одержима и не всегда проявляет меру в любви к ребенку (избалованность детей), в своих житейских советах соседям, поучениях мужу. Отмечается обостренная восприимчивость женской психики к переживаниям других: слезы ребенка для нее личная драма, болезнь близкого человека - трагедия.

Такое отношение к слабым проявляется и в восприятии юмора. В "мужских" анекдотах нередко потешаются над слабыми (например, над больными, дистрофиками и т.п.). Женщинам же не по душе такой смех.

"Противники"

Целью женщины является ее подсознательное (и сознательное) желание заполучить хорошего мужа.

Мужчины же, наоборот, подсознательно стремятся остаться свободными.

Поскольку цели мужчин и женщин противоположны, то в этом вопросе они, по существу, противники. Поэтому кое-где в дальнейшем читатель встретится с терминологией, близкой к боевой.

Отношение к семье

Семья, любовь для женщины важнее всего остального. Интересно послушать женщин, добившихся успеха в своей творческой жизни, замечательно реализовавших себя в искусстве.

Выдающуюся певицу Монтсеррат Кабалье спросил интервьюер:

- Сеньора Монтсеррат, если бы вам сейчас дана была возможность вернуть какое-то мгновение своей жизни, что бы это было?

- Мне легко ответить. Я точно знаю, что. Первое - момент, когда я познакомилась со своим мужем. Второе - когда я родила дочь. И третье - когда у меня родился сын...

Когда замечательную русскую певицу Изабеллу Юрьеву, пользовавшуюся у старших поколений огромной популярностью, ведущий передачи "Момент истины" А. Караулов попросил назвать самое главное в ее творческой жизни, она ответила: то, что она встретила своего мужа и прожила с ним 46 лет счастливой жизни.

Мы не случайно адресовались здесь не к простым женщинам, многие из которых просто "тянут лямку" своей работы, а к тем счастливицам, которые реализовали себя в работе так, как и не снится многим мужчинам.

И все равно семья для женщины на первом месте.

Кто кем управляет

Власть принадлежит мужчинам, но управляет мужчиной всегда женщина. Об этом очень хорошо сказано в "Законе Паркинсона": "Умные, мудрые бабушки, сидя дома, всегда управляли государством", потому что они управляли состоянием мужчины, но делали это мягко, ненавязчиво и тактично.

На работе

Как и во всем остальном, мужчины часто не обращают внимания на мелочи и придают значение главному, основному. По тому, как руководителю удастся решать ключевые задачи, они судят о его способностях.

Женщины, в отличие от мужчин, придают значение и мелочам, деталям, которые при случае могут превратиться в весьма значительные факты. Женская "мелочность" подчас позволяет избегать неприятностей, ошибок.

Если для мужчин на первом месте - компетентность начальника, то для женщин - его человеческие качества.

Мужчины меньше внимания уделяют отношениям в коллективе, для женщин - это второй по значимости (после качеств начальника) фактор.

Для мужчины (особенно в нынешней ситуации) главное - побольше заработать. Для женщины важно, чтобы наряду с производственной работой она могла делать что-то и для семьи (купить продукты, сбежать в обед домой покормить детей, позвонить домой - поели ли, сели за уроки и т.д.). Поэтому от руководителя работница ожидает, что он отнесется к этому с пониманием и, по меньшей мере, не будет препятствовать этому. Среди факторов, важных для женщины, - близость места работы от дома.

Привлекательность и ответственность

Исследования показали, что у руководителей-мужчин отмечаются следующие тенденции:

1) приятные поручения давать более привлекательным женщинам, а неприятные менее привлекательным;

2) в спорных случаях ответственность за хорошие дела возлагать на более привлекательных сотрудниц, и за плохие - на менее привлекательных.

Что же движет этими нехорошими руководителями? По нашему мнению, тому есть глубокие психологические причины. Всякий человек испытывает огромную потребность в положительных эмоциях. Привлекательные женщины своей внешностью дают мужчине такие положительные эмоции. Связывать неприятное дело с конкретной женщиной - значит, ассоциировать ее с отрицательными эмоциями. Оберегая для себя привлекательную женщину как источник положительных эмоций, руководитель подсознательно отдает неприятные дела менее привлекательным подчиненным.

Итак...

Итак, различий между мужчиной и женщиной столь много, что так и подмывает сказать - они различаются во всем. Во всяком случае оправданны слова о том, что на Земле как бы сосуществуют, переплетаясь и взаимодействуя, но не теряя при этом своей сущности, две различные цивилизации, два сообщества - мужчин и женщин.

Так необходимых друг другу - и таких разных!

Глава "Мужская сущность"

Интеллект и половой гормон

В предыдущих главах мы многократно касались различных сторон сущности мужчины. Здесь приведем то, что осталось "за кадром", не касаясь, правда, того, что связано с

сексуальной сущностью мужчины, т.к. этому посвящена очень обстоятельно глава 7 книги.

Маскулинность

Этот термин обозначает наличие типично мужских черт.

Стереотип маскулинности не остался прежним. "Традиционная" маскулинность выдвигала на первый план такие качества, как физическая сила, подавление нежности, функциональное отношение к женщине и одновременно несдержанность в выражении "сильных" чувств (гнева, страсти и т.п.).

Современная маскулинность ставит интеллект выше физической силы, допускает и даже требует проявления нежности и душевной тонкости, а также обуздания грубых чувств и порывов и т.д. Однако эти тенденции противоречивы, а их соотношение неодинаково в разных социальных сферах: у менее образованных людей представления о маскулинности более традиционны.

Интеллект и тестостерон

Исследования психологов показали зависимость между интеллектом и концентрацией в крови тестостерона - главного мужского полового гормона. Чем ниже она у мужчин, тем выше их лингвистические, художественные, творческие способности.

Тестостерон стимулирует агрессивное поведение, развитие вторичных половых признаков (волосатость тела и лица) и сексуальную активность.

Невысокой концентрацией тестостерона объясняется, почему лица, в характере которых соседствуют мужские и женские черты, более талантливы, чем те, о которых говорят "настоящий мужик", или "женщина до кончиков ногтей". Тестостерон бушует в крови юношей, поэтому они интеллектуально развиваются медленнее девушек.

По-видимому, более медленным развитием мужчин можно объяснить следующие факты.

Французский писатель Эмиль Золя в школе вынужден был добиваться удовлетворительной оценки по литературе. Датский сказочник Ханс Кристиан Андерсен, русские писатели Лев Толстой и Антон Чехов в малом возрасте ничем не выделялись.

Великого микробиолога Луи Пастера учитель химии называл посредственностью, а преподаватель гениального Альберта Эйнштейна дал ему такую оценку: "Из этого мальчика никогда ничего путного не выйдет".

Альберт Эйнштейн с трудом говорил до девяти лет, родители считали его недоразвитым. В 1899 году он пытался поступить в технический институт, но был отвергнут по причине "малых надежд". Эдгар По, будучи кадетом, однажды буквально понял приказ быть на параде "с белым ремнем, в перчатках и с оружием". Он явился на парад с белым ремнем, в перчатках, с ружьем, но - больше на нем ничего не было. Был исключен... Сегодня число только академических работ по творчеству По достигло 182 539 диссертаций...

Интеллект и секс

Роль интеллекта во взаимоотношениях мужчины и женщины многозначна. Мужчины чувствуют себя комфортно, если испытывают интеллектуальное превосходство над женщиной.

Только для встречи без далеко идущих последствий они согласны встретиться с женщиной, которая не должна уступать им по уровню образования и интеллекта. А вот лечь в постель они могут и с совершенно глупой и бездарной. Женщины же заявили, что согласятся на ин-тим только с тем мужчиной, интеллект которого будет превышать их собственный.

Сезонные колебания

Интеллект у мужчин подвержен сезонным колебаниям. Почему? Тесты, предложенные студентам в Канаде, показали, что типично "мужские" дарования (например, пространственные операции) лучше всего проявляются весной, когда уровень тестостерона в крови самый низкий. Усиление этих способностей по весне, видимо, имело значение для кочевых племен, начинавших весенние передвижения. И напротив, многие войны вопреки логике начинались осенью, когда мужчины захлебываются в избытке своего тестостерона.

Показатели интеллекта

Интеллектуальные тесты впервые появились в Китае в VII веке нашей эры. Чиновники проходили экзамены, где проверялись их способности, овладение конфуцианской доктриной. В зависимости от результатов кандидат попадал в один из трех классов: чиновник общественной службы (один из ста претендентов), мандарин (один из ста чиновников), инспектор (один из ста мандаринов).

В начале XX века группа ученых создала систему определения умственного развития детей, получившую наименование "IQ" (от английских слов Intelligence Quotient - доля интеллекта). Потом ее стали применять и для взрослых людей.

Специалисты Станфордского университета в США составили список самых выдающихся людей за последние 400 лет, каждый получил по этой системе оценку умственных способностей к 17-летнему возрасту. В результате вышла чрезвычайно любопытная картина!

Интеллект обычного человека определяется примерно в 85-115 баллов. Сколько же набрали самые великие? На первом месте оказался известный английский философ и экономист XIX века Джон Стюарт Милль - 190 баллов.

Далее следовали: немецкий писатель Иоганн Вольфганг Гёте (185), французский философ Вольтер (170), австрийский композитор Вольфганг Амадей Моцарт (150), английский поэт Байрон (150), президент США Томас Джефферсон (145), итальянский ученый Галилео Галилей (145), немецкий композитор Рихард Вагнер (145), французский император Наполеон (140), английский естествоиспытатель Чарльз Дарвин (135), итальянский живописец и ученый Леонардо да Винчи (135).

Люди с низким IQ (меньше 85) в 13 раз чаще оказываются за чертой бедности, чем люди с высоким IQ, в 15 раз чаще вынуждены оставлять работу из-за проблем, связанных со здоровьем, преступность среди них в 4 раза выше. В то же время среди людей с высоким IQ (выше 85) в два раза больше разводов. У всего человечества средний IQ ежегодно увеличивается на 1.

Средний IQ различается по странам. Например, в Германии средний IQ - 125. В Австралии - 130. А в Индии, которую причисляют к странам третьего мира, средний IQ - 140, самый высокий средний коэффициент! В то же время Индия не является лидером ни в медицинских исследованиях, ни в поиске альтернативных источников энергии, ни в ядерной физике... Так что IQ - не ключ к успеху.

Читатель может посчитать долю своего интеллекта по прилагаемому в конце этой главы тесту интеллекта. Другие тесты можно найти в книге Айзенка, указанной в списке литературы.

Любопытно, что среди носителей наивысших значений IQ практически нет женщин. То же самое можно сказать и о наиболее влиятельных людях в истории человечества, чему посвящен следующий материал.

Классификация гениев влияния

Американский исследователь Майкл Харт попытался оценить степень воздействия на историю в своей книге "Сто самых влиятельных личностей в истории, расставленных по порядку".

Первую ступеньку пьедестала занимает Магомет. Объясняется это тем, что он, был не только пророком, но и организатором, основателем мусульманской религии. Поэтому он и потеснил Христа на третье место, так как христианство оформили и организовали другие, в первую очередь апостол Павел, занимающий шестое место.

Во главе списка еще два великих вероучителя: Будда - на четвертом месте и Конфуций - на пятом. Второе место досталось Ньютону.

Среди ста гениев больше всего ученых и изобретателей - 37. Причем многие из них - в первой двадцатке: Гутенберг - 9-й, Эйнштейн - 10-й, Пастер - 12-й, Галилей - 13-й, Дарвин - 17-й.

Следующая категория - политики и военачальники. Их тридцать. Затем идет

философия - 14 мыслителей, начиная с Маркса, который занял одиннадцатое место.

Одиннадцать гениев проявили себя как религиозные лидеры.

Музы представлены крайне скупо - по двое гениев от литературы, искусства и музыки. Шекспир - 36-й и Гомер - 94-й, Микеланджело - 49-й и Пикассо - 96-й, Бетховен - 43-й и Бах - 74-й.

Хронологическая таблица показывает два пика. Первый "звездный час", растянувшийся на 400 лет, был между VI и II веками до нашей эры. Другой плодотворный период начался в XV столетии и продолжается до сих пор.

Географическое распределение гениев неравномерно. Африка дала лишь трех, Латинская Америка одного гения - Боливара, Азия - 18, США - 7, остальные 71 родились в Европе.

Из них - трое уроженцев России. Ленин на 15-м месте, Сталин - на 63-м, Петр Великий - на 91-м.

Этот выбор стоит прокомментировать. Как объясняет Майкл Харт, Ленин попал в список не за теорию, а за практику. Он разработал технологию власти, которая вплоть до самых недавних времен позволяла немногочисленной коммунистической верхушке контролировать жизнь стран и народов, где они захватили власть.

О критериях отбора

М. Харт, классифицируя политиков, отдал предпочтения носителям западных ценностей. Например, Петр Великий попал в список не столько за практические реформы, сколько за теоретическое прозрение. Он был первым лидером из стран тогдашнего "третьего мира", который сумел осознать приоритет Запада.

Тут Харт приводит любопытное рассуждение. Турция вплоть до XVIII века была и сильнее, и культурнее России. Если бы вместо царя-реформатора в мире появился султан-реформатор, не Россия, а Турция, завоевав Среднюю Азию, стала бы великой евразийской державой. Петр не только перекроил карту своей страны, но и совершил революцию в сознании, утвердил приоритет Запада в историческом процессе. По проложенной им дороге пошли Япония, Китай, та же Турция и все другие отстающие страны, включая и Россию.

Самоутверждение. Следуя стандарту...

Мальчик с раннего детства знает, что он должен быть сильным. Но лучший способ казаться сильным - скрывать свои слабости или то, что кажется таковыми. Мужской стиль жизни во всех возрастах отличается высокой соревновательностью; страх показаться слабым заставляет мальчиков притворяться более смелыми и грубыми, чем они есть. Отчасти этот стереотип помогает формированию мужского характера, но одновременно он его уродует, лишая мужчину тепла и нежности.

Это, по-видимому, одна из причин того, что по всем психологическим тестам мужчины во всех возрастах уступают женщинам в способности как к самораскрытию, так и к сопереживанию.

Агрессивность

В структуре личности мужчины направленная на достижение цели агрессивность - одно из важнейших качеств. Особенно если достижение связано с преодолением препятствий, сопротивления. Агрессивность включает высокую активность и наступательность.

Эксперименты с инъекцией мужских половых гормонов животным свидетельствуют об усилении их бойцовских качеств, а следовательно, и чувства ярости и желания напасть. Мужские гормоны усиливают волю всего живого к самоутверждению и достижению любых целей, в том числе и враждебных, если таковые обусловлены какими-то мотивами.

Это обстоятельство было использовано спортивными деятелями ГДР для обеспечения значительных успехов спортсменов этого государства на международной арене.

Было установлено, что мужская сперма, полученная женщиной в результате полового акта, значительно повышает выносливость и силу спортсменки. Поэтому перед соревнованиями спортсменок "накачивали" спермой и забеременев, женщины вновь завоевывали медали, ибо силовые показатели на ранних стадиях беременности также повышались. Затем делались аборты. Такой дорогой ценой - здоровьем женщин - добывалась спортивная слава страны, силившейся доказать "преимущества социализма".

Состав спермы

Женщины иногда интересуются составом спермы, ее влиянием на их организм. В частности, бытует мнение о высокой калорийности спермы.

Мужская сперма имеет очень сложный химический состав и включает в себя следующие вещества и элементы: азот, калий, кальций, магний, натрий, хлор, фосфор, цинк, креатин, холестерол, холин, глутатион, пурин, пиримидин, сорбитол, инозитол, спермин, спермидин, мочевины, гиолуронидазу, фруктозу, групповые антигены крови, витамин B12, а также аскорбиновую, лимонную, дезоксирибонуклеиновую, молочную, мочевую и пировиноградную кислоты. Все они содержатся в сперме в столь незначительных количествах, что о каком-то существенном их влиянии на организм женщины говорить вряд ли приходится.

Что же касается калорийности, то в среднем количестве спермы, извергаемом мужчиной при эякуляции (40 мл, или около двух столовых ложек), содержится всего лишь примерно 15 калорий. Для сравнения: такое же количество молока содержит около 10 килокалорий, сметаны - около 50 килокалорий, суточная потребность взрослого человека - около 3 тысяч килокалорий.

Трудности контакта

Коммуникативные трудности существуют у мужчин и в сфере словесного общения, и в телесных контактах. Прикосновение, телесная ласка - важнейший способ передачи эмоциональных (особенно положительных) состояний, что очень важно для отношений с женщинами. Но в мальчишеских компаниях "телячьи нежности" запретны, допускаются только грубые толчки и силовая возня как в общении между собой, так и с девочками. Это не способствует развитию соответствующих умений.

Застенчивость

Одна из самых распространенных проблем подросткового и юношеского возраста - застенчивость. Однако юноши переживают ее гораздо болезненнее, чем девушки - ведь это "немужское" качество. А чем больше приходится скрывать, тем тяжелее жить.

Застенчивость мужчин распространена намного больше, чем это представляется, именно из-за того, что она тщательно скрывается. Например, подчеркнутой бравадой, развязностью. Застенчивость питает неуверенность (которую также стараются скрыть подчеркнутой самоуверенностью).

Самоутверждение

Первый сексуальный опыт юноши, молодого мужчины - это важнейший этап самоутверждения: "Мужчина ли я? Смогу ли я?"

Кроме того, молодому мужчине стыдно признаться в своей неискушенности. Это делает его, с одной стороны, агрессивным, а с другой - неуверенным в себе. Либерализация половой морали облегчает положение юношей в том смысле, что им легче добиться сексуальной близости с девушкой. Но партнерские отношения психологически намного сложнее. Они часто становятся откровенно соревновательными.

Для застенчивых мужчин и для мужчин, воспитанных в духе идеологии мужского господства, это невыносимо. Мысль о возможной сексуальной опытности женщины вызывает у них панический ужас: "Я не могу спать с женщиной, которая сексуально опытнее меня", "Я хочу жениться на девушке потому, что она не имеет опыта, я хочу быть первым у нее".

Власть над женщиной

Мужская забота о женском целомудрии на самом деле весьма эгоистична, решающую

роль в ней всегда играли мотивы поддержания власти, в том числе сексуального господства над женщиной. Ослабление и утрату этой власти многие мужчины переживают как потерю части мужского достоинства.

Между нами, юношами, говоря...

Мужчины много говорят о сексе (больше, чем женщины), но на самом деле довольно скрытны, если это не касается явного преуспеяния на этом поприще.

В одном исследовании только 1% юношей признались в том, что они еще девственники. Однако объективный анализ выявил, что на самом деле таковых было 22%!

Зато уж если случилась "победа", то редкий юноша не похвастается, что "лишил наивности" такую-то. Так что девушке надеяться на сохранение этого в полной тайне - довольно опрометчиво.

Женщина легче соглашается на интимные отношения, когда уверена в неразглашении этого факта.

Любовь и секс

У мужчин на первом плане секс, а любовь - на втором. (У женщины - наоборот.) Важной причиной вступления в брак для многих мужчин является желание иметь регулярный секс, к тому же без угрозы заразиться, которой чреваты случайные связи.

К этому подталкивает гиперсексуальность юношей и молодых мужчин, как правило, превосходящая в первые годы супружества потребности в сексе их жен.

Отношение к женщине как к источнику прежде всего плотского наслаждения сквозит даже в "хулиганских" стихах замечательного поэта М.Ю. Лермонтова:

Я с женщинами делаю условие

Пред тем, чтобы насытить страсть мою,

Всего нужней, во-первых, мне здоровье,

А- во-вторых, я мешкать не люблю.

Препятствия

Потребность в любви нередко принимается за самое любовь. Препятствия превращают ее в страсть, а удовлетворение убивает ее.

Вероятно, это тоже связано с мужской природой, настроенной на борьбу, на преодоление трудностей: ведь, в сущности, вся жизнь мужчины и состояла из встреч с трудностями, опасностями и их преодолением. Это был основной путь мужского развития и самоутверждения. По этой же причине мужчины охотно рассказывают о своих победах.

Добившись любви женщины, мужчина охладевает к ней: для него это "пройденный этап", впереди - новые цели. Если он сам не влюбился по-настоящему. Поэтому самый верный способ удержать мужчину - не давать остынуть его чувству. Без любви мужчина становится обычным самцом, по биологическим законам природы стремящимся оплодотворить как можно больше самок (подробнее об этом - в главе 8).

Многолюбцы

Еще одно различие: мужчина хочет сразу многого в нескольких сферах жизни. Поэтому не всегда может выразить себя целиком в чем-то одном, в том числе и в любви, в то время как женщина способна полностью отдаться своему чувству. Мужчина не может жить только любовью, ему нужны футбол или хоккей, автомобиль или коллекционирование и т.п. Женщине надо знать это и не гасить его интерес к увлечениям.

Ярчайший пример различий в этом мужчин и женщин дал А. Толстой в романе "Анна Каренина". Трагедия этой женщины в том, что она не захотела понять, что мужчины не могут отдавать все любви, у них должна быть и другая жизнь, и увлечения.

Дань увлечениям

Не слишком веселые для аргентинских женщин данные приводит местный журнал.

Как показывают итоги проведенного опроса, большинство мужчин в Аргентине предпочитают сексу футбол.

Три четверти опрошенных категорически ответили "да" на вопрос, готовы ли они пожертвовать любовными утехами ради того, чтобы посмотреть на стадионе матч любимого

футбольного клуба. Лишь один из пяти аргентинцев сделал выбор в пользу любимой женщины. Недаром в Аргентине есть такая поговорка: "Жену можно сменить, а любимый клуб - никогда".

Какой мужчины желают видеть женщину

Идеал женственности довольно прост: женщина должна быть нежной, красивой, мягкой, ласковой, но в то же время пассивной и зависимой, позволяя мужчине чувствовать себя по отношению к ней сильным, энергичным и преуспевающим. (Еще в "домострое" предписывали мужу воспитывать в жене покорность.)

Перечисленные женские качества и сегодня высоко ценятся, составляя ядро мужского понимания женственности, но в женском самосознании появились также новые черты.

Чтобы стать с мужчиной на равных, женщина должна быть умной, энергичной, предприимчивой, т.е. обладать свойствами, которые раньше считались монополией мужчин. Иметь дело с такой женщиной мужчине гораздо интереснее, но одновременно и труднее. В разных ролях она выглядит и чувствует себя по-разному, требуя дифференцированного к себе отношения. Это создает определенные психологические трудности.

Если образ идеального мужчины оба пола рисуют практически одинаково, то в описаниях идеальной женщины они существенно расходятся: женщины приписывают своему идеалу почти все положительные мужские качества, тогда как мужчины смотрят на женственность более традиционно.

Признаки пола

Первичным половым признаком мужчины является его детородный орган. Вторичным - растительность на лице: борода, усы. Отношение к ним было различным в разные эпохи. Во всяком случае вопрос о бритье встал уже перед нашими пещерными предками, уже они были знакомы с этой процедурой. Никто не знает точно, когда это случилось. Археологи утверждают, что семь тысяч лет назад уже умели бриться, о чем свидетельствуют бритвенные ножи разных эпох, обнаруженные во время раскопок.

Каждая борода растет из 25 тысяч луковиц, которые обслуживаются пятью тысячами нервных клеток; сбривая ее, мы проводим перед зеркалом за всю свою жизнь около 180 дней, а если бы не делали этого, борода вытянулась бы на шесть с половиной метров.

И все-таки что заставило первого бородача взяться за нож? Возможно, борода мешала охотнику разжигать костер, путалась под ногами, когда он убегал от хищника, или не понравилась ему, когда он смотрелся в воду...

Со временем, предположили психологи, бритье стало восприниматься мужчинами как "продолжение поединка другими средствами", то есть как своего рода единоборство с самим собой. Во всяком случае, во времена рыцарей скобление щек острыми предметами было болезненным и вряд ли доставляло кому-то большое удовольствие. Недаром известная фирма "Вилкинсон" избрала символом для производимых ею лезвий скрещенные шпаги.

В течение нескольких столетий мужчины брились всухую, пока не изобрели мыльный раствор. Производство мыла началось только в конце XIV- начале XV века. Городские цирюльники обзавелись медными тазами, кувшинами и кожаными ремнями и открыли на дому первые парикмахерские, заменявшие собой целые информационные агентства. Во время бритья сообщались самые важные новости, распространялись великосветские сплетни, сводились счета с политическими противниками.

Борода долго считалась признаком мужского достоинства, силы, власти и независимости. Лишение бороды было одним из наиболее унижительных наказаний. Арабские племена в Восточной Иордании в свое время не только отобрали у посланцев царя Давида деньги и наложниц, но и отрезали им бороды. Все закончилось кровавой "бритвенной войной", стоившей жизни 40 тысячам солдат. Могущественные старцы из сказок мгновенно теряли всю свою силу, лишившись хотя бы кончика бороды.

Однако властителям и полководцам часто приходилось опасаться, чтобы коварные агенты врага не задушили их собственной бородой. Возможно, поэтому Юлий Цезарь тщательно брился. Не носили бород и древние жители Крита. В Древней Греции брили

только усы, отращая длинные бороды и бакенбарды. До 300 года старой эры с бородами ходили и римляне. Первые цирюльники забрели к ним из Греции, где обычай бриться ввел Александр Македонский. Он был низкого роста (140 сантиметров) и, очевидно, решил, что длинная борода делает его дополнительно уязвимым. Ежедневно брились императоры Август и Константин. Брадобрейство поощряли русский царь Петр Великий и английская королева Елизавета I.

В XX веке опасную бритву постепенно вытеснила безопасная, которую изобрел в 1904 году американский коммивояжер Кинг С. Жилетт. Психологи нашли объяснение и этому. После введенных повсеместно запретов публично носить холодное оружие бритва у горла стала восприниматься как некая угроза. Еще Артур Шопенгауэр признавался, что всякий раз, сидя у парикмахера, невольно думал, что тот может в любой момент полоснуть его по шее. Тем не менее немецкий философ считал бритье неременной обязанностью любого цивилизованного человека.

После того как в 1939 году фирма "Филипс" начала впервые производить электробритвы (ее примеру последовали "Браун" и "Грундиг"), начался длящийся и поныне спор между сторонниками "мокрого" и "сухого" бритья. Первые относятся к бритью как к "чисто мужскому ритуалу" и не собираются жертвовать им ради моды, вторые отдают дань техническому прогрессу. Американские психологи полагают, что способ бриться отражает сексуальные наклонности мужчин. Они утверждают: те, кто привык намыливать щеки, как правило, хорошие любовники и верные мужья. Сторонники электробритв уступают им. (Автор книги сомневается в этом, так как ключевую роль в выборе способа бритья играют: 1) чувствительность, раздражительность кожи; 2) затраченное время; 3) стоимость процедуры.)

Женщинам обычно все равно, каким способом бреются мужчины. Но большинство из них признаются, что им приятно наблюдать эту процедуру, поскольку она не лишена известной эротики. В любом случае, как свидетельствуют опросы, прекрасный пол предпочитает бритых, хотя появились уже и любительницы "трехдневной щетины".

Чего боится мужчина

Больше всего на свете мужчина боится оказаться импотентом в глазах своей жены или другой любимой женщины. Прежде всего половым, но не только - и "финансовым импотентом". Для мужчины очень многое в жизни связано с работой, со средствами, которые она дает, с ее социальным статусом. Вместе с потерей места или собственного дела мужчина теряет уважение к себе самому. А как известно, человек с униженным чувством собственного достоинства и муж плохой, и любовник неважный, и отец никакой.

Психические нарушения часто возникают у нашего мужчины на почве несоответствия его желаний и возможностей. Возьмем хотя бы Навязчивую рекламу дорогих шмоток, иномарок, круизов по южным морям. Если у тебя в карманах ветер свищет, предлагаемое разнообразие возможностей (по вполне понятным причинам) вызывает чувство неполноценности. Это чувство унижает человека, но, мало того, требует выхода. А "разряжаются" мужчины известно как - срываю злость на жене, детях, топят ее в спиртном...

Убедительный мужчина. Два способа

Существует два способа добиться того, чтобы другой человек поступил так, как вы хотите: 1) убедить его; 2) заставить его сделать это.

Мужчины намного чаще женщин склоняются к тому, чтобы заставить. Но лучшие из них все-таки отдают предпочтение умению убеждать.

Приемы убеждения

Убедительный мужчина пользуется нижеследующими 14 правилами убеждения. Пользуются этими правилами и женщины, однако у них в арсенале есть множество специфических женских приемов, которые подробно описаны в главе 3.

14 правил убеждения

Правило Гомера. Очередность приводимых аргументов влияет на их убедительность. Наиболее убедителен следующий порядок аргументов: сильные - средние - один самый сильный.

Правило Сократа. Для получения положительного решения по важному для Вас вопросу поставьте его на третье место, предпослав ему два коротких вопроса, на которые собеседник скажет вам "да".

Правило Паскаля. Не загоняйте собеседника в угол, дайте ему возможность "сохранить лицо" (т.е. собственное достоинство). "Ничто так не уменьшает способности к сопротивлению, как условия почетной капитуляции" (Б. Паскаль).

Убедительность аргументов в значительной степени зависит от имиджа и статуса убеждающего.

Не загоняйте себя в угол, не понижайте свой статус.

Не принижайте статус собеседника.

К аргументам приятного собеседника мы относимся снисходительно, а неприятного - с предубеждением.

Желая переубедить, начинайте не с разделяющих вас моментов, а с того, в чем вы согласны с оппонентом.

Проявите эмпатию. Эмпатией называется способность почувствовать чувства, понять мысли и состояние другого человека (т.е. как бы "влезть в его шкуру").

Будьте хорошим слушателем.

Избегайте конфликтогенов. Конфликтогены - это слова, действия или бездействия, которые могут привести к конфликту. Конфликтогены подвержены закону их эскалации: на конфликтоген обычно отвечают более сильным конфликтогеном, что и приводит к конфликту.

Проверяйте, правильно ли понимаете друг друга.

Следите за мимикой, жестами и позами - своими и собеседника. Язык жестов и поз описан в книгах А. Пиза и Дж. Ниренберга, а также автора.

Покажите, что предлагаемое вами удовлетворяет какую-то из потребностей собеседника.

Существует пять видов потребностей: физиологические, в безопасности, в принадлежности какой-то общности, в уважении и в самореализации (подробнее об этом - в [59], [63].

Аргументы и факты

Для мужской аргументации свойственно заполнять различные бреши в доказательствах разнообразными фактами. Факты, заполняющие зазоры между аргументами, как правило, самые слабые места в мужской аргументации.

Дело в том, что в качестве таких фактов мужчины обычно используют доводы, основанные на "личном жизненном опыте", а говоря откровеннее, эти бреши заполняются фактами собственной биографии. Ну, кому не известны сентенции: "А вот когда я служил в армии..." или "Когда вы все еще под стол пешком ходили..." Обычно женщине не составляет никакого труда доказать, что хотя все подобные сведения и имеют огромное историческое значение, но все это уже не то, не то, не то... Тем более, что афишировать факты своей биографии в виде нравственных сентенций женщина не любит.

Основные законы логики

Мужская логика придерживается, в основном, законов формальной логики, поэтому приведем эти законы.

1. Закон тождества

Каждая высказанная мысль тождественна самой себе, если в момент ее высказывания объем ее остается неизменным.

2. Закон противоречия

Два суждения, из которых в одном утверждается нечто ("А есть В"), а в другом то же

самое отрицается ("А не есть В"), не могут быть оба истинными.

3. Закон исключенного третьего

Из двух отрицающих друг друга суждений одно непременно истинно. (Например, "этот юноша - студент" и "этот юноша - не студент". Одно из этих суждений истинно.)

4. Закон достаточного основания

Всякое положение считается достоверным, только если оно доказано (т.е. должны быть известны достаточные основания, в силу которых оно признается истинным).

Краткость

Краткость - сестра таланта. Труднодоступная женщине, краткость является украшением мужчины. У дагестанских горцев есть замечательная пословица: "У говорящего конь должен стоять оседланным, у ворот, а еще лучше, когда одна нога уже в стремях".

Многословие принижает мужскую статью, поскольку ассоциируется с женским началом.

Изобретательность, находчивость

Открытия в науке и технике сделаны (за редчайшим исключением) мужчинами. Причем многие из них - из "мужской лени". В случаях монотонного повторения одной и той же операции первая мысль мужчины - как от нее избавиться. В сущности, так были изобретены знаменитые памперсы.

Американский инженер-химик Виктор Миляз занимался технологией выпуска туалетного мыла. Придумать памперс его заставила жизнь - на уик-энд дедушке Виктору подкидывали внуков, а возиться с пеленками ему не хотелось. Именно его внучата и стали первыми испытателями одноразовых подгузников. В 1961 году, памперсы впервые появились в продаже. (Изобретатель памперсов прожил 100 лет, он умер в 1997 году.)

Сегодня памперсы использует весь мир.

Типы мужчин. 5 типов мужчин

Супермен - героический мужчина. Отличается мужеством, бесстрашием, решительностью, "качает" мускулы.

Женщина в его жизни играет незначительную роль. Супермена привлекает яркая женская красота, зовущие формы и сексуальная притягательность женщины.

Супермены в жизни редки, чаще встречаются подражатели.

Донжуан - благородный ловелас, вечно влюбленный в какую-нибудь женщину. Мужчина этого типа живет от одного увлечения до другого, паузы бывают незначительными и появляются в виде разочарования, падения интереса к предмету его последнего увлечения. Тогда он ищет новую, более привлекательную или просто иного типа женщину. Постоянство противоестественно для мужчины такого типа.

Поэты, писатели, художники, актеры, красивые, избалованные женским вниманием мужчины-сангвиники часто относятся к этой категории. И. С. Тургенев заметил однажды, что ему надо влюбиться перед тем, как писать новый роман. А. С. Пушкин имел дневник, в котором на двух страницах занесены имена 36 женщин, им покоренных. Гёте любил множество женщин, без которых он, вероятно, не написал бы своих прекрасных стихов.

Женщина для донжуана - источник вдохновения и жизненной энергии, символ красоты жизни, муза, материализованная мечта. Но она никогда не выступает для такого мужчины в качестве супруги, которая всю жизнь рядом. Даже когда ловелас женится на девушке своей мечты, как А. С. Пушкин на Наталье Гончаровой, то все равно возникают новые объекты влюбленности или даже страсти. Изменчивость симпатий, череда увлечений - главная черта такого типа мужчин.

Поскольку у ловеласа солидный опыт соблазнения, то действует он энергично, быстро, со всей страстью, решительностью, не дает избраннице времени подумать, осмыслить происходящее. Сила и быстрота обрушивающихся на женщину чувств красавца или знаменитости лишают ее возможности сопротивляться. И кроме того, о донжуанах всегда

идут слухи как о необыкновенных мужчинах, способных дать женщине неземное наслаждение. Какая женщина устоит перед соблазном познать всю силу страсти знаменитого мужчины? О верности в этом случае речь не идет.

Донжуаны сами убеждены, что делают честь очередной избраннице, добиваясь ее благосклонности. Они заранее уверены в своей победе, а уверенность гипнотически действует на женщину.

Но в силу своей эмоциональности и высоких требований Байрон, Пушкин и другие увлекающиеся творческие личности довольно быстро разочаровывались, не находя идеала в очередной избраннице. Жизнь донжуана - непрерывное любовное приключение, открытие новых граней в Женщине. Отдельные представительницы прекрасного пола не имеют для него исключительного значения, они частности на пути к вершине познания любви, страсти, женственности. Женщины обычно очень благодарны донжуану за ту гамму чувств, которую они познали за короткое время, отпущенное им судьбой, и вспоминают об этом с гордостью всю жизнь. Они не мстят и не злобствуют по поводу неверности своего донжуана.

Конечно, возлюбленные такого мужчины стараются продлить знакомство, но на постоянство рассчитывать не приходится. Как только женщина начинает предъявлять права на донжуана, требовать выполнения каких-то обязанностей, она обращает его в бегство.

Коллекционер - несостоявшийся донжуан, ищет податливых женщин, чтобы пополнить свою "коллекцию", помогающую ему самоутвердиться. Часто такое поведение есть следствие обиды. Например, его ранее отвергнутая любовь или оскорбление женщиной его как мужчины. Теперь он мстит, доказывая ей (и себе), какую ошибку она совершила.

Коллекционер сексуально всеяден. Предпочитает жить в отдельной квартире, одевается элегантно, имеет все необходимое для соблазнения, причем в кратчайший срок.

Семьянин - ориентирован на жену и на детей. В сексуальном плане приспособливается к жене по мере изменения ее страстности: он таков, каким желает видеть его жена. На работе и дома старателен, но частенько "звезд с неба не хватает". Зато имеет какое-то хобби (машина, дача, рыбалка, охота и т.п.).

Застенчивый - хорош для решительной и энергичной женщины, которая предпочитает относиться к нему, как мать. Для нее любить - значит жалеть, опекать, охранять. Часто застенчивые становятся "подкаблучниками". На работе ответствен, дисциплинирован, часто имеет нераскрытый потенциал.

Если жена злоупотребляет своей властью над таким мужем, то тот может либо спиться, либо сбежать.

Каков он, Ваш избранник?

Приведем еще одну классификацию мужчин, полезную для женщин.

Завоеватель - для него весь смысл отношений в том, чтобы добиваться любви женщины. Если Завоевателю сдаться без боя, он сразу потеряет к вам интерес.

Этот тип легко можно узнать по бесконечному употреблению им слова "я". Он склонен к хвастовству, постоянно демонстрирует свои преимущества, изощряется в остроумии, любит блистать своей эрудицией, интеллектом, физической силой, своими обширными связями (что иногда и вправду имеет место).

Если он вспомнит что-то из своего детства, то о том, что мама любила, конечно же, его больше всех на свете, что он был самым умным, или самым послушным, или самым хулиганистым, но - самым-самым.

Для того чтобы понравиться Завоевателю, женщина должна подчеркивать свои собственные достижения - в профессиональной ли сфере, в общественном признании, ненавязчиво намекать (лучше все-таки, чтобы это сделали за нее друзья и подруги) о своих победах и разбитых сердцах, устилающих ее путь. Проявляя некоторый интерес к Завоевателю, она тут же должна сделать вид, что он ей в общем-то безразличен. Даже если она умирает от любви к нему - скрывать это.

Завоеватели обычно нравятся женщинам, которые нуждаются в опоре, а мужественные манеры этого типа создают иллюзию, что женщина будет за ним, как за каменной стеной.

Это не так. Он, конечно, может достичь определенных высот на социальной лестнице, но женщина никогда не почувствует в нем надежную опору. Но если женщина сама любит играть, если ее привлекают острые ощущения риска в отношениях, если она не устает от бурного разнообразия каждый день, Завоеватель - это то, что ей нужно.

Хранитель традиций вовсе не обязательно тих и спокоен. Но в нем всегда чувствуется некая стабильность и консерватизм. Он расскажет вам о себе: какой порядок был заведен в его родной семье, поведает о своей маме, о том, какие блюда она готовила в будни и праздники. Женщине желательно подчеркнуть то, что она прекрасная хозяйка, очень экономная и уютная женщина, что для нее семья - главная ценность в жизни. Поведать своему избраннику, что вы, не задумываясь, бросите любую престижную работу ради мира и спокойствия в доме.

Будущее с Хранителем традиций не так бесконфликтно, как может показаться на первый взгляд. Самая малая жертва, которую придется принести, - это отказаться от встреч с друзьями вне дома. Если вы хотите подробнее разузнать о том, что вас ждет в супружеской жизни, расспросите Хранителя традиций подробнее о том, каковы были взаимоотношения в доме его родителей.

Соратник. Для этого типа мужчин семья является продолжением работы. Скорее всего, он будет все время рассказывать вам о своей профессии, подчеркивая не столько свои достижения, сколько постоянный, ежедневный труд. Такому мужчине жена нужна прежде всего как помощница - именно у таких мужей жены часто становятся домашними секретаршами, выполняют вспомогательную работу в Большом деле, которым занят мужчина.

Рекомендуется женщине - соискательнице должности жены: предложите Соратнику что-нибудь перепечатать, переписать, сделать выписки из книг или подобрать литературу по интересующему его предмету. Постоянно подчеркивая, что вы, конечно же, никогда не сможете тягаться с ним в его профессии, сделайте тем не менее необходимой ему и полезной.

Если у вас нет задатков лидера и вы согласны на вечную роль помощницы, если вы готовы забыть собственные профессиональные амбиции и полностью посвятить себя увлеченности супруга - семейное счастье с Соратником вам обеспечено. Но при всей работоспособности Соратника он отнюдь не всегда может добиться значительных высот. И тогда вам придется делить с ним и тяжесть неуспеха.

Вольную птицу можно распознать по колкостям и замечаниям, которые такой мужчина, не особенно задумываясь, раздает окружающим. Больше всего на свете мужчина этого типа боится потерять личную свободу - его мало волнуют достижения в профессиональной сфере, если они хоть как-то ущемляют его волю. Женщина должна постоянно подчеркивать, что ей важна не его работа, что он вам интересен сам по себе как личность; никогда не произносите при нем слов "семья", "дети", "загс".

В общении с Вольной птицей женщине придется строго дозировать свои эмоции - любые проявления любви с ее стороны он может воспринять как попытку привязать его к себе, как покушение на его свободу. Повторять ему все время, что она готова к тому, что отношения закончатся в любую минуту, что она всегда будет благодарна ему за то, что он хоть какое-то время был рядом с нею.

И... Вольная птица никуда от нее не денется.

С любым из четырех типов мужчин можно создать хорошую, крепкую семью. Однако типичные признаки очень устойчивы. Поэтому, прежде чем приручить мужчину, женщине стоит взвесить все его достоинства и недостатки, подумать, действительно ли он ей нужен, готова ли она терпеть его таким, какой он есть. Или лучше все-таки, не теряя сил и времени, поискать более подходящий вариант.

Заметим, что в "чистом" виде каждый из названных типов встречается нечасто. Но по главным чертам практически каждого мужчину можно отнести к одному из описанных типов.

9 типов молодых людей

Есть признаки, по которым можно отнести молодого человека к определенному типу и тем самым предвидеть его дальнейшее поведение. Ниже приводится типология молодых людей, имеющая целью помочь девушке понять, на того ли парня она тратит время.

Бесчувственный

Ты сидишь дома и ждешь звонка - он клялся, что позвонит - а "в ответ тишина".

Некоторым ребятам просто необходима подруга, которую они будут контролировать морально, это помогает им самим чувствовать себя увереннее. Девушки же, напротив, начинают ощущать себя бессильными, не имеющими права голоса, теряя уважение к себе, веру в себя.

Иногда быть одной полезнее и здоровее, ибо таких бесчувственных парней не переделать: они могут сотню раз повторять, что любят, и продолжать то же самое.

Агрессивный

Поначалу "агрессивные" ведут себя как настоящие джентльмены, но с развитием отношений им становится необходимо установить свой контроль и влияние. Сначала с помощью оскорблений, позже доходят до рукоприкладства, посредством которого вынуждают свою подругу продолжать связь.

Если твой парень хоть однажды дал тебе пощечину или толкнул, не дай ему сделать это во второй раз, не обращай внимания на его извинения. Во второй раз он будет еще агрессивнее.

Если у тебя нет возможности покинуть обидчика немедленно, не обвиняй его и не пытайся дать ему сдачи: это может спровоцировать его на большее насилие.

Критик

Он тоже оскорбляет, но оскорбляет утонченно. Сначала критика воспринимается как безобидный совет, но он продолжает критиковать, а ты начинаешь верить ему, развивая в себе комплексы и обвиняя в них себя.

Если он считает тебя слишком толстой, слишком худой или слишком плоской, пусть лучше поищет другую. Всегда найдется человек, которому твоя застенчивость покажется трогательной, а фигура - по вкусу.

Флиртоман

Если он проводит большую часть вашего совместного времяпровождения, порхая от девочки к девочке, он флиртоман.

Однако иногда парень просто не понимает, что флиртует. Ему кажется, что он просто поддерживает разговор, вежлив и дружелюбен. Скажи ему (но не при всех), что тебя задевает, когда он начинает любезничать с другими девушками.

Если его чувства к тебе серьезны, он приложит необходимые усилия, чтобы остановиться. Обязательно дай ему этот шанс. Но не ищи в себе душевные силы простить ему эту слабость.

Девушки очень часто позволяют парням относиться к себе неуважительно. А если уж ты сама себя не уважаешь, что же ожидать от твоего избранника?

Наркоман или алкоголик

Если твой парень пытается преподнести употребление наркотиков и алкоголя как собственную неформальность и прогрессивность, не поддавайся на пустые слова. Возможно, он и тебя постарается приобщить к своей пагубной наклонности. Кроме того, если ты будешь пить

или колоться с ним, ты уже не сможешь упрекать его за то же самое. Он попытается обвинить тебя: "Тебе просто не нравится, когда я тусуюсь где-то со своими друзьями!"

Но настоящая проблема не в самой постановке вопроса, а в вытекающем из него следствии: он ставит наркотики и выпивку на первое место, а тебя - на второе. Именно поэтому тебе вряд ли удастся убедить его отказаться от них. Беги от такого парня.

Озабоченный

Если парень подталкивает тебя к сексу, а ты еще не готова, он тебя не любит, что бы ни

говорил. В противном случае ждал бы, пока ты сама созрешь.

Многие парни в этом возрасте занимаются сексом исключительно для того, чтобы произвести впечатление на своих друзей. Чем больше девушек они склонили к постели, тем больше звездочек на их воображаемых погонах и тем больше они мужчины в собственных глазах.

Определись, спать ли тебе с каждым встречным-поперечным или ждать кого-то особенного. Если ты все-таки решилась на первое, подумай, не расстроишься ли ты слегка, если после "ночи любви" он даже не позвонит? Что ты будешь делать, если забеременеешь? Или подхватишь какую-нибудь болезнь? Сексом ты не завоюешь ни его уважения, ни любви. А может, просто узнаешь, что "симпатия - это отношение до сношения, а антипатия - после него".

Собственник

Ему не нравится, когда ты болтаешь с парнями, он желает, чтобы ты ему давала поминутный отчет о проведенном дне. Он хочет, чтобы твоя личность полностью подчинялась его воле, он смотрит на тебя, как на собственность.

Чувство необходимости обладания может проистекать из ревности или из страха, что ты покинешь своего избранника. Иногда необходимость обладания выливается в агрессию.

Настоящие отношения строятся на принципах равноправия и независимости. Даже самая сумасшедшая любовь не дает права давить друг на друга.

Соблюдающий дистанцию

Вы встречаетесь уже несколько месяцев, но он до сих пор не представил тебя своей семье, прячет тебя от друзей. Это означает, что он тебя недостаточно уважает, чтобы сделать частью своей жизни. Когда ты просишь его объяснить причину этого укрывания, он отвечает, что ничего плохого не происходит или, на худой конец, что ты сама виновата - ты не особенно симпатична, не очень подходишь для его круга. При этом он считает вполне нормальным тусоваться в компании твоих знакомых.

Не тот парень

Если какая-то муха сомнений покусывает твоё сознание, задай себе вопрос: "А не было ли мне лучше до того, как встретила его?"

Если однажды ты обнаружишь, что тебе неинтересно то, что развлекало раньше, что ты избегаешь своих старых друзей и семью - тебе надо произвести "разбор полетов" твоих дел на любовном фронте. Ваше общение не должно стать для тебя непосильным трудом. Ты должна понять, что можешь дать и что хочешь получить, как с тобой должны обращаться.

И не теряй времени, пытаясь исправить парня, который относится к тебе кое-как. Чем больше времени ты проводишь с "неподходящим", тем больше ты упускаешь счастливых минут, которые могла бы провести с тем, кто тебе подходит!

Бабник

Бабник - это болезнь, которая имеет медицинское название: интимофобия. Ею страдают мужчины, которые боятся длительных интимных отношений с женщинами. Донжуана невозможно заставить остановиться даже на самой обаятельной и привлекательной, потому что основная сила, заставляющая его менять партнерш, как перчатки, - страх. Интимофоб соткан из противоречий: за его самоуверенностью скрывается неуверенность в собственных мужских достоинствах и при этом постоянная потребность быть первым в глазах каждой женщины. Стремясь к близости, он боится ее. Желая любви, бежит от нее, как черт от ладана.

Будущие интимофобы - это дети, которые воспитываются в женской среде, без опоры на мужской авторитет: либо совсем без отца, либо с отцом, которого на семейное торжество заворачивают в половик и прячут под кровать, чтобы не было видно. Мать захваливает и одновременно запугивает сына, делая ему выговор за каждый промах и убеждая его, что без матери он ничего путного в жизни сделать не сможет. Уже будучи взрослым, "маменькин сынок" оказывается несостоятельным в решении даже простых бытовых проблем, потому что всегда и все за него делала мать. Она отбирает у него инициативу даже выбрать себе

имидж, до конца жизни покупая рубашки и галстуки. Ему это до жути надоело, и он бы рад вырваться, но у него нет навыка жить самостоятельно. Некоторые в 17-18 лет делают попытку освободиться, женись на женщинах старше их на 5- 10 лет, но попадают из огня в полымя. Поэтому всю жизнь интимофоб боится оказаться в таких же подчиненных отношениях с женщиной, в каких он находился со своей авторитарной матерью.

Фундамент интимофобии закладывается уже к пяти годам. В детстве они примерные пай-мальчики и любимчики учителей. Они отличаются опрятностью, тактичностью, вежливостью. Часто успешно делают карьеру: отсутствие любви компенсируют высокой социальной активностью и постоянно соревнуются с матерью, желая доказать ей, что они могут стать сильными, известными, богатыми не благодаря, а вопреки ее руководству. Профессию часто выбирают такую, где приходится оказываться в женском коллективе, например интимофобов много среди педагогов и бухгалтеров. Но не потому, что он хотел бы выбрать конкретную партнершу или попробовать всех подряд, а просто тот женский стиль поведения, который окружал его с детства, для него естествен. Он комфортно чувствует себя в обществе многих женщин, запросто может обсуждать с ними особенности их белья, говорить о моде, рюшечках. И если посмотреть на него с позиции марсианина, то вы увидите, что это обычная женщина, которая мило щебечет со своими подружками. Но поскольку интимные проблемы с ними обсуждает мужчина "по факту", то его собеседницы сексуально возбуждаются, и ловелас оказывается в постели часто даже помимо своей воли.

Он ухаживает за многими женщинами одновременно для подстраховки: если две-три укажут ему на дверь, то остальные будут его. Он очень боится измены, поскольку не уверен в том, что в постели окажется на высоте. И чтобы не переживать тяжелую трагедию, старается бросить партнершу первым, автоматически получая репутацию обманщика. Связь с одной женщиной длится не больше нескольких недель. Самое интересное, что роман бабника совершенно необязательно заканчивается постелью, потому что секс для него - не самоцель.

Интимофобы, в отличие от других мужчин, никогда не хвастаются количеством покоренных сердец. В мужской компании ловелас чувствует себя неуютно. Мужики его не любят за несколько женские манеры поведения, отсутствие мужского элемента прямого соперничества. Ведь он чисто по-женски всегда пытается избежать конфликтов, юля и "виляя хвостом", что нормальным мужчинам несвойственно. Поэтому у бабника подруг больше, чем друзей.

Для ловеласа женщина не будет представлять опасности только в том случае, если она будет похожа на резиновую куклу из секс-шопа. Конечно, можно исхитриться и женить его на себе, но брак будет недолгим. Если женщина хочет сохранить с бабником отношения на многие годы, то может претендовать лишь на роль его подружки, с которой он будет обсуждать тряпки, последние сериалы, ходить на концерты и делиться впечатлениями от своих любовных походов, не претендуя на интимность. Некоторые женщины, видя его слабинку перед матерью, стараются проявить к нему материнские чувства и заботу и нередко этим добиваются близости, тем самым совершая непоправимую ошибку. Залезать к бабнику в постель опасно. Как только отношения становятся интимными, он начинает бояться, что они перерастут в зависимость, и в панике убегает.

В конце жизни донжуаны, оставшись совсем одни, считают, что во всем виновата судьба, не подарившая ему той женщины, которая бы поняла его тонкую, нежную натуру. Мечта любого казановы - иметь жену, обладающую несовместимыми чертами характера: с одной стороны - быть ему поддержкой и опорой, то есть той самой авторитарной матушкой, а с другой - не ущемлять его стремление к свободе и чувство независимости.

Наблюдения показывают, что чаще всего жертвами донжуанов становятся женщины, обделенные мужским вниманием. Интимофоб перед всеми женщинами одинаково вежлив и галантен. Если он подал вам руку при выходе из автобуса, не воспринимайте это как предложение руки и сердца. Он с такой же расторопностью поспешит подать руку и старушке. Если донжуан вам подарил вне праздника цветочек, то это еще не повод считать

его своим воздыхателем. Он с такой же легкостью может дарить цветы каждый день любой своей сотруднице. Не стоит обольщаться и в том случае, если он вас поздравил с какой-то датой, поцеловав в щечку. Поверьте, он вас поздравил, как женщина женщину. И не стоит покупаться на его предложение подвезти вас на машине домой. Проводив вас до двери, он не станет напрашиваться в квартиру и исчезнет, потому что ему больше ничего и не надо.

Совет женщинам: если вы распознали интимифоба, то будьте готовы к тому, что вы сможете получить только приключение, только наслаждение от обходительного, галантного кавалера, ласкового любовника, который в первую же ночь полностью выложится. В вашей жизни будет Ночь, о которой вы будете помнить всю жизнь. Но не стройте иллюзий, что сможете взять больше.

Имея сотни женщин, бабник чувствует себя очень одиноким. Он страдает от этого и пытается забыться в работе. В более зрелом возрасте некоторые все-таки ломаются под напором общепринятых установок, что порядочный мужчина должен иметь семью. Но большинство из них до конца жизни остаются убежденными холостяками.

Приметы подходящего парня

Он поддерживает тебя, когда у тебя неприятности или плохое настроение; он хороший друг; в первую очередь он думает о тебе; он внимателен к людям.

Мужчины, которых женщине лучше избегать

Старый маменькин сынок (полная зависимость от матери).

Ревнивец.

Сверхамбициозный человек - жена ему необходима только для статуса женатого человека.

Скупой - вечные подозрения, что много тратишь.

Алкоголик. Когда не пьет, может быть хорошим мужем. Но только это все реже и реже...

Бабник.

Глава "Женская сущность"

Непредсказуемость и "женская логика"

*С ними трудно, без них невозможно.
Аристотель*

*Ох, уж эти женщины!
В. Шекспир*

Природу женщины "умом не понять и аршином общим не измерить".

Средневековому индийскому поэту Тирукуралу принадлежат следующие слова:

"Люблю больше всех!" - Я однажды воскликнул.

Мрачна:

"Кого это - всех?" - вопрошала она.

Эти и подобные неожиданные повороты темы показывают, что в женщине есть нечто такое, чего мужчины не понимают. Не зря предупреждал Козьма Прутков: "Не шути с женщиной: эти шутки глупы и неприличны".

За тысячелетия женщины выработали адаптационный механизм, который мы и называем женской логикой. Она дает им большое преимущество, в чем мы еще неоднократно убедимся.

Муж, желая сделать приятное жене, старается всякий раз позвонить и сообщить точное время прихода, чтобы ее не мучила неопределенность. Когда они однажды коснулись этого, жена изумила его своим суждением: "Звонишь, чтоб к твоему приходу ужин был на столе!"

Бедный супруг и в мыслях этого не имел! Вот как легко женщина переделала хорошее в плохое...

Каждый мужчина, без сомнения, может припомнить множество случаев, изощренных женских умозаключений, ставящих его в тупик.

Основное содержание главы весьма серьезное. Но перед тем, как погрузиться в самый сложный мир Женщины, начнем с шуток. Тем более, как мы увидим в дальнейшем, женщины ценят хорошую шутку.

Специалисты утверждают, что есть три вида логики: формальная, диалектическая и женская.

"Законы" женской логики

Кавычки подчеркивают, что следует с долей юмора отнестись к нижеследующим шуточным законам. Первый закон - закон шаровой молнии:

"Разряд эмоций попадает не в того, кому он предназначен, а в того, кто подвернется под руку".

То, что это так, могут подтвердить сотрудники по работе, но особенно мужа. Их мы не утешим: сами виноваты - нечего под руку попадаться!

Второй закон - закон микроскопов:

"События и факты рассматриваются как бы через микроскоп.

При этом малозначительное приобретает вселенские размеры, а из крупного рассматривается лишь крошечная часть".

Третий закон - чем хуже, тем лучше:

"Из всех вариантов женщина выбирает тот, при котором ей придется больше всего страдать".

Смысл этого закона объясняется следующей аксиомой женской логики: "Чем больше страдание, тем больше горького наслаждения от него".

Например, женщина всегда выбирает любовь. А сколько она приносит страданий!

Тонкую связь между женской любовью к страданиям подметил гениальный Пушкин:

Чем меньше женщину мы любим,

Тем легче нравимся мы ей

И тем ее вернее губим

Средь обольстительных сетей.

Парадоксальность женской логики находит естественное отражение и в устном народном творчестве, а это значит, что действительно данное явление "имеет место быть". Вот один из образчиков.

Звонит женщина, рыдает в трубку:

- Меня один мужчина подвез на машине домой. Он мне так понравился, я сразу поняла - это моя судьба! Я дала ему свой номер телефона, а он не звонит! Уже три дня прошло, неужели я ему не понравилась?!

- Простите, а он обещал вам позвонить?

- Как он мог обещать, он немой...

Или другая история.

Женщина:

- Какой ужас! Каждый год у меня появляется ребенок!

- А вы не пробовали года два не спать с мужем?

- Пробовала. Не помогает.

А вот еще:

- Ты идиот! - кричит жена. - Ты везде идиот: и дома ты идиот, и на работе ты идиот. Ты полный идиот! Ели бы был всемирный конкурс идиотов, ты бы занял второе место!

- Почему же второе? - спрашивает муж.

- Потому что ты идиот!

Шутки шутками, но есть немало женщин, чей ум был признан в нашем "мужском" мире. Например, женщины - нобелевские лауреаты: Мария Кюри, Сельма Лагерфельд, Габриэла Мистраль. Известные женщины, ум которых признавали мужчины-современники, - Сафо, мадам де Сталь, Жорж Санд, Индира Ганди. Из нынешних - Маргарет Тэтчер.

Жизненные установки

*Маленький Вовочка, читающий книгу
"Мифы Древней Греции", спрашивает отца:*

*- Папа, а почему древние греки всегда
изображали Победу в виде женщины?*

- Когда женишься - узнаешь...

Вечные конкурентки

Соперничество за мужчину накладывает на женщину неизгладимый отпечаток. Желание быть единственной и неповторимой находит самые разнообразные проявления.

Продавец шляп: "За 40 лет работы я никогда не встречал, чтобы подруга покупательницы присоветовала той ту шляпу, которая ей больше всего идет".

"Чего женщина не сделает, чтобы огорчить соперницу!" (М.Ю. Лермонтов).

Именно соперничество - причина того, что женщины стараются выглядеть моложе и потому многие скрывают свой возраст. Вот несколько анекдотических историй на эту тему.

Врач говорит даме лет сорока пяти после осмотра:

- У вас гастрит, шумы в сердце, давление высоковато. Сколько вам лет?

- Двадцать семь!

- О, у вас еще и основательная потеря памяти!

Уязвить соперницу намеком на возраст - сильный удар.

Две голливудские звезды ссорятся:

- Не строй из себя леди. Ты даже не знаешь, кто твои мать и бабушка!

- Действительно, о моей бабушке говорят разное. Например, что это - ты!

Желание быть не просто первой, а единственной проявляется подчас неожиданным образом.

После премьеры, уходя со сцены с букетом гвоздик, актер обращается к держащей в руках корзину роз партнерше:

- Почему столько слез, Танечка? Послушайте, как аплодируют! У вас колоссальный успех!

- Да, да... Но ведь и у вас тоже!

Женская конкуренция приводит к еще одному следствию: "В одном вопросе мужчины и женщины безусловно согласны между собой: и те и другие не доверяют женщинам" (Г. Менкен).

Защита от защитника

Природа доверила женщине самое главное - продолжение рода и потому наделила ее особой чувствительностью относительно, опасности и потребностью в защите.

От окружающих опасностей женщина находит себе защитника - мужчину. Но поскольку защитник не идеален и от него самого может исходить угроза, женщина вооружена способом защиты и от мужчины-защитника.

Защита эта построена на искусном использовании слабостей мужчины. Если мужская логика настроена прежде всего на то, чтобы адекватно оценивать окружающий мир, то женская логика нужна прежде всего для того, чтобы управлять мужчиной.

Цели и средства

Мужчина соединяется с женщиной из потребности (какие бы возвышенные или

приземленные формы она ни принимала). Женщина исходит из цели. Вспомним изречение Козьмы Пруtkова: "Все девицы подобны шашкам: всем мечтается пройти в дамки, только не всем удастся..." Поэтому, как заметил Ф. Ницше, счастье мужчины называется "Я хочу", а счастье женщины - "Он хочет". И продолжая говорить так, как говорил Заратустра, мужчина для женщины - средство: целью бывает ребенок (так запрограммировано Природой).

Антураж этой игры, безусловно, исторически переменчив. Но женщина в ней всегда была стороной "отказывающей", а мужчина - помогающей. Природа распорядилась таким образом, чтобы женщину искали, а она выбирала, оценивала, соглашалась или отказывала.

Кокетство

Женщина кокетлива, и это не порок, а проявление натуры. Франсуа де Ларошфуко, известный своими "Максимами и моральными размышлениями", вышедшими в XVII веке, резонно замечал, что женщине легче преодолеть свою страсть, нежели свое кокетство. Кант даже находит тому объяснение и оправдание, квалифицируя подобное поведение не как кокетство, а как естественное проявление женской натуры: в случае раннего распада брака женщина должна иметь возможность реализовать заложенные в ней природой способности к продолжению рода. Это биологический закон. Поэтому кокетство или поиск всеобщей благосклонности представляют собой некоторый тренинг, позволяющий поддерживать хорошую форму.

А быть в хорошей форме - удел женщины, если она хочет быть любимой.

Загадочность

Женщины ценят свою загадочность. Говорят же: мужчина интересен своим будущим, а женщина - прошлым.

А. Конан-Дойл, прекрасный психолог, сознавая эту загадочность, устами незабвенного Шерлока Холмса говорил: "За самым обычным поведением женщина может скрывать очень многое, а поводом к ее замешательству при опросе может быть не желание что-то утаить, а, например, отсутствие шпильки в причёске или щипцов для завивки волос".

Впрочем, загадочность - это один из многочисленных женских способов привлечь к себе внимание, а затем и удержать его подольше. Право быть загадочными женщины скромно оставляют за собой, лишая этого права мужчин.

Загадка мужчины мучит женщину, она считает, что вправе знать о нем все. И старается выяснить.

Думается, что на подсознательном уровне реализуется то обстоятельство, что информация - это власть.

Загадочность женщины, таким образом, это защита себя, а пресловутое женское любопытство снабжает ее информацией, помогающей управлять прежде всего мужчиной.

Свои тайны женщины умеют хранить, чужие - нет. "Когда иные женщины просят своих приятельниц не разглашать доверенную им тайну, они делают это лишь для того, чтобы новость как можно быстрее распространилась" (Андре Моруа)

"Понять" для мужчины - это значит вникнуть в обоснование, проникнуться смыслом, значением. А для женщин "понять" означает сопереживание.

Внешность

Внешность для женщины - целый мир забот, хлопот, проблем, бесконечных поисков вариантов, оценок, радостей и огорчений. И за всем этим кроется своеобразная жизненная философия. Вот она в высказываниях женщин:

Мужчине могут простить небрежность во внешнем виде, ссылаются на его занятость. Женщине не прощают неряшливости в одежде, несмотря на ее занятость.

Не найти плохо одетую женщину, пребывающую в хорошем настроении.

От искусства создавать внешность зависит очень многое. Оно превращает некрасивых женщин в привлекательных, а симпатичных делает красавицами.

Женщине может опостылеть все, кроме своей хорошей внешности. Тогда понятны жертвы, приносимые на алтарь неистребимого желания нравиться.

Женщина больше страдает тогда, когда осуждают не ее промахи и ошибки, а внешний

вид.

Такова уж женская природа, что быть деловой, но непривлекательной для женщин во сто крат хуже, чем быть привлекательной, но не деловой.

Наряды

Наряды - важные элементы проявления женского характера. Женщина наряжается в основном, для представительниц своего пола. "Женщины считают, что наряжаются для нашего удовольствия либо для собственного. На самом деле они наряжаются, чтобы удивлять друг друга" (ф. Миомандр). Она как бы участвует в негласном конкурсе. А наряд - весомый аргумент в женском споре с подругами-соперницами, с неумолимым временем и другими жизненными обстоятельствами. Участие в конкурсе нарядов - это участие в конкурсе жизни.

Так что не стоит питать иллюзий относительно того, что жена наряжается для мужа. Вспомним хотя бы Эллочку-людоедку из "Двенадцати стульев" Ильфа и Петрова. Она отделяла вечерний туалет шкуркой собаки под выхухоль и красила мех мексиканского тушканчика зеленой акварелью вовсе не из желания поразить собственного мужа - инженера Щукина. Шло великое соревнование "кто - кого" между дочерью миллиардера Вандербильда и простой советской домохозяйкой.

Однако то обстоятельство, что жена наряжается не для мужа, может ввести в заблуждение. Стоит, поняв это, перестать замечать, как одевается женщина, тут же незамедлительно следует расплата за подобное невнимание и равнодушие. В этом тоже проявляется незаурядность и парадоксальность женского характера.

Возникает вопрос: а для кого в таком случае одевается мужчина? Скорее всего, тоже для женщины. Следовательно, и по поводу данного вопроса мир вращается вокруг женщины.

Обращение с вещами

Женщина пользуется многими вещами, как своими часами: она их носит либо для того, чтобы на них смотреть, либо для того, чтобы их показать. Право же, это не порок, а парад в вечном конкурсе жизни. Но тем не менее это так. Вещи, и не только они, представляют собой аксессуары в женском обиходе.

Приоритеты

Любопытны результаты социологического исследования, приведенного недавно варшавским центром по изучению общественного мнения: какими видят себя сами польские женщины?

Только одна из семи "вполне довольна" своей внешностью. Почти половина из них "скорее себе не нравятся", а 40 % "решительно не любят смотреться в зеркало".

Будучи недовольны своим внешним видом, большинство, однако, не прилагают усилий, чтобы его изменить. 92% опрошенных женщин в течение последнего года ни разу не были у косметолога. Даже парикмахера регулярно посещает лишь каждая четвертая полька. (Объективности ради нужно добавить, что в связи с "шоковой терапией" стоимость этих услуг многократно возросла, и многим они просто теперь не по карману.)

Тем не менее главной ценностью для женщины по-прежнему являются не деньги, а "большая, настоящая любовь" (так ответили 79% опрошенных). На втором месте в женской шкале ценностей стоит "счастье собственных детей", на третьем - материальное благополучие, достаток в жизни". 17% превыше всего ценят материальную независимость от мужа и семьи, 10% - профессиональную карьеру и столько же - гармонию в сексуальной жизни.

Женское мышление

*Женщины уступили мужчинам
под натиском превосходящей силы,
но они наносят болезненные ответные
удары, главные из которых - выставить*

*мужчину на посмеище.
Э. Фромм*

О пресловутой болтливости

Мужчины думают преимущественно молча, женщины предпочитают размышлять вслух. Тому, оказывается, есть причины более глубокие, чем представлялось.

Доктор Дженни Харест и ее коллеги из университета в Сиднее (Австралия) установили, что женская склонность поболтать объясняется особенностями женской анатомии: у женщин область мозга, контролирующая речь, имеет на 20% больший размер, чем у мужчин.

Этим объясняются также и лучшие способности женщин в языках, их искусство в завязывании контактов (в частности, деловых) и лучшее запоминание сказанного: "Женщина может простить обиду, но не забудет б ней никогда".

Общительность женщин в сочетании с критическим отношением к другим представительницам своего пола иногда играет с ними злую шутку:

Она сумела завязать разговор на официальном приеме с нужным человеком, но разговор не клеился. Чтобы не затянулась возникшая пауза, женщина сказала:

- Посмотрите на эту даму "в горошек", как она нелепо выглядит!
- Это моя жена.

Многие мужчины тяжело переносят женское многословие, считая его просто болтливостью. Во многих "мужских" анекдотах зло высмеивается это женское качество. Приведем три образчика:

"Две заключенные должны были просидеть в одной камере 10 лет. За хорошее поведение их выпустили на полгода раньше. За воротами тюрьмы они проговорили еще полчаса".

"Иванов с женой пришли к врачу. Тот дал женщине термометр и предложил подержать его за щекой:

- А теперь пять минут не открывайте рта! - предупредил он женщину.

Иванов внимательно посмотрел на врача, потом на жену с термометром во рту и шепнул врачу на ухо:

- Доктор, за сколько вы можете мне уступить эту штуку?"
- "Я слышал, перед тем как пойти работать в драмтеатр, твоя жена танцевала в балете?"
- Да, и неплохо. Но ей было так тяжело - не сказать за целый вечер ни слова".

Женская логика - это предмет исследования, который нельзя ни с чем сравнить. К счастью, имеется весьма обстоятельная работа, которой мы следуем в этом и других параграфах этой главы.

Термин "женские принципы" условен, так как каждая женщина имеет свои принципы, только ей известные. Она может не осознавать их, но все равно эффективно их использовать, то есть речь идет, скорее, не о единых принципах, а о некоторых приоритетах, предпочтениях.

Неопределенность высказываний

Одним из стержневых принципов женской логики является принцип неопределенности. Неопределенность в женской логике - это условность, возведенная в абсолют.

Проявлением принципа неопределенности являются такие слова, как "я согласна, но при условии...", "да, но...", "возможно, конечно, только вот...". Апофеозом этого служит выражение "ну я не знаю...".

Эта фраза нередко венчает разговор, диалог или рассуждение. В ее тональности присутствует и нотка раздражения, и неудовлетворенность, и оценка, и волевой акцент на пресечение попыток дальнейшего обсуждения данной темы. Смысл данного выражения может включать в себя в неявном виде следующее: "Поступай, как знаешь" ("Я умываю руки"), "Тебе решать (тебе и отвечать)", "Ты не соглашаешься со мной только из упрямства (гордости, глупости)" и т.п.

Относительность оценок

В разговоре типа "Не сравнивай, пожалуйста, я это делаю для блага семьи (детей, твоего же блага...)" категорическое требование - "не сравнивать" на самом деле выступает чисто сравнительным компонентом.

Всегда понимая, что слово и дело - это, как говорят в Одессе, две большие разницы, женщина дает мужчине поупорствовать в чем-либо. Этот замысел включает в себя две цели. Первая - не затевать домашнюю войну по ничемному поводу, зарезервировав ее для более подходящего случая (при котором непременно припомнится и случай пропущенный, но уже в других оценочных категориях). Вторая - иметь возможность сказать в итоге: "Ну я же говорила..." И ведь действительно говорила... Вообще указанный оборот является по своей оценочной сути абсолютно беспроектным вариантом при любом развитии событий.

Относясь к мужчине как к большому ребенку, женщина склонна к уступкам, компромиссам, ни на йоту не отступая от того, что ее собственная шкала оценок - единственно правильная. Это даже обсуждению не подлежит (есть два мнения - ее и неправильное).

Упорство в непризнании вины

Редчайший случай, исключение из правил, чтобы женщина сама, без всякого внешнего давления, самокритично сказала: "К сожалению, в этом я была не права", или "Как показало дальнейшее, ты оказался ближе к истине". Такое просто невозможно. И вовсе не потому, что самокритичность менее присуща женщинам, чем мужчинам. Скорее, даже наоборот. Мужчинам в большей мере свойственно захлебываться от восторга и самообольщения.

Женское упорство в непризнании вины - тоже категория относительная. Вина или неправота, о которой идет речь, это не просто женская ошибка, упущение или необдуманный поступок. Это всегда определенный залог в ее отношениях с мужчиной. И признать себя неправой - значит, дать большие козыри ему в последующей позиционной борьбе. А на это женщина пойти не может. Таким образом, женщина обычно не признает своей неправоты исключительно из стратегических соображений.

Обычно в таких щекотливых ситуациях, прекрасно понимая свою неправоту, женщина не стремится воевать за уже проигранные позиции. Она либо неопределенно молчит и обходит стороной все, что касается этого болезненного вопроса, а если уж и вынуждена говорить, то высказывается в такой неопределенной форме, что непонятно, кто прав, а кто виноват. А если при этом выплывает вина женщины, то в итоге все равно виновником оказывается... конечно же, мужчина.

"Женщина иногда может признаться в своих грехах, но я не знал ни одной, которая призналась бы в своих слабостях" (Бернард Шоу).

Неопределенность предпосылок

Женщина прекрасно понимает, что определить что-либо - значит задать такую область значений определяемого, которая уже в дальнейшем не меняется. Однако женщина предпочитает не исходить в своих посылах из чего-то неизменного, от нее не зависящего. Она сама предпочитает быть независимой от каких бы то ни было предпосылок. Самый простой путь для этого - каждый раз заново формировать посылы, так как это выгоднее в изменившейся ситуации. И делается это с очаровательнейшей непосредственностью и непринужденностью. Поэтому неопределенность есть выражение несовместимости женской логики с принудительностью. Неопределенность характеризует отсутствие резких граней. Это дает большие возможности для маневра. Неопределенность - важнейшее основание женской загадочности, таинственности. Сказав "да" или "нет", женщина раскрывает свое отношение к предмету. Выражение неопределенности, например "может быть", может означать и то и другое и не являться демаскирующим фактором.

Мужчина, ищущий встречи с женщиной, услышав "может быть", получает надежду (в чем женщина заинтересована), но это не лишает ее свободы дальнейших действий.

Многозначность

Если в евангельской притче "Либо "да", либо "нет", а что сверх того, то от лукавого" провести границу после слова "нет", то все, что останется слева, - мужская логика, а то, что

окажется справа, - женская. Может, поэтому женщины считают, что их логика права по отношению к мужской?

Если женщина и вынуждена проявлять какую-нибудь определенность, то она выразит это примерно в следующей форме: "Скорее, и не "да" и не "нет", чем либо "да", либо "нет". Но и так она, очевидно, не скажет. Даже эта мера условности имеет слишком прямолинейный характер. Интуитивно она, вероятнее всего, склонится к выражению, связанному с неопределенной модальностью типа "может быть", но обязательно произнесенному в тональности большого сомнения, так что в итоге не будет понятно: может быть или может не быть (или даже - не может быть)?

Вообще в женском арсенале выражения типа "может быть" являются ключевыми.

Между твердыми "да" и "нет" лежит целый спектр различных полутонов: "почти да", "скорее да, чем нет", "ни да, ни нет", "скорее нет, чем да", "почти нет".

И все это многоцветье оказывается во власти женского "может быть". Здесь мы видим очередное проявление упомянутых в 1.4 трех началах мужского и женского: он - точка (концентрация), она - пространство (заполнение). "Да" (или "нет") - это точка, "может быть" - это целое пространство полутонов.

Одно и то же, но в разных устах...

Мужское "может быть" значительно ближе к форме отказа, к отрицанию, к выражению досады и раздражения... Уже простые бытовые примеры убеждают нас в этом. Так, если жена напоминает мужу о необходимости что-то сделать, а он отвечает: "Ну хорошо, хорошо, может быть, на будущей неделе...", то девять женщин из десяти поймут, что это означает досадливое отмахивание. Женское "может быть", напротив, может обещать очень много...

Сравним мужское и женское "нет". Мужское "нет" близко по смыслу к тому, как говорил герой чеховского рассказа "Письмо к ученому соседу" отставной поручик Василий Семи-Булатов, который проживал в селе Блины-Съедены: "Этого не может быть, потому что этого не может быть никогда".

Женская отрицательность имеет весьма специфический характер. И это понятно. В вечном конкурсе жизни женщина не может сказать "нет" и как ножом отрезать. Это просто будет необдуманно. Женщина отказывает, но всегда оставляет надежду, вероятность согласия. Но согласия лишь с тем, кто проявит нужную меру терпимости, понимания.

И нет большего разочарования женщины в мужчине, чем такая ситуация, когда после отказа мужчина прекращает всякие попытки добиться согласия. Для женщины такой мужчина - совершенно конченный человек.

Мужчина и женщина встретились через много лет.

- Почему ты тогда отказала мне?

- Потому что ты был недостаточно настойчив.

По своей природе женское "нет" имеет селективный, тестирующий и оценивающий характер. Сказав "нет", женщина имеет возможность обещать, но на конкурсной, альтернативной основе...

Женское "может быть" - это игривое, кокетливое и многообещающее "да".

Практичность

Практичность женской логики обусловлена самой природой женщины. Практичность - это то качество, которым природа (или Бог) наделила женщину, предназначив ее для заботы о продолжении рода и об очаге. Ее ошибки слишком дорого обходятся. Это различное отношение к ошибкам прочно вошло в психологию пола. Даже народные поговорки и присказки отражают это, например: "Мужний грех за порогом остается, а жена все в дом несет".

Женская ошибка - более серьезный факт. За нее часто приходится расплачиваться слишком многим... Поэтому практичность - весьма определенная гарантия благополучия и безопасности, орудие против обмана.

Кто-то из великих сказал, что обмануть можно кого угодно: политика и солдата, ученого и поэта. Невозможно обмануть только домохозяйку. Естественно, мы не ставим

знака равенства между домохозяйкой и женщиной. Но, как говорится в Священном писании, пусть тот первым бросит в меня камень, кто докажет, что домохозяйка не женщина...

Понуждение к действию

Женщине предпочтительнее не принимать решение самой, а подтолкнуть мужчину к принятию решения и к действию, желательному для нее.

Это безупречная с точки зрения практичности тактика. Вся ответственность при этом возлагается на мужчину и при любом исходе женщина в выигрыше.

Понуждение мужчины к действию очень хорошо просматривается в "женских" песнях. Например:

"Ой, Морозов, ты слышишь, Морозов,
За меня себя замуж отдай!"

Блестящая конструкция! Или вот еще:
Никому не поверю, что другую ты любишь,
Приходи на свиданье и меня не тревожь.
Неужель в моем сердце огонечек потушишь?
Неужели тропинку ты ко мне не найдешь?

Строчки вторая, третья и четвертая содержат подталкивание к желанным для певуны действиям мужчины, подкрепляемое упреками.

Не теряй же минут дорогих,
Назначай поскорее свидание
И учти, что немало других
На меня обращают внимание!

Первые две строки содержат не только указание, но и срочность его исполнения. Заключительные строки представляют из себя нажим в виде скрытой угрозы.

Подобных примеров можно привести множество. Ведь особенности женского мышления настолько для женщин естественны, что пронизывают все, что исходит от них.

Муж - ученый, чтобы не забивать голову дачными заботами, выполняя просьбу жены купить дачу, поставил одно условие: "На даче хозяйка - ты, я - подсобный рабочий, буду делать все, что скажешь". Время от времени он теперь слышит упреки жены:

- Неудачно мы посадили яблоньку... Ты хорошо устроился: "Как ты скажешь, как ты скажешь". Теперь я виновата.

- Я тебя ни в чем не виню.

- Я себя виню.

Психологическое давление

*Власть ее не изучена,
Значительно преуменьшена.
Пока что - во всяком случае
Всесильна над нами женщина.
М. Луконин*

В традиционной логике есть определенные правила, очерчивающие последовательность действий и их результат. В отличие от этого женская логика чурается всякой предопределенности и может быть названа "непринужденной" логикой. С точки зрения мужчины понять ее невозможно, хотя почувствовать ее силу довелось многим из них.

Неожиданность

Женщина не может допустить однообразия, поэтому и женская логика разнообразна, в основе ее лежит неожиданность.

Женщина тяготеет к привычности, комфортности, покою, устойчивости и надежности. По отношению к себе. Состояние же мужчины вечно комфортным быть не должно. Прежде

всего, его должна беспокоить проблема женщины, ее загадочности, неповторимости, непредсказуемости.

Неожиданные повороты в развитии темы - наиболее частые приемы в женском доказательстве.

"Смена пластинки"

Резкий переход к другой теме, например, неожиданной фразой:

"Тебе лишь бы поговорить" или "А! Тебя ничто не интересует!"

Суть данного приема в том, что предметом обсуждения вдруг становятся личные качества оппонента. Разумеется, подобный поворот совершается не для того, чтобы восхвалить его, а исключительно для того, чтобы любое дело перевести в персональное. Далее идет возложение личной ответственности и спрос за конкретное деяние. Вслед за этим обычно следует обобщение, после чего обвиняемый становится ответственным уже практически за все несчастья. Легкий скачок - и предмет обсуждения уже иной: несчастная женская доля и загубленная молодость.

Неожиданный вывод

Поворот в развитии темы может быть достигнут неожиданным выводом или даже выпадом. Это в основном соответствует главной цели женского доказательства: не доказать, а поразить! Одно дело поразить - значит озадачить партнера, другое - потрясти, третье - привести в состояние неопределенности. В числе вариантов - стремление зародить сомнение, что-либо инкриминировать, беспокоить:

"У всех мужья как мужья, а мне вот уж, слава тебе, Господи, как повезло..." или "Вот у подруг мужья: все в дом, все в дом, а тут...". Сравнение всегда избирается по самому невыгодному признаку. Будь он хоть трижды лауреат, все равно в данном сравнении он - пустое место. И всяческие воззвания к совести, напоминания о том, что им сделано немало, вызовут только укоризненное покачивание головой или презрительную усмешку: "Сейчас хорошо - подвез Петров, наш однокурсник. Троечником был слабенкиим, а теперь на 600-м "Мерседесе"..."

Собственная правота

Мир женщины - это прежде всего мир ее семьи. Женщина уверена, что семья - это прежде всего она сама. И это действительно так. Ведя фактически все домашнее хозяйство, занимаясь детьми, она и является основой семьи.

Не случайно, говоря о семье, о даче, женщины обычно говорят "у меня", а не "у нас".

Поэтому все, что она делает, освящается интересами семьи. И потому женщина считает себя изначально правой во всем, что касается мужчины. Как тут не вспомнить слова Круассе: "Когда женщина не права, первым делом нужно попросить у нее прощения".

Будучи более эмоциональной, женщина задает и эмоциональную атмосферу в семье.

Приписывание другой причины

Женщина исключительно часто пользуется этим принципом для опровержения и критики. Например, в ответ на сообщение мужа, что на будущей неделе ему придется выехать в командировку, она в полную меру использует данный принцип. И тогда в итоге оказывается, что причина командировки - либо мужской эгоизм ("Хочешь поразвлечься, вот и едешь"), либо стремление угодить начальству, бесхарактерность ("Когда тебе надо, ты разобьешься в лепешку, но выполнишь все, что ни попросит тебя твой дорогой Иван Иванович"). Сокрушительность довода усиливается, когда становится известным, что в группе командироваемых - некая особа... ("Ну, теперь мне все понятно, почему ты так внезапно бросаешь все свои дела и мчишься сломя голову невесть куда...").

Красноречивое молчание

Молчание мужчины означает, что ему нечего сказать, во всяком случае, так понимают это женщины: "Тебе и сказать нечего!" Женское молчание, а тем более красноречивое - это молчание совсем другого сорта: это выражение обиды. Оно относится к числу наиболее убедительных способов доказательства по-женски.

Незаконченные фразы

Многие фразы женщины оставляют незаконченными. Например: "Я тебе говорила, а ты..."; "Ну, сколько можно говорить..."; "Ну, я не знаю..."; "В конце концов, есть предел моему терпению или нет?..." Обычное нормальное отношение требует, чтобы все точки над "i" были расставлены. В женской логике этого нет. В самом деле, услышав фразу "Я тебе говорила, а ты...", ожидаешь, что будет сказано, что же именно такое было сделано или не сделано. На этот случай уже готовится ответ, реплика, опровержение. Но спусковым механизмом, курком ответной реакции оказывается недосказанное окончание фразы. В этой фразе разговора начинается психологическая пауза, и в разговоре появляется ощущение моральной правоты и, соответственно, неправоты. Именно это давит на "виноватого", заставляя его оправдываться. Именно эти зачетные очки правоты понуждают "неправую" сторону к покаянному тону...

Когда психологическая пауза исчерпывает себя, вполне может прозвучать: "Ну что, в оправдание и сказать нечего?" Это вопрос - обвинение, имеющий риторический характер: независимо от того, будет дан ответ или нет, нападающий остается в выигрыше.

Ключевые фразы

В ключевых моментах разговора используются так называемые ключевые фразы.

Например, ключевым моментом будет момент перехода разговора на новый эмоциональный уровень. В этом случае зачетное очко морального перевеса получает тот, кто первый скажет "Не кричи!" (обычно первой это удастся сказать женщине). И даже если до этого оба говорили на повышенных тонах, так называемый моральный перевес и дальнейшую тактическую инициативу получает тот, кто первый сказал данную ключевую фразу. Решающим моментом оказывается и произнесение последней фразы в споре: за кем последнее слово, тот вроде бы и наверху. Никто не хочет обычно упустить такую легкую возможность выигрыша и, вероятно, поэтому многие споры не кончаются никогда.

Если в споре женщина может использовать какие угодно слова, то в ключевые моменты она применяет только уже проверенные ею: она знает, что именно эти фразы легче всего выводят мужчину из состояния устойчивого равновесия.

Практически все неоконченные фразы выполняют роль тестов. Тестируемыми оказываются мужчины. И в зависимости от их реакции пойдет дальнейшее развитие сюжета.

Балансирование на грани

Женская фраза всегда находится на грани различных состояний. Об одной характеристике этого мы уже писали выше, когда отмечали, что женское "может быть" всегда на грани между "да" и "нет". Но есть еще и другие грани: это грани мира и войны, смеха и слез, любви и ненависти, счастья и страдания... Здесь легко впасть в ошибку. Даже не в ошибку, а в вечное заблуждение, свойственное мужчинам всех времен и народов. Ведь именно мужчины всегда думали, что это они решают - быть или не быть. Как бы не так...

Мужчина, поставленный (причем совершенно неожиданно и немотивированно) на грань любви и ненависти, бывает обычно крайне озадачен и даже беззащитен. Тут он, по мнению женщины, и раскрывает свой характер. Ситуация "на грани" тоже является тестом. Оценив реакцию мужчины, женщина принимает решение, сразу ли вернуться на грань мира или еще немного побалансировать на грани войны (чтобы это лучше запомнилось). Очень редко, но бывает и так, что она принимает решение действовать по принципу "на войне как на войне". После подобной встряски мужчина теряет известную часть своей заносчивости (по крайней мере на некоторое время), теряет уверенность, понимая всю зыбкость своего положения хозяина и повелителя.

В любом случае перемены в его поведении налицо. Такие балансирования на грани войны и мира в отношениях с женщиной позволяют женщине управлять им.

Недомолвки

Еще один аспект незавершенности женских фраз - недомолвки. Они бывают разные, но объединяет их то, что это проявление женской изобретательности. Разновидности недомолвки: намек, "случайно обмолвилась", сообщила по секрету.

Важное замечание

Многие женщины, прочтя этот раздел, могут сказать нечто, подобное такому: "Что это за изыски, я поступаю так, как поступаю. И нечего тут строить теории". И будет права, это у нее - от Природы. Всевышний наделил ее этим уникальным психологическим аппаратом, это одна из составляющих ее естества.

Мужчина, прочтя этот раздел, может воскликнуть: "И когда они этому учатся?!" Ответ - никогда. Это их природа, природа истинной женственности. Это противовес мужской силе.

Подобные замечания можно сделать и в отношении приемов женской тактики, к изложению которых мы переходим.

Арсенал женских тактик

*Ты - женщина
И этим ты права.
В. Брюсов*

Женщина является сильным оппонентом.

Козьма Прутков говорил: "Хитрость есть оружие слабого и ум слепого". Поэтому если называть женщин слабым полом, то нужно смириться с необходимым присутствием в них хитрости. Рассматривая нижеследующие приемы женской аргументации, мы также убедимся, что женские хитрости отличаются изяществом, во всяком случае, изяществом исполнения. Итак, женские приемы:

1. Нагнетание обобщений

Он: Ну что ты все - упреки да упреки... Она: Я что, не могу слова сказать? Я что, все должна терпеть? Я в этом доме вообще лишена права голоса! Человек я или не человек?!

Здесь имеет место нагнетание обобщений. На первый вопрос - риторический (может ли она слово сказать) - ответ очевиден. За ним следует первое обобщение ("все должна терпеть"), затем второе и третье. Причем третье обобщение - снова риторический вопрос, возразить на который невозможно. Этот прием называется "резонанс".

Еще один способ нагнетания - риторический прием "градация": доводы повторяются со все возрастающим напряжением.

"Я терпела, долго терпела, очень долго терпела! Терпела невнимание, унижение, позор!..."

Противодействовать этому приему можно тоже риторическим приемом. Представить, что на трибуне, принять горделивую позу и... "И это говоришь ты, моя избранница!..."

Фактически в рассматриваемом приеме идет настойчивое подчеркивание собственной слабости, апелляция к защите. Показная слабость - одно из сильнейших средств женщины: "Женщины никогда не бывают так сильны, как когда они вооружаются слабостью" (И. Бунин).

2. Разъединение целого на части и их противопоставление

Например: "Любишь кататься - люби и саночки возить!", "Не путай черное и белое", "Не вали с больной головы на здоровую!"

Само собой разумеется, что "черное", "больную голову" и "возить саночки" предназначено оппоненту, себе оставлено остальное, более привлекательное. Этим достигается значительное моральное преимущество перед "супостатом".

3. "Ну, кем бы ты был без меня?"

Женщина искренне полагает, что мужчина - дело ее рук. Отсюда утверждение: "Мужчина - большой ребенок".

4. Из многих зол выбирает меньшее

Она: Ты не хочешь того, не хочешь этого... Может, ты вообще ничего не хочешь? Он: Ну почему же...

Она: Вот тебе мое последнее слово, потом пеняй на себя!

5. Много раз "нет", но хотя бы один раз "да"

Женщина специально задает вопросы, ответы на которые могут быть только "нет". После нескольких подобных сюжетов она возмущается и задает невинный на первый взгляд вопрос, на который мужчина с облегчением говорит "да", но именно это и было целью коварной собеседницы.

6. Первое и последнее слово

Обычно женщина начинает разговор, она же его и заканчивает.

Первыми словами она задает нужную тему и распределение ролей, создает условия для захвата инициативы.

Обычно победителем в разговоре воспринимается тот, кто сказал последнее слово. Победу женщина отдавать не хочет, поэтому последнее слово оставляет за собой.

7. "Ахиллесова пята"

Одно из предназначений женской стратегии - максимально использовать мужские слабости.

Мужской диалог является силовым: не принято уходить от обсуждения сложных вопросов, на аргумент нужно отвечать контраргументом - это похоже на перетягивание каната.

Разговор женщины похож на танец на натянутом канате - постоянное балансирование в ситуации неопределенности.

Прием "ахиллесова пята" у женщин выглядит так: обнаружив слабое место у оппонента, женщина будет методически бить по нему, не давая отвлечь себя от этого занятия.

Попытки обратить ее внимание на другие, более веские обстоятельства в этом случае бесплодны.

8. Замалчивание истины

Женский разговор - в понимании мужчины - и о том, и о сем, и - ни о чем. Говорит много, но все вокруг да около. Это большое искусство - много говорить, но не проговориться. Как говорится, "язык дан дипломату, чтобы скрывать свои мысли".

9. "Отсроченный вопрос"

Она: Если ты не в состоянии содержать семью, зачем ты женился на мне?

Вопрос-обвинение.

10. "Если нельзя, но очень хочется, то можно"

Это типичный женский аргумент.

Логическим следствием отсюда, обращенным к мужчине, является: "Значит, ты не очень этого хочешь!"; "Если бы ты любил по-настоящему..."; "Если бы тебя попросила об этом твоя мамочка, ты бы в лепешку разбился".

Или: "Другие же могут!"

Желание женщины лежит в основе многих ее поступков. Часто оно скрывается за словами "Для тебя же стараюсь". И в этом нет обмана, ибо она искренне считает, что если ей будет хорошо, то будет хорошо и мужчине.

11. "Ты сам не знаешь, чего хочешь"

Этот довод опровергнуть практически невозможно, потому что он предполагает необходимость оправдываться. А это уже проигранная позиция. Не зря же говорят: "Раз оправдывается - значит, виноват!" Но и не сопротивляться обвинению - значит просто признать свою вину. Тупиковая (для мужчин) ситуация.

12. "Мне простительна маленькая слабость"

Если у женщины оказался сильный оппонент, который вскрыл слабые места в ее аргументации, то в ответ он может получить безукоризненный по своей непосредственности аргумент: "Ну и что? Я же слабая женщина. Мне как женщине это простительно".

Наоборот, мужчине слабости не прощаются, он "должен соответствовать": "Будь мужчиной!", "Не будьте бабой!"

13. Домысливание (досказывание)

"Ну-ну... - говорит женщина, - я могу досказать твою мысль" или "Что же ты замолчал, говори до конца..." А формулировка "Угадываю, куда ты клонишь..." абсолютно неэтична. Продолжение, как правило, дается в нужном ключе. И вся последующая критика оппонента связана с разгромом предложенной самой женщиной концовки. По правде говоря, такие приемы работают и в мужской аргументации, но в женском варианте прием убийственный. Ну что можно противопоставить такому его использованию: "Ты, конечно, не сказал, но ты так подумал...", или "Ты не говоришь так, но хотел так сказать", или даже "Я согласна, ты не хотел так говорить, но только потому, что тебя сдерживает расчет (выгода, страх, стыд)".

Домысливание - неотразимый женский довод прежде всего потому, что его невозможно опровергнуть. Ведь нельзя опровергнуть того, чего не было.

14. "За кого ты меня принимаешь?"

Цель этого приема - заставить собеседника оправдываться. А оправдывающийся всегда виноват. Во всяком случае, в глазах того, перед кем оправдывается. Реализация данного приема осуществляется в цепочке доводов следующего типа: "Как ты смеешь?", "Что ты себе позволяешь?" и, наконец, "Я знаю, чего ты хочешь!"

15. "Я в отличие от тебя..."

Здесь возможны несколько вариантов: "Каждый порядочный человек, в отличие от тебя...", "Всякий здравомыслящий человек, которому дорого чувство собственного достоинства, не будет возражать, что...", "Только идиот не согласится с тем, что..." Вовсе не нужно думать, что женщина с умыслом строила аргументацию, чтобы в итоге сказать такую фразу. Она могла бы сказать ее и без всякой аргументации.

16. Манипуляция

Манипуляция - это скрытое управление собеседником против его воли. Манипулятор добивается своего путем использования обнаруженных у оппонента слабостей. Это могут быть тщеславие, жадность, любопытство, азартность и т.д.

Прием этот применяется и мужчинами и женщинами, но последние пользуются им чаще и с большим успехом. Потому что женщины, как правило, лучшие психологи, чем мужчины, и блестяще обыгрывают мужские слабости.

Тщеславному руководителю она скажет: "С Вашим авторитетом нетрудно убедить их в том, что..." Честолюбивый услышит от нее: "С Вашими незаурядными способностями..."

Желая внушить что-то неуверенному человеку, она скажет: "Всем известно, что...", зная, что тот не рискнет выступить против всеобщего мнения.

17. Навязывание высказываний

Один из приемов здесь такой: "Ты это говорил!" И даже если удастся опровергнуть это (на что уйдет много времени и сил), то в ответ можно услышать: "Неужели мне показалось?..." Или более сильно: "Ты так говорил, что мне показалось..." И даже цепь доводов развивается в нужном женщине направлении.

Возможен и возврат к приему "домысливание": да, не говорил, но ты так подумал... Примерно таким же целям служат родственные приемы: "Ты этого не говорил", "Я это говорила" или "Я этого не говорила". Они представляют очень эффективное средство женского давления прежде всего потому, что в принципе неопровержимы. А если и осуществляется попытка опровержения, то ее легко трансформировать либо в оправдательный, либо в обвинительный процесс (в зависимости от обстоятельств). Первым шагом для этого послужит вопрос: "А почему ты об этом не говорил (говорила)?" Вторым - будет категорическое утверждение: "Я знаю (догадываюсь), почему ты об этом не говорил (говорила)!" И наконец, третьей по счету будет оценка: "Сказать (не сказать) это могут только не порядочные люди".

18. "Брать горлом"

Этот прием имеет особенности в мужском и женском исполнении. В прямой своей характеристике это такое действие, которое связано с непрерывной речью, мешающей

партнеру вставить слово. Мужчина в применении указанного приема часто увлекается своей речью, заслушивается собой. И незаметно переходит ту неуловимую грань, за которой кончается тактический прием и начинается риторическое упражнение. Женщина здесь обычно не теряет чувства меры. А если и излишествует, то преднамеренно, реализуя свои цели.

19. "Закрытые уши"

Прием противоположен предыдущему: демонстративно пропускать мимо ушей доводы оппонента. В мужском варианте есть элемент извинительности. Он может выражать непоколебимость позиции, бескомпромиссность, принципиальность. И это в чем-то соответствует бойцовским качествам мужского имиджа. Сольная партия "закрытых ушей" в женском исполнении ничего, кроме раздражения, не вызывает. Зная об этом, женщина, как правило, использует упомянутый довод для того, чтобы в том случае, когда ей это нужно, перевести обсуждение вопроса в конфликтную фазу, но побудив именно оппонента первым бросить перчатку...

20. Признание в небольшой неудаче, чтобы сообщить о больших успехах

Например, одна подруга говорит другой:

- Ну ты представить себе не можешь, как я огорчена...

- Что случилось?

- Моя портниха (называется имя очень известной в городе дорогой и престижной портнихи) испортила мне новогоднее платье... Надо же, как некстати. И ведь сколько я заказываю ей, такого никогда не бывало, чтобы именно перед балом в шведском посольстве такой конфуз...

Легко догадаться, что цель такого довода заключается в иллюстрации того, что она давно и регулярно пользуется престижным салоном и приглашена на бал в посольство. Лучшего доказательства для этого, чем маленький неуспех, просто трудно придумать. Затем можно и "испорченным" платьем похвастаться...

Замечание

Перечисленные тактики женщин можно отнести к числу их безусловных рефлексов. Женщины используют их автоматически, не задумываясь. Утверждение это относится, по существу, ко всем женским приемам, описываемым в этой главе.

Мужские приемы могут трактоваться скорее как условные рефлексy, вырабатываемые, в частности, образованием и воспитанием.

Техника споров, "сцен" и скандалов

Самая сильная в мире вода - женские слезы.

Д. Мерли

"Сцена" - излюбленное оружие женщин. Она позволяет им разом, путем короткой эмоциональной вспышки, полной негодования, добиться того, о чем они в спокойном состоянии тщетно просили бы месяцы и годы.

В споре в арсенале женщины множество эффективных средств: вопросы, отрицания, оценки, упреки и угрозы. Рассмотрим их специфику.

Женские вопросы

1. Нескромный вопрос

Жена: Я видела, ты получил сегодня письмо. От кого?

Муж: А почему тебя это интересует?

Жена: Не задавай нескромных вопросов.

То, что жена нескромно интересуется адресатом мужа - это нормально, это само собой разумеется. А вот его вопрос это уже "нескромно" - с женской точки зрения.

Поскольку "нескромный" вопрос содержит в себе упрек, то важно сбалансировать ответ. Излишняя многословность ответа близка к попытке оправдаться. ("Что-то здесь не так!" - сразу подумает женщина.)

Нормально воспринимается трехкратный перевес отвечающих слов над вопросительными. Меньшее количество воспринимается как невнимательность, пренебрежение.

А вообще ответом обмануть женщину чрезвычайно трудно. Здесь женская интуиция творит чудеса.

2. Вопросы-тесты

Муж и жена собираются в театр.

- Скажи, пожалуйста, моя шляпка сидит прямо?

- Прямо, прямо. Давай скорее, а то опоздаем.

Вопрос о шляпке - тест, в данном случае - на уступчивость и терпимость мужа.

3. "Невинный" контрвопрос

Муж с завистью говорит жене:

- Какая счастливая пара наши новые соседи! Каждый вечер, когда он приходит с работы, она целует его. Почему ты никогда этого не делаешь?

- Я?! Но ведь мы же с ним почти не знакомы...

Девушка - юноше: Я тебе нравлюсь? - Нравишься. - Очень? - Очень. (Ответить иначе нельзя - обидишь. В итоге нужное признание получено (или вырвано?).

Отрицание по-женски

1. Двойное утверждение

Вопреки законам формальной логики двойное утверждение у женщины - это отрицание.

Например: "Ну-ну", "Давай-давай", "Ну, давай".

2. "Зайдем с другой стороны"

У мужчин это означает посмотреть на предмет спора с другой стороны. У женщин - начать все сначала, причем совсем о другом.

3. "Шлагбаум"

"Ты меня не убедил и никогда не убедишь". Женщина ставит мужчину в ситуацию невозможного выбора: "Давно ли ты перестал издеваться над моей матерью, своей тещей?!"

Сказать, что перестал, - значит издевался. Не перестал - тем хуже. Не спасает и молчание: "Тебе и сказать нечего!"

4. Прием "до противного"

В мужской логике этот прием называется доказательством "от противного": приняв некоторое утверждение, логически прийти к противоречию, чем и доказать неверность посылки.

У женщин прием "от противного" модифицировался в прием "до противного": создать такую обстановку в диалоге, когда не только спорить - жить не хочется. Это отрицание не логическое, а эмоционально-психологическое, оно включает в себя намеки, упреки, обвинения, провокационные вопросы. Все это может быть дополнено хлопаньем дверью, громыханием посуды, красноречивыми позами, резкими движениями и словечками.

В споре с мужчиной женщина постоянно стремится опровергнуть свое традиционно подчиненное положение.

Женские оценки

1. "Тем хуже для фактов"

"Если факты противоречат теории - тем хуже для фактов" - это шутовское замечание великого философа Гегеля можно рассматривать как теоретическую предпосылку женских оценок.

Цель женской оценки - показать, как низко может пасть мужчина по сравнению с идеалом.

- Как относится к тебе муж?

- О, прекрасно! Он выполняет все, что я пожелаю!
 - Значит, мало желаешь, - наставительно сказала мать дочери.
- И акции мужа получили тенденцию к своему падению.

Женская оценка является не прямолинейной, а содержит необходимость домыслить услышанное: "Я отдала тебе лучшие годы жизни, а ты..."

2. Оценка-тест

- Милый, как я сегодня выгляжу?
- Нормально, как всегда.
- Тебе все равно, ты даже не посмотрел на меня...

3. Полярность женской оценки

- Как дела у вашей дочери?
- Прекрасно. Она вышла замуж за хорошего человека. Он ей во всем помогает: готовить, мыть посуду, смотреть за детьми.

- А нашему сыну не повезло. Досталась такая ленивая! Мальчику приходится все делать самому: и готовить, и смотреть детей, и всякое прочее...

Или другой разговор. Две подруги:

- Ты знаешь, портрет Ольги написал известный художник.
- И получилось похоже?
- Да, поэтому она его никому не показывает. Как остроумно заметил Б. Франклин: "Если хотите узнать недостатки девушки, похвалите ее перед подругами".

Упреки и намеки

Из арии Мельника в опере "Русалка": "Намеками, упреками старайтесь удержать..."

Он: Ты меня любишь?

Она: Конечно, я ведь танцевала с тобой весь вечер.

Он: Разве это доказательство?

Она: Еще бы! Ты же не видишь со стороны, как ты танцуешь!

Упреки имеют цель создать чувство вины.

- Этот вальс я могу танцевать с Вами до утра!
- Вы думаете, что к утру научитесь его танцевать?!

Упреки, по мнению женщины, должны подтолкнуть мужчину сделать нечто, ею желаемое.

Супруг, измученный упреками: Возможно, у Адама были свои неприятности, она не могла изводить его рассказами о тех мужчинах, за которых она могла выйти замуж.

Упреки могут быть словесные и молчаливые. Последние - это своеобразное упрекающее поведение.

1. "Танец умирающего лебедя"

Самая простая, и потому самая распространенная форма упрекающего поведения.

Включает в себя: молчание; редко звучащий, пониженный, как при покойнике, голос; обиженное выражение лица; замедленные, неуверенные движения.

Предполагает возникновение у мужчины комплекса вины: "Ну что я такого сделал?" Если этот вопрос прозвучал, бессловесный упрек дополняется словесным.

Если же мужчина "не созрел", то вступает в действие

2. "Танец с саблями"

Прием характеризуется резкими движениями, порывистыми жестами - и все это молча. При этом женщина как бы не замечает мужа. Это открытая форма войны.

3. "Холодная война"

Накладываются эмбарго на все и вся. Доминирующей позой в фазе холодной войны является "мраморная статуя" - тот же "умирающий лебедь", только не танцующий, а как бы замороженный: никаких движений, никаких звуков. Замерший взгляд, устремленный в одну точку.

4. Словесные упреки

Они являются элементами как диалога, так и монолога. Выражаются восклицаниями: "Господи, какая же я дура", или "Так мне и надо", или "Мне же говорили...", "Мама ведь меня предупреждала..." и т.д.

5. Упрек-сравнение

Это самый распространенный: "Живут же люди", "А Самойловы машину купили, он ее теперь на работу - с работы возит..."

Женские угрозы

Вообще в споре, претендующем на конструктивный характер, угрозы неприемлемы. В домашнем споре свидетелей нет, а посему все дозволено. Вариаций угроз может быть очень много. Классическая угроза: "Меня здесь не понимают" (не ценят, не любят, не уважают и т.п.). Сформулировав угрозу, нужно внимательно смотреть за реакцией, ибо от нее зависит, как завершить нагнетание обстановки. Классическая угроза в зависимости от ответной реакции может завершиться и разрывом дипломатических отношений, и извинительной репликой: "Да что я такого сказала?"

Угроза может апеллировать и к неприсутствующим свидетелям: "Дети (родители) тебя не поймут" или "А ты подумал, поймут ли тебя дети?" Акцент может быть поставлен даже так: "И ты согласишься повторить это при детях?!" Все подобные разновидности угроз - далеко не женское изобретение. Но вот есть одна чисто женская угроза. Она называется так: "Я уезжаю к маме!" Ее исполнение отличается многообразием.

Вариант первый (категорический):

Жена: Дальше так жить невозможно! Я уезжаю к маме!

Муж: А как же я (дом, работа, дети...)?

Вариант второй (гипотетический):

Жена: Ну что же, ты этого хотел. Все кончено... Я уезжаю к маме!

Муж...

Жена: Когда образумишься - позвонишь (напишешь, приедешь с повинной, попросишь и т.п.).

Вариант третий (реалистический):

Жена: Я больше жить с тобой не могу! Все кончено! Я уезжаю к маме. Дай мне 200 на билет...

Муж: Но билет стоит 100.

Жена: А обратный?!

Угроза - всегда демарш, рассчитанный на ответную реакцию. Цель угрозы - вызвать нужную ответную реакцию и вести диалог уже по отношению к ней. Для первого варианта ожидаемая реакция - угрюмое молчание. Вслед за этим немедленно последует аргумент типа "Тебе все равно". За ним: "Ты меня никогда не любил" и потом: "О Боже, кому я отдала лучшие годы своей жизни!" Тут начинаются чистые женские оценки по схемам, которые уже рассматривались выше. Любая угроза - это целый комплекс, состоящий из намеков, выражения смертельной обиды, разочарования и в финальной части - эмоционального самовыражения.

Во втором варианте угрозы "Я уезжаю к маме" разыгрывается тест следующего типа: кто сделает первый шаг, тот и больше виноват. Начало первого и второго вариантов может быть стереотипным, но многоцелевым. Продолжение выбирается в зависимости от ответа. Причем все совершается на интуитивном уровне. При этом руководствуются скорее чувством, наитием.

Если в первом случае ответ получен, и получен в смягченной тональности, моментально используется противоположный по тону ответа категорический вариант угрозы. Идет так называемый "дожим ситуации".

Если же мужчина сам занимает до предела категорическую позицию, то угроза может быть смягчена, однако до конца не снята. В подобных ситуациях часто применяется такой вариант: категорическая позиция мужчины дополняется еще более категорической позицией

женщины. И так дальше раскачивается маятник угроз вплоть до предоставления оппоненту возможности для покаяния. А уж "покаяться мужчине всегда есть в чем"...

Угроз в женском арсенале не счесть. Но не прав будет тот, кто считает, что своими угрозами женщина стремится кого-то напугать. Все угрозы (кроме различных чисто эмоциональных взрывов) имеют педагогическое значение. Женщина и угрозой стремится перевоспитать, исправить ситуацию, достичь торжества справедливости (в ее женском, разумеется, понимании). Поэтому даже если имеется убеждение в том, что женская угроза никогда не будет исполнена, относиться к ней несерьезно ни в коем случае нельзя! Тогда она может быть исполнена просто "из принципа".

Расширение числа участников

Оно может быть "очным" и "заочным". В последнем случае привлекается мнение нужных людей. В первом - сами люди - собственная мать, сестра, подруга, друзья.

Самый бесчестный и жестокий случай - вовлечение в ссору детей: "Посмотри, какой негодяй твой отец" или "Твой отец нас бросает" (не любит, не жалеет и т.п.).

Подведем итоги

Подвести итоги нам помогут несколько знаменитых высказываний Ф. Ларошфуко: "Нет ничего парадоксальнее женского ума: женщин трудно убедить в чем-нибудь, надо их довести до того, чтобы они убедили сами себя; порядок их доказательств... очень оригинален, чтобы выучиться их диалектике, надо опрокинуть в уме своем все школьные правила логики".

"Те, кто хвалит женщин, знает их недостаточно. Те, кто их ругает, не знает вообще" (Г. Пиго-Лебрен).

А вот мнение великого Льва Толстого:

"Женщина - это такой предмет, что сколько ни изучай ее, все будет совершенно новое".

Так что, читатель, наблюдайте, изучайте и - не переставайте удивляться!

Мужчины глазами женщины: что привлекает и отталкивает

*Ничто в такой степени
не побуждает к добрым делам,
как иметь свидетелем и судьей
своего поведения любимую
женщину, уважение которой
желаешь заслужить.
Вольтер*

В выборе партнера активная роль традиционно принадлежит мужчине. Но на самом деле мужчина выбирает обычно из тех женщин, которые уже обратили на него внимание и создали условия, способствующие знакомству и сближению. Поэтому первая задача мужчины - обратить на себя внимание, причем в положительном плане. Что же привлекает женщину в мужчине?

Интеллект

Женщины ценят в мужчинах ум. При наличии незаурядного ума и интеллекта физические данные отходят на задний план.

Не случайно студентки самым серьезным образом влюбляются в своих преподавателей (а школьницы - в учителей физики, математики и других сложных предметов, хотя огромная разница в возрасте и, соответственно, не лучшие физические данные, казалось бы, составляют непреодолимое препятствие этому).

Сексологи утверждают, что мужской интеллект вызывает у женщины сексуальное влечение. Не говоря уже о том, что женщине с умным мужчиной интересно. По-видимому, поэтому студенты-отличники, как правило, не обделены вниманием сокурсниц и многих отличников "околдовывают" еще в студенческие годы.

Любопытно высказывание кинозвезды Мэрилин Монро: "Мужчины, с которыми мне интересно разговаривать, обычно не умеют танцевать".

А танцевать обычно не умеют неуклюжие. Первая красавица и секс-символ Америки 60-х, среди многочисленных поклонников которой был и президент Кеннеди, наверняка знала толк в мужчинах.

Речь

Внешним проявлением интеллекта является речь. Интеллектуальная ограниченность обычно сказывается на бедности словарного запаса, неправильном произношении, употреблении избитых выражений и высказывании прописных истин. Убогость мысли порождает примитивную речь.

Глупые мысли приходят в голову каждому, но только глупец озвучивает их.

Всякий знает, что "женщина любит ушами", и именно речь может привлечь или наоборот - оттолкнуть ее.

Ничто так не развивает речь, как учеба, чтение, общение с умными людьми и работа над собой. Человек, много читающий, имеет не только грамотную, насыщенную речь, но и интересен в разговоре.

Женщина, особенно при знакомстве, крайне внимательно слушает мужчину, пытаясь понять, что же он из себя представляет, стоит ли тратить время на него. А как известно, первое впечатление является определяющим и влияющим на все последующие.

Грамотность

Женщины в среднем грамотнее мужчин, так как учатся обычно более старательно. Более грамотный человек ощущает психологическое преимущество, поэтому лучше неграмотность не проявлять.

Проявляется она не только в письме, но и в устной речи, прежде всего - при склонении числительных.

Умение добиваться своего

Целеустремленность, настойчивость мужчины, умение добиваться своего, побеждать очень ценятся женщинами.

Когда мужчина настойчиво добивается женщины, то это, с одной стороны, приятно ей, ибо подчеркивает ее ценность. А с другой - демонстрирует истинно мужской характер.

Нередко женщины, отказав, признаются: "Он не очень добивался. А я люблю более настойчивых". (Довел ее до греха (в мыслях), а дальше идти отказался.)

Преуспевание

Женщины не любят неудачников. И это вполне естественно. Женщина несет ответственность за продолжение рода, но ведь ребенка нужно не только зачать, нужны средства, чтобы его обеспечить.

У неудачника шансов сделать это меньше, чем у тех, у кого все получается. Поэтому женщины тянутся к преуспевающим - как в делах, так и в финансах. О преуспевании мы еще поговорим. А пока приведем ответы мужчин в одном из опросов. Если бы появилась возможность, вы предпочли бы стать более:

богатым - 42%;

здоровым - 36,4%;

умным - 19,8%;

красивым - 1,2%;

любвеобильным - 0,2%?

Как видим, устремленья мужчин отвечают запросам женщин.

Человеческие качества

Благородство, щедрость, способность понять состояние близкого человека - вот что очень ценят женщины.

Женщина рассказывает: "Противно смотреть на мужика, если он жмется с деньгами. Приходишь по общественной линии на юбилей или на похороны, а у него денег нет или начинает торговаться... То ли дело - достал сколько надо! Настоящий мужчина".

Очень ценится надежность. "За его спиной, как за каменной стеной" - это высшая характеристики женщиной мужчины.

Сумев проявить какие-либо из перечисленных качеств, мужчина значительно повышает свои шансы на успех у женщины.

Преуспевание по-нынешнему

На передний план сейчас выдвинулся образ энергичного индивидуалиста, который в одиночку "взвода стоит, а то и роты". В шеренге суперменов у нас коммерсанты, на свой страх и риск ворочающие большими деньгами.

Образ современного мужчины изменился в первую очередь в понимании современной женщины. Дамы нынче делают больший упор на индивидуальные достижения. Если раньше благополучие связывалось с непотопляемыми государственными структурами типа МИДа и Внешторга, то теперь настоящему мужчине вроде бы как неприлично не иметь собственного дела.

Еще одно знамение времени: в делах любовных большую роль стал играть денежный элемент. Не следует сразу же обвинять женщин в корыстолюбии: количество потраченных на ухаживание денег говорит о том, насколько кавалер в состоянии обеспечивать потенциальную семью.

Романтический герой - это индивидуалист-одиночка, и в структуру его образа вполне органично вписывается богатство. При этом не так важно, откуда взялись деньги (может, это Робин Гуд), и даже не то, сколько их, лишь бы они были потрачены по назначению ("миллион алых роз"). Короче говоря, наше время дает возможности мужчине стать более мужественным, а женщине - более женственной.

Внешность

Что отталкивает женщину

Шансы покорить хоть одно женское сердце равны нулю, если:

ваши щеки покрывает кусачая трехдневная щетина (не пытайтесь выдать ее за модную нынче легкую небритость - чтобы поддерживать на щеках растительность нужного размера, тоже требуется изрядный талант);

у вас засаленные волосы, а на плечах - россыпи перхоти;

вы - грубый тип с шершавыми губами. Ваш пылкий поцелуй может доставить удовольствие разве что носорогу с его дубленой ветрами и солнцем кожей;

у вас насквозь прокуренные зубы; в этом случае вам не поможет даже хваленый "Тик-так с ментолом";

ваши ноги слишком быстро потеют, а вы испытываете пагубное пристрастие к нейлоновым носкам. Мысль заглушить этот аромат одеколоном гоните при первом приближении;

ваш любимый напиток по утрам - тот, что снимает похмелье;

в вашей ванной горит лишь тусклая лампочка, а стену не оживляет даже осколок зеркала;

вас тешат напрасные надежды на то, что ваши заурядные сны будут ей интересны (если, конечно, ваша избранница не психиатр);

у вас грубые руки и угловатые обкусанные ногти (колготки нынче дороги и таких прикосновений они не выдерживают).

Зато вы почти с полным правом 8-го Марта, придя к любимой в гости, можете громко крикнуть с порога: "Лучший мой подарочек - это я сам", если:

с бритьем у вас нет проблем;

каждый день вы моете голову ароматным шампунем (для каждого второго мужчины в Европе сегодня это вещь сама собой разумеющаяся);

после еды вы вместо сигареты чистите зубы, а если это невозможно - отправляете в рот пластинку сохраняющей зубы жевательной резинки;

в "джентльменский набор", аккуратно лежащий в одном из кармашков вашей сумки, входит антисептический крем для ног;

утро для вас начинается со стакана сока с мульти-витамином (на худой конец, подойдет молоко или кефир);

лицу вы уделяете не меньше внимания, чем свежей газете или деловым партнерам. Между прочим, каждый пятый, желающий подставить свое драгоценное лицо под нож пластического хирурга, сегодня - мужчина;

на руках у вас - мягкая, ухоженная кожа, и все сомнения в вашей мужественности из-за такого внимания к ногтям вы готовы развеять не словом, а делом.

Читатели, конечно, поняли, что изложенное здесь - это программа-минимум. После этого мы можем более основательно рассмотреть вопрос о внешности мужчины.

Мужская красота

Мужская красота отличается от женской. Мужчин с красивой внешностью часто называют "смазливыми", "красавчиками", подчеркивая этим неодобрительное отношение. Хотя другим это нравится. Перечислим те составляющие внешности мужчины, которые влияют на впечатление о нем безотносительно к степени красоты лица.

Осанка

Фигура - первое, что воспринимается при знакомстве. Основная масса мужчин - сутулые и сгорбленные, а ведь сутулый и сгорбленный человек всегда ассоциируется в нашем сознании с убитым жизнью, неуверенным в себе и больным стариком. И наоборот, "осанистый" человек ассоциируется со здоровым, полным жизненных сил и уверенным в себе человеком.

Хорошую осанку дает не только прямая спина и поднятая грудь, но и положение головы, плеч. Голова должна быть поднята, иначе создается ощущение вины или подавленности. Даже при повороте головы к собеседнику подбородок должен быть чуть поднят. Плечи нужно развернуть, а грудь поднять, как при вдохе. Если плечи не развернуты, то даже при поднятой голове создается ощущение "съеженности" и незавершенности характера.

Взгляд

Он действует на людей иногда даже сильнее, чем осанка. Глаза - это зеркало души, и постарайтесь, чтобы из этого зеркала смотрела на людей душа мужчины. Взгляд должен быть прямой, открытый и направлен собеседнику в глаза, переносицу или чуть выше ее. Прищуренный взгляд подчеркивает вашу пытливость, внимание. Прямой взгляд уже говорит о воле и упорстве. Косой взгляд создает впечатление затаенной злобы и зависти, его следует особенно избегать. Бегающий взгляд выдает обеспокоенного, пугливого, неуверенного в себе, а часто - лживого человека. Такой взгляд сводит мужскую привлекательность к нулю.

Взгляд широко открытых глаз говорит об удивлении, наивности или угодливости. В сочетании с приоткрытым ртом такой взгляд говорит о недоразвитости психики человека или о его желании показаться глупее, чем он есть на самом деле. Помните изречение Бисмарка о том, что глупость - это дар Божий, но не надо ею злоупотреблять.

Артикуляция

Это работа органов речи (губ, языка, мягкого нёба, голосовых связок) при произнесении звуков речи. Артикуляция также говорит о многом. Твердо сжатые губы - о воле, упорстве, внутреннем напряжении, расслабленные - о благодушии, раскрепощенности. Поэтому и считается, что люди с тонкими губами злые, коварные, а с толстыми или пухлыми - мягкие и добрые.

Улыбка

Внимание к лицу прежде всего притягивает улыбка на нем. Это показатель дружеских чувств к другому человеку. Она - показатель внутреннего состояния, говорит о том, что у вас хорошее настроение и вы хорошо относитесь к собеседнику. Люди тянутся к такому человеку (ведь чужие неприятности им неинтересны, у них достаточно и своих). Но и здесь необходимо чувство меры, так как постоянная улыбка на лице выглядит казенной и фальшивой, или создает впечатление несерьезности. Смех тем более должен быть всегда к месту, ведь "смех без причины - признак дурачины".

Если у человека неприятности, то смех вызовет у него лишь раздражение или даже неприязнь по отношению к вам. Особенно будьте осторожны с кривой улыбкой, потому что она вызывает у людей интуитивную настороженность. Такая улыбка почти всегда свидетельствует о том, что какая-то черта характера обладателя этой улыбки доминирует над остальными, а так как люди опасаются худшего, то, находясь в контакте с таким человеком, чувствуют внутренний дискомфорт.

В нижеследующей таблице показано восприятие людьми внутреннего состояния человека в зависимости от его осанки, взгляда и артикуляции. Из нее видно, что мужчине наиболее подходят положения, когда у него прямая осанка, поднятая голова, развернутые плечи, открытый и прямой взгляд. Всех остальных положений следует избегать, особенно тех, в которых присутствуют страх и неуверенность в себе, ведь эти качества в мужчине презируются женщинами.

Движения

В движениях раскрываются темперамент, характер, состояние здоровья, физическое развитие, душевный и волевой настрой. Красивые, координированные, с достаточной амплитудой движения говорят о хорошем физическом развитии, а это важно для мужчины. Если у него имеется недостаток в динамике движений, то у людей подсознательно возникает предположение об изъянах его физического развития и слабом здоровье. Женщины инстинктивно тянутся к физически здоровым мужчинам, так как природа требует воспроизведения лучшей наследственности.

Движения должны соответствовать жизненным ситуациям и подчеркивать мужское начало. В обыденной обстановке резкие, дерганные движения воспринимаются отрицательно, ведь люди не любят перемен, тем более быстрых, немотивированных, непредсказуемых. В их подсознании отложилось, что такие движения обязательно сопутствуют насилию, погоне и опасностям. Кроме того, подергивания, почесывания, ужимки, частые переступания с ноги на ногу, отвод глаз в сторону от собеседника свидетельствуют о комплексе неполноценности человека, стоящего перед вами, о его нетерпении и неуверенности в себе или даже лживости.

В ситуациях, когда от мужчины требуются решительные действия, его энергичные движения приятны окружающим. Они говорят о его готовности защитить и заботиться о них.

Походка

Ровная и твердая походка говорит об уравновешенном характере человека, его уверенности в себе. Если к тому же шаг его пружинист, то он тренирован и физически развит. Стремительная походка говорит о том, что он целенаправлен, быстро работает и у него, возможно, прямой характер. Семенящий шаг - шаг суетливого или неуверенного в себе человека, возможно, склонного к подхалимажу. Неровный, дерганный шаг принадлежит неуверенному в себе человеку, часто сомневающемуся, с каким-то комплексом неполноценности.

Значит, мужчина должен избавиться от семенящей или неровной походки и выработать у себя походку, в наибольшей степени соответствующую конституции его тела и темпераменту. Ширококостным, тяжелым мужчинам подойдет тяжелая, уверенная, чуть ленивая львиная поступь, мужчинам среднего телосложения - агрессивная, размашистая поступь тигра, а худым и с тонкой костью - стремительная походка, упругие и изящные движения ягуара.

Овладеть соответствующей походкой легче, если представить мысленно себя идущим рядом с избранным хищником.

Работа над телом

Начинайте с критической оценки своей внешности (осанки, мимики, взгляда, походки, динамики движений) и с определения (может быть, первый раз в своей жизни) того, какой вы человек (уверенный, робкий). Этому поможет видеосъемка или ваши фотографии, при условии, что вы заставите себя быть естественным, таким как всегда, не пытаться выглядеть лучше чем обычно (не выпячивать грудь, не поднимать подбородок, не втягивать живот и т.п.).

Затем наметьте план устранения своих недостатков. Некоторые из них вы сможете устранить довольно быстро, некоторые - через годы работы. Воля, упражнения и время - вот главные составляющие работы над собой. Начать ее можно с исправления своей осанки и походки. Хотя это и требует громадных волевых усилий, но зато и резко меняет отношение окружающих людей к вам.

Суть этой работы заключается в том, чтобы заставить определенные группы мышц напрягаться для придания телу правильного положения. У вас должна появиться стойкая привычка к правильному положению спины и головы. Для этого требуется запомнить требуемое положение корпуса. Надо стать спиной к стене, прижать к ней затылок, лопатки, пятки и ягодицы, постоять в этом положении 5-10 секунд, а затем медленно походить по комнате, не меняя положения корпуса. После чего повторить это упражнение 3-5 раз, контролируя свою позицию при помощи зеркала. В дальнейшем наращиваете количество тренировок до получения заданного результата. Несмотря на простоту, это очень трудное упражнение. Вначале ваше тело будет как деревянное, шаг неестественным, а мышцы спины и плеч будет ломить. Где бы вы ни находились, старайтесь принять правильную осанку. Еще лучше, если кто-то будет напоминать вам о необходимости "держат спину".

В дополнение к этому упражнению хорошо выполнять и другие упражнения, например с отягощениями для мышц спины и плеч, прогибы назад в положении лежа на животе и с разводом рук в сторону, плавание брассом и т.п.

В первые недели тренировок вам будет особенно трудно "держат спину" в обществе своих знакомых и товарищей, которые вас хорошо знают и заметят ваши потуги сразу же. С их стороны в ваш адрес посыплются насмешки и иронические замечания, но если уж вы решили работать над собой, то будьте готовы к этому. Пытаться их пресекать не следует. Болезненная ваша реакция еще больше провоцирует насмешников. Лучший ответ на эти насмешки - еще большая работа над собой. Решив работать, зажмите нервы в кулак, терпеливо тренируйте свое тело и закаляйте дух.

Обычная ошибка при выправлении осанки - это опущенная голова. Старайтесь не опускать ее и смотреть на собеседника чуть свысока "открытым" взглядом. При повороте головы не опускайте подбородок, а наоборот, чуть приподнимите его. Только так вы будете выглядеть уверенным в себе человеком.

Для того чтобы ваша походка была упругой и легкой, займитесь бегом на короткие дистанции. В этом случае чаши мышцы окрепнут и будут давать тот мощный импульс, который и делает походку легкой и упругой. Хорошо также совершать ежедневные прогулки быстрым шагом на 3-4 километра. При этом следите за своей осанкой. Старайтесь не семенить, шаг должен быть достаточно размашистым и упругим, голова и грудь поднятыми, а плечи развернутыми. При ежедневных упражнениях месяца через 3-4 вы обязательно почувствуете отдачу от своих усилий и некоторый душевный подъем.

После этого или параллельно с исправлением осанки начинайте работать над своими позами в положении сидя. Методика почти такая же, но при этом ваши руки и ноги должны быть расслаблены, а плечи и спина - подтянуты.

Работа над лицом

Для устранения большого дефекта на лице лучше использовать пластическую операцию, однако это крайняя мера, потому что любые нарушения целостности кожи, мышц и костей со временем обязательно дадут отрицательные последствия. Если возможно, то используйте для этого свой волосяной покров на голове и лице.

Например, если ваша голова устроена таким образом, что та ее часть, которой обычно думают, маленькая, а та, чем жуют, большая, то, отрастив себе копну волос на голове, вы искусственно расширяете ее верхнюю часть и ваша тяжелая челюсть будет выглядеть более пропорционально. Отпускать бороду в этом случае не стоит, она еще сильнее расширит нижнюю часть лица. Если же у вас все наоборот, то, отпустив бороду или горизонтально расположенные усы, вы искусственно расширите нижнюю часть своего лица.

Однако следует помнить, что большинство женщин не любит растительности на

мужском лице, но есть и те, которым она нравится. Об этих своих предпочтениях женщины говорят открыто, но чаще третьим лицам, у которых можно узнать мнение вашей избранницы.

Торчащие уши также можно прикрыть своими волосами, но при этом прическу следует соизмерять с пропорциями остальных частей лица. Дефекты губ и подбородка также можно скрыть усами или бородой.

Обратитесь к зеркалу

Мужчинам всегда есть куда посмотреть. Например, все они разглядывают женские ножки и лица, порой воспевают, рисуют их и бегают за ними же. Но и женщине тоже необходимо на чем-то остановить свой взгляд. Мужчины, помните об этом и не ленитесь ухаживать за собой.

Если зеркало сообщает вам о раздражении на лице, шелушащейся коже или ранних морщинах, то не впадайте в отчаяние, а направьте свои стопы к холодильнику. Спасение следует искать именно там. Овощи и фрукты полезно не только употреблять внутрь, но и наносить на лицо, оказывая коже неоценимую помощь.

Самая нетрудоемкая, но очень питательная маска - это помидорная. Нарежьте кружочками помидоры и положите на лицо и шею. Необременительна и клубничная маска. 2-3 ягоды растереть в кашу и нанести на кожу.

Апельсины сделают бархатистой даже самую сухую кожу. Морковь придаст коже свежесть. Черная смородина обладает тонизирующим действием. Тертый картофель просто необходим наутро после бурной вечеринки. "Мешки" под глазами будут не так заметны, если подействовать на них кашей из тертой сырой картошки.

Если не хочется возиться с овощами и фруктами, то проще всего побаловать свою кожу йогуртом. Он богат протеинами, кальцием и витаминами, к тому же легко впитывается.

Подержав маску 10-15 минут, смойте ее водой, а затем ополосните лицо чаем. И если борьба за красоту вас не совсем утомила, нанесите питательный крем - подойдет обычный детский крем. Он также поможет справиться с шелушением.

Суперсредство от ранних морщин (в том числе и мимических) - спелый грейпфрут. Смешайте его сок или мякоть с чайной ложкой сметаны, чайной ложкой морковного сока и столовой ложкой перемолотого в кофемолке риса. Красота требует жертв: эту смесь нужно нанести на лицо. Через полчаса смойте теплой водой и смажьте кожу соком грейпфрута и дайте ему высохнуть. Результат почувствуется на 6-8-й процедуре, которые нужно проводить в течение месяца.

"Лучше пять раз родить, чем всю жизнь бриться" - гласит народная мудрость. С этим можно поспорить, но когда видишь постоянно раздраженную кожу после бритья, поневоле начинаешь задумываться о преимуществе женской доли.

Раздраженной коже также можно помочь пищевой содой, которую нужно смешать с холодной водой до получения жидкой массы, нанести ее на раздраженные места. Подержав 10 минут, смойте все еще более холодной водой.

Если кожа у вас особенно сильно раздражается при бритье, то поступите следующим образом. Пропитайте сложенное вдвое махровое полотенце отваром из смеси мяты и ромашки. Прикладывайте смоченное полотенце к лицу после бритья.

Ваша сила - в ваших руках

Психологи утверждают, что вслед за фигурой и лицом женщины обращают внимание на руки мужчины. По рукам можно многое сказать о человеке - каков род его занятий, привык ли он следить за собой.

Выиграв в силе, мужские руки проиграли во внешности. Мозоли, излишняя растительность с застрявшим в ней пеплом... такую руку трудно принять. Даже если она предложена вкупе с очень благородным сердцем.

Идеальная мужская кисть должна быть твердой, но вовсе не жесткой, с достаточно длинными, но не узловатыми и костлявыми пальцами. Теплая и сильная рука располагает женщину, давая ей ощущение доброты и основательности.

Поэтому руки - благодатный объект косметической заботы. Не стоит тратить деньги на дорогие импортные кремы. Они рассчитаны на изящное женское запястье. Шершавый панцирь на пятерне заводского рабочего им растопить не под силу. Зато обычному крему после бритья (желательно с витамином F) это удастся. Кроме того, он заживляет ссадины и порезы, смягчает кожу, придает естественный цвет.

Мушкетеры времен Людовика XIV носили перчатки не только из-за необходимости эффектно вызвать на дуэль соперника, бросив к его ногам перчатку. На балу нельзя было появляться с обветренными грубыми руками. Памятуя о мушкетерах, не пренебрегайте перчатками. Иначе не избежать "наждачного" эффекта на поверхности рук.

Ежедневные соленые ванночки для рук избавят вас от хронической ломкости ногтей. Того же эффекта можно достичь, смазывая йодом или лимонным соком поверхность ногтей. А лимон с пемзой смогут помочь в борьбе практически со всеми пятнами на руках.

Желтизна на пальцах и ногтях заядлого курильщика пропадет, если потереть ее обычной перекисью водорода.

Чтобы придать ногтям округлую форму, достаточно легко провести несколько раз пилочкой от краев к центру.

Работа над взглядом

Ее необходимо проводить перед зеркалом. Чуть расслабив мышцы лица, посмотрите на себя в зеркало. Взгляд должен быть направлен себе в глаза или в переносицу. Избегая частых миганий, смотрите в точку 20-25 секунд. В быту пристальным взглядом не следует злоупотреблять, потому что люди под ним начинают нервничать. Поэтому обычно во время разговора периодически отводят взгляд в сторону.

Если вы желаете вывести собеседника из равновесия, выберите на его теле или одежде уязвимое место (например, кривые ноги, плохие зубы, грязные ногти, нечищенную обувь, пятно, ширинку и т.д.) и пристально смотрите туда. Ваш собеседник сразу же начнет нервничать, ну, а если вы вдобавок изобразите еле заметную язвительную улыбку и высокомерно откинете голову назад, то сохранить самообладание удастся только уж очень выдержанному человеку. Рассеянный или направленный мимо глаз собеседника взгляд (на ухо, лоб, подбородок, губы) сделает то же самое, но в более деликатной и щадящей форме.

Что в итоге?

Вся эта работа над собой может показаться трудоемкой. Но она приведет к тому, что у вас появится большой выбор: дамы будут знакомиться с вами без особого труда с вашей стороны.

Еще раз о мужской красоте

В Интернет была запущена анкета для женщин с вопросами о мужской красоте. Приводим вопросы и ответы:

1. Считаете ли вы, что мужчина должен быть красив?

непременно - 7,9%;

желательно - 40,4%;

вовсе нет - 17,9%;

для мужчины не главное - 33,8%.

2. Оказавшись на вечеринке в компании незнакомых людей, вы предпочтете:

красивого мужчину, который пока никак себя не проявил, - 25,9%;

некрасивого мужчину, демонстрирующего хорошее чувство юмора, - 53,3%;

того, который первым обратит на меня внимание, - 20,7%.

(Даже если вы урод без чувства юмора, все равно каждая пятая женщина - ваша, если вы быстренько сориентируетесь на местности!)

3. Считаете ли вы, что красивые мужчины - лучшие любовники?

да - 10,5%;

нет - 9%;

это никак не зависит от внешности - 80,5%.

(Главное - побыстрее добраться до постели, а там уж ваша внешность никого не

волнует.)

Впрочем, большинство мужчин не мучаются комплексами по поводу своей внешности. Об этом говорят ответы, полученные одновременно с предыдущими.

Считаете ли вы себя достаточно красивым?

да - 60,1%;

нет - 24,6%;

никогда об этом не задумывался - 15,3%.

Для тех же, кто считает себя некрасивым, приведем несколько фактов.

Одним из самых знаменитых ловеласов нашего времени был старенький, плюгавенький и страшенький Пабло Пикассо. Почему многие женщины без ума от лысого толстяка Денни Де Вито. А жена бывшего премьер-министра Канады (весьма элегантного, заметим, мужчины) Пьера Элиота Трюдо вдруг сбежала с тощим губошлепом Миком Джаггером. Да вы, наверное, и сами знаете массу подобных примеров из личного опыта.

Не ограничившись этим, приведем юмореску Б. Карлова из "Комсомольской правды".

Как быть, если вы некрасивы

Личные рекомендации могут быть восприняты как издевательство, поэтому обратимся к общеизвестным, но порой незаметным примерам.

Срочно разбогатеите

По странному стечению обстоятельств никто из действительно богатых людей не появляется в обществе с некрасивыми женщинами. И жены у многих из них тоже красивые. Дело тут, конечно, не в женской корысти. Ясно же, например, что Жаклин Кеннеди ну никак не могла устоять перед неземной красотой Аристотеля Онассиса.

Станьте звездой

Некоторые звезды сияют так ярко, что это помогает им скрывать дефекты внешности. Например, едва ли не главный любовник современной Франции - Жан-Поль Бельмондо, мужчина с, прямо скажем, нестандартной "красотой". Но у него по крайней мере - фигура, физ-подготовка, опыт. А вот то, что секс-символом конца XX столетия стал тщедушный и малопривлекательный Леонардо Ди Каприо, заставляет призадуматься.

Станьте профессионалом

"...Маленький, прихрамывающий, обтянутый черным трико, с ножом, засунутым за кожаный пояс, рыжий, с желтым клыком, с бельмом на левом глазу". Это портрет Азazelло из "Мастера и Маргариты". Ясно, что с такими внешними данными трудно претендовать на успех у женщин.

" Совершенно разбойничья рожа!" - подумала Маргарита, вглядываясь в своего уличного собеседника. Но вот во время посиделок на нехорошей квартире этот урод демонстрирует чудеса меткой стрельбы. И что же? А вот что: "Не желала бы я встретиться с вами, когда у вас в руках револьвер, - кокетливо поглядывая на Азazelло, сказала Маргарита. У нее была страсть ко всем людям, которые делают что-либо первоклассное".

Вывод: станьте виртуозом хотя бы в одном деле. Например, научитесь играть на бильярде или открывать шампанское одним пальцем. Вдруг поможет? Умение ловко чистить картошку или штопать носки - тоже неплохо, но пока до этого дойдет...

Станьте генпрокурором или министром юстиции

Вот увидите, от девчонок отбоя не будет (вся страна это видела).

Будьте взаимно вежливы

Поначалу Анжелике совсем не понравился ее новый суженый - граф Жофрей де Пейрак: урод из уродов (хотя в исполнении Робера Оссеина он выглядел вполне пристойно). Но граф проявил деликатность и не стал помогать Анжелике в первую же ночь. В итоге она его полюбила.

Опять же Чудище из "Аленького цветочка" вовремя сообразило, что коли нельзя взять красотой, то нужно брать благородством души и богатством внутреннего мира. Неопытная Настенька "его за муки полюбила", и оно превратилось в прекрасного юношу.

Не будьте идиотом

Вы же прекрасно понимаете, что ни разбогатеть, ни стать звездой, ни превратиться в суперпрофессионала в мгновение ока не получится. Поэтому плюньте на все и не забивайте себе голову всякой ерундой. Больше всего женщины любят мужчин, которые не зациклены на своей внешности.

Многие из рекомендаций этого раздела требуют большой работы над собой и дадут результат не сразу. Но что делать сегодня, если фигура плохая? Читатель найдет ответ в следующей заметке Я. Якова из "Комсомольской правды", а заодно и повеселится вместе с автором.

Как сделать хорошую мину при плохой фигуре

"Ну, кость у меня такая широкая", "фигура для мужчины не главное", "ничего страшного, добротой и юмором возьму"... Подобными рассуждениями вы можете утешать себя почти весь год. Но вот приходит лето, и вы с ужасом понимаете, что на пляже вам придется ходить в плавках, и тогда все увидят то, что в обычной жизни видно только вам и еще паре-тройке любящих вас женщин: круглый животик, заплывшая жирком талия... А ведь так хочется выглядеть мужественно, подтянуто, элегантно. Хочется ловить на себе восторженные взгляды красивых девчонок и слышать за спиной их восхищенный шепот. С другой стороны, не бросать же ради этого привычные кулинарные радости. И уж совсем невелика вероятность того, что за месяц до отдыха вы сумеете заняться физподготовкой, которая радикально поправит дело. В общем, как говаривал персонаж Калягина в фильме "Раба любви": "Кушать хочется, худеть хочется, все хочется". Как быть? Вот несколько простых и, как всегда, бесплатных советов от Мужского клуба.

1. Не стой на месте

Не давайте женщинам возможности тщательно изучить вашу фигуру. Никогда не загорайте стоя. Больше двигайтесь (особенно если при ходьбе у вас не колышется живот), культивируйте сложные позы (любой поворот туловища вокруг талии дает ракурс, при котором вас невозможно оценить объективно). Ни в коем случае не скрещивайте руки на груди - они окажутся как раз над верхней кромкой живота и слегка придавят его вниз, отчего зрелище станет еще менее отрядным.

2. Призови на помощь природу

Бывают моменты, когда ваша фигура кажется более привлекательной под воздействием окружающей среды. Например, когда вы выходите на берег из воды: ваши ноги слегка напряжены, грудь вздымается от учатившегося дыхания. Хорошо, если в этот момент вы поднимете руки к голове - якобы для того, чтобы отбросить со лба мокрые волосы: это даст иллюзию широких плеч и довольно мощной грудной клетки, а на согнутых руках легче рассмотреть остатки бицепсов. Если отбрасывать со лба особо нечего, тоже не страшно - просто сотрите капли со лба мужественным движением ладоней.

Совсем хорошо, если вы выходите из бассейна. Возьмитесь за поручни, глубоко вдохните, задержите дыхание, слегка подтянитесь на руках, одна нога согнута, другая почти прямая. Постарайтесь подниматься медленно, вас заметят и полюбят.

3. Маскируйся

Плавки - не менее надежное средство скрыть некоторые дефекты фигуры, чем ладно скроенный пиджак или дорогой автомобиль. Их нужно правильно носить. Некоторые мужчины почему-то позволяют плавкам сползать вниз (рис. 1). Это неправильно. Во-первых, ваши ноги кажутся еще короче. Во-вторых, над верхней кромкой плавок особенно хорошо видны жировые отложения, именуемые "булками". Чтобы этого избежать, нужно слегка подтянуть плавки вверх. Тогда все будут думать, что у вас просто плавки такие мешковатые, а фигура в общем ничего.

Полезно накидывать на плечи полотенце - но только большое, пляжное, ниспадающее прямо до пояса. Ваши плечи от этого кажутся шире, живот и грудь прикрыты.

4. Не шикуй

И не стоит злоупотреблять золотыми (и уж тем более - не золотыми) ювелирными изделиями. Цепочки, браслеты, перстни неплохо отвлекают от дефектов мужской фигуры и

даже вызывают явный интерес к их владельцу. Но интерес весьма специфический: "И как он не тонет с таким количеством металла на теле?"

Что раздражает женщин в мужчинах

Чтобы понравиться женщине, полезно знать, какие недостатки мужчин больше всего раздражают женщин. "Мужской клуб" газеты "Комсомольская правда" провел опрос читательниц на эту тему. Было предложено множество стандартных ответов типа "он не умеет красиво одеваться", "у него одно на уме", "он храпит", "он неласков со мной", "от него пахнет потом" и т.п. Нужно было указать только один недостаток. Вот как распределили ответы (в скобках - число авторов, считающих соответствующий недостаток главным).

Он неласков со мной (166 писем).

У него нет чувства юмора (122).

Он не умеет красиво одеваться (70).

Он меня достал (52).

Он не умеет принимать решения (49).

Он трусоват (43).

Он слабоват в постели (28).

От него пахнет потом (18).

Он не умеет красиво раздеваться (11).

Когда он выпьет, мне за него стыдно (11).

Не было ни одного письма, в котором в качестве недостатка указывалась бы внешность мужчины. И это главное. Можно научиться красиво одеваться и раздеваться, можно избавиться от запаха пота. В конце концов не так сложно периодически дарить подарки и цветы. Главное, чтобы не пришлось делать пластическую операцию.

Одна читательница решила использовать наш опрос в сугубо практических целях: "Если у вас будут письма, в которых женщины будут указывать только на один из указанных в вашем перечне недостатков, не сообщите ли вы их адреса с целью знакомства с этими почти идеальными мужчинами. Особенно меня интересуют те, про которых у вас написано "у него одно на уме...".

Одна из читательниц сделала очень меткое обобщение: "Главный недостаток мужчин - это их явный недостаток при столь же явном избытке дам".

Так что мужчины - вперед! Женщины нуждаются в нас не меньше, чем мы в них...

8 женских секретов

Допытываться у женщины о ее истинных пристрастиях и тайных помыслах - дело бесполезное: все равно не сознается почти ни в чем.

Да к тому же может по физиономии заехать. Истина познается в соопросах, все участницы которых, чувствуя собственную анонимность, буквально выворачиваются наизнанку. Сегодня мы обратимся к некоторым итогам исследования, проведенного журналами Men's Health New Woman. 5 тысяч женщин рассказали такое... Впрочем, если некоторые факты покажутся вам слишком уж шокирующими, можете успокаивать себя тем, что у нас, конечно, все совершенно иначе.

1. Маленький, да удаленький

Около 70% опрошенных женщин вновь подтвердили: важен не размер вашего мускула любви, а умение им работать. Спасибо, родные.

2. Обручальное кольцо - не простое украшение

Многие мужчины считают, что обручальное кольцо на руке отпугивает от нас женщин. Ничего подобного! Один процент опрошенных даже считают, что кольцо "возбуждает желания". А когда было предложено составить перечень деталей, особо будоражащих воображение и привлекающих внимание к мужчине, и дать им оценку по шкале от 0 до 10, кольцо оказалось на втором месте после "симпатичной собачки", оставив позади такие вечные ценности, как "шикарная машина", "гитара" и "дорогой костюм".

(Из отечественного опыта. Среди опрошенных нами на скорую руку нескольких знакомых дам почти все сразу вспомнили еще и о том, что обручальным кольцом удобно

открывать пивные бутылки.)

3. Они такие же, как мы!

79% опрошенных признались в том, что они мастурбируют.

4. Поэтому и нам нечего стесняться!

Женщинам был задан вопрос: "А как бы вы отреагировали, застав своего возлюбленного за мастурбацией?" - "Меня бы это возбудило" - 52%; "Меня бы это позабавило" - 22%; "Это было бы для меня обидно" - 9%; "Это отвратительно" - 7%.

5. Дождитесь пятого свидания

Женщины имеют свои взгляды на то, сколько времени должно пройти с момента первой встречи до начала "постельного режима". 40% опрошенных полагают, что пятое свидание - хорошее время для того, чтобы приступить к решительным действиям; 25% полагают, что достаточно от 2 до 4 свиданий, и лишь 1,6% убеждены, что можно начинать прямо во время первой встречи.

6. Но не тяните дольше трех месяцев

Затяжная деликатность тоже может нанести непоправимый вред. Треть опрошенных полагают, что трехмесячные ухаживания - это уже слишком: пора переходить к сексу. Еще треть назвали невыносимо долгим срок в полгода, 12 % женщин готовы терпеть максимум месяц, 5% - неделю. Теперь бы научиться по внешнему виду определять, кто к какой категории относится!

7. Конец невинности

Большинство опрошенных женщин признались, что утратили девственность в подростковом возрасте. Вот подробный отчет: до 14 лет - 5%, 14-18 - 36%, 17- 19 - 39%, 20-24 - 15%, старше 25 - 2%.

Не будем, впрочем, забывать, что статью за растление несовершеннолетних никто не отменял.

8. Ручная работа всегда в цене

Половина участниц опроса призналась в том, что их очень легко привести в состояние сексуального возбуждения с помощью массажа. Другие "заводные" приемы: комплименты (20%), алкоголь (18%) и, представьте себе, порнография (15%). Так что запишите на ваши видеомагнитофоны.

Глава "Как завоевать женщину"

Технология ухаживания

*Добротелая девочка за мальчиками не бежит:
разве видел кто-нибудь, чтоб мышеловка бегала за мышью?
Ю. Тувим*

Общие рекомендации

1. Не верьте холодности взгляда и не пугайтесь ее "неприступности". В большинстве случаев это вошедшая в привычку защитная реакция. Не бойтесь надменных красавиц, как раз их мало кто решается атаковать и поэтому они еще более равнодушны к ухаживанию мужчины.

Любая женщина в душе одинока, мечтает о духовной или физической близости с мужчиной, страдает от недостатка внимания к себе и мечтает о смелом, настойчивом мужчине. Иногда женщина сопротивляется, чтобы растянуть удовольствие.

2. Покажите и докажите ей, что она для вас самая привлекательная из женщин, представляет исключительную ценность, и она откроется для вас. Но помните, что женщине

необходимо некоторое время для того, чтобы развеять ее настороженность.

В каждой женщине всегда можно найти нечто привлекательное, говорите ей, чем привлекает именно она. А вообще, не приготовив для женщины хотя бы пару комплиментов, не стоит приближаться к ней. Не бойтесь повторений, хорошего не бывает много.

3. Соппротивление женщины может иметь несколько причин: 1) мужчина ей совершенно не нравится; 2) чтобы не показаться слишком доступной ("набить себе цену"); 3) проверить серьезность намерений ухажера; 4) лучше узнать его, ведь преодоление трудностей вынуждает проявить ум и другие качества личности.

Отметим, что из четырех причин только одна имеет негативную окраску. Как избежать этого случая, описано в 4.1, об этом же пойдет речь ниже.

4. Большая ошибка мужчины при ухаживании за женщиной - сдержанность в проявлении своих чувств к ней. Женщина живет эмоциями, и они ей необходимы. Так дайте их ей! Без них ваша убийственная голая логика немногого стоит.

Говорите ей о своих чувствах и открыто сопереживайте вместе с нею. Позволяйте ей выговариваться и сомневаться, но в конце своей уверенностью рассейте все ее сомнения.

5. Будьте тактичны и обходительны, ведь женщины очень ранимы.

Когда Наполеон Бонапарт однажды бестактно спросил светскую ветреную красавицу: "Вы все так же любите мужчин?", - то та ему язвительно ответила: "Да, но если они хорошо воспитаны".

6. Наедине с женщиной будьте активны и смелы, помогите ей остаться стыдливой, а чтобы ее не мучила совесть, возьмите всю вину на себя ("Ведь мужчины такие нахалы!").

Порядок действий

Женщина не меньше вас нуждается, чтобы к ней подошли. И не только тогда, когда она свободна, ведь это показывает ей, что она нравится мужчинам.

Правда, женщины предпочитают, чтобы к ним подходили мужчины, которых они сами выбрали. А уж если она не успела этого сделать, то чтобы вы оказались в ее вкусе, то есть понравились.

Если вы использовали что-то из предыдущего раздела, то у вас есть больше шансов на успех.

Однако чтобы преодолеть первоначальное отчуждение, мужчина должен пройти ряд этапов, которые не всегда ярко выражены, но всегда присутствуют. Вот они: поиск женщины, сбор сведений о ней, знакомство, непосредственно ухаживание, решительные действия.

Поиск женщины

Поиск женщины мужчина ведет постоянно и чаще всего на маршруте: квартира - работа - магазин - квартира. В результате этого вероятность знакомства небольшая, поскольку женщина спешит, устала, а часто и не в настроении, особенно сразу после работы. Искать же ее необходимо там, где плотность женщин максимальная, есть выбор и возможность заговорить с ней. Вот некоторые места такого поиска: рестораны, кафе, дискотеки, пляжи, парки, гостиницы, общежития, столовые; вечеринки, свадьбы, юбилеи, спортивные площадки и залы, туристические маршруты, детские площадки; библиотеки, музеи, концерты, кинотеатры; поезда, электрички, автобусы и т.д. Прекрасное средство для знакомства с женщиной - ваш автомобиль. Принимая ваши услуги, женщина психологически становится вашим должником. Кроме того, чувство собственника делает даже самых робких мужчин смелыми. Главное при таком поиске - активность и постоянство.

Возраст женщины - дело вкуса и случая, но неуверенным в себе мужчинам все же лучше искать уравновешенных женщин старше себя. Они сгладят их неуклюжие поползновения, тактично научат общаться с собой, по-матерински успокоят и простят им возможные "сбои" в решающий момент.

Таким мужчинам следует опасаться экспансивных и непредсказуемых женщин, которые при неудачном контакте своей несдержанностью могут нанести жесточайшую психическую травму и сделать их еще более неуверенными в себе.

У женщин после 30 минимальные требования к внешним данным мужчины (да и к другим) ниже, чем у более молодых.

Сбор сведений

Необходимо понаблюдать за понравившейся вам женщиной и определить ее готовность к контакту вообще и с вами в частности. Явными признаками такой готовности являются: ее взгляд в режиме поиска, демонстративно-провокационные действия, заметные изменения в ее поведении после обнаружения интереса к ней (суетливость, излишняя деловитость, подчеркнутое равнодушие, демонстративный интерес к чему-либо, боязнь смотреть вам в глаза, громкий смех или разговор и т.п.).

Цвет, качество одежды, украшения расскажут вам о ее социальном и семейном положении, доминирующих чертах характера, эстетике и вкусах. Движения и речь - о ее характере, эрудиции и воспитании, уверенности в себе. Если голос приходит в противоречие с внешностью, верьте голосу. Чем больше внимания женщина уделяет своей внешности, чем качественнее ее боевая раскраска, тем сильнее она желает нравиться и тем приятней для нее мужское внимание.

Можно использовать как скрытое наблюдение за ней, так и опрос знающих ее людей. Нетрудно, например, разговорить старушек, просиживающих днями у ее подъезда, и подвести их к рассказу о вашей избраннице.

Привлечение внимания и расположения

Часто можно услышать сетования мужчин на трудность знакомства с женщиной, на то, что она недоступная и с ним даже не захочет разговаривать. На самом деле любой мужчина, имеющий хоть чуточку смелости, характера и знаний о женской психологии, легко может познакомиться. Главное - решиться на контакт с ней и произвести на нее впечатление до или в процессе знакомства.

А.В. Суворов говорил: "Удивить - значит победить". Удивить - значит заинтересовать ее собой, ведь если нет интереса к вам, то нет и впечатления. Для этого вам необходимо контрастно выделиться из окружающего фона.

1. Своим "оперением" - модной, элегантной одеждой, начищенной до блеска обувью, прической, бородой, усами и т.д.

2. Социальным и материальным положением.

3. Демонстративным вниманием к ее персоне (восхищенным взглядом, поступками, комплиментами), в основе которого лежит признание вами ее исключительности.

4. При всеобщем интересе к ней остальных мужчин - подчеркнутое равнодушие к ней.

5. Необычным поведением (галантностью, смелостью, робостью, деловитостью, беспомощностью).

6. Эмоциональным состоянием (задумчивостью, чувственностью, жизнерадостностью, возбудимостью, пением или игрой на музыкальных инструментах, танцами, сопереживанием с ней).

7. Стихами, подобранными для нее (не говоря уже о написанных самим - если можете, конечно).

Привлекая внимание и расположение женщины, необходимо постоянно помнить об особенностях женской психики: большую роль для нее самого процесса общения, а не только его результата; повышенная чувствительность к мнению окружающих. Главные ценности для женщины: семья, дети. Женщины уделяют много внимания тому, что мужчины считают пустяками. Предпочтение женщина отдает не собственным действиям, а понуждению мужчины действовать. Женщины значительно больше мужчин подвержены суевериям, религии, острее реагируют на всевозможные сенсации. Сообщения об этом вызывают у них повышенный интерес.

Как определить, что женщина готова к знакомству

Показателем этого являются так называемые "жесты прихорашиваний". У женщин наиболее обычные - приглаживание или поправление волос, одежды; рассматривание себя в зеркале, повороты перед ним или взгляд на себя сбоку; покачивание бедрами; медленное

скрещивание и разведение ног на глазах у мужчины; поглаживание себя по икрам, коленям, бедрам. Балансирование туфли на кончиках пальцев говорит мужчине: "В вашем присутствии я чувствую себя уютно". Если вы хотите это проверить, сделайте что-нибудь, чтобы женщина почувствовала себя неудобно, и вы увидите, как быстро туфля будет надета.

Другие женщины выражают тоже самое, сидя подогнув одну ногу под себя. Прибавьте к этому прямой контакт глаз и вы поймете: дама определенно вами заинтересована.

Более подробно о жестах можно прочесть в книгах А. Пиза и Дж. Ниренберга, приведенных в списке литературы.

Несколько советов полным мужчинам

Не все рассматривают полноту фигуры как достоинство. Во всяком случае, чтобы не выглядеть "поперек себя шире" рекомендуются некоторые ограничения в одежде.

Создание желаемого образа

Некоторые приемы, позволяющие вызывать женское доверие и расположенность, работают на уровне подсознания, а потому эффективны. Психотерапевт Игорь Вагин дает такие рекомендации.

1. В первую очередь, нужно четко знать, кого хотела бы видеть в вас ваша избранница. Глупо представлять перед тридцатилетней одинокой женщиной в роли бесшабашного юного донжуана, если по ее глазам видно, что она только и думает, как бы выйти замуж. Другое дело, если у нее в семейной жизни все в порядке - непьющий муж, здоровые дети, материальная обеспеченность. Тогда вполне вероятно, что у нее время от времени возникает желание вырваться из рутины, и здесь нужен роковой любовник, который сможет увести ее из мира повседневности и обыденности. Актуальная в наше время роль - защитник, покровитель, берущий на себя бремя многих забот.

2. Женщины любят, когда мужчина играет роль героя, босса, барина, благодетеля, но плохо реагируют, когда перед ними разыгрывают жертву, слугу, рубаху-парня или шута. Ни для кого не секрет, что слабые и неуверенные в себе кавалеры редко пользуются успехом - разве что материнский инстинкт срабатывает, но он достоин лучшего, более естественного применения. А потому рекомендуется демонстрировать силу, смелость и решительность, но только не по отношению к ней самой, а к окружающим. С ней лучше оставаться мягким, но иногда, обращаясь к кому-то с просьбой, давать понять, что это, по сути дела, приказ.

После таких демонстраций силы будет нелишне припомнить, что в детстве вы были слабы и беззащитны и вас обижали сверстники. Женское воображение само дорисует портрет волевого мужчины, который преодолел жизненные обстоятельства и закалил свой характер. Кроме того, слабый пол любит слушать рассказы об участии в военных действиях, драках, рискованных путешествиях и прочих авантюрах. Увы, женщины готовы терпеть хвастовство и блеф, лишь бы не было скучно.

3. С самого начала знакомства нужно вести себя с женщиной, как с ребенком. Давая понять, что вы взрослее, используйте спокойную улыбку, уверенный голос. Произносите имя собеседницы так, будто она ваша дочь, - и с помощью интонаций, и с помощью уменьшительно-ласкательных форм имени.

4. Для усиления эффекта меньше говорите и больше слушайте. Некоторые женщины готовы рассказывать о себе часами, принимая открытые, расслабленные позы, забираясь с ногами в кресло или на диван.

5. Доверие и расположенность к вам усилятся, если погрузиться в воспоминания детства и школьного периода, рассказать о выпускном вечере, первом поцелуе или каком-нибудь еще романтическом впечатлении. При этом замедляйте свою жестикуляцию, понижайте голос, добавляя в него завораживающие оттенки, более пристально смотрите на собеседницу. (Это приемы, вводящие собеседницу в транс, т.е. расслабленное, безвольное состояние.) Но главное - представляйте, как ваше эротическое желание передается ей.

Расскажите о какой-нибудь знакомой паре: как необычно они познакомились, как развивались их отношения и как они счастливы друг с другом. Никогда не нужно самому говорить о своем прошлом сексуальном опыте и хвалить других дам в присутствии вашей,

если вы хотите добиться у нее успеха. Если у вас есть семья, не скрывайте этого, говорите о ней только хорошее. Многие женщины любят обсуждать вопросы семьи и морали, и им симпатичны мужчины, жестко и уверенно излагающие свои нравственные принципы.

Эффективно порой парадоксальное поведение, то есть несоответствие вашего имиджа каким-то словам и поступкам. Если вы смотрели фильм "Криминальное чтиво", то наверняка обратили внимание на такой контраст: в нем бандиты ведут бесконечные разговоры о Боге. Это и есть типичный пример парадоксального поведения, которое иногда просто завораживает женщин.

Чтобы перевести разговор на эротическую тему, используйте все описанные выше приемы, а затем расскажите даме какую-нибудь красивую историю, напоминающую ваши с ней отношения. Вы можете предложить ей шуточные тесты на сексуальность, по результатам которых объявите, что она либо очень сексуальна, либо полностью фригидна. В любом случае вы не оставите ее равнодушной.

Тактика действий

Она зависит от многих факторов, и прежде всего - от типа женщины. Их великое множество, но все они являются комбинацией (в разных пропорциях) двух диаметрально противоположных типов.

Первый из них - это "женщина-акула", уверенная в себе, привлекательная, активная и наиболее опасная для мужчин. Ее самоуверенность, красота и агрессивность вызывают у мужчин неистребимое желание (с примесью сладкого ужаса) быть заглоченными ею. Она чувствует себя среди них, как акула в стае промысловых рыб, и сама выбирает себе жертву. Но и ее, как любого хищника, можно взять на приманку, которая бы привлекла ее внимание и которой выпала бы честь быть съеденной этой опасной женщиной.

Противоположный ей тип - это "женщина-овечка", неуверенная в себе, пассивная и безвольная. По этой причине она обычно достается первому же активному мужчине. Напор - вот и все, что необходимо для обладания ею.

Ваш опыт также нельзя сбрасывать со счета. Для начала знакомьтесь с женщинами, при общении с которыми вы не слишком волнуетесь и хоть что-то соображаете. Узнайте поближе нескольких женщин попроще - и у вас пропадет страх перед остальными, ведь если неопытного боксера сразу выставить перед серьезным противником, то он наверняка получит тяжелый нокаут. "Рубите дерево по себе" и наращивайте свое мастерство постепенно.

Необходимо также учитывать, что двадцатилетние девушки ждут своих принцев. После тридцати женщины становятся покладистее. Но им труднее рожать здоровых детей. Кроме того, отсутствие семьи в этом возрасте нередко сопряжено с трудным характером.

Если вы совсем неопытный или ваше любовное чувство сильно повлияло на вашу решимость и сообразительность, то попросите кого-либо познакомить вас с роковой женщиной. Этот человек должен заранее предупредить ее о вашем состоянии, чтобы она относилась к вам более снисходительно. Еще лучше, когда такое знакомство состоится в веселой компании - алкоголь снимет скованность.

Но лучше всего - личное знакомство, оно производит наибольшее впечатление на женщину. Особенно большое впечатление на женщину производит знакомство, когда мужчина показывает женщине свою решительность, свое мужество.

Если это не получилось, то надо готовиться к длительному повседневному уходу за женщиной, организовывать осаду ее сердца. Но даже если такое знакомство и не принесло немедленного результата, оно позволяет показать женщине силу вашего влечения к ней и ваш мужской характер. И она наверняка в дальнейшем ваши усилия не оставит без внимания, так как в душе будет рада вашей отчаянной дерзости. Не каждый день ей предоставляется возможность почувствовать себя желанной женщиной, ради которой мужчина готов на все.

Если не из кого выбирать, расширьте круг своих знакомых: посещайте фирмы с преимущественно женским персоналом; запишитесь на курсы, которые обычно посещают

женщины; больше ездите в поезде (купе располагает к знакомству); отдыхайте в санаториях или путешествуйте с туристскими группами; займитесь брачными объявлениями.

Как сделать неотразимый комплимент

Глупости приходят в голову каждому, но не каждый их высказывает.

Эсер

Необходимый элемент любого контакта с женщиной - это, конечно же, хороший комплимент. При правильном его исполнении всегда добиваются расположения к себе.

То, что женщинам принято делать комплименты, не случайно. Женская слабость к комплиментам объясняется тем, что они удовлетворяют важнейшие ее потребности - в одобрении (а еще лучше - восхищении), в психологической поддержке. Особенно приятны комплименты от мужчин - тогда она чувствует себя Женщиной с большой буквы.

Само собой ясно, что мы ведем речь о хороших, качественных комплиментах, но ни в коем случае - о пародиях на них.

Что такое комплимент

Разобраться, что такое хороший комплимент, поможет, прежде всего, его точное определение.

Комплиментом называется небольшое преувеличение достоинства, которое собеседник желает видеть в себе.

Комплимент отличается от лести именно тем, что дается небольшое преувеличение. Лстец сильно преувеличивает достоинства собеседника. Сравните: "Тебе очень идет этот цвет" (комплимент) и "Ты самая красивая" (лесть). Лесть грубее и имеет больше шансов быть отвергнутой из-за вопиющей неправдоподобности. Хотя есть люди, которым и лесть по душе. Впрочем, многих лесть отталкивает.

Поэтому явное преимущество за комплиментом, как инструментом более тонким и действенным. Слова "Не люблю комплиментов!" относятся не к комплиментам, а к пародиям на них, к лести.

Известно, что плохим исполнением можно испортить самую хорошую идею. Ниже будут сформулированы правила, выполнение которых обеспечит успех комплимента.

Комплимент и похвала - не одно и то же. При похвале осуществляется так называемая "пристройка сверху". Действительно, похвала - это положительная оценка. Ясно, что оценку нижестоящему производит вышестоящее лицо (старший по должности или положению), а не наоборот.

При комплименте же, в отличие от похвалы, происходит "пристройка снизу", собеседник как бы возвышает все над собой.

Самый эффективный комплимент

Из предыдущего следует, что наиболее эффективен комплимент на фоне антикомплимента себе, ибо пристройка снизу делается более ощутимой, если возвышая другого, мы дополнительно немного себя принижаем.

Фактическая основа

Положительному восприятию комплимента способствует использование в нем фактов, известных обоим партнерам. Дается интерпретация этого факта, представляющая собеседника в выгодном свете.

Отсутствие фактической основы делает комплимент неубедительным и может низвести высказывание до уровня банальной лести.

Если есть сомнения, поймет ли собеседник, о каком факте речь, то лучше не рисковать и прежде напомнить о нем, а затем уже обыгрывать его.

Хуже всего, если комплимент противоречит фактам. Например, сотрудница не спала ночь, мучаясь от зубной боли, а ей скажут, что она прекрасно выглядит. Эти слова будут восприняты как насмешка.

Сестра таланта

Комплиментарная часть высказывания должна быть как можно более краткой, содержать одну-две мысли, не более. Быть простой по конструкции, заведомо понятной. В комплименте важно не только то, что сказал, но и как сказал. Необходимо, в частности, избегать двусмысленных оборотов, могущих вызвать совсем не те чувства, ассоциации, на которые рассчитываете. Например, улыбка делающего комплимент может придать словам обратный смысл, который воспримется уже как ирония.

Комплимент достигает цели, особенно если он содержит элемент недосказанности, позволяющий домыслить услышанное. Например, увидев женщину с детьми, сказать: "Какие у Вас дети красивые!" Похвала детям - это комплимент родителям. Ведь красивые дети - от красивых родителей и как результат хорошего ухода за детьми, красивой одежды и т.д. Все это мать с удовольствием домыслит.

Или: "Глядя на Вас, я понимаю, почему Ваш муж так всегда спешит домой". Если эта женщина считает себя красавицей, то подумает - "конечно, к красивой женщине мужчины стремятся". Если считает себя хорошей хозяйкой - "конечно, раз дома уют и вкусный ужин".

Что женщины хотят услышать

Мысленно поставив себя на место собеседницы, можно догадаться, что ей приятно услышать. Тем более, что есть вещи, приятные каждой. Все женщины хотят хорошо выглядеть, добиваться успеха, пользоваться уважением, признанием, любовью; иметь хорошую семью, умных, здоровых детей и т.д. Общение с женщиной дает дополнительную информацию. Чем более персонифицирован комплимент, тем он ценнее, ибо полнее учитывает приоритеты женщины. Такой комплимент не воспримется как банальность, как "дежурный".

Распространенное заблуждение

Оно состоит в том, что говорить комплименты необходимо только тогда, когда Вам нужно добиться расположения женщины. При отсутствии должной практики это как раз самая сложная ситуация, ибо женщина знает, что вы будете к ней как-то "подъезжать". А у вас и опыта-то нет, поэтому попробуем подойти к вопросу с другой стороны.

Как часто говорить комплименты?

Как можно чаще. Всякому, кто хоть в какой-то степени достоин доброго слова. Именно практикой достигается легкость и непринужденность в комплименте, что делает его естественным и неотразимым.

Очень полезно для начала поставить себе задачу: ни дня без комплимента! Ибо комплимент начинается с желания его сказать. Найдите, что лично вам нравится в собеседнике, что вы хотели бы позаимствовать у него. И скажите об этом прямо.

Люди принимают комплименты весьма благосклонно, ибо всякому приятно уже то, что ему хотят сказать что-то хорошее. И легко прощают возможные промахи. Особенно, если не будет посторонних свидетелей. Поэтому учиться делать комплименты лучше один на один. Тем более, что присутствие посторонних может смущать вас.

Если ваш комплимент не очень удачен, женщина готова простить вашу неуклюжесть - ей приятно уже то, что вы хотите сделать ей приятное.

Но при наличии свидетелей, особенно женщин, ей придется проявить большую требовательность к качеству комплимента, чтобы показать окружающим, что она избалована комплиментами и не всякий принимает, что она умна и умеет читать подтексты.

Однако если комплимент хорош, то большее впечатление он производит, когда делается "при свидетелях".

Поскольку мужчины не избалованы комплиментами, то они и менее требовательны к их качеству. Поэтому учиться делать комплименты лучше на мужчинах.

Комплиментами можно сохранить семью

К психотерапевту обращается женщина:

- Ненавижу своего мужа! Все бы отдала, чтоб насолить ему, чтоб на всю жизнь запомнил. Вы, психолог, мужчин знаете. Научите, как сделать ему побольнее.

- Начните его хвалить, говорите комплименты. Он, конечно, подумает, что вы вновь вспыхнули к нему страстью, и загордится. А когда он совсем растает, вот тут-то и посмейтесь над ним!

- Спасибо, доктор! Так и сделаю.

Через некоторое время эта женщина приходит на прием - с извещениями:

- Доктор, я вам так благодарна!

- Рассказывайте.

- Я ему - комплимент. Он насторожился. Я ему второй, третий. А он приходит с цветами, с комплиментами. Я продолжаю играть... В общем - я снова влюбилась в мужа. Я так счастлива! Спасибо вам!

Кому от этого хорошо

Когда комплимент пришелся по душе собеседнице, лицо ее озаряется улыбкой. Хорошее настроение вместе с улыбкой имеет приятное обыкновение передаваться и собеседнику. И вы также непроизвольно улыбнетесь и почувствуете, что и ваше настроение улучшилось. Так что польза от комплиментов всем. Остается только пожелать читателю успеха в этом благом деле

Способы знакомства

*Везде, куда ни прихожу,
Прелестных женщин нахожу.
Гартман С. Ауэ*

Предварительное замечание

Главное в технике знакомства - по возможности избегать шаблонов! К сожалению, подавляющее большинство мужчин (90%) знакомятся до неприличия примитивно, вроде такого: "Какая сегодня погода! Дай свой телефон, а?"

Женщины ценят в мужчине прежде всего ум и банальное начало типа "Девушка, как вас зовут?" загоняет ее в угол своей прямолинейностью и убожеством мысли.

Немного изобретательности - и вы заинтересуете приглянувшуюся вам особу. Вспомним героя одной из кинокомедий, который знакомился так: "Девушки, а где здесь Нофелет? - "А что это такое?" - "А это "телефон" наоборот". Девушки смеялись, после чего знакомство происходило как по маслу.

Вот еще пример творческого подхода:

"Девушки, - радостно обращается к двум студенточкам пара симпатичных парней, - мы проводим социологические исследования среди женщин на тему: "Как вы предпочитаете знакомиться". Как вам нравится?..."

Через пару минут замаявшиеся были девчонки расслабляются. Через десять - свободно болтают на отвлеченную (навязанную собеседниками) тему. Через пятнадцать доверчиво оставляют новым знакомым домашние телефоны для "продолжения исследования".

Выспрашивая сведения у незнакомки, мужчина проявляет свою невоспитанность. Культурные люди прежде называют себя и дают какую-то о себе информацию, например где работают, чем занимаются.

Замечено, что хорошее впечатление на женщину производит, когда мужчина вручает ей свою, визитную карточку. Этот элемент деловой этики, перенесенный на бытовую почву, удовлетворяет женское любопытство и действует лучше слов.

Приведем несколько разновидностей знакомств в зависимости от обстановки.

Вариант 1

Выберите время, когда женщина не очень занята, и место, где можно было бы войти с ней в контакт. Женщины не отличаются большой отвагой, поэтому подготовьте ее к разговору с вами.

Установите с ней зрительный контакт и предоставьте ей время для приведения в порядок своей внешности и душевного настроя на ваши ухаживания. И когда у нее уже возникнет досада на вас - за вашу нерешительность, на себя - за свой неприступный вид и за упущенную возможность насладиться ухаживанием - начинайте.

1. Каким-нибудь вопросом, ничего не значащей фразой раскрепостите ее, дайте привыкнуть к вашему голосу и общению с вами. Затем заведите разговор о чем-либо. Тема разговора может быть самая банальная, вам необходимо лишь хоть что-то говорить и не разрушать слабый контакт тягостным молчанием. Говорите в той манере, которая вам легче всего удастся (игривой, простоватой, трагичной, многозначительной...). Вполне сойдут банальные вопросы: Как пройти (проехать)? Каков маршрут этого троллейбуса? и т.д.

Можно рассказать ей что-нибудь из своего прошлого, сенсационный факт, анекдот, случай из своей жизни. Сделайте комплимент ее внешности, а если она включилась в разговор, то и ее эрудиции. Как бы между прочим расскажите ей немного о себе и скромно дайте ей возможность почувствовать ваши достоинства. Чтобы пробудить ее материнский инстинкт, можно немного поплакаться - посетуйте на свои трудности. Представьтесь, назовите свое имя и профессию. Задайте ей вопросы. (Предлагаемые ниже фразы даны для примера. Каждый найдет слова, подходящие случаю.)

- Куда (откуда) едете (идете)? Где работаете (учитесь)? Тяжело ли? Кто помогает? Живете с родителями? А кто еще в вашей семье?

- Как отдыхаете... есть ли друзья? Чем увлекаетесь? _ Что читаете... о чем? Интересно? Я вот тоже недавно прочел...

- Разрешите помочь вам (проводить вас)?

2. Найдите повод сказать комплимент, Техника комплимента описана в 4.3.

3. Пригласите ее в театр, на концерт, на прогулку.

4. При отказе спросите ее: "А может, встретимся с вами завтра (в обед, вечером...)? Когда?" Попросите ее оставить вам свой номер телефона или адрес, по которому ее можно отыскать. При категорическом отказе используйте искушение временем - предложите свой ("Ну, тогда возьмите мой, очень прошу вас!...").

5. Проводите ее до места, к которому она направляется.

Тренируйтесь входить в контакт как можно чаще. Только так можно приобрести легкость и непринужденность знакомства. Пусть даже и без продолжения знакомства, а ради тренинга. В том числе и с людьми вашего пола: тренировка знакомства - "по усложненной программе", ведь мужчины входят в контакт гораздо труднее, нежели женщины. Наградой, кроме тренировок, будет и возможное знакомство и даже дружба с интересными людьми.

Вариант 2

Имейте с собой цветок. Подарите его той, с которой хотели бы познакомиться. Отказаться от цветов женщина не в силах. Но приняв цветок, она становится обязанной вам за этот щедрый и красивый жест.

Кроме неотразимости, этот вариант хорош тем, что только один из 500 мужчин начинает знакомство таким способом. Избежав ошибок, вы предстанете в выгодном свете.

Кстати, по Фрейду, цветы - это символ соединения мужского и женского начал. Может, поэтому женщины любят цветы, особенно если они подарены мужчиной?

Вариант 3 (знакомство по телефону)

Если вы не готовы к личному знакомству, то этот вариант - наилучший. Ведь днем, на улице, женщина, возможно, и не станет вас слушать по причине большой занятости, но дома, в спокойной обстановке, она не откажется послушать, даже от скуки. Телефон дает прекрасную возможность преодолеть психологический барьер между вами. Особенно если

вы боитесь не понравиться внешностью.

В начале разговора следует представиться и немного рассказать о себе. Обязательно похвалите ее голос "приятный", "мелодичный", "как колокольчик", "волнующий"). Скажите, что любуетесь ею на расстоянии, но боитесь подойти, о красоте ее движений, жестов и т.п. Звонить желательно вечером, в одно и то же время, когда она свободна. Выработайте у нее условный рефлекс на ваш звонок, чтобы он был ей необходим перед сном, как хорошая сказка ребенку. Если вам удастся увлечь ее чувством, которое вы к ней испытываете (такое чувство увлекает любую женщину), то ей будет очень трудно отказать вам в личном знакомстве, даже из сострадания.

Почувствовав, что она уже открыта для контакта с вами и начала привыкать к вам, готовьте ее к встрече с собой.

1. Скажите о своих недостатках и о том, что вы не красавец. Это, естественно, ее не обрадует, но желание удовлетворить свое любопытство заставит ее прийти на свидание. И если ваша внешность окажется чуть лучше, чем она ожидала увидеть, ваша цель достигнута. Боязнь снова остаться одной, или скука, или жажда развлечений вынудят ее встречаться с вами и постепенно привыкать к вашему присутствию.

2. Используйте "подкормку" - подарки, цветы, билеты на концерты и т.п. А там, как говорится, стерпится - слюбится.

Привыкнув, перестают обращать внимание на непринципиальные недостатки, особенно недостатки внешности - а у кого их нет?

Имя собеседницы

Узнав имя вашей новой знакомой, вы можете "обыграть" его, сделав темой для разговора и вопроса - как она думает, соответствует ли ее характер тому, что заложено в ее имени. Для этого приводим соответствующий словарь 30 наиболее распространенных женских имен.

Александра (греческое) - защитница людей

Анастасия (греческое) - воскрешенная

Анна (еврейское) - благодать Божья

Арина (греческое) - мир

Валентина (латинское) - сильная, крепкая

Вера (русское) - в комментариях не нуждается

Галина (греческое) - тишина, кротость

Дарья (персидское) - сильная, побеждающая

Евдокия (греческое) - славная или благоволение

Екатерина (греческое) - чистая, непорочная

Елена (греческое) - светлая, факел

Елизавета (греческое) - давшая клятву

Зинаида (греческое) - божественная, рожденная Зевсом

Зоя (греческое) - жизнь

Ирина (греческое) - мир

Ксения (греческое) - гостья

Лариса (греческое) - чайка

Любовь (русское) - в комментариях не нуждается

Людмила (русское) - милая людям

Маргарита (греческое) - жемчужина

Марина (еврейское) - госпожа

Надежда (русское) - в комментариях и подсказках не нуждается

Наталья (латинское) - природная

Ольга (скандинавское) - священная

Раиса (греческое) - легкая, покорная

Светлана (славянское) - светлая

София (греческое) - мудрость

Татьяна (греческое) - учредительница
Фаина (греческое) - блистающая
Юлия (латинское) - волнистая или пушистая.

Обсуждение имени - очень благодатная тема. Она позволяет мужчине проявить эрудицию и узнать о женщине побольше. Тем более, что большинство любит говорить о себе.

Вариант 4 ("помощник")

Помощь женщине - поднести вещи, отремонтировать что-либо и т.п. дает редкую возможность познакомиться с ней. Этот вариант практически беспроигрышный. Во-первых, потому что желающих помочь кому-либо настолько мало, что их, возможно, в будущем будут мумифицировать и показывать в музеях. Женщина будет сильно удивлена и обрадована, что ей еще достался такой редкий экземпляр. Во-вторых, ей будет лестно, что вы помогли именно ей. Может случиться и такое, что вы ей поначалу не понравитесь, но ее практичность, возможность поэксплуатировать вас заставит ее терпеть ваше присутствие. Ваша задача - не упустить момент и постараться расположить к себе.

Даже если она не в восторге от такого знакомства, обойтись с вами жестоко ей не позволит совесть, ведь она обязана вам. Затем уже на правах старого знакомого вы можете смело просить ее о повторном свидании.

Совсем необязательно, чтобы женщина несла очень тяжелые вещи, главное - оказать ей внимание и найти повод заговорить с ней. Если она скажет, что не нуждается в помощи, то выскажите удивление и возмущение ее отношением к своему драгоценному организму ("Даже не возражайте, вы такая хрупкая... и не должны носить тяжелые сумки... вас, наверное, муж не бережет!" Заодно узнаете, есть ли он у нее.) Ведь женщины, даже очень сильные, обожают быть хрупкими. "Можете на меня сердиться, но я вам все равно помогу!" Откажет она вам или нет - не столь уж важно, главное - вы вступите с ней в контакт и останется лишь поддерживать разговор. Посочувствуйте ее женской доле ("А почему вам никто не помогает?") и предложите свою помощь на будущее.

Другие возможные случаи оказания помощи: если у девушки или у вас есть фотоаппарат, предложите "щелкнуть" ее. Если фотоаппарат ваш - предложите ей карточку - сразу, если у вас "Поляроид", или попросите телефон для последующей передачи.

Если видите, как девушка на высокой платформе или каблуках с трудом перешагивает через трамвайные пути, так естественно предложить ей руку. Во время дождя женщина с благодарностью укроется под вашим зонтиком.

Вариант 5 ("помощница")

Установлено, что если человек А сделал человеку Б добро, то А начинает к Б лучше относиться. Психологическая основа этого такова: всякий раз, увидев Б, А вспоминает о том хорошем, что он сделал, и осознает себя хорошим, добрым человеком. Это повышает ему самооценку, а значит, и настроение. Таким образом, Б становится для А источником положительных эмоций.

Этот феномен можно использовать для знакомства, организовав помощь себе со стороны привлекательной особы.

"Девушка, пожалуйста, выручите, срочно нужно позвонить, а телефонная карточка закончилась" (или "жетонов нет" - в разных городах по-разному). И, коротко поговорив: "Большущее вам спасибо. Я теперь ваш должник. Разрешите мне вернуть долг: где и когда я могу найти вас? А хотите в кино или в бар, что вам интереснее?... Или в театр?"

Вариант 6 (в общественном транспорте)

Часто можно услышать утверждение, что психологическая атмосфера общественного транспорта не располагает к знакомству. Наоборот, именно там это сделать легче всего.

Поезда дальнего следования - именно то место, где легче всего познакомиться. Зная, что через сутки-другие он уже никогда не увидит этих людей, человек откровенно высказывает свои потаенные мысли и раскрывает себя. Свободное время, скука и большое скопление людей создают идеальные условия для вхождения в контакт. Наилучший вариант,

если женщина уже находится в вашем купе. Здесь можно использовать весь арсенал из предыдущих вариантов. Помочь ей разместить вещи, поинтересоваться: "Куда, откуда едете? Давно ли оттуда? Хорошо ли отдохнули? Что читаете, интересно... о чем?"; сказать ей, что у нее очень красивые, но грустные глаза ("Наверное, о ком-то думаете? О мужчине?"); предложить ей сыграть в карты, предсказать ее судьбу (по руке, картам, глазам, лицу, по чему угодно); предложить ей хорошие сигареты (если она курит) и выйти покурить с ней в тамбур, для чего надо иметь при себе дежурную пачку хороших сигарет и красивую зажигалку.

Если обстановка в купе натянутая, то разрядите ее алкоголем. Поставьте на стол бутылку хорошего вина с красивой наклейкой (она действует на воображение) и предложите всем выпить с вами.

Женщины в большинстве случаев отказываются от крепких напитков, но им трудно отказаться от такого благородного напитка, как шампанское, которое большинство женщин любит.

Вино значительно облегчает контакты между людьми.

Но не всегда вам будет везти, и приятной женщины в купе может не оказаться. Ничего страшного, ее легко можно отыскать в коридоре у окна, в соседнем купе или вагоне. Действовать можно по типовым схемам из числа приведенных выше.

На стоянках, находясь у входа в вагон, вы можете легко увидеть новую попутчицу, свободна ли она, сразу же применить вариант 3 ("помощник").

Кстати, ее дети или родные - совсем не помеха для знакомства с ней, а прекрасный повод для него и продолжения контакта с ней в дальнейшем. Мамы безумно любят поговорить о своих чадах, слушать и смотреть, как посторонние хвалят их и играют с ними в разные игры.

Метро, автобус, паром... - места, где можно легко познакомиться с женщиной. Выбрав понравившуюся женщину, заговорите и действуйте по любому из вышеупомянутых вариантов. Не следует бояться того, что ваш разговор кто-то подслушивает, от этого он для женщины не станет менее приятным. Если вы не решились познакомиться с ней в транспорте, то выйдите вместе с ней на остановке и примените что-нибудь из того, о чем мы уже говорили.

Вот картинка: почти пустой вагон электрички, метро, автобуса... Как садятся люди, входящие в него? Каждый старается сесть отдельно, но не для того, чтобы чувствовать себя хозяином "апартаментов", а чтобы, не дай бог, не подумали, что он навязывается. Но вот входит молодой человек и, "поискав глазами лицо подороже", у кого бы спросить, (а это оказывается она), усаживается рядом. Спрашивает: "Вы не подскажете, останавливается ли электричка в Равнополе?" Поблагодарили. После этого глупо и даже неприлично уходить от нее и садиться поодаль. И она продолжает читать, а он достает свой журнал. Трудный попался кроссворд... "Раз вы проконсультировали меня, спасите и здесь..." А дальше вопрос, что она читает. А читала ли она последний "АиФ"? Он может дать... "Обратите внимание на статью о... Интересно узнать женское мнение об этом..."

Темы для разговора

Какие же темы "дозволены" между незнакомыми людьми? Всегда уместно предложить помощь, если только человек в ней хоть чуточку заинтересован. Вот она достает из сумочки талончик. Не дожидаясь, пока она будет кого-нибудь просить, предложите прокомпостировать. Это воспринимается благожелательно, но это и повод для разговора: "Пусть этот билетик будет счастливым, даже если сумма цифр не совпадает". И тогда уже можно спросить что-нибудь о маршруте этого автобуса или о кинофильме в кинотеатре, который промелькнул за окном.

Оправданна и просьба о помощи. Вам "трудно" сориентироваться в маршрутах троллейбусов. Принято оказывать подобную помощь, но по тому, как это сделает попутчица, вы кое-что узнаете о ее характере и даже об отношении к вам.

В этих психологических приемах важен еще один момент. Разговор этот должен быть

не сверхкратким. "Который час?" - "Пять минут пятого". И дальше - тягостное молчание. Если уж пользоваться темой "время", то пусть у вас будут часы, которые то отстают, то убегают вперед, и вы просите: "Нельзя ли уточнить по вашему электронному хронометру?", "С часами у меня сложные отношения: то я их подвожу, то они меня подводят".

Или, спросив о заковыристом маршруте, попросите нарисовать схему, ну а блокнот, на худой конец - листок бумаги и ручка должны найтись. Сущность приема в том, что за эти несколько вопросов-ответов происходит обмен не только деловой информацией, но и эмоциональной. Она ответит формально, чтобы отвязаться. Тогда, скорее всего, не стоит пытаться продолжить контакт, хотя и это может быть маской, и более уверенный в себе человек, натренировавшийся на более легких случаях, может попытаться даже "в условиях отсутствия улыбки" продолжить разговор.

Но уж если она улыбнулась и помощь оказывает с охотой, рассказывает, как проехать, с подробностями, заботясь о том, чтобы вы ее правильно поняли, тогда можно действовать смелее. Разговор тут же переводится на другую тему, которая должна быть заранее предусмотрена: например, в городе выставка или показывают новый фильм, так стоит ли пойти? А дальше с кинофильма на режиссера, с него - на писателя, по мотивам книги которого снят фильм. Обнаружится какой-нибудь общий интерес.

И вот вы уже договорились об обмене книгами, кассетами или дисками, а следовательно, и телефонами, договариваетесь о встрече.

Вариант 7 (культурно-массовые мероприятия)

Начинать искать женщину лучше до начала мероприятий. У кассы или у входа попытайтесь войти в контакт с той, что вам приглянулась, и далее действуйте по любому из вариантов или по обстановке, связанной с мероприятием.

Покажите свою щедрость, постарайтесь купить сувенир, угощение, программу, цветы - из того, что представится возможным.

После окончания представления помогите женщине одеться и проводите ее до дома, обменяйтесь телефонами.

Вариант 8 (на пляже)

Не бойтесь подойти (подсесть) и заговорить с женщиной, даже если она и делает безразличное выражение лица. Одинокая женщина на пляже всегда рада мужскому вниманию, потому что ее одиночество говорит не в ее пользу. Взглядам окружающих не стоит придавать значения. Другие мужчины, возможно, не прочь сделать то же самое, но вы их опередили, а женщины, возможно, просто завидуют сопернице. На пляже особенно уместно говорить о женских прелестях (красоте фигуры, изумительном загаре или нежной коже и т.д.).

Предупреждение! Пляж - это парад физической красоты тела, как женского, так и мужского. Все достоинства и недостатки телосложения, не скрытые одеждами - налицо. Поэтому если у вас неплохая (а тем более отличная) фигура - сам Бог велит знакомиться на пляже.

Конечно, для мужчин, потерявших фигуру за счет излишнего веса и игнорирования спорта, пляж - не лучшее место для знакомства, особенно с молодыми особами. Но не безнадежное: сумев развлечь женщину (а на пляже ведь с развлечениями негусто), можно стать интересным для нее и в дальнейшем, а затем и необходимым ей. К тому же рекомендации из 4.2 помогут мужчине замаскировать некоторые недостатки собственной фигуры.

Помогают завязать знакомство интересная статья, которую вы предложите почитать и обменяетесь мнениями о ней. Неоценимую помощь может оказать кроссворд, ведь почти все женщины любят их разгадывать. Женщины высоко ценят интеллект - проявите его! Игра в карты, угощение мороженым или прохладительными напитками. На песке удобно играть в "крестики-нолики". Любая игра - это удобный способ знакомства. В игре человек раскрывается как личность.

Для тех мужчин, кто хочет сравнить пропорцию своего тела со всемирно признанными

стандартами, приведем следующую информацию.

"Идеальная" мужская фигура

Наиболее признанным каноном красоты мужской фигуры считается греческий, созданный древнегреческим скульптором Поликлетом, который взял в качестве образца канон древнеегипетский. Представление о каноне Поликлета дает нам его статуя "Дорифорс" (юноша с копьем). Лицо статуи составляет 1/10 часть высоты тела, голова - 1/8, а длина ступни равняется 1/6; голова вместе с шеей по длине равна ступне. Таковы основные пропорции. Можно взять за образец и пропорции современных культуристов: стройная шея, четко обозначенная трапецевидная мышца, ярко выраженный рельеф плечевых мышц. Грудная клетка в форме конуса, с могучими грудными мышцами. Мышцы живота также рельефны, бедра узкие. Спина широкая, с выделяющимися мышцами, особенно развита широчайшая мышца спины. Таз узкий, ноги стройные, с развитой мускулатурой. Антропометрические показатели идеально сложенных культуристов следующие: при росте, например, в 182 см, вес - 90,5 кг, грудная клетка - 122 см, талия - 92 см, бедро - 63,5 см, плечо - 43,5 см.

Справедливости ради надо заметить, что пропорции эти особенно важны только самим мужчинам - для самоутверждения.

Для женщин они - на десятом (условно) месте. Ни одна из них не выйдет замуж "за красивые ноги" - глупость, которой нередко грешат мужчины.

Хотя обратить на себя внимание красивой фигурой мужчина может. Хорошая мужская фигура ускоряет возникновение у женщины сексуального желания.

Вариант 9 (ресторан, кафе, юбилей...)

Учитывая состояние легкого опьянения у посетителей подобных мест и мероприятий, не рекомендуется надолго оставлять без внимания понравившуюся вам женщину. Иначе, пользуясь ее опасением остаться без кавалера и возбуждением, охватывающим женщину в подобных случаях, другой мужчина может увести ее у вас из-под носа. "Лобовая атака" - лучший путь к сердцу женщины в подобных местах! Не дайте ей опомниться, пригласите на танец и выразите свое восхищение ее внешностью, движениями и т.п. После танца предложите ей не садиться и станцевать еще раз, постоит с ней на виду у всех с довольным видом. Это сразу же деморализует ваших соперников.

Будьте демонстративно галантны. Цветистая речь действует на ее расслабленное спиртным сознание самым сильным образом. Пригласите ее (с подругой) за свой стол, закажите ей шампанское. Громкий хлопок, вылетающая из бутылки пробка - и всеобщее внимание действует на воображение женщины, а углекислота, содержащаяся в шампанском, способствует быстрому проникновению алкоголя в кровь и пробуждает ее дремлющие инстинкты.

Очень хорошо, если вы потанцуете с ее подругой, которая может рассказать вам о ней много интересного, да и о себе тоже. Что выгодно скрыть одной, то всегда выгодно рассказать другой. Если хотя бы одна из подруг увлеклась вами или вашим другом, то вечер уже будет иметь продолжение.

Дайте ей почувствовать, что рядом с ней мужчина, а не существо среднего рода.

Вариант 10

Это когда женщина просто покупается за деньги. Этот вариант для нас самый неинтересный, поэтому ограничимся лишь следующей историей.

Утро. Мужик подходит к зеркалу. Смотрит: рожа синяя, волосы дыбом, живот отвислый, уши лопухами, одна нога короче другой. Оглядывается - за его спиной на кровати спит длинноногая красавица. Мужик говорит задумчиво:

- Это же надо так деньги любить...

Более тонко любовь к финансовым возможностям мужчины проявляется соискательницами мест жены состоятельного человека:

Невеста говорит жениху:

- Вот поженимся, и я разрешу тебе поцеловать меня там, где еще никто меня не

целовал!

- Это где? - с придыханием спрашивает восторженный жених.

- На Гавайях, милый.

7 стилей ухаживания

1. "Голубь". Надо демонстративно ухаживать за женщиной на виду у всех, не обращая внимания на окружающих, как ухаживает голубь за голубкой. Такое поведение подчеркивает ценность женщины и заодно подчеркивает ваши серьезные намерения.

2. "Кратковременное покидание" (на 5-7 дней). После длительного, активного ухаживания за ней прекратите навещать ее и звонить ей. Привыкнув к мужскому вниманию, женщина уже не может обойтись без него, ей начнет не хватать вас, и она будет корить себя за холодность по отношению к вам. Да и как отвечать на ехидные вопросы подруг по поводу вашего отсутствия? "Бросил" - стыдно, "прогнала" - преждевременно, а вдруг вернется? Как правило, после возвращения к ней женщина становится гораздо милостивее.

3. "Подруга". Если она не слишком к вам расположена, то, начав активное ухаживание за ее подружкой, вы можете резко изменить ее отношение к вам. Тогда все ее окружение заговорит о вас и это наверняка подстегнет ее самолюбие. Ей захочется доказать подругам, что она не хуже их и при ее желании вы будете ухаживать не за кем-то, а за ней. К тому же она подумает: "Если о нем все говорят, то, наверное, в нем что-то есть".

4. Еще лучше, если вам удастся увлечь ее лучшую подругу, которая прожужжит ей о вас все уши. Эмоциональные излияния подруги распалят ее воображение. Вы станете очень даже не безразличны для нее. Почувствовав, что цель достигнута, объяснитесь с ней.

5. "Страдалец". Постоянное высказывание своих страданий окружающим ее людям вызовет их сочувствие, упреки в ее адрес и заставит ее усомниться в своем отношении к вам. Редко какая сердобольная славянская душа не осудит такую женщину за ее неприступность. Особенно этот прием хорош в случае, когда надо добиться согласия женщины на замужество.

6. "Подкормка". При каждой встрече приносите женщине или цветы, или приятные безделицы, или что-то вкусненькое, что она любит (конфеты, торты и т.п.). Тогда у нее выработается условный рефлекс - позитивное отношение к вашему присутствию и его ожидание.

7. "Несравненная". Суть его та же, что и у предыдущего приема, но вместо осязаемых вещей вы дарите ей свое внимание (восхищение ею, комплименты, обхождение). Очень часто оно действует гораздо лучше предметных подарков, особенно там, где есть материальный достаток, но не достает внимания к женщине.

В гостях у женщины...

Всем повезло: многозначительно посмотрев на вас, хозяйка упорхнула в душ. Чем бы заняться? Позвонить домой, предупредить, что задержитесь? Некто Александр Моногамов предлагает провести это время с пользой. Ступайте на кухню, откройте дверцу холодильника. По его содержанию вы многое узнаете о своей партнерше. Итак:

В холодильнике много яиц. Скорее всего, эта женщина предпочитает готовить на скорую руку: омлеты, яичницы. На изысканный ужин можете не рассчитывать. Утром вам, скорее всего, будет предложена (в дополнение к чему-нибудь яичному) чашка неважного растворимого кофе.

Котлетный фарш из кулинарии. Дама любит поесть сытно, но бестолково. Для нее важен не вкус еды, а ее количество. Примерно то же самое - и в сексе.

Много свежей зелени. Это хороший знак. Не исключено, что через неделю-другую вы будете лакомиться сациви. Готовьте деньги на "Сапери".

Имбирный корень. Вам крупно повезло. Эта женщина умеет готовить. В том числе - блюда китайской кухни. Но это длительный процесс. Так что уборка квартиры вполне может лечь на ваши плечи.

Оливковое масло. Очень полезный продукт, но хранить его в холодильнике не рекомендуется. Странно, что она не знает таких элементарных вещей.

Водка. Возможны варианты. Если бутылка целая, это говорит о предусмотрительности хозяйки. Если початая, то либо она сама выпивает, либо кто-то уже инспектировал этот холодильник до вас.

Шампанское, белое вино. Все нормально. Эти напитки лучше пить охлажденными.

Коньяк, красное вино. А вот это против всяких правил. Зато сможете с видом знатока растолковать хозяйке, что красное вино требует комнатной температуры, а коньяку не помешает тепло человеческих рук, как и тебе, крошка...

Кастрюля с борщом, жареная курица, пиво. В этом доме вас уже любят и ждут. Вопрос: вас ли? Надо бы убедиться, что дама не замужем. Или что муж в дальней командировке и вернется не раньше завтрашнего утра.

Клубника, виноград, взбитые сливки. Тревожный сигнал. Возможно, девочка обожает фильм "Девять с половиной недель" и ждет от вас тех же нежностей, что и от Микки Рурка.

Икра красная, икра черная, осетрина, бастурма, доллары США (22 тыс.) Этой женщине кризис нипочем. Она сама не пропадет и вам не даст. Если будете умницей.

Кнут кожаный плетеный, сапоги черные высокие типа "ботфорты", наручники стальные, чулки ажурные. Симпатичный наборчик, но почему в холодильнике?

Этапы сближения

Вот этапы приближения мужчины к женщине:

знакомство;

совместные занятия;

явные знаки внимания;

совместный отдых;

прикосновение: за руку, за талию;

поцелуи и поверхностные ласки;

глубокие ласки;

интимная близость.

Переход к каждому следующему этапу - это преодоление барьера. Есть риск быть отвергнутым. Есть риск засветить примитивность своих намерений. Как поется в песне: "Вот тогда я поняла, чё те надо, чё те надо, Но не дам я тебе, чё ты хошь."

Пять типов женщин

Молодой человек вводит в брачный компьютер: "Невеста должна быть

маленького роста, хорошо плавать, быть скромной и обходиться без дорогих подарков".

Ответ: "Пингвин-самка".

Большую часть женщин можно условно разделить на 5 типов по психологии их поведения с мужчиной. Знать тип женщины совершенно необходимо, чтобы прогнозировать, что ждет мужчину в обществе женщины того или иного типа.

1. "Женщина-мать"

Независимо от соотношения возрастов партнеров, "женщина-мать" всегда будет вести себя одинаково. Она будет опекать мужчину, как своего ребенка, она будет его жалеть, холить, ставить его интересы выше своих, порой вообще забывая, что у нее могут быть какие-то свои интересы.

"Женщина-мать" не обращает внимания на возраст партнера, он может быть и старше ее, и ровесником, и намного моложе ее.

Такая женщина является замечательным спутником жизни, с ней легко, тепло, уютно, она не создает проблем, она сама их решает. Она не устраивает сцен. Снисходительна, добра, терпелива. Она трогательно, ненавязчиво ухаживает за своим большим ребенком - мужем.

Она является и его духовным наставником, и его секретарем. Женщины такого типа помогают сделать блестящую карьеру своему партнеру. Мужчина всегда тянется к такой женщине.

Очень часто можно видеть пару, в которой женщина старше мужчины. Обычно предельная разница составляет до 15 лет. Причем мужчина только вначале очень недолго задумывается над этой разницей в возрасте, позже о ней и не вспоминает.

Женщина такого типа почти всегда выходит замуж. Причем уровень ее образования для мужчины не играет никакой роли. Характерно и то, что такая женщина очень быстро дорастает до уровня своего обожаемого партнера, если только он сам этого хочет.

Она является и хорошей любовницей, потому что позволяет и даже поощряет свободу в сексуальных отношениях, если видит, что это доставляет партнеру удовольствие, даже если она всегда считала себя женщиной строгого поведения.

Для самого близкого человека она готова отступить от своего "я". Высочайший альтруизм! Мужчина в такой паре если и допускает флирт на стороне, то это только флирт. Из такой семьи мужчина обычно не уходит, даже если сильно увлечется на стороне. (Если все-таки такая женщина оказывается для мужчины проходной фигурой, то она чаще всего не делает из этого трагедии, а переносит происшедший разрыв отношений более спокойно, чем он ожидал.)

Мужчина в такой паре только иногда бывает ведомым, обычно это лидер. Женщина сама подталкивает его к лидерству. Она ведь уважительно относится к любому проявлению его личности. Мужчина незаметно растет и в собственных глазах, и в глазах своих коллег. Это ее заслуга. Это она своим поведением поощряла его к такой роли. И незаметно для всех он вырос как лидер.

Он сделает карьеру. Причем без лишних кровопусканий, спокойно и планомерно. Это опять она своим ровным и хорошим к нему отношением создала такой климат, где есть оазис, в котором можно набраться сил перед восхождением на вершину. На вершинах не живут и не набираются сил - это делают в доме. "Женщина-мать" - это замечательный тип женщины.

2. "Украшение гостиной"

Этот тип женщины уже никогда не станет искать партнера моложе себя. Да это и невозможно: ведь такая женщина требует к себе постоянного внимания, как к ребенку.

Такая женщина избалована, она не станет ухаживать ни за мужем, ни за ребенком, ни за родителями. Она просто не может переиначить свое представление о человеческих взаимоотношениях.

Обычно это - эгоистично настроенная женщина, часто даже эгоцентрично. Все вокруг нее, по одной орбите, в центре которой она сама и ее мир.

Это очень сложный тип характера, хотя не лишенный своей прелести. Ведь такая женщина очень женственная в своих капризах, и мужчина легко попадает именно на ее причуды, которые он поначалу считает верхом женского обаяния. Потом он будет часто и раздосадован, и издерган такой женщиной.

Но это будет далеко не сразу, и, скорее всего, он так и не поймет, что же его так привлекает в этой взбалмошной и холодной женщине.

С такой женщиной карьера мужчины сложится только в том случае, если мужчина уже состоялся как лидер, у него уже все отлажено, расписано и он катится по наезженной колее, которая неизбежно приведет его к вершине, им обозначенной. Но если такой мужчина еще не состоялся как лидер, то рядом с такой женщиной он никогда не сделает карьеры.

Она ему не поможет. В силу своего характера она просто не в состоянии ему помочь. Ее не будет интересовать процесс его становления как личности, как лидера. Ее интересует только одна личность - она сама. Однако к такому типу женщины очень тянутся сильные мужчины. Им недостает в жизни женщины-игрушки, женщины-забавы.

Такая женщина почти всегда находит себе партнера-покровителя. И хотя эта женщина никогда не является идеалом для семейной жизни, между тем она всегда в семье.

Часто она плохая хозяйка, у нее неухоженный муж, предоставленные сами себе дети, но зато она всегда прекрасно ухаживает, никогда от этого не уставая, за собой.

Женщина такого типа вряд ли будет хорошей любовницей. Она холодна, пассивна в постели, хотя весь ее вид, внешность, поведение вводят в заблуждение насчет ее сексапильности.

Но мужчин все равно тянет к обладанию такой женщиной, и они находят с ней удовлетворение. Для них она - секс-бомба. На самом деле женщина такого типа часто просто фригидна.

Секс не занимает ее как таковой, ее привлекает только повышенное внимание к ее особе, к ее телу. И она охотно позволяет себя любить, хотя это ее абсолютно не возбуждает и не удовлетворяет физически. Моральное удовлетворение ее в данном случае выше физического.

Женщинам такого типа нередко изменяют, но неизменно к ним возвращаются. Здесь присутствует сила созданного в сознании мужчины женского образа, осязаемого идеала, который притягивает его. Такие женщины воспринимаются как украшение мужчины, но только внешне.

Мужчину, обладающего такой женщиной, вряд ли назовешь счастливым. Эта женщина для него часто обременительна. А вот сама женщина такого типа - счастлива как вещь в себе.

3. "Женщина-друг"

Это самый удачный тип, сочетающий в себе силу двух предшествующих типов. Это женщина самая умная, мыслящая тонко и реалистично, своего рода заземленный тип женщины. С ней надежно.

Она даст почувствовать мужчине необходимость его лидерства в жизни, даст ему властвовать в семье, но под своим скрытым контролем. Она будет опекать своего мужа, как разумная мать, вести себя, как лучший друг, разбирающийся во всех тонкостях их общих проблем, и вместе с тем станет для него отличной любовницей.

Эта женщина - Друг. Друг честный, открытый, готовый выслушать, помочь, пожалеть, поругать. В такой паре, где партнер - "женщина-друг", всегда прекрасные отношения. Их создает женщина. Она чутко реагирует на все просьбы, замечания, всегда в курсе дел своего мужчины, его настроений, планов.

Такая женщина поможет мужу сделать карьеру, возьмет на себя быт, воспитание детей и присмотр за родителями. Она умная, добрая, благородная, обладает сильным характером.

Мудрая королева из благородного, но обедневшего рода... Но... такой сильный тип женщины не так уж часто встречается.

И такая женщина не всегда выходит замуж. Если она все же создает семью, то в раннем возрасте. Более поздний возраст обычно отодвигает возможность выйти замуж по одной причине - такая женщина не только предъявляет высокие требования к себе и старается им полностью соответствовать, но такие же требования предъявляет и к своему партнеру.

"Женщина-друг" - настоящая находка для мужчины. Мужчина старается удержать эту женщину в своей жизни. Не всегда, правда, он женится на ней, но неизменно дорожит этой связью.

4. "Хищница"

"Женщина-хищница" никогда не обращает внимания на возраст партнера, ей совершенно безразлично, молод ли он и наивен или стар и опытен. Она рассматривает партнера только с одной стороны - удобен ли он ей в жизни с материальной точки зрения.

Эту женщину не интересует внешность, физические данные, умственные способности, сексуальность партнера. Она рассматривает его только меркантильно: Выгоден ли? Кто он (сын влиятельной фигуры...)? Образование (институт, аспирантура...)? Место в жизни (главный инженер; коммерческий директор; бизнесмен...)? Какие имеет социальные блага (квартира и т.д.)? Все остальное ее не интересует.

Здесь нет и намека на симпатию, обожание, любовь. Здесь все меряется одной меркой - материальной. И между тем этот несимпатичный, казалось бы, тип женщины очень

распространен. Такая женщина вызывает порой даже зависть умением устроить свою жизнь. Эта женщина - таран.

Она тащит своего мужа вверх по служебной лестнице, подталкивает, координирует его действия, оказывает ему активную помощь, вмешивается в его дела и пытается полностью их вести.

Она тщательно следит за внешним видом мужа, этим помогая ему, а значит, в первую очередь себе, найти достойное, по ее мнению, место на социальной лестнице. К такой женщине мужчина попадает, как муха в сети к пауку.

Она очень целеустремленная, волевая, с решительным характером, не отступает от своих намерений никогда. Мужчине трудно вырваться из ее сетей. Он всегда в роли ведомого в такой паре. Такая женщина всегда довольна и своими внешними данными и своим уровнем развития, а вот мужа она заставляет постоянно расти.

Обычно сексуально такая женщина не очень активна. Измену мужа не воспринимает как трагедию, и старается активными действиями пресечь ее.

Неверного мужа не пытается наказать, а лишь борется с соперницей, обычно побеждая ее.

У нее хорошо налажен быт, она прекрасная хозяйка, организовавшая материальный достаток.

Она довольна собой, ибо знает, чего хочет от жизни, и умеет это взять.

Для семьи такой тип не так уж и плох, особенно если муж не способен быть лидером в семье.

5. Деловая женщина

О проблемах, которые создают для своих избранников женщины этого типа, убедительно рассказано в интервью корреспондента "Труда" Лины Тарховой с сексопатологом Ириной Ботневой, которое мы приводим с небольшими сокращениями.

- Ирина Леонидовна, насколько я знаю, среди ваших пациентов много деловых женщин. Это так тесно связано - деловая карьера и проблемы интимного характера?

- Да, деловая женщина, несомненно, в этом смысле относится к группе риска. Ко мне идут с сексуальными нарушениями, но когда начинаешь разбираться, всегда оказывается, что они связаны с целым набором других ситуаций - личных, семейных, профессиональных. Выбирая карьеру, женщина должна при этом отдавать себе отчет: муж, дом, дети - все это может превратиться для нее в весьма болезненную проблему.

- Но большинство женщин на кухню уже не вернуть. Вы ведь, кстати, тоже выбрали дорогу деловой женщины?

- В какой-то степени. У меня очень интересная работа, я не могла бы от нее отказаться...

Но есть женщины, испытывающие счастье и у кухонной плиты, - ведь они готовят еду для любимого мужа. У них чистый, уютный дом. Деловая женщина тоже все это умеет, однако домашняя работа ей в тягость. Их главные интересы - в сфере дела. Эти дамы могут быть очень женственными, привлекательными, кокетливыми, но, по существу, это женщины с измененной половой ролью, они принимают мужскую роль. Считается, что в популяции 10-15 процентов мужчин и женщин имеют тенденцию к трансформации роли.

- Что к этому приводит - наследственность, воспитание?

- Причины еще досконально не изучены: пока только ясно, что их множество. Некоторой подсказкой в поисках ответа может служить такой факт: там, где дети всегда желанны, где мама ждет малыша как огромную радость (например, в мусульманских странах), мужчины и женщины реже "путают" свои роли.

Сейчас никто не препятствует девочкам в их увлечении футболом, хоккеем; они бьют друг друга на боксерском ринге. И нельзя сказать, что во всем этом виноваты только семьдесят лет социализма, который посадил женщину на трактор, за штурвал самолета. Это общемировая тенденция. В США тоже много женщин, которые стремятся в мужские сферы деятельности - полицию, армию. У нас женщины, которые раньше рвались в авиацию, идут

теперь в бизнес. Видимо, выбор деловой ориентации у женщины определяется комбинацией причин: ^внутриутробная предрасположенность, и влияние среды.

Девочка-лидер успешна во всем - в учебе, в спорте; с ней охотно дружат мальчишки. И вдруг они влюбляются не в нее, а в "зануд", которых раньше, казалось, терпеть не могли. И с нею же делятся своими переживаниями - она для них "свой парень". Вот вам и первые страдания женщины с перепутанной ролью. Дело в том, что, играя мужскую роль, женщина как бы сидит на двух стульях, раздваивается. Она может сделать блестящую карьеру, но не может одновременно быть и хорошей женой, хорошей матерью. С деловой женщиной происходит страшная вещь - у нее ломается биологический инстинкт любви к ребенку.

- Но наше воспитание теперь, кажется, направлено на то, чтобы любовь матери была не "слепой", а требовательной, "зрячей"?...

- И это скверно. Требовательность придет потом. А до трех лет любовь матери должна быть чрезмерной - тут ребенку нужна гиперопека. Девочка, которую в детстве безмерно любили, скорее всего, найдет в будущем того, кто станет ее любить и защищать. Чем больше внимания уделила ей мама в раннем детстве, тем более разборчивой окажется она в сексуальном плане. Такая девочка не пойдет на случайные связи, ей вложили в подсознание, что она самая красивая, самая лучшая, а значит, предназначена достойнейшему мужчине.

Такого же отношения требуют и сыновья... Но после трех лет дочь как бы "остается" с мамой, а сына берет на себя папа: он занимается с ним спортом, учит всему, что должен уметь мужчина, - забить гвоздь, разжечь костер. Читая "Житие Александра Невского", я была поражена педагогической дальновидностью наших предков. Они все это уже понимали! До трех лет Александр находился на попечении любящих мамок-нянек, а после отдан в руки наставников-мужчин. И вырос бесстрашный герой. Экспериментально доказано, что у ребенка, которого в младенчестве не носят на руках, неправильно развивается мозг, а именно мозжечок. Такие дети вырастают агрессивными, безжалостными, и в то же время закомплексованными. Замечали ли вы, что подростки-детдомовцы часто отличаются какими-то не очень скоординированными, размашистыми движениями рук? Иногда думают, что это просто "манера". Нет, это как раз результат патологических изменений в мозжечке. Таких ребят не тискали любящие мамы, не целовали. У этих же подростков, кстати, как правило, плохой неразборчивый почерк - по той же причине.

Думаете, японцы случайно привязывают к себе своих малышей и ходят с ними повсюду? Они понимают, какую целебную силу имеет для младенца физический контакт с родителями. До трех лет мама должна быть всегда рядом,...

- А где же обязательная родительская строгость?

- Она необходима - только позже. До трех лет формируется личность - человеку в подсознание должно быть вложено, что он желанный, хороший. И он станет таким. Я и мои коллеги, бывает, выступаем экспертами на уголовных процессах по делам сексуальных маньяков. И всякий раз убеждаемся; чтобы стать садистом, насильником, достаточно быть в детстве нежеланным для матери. Сейчас ростом сексуального насилия, жестокости общество расплачивается за казенные детские ясли, за то, что оно вырастило не одно поколение мам, которым дети были в тягость, которые в раннем детстве их не носили на руках.

- У "деловой" мамы на это нет ни времени, ни душевных сил...

- У нее все немножко не так, как у всех. Озабоченная в первую очередь карьерой, она прежде всего думает о своем престиже, у нее все должно быть в стиле "экстра-люкс", включая и ребенка, который должен стать частью ее успеха. И она без конца к нему придирается, "высматривает" в нем недостатки. Хочет добиться, чтобы он соответствовал ее ожиданиям, - и чаще всего не достигает желаемого. Среди таких женщин нередок парадоксальный тип: она сверх меры опекает ребенка и при этом не дает ему достаточно тепла и любви.

- Если развить ваше сравнение, получится, что женщина, решившая сделать деловую карьеру, - нечто вроде болезни общества?

- Я бы так резко не выразилась, но деловая женщина - это всегда риск для ребенка. Уже

одно то, что мать не очень хотела ребенка, всего лишь "не очень" - например, писала диссертацию или создавала фирму, и тут невовремя случилась беременность, - уже одно это может тяжело отразиться на малыше. Если родится девочка, она имеет все шансы вырасти агрессивной, несчастной в личной жизни. Нежеланный мальчик, скорее всего, не станет инициативным, не сможет выбиться в лидеры.

"Деловая" мама чаще всего не хочет или не умеет задуматься над тем, чем ребенок заплатит за ее деловой успех.

- Карьера представляется ей более весомой ценностью?

- Да, но беда-то в том, что и карьера не дает женщине незамутненной радости. Женщина, делающая карьеру, и по сей день - белая ворона. Она постоянно в напряжении, ведь ей все время приходится что-то кому-то "доказывать". Дома - что справляется со своей женской ролью. На работе - что ей вполне удастся роль мужская. Такие уверенные в себе, независимые - и такие, если присмотреться, ранимые. У деловых женщин, как правило, высокий уровень невротизации.

- Какой мужчина нужен такой женщине?

- Рядом с сильной женщиной должен быть еще более сильный и успешный мужчина, а найти такого нелегко. Что чаще получается? Слабый, неинициативный муж, готовый принять на себя женскую роль - пусть бы его кормили и обеспечивали, а он бы вел домашнее хозяйство, заботился о детях. Но женщина-лидер скоро просто возненавидит такого мужа. Для нее важен престиж, а "муж-домохозяйка" вовсе не прибавляет сияния ее жизненному успеху.

Возьмем другой возможный вариант: муж и жена - оба достаточно инициативны, самостоятельны, допустим, они компаньоны. Она - ценный деловой партнер. Такие женщины, как правило, активны и в сексуальной сфере. Сильная женщина зачастую не может стать ведомой даже в танце - в силу характера вести должна она...

Глава "Как найти мужа"

Все о мужчинах

Главный недостаток мужчин - их явный недостаток.

Кого выбирают мужчины

Мужчины ищут и выбирают себе противоположность. Тихие - напористых, уверенные в себе - робких. То есть они ищут в партнере те качества, которых им самим не хватает.

Девушки предпочитают высоких. А высокие знают себе цену и выбирают, выбирают. Маленькие мужчины часто страдают из-за своего роста и скрывают это за внешней агрессивностью. Зато невысокие более приспособлены к жизни, к борьбе за выживание. И как результат - мужья они зачастую хорошие.

Мужчины предпочитают знакомиться с красивыми, а вот женятся чаще на самых обыкновенных. Среди старых дев немало красавиц. Когда дело доходит до женитьбы мужчина отдает предпочтение той девушке, которая, по его мнению, будет способна на нежность, привязанность, умеет любить по-настоящему.

О покорности

Очень важно для мужчины, чтобы его избранница была ему покорна. Тогда он чувствует себя с ней мужчиной. Еще в "Домострое" было заложено требование к мужу воспитывать в жене покорность. Этому вторит О. Бальзак: "Женщина только тогда по-настоящему трогательна и хороша, когда она подчиняется своему господину".

А вот мысль Д. Рильке: "Терпеть - дар женщины".

"Мужчины болезненно воспринимают, если женщина выглядит умнее его. Это принижает его как лидера". "Умная женщина - та, в обществе которой можно держать себя как угодно глупо" - эти слова французского поэта и философа П. Валери отражают мужскую точку зрения.

Желание превосходить женщину, и прежде всего в уме, отражается, например, в том, что в "мужских" анекдотах женщина нередко представляется глуповатой:

Женщина в автомобиле включает радио и слышит: "Вы слушаете радио "Европа-плюс"! - Господи, а откуда они знают, что я их слушаю?!"

О личности

Мужчин притягивает личность его избранницы. Он должен гордиться ею, как охотник трофеем. Этому немало способствует ее умение делать что-то не только лучше его, но и всех, кого он знает.

Область этого совершенства может быть любой - прыжки в воду, художественный свист, рисование, танцы, пятиэтажные торты. Уверенность женщины в себе привлекает их больше, чем красота. По мере общения мужчина начинает ценить в женщине индивидуальность. Вспомните фильм "Влюблен по собственному желанию". Красавчик, которого играет Янковский, влюбляется в Веру, некрасивую женщину, но сильную, энергичную, настойчивую.

Психологи утверждают, что при поиске "своей половины" мы подсознательно стремимся найти определенный тип. И тому есть два подтверждения.

1) Замечено, что нередко девушки выходят замуж за "копии" своего отца, а мальчики женятся на девушках, похожих в чем-то на мать. Эта похожесть может быть в мелочи: тембр голоса - и он женится на дурнушке, потому что у нее такая же, как у мамы, манера говорить.

Жила-была маленькая, миниатюрная, скромная, не очень видная женщина. И был холостяк, директор какого-то винного завода, который имел все, что хотел, и решил жениться. Он некоторое время выбирал, проверял, наконец встретил ее. И вот что в итоге определил его выбор, как он потом рассказывал: "Я с ней уже неделю живу и каждый день слышу одно и то же: "Ой, опять сбежал кофе..." И я понял, что это моя жена, потому что все детство я с кухни слышал мамин голос именно с этими же словами". И живут они уже 20 лет.

2) Почему многие, не один раз побывавшие в браке, так и не нашли своего счастья? Потому, что одинаковых выбирают. Одинаковых в смысле набора тех черт, которые желают видеть у своего избранника.

На ком женятся

Что легко дается, то не ценится. Девушки, которые за просто соглашаются на "поехали в гости", заведя импортное авто, не только не способны вызвать возвышенные чувства, они перестают вызывать даже желание у сильной половины. Так уж мужчины устроены, что им везде нужно чего-то добиваться. А как может интересоваться, а тем более интриговать то, что известно?!

На девушках, с таким поведением не женятся - это точно. Срабатывает стереотип: "Сегодня легко пошла со мной, значит, завтра согласится с другим".

Если вы хотите выйти замуж, чтобы и с квартирой, и с машиной, и прочим - помните, что у богатых есть принцип "Дешевые вещи не приобретаем".

Если вы заставите его потратить на себя кучу усилий, эмоций, нервов, в конце концов денег - он сам вас ни за что не отпустит. Но для начала заставляйте себя сами.

Не торопись говорить "да". Поспешное "да" сразу понижает вашу цену. Всякий по опыту знает, что женское "нет" означает "может быть", а "может быть" означает "да". О том, насколько естественно мужчины принимают женское "нет", с юмором обыгрывает кабаре-дуэт "Академия":

"Ты отказала мне два раза:

Не хочу - сказала ты.

Вот такая вот зараза -

Девушка моей мечты!"

Инстинкт и любовь

Не путайте половой инстинкт "воздыхателя" с любовью. Влечение безлико, ему почти все равно - эта или другая.

Формула инстинкта: "Хочу, чтобы мне было хорошо". Формула любви: "Хочу, чтобы тебе было хорошо", и только из этого желания, когда оно взаимно, рождается гармония: "Нам хорошо".

Кстати, он поинтересовался вашей семьей, увлечениями, интересами? Что вы о нем знаете? Кстати, он оставил свой телефон или только ваш взял? Что вы вообще о нем знаете, кроме того, что он "наплел"?

Во-первых, любят тех, кто любит себя сам. Регулярно ли вы бываете в парикмахерской? Ухаживаете ли лицом? Делаете маникюр?

Во-вторых, "пустышки" мужчинам неинтересны.

Что вы читаете? Бываете ли в театре, на концертах? Знаете ли о событиях в вашем городе, в стране?

Что раздражает мужчин

Даже если мужчины не говорят вам об этом, их очень раздражают небрежный вид женщины и ее плохие привычки. В результате опросов сотен мужчин получился вот такой совсем не маленький список жалоб, высказанных ими в адрес своих подруг.

В первую очередь у всех вызывают раздражение:

запах изо рта,
"усы",
немодная и неаккуратная одежда,
волосатые ноги,
небритые подмышки,
нездоровое питание,
неестественные волосы (слишком откровенно выкрашенные или завитые, сильно жесткие от лака и т.д.),
изношенные вещи или бесформенные халаты дома,
строевая походка,
обилие драгоценностей, украшений,
слишком громкий смех,
неприятный вагинальный запах,
дряблость тела,
плохая кожа, скрываемая обильной косметикой, S несвежий запах тела или его смесь с сильным дезодорантом,
облупившийся лак на ногтях,
длинные ногти, кровавого цвета лак на них (и тем более зеленого и синего цвета).

Почему все это так важно в искусстве нравиться? Потому что мужчина более ориентирован зрительно, чем женщина. "Мужчины любят глазами". Мужчине очень легко возбудиться от визуального раздражителя, но еще проще испытать отвращение к тому, что он видит. Несмотря на то, что женщины часто высказывают в адрес мужчин те же жалобы, они гораздо быстрее переступают через свои претензии, погружаясь в эмоции.

Идеал женственности

Традиционный идеал "женственности" в понимании мужчин: нежная, красивая, мягкая, ласковая, пассивная и зависимая, позволяющая мужчине чувствовать себя по отношению к ней сильным и энергичным.

Эти качества и сегодня очень высоко ценят и они составляют ядро эталона женственности.

Мужские секреты

Знание их облегчает общение с мужчинами.

1. Мужчины ненавидят быть неправыми, но больше всего мужчинам не по душе, когда женщины узнают раньше них, что они неправы.

Когда женщина предлагает сделать что-то по-другому, он слышит в этом осуждение: "Ты делаешь неправильно".

Это счет от воспитания. Мальчиков фактически приучают: "Ты хороший тогда, когда все сделал хорошо и правильно. А если нет, ты плохой!" Поэтому самооценка мужчин целиком зависит от его достижений.

2. Мужчины ненавидят, когда женщины расстраиваются или нервничают. Потому что он тогда считает, что должен что-то предпринять. А поскольку переживания женщины относятся к внутреннему миру, в котором мужчина не разбирается, то он ощущает психологический дискомфорт, разряжающийся агрессией на источник его, т.е. на женщину.

Чтобы не допустить этого, женщине достаточно помочь мужчине, сказав ему, что надо сделать. Слова они воспринимают буквально, без интерпретаций и подтекстов, в которых женщины - истинные мастера.

3. Мужчин меньше занимают вопросы любви и взаимоотношений, чем женщину.

Мужчины самоутверждаются прежде всего через свою работу, дело, достижения. Женщины самоутверждаются через взаимоотношения.

Особенности мозговой деятельности мужчины таковы, что им труднее переключиться с мыслей на чувства, чем женщине. Поэтому если у него неприятности на работе - ему не до чувств.

4. Мужчины любят учить и влюбляются в тех, кто принимает их в качестве учителей. На этом однокурсники "ловят" ребят-отличников, попросив после занятий объяснить что-то "непонятное в конспекте".

Андре Моруа справедливо отметил:

"Множество женщин сделало блестящую карьеру, умея лишь слушать, к тому же и слушать не обязательно: достаточно делать вид".

5. Мужчины, хотя и восхищаются умными женщинами, решительными женщинами-лидерами, но семью предпочитают создавать с другими - с теми, с которыми они ощутят себя, хотя бы формально, главой семьи. Поэтому женщине в общении с мужчиной, на которого она "положила глаз", лучше подальше запрятать свои лидерские качества.

Как управлять мужчиной

Потребность одобрения - наркотическая потребность, она растет по мере удовлетворения, она никогда не удовлетворяется.

Следует беспрерывно, горячо, убедительно доказывать мужчине, что только он, единственный, неповторимый и несравненный может все, что захочет, ибо есть царь и бог. И он щедро оплатит вам, если не достижениями, то привязанностью. Он сам захочет всего, чего вы хотите...

Упаси бог женщину, обращаясь к мужчине, применять сарказм, иронический тон!

Критика достигает цели лишь в контексте неустанно растущего одобрения: признавайте его преимущество и заслуги заранее, давайте ему авансы на мелкие расходы самолюбия, похваливайте за то, чего он не сделал (но, разумеется, сделает) - и все будет в порядке, он будет и рыцарем, и домработником...

Знаки крайнего неодобрения - упреки, слезы, истерики и т.д. - должны применяться лишь в аварийных положениях и оформляться так, чтобы демонстрировать женскую слабость.

Никогда не называйте мужчину уменьшительным "Котик", "Рыбка", "Соколик" и пр. Лучше - "Рыцарь ты мой!"

Как понять, что мужчина хочет понравиться

Мужчину выдают "жесты прихорашиваний". Он поправляет галстук, запонки, пиджак, подтягивает носки, если они спустились, и т.п.

Выпрямляет тело, отводит назад плечи ("грудь колесом"), двигает подбородком вверх-вниз.

Типичные недостатки мужчин

Главный мужской недостаток, отмечаемый и молодыми и пожилыми женщинами -

самоуверенность мужчин.

Часто мужчина охладевает к предмету своей страсти как только добьется своего.

Мужчина слишком многого хочет добиться сразу. В отличие от женщин, мужчины не способны полностью отдаваться любви. Поэтому женщине не стоит ревновать мужчину к его увлечениям.

А страстная любовь, например, сангвинику или холерику быстро наскучивает.

Мужчины устают от экзальтированной любви. (Пример: Вронский и Анна Каренина из романа Л. Толстого.)

О красивых и "некрасивых" женщинах

Феномен некрасивой женщины - чисто психологический, внутренний. Потому что на самом деле, если женщина уверена в себе, у нее благополучные родители, она, даже будучи такой вот "толстой Клавой", будет приятной, обаятельной. Женская красота - это не физические качества. Она складывается из самооотношения (того, насколько вы сами себя любите и чувствуете готовность быть счастливой) и умения подать себя.

Сейчас изменилось отношение к категории прекрасного. Если раньше это было нечто красивое, гармоничное, то сейчас это - выразительное. Один из известных визажистов сказал, что чем более некрасива женщина, тем интереснее ее можно сделать. Очень важно найти в ней что-то выразительное (глаза, нос, изгиб шеи, контур губ) и сделать это главным акцентом внешности. И глаза. Любой женщине можно сделать красивые глаза. В частности, вставив контактные линзы, можно сделать глаза любого цвета.

Народная мудрость гласит: "Не родись красивой, а родись счастливой".

Среди красивых от природы счастливых совсем не больше, чем среди остальных. Красота может быть и обузой. Красивая женщина не притягивает. Ей как бы дается возможность выбрать самой из того скромного числа мужчин, которые вокруг нее выются. Вот мнение одной из признанных красавиц: "Это невероятное внимание всех и каждого очень сильно подавляет, и в конце концов выбор совершить не можешь" (она сама была третий раз замужем, и эти три замужества она воспринимала не с гордостью).

О проблемах красавиц говорит тот факт, что многие из них помногу раз были замужем. Это значит: много раз они испытывали разочарование в избраннике, проходили крайне неприятную процедуру развода (который, кстати, относится к числу сильнейших разрушительных для здоровья стрессов).

Вступающий в брак надеется, что это на всю жизнь. Несомненно, сменившие многих мужей охотно бы поменялись судьбой с теми, кто всю жизнь прожил с одним любимым человеком. Цель женщины - быть счастливой. А красота - это как бы самый легкий путь достижения этого. Но надо понимать, что прежде всего женщина должна быть солнышком, которое излучает тепло. Если этого нет, то рано или поздно она становится некрасивой и превращается в каргу, которая никому не нужна. Это закон природы.

Что притягивает мужской взор?

Сексологи разных стран провели обследование такого рода. Стоят три женщины: одна - высокая, другая - среднего роста, третья - изящная, невеличка. Как правило, мужчины прежде всего смотрят на женщину, которая как бы компенсирует им собственный рост: высоким нравятся Дюймовочки, низким - высокие, а средняя нравится всем. Затем с помощью скрытой камеры фиксировали взгляды на женщин среднего роста, которые были блондинками, шатенками, брюнетками. Вновь тот же закон: темноволосым нравятся светловолосые и т.д. А вот пропорции тел привлекают всех приблизительно равноценно.

Так уж бывает: мужчина непременно окидывает взглядом почти каждую женщину. Но нет возможности увидеть сразу ВСЮ женщину; что-то в ней привлекает больше, что-то - меньше. По мнению чехословацкого журнала "Дикобраз", в 24 случаях из ста мужчины прежде всего обращают внимание на глаза женщин, причем специалисты полагают, что это число могло быть и больше, если бы женщины не носили очки с затемненными стеклами.

В 60-е годы проводили социологическое исследование. Студентам, курсантам, солдатам и молодым рабочим задавались вопросы типа "Что во внешности женщины Вам

нравится больше всего? " Ответы были такими: красивая фигура - 62,5%, симпатичное лицо - 27,5% и т.п.

Прошло тридцать лет. Что же изменилось? Основные параметры привлекательности остались теми же, хотя стали более детализированными: на лице выделяют красивые глаза, улыбку, губы и т.д.

А как привлекательна женская грация! Не случайно многие мужчины влюбляются, наблюдая, как танцует женщина, как она ходит, поворачивает голову, как в работе двигаются ее руки. Важна не просто красота тела, а и совершенное владение им. Сколько раз приходилось встречать красивых лицом женщин, которые тотчас теряли свою привлекательность оттого, что неуклюже двигались, были угловаты, сутулились, нелепо размахивали руками или сидели в некрасивых позах. Посмотрите телепередачи из европейских стран. Где вы увидите женщину, которая бы сидела, расставив колени или согнувшись в три погибели? Дисгармоничность движений, незнание того, что красиво именно для нее, снижает обаяние женщины.

Но раз уж мы коснулись сравнения наших женщин с западноевропейскими, то бросается в глаза, что лица и фигуры наших женщин более привлекательны. Наш женский генофонд прекрасен!

Другие исследования

Британские психологи провели в нескольких странах исследования шкалы ценностей мужчин с различным темпераментом. Оказалось, что больше всего зачаровывает уличных самцов чувственный рот - за него подали голосов 83% опрошенных. Далее в списке следуют: большая упругая грудь, длинные ноги, стройная фигура, а также округлые бедра и женственные ляжки. Два последних места в секс-списке занимают миндалевидные глаза и длинные густые волосы.

По другим исследованиям больше всего привлекает мужчин женская грудь.

Есть данные, что многие мужчины начинают "осмотр" женщины с ее попки.

Вся эта разноголосица мнений только подтверждает два непреложных факта:

- 1) на вкус и цвет товарища нет;
- 2) для каждой женщины найдется мужчина, которому в ней что-то нравится.

Что привлекает самцов

Психологи в принципе давно говорили, что мужики - существа примитивные и обращают внимание не на глаза или душу женщин (как бы последние ни тешили себя надеждой на это), а исключительно на выпуклости их фигур. Чем больше отклонения от плоскости, чем меньше женщина пробует казаться умной, чем более ярко, вызывающе и вульгарно она выглядит, тем активнее маслянистый блеск во взглядах встречаемых животных. Что с блеском и доказал ряд репрезентативных опросов.

Укрепляйте попку

Поскольку, видя женщину со спины, мужчина всегда обращает внимание на ее попку, стоит попробовать сделать ее более привлекательной.

С этой целью специалисты разработали упражнения, которые мы здесь приводим.

1. Исходное положение: встать, ноги расставлены и выпрямлены. Прямо и ровно держа спину, делаем приседание, затем делая усилия ягодицами, не отрывая пяток от пола.

2. Исходное положение: упор на локти и колени. Поднимаем по очереди бедра, но ни в коем случае не выше попы.

3. Исходное положение: лечь на спину, ноги согнуты. Поднимаем таз с сильным втягиванием ягодиц, но без отрыва спины от пола.

4. Исходное положение: встать, ноги на одной линии, одна стопа чуть впереди другой. Опускайте "заднюю" ногу, ставя колено на пол и сгибая колено другой ноги. Медленно поднимитесь, сделав усилие ягодицами.

Секреты самоподачи

Даже десять самых сексуальных женщин всех времен не обладали идеальной фигурой. Часто слышно от озабоченных женщин: "Мне бы хотелось иметь фигуру Мэрилин Монро

(Шарон Стоун, Джейн Мансфилд, Дэми Мур и т.п.)". Но дело в том, что ни одну из перечисленных женщин нельзя назвать физически совершенной. У Мэрилин Монро была небольшая грудь. Только хорошей формы лифчики и особого покроя платья создавали впечатление пышной груди.

Если у вас роскошная грудь, но толстые ноги, перейдите на соблазнительные прозрачные платья, свитера и блузки, подчеркивающие ваши сильные места. Если же у вас плоская грудь, но божественные ноги, то вместо нарядов с глубоким вырезом одевайте короткие юбки и изящную женскую обувь. Научитесь следовать моде, но не давайте поработить себя. Если в этом году носят черное, оденьте золотистое. Подумайте только, насколько быстрее он найдет вас на вечеринке. Если же в моде зеленое и оранжевое, а его любимый цвет голубой, одевайте как можно больше голубого. Никогда не покупайте платье только потому, что оно практично. Если вы не чувствуете в нем себя счастливой, оставьте его на полке.

Прежде чем купить какое-нибудь яркое произведение швейного искусства, которое вам влетит в недельную зарплату, хорошенько примерьте его, посидите, посмотрите в зеркало, изучите свое отражение. Не жмет ли, не морщится? Не мешает ли двигаться? Поднимите руки: а вдруг платье порвется, когда вы неожиданно броситесь ему на шею? Согнитесь, не выглядят ли швы слишком натянутыми, будто того и гляди лопнут? Одеждой по размеру никого не соблазнишь. Проверьте, какие цвета вам к лицу, и носите только их. Отдайте это грязно-коричневое платье, в котором вы выглядите как смерть, в фонд помощи бедным и купите то розовое платьице, которое вам так к лицу.

Работайте как дьявол, стараясь подчеркнуть свои достоинства и скрыть недостатки. И не рассказывайте, что у вас одни недостатки, это не так!

И еще один важный ориентир: женщине нужно одеваться так, чтобы мужчине захотелось ее раздеть.

Никогда не давайте мужчине увидеть вас в некрасивом белье, да еще схваченном булавками.

Косметика может стать другом или врагом женщины, в зависимости от умения и вкуса. Если вы не уверены, что делаете правильно, обратитесь за помощью к специалисту. Многие из шикарных салонов красоты имеют консультантов. Большие универмаги время от времени также приглашают консультантов по косметике. Такие специалисты могут посоветовать, как правильно краситься, какой тон вам к лицу и как подчеркнуть красивые и скрыть некрасивые черты. Ряд журналов публикует статьи по этим вопросам, и есть несколько неплохих книг. Обшарьте весь город, но найдите хорошего парикмахера. Заплатите ему любые деньги и скажите спасибо. Ваша прическа зависит от хорошей стрижки, а не от бабы, которая насаждает вам на голову три ряда бигудей и затем запихнет все под сушилку. Если голова не в порядке, то никакая укладка не поможет и вам не удастся выглядеть свежей и бодрой после утомительного дня.

Если ваш мужчина не страдает аллергией, то пользуйтесь духами. Однако прежде чем вы найдете подходящие духи, придется поэкспериментировать, и в тот момент, когда все вокруг будут спрашивать, что это за духи и где вы их купили, вы поймете, что нашли то, что надо.

Содержите в порядке ваши ноги, проверяйте, аккуратно ли они подстрижены и не сходит ли с них лак. Как правило, мужчины не любят драконовски длинных ногтей, так что прежде чем их отращивать, проверьте вкус вашего партнера.

Даже если вы предпочитаете беспорядок, надо выглядеть аккуратно. Никаких спадающих бретелек от бюстгалтеров, дырявых чулок, потертых перчаток.

Что привлекает и отталкивает мужчину?

Мужчин исключительно привлекает женская уверенность в себе. Но только в меру. Самоуверенная женщина вызывает раздражение в большей мере, чем самоуверенный мужчина. Если тело женщины далеко от совершенства, ее положительная самооценка и уверенность в собственном теле сделают ее не менее привлекательной.

Многое отталкивающее мужчин проистекает из низкой самооценки женщиной себя, если она не считает себя привлекательной и показывает такое отношение к самой себе (плохая осанка, очевидный излишний вес, дряблость мускулов и отсутствие чувства собственного достоинства).

Мужчин привлекают женщины, которые показывают свой интерес к ним - но без излишнего усердия.

Некоторые женщины очень стараются быть сексуальными, и эта их старательность отталкивает мужчин. Излишняя агрессивность, назойливость, как и излишний материализм очень скоро отпугнут мужчину.

Плохие привычки отталкивают мужчин сразу, и среди них мужчины выделяют курение и тягу к алкогольным напиткам.

Плохой выбор платьев, украшений, духов передают отрицательные импульсы. Иногда женщина мирится с незначительным недостатком или дефектом внешности, который легко устранить при помощи дантиста или дерматолога. Плохие зубы, изъяны на лице или волосах, конечно, мешают женщине понравиться.

Мужчины не любят чрезмерно деловых, капризных, расчетливых, корыстных и вульгарных женщин.

Вульгарное или дешевое поведение отталкивает. Мужчинам не нравятся громкие визгливые голоса, сквернословие, откровенно вызывающая одежда.

Обычно мужчины предпочитают утонченный подход, говоря, что женщина "должна быть мягкой и неуловимой", "должна уметь увлечь незаметно". Сексуальные женщины инстинктивно понимают это и признают, что редко пользуются откровенной, вызывающей сексуальностью.

На инстинктивном уровне мужчина хочет убедиться, что партнерша не ответит ему агрессивностью. Поэтому покорность привлекает, а агрессивный "язык тела" отталкивает.

Успех также усиливает привлекательность, и когда женщина имеет успех на работе, это часто передается через ее настроение, придавая ей особый шарм.

Личностные недостатки - с некоторыми из них не справиться - могут снизить привлекательность. Одним из огромных недостатков является лень, закрепощающая женщину.

Работа над собой

До 20 лет красота - подарок природы, в 25 - везение, после 30 - работа, после 35 - тяжелая работа.

Волосы

Ваша прическа должна вызывать у мужчины желание пробежать пальцами по волосам, вдохнуть их запах. Не надо тратить много времени на прическу. У большинства женщин дела с мужчинами пойдут лучше, если они будут поменьше с ней возиться.

Вот несколько практических советов.

1. Избегайте экстравагантности, если не ищете мужчину - любителя крайностей. Не будьте похожи на "панка".

2. Не стригитесь слишком коротко. Пусть волосы будут длиной по крайней мере с ваш большой палец.

3. Если вы пользуетесь лаком для волос, не берите сильно пахнущий, липкий или лак, делающий волосы жесткими.

4. Убедитесь, что ваши волосы выглядят мягкими, а не ломкими.

5. Если волосы начали седеть, правильный выбор краски поможет сделать их красивее. Большинство мужчин не любят седые волосы, потому что они старят женщину. Если вы красите волосы, делайте это постоянно, чтобы не было видно корней. Черные корни, например, очень портят внешность крашенных блондинок.

Украшения

Если вы ищете избранника, избегайте носить кольца, пока не найдете его, часы - единственное украшение, которое можно носить на руке. Вам ни к чему браслеты, так как

они уменьшают желание мужчины ласкать ваши руки.

Серьги также могут быть помехой, особенно если они отвлекают внимание от ваших волос. Маленькие сережки предпочтительнее больших.

Последнее об украшениях: дешевая бижутерия - это именно дешево. Она смотрится только на маленьких девочках, но не на взрослых женщинах. Если уж вы носите украшения, то это должна быть действительно вещь. Или ничего.

Ногти

Забудьте об отращивании длинных ногтей. Для многих мужчин они означают лишь то, что вы не склонны заниматься домашним хозяйством и не компания для активного, деятельного отдыха. Кроме того, вы можете нечаянно царапнуть мужчину, что их очень раздражает.

Зубы

Крайне нежелательны частицы пищи между зубов, особенно передних. Регулярно посещайте стоматолога, закройте пломбами все дупла. Если необходимо, вставьте протезы. Желательно вставлять не золотые или серебряные зубы, а ближе к естественным - керамические. Чистить зубы желательно после каждого приема пищи.

Косметика

Лучше не пользоваться ею вообще. Но если уж пользуетесь, то помните: главное - не переборщить!

Ваше лицо должно выглядеть приятным для поцелуя. Мужчине не понравится прикосновение к вашей щеке, если она затвердела от пудры и крема под ней. Не рисуйте вокруг глаз круги. Если вы красите губы, то должны быть уверены, что помада не пачкает.

Духи

Лучше ими не пользоваться, так как они дают слишком сильный запах. Возьмите туалетную воду или одеколон. Правильно подобранный запах, кроме того, помогает сделать карьеру. Такого мнения 36% занимающих руководящие должности.

Лишний вес

Несколько лишних килограммов едва ли приведут к разрыву отношений. Вы скорее потеряете мужчину, чрезмерно увлекшись диетой, особенно если последняя доходит до самоистязания.

Однако если ваш вес больше величины, получаемой по формуле
рост (в см) - 100 (кг),

то сбросить лишние килограммы очень даже необходимо. Поможет в этом наша книга "Как похудеть без мучений и расходов" (Минск: "Амалфея", 1998). Кое-что о похудении мы расскажем в последней главе книги.

Очки

Не носите слишком заурядных или, наоборот, экстравагантных очков.

Не носите зеркальных, затемненных, призматических и других очков, скрывающих ваши глаза, - мужчина должен иметь возможность их видеть.

Секреты красоты Катрин Денёв

Катрин Денёв, которой уже более пятидесяти, по-прежнему остается для большинства французов - и не только для них - самой красивой женщиной в мире. И тем не менее в беседах с журналистами она обычно отказывается отвечать на вопросы, которые мои коллеги порой бесцеремонно задают по поводу ее внешности, выражая свое восхищение фразами типа: "Как вы, однако, молодо выглядите в жизни!"

Но вот Катрин Денёв решила сделать исключение и поделиться некоторыми секретами своей неувядаемой красоты на страницах журнала "Ее":

"Недостаточно иметь хорошую кожу - надо уметь ее сохранять. Самое важное, что я сделала для этого - 10 лет назад в Соединенных Штатах бросила курить с помощью гипноза. Я постоянно слежу за кожей и никогда не подставляю лицо солнцу. То, что у меня оно кажется загорелым, это обман! Врач-дерматолог сказал мне: "Лучше обманывать, нежели идти на то, чтобы из-за двух месяцев загара ваша кожа потеряла два года жизни". За кожей

надо следить "изнутри".

Макияжем я пользуюсь умеренно. Самое главное в этом деле - брови и рот, которые и определяют выражение всего лица. Не крашу веки - разве что золотисто-бежевым цветом. Меня интересует состав косметики, где снова я отдаю предпочтение Ив Сен-Лорану, используя, в частности, его гидроактивную маску.

Я не столько занимаюсь спортом, сколько стремлюсь вести здоровый и активный образ жизни. Люблю ходить пешком. Чтобы оставаться в хорошей физической форме вместе с группой женщин занимаюсь гимнастикой. Уик-энды провожу за городом, где хожу в сауну, которая помогает очищению организма, и в частности кожи. Этот нордический ритуал вошел у меня в привычку.

Кроме того, стараюсь спать не менее 8 часов в сутки. Сон - незаменимая вещь для сохранения красоты.

После отпуска всегда приходится садиться на диету. Я, конечно, никогда не ем десерты - хотя их обожаю - и обхожусь без сахара. В промежутке между приемами пищи пью много воды, но за столом предпочитаю выпить рюмку вина.

Перед началом очередных съемок устраиваю себе разгрузочный день - пью только овощной бульон или фруктовые соки. Мало ем мяса, отдаю предпочтение фруктам.

Сегодня важно - и модно - выглядеть естественно, а не украшать себя всякими искусственными штучками. Но такой естественный вид не приходит сам по себе, а требует массу времени и трудов. Взрослея - это слово я предпочитаю слову "старая", - надо, не прекращая, ухаживать за кожей и мало пользоваться макияжем. Скажу откровенно: быть красивой и находиться в хорошей форме требует огромных усилий".

Ваш голос

Запишите свой голос на магнитофон и послушайте себя. Довольны ли вы? Спросите у вызывающих у вас доверие людей (но не "лучших друзей", которые никогда не пожелают, чтобы вы стали лучше их), нравится ли такой голос мужчинам.

Если после этого возникнет желание улучшить свой голос - обратитесь к соответствующему специалисту, который посоветует вам комплекс упражнений для сглаживания голосовых дефектов.

А стоит ли овчинка выделки? Вне всякого сомнения.

Если при разговоре по телефону ваш голос вызывает у него желание немедленно увидеть вас, разве это не победа? Обратите внимание, что у всех секс-звезд голоса не менее интересны, чем внешность. У Мэрилин Монро был запоминающийся нежный шепот с придыханием. У Софи Лорен сильный бархатный голос. Нежный голос Элизабет Тейлор внушает страсть. Они учились этому. У вас тоже может быть характерный манящий голос, если вы только захотите, а вы должны захотеть.

Какой следует быть, чтобы нравиться мужчинам

Любите того, кого вы любите от всей души, и доверяйте ему.

Не спорьте с ним, а при нем с другими, внешностью, особенно при всех.

Вселяйте в него уверенность в его силах, а также в его благородстве, в его трудолюбии, щедрости и любви к вам.

Будьте нежны с ним и чаще повторяйте, что вы его любите, что никто, никогда так любить его, как вы, не будет.

Ни в чем никогда не упрекайте его. Вместо упрека в редких случаях всплакните, без всхлипываний, как бы пытаясь скрыть слезы.

Если ему хочется целоваться с вами, радостно и с удовольствием целуйтесь с ним и так далее.

Не забывайте твердить ему, что близость с ним доставляет вам наслаждение, чего не бывало с другими, если он знает, что другие были.

Не будьте грубой с ним. Будьте легкой и уступчивой.

Не рассказывайте ему никогда о ваших бывших любовниках и не расспрашивайте его ни о чем, не придавайте преувеличенного значения его "изменам".

Интересуйтесь его делом, его профессией, подчеркивая, что ставите его дело выше всего, отодвигая свое собственное дело на второй план. Спрашивайте его, просите советов, просите объяснить.

Говорите ему, что обожаете его родителей, особенно мать.

Оказывайте им, особенно ей, знаки внимания.

Давайте ему возможность время от времени побыть без Вас.

Никогда не теряйте чувства собственного достоинства, не бегайте за мужчиной.

При нем старайтесь быть в прекрасном настроении, чаще смейтесь и улыбайтесь, особенно когда он острит.

Никогда ни с кем при нем не кокетничайте и не подавайте ни малейшего повода для резкости. Это очень опасно.

Не старайтесь казаться умнее его, пусть он видит, что вы самостоятельны, но что именно он ваша опора и крепкое плечо.

Берите от него подарки и деньги весело, с благодарностью, с огромным удовольствием, чтобы он это видел, даже если подарок вам не по душе.

Умейте вкусно готовить, но не заставляйте его есть, а тем более пить.

Избегайте мужчин глупых, скупых, бездельников и пьяниц.

Помните, что вы женщина и что тратить время на бесчувственного чурбана ни к чему.

Насильно мил не будешь.

Умейте переключаться.

Установки

Сложно? Да, не просто. Но быть счастливой - это труд.

Женщина, имеющая недобрые установки на мужской род, обречена на безлюбье и невнимание. С такими взглядами даже красавица не сможет очаровать мужчину. Женщинам, если они хотят быть очаровательными, полезно усвоить простые истины. Любовь погибает, если женщина начинает думать, что она в ней самое главное. Любовь требует абсолютной честности и верности. Любовь убивают претензии. Любовь разрушается от нечестных помыслов и грубого слова.

В общем, очаровывать - это любить другого больше, чем самого себя. И тогда любой мужчина пойдет за вами на край света. У настоящих мужчин есть одна "слабость": они не предадут любовь, для них это то же самое, что предательство Отечества. В Осетии говорят: "Рука дающего берет". Любите и возьмете.

Всегда начеку

Все вышесказанное приводит к выводу, что женщина должна всегда быть в форме, следить за собой в любую минуту, иными словами, всегда видеть себя глазами мужчины. В некоторых культурах подобные установки нашли отражение в правилах взаимоотношений мужчин и женщин. Например, японец имеет право потребовать развода, если его супруга спит некрасиво. Так что японских девочек приучают спать в позах, которые отвечают определенным эстетическим требованиям.

Эволюция понятий о красоте

На заре человечества понятия о красоте были чисто утилитарные: ноги длинные - значит быстро бегают; рельефные мышцы - физически силен, способен защитить; большая грудь у женщины - младенцы будут сыты; широкие бедра - хорошо родит.

Цивилизация изменила представления о красоте как о вещи, "полезной в хозяйстве". У вождов завелись деньги, и захотелось им чего-то особенного, может, не очень нужного, но чтобы было. И больше ни у кого не было.

В странах с теплым климатом, позволяющим обнажиться без страха замерзнуть, появился культ красивого тела. Классический пример - Древняя Греция и чуть позднее Рим.

Однако то, что было красиво во времена Гомера, сейчас таковым не выглядит. Вспомните копии со старых скульптур. Замечательно правильные лица женщин, а потом - пухлые руки, небольшая грудь, широкая талия, плавно переходящая в мощные бедра... Поэтому сейчас, в конце 90-х годов, фраза "у вас классическая античная красота" не всегда

звучит как комплимент.

Представление о женской красоте существует долго, гораздо дольше, чем "сексуальность". Просто потому, что сексуальность не всегда была лестной для женщины. С приходом христианства стала цениться красота одухотворенная, имеющая мало общего с грешными земными радостями. Золотые локоны, голубые глаза и белая без румянца кожа, тоненькая невысокая фигурка, детские формы - мадонна!...

Какие ассоциации чаще всего возникают у большинства при словах "страстная женщина"? Жгучая брюнетка с мощным бюстом, а совсем не фригидная блондинка. Средние века прославились тем, что сжигали на кострах именно сексуальных "ведьм". На картинах и фресках, а также в литературе той поры ведьмы - это не только старухи, но и молодые девушки с черными волосами, разнузданно занимающиеся сексом с козлоногими чудищами.

По церковным понятиям секс - это "грех". Заниматься им можно только после венчания в церкви, в строго определенные дни (кстати, по католическим нормам той поры в год едва набиралось тридцать дней, когда было "можно"). Соответственно стал культивироваться несколько нездоровый тип женской красоты - высокий лоб (причем чтобы он казался еще выше, волосы на лбу подбрасывались, залысинами принято было гордиться), узкие плечи и впалая грудь. При испанском дворе девочкам даже привязывали на грудь тяжелые пластины, чтобы она оставалась в зачаточном состоянии. Крестьяне же, напротив, были ширококостные, загорелые, женщины с пышными крепкими формами. Некоторые сельские красавицы даже выкармливали маленьких телят, если корова умирала или ее отнимали.

Одежда той поры никак не могла подчеркнуть сексуальность ни мужчин, ни тем более женщин. Длинные балахоны, у женщин они расширялись от груди, высокие шапки и платки, в которые кутали лица. Про рыцарей и говорить не будем - железная маска вместо лица ныне ассоциируется лишь с людоедом Ганнибалом Лектором из "Молчания ягнят", а уж никак не с эротикой.

Возрождение пытается отойти от болезненно извращенной сексуальности (кстати, именно в средние века случился расцвет садомазохизма, для этого были все условия). Постепенно женщин начинают раздевать. А что покажешь, если есть декольте, а бюста нет? И в моду входит вздыбленная грудь и узкая талия. Никаких залысин - парики скрывают и недостаток волос, и погрешности прически. XVII-XVIII века весьма игривы и эротичны. При королевских дворах прославляется свобода нравов, что отражается на повышенных темпах рождаемости внебрачных детей.

Конец XIX века отмечен началом эмансипации. Нет - сексуальности! Женщина равна мужчине! В начале XX века укорачиваются юбки, впервые (!) женщины пробуют надеть брюки, в моде - тонконогость, плоскогрудость и короткие стрижки. Для представителей обоего пола становятся модны сигаретки и высокие скорости. Правда, известны случаи, когда девушки, пробующие появиться в крутых ресторанах в брюках, бывали попросту выкинуты на улицу и обозваны разными нехорошими словами. Брюки на женщине перестали шокировать общество лишь к концу двадцатых.

XX век - вообще сумасшедший век. Во-первых, тонкость рук, ног и их немеренная длина и худоба держатся и держатся в моде. Уже конец века, а силуэт модной женщины почти не изменился по сравнению с его началом. Только формы стали чуть пышнее. Если в XVIII веке дамам приходилось идти на жуткие ухищрения с корсажами, корсетами и тому подобным, то теперь - вставил силиконовую прокладку и щеголяй в обтягивающей майке сколько влезет.

Но наступает время, когда от обилия обнаженной пышной груди устаешь, и тогда на смену приходит девочка-женщина. Такова, например, Кейт Мосс. Снявшись обнаженной в рекламе Келвина Кляйна, она навлекла на бедного модельера бурю протестов - народ не понял, что девушка эта давно уже совершеннолетняя, а вовсе не представительница детской порнографии.

Однако знатоки утверждают, что чрезмерная обнаженность, которой так грешит XX век, ни к какому увеличению сексапильности не ведет. Когда у мужчины есть возможность

домыслить, помечтать о чем-то, это возбуждает его гораздо сильнее, нежели простое созерцание: вот они, ноги, бери - не хочу. Поэтому модельеры постоянно пытаются вернуться к длинным юбкам (но с разрезами), к закрытым платьям (но с вырезами в самых неожиданных местах), к сложному кружевному белью.

О девственности

После 20 лет девственность - отнюдь не достоинство. Во-первых, потому что в этом возрасте и позже ни один мужчина старше вас не предложит выйти замуж, не убедившись, что вы подходите для него как женщина. Во-вторых, если и найдется подходящий сверстник, то у него не возникнет желания жениться, если не ощутит всю прелесть сексуальной жизни, не сойдет с ума от нового и необычного ощущения. А для этого надо и здесь быть искусницей. И в-третьих, на крайний случай можно восстановить девственную плеву, обратившись к врачам. Сегодня такие операции нередки. Некоторые ухитряются делать их по 5-6 раз.

Отошли в прошлое варварские обычаи жестоко наказывать ту, что не сохранила до замужества девственность (например, древнееврейский обычай - смертная казнь за отсутствие девственной плевы). Однако многие мужчины болезненно реагируют на то, что он у жены - не первый, и ценят девственность.

У некоторых даже установка - жениться только на девственнице. Хотя встретить таковую все труднее и труднее. Тем более, что в некоторых молодежных сообществах создается мнение, что девственница - это та, которая никому не нужна.

Соблазнитель

Случается, потеряла голову, влюбилась, оказалась соблазненной, поверила обещаниям. Всякое бывает. Но не надо отчаиваться. Отношения с мужчинами требуют опыта. А опыт приходит путем проб и ошибок.

Однако невозможно на одних только ошибках построить что-то полезное, гармоничное, прочное. Помните известную мудрость: "Меня обманули один раз - да будет ему стыдно, меня обманули второй раз - да будет мне стыдно!" Пора бы к 20 годам научиться оценивать намерения мужчин.

Если они хотят очередного приключения, то чаще всего действуют по шаблону: "Ах, как вы красивы (умны, очаровательны, благородны!)", "Всю жизнь мечтал найти такую женщину (все другие для меня не интересны, все другие не умны, все другие нахальны, все...)". Одним словом, вы исключительны, и он это сразу увидел, покорен и молит о внимании: "Я у ваших ног!", "Я страдаю, я схожу с ума, умоляю, побудьте со мной хотя бы еще минутку (заглянем в музей, сходим в ресторан, в театр, посидим в сквере и т.п.)".

Потом опять дешевые комплименты или вздохи, а то и самореклама: я такой хороший, не ошибетесь в выборе друга. Затем поцелуй (многие и начинают с этого!). Если дело дошло до поцелуев, то все, что сказано потом, - ложь, чтобы соблазнить очередную дурочку полностью. Ухаживающие стремятся к уединению, далее следует выпивка, страстные поцелуи и все кончено: вы куплены на грубую лесть, притворное внимание, деньги, посулы или на все это вместе.

Но коли уж это случилось, то хотя бы недельку не встречайтесь, выразите протест: "Это нечестно! Я прошу оставить меня в покое!" А заодно проверьтесь в поликлинике, не подцепили ли вы какую-нибудь заразу.

Если после первой близости сразу пошла вторая, третья и т.д., это значит для мужчины только одно: вы типичная глупышка, провинциалка, а то и просто развратны. Таких замуж не берут.

Каждый раз, когда вашего внимания домогается очередной претендент, проанализируйте, чем вы больше всего его привлекаете и что его отталкивает. И оттачивайте свой шарм. А если уж расстанетесь, спросите прямо: " Скажи честно: почему все-таки не получилось? Чем я тебя оттолкнула?" Пусть хоть искренность в этом будет платой за обманутые надежды.

И еще один совет: конечно, надо быть осторожной, надо избегать случайных знакомств

и судорожных страстей. Однако и не тяните время. Иначе придется потом годами ждать, пока разведется мужчина, который вам интересен, или отбивать его у другой женщины. Помните, что настойчивость мужчины имеет предел: после 6-8 отказов он перестанет вас добиваться. И не особенно приглядывайтесь к внешности, потому что деловые качества и порядочность ценнее всего. Из-за привередливости вы можете проглядеть, возможно, единственного стоящего кандидата. Постарайтесь до 25 лет решить все проблемы. С годами ваши поиски усложнятся. Вам останутся маменькины сынки, разведенные мужчины, обозленные неудачным браком или разочарованные в женщинах люди

Как стать сексапильной и желанной

Совет Андре Моруа

"...Дело женщины - суметь внушить мужчине желание преследовать ее. Для этого существует целая тактика: уступить немножко, показаться заинтересованной, затем внезапно порвать и резко запретить то, что еще накануне представлялось завоеванной территорией. Шотландский душ - штука жестокая, но необыкновенно благоприятствует бурному росту любви и желания".

Что стимулирует мужчину

Мужчины обращают внимание на то, как женщина относится к ним, насколько она доступна для них, сколько внимания она уделяет им и способна ли заставить их думать о себе в сексуальном плане.

Больше всего желанность женщины усиливает ее избирательная труднодоступность - то есть, она труднодоступна для большинства мужчин, но легко идет на сближение с избранным ею. Если женщина недоступна всем мужчинам, это отпугивает - она слишком серьезна.

Людей привлекает личность, которая сначала наказывает, а потом вознаграждает. В проведенных исследованиях мужчины сочли самой привлекательной женщину, которая в видеозаписи вела себя сначала довольно холодно, а потом смягчилась и потеплела.

Усиление сексуальности или привлекательности зачастую происходит в условиях сильного беспокойства: под воздействием страха, боли, физической опасности. Несложно сексуально привлечь к себе мужчину, если пережить вместе с ним ситуацию эмоционального подъема или физического риска, такую, как, например, спуск на плоту, подъем в горы или попросту хороший ливень. Представители противоположного пола кажутся более привлекательными, когда время контакта с ними истекает.

Мужчины находят новизну партнерши исключительно стимулирующей. Одно то, что вы новы для мужчины, может усилить вашу сексуальность в его глазах.

Распространен миф, что обладательницы большой груди более сексуальны и "готовы к близости". Особым лифчиком, покроем платья и отведенными назад плечами можно увеличить грудь.

Женщины средней внешности кажутся более привлекательными в компании симпатичных друзей. Фотографии обычных женщин казались более привлекательными, когда их помещали рядом с "красотками". Поэтому, выбирая подружку, когда вы "выходите в свет", старайтесь остановиться на той, кто выглядит лучше вас, и это поможет. Но разница не должна быть слишком разительной.

Многие из женщин доверяют неким мифам о сексапильности - например, чтобы быть сексуальной, необходимо быть молодой, или красивой, или стройной, или выглядеть как фотомоделль. Время от времени эти убеждения могут соответствовать действительности, но не всегда, - так вновь и вновь повторяли мужчины, которых опрашивали исследователи этого вопроса.

Уверенность в себе столь жизненно необходима для сексуальности, что превосходит все остальные качества. Если женщина обладает уверенностью в себе в сексуальном отношении, ей не обязательно быть красавицей, но в том случае, если уверенности ей недостает, даже красота не поможет.

Соблазняющие импульсы

Соблазняющие импульсы женщины: долгая улыбка, взгляд "в глаза" и отведение своих глаз, мягкий высокий голос, прихорашивание. (Прихорашивающие жесты описаны в предыдущей главе.)

Улыбка жизненно важна для флирта. "Смеющаяся девушка наполовину покорена".

Взгляд тоже исключительно важен для флирта и имеет много разновидностей: взгляд, обводящий комнату, скрытый взгляд, оглядывание сверху донизу, пристальный взгляд и продолжительный взгляд прямо в глаза.

Прикосновение - очень сильный по воздействию сигнал, сексуальная женщина использует его с максимальной эффективностью. Можно дотронуться до руки мужчины, чтобы подчеркнуть свою мысль, прикоснуться к нему, обмениваясь предметами - ручками или бокалами. Также существует "случайное" прикосновение, когда бедро мужчины касается женского.

Вступление в зону комфорта или телесное пространство - еще один способ усилить воздействие контакта с мужчиной. Сексуальные женщины часто тянутся ближе к мужчине, показывая тем самым свою заинтересованность.

Очевидные или прихорашивающие жесты, такие, как приподнимание волос, поигрывание цепочкой, бокалом или другим предметом, который вы держите в руках, - все это показывает сексуальный интерес.

Другие телодвижения тоже бывают эффективны. Сюда включаются пожимание плечами, наклон или покачивание головой, поблескивание кольца у вас на пальце, скрещивание ног или "танец на одном месте" в ритм с музыкой.

Для флирта важен голос женщины, потому что когда он мягок, это показывает мужчине, что она не будет агрессивна или не оттолкнет его. Мужчины считают очень - привлекательными голоса теплые, "улыбающиеся".

Выделение мужчины из общей массы - выделение его из толпы людей в комнате при помощи разговора или подсаживаясь к нему - замечательный способ начать флиртовать.

Очень важно выглядеть доступно в плане языка тела. Мужчин довольно часто отказывают, и это делает их настороженными, многие из них держатся в стороне до тех пор, пока женщина сама не покажет признаков заинтересованности. Как добиться этой доступности? Например, сидеть, рассматривая комнату с жизнерадостным выражением лица, не смотреть вниз и не скрещивать руки на груди.

Если хотите начать флиртовать, не будьте мрачной или в плохом настроении. Любой разговор о неприятеле разрушает флирт.

Украсьте беседу тщательно отобранными, чуть-чуть рискованными шутками и будьте в разговоре откровенны. Большинство сексуальных женщин говорят или намекают на секс, по крайней мере иногда, - так считают мужчины.

Женщина может совершать и другие действия - помогать мужчине вести разговор, попросить его о небольших услугах, давая ему тем самым возможность пофлиртовать, делится с ним чем-то.

Танцуя с мужчиной, которого вы хотите увлечь, не отстраняйтесь от него, разглядывая комнату, вместо этого ведите себя так, чтобы он почувствовал, что именно он ваш партнер, и вы уделяете ему все внимание. Улыбайтесь, тянитесь к нему, заговаривайте с ним, прикасайтесь, смотрите ему в глаза. Под медленную музыку расслабьтесь, приблизьтесь к нему, точно следите за его движениями и повторяйте их и не слишком торопитесь выскользнуть из его объятий, когда музыка закончится.

Восемь признаков сексуальности женщины

Для мужчин женщина, прежде всего, сексуальный объект. Поэтому, чтобы быть

желанной, необходимо быть сексуальной. Рассмотрим признаки сексуальности.

1. Осознание собственной сексуальности сродни самооценке. Женщина, ощущающая себя сексуальной, необходимой и желанной, будет таковой.

2. Сексуальные женщины любят мужчин и считают их хорошими друзьями, причем искренняя симпатия к мужчинам - один из секретов их привлекательности.

3. Сексуальные женщины любят свое тело и довольны тем, как они выглядят, находя в себе и своей внешности лишь незначительные дефекты. Любовь к собственному телу, возможно, еще один большой секрет сексапильности.

4. Сексуальные женщины спокойны в вопросах секса и любят его больше обыкновенных женщин. Они больше о нем думают и занимаются любовью чаще других, но находят собственную сексуальную жизнь удовлетворительной.

5. Сексуальные женщины отличаются способностью к многократным оргазмам. Около трех четвертей достигают оргазма всегда или почти всегда. Способность к оргазмам положительно влияет на ощущение женщиной собственной сексуальности и на то, как она реагирует на мужчину.

6. Женщины, которые считаются сексуальными, более либеральны в постели (этот факт мужчины предполагали всегда) и становятся инициаторами секса по крайней мере в половине всех случаев, в отличие от обыкновенных женщин, которые начинают секс сами гораздо реже.

7. Мужчины говорят, что сексуальные женщины лучше в постели. Но они также говорят, что слишком красивые женщины не всегда ведут себя в постели так же хорошо, как их более простые подруги.

8. Женщины обычно испытывают два вида фантазий - сексуальные и романтические. Сексуальные женщины часто испытывают романтические фантазии, а не сексуальные. Установлено, что читательницы романтических повестей оказываются более сексуальными и получают большее удовольствие от секса, чем те, кто их не читает.

Сигналы сексапильности

Самая выгодная одежда для женщин - это платье. Во-первых, мужчины платья не носят. Все сексуальные женщины сказали, что для первого свидания с мужчиной, который для них важен, выбрали бы платье. Почти все мужчины считают платье либо очень сексуальным, либо довольно привлекательным.

Деловые костюмы не всегда подавляют сексуальную привлекательность, особенно сегодня, когда их стиль стал свободнее. Больше половины мужчин находят костюм исключительно сексуальным или довольно привлекательным.

Мужчинам нравятся мягкие на ощупь ткани, они чувственно привлекательны.

Джинсы в обтяжку, короткие юбки, облегающие костюмчики и отсутствие бюстгалтера привлекает мужчин.

Несмотря на то, что некоторые считают проступающие под одеждой линии трусиков отталкивающими, другие мужчины находят их очень сексуальными.

Абсолютное большинство мужчин высказывается против свободной, "балахонистой" одежды женщин и против накладных плечей.

Замечено, что женщины в красных и оранжевых нарядах вызывают у мужчин больший сексуальный интерес, чем женщины в синем, желтом и белом. Женщинам, желающим стать сексуальными, нужно избегать носить землистые оттенки. Больше всего мужчинам не нравятся коричневый, зеленый, розовый, бежевый, цвет загара. Возможно, мужчины не любят на женщинах коричневые и бежевые тона потому, что традиционно их носят мужчины.

Несмотря на то, что желто-зеленый цвет кажется нам самым ярким и наиболее приятным для взгляда, он, однако, сексуально нейтрален и действует скорее успокаивающе, так же, как, впрочем, синий и белый цвет.

А вот изумительная оранжево-черно-белая окраска бабочек великолепно и, главное, сексуально привлекательно смотрится и на женском платье. Вообще природа не зря

старалась, разукрашивая свои создания. Женщинам, которые хотят сразить мужчин наповал, можно посоветовать обратить особое внимание на многообразие и сочетание природных оттенков, например, цветов-медоносов, к которым так стремятся пчелы...

Что же касается узоров и рисунков одежды, то наиболее сексуально привлекательно выглядят округлые фигуры и растительные мотивы. Так, оказалось, что мужчин особенно возбуждают узоры в виде колец. А вот рисунков "в полоску", "в горошек", острых игольчатых фигур нужно избегать - резкий импульсный сигнал от них раздражает мозг, а не возбуждает.

Хотя большинство мужчин находят женщину с лишним весом более 25 кг непривлекательной, в реальной жизни крупные женщины имеют партнеров. "Одеваться, как толстяки" просто убийственно для сексапильности, и крупным женщинам нужно одеваться так, чтобы подчеркивать привлекательное и сводить до минимума свой лишний вес.

Обувь - тот объект сексапильности, который многие женщины недооценивают. Но туфли могут передавать сильные сексуальные импульсы. Стильный, модный каблук, за которым гонятся женщины, не производит на мужчин никакого впечатления. Импонируют им больше всего туфли-шпильки. Самыми сексуальными туфлями являются туфли на высоком каблуке, потому что каблуки визуально "уменьшают" размер ноги и изменяют походку, делая ее более сексуальной. Плотно прилегающие туфли, а также туфли с открытым носом или глубоко вытянутые, с узким острым носом очень сексуальны. Усиливают сексапильность и яркие цвета обуви. Например, красные лакированные туфли.

Туфли на высоком каблуке "удлиняют" ноги. Но только до высоты каблука 7 см. Более высокий каблук создает противоположное впечатление.

Мужчин волнует черное кружевное белье, оставляющее большую часть женского тела неприкрытым. Судя по опросам, женское белье - это именно та одежда, в которой великолепно разбираются мужчины. Все они признались в любви к чулкам и поясам, а отдельных представителей сводят с ума черные чулки со стрелкой.

Чулки и колготки телесного цвета "укорачивают" ноги. Удлиняют же их черные чулки, в них ноги выглядят более привлекательно.

Самыми сексуальными волосами являются мягкие, летящие и свободные. Слишком аккуратная прическа снижает сексуальность. Мужчинам нравятся длинные волнистые волосы, они предпочитают блондинок.

Макияж делает женщину ярче, и люди лучше запоминают ее. Однако мужчины полагают, что слишком много косметики на лице женщины отталкивает, и предпочитают, чтобы женщина выглядела так, как будто она почти не накрашена. Половине мужчин нравится, когда женщина вообще не красится.

Мужчины категорически против многотонного тонального крема ("Тогда кажется, что у женщины шея не от этого лица..."), обведенных в черный кружок глаз и бровей, плавно переходящих в уши. Некоторые собеседники решили, что смогли бы заметить красную помаду и при этом считать ее сексуальной. И никто не приходит в восторг от "вампирского" макияжа (бледное лицо, запекшиеся губы, черные глаза). Маникюр? Большая часть опрошенных пришла в недоумение: "Лишь бы аккуратные руки"... Были высказаны пожелания: а) не отращивать слишком длинные ногти; б) не красить их в экстравагантные цвета.

Все мужчины признаются, что непременно обратят внимание на "приятно пахнущую женщину". Так же, как постараются держаться подальше от тех, кто пахнет потом.

Если мужчины обращаются с женщиной как с подругой и не воспринимают ее сексуально, ей нужно пересмотреть свои сигналы и изменить их, так как ее сигналы сообщают мужчинам, что они ей не нужны. В таком случае ей нужно вести себя более женственно, представлять себя потенциальной партнершей, ходить в такие места, где вероятнее всего познакомиться. Нужно попробовать встречаться с мужчинами и развивать в себе навыки флирта и ведения беседы.

Мужчины предпочитают блондинок?

Природных брюнеток больше, чем природных блондинок, примерно в 2 раза: 42,5% против 22,9%.

По мнению стилистов и парикмахеров, блондинки действительно во все времена пользуются большим успехом, потому что ассоциируются у мужчин с чем-то светлым, мягким, по-детски беззащитным. И весьма сексуальным. К тому же со светлым цветом волос легче выглядеть привлекательно, он освежает. Черная же краска делает заметнее изъяны лица, морщинки, усталую кожу.

Поэтому многие женщины осветляют свои волосы, становясь "крашеными блондинками".

Но, как считает французский стилист Жан-Ноэль Лемон, заводить романы мужчины предпочитают с блондинками, а жениться - на брюнетках. Именно брюнетки ассоциируются с образом хозяйки и заботливой матери.

Телодвижения

Сексуальная женщина движется плавно, ей не безразлично, как она сидит, ходит, разговаривает, и она не будет вести себя неловко или неуклюже.

Сексуальная походка отличается уверенностью в себе и может стать эротическим инструментом. Женщина, не пользующаяся преимуществами, данными ей женственностью для того, чтобы научиться красиво и правильно двигаться, теряет большую часть сексуальной привлекательности.

Несексуальная походка: широко поставленные ноги, ступни расставлены далеко друг от друга, чтобы ходьба была более безопасной. Если при ходьбе ступни ставятся на расстоянии 7-14 см друг от друга, это нормально. Но поставив их ближе друг к другу, можно усилить собственную сексуальность. Обратите внимание, как ходят манекенщицы: впечатление такое, что ступни - на одной линии.

Чтобы "замерить" свою походку, достаточно свободно пройти, намочив подошвы: отпечатавшийся "мокрый" след удобен для измерения отклонения от оси движения.

Высокие каблуки сексуальнее плоской подошвы, потому что при ходьбе на каблуках в походке женщины происходят определенные изменения, и она передвигается не так свободно, а это связано и с тонким оттенком "скованности и стесненности".

Сексуальная женщина сидит раскованно, свободно, расслабившись, и при этом полна чувства собственного достоинства. Она также обычно ближе к мужчине, чем женщина несексуальная.

Существует много маленьких приятных движений - скрещивание ног, снятие туфель в обществе других людей - и все они указывают на сексуальность.

Женщины, от которых исходит много телесных сигналов, гораздо чаще привлекают мужчин.

Язык тела срабатывает в основном подсознательно, и потому женщине сложно им управлять, если она не научится контролировать язык тела при помощи противоположностей. Зная, что она делает, чтобы оттолкнуть мужчину, она сумеет переделать эти жесты, чтобы привлечь его к себе. Любая женщина, способная сказать языком тела "нет", может научиться говорить своим поведением "да".

Запах тела

Мы получаем данные о запахе человека в течение первых минут нового знакомства. Мы замечаем некоторые запахи, как, например, аромат духов или лосьона после бритья, что же касается остальных запахов, то мы даже не знаем, что отмечаем их.

У женщин существуют определенные участки тела, выделяющие сексуально окрашенные запахи - область подмышечных впадин, кожа вокруг входа во влагалище, складки, окружающие клитор, поверхность груди, область под грудью, околососковые кружки, а также лицо, руки, ступни ног и дыхание.

Интересно отметить существование так называемой "гармонии запахов", когда мужчина и женщина притягиваются друг к другу вследствие сочетаемости их запахов, которые представляют из себя удачное соединение запахов кожи, волос, пищи и рабочего

места человека.

Рекламные ролики нередко убеждают женщин в том, что тело пахнет плохо и потому, мол, необходимо перебивать запах тела запахами духов, дезодорантов и пр.

Шедевром подобной рекламы может служить реклама духов на острове Таити: "Эти духи привлекают мужчин и отпугивают комаров!"

Истина же заключается в том, что естественные запахи женского тела могут быть важной составной частью сексуального влечения, совсем избавляться от них было бы ошибкой.

Большинство мужчин любят естественные женские запахи и сильно реагируют на них. Возвращаясь домой из похода, Наполеон посылал Жозефине гонца с запиской: "Не мойся, я скоро буду!..."

Полнота и сексапильность

Многочисленные исследования показывают, что большинство женщин считают себя слишком полными - независимо от того, так ли это на самом деле. Когда журнал "Мадемуазель" провел опрос своих читательниц, то 79% из них оказались весом не выше нормального. Однако 65% из них полагало, что страдают излишней полнотой. 3/4 из них мечтали похудеть. Только 6% были довольны своим весом.

Однако на самом деле мужчинам нравятся фигуры более полные, чем полагает большинство женщин. Большинство мужчин говорят, что женщина, имеющая 3- 5 кг лишнего веса, либо "довольно привлекательна", либо "исключительно привлекательна".

Женщина, чей лишний вес превышает 25 кг, непривлекательна для большинства мужчин, но не для всех. Просто крупным женщинам необходимо встречать большее количество мужчин, чем худеньким, чтобы найти подходящего.

Насчет полноты многие мужчины придерживаются довольно определенного мнения. Приведем два типичных для этих мужчин высказывания: "Для счастья мужчине нужна женщина, а для полного счастья - полная женщина".

Не подойду к жеманнице худой -

Пустынею мне кажется она.

Цветущею пленен я красотой -

Быть полнотелой женщина должна.

Вагиф

Целеустремленность - это талант, или Как заработать на антирекламе

Толстая и некрасивая коротышка из Чикаго Белинда Хернис решила стать фотомodelью. Она и думать не хотела о сорокалетнем возрасте, своих 110 килограммах веса и о том, что от природы она - брюнетка, к тому же короткостриженная.

Для успешной карьеры фотомodelи в Америке длинные белокурые волосы просто необходимы. Белинда начала обходить модельные агентства и добилась своего!

Теперь находчивая Белинда Хернис стала самой высокооплачиваемой моделью Чикаго, зарабатывая свыше восьмисот тысяч долларов в год и оставив далеко позади по популярности у рекламодателей молодых и длинноногих конкуренток. Белинда предложила рекламщикам беспроигрышный ход. В рекламных роликах ее демонстрируют, чтобы наглядно показать потенциальным клиенткам, во что они превратятся, если не будут пользоваться продукцией рекламируемой фирмы.

"Идеальная" женская фигура

"Красивая женщина - это женщина, которую любят". И первый человек, который обязан это сделать, - она сама полюбить себя.

Навряд ли страдания из-за недостающих 10 сантиметров роста заставят вас подрасти. Так же глупо надеяться, что добытый диетами скелетик будет выглядеть грациозно. Вы такая, какая есть, и если ничего с этим нельзя поделать, - не безумствуйте. Какие-то части фигуры можно корректировать, но, по большому счету, менять ничего не нужно. Шейпинг, плавание, элементарная утренняя гимнастика в сочетании со сбалансированным питанием - этого вполне достаточно, чтобы быть в форме.

Красивая фигура - не значит двухметровая и истощенная. Красивая - значит пропорциональная. Не поленитесь, измерьте длину ног. От вертельной косточки тазобедренного сустава до пола она при нормальных пропорциях должна равняться половине роста плюс 3- 8 сантиметров. Скорее всего, окажется (как чаще всего бывает у невысоких женщин), что ваши ноги длиннее половины роста на 9 и более сантиметров. То есть по всем канонам красоты вы - длинноножка. Только не рослая.

Что касается вашего веса, то и здесь главное - соблюдение пропорций. Например, между массой тела и ростом, с учетом типа телосложения. Последний определяется на основании форм и размеров костей скелета, формы грудной клетки, соотношения продольных размеров тела. Свой тип нетрудно определить, измерив окружность запястья.

У нормастеников она равна 16-18,5 сантиметра. Согласно индексу Кетле молодым женщинам (до 30 лет) желательно иметь вес на каждый сантиметр роста $350 + 10$ граммов.

У астеников окружность запястья меньше 16 сантиметров. Соответственно вес на каждый сантиметр роста $325 + 15\%$.

Обнаружить лишние килограммы можно, измерив толщину жировой складки на передней брюшной стенке, на уровне пупка, в 3 сантиметрах от средней линии.

Если толщина жировой складки от 1 до 2 сантиметров - вы неплохо выглядите.

О пропорциональности телосложения судят и по окружности грудной клетки, бюста, талии, бедер.

Для нормастеников норма, когда окружность грудной клетки равняется половине роста плюс 2-4 сантиметра, талии - рост минус 100, а окружность бедер больше окружности талии примерно на 30 сантиметров.

Природа редко искажает пропорции. Достаточно не быть "распустехой", чтобы иметь красивую фигуру. А отклонения от стандарта могут придать силуэту неповторимость, что так важно для женщины!

Сомнения в собственной сексапильности

Мужчины смотрят в первую очередь на внешность, если речь идет о женщине на одну ночь, но когда им нужны длительные отношения, они ценят другие качества.

Некоторые мужчины - парциалисты, то есть их привлекают определенные части тела, которые они считают исключительно сексуальными. Такие пристрастия служат добрую службу большинству женщин, потому что означают, что все разнообразие женщин может стать сексуально привлекательным, по крайней мере для некоторых мужчин.

Многие женщины чувствуют себя неполноценными по сравнению с красотками из "Плейбоя" и "Пентхауза". Но мужчины в большинстве своем соглашаются, что эти сексбомбы в вызывающих позах - просто фантазия, а не настоящая жизнь. Многие мужчины признают, что если бы модель из "Плейбоя" вошла в комнату, они бы все равно не осмелились к ней приблизиться.

Одно из качеств красивого лица - отсутствие крайностей. Маленький носик очень сексапилен, потому что пробуждает в мужчине желание защищать - то же самое стремление, которое он испытывает по отношению к младенцам, котяткам, щенкам. Сексуальный голос приятен, мягок, легок, не содержит угрозы и несет в себе улыбку.

Грудь представляет собой сексуальные сигналы. Большинство женщин носит 2-й размер. Для мужчин самым привлекательным кажется размер 3, и за ним следует 2. Однако женщинам, страдающим из-за маленькой груди, не нужно огорчаться. Очень небольшое количество мужчин считают размер 1 непривлекательным. Многие мужчины просто любят грудь, независимо от ее размера.

Женщинам следует знать, что критерии женского тела у каждого мужчины свои. Для сексуальности не существует одного-единственного стандарта, и это открывает всем женщинам мир сексуальности.

К женщинам исключительной красоты относятся по-другому с самого детства. Люди думают, что красота подразумевает наличие других приятных личностных качеств. Но красавицы становятся объектом для "охотников за красотками" и страдают от страха, что

нужны мужчинам только из-за своей внешности.

С другой стороны, простые женщины могут находить успокоение в том, что их романы развиваются дольше, и мужчины любят их за их собственные качества. Женщина средней внешности может составить перечень своих красивых черт и осознать, что сексапильность, по мнению мужчин, не обязательно совпадает с выдающейся красотой.

Как познакомиться с мужчиной. Знакомства в случайной обстановке

На первый взгляд это может показаться странным - вокруг столько людей. Однако, как выяснилось, - проблема эта серьезная. Вот типичный рассказ:

"Мне уже 23 года, но до сих пор не встретила того, с кем можно было бы соединить свою жизнь. На улице, в транспорте познакомиться не принято, на работе - женский коллектив, на дискотеках - молодежь 14-16 лет, а в кафе или ресторане... Там знакомства рассматриваются мужчиной с одной целью..."

Да, действительно, если серьезно подойти к этому вопросу, то сразу возникает масса различных проблем, разрешить которые совсем не просто. Особенно если человек по своему характеру замкнут от природы или же ему случалось ошибаться в своем выборе.

Одна из коварных проблем строительства личной жизни - знакомство. Понятно, что речь идет о знакомстве с мужчиной.

Видимо, складывающихся самих по себе кругов общения и усилий друзей не хватает для завязывания достаточных новых контактов у многих представительниц прекрасного пола.

Бытует мнение, что знакомство в случайной обстановке хуже, чем знакомство на работе или "по месту жительства", именно потому, что оно случайно, и человека мы знаем мало. Но ведь никто не мешает вам, познакомившись в кино или на выставке, узнать друг друга глубже, прежде чем вступить в брак.

С другой стороны, при разнообразии индивидуальностей правильный выбор наиболее вероятен при "просеивании" большого числа людей. А что касается информации, то, помимо слов и дел, о человеке можно судить по его манере одеваться, по выражению глаз, по жестам и позам. Ведь вы подойдете к человеку или ответите на его попытку завязать с вами знакомство лишь в том случае, если по всем этим признакам признаете его за человека своего круга. Как раз в одном коллективе или в одном подъезде могут оказаться действительно случайные люди, по духу не близкие.

Любопытно посмотреть, где чаще всего знакомятся будущие супруги. По данным А.Г. Харчева, 9% молодоженов дружат с детства, 21% - познакомились на работе, 17% - во время учебы, 27,2% - в местах отдыха (дискотеки, концерты), просто на улице, в транспорте, остальные - через друзей, родственников. То есть деятельность и общение - основные средства знакомства. Заметим, что знакомства на "нейтральной территории" (отдых, улица, транспорт) - составляют самую многочисленную группу.

Эти факты и предшествующие соображения показывают, что знакомства в случайной обстановке вовсе не предосудительны и имеют все шансы, как и любые другие, оказаться счастливыми.

Инициатива знакомства

Традиционно активность проявляют мужчины. А если не проявляют? Что же, так и сидеть век в девках?

Посмотрим, что говорят по этому поводу мужчины. По данным представительных опросов, 95% мужчин нравится, когда женщина начинает действовать первой (разумеется, речь идет о тактичных действиях женщины).

Так что стесняются женщины совершенно напрасно. Более того, 71% мужчин считает нормальным, чтобы женщина сама приглашала на свидание, не говоря уже о том, чтобы заговорить с незнакомцем.

Одна тонкость: если инициатива первого контакта за девушкой, надо не потерять чувства меры. Если она ему понравилась, он и сам осмелеет и попросит номер телефона или о встрече. Но ему, робкому и незащищенному перед вашим "фи", надо помочь - создать в беседе психологически комфортную атмосферу, помочь уйти от страха, поражения.

Если же он такой инициативы не проявляет, то вам нужно проверить почему: или стесняется, или не хочет? Бросьте вызов. Скажите: "Прощайте, думаю, мы больше не увидимся". Если он удивится - почему? - "Ну, раз хотите, давайте встретимся". Если согласен, значит тому и быть. В любом случае вы сохраняете свое достоинство. Впрочем, сейчас многие сами спокойно дают свой телефон и воспринимается это нормально.

А как же быть с несносным любопытствующим окружением? Лучше постараться вообще от него избавиться. Начав "дозволенные" разговоры, например, в троллейбусе, "недозволенные" переговоры об обмене координатами следует продолжить, выйдя из него.

Совершенно банальные вопросы, как проехать, пройти, просьба помочь воспринимаются вполне естественно, а реакция на них позволяет увидеть, как к вам относится "объект".

Иногда собеседник начинает общаться совершенно неуклюже, может быть, даже ставит вас в неловкое положение перед окружающими. Но неумелый - не значит плохой. Может быть, именно эта его неуклюжесть - проявление "неиспорченности", отсутствие богатого "опыта".

Помогите ему. Может, он будет вам благодарен за это всю оставшуюся жизнь!

Места знакомства

Это может быть любое место: улица, транспорт, магазины, места отдыха. Но наиболее вероятно знакомство там, где собирается много мужчин: спортивные площадки, трибуны, Дворцы спорта во время соревнований по хоккею, теннису большому и настольному, волейболу, бадминтону, баскетболу, последнее, кстати, очень рекомендуется высоким девушкам, ниже которых большинство мужчин: в баскетбол играют и, следовательно, болеют за него преимущественно высокорослые мужчины. А у них ведь тоже проблемы со знакомством: для них почти все окружающие - "коротышки". Так что ваше появление очень для них кстати.

Автор специально не упомянул трибуны стадиона во время футбольных матчей. Женщине там появиться - большое испытание. Множество пьяных, агрессивно настроенных, нецензурно выражающихся... Не советуем.

Другие места скопления мужчин: магазины автомобилей или запчастей к ним; автогонки; клубы собаководов; магазины радиотехники или радиодеталей; магазины охотников, рыболовов, туристов.

Кроме большой плотности представителей сильного пола, в этих местах можно гарантировать и большую вероятность отсутствия у посетителей этих мест дурных наклонностей (пьянство, наркомания, скудоумие), ибо собираются люди увлеченные.

И заговорить с ними не просто, а очень просто. Достаточно попросить совета, как на вас обрушится лекция по предмету их увлечения. Нет проблем со знакомством во всевозможных клубах по интересам, кружках, секциях, турпоходах, у участников дискуссий (споры, начатые в зале, порой кончаются в ЗАГСе).

Элементарные приемы знакомства

На остановке: "Извините, вы, кажется, пришли раньше... Не проходил ли 3-й номер? Что-то его долго нет..." Стесняться не надо, вы же не предлагаете ему на себе жениться!

В магазине

Вроде бы вам нужно выбрать подарок отцу. Спросите совета у понравившегося вам покупателя.

В отделе мужской одежды можно попросить примерить пиджак, куртку: у вас такой же размер, как у моего брата.

В магазине рыболовных принадлежностей можно попросить помощь в выборе каких-то крючков, мушек, лесок для своего отца. Вы ведь не понимаете, что нужно для этого хобби.

Вам охотно подскажут, посоветуют, а потом, может, и проводят. А если и не так сразу, так спросите, можете ли в будущем получить такие прекрасные советы. Интерес его вам обеспечен и новая встреча тоже.

В электричке

Вы идете из вагона в вагон и ищете удобное место у окна. Идете неспешно, в руках несколько газет, походка уверенная, приятная улыбка. Пусть видят, что у вас все в жизни хорошо, и не думают, что вас давит одиночество, несмотря на молодость.

Вот у окна сидит приятный молодой человек, он скучает, смотрит в окно, а рядом (лучше напротив) есть свободное местечко. Подходите как обыкновенный пассажир и спрашиваете:

- Не занято?

- Свободно.

Садитесь.

Разворачиваете одну газету, другую, третью. Вот то, что вы ищете, - кроссворд. Заполняете некоторые клеточки кроссворда. Мучительно ста-, роетесь вспомнить недостающее слово! Но... тщетно.

Обращаетесь к соседу, подняв на него глаза, улыбнувшись как можно трогательнее и приветливее:

- Извините, может, вы подскажете, я ведь в технике не разбираюсь, как называется винтовой вал? Шнек?! Подходит. Вот что значит мужчина.

- А может, вы знаете конструктора оружия? Макаров?! Тоже подходит. Спасибо. Предложите ему почитать из своих "припасов":

- Хотите почитать "Неделю"? Берите, здесь интересная статья о "Битлз".

- Тоже любите?!

И вот уже завязался разговор о группах, стилях, дисках, концертах...

Может, это и останется случайным знакомством, а может, и нет? Как знать?

Во дворе

Наши домашние друзья - животные дают прекрасную возможность познакомиться их хозяевам. Для этого достаточно выгуливать их в одно время, при этом еще до знакомства можно определить характер хозяина собаки по породе, которую он выбрал.

Американские исследователи утверждают, что если хозяин завел ретривера, сеттера или спаниеля, то он - трудолюбивая, консервативная личность, не лишенная амбициозности. Смелые, склонные к приключениям люди зачастую берут себе в "напарники" афганских борзых, биглей и гончих. А вот практические реалисты, при этом высоко ценящие свою независимость, для ее "защиты" приобретают боксеров, сенбернаров, лаек и колли. Ведущие же на поводке карликовых пуделей, чихуахуа, пекинесов - определенно сентиментальные, чувствительные натуры, которым важно быть кому-то нужным.

Обычные пудели, бульдоги, далматинцы и чау-чау уверенно пролаяли бы, что их хозяева обладают хорошими умственными способностями и высоким самоконтролем. Они, правда, настороженно относятся к новым знакомствам, зато уж если станут кому другом, то на всю жизнь. А вот владельцы дворняжек склонны к безграничной любви и большой терпимости. Они, как правило, идеалисты, великодушны и сострадают всем и вся.

В любом другом месте

Попросите "нажать на кнопку" фотоаппарата (который всегда носите с собой на случай, если вам внезапно захочется сфотографироваться в том месте, где вы запеленговали подходящий объект), "потеряйте" телефонную карточку, уроните в снег перчатку (зеркальце, сережку)...

Следите за тем, чтобы оказываемая помощь не была непосильной или трудоемкой. Автолюбительницам лучше не прокалывать шины: перебортировать колеса - это уже длительная работа, никаких чувств, кроме раздражения, не вызывающая. Случайно снимите клеммочку с аккумулятора, поднимите крышку капота и недоумевайте. Неполадку вам исправят быстро и с удовольствием. Благодарность можете выразить в любой приемлемой

для вас форме.

Если избранник на все ухищрения не реагирует - оставьте его в покое. Это не последняя возможность в вашей жизни. Попрощайтесь, протянув ему... левую руку. Воспитанный человек поймет: пожать нельзя. Поцеловать?

Все у вас получится!

Вам необходимо создать, расширить круг знакомых, чтобы было из кого выбирать.

Этот активный процесс завязывания знакомств полезен и с той точки зрения, что поможет отличить истинные чувства от ложных, чтобы не пройти мимо любви и отличить ее от влюбленности, то есть набраться опыта, который пригодится в жизни.

Придумайте способы знакомств, не бойтесь. Люди такие же, как вы, и многие охотно идут на контакты. Многие также страдают от одиночества, это наша сегодняшняя болезнь - одиночество среди людей.

Тренируйтесь знакомиться с людьми, учитесь науке общения. Общение должно обогащать духовно, желательно выбирать окружение для общения более высокого уровня, чтобы было чему поучиться.

Уметь общаться - это прежде всего уметь слушать человека, проникнуться его проблемами, заботами, радостями. Это трудно, но научиться можно, если хочешь, конечно, расположить человека к себе. Человек жаждет выговориться, ему надо облегчить душу. Дайте ему эту возможность, выслушайте.

И у вас получится, все у вас получится!

Как закрепить знакомство

В процессе завязавшегося разговора вы должны обязательно сказать, например, что-то вроде:

- Я сразу заметила, что вы какой-то особенный и выгодно отличаетесь от этой толпы.

У мужчин громадное самомнение, и он обожает слушать о себе подобное. Надо дать ему понять (после некоторого разговора), что он оказался просто уникальным.

Мужчина попадает на крючок лести в такой пропорции - 100: 1. Не попадает 1. Это теория. На практике - попадают все 100.

Итак, он "клюнул".

Если попался легкий вариант и вы начинаете встречаться, то предстоит внушить ему:

что на фоне других он - особенный мужчина;

что вы собираетесь посвятить его прихотям всю оставшуюся жизнь и заботиться о нем, как о маленьком ребенке;

что вы можете любить его, потому что он супер;

что вы готовы слушать его часами и "пожирать" его глазами.

Еще одна тема

Для разговора удачна тема, связанная с происхождением имен. Узнав имя, можно поговорить на эту тему, заодно узнав, как собеседник себя характеризует в связи со значением имени. Приводим для этой цели 25 наиболее распространенных мужских имен и их первоначальных значений:

Александр - защитник (греч.)

Антон - приобретающий взамен (греч.)

Андрей - мужественный (греч.)

Виктор - победитель (лат.)

Василий - царский (греч.)

Вадим - спорщик (русск.)

Гавриил - крепость Божья (евр.)

Георгий - земледелец (греч.)

Даниил - судья Божий (евр.)

Захар - память Божия (евр.)

Иннокентий - безвредный (лат.)

Илларион - ясный (греч.)

Иосиф - приумноженный (евр.)

Исаак - смех (евр.)

Иван - благодать Божья (евр.)

Кондрат - отважный (герм.)

Леонид - подобный льву (греч.)

Марк - сухой, увядающий (лат.)

Никита - победитель (греч.)

Петр - камень (греч.)

Платон - плечистый (греч.)

Родион - розовый (греч.)

Степан - венец (греч.)

Терентий - утонченный (лат.)

Трофим - кормилец (греч.)

Яков - второй из близнецов (евр.)

Чтобы первое свидание не стало последним

1. Если вы наденете на первое свидание короткое, сильно обтягивающее платье с огромным декольте, черные колготки в сеточку, высоченные шпильки, покрасите губы и ногти рубиново-красным - не удивляйтесь, что мужчина будет пытаться затащить вас в постель в первый же вечер. Подумайте хорошенько, входит ли это в ваши планы?

2. Не стоит надевать на первое свидание и мини-юбку. Для такого случая подойдет юбка классической длины - до середины колена.

3. Вы должны одеться так, чтобы ваш костюм не требовал от вас неусыпного внимания, например, поминутно проверять бретельку бюстгалтера - не вылезла ли? Однако самая большая оплошность для вас - это деловой костюм, особенно при вечернем свидании. Днем он будет восприниматься вполне нормально, но начинать отношения лучше с платья, подчеркивающего вашу женственность, а не деловитость натуры.

4. Не забудьте надеть хорошее белье, мало ли что! Бывает, и ветер поднимет юбку! Пусть оно будет белое - символ невинности очень пригодится. К тому же в хорошем белье вы будете чувствовать себя увереннее.

5. Избегайте в одежде и макияже розового цвета в холодных оттенках. Психологи давно заметили, что младенческие цвета - перламутровый, розовый, цвет фуксии и цвет платьев Барби - обожают маленькие девочки и большие тети, но ненавидят мужчины.

6. Если лак хоть чуть-чуть облупился, лучше перекрасьте ногти или сотрите совсем. Что касается цвета лака, то для первого раза лучше выбрать что-то очень естественное, типа французского маникюра.

7. Не переборщите с духами. Если мужчина просто не знает, куда деваться от навязчивого сладковатого запаха, ваше первое свидание не будет продолжительным, а второго может не быть вообще. Легкие духи, помноженные на аромат чистого тела, - вот что вам действительно нужно.

8. Если вы носите очки, не вздумайте оставить их дома. В худшем случае мужчины просто их не замечают. К тому же очки - это самый первый аксессуар, который можно снять с женщины, не нарушая приличий.

9. Не пытайтесь перед первым свиданием кардинально изменить свою внешность, пускай даже в лучшую сторону. Ведь вы ему понравились именно такой, какая вы есть. Иначе он не пригласил бы вас, правда?

Типичные ошибки женщины в нарождающейся любви

1) "Если он любит меня, то должен сам догадаться, что я чувствую". Большая ошибка! Мужчины не обладают способностью понимать состояние собеседника так, как это умеют женщины. Так что, рассуждая так, женщина ставит перед мужчиной неразрешимую для него задачу. В итоге - неудовлетворенность друг другом и разлад.

2) Женщины влюбляются в потенциальные возможности мужчины, а не в того, кто есть перед ними сейчас.

В этом случае, столкнувшись с разочарованием, пытаются переделать мужчину, как поется в песне: "Если я тебя придумала, стань таким, как я хочу!"

Изменить уже сложившегося человека невозможно, поэтому попытки эти обречены на провал. Более того - это сильнейший удар по самолюбию мужчины: как само давление, так и сопутствующая ему критика. О неприятии мужчиной женской критики мы уже говорили.

3) Требования полного подчинения себе.

Это унижает мужское достоинство. Мужчина хочет ощутить себя главным в отношениях с женщиной хотя бы номинально. И не стоит испытывать судьбу, идя наперекор сложившимся стереотипам о месте мужчины в жизни.

4) Попытка превратить любимого в подобие себя. Диктат одного человека над другим убивает любовь.

5) Многие, особенно молодые женщины, испытывая влечение, страсть, а то и просто желание любить, принимают эти чувства за любовь. Поэтому сначала надо определить, действительно ли вы полюбили.

Прежде всего проверьте себя на разлуку не менее месяца. Если с каждым днем усиливается желание увидеться, если постоянно в голове и сердце был он - значит, пришла любовь. А если желание встретиться затухает, и уже на другом мужчине стал задерживаться ваш взгляд, продлите разлуку - время все расставит на свои места.

Любовь самоотверженна, ей ничего не надо, кроме одного: сделать приятное любимому. И это второй признак настоящего чувства.

А третий - вам отвечают на симпатию еще большей симпатией, на ваше влечение отзываются всем существом. Идет взаимоусиление нежности, внимания, доброты, заботливости. Этот минимум признаков дает основание считать, что к вам пришла настоящая любовь.

Однако и этого мало. Любовь разрешает вам делать все, чтобы очаровать мужчину, при условии, что она взаимна. Девиз уважающей себя женщины прост: "Для меня не существует мужчина, если он не обращает на меня внимания". Все ваше очарование оценит только тот, кто искренне в вас влюблен. Навязывать себя - унижительно. Да и бесполезно: легко покоривший женщину быстро ее покинет, ведь что легко дается, то не ценится. Мужчина должен завоевывать любимую. Когда он добивается благосклонности, то одновременно и переделывает себя под вас. Податливость говорит о неустойчивости женщины. Как легко согласилась сегодня на близость с одним, так завтра может оказаться под тем, кто окажется рядом.

Самый простой древний мотив очаровывания женщиной мужчины таков: я одинока, он одинок. Вместе нам будет лучше. Сегодня это называется партнерством.

На что обращать внимание при выборе мужчины

Обращать внимание нужно практически на все. Если опаздывает, то почему. Иногда это способ самоутверждения. Он высокомерно думает: все равно дождется, куда денется. Если заставлять вас ждать для него - обычное дело - это тревожный симптом. Обратите внимание, как общается с друзьями. Как разговаривает с матерью. И даже как водит машину. Жесты говорят за хозяина красноречивее слов.

Психологи утверждают, что имеет значение, каким по счету в семье родился ваш избранник. Первенцы, в основном, верные спутники жизни. Они более приспособлены к невзгодам, могут вести по жизни за собой, ответственны. Эту роль они играют с детства. Старший ребенок обычно честолюбив, работоспособен, умен. Это объясняется не только тем, что ему приходилось приглядывать за братьями и сестрами, но и тем, что при рождении он получил гораздо больший уровень гормонов, чем последующие дети. А это имеет влияние на умственное развитие.

Однако для единственного ребенка все это может быть нетипично. Он не играл роль старшего, получал все, что хотел. Возможно, что в жены ему нужна женщина, способная заменить мать. Кстати, "маменькины сынки" долго не женятся. Иногда они годами морочат голову девушке, но вступить в брак так и не решаются. Если вы чувствуете, что попались на

удочку такого типа, надо откровенно выяснить отношения и не тратить попусту время.

Что вы хотите?

Чтобы сделать правильный выбор, надо самой честно признаться, что же вы желаете получить от замужества. Конечно, счастья, скажете вы. Но что вы под этим подразумеваете?

Хотите жить богато - ищите бизнесмена, но тогда не сетуйте, что его не заставишь пылесосить. Он всегда будет на работе, ведь вы хотели денег. Хотите красавца - охраняйте. Он и другим нравится. Хотите мужа, который бы исполнял роль отца, тогда учтите, что он будет намного старше вас. Сможете вы в тридцать целоваться с пенсионером? Если сможете, значит, это то, что вам надо. И тогда уж не плачьте, что он не отпускает вас на дискотеки, а таскает по друзьям-старичкам, которые вам неинтересны.

Ну а если вы найдете тип, где всего будет понемногу, добивайтесь его благосклонности. Вам повезло, как никому в мире.

Посредники

Чем моложе человек, тем больше у него вариантов для знакомства. На дискотеке, в кафе, в электричке, на стадионе, в бассейне, в стройотряде, на работе и т.д. Чем старше, тем меньше возможностей для осуществления знакомства и расширения его круга.

Если в молодости, может быть, важнее эмоциональное начало, то в зрелом возрасте немалая роль отводится сексуальному аспекту, к старости более важным становится духовное начало.

Какое из начал побуждает стремиться к знакомству - это личное дело каждого человека, глубоко интимное. Но наступает момент, когда это самое начало в человеке начинает бунтовать и грозит разрушить всю личность. Именно тогда человек и решается на отчаянный шаг - устроить себе возможность знакомства, скажем, через брачную газету, "службу семьи" или клуб "Кому за 30".

Брачные агентства

Брачные агентства работают по-разному. В одних 10 фотографий клиенток рассылают по филиалам в разных странах. В других - бесплатно вносят в банк данных. В третьих - за определенную плату женщине предоставляется право выбирать самой. Кому-то везет, кому-то - нет. Это зависит от агентства.

Евгения встречала американца Питера в Шереметьево-2. По его словам, фотография Евгении понравилась ему больше других. Американца поселили в комнате, специально снятой по такому случаю. На следующий день у Питера была назначена встреча со следующей претенденткой. Евгения бой проиграла. Соперница встретила жениха роскошным столом и предоставила жилье.

Алла М. написала Стивену из США. С фотографии в газете на нее глядел молодой летчик. Он ответил ей сразу. Стивен писал, что не любит роскошных вещей, жизнь ведет скромную и что для него женщина в джинсах гораздо милее дамы в вечернем туалете.

Стивен приехал в Москву и встретился с Аллой. Он выглядел гораздо старше, чем на фотографии, но точно соответствовал характеру письма. Американец сводил Аллу в "Макдоналдс". Вечер они провели в гостях у одной из подруг Аллы. На другой день у него была запланирована встреча со следующей знакомой по переписке.

Потом Алла узнала, что Стивен открыл на родине брачное агентство для тех, кто хочет найти подругу жизни из России. И не раз Алла встречала в газетах фотографию этого "летчика".

Легко видеть, что летчик создавал "банк невест", используя свой образ аналогично тому, как ловят рыбу "на живца". Знакомство через брачные конторы - способ самый рискованный, самый затяжной, но небесперспективный. Рискованный, так как брачные агентства растут как грибы, но лопаются как мыльные пузыри. Вполне вероятно, что, оплатив услугу электронной свахи, получив рекомендацию ждать не менее четырех месяцев,

пока объявления будут опубликованы в газетах, разосланных по клубам, пока женихи "раскачаются", вы по истечении назначенного срока ни женихов, ни своего агентства не обнаружите.

Небесперспективен способ оттого, что из пятидесяти респондентов из разных точек планеты хоть один, да окажется человеком. Многие наши соотечественницы в поисках этого человека объездили полмира. Благо, проезд и проживание "невесты", по контрактам агентств оплачивает жених. А вот ответного вызова от дамы сердца агентства не гарантируют.

Чтобы быть вызванной в другую страну, не обязательно обладать внешностью фотомодели. Будьте скромнее в запросах - не зазывайте, например, исключительно врача или юриста. В анкетной графе "возраст от-до" - ставьте прочерк. Западные женихи - люди конкретные, и если предельная возрастная точка, указанная в анкете, - 40 лет, 41-летний уже не напишет.

"Службы семьи"

Можно воспользоваться услугами "службы семьи". Заполнив анкету со своими данными и с данными нужного вам партнера, можно спокойно дожидаться своего суженого.

Но не тут-то было. Дело в том, что по этой анкете трудно представить, какая вы и какого человека желали бы в партнеры. Анкета суха, фразы общи, не видно в этой анкете вашей индивидуальности.

Приложенная к анкете фотография на три с плюсом, а он, наверное, желал бы по меньшей мере Мэрилин Монро (хотя и сам не Жан Марс).

И лежит ваша анкета в этой самой службе семьи, а вы сидите и ждете, "вянете", "пропадаете".

Это пассивный поиск с малой вероятностью результата.

О "качествах" претендентов

В Англии одна брачная контора заложила в компьютер данные нескольких тысяч мужчин и женщин, желающих вступить в брак. Это был весьма обстоятельный набор характеристик как самих претендентов, так и требований к ним со стороны противоположного пола.

Обработав данные, нашли пару в точности удовлетворяющую всем требованиям друг друга.

Познакомив, отправили их в путешествие на континент. По возвращении молодые хорошо отзывались друг о друге, но ни один не выразил желания вступить в брак. Не хватило "малости" - любви.

Так что ориентироваться только на набор качеств не следует. Поэтому предпочтительнее активный поиск, где делается упор на разные виды общения.

Недооценка эмоциональной стороны может даже разрушить потенциально прочный союз. Лев Толстой построил свои отношения с любящей его супругой и сам любя ее исключительно из соображений проповедуемой им морали, игнорируя эмоциональную сторону отношений. Финал их совместной жизни печален - он бежал из семейного гнезда.

Не все так плохо

Во многих европейских странах службы "электронных свех" действуют достаточно давно. Статистика показывает, что семьи, созданные с их помощью более устойчивы, чем при традиционных способах знакомства.

Например, в Венгрии за последние 5 лет распалось только 3% браков, заключенных с помощью фирм - "свах", в то время как обычных браков - 30%.

Рекламные объявления

Это уже активный поиск.

Публикуемые объявления женщин в разделе "знакомства" резко различаются по своему тону и содержанию. Их можно разделить на 4 вида в зависимости от типа женщин, которые можно условно назвать "Скромная женщина", "Энергичная женщина", "Женщина с большим самомнением" и "Секс-символ".

Скромная женщина

Излишне скромная женщина (без особых претензий к партнеру), что совсем не значит, что ей нужен любой партнер. Это женщина, которая глубоко осознала горечь одиночества и готова поступиться некоторыми своими принципами и привычками, чтобы обрести друга, а с ним стабильность отношений и надежду на создание семьи.

Такая категория женщин почти не делает попыток знакомиться в клубах "Кому за...". Во-первых, потому, что они боятся встретить там знакомых; во-вторых, они полагают, что по письмам все-таки можно лучше узнать человека. И к тому же если мужчина в ответ на ее письменное предложение откажет во встрече, то анонимность защитит ее от унижения, которое она испытала бы на танцах в том же клубе, простояв весь вечер в одиночестве.

Такого типа женщины критически относятся к своей внешности, к своим возможностям, их объявления просты и правдивы:

"Женщина средних лет, рост 162, с высшим образованием, для создания семьи желает познакомиться с мужчиной до 45 лет, желательно без вредных привычек".

Это объявление полностью характеризует женщину скромную, без особых претензий к избраннику, она даже пишет... желательно...

Она не наделяет его желаемыми качествами, также не подчеркивая свои навыки и умение, она просто устала от одиночества, готова поступиться своими интересами ради того, чтобы не быть одной. Характерно, что эти скромные женщины чаще находят себе партнера, это подтверждает анонимный опрос.

Энергичная женщина

Женщина энергичная (с претензиями к партнеру). Такие женщины очень деятельны, часто ездят на экскурсии, ходят в кафе, рестораны, посещают клубы "Кому за...".

Они знают, где проводятся хорошие вечера, где плохие, они не отчаиваются, и это объявление нельзя назвать минутной слабостью, это просто один из шансов познакомиться, эти женщины активны в своих поисках, ни на день не выпускают инициативы из своих рук.

Нельзя сказать, что они отчаялись, до настоящего отчаяния еще очень далеко. Но их поиск затянулся, примелькались вечера "Кому за...", появилась усталость от частых поездок на экскурсии, в дома отдыха, где приходилось вращаться исключительно среди таких же инициативных женщин, пришло разочарование от посещений кафе, ресторанов. И подача объявления для такой категории женщин в общем-то в какой-то мере унижительна.

Ведь она считает себя достойной лучшей участи и действительно ее достойна.

Женщина энергичная дает и энергичное напористое объявление типа:

"Жизнерадостная, женственная, практичная, любящая дом, уют, с разносторонними интересами, желает познакомиться с высоким мужчиной до 35 лет, с высшим образованием, ведущим активный образ жизни, материально самостоятельным. Ответит на подробное письмо с фотографией".

Женщина с большим самомнением

У нее есть постоянный поклонник, но она считает, что не стоит торопиться, и, втайне от него, помещает свое объявление в газету, рассчитывая на крупный неожиданный выигрыш.

Объявление, типичное для женщины этой категории, с большими претензиями к партнеру (влюблена в себя и высоко себя оцениваю):

"Интересная, обаятельная блондинка 34 лет, с богатым внутренним багажом, с деловыми качествами, с развитым чувством юмора, отличная хозяйка, познакомится с материально обеспеченным мужчиной не старше 45 лет. Способна осчастливить достойного. Фотография обязательна".

Подобные объявления воспринимаются с некоторой иронией. Притязания к партнеру у них высокие, самооценка - еще выше. Как правило, эти женщины остаются (при очном знакомстве) разочарованными в партнерах, не усомнившись, однако, в своих достоинствах.

Это категория женщин не отчаивается, но и не питает особых надежд на результаты знакомств по объявлению. Просто они хотели бы вытащить лотерейный билет с большим выигрышем: а вдруг неслыханно повезет?

У этих женщин обычно есть выбор партнеров, но ОН" не сразу останавливаются на каком-то определенном и подаются объявление за объявлением: а вдруг попадется кто-то еще лучше?

В большинстве своем это красивые женщины, высоко ценящие свою внешность и материальные блага.

Секс-символ

У нее нет "комплексов" и она сразу подает "товар лицом". Например, ей больше всего нравятся немцы. Надежны, пунктуальны, обязательны. И она дает объявление в газете: "Яркая блондинка с бюстом Саманты Фокс хочет познакомиться с немцем". Представляете, какие посыпались звонки? Звонят даже теперь, спустя несколько лет. Конечно, среди позвонивших не было ни одного немца. За немца выдавали себя некий армянин, назвавшийся Карлом. А поляк Войцех уверял, что он чистокровный англичанин.

Сравнение результатов

Последние категории женщин, как ни странно, менее выигрывают, чем женщина первого типа.

Анонимный опрос полностью подтверждает, что женщины, указавшие свои достоинства и рекламирующие как свою внешность, так и свои притязания к избраннику, получают меньше писем, чем те, что поместили более скромные объявления.

Мужчины опасаются своего несоответствия этому идеализированному образу и, чтобы не получить отказ, даже не пытаются писать абоненту, щадя свое самолюбие.

И эти достойные женщины не получают писем от тех мужчин, которые бы их, безусловно, заинтересовали.

Мужчина самолюбив, он хотел бы в жены женщину с подобными достоинствами, но не ставящую их так высоко. Он сам способен оценить ее достоинства, но кичиться ими он ей не позволит.

Женщины первого типа получают обильную корреспонденцию самого разного уровня от мужчин из мест заключения и потенциальных алкоголиков, стоящих на краю пропасти, до полковников в отставке, моряков дальнего плавания.

Казалось бы, это парадокс, но это так. Скромное непритязательное объявление, безусловно, стоит, по числу откликающихся, на первом месте. Почему же та первая, скромная женщина находит, что выбрать, а те две, красивые, энергичные и деловые - почти нет? Видно, все-таки дело тут не в достоинствах женщины, не в ее внешности, не в ее деловых качествах.

Первая обладает более критическим складом ума. И к мужчине она не предъявляет особых претензий, кроме ограничений в возрасте и по возможности пресекая любопытство со стороны мужчин с вредными привычками. Она указала, что у нее высшее образование, только этим она подчеркнула, что она в меру развита и обладает интеллектом.

Ей будут писать самые разные мужчины, красавцы и не очень, умные и глупые, достойные и недостойные. Она в письмах лихорадочно не роется, не бежит каждый день на свидания, она спокойно и по-деловому рассуждает и выбирает для переписки и возможного знакомства всего несколько человек.

Вторая, энергичная женщина получает писем меньше. Она сразу же начинает звонить, писать, даже ездить. Она привыкла действовать и своим натиском, возможно, пугает мужчин. Ведь мужчина хоть и страдает от одиночества, но его в равной степени пугает и потеря свободы.

Третий тип женщин: она самоуверенна и спокойна.

Ей нет нужды суетиться, она не питает иллюзий, связанных с подачей объявления, для нее это игра в лотерею: не выиграла, ну и ладно.

Писем она получает совсем немного, и совсем не от тех, на которые рассчитывает.

Эти два последних типа женщин почти не находят себе избранника по объявлению, за редким исключением.

Объявление: "Надеюсь познакомиться с надежным, великодушным, умным мужчиной,

ценящим в женщине женственность и верность", - можно считать идеальным по форме и содержанию.

Ну, какой мужчина не считает себя надежным, великодушным, умным?! И какой не оценит женственность и верность в женщине?! В объявлении должны быть скромность, тактичность, простота.

Это объявление соберет большой урожай писем. Не надо давать свой адрес и телефон, это опрометчиво. Лучше абонентский ящик.

Теперь дело за самой женщиной, как дальше она поведет переписку.

Переписка

Она отвечает одним подробно, другим покороче, сообщая о себе только некоторые данные, наиболее выгодные. О проблемах, о детях, о стариках родителях, живущих вместе, - умалчивает. Умалчивает, потому что ее об этом не спрашивают. Пока можно и промолчать, потому что у нее только одна цель - заинтересовать.

Писем будет разослано много, но это не значит, что на все будет ответ. Многие ответы разочаровывают, в этих случаях она прекращает переписку.

Что в письмах мужчин?

Большинство содержит небольшую информацию о себе, но именно по этой сдержанности письма и приглянулись. Если же письма были слишком пространными и порой нескромными, то вызвали отрицательное отношение. Мужчина не должен быть слишком болтлив и в письмах, как и при "живом" общении. С оставшимися переписка длится до тех пор, пока они не назначают свидания, иногда это делает она сама.

Встречается с каждым. Много разочарований. Но в конце концов остается один самый приглянувшийся и 3-4 тоже симпатичные, но не более того.

С одним она будет пока встречаться, а с другими только поддерживать переписку и иногда перезваниваться.

Ответы на письма

Как писать? О чем? Нужна ли краткая общая информация или можно сразу писать что-то очень личное?

Краткая информация может и не заинтересовать, поэтому надо в это письмо вложить часть себя, свою индивидуальность. Самым интересным станет такое, в котором слышна (именно слышна) ваша речь. Ничего сложного в этом нет. Пишите так, как говорите, не умничая.

Прочтите свои же письма вслух. И если прочитанное не производит впечатления живой речи, то пишите новое.

Не следует себя перехваливать, даже наоборот, лучше немного скептически отнестись к своим данным. Покажите себя чуть-чуть хуже, чем это окажется при встрече. Но и очень занижать себя тоже не стоит.

Не надо распространяться о своих бытовых условиях, лучше пока промолчать. Приложите максимум усилий, чтобы понравиться ему в письме.

Фотографию свою пока посылать не стоит. Может оказаться, что вы не фотогеничны и сразу не понравитесь. Лучше договориться о встрече. Может, при встрече ему понравится ваша простота, скромность, умение говорить, слушать. Кто знает, что ему понравится?

В письме обязательно надо побольше расспрашивать о нем. Например:

1. Что послужило причиной вашего одиночества?
2. Как долго вы живете один?
3. Кто из близких вам людей живет рядом, в этом же городе, как часто вы встречаетесь? (Здесь вы узнаете и о его родных, и о нем самом как о человеке, ведь по общению с родными можно тоже сделать кое-какие выводы.)
4. Есть ли дети и желали бы иметь детей?
5. Какой вид отдыха вы считаете подходящим для вашего характера:
 - а) туризм, б) прогулки (где?), в) рыбная ловля, охота, г) домино, телевизор, карты, д) чтение книг, е) театр, кино и т.д.?

Можно составить целый тест, на который мужчина просто ответит, а вы сделаете выводы.

И первая же встреча сразу расставит все точки над "i".

Возможный партнер может оказаться с вами в одном городе, значит, можно позвонить ему. Тон разговора должен быть мягким, уступчивым, надо говорить как можно доброжелательнее. Для начала - уступите ему во всем.

Как фотографироваться

Внимательно рассмотрите самые неудачные фотографии. Определите для себя, что в них "хромает", какое выражение вам не к лицу. Впредь никогда такого лица не делайте. Все остальное, как говорится, дело техники.

Откажитесь от мысли показать себя в самом выигрышном ракурсе: все равно вы никогда не догадаетесь, что же на самом деле видит фотограф.

Фотографируясь в помещении, избегайте неоновых светов, который придает коже грязно-серый оттенок, а также галогеновых ламп, делающих ее желтоватой.

Уговорите фотографа присесть. Съемка с низкой точки "стройнит" стоящую человеческую фигуру.

Позируйте вполоборота, особенно если на вас брюки, юбка в обтяжку или другая одежда, выдающая анатомию: излишки на тазобедренной части тела на снимке в "три четверти" будут не так заметны, как анфас.

Категорически откажитесь смотреть птичку, "которая сейчас вылетит". Птички не будет, а вот вместо естественного выражения лица у вас будет вид остолбеневшего в свете ночных фар зайца.

Выше нос! Если когда вас снимают, вы стоите понурясь, двойной подбородок и огромные, как вторые глаза, круги под глазами обеспечены.

Во весь рот лучше не хохотать: запечатлется одна черная дыра и пара узеньких глазок.

Забудьте о фотоаппарате, объективе и хихикающих за камерой приятелях. Чем вы будете непосредственней, тем лучше получится фотография.

Хорошо бы не фотографироваться при ярком дневном свете: самое красивое освещение бывает рано утром и в начале сумерек. В крайнем случае переместитесь в тень: нет вернее способа продемонстрировать недостатки, чем сфотографироваться на солнце.

Потерпите, фотографируйтесь не раньше, чем после двух недель отпуска, когда вы уже отдохнули к подзагорели.

Внимание на задний план: чтобы позировать на фоне ярко-красной двери, необходима железная уверенность, что сегодня вы выглядите безупречно. Будьте готовы к тому, что если фотограф стоит, прислонившись к ядовито-зеленой стене, ваше лицо эту зелень отразит непременно.

Используйте свое отдохнувшее и загоревшее отпускное лицо для того, чтобы сделать серию фотографий на документы. Все равно они когда-нибудь понадобятся, и тогда вы точно будете лучше всех. Во всяком случае - на фотографии.

Встреча

И вот встреча. Если он не понравился, об этом говорить не следует. Лучше просто извиниться и сказать, что через полчаса должна покинуть его - обстоятельства переменились. И все очень доброжелательным тоном. Таких встреч будет несколько. Но не всех надо сразу отталкивать. Если чуть-чуть понравился, то лучше поддержать это знакомство по телефону, авось пригодится.

Вам, конечно, нужен тот, единственный, при встрече с которым сразу появится радость узнавания: это тот, каким себе представляла в мечтах.

Трудно объяснить, почему возникает симпатия, ведь бывает порой, что человек, вызвавший чувство, не подходит по твоим требованиям. Но он понравился.

Стоит ли ему показать свои симпатии? Или подождать, когда об этом скажет он? Наверное, стоит сказать, а лучше написать ему, вы же научились писать письма? Инициатива знакомства ваша, значит, и выбираете вы. Станет ли он мужем, другом, любовником? Но и

друг, любовник, - разве этого мало для одинокой женщины?

Время покажет, чем стала для вас эта встреча. Кстати, мужчины в том случае, когда нужно принимать решение, более осторожны, чем женщины. Дайте ему время сравнить свое одиночество с вашими встречами. Станьте для него необходимой.

О чем говорить?

Только не об объявлении.

Забудьте, что свело вас, не смущайтесь, этот способ знакомства не так уж и плох.

Говорите о погоде, о театре, о кино, о друзьях, о работе, как с приятелем. Но побольше спрашивайте о нем...

Мужчина ответит на все вопросы, если они касаются его детства, учебы, увлечений, работы, жизни. Можно с первой встречи составить представление о нем как о человеке. Чтобы узнать настоящую цену мужчины, горцы говорят: спроси у семерых:

1) у беды, 2) у радости, 3) у вина, 4) у сабли, 5) у серебра, 6) у женщины, 7) у него самого.

Иными словами, в беседе, не задавая прямых вопросов (чтобы не превратить разговор в допрос) постарайтесь исподволь понять:

Умеет ли он сочувствовать, находит ли чужая беда отклик в его душе, сумеет ли он вас пожалеть: это в семейной жизни, пожалуй, не менее важно, чем любовь.

Отношение к радости, особенно к чужой. Может ли он радоваться чужому счастью, чужому успеху? Не рождается ли у него зависть? Посочувствовать чужому горю, поахать, повздыхать, расспрашивать - это не трудно, а ведь много труднее радоваться чужому успеху.

Об отношении к вину...

Как относится к армии, к работе, к дисциплине, какое у него чувство долга, надежен ли он?

Отношение к деньгам, чтобы и в этом вопросе у вас не было разногласий.

Как относится к своей матери, к своей бывшей жене, к своей дочери (если такие есть)? Не радуйтесь, если он ругает и обвиняет свою жену, не помогает своей старой матери, забыл о существовании дочери. То же ждет и вас.

Редкий человек оценивает себя объективно, мужчины на свой счет склонны самообольщаться, они менее критичны к своей персоне. В своей самооценке - он весь на виду: он таким будет до конца жизни.

Как бы целомудренны вы ни были, всегда интуитивно оцените своего нового знакомого как потенциального любовника. Конечно, если не на последнее место ставите секс. На второй встрече стоит предоставить инициативу ему. Слушайте, отвечайте на вопросы, много он их не задает, у него нет такой изощренной фантазии, как у женщины. Встречаясь и узнавая друг друга, можно довести свои отношения до глубокой и постоянной привязанности. И даже если это не любовь, то дружбой это уже можно назвать.

Дружба между мужчиной и женщиной бывает иногда очень надежной, а если ее свяжет еще и постоянный сексуальный интерес друг к другу, то такая дружба может стать и крепким союзом на всю оставшуюся жизнь.

О чем можно и о чем нельзя

О чем надо говорить при первой встрече? Лучше о том, о чем он спрашивает.

Не ошарашивать его сообщением, что у вас неблагополучный сын, больные родители на попечении, квартира с проходными комнатами...

Больше расспрашивать о его жизни, здоровье, работе, увлечениях, проблемах.

Мужчина очень восприимчив к нежности, ласке, заботливости, поэтому старайтесь быть мягкой и доброй, кроткой и безропотной. Вовремя заметьте и оцените его ум, эрудицию, силу. Изучите своего партнера, узнайте, чего же он хочет и ждет от вас. Поинтересуйтесь, какой хочет видеть вас он, спросите его мнение даже о применении косметики.

Не выворачивайте свою жизнь наизнанку, рассказывая о себе все. Пусть узнает постепенно. Но он никогда не должен знать вас от "а" до "я". Старайтесь быть для него

всегда новой и неожиданной, непознанной до конца.

Когда первое свидание становится последним

Вы получили приглашение на встречу с предполагаемым партнером:

Сразу начните разговор о его зарплате и если она, по вашим представлениям, мала, то пожурийте его и обязательно сообщите, что ваша - больше;

Расспросите его о наличии квартиры, если же квартиры не окажется, то спросите, не "бомж" ли он, лучше же сразу посмотреть его паспорт. Если же квартира у него имеется, то следует тотчас же срочно ехать смотреть ее.

Не давая ему опомниться, выхватите ключи из его рук и первой войдите в квартиру. Загляните в туалет, ванную, холодильник, кастрюли.

Если вы в целом удовлетворены осмотром, то, не давая ему раскрыть рта, расскажите о своих достоинствах, пусть видит, что ему нечего больше искать, а затем также стремительно назначайте день подачи заявления в ЗАГС.

Перед уходом уточните на всякий случай, как его зовут.

Гарантия, что это первое свидание будет последним, - стопроцентная!

Уклад жизни и поиск партнера

Менялся ли уклад жизни женщин после начатой переписки, встреч, звонков?

Менялся, и очень существенно. Каждая из них заметила, что стала больше следить за своей внешностью. Почти у всех отмечался хороший сон, аппетит, совершенно исчезли депрессия, уныние и скепсис.

Даже те, которые ни на ком не остановили свой выбор, отметили хорошее настроение и самочувствие во время этой кампании. Женщины расцветали!

Повышенное внимание к женщине со стороны стольких мужчин поднимало ее в собственных глазах. Некоторые из них подавали объявление по нескольку раз.

Для некоторых женщин процесс выбора жениха превращался в своеобразный спорт: "Затягивает, как наркотик. Даже страшно было представить, что это когда-то должно закончиться".

Форма знакомства через объявление не так уж плоха.

Пожалуй, из всех существующих служб знакомств - это наиболее удачная, потому что при рассматриваемом способе женщина выбирает сама, не дожидаясь, когда же выберут ее.

Морочить ли всем головы?

Такой вопрос ни перед одной из этих женщин не стоял. Все решили - морочить. На всякий случай, про запас. Но, наверное, еще и для собственного самоутверждения, собственной значимости.

А вообще-то большинство женщин замуж все-таки повыходили, и именно за того, кого сразу выбирали.

Почему же все-таки одни выходят замуж по брачному объявлению, а другие - нет? Если женщина более продуманно подойдет к этому вопросу и рассудочно продолжит начатое, то она доведет его до желаемого конца.

Ни плохое настроение, появляющееся после первых писем, ни разочарования при встречах - ничто ее не должно останавливать.

И все у вас получится!

Как женить его на себе

Общаются две кошки:

- И когда он обещал на тебе жениться?

- В марте.

- В марте они все обещают.

Как с ним общаться

1. Вы должны ему улыбнуться и посмотреть на него внимательно.
2. Скажите ему какую-то приятную фразу:
 - Вы сегодня особенно хорошо выглядите! Как это Вам удастся?!
3. Во время разговора не только внимательно смотрите на собеседника, но и внимательно слушайте.
4. На время забудьте о своих проблемах, говорите только о его проблемах.
Покажите собеседнику, что они вас волнуют. И не только проблемы, а все то, что его радует или огорчает.
5. Необходимо не только выслушать его, но и запомнить хотя бы часть разговора.
Это нужно для повода к следующему разговору.
Как вы решили свою проблему с лыжами?
А как животик у вашего спаниеля?
А как ваша нога?
Надеюсь, все в порядке?
А я могу вас порадовать одним пустяком. Вы хотели иметь одну редкую монету? Я вам ее дарю. Случайно мне ее дал один знакомый нумизмат. И я вспомнила о вас.
(Конечно, не проговоритесь ему, что вы три воскресенья подряд провели, толкаясь среди коллекционеров, чтобы купить эту позеленевшую копейку.)
6. Встречаясь с "объектом", забудьте о своих достижениях, достоинствах, успехах.
Оцените ЕГО достоинства, достижения, успехи.
Хвалите его.
Обращайте внимание других на ЕГО достижения.
7. Отзывайтесь о нем (за глаза) с достоинством и уважением. Сообщите кому-нибудь, что цените ЕГО суждения, советы, знания (или успехи). Обязательно это достигнет его ушей, если вы будете говорить это всем.
Этот урок пригодится вам не только для того, чтобы вызвать его интерес к себе. Такая манера позволит и в будущем всегда управлять мужчиной.
Когда женятся мужчины
У большинства мужчин стремление к браку не отличается особенной силой. Для них это скорее даже не стремление, а просто необходимость.
В браке их пугает прежде всего потеря своей свободы.
Неопытный мужчина иногда соглашается на брак потому, что он пока не уверен в себе и часто не знает другого способа реализовать свой сексуальный потенциал.
Более зрелый мужчина находит в этом плане много других возможностей и не торопится с браком. Из-за потери свободы и боязни не сделать карьеру, быть материально стесненным.
Однако где-то к 30 годам мужчина начинает чувствовать одиночество и желание иметь детей.
Большинство мужчин, вступающих в брак, находятся в возрасте 26-28 лет. Конечно, в наше время достаточно и более молодых, связавших себя брачными узами, но здесь таится определенная опасность.
Молоденькие мужья
Молодой мужчина в образе женщины склонен видеть преимущественно материнские черты. Он может быть и сильно привязан к этой женщине, потому что она его поддерживает, разделяет его взгляды, рядом с ней он делает карьеру, мужает, но в конце концов он же (чаще всего в этом случае), бросает жену... Потому что больше не считает ее равной себе. Он ее перерос. Если сначала он ее возносил, Даже обожал, то затем, заметно возмужав, ищет себе партнершу, которую сам может поддержать, проявить лидерские качества.
Пять тупиковых ситуаций
1) Если вы встречаетесь с мужчиной больше года, а он не делает никаких предложений относительно вашей дальнейшей общей жизни, то вывод однозначен: он не собирается жениться на вас, вы для него - временный вариант.

Даже если он красноречиво объясняет причину своей неторопливости, знайте, что для человека любящего таких причин не существует.

2) Если вы встречаетесь с очень деловым мужчиной, который считает, что у вас не может быть никаких личных интересов, кроме как служение ему в качестве секретарши, рассыльного или сексуальной партнерши, то будьте внимательны, не мечтает ли он о "кошечке" для своего гнездышка, а вы всего лишь - "тень" делового человека.

3) Если вы встречаетесь с мужчиной, у которого добрачный период затянулся или он много лет после развода предпочитает оставаться холостяком, то пусть вас не увлекает мысль, что холостяк - это легкая добыча.

Он вполне может оказаться всем не по зубам, ибо свободу он ценит выше семейных уз. Если, конечно, у вас есть еще время и желание, то можете рассчитывать, что станете для него вечной подругой.

4) Если вы встречаетесь с мужчиной, который постоянно говорит о достоинствах и добродетелях своей будущей жены, то будьте уверены, что он жестко будет требовать соответствия этому эталону. Если список добродетелей покажется чересчур длинным, лучше сразу отказаться от встреч с ним.

5) Если вы встречаетесь с мужчиной, который часть употребляет частицу "бы" ("я сделал бы, но...", "получилось бы..."), то перед вами прожектор, и он выстроит для вас только воздушный замок... Можно, конечно, жить и в воздушном, все же замок...

Вам улыбнулась удача... если вы встречаетесь с мужчиной, который кажется простоватым, потому что немногословен; который предпочитает лучше что-то смастерить своими руками, чем просиживать с приятелями все свободное время в баре; если к тому же он смело берет на себя ответственность за всю вашу дальнейшую жизнь, держитесь за него! Это именно тот человек, который нужен для семьи.

Насколько вы совместимы?

Вы не сделаете большой ошибки, если будете искать мужчину, в чем-то похожего на вас. Установлено, что лучше всего совместимы люди, похожие друг на друга чувствами, симпатиями, темпераментом, в том числе сексуальным, идеалами и интересами, мыслями, привычками, характером. Не зря говорят: "родственные души", "найти свою половину"... Это идеальная совместимость.

Однако встретить человека, в точности похожего на вас, практически невозможно.

Поэтому разумнее рассмотреть возможно большее число кандидатов и сделать оптимальный выбор.

При этом следует помнить, что если он будет сильно отличаться от вас по всем вышеперечисленным характеристикам, то вы непроизвольно будете подталкивать его к изменениям, пытаться переделать его под себя. Но переделать сложившегося человека невозможно, и поэтому вы на всю жизнь обречены бороться с его сущностью, чтобы потом сказать - все зря. В "лучшем" случае вам удастся сломать своего партнера... после чего с ужасом убедитесь, что не любите его - ведь каждый человек интересен своей неповторимостью, а не чьей-то бледной копией.

Еще один положительный ориентир - похожесть вашего избранника (в чем-то!) на вашего отца - разумеется, если вы своего отца уважаете. Подчас не осознавая этого, человек ощущает себя комфортно с людьми, напоминающими ему близких людей, дававших в детстве уверенность в защищенности. А женщине так нужно чувствовать себя защищенной: "За его спиной, как за каменной стеной!"

Будем откровенными. Многие браки заключаются по расчету. Одни видят в муже прежде всего "каменную стену". Другие - нежное сердце. Третьи - пламенного любовника. Для четвертых главное - престиж и материальное благополучие. Кому что. Вот только расчет бывает верным и неверным.

И потому не стоит сбрасывать со счетов вопрос о совместимости.

Как его женить

Глупые женятся, умные выходят замуж.

Итак, вы встречаетесь с мужчиной, И с каждой встречей растет ваша уверенность, что он вам подойдет как муж. Проходят месяцы, год... Кажется, пора бы ему сделать предложение, но...

Часто мужчина, у которого есть длительная и прочная связь с женщиной, не торопится предложить ей руку и сердце вовсе не потому, что равнодушен к ней.

Мужчина ценит как любовь, так и свою свободу. В данной ситуации любовь у него есть, а лишиться разом свободы он просто не готов.

Надо ему помочь постепенно лишиться свободы.

Шоковая терапия, когда вы ему говорите "или... или...", здесь не годится. Нужна ласковая постепенность лишения свободы.

Хотя вы встречались часто, но он никогда не предлагал пожить у него. Поэтому:

1. Надо создать или придумать такую ситуацию, чтобы он предложил вам приют у себя дома, например: вы "поссорились" с близкими, звоните ему (ближе к ночи), плачете, объясняете, что стоите на вокзале, идти некуда, уехать не смогла (к подруге в другой город) по причине отсутствия билетов и т.д.

Спрашивайте его совета, как быть, что предпринять...

Он настоящий мужчина, и вот вы на несколько дней попадаете к нему.

При этом не забывайте, что ушли вы из дому после скандала, поэтому не надо тащить за собой неподъемный чемодан со своим приданым.

Только небольшая сумка, пижама, зубная щетка, косметика.

2. Попав к нему в дом, не показывайте, что поселились навечно.

Сразу же объясните, что через 3-4 дня уйдете к своей подруге, которой именно эти 3-4 дня пока нет в городе. Ведь любое вторжение на свою территорию мужчина считает посягательством на свою свободу.

3. Не дайте ему заподозрить вас в оккупации своей законной территории, а для этого:

а) ничего не берите в шкафчиках, столах и т.д. без его разрешения. Это его территория, это его вещи;

б) не отвечайте на телефонные звонки, ведь это звонят ему, а не вам;

в) не открывайте дверь, если только он сам об этом не попросит;

г) не разбрасывайте по квартире свои личные вещи; каждое утро незаметно показывайте ему, что все свое сложили в сумку, с которой пришли;

д) демонстрируйте своими действиями, что готовы уйти тотчас же, как только объявится подруга.

4. Не предпринимайте каких-либо попыток завладеть ключом от его квартиры, утром уходите вместе с ним, вечером приходите лишь после того, как позвоните ему и объясните, что подруги все еще нет.

При этом не забывайте каждый раз уносить с собой все свои вещи. Уносите до тех пор, пока он не скажет: "Да оставь ты их, наконец, дома. Что таскать их туда-сюда..."

5 Спрашивайте его разрешение на уборку квартиры, приготовление ужина, стирку белья.

6. Окружите его неслыханной заботой, лаской, вниманием, не давайте ему ничего делать самому по дому, предоставьте ему возможность лениться.

7. Уйдите от него так же внезапно, как и появились.

Это первый этап. Дайте ему передохнуть от вас, вкусить свободы, перепачкать посуду, белье, съесть все запасы в холодильнике, заготовленные вами.

Не звоните ему и не напоминайте о себе неделю или чуть больше. Дождитесь его звонка!

Если же он все-таки не звонит, то позвоните ему сами, но не для того, чтобы встретиться, а исключительно - чтобы забрать свою зубную щетку, которую "забыли" в последний день.

В квартиру входите без оживления, равнодушно, посидите немного, с удовлетворением отметьте про себя, как много он "сумел": посуда грязная вся, продуктов нет, в квартире не

прибиралось с вашего ухода. Не спрашивая разрешения, молча наведите порядок, опять забудьте свою зубную щетку и уйдите.

Это второй этап.

Теперь отпустите его на длинном поводке на 7-10 дней. После этого приезжайте внезапно, без предупреждения, за своей зубной щеткой, пораньше, и привезите "случайно" с собой продукты.

Молча, без согласования с ним, наведите в квартире порядок, приготовьте самый лучший ужин, который, может, навсегда останется в вашей памяти как шедевр, и... спокойно садись смотреть телевизор. Хорошо при этом пришивать оторванные пуговицы, гладить рубашки или чинить носки.

Уберите с глаз долой часы и "опоздайте" на последний автобус. Надежней в общем-то его усыпить перед телевизором часов до 2 ночи. Для этого - надо его хорошо и обильно накормить, обласкать, предложить почитать перед телевизором.

Так вы останетесь у него.

Назавтра он не посмеет вас выставить.

Это третий этап.

В течение всех этапов три раза в день говорите ему, что не встречала таких порядочных и надежных мужчин, что он самый лучший, самый умный, великодушный и щедрый.

Но самый длинный и трудный этап - четвертый - его привыкание к потере его свободы.

Вам в это время надо постараться легализовать свое пребывание в его жилье. Это нужно для того, чтобы его родственники, приятели не отрывали его от вашего влияния, не приглашали к времяпрепровождению без вашего участия. А родственники, кроме того, и перестали заботиться о том, чтобы познакомить его с потенциальной невестой.

Постарайтесь, чтобы вас у него увидело как можно больше его родственников, друзей, знакомых, чтобы увидели соседи, а лучше бабушки-старушки, несущие вахту на лавочке около подъезда, они и скажут о вас всему дому. Для этого почаще выходите во двор выбивать коврики, выносите мусор. А еще лучше: спрячьте ключ от квартиры в карман, инсценируйте, что захлопнулась дверь, и обратитесь за помощью к соседям, лучше постучать сразу во все двери на площадке. Хорошо при этом быть в домашнем халатике и своих домашних тапочках.

Улучите момент, когда он будет находиться в ванной, зайдите к нему и объясните, что третий раз звонят по телефону, а вы не знаете, брать ли трубку. А он намылен, у него щиплет глаза.

- Да возьми ты этот чертов телефон сама!

Так постепенно вы легализуетесь и перед всеми его приятелями, знакомыми, родственниками.

Обычно такие трудные партнеры боятся процедуры регистрации брака.

Не торопите его. Даже не намекайте (пока).

Пусть привыкает к вашему проживанию, помогайте наладить ему быт.

Ухаживайте за ним неустанно, заботьтесь о нем.

Не забудьте, что ваше пребывание у него может оказаться временным, поэтому придерживайся принципа "НЕ":

не контролируйте его время;

не ставьте ему своих условий;

не обременяйте его своим присутствием, старайтесь не быть ему в тягость.

Подведите его своими действиями и поведением к мысли, что вы принесли ему в дом удобство, не стеснив его свободы, что он в доме любим и боготворим.

Теперь, когда он потерял бдительность полностью, намекните ему, что вы не сторонница пышных торжеств, принимаете и гражданский брак, 2-3 родственников можно пригласить просто для знакомства.

И все будет хорошо.

Совет - да любовь!

Когда лучше создавать семью?

Судя по статистике, весной заключается много скоропалительных и потому быстро распадающихся браков.

После долгой зимы хочется скорых перемен, и, едва пригреет солнышко... кровь начинает бурлить, гормоны играют, а мозги отключаются. В этот момент очень важно сделать паузу и подождать месяц-другой. Иногда этого перерыва бывает достаточно, чтобы протрезветь и не совершить глупости. Ну, а если дело все-таки идет к замужеству, то лучше играть свадьбу в июне.

Лето - самое благоприятное время для притирки семейных пар. Солнечная энергия стимулирует не только курортные романы, которые нередко вопреки бытующему мнению об их скоротечности перерастают затем в долгосрочные и очень серьезные браки, но и активизирует способность к творчеству. Вспомните, что именно в тупом летнем безделье, когда вы нежитесь на солнышке, ваши чувства предельно обострены, настроение приподнятое, как у птицы в свободном полете. Это и есть идеальное время единения двоих, воспоминания о котором хватит потом на целый год.

Нигде вы не испытаете и не проживете того, что может случиться с вами за неделю отпуска на море. Это будет один миг и целая жизнь, всем молодоженам можно посоветовать не нарушать традиций, медовый месяц придуман не зря, его надо провести в максимальной близости, тепле и комфорте. Тогда охлаждение и конфликты, которые обычно приходится на позднюю осень, сгладятся воспоминаниями о жарком лете.

10 ошибок женщин во взаимоотношениях с мужчинами

Женщины могут быть худшими своими врагами, когда дело доходит до их отношений с мужчинами, считает психотерапевт Лора Шлессинджер. В книге, вышедшей в Лондоне, она предупреждает о десяти самых больших глупостях, которыми женщина может основательно испортить себе жизнь.

Ниже мы воспроизведем краткие выводы автора, напечатанные в английской газете "Сан".

1. Остерегайтесь мужчин незрелых и безответственных, а также тех, кто пристрастился к наркотикам или алкоголю. Если вы останетесь с ним, то превратитесь в жертву его страданий и потребностей, будете разрываться между нуждами мужчины и своим стремлением помочь ему идти по этой жизни. Кончится все тем, что вы окажетесь куда в большем проигрыше, чем он сам. Если встретите такого мужчину, бегите от него и не думайте даже обмениваться с ним номерами телефонов.

2. Когда вам понравится какой-то мужчина, не забывайте: ловеласов на этом свете полно. Выждите шесть недель, прежде чем укладываться с ним в постель. Никогда не стремитесь ублажать его. Слишком быстро предавшись сексу, вы можете серьезно подорвать уважение к себе, почувствуете и отчаяние, и ужасное одиночество.

3. Насколько неразборчиво преданны подчас бывают женщины! Они вполне готовы не обращать внимания на лысину своих партнеров и увесистые животы, хотя те, в свою очередь, не преминут заметить о своей подруге: "Вообще-то она ничего, но вот ноги толстоваты". Что касается отъявленных врунов и изменщиков, то вы с плачем будете доказывать, что не доверяете им, но вместе с тем добавите: "Но (ох уж это "но"!) он же говорит, что любит меня". Слишком часто женщины связываются с теми, кто доступен в данный момент, а это обычно не лучший вариант. Наберитесь терпения. Вы стоите куда большего.

4. С начала сексуальной революции прошло уже много времени, но женщины по-прежнему обволакивают секс романтикой. Они пребывают в иллюзии, будто страсть избавляет их от чувства неадекватности, одиночества, пустоты. Но у секса нет такой власти. Сила секса преходящая. И вы сами это поймете, когда утром проснетесь в постели с "незнакомцем", которого, оказывается, терпеть не можете.

5. Те пары, который живут совместно до брака, разведутся быстрее, чем те, кто до женитьбы живет порознь. Если начинаете жить вместе, когда не уверены еще в нем

полностью, то делаете это, наверное, лишь для того, чтобы заставить его больше любить вас. Считаете, что жизнь вместе - гарантия. Но для мужчин это лишь удовлетворение их собственных фантазий и превыше всего прочего - удобство. Для женщины же это может быть униительно.

6. Слишком часто женщина отказывается от своих материнских инстинктов ради мужчины. Как сказала одна женщина, чем просто меня сразила: она бы пошла скорее на то, чтобы у нее был мужчина, который бьет ее детей, чем на то, чтобы мужчины не было вовсе. Не приносите детей в жертву мужчинам.

7. Многие женщины выходят замуж за мужчин своей мечты, а потом обнаруживают, что их любовь превратилась в ненависть. Возможно, у женщины слишком низкое мнение о себе самой, и потому она предпочитает партнера, который вселяет в нее комфорт и уверенность. А затем наступает разочарование. Как только начинаете ощущать ненависть, ищите ее источник в себе.

8. Как часто женщины восклицают: "Ой, я забеременела". Чаще всего оказывается, что противозачаточными средствами не пользовались, "потому что...". Слишком часто этим "потому что" оказывается наивная мысль: "Но он же говорил, что любит меня". Если вы считаете, что беременность - это средство утвердить себя, излечиться от неуверенности, упрочить хрупкие отношения, а то и избавиться от скуки, тогда вас ждет разочарование. И ребенку придется за это расплачиваться.

9. Вы продолжаете искать для мужчины оправдание, вне зависимости от того, сколько раз он вас предавал! Некую женщину бросили после шести лет партнерства, когда родилась дочь. И все же она и дальше позволяла этому человеку приходить к ней - за сексом, за деньгами, ради крыши над головой. Но получив все что ему нужно, он опять исчезал, если ему встречалась более интересная партнерша. Перестаньте быть подстилкой. Пошлите его куда подальше.

10. Тот, кто говорит, что женщины должны больше походить на мужчин, не так уж и не правы. Женщины часто пытаются подавить в себе гнев, в результате оказываются в смятении, неуверенности, депрессии. Одна женщина обнаружила, что муж ее восемь лет развлекался с соседкой. "Я побывала у трех психотерапевтов, - стонет она, - пытаюсь понять паранойю из-за поведения мужа ". Типичная реакция. Вместо того чтобы нанести ответный удар, она винит себя.

Холостяки как ошибка природы

Как известно, мужчины бывают женатые и холостые. Среди холостых есть одинокие и неодинокие.

Одинокие холостяки не имеют постоянной подруги, а имеют в лучшем случае беспорядочные связи. Тяжелы на подъем, легки на помине. Считают себя знатоками женщин. Чаще остальных болеют язвой желудка. Изворотливы.

Неодинокие холостяки отличаются от одиноких лишь наличием постоянной подруги жизни на необщественных началах. Они чаще моются и пристальнее следят за модой. Более разборчивы. Сложнее идут на контакт.

Одиноким несчастным неубежденным холостяком несчастен потому, что не убежден. Он считает себя обманутым и обделенным и всегда имеет на примете одну или нескольких женщин, которых винит во всем. Но если подойти поближе, его можно брать голыми руками, сделав сочувственное лицо.

Одиноким счастливым неубежденным (ОСН) холостяком широко живет своей нескромной антисанитарной жизнью, прекрасно понимая, что когда-нибудь этому придет конец в той или иной форме. Чаще всего это бывает форма врача-венеролога. ОСН. холостяк беспечен и энергичен, в меру циничен и вполне симпатичен. Такого голыми руками не возьмешь. Здесь понадобятся голые ноги. Причем стройные, ухоженные, длинные, по возможности аппетитные и без жесткого волосяного покрова. Ноги показывать по поводу и без него.

Как "захомутать" холостяка? Тут нужен подход. Даже аккуратно выбритые ноги в этом случае - лишь одно крохотное звено в огромной якорной цепи. Никаких намеков на свадьбу.

О ней он должен умолять сам.

Вам необходимы: платья, подчеркивающие все ваши достоинства; убийственный, но не слишком яркий макияж; обворожительная улыбка; дорогие туфли в тон платью. Но главное - огонь в глазах.

Почаще попадайтесь ему на глаза, везде, где возможно, но не доводите до фразы: "Можно, я хотя бы в туалете побуду один? " К тому же он должен думать, что вам на него наплевать... Легкое равнодушие и множество мужиков, снующих вокруг вас, помогут достичь этого результата. (А снова они будут, если все, что написано выше, будет выполнено.)

Не будьте слишком доступны, мужчины этого не ценят. Отдаваться мужчине нужно с пониманием. Пусть он думает, что это он уложил вас в постель (на раскладушку, в кресло или на кухонный стол...).

Ну и самое главное: после всего этого постарайтесь почувствовать, что этот самец, этот мужлан, этот скоти... (ох, извините!) не нужен вам. Нет, не выталкивайте его за дверь, но и не говорите "останься". Вот тогда он ваш целиком и полностью.

Красиво ухаживает - будет хороший муж?

Если мужчина красиво ухаживает (цветы, подарки, шквал комплиментов и т.п.), какой из него будет муж?

Кто-то скажет: "Ну, конечно, лучше, чем другие!" К сожалению, это не так. Более того, даже несколько худший. Есть, конечно, приятные исключения, но все-таки большинство опрошенных женщин - (тех, за кем красиво ухаживали) утверждают, что это так. Некоторые даже считают себя жертвами красивого ухаживания.

В чем же здесь дело?

Попробуем разобраться.

Нам представляется, что тому есть несколько причин.

1) О том, как за ней ухаживали, женщина помнит всю свою жизнь. Ухаживание становится для нее обещанием, что так будет всегда, эталоном будущего отношения к ней мужчины.

Но держаться такой высоко поднятой планки довольно трудно: быт заедает, работа, усталость, неизбежные жизненные трудности. Да и чувства уже не те, что были в периоде влюбленности.

Все становится обыденным, как у всех. Но чем с большей высоты падаешь, тем больней, поэтому неизбежный переход к обязанности после красивых ухаживаний ощущается женщиной особенно болезненно.

Под воздействием столь сильного разочарования женщина и сама ухудшает отношение к мужу, возможно, даже сильнее, чем это происходит у других разочаровавшихся. Таким образом, амплитуда раскачивания семейной лодки - большая, чем в иных семьях.

2) Многие красиво ухаживающие мужчины женятся не по одному, а некоторые даже помногу раз, что также свидетельствует о неустойчивости их браков. Чем это можно объяснить?

По-видимому, это от любвеобильности и понимания женской природы, умения добиваться женщины. Эти два обстоятельства, безусловно, связаны между собой и одно способствует другому. Красивое ухаживание - кратчайший путь к сердцу женщины.

Почувствовав силу этого оружия, мужчина ощущает способность покорить любую женщину, а значит, ценность его нынешней "добычи" относительно уменьшается.

И когда в семье возникают трудности, такому мужчине легче сбежать от них, ведь он "найдет и лучшую". Другое дело - мужчина, неуверенный по части женщин, - а вдруг он никого не найдет! Этот скорее будет держаться за нынешнюю семью.

Красиво ухаживают чаще любвеобильные мужчины, а любвеобильность - серьезнейшие испытания для семьи.

3) Женщины более практичны и относятся к браку более серьезно, чем мужчины. Взвешивают все "за" и "против". И вот на чашу весов брошен такой сильнейший аргумент,

"за" чем красивое ухаживание. Вполне возможно, если заслонит, помешает разглядеть и трезво оценить недостатки потенциального мужа.

4) Красиво ухаживают чаще за теми женщинами, у которых много и других поклонников - чтобы победить в конкуренции. Обычно это конкуренция за красавиц.

"Жертвами" красивого ухаживания чаще становятся именно они.

Не случайно многие красавицы жалуются, что очень трудно выбрать по-настоящему достойного среди многих красиво ухаживающих, такое ухаживание мешает разглядеть сущность человека. И в этом они часто ошибаются, разводятся, снова ошибаются и т.д. По-видимому, отражением этого является пословица "Не родись красивой, а родись счастливой".

Красавица - жена

Толпы поклонников отрицательно влияют на прочность будущего брака. Ценность избранника подсознательно понижается тем, что он один из многих. И малейшее разочарование, и возникшие житейские трудности рожают предательскую мысль - не держаться за этого мужа, завести другого. Тем более, что этот неблагодарный: ему оказана честь быть выбранным, а он... Обманщик! Скрыл за букетами цветов, подарками свое истинное лицо! и т.д. Может, дать знать "второму номеру" в списке ухажеров об ошибке, пока его еще помнят и свободен?

Женское одиночество

О, одиночество!

Как твой характер крут...

Б. Ахмадулина

Как остаться одной

Главное - смириться с тем, что вам суждено быть одной. Пессимизм, овладевший вами, сделает свое дело и неизбежно приведет к настроениям, которые, равно как и ваш унылый вид, отпугнут любого мужчину.

Распорядитесь своей личной жизнью и свободным временем так, как пишут в классических романах о старых девах: посиделки с такими же одинокими приятельницами, ужин перед телевизором, генеральная уборка в выходной.

Из всех сил старайтесь быть "хранительницей тайн" всех своих знакомых, каждому помогайте и "охраняйте" браки своих подруг.

Войдите в роль амазонки, гордой и счастливой в своем одиночестве. Не забудьте подчеркивать это при каждом удобном случае!

Избегайте косметических салонов и парикмахерских, ешьте побольше сладкого. Ни в коем случае не покупайте себе никаких обновок - ведь на вас уже все равно никто не обратит внимания!

В обществе ведите себя, как независимая интеллектуалка, а с мужчинами будьте как можно более высокомерной, любую попытку флирта с негодованием отвергайте, как нечто ужасно аморальное.

Живите в счастливой уверенности, что существует "идеальный мужчина", который ждет только вас. Ни за что не отступайте от своих идеалов в отношении характера, внешнего вида и финансовых возможностей "принца".

Категорически отвергайте любое приглашение в компанию, где будут мужчины, потому что ничего интересного от этой встречи вы не ждете. Зачем попусту тратить время: лучше провести свободный вечер в кругу тетушек или подружек.

Избегайте мужчин и никогда не сомневайтесь в правильности своих жизненных принципов. Наоборот - пусть целый мир приспосабливается к вам!

Следуйте этим советам французов - и вам обеспечены нескончаемые приятные вечера в обществе дикторов телевидения и избалованного кота.

Одинокие - кто они?

Женщина чувствует себя комфортно тогда, когда она имеет семью, вышла замуж. Все люди пытаются создать семью. Но терпящие несколько раз неудачу в конце концов оказываются одинокими. Кто-то в молодости имел много поклонниц (или поклонников), а в результате остался один (или одна). И взамен человека рядом - собака или кошка.

В СНГ 33 миллиона человека живут вне семьи, в Беларуси - 13% населения!

Кто же они, эти одинокие, часто недовольные жизнью люди? Первая категория - некрасивые, зачастую с дефектами речи, зрения, фигуры женщины. Как правило, они и не стремятся искать партнеров, считая себя обделенными судьбой. Некоторые из них рискуют завести ребенка, чем скрашивают свое одиночество; другие робко пытаются устроить свою жизнь с человеком схожей судьбы.

Однако все это сложно. Служба знакомства пока не дошла до данной группы одиноких людей. Но нередко встречались и такие любящие пары. Например, он глухонемой, у нее - с этим все в порядке. Прекрасно понимают друг друга. Жена выступает его "переводчицей", он со временем с ее помощью научился по губам понимать разговор.

Или другой пример: он незрячий, она с дефектами лица. Нелегкая судьба, но и он и она счастливы. Жена - глаза мужа, он - душа семьи, научился работать на вязальном станке. Разные варианты счастья вроде бы обделенных судьбой людей. Но минус на минус не только в математике дает плюс, в борьбе с одиночеством - тоже.

Другая категория - люди пожилые, неуживчивые. Они утверждают, что не испытывают потребности иметь семью, довольны тем, что есть: любимая работа, хобби, путешествие, дача и т.д.

Еще одна категория одиноких - избалованные вниманием единственные или поздние дети в семье, привыкшие ориентироваться прежде всего на себя. Они и супружество воспринимают как очередное приобретение для личных нужд, смотрят на мужа или жену как на вещь: моя, для меня, со мной, вокруг меня и т.п. Этот махровый семейный эгоизм неизбежно кончается распадом семьи, оборачивается одиночеством.

Не упустите время...

Важнейшая причина женского одиночества - демографическая.

Мужская смертность значительно превосходит женскую во всех возрастных категориях. Например, в 20- 24 года показатели смертности мужчин в 2,7 раза выше, чем у женщин; в возрастной группе 25-29 лет разрыв еще больше - в 2,9 раза. В результате средняя продолжительность жизни мужчин на 9-10 лет меньше, чем женщин. Более того, этот разрыв имеет тенденцию к увеличению. По одному из прогнозов к 2001 году этот разрыв составит 13,8 лет.

Так что стать со временем вдовой - это удел подавляющего большинства женщин. А если учесть, что мужья, как правило, несколько старше своих жен, то "вдовый" стаж у них составит в среднем около 15 лет.

Свыше 70% причин ранней мужской смертности - несчастные случаи, отравления, травмы. Это следствие опасных мужских профессий, а также неосторожности, которая более свойственна мужчинам.

12-18% ранних уходов из жизни у мужчин составляют самоубийства. Причем попытки самоубийства чаще совершают женщины, но большинство их удается спасти, так что в результате их гибнет от суицида намного меньше, чем мужчин. Мужчины "доводят дело до конца" значительно чаще.

В результате большей мужской смертности количество женихов в каждой возрастной категории, начиная с 23 лет, меньше чем невест, и с увеличением возраста разница эта возрастает.

Поэтому желательно выходить замуж до 23 лет, дальше это будет с каждым годом сделать все труднее и труднее.

Кроме мужской смертности, есть еще несколько обстоятельств, уменьшающих количество женихов: пьянство, отбывание наказаний в заключении, служба в армии. Немногие женщины хотят создать семью с алкоголиком, с заключенным, с солдатом.

Так что эпиграф к данной главе о явной недостаточности мужчин в обществе имеет самые объективные причины.

Плоды просвещения

Число женщин, имеющих высшее образование, превосходит число столь же образованных мужчин. И с каждым годом эта разница увеличивается, ибо количество студенток постоянно превышает количество студентов.

Одной из причин этого служит, по-видимому, то обстоятельство, что на протяжении многих лет в нашей стране неквалифицированный труд часто оплачивался выше, чем квалифицированный.

В результате для женщины, желающей создать семью с человеком, столь же образованным, как и она, появляется дополнительная трудность - таких женихов меньше, чем образованных невест.

И дело здесь не только "в принципах" - полюбить все же легче человека "своего круга"...

Мы уже говорили, что "разброс" мужчин по многим показателям выше, чем у женщин, что женщины больше тяготеют к "золотой середине". Это касается и шкалы "хороший-плохой". Гениальных мужчин больше, чем выдающихся женщин. Но и плохих мужчин больше, чем плохих женщин. И гениальные, и плохие мужчины - "не подарок". Это также осложняет задачу женщины не остаться одной.

К сожалению, для женщины с ребенком вероятность выйти замуж в 3 раза меньше, чем у не имеющих детей. По-видимому, этим объясняется тот прискорбный факт, что участились случаи отказа от детей молодых незамужних рожениц. Как утверждает киевский социолог Чуйко, чаще всего это случается со студентками, особенно - пединститутков.

Если он вас бросил...

То не следует ставить на себе крест и мучить себя мыслями о нем и своем поражении. Твердите себе без конца, пока не осознаете всем существом: этой семьи больше нет и вернуть ее невозможно!

Затем постарайтесь найти в разводе положительные стороны. Причем недостатки ушедшего супруга надо раздуть минимумом до отвратительных пороков и гнусных извращений, а прошлые домашние обязанности - до унижительного рабского труда. При этом ни в коем случае нельзя использовать появившееся свободное время исключительно для размышлений о том "чудовище", которое столько лет жило с вами бок о бок. Вам вечно не хватало времени, чтобы поплавать в бассейне? Вы давным-давно не виделись с другом-художником, потому что ваша "половина" была уверена в его легкомысленном отношении к жизни вообще и к семейной - в частности? Вам предлагают сверхурочную интересную работу? Помолитесь уходу вашего супруга, делайте все что хочется: совершенствуйтесь, занимайтесь карьерой, худейте, заводите знакомства, изучайте языки, короче, "загоните" себя... И только после этого можно уединиться. Просидеть выходные на даче, выспаться, набросать на большом листе бумаги жизненный план на ближайшее столетие. Пишите все что придет в голову: от "рвануть в Париж" до "вывести пятно с любимого пиджака". Потом возьмите другой лист и изложите, что именно надо сделать для исполнения этих желаний... Увидите - абсолютное большинство из них выполнимо. При этом не забывайте, что эти спокойные минуты "для себя" возможны только благодаря отсутствию тирана, который непременно стал бы отравлять вашу жизнь репликами типа: "Пиши-пиши, писатель... Да ты не можешь даже очки себе заказать, не то что на Париж накопить!" Кстати, вы давно не были у окулиста? А у парикмахера? Обратите внимание на свое тело...

Теперь самое время откопать зарытый когда-то в землю (конечно же, вашим неблагодарным супругом), талант - вы в молодости бренчали на гитаре. Выучите десяток аккордов, пяток популярных песен, поразите знакомых. До свадьбы играли в драмкружке -

запоминайте анекдоты и тосты, читайте театральные рецензии, пародируйте телеведущих, прослывите душой компании. Когда-то неплохо танцевали, сохранили стройную фигуру - отправляйтесь в клуб рок-н-ролла, усердствуйте, потейте, пойдите в ночную дискотеку с подругой, возьмите приз за лучший танец, позвольте проводить себя восхищенному блондину.

Фортуна изменила вам, но не смогла превратить вас в тряпку - назло всему вы вздержали подбородок под углом в 120 градусов.

Получив оглушительный удар судьбы, хуже которого - вы уверены! - ничего не может быть, вы неожиданно для себя стали смелей в отношениях с начальством, настойчивее в своих стремлениях, остроумней, критичней, интересней для себя и знакомых... И знаете, для чего вам это все надо? Нет, не для того, чтобы пришибленный вашими успехами, внешностью и уверенностью в себе супруг понял, что он потерял в тот день, когда бросил вас. А для того, чтобы вы осознали - однажды "подобравший" себя человек больше никогда не окажется в роли брошенного

Глава "Семейная жизнь"

Необходима ли любовь в семье?

Супружество должно сражаться со всепожирающим чудовищем - привычкой.

О.Бальзак

В древней Индии так говорили о высшем виде человеческой любви:

"Три источника имеют влечения человека - душу, разум и тело. Влечения душ порождают дружбу. Влечения ума порождают уважение. Влечения тела порождают желание. Соединение трех влечений порождает любовь".

Несмотря на определенный схематизм, здесь ярко просвечивает облик любви, которая захватывает всего человека, пропитывает его душу, разум, тело. Это и есть, наверное, любовь личности - тяга к всестороннему слиянию с любимым человеком, стремление, чтобы в любовь вовлекалось как можно больше сторон твоего существа.

Любовь людей разных темпераментов проявляется по-разному. Однако темперамент предрасполагает прежде всего лишь к силе и глубине чувства. Ну, а уж характер этого чувства, его содержание, длительность, многообразие и, главное, проявление зависят от духовной культуры, воспитания и от характера человека. Тем не менее с некоторой натяжкой можно считать, что легче всех влюбляются сангвиники, зато меланхолики дольше хранят любовь. Флегматики влюбляются трудно, но надолго, а вот холерики, если возник конфликт, готовы тут же сжечь все мосты.

Но все-таки сильнее всего чувство зависит от характера любящего. Сильный человек проявляет свою любовь достаточно жестко: он опекает супруга, подчиняет его себе и даже тиранит. Любимого супруга! Сильный человек строг, потому что берет на себя всю полноту ответственности за своего слабого и беззащитного спутника жизни.

У других любовь выражается в непрерывном восторге, обожании, комплиментах. Третьи же испытывают к любимому нечто вроде жалости, сострадания и родительской нежности. Для них любовь - это сочувствие, понимание, терпение, это бесконечная снисходительность к любимому. В иных случаях имеет место симбиоз: смешение в разных пропорциях указанных трех проявлений любви.

Иногда трагедия брака состоит в том, что супруг любит "не так". Муж, например, проявляет любовь-восхищение, а жена ждет от него любви-опеки. Или жена жалеет мужа, а

он претендует на любовь-восхищение. Нередко звучит горькая тема ссор: Разве ты меня любишь? "Разве это любовь?" Любовь, конечно, любовь, только, к сожалению, не такая, как вам хотелось бы. Но что делать - каждый любит как умеет... Отсюда порой и развод - а он редко приносит облегчение. По крайней мере в первое время.

Обманы любви

Психологи открыли так называемый эффект проекции: приятному для нас человеку мы склонны приписывать достоинства, а неприятному - недостатки.

В силу этого эффекта влюбленный не замечает недостатков "объекта" своей любви, более того - наделяет несуществующими достоинствами. А когда близкие указывают на очевидные недостатки, влюбленные не воспринимают этого.

Недаром появились такие народные пословицы: "Не по хорошему мил, а по милому хорош" (любят не за достоинства, а полюбив - наделяют ими), "Все девчата хороши - откуда злые жены берутся?"

Кроме того, до свадьбы молодые всегда стараются предстать друг перед другом в лучшем качестве и тем самым способствуют созданию своего идеализированного образа в глазах партнера.

Потребность в любви часто принимается за любовь. Препятствие превращает ее в страсть, а удовлетворение убивает ее.

С этим перекликаются слова Оскара Уайльда: "Влюбленность начинается с того, что человек обманывает себя, а заканчивается тем, что он обманывает другого".

Поэтому, видимо, родилось житейское правило: никогда не спрашивайте, за что вас любят. Задумается - и вдруг поймет, что любить вас не за что!

Враги любви

Главным врагом любви является постепенное исчезновение восхищения друг другом.

Этому способствуют следующие обстоятельства.

1) Первое из них - это действие психофизиологического закона адаптации, в силу которого "величина любого ощущения уменьшается при постоянном действии одного и того же возбудителя".

Снижение степени новизны при совместной жизни - неизбежный процесс, приводящий к эффекту привыкания. Любовь нередко гибнет, превращаясь в лучшем случае в привычку. Помните, как у Пушкина:

"Привычка свыше нам дана замена счастию она".

2) Уменьшение интереса к супругу как к личности вследствие повторения им одних и тех же мыслей, оценок, высказываний. И как следствие - пресыщение общением друг с другом.

3) "Эффект нелучшего белья" - неряшливое рассекречивание супругов друг перед другом в условиях задворков быта.

Что убивает любовь

Если хотите, чтобы ваш муж почаще заглядывался на окружающих его женщин, то следует сделать совсем немного:

ходить дома в старом ободранном халате с отвислыми карманами (набитыми всякой всячиной) и обязательно с засаленным животом;

вечером непременно появляться перед ним с волосами, накрученными на бигуди, снимать их только утром перед работой, пусть твоей прической любят исключительно твои коллеги и начальник;

очень хорошо намазать вечером лицо лоснящимся жирным кремом и не снимать его остатки до утра;

а еще - надеть старые рваные шлепанцы с отставшей подошвой;

можно добавить такую мелочь: не пользоваться дома бюстгалтером, пусть грудь висит и колышется под старым халатом - это очень впечатляет;

желательно также надеть "жеваную", не совсем свежую ночную рубашку;

и хорошо бы, в довершение ко всему, научиться храпеть, как пожарник.

Кажется, предусмотрено все! Теперь он непременно поступит так, как вы в мыслях себе представляли, - найдет любовницу, а скорее всего, просто уйдет от вас навсегда.

И даже любимую зубную щетку не прихватит.

До свадьбы каждый из супругов, естественно, стремится предстать перед другим с лучшей стороны, следит за своей внешностью, тщательно избегает дурных манер и т.д. После вступления в брак ситуация меняется: жена нередко появляется перед мужем в бигуди и нестираном халате, а муж демонстрирует ей свою небритую щетину, стоптанные тапочки и пузырящиеся на коленях трико.

Конечно, внешний вид имеет определенное значение в возникновении у партнера импульса к интимной близости, однако не станешь же мыть посуду в вечернем платье или ремонтировать унитаз во фраке. А наш быт, к сожалению, не освобождает супругов от этих обязанностей.

Привыкание, разочарование в супруге приводит к тому, что на 4-5-м году совместной жизни у многих супругов ослабевает сексуальное влечение друг к другу. С этим связан, в частности, пик числа разводов при 5-летнем стаже семейной жизни.

Как сохранить любовь

Первым условием является постоянная работа над собой, духовный рост, стремление постоянно поддерживать в глазах любимого свой престиж и статус, ибо, по справедливому замечанию И.М. Сеченова, "яркость страсти поддерживается лишь изменчивостью страстного образа".

Вступление в брак ни в коей мере не должно истолковываться молодыми как конечная цель, после достижения которой можно "расслабиться и отдохнуть", но, напротив, необходимо его рассматривать как исходную точку борьбы за семейное счастье. А это значит, что супруги просто не имеют права останавливаться в своем развитии, а равно и переходить грань, при которой их глубокая личностная интимность, открытость друг другу будут мешать существованию семьи.

Второе условие - повышение культуры взаимоотношений супругов, последовательное воспитание в себе уживчивости, доброжелательности, чуткости, сдержанности и позволяющей избежать излишнего "рассекречивания" тактичности. Возвышающее уважение друг к другу, своеобразное воспитывающее преувеличение достоинств другого в полном соответствии с мудрой мыслью М. Пришвина о том, что

"тот человек, которого ты любишь во мне, конечно, лучше меня, я не такой. Но ты люби, и я постараюсь быть лучше себя".

Третьим условием прочности семьи выступает повышение относительной свободы супругов друг от друга. По сути, это условие является естественным следствием все того же психофизиологического закона адаптации - временное прекращение действия раздражителя восстанавливает возбудимость нервного аппарата и увеличивает интенсивность ощущений при последующем раздражении. Оно давно уже нашло свое отражение в мировой культуре: в бессмертных строчках поэта "лицом к лицу лица не увидать, большое видится на расстоянии" и притче о двух влюбленных, которых в наказание заставили смотреть друг на друга, и этого оказалось достаточно, чтобы они очень скоро друг друга возненавидели. Или в грубоватом житейском высказывании: "С короткого поводка сорвется скорее, чем с длинного".

Однако мысль о необходимости временных разлук обычно с трудом находит место в головах молодых супругов, в связи с чем советы специалистов по поводу форм относительной автономии - совместном молчаливом времяпрепровождении, "открытых" (т.е. основывающихся на свободном времяпрепровождении) днях и т.п. - обычно остаются ими не реализованными, что в итоге губительно сказывается на прочности брака.

В проведенных опросах выявлено, что кризисные моменты первых лет супружества весьма похожи у большинства молодых пар, хотя и существенно различаются для мужчин и женщин. Мужчины в целом оказались более всего чувствительными к материально-бытовым неудобствам и трудностям физической адаптации. Женщины же проявили наибольшую

обеспокоенность недостаточностью (с их женской точки зрения) проявления со стороны своих супругов чувств любви и уважения, потерей романтического тона добрых ухаживаний.

Новый образ жизни, груз семейных обязанностей, неустроенность быта и прочие связанные с началом совместной жизни обстоятельства оказываются для многих супружеских пар неожиданной, неприятной, а порой и неподъемной ношей. О том, что дело обстоит именно так, свидетельствует авторитетное мнение А. Харчева и В. Мацковского, которые к числу основных причин семейных конфликтов и разводов в молодых семьях относят установку на брак как на нечто легкое. Проявляется эта установка в следующих четырех факторах.

- 1) Неподготовленность молодых людей к резкому изменению образа жизни.
- 2) Сложность отношений между поколениями.
- 3) Ожидание от брака только приятных сюрпризов.
- 4) Неготовность к выполнению семейных обязанностей.

Можно ли без любви?

Всегда ли обязательна любовь в семье? Может быть, достаточно хороших отношений, общих интересов, уважения друг к другу?

Вопрос этот актуален, так как примерно треть мужчин и женщин, желающих вступить в брак, не верят в любовь.

О семейной жизни часто говорят (и многие верят в это): если есть любовь - ничто не страшно, а если любви нет - ничего не получится. И то, и другое, пожалуй, неверно.

Часто люди женятся по влюбленности, симпатии, влечению. Судя по данным социологов, большинство людей женятся у нас по сердечному тяготению, но скольких из них связывает любовь, скольких - влюбленность или просто влечение - неизвестно. Можно, видимо, предположить, что влюбленностей и влечений больше, чем любви. У многих таких пар сердечные тяготения через несколько лет после свадьбы стихают, и их связывают уже не чувства, а дети, привычка, квартира, материальная зависимость.

Молодожены другой группы (их меньше) находят друг друга "по рассудку", без сердечного влечения. Они не встретили человека по сердцу, а время создавать семью пришло, вот и выбирают того, кто кажется подходящим душе, разуму. Есть и те, кто женился по материальному расчету, их тоже немало.

В первой группе - у тех, кто женился по сердечному влечению, на каждые десять удачных браков приходится десять-одиннадцать неудачных. Видимо, большинство таких неудачных браков - браки по влюбленности, влечению, а не по любви: чувства эти часто бывают эгоистичными, и без помощи разума они вряд ли могут глубоко связывать людей.

У тех, кто женился по рассудку, на каждые десять удачных судеб приходится четыре-пять неудачных. Значит, доля удач здесь в два - два с половиной раза больше, чем у влюбленных. И даже у тех, кто женился по расчету, доля удачных судеб в полтора раза больше, чем у влюбленных.

Более выигрышная ситуация рассудка перед расчетом объясняется тем, что рассудок учитывает более глубокие факторы - человеческие, а в расчете - материальные, преходящие.

Эти цифры переворачивают наши привычные представления. Они заставляют по-новому задуматься над коренными опорами семейной морали. Выходит, сердечное влечение - совсем не гарантия семейного счастья: оно дает его меньше чем в половине случаев, а рассудок и расчет - гораздо чаще. Так не вредит ли влечение чувств браку? Не лучше ли другой путь - спокойного, не затуманенного чувством выбора? Может быть, он больше подходит нынешнему человеку с его рационализмом и торможением чувств?

Дело, наверное, в том, что есть разные типы людей, и то, что хорошо одним, плохо подходит другим.

Возможно, у людей, которые женились по рассудку и по расчету, слабее душевная взыскательность, психологическая требовательность - и от этого сильнее уживчивость. Может быть, многим из них любовь или влюбленность оказалась попросту недоступной.

Наверное, для таких людей семейное спокойствие (не счастье!) достижимее, чем для тех, кто влюблен или любит. Но зато их жизнь, пожалуй, однообразнее - в ней нет бурь любви, взлетов ее счастья, провалов горя, она богаче спокойствием, но беднее страстями.

Для таких людей главная основа брака - не любовь, а просто хорошие отношения. Эта основа отвечает, видимо, их психологическому складу, она естественна для них. Но для большинства нынешних мужей и жен влечение чувств - лучшая основа семьи. И что бы ни говорили цифры о неудачности их браков, люди этого типа все равно будут жениться по любви или по влечению - такова их психология.

Впрочем, сердечные тяготения - чаще всего главная опора только в самом начале семейной жизни. Все они - чувства угасающие, и если их не поддерживать, они убывают, меркнут. Конечно, чем глубже чувство, тем дольше оно живет, но и самая глубокая любовь, к сожалению, гибнет, если мы не стараемся продлить ее жизнь. Причины этого мы обсудили выше.

Судьба брака - это исключительно важно - куда больше зависит не от чувств, с которыми люди женятся, а от их душевных свойств: доброты, эгоизма или альтруизма, радушия или равнодушия. От этих свойств куда больше, чем от чувства, зависит, как люди поведут себя друг с другом, насколько они подойдут друг к другу, то есть зависит сама судьба их чувств. Это, видимо, коренной психологический закон, который правит сейчас судьбами брака.

Начальное чувство - только одно звено в многозвенной супружеской совместимости, и основным звеном оно служит только в начале супружества. Чем старше брак, тем больше центр его тяжести переходит на другие стороны совместимости, которые зависят от характера людей, от их личности.

Жить без любви (или без влюбленности), конечно, можно, и даже жить хорошо. Тут нет ничего неестественного, а тем более неморального; в нынешних условиях, когда многим трудно найти себе человека по сердцу, это нормально, морально, человечно, особенно когда люди хорошо относятся друг к другу. Но при хороших отношениях у них обязательно появятся какие-то чувства - или симпатия, или привязанность, или добрая привычка (не привычка-равнодушие, а привычка-тяготение - она встречается не реже). Такие пары как бы начинают жить сразу со второй ступени супружества, минуя первую - ступень первой пылкости чувств.

По своей эмоциональной природе люди просто не могут быть друг с другом без чувств, пусть самых тихих, которые не горят, а теплятся. Между ними всегда возникают какие-то тяготения или отталкивания.

В такой жизни может быть и счастье, но чаще, пожалуй, от детей, не друг от друга. К сожалению, взлеты счастья нередко перекрываются здесь провалами горя - от обделенности любовью или щемящей боли одиночества, если супруг душевно далек... Впрочем, это сплошь и рядом бывает со временем и у тех, кто женился по сердечному влечению.

В личных отношениях, в семейной жизни вообще не часто встречаются пути, на которых все было бы хорошо. Чаще, пожалуй, попадаетесь сплав удач и неудач. И не стоит искать здесь всеобщих рецептов - каждому приходится выбирать, какой путь ему больше подходит:

Каждый выбирает по себе женщину, религию, дорогу...

Сексуальные отношения

Сексуальность - важная сторона супружеских отношений, играющая укрепляющую, стабилизирующую роль в браке. На основании исследований ленинградского социолога С. И. Голода, сексуальная удовлетворенность в браке занимает третье место среди факторов, определяющих стабильность и благополучие брака. Первые два места отводятся духовной и психологической совместимости (при продолжительности брака до 10 лет). Супруги, в целом удовлетворенные браком, обычно удовлетворены и сексуально: так, по данным О.К. Лосевой, среди мужчин, вполне удовлетворенных браком, 82% были сексуально удовлетворены с женой, а среди мужчин, не вполне удовлетворенных браком, сексуально

удовлетворены только 34%. Сходные и даже еще более выразительные данные получены и при опросе женщин: вполне удовлетворенные браком в 91% удовлетворены сексуально, не вполне удовлетворенные - только в 31% случаев.

Важную роль сексуальности подчеркивают болгарские ученые, которые под руководством Марии Динковой провели большое исследование молодой семьи: "В семьях, где супруги придают значение половой жизни и она удовлетворяет их обоих, чувства глубже, взаимоотношения же - гармоничнее". Но эти же исследователи выявили нередкое непонимание потребностей партнера, эгоистическое удовлетворение своих желаний и незаинтересованность в чувствах другого; это связывают в первую очередь с недостатком сексуальной культуры.

Различные роли сексуальности в семье

Расспрашивая о семейной жизни благополучных женатых мужчин, экспериментаторы получали только восторженные ответы. Но стоило им во время беседы начать перелистывать страницы предложенного "Плейбоя", как все прелести брака мужчины тотчас подвергали сомнению. И такого "предательства" не допускали женщины, рассматривающие фотографии с нагими мужчинами в журнале "Плейгерл".

Конечно, роль визуальных возбуждающих факторов у мужчин выше (они любят глазами, а женщины - ушами), но результаты настолько разительны, что даже с учетом указанного различия приведенный опыт показал неодинаковую роль сексуальности в семейной жизни у мужа и у жены.

Сексуальная активность

По данным опросов, частота половых сношений супругов на первом году брака составляла в среднем 11 раз в месяц, на втором - 9-10, до 10 лет - 8-9 раз. Интенсивная половая жизнь сочеталась с сексуальной и общей удовлетворенностью браком.

С возрастом супругов и увеличением стажа брака интенсивность сексуальной жизни несколько снижается, что объясняется как привыканием, так и возрастным изменением сексуальной активности. Устанавливается определенный, взаимно приемлемый ритм половой жизни. В то же время, в силу достаточной адаптации, уменьшается диссонанс в желаниях и вырабатывается общий стиль интимного общения.

За последние десятилетия сексуальные отношения супругов претерпели определенные изменения, в основном в сторону повышения сексуальной активности.

Повышение сексуальной активности в браке показано, в частности, в работах американских авторов Кинзи и Ханта. По данным Кинзи, супружеские пары молодого возраста (16-25 лет) в 1938-1949 годах имели в среднем 2,45 сношений в неделю, а по данным Ханта, в 1972 - 3,25.

Увеличилась не только частота, но и длительность полового акта (по данным тех же авторов, в среднем 2 минуты и 10 минут соответственно). Сексуальная техника в браке обогатилась и расширила свои границы, применяются более разнообразные позы и ласки. Примерно та же тенденция имеет место и в нашей стране. По данным опросов, около 1/3 супружеских пар применяли при сексе всегда одну позу, половина - 2-3 позы, каждая седьмая пара - много различных поз. Прослеживается четкая зависимость сексуальной техники от возраста супругов: техника полового акта тем разнообразнее, чем супруги моложе. Это связано с различиями системы ценностей и стиля жизни поколений.

Эмансипация

Определенно изменилась интимная жизнь супругов и в связи с эмансипацией женщин. В браке на первый план выдвинулась психологическая близость супругов, повысилось значение удовлетворенности браком. Современные женщины стремятся достичь в браке сексуальной удовлетворенности, тогда как в прошлом такая цель ими не ставилась. Более активная во всех сферах жизни, женщина стала активнее и в сексуальной близости (мужья уже в конце 70-х годов указали, что 63% жен активны во время полового акта и только 23% пассивны). Уменьшается число фригидных женщин, не способных испытывать оргазм - ощущение максимального наслаждения в половом акте. Это можно связать с большей

сексуальной раскрепощенностью женщин в браке, с их большей информированностью, большей активностью и стремлением обоих партнеров добиться сексуальной гармонии. Уменьшилось число женщин, которым в тягость "чрезмерная" сексуальная активность мужей: если в 20-е годы среди женщин таких было 2/3, то в наши дни - только 5%. Современные женщины чаще являются инициаторами генитальных ласк, у них расширился "диапазон приемлемости". Одновременно увеличилась и требовательность женщин: многие из них жалуются на недостаток нежности, понимания их потребностей, недостаток "предварительных" и "заключительных" ласк; считают, что мужья озабочены только собственными переживаниями и мало обращают внимания на чувства женщины и ее сексуальную удовлетворенность. Действительно, как показали данные опроса москвичей, осведомлены о необходимости периода подготовительных ласк 59% мужчин, проводят их систематически 47% и изредка - 22%; 14% мужей затруднились ответить на вопрос, получает ли удовлетворение жена, то есть каждый седьмой муж этим практически не интересовался. 6% женщин вообще не знали о существовании оргазма.

Самый спокойный от природы в сексуальном отношении мужчина вне перегрузок и при нормальных отношениях в семье до 40-45 лет проводит в среднем 2 половых акта в неделю; самые темпераментные женщины вполне удовлетворяются такой активностью, если в интимных отношениях царит гармония.

Дисгармония

Выдающийся ученый И. И. Мечников считал, что в сексуальных отношениях человека существует дисгармония природы. Он писал: "Тот факт, что чувственность развивается ранее у мужчины, чем у женщины, часто влечет за собой разлад между супругами. В эпоху, когда специфическая чувственность женщин достигает апогея, половое отправление мужчины (часто) начинает уже падать". Эта дисгармония природы всегда служила и служит до настоящего времени источником страданий, причиной разводов. В то же время знание и использование определенной "техники" позволяет либо свести на нет дисгармонию, либо значительно уменьшить ее.

Достичь гармонии во время интимного сближения молодым супругам иногда удается не сразу. Нужно определенное время, чтобы узнать особенности характера, темперамента, привычек друг друга, чтобы чувствовать себя наедине уверенно и спокойно, чтобы отсутствовали всякие сомнения в правильности поступков и действий. Иногда нужно время и для того, чтобы узнать, какие эрогенные зоны следует стимулировать во время полового общения.

Одно из обязательных условий сексуальной гармонии - одинаковое активное участие мужа и жены в половом акте.

Стремление к сексу в первые годы совместной жизни у мужа выражено обычно сильнее, чем у жены. Эту особенность полового влечения мужа обязательно должна учитывать жена. Отказ в интимной близости, когда муж стремится к ней, целесообразен лишь в тех случаях, когда на то имеются определенные причины (болезнь, беременность). Некоторые женщины мотивируют свой отказ тем, что хотят спать, что вчера "это" уже было и т.д. Подобное поведение жены чаще всего основано на ее собственном восприятии полового общения, от которого она не получает удовлетворения. Однако таким женщинам следует помнить, что чем чаще будет секс, тем быстрее у них разовьется чувственность. Конечно, здесь есть и немало психологических тонкостей. Совет уступать желаниям мужа отнюдь не означает, что жена должна это делать в самые неподходящие минуты, например когда муж, немного выпив, стремится к близости, находясь в гостях, или если жена собирается в театр, одевается перед зеркалом, а у мужа вдруг вспыхнуло желание. Приведенный совет следует выполнять в пределах разумного.

Отчуждение

Чаще всего отчуждение со стороны одного из супругов наступает тогда, когда он был вынужден в чем-то переступить через себя, например, ему что-то не понравилось в интимных отношениях, он пытался перебороть это в себе молча, вместо того чтобы

откровенно обсудить свои трудности с партнером, самым близким и дорогим ему человеком, к тому же заинтересованным во взаимном удовлетворении.

Со стороны мужчины за таким поведением могут стоять старые, тянущиеся из подросткового или юношеского возраста переживания своей несостоятельности, скажем, сексуальные неудачи, и он своеобразно маскирует эту проблему, включая психологическую защиту и подменяя ее другой: "Мы теперь реже нуждаемся в этом".

Некоторые физиологические предпосылки к такому типу поведения со стороны мужчины, разумеется, есть. Это окончание у мужчины после 25-30 лет периода юношеской сверхвозбудимости, с которым некоторым мужчинам чрезвычайно трудно смириться. Если раньше мужчина проводил близости почти ежедневно, а иногда и несколько раз в течение суток, то в более позднем периоде эта способность теряется, внутренний импульс к близости появляется значительно реже и требует известной психологической настройки.

Воспринимая половой акт в этих новых условиях как некое искусственное самовозбуждение, мужчина удлиняет промежутки между близостями, и тогда после воздержания они протекают более эмоционально. Такая частота воспринимается им как потолок собственных возможностей.

Если такой режим относительно редких близостей существует несколько лет, то этот стереотип фиксируется, и перейти на более интенсивный ритм половой жизни становится трудно без существенного толчка извне.

4 типа сексуального поведения

Каждый мужчина имеет свои индивидуальные особенности, вкусы, предпочтения, и в самом грубом приближении можно выделить 4 типа сексуального поведения мужчины:

1) игровой тип, характеризующийся тем, что каждую интимную близость он стремится провести изобретательно, внося максимум разнообразия и новшеств, так как основной его целью является удовлетворение партнера;

2) гомеостабилизирующий тип, который характеризуется тем, что проводит близость только при возникновении настоящей внутренней потребности, при этом сама близость рассматривается как нечто мешающее, отвлекающее от дел, этот тип часто свойственен ученым, общественным деятелям;

3) шаблонный тип, характеризующийся однообразным, стандартным проведением близости, стремящийся избегать всяких новшеств, как правило, соблюдающий строго определенный ритм полового общения;

4) генитальный тип, характеризующийся скептическим отношением к эмоциональным нюансам интимной близости, для которого внутренний импульс влечения является сигналом к поиску доступного сексуального партнера.

Из этих четырех типов полового поведения мужчины как раз гомеостабилизирующий тип склонен к легкому отказу от половой жизни при увлеченности работой или возникновении проблем в отношениях супругов.

Охлаждение женщины

Несколько иные причины прослеживаются в охлаждении женщины по отношению к интимной жизни супругов. Одной из таких причин является то, что в начале супружеских отношений некоторые женщины, не испытывая серьезного влечения к близости и не начав переживать оргазм, тем не менее сознательно играют роль страстных натур, желая сделать приятное мужу.

К несчастью, имитация страстности и даже инсценировка оргазма не только ничего не дает женщине, но понижает ее реактивность и вводит в заблуждение супруга, который не видит необходимости как-то улучшать интимные отношения. Отказаться от этой практики через некоторое время женщине становится очень трудно, так как она будет вынуждена как-то объяснить мужу происшедшие перемены или признаться в неискренности.

Поскольку и то и другое связано с угрозой ухудшения отношений, то естественным путем разрешения подобной ситуации являются беременность и роды или какое-либо длительное заболевание, после которых женщина как бы утрачивает чувственность. Но видя,

что муж очень расстроен, она иногда возвращается к прежнему стереотипу, сожалея потом об этом и попадая в безвыходную ситуацию, так как муж начинает списывать все непонятные для него события за счет особенностей ее организма.

Известны и другие причины изменения сексуальной активности женщины после родов. Если от начала вполне гармоничных отношений в браке до наступления беременности проходит сравнительно небольшой срок, то сложившийся стереотип не успевает зафиксироваться, а во время беременности сексуальность женщины значительно понижается, в конце беременности и после родов следует длительный перерыв в половых отношениях. Все это затрудняет восстановление прежних сексуальных отношений после родов.

Кроме того, у многих женщин наступает эмоциональная переориентация на ребенка, особенно если он ослаблен и часто болеет.

Этот период реконструкции семейных отношений после рождения ребенка исследователь Ю.Б. Рюриков называет вторым кризисным периодом в жизни семьи. Такому отчуждению нередко способствует сложность в отношениях жены и родителей мужа, недостаточное участие мужа в домашних делах и другие психологические моменты, за которые жена подсознательно наказывает мужа отказом от близости.

"Треугольник"

Вследствие такого охлаждения в интимной сфере может появиться "симпатия" на стороне. Нередко при появлении внебрачной связи изменяющий супруг становится подчеркнуто нежным и обходительным, отнюдь не чурается интимной близости и в целом ведет себя настолько положительно, что пострадавшая половина предпочитает узнавать об этом последней.

Судьба каждого в этом любовном треугольнике оказывается незавидной:

жена, которая в длительном и устойчивом браке не смогла сохранить гармонию в интимных отношениях и теперь вынуждена мириться с ситуацией, чтобы не потерять большего; соперница, которая, не сумев построить собственного счастья, вынуждена довольствоваться суррогатом отношений и подводить под них оправдательную теорию, понимая ее зыбкость; муж, который вынужден лгать и изворачиваться, оказавшись "меж двух огней", и преодолевать муки совести, опасаясь репрессий со стороны окружающих.

Недаром медицинская статистика свидетельствует о том, что подобные ситуации довольно часто оканчиваются для мужчины инфарктом миокарда.

У мужчины существует "опасный" возраст, который начинается в 50-55 лет. В этот период начинает снижаться половое влечение, отражая переход от зрелости и увяданию, что некоторыми мужчинами встречается панически, поскольку олицетворяет для них наступление старости и окончание активной жизни. Эта категория мужчин стремится всеми доступными способами сохранить половое влечение. В числе этих способов, как правило, появление альянса с молодой, привлекательной, сексуально активной женщиной, в котором он с полной отдачей играет роль более молодого человека.

Предотвратить эмоциональное отчуждение в сфере интимных отношений может помочь только одно: гармоничные интимные отношения, создаваемые и поддерживаемые усилиями двоих, опирающиеся на знание психофизиологических особенностей каждого возрастного периода.

Что нужно знать жене

От женщины в интимных отношениях зависит гораздо больше, чем обычно думают. Предположим, в ваших отношениях с мужем что-то разладилось, ваша половая жизнь стала редкой и нерегулярной, и не по вашей вине. Муж на эту тему говорить не желает. Вместо того чтобы заниматься домыслами, выслеживать его, завести ему в отместку любовника, попробуйте понять, что случилось. И первый вопрос, на который вы должны найти ответ: не хочет он или не может? Ваше поведение в этих случаях должно быть совершенно разным.

Если он не хочет, то разберитесь - потерял ли он влечение вообще или только по отношению к вам? Если он не хочет только вас, это тяжелый случай. Возможно, он завел

любовницу, и его не хватает на вас обоих (редкий вариант, чаще любовница не мешает интимным отношениям с женой). Может быть, он вас просто разлюбил, может, что-то в вашем облике стало вызывать у него отвращение. Посмотрите на себя, взгляните на себя глазами мужчины - а можете ли вы еще вызывать желание, не опустились ли вы, не ложитесь ли вы в постель в бигуди и с намазанным кремом лицом?

Я понимаю, что задаю жестокие вопросы, но не дать угаснуть взаимному влечению при нашем суровом быте, когда муж и жена все время трутся бок о бок, требует больших усилий со стороны женщины. Свежее белье, откровенный и аккуратный утренний халатик, его любимые духи не только утром, когда вы идете на работу, но и вечером, перед сном...

Если для вас важнее внимание мужа, а не посторонних мужчин, то вы предпочтете купить скорее сексуальный бюстгальтер, чем нарядное платье. Если вы всем этим пренебрегаете, то не удивляйтесь появлению молодой и привлекательной соперницы. Потом обвинять мужа в распутстве или объяснять его поведение тем, что его "сглазили", будет поздно и абсолютно бесполезно.

Если муж потерял влечение к женщине вообще, не пугайтесь, скорее всего, это явление временное. Это может быть признаком наступления депрессии, и лечить его в таком случае следует именно от депрессии, а не от импотенции. Потеря влечения может быть связана с циклическими процессами в организме, с переутомлением, с общим или гормональным заболеванием. Вам просто надо набраться терпения, нежности, не требовать от него того, чего он дать не может, и при необходимости лечить его, не забывая напоминать о том, что он нужен вам как родное существо, а вовсе не только как сексуальный партнер.

Если мужчина почему-либо не может, но хочет, от вас требуется еще больше внимания и терпения. Для мужчины, потерявшего возможность осуществлять свои мужские функции, наступают очень тяжелые времена: он падает духом, мечется от надежды к отчаянию, то окунается с головой в трудное и болезненное лечение, то машет на все рукой, потеряв веру в выздоровление. Часто он переоценивает тяжесть своего состояния и впадает в отчаяние. Вы должны поддержать его всеми имеющимися средствами.

Мотивы создания семьи

*Семья заменяет все, поэтому прежде,
чем ее завести, подумай, что тебе
важней: все или семья.*

*Отношения в семье в значительной степени определяются тем,
какими мотивами*

*руководствовались вступающие в брак и совпадали ли эти
мотивы.*

Мотивы создания семьи

*Таких мотивов может быть один или несколько из числа
следующих:*

любовь;

желание иметь постоянного сексуального партнера;

психологические причины;

желание иметь детей;

решение бытовых проблем;

сложившиеся обстоятельства.

Обычно присутствует не один мотив, но у каждого есть один-два ведущих. Разберем их по порядку.

Любовь и секс

Эти два явления тесно связаны между собой, но не идентичны. Можно любить и не иметь хорошего секса, можно иметь последний, но не любить.

Но это - крайние случаи. Чаще всего имеется и то и другое, но в разных пропорциях. Проблема здесь в том, что для женщин на первом месте стоит эмоциональная сторона любви, а у мужчин - физическая, т.е. секс. Желание иметь регулярный секс - это преимущественно мужской мотив вступления в брак.

Это различное отношение к любви и порождает множество проблем в отношениях мужчины и женщины, мужа и жены. Многие женщины жалуются на отсутствие эмоций у мужчины, демонстрирующих любовь к женщине.

Разное отношение супругов к сексу также порождает множество иллюзий. Наиболее типичный случай - в первые годы муж жалуется на инертность жены, в последующие - жена хотела бы больше сексуального удовлетворения, чем доставляет ей муж.

Психологические причины

Мотивы многих браков чисто психологического свойства. Например, реализовать свою потребность руководить кем-то, самоутвердиться в роли руководителя. Этот мотив более характерен для мужчин. Для такого мужчины женщина, беспрекословно ему подчиняющаяся, становится ему просто необходима. Но если после ЗАГСа от роли послушницы жена отойдет - муж почувствует себя бессовестно обманутым со всеми вытекающими отсюда последствиями. Ранее кем-то отвергнутые или обманутые могут создать семью "назло" обманщику (обманщице) - фактически также для самоутверждения или по принципу "клин клином вышибают".

Мужчины, ставящие перед собой задачу жениться только на девственнице, фактически самоутверждаются за счет чувства собственника: "она принадлежит мне и только мне!"

Неуверенные в себе стараются найти опору в лице более уверенного человека. Не случайно женщины как существа преимущественно более тревожные, неуверенные в себе по сравнению с мужчинами почитают как одно из ценнейших качеств мужчины его надежность: "за его спиной - как за каменной стеной!"

Трудности для семьи кроются в том, что избранник может не оправдать возлагаемых на него надежд.

Продление рода

Детей хотят и мужчины и женщины, но у женщин этот инстинкт выражен намного сильнее. Если для мужчины конечной целью во взаимоотношениях полов может быть сама женщина, то для женщины конечная цель - ребенок, а мужчина - средство достижения этой цели: это прежде всего возможный отец ее будущих детей.

Не случайно поэтому, что рассказывая даже о своей работе, карьере, женщина никогда не упустит случая сказать, когда она родила. Всякий раз, давая интервью, женщины, добившиеся очень многого в своей профессии, обязательно указывают, что самыми значимыми событиями в своей жизни они считают рождение ими своих детей, а не выдающиеся профессиональные достижения.

В недавних интервью это подтверждают высказывания знаменитых певиц Монсеррат Кабалье и Галины Вишневской. А вот что сказала Софи Лорен: "Важнейшие для меня события связаны с рождением моих двух детей. К ним я также отношу встречи с режиссерами".

О том, что потребность женщины в ребенке больше, чем у мужчин, говорит и тот факт, что женщины рожают детей и не будучи замужем. Берут приемных детей обычно одинокие женщины, но не мужчины.

Обычно женщины по-матерински относятся к детям мужа от предыдущего брака, хотя не обходится и без эксцессов.

В каптерку вбегает старший сержант и орет:

- Вашу мать! Какой козел сказал моей невесте, что каждая нашивка на погоне означает родившегося ребенка?!

Любовь к детям

Мать любит своих детей не потому, что они ей нравятся, а потому, что это ее дети. Поэтому материнская любовь изначальна. Ее нельзя заслужить хорошим поведением и

нельзя потерять, согрешив. Материнская любовь - это милосердие и сострадание.

Отцовская любовь, напротив, обусловлена разными обстоятельствами. Она зависит от достижений ребенка, его хорошего поведения. Отец сильнее любит того ребенка, который больше на него похож, напоминает его привычками или задатками, поведением, образом жизни, манерами, одеждой. Это может быть даже какой-то наследственный недостаток (не очень порочный, а скорее забавный и умильный). Именно такого ребенка отец хочет сделать наследником своих дел, состояния и собственности. В таком ребенке он видит свой корень и свое продолжение. Любовь отца можно потерять, но ее можно и вновь заслужить раскаянием, подчинением, смирением. "Отцовская любовь - по мнению Э. Фромма - это справедливость".

Разное отношение к детям нередко является источником серьезных разногласий в семье.

Достаток и комфорт

Для многих "хозяйственных" людей брак является прежде всего средством обретения материального достатка и бытового комфорта. Противоречие между супругами здесь нередко возникает из-за того, чьими силами все это достигается. Чаще всего - недостаточное участие мужа в хозяйственных делах и все взваливается на плечи жены: приготовление пищи, уборка, стирка, гла-жение, магазины, дети и т.д.

Другая крайность - жена зарабатывает больше мужа, для многих это непереносимая ситуация. Еще один источник напряженности - разная степень "хозяйственности" супругов, их отношение к расходованию денег.

Предпочтения молодежи

Для того чтобы их выявить, социологи МГУ провели опрос среди студенток, то есть потенциальных и начинающих жен. Оказалось, что надежность и доброта мужскими достоинствами уже не являются. Их не отметил никто. Зато молодые женщины убеждены в том, что муж прежде всего должен обеспечивать семью. Такой ответ дали 98% опрошенных. 96% хотят уважения к женщине. Ум в супруге ищут 73%. О том, чтобы он любил работать, мечтают... 5%.

Все опрошенные в принципе готовы взвалить материальный достаток на свои хрупкие плечи. От мужа им нужно, чтобы иногда ходил за продуктами и играл с ребенком. А самое главное, чтобы он принимал решения.

Чего от брака ждут мужчины? 75% мечтают, чтобы дома их ждала ласковая, чистая, хозяйственная, умеющая прекрасно готовить, заботливая, добрая, любящая детей, верная жена. 11,7%, напротив, желают, чтобы их половина больше занималась карьерой, была умной и надежной. Такой подругу жизни видят в основном работники культуры и сотрудники фирм. 10% (в основном, это очень обеспеченные, до 35 лет) считают, что жена должна быть супермодной, сексуальной, взбалмошной и капризной. И наконец, 3,3% опрошенных сами не знают, чего хотят.

Меркантильные установки некоторых супругов нашли отражение в устном народном творчестве. Проведем образчик этого.

Глубокой ночью жена будит мужа.

- Что случилось? - удивляется он.

- Ничего, - говорит жена, - просто я не могу понять, как можно спокойно спать, получая такую маленькую зарплату!

Вынуждающие обстоятельства

К созданию семьи нередко подталкивают обстоятельства. Например, женитьба, для того, чтобы у ожидаемого ребенка был законный отец (вынужденный брак).

По данным социологов, большинство беременностей у нерожавших женщин во всех возрастах происходит вне брака; на их долю приходится 61,7% от всех зачатий, причем в возрасте 16-17 лет они составляют 95,6%, а в возрасте 25-29 лет - 54,9%. К сожалению, тенденция к внебрачной беременности в ближайшем будущем, скорее всего, усилится.

Однако не стоит воспринимать вынужденный брак, как крах личной жизни. Подобное

отношение к последствиям внебрачной беременности полностью опровергается практикой. Так, по данным петербургского социолога и юриста Д.И. Чечота, 20% дел об усыновлении возбуждаются в судах мужчинами, 50% представителей сильного пола добровольно признают свое отцовство, причем половина из них одновременно регистрирует брак.

Данные приводимой ниже таблицы показывают, что ожидание ребенка как главную причину заключения брака женихи назвали в полтора раза чаще, чем невесты.

Именно реальными возможностями добиться счастья и в вынужденном браке можно объяснить результаты эстонских социологов, которые установили, что 40% от общего числа опрошенных, вступивших в вынужденный брак, через пять лет после его заключения сообщили исследователям, что живут вполне счастливо (процент ответивших так в обычных браках не намного выше).

Этот результат вполне объясним. При ожидании или появлении ребенка регистрируют брак мужчины: 1) порядочные; 2) испытывающие доброе отношение к забеременевшей подруге; 3) относящиеся серьезно к появлению ребенка, любящие детей как таковых. Все эти обстоятельства играют позитивную роль для устойчивости семьи.

Мотивом вступления в брак может быть и боязнь одиночества: время выходить замуж (жениться), все подруги, друзья переженились, надо решаться, а то семью создавать будет уже не с кем.

Подводя итоги, необходимо заметить, что противоречия в семье возникают почти всегда, когда супруги, вступая в брак, руководствовались разными мотивами. Или из-за разного понимания этих мотивов. Соответствующие примеры приведены нами выше.

А если подсчитать

В 1989 году С.И. Голод привел обстоятельное исследование, показавшее, для какой доли женихов и невест та или иная причина создания семьи являлась главной. Результаты этого исследования представлены в нижеследующей таблице.

Мотивы вступления в брак (в %)

А что в итоге?

Через 2-3 года исследователи опросили тех же людей, бывших женихов и невест, а теперь супругов, как они оценивают свою семью. При этом учитывались лишь те пары, которые пришли к согласию в оценке брака. Результаты приведены в таблице.

Удовлетворенность супругов в зависимости от мотивов брака (через 2-3 года после начала совместной жизни)

Таблица более чем красноречива. Прежде всего бросается в глаза, что наиболее успешными оказались браки, заключенные на основе общности интересов. Как тут не вспомнить давнишние традиции создавать семью с представителями "своего круга"! Есть над чем призадуматься...

Второе место по удачности брака занимает мотив "любовь". О том, почему этот мотив уступает предыдущему, мы говорили ранее: часто влюбленность принимается за любовь и по прошествии влюбленности оказывается, что супругов мало что соединяет.

Интересно сопоставить это с предыдущей таблицей, из которой следует, что мотив любви является, безусловно, доминирующим, особенно у невест.

Но самым впечатляющим является итог двухлетней совместной жизни у тех пар, главным мотивом создания семьи одного из которых была материально обеспечена за счет будущего супруга. 10% пар признали состояние семьи плохим. А это означало, по условиям исследования, предразводное состояние супругов. Скверные показатели также в случае женитьбы "на квартире" и при случайном браке.

Надеемся, результаты приведенных исследований помогут молодым задуматься над главными мотивами предполагаемого брака.

А как у них?

Японские ученые сравнили пары, сочетавшиеся по взаимной любви, и пары, вступившие в брак по выбору родителей. Вначале своей семейной жизнью более довольны были первые, а через 10 лет оказалось, что более удачен брак у вторых.

Сколько ходить в женихах-невестах?

Этот вопрос интересует многих. Бытует мнение, что чем дольше думали и узнавали друг друга, тем больше шансов на прочную семью. Однако, исследования показали, что нет прямой зависимости между продолжительностью добрачного знакомства и прочностью брака: число разводящихся среди тех, кто был знаком 1-2 месяца, равно числу разводящихся со стажем знакомства 1-5 лет.

Все дело, по-видимому, в "интенсивности" познания друг друга, которая больше зависит от видов совместной деятельности и глубины обсуждавшихся проблем, их важности для совместной жизни, нежели от продолжительности знакомства.

Типология семей

Приведем типологию семей, предложенную американским социологом П. Хербстом.

Он выделяет четыре ведущих типа семьи. Первый - это так называемый автономный образец. В подобной семье у мужа и жены имеется разное отношение к жизни и различные ценностные ориентации. Решения принимаются сообща, носят компромиссный характер и являются "триумфом разнородностей". Различие характеров и мировоззрений не играет здесь негативной роли, поскольку предполагается самой системой возникающих в такой семье взаимоотношений.

Во втором типе семьи ведущую роль играет муж. Особенности его личности, мировоззрения и отношения к жизни являются определяющими для всех членов семьи. Роль жены оказывается здесь заметно менее важной и в основном очерчена кругом "женских" обязанностей.

В третьем типе семьи решающую роль играет жена. Однако значение мужа здесь больше, чем жены во втором типе, поскольку он не ограничивается выполнением сугубо "мужских" обязанностей, а выполняет и некоторые чисто "женские" функции по поручению супруги.

Последний, четвертый, тип семьи по Хербсту - это "синкретическая семья". Роли в ней распределены равномерно, и решения принимаются на основе согласия супругов, а не на основании компромисса в результате обсуждения.

Конечно, первые три типа семей не могут быть признаны идеальными. В связи с этим следует объяснить юношам и девушкам, что решение о выборе конкретного уклада является индивидуальным творческим актом и любой, пусть даже не слишком современный и не до конца одобряемый уклад может быть реализован семейным союзом, если он удовлетворяет обоим супругам и не препятствует выполнению семьей ее социальных функций. Но при этом не следует, конечно, забывать, что мужу и жене необходимо все-таки стремиться к максимально возможному для них равенству в отношениях.

Принятый будущими супругами вариант возможного уклада должен пройти проверку с точки зрения материально-бытовых обстоятельств их последующей совместной жизни.

Супружеские роли Американский социолог К. Кирпатрик предложил следующую классификацию супружеских ролей: традиционные, товарищеские роли партнеров.

Первое в адаптации к семейной жизни заключается в том, чтобы супруги выбрали (или в конце концов договорились о таком выборе) один и тот же тип роли (т.е. чтобы не было пересечений и рассогласований: она - за традиционный брак, а он - за товарищеский). Второе - чтобы каждый из компонентов поведения соответствовал произведенному выбору.

Например, традиционные роли предполагают со стороны жены рождение и воспитание детей, создание и поддержание дома, обслуживание семьи, подчинение собственных интересов интересам мужа, приспособленность к зависимости и терпимости, к всевозможным ограничениям со стороны мужа.

Со стороны мужа для сохранения гармонии семейных отношений в этом случае необходимы: экономическое обеспечение и защита семьи, поддержание семейной власти и контроля, принятие основных решений, эмоциональная поддержка жены, материальное обеспечение ее при разводе.

Товарищеские роли требуют от жены сохранения внешней привлекательности,

обеспечения моральной поддержки и сексуального удовлетворения, поддержания полезных для мужа социальных контактов, живого и интересного духовного общения с мужем и гостями, а также обеспечения разнообразия жизни и устранения скуки. От мужа требуется восхищение женой и рыцарское отношение к ней, ответная романтическая любовь и нежность, обеспечение средств для нарядов, развлечений, социальных контактов, образования в сфере досуга и, конечно же, проведение досуга с женой.

Роли партнеров требуют и от жены, и от мужа экономического вклада в семью в соответствии с возможностями каждого, общей ответственности за детей, участия в домашней работе и распределения правовой ответственности. Но помимо этого общего, от мужа необходимо еще и принятие равного статуса жены и согласия с ее равным участием в принятии любых решений, а от жены - готовность к отказу от рыцарства со стороны мужа (вы ведь равны!), к равной ответственности за поддержание статуса семьи.

Роль жены В современной городской семье женщина гораздо чаще, нежели муж, является основным организатором семейной жизни. По данным исследования молодых семей, проведенного в Москве, в 60% семей оба супруга вместе распоряжаются деньгами, планируют, что делать в свободное время, решают хозяйственные вопросы, занимаются воспитанием ребенка; в подавляющем же большинстве других пар эти вопросы решает жена. Доминирующая роль жены в хозяйственно-бытовых вопросах часто предполагает ее лидерство и в других сферах семейной жизни. Но оказывается, что такое распределение ролей в семье чаще всего (по крайней мере в тех случаях, когда оба супруга работают) не удовлетворяет ни жену, ни мужа. Жена страдает от чрезмерной нагрузки, муж от того, что в своем доме он на вторых ролях, что явно не согласуется с его представлениями о "настоящем мужчине, хозяине в доме"

Эмоциональная атмосфера в семье. Пять стадий

*Удачный брак - это строение, которое нужно всегда
реконструировать.
А. Моруа*

Эмоциональные отношения супругов, как правило, проходят последовательно пять стадий. Они испытываются и мужем и женой, но для определенности опишем их в женском восприятии, поскольку у женщин эмоции проявляются более рельефно.

1) Первая стадия - период глубокой страстной влюбленности человека, когда он полностью находится под влиянием положительной установки ("герой"): супруг безраздельно занимает все внимание, окрашивая собой в радужные тона восприятие действительности, не покидая ни на минуту сознания любящего человека.

2) На второй стадии наступает некоторое охлаждение: образ любимого все реже всплывает в его отсутствие, однако одно только его появление вызывает сильный прилив положительных эмоций, любви, нежности к нему.

3) На третьей стадии происходит дальнейшее остывание эмоционального отношения. Теперь уже в его отсутствие она испытывает своеобразный психологический дискомфорт, чувствует себя плохо, всяческие "черные" мысли лезут в голову. Это тот случай:

Когда поздно приходишь домой, не думай, что сказать жене: она сама тебе все скажет.

При одном только его появлении нежность, любовь не вспыхивает. Теперь для этого необходим стимул: надо, чтобы он делал что-то приятное, доказывающее его любовь, от него требуются теперь ласки, нежные слова, подарки, какие-нибудь услуги и т.д. Это стадия привыкания. Вот здесь-то и уйти бы от нее - уехать в командировку, погрузиться в работу на круглые сутки, укатить за тридевять земель. Уместно здесь вспомнить известное выражение В. Ларошфуко:

"Разлука убивает слабые чувства и разжигает сильную страсть, подобно тому, как ветер тушит свечи и разжигает костер".

4) Если же на этой стадии не снизить интенсивность общения, начинается четвертый период, когда присутствие супруга вызывает неосознанное раздражение, когда те или иные его особенности - во внешности, поведении, привычках - воспринимаются уже как недостатки, и создаются предпосылки для размолвок. Человек начинает попадать под влияние отрицательной установки ("преступник"). Каждое слово, жест или поступок супруга воспринимается теперь с недоброжелательных, враждебных позиций, невинная оплошность его рассматривается как умышленное злодеяние: она ищет и находит злой умысел во всем его поведении, нынешнем и прошлом. Ей хочется уйти от него, постылого. При нем ее покидают всякие силы, ничего не хочется делать. Но как только он - "с глаз долой", равновесие восстанавливается.

5) На пятой стадии человек полностью находится под влиянием отрицательной установки. Теперь супруг опять целый день не выходит из головы, но это уже не тот ангел, каким он был несколько месяцев назад, теперь он наконец открыл свое "подлинное" лицо "гнусного и расчетливого злодея".

Жена раздраженно:

- Явиться домой в четыре часа утра! У меня просто нет слов!

Супруг - облегченно:

- И слава Богу...

Теперь забыты все его приятные слова и поступки, зато явственно выступает и вырастает до гигантских размеров, выстраивается в единую - и бесконечную - цепочку все отрицательное в нем, совместная жизнь "теряет всякий смысл". Этот этап наиболее опасен и сопровождается обычно соответствующими отношениями, когда уже хочется бежать не от него, а к нему, чтобы сразиться с ним да побольнее уколоть его, чтобы "всю правду в глаза ему" - и о нем, и о его родных и друзьях. Общение затем временно прекращается, супруги отдыхают друг от друга, и постепенно тускнеют обиды, мелкими начинают казаться разделявшие их рвы, возвращается первый этап их взаимоотношений - во всяком случае, высший для данной пары.

Конечно, трудно провести четкую границу между двумя соседними стадиями у одного и того же человека, а тем более нельзя отождествлять положение, состояние, самочувствие, поведение на одной и той же стадии у разных людей. В первый год в периоды спада эмоционального притяжения могут еще не возникать ссоры, дело может ограничиться лишь глубокими вздохами одного и тихими слезами другой. В последующем начинается уже неосознанный поиск поводов для ссоры, которая может возникать даже из-за того, что туфли в прихожей "бросил кое-как, вечно за собой не убираешь" и т.п.

"Как дети"

Очень нередко в общении с близкими людьми мы ведем себя так же, как больной ребенок: не понимая, что наше раздражение вызвано не столько внешними причинами, сколько нашим внутренним состоянием, сердимся на невинных людей, обижаем их и вызываем у них недоумение и представление о нас как о людях взбалмошных, капризных, невыносимых...

Скованные одной цепью...

Эти явления "надоедания" друг другу бывают не только у супругов, но у всех постоянно общающихся людей: у товарищей, друзей, сотрудников. Только у них это труднее заметить: их не связывает совместное пребывание, они не всегда обязаны быть друг с другом. И как только у них наступает период взаимного пресыщения друг другом, они автоматически, не отдавая себе отчета в этом, отходят друг от друга, занимаются каждый своим делом, своими проблемами. Процесс этот - отдыха друг от друга, проходит незаметно и безболезненно. Но если их поставить в условия вынужденного длительного постоянного совместного пребывания - это легко обнаружится...

Глаза бы не видели...

Когда возникают напряжения в отношениях друг с другом, а конфликт не разряжается (например, люди хорошо воспитаны, сдержанны), у супругов появляется стремление к уединению - любыми способами. Например, почему-то хочется лечь лицом к стене, сидеть, уткнувшись в книгу, газету - как угодно, лишь бы не встречаться взглядом с ним (с ней), не отвечать на вопросы, не общаться. Это может пугать молодых супругов, да и не особенно молодым это кажется странным, но стремление это вполне естественно, в многочисленных исследованиях длительного пребывания людей в тесном контакте друг с другом и в относительной изоляции от других людей это проявляется очень четко. Не очень нужно, конечно, афишировать это свое состояние ("смотреть на тебя не хочется!"), но воспринимать его следует спокойно, доброжелательно, снисходительно, сочувственно и создавать супругу всякие условия для уединения. Увидел, что глаза ее не хотят смотреть на тебя, - найди благоприятный повод уйти из дома: в магазин (да еще который подальше), в библиотеку, во двор - куда угодно, лишь бы "не мозолить" эти милые, недавно такие дорогие тебе глаза...

Пресыщение

Мы устаем от постоянного контакта с одним и тем же человеком, в частности с супругом. Наступает своеобразное пресыщение им, появляется потребность в эмоциональном отдыхе от него - явление совершенно естественное и столь же необходимое, как и обычный сон, отдых человека от деятельности, от восприятия информации.

Сначала мы не против того, чтобы этот человек был рядом, пусть только он не смеется так громко, не размахивает руками, не сопит над ухом, не разговаривает с нами, не мешает читать и т.д., а потом даже один вид его вызывает у нас крайнее раздражение, вспышку отрицательных эмоций. Периодическая эмоциональная усталость от общения и порожденная ею отрицательная установка на восприятие близкого человека выступают в роли провокатора, который "натравливает" человека на его друга, любимого. И многие из нас в своем поведении в семье, к сожалению, подчиняются ему. Далеко не всякий, даже умный и порядочный человек умеет поставить под сомнение не друга своего, а именно свое новое отношение к нему, отрицательное мнение о нем.

Защитные реакции

На этой стадии отношений нашла проявление поговорка:

"От любимой женщины мужчина сначала слепнет, а потом глохнет".

Сигнал опасности

Эти периодические охлаждения во взаимоотношениях супругов по происхождению своему явление естественное, природное, и, как всякое явление, они не могут быть безоговорочно отнесены только к вредным факторам.

Сигнал о необходимости отдыха от близкого человека, от общения с ним переживается на эмоциональном уровне в виде скуки, потом раздражения, неприязни к нему, и это приводит к ссорам, конфликтам и т.д.

Относитесь с юмором

Люди "опасных" профессий отличаются повышенной готовностью к восприятию веселых шуток и анекдотов. Посмотрите на группу парашютистов или летчиков после окончания прыжков или полетов: раскаты хохота прерываются лишь коротенькими описаниями смешных историй. Отсюда подсказка и для нашего случая:

- 1) относиться с юмором, не делать трагедию из естественных трудностей семейной жизни;
- 2) стараться удержать отношения от скуки, разнообразить их, в том числе и за счет юмора.

Влияние детства

Отношения с близкими, сформировавшиеся в раннем детстве, оказывают влияние на характер взаимоотношений во всей дальнейшей жизни.

Чтобы проверить это, был проведен ряд исследований. В частности, в одном из них были основательно изучены 373 помолвленные или недавно сочетавшиеся браком пары. Выявилась значительная связь в складе личности с родителем противоположного пола: те,

кто любил (сын - мать, дочь - отца), стремились подобрать для брака человека такого же типа, или с такими же привычками, а те, кто не любил - совершенно на него не похожего.

Исследования показали, что и при повторных браках эта тенденция устойчиво сохраняется. В том числе и у тех, кто неоднократно побывал в браке: объект любви является всякий раз лишь вариацией стереотипа, сформированного в детстве. Причем не только к родителю, но, возможно, и к другой авторитетной личности (близкий родственник, учитель и т.д.).

Некоторые же на протяжении всей жизни переносят на окружающих ненависть к своим родителям. Берджес и Коттрелл установили, что счастливые браки наиболее часты у детей счастливых родителей, а несчастливые - у несчастливых. Отношение сына к матери, дочери - к отцу воспроизводится затем отношением мужа к жене, жены - к мужу.

Почему многие свекрови не любят своих невесток? Во многих случаях вначале была неблагополучная семья, где появления ребенка не хотели, а потому его и не любили, или семья была неполная. Ведь если семья неполная, то ребенок - спасение для матери, она живет для него. И вот женщина воспитала сына, он - ее капитал, ее собственность. Вдруг появляется девушка, молодая женщина (невестка), которая на эту собственность посягает. В результате очень многие молодые семьи распадаются: в семейных неурядицах выбор между мамой и женой обычно заканчивается в пользу мамы, с ней спокойнее. И возникает заколдованный круг: теперь уже молодая мама с сыном остается одна, и снова растит сына, который превращается в ее собственность, а потом его надо делить с какой-то женщиной и т.д. Как поется в песне: "Будут внуки потом, все опять повторится сначала".

Советы молодым

Можно ли спланировать счастливую супружескую жизнь? Психологи утверждают, что возможно. И советуют строить семью задолго до звучания марша Мендельсона.

1. Разговаривайте друг с другом

Речь идет не о любовном шепоте или обсуждении фасона свадебного платья. Обсуждать с предполагаемой половиной надо прежде всего будущую семейную жизнь. Обсудите отношения в семьях своих родителей. Подумайте, что бы вы хотели перенести в собственную семью, чего избежать. Больше общайтесь с его (ее) родителями, проецируйте их поступки на себя. Обговорите самые важные моменты: кто из вас будет зарабатывать или делать карьеру, кто - продолжать учиться, когда и сколько заводить детей, как планировать бюджет и распределять обязанности по дому.

Семья часто распадается потому, что самые простые вещи не оговорены заранее.

О том, как мы, бывает, слушаем друг друга, свидетельствует следующее наблюдение.

Мужики во дворе забивают "козла". К одному из них подходит дамочка:

- Петенька! Сколько лет, сколько зим, как я рада тебя видеть!

Тот, не отрывая глаз от костяшек домино:

- Угу...

- А помнишь, как мы три года тому назад сидели на этой самой скамейке?

- Угу...

- Ты еще просил выйти за тебя замуж... Мужик, продолжая следить за игрой:

- Угу... Ну, и ты вышла?

2. Установите причину создания семьи

Как мы уже видели, формулировка "люблю - жить не могу" очень часто подводит. Семью создают для того, чтобы удовлетворить свои психологические потребности. Например, девушка имела трудные отношения с отцом. Она ценила его мнение, он же ни во что ее не ставил. Отсутствие отцовской любви заставляет девушку искать ее в чувствах пожилых мужчин. Она уверена, что ровесники ей не интересны, и выходит замуж за человека более старшего возраста. А он любит молоденьких девушек, поскольку имеет проблемы с мужским лидерством, хочет учить, чувствовать себя сильным. Оба решают, что это любовь.

Спустя время девушка превращается в женщину, ей нужен не эрзац отцовской любви, а

равноправие в браке. Но партнер по-прежнему нуждается в восхищенной "ученице". И только чувство ответственности за пожилого мужа может удержать женщину от развода...

3. Пусть партнер знает, что вы чувствуете

Не стоит втихомолку дуться, неделями и месяцами накапливая обиды. Надо сразу рассказывать о том, что вас обрадовало или огорчило. Доверяйте друг другу, научитесь успокаивать партнера. Выслушивая обвинения, лучше не апеллировать стандартным "на себя посмотри". Проанализируйте, почему ваш партнер обиделся, можно ли изменить ситуацию.

В качестве примера приведем ситуацию, в которой оказываются супруги, ожидающие ребенка.

Женщины часто говорят, что мужчинам никогда не понять, что значит быть беременной. И они правы. Действительно, большинство мужей редко задумывались над тем, какие тяготы выпадают на долю их спутниц жизни.

Недавно в США появилось устройство, которое, как надеется его создательница, расширит мужской кругозор. Консультант по вопросам материнства и детства Линда Уэр из Ремонда (штат Вашингтон) разработала конструкцию, имитирующую до 20 симптомов беременности. Это шестнадцатикилограммовое устройство предназначено в первую очередь для мужчин и подростков (как юношей, так и девушек), мало обеспокоенных последствиями секса. Оно состоит из нескольких компонентов: надувная грудь, ремень, сильно стягивающий грудную клетку, что вызывает одышку и повышение кровяного давления; 5-литровая заполненная водой емкость с механизмом, имитирующим внутриутробные движения плода; трехкилограммовый мешок с дробью, который закрепляется так, чтобы он давил на мочевой пузырь.

"Мужчины преобразаются буквально на глазах, - рассказывает Линда, - стоит им только нацепить искусственный живот и попытаться завязать шнурки или поднять с пола "дипломат". Они начинают кричать, стонать, жаловаться на одышку и боли в пояснице".

4. Поменьше романтизма

Возможно, психологи слишком категоричны: все-таки романтизм ночных прогулок и подвигов во имя любви очень даже неплох. Но перед походом в ЗАГС он может стать серьезной ловушкой. Мужья ждут от жены вечной нежности и красоты. Жены грезят о ежедневных букетах и "кофе в постель". Мысль о том, что любимый человек долго сморкался в ванной и сейчас засядет в туалете, перечеркивает всю романтику отношений.

Если вы умеете ценить радость каждого проведенного вместе дня, невзирая на быт и "физиологию", - это и есть зрелое отношение к браку.

5. Готовьтесь к кризисам

Кризисы будут, и не раз. Например, кризис первых месяцев совместной жизни, как правило, сексуально-бытовой: молодые жены ждут романтики, молодые мужья жаждут удовлетворить свои гиперсексуальные потребности. Первые получают "семейное изнасилование" и разбросанные мужем грязные носки, вторые - "договорной" секс (ты сделаешь то-то, а я тебе позволю...) и ежедневные покупные пельмени.

Или так называемый "трехлетний" кризис. У вашего трехлетнего ребенка наступает перелом - он научился самостоятельно есть, выражать мысли, получил некоторую свободу на физическом уровне. Ребенок не только отвечает "нет", он все делает назло. Родители чувствуют потерю контроля, нервничают. Мать может наказать ребенка, затем начинает жалеть его, испытывает чувство вины, вина вызывает приступ агрессии. Муж осуждает жену, жена винит мужа, обстановка накаляется...

Жены глазами мужей

Опросы мужчин выявили 5 типов женских характеров.

1. Уютная, зависимая, бесхребетная жена - один из стереотипов поведения в семье. Для некоторых мужей такие жены - подарок судьбы. Это способствует домашнему спокойствию и семейному счастью.

2. Непредсказуемая, раздражительная жена в безобидных словах может усмотреть предвзятое отношение к себе, любит наводить порядок и искать справедливость. Жену с

жизненным принципом "хочу все сразу и сейчас" трудно, но все же можно терпеть в семье.

3. Эмоциональная и чувствительная жена, себялюбивая и высокомерная. Любит настоять на своем. С противоречивым характером. Брак зачастую недолговечен.

4. Нелегкий характер, настойчива и конфликтна, знает себе цену и не прочь прихвастнуть, стараясь подчинить себе всех, особенно мужа, поэтому в семье часто возникают ссоры.

5. Самостоятельная, независимая, в любой жизненной ситуации может постоять за себя. Не из робкого десятка. Принципиальна и рассудительна, разговорчива и общительна. Это сильная личность, лидер. Характер мужской, ей не свойственна мнительность, она тверда, упряма, решительна. Тип деловой женщины. Но в семейной жизни им часто не везет.

Мнение мужей по поводу брака

1. Чаще всего ему нравится, что он женат. Вообще в большинстве случаев мужья оценивают качество своей семейной жизни выше, чем их жены. Сказывается перегруженность женщины в семье домашней работой и недостаток эмоциональной поддержки со стороны мужа.

2. 60% считают, что их женитьба важнее друзей.

3. Статистика показывает, что мужчины больше, чем женщины, хотят сохранить семью.

4. Большинство мужчин чувствуют, что секс до женитьбы их привлекал больше, чем после нее.

Почему мужчины женятся?

Наиболее частые ответы:

1. По любви.

2. Не хочу остаться один.

3. Хочу иметь постоянного сексуального партнера.

Типичные ошибки жен

1. Ведут себя, как матери, и обращаются с мужем, как с ребенком: "Ты не забыл?...", "Сколько раз можно говорить тебе, чтобы...", "Ты не слишком легко оделся?", "Ты принял лекарство?" Постоянное предложение помощи, заботы, напоминания, подсказки, ворчания, выполнение вместо него дел, исходя из того, что он сделает хуже. Злоупотребление этим может раздражать мужчину и уж во всяком случае - убьет страсть.

2. Жена скрывает свои достоинства и компетентность и подчеркивает свои недостатки. Делают это, чтобы не поколебать уверенность мужа в его превосходстве: "Я стала все забывать", "Я без очков ничего не вижу", "Я стала такая бестолковая", "Я стала такая толстая, что неприятно посмотреть в зеркало, не могу влезть в старую юбку" и т.п.

3. Превращают мужа в "подружку", при которой накладывают на лицо маску из противных водорослей или из сока клубники, красят волосы и выполняют другие, еще более интимные дела. Укладываются в постель с лицом, намазанным толстым слоем крема с целью разгладить морщины, чтобы нравиться другим, не мужу.

Что злит мужей

"То, что женщина зачастую считает вполне приемлемой темой для разговора с мужчиной либо рассматривает как нормальное поведение, нередко способ довести ее спутника до белого каления", - считает американский психолог Джудит Сигал. Проанализировав поведение нескольких сотен пар, она пришла к выводу, что мужчинам, даже если они очень любят, в большинстве своем не нравятся в женщинах одни и те же замашки. Своими наблюдениями Джудит Сигал поделилась в книге "Как вести себя с трудными мужчинами". Просмотрите шесть советов из ее книги, которые, возможно, помогут вам избежать ненужных ссор.

1. Нет в мире такого мужчины, у которого не вскипала бы кровь при долгом ожидании своей жены или подруги, когда та в течение часа перебирает и примеряет наряды, собирается на вечеринку. У мужчины, который может одеться за 5 минут, просто в голове не укладывается, как можно так долго вертеться перед зеркалом.

2. Зачастую мужчины очень нервно реагируют на постоянные разговоры о ваших отношениях и о том, как их улучшить. Запомните: мужчинам нужна романтика и секс, а не разговоры.

3. Автомобиль для мужчины - это его крепость на колесах, и ему приходится несладко, когда женщина дает ему советы во время езды.

4. Не следует корить мужчину за избыточный вес. В большинстве своем им совершенно наплевать на всяческие там диеты и лишние килограммы. А вот постоянные попреки и насмешки могут привести к крупной ссоре.

5. В том, что мужчина поглядывает на хорошеньких женщин, нет ничего неестественного. Постарайтесь воздержаться от обвинений в его адрес по этому поводу, даже если он действительно пялится на какую-нибудь симпатичную мордашку или стройные ножки.

6. Никогда не жалуйтесь своему приятелю или супругу, что вам нечего надеть. Нет такого мужчины, который посчитает это правдой при наличии шкафа, битком забитого одеждой.

Удержаться от проигрывания этих "старых пластинок" очень трудно. Перечисленные "речитативы" у женщин, видимо, в крови. Попробуйте, однако, хоть иногда следовать этим советам, и вы существенно облегчите себе плавание в бурных водах семейной жизни.

Как обращаться с "барином", если муж попадает в этот разряд

Часто мужчины ведут себя, как дети: охотно позволяют исполнять все их прихоти, баловать и нежить. Намерены ли вы добровольно обслуживать своего спутника жизни? Оберегать от всех неприятностей? Так он никогда не станет взрослым!

Но как добиться, чтобы мужчина добровольно брал на себя большую ответственность? Мы раскроем несколько хитростей, к которым вы можете прибегнуть.

Есть семь разновидностей "барина".

"РАССЕЯННЫЙ" в принципе готов помочь вам, но в большинстве случаев его голова занята другим.

"БЕЗУЧАСТНЫЙ" ко всему равнодушен, так как погружен только в свои дела.

"НАХОДЯЩИЙСЯ В СОСТОЯНИИ СТРЕССА" в данный момент действительно не имеет времени.

"ПРОТЕСТУЮЩИЙ" часто играет роль "барина" из-за неосознанного внутреннего сопротивления.

"ИЗБАЛОВАННЫЙ" уже с детских лет был "барином".

"ЭГОИСТ" ведет себя так всегда и везде.

"КОНСЕРВАТОР" имеет четкое представление о роли домашней хозяйки.

Итак, что же можно порекомендовать?

1. Задумайтесь о мотивах своего поведения. Почему вы всегда обслуживаете вашего спутника жизни? Возможно, вам доставляет удовольствие баловать свое сокровище? Тогда оставьте все как есть. Не хотите показаться плохой хозяйкой? Присмотритесь, вы усердствуете даже тогда, когда ваш супруг берет на себя часть обязанностей. Или вы боитесь, что он будет недоволен? В таком случае нужно научиться спокойно переносить его недобрые взгляды и слова.

2. Избегайте постоянных упреков, так как упреки и напоминания вроде: "Убери же, наконец, за собой вещи!" - ему хорошо знакомы с детства и страшно надоели. Каждый новый выговор только усиливает его пассивное сопротивление.

3. Давайте ему дружеские, но решительные указания. Когда он небрежно разбрасывает свою грязную одежду, спокойно скажите: "Я буду стирать твои вещи только после того, как ты сложишь их в бельевую корзину". Если он этого не сделает, ни в коем случае не стирайте. Покоряются даже самые упрямые.

4. Настаивайте на разделении труда. Вручите вашему "барину" записку с перечнем необходимых покупок и отправьте в магазин. Будет отказываться - стойте на своем: "Холодильник пуст, а поэтому и плита холодная".

5. Не бойтесь переиграть. Пародируйте роль домработницы: подавайте ему напитки, газету, ручку на подносе. Само собой разумеется, с подобострастным поклоном. Эта игра помогает догадаться, в чем дело.

6. Поменяйтесь с ним ролями. Вы тоже можете поступать, как он. Усядьтесь поудобнее в кресло, сложите на груди руки и скажите: "Не будешь ли ты так любезен принести мне чайку?" Одно обескураженное выражение его лица вознаградит вас.

7. Настройтесь на длительную борьбу и берегите нервы. Охотно никто не отказывается от старых привычек. Ваше поведение вызовет его сопротивление, но не давайте сбить себя с толку, настойчиво и последовательно осуществляйте свою стратегию. А если он принадлежит к типу людей, легко выходящих из себя, оставайтесь невозмутимой. Никогда не берите на себя роль маленькой девочки: вам не нужно оправдываться и извиняться. Вполне достаточно в ответ просто улыбнуться.

"Барин" блаженствует, а у вас все больше огорчений. Не ругайтесь, а действуйте!

Домашний деспот

О том, какие "странные", если не сказать деспотические формы может принять поведение "барина", свидетельствуют документы из домашнего архива выдающегося физика Альберта Эйнштейна.

Отец теории относительности и папаша двух сыновней отдал в августе 1914 года письменный приказ супруге (он висел на стене, хранился в особой папке), как ей было положено себя вести. Без малейшего намека на "домашнюю демократию". Цитируем некоторые главные параграфы приказа.

"А. Ты должна следить, чтобы мои костюмы и нижнее белье были всегда в полном порядке, трижды в день, час в час, приносить еду в мою комнату, спальня должна быть убрана, на рабочем столе ни до чего не дотрагиваться.

В. Ты не должна просить разрешения сидеть со мной рядом в доме, никаких пожеланий о совместных прогулках и путешествиях.

С. Никаких любовных излиятий и ни малейших упреков, на любой зов являться немедленно, ты должна выходить из спальни или рабочего кабинета по первому моему слову, ты должна обещать не унижать и не оскорблять меня перед детьми ни словом, ни делом".

Жена скрупулезно и повседневно выполняла все предписания, пока супруги не развелись.

Сам же великий ученый вычислил новую жертву, любившую его уже около десяти лет, и женился на своей кузине Эльзе. Законов в семье не изменял, требовал и получал беспрекословное повиновение, по-своему философски применял в доме "теорию относительности", за открытие которой в 1921 году был удостоен Нобелевской премии.

Краткий супружеский кодекс

1. Берегите любовь - свою и супруга.
2. Берегите право каждого быть самим собой. Будьте терпимее друг к другу. Не "ломайте", не пытайтесь переделать партнера.

3. Не делайте интимную близость предметом торга.

4. Поддерживайте эмоционально друг друга.

Главные качества мужей и жен (глазами друг друга)

Приведем результаты многочисленных опросов мужчин и женщин о главных качествах, которые они желают видеть в своей "половине".

Главные мужские качества

(по мнению женщин в порядке убывания по степени значимости):

умение брать на себя ответственность;

способность получать удовольствие, ведя за собой других;

уверенность в себе;

забота о поддержании равенства в общении;

умение подмечать детали.

А как же сила воли, доброта, ум и остроумие, профессиональная компетентность и прочее, прочее, без чего немислим образ современного мужчины? Оказывается, эти и другие черты играют меньшую роль в глазах противоположного пола. Предвидя возможные возражения против этих среднестатистических выводов, скажем: безусловно, возможны варианты, в том числе и в индивидуальной шкале ценностей, но в большинстве своем достоинства современного мужчины ассоциируются с вышеназванными пятью качествами.

Пять пунктов женской привлекательности в глазах мужчин

Понятно, что мы опускаем вопрос о внешности - нас интересуют психологические черты (к внешности мы обратимся позже):

- способность к эмоциональной поддержке других людей;
- способность получать удовольствие от помощи другим;
- спокойное отношение к советам других людей;
- отсутствие тенденции к соперничеству с мужчинами;
- отсутствие излишней романтичности.

И этот портрет не слишком совпадает с традиционными представлениями о том, что именно мы ценим больше всего в женщине, с чем связываем образ женского поведения. При этом, конечно, ни в коем случае не ставится под сомнение отношение к женщине как к матери (собственно, названные первыми две женские черты отличают именно позицию матери).

Читая "Плейбой"...

Из повседневной жизни, накопленного опыта мы знаем, что порой мужская и женская привлекательность во многом определяется неожиданным стечением личностных черт. Читатели американского журнала "Плейбой", в котором периодически печатаются весьма солидные исследования, отвечая на вопросы анкеты, назвали в качестве наиболее привлекательных черт другого пола жизненные установки, общность интересов, чувство юмора, ум, материальную обеспеченность.

"Руби березку под стать себе"...

Легче всего люди вступают в общение с себе равными. Даже такое преимущество, как красивая внешность, вовсе не является гарантией. Например, известно, что мужчины с заниженной самооценкой сторонятся красивых женщин. При этом они могут восхищаться изяществом и грацией киноактрисы, тайно благоговеть перед красотой сослуживицы, но предпочитают общаться с менее привлекательными, видя в них себе ровню. Все мы охотно вступаем в общение с людьми, которые по ряду качества "ниже" нас, с ними мы чувствуем себя увереннее и комфортнее.

Порой хорошей основой для общения становится взаимодополняемость сторон. Скажем, он умен, красив, удачлив, а она - безалаберна, бесшабашна, весела, остроумна, с внешностью маловыразительной, хотя и не лишенной обаяния. Такие партнеры находят друг в друге то, чего им самим не хватает.

Уверенность в себе

Но все же, если попытаться выделить то главное, на чем, как на прочном фундаменте, стоит здание общения людей разных полов, то тут следует отдать первенство чувству уверенности в себе, которое может сгладить всяческие личностные изъяны и усилить имеющиеся достоинства.

Неуверенный в себе человек - сущий ад для общающихся с ним. Он соткан из комплексов, видит себя и мир искаженными, слишком много боится, мгновенно замыкается в себе, если ему покажется что-то не так. Уверенность в себе - главное человеческое качество, обеспечивающее легкость и простоту общения, конечно, если это не излишняя самоуверенность и самовлюбленность.

Идеальный муж

Бернарду Шоу приписывают такой афоризм: "Идеальный муж - это мужчина, считающий, что у него идеальная жена". Можно перечислить массу свойств, считающихся лучшими мужскими достоинствами. Но среди всех замечательных качеств мужа жена

обязательно на первое место поставит его отношение к ней. Это лишь подтверждает то, что женщина любит в мужчине себя его глазами. Таково свойство женщины и в высшей степени неразумно пытаться ее переделать. Да и вообще, всякое перевоспитание жены и мужа, особенно решительное и прямолинейное, - самый верный путь к превращению семейной жизни в ад.

Опыт показывает, что гораздо большего эффекта можно добиться иным путем: постоянно укрепляя то, что их объединяет, понемногу постепенно и очень доброжелательно искать взаимопонимания в вопросах, которые их разъединяют. Причем делать это лучше с позиций самокритичных, пробовать найти первопричину неурядиц в себе самом. Жизнь учит, что именно этот путь ведет к взаимному исправлению недостатков и семейному благополучию. Иначе говоря, счастливая супружеская жизнь состоит не только в том, чтобы найти подходящую жену, но и в том, чтобы быть ей подходящим мужем.

Увы, далеко не все мужчины понимают это. Весьма распространен тип мужчины, уверенного в том, что он сам по себе при любых обстоятельствах и есть лучший подарок женщине. Он считает, что одного факта его наличия более чем достаточно для безграничной любви, уважения и почитания. Он забывает, что прочна лишь взаимная любовь, что уважение - и тем более почитание - необходимо завоевать, заслужить, заработать постоянными усилиями, направленными прежде всего на улучшение самого себя. Это первое и необходимое условие крепкой и счастливой семьи.

Попробуйте проанализировать все аспекты своих отношений с женой. Все ли вы сделали, чтобы быть ей достойным мужем? В достаточной ли мере присуща вам культура в сфере отношения полов? Нет ли необходимости заняться улучшением себя, имея в виду как физическое, так и этическое совершенствование? Может быть, следует чаще привлекать жену к совместным спортивным занятиям, устраивать семейные тренировки вместе с детьми и женой? Не слишком ли мало вы говорите жене приятных и ласковых слов? Не слишком ли редко дарите ей цветы?

Ответив на эти вопросы, пожалуйста, сделайте для себя практические выводы.

Идеальная жена

Приведем данные опросов, проведенных среди мужей.

Первое место среди качеств, которыми средний женатый мужчина наделяет свой идеал, делят между собой работоспособность (хозяйственность) и чуткость по отношению к чужим (читай - их собственным) проблемам. Чуть реже называется преданность семье. Время от времени ум. Отмечают даже "наличие внутреннего стержня". А о красоте (обаянии) почти и не вспоминают.

По-видимому, опыт семейной жизни убедил мужчин, что красота (за которой они так гонялись в период жениховства) не играет в семье той роли, которую ей приписывали.

Не зря сложились пословицы: "С лица воду не пить", "Не родись красивой, а родись счастливой".

Идеальная подруга

От взглядов женатых мужчин разительно отличаются взгляды мужчин "гуляющих по жизни". Таковые приветствуют в подругах красоту и женственность, индивидуальность и умение радовать мужчину. Таким образом, подлинная духовная близость у женщины может возникнуть лишь с отъявленными ловеласами. Только они, ну и, пожалуй, еще самые юные из опрашиваемых, умеют ценить женщину за то, что так дорого ей в себе самой.

Взгляд на себя

А ценят в себе женщины больше всего женственность, индивидуальность, стиль, сексуальность, тонкость и красоту. И эти качества остаются практически невостребованными их мужьями!

Надо, правда, отдать должное: все опрошенные представительницы "поколения матерей" отметили в себе и "хозяйственность", и "умение слушать". Может, истинные ценности познаются с опытом?

Впрочем, многие женщины сознают, что мужчины, возможно, любят их совсем не за

то, что так нравится в себе им самим.

Семейные трудности

Приведем результаты обстоятельного исследования, проведенного научными сотрудниками Московского научного консультационного центра психологической помощи семье.

В журнале "Семья" ими было опубликовано "Задание для самоанализа", в котором читателям предлагалось указать по пять наиболее острых семейных проблем, отыскать для них "виновников", определить их причины.

Авторы исследования получили более 1600 писем и вот какие результаты они получили, обработав полученные ответы. Приводим результаты исследования с некоторыми сокращениями:

Типичные проблемы

Самыми типичными проблемами в письмах женщин оказались:

Неумение сдерживать раздражение - названо в 46% писем.

Ребенок часто болеет - 25%.

Ребенок рассеян, непоседлив - 20%.

Не хватает любви - 20%.

По-разному воспитываем детей - 20%.

Неравномерно распределена домашняя работа - 20%.

Недостаток интимного общения - 19%.

В доме нет уюта, комфорта - 17%.

Не хватает уважения - 16%.

Эгоизм мужа в интимных отношениях - 15%.

У мужчин типичные проблемы таковы:

Неумение сдерживать раздражение - 51%.

Не хватает уважения - 29%.

Не хватает любви - 26%.

Недостаток сексуального общения - 25%.

Ребенок часто болеет - 25%.

По-разному воспитывают детей - 23%.

Не налажен распорядок - 19%.

Ребенок плохо себя ведет - 19%.

Жена подчиняет себе всех остальных - 17%.

Ребенок рассеян, непоседлив - 18%.

В чем же мы находим различия? Если рассматривать только занятые проблемами места, то можно сделать вывод, что мужчин больше волнуют супружеские отношения, чем дети (первые четыре проблемы у них - из блока "отношения"). Но на самом деле эти различия оказались незначительными - просто мужчины формулируют свое недовольство отношениями более однотипно, а женщины ищут для этого формулировки более дифференцированные.

И у мужчин, и у женщин на первом месте по общему количеству проблем идет блок "отношения", на втором - "дела", лишь на третьем - "дети". Отличие женщин в том, что у них менее выражен контраст между темой "отношения" и темой "дети", но и про женщин мы не можем сказать, что среди них преобладают читательницы с преимущественной ориентацией на детей. Да, для современной женщины ценности супружества, равноправных и теплых отношений с мужем заметно возросли, о чем еще раз говорят и наши результаты.

Однако бросается в глаза некоторое различие между мужьями и женами во внимании к волнующим их проблемам. Мужчины гораздо чаще озабочены недостатком "уважения" и обвиняют в этом жен. Женщины гораздо чаще страдают от "эгоистичности в интимных отношениях" и "занудливости" мужей.

Могут ли читатели на основе этой информации как-то скорректировать свое поведение? Следует ли мужчинам быть менее "эгоистичными" и "занудливыми", а женам -

более "уважительными" (почтительными)? Этого, конечно, сказать каждой паре мы не можем, во многих случаях отношения могут быть совершенно другими, требующими, возможно, противоположных коррекций. Но если наши типовые результаты соответствуют уже складывающемуся у супругов намерению изменить свое поведение именно в указанных направлениях, то сделать это, видимо, будет уместно.

В теме "дети" три ведущих проблемы одинаковы и у отцов, и у матерей: ребенок "болеет", "рассеян", "не слушается". А различия? Отцы несколько больше озабочены дисциплиной ("не слушается"), а матери "неорганизованностью". Первый вопрос - о соответствии внешним нормам, правилам поведения, требованиям старших, второй касается успешности в достижении собственных целей. Можно сказать, что отцы несколько больше внимания уделяют (по крайней мере, хотят уделять) моральному воспитанию, а матери больше сопереживают успехам или неудачам детей.

В блоке проблем "дела" наиболее резко проявляется традиционное представление о типичных мужских и женских семейных ролях: муж - "добытчик", женщина - "хранительница очага", в соответствии с этим стороны и фокусируют внимание на тех или иных вопросах.

Главные различия: женщины в три раза чаще, чем их мужья, вызывают о необходимости пересмотреть несправедливое распределение домашних обязанностей, а мужчины в три раза чаще обвиняют жен в том, что они присваивают себе позицию "верховой власти" в семье. Но ведь одно - следствие другого: если мужчина отлынивает от семейных работ и забот, в доме все бразды правления берет на себя женщина. А если женщина стремится постоянно брать верх во всех спорах с мужем, мужчина в результате опять-таки "выталкивается" из семьи, избегает домашней работы и домашних обязанностей.

Любопытно, что мужчины чаще, чем женщины, озабочены "легкомысленной тратой денег". Но если никогда не ходить по магазинам, то можно вообще не тратить деньги никак - ни "легкомысленно", ни "продуманно". Женщины, которым постоянно приходится заниматься покупками, оказываются в психологически невыгодной позиции - под угрозой возможного обвинения в том, что они "легкомысленно тратят".

Как это ни парадоксально, мужчины гораздо чаще женщин ссылаются на свою занятость профессиональными делами. А женщины жалуются на это реже! Не означает ли это, что мужчины таким способом как бы хотят оправдать свою "выключенность" из домашних хлопот?

Конечно, вопросов остается больше, чем ответов. Но, может быть, и не надо искать готовых рецептов? В столь тонком деле, как семейные отношения, типовые рецепты всегда требуют индивидуальных поправок. Вопросы, пожалуй, здесь ценнее ответов. Они позволяют задуматься каждому, проанализировать ситуацию, найти свое собственное решение.

Кто виноват?

Второе задание требовало отыскать для каждой проблемы одного из пяти возможных "виновников": "муж", "жена", "дети", "другие", "обстоятельства". Как это ни печально, ответы показали резкое преобладание тенденции к обвинению партнера, а следовательно, к самооправданию. Вот как выглядит таблица "поиска виновников" по всем проблемам:

Мы видим, что пальму первенства в этом своеобразном конкурсе эгоцентризма держат представители сильного пола. Что это? Наблюдаем ли мы своего рода переворот в области вековой морали, согласно которой, как известно, сильный обязан принимать вину на себя? Или мужчины теперь пошли не те? Скорее всего, причина все же в ином. Значительная часть корреспондентов - из конфликтных семей, переживающих стадию открытого кризиса, немало и предразводных супружеских пар, прямо указавших на это в письме. С этой точки зрения, логику обвинения, применяемую мужчинами, иначе не объяснишь, как проявление психологической слабости: разводная ситуация, действительно, ставит мужчину в более уязвимую позицию, находясь в которой джентльмены считают для себя позволительным сваливать вину на своих (бывших?) спутниц жизни.

Подчеркнем, что, опять-таки, это рассуждение не относится ко всем мужчинам: немало пар, в которых наблюдались диаметрально противоположные тенденции - жены обвиняли партнеров, а мужчины брали ответственность на себя.

А как распределяется ответственность по отдельным тематическим блокам? Почти по всем темам и мужчины, и женщины распределяют ответственность эгоцентрически: чаще оправдывают себя, а обвиняют другого супруга. Единственное исключение: женщины чаще берут на себя ответственность за детей. Но и тут появляется другой главный виновник трудностей - "обстоятельства": они оказываются виноваты, с точки зрения женщин, а 30% случаев неблагополучия с детьми (жены виноваты в 24% случаев, мужья - в 13%). Еще чаще перекладывают ответственность за детей на "обстоятельства" отцы - в 35% случаев.

Неужели обстоятельства играют такую роковую роль? Неужели взрослые, зрелые люди не могут оказать на своих собственных детей, на их судьбу больше влияния, чем какие-то безличные обстоятельства? В это трудно поверить! Скорее всего, мы наблюдаем в какой-то степени пример бегства от ответственности под защиту спасительной версии о "роковом стечении обстоятельств".

Максимальные претензии к женам предъявляют мужчины по теме "отношения". С их точки зрения, жены виноваты в плохих отношениях в четыре раза чаще, чем мужья, - а всего в 69% случаев. И только в одном вопросе жены в какой-то мере согласны принять на себя большую часть ответственности - по вопросу о "неспособности сдерживать раздражение" (в 55% случаев). Это не случайно: "раздражительность" - это внешний, наглядно представленный признак отношения, и здесь весьма трудно отрицать факты, как правило, однозначно свидетельствующие о том, кто, так сказать, первым "спускает собак".

Но может быть, женщины и не виноваты? Может, их "выводят из себя"? Усталые, переутомленные заботами о доме, о детях, да и более эмоциональные по самой своей природе, они просто не могут сдержаться? Да, женщины так и считают: они в пять раз чаще, чем себе, приписывают мужьям вину за "недостаток любви", в десять раз чаще - за "скуку" и "занудство", в пять раз - за "эгоизм в интимно-сексуальном общении", почти всегда - за "равнодушие и отстраненность".

Совершенно симметричный характер носят взаимные претензии по поводу "недостатка уважения", но мужчины усматривают в этом вопросе больше драматизма: называют эту проблему гораздо чаще и в семь раз чаще обвиняют в ее возникновении своих жен.

По тематическому блоку "дела" самое драматическое расхождение в приписывании вины - за "несогласованность в обращении с детьми". Тут острое столкновение родительских амбиций! Каждый супруг считает категорически необходимым, что другой должен принять именно тот стиль общения с ребенком, которому следует он сам. В 90% случаев матери обвиняют в "несогласованности" отцов, и в тех же 90% случаев отцы обвиняют матерей! Великое противостояние!

Что же делать? Опускать руки? Пытаться подчинить партнера? А может быть, истина как раз состоит в том, чтобы признать за другим право на несколько иной стиль общения с ребенком? Мать обеспечивает ему необходимое тепло и поддержку (эмоциональный комфорт), а отец помогает приобрести опыт преодоления себя, борьбы со своими "не хочу", становясь для сына или дочери олицетворением настойчивости. А может быть, это очень плохо - вдруг ребенок вырастет таким лицемером: тех, кто его любит, будет эксплуатировать своими "хочу", а тех, кто сталкивает его с реальными требованиями, будет побаиваться и скрытно ненавидеть? Видимо, во всем нужна мера. Самое сложное - найти эту меру в своей семье, и никто не может выполнить это за самих родителей.

Печально, но факт: мужчины до сих пор слишком неохотно соглашались с требованиями женщин более равномерно распределять домашние заботы - они предпочитают как бы не видеть этой проблемы вообще. А женщины видят и называют виновниками этого неравноправия в быту мужчин, некоторые, впрочем, обвиняют даже самих себя, видимо, в том смысле, что им не хватает настойчивости, мудрости и доброжелательной твердости для того, чтобы добиться необходимых изменений.

Зато женщины, со своей стороны, предпочитают не видеть проблемы "неравноправия в решении спорных вопросов": мужчины обвиняют женщин в узурпации семейной власти, а женщины просто не называют этой проблемы как значимой. Очень жаль! Без обоюдного осознания взаимосвязи этих проблем не выйти из порочного круга, порождаемого постоянными взаимными обвинениями.

Пытаются мужчины "отмахнуться" и от проблемы злоупотребления спиртным. Видимо, постановка самого этого вопроса им просто невыгодна: слишком очевидно, кто в большинстве случаев виноват здесь, внося дисгармонию и в семейный покой, и в семейный бюджет.

Женщины, пожалуй, более самокритичны, в частности, касательно "чрезмерной погруженности в бытовые проблемы". Видимо, к такой самокритичности женщин подталкивает ответственность за детей, отчетливое понимание, что за чрезмерную увлеченность родителей благоустройством дома расплачиваются дети, обделенные родительским вниманием. Такое стремление к адекватному пониманию своей ответственности за происходящее следовало бы распространять и на все остальные вопросы семейной жизни.

Сдвиг к самокритике

Залог взаимопонимания между супругами - это обоюдная готовность разделить ответственность. Приводит ли работа по самоанализу к такому сдвигу? Выясняется, что приводит. Третье и четвертое задания требовали от читателей отыскать для каждой из пяти проблем свою причину (из "типового" или дополнительного списка), а для этих причин, в свою очередь, указать своих виновников.

Вот как распределилась вина за причины:

Как видим, на уровне причин, то есть на более глубоком уровне осознания семейных отношений, женщины не стали более самокритичными - скорее наоборот. Но зато 8% мужчин стали самокритичнее - приписали себе вину за причины! Не так уж плохо...

Приведем списки наиболее частых причин в ответах женщин:

Нет режима, четкого распорядка - 21%.

Чрезмерная занятость бытом - 20%.

Монопольная власть - 20%.

Чрезмерная занятость профессиональными делами - 20%.

Отстраненность, равнодушие - 20%.

Неумение сдерживать раздражение - 19%.

Несогласованность в воспитании - 16%.

Недостаток уважения - 16%.

Скука, занудливость - 13%.

Злоупотребление развлечениями и празднествами - 12%.

Аналогичный список у мужчин выглядит так:

Нет режима, четкого распорядка - 35%.

Чрезмерная занятость бытом - 32%.

Недостаток любви - 26%.

Монопольная власть - 25%.

Несогласованность в воспитании - 20%.

Чрезмерная занятость профессиональными делами - 19%.

Неумение сдерживать раздражение - 19%.

Неравномерное распределение домашней работы - 13%.

Отстраненность, равнодушие - 13%.

Злоупотребление развлечениями и спиртным - 12%.

Таким образом, мы наблюдаем явный прогресс: когда производится анализ, так сказать, по второму кругу - в поисках причин тех проблем, которые названы вначале, и мужчины, и женщины обнаруживают способность прозреть по отношению к тем проблемам, которые являются для каждой стороны наиболее неудобными. Женщины признают значимость такой

проблемы, как " монопольная власть ", мужчины - "распределение домашней работы" и "злоупотребление спиртным". В целом мы видим, что согласованность мужа и жены в нашей "типичной супружеской чете" на уровне анализа причин возрастает. И это не может не обнадеживать!

Кому это нужно?

Пятое задание методики требовало от читателей указать, какой смысл имеют для них названные ими исходные пять проблем. Вот так выглядит таблица:

Как видим, ответы у мужчин и женщин весьма сходные. Незначительное различие есть в том, что женщины чаще называли позиции № 1 и 2 - имеющие отношение к ребенку. Это понятно. Недостаток внимания к детям мужчины в какой-то мере компенсируют вниманием к их матери. Интересно, что это было характерно для патриархальной семьи: мать опекает детей, а отец опекает мать. Теперь в современной семье и супружеские, и родительские роли мужчины и женщины явно выравниваются: отцы все чаще берут на себя непосредственную заботу об интересах детей с самого малого возраста.

Отрадно констатировать преобладание в указанном списке позиции № 10 - все больше родителей осознают, что семейные трудности сказываются на всей семье, все больше родителей понимают, что семья есть единое целое, в котором родительско-детские и супружеские отношения тесно сплетаются в единые внутрисемейные отношения.

Одновременно с этими отрадными явлениями нельзя обойти вниманием и некоторое преобладание эгоизма над альтруизмом: и женщины, и мужчины называют чаще проблемы, которые важны именно для них самих, и реже - проблемы, которые важны для партнера.

А что происходит с отдельными тематическими блоками? Проблемы детей матери чаще понимают, как имеющие значение прежде всего для самих детей, затем для матерей и только в третьих - для семьи в целом, отцы же определяют значимость детских проблем несколько по-иному: прежде всего, конечно, они важны для самих детей, затем - для семьи в целом, в третьих - лично для отцов и только в-четвертых - лично для матерей.

О чем говорит это различие? Матерям свойственны тенденции рассматривать проблемы ребенка прежде всего в рамках микроколлектива "мать - дитя": материнские интересы и свои права на ребенка большинство из них продолжают считать более важными и значимыми по сравнению с интересами и правами семьи как целого. Не этим ли объясняется та легкость сомнительного достоинства, с какой многие молодые матери готовы для отстаивания своих прав в спорах с мужьями ставить на карту интересы всей семьи как целого (упрямо угрожать разводом и приводить свою угрозу в исполнение)?

Но обществу все-таки слишком накладно рассматривать отцов как своего рода временных "сиделок" при полноправных матерях с детьми (не понравилась одна "сиделка" такой матери - прогнать, пригласить другую и т.д.). Уважение материнства и монополия матерей на собственных детей - это принципиально разные вещи. Одно для семьи необходимо, другое - вредно. Пока, как видим, многие женщины такого различия для себя не сделали. А сделать его нужно! В этом психологи многократно убеждались не только и не столько по заочным опросам, сколько по непосредственным впечатлениям от реальных бракоразводных процессов. Так что, оказывается, жалобы мужчин на "монополизацию власти" небеспочвенные. Подтверждение обоснованности таких жалоб - в позиции самих женщин, обнаруженной в нашем эксперименте: они так и заявляют, что проблемы ребенка больше важны лично для них самих, чем для семьи в целом!

"Камешек в огород" женщин не означает ни в коем случае, что "в огород" мужчин не может быть запущен "камешек" не меньшего размера. По теме "Отношения" для женщин три первых места таковы: на первом месте - "для супружеских отношений", на втором - "для семьи в целом", на третьем - "для меня лично". А у мужчин на первом - "для супружеских отношений", на втором - "для меня лично", на третьем - "для семьи в целом". Таким образом, очевидно, что именно у мужчин преобладает стремление трактовать проблемы отношений эгоцентрически - как значимые только лично для себя. Не означает ли это, что в супружеских отношениях мужчины занимают потребительскую позицию? Не подтверждает

ли это обоснованность тех жалоб, с которыми обращаются женщины, указывая на проблему "эгоистичность мужчин в сексуальном отношении"?

Так что ни у мужчин, ни у женщин нет никаких оснований для столь часто раздражающихся на стихийных диспутах сверхобобщенных лозунгов: "В семейных трудностях виноваты мужчины!" или: "Виноваты женщины!" И той, и другой стороне есть над чем подумать и поработать: надо развивать у себя чувствительность к тем трудностям, которые испытывает партнер, понимать меру своей собственной ответственности за эти трудности, учиться ставить вопросы в духе семейного коллективизма - "это наши общие трудности!" (к сожалению, чаще приходится слышать штамп: "Это твои проблемы!").

Совместимость супругов

*Вступающие в брак должны смотреть во все глаза
до свадьбы и держать их полузакрытыми после.
М. Скюдери*

Совместимость людей имеет три уровня:

Совместимость темпераментов и характеров.

Согласованность ожиданий.

Единство ценностей.

Совместимость темпераментов

Темперамент - одна из важнейших врожденных характеристик человека. Со времен Гиппократов известны 4 основных темперамента:

- 1) сильный, подвижный, уравновешенный - сангвиник;
- 2) сильный, подвижный, неуравновешенный - холерик;
- 3) сильный, инертный, уравновешенный - флегматик;
- 4) слабый, неуравновешенный, отзывчивый - меланхолик.

Однако в "чистом виде" эти темпераменты не встречаются: в каждом человеке обычно присутствуют в определенном соотношении 4 основных типа (иногда 3). Слово "темперамент" в переводе с латинского и означает "соотношение частей". Одна из частей обычно преобладает и тогда мы воспринимаем человека либо как невозмутимого флегматика, либо как жизнерадостного сангвиника, "взрывного" холерика или печального меланхолика. Существуют надежные тесты для определения формулы темперамента. Читатель, возможно, уже определил свою формулу (соотношение частей) с помощью теста, приведенного в главе 1.

Психологи в течение многих лет занимаются изучением совместимости темперамента в любви, дружбе и супружестве.

В результате установлено, что в абсолютном большинстве несемейных пар с любовными отношениями и благополучных семейных пар с устойчивыми отношениями темпераменты являются скорее противоположными, особенности темперамента одного дополняются и уравновешиваются особенностями другого: "взрывчатость" холерика - спокойствием флегматика, печаль меланхолика и эмоциональная бедность флегматика - жизнерадостностью сангвиника и т.д. Наоборот, семью из двух холериков может ожидать повышенная конфликтность из-за вспыльчивости супругов.

Таким образом, стабильные пары отличаются не подобием, а контрастностью темпераментов, их взаимной дополняемостью.

Однако этот вывод не является фатальным для молодоженов, не удовлетворяющих требованию взаимодополняемости темпераментов. В любящих парах за 3-5 лет совместной жизни супруги "притираются" друг к другу, приучаются в чем-то корректировать, сдерживать себя, а другого воспринимать таким, как есть, не драматизируя отдельные

частности.

Выяснилось тем не менее, что наиболее "универсальными" партнерами являются флегматики, их устраивает любой темперамент супруга, кроме флегматика: пары флегматиков оказываются неблагополучными довольно часто. По-видимому, причиной этого является недостаточная чувствительность флегматиков, не могущих эмоционально поддержать партнера - но каждый из них сам нуждается в такой поддержке.

Трудности ожидают также пары сангвиник - холерик, флегматик - меланхолик. Наиболее устойчивые пары сангвиник - меланхолик, сангвиник - флегматик и флегматик - холерик.

Согласованность ожиданий

По данным последних исследований именно несоответствие брака ожиданиям супругов все чаще становится причиной неуспеха супружества.

Каждый из них, будучи ребенком, получает представления о распределении прав и обязанностей супругов, наблюдая своих родителей, семьи родственников и знакомых. Играя в "дочки-матери" и другие "семейные" пары, дети копируют своих родителей, тем самым закрепляя полученные наблюдения.

Вырастая в разных семьях, молодожены приносят в свою семью эти сложившиеся представления.

Если сын видит, что всю домашнюю работу, практически без помощи отца, выполняет мать, вполне вероятно, что он будет ждать того же от своей жены; если дочь видит отца "подкаблучником", которым бесцеремонно управляет мать, то и она в значительной степени готова к тому же самому.

А теперь представим, что эти молодые люди поженились. Можно представить, какие "бои" готовы разиться на этом поле...

Это пример несовпадения ролевых ожиданий. Понятно, что чем больше это несовпадение, тем менее прочна семья. Если ожидания супругов являются взаимоисключающими, семья долго не просуществует.

Подобные наблюдения подкрепляются серьезными исследованиями. Психолог Якобсон опросил 100 разведенных и 100 устойчивых супружеских пар, задавая каждому вопросы в отсутствие настоящего или бывшего супруга. Разница в ответах супругов на вопросы о ролях в семье у разведенных более чем в четыре раза превосходит разницу ответов в устойчивых парах. Супруги, сохранившие брак в целостности, проявили значительно большее сходство в понимании семейных ролей, чем те, кто потерпел крах в семейной жизни.

Типичные черты супругов в успешном браке

Общие взгляды на семейные роли супругов и их постоянное общение ведут и к выработке у них ряда общих черт. Согласно исследованиям таковыми являются:

- 1) Оптимизм и живая эмоциональность.
- 2) Старательность в семейных делах.
- 3) Способность попеременно исполнять роль и ведущего, и ведомого.
- 4) Доброжелательность и участливость к супругу,
- 5) Умение обращаться с деньгами.

Мужей в устойчивых семьях отличают в большинстве своем следующие качества: