

住得近 常微笑 会乐器

坠入爱河的小法宝

茫茫人海中,你为何唯独选择了身边这个伴侣?很多人把原因归结为缘分,但欧美多位研究学者指出,男女相互吸引常常缘于一些不起眼的小事。近日《印度时报》综合多项研究,总结出了人们坠入爱河的一些想不到的因素。

一起做了激动人心的事 发表在美国《个性与社会心理学期刊》上的一项研究发现,当男女一起做过令人激动的事情(如玩过过山车、骑摩托车兜风、爬山探险等)以后,双方发生爱情的可能性会大大提升。

住的地方离得近 两个人之间的物理距离对爱情能产生重要影响。美国麻省理工学院的学者进行的一项研究发现,住得近的男女更容易相爱,这是因为他们在日常生活中会有一些被动的相互接触,如在路上擦肩而过,有共同熟悉的咖啡馆,这种现象被称为“纯粹接触效应”,会让两人产生亲密感。

步速相匹配的人 美国伊利诺伊大学香槟分校的研究人员发现,走路步速相当的人更容易相互吸引。同时,男性在与心爱的女性走路时,会无意识地调整步速,与她相适应。

经常微笑的人 瑞士学者进行的一项研究发现,微笑会影响人们对异性的好感程度,一些受调查者表示,当时就是伴侣的一个迷人微笑俘获了真心。

给对方一杯热饮 心理学家约翰·巴哈曾做过一项研究,他让参与者手持一杯热饮料或冷饮料,并对其他人的个性特征作出热情或冷漠的评价。结果发现,手中持有热饮料的人会更容易对他人作出正面评价。因此,在见面时端给对方一杯热咖啡而不是冰激凌,可能会让对方产生浓浓的暖意。

会弹乐器 法国学者发现,懂得一定的音乐知识或者嗓音优美,都更容易获得异性青睐。如果两个人都喜爱音乐,那更容易相互吸引。(据《生命时报》)



不愿同时就寝 保持同一姿势

小细节透露女人没“性趣”

一些女性在夫妻生活中缺乏激情,甚至出现性厌倦,但她们往往不愿说出来。近日,美国《男性健康》杂志刊文,教男性从小细节发现女性性厌倦的迹象,并指导如何解决。

她经常有意不同时就寝 一些女

性经常比自己的老公提早上床睡觉,或者故意磨蹭到老公呼呼大睡后才上床,这可能是为了避免亲热。

专家支招:如果妻子对时间太晚过性生活感到反感,可以尝试早一点性爱。洛杉矶性治疗师布兰迪·恩格勒博士说,睡前男人可以谈论一些有助点燃女性欲望的话题,并且让她知道,即使现在没有做爱的想法也没关系。这样,妻子就会变得轻松。

总是坚持同一个体位 如果妻子知道哪种体位能让丈夫很快就射精,而且坚持不换体位的话,这是很不好迹象。康奈尔大学性学专家麦甘·弗莱明博士说:“如果她不愿意换体位,表明她对获得更大的

快感不感兴趣。对她而言,性爱完全是例行公事。”

专家支招:恩格勒博士建议,如果性爱时只是采取一种体位的话,要设法增加特别的刺激因素,比如刺激她的阴蒂。如果妻子逐渐感受到高潮的美妙,那么她会再次激情投入性爱。

在男人完事前问“你好了吗” 这句话可解读为,“你太持久了,有完没完?”恩格勒博士表示,许多男人认为女性希望性爱时间越长越好,比如要30分钟以上。但事实上,大多数女性喜欢持续10分钟的性爱,如果时间再长,阴道就开始不那么润滑,女性就会觉得有点不舒服了。

专家支招:如果确实还完不了事,男人应该想办法让她集中精神,比如爱抚她的脸庞,深情对视等。弗莱明博士说,亲近感对调动女性的欲望和投入非常有效。

(据《生命时报》)



教夫妻找回亲密感

夫妻亲密无间,婚姻注定幸福长久。然而现代社会中,亲密关系从许多夫妻关系中淡出,出轨、分居甚至离婚等问题接踵而来。近日,美国“Yourtango”网刊文,请婚姻学家教老夫老妻找回亲密感。

只倾听不评价 这样会为对方创造一个安全空间,以利于其讲出真实的感受和想法。如果不同意对方所讲的内容,也不要直截了当地说对方讲错了,而应委婉地表达。

勇于“示弱” 如果觉得示弱是懦弱的表现,则夫妇两人会对自己的真实情感加以控制。而“示弱”可以把自己真实一面展现给对方。要敞开心扉,毫无保留地讲出自己的想法和感觉,包括自己一个人无法承受的东西。这样,夫妻间的联系就会更紧密。

共同创造“仪式” 所谓“仪式”,可以简单到两人每天傍晚一起看日落,或者每个月第一个周六去新地方“一日游”等。

全新视角看对方 两人相处的时间越长,则可能更关注对方令自己厌烦的一面。夫妻更应关注对方好的品格和优点。这样会增进夫妻关系的亲密度,因为对方会感受到被欣赏、尊重和珍爱。

坚持性爱 夫妻要坚持经常性爱,其所带来的身体上和情感上的紧密感,会使夫妻关

系更紧密,因此要为性爱留足时间。

开展共同爱好 夫妻一起开展两人都喜欢的活动,对拉近夫妻关系大有裨益。(李悦康)

关于高潮的
5个秘密

高潮能让男女在性生活中获得极致快感,有助增进夫妻感情,促进身心健康。近日,英国《健康之友》杂志盘点了关于高潮一些鲜为人知的秘密。

安全套不影响高潮质量 印第安纳大学性健康促进中心的赫本尼克博士指出,无论是否使用安全套,都能感受到高潮。如果男人觉得戴安全套没有感觉,女性不妨适当增加前戏,让伴侣更加开心。

年龄越大,高潮越容易 赫本尼克博士称,年龄和经验会让人更有信心,而且长时间建立的亲密关系,使伴侣间更加互相了解。

自尊影响高潮质量 研究表明,一个人对“私处”的认同感与高潮质量直接挂钩。男性要对自己的阴茎力量保持自信,女性要相信自己的身体充满吸引力。

变换姿势有助高潮 性爱时尝试各种姿势会比单一姿势更易达到高潮,因为不同的姿势意味着人们愿意花更多时间培养性爱的感受。

男女对高潮认识存在差异 赫本尼克博士称,85%的男性认为他们在最近的性生活中让伴侣高潮,而事实上只有64%的女性承认达到高潮。很多女性比性伴侣要花更长时间达到高潮。统计数据发现,大部分女性在做爱时最少要花费20分钟才能达到高潮。

(冯国川)