

# НАСКОЛЬКО ВЫ СОВМЕСТИМЫ

ТЕСТЫ И СОВЕТЫ ДЛЯ  
СЧАСТЛИВЫХ ОТНОШЕНИЙ

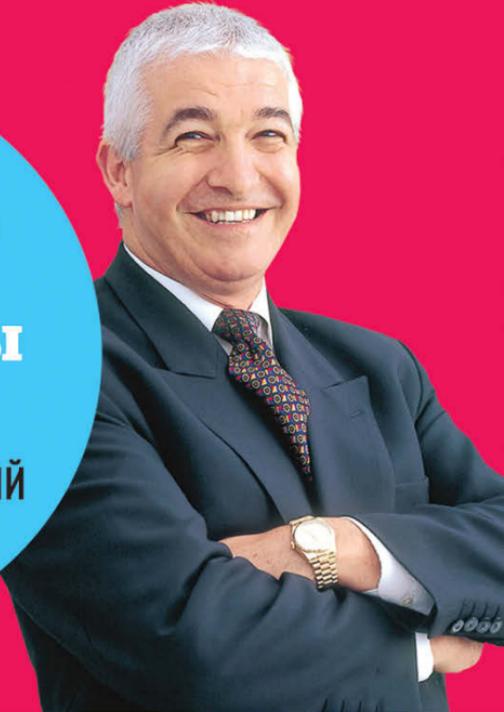


АВТОРЫ №1 В ОБЛАСТИ ПСИХОЛОГИИ ОБЩЕНИЯ

АЛЛАН И БАРБАРА

# ПИЗ

ИНТЕРЕСНЫЕ ТЕСТЫ И ГОЛОВОЛОМКИ • ПРАВИЛА СЧАСТЛИВЫХ  
ОТНОШЕНИЙ • ЗАБАВНЫЕ ИЛЛЮСТРАЦИИ



АВТОРЫ №1 В ОБЛАСТИ ПСИХОЛОГИИ ОБЩЕНИЯ

**АЛЛАН И БАРБАРА**

# **ПИЗ**

**НАСКОЛЬКО  
ВЫ  
СОВМЕСТИМЫ**

**ТЕСТЫ И СОВЕТЫ ДЛЯ  
СЧАСТЛИВЫХ ОТНОШЕНИЙ**



Москва  
2015

УДК 159.922.1  
ББК 88.5  
П32

Allan Pease, Barbara Pease

## HOW COMPATIBLE ARE YOU?

Copyright © Allan Pease; Barbara Pease, 2005.  
This edition published by arrangement with  
Dorie Simmonds Agency Ltd and Synopsis Literary Agency.

Художественное оформление *П.Петрова*

**Пиз, Аллан.**

П32      Насколько вы совместимы : Тесты и советы для счастливых отношений / Аллан и Барбара Пиз. — Москва : Эксмо, 2015. — 160 с. : ил. — (А и Б = Формула успеха).

ISBN 978-5-699-81312-4

В этой книге всемирно известные эксперты по взаимоотношениям Аллан и Барбара Пиз предлагают читателям пройти психологические тесты и порешать увлекательные головоломки. Все эти задания помогут вам оценить себя и своего партнера и узнать: подходите ли вы друг другу? Как наладить отношения, которые дали трещину? Возможно ли избежать ссоры? Что делать, если вы еще не нашли своего избранника? Прочитав эту книгу, вы обязательно встретите свою половинку и сможете построить гармоничные и счастливые отношения.

УДК 159.922.1  
ББК 88.5

© Новикова Т., перевод на русский язык,  
2015

© Оформление. ООО «Издательство  
«Эксмо», 2015

ISBN 978-5-699-81312-4

# Содержание

Вступление . . . . .	8
----------------------	---

## **1. Умение говорить и умение слушать**

Почему мужчины говорят мало, а женщины много . . . . .	12
Основы умения слушать . . . . .	13
Большой тест на умение слушать . . . . .	14
Ваша потребность в разговоре . . . . .	16
Оценка: большой тест на умение слушать . . . . .	21
Оценка: ваша потребность в разговоре . . . . .	22

## **2. Пространственные способности**

Понимание того, что есть что и где есть где . . . . .	26
Тест на пространственные навыки . . . . .	27
Тест на умение читать карту и штурманские способности . . . . .	30
Решения: тест на пространственные навыки . . . . .	38
Решения: тест на умение читать карту и штурманские способности . . . . .	40
Оценка: ваши пространственные навыки, ваше умение читать карту, ваши штурманские способности . . . . .	43
Можно ли улучшить пространственные навыки? . . . . .	44
Альтернативные стратегии . . . . .	45

## **3. Парковка и вождение**

Каждый ведет себя по-своему . . . . .	47
На первый взгляд . . . . .	48
Большой тест по вождению и парковке . . . . .	48
Оценка: большой тест по вождению и парковке . . . . .	58

## **4. Противоположный пол**

Как найти подходящего партнера . . . . .	63
Идеальный партнер . . . . .	65

Крепки ли ваши отношения? . . . . .	67
Большой романтический тест . . . . .	69
Оценка: крепки ли ваши отношения? . . . . .	74
Оценка: большой романтический тест . . . . .	75
Как сделать ваши отношения гармоничными . . . . .	76

## **5. Брак, любовь, романтика и секс**

Пара: один мужчина — одна женщина . . . . .	81
Сексексу рознь . . . . .	82
Готовы ли вы к браку? . . . . .	84
Выявление неверности . . . . .	85
Умеете ли вы сопротивляться давлению? . . . . .	90
Оценка: готовы ли вы к браку? . . . . .	92
Оценка: выявление неверности . . . . .	93
Оценка: умеете ли вы сопротивляться давлению? . . . . .	94

## **6. Нет ничего тайного, что не стало бы явным**

Типы лжи . . . . .	98
Кто лжет чаще всего? . . . . .	99
Небольшой тест на белую ложь . . . . .	101
Абсолютный детектор лжи . . . . .	103
Оценка: небольшой тест на белую ложь . . . . .	111
Оценка: абсолютный детектор лжи . . . . .	112

## **7. Другая женщина — его мать**

Знакомство с драконом . . . . .	115
Разминка . . . . .	116
Тест на выносливость . . . . .	117
Тест «абсолютная свекровь» . . . . .	119
Оценка: тест на выносливость . . . . .	126
Оценка: абсолютная свекровь, часть 1 . . . . .	128
Оценка: абсолютная свекровь, часть 2 . . . . .	130

## **8. Языковые проблемы**

Основные правила общения . . . . .	133
Правила общения женщин с мужчинами . . . . .	134
Правила общения мужчин с женщинами . . . . .	134
Большой тест на общение . . . . .	135
Искусство давать правильные ответы . . . . .	139
Что бы это значило? Тест на просветление . . . . .	145
Оценка: большой тест на общение . . . . .	150
Оценка: что бы это значило? Тест на просветление . . . . .	150



# Вступление

Непонимание и конфликты между полами даже в XXI веке все еще остаются неотъемлемой частью нашей жизни. Ничто не изменилось с того момента, когда Адам впервые разругался с Евой. За тридцать лет исследований различий между мужчинами и женщинами мы с Барбарой ответили на тысячи вопросов о том, почему мужчины и женщины ведут себя по-разному. Письма, телефонные звонки и электронные послания поступают к нам со всех концов мира. Люди не в состоянии разгадать загадки противоположного пола, и порой они впадают в депрессию и теряют надежду. Мы поняли, что различия между мужчинами и женщинами интересуют абсолютно всех, и решили написать об этом. Мы хотим помочь людям лучше понимать друг друга и более плодотворно общаться.

Наша новая книга даст вам возможность оценить себя и своего партнера с помощью занимательных и веселых тестов. Мы разработали эти анкеты, опираясь на собственный опыт и на материал, изложенный в наших предыдущих книгах. Надеемся, что наша задача осуществится.

Что ваш партнер в действительности знает о вас? Слышит ли он то, что вы ему говорите? Обладает ли он лучшим пространственным видением, чем вы? А кто из вас более умело водит машину и паркуется? Какой партнер вам необходим? Хороший ли вы любовник? Может ли ваша дружба перерости в нечто большее? Сохранит ли партнер или партнерша верность? Не связан ли кризис в ваших отношениях с влиянием свекрови? А может быть, во всем виноваты вы сами? Лжет ли вам ваш партнер?

На эти и многие другие вопросы есть ответы. И вы найдете их в нашей книге. Тесты и анкеты помогут вам открыть что-то новое и в себе, и в своем партнере. И начать вы можете прямо сейчас!

Желаем удачи!

*Аллан и Барбара Пиз*

**Насколько  
вы совместимы?**

# 1. Умение говорить и умение слушать



*Что говорят женщины*

*Что слышат мужчины*

## Почему мужчины говорят мало, а женщины много



На протяжении тысячелетий человечество знает, что мужчины — не лучшие собеседники, особенно в сравнении с женщинами. Речь — это не ко-зырная карта мужчин. У женщин же все наобо-рот. Речевой центр расположен в левом полуши-арии мозга, но у мужчин он не имеет конкретного местоположения. Исследования показывают, что, когда мужчина говорит, активным становится все его левое полушарие, словно на ощупь пытаясь отыскать речевой центр.

Призвание мужчин быть охотниками, добыт-чиками еды, а вовсе не болтунами. Охота связана с рядом особых телодвижений. Охотнику приходится часами безмолвно сидеть, выжиная появле-ния добычи. Охотники не болтают и не общаются. Когда двое современных мужчин отправляются на рыбалку, они часами сидят в безмолвии, уста-вившись на поплавки. И при этом общество друг друга доставляет им искреннее удовольствие, про-сто они не испытывают потребности выражать это удовольствие словами. Если же женщины, на-ходясь рядом, не разговаривают друг с другом, это свидетельствует о серьезных проблемах в от-ношениях между ними.

У женщин речевой центр располагается в лоб-ной части левого полушария, а также в несколь-ких более *мелких* участках правого полушария. Наличие речевых центров в обоих полушариях мозга делает женщин отличными собеседница-ми. Поскольку у них за речь отвечает гораздо боль-ший и абсолютно конкретный участок мозга, то остальная часть женского мозга может быть заня-та другими делами, что позволяет женщине од-

новременно выполнять целый ряд действий. Явно выраженные речевые центры позволяют им быть лучшими собеседницами и более ясно выражать свои мысли словами.

Поскольку в древности женщины традиционно проводили время вместе друг с другом и с детьми, они научились эффективно общаться, и это умение позволяло им умело поддерживать взаимоотношения.

## Основы умения слушать



В среднем женщина может использовать шесть слушательных выражений за десять секунд для того, чтобы понять эмоции собеседника, а затем обеспечить ему эффективную обратную связь. Женщина понимает смысл сказанного по интонации собеседника и по полученным сигналам языка телодвижений. Именно это и необходимо мужчине, если он хочет завоевать внимание собеседницы. Большинство мужчин не способны распознать обратную связь по сигналам языка телодвижений, зато те, кто владеет этим искусством, обладают огромным преимуществом перед своими соперниками.

В древности мужчина-воин должен был уметь слушать собеседника, ничем не выдавая своих эмоций. Бесстрастная маска, используемая мужчиной во время разговора, позволяла ему контролировать ситуацию. Но это не означает, что мужчина не испытывает эмоций. Сканирование мозга показывает, что мужские эмоции ничуть не слабее женских, но мужчины их не проявляют столь явно.

## Большой тест на умение слушать



Задав партнеру приведенные ниже вопросы, вы сможете выяснить его умение слушать. Ему или ей вас не провести. Действительно ли партнер вас слушает или просто делает вид? Понимает ли он то, что вы любите и чего не любите, или просто притворяется? А вы сами? Не ожидаете ли вы от партнера слишком много? Миритесь ли вы с его слабостями? Предложенный нами тест поможет вам разобраться в себе?

Если вы — мужчина, выполните первый тест. Женщинам предлагается второй. Если вы захотите с помощью этого теста проверить еще кого-нибудь, сначала сделайте копию и лишь затем отвечайте на вопросы.

Отвечайте на вопросы искренне, а затем предложите партнеру столь же искренне ответить на них, не заглядывая в ваши ответы.

### Ваше имя \_\_\_\_\_

1. Что более всего беспокоило вас на прошлой неделе?

---

2. Было ли у вас домашнее животное в детстве? Если да, то какое?

---

3. Что вам приснилось сегодня?

---

4. Какой фильм более всего тронул вас в последнее время и почему?

---

5. Когда день рождения вашего лучшего друга?

---

6. Верите ли вы в жизнь после смерти?

---

7. Какая из привычек вашей партнерши раздражает вас больше всего?

---

8. Чем ваша партнерша более всего вас радует?

---

9. Какую книгу вы читаете или только что прочли?

---

10. Чувствуете ли вы, что партнерша внимательно вас слушает?

---

11. Внимательно ли относится партнерша к вам и вашим проблемам?

---

12. Идеализируете ли вы кого-либо? Если да, то кого?

---

13. В какую страну вам более всего хотелось бы отправиться?

---

14. Какие решения вы приняли для себя накануне прошлого Нового года?

---

15. Есть ли у вас принципы? Назовите три наиболее важных.

---

## **Тест для партнерши**

**Ваше имя** \_\_\_\_\_

1. Что более всего беспокоило вашего партнера на прошлой неделе?

---

2. Было ли у вашего партнера домашнее животное в детстве? Если да, то какое?

---

3. Что ему приснилось сегодня?

---

4. Какой фильм более всего тронул его в последнее время и почему?

---

5. Когда день рождения лучшего друга вашего партнера?

---

6. Верит ли ваш партнер в жизнь после смерти?

---

7. Какая из ваших привычек раздражает его больше всего?

---

8. Чем вы более всего его радуете?

---

9. Какую книгу он читает или только что прочел?

---

10. Чувствует ли ваш партнер, что вы внимательно его слушаете?

---

11. Считает ли партнер, что вы внимательно относитесь к нему и к его проблемам?

---

12. Идеализирует ли ваш партнер кого-либо? Если да, то кого?

---

13. В какую страну ему более всего хотелось бы отправиться?

---

14. Какие решения ваш партнер принял для себя накануне прошлого Нового года?

---

15. Есть ли у него принципы? Назовите три наиболее важных.

---

## Ваша потребность в разговоре



Построение отношений через разговор — это основная задача женщин. Женщина безо всяких усилий может произнести в среднем 6000—8000 слов в день. К ним добавляется еще 2000—3000 междометий и звуков, а также 8000—10 000 жестов, выражений лица, движений головы и других сигналов языка телодвижений. Таким образом, в те-

чение дня женщина использует более 20 000 различных «единиц» общения для того, чтобы передать свои мысли.

Сравните ежедневный «репертуар» женщины с мужским лексическим ассортиментом. Мужчина использует 2000—4000 слов и 1000—2000 междометий, а также 2000—3000 сигналов языка телодвижений. Его дневной «репертуар» состоит из 7000 «единиц», то есть он втрое скучнее, чем у женщины.

Как оценить собственную потребность в разговоре? Считаете ли вы ее высокой или незначительной? Как ваши оценки соотносятся с данными научных исследований? В приведенном ниже тесте отметьте те ответы, которые кажутся вам наиболее правильными. Помните, что правильных или неправильных ответов здесь нет и набранные вами очки не имеют положительной или негативной окраски.

**1. Вы с партнером отправляетесь в поход. После четырех часов утомительного восхождения вы оказываетесь на вершине. Что вы делаете?**

- (а) Вы наслаждаетесь видом в полном молчании и думаете, что усилия были потрачены не зря. (0 баллов)
- (б) Вы прогуливаетесь по площадке, осматриваетесь, а затем говорите, что вид великолепный. (3 балла)
- (в) Поскольку партнер стоит чуть поодаль от вас, вы звоните кому-либо по мобильному телефону, чтобы рассказать, какой фантастический вид открылся перед вами. Если вам не удается никому дозвониться, вы посыпаете текстовое сообщение. В конце концов, должны же вы с кем-нибудь поделиться своими чувствами. (5 баллов)

**2. Вы обожаете складывать фигурки из бумаги и как раз сейчас занимаетесь складыванием особо сложной модели. Входит ваш партнер и хочет с вами поговорить. Как вы отреагируете?**

- (а) Никаких проблем. Вы продолжите работу и будете слушать, что партнер вам говорит. (5 баллов).
- (б) Вы почувствуете, что теряете сосредоточенность, и попросите партнера подойти чуть позже, когда вы закончите работу, а сейчас вы не можете прерваться. (0 баллов)
- (в) Вы прерветесь и поговорите с партнером. (3 балла)



**3. Вы считаете, что рыбалка — это...**

- (а) Замечательное времяпрепровождение! Полезное занятие, во время которого не нужно разговаривать и можно все обдумать, не боясь быть прерванным — даже находясь при этом в большой группе людей. (0 баллов)
- (б) Ужасная скука! Вы не понимаете, что за удовольствие — целый день сидеть у озера в полном безмолвии, ожидая, когда рыба наконец-то соизволит заглотить наживку. (5 баллов)
- (в) Иногда неплохо. Особенно в те моменты, когда хочется отдохнуть и расслабиться. Впрочем, вместо рыбалки гораздо проще отправиться в кино с друзьями. (3 балла)

**4. Как вы ведете себя, решая сложную математическую задачу?**

- (а) Вы постоянно что-то бубните про себя, поскольку так вам легче найти решение. (5 баллов)
- (б) Вы в полном молчании сосредоточиваетесь на проблеме и ищете решение. Вы вообще

ще не осознаете, что происходит вокруг вас.  
(0 баллов)

- (в). Некоторое время вы пытаетесь найти решение. Если это вам не удается, вы просите кого-либо помочь вам. (3 балла)

**5. Находите ли вы неприятным пребывание в обществе других людей, когда в разговоре наступает долгая пауза?**

- (а) Нет. (0 баллов)
- (б) Это зависит от ситуации. Иногда это может быть замечательно, иногда — действовать угнетающе. (3 балла)
- (в). Да, поскольку пауза почти наверняка возникла из-за какого-то досадного промаха. (5 баллов)

**6. Начальник предлагает вам новую работу. Вы просите час на раздумья, а затем...**

- (а) Немедленно звоните партнеру, чтобы обсудить с ним все «за» и «против». Возможно, вы еще успеете поговорить с кем-то из коллег, если партнер вас не убедит. (5 баллов)
- (б) Тщательно все обдумаете и, если все же не уверены, спросите у кого-нибудь совета. (3 балла)
- (в) Включите автоответчик, закроете дверь кабинета и попросите коллег вас не беспокоить в течение часа. Затем тщательно обдумаете предложение и все открывающиеся возможности. (0 баллов)

**7. Сматря интересный фильм по телевизору, вы...**

- (а) Смотрите фильм внимательно, но не делаете проблемы из того, что кто-то вам позвонил или отвлек разговором. (3 балла)

- (б) С головой уходите в фильм. Вы не отвечаете на телефонные звонки, ни с кем не разговариваете, не занимаетесь ничем другим, поскольку все это отвлекает вас от сюжета и сильно раздражает. (0 баллов)
- (в) Можете читать газету, заниматься домашними делами, отвечать на телефонные звонки, разговаривать и в то же время достаточно внимательно следить за развитием сюжета. (5 баллов)

#### **8. Что вы считаете основной задачей разговора?**

- (а) Самое главное — установить доверительные отношения и укрепить дружбу. (5 баллов)
- (б) Главное — сообщить факты и передать информацию. (0 баллов)
- (в) Все зависит от обстоятельств, но важны оба упомянутых выше аспекта. (3 балла)

#### **9. Если вас что-то беспокоит...**

- (а) Вы должны немедленно об этом с кем-либо поговорить, потому что иначе проблема будет беспокоить вас весь день и вы не сможете думать ни о чем другом. (5 баллов)
- (б) Все зависит от того, насколько вы заняты и насколько серьезна проблема. Вы можете попытаться решить ее самостоятельно или посоветоваться с кем-либо. (3 балла)
- (в) Вы можете с легкостью забыть о проблеме на какое-то время, пока у вас не появится возможность все тщательно обдумать. (0 баллов)

#### **10. Вы с партнером пришли в любимый итальянский ресторан. Большая часть вечера прошла в молчании. Что вы подумали?**

- (а) Зависит от того, не ссорились ли мы перед этим. Иногда вместе можно и помолчать. (3 балла)
- (б) Ничего особенного. Вам нравится еда и общество партнера. Вам приятно подумать о чем-нибудь своем. (0 баллов)
- (в) Вы сразу же подумаете, что партнер чем-то раздражен или что он больше вас не любит. (5 баллов)

## Оценка: большой тест на умение слушать



Сравните свои ответы с ответами партнера и определите, насколько часто они...

- (а) совпадают  
(б) похожи  
(в) противоречат друг другу

За совпадающие ответы начислите себе 5 баллов, за сходные — 3 балла, за противоречащие — 0 баллов. Все вопросы, оставшиеся без ответа, оцениваются в 0 баллов.

Количество совпадающих ответов	$\times 5$ баллов =
Количество сходных ответов	$\times 3$ балла =
Количество противоречащих ответов	$\times 0$ баллов = 0
Общий итог =	

### 75—65 баллов

У вас замечательные отношения. Набранные вами баллы говорят о том, что вы и ваш партнер не только умеете разговаривать друг с другом, но еще и замечательно друг друга слушаете. Эффективное общение — это ключ к длительным и гармоничным отношениям.

## **64—45 баллов**

Иногда в общении с партнером возникают проблемы, но чаще всего вы умеете разговаривать и слушать друг друга. Если вас устраивают сложившиеся между вами отношения, не стоит ничего менять. Впрочем, можете попытаться улучшить ситуацию в меру своих сил.

## **Менее 45 баллов**

Общение между вами и вашим партнером трудно назвать идеальным. Либо вы еще слишком мало знакомы и не успели многое узнать друг о друге, либо вам следует прочитать (или перечитать) нашу первую книгу «Почему мужчины не умеют слушать, а женщины — читать карты», и как можно быстрее. Из нее вы узнаете, как сделать общение с партнером достаточно эффективным.

### **Оценка: ваша потребность в разговоре**



Сложите набранные баллы и прочтите соответствующий раздел.

## **50—40 баллов**

Скорее всего, вы — женщина или гомосексуальный мужчина, так как ваша потребность в разговоре очень велика. Даже в конце трудного дня вы часто ощущаете недостаток общения и вам есть о чем поговорить. Замечательно, если ваш партнер чувствует то же самое. Если же нет, вам не следует ожидать от него слишком много и раздражать его своей назойливостью. Когда вы начнете

высказывать все то, чего не успели сказать, он подумает, почему бы вам не заткнуться и не оставить его в покое. Ваша разговорчивость может вывесить его из себя. «Я хочу всего лишь немного покоя и тишины!» — думает ваш партнер. Проявите уважение к его чувствам. Помните, что он — охотник. Он целый день добывал еду. Он хочет просто посидеть у костра и посмотреть на языки пламени. Но это вовсе не означает, что вы его не интересуете или что вы совершили какой-то промах.

### **39—15 баллов**

Вы — либо женщина с низкой потребностью в разговоре, либо мужчина, который любит поговорить больше, чем обычные представители мужского пола. Ваша потребность в разговоре определяется обстоятельствами и происходящим вокруг вас. День ото дня эта потребность меняется.

Если вы можете дать это понять партнеру и тот понимает, как справиться с подобной ситуацией, ваши отношения будут развиваться вполне гармонично.

В процессе личных отношений партнерам необходимо обсудить различные подходы к общению. Мужчина должен понимать, что, когда женщина говорит, она не ожидает от него готовых решений и советов. Не собирается она и сводить его с ума, рассказывая ему обо всем, что случилось с ней в течение дня. Женщина же должна понять, что мужчина молчит вовсе не потому, что она его чем-то обидела.

### **Менее 15 баллов**

Скорее всего, вы — мужчина, поскольку ваша потребность в разговорах относительно невелика. Вы не хотите обсуждать буквально всех и все. Вы

цените тишину и покой. Вам хочется отдохнуть, ни о чем не думая.

Было бы замечательно, если бы ваша партнерша думала так же, но большинство женщин предпочитают поговорить, причем часто и долго. Женский мозг устроен так, что женщина считает разговор основной формой общения. Не огорчайтесь — в этом и состоит женская сила. Женщина говорит просто для того, чтобы говорить, а вовсе не для того, чтобы найти решение или получить ответ.

И это неплохо для мужчин. Это означает, что вы вовсе не должны реагировать немедленно. Достаточно просто слушать. Закончив говорить, женщина почувствует облегчение и будет совершенно счастлива. Кроме того, она сочтет вас замечательным мужчиной, умеющим выслушать и понять. Так что отличная ночь вам гарантирована почти наверняка!



## 2. Пространственные способности



«О, нет! Не могу в это поверить, девочки...  
Посмотрите-ка на эту карту! Я думала, что нам  
нужно было повернуть направо возле той большой  
зеленой горы...»