



Chu shi zhi hui shou ce

世智慧事
激发潜能系列

十全十美 两性沟通

李光平◎编

* 新世纪 新观念 新人生 *



两性心理差异

恋爱中的两性沟通

婚姻中的两性沟通

社交 工作职场中的两性沟通

教你两性和睦相处之道

为你解剖我们自以为常常受到伤害的原因

吉林文史出版社

处世智慧手册

十全十美两性沟通

李光平 编

吉林文史出版社

(吉)新登字 07 号

处世智慧手册

李光平 编

责任编辑:周海英

封面设计:杨林

吉林文史出版社出版 850×1168 毫米 1/32 开本 60 印张 1200 千字
(长春市人民大街 124 号) 2000 年 5 月第 2 版 2000 年 5 月第 1 次印刷
中山新华印刷厂印刷 印数:1-8000 定价:100.00 元(本册定价 20.00 元)
全国新华书店发行 ISBN 7-80626-399-3/G·165

目 录

第一章 两性的不同

一、女性

女性有根脆弱的神经，那就是情感	(3)
女性的直觉相当敏感	(5)
女性感情极富变化	(6)
女性的神经质是自身保护的原始反应	(7)
女性执拗的性格是情绪紊乱的根源	(8)
女性残忍的性格常常是软弱的表现	(10)
女性爱哭泣是因为她无力反抗生活的压力	(11)
对女性而言，接吻是爱的象征	(12)
女性的性感带遍布全身	(13)
只要谈得好，女人也喜欢谈性与爱	(14)

女性喜欢绕着圈子去表达自己的爱	(16)
女性欲望无法获得满足的代偿行为	(17)
女性拘泥于“证据”	(18)
女性帮助别人是为了让别人承认自己的价值	(19)
女性具有强烈的排斥反应	(21)
女性喜欢旅游是想摆脱枯燥刻板的生活	(23)
女人对环境的变迁很敏感	(25)
女性积存私房钱是为了购买一定的自由	(26)
女性希望在镜子中天天能看到自己的姣容	(27)
女性往往只顾眼前打算而与他人交往	(28)
女性人际关系陷入僵局，是因为同别人太熟悉了	(30)
女性爱用“身体语言”交结朋友	(31)
女性在交际上喜欢故作神秘	(32)
女性处于优势时总想彻底击垮弱者	(33)
女性喜欢亲近比她更弱的男性	(34)
女性缺乏优越感时就会表现出一种高傲的态度	(35)
女性总期待外部条件来改变自己的命运	(36)
女性惯用口是心非的态度来对待他人	(37)
女性有较强的嫉妒感	(38)
女人的本性是善于瞎猜	(39)
女性的依赖心理特别强烈	(41)
女性喜欢集体行动	(42)
女性常常故意撒娇和矜持	(43)

目 录

女性常借丈夫是忙人来发挥自我优越意识	(44)
女人常常在嘴巴上说“不”，却在心理说“是”	(45)
女人在发怒时所说的话最真实	(47)
女人容易受浪漫的男人所骗	(49)
女性在日落时分容易伤感	(51)
女人善于触觉感受	(52)

二、男性

男人虚荣的主要表现——死要面子	(55)
男人虚荣的追求——恭维的快感	(58)
夸耀型男人的虚荣表现	(60)
借吹型男人的虚荣表现	(62)
显示型男人的虚荣表现	(62)
指责型男人的虚荣表现	(63)
呈现型男人的虚荣表现	(64)
男人爱冒充自己是“万事通”	(65)
当官的男人特别爱吃捧场话	(66)
男人的性爱嫉妒	(68)
男人的失落嫉妒	(69)
男人的嫉妒圈	(71)
男人喜欢硬充内行	(74)
男人具有“真我”和“假我”二重性	(75)
虚伪是男人的一种性格同时为了有利可图	(77)

男人的假正统	(80)
男人的假正经	(82)
男人的假奉献	(83)
男人的性欲强于女人十倍	(85)
强烈的事业欲、金钱欲，会影响男人的性欲	(88)
男人性生活中的“非我现象”	(90)
男性手淫比女性多	(93)
男人具有视觉偏向	(96)
男人常把女人当成性工具使用	(97)
男人认为阴茎小也是一种耻辱	(99)

第二章 恋爱中的两性沟通

一、恋爱中女性的沟通技巧

怎样选择男友	(103)
怎样捕获男心	(105)
女性怎样通过目光体现自己的“女人味”	(107)
貌丑的姑娘怎样寻找恋人	(108)
撒娇的神奇效果	(111)
不要伪装	(112)
如何消除你们的拗气	(114)

目 录

如何处理嫉妒心理	(116)
你懂得使用魅力吗?	(120)
女孩在恋爱期间应注意的事项	(121)
禁忌的游戏	(125)
怎样说“不”	(128)
拒绝男友爱抚的秘诀	(131)
不要排除做出“铁了心”的承诺	(133)

二、恋爱中男性的沟通技巧

怎样接近姑娘	(134)
怎样才能求得姑娘的好感	(138)
怎样在电话中约会女友	(140)
初到女友家怎样交谈	(141)
男青年在初恋中怎样表现得体	(143)
初次与女方见面不要打扮得太招摇	(144)
不要误把姑娘的友谊当爱情	(145)
男子不要终日和恋人“粘”在一起	(146)
真正有经验的人往往不露声色	(148)
女性不会喜欢一个酗酒的男人	(149)
男性不应沾染赌博恶习	(150)
肚里不能没有“货”	(151)
男子不要老说厌恶工作	(152)
不要在女子面前显得斤斤计较	(153)
男子不要显得婆婆妈妈	(154)

男子不应欺软怕硬	(154)
不要为女方戴上美丽的光环	(155)
初次见面不要刻意追求第一印象	(157)
初次见面不要害怕接触女方目光	(158)
不要对女性过于曲意逢迎	(159)
不要拒绝他人的介绍	(160)
不要带有色眼镜看对方	(161)
男子百依百顺不一定换来百般恩爱	(163)

三、恋爱中两性沟通的技巧

怎样求爱成功	(164)
吸引异性的 5 个方面	(168)
怎样判断你是否爱上某人	(170)
怎样判断对方是否爱上了你	(172)
怎样用邮票表达爱情	(176)
怎样设计表达美好爱情的纪念封	(177)
表露爱情的最佳方式	(178)
写第一封情书时怎样掌握分寸	(184)
怎样写好情书	(186)
怎样处理第一次收到的求爱信	(188)
怎样相对象	(190)
怎样向意中人提出约会要求	(191)
怎样拒绝和取消约会	(192)
怎样处理好第一次约会	(193)

目 录

恋爱中的“敏感话题”	(195)
说玩笑话不可太随意	(198)
怎样批评恋人的缺点	(200)
怎样观察恋爱对象的品行	(202)
怎样注意恋爱中的礼节	(203)
怎样给恋人送礼	(204)
怎样当面拒绝异性求爱	(205)
求爱受到冷遇怎么办	(207)
怎样追求 O 型血恋人	(208)
怎样追求 A 型血恋人	(210)
怎样追求 B 型血恋人	(211)
怎样追求 AB 型血恋人	(213)

第三章 婚姻中的两性沟通

一、追求爱的永恒

怎样对待沉默寡言的丈夫	(217)
怎样对待妻子的任性	(219)
怎样对待不善交际的爱人	(221)
怎样对待爱人的异性朋友	(224)
怎样对待爱人和旧恋人来往	(226)

怎样对待爱人的过失	(228)
怎样对待爱吃“醋”的妻子	(233)
怎样给怀孕的妻子以心理支持	(235)
幽默是夫妻间的“空调器”	(237)
如何对待男性的“古烈治”效应	(239)
什么是男人的隐私	(241)
丈夫希望妻子体谅哪几点	(243)
正确对待妻子的唠叨	(243)
怎样才算女士心目中的好丈夫	(244)
妻子需要你这样做	(245)
当好丈夫“六忌歌”	(247)
离开伴侣，还是离开电视机	(248)
夫妻各需要和提供什么	(248)
危害夫妻关系的五种误解	(251)
为什么说回避在一定意义上说是危险的	(251)
避免家庭解体的五种思想	(253)
张扬隐私是夫妻离异的导火索	(255)
导致家庭不和的性格	(256)
警觉夫妻心灵离异	(257)
丈夫、妻子怎样预防外遇	(258)
令丈夫厌倦的女性	(259)
怎样防止第二次争吵	(261)
妻子们，请留心丈夫的沉默	(262)
为什么“私房”有弊无利	(263)

目 录

你会制订夫妻吵架协议吗·····	(263)
夫妻感情“冰”点的处理·····	(264)
化解夫妻矛盾妙法七题·····	(266)
解决家庭矛盾的良方——“反向思维”·····	(267)
处理家庭矛盾五点·····	(269)

二、追求性的和谐

婚前怎样了解对象的性能力·····	(270)
夫妻间的性适应·····	(271)
男子要善于改进技术·····	(273)
怎样才能达到性和谐·····	(276)
对性和谐有重要意义的性前戏·····	(279)
合宜的体姿有健身增趣的优点·····	(281)
如何让妻子以良好情绪开始性生活·····	(283)
丈夫应该克制自己的睡意·····	(284)
夫妻间的“哑语”·····	(286)
夫妻性生活中的语言艺术·····	(288)
男子要合理安排性生活·····	(290)
丈夫怎样调适和妻子的性生活·····	(292)
男子应学会创造美好的性爱环境·····	(294)
丈夫要协调性生活的“时间差”·····	(299)
男人不要一味追求次数·····	(303)
三班倒的丈夫怎样安排性生活·····	(308)
丈夫要注意避免“操作焦虑”·····	(310)

丈夫不要误解了妻子的呻吟·····	(311)
-------------------	-------

第四章 社交、工作职场中的两性沟通

一、男性与女性沟通的技巧

强调“你”字·····	(313)
要说“我们”·····	(317)
洗耳恭听·····	(318)
投其所好·····	(320)
多多赞美·····	(321)
不提旧事·····	(321)
吉利的话·····	(322)
家务挂嘴·····	(323)
好开场白·····	(324)

二、女性与男性沟通的技巧

不必当真·····	(326)
备加关怀·····	(332)
掩优显拙·····	(333)
了解嗜好·····	(334)

目 录

慎用昵称	(335)
勿责其友	(336)
不使难堪	(337)
不抢付帐	(337)
洞悉心理	(338)
发表感想	(339)

三、女人怎样称赞男人

男人更需要女人的赞美	(340)
借口于人，间接赞美	(343)
怎样称赞一人春风得意的男人	(345)
怎样称赞一个有明显缺点的男人	(347)
怎样称赞热恋中的男人	(349)
欲赞其夫，先赞其妻	(351)

四、男人怎样赞美女人

男人的赞美是女人的信心	(354)
女人最需要男人赞美什么	(356)
怎样在众姐妹面前赞美一个女人	(359)
祝贺她的生日	(361)
耐心倾听她的说话	(363)
少批评、多赞美	(366)

第一章

两性的不同

一、女性

女性有根脆弱的神经，那就是情感

女人神经系统比较敏感，感情极易波动，而男人则比较稳定，不会轻易动情。

谁都知道，女人爱哭。无论是在大庭广众之下，还是在要好的朋友面前，很小的不幸都会使她们落泪。有的女人，只要看见别人在哭，尽管与自己毫无关系，而且也不知起始缘由，她也会情不自禁地潸然泪下。比如在电影院里，女人很容易被剧情打动，为命运坎坷的主人公泪流满面。但是，任何一件高兴的事又能使女人立即表示她们的喜欢。不过，不管是哭还是笑，都能比较容易中止。总之，她们心地善良，富于恻隐之心，“对极其微不足道的羞辱十分敏感，对一丝毫的怠慢和尊重也能觉察出来。”

而男人，则很少轻易放纵自己的感情，也不急于表现自己的情绪。“身为男子汉，任意地哭显示其意志不