

# 影响女人 一生的 人性弱点

| 大合集 |



人性的弱点影响着我们的品德，  
决定着我们的思维和行为方式，左右着我们的成败。  
人成功首先是克服自身人性弱点的过程。  
**超越人性弱点，女人才能更出色，  
摒弃人性弱点，才能不被自己打败！**

经典  
畅销版

WOMEN

黑龙江科学技术出版社

# 影响女人 一生的 人性弱点



梅子◎主编

黑龙江科学技术出版社  
中国·哈尔滨

-----  
**图书在版编目(CIP)数据**

影响女人一生的人性弱点/梅子主编. —哈尔滨:  
黑龙江科学技术出版社, 2010. 2  
ISBN 978-7-5388-6269-0

I. ①影… II. ①梅… III. ①女性-人间交往-通俗  
读物 IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 026943 号  
-----

责任编辑 焦 琰  
封面设计 亿点印象

**影响女人一生的人性弱点**

YINGXIANG NÜREN YISHENG DE RENXING RUODIAN  
梅子 主编

---

**出 版** 黑龙江科学技术出版社

(150090 哈尔滨市南岗区湘江路 77 号)

电话 (0451)53642106 传真 53642143(发行部)

**印 刷** 北京振兴华印刷有限公司

**发 行** 全国新华书店

**开 本** 700 × 1000 1/16

**印 张** 21

**字 数** 200 000

**版 次** 2010 年 4 月第 1 版 · 2010 年 4 月第 1 次印刷

**书 号** ISBN 978-7-5388-6269-0/Z · 734

**定 价** 35.00 元

## 前 言

女人是造物主的恩赐,是这个世界上最美丽的风景。每个女人都拥有专属于自己的魅力,女人的魅力使这个世界生机盎然。这是个崭新的时代,新时代的来临给女人带来的是深深的思索,还有数不尽的机遇。

今天女人亦成了变革时代的主人,女人的机会也比任何时候都要多的多。对于大多数女性朋友而言,她们并非缺少实现幸福的愿望,而是她们不懂得怎样去实现。如果女人懂得发现自己人性中的弱点,学会调整自己、完善自己、把握自己,发现、培植和挖掘自己的能力,女人一定会比男人更成功!

人性的弱点是每个女人在迈向成功的过程中最强劲的对手。女人自身的弱点是女人最难看到、也是最难逾越的敏感地带,贪婪、虚荣、控制欲、暴戾、阴暗、自私、残忍、懦弱等。对于这些弱点,我们自己都很难觉察,总以为那是天生的性格问题,其实,那是由于后天发生的很多事情造成我们的性格上的缺陷。

本书高屋建瓴,从人性的弱点开始,分别探讨了女性在性格、情商、智商、交际礼仪、为人处世等方面的致命之处,深入具体地分析了这些弱点的特征和对自身的他人的影响,是一本渗透人生的哲理、把握人性脉络的智慧之书。在生活与事业中,女人有弱点并不可怕,可怕的是明明知道自己的弱点却不去改变。如果能够克服女性常见的心理障碍,战胜自身的人性弱点,女人一定会更出色,更成功。透过本书,每一位女性朋友都可以深刻地了解自己的性格内涵,更好地解剖自己人性中的弱点,通过自己的努力,克服弱点,发扬优点,从而清晰地把握住自己的人生,那么,我们希望得到的幸福和目标,就在不远

处了。

不论你是什么职业、性别、年龄,这部渗透人生哲理、把握人性脉络的智慧之书一定可以让你洞悉人性的弱点,调整自我,完善自我,走出人性弱点的误区,踏上幸福完美的人生之巅。

# 目 录

## 第一章 性格缺陷,让女人一生充满瑕疵

- 性格暴躁是发生不幸的导火线 ..... 2
- 收起嫉妒的火焰 ..... 5
- 冲动是毁灭一切的地雷 ..... 7
- 爱慕虚荣埋祸根 ..... 12
- 别被优柔寡断绊住脚 ..... 16
- 自以为是当然会引人反感 ..... 21
- 任性而为乱分寸 ..... 23
- 自闭是自制的牢笼 ..... 24
- 自卑是属于弱者的名片 ..... 27
- 自负,抬举自己不如放下自己 ..... 31
- 自私会毒噬纯净的心灵 ..... 33

## 第二章 情商浅薄,女人亲手摧毁了婚姻的城堡

- 坦然面对失去的爱 ..... 38
- 丈夫不是贼,别疑神疑鬼 ..... 40
- 既出得厅堂,也入得厨房 ..... 43
- 别做爱唠叨的话匣子 ..... 45
- 别对婆媳关系太“感冒” ..... 48
- 爱,不能只是单向索取 ..... 52
- 没有完美的爱情和爱人 ..... 56





不要试图改变伴侣的本来面目 .....	58
别因孩子忽略了丈夫 .....	60
“装修”自己,远离邋遢 .....	62
少“抠门儿” .....	65
别把老公当成比较的靶子 .....	68
家丑千万别外扬 .....	72
包容是相互的 .....	75

### 第三章 智商落俗,女人无法抵达事业的顶峰

无知是你犯下的大错 .....	80
少命令,多商量 .....	82
轻视领导,会自毁前程 .....	84
女强人的架子端不得 .....	85
别等待,主动寻找伯乐去 .....	89
不要成为没有声音的女人 .....	93
千万别迷失目标 .....	97
安于现状,终将一事无成 .....	100
别把脾气和眼泪寄存在办公室内 .....	103
替上司为自己找升职的理由 .....	106

### 第四章 祸多从口出,女人说话要有分寸懂技巧

批评讲究艺术,良药不苦口 .....	112
以理服人,以情感人 .....	116
善言也要善劝 .....	118
拒绝是一门艺术 .....	121
说话看对象,办事不难 .....	125
给对方台阶下 .....	129

开玩笑要把握分寸 .....	132
出口伤人,人更伤 .....	134
打破冷场的技巧 .....	136
话说三分,点到为止 .....	140
面对恶意冒犯者 .....	142
懂得赞美的女人最受欢迎 .....	144

## 第五章 缺少礼仪,女人就失去了一生的魅力准则

体姿,展现女人的优雅气质 .....	150
摒弃不雅的举止 .....	154
女性穿内衣的礼节、礼貌 .....	155
介绍时的礼节 .....	157
如何递接名片 .....	160
做个受欢迎的客人 .....	161
做个热情的主人 .....	163
如何在宾馆会客 .....	165
吃出你的气质 .....	166
潇洒自如地参加舞会 .....	168
公共场合别让自己“掉价” .....	169

## 第六章 没有人缘的女人,必被打入社交冷宫

女性要远离刻薄 .....	172
冤冤相报何时了 .....	174
轻浮的女人无可救药 .....	177
你笑别人时,上帝在笑你 .....	180
别做流言的传播者 .....	183
朋友也需要用度量去包容 .....	185







吝啬的女人可悲又可耻 .....	188
得饶人处且饶人 .....	190
坏情绪是不受人欢迎的 .....	191
沉默的力量不容忽视 .....	193
别忘了为自己建立一个“朋友圈” .....	196
尊重别人才能尊重自己 .....	198

## 第七章 没有心计,就不可能游刃有余地驾驭人生局面

做刺猬,面对伤害展开尖锐的刺 .....	202
不要省略与陌生人的距离 .....	203
不要告诉人家你更聪明 .....	205
处世不能太较真 .....	208
过度逞强还不如适度示弱 .....	211
妥善处理和小人的关系,把伤害降到最低 .....	214
少生闲气,克服情绪短路 .....	216
做人不可毫无掩饰,面具该戴就要戴 .....	219
假装糊涂,巧妙“撒谎” .....	221
不要相信天上掉馅饼的好事 .....	223
不敢吃亏怎能占便宜 .....	225
温柔是女性的伟大力量 .....	228

## 第八章 气质自造,容貌天生气质却可以修炼

优雅是女性独有的芬芳 .....	232
舞动个性之美 .....	233
培养一种有益的兴趣爱好 .....	235
让音乐滋润你的生活 .....	237
泼洒于丹青之中 .....	238

娱乐不赌博 .....	239
时尚与气质 .....	240
羞涩,最令人心动的表情 .....	243
内在美永远重于外在美 .....	244
自信的女人最美丽 .....	245

## 第九章 心障重重,让女人一生与快乐绝缘

过度紧张是一种不良的情绪反应 .....	250
沉重的包袱会拖累你的脚步 .....	253
逃避过错,是因为懦弱 .....	255
抑郁,让你困在阴晦的牢狱中 .....	258
恐惧是你内心的魔鬼 .....	263
借口少点,行动多点 .....	265
小心掉入好高骛远的泥潭里 .....	269
攀比是一把刺向自己的利剑 .....	271
贪婪到极致是虚无 .....	273
自夸的心态不可有 .....	276
乐观的对待,好过消极的沉沦 .....	278
抱怨生活不如改变生活 .....	282

## 第十章 失去独立,女人就只能做男人的附庸

培养女性独立自主的素质 .....	286
培养女性的自我主见 .....	288
摆脱依赖的技巧 .....	289
正确认识自己的短处 .....	291
懂得在逆境中适时变通 .....	292
极度怕老是福是祸 .....	293



女性孤独是自己酿成的苦酒 .....	296
聪明的女人不说永远 .....	298

### 第十一章 钱和幸福是两码事,做金钱的主人而非奴隶

不要成为金钱的奴隶 .....	304
赚钱,是为了按照自己的意思生活 .....	305
将鸡蛋放在不同的篮子里 .....	307
聪明消费,拒做“Buy”金女 .....	311
别让信用卡“卡”住钱包 .....	314
财富来源于积少成多 .....	317
改变投资心态 .....	321
为关键时刻准备“保险柜” .....	324

# 第一章

性格缺陷，让女人一生充满瑕疵





## 性格暴躁是发生不幸的导火线

一个女人性格暴躁的最直接表现就是非常容易愤怒。愤怒是一种很常见的情绪，特别是年轻女孩儿。她们往往三两句话不对，或为了一点小事情就大发雷霆，造成十分严重的后果。

其实，愤怒是一种很正常的情绪，它本身不是什么问题，但如何表达愤怒则易出问题。有效地表达愤怒会提高我们的自尊感，使我们在自己的生存受到威胁的时候能勇敢地战斗。

脾气暴躁，经常发火，不仅是强化诱发心脏病的致病因素，而且会增加患其他疾病的可能性，它是一种典型的慢性自杀。因此为了确保自己的身心健康，必须学会控制自己，克服爱发脾气的坏毛病。

能否有效地抑制生气和不友好的情绪，使自己更融于他人呢？这主要在于自己的修养和来自亲人及朋友的帮助与劝慰。实验证明：在行为方式有所改善的人中，死亡率和心脏病复发率会大大下降。为了控制和减少发火的次数和强度，必须对自己进行意识控制。当愤愤不平的情绪即将爆发时，要用意识控制自己，提醒自己应当保持理性，还可进行自我暗示：“别发火，发火会伤身体。”有涵养的女人一般能控制住自己。同时，及时了解自己的情绪，向他人求得帮助，使自己遇事能够有效地克制愤怒。只要有决心和信心，再加上他人对你的支持、配合与监督，你克制自己情绪的目标一定会达到。

一般来说，性格暴躁的女人都有如下的一些表现：

(1) 情绪不稳定时，她们往往容易激动。别人的一点友好表示，她们就会将其视为知己；而话不投机，就会怒不可遏。

(2) 多疑，不信任他人。暴躁的女人往往很敏感，对别人无意识的

动作，或轻微的失误，都看成是对她们极大的冒犯。

(3) 自尊心脆弱，怕被否定，以愤怒作为保护自己的方式。有的人希望和别人交朋友，而别人让她失望了，她就给人家强烈的羞辱，以挽回自己的自尊心。这同时也就永远失去了和这个人亲近的机会。

(4) 不安全感，怕失去自己得到的东西。

(5) 从小受娇惯，一任性，不受约束，随心所欲。

(6) 以愤怒作为表达情感的方式，如有的人在小的时候父母的教育模式就是打骂，所以她也学会了用愤怒作为表达情绪的唯一方式。甚至有时候，愤怒是表达爱的一种方式。

(7) 将自己在别处受到的挫折和不满情绪发泄在无辜的人身上。

应当说，性格是一个人文化素养的体现。大凡有文化、有知识、有修养者，往往待人彬彬有礼，遇事深思熟虑，冷静处置，依法依规行事，是不会轻易动肝火的。而大发脾气者，大多是缺乏文化底蕴的人，她们似干柴般的暴躁性格，遇火便着，任凭自己的性情脱缰奔驰，直至撞墙碰壁，头破血流，惹出事端。

所以，总是易暴躁的女人，提高自己的素质修养刻不容缓。

下面的8条措施将帮助你完成改变暴躁性格这一心理、生理的转变过程，臻于性格的完善。

(1) 承认自己存在的问题。

请告诉你的配偶和亲朋好友，自己以往有爱发脾气的毛病，决心今后加以改进。要求他们对你支持、配合和督促，这样有利于你逐步达到目的。

(2) 保持清醒。

当愤愤不平的情绪在你脑海中翻腾时，要立刻提醒自己保持理性，这样你才能避免愤怒情绪的爆发，恢复清醒和理性。

(3) 推己及人。

把自己摆到别人的位置上，你也许就容易理解对方的观点与举动了。在大多数场合，一旦将心比心，你的满腔怒气就会烟消云散，至少觉得没有理由迁怒于人。

(4) 诙谐自嘲。





在那种很可能一触即发的危险关头,你还可以用自嘲从危机中解脱出来。

“我怎么啦?像个3岁小孩,这么‘小肚鸡肠!’”幽默是卸掉发脾气的毛病的最好手段。

#### (5) 训练信任。

开始时不妨寻找信赖他人的机会。事实证明:你不必设法控制任何东西,也会生活得很妥当。这种认识不就是一种意外收获吗?

#### (6) 反应得体

受到残酷虐待时,任何正常的人都会怒火中烧。但是无论发生了什么事,都不可失去理智,而应该应用法律手段,保护自己的人身安全。

#### (7) 贵在宽容。

学会宽容,放弃怨恨和报复,你随后就会发现,愤怒的包袱从双肩卸下来,这样会帮助你放弃错误的冲动。

#### (8) 立即开始。

爱发脾气的人常常说:“我过去经常发火,自从得了心脏病,我认识到以前那些激怒我的理由,根本不值得大动肝火。”请不要等到患上心脏病才想到要克服爱发脾气的毛病,从今天开始修身养性不是更好吗?

一位哲人如是说:“谁自诩为脾气暴躁,谁便承认了自己是一名言行粗野、不计后果者,亦是一名没有学识、缺乏修养之人。”细细品味,煞是有理,“腹有诗书气自华”。愿我们都能远离暴躁脾气,做一个有知识、有文化、有修养的女人。

能够自我控制是人与动物的最大区别之一。所以脾气虽是与生俱来的,但却可以调控。多学习,用知识武装头脑,是调节脾气的最佳途径。知识丰富了,修养提高了,法纪观念增强了,脾气这匹烈马就会被紧紧牵住,无法脱缰招惹是非。甚至刚刚露头,即被“后果不良”的意识所制约,最终把上蹿的脾气压下,把不良后果消灭在萌芽状态。

## 收起嫉妒的火焰

生活中随处可见这样的情况：一个女人会莫名其妙地因为某个男人身边有着一个让人嫉妒的漂亮女朋友，她就偏偏鬼使神差地去追求这个本来并不怎么样的男人。这究竟算是什么心理呢？别人瞧着好，她也就瞧着好了。

这件事恰恰反映了女人的嫉妒。她并不是真的爱那个男人，而是因为嫉妒拥有那个男人的女人。

嫉妒之火随时都可以在女人的心中点燃。所以，男人可以不把一个女人当回事，但切不可在她面前夸赞另一个女人长得美。相反，男人要在这个女人面前贬低别的女人，则正合她的心意。即使她嘴上不说，心里其实还是挺高兴的。

一般来讲，一个男人多半不会因为某个女人的丈夫或者恋人很帅气、很能干，而转去爱这个男人的妻子或恋人，但许多傻女人却常常犯这种低级的错误。

谁都知道，女人往往具有强烈的嫉妒心。女人的嫉妒心常常是有毒的，她们一旦嫉妒起某一个人、某一件事，其能量不但猛烈，而且持久。强烈的嫉妒心一旦发作，便势如洪水猛兽，往往会使得她们陷入彻底失去理智的疯狂状态，即使是在事过境迁之后，她们也还每每念念不忘，好像着了魔似的。

对某一件事，对某一个人，对某一个细节，只要她们曾经产生过嫉妒，那么她们或许会永远地嫉妒下去。只要一闲下来，一闭上眼睛，随时随地，她脑子里就突然想起来了，就会将那些所谓的“陈谷子、烂芝麻”之事不厌其烦地重新捡起来，给你再抖搂一遍。而且，她的表情以





及说出的每一句话,也几乎同上次毫无两样。

嫉妒也可算做是一种激情。不管你说它是邪恶的激情也罢,是强烈的占有欲引发的激情也罢,反正都是激情。

女人的嫉妒心犹如一座随时都会猛烈喷发的“活火山”。而男人就时时坐在这“活火山”的嘴上……

女人的嫉妒是完全不分时间、地点以及场合的,随时可能爆发,只要她一时醋意大发,她心灵的天空在那一刹那便立刻乌云密布,狂风暴雨就来了。

嫉妒完全属于非理性的情感范畴,嫉妒几乎没有任何规律可循。一个女人,她并不是觉得该嫉妒了,然后她才嫉妒的。

平常面对一个女人的嫉妒,男人会觉得不可思议,他心里会说:这有什么大不了的事儿啊,区区小事也值得嫉妒?可她不,她就偏偏嫉妒了,偏偏就嫉妒得不可抑制了。

喜欢嫉妒的女人往往有点傻,因为嫉妒对其本人没有一点好处,只能使自己整天生活得不开心,甚至失去自我。聪明的女人应该懂得及时收起自己嫉妒的火焰,用一颗宽容的心来对待一切。

有一个女人,非常嫉妒她的邻居,她的邻居越是高兴,她越是不高兴;她邻居的生活过得越好,她越是不痛快;每天都盼望她的邻居倒霉,或盼望邻居家着火,或盼望邻居得什么不治之症,或盼望下雨天雷能窜进邻居家,劈死一两个人,或盼望邻居的儿子夭折……然而每当她看到邻居时,邻居总是活得好好的,并且微笑着和她打招呼,这时她的心里就更加不痛快,恨不得给邻居的院里扔包炸药,把邻居炸死,但又怕偿还人命。就这样,她每天折磨自己,身体日渐消瘦,胸中就像堵了一块石头,吃不下、也睡不着。

终于有一天,她决定给她的邻居制造点晦气。这天晚上她在花圈店里买了一个花圈,偷偷地给邻居家送去。当她走到邻居家门口时,听到里面有人在哭,此时邻居正好从屋里走出来,看到她送来一个花圈,忙说:“这么快就过来了,谢谢!谢谢!”原来邻居的父亲刚刚去世。这人顿觉无趣,“嗯”了两声,便走了出来。

这个故事中的女主人就是出于嫉妒,把自己置于一种心灵的地狱