

АЛЛАН И БАРБАРА ПИЗ

**Язык жестов
в
Любви**



**Аллан Пиз, Барбара Пиз
Язык жестов в любви**

...

Allan Pease and Barbara Pease
THE BODY LANGUAGE OF LOVE

This edition published by arrangement with Dorie Simmonds Literary Agency and Synopsis
Literary Agency Перевод с английского Т. Новиковой

© Allan Pease, 2012 © Новикова Т., перевод на русский язык, 2012

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2012

Благодарность

*Книга посвящается всем людям с хорошим зрением, которые
почему-то не умеют видеть*

Мы бесконечно благодарны тем, кто помог нам в работе над книгой, знают они об этом или нет. Нам помогали Келли Браттке, Эндрю и Джоанна Пэриш, Десима Маколи, Ребекка Шелл, Мелисса Стюарт, Жасмин Пиз, Камерон Пиз, Брэндон Пиз, Белла Пиз, Майкл Пиз, Адам Селлерс, Джон Макинтош, Норман Леонард, Кен Райт, Аманда Гор, Даниэль Кларк, доктор Жанет Холл, Кол и Джилл Хаст, Кирсти и Скотт Гудерхэм, Фил Грей, Ширли Нил, Дэнни Редман, Дес Уилмор, Берни де Соуза, доктор Джеймс Муар, Хелен и Ян Белчер, Роджер Луган, Иванна Фугалот, доктор Геннадий Полонский, Кристина Уолдинг, Джефф Тернер, Джон Лейнсмит, Салли Бергхофер, Роб и Сью Ким, Дейв Стюарт, Дэвид С. Смит, доктор Джон Тикел, профессор Грэм Джексон, Николь Килпатрик, Джозефина и Рик, Глен Фрейзер, Тони Рич, доктор Майкл Уолш, Энгус Вудхед, Фиона Хеджер, Гэри Крик, Энтони Горман, Брайан Трейси, Дженни Купер, Айвор Эшфилд, Тревор Вельт, Джо Эбботт, Алан Холлидей, Грэм Шилс, Шорти Талли, Керри-Энн Кеннерли, Сью Уильямс, Дженин Гуд, Берт Ньютон, Грэм Смит, Кевин Фрейзер, доктор Филлип Страйкер, Эмма и Грэм Стил и Гленда Леонард.

Особую благодарность хотим выразить Дори Симмондс, а также Рю и Рут Пиз.



Кое-что не меняется даже за миллионы лет

Вступление

Всем знакомы люди, которые в любой компании моментально вычисляют одиноких людей и завязывают с ними оживленный разговор. Представители противоположного пола редко отказывают столь приятным собеседникам, они же, в свою очередь, никогда не смущают себя или других сомнительными репликами. Таким людям легко назначить свидание, и они никогда не сидят у телефона, ожидая звонка. А самое главное – эти счастливицы умеют строить длительные отношения. В чем же секрет? В том, что они понимают язык телодвижений и его роль в любовных отношениях. А вам не хотелось бы стать таким человеком? Возможно, с нашей помощью это удастся.

В возрасте одиннадцати лет я начал свою карьеру коммивояжера. Чтобы иметь карманные деньги, после уроков продавал резиновые губки. Я быстро научился распознавать сигналы языка телодвижений: мне с первого взгляда было ясно, купят товар или нет. Я стал успешным бизнесменом, но эти навыки пригодились не только в деловом мире, но и на дискотеках и вечеринках: мне было легко знакомиться с девушками. Я почти всегда понимал, кто пойдет со мной танцевать, а кто откажет. Со временем навыки в области языка телодвижений оказались весьма ценными в личной жизни, помогли мне построить длительные любовные отношения. И сегодня я готов помочь вам в овладении этой наукой. Навыки, о которых рассказано в этой книге, можно использовать в любой сфере личной жизни. Я научу вас казаться более привлекательным для представителей противоположного пола; распознавать, кому вы нравитесь; назначать свидания – и строить долговременные близкие отношения.

Аллан Пиз

Язык телодвижений – фундаментальная часть ухаживания. Эти сигналы показывают контактность, привлекательность, готовность, энтузиазм, сексуальность... и отчаяние. Хотя некоторые сигналы ухаживания являются осознанными, большинство из них бессознательны – и до сих пор не ясно, как мы усваиваем их. А ведь это – важнейшая часть построения и сохранения личных отношений. Сигналы языка телодвижений помогают добиться взаимопонимания и чуткости, необходимых для того, чтобы стать счастливыми и порадовать тех, кто рядом. Распознавать эти сигналы может научиться любой. Об этом наша книга.

...

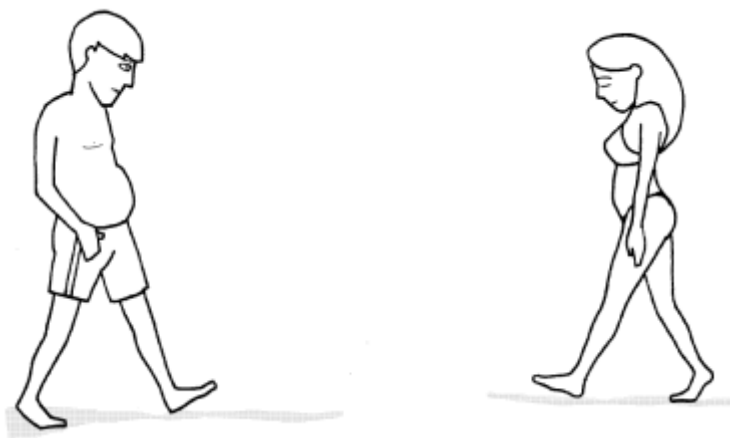
Люди – это единственный вид животных, который понятия не имеет о брачных играх.

Сегодня мы сталкиваемся с такими романтическими обстоятельствами, о которых наши предки не могли и подумать. Мы можем знакомиться с новыми партнерами через интернет-агентства знакомств, ходить на «скоростные» свидания, улучшать внешность с помощью косметики или пластической хирургии, жениться и разводиться несколько раз. Однако, несмотря на обилие возможностей и мест, где можно встретить любовь, мир охвачен эпидемией одиночества. К 2020 году около 25 % женщин в западных странах будут абсолютно одинокими. Количество разводов в большинстве стран достигнет 50 % от количества браков. Совершенно ясно, что ухаживание и любовь остаются самыми непонятыми аспектами человеческого поведения. Наша неспособность понять и правильно истолковать сигналы языка телодвижений друг друга немало способствует этому.

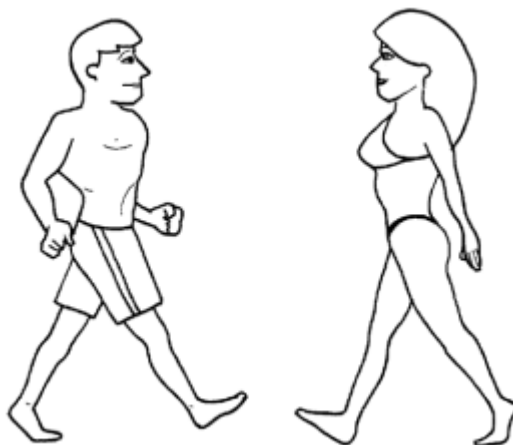
В нашей книге вы найдете ответы на ряд самых загадочных вопросов относительно противоположного пола. Эта книга навсегда изменит ваше поведение. Представьте, что вы живете в темной комнате. Конечно, получить представление о мебели можно на ощупь. Но вы никогда не узнаете, какие в комнате обои и какого цвета дверь, потому что не сможете их увидеть. Наша книга включит свет в комнате – и вы увидите, какой яркий и прекрасный мир вокруг. Уверена: вы будете благодарны нам за это!

Барбара Пиз

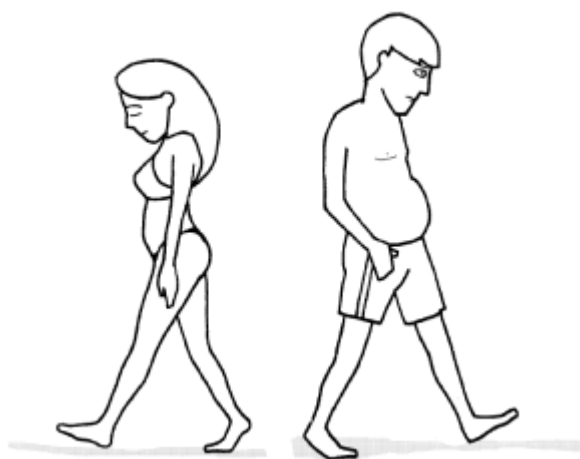
Понимание брачной игры: почему женщины знают все правила... а мужчины не удосуживаются с ними даже познакомиться



1. Мужчина и женщина подходят друг к другу на пляже



2. Они видят друг друга



3. Они идут дальше

Ваше тело уже играет в брачную игру

Встречаясь с человеком впервые, мы быстро оцениваем его дружелюбие, стремление к доминированию и потенциал в качестве сексуального партнера. 90 % впечатлений формируется в течение первых четырех минут общения. Этого хватает, чтобы оценить контактность собеседника и понять, подходит ли он нам. В первую очередь мы смотрим вовсе не в глаза, как считалось ранее. Специалист по языку телодвижений доктор Альберт Шефлен обнаружил, что, оказавшись в обществе представителя противоположного пола, человек меняется – меняется бессознательно, но чисто физиологически. Мышечный тонус повышается, что говорит о подготовке к возможным сексуальным отношениям, живот втягивается, осанка становится более прямой. Человек на глазах начинает казаться моложе. Мужчины выставляют подбородок и расправляют плечи, чтобы приобрести доминантный вид. Если женщина заинтересовалась, она постарается продемонстрировать грудь, склонит голову набок, коснется волос, показывая обратную сторону запястья. Ее вид станет более покорным.

Идеальное место, где все эти признаки видны невооруженным глазом, – пляж. Обратите внимание на то, как мужчины и женщины приближаются друг к другу. Перемены происходят, когда они оказываются достаточно близко и возникает зрительный контакт. Эти

перемены сохраняются до тех пор, пока люди видят друг друга, а потом быстро исчезают. Хотя вы этого не осознаете, ваше тело демонстрирует качества, необходимые хорошему сексуальному партнеру. Оно отлично умеет вести любовную игру! Если хотите привлечь внимание представителя противоположного пола, дайте телу полную свободу.

...

Тело подсознательно реагирует на присутствие представителей противоположного пола, делая вас более привлекательными.

Это делают птицы, это делают пчелы... даже вы делаете это

У самцов и самок животных есть целый ряд сложных ритуалов ухаживания, которые по большей части производятся подсознательно. У некоторых видов птиц самец, распушив хвост, начинает ходить вокруг самки, издавать особые звуки, распушать перья и различными движениями привлекать ее внимание. Самка же ведет себя абсолютно индифферентно. Кажется, она не обращает на самца никакого внимания. Люди считают себя сложными, высокоорганизованными существами, однако их ритуал ухаживания практически ничем не отличается от птичьего. Флирт у людей включает в себя ряд жестов и выражений, напоминающих брачные игры животных в дикой природе.

Каков же вывод? Когда человек хочет привлечь внимание противоположного пола, начинает подчеркивать сексуальные различия. Если нам нужно отвлечь от себя внимание противоположного пола, вы эти различия скрываете.

...

Подчеркнутые гендерные различия делают человека «сексуальным».

А теперь посмотрите на настоящего мастера

...

Грэм удалось выработать в себе навык, которому позавидовали бы все мужчины. Он умеет прийти на вечеринку, мгновенно «вычислить» контактных женщин, сделать выбор, за рекордное время направиться с выбранной дамой к выходу, посадить ее в машину и привезти в свою квартиру. Грэм обладает врожденной способностью находить контактных женщин и увлекать их за собой. Никто не знает, как он это делает... Кроме нас.

Первым делом Грэм вычисляет женщин, сигналы языка телодвижений которых говорят о том, что они контактны. После этого переходит к мужским сигналам ухаживания. Заинтересованные женщины отвечают соответствующими сигналами, давая Грэму невербальный «зеленый свет». И он переходит к следующему этапу. Женщины считают его «сексуальным», «веселым», рядом с ним они всегда чувствуют себя «настоящими леди». Такова их реакция на постоянное внимание с его стороны и используемые им сигналы ухаживания. Мужчины же считают Грэма скользким, высокомерным и самоуверенным, потому что он составляет им невероятную конкуренцию.

...

Чтобы добиться успеха в брачной игре, нужно стать настоящим специалистом в языке телодвижений.

Почему женщины командуют... и устанавливают правила

Спросите любого представителя сильного пола, кто делает первый шаг в ритуале ухаживания, и он наверняка ответит: мужчины. Однако все исследования флирта показывают, что в 90 процентах случаев инициаторами являются женщины. Они делают это, посылая глазами, телом и лицом целый ряд тонких сигналов выбранному мужчине. Если тот окажется достаточно восприимчивым, то отреагирует соответственно. Конечно, есть мужчины, которые смело подходят к женщинам в клубах или барах, не дожидаясь «зеленого света», но вероятность успеха в таком случае довольно низка: они играют на собственный страх и риск. Чтобы добиться успеха в подобной игре, мужчине придется подходить ко многим женщинам – конечно, если он не обладает внешностью Брэда Питта.

...

В процессе ухаживания музыку заказывает женщина, а танцевать приходится мужчине.



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 1

Любой мужчина, который подходит к женщине, чтобы поговорить, всегда делает это по ее просьбе. Он улавливает ее сигналы языка тело движений.

Но кажется, что инициатива исходит от него – ведь это он к ней подошел.

Язык телодвижений в любви для нее



Успех женщины в личной жизни непосредственно связан с ее **умением посылать мужчинам сигналы ухаживания и правильно расшифровывать их ответные реакции.** Женщины, которы м трудно найти партнера, вовсе не отличаются тупостью в расшифровке

сигналов. Они просто не могут найти мужчин, которые отвечали бы их критериям.

Язык телодвижений в любви для него



У мужчины успех в брачной игре во многом зависит от способности расшифровывать посылаемые ему сигналы, а вовсе не от умения сделать первый шаг. Большинство женщин распознают сигналы ухаживания, но мужчины менее восприимчивы и часто оказываются абсолютно слепы. Вот почему многим мужчинам так трудно найти потенциальных партнерш.

Почему мужчины нарываються на отказ, подходя к женщинам...

Большинству мужчин сложно правильно истолковать тонкие сигналы женского языка телодвижений. Исследования показывают, что они часто ошибочно принимают дружелюбие и улыбку за проявления сексуальной заинтересованности. Это происходит потому, что мужчины воспринимают мир... более сексуально, чем женщины: в их организме содержание тестостерона в 10–20 раз выше, чем у женщины. Мужчины могут неверно истолковать сигналы заинтересованности и сразу же перейти к неуклюжим сексуальным авансам. Такое часто случается в барах и ночных клубах. Конечно, подобный подход встречает возмущенный отпор – и мужчине приходится с позором возвращаться к друзьям.

...

Некоторые мужчины считают, что, сказав «нет», леди имеет в виду «возможно», сказав «возможно», она имеет в виду «да». Ну а если женщина говорит «да», значит, она не леди!

...

Чтобы стать специалистом в ритуале ухаживания, женщина должна научиться посылать правильные сигналы, а мужчина – научиться их распознавать.

...и почему к некоторым женщинам вообще никто не подходит

Встретив потенциального партнера, женщины посылают тонкие, но часто обманчивые сигналы ухаживания, чтобы проверить, стоит ли сосредоточиваться на этом мужчине. Посылая двусмысленные сигналы, женщины заставляют мужчин действовать. А те, в свою очередь, не могут разобраться и не подходят к женщине, опасаясь отказа.

...

Мужчина не подойдет к женщине, не уловив от нее четких, последовательных

сигналов, которые дали бы ему понять, что он не будет отвергнут.

Вот почему многие красивые одинокие женщины жалуются на то, что мужчины к ним никогда не подходят.

Как играть в брачную игру: искусство ухаживания и сигналы флирта



«Спасибо за шоу, приятель, а теперь покажи нам что-нибудь посущественнее!»

Процесс привлечения внимания

Ухаживание – это предсказуемый пятишаговый процесс. Каждый проходит этот путь, как только встречает привлекательного человека.

1. **Зрительный контакт.** Женщина осматривается и видит привлекательного мужчину. Она ждет, пока он ее заметит, удерживает его взгляд в течение примерно пяти секунд – и отводит глаза. Он продолжает наблюдать за ней, чтобы проверить, сделает ли она это еще раз. В среднем женщине нужно встретиться с мужчиной взглядом три раза, прежде чем он поймет, что происходит. Это начало процесса флирта.

2. **Улыбка.** Женщина один или несколько раз улыбается. Легкая полуулыбка дает потенциальному кавалеру «зеленый свет». К сожалению, многие мужчины не откликаются на эти сигналы, и у женщин складывается впечатление, что ими не интересуются.

1. **Прихорашивание.** Женщина секунд шесть тербит прядь волос – прихорашивается. На этом этапе женщины обычно облизывают губы, поправляют волосы, одежду или украшения. Мужчины выпрямляются, втягивают живот, расправляют плечи, поправляют одежду или волосы, закладывают пальцы за ремень или за пояс брюк. У обоих участников флирта ступни или весь корпус развернут по направлению друг к другу.

2. **Разговор.** Мужчина подходит и начинает разговор с традиционного: «Мы раньше не встречались?»

3. **Прикосновение.** Женщина ищет возможность легонько коснуться руки мужчины –

случайно или намеренно. Прикосновение к кисти руки говорит о более высоком уровне интимности, чем касание предплечья. Затем касание повторяется: дама должна убедиться, что мужчину такой уровень близости не смущает. Мужчина понимает, что первое касание не случайно. Легкое поглаживание или касание плеча мужчины создает у него впечатление того, что женщине небезразлична его внешность. Рукопожатие – самый быстрый способ перехода к этапу касания.

Первые пять этапов ухаживания могут показаться мелкими и даже случайными, но они жизненно важны для начала любых новых отношений. Как мы уже убедились, для большинства мужчин они очень сложны. Если женщина хочет, чтобы мужчина обратил на нее внимание, она должна посылать четкие, недвусмысленные сигналы. Лишь тогда мужчина спокойно их истолкует и отреагирует соответствующим образом.

Пять основных сигналов, которые должен распознавать каждый мужчина

Поскольку успех мужчины в брачной игре во многом зависит от того, насколько хорошо он может распознать женские сигналы и отреагировать на них, очень важно научиться расшифровывать самые распространенные сигналы ухаживания. Когда женщина заинтересована мужчиной, она использует некие жесты прихорашивания: касается волос или поправляет одежду. Она может положить одну или обе руки на бедра, развернуться к мужчине, увеличить продолжительность зрительного контакта. Вот небольшой обзор самых распространенных жестов и сигналов ухаживания, с помощью которых женщина дает мужчине понять, что он может рискнуть. Одинокие мужчины, которым нелегко найти контактных женщин, должны обратить внимание на следующее.

1. Встряхивание головой и прикосновения к волосам Это первая демонстрация своей привлекательности. Женщина запрокидывает голову назад, чтобы волосы рассыпались по плечам и не закрывали лицо. Такой жест используют даже дамы с короткими волосами: так они дают понять мужчине, что хотят хорошо выглядеть ради него. Поправляя волосы, женщина демонстрирует и подмышечную впадину, чтобы до выбранного мужчины долетел «секс-парфюм», то есть феромон.

...

Когда женщина поправляет волосы, одновременно она распространяет феромоны – ароматы привлекательности.

2. Поигрывание цилиндрическими предметами

Когда женщина играет цилиндрическими предметами: пальцем, ножкой бокала, длинной сережкой, сигаретой или другим предметом фаллической формы – она бессознательно демонстрирует свои мысли. Снимая и надевая кольцо на палец, она выдает свои мысли о сексе. На подобные действия женщины мужчина может ответить не менее символическими жестами: можно «приласкать» ее зажигалку, ключи от машины или другой личный предмет. Если женщина ведет себя подобным образом и постоянно или периодически смотрит на мужчину – можно двигаться дальше.



Ножка бокала говорит о том, что еще предстоит...

3. Прикосновения к себе Разум заставляет наши тела выдавать тайные желания – именно это происходит, когда мы касаемся себя. Женщины от природы более чувствительны к касанию, чем мужчины. Когда женщина медленно и чувственно поглаживает себя по бедру или шее, это означает, что и мужчина сможет так к ней прикоснуться, если разыграет карты правильно. Одновременно женщина представляет, что она почувствовала бы, если бы это касание инициировал мужчина. Прикосновения к себе могут сопровождаться медленным скрещиванием и выпрямлением ног.

4. Сгибание колена и поигрывание туфлями Когда женщина сгибает ногу и поджимает ее под себя, то колено обычно направлено в сторону того человека, который кажется ей наиболее интересным. Это свободная, расслабленная поза. Она делает разговор неформальным и позволяет женщине как бы случайно продемонстрировать бедра.



Колено направлено в сторону самого интересного для женщины человека
Покачивание туфли на кончиках пальцев также говорит о расслабленном состоянии.
Ступня то входит в туфлю, то выходит из нее, что пробуждает сексуальные ассоциации.
Такое действие заводит многих мужчин, причем они даже не понимают, в чем дело.



Туфля дает ключ

5. Демонстрация лица Этот жест используют женщины, которые хотят привлечь внимание мужчины. Женщина опирается локтями на стол и кладет одну кисть поверх другой. Таким образом, ее лицо оказывается словно «на тарелочке» – мужчине остается только заметить его и восхититься.



Демонстрация лица: мужчине остается только восхититься этой неземной красотой



...

Совет : Если вы мужчина и собираетесь польстить женщине (неважно, искренне или нет), то подобный жест дает вам «зеленый свет».

Другие сигналы, которые следует запомнить мужчинам

1. **Близость сумочки.** Сумочка – очень личный предмет. Для женщины сумочка – это продолжение ее тела. Если она кладет сумочку рядом с мужчиной, это явный сигнал,

говорящий о ее заинтересованности. Если женщина находит мужчину особенно привлекательным, она может медленно поглаживать и ласкать свою сумочку.

2. Расслабленное запястье. Когда женщина идет или сидит, а запястье ее при этом расслаблено – это сигнал покорности, который должен сразу же привлечь ваше внимание. Этот жест кажется мужчинам очень привлекательным, поскольку они сразу чувствуют себя доминирующими.

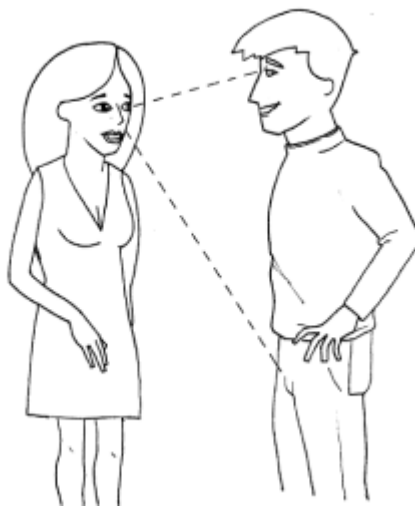
3. Демонстрация запястий. Заинтересованной женщиной женщина постепенно открывает гладкую, нежную кожу обратной стороны запястий. По мере нарастания ее интереса периоды демонстрации запястий становятся все дольше. Зоны запястий издавна считались одними из самых эротичных зон женского тела: кожа здесь отличается особой нежностью и гладкостью.

4. Взгляд через поднятое плечо. Поднятое плечо – это своеобразная имитация округлой женской груди. Женщина смотрит на мужчину через поднятое плечо, слегка опустив веки, и делает это достаточно долго, чтобы он успел заметить ее взгляд. Когда мужчина взгляд заметил, она быстро отводит глаза.

Как привлечь внимание мужчины

Подходя друг к другу, люди быстро смотрят на среднюю часть тела, чтобы определить пол визави. Затем этот взгляд повторяется; на этот раз – с целью определения уровня заинтересованности. Такой взгляд называют интимным. Для демонстрации своей заинтересованности друг в друге им пользуются и мужчины, и женщины. Заинтересованный партнер возвращает ответный взгляд.

Мужской интимный взгляд никогда не ускользает от внимания женщин, поскольку они обладают хорошо развитым периферическим взглядом. А вот мужчинам поймать женщину на интимном взгляде гораздо труднее – что не может не огорчать женщин.



Поскольку у женщин хорошо развито периферическое зрение, поймать их невозможно.
Мужчин же вечно ловят – из-за их туннельного зрения



...

Совет . Большинство мужчин не может поймать и правильно истолковать первый взгляд женщины, поэтому женщинам приходится повторять взгляд трижды, прежде чем их поймет обычный мужчина, четырежды – для недотеп, пять или больше раз – для особо тупых. Когда женщине удастся наконец привлечь внимание мужчины, она может использовать «вспышку»: слегка расширить глаза, показывая партнеру, что сигнал предназначался ему. (Поскольку мужчины не отличаются особой сообразительностью, возможно, лучше будет просто подойти и сказать: «Привет, ты мне нравишься!»)

...

Несмотря на то что люди это категорически отрицают, съемки скрытой камерой показывают, что интимным взглядом пользуются все.

Три основных блока, о которых должен знать каждый мужчина...

Боб осмотрелся и встретился взглядом с симпатичной брюнеткой. Казалось, она ему улыбается. Не желая терять времени даром, Боб быстро пересек комнату и заговорил с девушкой. Она оказалась не слишком разговорчивой, но продолжала улыбаться, поэтому Боб продолжил разговор. Мимо него прошла его хорошая знакомая и прошептала: «Забудь об этом, Боб... Она считает тебя придурком!» Боб был озадачен. Но ведь она же ему улыбалась! Как и большинство мужчин, он не понимал негативной окраски женской улыбки с плотно сжатыми губами.

Поскольку многие мужчины остерегаются подходить к женщинам, опасаясь унижительного отказа, им стоит выучить несколько сигналов, которые вполне можно было бы назвать «красным светом». Так женщины однозначно дают мужчинам понять, что те их не интересуют.

1. Улыбка со сжатыми губами Губы плотно сжаты и образуют прямую линию. Зубов не видно. Такая улыбка говорит о том, что у человека есть какой-то секрет, точка зрения, которой он не собирается с вами делиться. Так часто улыбаются женщины, которые не хотят показывать, что им не нравится собеседник. Все остальные женщины прекрасно понимают смысл подобной улыбки. Мужчины же частенько обманываются.

2. Скрещенные руки Мы в самом юном возрасте учимся прятаться за барьерами. Это совершенно естественная реакция. Оказавшись в опасной ситуации, дети прячутся за мебелью или за материнской юбкой. Став старше, мы модифицируем это поведение. Взрослые прячутся за скрещенными на груди руками или за рукой, прижатой к груди. Так мы пытаемся защититься от угрозы или нежелательных обстоятельств. У женщин этот жест выражен более тонко, потому что они могут держать в руках какие-то предметы – сумочку или кошелек.



Сумочка говорит мужчине о том, что женщину он не интересуется. Мужчине следует понять этот сигнал и сохранить достоинство

...

Когда женщина находит мужчину привлекательным, она раскрывает руки. В обществе агрессивных или непривлекательных мужчин женщины часто скрещивают руки на груди.

3. Отступление

Приближение к интимной зоне или вторжение в нее – это способ проявления интереса к человеку. Если подобное поведение нежелательно, собеседник отступит назад, чтобы сохранить свое пространство.



Вторжение мужчины в личное пространство заставляет женщину отступить. На этой иллюстрации показана негативная реакция женщины, на чью территорию вторгается мужчина. Женщина отклоняется назад, стараясь сохранить комфортное расстояние. В такой ситуации мужчине нужно отступить или попробовать иной прием.

Язык любви для нее



Женщины в коротких юбках плотно сжимают ноги по вполне понятным причинам; в результате они кажутся неконтактными. В ночном клубе мужчина предпочтет пригласить на танец кого-нибудь другого. Мужчинам нравится видеть женские ножки. Выбирайте комфортную одежду, которая не будет скрывать сигналы языка телодвижений.

...

Женщина в мини-юбке часто выглядит неконтактной.

Язык любви для него



Исследования показывают, что женщины всегда опасаются нападения сзади. Им не нравится, когда к ним приближаются со спины. Если вы мужчина, подходите к женщине, которая вас заинтересовала, спереди или под углом 45°. Это поможет быстрее добиться взаимопонимания и снизит вероятность конфронтации.

Три основных сигнала, которые должна распознавать каждая женщина

Если вы женщина, наш рассказ о мужских сигналах ухаживания вас наверняка разочарует – их крайне мало. Как и большинство самцов, перед потенциальной партнершей мужчина начинает прихорашиваться. Он поправляет галстук или воротник, смахивает воображаемую пыль с плеча, касается запонки или часов, одергивает рубашку или пиджак. Когда речь заходит о ритуалах ухаживания, большинство мужчин оказываются абсолютно бестолковыми. Их можно сравнить с рыбаками, которые ловят рыбу не удочкой или сетью, а пытаются колотить ее по голове дубиной. Женщины в этом отношении – существа куда более изощренные: им удастся поймать такую рыбу, о какой ни один мужчина не может и мечтать.

...

Мужчины любят демонстрировать свою силу, богатство и статус. Они покупают мощные машины, бахвалятся своим заработком и задирают других мужчин.

Мужчины плохо умеют посылать сигналы брачной игры. Женщины же не только контролируют игру, но и устанавливают правила. Мужчины просто реагируют на замеченные сигналы. Поскольку женщины распознают сигналы языка телодвижений гораздо лучше, им не требуется подсказок: они и так чувствуют, заинтересован ли мужчина. Но мы все же хотим дать несколько советов и им.

1. Выставленные большие пальцы Большие пальцы – символ превосходства. Хироманты считают, что большие пальцы говорят о силе характера и гордости. Сигналы языка телодвижений, связанные с большими пальцами, также говорят об осознании собственной значимости и уверенности в себе. Демонстрация больших пальцев – это доминирование и уверенность. Мужчина часто ведет себя подобным образом в присутствии женщины, которая ему нравится. Демонстрация больших пальцев часто сопровождается покачиванием на носках – так мужчина визуально увеличивает свой рост. Иногда мужчина демонстрирует большие пальцы, закладывая остальные в задние карманы брюк. Создается впечатление, что человек пытается скрыть свою склонность к доминированию.



Этот мужчина пытается скрыть свою уверенность и склонность к доминированию, но собеседница его явно заинтересовала

2. Демонстрация паховой области Такие мужчины твердо стоят на земле. Взглянув на них, сразу становится ясно, что уходить они не собираются. Такая поза подчеркивает область гениталий, благодаря чему мужчина выглядит настоящим мачо.

...

Такую позу часто принимают настоящие мачо и крутые парни.

Мужчина может развернуться и выставить ногу в сторону женщины, при этом довольно долго удерживая ее взгляд. Сидя или стоя у стены, мужчина расставляет ноги, чтобы подчеркнуть паховую область. (Так же поступают мартышки и шимпанзе).



Демонстрация паховой области подчеркивает мужские достоинства

3. Поза ковбоя Большие пальцы, заложенные за ремень или в карманы, подчеркивают паховую область. Такую позу обычно принимают мужчины, испытывающие сексуальную агрессию. Поза мужчины говорит о готовности к действию, а кисти рук являются главными индикаторами его намерений, так как они подчеркивают область гениталий. С помощью такой позы мужчины отстаивают собственную территорию и показывают другим мужчинам, что запугать его не удастся. Хотя у человекообразных обезьян нет ни ремней, ни брюк, подобная поза свойственна и им.

Эта поза явно говорит окружающим: «Я настоящий мужчина – я могу доминировать». Вот почему она так популярна у мужчин. Когда собеседник стоит в такой позе, когда его зрачки расширены, а одна ступня выставлена в сторону собеседницы, женщина сразу понимает его настрой и намерения. Мужчина бессознательно выдает то, что у него на уме.



Поза ковбоя – пальцы рук указывают на то, что хочет показать вам мужчина



Мужчина подчеркивает свою силу: ступня выставлена вперед, ноги расставлены, большие пальцы заложены за ремень, а остальные «обрамляют» паховую область. Мужчина старается казаться крупнее и занять больше пространства. Однако на женщину все это впечатления не произвело. Ее ноги сжаты, она отстранена от собеседника, она скрестила руки, чтобы занимать меньше пространства. Судя по всему, этот мужчина уйдет домой один.



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 2

Наиболее сексуально активными женщины становятся в середине менструального цикла. В этот момент происходит овуляция, и вероятность зачатия возрастает. В это время они часто надевают более короткие платья и туфли на высоких каблуках, более откровенно разговаривают, танцуют и действуют. В этот период они используют все сигналы, о которых мы только что говорили.

Язык любви для нее



Чтобы оценить уровень заинтересованности мужчины, женщина вторгается в его интимную зону, а потом отступает. Если мужчина заинтересован, это заставит его войти в ее интимную зону, как только представится возможность. И снова мы видим, что именно женщина ведет флирт, а мужчина остается ведомым.



Язык любви для него



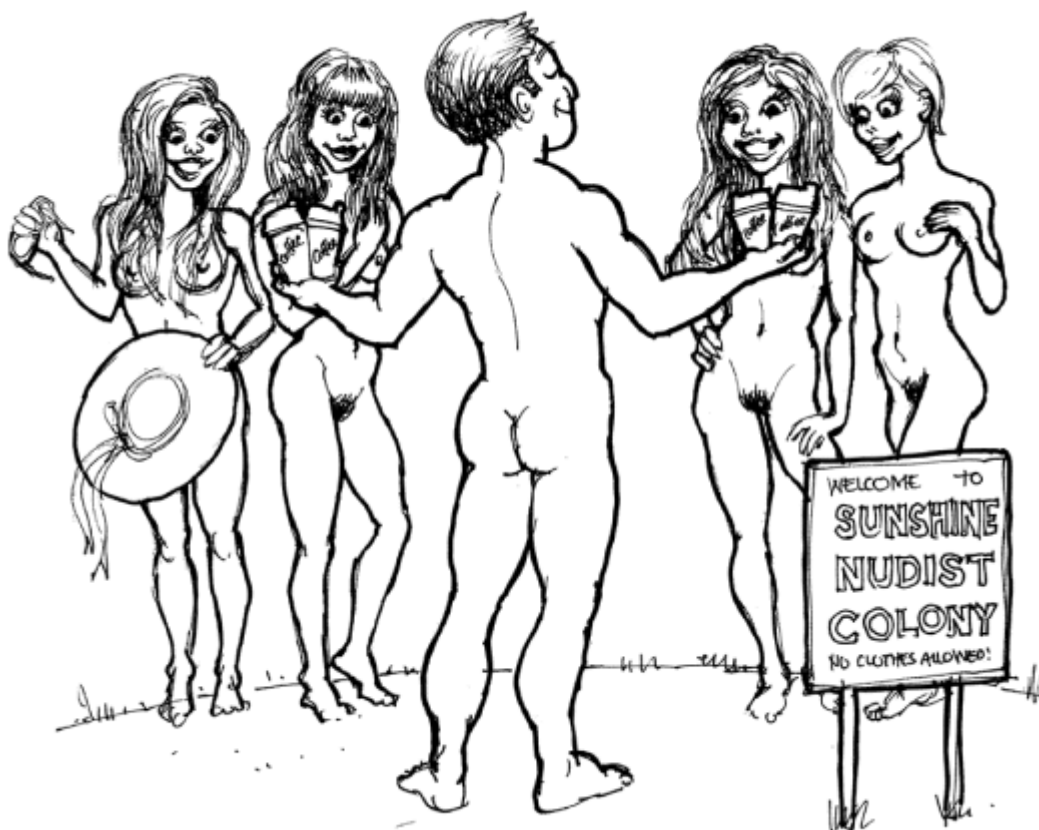
Женщины часто жалуются на то, что в процессе разговора мужчины безо всякой видимой причины начинают дотрагиваться до своей паховой области. Смысл подобного поведения совершенно ясен: мужские гениталии настолько велики, что нуждаются в постоянном внимании, чтобы в них не нарушился процесс кровообращения. Невозможно представить себе женщину, которая в публичном месте вдруг решила бы почесать себе пах, тогда как мужчины делают это без стеснения и довольно часто. Женщина впадает в ужас,

когда мужчина той же самой рукой, которой только что чесал паховую область, предлагает ей бокал или обменивается с кем-то рукопожатием. В женском обществе поступать так не следует.

...

Почесывание паховой области для женщин просто отвратительно.

Как стать более привлекательным для противоположного пола: язык жестов для повышения брачного рейтинга



Боб всегда пользовался популярностью. В нудистском лагере он был единственным мужчиной, способным принести одновременно четыре кофе и десять пончиков

Очарование и улучшение внешности

Нравится вам это или нет, но внешний вид очень сильно влияет на способность привлечь и удержать партнера. Люди, с которыми мы встречаемся, формируют 90 % своего представления о нас в течение первых четырех минут, а физическая привлекательность оценивается всего за 10 секунд. Мы не хотим сказать, что, если вы не похожи на Хайди Клум или Брэда Питта, вам никогда не привлечь внимания представителей противоположного пола. Но, поняв механику процесса привлечения внимания и использовав несколько простых приемов, вы без труда станете более привлекательным человеком.

Древние биологические гендерные сигналы действуют на подсознательном уровне, и

сопротивляться им невозможно. Мозг мужчин и женщин настроен таким образом, чтобы обращать внимание на тех, кто обладает максимально здоровой репродуктивной способностью и сексуальной контактностью. Приятно, что для привлечения внимания противоположного пола вовсе не обязательно быть ослепительно-красивым. Исследования показывают, что мы предпочитаем партнеров столь же привлекательных, как мы сами. Красавцев выбирают немногие – и это совершенно понятно: более привлекательный партнер всегда может найти себе кого-то лучше.

...

Подчеркивая сексуальные различия и свою контактность, вы становитесь более привлекательны для противоположного пола.

Чтобы привлечь внимание противоположного пола, женщина должна посылать сигналы физического здоровья и контактности, а мужчине нужно подчеркивать силу и мужественность. Вот почему некоторые из тех, кого трудно назвать красавцами, имеют немало почитателей.

Почему женщинам не следует отчаиваться

Некоторым женщинам отвратительна мысль о том, что современных мужчин привлекает в партнерше физическая внешность и контактность, а вовсе не умение заботиться, общаться, быть хранительницей домашнего очага и играть на рояле. Но вам нужно привлечь внимание мужчины при первой встрече – до того, как он познакомится с вашими внутренними достоинствами. Отправляясь на рыбалку, вы же выбираете наживку, которая понравится рыбе, а не ту, которая нравится вам, верно?

Своей внешности женщины уделяют в три раза больше времени, чем мужчины. Их траты на косметику в 15 раз превышают траты мужчин. Дамы, которые этого не делают, в брачных играх остаются проигравшими. Для привлечения мужского внимания женщины используют множество обманных визуальных приемов. Они наклеивают искусственные ногти, чтобы пальцы казались длиннее, увеличивают грудь, чтобы казаться моложе, надевают темные костюмы или костюмы в вертикальную полоску, чтобы выглядеть стройнее, красят волосы в светлые тона, надевают туфли на высоких каблуках... Все эти приемы срабатывают, потому что они рассчитаны на врожденные мужские реакции. Это не означает, что женщинам хочется так поступать. Но мужчины этого хотят – и женщины это знают. Помните, что вам вовсе не нужно иметь модельную внешность. Подчеркните сексуальные различия и старайтесь выглядеть более контактной – и мужчины к вам потянутся. Возможно, эти советы не политкорректны – но зато корректны биологически!

Почему женщины должны... отклонять бедра

Медицина учит нас тому, что у абсолютно здоровых женщин, способных к деторождению, соотношение между бедрами и талией составляет 70 %: объем талии составляет 70 % от объема бедер. То есть женская фигура напоминает песочные часы. История человечества доказывает, что именно такое соотношение всегда привлекало внимание мужчин. Подчеркнуть это очень просто – когда женщина стоит, ей нужно слегка отклонить бедра.

...

Когда стоящая женщина немного отклоняет бедра, мужчина понимает, что она сможет выносить его ребенка.

В ходе одного эксперимента было установлено, что мужчины выше всего оценили привлекательность женщин, у которых соотношение между объемом талии и бедер составило 70 %. Причем это относилось даже к тем женщинам, вес которых был, мягко говоря, великоват. Да, дамы были крупными, но мужчины все же оборачивались им вслед.

Почему женщины должны... подкрашивать глаза и носить контактные линзы

Почти во всех культурах красивыми считаются крупные глаза. Макияж зрительно увеличивает глаза и придает женщине детский вид. Если глаза относительно нижней части лица кажутся крупными, такое женское личико вызывает в мужчине желание оберегать и защищать. Если мужчина кажется женщине привлекательным, у нее расширяются зрачки. Тушь, тени и подводка искусственно создают впечатление постоянной заинтересованности. Однако мужчин больше тянет к женщинам с естественным макияжем. Не стоит накладывать на лицо тонны штукатурки – ни к чему хорошему это не приведет.

Контактные линзы придают женским глазам блеск, зрачки кажутся расширенными. Вот почему мужчины, оценивая женщин на фотографиях, назвали тех, кто был в контактных линзах, «необычайно притягательными».

...

Объем продаж женской косметики и туалетных принадлежностей составляет более 50 триллионов долларов в год – и все это только для того, чтобы создать иллюзию сексуальных сигналов!

Почему женщины должны... носить туфли на каблуках

...

Высокие каблуки визуально удлиняют ноги, способствуют покачиванию бедер и делают грудь более заметной.

Мужчинам нравятся женщины на высоких каблуках, потому что каблуки подчеркивают женскую сексуальность. Каблуки удлиняют ноги, улучшают осанку, делают более заметными ягодицы и грудь, ступню же делают меньше. Вот почему туфли с тонкими перепонками и на высокой шпильке давно стали неотъемлемой принадлежностью секс-шопов. Мужчинам нравится, когда женские ноги выглядят спортивными, но если ему покажется, что женщина с такими ногами вполне могла бы играть в футбол за сборную Англии, то рассчитывать на мужское внимание ей не придется.

Когда женщина идет на высоких каблуках, она очень соблазнительно покачивает бедрами. Каблуки подчеркивают это покачивание. А облегающие джинсы всегда привлекают внимание к выступающим ягодицам.

...

Говорят, что Мэрилин Монро специально уменьшала высоту каблука на левой туфле, чтобы походка ее была более соблазнительной.

Почему женщины должны... тонко подчеркивать ложбинку на груди

Грудь состоит по преимуществу из жировой ткани. Жировая ткань не участвует в процессе лактации; она служит лишь одной цели – сексуальной привлекательности. Грудь визуально копирует ягоды – этот факт напоминает нам те дни, когда люди передвигались на четвереньках.

Платья с глубоким декольте и бюстгалтеры, поднимающие грудь, усиливают сексуальные сигналы, создавая ложбинку. К счастью, почти все исследования подтверждают, что мужчины любят грудь любого размера и формы. Больше всего мужчин возбуждает именно ложбинка – и неважно, напоминает ли грудь женщины мелкие лимоны или настоящие арбузы. Если женщине нравится мужчина, она наклоняется вперед и прижимает руки к телу, что способствует созданию ложбинки. Но не перестарайтесь – иначе на вас могут косо посмотреть!

Почему женщины должны... пользоваться ярко-красной помадой

Во время одного из телевизионных шоу мы попросили девять женщин подготовиться к различным собеседованиям. На некоторые встречи женщины явились с помадой на губах, на другие – без макияжа. Результаты эксперимента оказались однозначными: женщин с яркой помадой сочли самовлюбленными и стремящимися привлечь внимание мужчин. Отсюда можно сделать простой вывод: если вы хотите привлечь внимание мужчины и отправиться на свидание, красьте губы ярко-красной помадой. Но никогда не пользуйтесь ею перед собеседованием о приеме на работу!

В состоянии сексуального возбуждения кровь приливает к губам, груди и половым органам женщины. Губная помада – изобретение древних египтян, сделанное четыре тысячи лет назад. Основное ее предназначение – имитация покрасневших гениталий сексуально возбужденной женщины. Вот почему мужчины считают ярко-красную помаду самой красивой и чувственной. Надувая губы и облизывая их, вы еще более усиливаете эффект.



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 3

Исследования показывают, что женщины отдают предпочтение мужчинам с низкими, глубокими голосами, поскольку тембр голоса прямо связан с уровнем тестостерона. Изменение тембра голоса особенно заметно у мальчиков-подростков. Их тела наполняются мужскими гормонами, и голоса ломаются буквально за один день. Когда мужчина находится в обществе женщины, которая ему нравится, он начинает говорить более низким голосом, чтобы подчеркнуть свою мужественность. Чуткая женщина, напротив, говорит более высоким голосом, подчеркивая женственность.



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 4

Когда вы улыбаетесь человеку, он, как правило, улыбается вам в ответ. Улыбка создает позитивные чувства в силу закона причины и следствия. Совершенно ясно, что улыбка играет очень важную роль в брачной игре – она делает вас более привлекательным. Общаясь с представителями противоположного пола, чаще улыбайтесь. Выбирая фотографии для интернет-сайта знакомств, выбирайте те, на которых вы счастливо улыбаетесь. Очень важно, чтобы были видны зубы, – улыбка со сжатыми губами говорит о недоброжелательности и скрытности. Не советуем женщинам выбирать фотографии в соблазнительных позах – увидев их, мужчины решат, что вы больше заинтересованы в случайном сексе, чем в длительных отношениях.

...

Наука доказала: чем больше вы улыбаетесь, тем более позитивно относятся к вам окружающие.

Почему мужчины должны... подчеркивать плечи, грудь и ягодицы

Женщины всегда обращают внимание на широкие плечи, мускулистую грудь, руки и крепкие, подтянутые ягодицы. И в XXI веке женщины по-прежнему хотят себе в партнеры мужчину, который способен голыми руками ловить диких зверей и бороться с врагами. Мужская грудь развивалась с тем, чтобы вмещать большие легкие, снабжающие организм большим количеством кислорода и позволяющие мужчине долго бежать, преследуя добычу. В первобытных племенах мужчины с широкой грудью пользовались большим уважением и занимали более высокое положение. Мужчина может подчеркнуть грудь и плечи, надев облегающую футболку или майку.

Крепкие, мускулистые ягодицы необходимы для сильных толчков, которые способствуют успешной передаче спермы во время сексуального акта. Мужчине с вялыми, заплывшими жиром ягодицами приходится действовать всем телом, что причиняет женщине дискомфорт. Узкие, облегающие джинсы продемонстрируют ваши ягодицы в наиболее выгодном свете. Не стоит класть в задний карман мобильники и бумажники – они сделают ягодицы плоскими.

...

Мужское тело природой приспособлено для того, чтобы преследовать, охотиться и бороться с дикими зверями, носить тяжести и убивать пауков.

Почему мужчина должен... демонстрировать доминирование

У бабуинов и других приматов самцы демонстрируют доминирование, разводя ноги и выставляя на всеобщее обозрение свои впечатляющие мужские достоинства. Доминирующий статус самцы подтверждают периодическими стычками с другими самцами. Мужчины поступают практически так же, но чуть более тонко, чем бабуины, – если в точности копировать приматов, то можно попросту оказаться в полицейском участке.



...

Совет . Того же эффекта можно добиться, надев облегающие брюки или миниатюрные плавки. А можно просто высвободить длинный конец ремня или подвесить на пояс связку ключей.

Почему мужчины должны... носить трехдневную щетину

Мужские гормоны способствуют появлению растительности на лице. Чем выше уровень тестостерона, тем быстрее растет щетина. Стрессы и болезни подавляют выработку тестостерона, поэтому в таких состояниях мужчины бреются реже. Трехдневная щетина говорит о мужественности и здоровье. Неудивительно, что она заводит многих женщин. Большинство женщин согласятся с тем, что Брэд Питт с щетиной на подбородке выглядит более сексуально, чем гладко выбритый.

Небольшая бородка зрительно увеличивает подбородок, а выдающийся вперед подбородок – это признак мужественности. К сожалению, такая бородка давно стала неотъемлемым элементом облика Сатаны, поэтому она не внушает уважения и доверия. Мы советуем не бриться перед вечеринкой и не отращивать небольших, узких бородок.

Почему мужчины должны... носить хорошую одежду

В ходе одного эксперимента женщинам показывали фотографии мужчин в хорошей одежде: костюмах-тройках, темно-синих блейзерах, белых рубашках с красивыми галстуками. У некоторых были видны даже часы «Ролекс». Женщин просили оценить привлекательность каждого мужчины и ответить, согласились бы они выпить с ним кофе, пойти на свидание, заняться сексом или выйти замуж. Фотографии тех же мужчин, но в самой обычной одежде – футболках и джинсах, бейсболках, униформе «Макдоналдса» – вызывали у женщин совершенно иную реакцию. Если с мужчиной в красивом костюме женщины были согласны на все, то того же самого мужчину, одетого заурядно, они не воспринимали вовсе. Эти эксперименты повторяли в разных странах – и результаты всегда были одинаковыми. Можно сказать, что мы мало изменились: у охотника, обладающего лучшими охотничьими навыками, всегда больше скота, бус и браслетов. И именно такой охотник всегда получает больше всего женщин.

Почему мужчины должны... казаться выше

Мужчины должны выработать хорошую осанку, чтобы казаться выше, действовать

уверенно и носить темную одежду, которая визуальнo увеличивает рост. Доктор Брюс Эллис, руководитель кафедры экспериментальной психологии в Университете Кентербери в Новой Зеландии, выяснил, что репродуктивная способность более высоких мужчин выше. И не только потому, что рост связан с увеличением уровня тестостерона. Женщины подсознательно выбирают в качестве партнеров мужчин выше себя. Более высоких мужчин считают хорошими защитниками. Они могут передать свой рост детям. Мужчины же предпочитают женщин невысоких, чтобы рядом с ними казаться выше и мужественнее.

...

В паре мужчина обычно выше женщины. Обратное встречается редко.

Почему мужчины должны... учиться танцевать

Те участки мозга, которые связаны с распознаванием ритма, у мужчин развиты хуже, чем у женщин. Поэтому и в танцах они не так хороши. Зайдите на занятие класса аэробики и понаблюдайте за мужчинами (если такие найдутся). Как им, бедным, тяжело! Мужчина же, научившийся на курсах танцевать рок-н-ролл и вальс, станет королем любой вечеринки. Говорят, что танец – это вертикальная реализация горизонтального желания. Так оно и есть: это ритуал, способствующий телесному контакту мужчины и женщины в процессе ухаживания. Сходные ритуалы есть и у животных.

Язык телодвижений в любви для нее



Большинство мужчин сходятся в том, что самая соблазнительная поза – когда женщина сидит, скрестив и сблизив ноги: так она сознательно привлекает внимание к своим ногам.

Альберт Шефлен утверждает, что, когда одна нога плотно прижата к другой, создается впечатление хорошего мышечного тонуса и готовности к сексуальным отношениям. Кроме того, в таком положении кожа выглядит здоровой и молодой. Начинающих фотомоделей и манекенщиц учат такой позе. Большинство мужчин не может принять подобную позу, что объясняется различиями в конфигурации ног и бедер. Поэтому такая поза считается очень женственной. Неудивительно, что 86 % мужчин, участвовавших в наших экспериментах, назвали ее самой привлекательной.



Такую позу мужчины считают самой привлекательной

Язык телодвижений в любви для него



Мужчинам не следует держать руки в карманах, чтобы женщины не считали их закрытыми для общения. Спрятанные руки – явный сигнал того, что человек не хочет принимать участия в разговоре. Кисти рук подобны голосовым связкам языка телодвижений: спрятанные руки – это аналог закрытого рта. Когда ладони на виду, это говорит об открытости и готовности к общению.

Язык телодвижений в любви для нее



В ходе одного из экспериментов 257 мужчинам показывали 15 фотографий женщин со счастливыми, печальными и нейтральными лицами. Самыми непривлекательными они назвали печальных женщин, сочли их несчастливymi. Улыбающиеся женщины выглядят покорными. Они не представляют угрозы, поэтому кажутся мужчинам более контактными. В

общении и особенно в процессе ухаживания женщинам стоит больше улыбаться и смеяться.

...

Мужчины считают улыбающихся женщин привлекательными и контактными.

Язык телодвижений в любви для него



В процессе ухаживания хорошим показателем близости партнеров является смех. Чем чаще мужчина заставляет женщину смеяться, тем более привлекательным он ей кажется. Способность заставить окружающих смеяться воспринимается как признак доминирования, а женщины всегда предпочитают доминирующих мужчин. Вот почему чувство юмора занимает одно из первых мест в списках желанных мужских качеств. Когда женщина говорит: «Он такой веселый! Мы целый вечер проохотали», она хочет сказать, что она весь вечер смеялась, а он весь вечер заставлял ее веселиться. Мужчины должны понять, что чувство юмора делает их более привлекательными. К счастью, этому можно научиться.

...

Исследования показывают, что женщины охотнее смеются над шутками тех мужчин, которые кажутся им привлекательными. Мужчины тянутся к женщинам, которые смеются над их шутками.

Скоростные свидания, первые свидания, вечеринки, виртуальные свидания и другие смертельно опасные миссии



Марку кажется, что свидание проходит великолепно. Он сидит, широко расставив ноги, поглаживает галстук и поигрывает солонкой. Но он не заметил, что вот уже 20 минут его партнерша сидит скрестив ноги, а колени ее направлены в сторону выхода

Секреты скоростных свиданий

...

Окружающие формируют 90 % представления о вас в первые четыре минуты встречи. 60–80 % этого впечатления основывается на невербальных сигналах.

Когда речь заходит о скоростных свиданиях, успех целиком и полностью зависит от умения человека произвести хорошее первое впечатление. Так же важно произвести хорошее первое впечатление на человека, проводящего собеседование о приеме на работу. То, захочет ли собеседник увидеть вас снова, решается в первые 15 секунд скоростного свидания. Большая часть того, о чем вы будете говорить, попросту забудется. Запомнится лишь впечатление, которое вы произвели. Вот пять золотых правил скоростных свиданий.

1. Манера подхода Подходя к человеку, не мешкайте, но и не торопитесь. Ваша походка должна показывать уверенность в себе и радость от встречи.

2. Приветствие Улыбнитесь. Если нужно пожать руку, держите свою ладонь ровно. Жмите руку с той же силой, что и ваш партнер. Представьтесь, а потом дважды назовите партнера по имени в течение первых 15 секунд встречи. Никогда не говорите дольше 30 секунд.



«Надеюсь, я не слишком много говорила...»

3. Жестикуляция Копируйте жесты и выражения партнера, если это кажется вам уместным. Женщинам не следует слишком часто менять выражения лица, чтобы мужчины не сочли их легкомысленными. Вы должны выглядеть оживленным и заинтересованным. Улыбайтесь так, чтобы были видны зубы.

4. Расстояние Уважайте личное пространство партнера, но не отдаляйтесь от него слишком далеко, чтобы не показаться отстраненным. Если вы слишком приблизитесь, человек отодвинется, отклонится или начнет использовать повторяющиеся жесты – например, станет барабанить пальцами по столу.

5. Уход Прощаясь, назовите партнера по имени. Люди всегда смотрят в спину уходящим. Если вы мужчина, то, чистя ботинки, обратите особое внимание на задники. Мужчины часто забывают об этом, а женщины всегда обращают на это особое внимание. Собираясь уходить, женщина начинает поправлять одежду и волосы, чтобы вид сзади не разочаровал партнера.

...

Нравится вам это или нет, но все смотрят женщине в спину, когда она уходит. Даже те, кому не понравился вид спереди



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 5

Правила скоростных свиданий не отличаются от обычных правил первой встречи. Мужчина сразу же оценивает волосы, ноги, фигуру и внешность женщины. Если женщина следует полученным советам и поддерживает зрительный контакт во время скоростного свидания, ее поведение ограничивает возможности мужчины. Он пытается взглянуть на нее украдкой, чтобы она не заметила. Это не позволяет сосредоточиться на разговоре. Видеозаписи показывают, что женщины тоже оценивают внешность мужчин, но, поскольку у них лучше развито периферическое зрение, поймать их довольно сложно.



...

Совет . На скоростном свидании пожмите руку партнеру, а потом дайте ему два-три секунды на то, чтобы оценить вашу внешность. Повернитесь, чтобы повесить пальто или сумочку на спинку стула, подвиньте кресло и лишь потом медленно посмотрите на собеседника.

Пять советов, которые будут полезны на скоростных свиданиях

1. **Используйте позитивные жесты.** Они придадут вам уверенности в себе, а партнер отнесется к вам более позитивно.
2. **Слушая, медленно кивайте.** Тем самым вы покажете свою заинтересованность в разговоре. Слегка наклоните голову вбок.
3. **Следите за осанкой,** чтобы выглядеть уверенно, но в то же время заинтересованно. Слушая собеседника, слегка наклоняйтесь вперед.
4. **Жестикулируя,** не растопыривайте пальцы. Не поднимайте руки выше уровня подбородка.
5. **Не скрещивайте руки.** Сигналы языка телодвижений должны говорить о вашей открытости и контактности.

Рекомендации по идеальному первому свиданию

1. **Выбирайте места с приглушенным освещением.** Если мужчина интересуется женщину, то у нее расширяются зрачки. Его зрачки расширяются в ответ. Исследования показывают, что во время просмотра порнографических фильмов зрачки у мужчин расширяются в три раза. Вот почему романтические встречи лучше всего устраивать в условиях приглушенного освещения. Зрачки в сумерках расширяются автоматически, и создается впечатление того, что партнеры интересуются друг другом.
2. **Не выбирайте мест, где громко играет музыка.** Иначе вам придется говорить все громче и громче, а потом перейти на крик. Музыка должна быть негромкой и приятной. Она поможет вам в полной мере насладиться временем, проведенным вместе, и достичь взаимопонимания.
3. **Расположитесь под углом 45° к собеседнику.** Так вы покажетесь дружелюбным и открытым, но не навязчивым. Когда атмосфера станет достаточно интимной, можно сесть

рядом с партнером.

...

Какая часть тела мужчины увеличивается втрое, когда женщина его возбуждает?

Как создать верную атмосферу на свидании

На ранних этапах ухаживания партнеры часто совершают синхронные движения, словно в танце. Например, когда женщина делает глоток вина, мужчина вытирает уголок рта; когда он начинает предложение, она тут же заканчивает его. Говоря о «верной атмосфере» свидания, люди часто бессознательно имеют в виду именно эту синхронность. Например, в ресторане человек отказывается есть или пить в одиночестве, чтобы не выбиться из синхронности. Делая заказ, партнеры интересуются: «А что будешь ты?», таким образом, пытаясь копировать заказы друг друга.

...

Долгий пристальный взгляд создает ощущение интимности.



...

Совет . На свидании старайтесь тонко копировать позу, наклон тела, жесты и манеру речи партнера – и он очень быстро почувствует симпатию к вам. Ему покажется, что с вами легко общаться. А все потому, что в вас он будет видеть свое отражение.

...

Люди, испытывающие сходные эмоции, начинают копировать сигналы языка телодвижений друг друга. Такой прием называется зеркальностью. Вы словно говорите: «Посмотри на меня! Я чувствую то же, что и ты!»

Свидания вслепую... главную роль играют глаза

На одном из телевизионных шоу мы провели эксперимент. В этом нам помогло агентство знакомств. Нескольким мужчинам сказали, что женщины, с которыми они встретятся на следующем свидании, идеально им подходят. Предстоящее свидание обещало быть веселым и вполне успешным. Каждому из мужчин мы сообщили, что в детстве их партнерша повредила глаз и теперь очень болезненно к этому относится. Мы сказали, что не знаем, какой это был глаз, но, присмотревшись, можно это понять. Ту же историю мы рассказали и женщинам об их будущих партнерах. Во время свиданий партнеры весь вечер пристально всматривались в глаза друг другу, стараясь выявить «проблемный глаз». В

результате все они впоследствии назвали эти свидания более романтичными и интимными, а вероятность повторной встречи возросла на 200 % в сравнении со средними показателями по агентству.

Когда мужчина интересен женщине, она долго и пристально смотрит на него. Он понимает, что нравится ей – и она начинает нравиться ему. Другими словами, находясь в обществе человека, которому симпатизируете, старайтесь чаще встречаться с ним взглядом.

Язык телодвижений в любви для нее



Разговаривая с мужчиной, особенно на первых этапах ухаживания, женщине не следует часто менять выражения лица, чтобы не показаться мужчине отчаявшейся, упертой или запуганной. Не пытайтесь копировать то, что, как вам кажется, чувствует мужчина. Если вы ошибетесь, произойдет настоящая катастрофа – мужчина сочтет вас странной, а то и сумасшедшей.

Язык телодвижений в любви для него



Мужчины редко меняют выражение лица; чаще всего они выглядят бесстрастными, и это совершенно понятно. На протяжении веков им приходилось скрывать эмоции, чтобы не стать жертвой неожиданного нападения. Мужчины привыкли контролировать выражение лица, из-за чего женщинам часто кажется, что их не слушают или слушают невнимательно. Поэтому мужчины должны зеркально копировать выражения лица женщины, когда та что-то им говорит. Некоторые могут возразить: «Но она сочтет меня женоподобным!» Однако исследования показывают, что мужчин, которые зеркально копируют собеседницу в процессе разговора, женщины считают заботливыми, интеллигентными и привлекательными.

...

Сканирование мозга показывает, что мужчины испытывают столь же сильные эмоции, что и женщины. Они просто никогда этого не демонстрируют.

Не забудьте заглянуть и под стол...

Хотите понять, хорошо ли проходит свидание? Загляните под стол. Ноги и ступни –

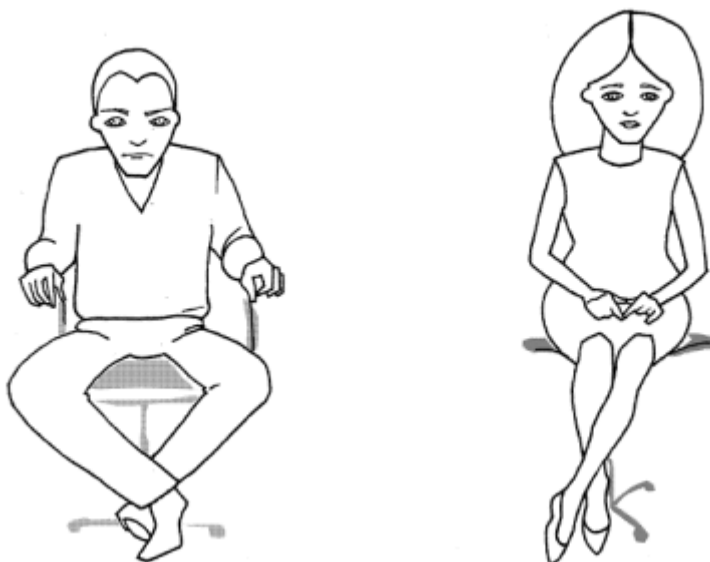
важнейший источник информации об отношении собеседника к происходящему. Большинство людей просто не осознают движений собственных ног, поэтому ноги не врут – тогда как лицо обманчиво. Человек может казаться сосредоточенным и внимательным, а ступня его в это время постукивает по полу или покачивается в воздухе, выдавая скуку.

Скрещенные ноги выдают закрытость или неуверенность. Если мужчина женщину не заинтересовал, она может сложить руки на груди или скрестить ноги, направив колени от собеседника. Если же мужчина интересен для женщины, сигналы ее языка телодвижений будут абсолютно открытыми.

...

Покачивание ноги – это попытка сбежать от происходящего.

...и остерегайтесь скрещенных щиколоток



Скрещенные щиколотки. Судя по всему, эта пара больше не встретится

Когда люди увлечены разговором, их ноги тоже принимают в нем активное участие.

Скрещенные щиколотки говорят о том, что человек скрывает негативные эмоции, неуверенность или страх. Ступни обычно прячутся под стулом, что говорит о скрытности и уклончивости партнера. Именно такую позу чаще всего принимают пациенты дантиста.



...

Совет . Если на свидании вы заметили, что партнер скрестил щиколотки и спрятал ноги под стул, задайте ему вопрос, который обязательно вызовет позитивную реакцию. Наши исследования показывают, что этот прием оказывается успешным в 42 % случаев. Собеседник расслабляется и выпрямляет ноги.

Вечеринки: как не превратить обычное рукопожатие в кошмар

Многие мужчины и женщины до сих пор испытывают неловкость и смущение из-за приветствия при первой встрече. Большинство мужчин рукопожатию научились у отцов. Женщин же этому никто не учил. Поэтому часто возникают неловкие ситуации, когда мужчина первым протягивает женщине руку, а она этого просто не замечает – из-за того, что смотрит ему в лицо. Рука мужчины повисает в воздухе. Смутившись, он убирает руку, но именно в это время руку протягивает женщина – и теперь ее рука повисает в воздухе. Мужчина вновь протягивает руку, в результате пальцы неловко сплетаются, напоминая любовное объятие двух страстных осьминогов.



...

Совет . Если на вечеринке или приеме с вами произошло нечто подобное, сознательно возьмите правую руку собеседника, вложите ее в свою правую руку и с улыбкой скажите: «Давайте попробуем снова!» Такой прием всегда встречает позитивную реакцию. Собеседник понимает, что встреча с ним очень важна для вас и вы действительно хотите пожать ему руку.

Мы с вами раньше не встречались?

Впервые встречаясь с представителем противоположного пола и желая запомниться, вы можете использовать «силу касания». Пожимая собеседнику руку правой рукой, коснитесь его левой. Такое простое действие производит глубокое впечатление. Если, передавая человеку что-либо, вы коснетесь его руки, реакция на вас будет более позитивной. Подобные действия способствуют быстрому установлению связи и взаимопонимания. Но помните, что касание должно быть коротким и легким.



...

Совет . Встречаясь с представителем противоположного пола и обмениваясь с ним рукопожатием, протяните левую руку и на две-три секунды коснитесь его локтя или кисти. Повторите имя собеседника, чтобы подтвердить, что вы его расслышали и запомнили. Понаблюдайте за реакцией человека. Такое поведение поможет ему почувствовать собственную значимость, а вам – запомнить его имя. Передавая человеку напиток или пальто, слегка коснитесь его руки, чтобы он ощутил позитивную связь с вами.

Язык телодвижений в любви для нее



На вечеринке все ищут внимания представителей противоположного пола. Хорошо развитое периферическое зрение позволяет женщинам осматриваться, не привлекая к себе внимания. Они умеют хорошо рассмотреть заинтересовавших их мужчин, не выдавая себя. Мужчины же с их туннельным зрением вынуждены скользить взглядом по женской фигуре, что всегда очень заметно. Вот почему мужчин вечно обвиняют в том, что они таращатся на женщин, а дамам подобных обвинений никто не предъявляет. (И это при том, что женщины делают это гораздо чаще мужчин.) Мужчины в этом совершенно не виноваты – просто из-за туннельного зрения их чаще ловят на подсматривании.

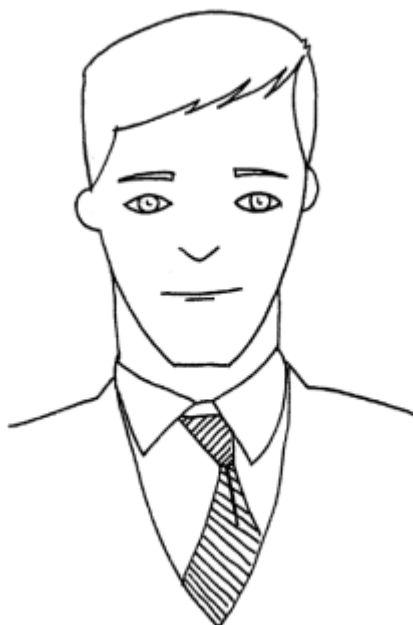
...

Почему мужчинам так трудно поддерживать зрительный контакт? Потому что на груди нет глаз.

Язык телодвижений в любви для него



Если вы – мужчина и хотите понять, кому из женщин на вечеринке или приеме вы приглянулись, наденьте хорошо отглаженный костюм и галстук. Но галстук слегка сместите в сторону, а на плечо посадите небольшую пушинку. Женщина, которая считает вас привлекательным, не устоит перед соблазном и обязательно стряхнет пушинку с вашего плеча, а потом поправит галстук, чтобы вы выглядели безукоризненно.



Слегка смещенный галстук даст возможность заинтересованной женщине его поправить

Как на вечеринке вычислить тех, с кем можно завязать контакт

Если на вечеринке вы хотите сразу же определить, кто свободен, а кто занят, следите за движением их бедер во время приветствия. Расстояние между бедрами людей в момент объятия говорит о степени близости между ними. Люди, находящиеся в состоянии физической близости, плотно прижимаются к партнеру всем телом и смело вторгаются в интимную зону друг друга. Посторонние люди, супруги близких друзей и старые, добрые тетушки Салли обнимаются совсем по-другому.

...

Чем теснее эмоциональная связь между людьми, тем ближе друг к другу они располагаются.

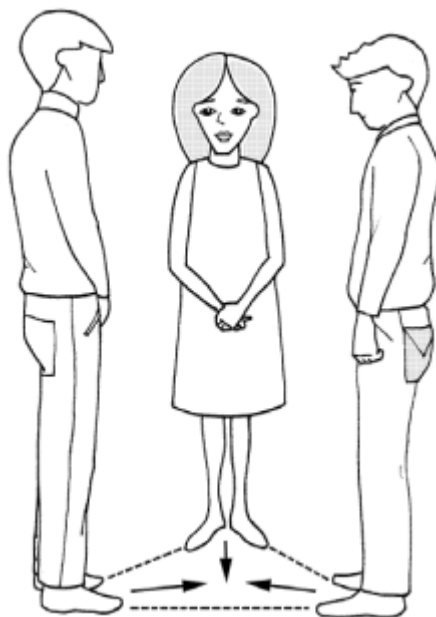
Мы наклоняемся к собеседнику, чтобы продемонстрировать свои территориальные намерения. Влюбленные держатся за руки или обнимаются на людях, чтобы показать конкурентам, что у них есть права друг на друга. Женщина стряхивает пылинку с плеча мужа, чтобы показать другим женщинам, что этот мужчина занят. Люди часто поступают подобным образом в отношении тех, кто им нравится, но с кем они не состоят в близких отношениях – эти действия рассчитаны на окружающих, которым лучше держаться подальше...



«Руки прочь – он занят!»

Двое – это компания... трое – уже толпа

Когда на встрече или вечеринке разговаривают трое людей, они обычно располагаются треугольником, но со временем двое из них могут занять закрытую позицию и исключить третьего участника из разговора. Такое расположение недвусмысленно дает понять третьему, что он лишний и ему лучше покинуть группу, чтобы избежать неловкости и дискомфорта. К числу других сигналов, говорящих об исключении третьего участника, относятся направление ступней или скрещенных коленей в сторону того, кто наиболее интересен.



Эта женщина еще не сделала выбора...

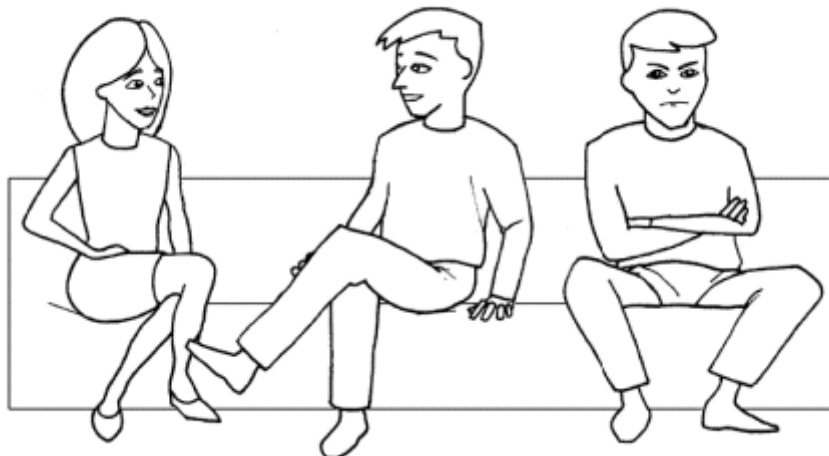


...но очень скоро становится совершенно ясно, кто ее больше заинтересовал



...

Совет . Из этого рисунка ясно, что мужчина и женщина предпочли бы, чтобы третий участник ушел далеко и надолго. Единственный способ принять участие в разговоре – поставить свое кресло перед этой парой и попытаться сформировать треугольник или каким-то иным способом разбить образовавшуюся закрытую позицию.



Мужчина слева явно ухаживает за женщиной. У него прямая спина, большие пальцы

подчеркивают паховую область. Женщина это замечает и демонстрирует свою заинтересованность. Второму мужчине стоит пойти куда подальше...



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 6

Несколько слов о курении. Курение позволяло женщине продемонстрировать нежную кожу запястий и принять открытую позу. К тому же сигарета, зажата в губах, вызвала весьма сексуальные ассоциации. Почему курящая женщина выглядит столь привлекательно? Потому что она абсолютно покорна. Ее можно убедить сделать то, что не пойдет ей на пользу. Мужчина может подчеркнуть свою мужественность, зажав сигарету между указательным и большим пальцем и прикрыв ее остальными пальцами. Впрочем, сегодня курение считается почти непристойностью, так что наш вам совет: не стоит курить в присутствии представителей противоположного пола, если они не курят.



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 7

Успешно лгать можно только в том случае, если партнер не видит вашего тела, которое бессознательно выдает ложь своими сигналами. Поэтому легче всего лгать по телефону или по электронной почте. Вот почему многие совершенно честные люди, заходя на сайты знакомств или в социальные сети, беззастенчиво лгут о своем возрасте, роде занятий и жизни. В личном общении они никогда этого не сделали бы. Многие фантазируют только для того, чтобы повисить свой брачный рейтинг. Но при личной встрече им приходится раскрывать правду.

...

На сайтах знакомств мужчины преувеличивают те критерии, которые важны для женщин. Они лгут о своей работе, заработках, статусе и готовности к обязательствам, чтобы повисить свой брачный рейтинг.

Предостережение. Самый опасный для женщины тип – **Романтический лжец** . Некоторые Романтические лжецы успешно скрывают то, что они женаты. Другие

представляются адвокатами и успешными бизнесменами, чтобы склонить ничего не подозревающую женщину к сексу или выманить у нее деньги. В чатах и на сайтах знакомств подобных личностей предостаточно. Не стоит автоматически верить тому, что вам говорят. Если есть какие-то сомнения, проверьте их, даже если для этого придется пообщаться с бывшей подружкой вашего нового кавалера или нанять сыщика. Не становитесь жертвой романтических клише и играющих в крови гормонов.

В богатстве и бедности: поиск партнера на всю жизнь, предложение и решение проблем в личных отношениях



«Мне нужны открытость, честность и моногамные отношения. Меня не интересуют мужчины, которые играют в игры».

Любовь начинается со страсти, которая может длиться несколько часов, несколько дней или несколько недель. Затем наступает состояние влюбленности, которое длится в среднем от 3 до 12 месяцев, после чего отношения устанавливаются надолго. Когда же ослепляющий коктейль гормонов исчезает, мы начинаем видеть своего партнера в холодном дневном свете.

И все то, что нам так нравилось прежде, теперь начинает раздражать.

...

Когда мужчина открывает жене дверцу машины, это может означать одно из двух: либо у него новая машина, либо новая жена.

Найти подходящего партнера – означает найти человека, с которым вам будет

комфортно в течение долгого времени – вне зависимости от ослепляющего действия гормонального коктейля. Сможете ли вы сохранить отношения, когда влюбленность пройдет (а она пройдет обязательно)?

...

Сегодня многие женщины выходят замуж не на всю жизнь. Жизнь – это слишком долго. Брак длится ровно столько, сколько длится любовь.

Как женщина может привлечь внимание надежного партнера

Многие женщины жалуются на то, что мужчинам нужен лишь случайный секс, а обязательства их пугают. Изменив посылаемые сигналы языка телодвижений, вы сможете повысить свою уверенность и найти партнера, которого будут интересовать долгосрочные отношения.

Чтобы найти надежного партнера, нужно стать недоступной

Исследования показывают, что в поисках долгосрочного партнера женщине следует вести себя скромно, робко и застенчиво. Застенчивость говорит о том, что женщину нелегко завоевать. Мужчины рассматривают застенчивость как показатель верности – а это очень важно для них. Если женщина кажется мужчине легкой добычей, то он резонно полагает, что столь же доступной она будет и для других мужчин. Недоступность – прекрасная стратегия, поскольку она воздействует на первобытные мужские приоритеты. Мужчины всегда хотят быть уверены в верности жен.

...

«Скажи, я твой первый мужчина?» – спрашивает он. «Возможно, – отвечает она. – Твое лицо кажется мне знакомым».

Когда мужчине нужна партнерша для случайного секса, застенчивость становится помехой. Он понимает, что придется потратить много сил, а то и средств. Женщина, которая отказывается от секса, тем самым повышает свой брачный рейтинг: мужчина начинает смотреть на нее как на потенциальную долгосрочную партнершу.

...

Браки заключаются на небесах.
Но там же возникают громы и молнии.

Чтобы выглядеть застенчивой, женщина может попробовать улыбку искоса. Опустите голову, поверните ее вбок и смотрите вверх с полуулыбкой. В такой позе любая женщина выглядит молодой и игривой. Застенчивая улыбка всегда очаровывает мужчин, потому что вызывает желание защищать и заботиться. Таким приемом часто пользовалась принцесса Диана – неудивительно, что ее обожали во всем мире.

Меньше открытой кожи

В ходе одного из исследований мужчинам и женщинам показывали фотографии представителей противоположного пола. Чем больше открытой кожи было на женских

фотографиях, чем более облегающей и откровенной была одежда женщины, тем чаще мужчины видели в ней потенциальную подругу для случайного секса. А вот долгосрочную партнершу видели в ней немногие. Чем глубже декольте и чем ярственнее заметны соски, тем меньше интересуется мужчин то, о чем говорит женщина. И вряд ли они вообще запомнят хоть слово.

...

Чем больше закрыто тело женщины (особенно в эротических зонах), тем чаще мужчины видят в ней потенциальную партнершу для длительных отношений.

Как понять, действительно ли мужчина относится к вам серьезно

Женщины во всем мире постоянно жалуются на то, что невозможно понять, действительно ли мужчины относятся к ним всерьез или просто выжидают, пока не подвернется кто-нибудь получше. Отчасти это объясняется тем, что мужчины, стремясь избежать неловких ситуаций, обещают позвонить, хотя в действительности вовсе не собираются этого делать. Так как же понять мужские намерения? Следите за ключевыми сигналами языка телодвижений – и вам никогда не придется гадать, позвонит ли телефон.

1. Длительный зрительный контакт. Чем больше интересуется нас человек, тем дольше и пристальнее мы на него смотрим. Когда глаза мужчины блуждают из стороны в сторону, его мозг ищет пути отступления. Это явный признак того, что он собирается сбежать. **2. Прикосновения и нежные жесты.** Прикосновения к кисти или локтю, объятия на прощание дольше, чем следовало бы, – все это говорит о том, что мужчина относится к вам серьезно.

3. Расположение корпуса. Развернулся ли мужчина в сторону, демонстрируя свое желание куда-нибудь сбежать, или сидит лицом к вам? Мужчина всегда направляет корпус или ступни в сторону женщины, которая вызвала у него заинтересованность. Кроме того, он всячески стремится сократить расстояние между ней и собой.



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 8

Большинство людей считает, что объятия и поцелуи являются признаком любви, но эти жесты могут быть обманчивы. Если не очень хочется обниматься, но приходится, вы начнете похлопывать партнера по плечу еще до начала объятия. Воздушный поцелуй, сопровождаемый «чмоком», явно говорит о том, что целоваться не хочется. Когда в следующий раз вы задумаетесь над тем, серьезно ли относится к вам партнер, обратите внимание на эти тревожные сигналы.

...

Если человек только имитирует любовь и близость, он будет похлопывать вас по плечу, стремясь разорвать объятие. Искреннее объятие всегда крепкое.

Идеальная пара?

Хотите узнать, является ли ваш возлюбленный идеальным партнером? Польский антрополог доктор Богуслав Павловский выяснил, что в идеальных отношениях самую важную роль играют вовсе не доверие, деньги и уважение, а... разница в росте, которая должна составлять 1 к 1,09. Он доказал, что в самых счастливых семьях муж в 1,09 раза выше жены. Та же формула подтверждает и перспективу неудачного брака – например, рост Николь Кидман составлял 1,8 м, а Тома Круза всего 1,70 м.

А вот пары, которые соответствуют формуле Павловского:

Шери Блэр и Тони Блэр – 1,10 Виктория Бекхэм и Дэвид Бекхэм – 1,09

Опровергнуть выводы польского антрополога могли бы другие знаменитости: Камилла Паркер-Боулз и принц Чарльз – 1,01

Пенни Ланкастер и Род Стюарт – 0,97

...

Семейная жизнь очень утомительна. На первом году брака муж говорит, а женщина слушает. На втором – женщина говорит, а мужчина слушает. На третьем – говорят оба, а слушают соседи.



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 9

Исследование, проведенное в Университете Калифорнии, показало, что самыми эффективными словами в разговоре являются «открытие», «гарантия», «любовь», «доказано», «результаты», «легко», «здоровье», «новый» и «вы». Смело ими пользуйтесь. Результаты, которые вы с легкостью получите благодаря использованию слов, подтвердивших свою эффективность, гарантируют вам любовь, укрепят здоровье и принесут прекрасные результаты в общении с представителями противоположного пола.

Предложение руки и сердца... как заставить ее сказать «да»

Сто тысяч лет назад первобытный человек возвращался с охоты с добычей, и все племя поедало ее в общей пещере. Костер разводили у входа, чтобы отпугнуть хищников и сохранить тепло. Люди усаживались спиной к стенам, чтобы никто не напал сзади, пока человек занят едой.

Современные люди ведут себя за едой примерно так же. Бизнесмены и специалисты по языку телодвижений давно поняли, что рассадка за столом, освещение и атмосфера

оказывают огромное влияние на результаты встреч. Те же самые принципы применимы и к предложению руки и сердца.

Уговорить подружку принять брачное предложение гораздо проще, когда она расслаблена, а оборонительные барьеры сняты. Вот почему многие мужчины делают предложение в отпуске, в дорогих ресторанах и в романтической обстановке. Если вы делаете предложение дома, в отеле или ресторане, то воспользуйтесь нашими советами, которые помогут надеть кольцо на пальчик вашей избранницы.

1. Выбирайте места, где горит открытый огонь. Во многих хороших ресторанах есть камин или имитация камина. В такой ситуации создается ощущение огня, пылающего в первобытной пещере.

2. Сажайте партнершу спиной к стене или ширме. Исследования показывают, что у людей, которые сидят спиной к открытому пространству, учащается скорость дыхания, сердцебиение, повышается частота колебаний мозговых волн и кровяное давление. Все эти показатели повышаются еще больше, когда за спиной постоянно ходят люди.

3. Свет должен быть приглушенным, а музыка приятной. Такая атмосфера успокаивает и расслабляет.

4. Блокируйте поле зрения вашей избранницы ширмой или крупным растением. Если хотите, чтобы ее внимание было сосредоточено только на вас, ей не стоит отвлекаться на других людей.

5. Помните о силе прикосновения. Легкое прикосновение мгновенно создает связь между людьми. Вот почему мужчина, который делает женщине предложение, так часто берет ее за руку.

В дорогих ресторанах все эти приемы отлично известны. Их используют, чтобы выманить из клиентов кучу денег за самую обычную еду. Мужчины тысячи лет пользовались этими приемами, чтобы создать для своих женщин романтическую обстановку. В такой обстановке добиться желаемого ответа гораздо проще, чем посреди огромного зала с ярким освещением и оглушительной музыкой.

Доверие... как понять, что партнер вам лжет

Доверие – основа долгих и счастливых отношений. Но как быть уверенным в том, что партнер вас не обманывает?

Мужчина вашей жизни клянется, что напрочь забыл о своей бывшей, но вы знаете, что ее фотография лежит у него на работе в ящике стола. Жена говорит, что прошлым вечером навещала больную мать, но чутье подсказывает вам, что что-то здесь не чисто. Так лгут вам или нет?

...

Когда мужчина лжет, его тут же выдают сигналы языка телодвижений.

Когда лжет женщина, она предпочитает казаться очень занятой.

Чтобы понять, честен ли с вами партнер, понаблюдайте за его руками. Это самый надежный сигнал. Когда человек хочет быть честным, он часто выставляет одну или обе ладони и говорит что-то вроде: «Я этого не делал!», «Мне жаль, что я тебя расстроил», «Я говорю тебе правду». Мужчина, которому не хочется честно рассказывать о том, как он провел вечер с приятелями, прячет руки в карманах или скрещивает их на груди. Женщина, которая пытается что-то скрыть, старается сменить тему, сосредоточиваясь на каких-либо занятиях.

Вот основные признаки мужской лжи, на которые следует обратить внимание.

1. Частое моргание. В тяжелой ситуации (а ложь – всегда тяжелая ситуация) люди гораздо чаще моргают. Они бессознательно пытаются не видеть того, кому лгут.

2. Прикрытый рот. Мозг подсознательно пытается заблокировать слова обмана и не дать им вырваться наружу, и человек прикрывает рот рукой.

3. Потирание глаз. Когда мужчина лжет, он часто начинает энергично тереть глаза, словно в них что-то попало. Это дает возможность отвести взгляд. Женщины часто используют мелкие, незаметные движения, прикасаясь к нижнему веку.

4. Потирание мочки. Это символическая попытка «не слышать дьявола». Лжец пытается заблокировать произнесенную ложь, сжимая мочку или прикрывая ухо ладонью.

5. Оттягивание воротника. Ложь вызывает зуд в нежных тканях шеи, поэтому мужчины начинают оттягивать воротник, потирать или почесывать шею.

Сами по себе эти сигналы вовсе не говорят о том, что партнер вам лжет. Но если вы заметили сразу несколько подобных сигналов (не меньше трех) – у вас есть основания подозревать обман, поэтому стоит довериться интуиции.

...

Чтобы вычислить лжеца, обращайте внимание на расхождения слов и сигналов языка телодвижений. Важно то, как вы выглядите, когда говорите, а не то, что именно вы говорите.

Ни одна женщина не поверит, если мужчина говорит ей: «Я тебя люблю», – и при этом отрицательно качает головой.

Почему женщины так легко выявляют мужской обман

Исследования, проведенные психологами из Гарвардского университета, показали, что женщины гораздо лучше распознают сигналы языка телодвижений, чем мужчины. Дамы правильно понимают суть ситуации в 87 % случаев, тогда как мужчины – лишь в 42 %. Женщины обладают врожденной способностью замечать и расшифровывать невербальные сигналы. Кроме того, они более внимательны к деталям.

...

«Восприимчивость» – это умение замечать противоречия между словами и сигналами языка телодвижений.

В силу того, что женщины прекрасно распознают сигналы языка телодвижений и голоса, мужчин ловят на лжи гораздо чаще. Создается впечатление того, что они – отъявленные лжецы. Но это не так. Обостренная чувствительность женщин не позволяет партнерам лгать им прямо в лицо. А вот лгать мужчине довольно просто, и об этом знает большинство женщин. Мужчины просто не замечают несопадений между вербальными и невербальными сигналами женщин. Вот почему безбоязненно врать женам умеют лишь немногие мужья, тогда как женщины успешно обводят своих мужей вокруг пальца.



Зебра: Я так и знала – леопарда никогда не отмыть добела! Леопард: Я же с самого начала говорил тебе, дорогая, я – гепард!



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 10

Поскольку ложь – это всегда стресс, голос лжеца становится более высоким. Если ваш партнер только что получил СМС от Шарлотты и пытается объяснить, что кто-то ошибся номером, вы заметите: он защебечет, как канарейка. Можете поставить очередную галочку в таблице подозрений.



...

Язык телодвижений в любви

Правило № 11

Специальные камеры, фиксирующие кровоток в организме человека, установили, что, когда человек лжет, его нос увеличивается. Возросшее кровяное давление раздувает мягкие ткани внутри носа, из-за чего возникает ощущение покалывания. И человек начинает потирать нос, пытаясь избавиться от неожиданного зуда. Заметить увеличение носа невооруженным глазом невозможно. Интересно, что и пенис во время лжи тоже увеличивается. Если вы не уверены в том, лжет вам мужчина или нет, просто сорвите с него штаны!

Секреты успешных отношений



«И передай мне фен, сукин ты сын!»

Женщинам необходимы внимание и любовь

«До свадьбы он всегда держал мою руку в своей и делал мне массаж спины. Теперь же он никогда не берет меня за руку, а прикасается только тогда, когда хочет секса». Знакомо звучит? В процессе ухаживания мужчина касается своей подружки чаще, чем в любой

другой период отношений. Это происходит потому, что он умирает от желания «наложить на нее лапу», но еще не получил разрешения на сексуальные прикосновения. Поэтому приходится касаться того, что можно. Когда же секс свершился, мужской мозг не видит смысла в возвращении к прежней практике, поэтому сосредоточивается только на том, что ему интересно.

Девочки с рождения более чувствительны к прикосновениям. Кожа взрослой женщины в десять раз более чувствительна к прикосновению и давлению, чем мужская.



...

Совет . Чтобы завоевать любовь партнерши, касайтесь ее почаще, но никогда не хватайте. Чтобы женщина почувствовала себя любимой, чаще ласкайте ее и берите за руку.

Вот почему женщины придают такое значение ласкам со стороны любимого человека. Исследования показали, что в состоянии стресса мужчины, проходящие лечение в психиатрических больницах, избегают прикосновений и замыкаются в собственном мире. Более половины женщин, оказавшихся в той же ситуации, наоборот, стремились прикоснуться к мужчинам – не для секса, а для того, чтобы ощутить близость.

Удерживайте свою женщину

Сегодня распадается примерно половина браков, и в 85 % случаев инициатором развода является женщина. В Великобритании каждый день происходит три самоубийства – это кончают с собой мужчины, которые не в состоянии выплатить алименты. Система такова, что чем больше ты зарабатываешь, тем больше приходится платить. Эти мужчины чувствуют, что не могут больше двигаться вперед и жить собственной жизнью. Чего же хотят женщины? Исторически сложилось так, что мужчина – это добытчик и охотник-собиратель. Естественно, женщина хочет, чтобы муж реализовывал свой охотничий потенциал и делился с ней своей добычей.

...

Брак и любовь – это особая химия. Вот почему к ним часто относятся, как к токсичным отходам.



...

Совет . Небольшие знаки внимания значат для женщины гораздо больше, чем крупные дорогие подарки. Любой поступок, который доказывает любовь, воспринимается как знак готовности к обязательствам. Мужчины должны постоянно демонстрировать любовь, если

хотят удержать своих женщин. Нужно быть заботливым и нежным. Что бы ни заявляли отъявленные феминистки, но распахнутая перед женщиной дверь, поднесенные сумки и обычная готовность выслушать отлично доказывают серьезность ваших намерений.

Улыбайтесь, улыбайтесь, улыбайтесь

Улыбка – или ее отсутствие – это привычка. Исследования показывают, что отношения можно кардинальным образом улучшить, если регулярно улыбаться и смеяться. Отношения рушатся, когда один из партнеров не только не копирует выражения счастья другого, а, наоборот, всячески демонстрирует свою неудовлетворенность. Чем больше вы улыбаетесь партнеру, тем теснее связь.

...

Совет исследователя . Только 15 % смеха связано с настоящими шутками. Смех – это выражение связи между людьми. Если партнеры смеются вместе, то и живут они вместе.



...

Совет . Чтобы быть счастливыми, пользуйтесь простыми приемами. Смотрите вместе веселые фильмы, ходите на комедии в театры, делайте над собой усилие, чтобы смеяться над шутками друг друга. Это пойдет на пользу вашим отношениям. Чем больше вы смеетесь, тем больше эндорфинов вырабатывает мозг – и тем более счастливыми вы себя чувствуете. В силу закона причинно-следственной связи ваш партнер тоже будет смеяться гораздо больше.

Мужчины должны показывать, что они слушают...

Женщины часто жалуются на то, что мужчины их не слушают. Сигналы языка телодвижений показывают, что 80 % информации в женских разговорах – это обсуждение эмоциональных состояний. С мужской точки зрения, женщины слишком размахивают руками и постоянно меняют выражение лица – даже при разговоре по телефону, не говоря уже о личном общении.

...

Язык телодвижений – это внешнее отражение эмоционального состояния человека.

Тон голоса отлично передает, что именно женщина имеет в виду. Женщины используют в разговоре пять тонов – большинство мужчин способны распознать только три. Произнесенные слова содержат менее 10 % информации. Следовательно, слова в женском разговоре неважны, поскольку большая часть информации передается невербально.

За десять секунд разговора женщина в среднем использует шесть выражений лица. Эти выражения отражают, а затем передают эмоции говорящего. Со стороны может показаться,

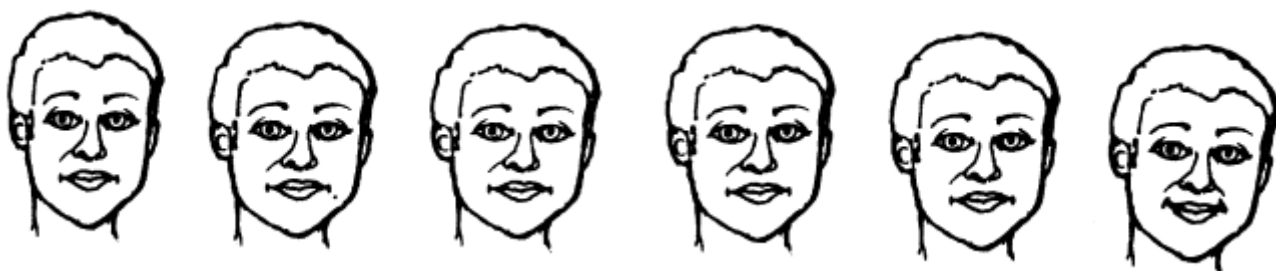
что обсуждаемые события произошли не только с говорящим, но и с самой женщиной.

Вот типичная десятисекундная последовательность, говорящая о том, что женщина слушает:



Печаль Удивление Гнев Радость Страх Желание

Вот та же самая последовательность, используемая в тот же период мужчиной:



Печаль Удивление Гнев Радость Страх Желание

Женщина понимает смысл сказанного по интонации и сигналам языка телодвижений говорящего. Именно так и должен вести себя мужчина, если хочет, чтобы партнерша поверила в то, что он ее слушает и понимает. Большинство мужчин приходят в ужас от того, что нужно лицом демонстрировать внимание. Но если вы овладеете этим искусством,



никогда не пожалеете об этом!

...

Совет . Вместо того чтобы давать советы, постарайтесь тонко повторить выражение лица партнерши в тот момент, когда она рассказывает о том, как провела день и что ее тревожит. Никогда не поправляйте собеседницу, если она ошиблась или неверно подобрала слово. Для женщин важны эмоции и чувства, а лучше всего их передают сигналы языка телодвижений.

...

«Однажды я не разговаривал с женой полгода, – говорит муж. – Просто не хотел ее перебивать».

...то есть действительно показывать, что они слушают

Построение отношений через разговор крайне важно для женщин. Сравните среднее количество мужских и женских разговоров. Мужчина использует всего 2000–4000 слов, 1000–2000 звуков и не больше 2000–3000 сигналов языка телодвижений. Его средний дневной диапазон составляет около 7000 «слов». И это всего лишь треть разговорных способностей большинства женщин. Вот почему в состоянии стресса женщина говорит, говорит, говорит... Процесс разговора приносит ей комфорт и облегчение. Самый важный урок, который должен усвоить любой мужчина: женщину нужно слушать молча, используя простейшие звуки и жесты. Для мужчин подобная концепция чужда, потому что они говорят только тогда, когда есть что сказать или когда у них есть готовое решение.

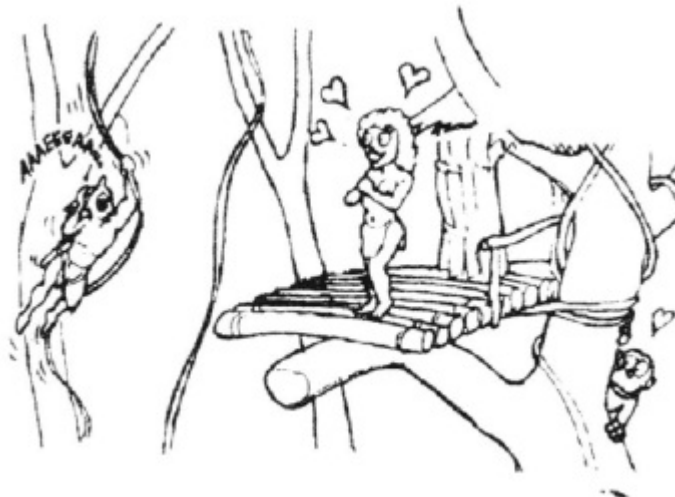
...

MP3-плеер был изобретен для того, чтобы его можно было имплантировать в женскую грудь. Потому что женщины вечно жалуются на то, что мужчины слишком много времени таращатся на их грудь и совершенно их не слушают.

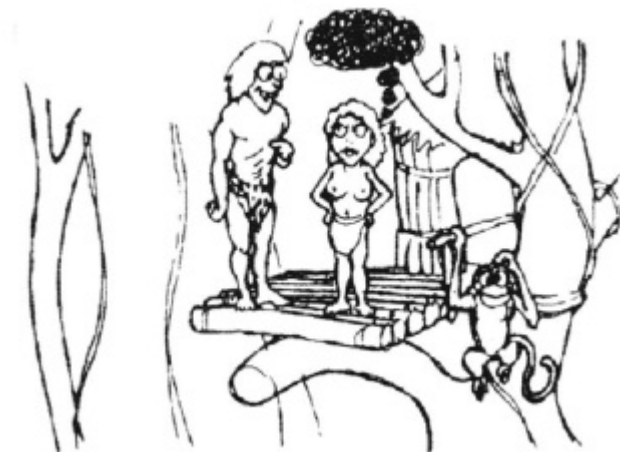
Основные сигналы, говорящие о том, что вы слушаете, – **кивки и наклон головы**. Они олицетворяют покорность и не несут угрозы. Заметив их, человек понимает, что вы его слушаете.



Когда женщина перестает говорить и чувствует, что вы ее услышали, она ощущает облегчение и счастье. К тому же она считает вас замечательным мужчиной, умеющим выслушать и понять. А это сулит неплохую перспективу!



«Наконец-то... Это Тарзан, мужчина моей мечты! Он спешит ко мне! Он хочет, чтобы я стала его женщиной!»



«Я – Тарзан... Ты – Джейн...»

Мужчины не отличаются особыми способностями к поддержанию беседы, но их, по



крайней мере, можно научить слушать

...

Язык телодвижений в любви

Правило № 12

Когда двое людей долго живут вместе и между ними складываются вполне гармоничные отношения, они часто становятся похожими друг на друга. Тому есть две причины: мы выбираем тех людей, которые похожи на нас, а счастливые партнеры часто копируют выражения лиц друг друга. Со временем у них разрабатываются одинаковые лицевые мышцы. Муж и жена, которые абсолютно не похожи друг на друга, на фотографиях выглядят похожими, потому что у них одинаковые улыбки. Успешными становятся те союзы, в которых оба партнера копируют друг друга и учатся синхронности.

Женщины должны следить за своей внешностью

...

Он женился на ней из-за ее внешности, но не предполагал, как она будет выглядеть после свадьбы.

Нравится нам это или нет, но наша внешность влияет на способность привлечь и удержать партнера. В долгосрочных отношениях мужчину больше интересует личность женщины, ее интеллект и чувство юмора, но «красота» по-прежнему занимает важное место в этом списке. Поскольку визуальные сигналы очень важны для мужчины, он полагает: если

женщина следит за своей внешностью, то делает это, чтобы нравиться ему.

Во время разводов многие мужчины жалуются на то, что после свадьбы жены перестали следить за собой. Мужчинам кажется, что дамы используют внешность, чтобы привлечь их внимание, а после свадьбы считают, что дело сделано. Женщинам трудно понять подобную точку зрения, но таковы мужчины – нравится вам это или нет.



...

Совет : Многие женщины приходят в ярость из-за того, что их внешность по-прежнему остается важна для партнера после того, как произнесены брачные обеты. Но такова жизнь! Иногда погода бывает неважной: идет дождь, гремит гром, но вы же не жалуетесь на несправедливость и не устраиваете митингов протеста, верно? Вы просто готовитесь к причудам погоды заранее – берете зонтик, перчатки или запасаетесь солнцезащитным кремом. Не боритесь с мужчинами – управляйте ими.

...

«Уилл, ты будешь любить меня, когда я стану старой и седой?» «Не только буду, но еще и стану писать тебе, где бы ты ни находилась!»

После свадьбы



До свадьбы

...

И, самое главное, помните: мужчины не обращают внимания на детали

Гейл и Шон возвращаются домой с вечеринки. Девять минут проходит в гробовом молчании, и тут Шон начинает подозревать, что что-то не так. «Дорогая, все в порядке?» – спрашивает он. «Да, все прекрасно!» – отвечает Гейл. Судя по ее тону, ситуация далеко не прекрасная. Шон начинает вспоминать вечеринку. «Я что-то сделал не так?» – спрашивает он. «Я не хочу об этом говорить», – обрывает она. Судя по всему, она сердита и не хочет разговаривать. Шон совершенно не понимает, в чем провинился. «Но что я сделал?» – стонет он. И говорит чистую правду – он не понимает, в чем проблема. «Ну хорошо, – произносит Гейл, – я скажу тебе, хоть ты и прикидываешься полным идиотом!» Но он не прикидывается. Он действительно не понимает, что произошло. «Эта сучка крутилась вокруг тебя весь вечер, делая тебе авансы, и ты ее поощрял!» – выпаливает Гейл. Что? Шон совершенно обескуражен. Какая сучка? Какие авансы? Ссора неизбежна.

Когда «сучка» (чисто женское выражение, мужчины назвали бы эту девушку «сексуальной») разговаривала с Шоном, он совершенно не заметил, что она покачивала бедрами, потирала мочки ушей, поигрывала ножкой бокала и разговаривала как школьница. Он же охотник. Он может заметить зебру на горизонте и определить, с какой скоростью она бежит. Но он не обладает женской способностью распознавать визуальные, вокальные и другие сигналы языка телодвижений, которые разъяснили бы ему суть происходящего. Все женщины на вечеринке отлично понимали, что делает «сучка», – для этого им не нужно было даже голову поворачивать. Телепатический «сигнал тревоги» распространился по комнате – и все женщины его уловили. Большинство же мужчин ничего не заметили. Мужской мозг не приспособлен к тому, чтобы слышать или видеть сложные сигналы языка телодвижений. Для оценки поведения другого человека женщины используют 16 участков мозга, тогда как мужчины – 4–6. Вот почему женщина может, придя на вечеринку, мгновенно оценить состояние отношений всех присутствующих пар – кто поссорился, кто кому нравится и т. п.



Совет . Если вы женщина и не хотите ссориться со своим партнером, не забывайте, что большинство мужчин не обращают никакого внимания на детали.



Женщина: «Заметил что-нибудь необычное?» Мужчина: «У тебя другая помада?»
Мужчины вечно упускают детали

Усвойте, что честность – не всегда лучшая политика

Когда женщина спрашивает: «Это платье меня полнит?» – что вы ей ответите? Если вы мужчина, имеющий опыт общения с женщинами, то скажете, что она выглядит прекрасно. Но при этом вам никто не мешает подумать про себя: «Не платье тебя полнит, а пирожные и мороженое, от которых ты не можешь отказаться». Впрочем, если вы произнесете нечто подобное вслух, вам в голову полетит чашка из лучшего семейного сервиза.

Уверяем вас, если вы будете постоянно говорить партнеру чистую правду, то скоро останетесь одиноким. Белая ложь жизненно необходима для поддержания хороших отношений. Ее цель – сделать других людей счастливыми. Услышав это, они почувствуют себя спокойно и комфортно – совсем не так, как если бы услышали холодную, жестокую правду. Белая ложь – это смазка, которая улучшает наши отношения с окружающими.

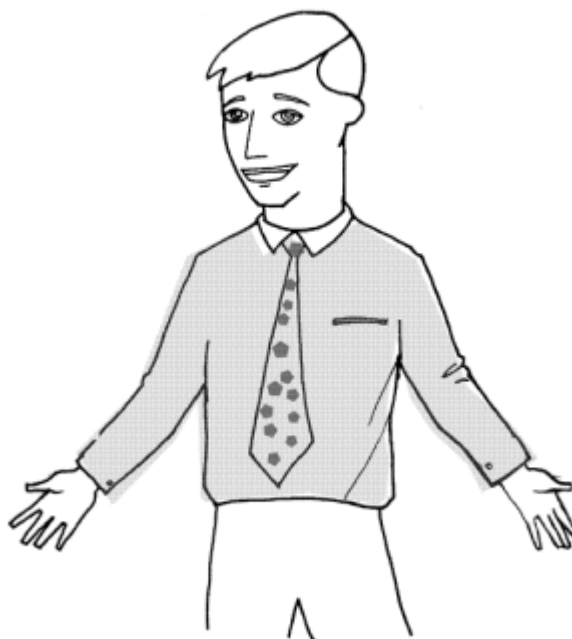
...

Есть один мужской вопрос, который заставляет женщин лгать: «Тебе было хорошо?»



...

Совет . Научитесь говорить белую ложь убедительно – используйте открытые ладони и кивки. Это создаст у собеседника впечатление того, что вы говорите правду, причем абсолютно искренне.



«Честное слово, дорогая, секс с моей бывшей был просто ужасен!»

...

«Правду говорят только враги. Друзья и любимые постоянно лгут».

Стивен Кинг

Жест, которого должны избегать мужчины, которые хотят быть счастливыми в семейной жизни

Большой палец может служить сигналом пренебрежения и неуважения – когда вы указываете им на другого человека. Представьте себе такую ситуацию: мужчина наклоняется к приятелю, показывает на партнершу большим пальцем и говорит: «Она вечно меня пилит». Такой мужчина буквально напрашивается на ссору. Подобный жест – явное проявление неуважения. Если вы мужчина и цените свои отношения, никогда не делайте ничего подобного. Такой жест отвратителен для женщины.



«Кандалы мои...»

...

Что делать, если сломалась старая вешалка?
Купить ей букет цветов!

И, наконец, обсуждайте свои разногласия, а не ссорьтесь из-за них

Наши эволюционные роли определили наши биологические навыки и чувства, необходимые для выживания. Женщины исторически развивались для того, чтобы заботиться и ухаживать за другими людьми. Неудивительно, что они лучше улавливают тонкие нюансы языка телодвижений, тон голоса и другие сенсорные факторы.

Мы вовсе не хотим сказать, что дамы обладают некими сверхтонкими чувствами – просто мужские чувства несколько притуплены в сравнении с женскими. Женщина, обладающая высокой восприимчивостью, рассчитывает на то, что мужчина поймет ее вербальные, вокальные и телесные сигналы, а вместе с ними и ее потребности. Она полагает, что партнер знает, чего она хочет. Когда же он не улавливает ее сигналов, она обвиняет его в бесчувственности и невнимательности. Неудивительно, что половина браков распадается. Хорошо то, что большинство мужчин вполне в состоянии улучшить свою способность к распознаванию невербальных и вокальных сигналов. Женщинам нужно смириться с тем, что они не могут изменить мужчин. Если мы хотим построить счастливые отношения, нужно принять свои различия и работать с ними, а не против них.

...

Мужчины и женщины разные.
Не лучше и не хуже друг друга – просто разные.

Заключение

Общение с помощью сигналов языка телодвижений известно человечеству миллионы лет. Именно эти сигналы являются основой нашего взаимодействия с представителями противоположного пола. Но когда речь заходит о любви, многие напрочь забывают об этом искусстве. Количество браков в западных странах за последние 100 лет значительно снизилось – сегодня заключается вдвое меньше союзов, чем 25 лет назад. В таких странах, как Австралия, 28 % взрослых никогда не состояли в браке. В США 63 % новых браков распадается. Виртуальные свидания, социальные сети, скоростные свидания – все это цветет пышным цветом. Поскольку мужчинам труднее знакомиться, на большинстве курсов, посвященных флирту, мужчин больше, чем женщин. Большая часть из тех, кто состоит в браке, официальном или гражданском, испытывает сложности в личных отношениях. Люди жалуются на непонимание, несовместимость, неверность и «неразрешимые противоречия». Мужчины и женщины забыли жесты и сигналы языка телодвижений, которые были прекрасно известны нашим далеким предкам.

Однако мы можем научиться общаться гармонично. Для этого нужно изучить язык телодвижений. Исследования показывают, что стоит изменить сигналы языка телодвижений, как изменяется наше отношение и подход к жизни. Вы сможете изменить настроение перед вечеринкой, почувствовать себя более уверенным в обществе представителей противоположного пола, стать более контактными и привлекательными. Улучшая язык

телодвижений, вы начинаете по-другому общаться с окружающими. И они по-другому контактируют с вами. Вот почему изучение языка телодвижений так важно для личной жизни. Позитивные сигналы заставят вас почувствовать себя лучше. Вы станете более привлекательным, что пойдет на пользу вашим отношениям.

...

Два секрета счастливого брака:

1. Когда ты не прав, признай это.

2. Когда ты прав, заткнись.

Язык телодвижений подскажет вам, свободна выбранная цель или занята, нужен ли человеку случайный секс или длительные отношения, нравитесь вы ему или вас ждет отказ. Язык телодвижений поможет построить здоровые, счастливые отношения, научит выявлять обман, избегать ссор и конфликтов. Мы верим, что наша книга научит вас правильно понимать людей и посылать верные сигналы в нужное время. Надеемся, что помогли вам открыть для себя то замечательное позитивное влияние, которое язык телодвижений оказывает на личную жизнь.

А теперь подведем итоги того, о чем мы говорили.

Секреты позитивных сигналов языка телодвижений

Лицо. Ваше лицо должно быть оживленным, контактным, открытым. Не забывайте об улыбке – она должна стать вашим привычным состоянием.

Территория. Стойте на комфортном для себя расстоянии. Если собеседник отступает, не наступайте на него.

Используйте открытые жесты. Не скрещивайте ноги, щиколотки и руки. Держите ладони на виду.

Зрительный контакт. Старайтесь дольше и пристальнее смотреть на тех, кто вам нравится. Но зрительный контакт всегда должен оставаться комфортным для другого человека.

Подчеркивайте сексуальные различия, чтобы привлечь внимание представителей противоположного пола. Это очень просто – обращайтесь больше внимания на собственную внешность. Нравится вам это или нет, но внешность очень важна.

Женщины должны посылать четкие, недвусмысленные сигналы мужчинам, которые им нравятся. Но не сле дует бомбардировать «объект» слишком рано.

Мужчины должны учиться распознавать женские сигналы языка телодвижений. Женщины всегда посылают сигналы ухаживания, но мужчины упускают большую их часть. В результате они теряют женщин, с которыми могли бы построить отличные отношения.

Секреты позитивных для длительных отношений сигналов языка телодвижений

Мужчины должны позаботиться об обратной связи. Склоните голову набок и кивайте, когда партнерша вам что-то рассказывает. Не стоит сразу же предлагать свои решения.

Женщины должны помнить, что мужчины ценят привлекательную внешность и после окончания этапа ухаживания.

Чаще улыбайтесь и смейтесь. Юмор и смех должны стать важной частью ваших отношений. Только так можно достичь взаимопонимания и сделать союз счастливым.

Зеркально копируйте язык телодвижений своего партнера, чтобы укрепить связь между вами и создать гармонию.

...

Те, кто «счастливы в любви», понимают, что жесты и выражения важнее произнесенных слов.

Исследования показывают, что влияние сказанных слов зависит от их содержания всего на 10 %. 60–80 % приходится на невербальные сигналы, остальное – на интонацию. Если вы не обладаете врожденной интуицией или не изучили язык телодвижений, то, скорее всего, до этого момента упускали большую часть того, что пытались вам сказать представители противоположного пола. Надеемся, наша книга показала, чего вы лишали себя. И с этого дня вы будете уверенно двигаться от победы к победе!

ПОЧЕМУ БЫ НЕ ПРИГЛАСИТЬ АЛЛАНА ПИЗА НА ВАШ СЛЕДУЮЩИЙ СЕМИНАР ИЛИ КОНФЕРЕНЦИЮ?

PEASE INTERNATIONAL PTY LTD PO Box 1260, Buderim 4556, Queensland, AUSTRALIA

Tel: +61 7 5445 5600 Email: info@peaseinternational.com

Website: www.peaseinternational.com

Аллан и Барбара Пиз – самые известные специалисты по человеческим отношениям. Их перу принадлежит 16 бестселлеров, а 9 их книг неоднократно занимали первые строчки в рейтингах. Они ежегодно проводят семинары в 30 странах мира. Их книги продаются в ста странах мира, они переведены на 52 языка, а общий их тираж превысил 25 миллионов экземпляров. Аллан и Барбара регулярно выступают в средствах массовой информации. На основе их книг создано девять телевизионных сериалов, две пьесы для театра и художественный фильм, который посмотрело более ста миллионов человек. Компания Pease International Ltd производит видеоматериалы, а также проводит различные занятия и семинары для бизнесменов и чиновников. Аллан и Барбара ведут колонку, посвященную человеческим отношениям, которую читает более 20 миллионов человек в 25 странах. У них шесть детей и семь внуков. Аллан и Барбара живут в Австралии и Великобритании.

Аллан Пиз предлагает:

DVD-программы Серия «Язык телодвижений» Серия «Безмолвные сигналы» «Как стать неотразимо привлекательным – это просто» «Лучшее из языка телодвижений» «Как развить в себе эффективные навыки общения – учитывайте различия между мужчинами и женщинами»

Аудиопрограммы «Язык телодвижений» «Почему мужчины никогда не слушают, а женщины не умеют читать карты» «Как назначать встречи по телефону» «В вопросах кроются ответы» «Это не то, что вы сказали»

Книги «Язык телодвижений» «Почему мужчины никогда не слушают, а женщины не умеют читать карты» «Почему мужчины ничего не понимают, а женщинам вечно нужны новые туфли» «Почему мужчины хотят секса, а женщины – любви». «Навыки, полезные для жизни» «В вопросах кроются ответы» «Насколько вы совместимы? Роль разговоров в личных отношениях»