

УДК 159.9
ББК 88.5
В19

*Все права защищены. Никакая часть данной книги
не может быть воспроизведена в какой бы то ни было
форме без письменного разрешения
владельцев авторских прав.*

Вастикова, Ольга.

В19 Парень, ты просто Космос! Как понравиться себе, ей и ее маме. Знакомство, флирт и отношения #МетодВастиковой / Ольга Вастикова. — Москва : Издательство АСТ, 2020. — 256 с. — (Умный тренинг, меняющий жизнь).

ISBN 978-5-17-114424-1

Почему у такого красавчика, как я, до сих пор нет девушки? Почему моя милая ведет себя, как стерва? Почему красотки меня френдзонтят? Почему у меня не получается знакомиться?

Если задаешь себе эти вопросы, видимо, ты не слишком хорошо понимаешь девушек. Пора это изменить! Автор этой книги — Ольга Вастикова — станет твоим проводником в женскую голову. Вместе с ней ты научишься:

- понимать девушек (они устроены не так сложно, как об этом любят говорить);
- знакомиться и производить бомбическое впечатление (ведь теперь ты знаешь, о чем они думают);
- не поддаваться на женские манипуляции и вычислять девушек, с которыми лучше не связываться (не все девушки одинаково полезны);
- начинать отношения, развивать или прекращать их (и делать это красиво и по своему желанию);
- чувствовать себя неотразимым и харизматичным (потому что ты такой и есть).

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!

vk.com/prime_ast

instagram.com/prime.ast

facebook.com/praim.ast



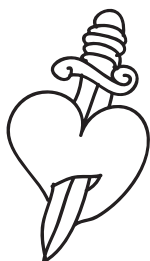
© Вастикова О., 2020

© Корж А., фотография на обложку, 2020

© ООО «Издательство АСТ», 2020

ISBN 978-5-17-114424-1

ОГЛАВЛЕНИЕ



✓ Глава первая,
где мы говорим о тебе,
дружок 7

Разберемся — кто главнее? 12

О тебе, дружок 19

✓ Глава вторая, в которой
я рассказываю, кто такие
девушки и где они обитают 53

Девушки — такие девушки 55

От каких девушек нужно бежать? 85

**✓ Глава третья, где говорим
о том, как нужно знакомиться ... 91**

Не надо так 93

Анатомия знакомства 97

**✓ Глава четвертая, где мы
говорим об отношениях 137**

Так мы вместе или нет? 139

Плохие новости для «свободных» парней 144

Отношения ≠ брак 147

Что делать, если родственники против 155

Бытовуха. Как не дать ей убить отношения? .. 158

**✓ Глава пятая, где мы
разбираемся в сексе 165**

Все, что нельзя узнать из фильмов
для взрослых 167

✓ Глава шестая, где я
рассказываю, что делать
с конфликтами и факапами 203

Страхи, которые мешают отношениям 205

Тревожность — демон отношений 208

Причины конфликтов 212

Расставания 222

✓ Глава седьмая, где я
рассказываю о небесной
гармонии и прощаюсь 235

Можно ли жить «долго и счастливо»
и стоит ли в сказки верить 237

ГЛАВА ПЕРВАЯ,
где мы говорим о тебе,
дружок

А я че? Чо?
А я ниче!



**Следи за своим садом — вот мое правило.
Ухаживай за цветами, а не гоняйся за бабоч-
ками, и тогда бабочки прилетят к тебе сами.
Так жизнь и устроена.**

Мэттью Макконахи

Эй, бунтарь! Ты, да-да, именно ты. Ты говоришь, что ты против системы? Тебе плевать на мнение окружающих? Ты делаешь то, что хочешь? Это круто, если это действительно так. Но на самом деле настоящих бунтарей очень мало, а много и быть не должно. Мы живем в обществе, ведем социальный образ жизни, наше окружение определяет нас, а мы его. Этого не стоит стесняться, об этом нужно помнить и использовать это в своих целях.

Именно поэтому, когда мы говорим об отношениях с другим человеком, нужно обязательно пристально посмотреть на себя. Ведь наше поведение зависит от того, как, по нашему мнению, нас воспринимают другие. Простой пример. Один мой приятель познакомился с девушкой в клубе. Громкая музыка, огни, девушка красива и ухожена, хорошо одета. Они мило поболтали, она разрешила ему угостить себя коктейлем, затем танцевали под самую отъявленную попсу и красиво поцеловались.

У него уже был номер ее телефона, он проводил ее до выхода, она сказала, что ее заберут. Через пять минут за ней подъехал дорогуший «гелентваген» с водителем и увез ее домой.

На следующий день в их милой переписке в мессенджере он спросил ее: откуда автомобиль с водителем, мол, что это было? Она отправила три смайлика и сказала, что ее папа занимает крупный пост в одной из компаний с государственным капиталом.

И что, вы думаете, сделал мой приятель? Пошел в ближайший ювелирный магазин за кольцом с бриллиантом? Как бы не так!

ОН НАЧАЛ ОТ НЕЕ БЕГАТЬ.

Это ужасно, этого никто не любит: нормально общались, а потом твои сообщения висят неп прочитанными по несколько дней, а когда все-таки прилетают ответы, они такие скупые и неохотные, что лучше бы их не было совсем.

Мы с ним встретились за чашкой кофе, он был хмур, как пушкинская туча, и спрашивал моего совета. Я выслушала его и спросила: ЗАЧЕМ ТЫ НАЧАЛ ОТ НЕЕ БЕГАТЬ?

Какого черта? Это же так некрасиво с твоей стороны, говорю. Что, вы думаете, он ответил?

«Ну, ты понимаешь, она такая классная, суперкрасивая, а я полноват, да и учусь в аспирантуре на биолога. Я не могу быть ей интересен, вокруг нее, наверное, вьются богатенькие мажоры, с десятью годами спортзала и машинами, за которые я буду отдавать кредит до конца моих дней». Господи, подумала я, какой же ты дурак. Я вздохнула, сосчитала до десяти, снова вздохнула и начала объяснять: «Понимаешь, говорю, бегать от девушки — самый тупой вариант действий. Она же почему-то танцевала с тобой, смеялась над твоими задротскими шутками и целовалась, а потом не слилась и переписывалась тобой, дураком? Значит, ты чем-то ее зацепил, чем-то таким, чем не зацепили качки-мажоры на дорогах тачках.

Может, это твои шутки, но это маловероятно. Шучу. Ты уже десять раз успел подумать и решить за нее, не поговорив с ней. ПОЧЕМУ? Почему ты думаешь, что можешь вообразить ее решение, вместо того чтобы продолжать общение и прийти к чему-то естественным путем?»

Если кратко, мой друг заранее решил, что если девушка богата, значит, он не может ей нравиться потому, что он небогат. Стереотип сработал четко: **богатым девушкам нравятся богатые парни**. И это несмотря на то, что конкретный опыт моего друга противоречит стереотипу. Вот в этом и заключается проблема.

Стереотипы живут в наших головах. Отношения между людьми — не свод строгих правил, а результат конкретного опыта. Но стереотипы все-таки влияют на наше поведение, именно поэтому мой приятель начал бегать от девушки. Есть такая популярная рубрика: развеем мифы о девушках. Этим мы еще займемся. А сейчас поговорим о мифах, которые настолько глубоко сидят в сознании парней, что именно эти мифы чаще всего определяют мужское поведение. И, что немаловажно, поразмышляем о том, что нравится и не нравится девушкам в парнях.

- ✓ Не нужно мыслить стереотипами. Отношения между людьми не строятся по заранее определенным правилам,

а складываются уникально в каждом конкретном случае. И ты всегда можешь повлиять на то, какими будут твои отношения.

Разберемся — кто главнее?

Так сложилось, что все мы выросли в патриархальном обществе. Даже если тебя воспитывали мама с бабушкой, они в свою очередь тоже выросли в патриархальном обществе. Безвыходная ситуация. Я объясню, в чем дело.

Уклад и традиции патриархального общества складывались со времен каменного века. Как только люди перешли к земледелию и появились излишки материальных благ (одним словом, жить стало хорошо), сильные стали отбирать их у слабых. В обществе появилась иерархия, а женщина в этой иерархии попала в подчиненное положение. По мнению ученых, раньше такого не происходило. В древности, когда мужчины охотились, женщины поддерживали огонь, чинили одежду и растили детей. Мужчины сознавали, что это очень важная работа и без нее им не выжить. Все друг друга уважали, и каждый выполнял

свою важную функцию. А потом все пошло прахом. На несколько тысяч лет.

Несмотря на то, что отдельным женщинам удавалось показать себя (Жанна д'Арк, например), вплоть до 18–19 веков они оставались под контролем мужчин — в правовом, финансовом, эмоциональном и других отношениях.

Уже с 20 века женщины стали добиваться для себя равноправия — избираются в парламенты и на посты руководителей государств, ведут бизнес, становятся учеными и писателями, водят автомобили и т. д. Патриархат клонится к закату.

Феминизм: «мужское» и «женское»

Феминистскому движению более ста лет. И за это время женщины добились многого.

Теперь они имеют право голосовать на выборах, носить короткие юбки, брюки, решать — рожать или не рожать. Но, несмотря на все эти достижения, слово «феминистка» почему-то до сих пор воспринимают как оскорбление. Почему так происходит? Давай разберемся, что такое феминизм и почему вокруг этой темы постоянно не утихают споры.

Кто-то может подумать, что феминизм — это когда женщины главнее мужчин.

Конечно, это не так. Феминизм — это не матриархат. Более того, это совершенно разные понятия. Феминизм — это движение за права женщин, против дискриминации по половому признаку. То есть у женщин не должно быть меньше политических, экономических и гражданских прав, чем у мужчин, просто потому, что они женщины.

И, конечно же, страшилки о том, что феминистки хотели бы истребить или подчинить себе всех мужчин, не имеют никакого отношения к настоящему феминистскому движению. Пойми, феминизм — это не мужененавистничество, это борьба с патриархатом. Ведь при патриархате власть всегда принадлежит мужчинам — будь то семья или политика.

Часто превосходство мужчин над женщинами пытаются объяснить биологически.

Да, женщины и мужчины — существа разные. И этого никто не отрицает.

Но сам факт различий не означает, что у мужчин и женщин должны быть разные права и свободы! Разве наличие определенных физиологических признаков может автоматически давать больше привилегий? Почему мужчины должны принимать решения в семье или зарабатывать больше при равной профессиональной квалификации?

Вообще, в таких рассуждениях власть всегда связывают с физической силой. Но давай учитывать и тот факт, что бывают ситуации, когда разница в росте, весе и силе между мужчинами больше, чем

между мужчиной и женщиной. Так что дело тут вовсе не в природных характеристиках, а в стереотипах, которые прочно сидят в наших головах. Мужчина традиционно ассоциируется со смелостью, силой, решительностью, а женщина — со слабостью, нежностью. Это железный стереотип, изменить который непросто. Да и зачем менять традиции, которые существовали столетиями, думают многие люди. У мужчин должны быть «мужские» дела, а у женщин — «женские».

Казалось бы, все просто и понятно. Достаточно следовать этой истине, и все будут довольны. Но это не так. И прежде всего потому, что женщины хотят большего, более активно участвовать в политической и социальной жизни и часто претендуют на лидерские позиции.

К тому же на протяжении прошлого века роли мужчин и женщин менялись. Причем инициаторами таких перемен были именно женщины. Так, благодаря неуклонной и последовательной борьбе суфражисток, женщины в США получили право голосовать на выборах. Это лишний раз доказывает, что все представления о том, что такое «мужское» и «женское», обусловлены гендерными стереотипами, которые прочно сложились в обществе, а не объективными причинами.

И еще. Женщины вовсе не обязаны быть феминистками. Многих дам эта тема вообще не слишком заботит. Это совершенно нормально, ведь цель