

女性心理枕边书

——洞察女性心理要掌握的 200 个常识

牧之 编著

xxx出版社

目 录

CONTENTS

第1章 女性社交心理

由于生理和心理的因素,往往形成了一般女性共有的特点。比如:对环境的适应性强,容易与陌生人相处,语言能力发展比较快,说话流利清晰,善于与人交谈等等。倘若发挥得好,这些个性因素都是女性在人际交往中的优势。随着女性社会活动范围的扩大,交际中如何发挥自身的心理优势,是女性应当注意的问题。

- 女人如何克服人际交往中的心理障碍 /3
- 女人如何解除社交恐怖症 /6
- 女人如何克服社交中的“红脸症” /7
- 女人如何应付社交尴尬 /8
- 职业女性宴会的穿着艺术 /9
- 女人社交场合的内衣禁忌有哪些 /12
- 办公室女性的社交禁忌 /13
- 女人要掌握哪些必要的社交原则 /14
- 女人要注意的涉外礼仪及禁忌有哪些 /16
- 女人如何提高自己的语言表达能力 /20
- 女性白领会议礼仪有哪些 /22
- 女人要掌握的争辩技巧有哪些 /26
- 女人如何克服与异性交往的心理障碍 /28
- 女人要掌握办公室的赞美艺术 /29
- 女人与女人交往中要注意些什么 /30
- 女人在人际交往中要不要“过度投资” /31
- 白领丽人如何跳出“人际陷阱” /32

第2章 女性职场心理

女性在职场中常常因为个人奋斗目标遇到发展瓶颈，从而产生各种各样的心理问题。而且调查显示，由于女性的生活压力不比男性小，所担负的社会责任却比男性大，因此，常常女性身心更容易出现问题，面对工作压力，女性白领更容易表现出情绪上的各种波动。

- 职场女人怎样自我心理调整 /37
- 职业女性如何化解与上司的冲突 /38
- 职业女性如何与上司相处 /39
- 女性如何获得老板的器重 /41
- 女性如何进行职业规划 /43
- 职场女性如何保持快乐 /46
- 职场女性为什么要克服依靠的习惯 /47
- 女人如何争取自己的事业 /50
- 职场女人如何面对上司的“夜晚之邀” /53
- 女人如何克服恐惧星期一综合症 /54
- 职业女性如何克服战胜职场“倦怠症” /55
- 女人如何利用自己的“职场资本” /57
- 白领女性如何面对抑郁症 /59
- 白领女性怎样避免“过早衰老” /60
- 职场女性的饮食禁忌有哪些 /62
- 职业女性家庭事业该怎样兼顾 /63

第3章 女性审美心理

爱美之心人皆有之，如果我们摒弃内在的美而一味追求外表美，这种美是很脆弱的，是没有生命力的。女性真正的魅力不在于此，作为现代女性尤其是知识女性应该能清楚地意识到这一点，充分认识并且彻底解放自己，不能只靠外力，更主要的是在于自身，要在自身的潜意识里树立起正确的审美心理。

- 为什么女人希望自己永远年轻漂亮 /69

- 女人为什么会热衷于化妆 /71
- 为什么女人也要培养自己的风度 /72
- 女人如何塑造自己的好身材 /74
- 中年女人如何打扮 /76
- 不同脸型的女人如何佩带首饰 /78
- 女人要掌握的化妆技巧有哪些 /80
- 女人为什么会花大量的时间在头发上 /82
- 女人为什么喜欢购买各种各样的服装 /84
- 为什么说女人的魅力体现在气质上 /86
- 为什么说心理因素会影响女性的体型 /88
- 女人减肥的心理疗法有哪些 /89
- 女人如何用笑容增添自己的魅力 /90
- 女人如何选择适合自己的鞋子 /91
- 女人如何选择合适的胸罩 /93
- 平胸女性如何搭配服装 /94

第4章 女性恋爱心理

恋爱阶段是人的感情、激情最为高涨的一个阶段,在这个阶段的心理特征最为突出的表现就是冲动、直觉、排他和波动。因此,恋爱中的女性常常存在一些心理方面的障碍,而这些心理障碍的存在,会不同程度导致恋爱受挫。

- 女人如何培养爱情压弹能力 /99
- 女人如何克服爱情恐惧症 /100
- 女人如何摆脱恋爱焦虑症 /101
- 恋爱中女性对男性的误区有哪些 /102
- 女大学生如何培养自己正确的恋爱心理 /104
- 女人怎样向心动的男人求爱 /107
- 女人如何通过眼神表达爱意 /108
- 恋爱中的女人如何着装 /109

- 女人怎样把握恋爱分寸 /110
- 女人如何保持自己的吸引力 /110
- 女人如何对待恋爱中的“光晕心理” /112
- 恋爱中女人的异常心理有哪些 /113
- 女人如何对待恋爱中的心理隐患 /115
- 女人该不该如实告诉男朋友自己过去的经历 /116
- 女人如何提出分手 /117
- 女性自我治疗失恋的药方有哪些 /119
- 女人如何进行恋爱中的心理调适 /120

第5章 女性情感心理

生活变幻莫测,情感世界也是变幻莫测,但只要有了心理的安全,即使遇到突如其来的变故,你也能牢牢把握住自己内心的方向盘,心理的安全可以使你产生面对变化的抗受力。它能使你以处乱不惊的沉稳把握航向,将你的人生带往幸福的彼岸。

- 女人为什么需要男人 /125
- 女人为什么会有性与爱的心理冲突 /126
- 女人为何总爱想旧情人 /128
- 女人为什么喜欢让男人等待 /130
- 女人为何直觉很准 /131
- 女强人为何也有生存焦虑 /132
- 为什么有的女人会有独身主义的想法 /135
- 中年女性如何修复少女情结 /136
- 女人为什么喜欢甜言蜜语 /138
- 女人为什么需要别人的倾听 /139
- 女人为什么会追求浪漫 /140
- 女人为什么爱逛街 /142
- 女人为什么爱挽男人的手 /143
- 女人为什么遇事不果断 /144

- 女人需要知己吗 /145
- 女人为什么爱唠叨 /147
- 女人为何爱嫉妒 /148
- 女人为什么总爱胡思乱想 /150
- 女人的脾气变坏跟心理变化有关吗 /151

第6章 女性婚姻心理

恋爱是浪漫的,而婚姻是现实的。作为女性,你必须有勇气面对现实生活里的各种问题。理解到“相爱容易相处难”的生活哲学之后,才能走进婚姻的殿堂。在结婚以后,双方要互相理解和体贴,不要强迫别人按照自己的意愿行事。

- 女人怎样克服婚后爱情沉默症 /155
- 女人如何在婚姻中将爱情进行到底 /156
- 女人为什么要学会吵架的艺术 /157
- 女人如何做一个婚恋中的聪明人 /158
- 女人如何走出婚姻的误区 /160
- 女人应该学会如何建立幸福婚姻 /162
- 再婚女性如何克服心理障碍 /164
- 女人如何走过婚姻的冬季 /167
- 女人如何使自己的丈夫更恋家 /169
- 女性如何掌握婚姻中的距离 /170
- 什么样的女人婚姻易失败 /172
- 女人如何规避婚姻中的无形杀手 /173
- 女人如何与性格不同的丈夫相处 /174
- 分居女性如何克服“周末抑郁症” /176
- 女人如何面对婚姻中的“心理饱和” /177
- 女人如何打破婚姻的七年僵局 /178
- 女人为什么不能把婚姻“抓”太紧 /179
- 女人碰到了“爱情厌倦”怎么办 /180

第7章 女性性爱心理

女性自古就被定型为保守、矜持、腼腆等等,然而现代女性随着自己经济地位的独立,并且逐步拥有了更大的自由的个人空间,实际上也就拥有了和男人一样的性权利。

- 女人为什么要重视性心理健康 /185
- 姐弟恋是否会让性生活更和谐 /186
- 女人要不要拒绝婚前性行为 /187
- 新婚之夜女性心理调适 /189
- 女性性心理有哪些特点 /190
- 青春期女性的性心理特点是怎样的 /193
- 中年妇女性心理是怎样的 /195
- 老年妇女的性心理是怎样的 /196
- 女性的性爱心理压力有哪些 /197
- 如何正确看待女性自慰 /198
- 女性为何会伪装性高潮 /201
- 如何看待女性的性暴力 /202
- 如何看待女人妊娠期的性心理 /204
- 导致女人性冷淡的心理因素有哪些 /205
- 女人如何正确看待性幻想 /207

第8章 女性家庭生活心理

有人十分形象地说:“一个和睦温馨,善于过日子的家庭,如同一个提早实现的天堂。”这说明了丰富多彩的家庭生活对于现代人不可替代的作用。因此,女性如何充分发挥自己的能力让家庭生活更为精彩就非常重要了。

- 为什么不能喜怒无常 /211
- 女人30以后怀孕是不是很危险 /211
- 女人怀孕后不宜使用哪些化妆品 /213

更年期妇女还须避孕吗	/213
母乳喂养会不会让孩子终生受益	/214
为什么说猜忌是家庭生活的隐患	/215
为什么说幽默是家庭生活调味品	/216
为什么“丁克家庭”有损女性健康	/217
女人为什么要避免节俭过度	/218
女人应不应该担心丈夫口袋里的钱多了	/219
更年期妇女为什么容易发胖	/220
妇女经前为何情绪低落	/221
妇女为什么应该进行体育活动	/223
为什么常饮咖啡对女性健康有害	/224
准妈妈要遵守哪些生活守则	/225
女人怎样美化家居	/226
女人如何建立家庭档案	/228
女人如何装修自己的家	/229

第9章 女性家庭教育心理

快乐的家庭气氛,不仅使人感到温馨和甜蜜,还会使父母和子女之间产生亲密感。在家庭教育中,愉快的气氛胜于管教。家庭成员之间互尊互爱、情感相容、能使孩子心情愉快,情绪坦然,自然愿意接受家长的指导与教育。

女人怎样进行胎教	/233
女人怎样对孩子进行安全教育	/235
母亲进行家庭教育有哪些方法	/236
母亲如何对婴幼儿进行心理教育	/238
孩子嫉妒心强怎么办	/241
母亲要怎样培养孩子坚强的意志品质	/243
母亲怎样正确引导孩子与异性的交往	/246
女人怎样教育太任性的孩子	/248

- 女人怎样教育孩子做事不半途而废 /250
- 女人怎样教育孩子讲礼貌 /251
- 女人如何教育孩子讲究个人卫生 /252
- 单身母亲如何教育孩子 /253
- 孩子考试怯场怎么办 /254
- 假如孩子不喜欢老师怎么办 /256
- 孩子胆小怎么办 /258

第10章 少女心理

少女阶段的心理是比较脆弱的,往往难以经受较大的思想打击或逆境的折磨,但少女时代又是容易改变其不良心理的最佳时期之一。因此,处于少女阶段的女性朋友应当首先对自己有正确的认识和评价。既要看到自己的优点和长处,也要看到自己的弱点和短处,只有这样,才能愉快地接纳自己,采取适合自己能力的行为。

- 青春期少女的情绪该如何疏导 /263
- 为什么说运动有利于少女心理健康 /264
- 少女情感过敏该如何自我摆脱 /266
- 受害少女如何进行心理康复 /266
- 少女为何会有恋父情结 /267
- 怎样培养少女健康心理 /271
- 为什么有的少女会害怕体检 /272
- 少女患上瘾病怎么办 /273
- 初潮少女身心保健有哪些要点 /274
- 少女不来月经怎么办 /275
- 如何预防少女的同性恋倾向 /276
- 青春期女孩如何克服性冲动 /277
- 少女患上青春期消瘦症怎么办 /279
- 少女该如何预防和治疗自恋症 /280
- 心理压力会不会影响少女发育 /281

第11章 中老年女性心理

不可否认,女性进入中年,就开始走向衰老,但是做一个健康快乐的中年女人并不难,除了要调整好心态,还要保持健康的生活方式:均衡的饮食、充足的睡眠、适量的运动,再加上定期体检。中年女人在爱家庭、爱孩子的同时,更要学会关爱自己。而家庭和社会也应该给予她们更多的关爱。

- 女性如何进行神经衰弱的心理治疗 /285
- 女性如何进行抑郁症的心理治疗 /286
- 中年女性如何克服心理障碍 /289
- 不孕女性如何克服心理障碍 /291
- 女性如何克服怀孕期间的情绪波动 /292
- 产后患上忧郁症该怎么办 /294
- 老年妇女的心理特征有哪些 /296
- 老年妇女的性格特征有哪些 /298
- 老年女性怎样培养健康心理 /299
- 更年期妇女应防冷感症 /301
- 女人怎样才能使更年期心情愉悦 /302
- 女人在更年期怎样调适夫妻关系 /303
- 老年女性如何克服更年期的心理变异 /305
- 老年女性黄昏恋如何解除心理障碍 /305

第12章 女性心理健康自测

本章选取了一些比较规范的心理测试题目供广大的女性读者对自己进行心理健康方面的自测,希望能够对女性读者朋友的心理健康有所启迪和帮助。

- 测测你的忧郁指数 /311
- 交际心理测试 /312
- 工作情商测试 /313

测测你应对职场动荡的能力 /315

你对孩子的家庭教育方法是否得当 /316

你的心理调节能力过关吗 /318

女人怎样克服婚后爱情沉默症

许多人认为,一旦成为夫妻,就是自家人了,他爱我,我爱他,天经地义,何必再不厌其烦地说出来呢?作为夫妻,他应该做他的事,挣钱养家;她也应该尽她的本分,相夫育子,两人没有必要假惺惺地客套什么了……

这是目前一些夫妻对待感情交流所持的态度。在这种观念支配下,中国的已婚男女一反热恋的亲密与热烈,对婚后夫妻情感的表达往往显得忸忸怩怩,甚至到了无话可讲的地步。这样的夫妻,其实是患上了“爱情沉默症”。

“爱情沉默症”的表现主要有:

- ◎ 很少对爱人说一些十分甜蜜的话;
- ◎ 从不向爱人认错;
- ◎ 两人从不共同讨论性生活问题;
- ◎ 很少去想爱人需要些什么物品;
- ◎ 常常觉得与爱人聊天是浪费时间;
- ◎ 喜欢一个人做事,不愿与配偶商量;
- ◎ 认为故意取悦于对方是庸俗的;
- ◎ 搞不清爱人对自己的感情如何;
- ◎ 爱人做了件自以为得意的事,对方却不以为然,觉得没有什么了不起,不值得庆贺;
- ◎ 遇到矛盾或问题,夫妻俩经常生闷气;
- ◎ 认为“在爱人面前认错也很丢人”;
- ◎ 有些事心里很不满,可又怕说出来伤了夫妻的感情;
- ◎ 不知道爱人对自己哪方面不满意;
- ◎ 婚后很少坐下来交流感情;
- ◎ 爱人生气时,常常置之不理;
- ◎ 有许多话不愿意与爱人说;
- ◎ 在爱人面前谈论想法时,对方常常显得心不在焉;
- ◎ 有时两人在一起时,常觉得无聊;
- ◎ 很少探究爱人为什么总是情绪不好。

导致“爱情沉默症”的原因很多。当然,如果夫妻之间已不再相爱,或一方有了外遇,则“爱情沉默症”只是“伴随症状”而已。那么,“爱情沉默症”如何治疗呢?

打破错误观念。婚后,生活确实变得现实多了,但只有不断发展类似婚前的那种恋情,平凡的生活才会产生乐趣,才能从生活的繁琐中体味到人间的幸福。否则,每日埋头于生活琐事,会渐渐让人产生厌倦情绪,这样便使“婚姻是爱情的坟墓”得到了印证。

学会共同创造新生活。多在家庭生活中安排一些娱乐项目,增加交流感情的机会,因为这不单单是巩固和发展夫妻关系的需要,同时也是对繁忙紧张工作的调剂,从而使人们能从紧张的工作中解脱出来,以旺盛的精力和充沛的体力,继续工作与学习。

不要总想如何维护自己的尊严。夫妻间不应当笑话谁主动了,谁得面子了等等。因为主动和热情本身就是对爱人的一种尊重与依赖,对方若以此取笑,岂不是不知好人心?

增加夫妻生活的和谐。和谐的夫妻生活是强化夫妻感情的粘合剂。夫妻生活如果有了障碍,一定要去寻求专门的科学指导。否则,一生中几十年都会在痛苦中度过。

女人如何在婚姻中将爱情进行到底

站在恋爱的角度去看婚姻,婚姻会是坟墓。如果你换种角度来看,你会觉得婚姻是一种全新的开始。那段甜蜜蜜的爱情结束了,而如胶似漆的新感情又开始了。

有人说新婚的激情只能维持3个月,听起来让人很是郁闷。大多数已婚的女人都会抱怨,男友的甜言蜜语、火红玫瑰、浪漫惊喜、细心呵护全是骗人的。到了他成为你老公后,就会吝啬言语,不再轻易说“我爱你”;宁愿给你钱也不愿意再买玫瑰;衣服臭袜子全扔给你,更别提什么精心呵护了。而大多数男人也抱怨,自从女友变成老婆之后,再也不见那个温柔可爱、宽容细心、贤惠大方的女人,取而代之的是牢骚满腹、唠叨不停、整天抱怨的黄脸婆,这让男人泄气又无奈。其实婚姻不该是浪漫的终结,对男人是这样,对女人也

应如此。婚姻让单薄的幸福叠加,让孤独的灵魂有了寄托;快乐有人和你一起分享,苦难有人和你一起分担;寂寞孤独脆弱的时候,有人可以让你依赖。婚姻中被爱让你觉得自己是多么的重要,多么的值得人去爱,即便是被依靠,心底也会特别有成就感,原来自己是如此的值得信赖!

婚姻里面永远都要先检讨自己。婚后没有激情,你用心去创造激情了吗?婚姻跟爱情一样,都需要你全心全意地去创造激情。浪漫是女人与生俱来的天赋,不使用太浪费。但如果要浪漫得像恋爱,那么就要对待自己的老公不要太像老公,而要像男友才行。爱情永远是新鲜的,如果在婚后还保持着恋爱的状态,那么就不会出现所谓的婚姻危机。

把老公当作恋人,缠绵的话说不完,生活就甜蜜如糖;把老公当作恋人,天天生活在爱情的滋润里,就会时刻容光焕发;把老公当作恋人,爱情的魔法天天施展,婚姻才会有滋有味。

浪漫是女人的天性,但大部分女人的浪漫其实只是孩子气的任性和女人固有的挑剔。假如一个女人到了60岁还能挽着老伴儿的胳膊去散步,这才是真浪漫。这样的浪漫也是男人都向往的,女人期盼的,人人都想得到的。

经营好婚姻,没有爱情是不可能的。要想让爱情永远鲜活,就得保持永远恋爱的心境。

女人为什么要学会吵架的艺术

只要结了婚或拥有固定亲密关系的人想必都能认同,男女朋友或夫妻一旦吵起架来,其行为举止、言语造句的能力,未必会比小学生的水准高到哪里去。

其实,冲突对亲密关系不一定有害,相反地,甚至是维持亲密关系必要的活动。美国作家Sheila Heen和先生都在哈佛大学教授人际沟通,所有的人都以为他们是完美的组合,绝对不会吵架,结果,错了!在他们家中,照样会有争执。

心理学博士Jhon Gottman曾在华盛顿大学创立“爱情实验室”,他研究了30多年的婚姻关系后发现,快乐的夫妻大多拥有5:1的正面与负面的互动。正面的互动能建立长久相爱的基础,幽默感能带领夫妻走过负面的情绪。如果

正面与负面的互动比例低于3:1,婚姻关系八成会出问题。

看到这里,读者一定会问,那为什么不是正面互动比例愈高的婚姻愈美满?例如10:1?根据Gottman的研究发现,自称从不吵架的夫妻,通常在短期间内对婚姻满意度比一般人高,可是等过3年之后,Gottman再来研究这群不争执的夫妻却发现,这群人的婚姻满意度反而比那些把问题吵开来的夫妻还低。可能的原因是,这群夫妻把对彼此的不满一直压抑下去,反而不利亲密关系的维持。

结论是,吵架可能有益亲密关系,但重点是,要懂得其中奥妙。善于处理争执,可以让两人关系更亲密稳固;处理得不好,则不免导致关系失败破裂。

首先是要少吵架。要做到这一点,夫妻之间要多进行一些诚恳的沟通和交流,要善于欣赏对方优点,要学会抬高观察对方的视角,即多看对方的“美质”,少看对方的“丑陋”,有意识地挖掘对方的“亮点”。善于从婚姻之旅中欣赏美丽的风景,就一定能减少生气的频率。

其次是要乐于“受气”。人的喜怒哀乐,往往就是这样地不可思议。夫妻之间不论谁心里窝着一把火,只要让它发泄出来,心里马上就平静了。因此,作为真正恩爱的夫妻,如果丈夫动了“气”,妻子就应站到对方角度想一想,善于体谅对方的情绪,适度地做一些容忍、谦让。

再次是要会吵架。吵架并非总是坏事,如果能够循着“吵架”去挖掘其丽质,就能将“坏事”转化为好事;如把抱怨转化为对爱人的“请求”,就容易得到对方的合作。若把“你从来就没有好好地和我交谈过”之类的指责“美化”为“我们坐下来谈谈,或者出去转转,好吗?”之类,其效果无疑就会显著得多。

女人如何做一个婚恋中的聪明人

一位公认的好男人离婚了,问其原因,男人痛入骨髓地说:“怨妇猛于虎啊!”他形象地比喻:犹如看夜空,他看的是满天星斗,她的眼里却是沉沉黑夜,还要对黑夜进行喋喋不休的抱怨。怨气就像锋利的双刃剑,刺得双方痛苦不堪,只好分手了断。

女人含嗔的幽怨就像古代闺怨体诗词,让男人顿生怜香惜玉之意。然

而,一旦看什么都不顺眼,对什么都不称心,幽怨过了头,那就让人望而生畏,退避三舍了。

总有一些女子,她们看世界永远看最糟糕的一面,想问题永远想最难解的症结,别人可以一笑了之的事情,在她们那里,就是天塌下来的大事。从社会风气到生活环境,从家庭纠纷到同事朋友的纷争,从马路塞车到刚买的衣服打了折云云,无事不可生怨。

心生怨气,不仅拿别人的错误折磨自己,同时也是拿自己的错误折磨别人。抱怨太多,不仅会吞噬自己的生命之光,还会吞没友谊的绿树,吞灭爱情的鲜花,吞没自己建造的乐园。无穷地抱怨,把快乐拒之门外,就会错过身边的时光,辜负宝贵的生命。

怨妇主要症结是对生命和生活缺乏感恩之心。想一想人生多么短暂,生命那么宝贵,还有什么理由为生活中的一地鸡毛而怨恨呢?生活是那样的多彩,即使有酷暑也会有阳春,有寒冬也会有金秋,相信走运和倒霉都不可能持续很久,哪有闲工夫杞人忧天、坐困愁城呢?

再说,抱怨昨天,并不能改变过去;抱怨明天,同样不能帮助未来。与其徒劳无益地浪费时间,不如转变心态,释放忧愁,化解怨气,采取积极的行动,做一些行之有效的努力。要知道影响人生的绝不仅仅是环境,心态控制了个人的行动和思想,心态也决定了自己的爱情和家庭,事业和成就。

要想改变你的怨妇形象,处理好和谐的婚姻关系,请学会做个婚恋中聪明的女人。

第一种:用最“笨”的办法打动男人的心。女人的善良、温柔、勤勉最能打动男人的心。婚姻中的女人如果有了这些好品行,就可以带着男人走基本步了。寒冷的冬天,给爱人熬一锅热汤;温暖的阳光下,给爱人缝一粒纽扣——不要小看这些小事,你在这些小事上具有的能力和表达出的爱意会提升家庭的温暖度。即使你有钱请保姆,但你对丈夫的爱心是别人无法替代的。所以别管恋爱时男友怎么说,结了婚,丈夫心里想的都一样:好妻子就得有这样的品行和功底。

第二种:适时展示知性的一面。婚姻生活中,光付出好品行是不够的。有些妻子抱怨自己在家任劳任怨,可为什么总不讨丈夫的好呢?男女的个性、脾气、修养各不同,对女孩来说,当你选择婚姻时,起码对所嫁的丈夫要有一

个了解,并有一种符合你丈夫要求的心理和能力。做到了这些,你就是一个聪明、知性的女人。

第三种:营造实实在在的浪漫。哪个女人不希望在婚姻生活中继续保持浪漫?但千万不要把恋爱中的浪漫版本搬到婚姻中来。比如,有事没事给他打电话;牵着他的手在风中、雨中散步;在他生病需要休息时,一个劲地给他朗读爱情诗。再比如,一天一套新时装;没隔几天就换发型……丈夫肯定是吃不消的。因为恋爱中的女孩可以仙得不沾人气,婚姻中的女人就不同了,连浪漫也要给人一种实在、一种深扎入骨的感觉。比如一个浪漫的妻子会在把家收拾整洁的同时,再去追求一份摆设的美感。平常,她不必天天去美容院,不必在家也精心着装,但外出时,尤其是在丈夫的朋友、同事面前,她一定是最优雅、最美丽的,这样才会给丈夫带来一种实实在在的幸福。

女人如何走出婚姻的误区

美国最近的人口普查确定了一个大部分人都已经知道的事实——离婚率的确是在上升。面对几乎一半的婚姻以离婚的方式收场的情况,许多夫妇开始准备重新评估自己和配偶的关系。但是在你性急地开始评估和分析之前,必须先分清下面这些关于婚姻的理解和事实,以免落入陷阱毁了美满婚姻。

误解1:已婚的人对性生活的满意程度较低,而且比单身者的性生活数量要少。

依照一项大规模的国民研究结果,已婚者的性生活普遍来说要比未婚者更多更好。他们不但性生活的次数更多,而且更加享受性生活,无论是在身体上还是在精神上。

误解2:婚前便已同居并且能够通过这种方式衡量出彼此是否合适的夫妇,要比没有这么做的夫妇拥有更加令人满意、更加持久的婚姻。

许多研究已经表明,那些在结婚前同居的人,更可能拥有不满意的婚姻和高得多的离婚率。理由是,未婚同居者可能是更加怯懦、更有可能在问题出现时选择放弃的人。

误解3:拥有孩子通常会使夫妻双方的关系更加亲密,并且增加婚姻的