

мужчина
и
женщина

**АЛЛАН &
БАРБАРА ПИЗ**

почему мужчины
хотят секса,
а женщины
любви

ОДРИ

Москва
2017

УДК 159.922.1
ББК 88.5
П32

Allan & Barbara Pease
WHY MEN WANT SEX AND WOMEN NEED LOVE

Copyright © Allan Pease 2009.
This edition published by arrangement with Dorie Simmonds Literary
Agency and Synopsis Literary Agency

Дизайн обложки П. Петрова

Перевод Т. Новиковой

Пиз, Аллан.
П32 Почему мужчины хотят секса, а женщины любви /
Аллан Пиз, Барбара Пиз ; [пер. с англ. Т. Новиковой]. —
Москва : Издательство «Э», 2017. — 416 с. — (Психоло-
гия. М & Ж).

Ни для кого не секрет, что в одинаковых ситуациях мужчины и женщины чаще всего ведут себя совершенно по-разному. Когда же дело касается интимной жизни, различия в поведении и в отношении к одним и тем же вещам могут достигать просто космических масштабов, что отнюдь не способствует укреплению взаимопонимания и, более того, реально мешает получать удовольствие от естественных радостей жизни!

Почему так происходит и как этого избежать — в новой книге всемирно известных психологов Аллана и Барбары Пиз. Авторы знаменитого Языка телодвижений предлагают свою помощь в решении самых острых коммуникационных проблем, возникающих между близкими людьми. А попутно отвечают на вопросы: почему мужчины и женщины воспринимают любовь по-разному? Чего на самом деле хотят мужчины? Что их больше всего возбуждает? Какие мужские качества ценятся женщинами? Почему у нас иногда бывает случайный секс? Как найти идеального партнера? Почему секс — отличное средство от головной боли? Как раз и навсегда улучшить свою личную жизнь?

УДК 159.922.1
ББК 88.5

ISBN 978-5-699-96128-3 © Новикова Т.О., перевод на русский язык, 2014
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2017

 **Оглавление**

Вступление	11
Поиск «единственного»	14
Почему в западном мире так относятся к сексу	17
Статистика	20
Глава 1. СЕКС — ДЕЛО МОЗГА	23
Одинаковые цели, разные действия	25
Сила любви	26
Биология любви	27
Любовь с первого взгляда	30
Так поступать меня заставляет дарвин	31
Давай займемся любовью	33
Мурашки бегут по спине	38
Есть не могу, спать не могу	39
Что показывает сканирование мозга	41
Придется признать: вы — наркоман любви	43
География секса и любви	44
Почему мужчины и женщины воспринимают любовь по-разному	46
Как мужской мозг оценивает привлекательность женщины	49
Как женский мозг оценивает привлекательность мужчины	51
Почему страсть недолговечна	53
Что происходит, когда вас бросают	56
Резюме	58
Глава 2. ОТКРОВЕННЫЙ РАЗГОВОР О СЕКСЕ И ЛЮБВИ	62
Как изменились времена	64
Современные методы изучения человека	66
Почему для нас так важно любить и быть любимым	68
Семь типов любви	72
Наши любовные карты	74

Как влияют на наше восприятие голливуд и средства массовой информации	76
Почему мужчинам так тяжело живется в XXI веке.	79
Резюме.	82

Глава 3. ЧЕГО НА САМОМ ДЕЛЕ ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ 84

Изменившиеся потребности женщин	86
Мама учила меня: «Ищи подходящий товар».	88
Девушки просто хотят развлечься	90
Чего на самом деле хотят женщины	92
Это не просто обезьянничанье	94
Богатые мужчины чаще доводят женщин до оргазма	99
Пять мужских качеств, которые нужны женщинам больше всего.	100
Обязательства — почему мужчина должен дарить женщине дорогое кольцо	112
Десять фраз, которых вряд ли дождешься от женщины	115
Семь простых мужских качеств, которые так нравятся женщинам.	116
Почему женщинам не нужны неудачники.	122
Женщинам всегда нужны средства	123
Резюме.	124

Глава 4. ЧЕГО НА САМОМ ДЕЛЕ ХОТЯТ МУЖЧИНЫ 127

Как средства массовой информации формируют мужские взгляды	130
Чего на самом деле хотят мужчины.	134
На что мужчины готовы ради секса.	136
Мужчины не думают об отношениях.	139
Расшифровка мужской речи	142
Мужчинам нужны продолжательницы рода.	144
Самое главное.	147
О чем говорят брачные объявления	151
Почему внешняя привлекательность настолько важна	153
Что такое «привлекательность»	155
Разоблачим амазонок	157
Что мужчины считают красивым.	158
Универсальный конкурс красоты	160
Тяга к красивым лицам является врожденной	161

Что заводит мужчин — 70%-ное соотношение между талией и бедрами	162
Что мужчинам не нравится в женщинах	163
Физические предпочтения геев и лесбиянок.	165
Как правительство оказывает женщинам поддержку	166
Резюме	168
Глава 5. ТРЕБУЕТСЯ: СЕРЬЕЗНЫЕ ОТНОШЕНИЯ	
НА ОДНУ НОЧЬ — СЛУЧАЙНЫЙ СЕКС.	171
Что такое случайный секс	175
Определение сексуальных отношений	177
Почему у нас бывает случайный секс	180
Что мы чувствуем после случайного секса.	186
Как отцы влияют на своих детей.	187
Сколько партнеров вам нужно?	188
Сексуальные фантазии и случайный секс	190
Как смотрят на это мужчины и женщины нетрадиционной ориентации	192
Резюме	193
Глава 6. У ТЕБЯ ИЛИ У МЕНЯ? РОМАНЫ И ИЗМЕНЫ.	
196	
Что такое роман?	199
Пристрастие к обману	201
Почему случаются романы на стороне	205
Это может произойти с каждым.	208
Почему женщины изменяют реже, чем мужчины	209
Шесть самых распространенных заблуждений относительно измен	212
Девять различных типов романов	216
Почему «идеальный роман» — это всего лишь фантазия	221
Об этом все говорят	222
Восемь классических признаков измены	223
Как вести себя с изменившим партнером	227
Ведите себя правильно	232
Как восстановиться после измены	233
Четыре жизненные стратегии, которые позволят не превратиться в обманщика.	235
Резюме	236

Глава 7. КАК НАЙТИ ПОДХОДЯЩЕГО ПАРТНЕРА —

ОЦЕНКА ПАРТНЕРСКИХ КАЧЕСТВ	238
Как начинается большинство отношений.	239
Совпадение с подходящим партнером.	241
Основные ценности и убеждения	242
Пять наиболее распространенных ошибок в новых отношениях.	245
Брачный рейтинг	248
Анкета по определению брачного рейтинга — как вы цените на рынке?	250
Резюме.	263
Как найти идеального партнера.	264
Как раз и навсегда изменить свою личную жизнь	267
Как обращаться со своим списком	273
Кого следует избегать	277
Признаки неподходящего партнера.	279
Когда страсть обманывает.	280
Правило девяти процентов	282
Резюме.	282

Глава 8. 15 МУЖСКИХ ЗАГАДОК, КОТОРЫХ ЖЕНЩИНЫ

НЕ ПОНИМАЮТ.	286
1. Почему по утрам мужчины просыпаются с эрекцией.	288
2. Почему секс для мужчин может быть просто сексом	289
3. «Комната для ничего»	292
4. Почему мужчин так привлекает женская грудь	293
5. Почему мужчины не говорят женщинам правду о сексе	294
6. Почему мужчины любят пышнотелых женщин	300
7. Почему точка G — все равно что нло.	302
8. Почему для мужчин так важно, чтобы женщина сама становилась инициатором секса	303
9. Почему мужчины так неправильно все понимают в ночных клубах.	305
10. Когда мужчина готов к обязательствам или браку?	306
11. Почему зрелые мужчины смело носят облегающие плавки и гордо демонстрируют пивные животы	309
12. Мужчины и их фетиши	311

13. Из-за чего мужчины волнуются	312
14. Почему мужчинам так трудно сказать: «Я тебя люблю»	313
15. Пять вопросов, которые пугают большинство мужчин	315
Глава 9. 12 ИСТИН О ЖЕНЩИНАХ, КОТОРЫЕ БОЛЬШИНСТВО МУЖЧИН НЕ ЗНАЕТ.	320
1. Чего женщины хотят от секса	322
2. Почему женщины так редко являются инициаторами секса.	327
3. Как сделать так, чтобы женщины хотели секса чаще	330
4. Почему у женщин бывают оргазмы	333
5. Почему умные женщины так часто бывают глупы в любви	334
6. Почему женщины предпочитают мужчин старше себя	335
7. Почему женщинам нравится, когда к ним прикасаются	338
8. Почему женщины кажутся отстраненными во время секса	339
9. Как женщины воспринимают сексуальную агрессию	340
10. Как женщины воспринимают сексуальное домогательство.	341
11. Почему женщины часто фантазируют о «плохих парнях»	343
12. Почему многие женщины предпочитают сексу шоколад	345
Резюме	346
Глава 10. 13 ПРИЕМОВ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ПОВЫСИТЬ ВАШ БРАЧНЫЙ РЕЙТИНГ	348
Восемь советов мужчинам, которые хотят повысить свой рейтинг в глазах женщин	348
Как мужчины борются с соперниками	358
Пять советов женщинам, которые хотят повысить свой рейтинг в глазах мужчин	360
Как женщины борются с соперницами	368

Глава 11. СЧАСТАИВОЕ БУДУЩЕЕ ВМЕСТЕ?	371
Женатые люди стали меньшинством	374
Может быть, современная молодежь лучше информирована?	376
Почему новая любовь всегда кажется столь привлекательной	378
Мы совершенно разные	379
Как принять душ по-женски	380
Как принять душ по-мужски	381
Действительно ли противоположности притягиваются?	383
Худшие любовники в мире	384
Как относятся к сексу женщины в других странах	386
Кого не хватает?	387
Оцените свою успешность и сексуальность по ладони	389
Наука будущей любви	392
Как определить подходящего партнера	393
Десять аргументов в пользу того, что секс — лучшее лекарство	396
Во власти политкорректности	397
Кто кому достается?	398
Почему эволюция практически закончилась	400
Когда следует обсуждать проблемы	402
РЕЗЮМЕ	403
Благодарности	408

→ Вступление



Сью была в ярости. Да, она просила темного мальчика с крупным носом, похожего на кинозвезду, но это было слишком!

Сегодня мы сталкиваемся с такими сексуальными ситуациями и обстоятельствами, с какими никогда не сталкивались наши предки. Мы можем изменять собственную репродуктивную способность с помощью гормонов, искусственного осеменения и экстракорпорального оплодотворения. Мы можем знакомиться с новыми партнерами через брачные агентства

и Интернет. Мы можем улучшать свою внешность с помощью пластической хирургии и косметики. Мы можем получить совершенно новую жизнь буквально на блюдечке. Ни одному другому виду животных это не доступно.

Люди — настоящие специалисты в изучении брачного поведения других видов. Мы можем предсказывать поведение животных, даже менять его. Мы можем создавать новые породы животных, которые будут выглядеть совершенно по-другому. А вот когда речь заходит о поиске партнеров для себя, успеха добиваются лишь немногие представители человечества. Еще меньше людей понимает содержание самого процесса поиска и подбора пары. Большинство животных не испытывает трудностей в поиске партнеров и установлении отношений. У самки начинается течка, самец спаривается с ней — и все кончено.

Человек — единственное животное, у которого есть проблемы с брачными играми.

Состояние отношений с партнерами (или отсутствие партнеров) — это постоянная тема разговоров, особенно женских разговоров, во всем мире. Немногое приносит нам такую радость и восторг, как личные отношения. Но в то же время отношения могут

приносить огромную боль и отчаяние. Любовь всегда была и остается наиболее распространенной темой музыкальных произведений, мыльных опер, романтических книг, фильмов и поэзии. Любовь доступна всем народам, и во всех языках есть слова для описания этого чувства.

Так что же такое любовь? Этот вопрос человек задает себе на протяжении нескольких тысяч лет. Ученые пытаются определить природу любви с помощью всех возможных наук. И каждый хочет убедить остальных в своей правоте. Но ни один полученный до сих пор ответ нельзя считать окончательным. Любовь — чувство ускользающее и неуловимое. Неудивительно, что у него есть столько определений и истолкований.

А почему мы занимаемся сексом? Что заставляет мужчин постоянно стремиться к сексу? Что заставляет женщин постоянно добиваться от мужчин обязательств? В этой книге мы ответим на ваши вопросы. Мы покажем, почему начинаются секс, любовь и романтика, расскажем о научных данных, которые доказывают, что любовь «живет» в мозгу, и научим, как вести себя, чтобы ваша личная жизнь доставляла вам только радость. Мы использовали специальные исследования, эксперименты ученых, собственную информацию и анекдоты, чтобы вам было легко и приятно читать нашу книгу.

→ ПОИСК «ЕДИНСТВЕННОГО»

Большинство людей живет с убеждением в том, что в один прекрасный день они встретят своего «единственного» — того особого человека, с которым можно будет прожить всю жизнь. Но у очень многих эти ожидания не оправдываются. Большинство людей вступает в брак, считая, что «только смерть разлучит их». Однако количество разводов во многих странах уже превышает 50% от числа заключенных браков, а количество внебрачных связей оценивается в 30—60%, при этом женщины изменяют реже, а мужчины чаще.

Соотношение разводов среди тех, кто сначала живет вместе, а потом вступает в брак, достигает 25% в Канаде и Испании и превышает 50% в Швеции, Норвегии и Франции.

Неспособность создать семью большинством людей рассматривается как личная неудача. Миллионы людей обращаются к психотерапевтам, однако те убеждают их, что конфликты в личных отношениях являются нормой.

Секс подобен воздуху: о нем не вспоминаешь, пока не лишишься его.

В 80-е годы считалось, что человеческое поведение преимущественно является усвоенным и может быть изменено. Но теперь мы знаем, что большинство наших реакций являются врожденными. На самом деле с конца XX века ученые, изучающие человеческое поведение, совершили огромное множество открытий, которые доказывают, что человек рождается со встроенной в мозг «схемой», которая и определяет его поведение. Мы также знаем, что на наши мысли и поступки влияют культурные факторы и внешние силы — например, общение с учителями, друзьями, родителями и коллегами. Следовательно, природные данные и наши поведенческие навыки, приобретенные в процессе воспитания в определенной окружающей среде, связаны неразрывно. Представьте свой мозг в виде операционной системы сложного компьютера. В ней есть установки по умолчанию, которые включаются в моменты стресса, — это врожденные инстинкты. Приобретенная часть — это то, что получено под воздействием внешних факторов, окружающей среды, которая выполняет роль программного обеспечения, управляющего «железом» нашего мозга.

Природные данные — техническая часть нашего мозга; то, с чем мы рождаемся. Воспитание (поведенческие навыки) — то, что мы приобретаем в результате контактов с окружающей средой.