



新媳妇 宽心术

XinXiFuKuanXinShu

焦龙梅 著



宽心术帮你想得周全，做得周到

 巧获家庭好人缘



新媳妇 宽心术

XinXiFuKuanXinShu

焦龙梅 著



图书在版编目 (C I P) 数据

新媳妇宽心术 / 焦龙梅 著. — 长沙 : 湖南科学技术出版社, 2013. 1

ISBN 978-7-5357-7502-3

I. ①新… II. ①焦… III. ①家庭关系—女性读物
IV. ①C913. 11-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 285213 号

新媳妇宽心术

著 者: 焦龙梅

责任编辑: 李文瑶 周 妍 杨 旻

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路 276 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系: 本社直销科 0731-84375808

印 刷: 长沙宇航印刷有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 长沙市河西望城坡航天大院

邮 编: 410205

出版日期: 2013 年 1 月第 1 版第 1 次

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 10

书 号: ISBN 978-7-5357-7502-3

定 价: 29.00 元

(版权所有·翻印必究)

001 第一章 新媳妇的美好憧憬

- | | | |
|-----|---------------|-----|
| 第1节 | 恋爱这么久，怎么还不提结婚 | 002 |
| 第2节 | 如何向男友提出结婚 | 007 |
| 第3节 | 这个孩子要不要 | 011 |
| 第4节 | 你做好结婚的准备了吗 | 014 |
| 第5节 | 与准公婆的对话方式 | 019 |
| 第6节 | 两情若是要异地 | 025 |
| 第7节 | 筹备婚礼不必在意分歧 | 031 |
| 第8节 | 婚礼进行时 | 036 |

041 第二章 与丈夫的蜜月期

- | | | |
|-----|---------------|-----|
| 第1节 | 你曾经想象了什么 | 042 |
| 第2节 | 来自火星上的丈夫 | 046 |
| 第3节 | 如何面对“变脸”的丈夫 | 053 |
| 第4节 | 你对他是否过多苛责 | 059 |
| 第5节 | 成为彼此的生活习惯 | 064 |
| 第6节 | 身为人妻的权利 | 070 |
| 第7节 | 家务分配莫定期 | 075 |
| 第8节 | 尊重是丈夫最需要的珍贵礼物 | 079 |

087 第三章 围城里的美好夫妻关系

- | | | |
|------|-----------------|-----|
| 第1节 | 婚姻里你们是什么关系 | 088 |
| 第2节 | 教堂里的一堂课 | 092 |
| 第3节 | 婚姻里你们会被爱包围 | 098 |
| 第4节 | 与丈夫的对话方式 | 102 |
| 第5节 | 一生的美好婚姻计划 | 108 |
| 第6节 | 比较，请从纵向来比 | 113 |
| 第7节 | 不是保鲜，是以变化应对变化 | 119 |
| 第8节 | 卧房里的那点儿事儿 | 124 |
| 第9节 | 美好夫妻关系的六个关键词（一） | 128 |
| 第10节 | 美好夫妻关系的六个关键词（二） | 134 |

139 第四章 婆媳一定不好相处吗

- | | | |
|-----|-----------------|-----|
| 第1节 | 与婆婆分享对“他”的爱 | 140 |
| 第2节 | 境由心生，先做“心”的思想工作 | 144 |
| 第3节 | 退居二线的女一号 | 149 |
| 第4节 | 主动示弱PK被动示弱 | 155 |

第5节	假装，假装，假的成了真的	161
第6节	让“润滑剂”代替“夹心饼”	167
第7节	遇到“恶婆婆”的破解密码	173
第8节	那些让人心寒的举止言行	179
185	第五章 姑嫂不是情敌初见	
第1节	正视他们血浓于水的情	186
第2节	轻松做个好嫂子	190
第3节	她会爱你比你爱她多	195
第4节	与夫家兄弟的相处禁忌	200
205	第六章 嫁出去的你不是泼出去的水	
第1节	将回报父母的爱当成一种习惯	206
第2节	“我对婆婆比对我妈还好”	211
第3节	和丈夫吵架不要回娘家	215
第4节	警惕父母拆你的台	221
227	第七章 你爱的他在你娘家	
第1节	上门女婿的困惑与尴尬	228
第2节	翁婿怎会短兵相接	233
第3节	与父母同住如何调节老公心态	237
第4节	翁婿身家背景悬殊	241
247	第八章 亲戚是父母帮你们选的朋友	
第1节	亲戚是父母帮你们选的朋友	246
第2节	与婆家亲戚相处的礼仪	249
第3节	亲戚里的那些贵人们	254
第4节	和穷亲戚们的相处方案	258
261	第九章 孩子不是第三者	
第1节	怀孕期为何对老公百般挑剔	262
第2节	怀孕期如何确保老公“守身如玉”	266
第3节	“第三者”引发的夫妻矛盾	270
275	第十章 当第三者真的来了	
第1节	我们是欢迎鲶鱼的沙丁鱼	276
第2节	第三者侵入的见招拆招	280
第3节	恼人的狐朋狗友、红颜知己、女上司	284
第4节	怎么应付你对异性的怦然心动	289
293	第十一章 你可以不必离婚	
第1节	婚姻不能实现你美好的期待	294
第2节	改换不如改变	299
第3节	露易丝的救婚心计	303
第4节	你又开始幻想了吧	308
第5节	改变不如放弃	312

第一章

新媳妇的美好憧憬

“为什么恋爱这么久了，他还没有向我求婚呢？”一些或是心急或是多疑的女孩子，在和男友恋爱一段时间以后，就会有类似的想法了。那么男友为什么没有提及结婚的事情呢？如果你和恋人交往时间已经超过两年，对方却对结婚的问题只字不提，那你就有所行动了。





第1节 恋爱这么久，怎么还不提结婚

“为什么恋爱这么久了，他还没有向我求婚呢？”一些或是心急或是多疑的女孩子，在和男友恋爱一段时间以后，就会有类似的想法了。那么男友为什么没有提及结婚的事情呢？我们先来看四个不同的男人在面对求婚这个问题上表达的心声。

第一个，研究生刚毕业的赵先生，当他被问到是否会向女友求婚时，他还颇感意外：“求婚？开什么玩笑！我们是在网上认识的，只不过交往了一年而已，还没到谈婚论嫁的地步吧。我今年才26岁，我觉得男人30岁以后结婚比较合适。如果到时候她还是我的女朋友，我再求婚也不迟。”

第二个，已到而立之年的张先生，对于求婚这件事，他的态度很平淡：“我们认识五年，同居也有三年了。现在缺的只不过是一纸婚书。结婚这种事情水到渠成，开不开口好像也不重要了。这不，也没有正式求婚，我们就心照不宣地开始筹备结婚的事了。等这个月底把证件一领，酒席一办，也就转为合法经营了。”

第三个，身在工薪阶层的王先生，谈到求婚时显得忧心忡



仲：“唉，我也想结婚啊！可是结婚总得有个婚房吧，拍结婚照、办酒席、度蜜月也要一大笔开销，一辈子就这么一次，谁不想风光光把老婆娶进门？我总觉得自己不论物质上还是精神上，都没准备好。我不是轻易做出承诺的人，现在让我求婚，我觉得底气不足。”

第四个，酒吧的说唱歌手丁先生，对于求婚这件事，他显得有点不屑一顾：“求婚就意味着要结婚吧？结婚就意味着要和这个女人生活一辈子吧？那太可怕了！反正我觉得挺可怕的……你问我爱不爱我女朋友？没特别想过这个问题，两个人喜欢在一起，就在一起呗，没什么爱不爱的。”

可能其他没有向女友求婚的男人还有各种各样的理由，但大体来看，男人没有向女友求婚的原因大体是下面四个原因。



缺乏爱情的动力

有一些男人有自己的女朋友，但是他们却不爱她。原因有几种，有的是暂时没有心动的女人，但为了面子，觉得必须有个女的在身边儿；还有的就干脆是为了解决生理问题；也有的是女的倒追，男的不好拒绝，也就同意交往……这些情况的一个共同点就是，这些男人并不爱自己的女友。我们必须认识到一个问题，男人在选择女友时，可能会很随便，随便到你都想象不到的程度；但是男人在选择媳妇时，却又很慎重，慎重到你同样想象



不到的程度。女人却在相同的问题上，有着相反的观点，这也是导致很多女性婚姻不幸的最主要原因。我们很认可的一点是，面对自己的女友，不爱她，就不会向她求婚，这没什么错，反而是正确的做法。因为不爱，却许以终身相伴，这对男女双方都是不负责任的行为。第四个案例酒吧说唱歌手丁先生就是属于不爱的这一种。所以，身为女人，更要自己珍惜自己，当我们爱的人根本不爱我们时，要学会适时放手。在这种情况下，转身才是最华丽的姿态。



对婚姻抱持恐惧的心理

也不乏这样的男人，可能关于婚姻的负面信息听得太多了，而且他无法通过自己的理解去消化这些信息。因此，即使面对自己心爱的女人，他也下定不了决心去挽着她的手走进婚姻殿堂。他害怕的不是心爱的女人，而是进入婚姻殿堂后，美好的爱情就成了“浮云”，自己成了“劳工”，妻子成了“河东狮吼”。爱情没了，自由没了，温柔的女人消失不见了，那真是太可怕了。可怕得让他只愿意享受现在的爱情，不愿意向女友求婚，甚至开始恐慌女友哪一天会问到结婚的问题。第一个案例中的赵先生其实属于这一种类型，他很享受自由的单身生活，不到30岁他不会考虑结婚的问题。所以，他基本上对婚姻不抱积极的期待，至少现在是这样。





物质条件不充分

这是一个物质时代，当人们比以往任何时候都有权利去追求情感自由的时候，物质条件却又代替了封建传统、世俗礼仪，成了横亘在爱情面前的一道厚屏障。饮食男女们都知道，没有一定的物质条件，爱别人和被别人爱总是不能那么气定神闲。尤其是男性，更加背负着没有随时代改变的传统思想（比如买房）。家境殷实或者自我能力很强的话，就会少一些担忧，但如果两者都是打叉的话，问题就会非常严重。房子就是大问题，没有房，怎么娶妻结婚。裸婚可以吗？在这样的条件下，向女友提出结婚，不被拒绝，就要被逼迫买房，可是自己实在买不起房，怎么办？物质条件的严重不具备，让他有口难开，只能是整日为此愁眉不展。第三个案例中的王先生就属于这类型，他也很想结婚，可是一辈子唯一的一次，面子上过不去，结婚诸事就无法实施。



感情还需继续考察

我们说过，男人在结婚的问题上是很精明的。当他们各项条件都很优越也都具备时，对于婚姻的问题，他们都会考虑得



很清楚：自己要不要结婚？什么时候结婚？房子买在什么地方？婚礼要怎么操办？他们甚至还会想到，订婚仪式要不要办得隆重一些。但这些都是小问题，在这些问题当中，他们要考虑明白的一个最大的问题是，眼前的女友适合不适合做自己的老婆？如果他们还没有找到肯定的答案，如果他们的亲朋好友还没有对她赞誉有加，那么，虽然交往已经有些时日，他们也一定会是不急不躁，不紧不慢，打定主意给自己留出更多的时间，来对眼前的女友进行更多的了解。直到有一天，他们认为眼前的她做自己的老婆绝对没问题时，才会慎重地向对方求婚。所以，说“我真后悔嫁给你”的女人，要比说“我真后悔娶了你”的男人要多很多。

如果你和恋人交往时间已经超过两年，对方却对结婚的问题只字不提，那你就要有所行动了。如果你遇到的是像第二个案例中的张先生这样的男人，觉得恋爱的时间充裕了，结婚是水到渠成的事，就不用着急上火了，你只需要和“张先生”一起张罗好自己的婚事就一切都OK了；但如果是其他三种类型的男人或有与之类似的原因，那你可要多做一些思想准备了。





第2节 如何向男友提出结婚

虽说到了21世纪，但是男人主动女人被动的观念好像还没有完全地更改。很多还很传统的女孩子，觉得作为女方，主动向男朋友提出结婚的事，有点难为情，或者说有点缺乏女性的矜持。其实大可不必这么想。爱情是两个人的事，婚姻更是两个人做主角。如果你因为害羞、尊严这些问题，而没有及时地了解到实情，受伤害的会是他，更是你。

上文我们提到过，很多男人即使不爱一个女人，也会和她在一起，为了种种。面对迟迟不提出结婚的男人，女孩子当然首先要确定对方是不是爱自己。有爱，一切才有商量的余地。

女孩子总是那么天真善良，她们千万遍兴致勃勃地去问男孩子：“你爱我吗？”对方会说不爱吗？不会。爱你的，当然会说爱；不爱你的，也会说爱。或许你也是如此，多少次，深情款款地揽着男友的脖子问“亲爱的，你爱我吗”，他说“爱”，你就心满意足了。不要随意地心满意足。仅仅享受恋爱和婚姻的美好感觉，问一句“你爱我吗”，这是女人温柔可爱的娇美缠绵。但是当



你面对一个交往日久还没有提出结婚的男人时，你就不要这么很傻很天真了。因为如果他不爱你，他说的“爱”就是谎言。



探查爱情的真相

有一个办法可以帮助你试探真假。据心理学家研究，人的肢体和心理活动都受大脑的直接支配，但当大脑发出撒谎的信号时，肢体要比心理接收信号和做出相应行为的速度慢很多，很多人的肢体甚至无法配合大脑发出的撒谎指令，而是受潜意识里真实信息的支配。

你可以在两个人散步的时候，挽着他的胳膊，如果他的胳膊有相应的回应，比如说他会夹紧胳膊，或者把手插到衣兜里，方便你的手搁置，或者将你的手拉下来，握着你的手，这就没错了他，他是爱你的。因为他的肢体都能感觉到你的存在。但如果他的胳膊很僵硬，你的直觉甚至感觉到了他的反感和别扭，那么你应该告诉自己，百分之九十，他并不爱你。

如果不爱，你便要先提出分手。这样的感情，就像手里的沙尘，你抓得越紧，对方对你的那一点点留恋会流失得越快，甚至你还要赔上自己的尊严。放手，不必结怨，冷漠是对浪荡公子最残酷的态度。前面的路还长，爱你的人就在不远处的某个角落。记住，若是不爱，越早放手，离你的真爱越近一步。



你也可以直接向对方发出质问，当然要讲究一些技巧和形式。找一家安静的西餐店或咖啡厅，穿一身正式而雅致的服装，约他到这里来和你对饮。然后问问他，交往这么久，对未来有何打算。这并没有什么不可以，你不是逼着他让他对你负责，而是为自己的未来幸福着想，你有自己的人生规划，你不能因为别人的原因过多地失去自己的时间和机会。面对这样一个交往日久却闭口不谈未来规划的男人——他不是自私，就是懦弱，或者有所顾虑，你有权利为了自己，为了你们共同的幸福，提出你的疑问。



帮助他克服恐婚心理

如果爱，却始终没有提到结婚，他必定有他自己的顾虑和理由（记得，借口不是理由）。恐婚可以作为一个理由。不知道从什么时候开始，恐婚渐渐成了一个人们开始关注的话题，甚至美国好莱坞还有一部电影，展示了这一现象的存在，很巧合的是，恐婚的主角是男性，当他女友收到他郑重其事的邀请，在一家豪华酒店等待他的求婚时，他却因为恐婚而没有出现在求婚现场，这让他女友因羞愤和不信任而拒绝再和他见面，好在他最终克服了恐婚症，大团圆结局。

那么你的那个他呢？迟迟不肯提出结婚，甚至在你的质问下，推三阻四，以各种理由避开结婚这件事，难道也是恐婚吗？



不能排除。美国佐治亚理工学院心理学博士张怡筠女士就“男友恐婚，如何逼婚”给出了不错的建议。如果你的男友真的恐婚，这些方案再适合不过了。

首先必须要破解他为什么会恐婚。男人不愿意结婚，可能是存在着以下某种或多种考虑：一是他觉得婚姻对自己的束缚太大，让自己的空间和自由变小，而这是他目前来说不愿意面对的；二是他觉得自己年龄还不大，担当还不够，还没有完全成熟到能够承担起家庭责任；三是以前的成长经历或许有些让他对婚姻存在着成见，譬如父母婚姻不和谐等等，这些经历会让他对婚姻产生恐惧感。

面对恐婚的男人，聪明的女人会去了解清楚为什么他会产生这种“情结”，并使出浑身解数来与自己的男友进行沟通和协调。让他能被你对婚姻充满信心的态度所感染，并真正认识到婚姻其实并没有束缚他的个人空间，反而能将你们两人的世界合二为一，变成一个更大更幸福的世界，而且年龄也不应该是人是否成熟的标杆，不应该成为婚姻的阻力。如果能破解他心中的“恐婚情结”，让他对婚姻重树信心，对婚姻充满期待，那么距离他向你求婚的日子便不远了。

如果他是因为物质方面的压力，比如暂时买不起房，比如办婚礼的费用不足，得知真实情况后，你就要和他一起面对。因为爱，需要一起担当。

但如果他是在考察期，没关系，你可以先给他留一点时间



——在自己可以等待的一段时间。

当然，还有一些大大咧咧的男生，他们虽然不提到结婚的事，却一直自顾自地认为结婚是顺其自然的事儿，只是需要一个合适的时机，可是他粗心到竟然没有告知自己的女朋友。这个时候，作为女生的你，就不能有太多的顾虑，直接问，或者旁敲侧击，事情真相其实并非像你想象的那样迷雾重重。



第3节 这个孩子要不要

可能很多女孩子会遇到这样的尴尬情况，还有半年就要举行婚礼了，可是不小心在这个时候怀孕了。这样的意外，真的是给她们带来了不小的麻烦。

我有个邻居，她还有半年就大学毕业，这时男友家里得到要拆迁房子的信息，男方家希望他们毕业后就马上结婚，还要尽早生个孩子。这样，人口多，分的拆迁款也多。于是，这两个还没毕业的年轻人，便一边准备婚礼，一边“造人”。果然，毕业证和结婚证还没拿到手，他们就拿到了一张已经怀孕的通知单。好在还有三个月，他们就毕业了，就可以领结婚证了，就可以举行婚



礼了，就可以堂而皇之地挺着大肚子了。真希望他们以后的生活就像他们现在打算的那样，三喜临门——拿了买房的钱，结了婚，有了孩子。更重要的是，他们的亲密关系不会受到负面的影响。



未婚先孕后遗症一：摧残自己的身体

然而，绝大多数的未婚先孕，却是没有计划的，是意外的惊讶，而不是惊喜。在医院妇产科的走廊里，我们经常可以看到脸色惨白、牙关紧咬的女孩子，她们身边陪伴着的，是根本不懂得疼惜女友的男孩儿；有的来陪护的甚至只是一个姐妹。她们把身体靠在冰冷的墙上，坐在同样不温暖的塑料椅子上，以求一点点的放松和安全。未婚先孕，对于没有结婚的女孩子来说，除了肉体上的疼痛和身体上无法预知的危险外，后面还有很多我们现在无法预料的伤害。

这仍然是一个传统的社会，就算和男友日后结婚，婆家人也可能会因为你还没结婚就曾经打胎而对你另有看法，觉得你不自重。你可以说，那种事情是两个人的事，凭什么要怪一个人。男人和女人的生理结构本身就不同，如果你自己都没有保护自己的意识，谁还会来保护你。所以无论如何，你要记得保护好自己。就算你再不顾及世俗的闲言碎语，但你要顾及自己的身体，手术

