

СЕРГЕЙ
ГОРИН

1 ПЕРВАЯ ЧЕСТНАЯ КНИГА ОБ ОТНОШЕНИЯХ

От автора эпохальных бестселлеров «А вы пробовали гипноз?»,
«НЛП для соблазнения. Версия 2.0», «NLP. Техники рассыпью»
и многих других

#Отношения

#девочкам_о_мальчиках

#мальчикам_о_девочках

#гендерная_психология

#как_увести_чужого_мужа

#школа_молодой_свекрови

Сергей Анатольевич ГОРИН. Врач-психиатр, психотерапевт, гипнотерапевт. Автор русскоязычной модели НЛП и эриксоновского гипноза. Политтехнолог, консультант по выборным технологиям, автор рекламного метода «Пятая власть». Специалист в области гендерной психологии и психологии отношений. Основатель научного пикапа на основе НЛП.

ИЗДАНИЕ СОДЕРЖИТ НЕНОРМАТИВНУЮ ЛЕКСИКУ

18+

Сергей Анатольевич Горин
Первая честная
книга об отношениях
Серия «#личностныйРОСТ»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68778786

Первая честная книга об отношениях:

ISBN 978-5-00144-553-1

Аннотация

Книга о взаимоотношении полов и о психологии пола предназначена широкому кругу читателей. Автор, живой классик русскоязычного НЛП (нейролингвистического программирования), врач-психиатр и политехнолог, известен психологическими бестселлерами «А вы пробовали гипноз?», «НЛП: техники россыпью», «Оружие – слово», «Соблазнение: НЛП без комплексов» (в соавт.).

В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Предисловие,	5
Введение	7
Часть I	8
Глава 1	8
Глава 2	21
Глава 3	31
I. О первом свидании замолвите слово.	31
Унисекс, общие положения	
II. Общие советы мальчикам	33
III. Общие советы девочкам	37
Глава 4	42
Глава 5	49
Конец ознакомительного фрагмента.	52

Сергей Горин

Первая честная

книга об отношениях

Посвящение:

*Ленке – любимой женищине и домашнему
питомцу*

© С. А. Горин, 2022

© ООО «1000 бестселлеров», оригинал-макет, 2023

Предисловие, которое можно прочитать до покупки книги, *после* покупки книги, а можно вообще не читать

Если читателю интересно, автор с 2014 года (8 лет на момент написания этих строк) ведёт на Фейсбуке группу «1-ая Взрослая кухня» (ошибка «1-ая» сделана намеренно; долго объяснять зачем). Невзирая на кулинарное название, группа терапевтическая по сути своей. Первая и единственная такая в Интернете.

Среди её участников, как часто в жизни бывает, 75 % женщин и 25 % мужчин. Женщины любопытны, они задают вопросы. Интересно им не то, почему кулинарную группу ведёт психиатр, – всякое бывает. Им интересно, как в быту понимать мужчин и взаимодействовать с ними. Аналогичные вопросы про женщин поступали с мужской стороны.

Шила в мешке не утаишь, участники группы прознали про написанные мною 12 книг по нейролингвистическому программированию (НЛП), среди которых – эпохальное руководство «Соблазнение: НЛП без комплексов» (в соавторстве с Сергеем Огурцовым). И потребовали: «Напишите теперь книгу о **женском пикапе**. Как снимать мальчиков, как

привязывать их к себе – и чтоб всё там было просто и честно!» Отреагировав на просьбы читательниц, начал я серию публикаций. Так продолжалось больше года, получилась эта книга.

Потихоньку, по странице в день, появлялась она в Интернете. В ней мало научной лексики, всё сказано разговорным языком, по мотивам дискуссий с комментаторами и с их дополнениями. Автор согласился, что его называют Дядь Серёжей, а комментаторы согласились, что их называют мальчиками и девочками, – ничего обидного, пол так обозначен, не возраст. Формат книги – заметки на полях, записки у изголовья, не учебник... Но всё здесь написанное – истинно и практично.

Читайте. Спорьте. Мнение о книге можете написать автору на e-mail: sergeigorin@yandex.ru



Введение

В действительности всё не так, как на самом деле.

©Станислав Ежи Лец (возможно, до него

©Антуан де Сент-Экзюпери)

Поскольку книга создавалась на языке Интернета, в ней встречается «олбанцкий езыг» и принятые в Сети сокращения. Самое частое из них – ЧСХ, что в переводе означает «што сцуко характерно».

Главное примечание: у мальчиков в сфере сексуальной психологии всё устроено честно, примитивно и до одури откровенно. Но, как выяснилось в ходе общения с читательницами, девочки в это верить не хотят. Зря, другие мальчики им этого не расскажут, я один такой нашёлся.

Как по мне, подробное описание всех сложностей мальчиковой психологии заняло бы 12 листов школьной тетради, не больше. Вместе с предисловием, эпилогом и блокнотом для заметок. Мальчики просты, но наша культура заставляет их скрывать это. Отсюда вывод: «У человека есть два мотива поведения: один настоящий, и второй, который красиво звучит» (Генри Форд). В жизни вам обычно говорят тот, который звучит, в книге описан настоящий.

Часть I

Знакомство

Глава 1

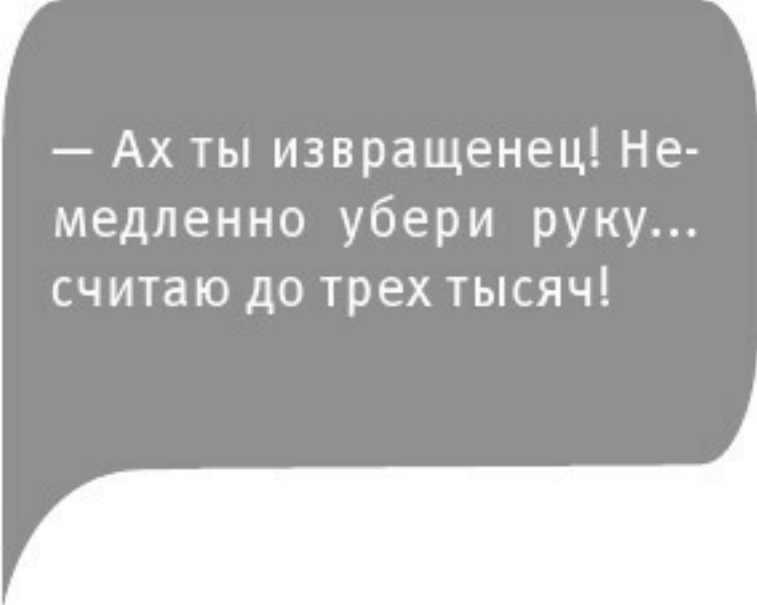
Переписка, признаки возможной неадекватности собеседника

*«Как сердцу высказать себя? Другому как
понять тебя?»*

*Поймёт ли он, чем ты живёшь? Мысль
изречённая есть ложь»*

©Ф. И. Тютчев

В популярном когда-то журнале «Здоровье» писали: «Редакция диагнозов по переписке не ставит и лечение заочно не назначает». Но времена меняются, люди, желая вступить в отношения, стали знакомиться по переписке. И выяснили неприятный факт: симпатичной фотографии или аватарке на сайте знакомств (далее – СЗ) и в соцсетях может соответствовать неадекватный, психически нездоровый человек.



— Ах ты извращенец! Немедленно убери руку... считаю до трех тысяч!

Рекомендации главы основаны на анализе интернет-переписки. Они не имеют целью научить вас ставить психиатрические диагнозы, они лишь показывают моменты, которые могут и должны насторожить при знакомстве и общении с незнакомым человеком. Где вы это примените, при оценке ли собеседника в переписке деловой или при поисках на СЗ, мне неизвестно. Моя задача здесь – сделать ваше девчачье общение в реальном мире если не повышенно комфортным, то хотя бы безопасным.

Далее я опишу три самых ярких настораживающих признака в плане возможного душевного нездоровья собеседника и сколько-то дополнительных. И пусть вам повезёт не найти их!

ПРИЗНАК № 1, наиболее демонстративный (и редкий): резкая перемена настроения. Как правило, сочетается с так называемым недержанием аффекта: не то чтобы ваш собеседник с трудом сдерживал отрицательные эмоции при недовольстве – он их даже не пытается сдерживать! Выдаёт сразу весь запас, от чего вы, мягко говоря, становитесь ошеломлённой, а грубо выражаясь, охреневаете.

Вы спокойно общались. Вдруг ваш собеседник приходит в ярость. Причиной может быть что-то незначительное: ему не понравилась смешная фотография котика, а упрекает он вас в том, что вы **специально** (преднамеренно) испортили ему настроение. Или собеседник внезапно становится плаксивым – опять без причины, хотя преувеличенных эмоций и обвинений в ваш адрес тоже хватает.

Частая, внезапная и беспричинная перемена настроения – не признак загадочности собеседника, как считают девочки. Это симптом. Обычно он сочетается с нелепо высокой интенсивностью общения: в соцсетях или на СЗ вас закидывают личными сообщениями, комментариями к посту и т. п. Вы блокируете собеседника, но он продолжает вам писать во все доступные ему мессенджеры, на электронную почту, в

СМС; пишет с другого аккаунта или адреса, и уже не оскорбления, а угрозы. Чаще всего такое выдают носители шизоаффективных бредовых расстройств, но могут порадовать психопаты и наркоманы/ алкоголики в фазе ломки (похмелья, абстиненции), эпилептики.

Я бы назвал **признак № 1** **прямым противопоказанием к реальной встрече**. Независимо от того, мальчик вы или девочка. Рекомендация по безопасности универсальна: не спешите дарить свой номер телефона (вотсап, вайбер) свежим сетевым знакомым. И совсем уже не торопитесь назначать свидание лицом к лицу. В Сети вы закончите надоевшее общение безопаснее, чем в реальной жизни. Ибо что есть людное место? Зрителей много, а помощи ждать не от кого.

ПРИЗНАК № 2: неспособность чётко формулировать мысли и вести связный диалог. В интернет-общении симптом маскируется вопиющей безграмотностью собеседника (поэтому я сам не люблю читать неграмотные сообщения – психиатрический опыт).

Тем не менее словесную окрошку в переписке не так уж сложно отделить от малой образованности или случайной описки по пьяной лавочке. И если вы поняли, что человек так общается всегда, то считайте диагностику законченной, а свежее знакомство – бесперспективным.

Окрошка в речи и мыслях по-научному именуется **шизофазией**. Термин означает, что каждое отдельное слово

понятно, но в общий смысл они не складываются. Пример шизофазии из Википедии (абзацы расставил я сам, больные обычно пишут тексты слитно):

«Родился на улице Герцена, в гастрономе номер двадцать два. Известный экономист, по призванию своему – библиотекарь. В народе – колхозник. В магазине – продавец. В экономике, так сказать, необходим. Это, так сказать, система... э-э-э... в составе ста двадцати единиц».

Фотографируете Мурманский полуостров и получаете «Те-ле-фун-кен». И бухгалтер работает по другой линии – по линии библиотекаря. Потому что не воздух будет, академик будет!

Ну вот можно сфотографировать Мурманский полуостров. Можно стать воздушным асом. Можно стать воздушной планетой. И будешь уверен, что эту планету примут по учебнику. Значит, на пользу физике пойдёт одна планета. Величина, оторванная в область дипломатии, даёт свои колебания на всю дипломатию. А Илья Муромец даёт колебания только на семью на свою».

ПРИЗНАК № 3: болезненные фиксированные идеи.

Вряд ли в самом начале переписки вас посвятят в структурированный бред, но совсем скрыть его у больного не получится.

Бред часто сочетается с речевым и общим возбуждением, поэтому повторные странные суждения об окружающем мире вы будете получать от пациента в изобилии. Ключевые

слова именно эти: **повторность и странность**, они всегда наличествуют в трогательной совокупности. В пакете, так сказать.

Все ваши и свои жизненные проблемы собеседник будет истолковывать фантастически, странно и однотипно. Всё плохое – из-за рептилоидов, инопланетян, евреев, американцев (нужное вписать); и так – 3–5 раз на 3–5 абзацев сообщения. По мере продолжения переписки и повышения доверия вы узнаете, что рептилоиды (или кто там по списку) маскируются под людей. Что вашего собеседника систематически пытаются отравить секретным газом со странным запахом железа и химии, а конечная цель врагов – господство над всем миром (и лично над вами тоже, так что не теряйте бдительности).

Если фотография собеседника вызывала у вас симпатию, вынужден разочаровать: всё это – не эксцентричные манеры или неординарное мышление, а громкие предупредительные звоночки.

Если в диалоге они повторяются, то вы можете, конечно, как воспитанная девочка, дожидаться третьего звонка и исчезнуть в антракте, но романтические ожидания от нового знакомства лучше отсечь на втором сигнале. Или продолжайте диалог – вдруг вам всегда нравилось слушать о рептилоидах (далее по списку), а оргазм наступал по щелчку входной двери, закрывшейся после ухода эрудированного собеседника.

Снова: повторность и странность суждений плюс их **постоянство**. С чего бы ни начался разговор, он неизбежно приходит к одним и тем же жалобам на рептилоидов, правительство, соседей, секретный газ... И это значит, что с вероятностью в 99,99 % ничего хорошего ваше новое знакомство не сулит (один из 10 000 может всё-таки оказаться эксцентричным). Не дай бог так оголодать, но, оказавшись в отношениях с пациентом, усиленно пользуйтесь противозачаточными средствами. Не плодите больных.

Пытливая читательница на этом этапе может возмутиться: почему автор ограничивает обзор всего тремя признаками неадекватности абонента? Отчего не упомянуты распространённые явления современной интернет-переписки, стыдливо именуемые на иноземном наречии *dirty words & dic-pic*? (Для отечественных читателей: первый термин означает обилие нецензурной лексики в сообщениях и максимально грязные приглашения к половому акту, синоним – «копролалия». Второй – присылаемые вам фото из альбома «Мужской половой член в масштабе 32:1».)

Вон из интернета! Ре-
альные мужики только
в реальном мире.

Отвечаю возмущённым: потому и ограничиваю, что вы с подобными абонентами не общаетесь. Все эти дик-пики в переписке – стоп-сигнал для вас, и он уже сработал.

Теперь подошла очередь **ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ПРИЗНАКОВ**, настораживающих в плане душевного нездоровья собеседника.

Если первые три были почти гарантией психиатрического диагноза, то следующие относятся к пограничным состояни-

ям. Сами по себе симптомы лишь с высокой вероятностью обозначают границу между здоровьем и болезнью, но по какую сторону этой границы находится ваш визави – заранее непонятно. Разбирайтесь в рабочем порядке.

- **А. Проблемы с самоидентификацией.** Собеседник говорит о себе в третьем лице: «Вася не выспался», «Надя такое не кушает».

Или упоминает себя во множественном числе, хотя речь ведёт о себе одном: «Мы сегодня много работали и устали».

Вызывать психбригаду не надо. Это может быть и остаться проявлением крайней эксцентричности товарища – но может быть и проявлением проблем с личностной идентичностью.

Помню одну девочку, однокурсницу дочери. Была она толкиенутая на всю голову, представлялась именем «Назгул» (я в Толкиене не силён, но был у него такой персонаж) и упоминала себя исключительно в мужском роде: «Назгул такое не ест. Ой, какой мальчик! Назгул так бы замуж и вышел». Других странностей я у неё особо не увидел тогда. Лет 16–17 ей было, отнёс те манеры к возрастной норме: подросток, гормональные бури, человек ещё не потерял ни для нормы, ни для шизофрении. Чем кончилось, не знаю, контакт прервался.

Тем не менее если простой вопрос «Кто/ какой/ какая ты по жизни?» вызывает у собеседника явные затруднения с ответом, то это всё же сигнал: либо там вообще нет целост-

ной концепции себя, либо личностная идентичность бродит где-то вдалеке, как одинокая гармонь Михаила Исаковского. Возможно пограничное расстройство личности, а возможна обычная незатейливая бабья/ мужская придурь. Продолжайте диагностику.

• **Б. Бытовые (не болезненные) фиксированные идеи.** Про рептилоидов уже ни слова, зато много слов о навязчивых страхах, болезненных переживаниях из прошлого и болезнях в настоящем.

Ясно, что ваш интернет-собеседник, если он старше 40 лет, имеет в своём шкафу парочку скелетов (собеседница – десяток). И он может вам поведать в фазе раннего знакомства, как ухаживал за первой женой/ бабушкой, пока она умирала от онкологии. Но если он это делает полтора часа подряд и повторяет при следующей встрече, тема рискует стать лейтмотивом всех дальнейших отношений. Оно вам надо?

То, что постоянно присутствует в речи, присутствует и в мышлении. Подсознательная иерархия это называется. Доминанта.

Вероятно, у товарища выраженный невроз, и ходить ему надо не по бабам, а по психотерапевтам (вариант для баб – не отношения искать, а пилюльки кушать).

Фиксированными идеями могут быть рассказы о нынешних болезнях и страхах. Понятно, что все мы с возрастом не становимся здоровее, пару слов об этом сказать можно. Осо-

бенно контекстно обусловленных слов: «Купаться на речку не пойду, нельзя мне, нога больная, я говорил». Некоторые страхи считаются изначально присущими тому или иному полу – так, женщины боятся мышей, змей и насекомых (и очень красивых гусениц тоже), и это абсолютно нормально. **Ненормально много говорить об этом.**

Критерий клинической фиксированности собеседника на теме – повторность тезисов и затянутость разговора, насильное удержание темы, избыточно подробные описания. Вам в пятый раз детально рассказывают про боязнь закрытых пространств, полётов, темноты и прочая? Делайте единственно правильный вывод: «Сказано много, послушать нечего». И примите терапевтический совет от автора. Поправьте причёску и макияж и с ускорением исчезайте от такого собеседника в даль туманную. Ибо он обозначен клеймом *Besperspektivnyak*!

• **В. Прожектёрство, ориентация на будущее при абсолютном нуле в настоящем.** Хорошо, когда человек умеет красиво мечтать. «Я планов наших люблю громадьё», – справедливо указывал Владимир Владимирович.

Плохо, если он умеет **только** мечтать, поэтому вышеупомянутый ВВ добавлял про «размаха шаги саженьи». Если собеседник делится с вами грандиозными планами по завоеванию Вселенной, где и лично вам найдётся тёплое место, **оценивайте не планы, а только их выполнимость.** Он собирается стать олигархом, Президентом, стариком Хотта-

бычем? А сейчас он кто – грузчик в «Пятёрочке»? Тогда не слушайте его планы и не включайте их (и его самого) в своё жизненное расписание.

80 % генеральных директоров получили свою должность, работая главным инженером. 5 % – главным технологом. Есть даже 1 % главных бухгалтеров, которых сначала повысили до коммерческого директора, а потом – до генерального. Но нет в этом списке ни одного грузчика...

Не надо верить человеку по принципу: «Обманет – это ещё когда, а красиво обещает – уже сейчас». Ищите спутника жизни в другом месте. Прожектёры, фантасты и утописты – не ваш вариант. Туда же – рассказы о славном прошлом из номинации «Я-то при советской власти – у-у-у!».

Другиестораживающие признаки. Если первая триада была почти гарантией диагноза, следующие три признака обозначали вероятность пограничных состояний, то теперь мы подходим к акцентуациям. Это не стоп-сигнал, это мигающий жёлтый: с человеком будет трудновато. Но попробовать можно – с кем из нас не трудновато?

• Г. Вы замечаете частые провалы в памяти собеседника. Он путается, плохо ориентируется во времени, месте и собственной личности. Может пять раз переспросить, какое сегодня число, и не знаете ли вы, куда он положил степлер (в переписке спросить – знаете, конечно!). Ясно, что в данный конкретный момент товарищ не в лучшем состоянии, но если такие моменты бывают один за другим... Я бы заподозрил

зависимость от алкоголя и прочей гадости, и это – в самом мягком варианте.

- **Д. Ваш собеседник требует постоянного признания своих заслуг, даже мельчайших.** Нет, если вы слышите: «Это не Гегель сказал, это я тебе говорю», то мои подделки не нужны, тут клиника в чистом виде. А вот если вам сотый раз напомнили, кто в трудную минуту отдал вам свой карандаш или стирательную резинку от сердца оторвал, тут уже автор настоятельно рекомендует: отдалите товарища. То же самое, если он часто обижается, чересчур эмоционально реагирует на ваши шутки и безобидные реплики. Отдалите, иначе рискуете получить передозировку собеседником.

Е. У собеседника видны шрамы от порезов и ожогов на руках. Это может быть связано с профессией, конечно, но чаще бывает следствием демонстративных попыток суицида (самоубийства) или пониженной болевой чувствительности у психопата. Понаблюдайте, насколько человек адекватен при общении с третьими лицами.

Мы не всегда можем сами выбирать себе собеседников даже в Интернете. Но если вдруг можем – сей краткий курс диагностики вам в помощь. Будьте счастливы, дорогие женщины!

Глава 2

Общение с неадекватными людьми в быту, если уж так получилось

Понятно, что душевнобольного и неадекватного субъекта надо сначала выявить – чтобы никогда с ним в быту не общаться, исходя из вашей личной безопасности. Но допустим, что по переписке вы толком ничего о человеке не поняли, поэтому начнём разговор с того, **как при личной встрече распознать активного бредообразователя** и оказать-ся от него как можно дальше. Нет, если вас уже припёрли к стенке и агрессивно, с напором спрашивают мнение о пришельцах с Альфы Центавра, которые облучают землян чем-то смертельным в формате 5G, то об этом читайте дальше. Я пока – только про выявление больных.

Ключевых признаков душевного заболевания в активной фазе я бы выделил только два: суетливость и внешняя неопрятность.

Суетливость: человек не стоит на месте и не может молчать. Он всё время бесцельно перемещается. По магазину (в котором ничего не купит). В толпе (он сам не объяснит, как тут оказался). В очереди (за товаром/ услугой, которые ему не нужны).

В магазине он будет перебирать руками товары, которые не купит, и задавать вопросы продавцу (обычно одни и те же, не слушая ответы). И всё время настойчиво пытается вступить в контакт с окружающими. Не просто спрашивает, а переспрашивает ответ. Что бы вы ни сказали, даже предельно громкое и определённое ДА/ НЕТ, он обязательно переспросит. Такая манера общаться бесит многих – так и считайте, что первый сигнал вы получили.

Неопрятность: за своим внешним видом больные не следят совсем. Увы, но нынешняя мода это их качество сильно маскирует.

Если бы в 1980 году мне в приёмный покой психбольницы доставили юношу в рваных джинсах, я бы его госпитализировал просто на всякий случай – пусть с ним потом в отделении разбираются, а я на дежурстве, мне не до того. Но если в наши дни в тот же приёмный покой привезут парня в рваных джинсах с неопрятной бородой и всклокоченной причёской, да ещё и в полиэтиленовых бахилах на ногах, то я, скорее, решу, что это обычный компьютерщик, который два дня назад сходил к стоматологу.

Тем не менее наличие физиологических выделений на одежде (рвотные массы, кал, моча) даже современная мода не маскирует. Как и две-три рваные сумки с собой, из которых постоянно сыплются старые детские ботинки, сломанная настольная лампа и пустые коробочки из-под йогурта.

Допустим, по перечисленным признакам (и пользуясь

предыдущей главой) мы распознали больного. Или очень сильно заподозрили некоего товарища. Что делать при личной встрече с ним?

Во-первых, избегать самого пациента и зрительно-го контакта с ним. Просто отойдите. Даже если вы стоите в надоевшей очереди и куда-то торопитесь, пропустите 2–3 человек между собой и потенциально неадекватным объектом. Перейдите к другой кассе. И не смотрите на человека вообще и ему в глаза в частности!

Взгляд в глаза – приглашение к диалогу, многие жертвы маньяков на этом страдали. Не факт, что в вашем поле зрения оказался маньяк, намеренный вас убить, но ведь и обратного никто не обещал. Поэтому озаботьтесь тем, чтобы **не оказаться в его поле зрения.**

У душевнобольных и лиц в изменённых состояниях сознания (патологическое опьянение, болезненный аффект и др.) – обычно **узкое туннельное зрение**. Отойдите на три шага, и для него вы станете человеком-невидимкой. Частью фона. А фигура – тот, кто смотрит ему в глаза да ещё и смеётся. Больные реагируют на фигуру, не на фон. Поэтому, если в толпе некто ведёт себя шумно, суетливо, на первый взгляд забавно и местами вы даже находите его высказывания или манеру одеваться остроумными – **не смотрите ему в глаза!** Просто на всякий случай.

Есть такое выражение «**волчий взгляд**». Его надо трактовать буквально, а не метафорически, как агрессивный.

Волки и собаки в природе так смотрят друг на друга: скользаяще, по касательной, и никогда пристально в глаза. Пользуйтесь волчьим взглядом.

Если вы обычно гуляете с детьми, то **объясните им заранее**, что странно ведущие себя люди – не смешные клоуны, а больные, которые могут быть опасными. Вы же преподаёте детям правила безопасности на улице и поведение с незнакомцами? Включите в учебную программу и это: не смеяться над человеком, не комментировать его действия, не рассматривать его, не показывать на него пальцем. **Вообще не привлекать к себе его внимание.** Вы-то знаете, что ваш ребёнок – ангелочек, но какого сатану увидит в нём больной, вы не знаете.

А внешность обманчива в обе стороны. И явный с виду уголовник может оказаться профессором филологии, и мажор может выглядеть симпатичным и вежливым: вон, у Чикатило жена и двое детей были не в курсе, чем он занимался на досуге, а соседи и коллеги характеризовали его положительно. Поэтому верьте только себе: увидели у случайного товарища, который находится к вам слишком близко, нелепую суетливость и неопрятность – увеличьте дистанцию между ним и собой и не встречайтесь взглядами.

Душевнобольной может быть не возбуждённым, а, наоборот, нелепо заторможенным. Стоит себе человек с пустым взглядом, ни на кого не обращённым, на вопросы (если их вдруг кто-то задаёт) отвечает невпопад или не отвечает во-

обще. Просто человек с отвисшей челюстью оцепенел, смотрит в одну точку и ни на что не реагирует. Ну и вы не лезьте к нему с расспросами. Потому что такая заторможенность может не быть безопасной, даже если товарищ не болен, а всего лишь до соплей обкурился.

Замереть может и человек с приступом стенокардии, но он через несколько минут сам попросит о помощи или сам себе вызовет скорую. **Не навязывайте услуги** доброго самаритянина, вам же хуже будет.

Замирание может быть проявлением патологического аффекта, кататонического ступора, патологического опьянения при передозировке психотропными препаратами, да много чего ещё. И тогда вы увидите именно это: человек изображает соляной столп и может так простоять (просидеть, пролежать) несколько минут (часов, дней, недель).

Главное для вас: **вы ему ничем не поможете** в этой фазе. Если по жизни вы страдаете повышенным человеколюбием, наблюдайте всё это с безопасного расстояния. В церкви свечку за него поставьте, к полицейскому обратитесь, но не тормошите странного товарища, не хлопайте его по плечу; он ведь вас из благодарности по морде может похлопать.

Потому что будет и вторая фаза: ступор сменится возбуждением, и пациент начнёт бессистемно действовать. Без предупреждения. Внезапно. Он может куда-то побежать. Может разбить стеклянную витрину или окно, но это полбеды – он может так же бессистемно и без предупреждения начать кру-

шить предметы и людей вокруг себя. В этой фазе вы ему тоже ничем не поможете, поэтому хорошо бы вам (лично вам, не отворачивайтесь!) к этому моменту оказаться в паре кварталов оттуда.

Ситуация: по магазину бесцельно мечется внешне неопрятный суетливый человек, который ко всем пристаёт с разговорами и перебирает руками все товары подряд. Вы по какой-то причине не можете покинуть магазин – может, с детьми за покупками выбрались, или у вас там свидание назначено, или вы там работаете... Пожалуйтесь на подозрительного товарища охране магазина или полиции.

Только жалуйтесь не на то, что он сумасшедший; вас пошлёт и охрана, и полиция. Жалуйтесь охране, что вон тот странный тип, похоже, ворует с полок товары и прячет их под одеждой. Внимание охранника вы теперь привлекли, и за потенциально опасным типом будет внимательно присматривать здоровый мужик, а не вы в роли феи/ принцессы в одном флаконе. Мама учила, что врать не надо? Угу, она была права, святая женщина. Но свою безопасность вы только что обеспечили. И безопасность детей тоже, если вы с ними вместе.

Полиции (не только в магазине, а в любом присутственном месте) жалуйтесь, что здесь, похоже, орудует карманник: очень близко подходит к большому числу людей. Его, возможно, разыскивают по ориентировкам. Карманник – «висячее» дело, почти не раскрываемое, поэтому любой мент бу-

дет рад его раскрыть по горячим следам и не отходя от кассы. А надёжное наблюдение за суетливым объектом со стороны лоя с наручниками вы обеспечили.

Переходим к следующей фазе: контакт состоялся, невзирая на все принятые вами меры профилактики. Вас прижали к стенке, рассказывают про звезду смерти и агрессивно спрашивают ваше мнение. Что делать?

Есть общий принцип, есть частные. Общий: меньше говорить, больше слушать (он и со здоровыми работает). Не высказывайте своё мнение (тем более категорично), уточняйте вопрос, интересуйтесь подробностями. Ведите светскую беседу, пока не нарисуеться возможность сбежать.

Частный принцип № 1: спрашивайте у собеседника подробности и соглашайтесь с его тезисами, если они не требуют вашей немедленной казни. Если требуют, то убегайте с громким криком, к чёрту детали.

Для душевнобольного его бредовая реальность верна, он её видит, слышит и чувствует ежеминутно. С его точки зрения он абсолютно нормален, а вот с вами пока непонятно: вдруг вы рептилоид? Поэтому любые оскорбления с вашей стороны, а также справки о местонахождении больницы имени Кашенко нарушат ваш мирный контакт и, увы, чреваты конфликтом с разной степенью тяжести телесных повреждений.

Соглашайтесь. «Да, Земля плоская. Да, стоит на трёх сло-

нах и черепахе. А не подскажите, всегда было интересно: слоны там индийские или африканские? А черепаха какой породы? А имена у них есть?» И слушайте подробный ответ, участливо кивая головой в такт речи оратора; узнаете много нового и интересного.

Везде, где возможно, **обозначайте схожесть между вами двумя**, даже не заикаясь о возможных различиях мировоззрения. Закон джунглей гласит: «Мы с тобой – одной крови!» И он работает.

Частный принцип № 2: переключите внимание больного с вас на любой внешний фактор. «Как вы думаете, почему именно сейчас мимо нас проехали ТРИ СИНИЕ машины, а? По-вашему, это случайность?»

И не делайте резких движений, которые можно воспринять как агрессию. Спокойно высматривайте, в какую сторону сбежать – поближе к людям. Если людей вокруг нет и бежать особо некуда, используйте частный принцип № 3.

Частный принцип № 3: спокойствие, только спокойствие. Без паники!

У душевнобольных агрессия может быть внешне беспричинной, немотивированной, на то они и больные. На самом деле, мотив есть, но его (и приказ о нападении) сообщают пациенту голоса в голове, которых вы не слышите. Поэтому, если собеседник кричит на вас, грязно ругаясь, – радуйтесь! Он не потерян для контакта, ему всё-таки нужен внешний повод для агрессии, и этот повод он сейчас у вас усилен-

но выспрашивает. Ему нужна **ваша эмоциональная реакция**, способная стать поводом.

Но если вашей реакции нет, то нет и повода для агрессии – он же не беспредельщик! С вашей стороны нет испуга. Нет угроз. Нет паники. Есть только слегка заинтересованное и в меру доброжелательное ледяное спокойствие – смысл к вам цепляться? Вы ненормальная какая-то, нормальная бы матом обложила...

На пару минут ваш собеседник остынет. Это и есть ваш момент истины, чтобы срочно (но не суетливо) покинуть место встречи. Развернуться и спокойно уйти. Если вы вступали с больным в речевой контакт (а вы вступали), то можете вежливо проронить на прощание: «Давайте договоримся, что для всех – мы незнакомы. Мы с вами никогда не встречались. Вообще». И строго, но понимающе посмотрите волчьим взглядом в сторону собеседника (не в глаза).

Ещё одна важное примечание: не принимайте позу, которую можно воспринять как боевую стойку. Не сжимайте кулаки, не кричите «Кийя!» Вы не Брюс Ли, вам это не поможет. Если не можете нанести нокаутирующий удар, не выпендривайтесь. Усыпите бдительность условного противника: слегка наклонитесь вперёд, прикрыв локтями/ сумкой область печени и солнечного сплетения, а скрещёнными ладонями – паховую область. В конце концов, сходите для профилактики не на фитнес, а на курсы самообороны для женщин. Там весело, там мужики есть.

Резюмирую. Общие основы вашего безопасного поведения – **триада: максимальная дистанция** от неадекватного товарища, **демонстративное внешнее спокойствие**, **логика** (разумные суждения вместо эмоциональных). Первый пункт – больше для профилактики, второй и третий – для контакта, которого не удалось избежать. Главное в любой ситуации – ваша физическая безопасность, для её обеспечения все средства хороши. Включая ложь, наглую ложь, супружеские измены, фальсификацию выборов и кибератаки.

Приведённые мною принципы работают и в отношении условно здоровых людей. Их лучше соблюдать в повседневном общении со всяким разным народом. Поди разбери, что у них на уме, у этих условно здоровых... С больными проще.

Глава 3

Знакомства в реале. Дресс-код первого свидания

*«Если женщина, одеваясь, хочет понравиться
собственному мужу, она выбирает прошлогоднее
платье»*

©Марлен Дитрих

I. О первом свидании замолвите слово. Унисекс, общие положения

...Для разогрева можно задать глупый вопрос: «Какой дресс-код, ДятьСерёжа©? Я ж не на работу устраиваюсь, я ж собираюсь с мальчиком/девочкой знакомиться! Если я не по форме оденусь, меня что, через проходную на свидание не впустят?»

И, соответственно, получить ответ с умудрённой улыбкой©: «Впустят. Но вам же хочется, чтобы за первым свиданием последовало, второе; разве нет? Так перестаньте говорить этих глупостей и болтать ерундой. Слушайте старого больного человека уже!» И вы благоговейно затихаете, жадно впитывая нервными клетками народную мудрость вашего покорного слуги.

Дресс-код – название условное. Я его взял потому, что встречаются по одежке. Понятие дресс-кода имеет для наших целей лишь косвенное отношение к одежде; для нас сейчас это – **это имиджевое понятие. Это вся закодированная во внешнем виде информация** о вашей адекватности, надёжности, соответствии ситуациям, желании достойно выглядеть, намерении проявить внимание и уважение ко второму участнику встречи. И там закодированы сведения о вашей личной привлекательности.

«А почему это привлекательность закодирована? – возмущаетесь вы. – Я и так красив/ая, без кода!» Не буду спорить, вы правы. Только первое свидание с мальчиком/ девочкой из номинации «Слегка за 30–40–50» похоже то ли на допрос, то ли на собеседование для должности топ-менеджера, то ли на покупку недвижимости.

И если с мальчиком некоторая небрежность может прокатить, то девочка – **всегда серьёзный покупатель**.

Вы не озаботились внешним видом перед встречей? Считаете, что лично вам предпродажная подготовка не нужна? Партнёрша (партнёр – в меньшей степени) истолкует это как недостаточный интерес к знакомству. Или как преступное невнимание к самому себе, объекту будущей любви. Или ничем не прикрытое нежелание вкладывать хоть какой-то ресурс в отношения с ним/ с ней. Такое допустить нельзя, о чём мы с вами и поболтаем.

II. Общие советы мальчикам

«Всё-таки жаль немого кино. Какое удовольствие было видеть, как женщина открывает рот, а голоса не слышно»

©Чарльз Чаплин

Запомните: **главное – не одежда, а ваша внутренняя установка.** Этим вы произведёте впечатление на девочку, а одежда и прочее – так, приятное дополнение. Вот установка: **«Я намерен приятно провести время в беседе»**. И больше ничего!



А что нужно для приятного время препровождения в беседе? Нужно всего лишь представить улучшенную версию себя. Взгляните на вашу встречу глазами девочки. У неё аналогичная задача: **приятно провести время в беседе с мальчиком**. Правда, она ждала кого-то моложе, умнее и симпатичнее вас, а припёрлись вы. Ну, так позвольте девочке получить хоть какие-то приятные переживания – что она, зря старалась? Поэтому, во-первых, не рассчитывайте на мгновенный секс, всё свидание испортите.

Ваша задача в номинации «Улучшенная версия себя» –

показать не голод, а аппетит. Гурманство изобразить – не запредельное, иначе девочка испугается своего возможного несовершенства, а так, умеренное. И всё ещё во-первых: перестаньте чрезмерно в них нуждаться! Я вас понимаю, я сам мальчик, но жизнь состоит не из одного только секса.

Вопрос на засыпку: чем отличается плохой секс от плохой еды?

Молчите? Тем, что плохая еда всё же лучше, чем никакой. Секс – классная вещь (я читал), но не опускайте его на уровень онанизма при помощи влагалища. Если вам сгодится **любая партнёрша**, купите в магазине резиновую Зину, это дешевле. А с живым человеком общаться надо, очаровывать его – тогда и секс будет первый сорт.

Отсюда во-вторых: **не стесняйтесь тратить на девочку какие-то деньги** (пока минимальные). Много всё равно не потратите – не сотню же их вы в кафе пригласили! А ваш жест доброй воли девочка непременно заценит, плюсик в карму нарисует, ибо ваша платёжеспособность и отсутствие мелочной жадности есть наиболее убедительный мальчиковый вторичный половой признак.

В-третьих, начните встречу с комплимента. Что-нибудь самое простое, без вычурности. И желательно такое, что не создаёт впечатления «Он это всем красивым девочкам говорит» («Нет, красивым я другое говорю»). Впрочем, даже избитое «Мадам, вы выглядите на миллион!» будет всё же лучше, чем кладбищенское молчание или сухо-официаль-

ное «здрасьте». Дайте девочке понять, что **вы готовились к встрече** – получите плюсик в карму.

Напоминаю внутреннюю установку: вы намерены **получить удовольствие от беседы с девочкой. Так создайте свою часть этого удовольствия**, это же **ВЫ** с ней беседуете! Начало отношений требует усилий **с обеих сторон** – вот и будьте если не остроумным, эрудированным и услужливым, то хотя бы разговорчивым, вежливым и любопытным. Забудьте напрочь это гоголевское «полюбите нас чёрненькими, а беленькими нас всякий полюбит»; оно тут вообще ни к чему (оно и везде ни к чему). Девочка вам ничего не должна, как и вы ей, **ваша встреча – это совместное творчество**. Не портите обедню.

Теперь о собственно дресс-коде. При первой встрече взгляд собеседницы падает на две крайние точки: голову и ноги мальчика, на его причёску/ головной убор и на обувь. Эти точки следует содержать в идеальном порядке, всё остальное может быть просто чистым. Значит, если мальчик зайдёт перед свиданием к парикмахеру, он получит плюсик. Если на нём чистая и сравнительно новая обувь, ему нарисуют второй плюсик. Храните в машине или в портфеле салфетку для обуви и пользуйтесь ей, не пожалеете.

Ваше выгодное отличие от общего мальчикового фона – опрятность во всём. Запах пота девочками не приветствуется, поэтому – душ и дезодорант. Чисто выбрит (если есть борода и усы, то ухоженные и без вкраплений капусты), акку-

ратно пострижен/ причёсан. Лёгкий аромат дорогого парфюма (не изо рта), свежий вид (без мешков под глазами), поглаженная рубашка.

Прочие аксессуары. У мальчиков это часы и телефон; по ним девочка определяет ваш настоящий доход. Часы сейчас мало кто носит – время на телефоне удобнее смотреть, там цифры большие; а с понтами, основанными на телефонах, вы лучше меня разбираетесь.

III. Общие советы девочкам

*«Как повяжешь маску, береги её!
Это наше верхнее нижнее бельё»
фольклор времён пандемии*

С мальчиками закончили, переходим к девочкам. У них, как всегда, всё сложнее, но это только потому, что сами девочки всё усложняют.

Внутренняя установка: у вас двоякая задача, сложнее, чем у мальчика. Но решить надо обе части. Первая часть совпадает с мальчиковой – вы тоже демонстрируете улучшенную версию себя, а там как карта ляжет. Вторая часть – проводите диагностику адекватности партнёра в сложном девчочковом двумерном континууме «Дать/ Не дать».

Только не переусердствуйте в обеих частях, девочки склонны переигрывать на сцене. Пользуйтесь теми инструментами, которые по жизни хорошо отработаны: досто-

инства подсветить, недостатки затушевать. Это касается и одежды, и поведения – меньше пены; будьте собой, только амплитуду уменьшите.

Отсюда – остальные рекомендации. Надевайте то, что вы уже проверили в носке, **оно вам нравится и вы чувствуете себя в этом уверенно**. Считаете, что вам больше подходят брюки – надевайте брюки; считаете, что платье – надевайте платье. Да хоть пижаму с мини-юбкой [всё равно раздеваться – зачёркнуто], лишь бы вам комфортно и спокойно было.

Вы чем заниматься-то собрались? Кушать пирожные, слушать мальчика и получать удовольствие от беседы! А не думать о том, как на вас сидит новая вещь, надетая первый раз. Я уже не говорю за новые туфли – пыточные приспособления! Короче, берите что-то обкатанное, но элегантное (трико с пузырями на коленках не катит).

И помните заповедь: **«Не переусердствуй!»** Не надо слишком мини/слишком макси, слишком обтягивающее/совсем мешковатое. Не надевайте костюм из латекса, заберите накидку для танка – умеренность, девочки. То же – с макияжем и парфюмом: максимальная имитация естественности. Не цвет, а оттенок, не запах, а намёк, не духи, а туалетная вода – лучше недобрать, чем перебрать.

Обязательный пункт: улыбайтесь! Улыбка сглаживает многие неловкости и повышает личную привлекательность на пару пунктов [люди любят идиотов – зачёркнуто].

Для полноты картины учитывайте уместность вашего имиджа в контексте конкретного свидания. Неплохая подсказка для этого – правило «Трёх К: Куда, Когда, с Кем». В смысле в джинсах в театр идти не надо, в вечернем платье на дачу ехать не стоит, в нём грядки копать неудобно. И одевайтесь по сезону, о чём девочки часто забывают и избыточно оголяются, хотя зимой без шубы не стыдно, а холодно (народная мудрость). Со временем суток та же фигня: чувственный макияж и нечто нарядное на выход (кружевные трусы) – после 20:00.

С «Куда» и «Когда» и так понятно, теперь «с Кем». Это – пункт и про совместимость обликов, и про адекватность партнёра, которую ещё проверять и проверять. С первым проще, всегда спросить можно: «В чём ты будешь одет?» Учитывайте ответ, дабы избежать зрительно-стилевой окрошки при встрече (или встретить её достойно, без обморока).

Мальчик явится в офисной униформе, костюм-галстук? Предпочтите нечто консервативное – но только если оно не противоречит пункту про «вам нравится» и «вы чувствуете себя уверенно»; приоритет при выборе – всегда у пункта. Мальчик оденется свободнее? И вы напьяльте нечто романтическое (приоритет – снова у пункта). В конце концов, какие-то ваши фотки мальчик уже видел и, несмотря на это печальное обстоятельство, пригласил вас встретиться. Сам пригласил – сам пусть выпутывается!

С адекватностью сложнее, формата «вопрос-ответ» здесь недостаточно. Позаботьтесь о своей безопасности и финансовом суверенитете. Имейте с собой сумму, которая позволит заплатить за себя в ресторане и даже уехать оттуда на такси. Если вы совсем рискованная девочка и не против секса на первом свидании, предусмотрите вариант с самостоятельной оплатой путешествия домой от места секса. Мальчики сильно-сильно разные бывают.

Что ещё по безопасности подсказать? Возможно, вы – Маша-растеряша, постоянно забываете свои вещи (сумочку, бюстгальтер) в точке свидания. Если знаете за собой такую особенность, проговаривайте местонахождение ваших вещей ВСЛУХ. Вполголоса, кричать не надо: «Я оставила сумочку на тумбочке у входной двери». Проговаривание вслух делает любую активность опосредованной и снижает вероятность забыть оставленную вещь. И да, на первое свидание не надевайте украшений, которые жалко сломать/потерять.

Теперь – как глубоко запасть мальчику на ум. Эксклюзивная по самое не балуйся пара абзацев от ДятьСерёжы© – спешал фор почитательниц научно-популярных трудов Эммануэль Арсан. Для тех, кто имеет девиз: «Нет такого мужчины, который не смог бы меня удовлетворить». Для сторонниц секса на первом свидании.

Запасть мальчику на ум и в душу очень просто, пользуясь старым принципом маркетологов: «Клиент не должен уйти

от вас с пустыми руками. Купил он что-то, не купил – подарите ему напоминание о себе». Сэй Сёнагон назвала бы этот жанр «Записки у изголовья». Самый простой приём: уходя от мальчика утром, оставьте ему на прикроватном столике [трусы – зачёркнуто] записку. Что-то краткое, милое, благодарное и по-девочковому целомудренное. Краткий образец:

«Милый (имя не перепутайте!). Мне сегодня было очень хорошо с тобой! Только что я проснулась и с трудом расклеила [ноги – зачёркнуто] веки... Ты совершенно уникален [с 5-сантиметровым членом – зачёркнуто], ты – величайшая редкость, ты не такой, как все... Я не хотела будить тебя своим уходом и не хотела уходить бесследно [не сдав тест на беременность – зачёркнуто]... Я оставила себе [твою банковскую карту, вышли пин-код смс-кой – зачёркнуто] память о твоих поцелуях и твой запах... Ты такой милый! [Переписала из твоего мобильного телефон твоей жены, обменяюсь с ней опытом – зачёркнуто.] Целую, Таня». (Не жалейте многоточий, это очень девичьи знак препинания, только рисуйте их грамотно: три точки, а не вся строка в точках.)

Глава 4

Знакомство с группой (друзья и родственники мальчика)

«Я не полтинник, чтобы нравиться всем»
©Фёдор Достоевский

Всё, что будет написано дальше, мальчикам тоже актуально, прямо один в один, но я же вежливый, я сначала обращаюсь к девочкам.

Вас это удивит, но индивид в составе группы и без неё – не одно и то же. Даже если группа состоит из трёх человек, она – новый организм, который не сводится к арифметической сумме индивидов; точно так же, как организм человека не есть простая сумма сердца, лёгких, печени и т. д.

Группа-организм функционирует по своим правилам, навязывая участникам нормы мыслей и поведения. Поэтому ваш мальчик в её составе – уже не вполне он. Теперь это – часть группы, и в этом качестве он думает и ведёт себя иначе, не так, как наедине с вами.

«Как это? – спросите вы. – ДятьСерёжа©, ничего же не изменилось: вот он, мальчик, и вот она, я! Какими мы были, такими и остались. Мы испытываем друг к другу прежние чувства. Мы говорим на том же языке, что и наедине, употребляем те же слова, одинаково их понимаем... Что заста-

вит его изменить мысли и поведение по отношению ко мне?»

И я отвечу вам, умудрённо улыбаясь©: «Роль, девочки. **Изменилась его роль**, только и всего. Она меняет его мысли и поведение, компрене?»

От роли зависит многое, **внешние условности меняют всё подряд внутри нас**. Вот, к примеру, антиалкогольная пропаганда: придёшь с ней в рабочий коллектив – что получишь? Скепсис: давай бухти нам про печень алкоголика; мы-то не алкоголики! Но приди с той же темой на родительское собрание в школу и скажи: «Хотите знать, как оградить детей в будущем от алкоголизма?» Тот же пролетариат начнёт тебя конспектировать, ни буквы не пропуская. Что изменилось? Контексты разные. И **роли у слушателей разные**. Потому и поведение разное.

Ещё один термин: **референтная (эталонная) группа**. Это группа, к которой мы себя относим, поэтому её мнение важно для нас. Мы игнорируем любую оценку себя от человека с улицы, но если оценку ставит референтная группа (неважно, как она называется: мещане, дворяне, айтишники, воры в законе) – мы стараемся её исправить. Её – это либо оценку, либо группу.

С вашим мальчиком та же хрень. В группе он – другой; что поведением, что мыслями. Поэтому ваша задача при знакомстве с его группой... Ну вот ты, рыженькая, ответь: какая твоя задача? Произвести впечатление на всех, говоришь? Не-а, это мальчики производят впечатление на всех, а у де-

вочек задача сложнее: они, во-первых, проводят диагностику, и лишь во-вторых, создают впечатление.

Сразу слышу вопрос из зала: **«Какое именно впечатление?»** Элементарно, Ватсон: впечатление **вменяемого индивида** (мальчикам это проще удаётся). Впечатление адекватной девочки, чтобы друзья и родственники не спрашивали у объекта вашей страсти: «Ты что, рехнулся, с чокнутой отношения заводить?»

Поэтому первая заповедь: не пытайтесь сразу выдернуть мальчика из группы, которая вам не понравилась. Даже если ваша нелюбовь объективно оправданна, даже если группа явно опасна для него (наркотики, криминал), не пытайтесь. Всё равно не получится, только зря силы потратите – в день знакомства группа намного сильнее вас. Они отвернутся от него, он отвернётся от вас, тем и кончится. Запаситесь терпением.

А для входа в группу надо притвориться, что **вы – такая же её часть**, как и ваш мальчик. Ни с кем в споры не вступайте, если за сиську не хватают (если хватают, пусть мальчик разберётся), и вообще меньше говорите, больше слушайте. Прикиньтесь ветошью. Привлекательной, яркой и мягкой, чтобы не было догадок, почему мальчик на вас запал и чем/кем он сейчас хвастается. **Вербовочная подстройка к группе**, так это называется.

Момент первый: вы входите в помещение. Внимание: закройте за собой дверь! Это первый кирпичик в

подсознательное восприятие вас группой. Потратив время на дверь, вы закончили некое дело и показали, что вы:

- во-первых, уважаете присутствующих, при этом вполне самостоятельны, не нуждаетесь в услугах швейцара и не ищите такового в группе;
- во-вторых, не оставляете дела незаконченными;
- в-третьих, вы привыкли к порядку и готовы его поддерживать в своём окружении;
- в-четвёртых, не страдаете небрежностью и рассеянностью.

Простым действием вы предотвратили целый ряд глупых вопросов к вам и к мальчику. Эти вопросы имеют гнусное свойство быть заданными при первом знакомстве, плавно перетекая затем в пьяный смех, но бывает, что и в ссору с поножовщиной. В общем, закрывайте дверь. Это несложно. Я проверял...

Момент второй: вы вошли и представлены группе. Неважно, какими словами вас представили («моя подруга/девушка/тёлка»), важно другое: **общайтесь со всеми, кто находится в помещении.**

Начало общения – зрительный контакт, всегда и везде. Поэтому подарите каждому присутствующему по персональному взгляду с улыбкой – этим вы их подкупили, этим вы молча сделали им по комплименту. Не надо входить с опущенным взглядом, вас не поймут. Вы будете выглядеть неуверенной особой, отстранённой и недоступной контакту.

Это случится и в случае, если на входе вы завязли в телефоне и с кем-то переписываетесь. Ваш взгляд будет направлен в телефон, а не на людей, поэтому все СМС – или раньше, или позже.

Встречайтесь взглядом со всеми, кто хоть чуть-чуть повернулся, чтобы вас приветствовать (со словами или без). Поздоровайтесь со всеми, подкрепляя приветствие взглядом и/или жестом – вы же воспитанная девочка.

Эффект обращения к каждому участнику группы создаётся не только приветственным взглядом жестом. Подсознательно работает в этом качестве и ваша поза. Например, вы повернули голову к одному человеку, а туловище – к другому; каждый считает, что вы обращаетесь именно к нему. Жесты адресованы одному человеку, а ступни ног направлены к другому; тот же эффект.

Частая ошибка: обращаться при знакомстве только к тем, кто вам условно симпатичен/важен/уже знаком, проносясь метеором мимо всех остальных. Признайте живыми и достойными общения с вами **всех**, а уж потом, при беседе, отпустите каждому то время, которого он заслуживает.

И есть ещё такой чисто девчочковый изящный приём с двойственным эффектом. Я его не раз наблюдал, но рекомендовать или нет, не знаю.

Приём видел в двух вариантах. Первый вариант: девочка вошла в зал и избирательно **улыбнулась только мальчикам**. Остронаправленная улыбка такая, как микрофон – на

метр отойди, тебя не зацепит. Второй вариант: девочка вошла в помещение с такой рассеянной улыбкой на лице – вроде бы и в никуда, а вроде бы и всем сразу; в небеса. Мимика зачарованности, как при онейроидной кататонии (потренируйтесь).

В чём состоит двойственный эффект? Да мальчикам такое поведение нравится, цепляет их сразу, но девочек дико раздражает. Бесит с пол-оборота. Но внимание вы к себе привлечёте, а предъявить вам будет нечего. Если возникнут к вам (вслух) претензии от девочек, мальчики самих девочек и обвинят в неуживчивости и скандальности: ПМС, дескать...

Момент третий: поза и жесты. Я, собственно, что хочу сказать: умерьте привычную жестикуляцию, сократите амплитуду размаха. Руками лучше вообще не жестикулировать, ограничьтесь движениями кистей рук, а то, не ровен час, кому-нибудь в лоб заедете или вазу китайскую грохнете...

Человек, который держится, будто аршин проглотил, не производит впечатление контактной и привлекательной личности. То же – с индивидом, который ходит с опущенной головой и плечами, шаркает ногами при ходьбе. Тот, кто ураганом врывается в комнату, хлопая дверьми и размахивая руками и ногами, тоже производит странное впечатление. Если вы – не ведущая мотивационного тренинга и не аукционист, не машите руками.

При прочих равных условиях всегда выгоднее выглядеть

просто спокойной: не тормозить, но и не торопиться. Сыграйте роль призёра в номинации «Всегда готова!»: голова высоко поднята, плечи прямые, грудь вперёд, соски в потолок, попа умеренно оттопырена.

Момент четвёртый: внешний вид. Справедливы все пункты, которые я проговаривал в главе про первое свидание: голова-обувь, обкатанная ранее одежда категории «Нравится/удобно» и т. д.

Но в группе есть нюанс: там **больше критиков вашего внешнего вида** (особенно если есть другие девочки). Поэтому в день презентации заблаговременно выпитесь, опохмелитесь, смените прокладку на ароматизированную и пожуйте какие-нибудь леденцы с сильным приятным запахом. В присутствии других девочек надо выглядеть особо свежо и опрятно, это их раздражает.

Невзирая на всё, что я вам наговорил, усвойте: **вы можете кому-то не понравиться. Имеете право.** Причину угадать нереально: кто-то невзлюбит за то, что домашняя кошка-любимица к вам не подошла, а кто-то – за то, что как раз подошла. Позвольте себе быть собой, а мальчика потом перетянете в другую группу – в ту, где 75 % пиплов вас любят.

Примечание для диабетиков. У нас, больных, обычно повышена потливость. Избегайте одежды, на которой могут появиться пятна пота под мышками. И пользуйтесь подмышниками – это такая хрень на липучке, на тот же Олвейз похожая, только для одежды. И дезодорант, конечно.

Глава 5

Девочкового оптимизма глава: знакомства и отношения 40+

*«Протяни мужчине мизинец, он предложит
тебе руку»*

©Марлен Дмитрих

Disclaimer: любого мальчика хватать не надо ни в каком возрасте, хватать надо достойного. Просто вы поумнели, ваши критерии достойности изменились. Сейчас вы готовы рассматривать кандидатуры, в сторону которых в ваши 20+ не посмотрели бы даже по приговору суда.

Вопрос из комментариев: где девочке 40+ познакомиться с мальчиком? Отвечает ДятьСерёжа©: «В этом возрасте живые мальчики ещё есть? Есть. Значит, ищем их месторождение». Но начинать надо с другого – увы, с себя... Нет, я пока не про внешний вид, я пока про мышление. Девочки настроены **на поиск отношений**, так? А настраиваться надо **на поиск знакомств**. Девочкам это безумно трудно, много перестановок в голове предстоит сделать.

Во-первых, девочке придётся стать активной – и знакомиться, знакомиться, знакомиться... В некотором роде знакомство становится самостоятельной целью и самостоятельным занятием. То есть попу от дивана нужно будет оторвать

– и куда-то ходить. И с кем-то разговаривать. И как-то привлекать к себе внимание. Можно, конечно, подождать, когда на пятый этаж вашей убитой хрущёвки прискачет принц с конём и предложит себя в спутники жизни... Только если он и правда прискачет, вы же полицию вызовете.

Так что начинаем беспощадно себя анализировать. Нет, рыженькая, не плачь, рано ещё, я сейчас не про целлюлит на твоей попе. Во-первых, целлюлит интересуется только тебя, а попу – мальчиков. Во-вторых, я скоро развенчаю несколько мифов про предпочитаемых мальчиками девочек, будете удивлены. В-третьих, возраст написан на вашем лице, шее и руках, а тело не стареет. Тело всю жизнь защищено одеждой, оно в ваши 40+ такое же, как в 20. Для неопытных любовников это бывает открытием, опытные сами знают (*скромно улыбнулся*).

Возраст, девочки, не приговор, а свобода. В свои 40+ вы столько уже умеете и столько ещё хотите, что способны составить личное счастье мальчику 20+. Я не от балды вещаю, я такие случаи САМ видел в жизни. НО! Чтобы конкурировать с девочками стадии восковой спелости, надо соблюдать три принципа во внешнем виде и поведении.

Ничего невозможного, достаточно быть **ухоженной, подтянутой и позитивной**. Даже ваши 40+ лишних кг живого веса могут быть ухоженными и подтянутыми, а могут беспорядочно свисать с обеих сторон кресла; выберите первый вариант. И позитив нужен: настрой на победу, а не жалобы

на проигрыш.

Прочие заповеди ДятьСерёжы©, выгодно отличающие вас от юных и пустых сексуальных кукол, столь же просты и незатейливы. Они сводятся к формуле: «Будьте самой собой, пора уже». Не увлекайтесь исполнением ролей, что было уместно в 18. Не изображайте то, чем вы не являетесь. Говорите о своих желаниях (особенно в сексе) открыто, называйте вещи своими именами. И самое существенное: не додумывайте за мальчиков мотивацию их поведения, задавайте вопросы. Я вам потом про мальчиковую мотивацию подробнее расскажу, вы вообще охренеете.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.