

**ЗВЕЗДА СОЦСЕТИ**



ФИЛИПП ЛИТВИНЕНКО

**11 ТИПОВ МУЖЧИН,  
ВМЕСТО КОТОРЫХ  
ЛУЧШЕ ЗАВЕСТИ  
ВИБРАТОР**



ИЗДАТЕЛЬСТВО АСТ  
МОСКВА

УДК 159.9  
ББК 88.3  
Л64

**Литвиненко, Филипп**

Л64 11 типов мужчин, вместо которых лучше завести вибратор / Литвиненко Ф. — Москва: Издательство АСТ, 2022. — 320 с. — (Звезда соцсети. Подарочное издание).

ISBN 978-5-17-145508-8

Филипп Литвиненко — нейропсихолог, известный эксперт в области психологии отношений, автор бестселлера «Альфа-женщина», консультирует звезд, постоянный эксперт на популярных ток-шоу.

Не подходите к мужчинам пока не прочитаете эту книгу!

Как вы знаете женщина более уязвима в отношениях чем мужчина, потому что она, во-первых, физически слабее, во-вторых во время беременности и после нее попадает в определенную зависимость от мужчины. И если вдруг отношения или брак не сложились, то вам часто приходится самой воспитывать и поднимать детей, без мужчины или с минимальным его участием. Поэтому ошибка в выборе мужчины влечет за собой огромные проблемы и может испортить всю вашу жизнь!

Более того, женщины более чувственны и эмоциональны чем мужчины и поэтому очень уязвимы для всевозможных психологических манипуляций и мужчины могут этим пользоваться. Именно поэтому Филипп Литвиненко написал книгу «11 типов мужчин, вместо которых лучше завести вибратор», чтобы каждая девушка, прочитав ее, смогла сделать правильный выбор и найти своего мужчину.

**УДК 159.9  
ББК 88.3**

ISBN 978-5-17-145508-8

© Литвиненко Ф., текст  
© ООО «Издательство АСТ»

# ПРЕДИСЛОВИЕ

**О**днажды я задумался над одним очень важным вопросом: «Что ценного я оставлю своим детям после себя?» По поводу сына ответ был очевиден. Сыну я оставлю знания и навыки того, как стать специалистом своего дела, как найти свой путь и обеспечить себе комфортное будущее. Да, мы, мужчины, имеем очень четкое представление о том, как воспитывать своего сына. А вот что я ценного оставлю своей дочери? Денежное наследство? Куплю ей квартиру? Передам ей свой бизнес? А как это поможет ей в обретении женского счастья? Ведь если она свяжет свою судьбу не с тем мужчиной, не сможет найти свою настоящую любовь и построить здоровые отношения, то никакие деньги не смогут ей это компенсировать... Она будет обеспеченной, богатой, но несчастной. И тогда я понял, что самым ценным, что я могу оставить ей после себя, будет эта книга. Книга о том, как разбираться в мужчинах, чтобы уберечь ее от роковых ошибок в отношениях и помочь ей выбрать себе достойного партнера для счастливой жизни.

Поэтому эта книга посвящается моей еще пока не родившейся дочери...

# ВВЕДЕНИЕ

**Э**та книга — мой ответ на огромную женскую боль и страдания, которые женщины испытывают в отношениях с недостойными их мужчинами. Мужчинами, которые манипулируют, обманывают, садятся на ваши хрупкие плечи и свешивают ноги, которые пользуются вашим доверием и забирают лучшие годы вашей жизни.

Возможно, прямо сейчас вы терпите унижения и оскорбления вашего мужчины, который ограничивает вашу свободу, во всем вас контролирует, ревнует без повода и запрещает видеться с подругами.

А может быть, вы строите отношения с мужчиной, которого надо постоянно пинать, чтобы он хоть что-то для вас сделал. Вам хочется жить лучше, но вашего мужчину все устраивает, он не прилагает никаких усилий, чтобы начать больше зарабатывать, поэтому вам приходится зарабатывать на свои «хотелки» самой. А может быть, вы и вовсе являетесь основным добытчиком в вашей семье?

Возможно, совсем недавно вы познакомились с классным мужчиной, у вас начались сексуальные отношения, но теперь дальше секса эти отношения

не развиваются. Вы хотите продолжения, но не уверены, а хочет ли этого он. Или, скажем, мужчина в вас совсем не вкладывается, не дарит подарков, не пытается помогать финансово, а вам хочется большего вовлечения в вашу жизнь и поддержки с его стороны, но вы боитесь показаться меркантильной и навязчивой. Многих женщин мучают вопросы о том, почему после нескольких красивых свиданий или после нескольких страстных ночей, проведенных с вашим новым мужчиной, вы не получаете от него никаких смс и звонков. Вы могли по-настоящему влюбиться, искренне, как маленькая девочка, в мужчину, который оказался женатым. Вы бы забыли о нем и даже не вписывались бы в этот сценарий, но он обещал, что вы будете вместе, поэтому вы верите и ждете...

Если ваш мужчина в очередной раз обидел вас, повел себя недостойно с вами, был безразличен к вашим желаниям, просьбам и потребностям, вы смирились с этим и продолжаете мириться каждый день, хотя вам больно и неприятно такое отношение к себе от любимого человека. И есть женщины, которые, даже узнав об измене, все равно прощают своего мужчину.

И не исключено, что вы сейчас одна, именно потому что уже пережили что-то подобное в прошлых отношениях и больше не хотите этого повторять. Но несмотря на это вам хочется встретить достойного мужчину, с которым вы будете счастливы в отно-

шениях. Может быть и так, что в попытках найти того самого достойного мужчину вы слишком часто ошибались и наступали на одни и те же грабли. Этих ошибок было так много, что вы и вовсе разочаровались во всех мужчинах, не доверяете им и теперь боитесь идти в новые отношения.

Что прямо сейчас вас беспокоит? Готов поспорить, что эти беспокойства связаны с одним или даже несколькими мужчинами из вашей жизни. Одни мужчины оставляют на вашем сердце небольшие царапины. «Ну был когда-то в юности такой парень — красивый интересный — я в него влюбилась, мы повстречались, потом он меня бросил, прошло время, я его почти забыла». Другие мужчины после себя оставляют глубокие раны, которые затягиваются очень долго. «Мы были женаты восемь лет, воспитали сына, все было нормально и вдруг я узнаю, что у него уже полгода любовница. Самое ужасное, что при разводе он решил меня оставить ни с чем!» И есть еще третьи, на мой взгляд, это самые тяжелые случаи, когда мужчина мучает вас и травмирует изо дня в день, когда ваше сердце — это одна сплошная открытая рана, которая не успевает затягиваться. В этих отношениях вы теряете энергию, травмируете свою женственность и самооценку. В этих отношениях вы теряете себя, потому что у вас не хватает сил и внимания, чтобы заниматься собой и своим развитием. И наверное, я вас не удивлю, если скажу, что в нездоровых отноше-

ниях вы быстрее стареете, чаще болеете и увядаете как женщина...

Все эти и многие другие проблемы женщин связаны с тем, что вы попадаете в отношения с одним из 11 типов мужчин, непригодных к серьезным отношениям. У этой книги неспроста такое провокационное и смелое название. Вместо того чтобы калечить себя в отношениях с такими мужчинами, лучше действительно завести дома вибратор — это безопаснее, а получить удовольствия с ним можно гораздо больше, чем с некоторыми мужчинами. Ну, вы понимаете, о чем я...

Конечно, женщине не просто быть одной и тем более быть одной на протяжении долгого времени. Вам хочется любви, ласки, заботы, мужского внимания, секса, подарков, впечатлений и часто именно эти желания заставляют вас совершать необдуманные поступки и идти в отношения, которые заведомо обречены на тупик. Логика — служанка у эмоций, особенно у женщин. И эти эмоции хочется получить сейчас! Да, вы их получаете, но вместе с ними получаете и негативный опыт. Иногда женщины идут в отношения с мужчиной, не разобравшись до конца в своих чувствах и в его качествах, просто чтобы не быть одной, чтобы хоть какой-то мужчина, но был рядом. Но такая стратегия ни к чему хорошему не приводит и часто в таких отношениях вы получаете гораздо больше вреда, чем пользы. Поверьте, лучше все же побыть какое-то время одной и посвятить все

это время себе любимой, чтобы сохранить свое психическое здоровье и быть готовой к встрече с действительно достойным вас мужчиной.

Эта книга поможет вам не только защитить себя от мужских манипуляций и обманов, но и правильно выбрать мужчину для серьезных отношений. Почему же так важно не ошибиться в этом выборе? Потому что у женщины гораздо больше рисков, чем у мужчины. Во-первых, женщины более уязвимы, чем мужчины, в эмоционально-чувственном плане. Любые нарушения и продавливания ваших личных границ, а именно это и происходит в неправильных отношениях, намного опаснее и травматичнее для вас, чем для мужчин. Некоторые мужчины могут это использовать в свою пользу, чтобы получать от вас то, что им нужно. А вы ради сохранения отношений идете мужчине на уступки или даже прогибаетесь под него, после чего чувствуете себя выжатой и использованной... После того как в ваших отношениях это повторяется несколько раз, это уже превращается в постоянный сценарий ваших отношений и разрушает вас как женщину.

Вы способны перенести любую боль, любые кризисы, вы можете долго терпеть мужские манипуляции, потому что готовы на все ради отношений, но все это оставляет последствия на вас и вашей жизни. Чем больше у вас было негативного опыта, тем вы становитесь более недоверчивой, закрытой, холодной, дистанцированной, внутри вас накапливаются

обиды и все это мешает достойным мужчинам в вас влюбляться, портит ваши отношения и мешает их развитию. А накопив критическое количество ошибок, вы можете и вовсе поставить крест на отношениях и стать озлобленной на мир мужчин стервой.

---

**ЧЕМ БОЛЬШЕ У ВАС БЫЛО НЕГАТИВНОГО ОПЫТА  
В ОТНОШЕНИЯХ, ТЕМ БОЛЬШЕ ВАШЕ ПОДСОЗНАНИЕ  
БЕРЕЖЕТ ВАС И ДЕЛАЕТ ВСЕ, ЧТОБЫ У ВАС НЕ БЫЛО  
ОТНОШЕНИЙ И СНОВА НЕ ПОВТОРИЛСЯ НЕГАТИВНЫЙ  
ОПЫТ. В ИТОГЕ ЧЕМ БОЛЬШЕ У ВАС БЫЛО  
НЕГАТИВНОГО ОПЫТА, ТЕМ СЛОЖНЕЕ ВАМ ИДТИ  
В НОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ.**

---

Во-вторых, женщина может незапланированно забеременеть и остаться одна с ребенком на руках. Ребенок — это счастье! Но это счастье, когда его запланировали, когда он рождается в полноценной семье, где родители любят друг друга и вместе участвуют в его воспитании и развитии. Любые другие сценарии наносят и ребенку, и матери психические травмы. Остаться с ребенком одной — это еще не самый плохой сценарий. Если вы способны нормально обеспечивать вас обоих, можете дать ему настоящую материнскую любовь, окружить его заботой и вниманием, если при этом у вас останется время на себя, чтобы найти ребен-

ку достойного отчима, и тот сможет заменить ему отца, то все будет хорошо. Но часто женщины случайно беременеют, выходят замуж и только через годы осознают, что живут с человеком, которого не любят, может даже никогда не любили, просто «все было как в тумане, а сейчас начало проясняться». Вы поняли, что ошиблись, но поняли это слишком поздно! А что делать с этими осознаниями, если вы находитесь в финансовой зависимости от мужчины и просто не имеете возможности от него уйти вместе с ребенком? Вам приходится мириться, терпеть и принимать свою судьбу...

Что касается мужчин, у них нет практически никаких рисков. Если он ошибся в женщине, он ушел от нее и начал поиски другой и его негативный опыт не так сильно повлияет на дальнейшие попытки создать отношения. Если его подруга забеременела, он может так же исчезнуть без объяснений, а может признаться, что не планировал этого, но готов честно платить алименты и участвовать в воспитании своего чада, но чуть позже, когда он подрастет и с ним будет о чем поговорить.

Выбор мужчины для отношений — это не только о том, как сложится ваша семья. Выбор мужчины — это выбор вашей судьбы и судьбы ваших будущих детей. Будете ли вы жить в радости, счастье, спокойствии, окруженная заботой и любовью, или же будете прожигать лучшие годы в непонятных отношениях, принимать и терпеть недостатки своего любимого,

пинать и мотивировать его, чтобы он хоть что-то для вас сделал. Сможете ли вы развиваться в этих отношениях не только как мама, но и как личность, как специалист, заниматься тем, к чему лежит душа, не переживая за ваше финансовое благополучие, или же будете страдать в больных отношениях, где вас используют, унижают, ограничивают, и тратить огромные деньги на лечение у психотерапевтов. Выбор мужчины для отношений — это выбор вашего жизненного пути!

---

**БЛАГОДАря ЭТОЙ КНИГЕ ВЫ ПОЙМЕТЕ, ЧТО 60%  
ВСЕХ ЖЕНСКИХ ПРОБЛЕМ В ОТНОШЕНИЯХ СВЯЗАНЫ  
С НЕПРАВИЛЬНЫМ ВЫБОРОМ МУЖЧИНЫ.  
ЭТО РЕЗУЛЬТАТ ТОГО, ЧТО ВАС НИКТО НЕ УЧИТ  
В НИХ РАЗБИРАТЬСЯ.**

---

У вас нет даже самых базовых навыков, чтобы определить его настоящие намерения и на что он в принципе способен. Все, что вы знаете о мужчинах — это лишь маленькие осколки негативного опыта, который даже не осознан до конца, вперемешку с сериалами, статьями в интернете и мнением подруг. Из всех этих осколков и прочего мусора вы небрежно склеили картину, на которой непонятно что изображено, но вы с гордостью назвали ее «Уж я-то разбираюсь в мужчинах!»

Именно сейчас у вас появилась возможность остановить череду ошибок в отношениях, начать действительно разбираться в мужчинах и понимать, как они устроены. Эту книгу я написал именно так, как я писал бы ее для своей дочери. Когда она выйдет во взрослый мир, у нее будут все необходимые инструменты, чтобы защитить себя от манипуляторов, неудачников, безответственных и ненадежных мужчин и выбрать себе достойного спутника для жизни, с которым она будет по-настоящему счастлива. Надеюсь, вы тоже передадите эту книгу своим дочерям, а может даже и мамам, ведь никогда не поздно начать разбираться в мужчинах.

# ПОЧЕМУ НИКТО НЕ УЧИТ РАЗБИРАТЬСЯ В МУЖЧИНАХ?

**П**очему-то в культуре женщины есть правило соблюдать гигиену, чтобы заботиться о своем физическом здоровье, а вот соблюдать некую гигиену отношений, где уделяется внимание выбору мужчины, с которым вы общаетесь, целуетесь, занимаетесь сексом и потом живете вместе — такого правила нет. Хотя это напрямую влияет на ваше психическое состояние, физиологическое здоровье и социальное благополучие. Некоторые женщины серьезнее относятся к выбору продуктов в магазине для приготовления супа, чем к выбору партнера для жизни, и это меня огорчает.

Вы учитесь красиво ходить, одеваться, делать макияж, следить за своей внешностью, быть ухоженными и опрятными — все это заложено в вашем женском культурном коде. Мамы и бабушки учили вас вкусно готовить, шить, вязать, поддерживать в доме чистоту и порядок, быть хорошей хозяйкой. И все это, чтобы удачно выйти замуж. Все эти навыки нужны и важны, но чтобы удачно выйти замуж