



恶丈夫，刁蛮的妻

Eliedezhangfudiaoomanadeqi



[俄]季莉亚·叶尼克耶娃/著
谢云才 高丽英/译

- 恶劣丈夫的类型
- 情场老手
- 偷情高手
- 可恶妻子的类型
- 多愁善感的人
- 泼妇、“把家虎”
- “白马王子”为什么变成了恶劣的丈夫？
- 美丽的少女结婚后为什么变成了泼妇？

黑龙江人民出版社



昔日的“白马王子”变成了令人讨厌的丈夫，温柔美丽的姑娘变成了唠叨不休的妻子；曾经情意缱绻、卿卿我我的痴情男女，婚后却形同路人，甚至大打出手；丈夫遇到有几分姿色的女人就会浮想联翩，偷香窃玉，妻子也难抵挡物质上的诱惑，纷纷红杏出墙。相信，这些尴尬的情形在许多家庭中都会见到。

本书作者季丽亚·叶尼克耶娃是俄罗斯著名心理学家、性学专家、精神科医生。她在书中分析了“问题家庭”的症结所在，列举了“恶劣丈夫和刁蛮的妻子”的几大类型，提出了许多中肯的意见和建议。

恶劣的丈夫，刁蛮的妻



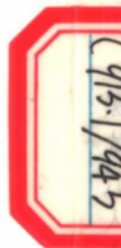
ISBN 7-207-05791-1



9 787207 057914 >

ISBN 7-207-05791-1/G·1318

定价:15.00 元



如
他
系
列
中

恶
劣
的
丈
夫
刁
蛮
的
妻

民
出
版
社

丈夫，
惡劣的

「我」季莉亞·叶尼克耶娃著
「才」高丽英译

Eliezhangfudiao mandeqi 刁蠻的妻

黑龙江人民出版社

责任编辑:刘海滨 陈恩

装帧设计:于克广

恶劣的丈夫,刁蛮的妻

[俄]季丽娅·叶尼克耶娃 著

谢云才 高丽英 译

出版者 黑龙江人民出版社出版发行
通讯地址 哈尔滨市南岗区宣庆小区1号楼
邮编 150008
网址 www.longpress.com E-mail hljmcbs@yeah.net
印刷 黑龙江省教委印刷厂
开本 850×1168 毫米 1/32·印张 10.5
字数 210 000
版次 2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月第 1 次印刷
书号 ISBN 7-207-05791-1/G·1318

定价:15.00 元

(如发现本书有印制质量问题,印刷厂负责调换)



作者自序

前几天,我给丈夫讲了一个很好笑的故事,故事出自一位自称心理学家的外国女士写的一本书。我们一直以此为笑谈。故事是这样的:这位女作家买了一栋有游泳池和浴室的新房子,她和丈夫共同沐浴,于是,原来有矛盾的他们终于言归于好,他们婚姻中的分歧解决了。我非常想用一位古老的医者的话——“医生,请先把自己治好吧!”来提醒这位女士,但遗憾的是,虽然她出书,书中给了读者们如何使家庭生活幸福的某些建议,但这位女士并不是医生。“如果说我们俄罗斯许多人可以用买有游泳池和其他家什的房子来解决自己问题的话,那么大多数的问题就根本不存在了。”我的丈夫说到这,我们笑得更厉害了。我想,我们的许多同胞会赞同他的观点,而你们,不得不考虑我们俄罗斯的生活现实。虽然我不拒绝有游泳池的房子,哪怕是想象一下也好……

为什么因相爱而结婚的夫妻会经常吵架,千方百计地找对方的缺点,有时还会相互伤害呢?原因只能是热恋中的他们通常看不到彼此的缺点,而生活在一起突然都“省悟”了,发现自己所爱的人原来并不是他或她所想象的那样。或者这是合乎情理的,越了解一个人,就越看到他的不是,于是也就不再美化他?或者妻子(丈夫)果真就有太多的缺点,全然不是结婚前所认为的非常优秀的人?家庭不和的原因在哪儿呢?是丈夫还是你本



恶劣的丈夫,刁蛮的妻

心理
+
系列丛书

身? 一个人的过错还是夫妻两人都有错? 在你的家庭生活中是否可以改变点什么, 还是只有唯一的出路——离婚? 你们将在本书中找到这些问题的答案。此书对未婚男女是非常有益的。不必去走许多人已经走过的“弯路”。

正像我的一位女读者所说的那样: “太必要了! 原来我自作聪明! 很久以前很多学者就研究论述过这些问题。要是在二十年前我就懂得这些道理该多好啊!” 关于这些话我不止一次听到, 的确, 很久以前, 大家就清楚, 不必在重复别人的错误的同时给自己增添缺点。你们会轻而易举的得到聪明人的意见和经验, 并把这些用于日常生活中。于是更好地准备, 更清楚地知道要做什么。甚至您已经结婚, 并对自己的婚姻不满意, 重新开始也为时不晚。以往婚姻生活的体验加上给您提供的有益建议将会帮助您避免重复犯错误。

我丝毫不怀疑, 我的读者们在采纳此书中的建议之后你和你爱人的关系会非常融洽。



目 录

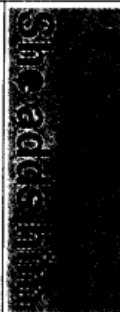
作者自序/1
幸福离我们很近吗? /1
丈夫——并非十全十美的人/3
“白马王子”为什么变成了恶劣的丈夫? /8
恶劣丈夫的类型/9
孤独的人/11
好动的人/19
慢性子的人/23
贪吃的人/25
“老学究”/29
人云亦云的人/33
“老小孩”/35
装腔作势的人/37
胆小怕事的人/40
骄奢淫逸的人/43
唯美主义者/46
古怪的人/50
禁欲者/55
笨手笨脚的人/58
情场老手/60
色狼/63



- 淫棍/66
偷情高手/71
“醋坛子”/75
“把家虎”/77
“火药桶”/79
婚姻小测试/82
美丽的少女结婚后也可能变成泼妇/87
婚姻的结果是未婚妻变成老婆/90
可恶妻子的类型/92
卖弄风情的人/94
“金丝鸟”/97
平庸的人/99
优柔寡断的人/102
多愁善感的人/107
“神经质”/111
浪漫主义者/114
悲观主义者/117
有心计的人/121
“女学究”/124
讨厌的人/128
清高的人/132
泼妇/135
“把家虎”/138
“火药桶”/141



谁的错? /143
用批评的眼光看女人/147
婚姻小测试/149
女人为什么要出嫁? /153
男人为什么要结婚? /162
我还是选择了结婚/167
结婚不好吗? /169
爱情是否能持久? /177
"我不爱妻子!" "我不爱丈夫!" /181
"爱情哪儿去了?" /196
"不要抛弃我!" /205
男人和女人/212
家庭矛盾/216
"她想要我做什么?" /221
什么令妻子不满? /225
争吵/232
"能和解吗?" /235
抗争/240
进攻是最好的防守吗? /244
"以前我的眼睛长到哪儿去了?" /251
不比男人差/258
仍能获得幸福/264
浓缩了的智慧/274
结束语/278





幸福离我们很近吗？

幸福就像一只漂浮的气球，当它飞走时，我们用手抓；当它停下时，我们用脚踢。

为什么有一些人婚姻幸福，而有些人则不幸福呢？试想一下，是因为幸福的夫妻更相爱又能相互弥补不足吗？您也许会说，这样来看待双方的关系是不是过于简单化了，有爱就能相安无事了吗？但是扪心自问，结婚以前你爱他（她）吗？那么现在呢？

现在想一想，为什么会这样？

我早就知道，我的大部分读者婚姻不幸福，因为幸福的人不需要看这本书。不过众所周知，世上没有十全十美的事。即使对自己婚姻满意的人，也觉得生活中过于美好的东西是不存在的，阅读这本书只是但愿爱情永驻，家庭幸福，同时拓宽一下视野罢了。

在这里我想告诉大家，有时异性在其莫名其妙的行为举止后面到底意味着什么……也许读完这本书，无论是男人和女人都都会悟出些什么东西，男女应该各尽其力：男人更具男人特点，果断豪放；女人更有女人味儿，娴雅得体。

希望营造幸福的婚姻，做一个幸福的人，该怎么做呢？那就



恶劣的丈夫,刁蛮的妻

十
世
系
列
丛
书

要破解异性的心理之谜,与之和谐一致,发扬优点,摒弃缺陷。这就是家庭幸福秘诀,它并不神秘,难道不是吗?要善于领悟和体验,因为其实幸福就在你的身边,只要改变一下对问题的看法,问题也就迎刃而解了。

如果接受了这些建议,并能灵活运用,一定会有成效。了解一下异性的心理特点,可以让你受益非浅,不会使你对异性的情感黯然失色。

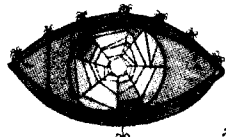


丈夫——并非十全十美的人

在深入探讨为什么“白马王子”可能成为恶劣的丈夫这个问题之前，让我们先说一点题外的话。

我以前认为自己是一个缺乏幽默感、非常爱面子的人。对朋友和熟人常挂在嘴边的俏皮话往往很反感。每当听到那些开玩笑的话语，我总是感到很委屈，于是自己生闷气，要不就干脆躲着那些拿我逗乐的人(其实是我自己不对!)。后来我做了心理学家，这才知道，容易感受委屈的人大部分都是心理有缺陷的人。如果意见和责备是正确的，心理素质好，自信心强的人一般不会觉得反感，他往往会坦然面对，或者通过某种事实来证明对自己的评价有失偏颇。要知道，所有的委屈都是情感的反应，而情感是需要克制的。聪明人不应该当傻子，否则人们怎么来分辨真伪呢？如果过于较真，那么所谓聪明人都不会被人接受，就会显得与常人格格不入。聪明人应该事事都聪明。在这种情况下，他的聪明选择就应该是学会幽默，让自己的言语风趣诙谐。

可见，幽默感并非与生俱来，先天就有的。怎么做到这些呢？其实很简单，可以有意去记住一些熟人、朋友所说的笑话、



趣语,也可以通过阅读文学作品来学习,然后灵活自如地运用于自己话语之中。你瞧,这样一来,大家很快就会觉得你是一个风趣机智的交谈者,与你在一起会感到轻松愉快,而你自己也会乐意主动和别人交往。久而久之,你就变得伶牙利齿,轻而易举地驳倒令你不悦的风凉话。一个人在与别人交谈中反应机敏、应答自如,他就不会自感窘迫,也会赢得对方的尊重。最为重要的是,不要生气,不要滥用自己的情感(情感可能是潜意识的,这是不由自主的)。总之,要让生活变得轻松,而不是相反。

我把许多具有讽刺意味的趣闻、警句收入《男人和女人》这套系列丛书中绝非偶然。首先,讲述严肃的事情时,穿插些幽默笑话更易于让人接受,更有利于长久记住,让人过目不忘。在遇到类似的生活情景时,人们就会想起在书中读过的精彩妙语,就会从中找出富有哲理的解决之道,达到事半功倍的效果;其次,印象深刻的东西,往往会使人记忆犹新,寓意深远的趣谈妙语让人常说常新,使人开怀,让人愉悦。幽默是生活波浪中的“救生圈”。

十年前,我开始尝试幽默笑话心理疗法,很有效果。人如果笑一笑(即使是微笑),无论何时都是有益处的。俗话说:“笑一笑,十年少”。笑口常开的人其心理肯定健康。因为幽默感是心理健康的保证。

经常同机智的人打交道,多阅读那些智者的格言,我自己的头脑中也会涌现出一些警句,而且发觉自己的某些话出自他人之口,好像插上了翅膀,融入了脑海。无论是格言还是笑话,随着时间的推移都将变成大众的口头禅。



现在,我们来谈谈幽默感。有些时候,如果你善于用恰如其分的话语反唇相讥,就可以避免许多争执、抱怨和冲突;如果你机智幽默地左右逢源,就不会对针对自己的风凉话记恨在心。我自己已经彻底摆脱了不良情感,若有人还想气我,寻我开心,我会既来安之,随口就送他几句。现在这些挖苦我的斗士早已消失得无影无踪了。我也正是用这种方法“治愈了”我的丈夫。在我们结婚初期,他经常取笑我。有一次,我反戈一击,也幽默了他一回,这下子他好像变了一个人,而且对我也尊重了许多。要知道我们在人格上是平等的。他和我都很明白,我们都有缺点,但这并不影响我们婚姻完满。

学者们已经查明,让婚姻美满是可能的,只不过暂时尚未弄清究竟采用何种方法。

在这本书中,我对男人和女人的嘲讽各自参半。挖苦人的话基本上是男人“创造”出来的,而且他们并未觉察到这些尖酸刻薄的风凉话常常刺伤女人的心。书中我刻意提出这个问题,是让男人多方面审视自己,同时女人也能够更多地了解自己。但愿男女性别歧视消失得无影无踪。

***只要母羊不忧愁,公羊做什么都愿意。**

***丈夫和情人的区别是:前者家里留不住,后者家里撵不走。**

***如果您不结婚,任何时候也不会发现自己有这么多缺点。**

***“我结婚这么久,但从来没有主动提出过性要求。”**

***“婚前丈夫在床上表现得似乎无所不能,可现在却好像什么都不行了。”**



恶劣的丈夫，刁蛮的妻



❖丈夫的嗜好就是：“斯巴达克队——冠军！”

❖丈夫，这是墙上的画。

❖别人的丈夫都是好的。

❖上床时，丈夫打着如意算盘问妻子：“你累吗？你头痛吗？”

妻子会用三个字回答：“不要脸！”

❖爱情来了又走，走了又来，留下来的只有丈夫。

❖任何一个妻子都是最好的。

❖妻子谈得最多的是丈夫。

❖未婚与已婚的区别是：他以前经常买花，现在是买菜。

❖只有看见桌子上摆着一束花，丈夫才想起来妻子的生日。

❖丈夫，这是所有梦中情人消失后剩下的唯一。

❖即使夫妻分居，幸福的婚姻还很多，那该有多好啊！

❖没有一个女人愿意嫁给一个蠢货，但所有的女人只有在结婚后才会发现这一点。

❖追求幸福的婚姻需要很多勇气。

❖秃顶的丈夫从不惧内，因为妻子也快秃顶了。

❖如果你的丈夫是傻瓜，想一想，你比他聪明吗？

❖丈夫是上帝送给女人的最糟糕的礼物。

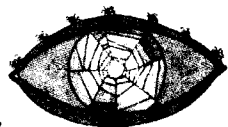
❖男人梦见自己是光棍汉，醒来时心情会糟糕透顶。

❖给丈夫选袜子、衬衫和西服的女人把自己也选给了丈夫。

❖她一厢情愿地爱上了自己的丈夫。

❖生活伴侣原来竟是人造的。

❖年轻时我们都有梦想，希望有个好归宿，可后来差距那么



丈夫——并非十全十美的人

大,真可谓南辕北辙。

✱丈夫们都一样,只是外貌不同而已。

✱俄罗斯女人听门得尔松的婚礼进行曲时,放声痛哭。

✱寻人启示:走失了一个男人,花色,只对“你喝酒吗?”这句话能做出反应。

✱50 岁的女人正当年;而 50 岁的男人精衰力竭,老态龙钟。

✱当女人读懂男人以后:要么嫁给他,要么就离婚。

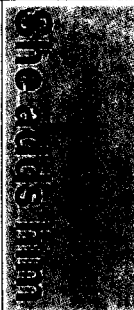
✱许多男人要的不是妻子而是保姆。

✱要求妻子十全十美的丈夫自己却一无是处。

✱丈夫只要一称赞妻子,妻子就会受宠若惊。

✱如果男人连妻子都应付不了,可以相象,他怎么对付得了
一个野人……

✱如果跪着,就很难高昂着头。





恶劣的丈夫，刁蛮的妻

她+他
系列丛书

“白马王子”为什么变成了恶劣的丈夫？

丈夫——是心爱之人摘掉男人神经之后剩下的东西。

为什么要跟男人结婚呢？为什么从前经常送花给你的浪漫多情小伙子，如今变成了牢骚满腹、心胸狭小、醋劲十足的人了？或许他以前就是如此，只是你情迷双眼，没有极早发现而已？

在这里，让我们来看看各种典型的丈夫，尽管从性格上很难评定出哪种更为理想……他们在精神病学中都有特定的概念，但我不想用过于复杂的精神病学术语给你们平添麻烦。还是使用一些日常的习惯用语吧。如果吵架时，盛怒之下你骂丈夫是个“没有情感的冷血动物”那无异于是火上浇油。我的主要目的不是向你们介绍偏激的谩骂，而是告诉你们怎样学会忍让。

也有一些“无可救药”的丈夫。这类人被心理学家称之为心理变态。那么你只能倍受煎熬了。然而，并非所有的丈夫都“无药可救”，因为你仍然可以得到心理学家的帮助。他可以用某些方法对其进行“再教育”，请相信，会有益处的。只是有一个问题，如何让他来看心理医生……我告诉你一个最简单的方法，让他读读这本书，也就是专门关于他的那一章。也许，他会自己主动前来，也许是在你的帮助之下。