

比恋人强100倍的“床上伴侣”
让你越恋越幸福的枕边书系

婚恋心理学

窥探男人的隐秘心绪，了解女人的幽微心理

> >>>>> >>> >>



恋爱中的男女为何爱较劲？
为什么男人总觉得别人的女人好？
那个一直让男人念念不忘的女人是谁？
“新欢”和“旧爱”，男人更在意哪一个？
男人的“花心”与“出轨”背后隐藏着怎样的隐秘心理？

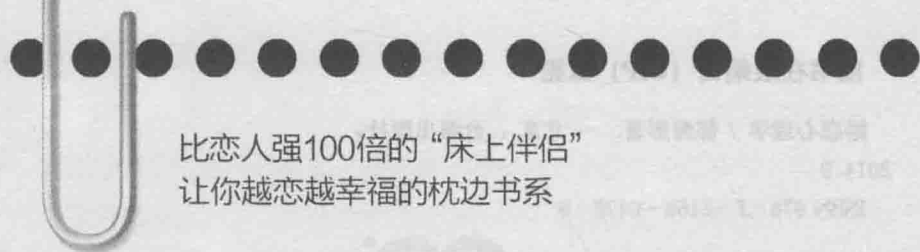
郁海彤 著

看懂了婚恋心理学，才能爱得清醒，“婚”得果断
婚恋价值 | 挑战 | 传统观念！

如何有效经营婚姻

爱之初体验：奏出男女相处的和谐之音，有规律可循的幸福婚姻

台海出版社



比恋人强100倍的“床上伴侣”
让你越恋越幸福的枕边书系

婚恋心理学

窥探男人的隐秘心绪，了解女人的幽微心理



郁海彤 ◎ 著

> >>>> > >>>> >

台海出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

婚恋心理学 / 郁海彤著. — 北京: 台海出版社,
2014. 9

ISBN 978-7-5168-0472-8

I. ①婚… II. ①郁… III. ①婚姻—社会心理学
②恋爱心理学 IV. ①C913.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 223415 号

婚恋心理学

著 者: 郁海彤

责任编辑: 刘文卉

责任印制: 蔡 旭

出版发行: 台海出版社

地 址: 北京市朝阳区劲松南路 1 号 邮政编码: 100021

电 话: 010-64041652 (发行, 邮购)

传 真: 010-84045799 (总编室)

网 址: www.taimeng.org.cn/thcbs/default.htm

E-mail: thcbs@126.com

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 710×1000 1/16

字 数: 253 千字 印 张: 19

版 次: 2014 年 12 月第 1 版 印 次: 2014 年 12 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5168-0472-8

定 价: 36.80 元

版权所有 翻印必究





问世间情为何物，此乃一物降一物

有人问，什么是爱情？为什么在爱情的世界里，宁愿冒着生命也甘愿为爱人奉献自己的一切，爱情就像是一个人着了魔，得了失心疯。无论古今中外，人们偏爱的才子佳人总是出现在影视剧中，或者文学作品中。现实的生活中，看多了“美女与野兽”，你才会恍然大悟，爱情一直都是你捉摸不透的“达芬奇密码”。在爱情的国度里，即便是那“在水一方的伊人”，也有可能被一个不堪入目的顽徒俘虏了真心。爱情的世界里，所有的事情发生就好像是彩票、五色球一样，让人有些无可奈何，让人有些迫不及待，甚至出乎意料。爱情的世界简单且又复杂，既充满了神秘又充满了喜剧性的色彩。

在爱情已经成为奢侈品的时代，有多少“伊人”期待着“檀郎”的偶遇，上演一段惊天动地的爱情。元好问说：“问世间情是何物，直教生死相许。”无论是一个多么令众人倾慕的“伊人”，一旦进入了婚姻这座围城之中，便不幸地成为了张爱玲笔下的红白玫瑰。爱情难道是一种茶余饭后须臾短叹的传说吗？当有人手中拿着金庸的武侠，告诉你机灵俏皮的黄蓉爱上了木讷呆板的郭靖，敢爱敢恨的赵敏迷上了优柔寡断的张无忌，刁蛮阴戾、阴险无耻的阿紫爱

上了豪迈洒脱、正直不阿的乔峰，你会突然明白横空出现的那句经典流行语“问世间情为何物，此乃一物降一物”。

世界上所有的东西都是“一物降一物”的，当一个东西在进攻的时候，总有另一种东西降它。在爱情这个组合中又何尝不是呢？女人被命里注定的男人降着，男人被心里占据的女人降着。就像是一个车轮，百转千回，纠缠凝结。又好像大自然中的食物链，环环相扣，每一个生物都有一个专门的克星来降服它。无论是亲密的恋人还是幸福的夫妻，他们既是彼此的天敌，又是爱恨交织的情侣，是无法化解的冤家，又是命里注定的克星。

每一个被丘比特之箭射中的人，都有一种势不可挡的爱情粘液喷涌而出，于是爱的感觉提醒你，片刻见不到对方，就会失魂落魄，相思不已。《诗经》中所说的“一日不见，如隔三秋”就是这种感觉。爱情究竟是一个什么东西，看遍所有的文史资料，研究所有的爱情，你最后才发现，爱情就是“一物降一物”。就是一个武林高手遇到了自己的克星，被对方使出了绝杀秘笈，点了关键的穴位，要么乖乖就范，要么俯首称臣。

墨 非



无论是男人还是女人，都十分向往甜蜜的爱情和幸福的婚姻，但是爱情和婚姻却总是让男人和女人产生太多的困惑和烦恼。虽然人人向往，却未必人人都擅长处理两性情感关系。爱情和婚姻是需要用心经营的，如何让自己的婚恋之船顺利的驶向彼岸，首先你需要懂得婚恋的心理学。心理学是一种武器，也是一剂良药。婚恋心理学是心理学中的一部分，它可以帮助婚恋中的男女解决自己婚恋中遇到的各种问题，同时对自己的婚恋进行全方位的改进和升华。

在恋爱和婚姻生活中，人们总是会受到诸多问题的困扰，心里面也存在着太多的误区。很多人并不明白为什么恋爱中的男女与婚姻中的男女会有差异，甚至在爱情中，男人和女人表达爱的方式也存在着如此之大的区别。不懂得婚恋心理学，你只会错将对方的拳拳爱意误以为是冷漠无情，将对方虚情假意错以为是真情实意。心理学可以帮你解密爱情的魔咒，让你不再困惑，不再迷茫。

现实的生活中，婚恋中不和谐的一幕幕，总是不断地在上演。进入了婚恋这座围城里，男人和女人都想破解婚恋的奥秘。许多人在恋爱的过程中，总是想要明白对方的心意，迫切的想要投其所好，以便于贴合对方的心理。其实，只要细细研究，我们不难发现，爱情并不是一个无解的谜题，而是有规律可循的。只要明白了对方的心理，那么婚恋问题的解决则易如反掌。导致夫妻和恋

人之间的因素固然是非常多的，但是如果双方能够从心理上真正的理解对方，进行心理上的交流和沟通，那么这个世界上便少了许多不和谐的婚恋之音。

女人在爱情中，总会有这样或者那样的疑问，而男人们总是困惑自己不懂女人。本书就是为了帮助婚恋中的男女，让他们从误会走向理解，从怨恨走向原谅。婚姻和爱情就像是一场男人和女人的博弈，而婚恋心理学就好似为人们提供博弈的技巧，为了让男人和女人的婚恋生活更加的幸福和持久。本书剖析心理根源，分析婚恋中男女行为、习惯、语言背后的深刻含义，揭示男女交往中不同的心理动因，为婚恋中的人们提供恋爱秘籍，帮助婚恋中的男女走出情感的迷惘和困惑。

墨 非



第一章 婚恋中“男女有别”：不一样的性别，不一样的心理

男人和女人，从来到这个世界上的那一天起，彼此之间的差异就存在了。不仅仅是性别上的差异，随着年龄的增长，男人和女人的心理差异也逐渐的形成。男人在看图计算、走迷宫等空间知觉能力上要强于女人，无论是精确性还是准确度。而女人在声音的辨别、定位以及颜色色调的知觉上要优于男性。男人和女人的差异，随着年龄的增长，不断的加大。他们之间的自主意识、情感心理逐渐在后天的教育和生活环境中不断地被加强和固定，最后形成不一样的心理差异。

- 01 不同的“眼界”，决定了不同的思维 /2
- 02 男人需要办法，女人需要分享 /5
- 03 男人女人，不同的方式同样的爱 /7
- 04 男人向左，女人向右；男人靠说，女人靠感受 /10
- 05 男人女人，为何存在如此大的差异 /12
- 06 女人追求“被爱”，男人渴望“性爱” /14
- 07 男人用诱饵垂钓爱情，女人不惜血本守望爱情 /16
- 08 男人恋爱后变得可怜巴巴，女人恋爱后变得神经兮兮 /19
- 09 男人喜欢“快刀斩乱麻”，女人喜欢“缠绵而悱恻” /21
- 10 莫欺少年贫，莫嫌老来丑 /24

第二章 男人女人来源于不同的星球：读懂男人和女人

约翰·格雷的《男人来自火星，女人来自金星》中，详细地说明了男人和女人之间的不同，男人和女人不仅仅思维方式不同，心理行为也不同。男人和女人种种不同，使得男人和女人都无法读懂对方。所以，在爱情的生活中，男人和女人总是会因为无法理解对方的行为和思维方式，产生很多矛盾。很多人完全不能理解爱情中男人和女人的表现，其实男人的精神世界远比女人的更加精彩，而女人的现实世界要比男人的更加刺激。通过对爱情中男人和女人的不同表现，让你彻底读懂男人和女人。

- 01 红玫瑰与白玫瑰——男人的心中梦与眼前人 /28
- 02 女人渴望依靠，男人喜欢并肩 /30
- 03 恋爱中的“反向表达”，“较劲”伤了谁 /32
- 04 暧昧不断，异性相吸造就的危机与快感 /34
- 05 女人成为了“大叔控”，“花美男”已不再吃香 /37
- 06 “埋单哲学”，读懂男人和女人的心思 /39
- 07 女人的美丽容颜是“杀手锏”，男人的甜言蜜语是“迷魂汤” /41
- 08 男人怕别人说小，女人怕别人说老 /43
- 09 男人先理性后感性，女人先感性后理性 /45
- 10 男人是女人的价格，女人是男人的商标 /48

第三章 知己知彼，百“爱”不殆：了解男人的思维，才能把握男人的心理

男人和女人心理行为有着巨大的差异，很多女人面对男人的表现总是为此很惊奇和不解。想要抓住男人的心，首先你需要了解男人。这个世界是由男人和女人构成的，男人和女人缺一不可。有人说上帝创造亚当，亚当拆解自己的肋骨创造了夏娃，所以才有“女人是男人的肋骨”之说。那么，身为男人肋骨的女人，你真的懂得男人吗？想要在爱情的世界里，随心所欲，让男人为你痴迷和疯狂，同时又能明白男人，让你成为他的女神，你又怎么能错过了解他的机会呢？

- 01 大男人根深蒂固的“征服情怀” /52
- 02 小男人难以割舍的“恋母情结” /54

- 03 “犹抱琵琶半遮面”，最让男人心动的女人 /56
- 04 你是他“池塘”中的之一还是全部 /58
- 05 男人最不愿说，女人最爱听的“我爱你” /61
- 06 英雄情结是男人的“软猬甲” /63
- 07 男人的“花心”是心理问题，得治 /65
- 08 “闷骚”的男人是块宝 /67
- 09 谎言，男人喜欢说，女人喜欢听 /69
- 10 千万别碰“男人心理禁区”，一碰就“爆” /71

第四章 女人的心思不难猜：聪明的男人要懂些女人心

有人说“好男人要懂女人”。可是，女人的心就像海底针，你猜不透，也无法懂得彻底。但是女人也并不是完全不能弄懂的，比如女人喜欢吃醋、女人忘不掉旧爱、女人最喜欢听男人说“我爱你”，女人即便是如此的难懂，但是依然是有迹可循，男人只需要了解女人的这些行为和习惯，没有什么事情是你不能弄懂的。了解了女人，才能够走进女人的心里。其实，女人的心思说简单也简单，比如，你试着去夸奖一个女人，你在她面前表现的落落大方，又怎么会不受欢迎呢？

- 01 小鸟依人，女子“恋父” /76
- 02 “吃醋”是女人与生俱来的 /78
- 03 男人抵挡不住新欢，女人却忘不掉旧爱 /80
- 04 “抠门”的男人，女人多数不喜欢 /82
- 05 女人都有的“怕丑”心理 /84
- 06 六月的天，女人的脸 /86
- 07 秘密造就了爱情，也毁了爱情 /89
- 08 好男人都是“双面胶” /92
- 09 妙招巧捞“海底针”，赢得女人心 /94
- 10 肢体越亲密，感情越甜蜜 /96

第五章 恋爱大揭秘，爱情中你不明白的那些事儿

恋爱是甜蜜的，但是也是让人摸不着头脑的。在恋爱中，每个人都会遇到一些你完全弄不懂的事情。男人在恋爱之初口若悬河、滔滔不绝，但是在恋爱以后却三缄其口。女人在恋爱之前温柔又善解人意，但是恋爱中却总是找茬，处处挑剔，虽然都是同一个人，为什么会有这样大的差距呢？恋爱是一件神奇的事情，不仅仅择人也择时，而且姿态各异。不仅仅有传统的男大女小，更有女大男小的姐弟恋。恋爱中的这些秘密究竟是什么原因引起的呢？

- 01 恋爱久了，男人也惜“沫”如金 /100
- 02 恋爱中的女人为什么喜欢“找茬”，容易“野蛮” /102
- 03 情感“缺失”才会“恋爱补偿”吗 /104
- 04 “恋爱缺失效应”——得不到的永远在骚动 /106
- 05 恋爱也择时，周日告白，成功率更高 /108
- 06 情人眼里出西施与审美错觉 /111
- 07 爱情“牵手”，男人向左，女人向右 /113
- 08 心理年龄成熟，婚姻才会幸福 /115
- 09 网恋 PK 相亲，哪一个更靠谱 /117
- 10 “女大男小”，姐弟恋有何优势 /120

第六章 “爱的初体验”：为何两个人会互相吸引

恋爱时的人不能客观的去看待自己的恋人，这是一种独有的不可思议的生理现象。在刚刚接触到爱情的时候，每个人都像触电了一样。进入爱情中，恋爱中的男女都迫切的想要破解对方的密码，想要明白对方的心理。因为受到了爱情的催化作用，眼睛里的恋人总是最完美的，即便一些别人不能忍受的缺点都变成了优点。爱情中的人总是容易被那些深深吸引自己的人所打动，那些真正走进自己内心的人，成为了备受自己青睐的“男神”或者“女神”，每一个人都希望能够在本次爱的体验中，寻找一次非同寻常的爱情之旅。

- 01 异性相吸，破解男女之间的“放电”信号 /124
- 02 受过阻挠的婚姻往往十分美满 /126

03 男女搭配，干活不累——异性相吸的定律 /128

04 “灰太狼”为何如此受女性青睐 /130

05 跨越时间和距离，爱一直很安静 /133

06 爱情是“追”到手的吗 /135

07 一见钟情，瞬间被射中的“丘比特之箭” /137

08 “夫妻相”之谜，共同经历会“写”在脸上 /139

09 为什么你会“坠入情网” /142

10 “闲言碎语”对你的感情是否会有影响 /144

第七章 爱情有规律可循：使点小心计，爱情更甜蜜

爱情不是一座走不出的迷宫，而是有规律可循的青葱小路。在爱情中，使用一些小方法，就能够让你的爱情甜甜蜜蜜。爱情是一个神秘的东西，太过于甜蜜，则腻的人作呕，心生厌烦；太过于冷淡，则冷的无感觉，爱情无趣味。爱情中，每一个人都应该让自己的爱情之旅留下一个不同的回忆，比如让幽默缓解生活中的压力，给彼此一段距离，保持两个人畅通的呼吸，理解爱人，支持他的爱好，给他一些赞扬，让他心花怒放。爱情既然有如此多的变数，那么爱情中的男女也不应该“一条道走到黑”。

01 没有幽默感的婚姻，如同少了花朵的春天 /148

02 爱情的“半糖主义”，男女都需要自由呼吸 /150

03 理解爱人，从支持对方的爱好开始 /152

04 男人靠捧，女人靠宠 /154

05 女人要绚烂而夺目，让男人无暇“他”顾 /156

06 好女大都属于能“磨”会“泡”的男人 /158

07 娇羞的女人是男人疯狂的催化剂 /160

08 脱去“疑心”的外衣，给女人一颗“定心丸” /162

09 相爱不足相守，互补才能永恒 /164

10 爱情的“花前月下”如何转为生活的“柴米油盐” /166

第八章 婚姻与爱情是两回事，可以恋爱不一定适合结婚

婚姻和爱情是两回事，有的两个人适合在一起恋爱，却不适合一起结婚，有的两个人恋爱的时候发生各种矛盾，但是却婚后生活幸福。有的男人在恋爱中表现得十足绅士，但是婚后却表现得十足混蛋。有的女人恋爱的时候什么都好说，但是谈到结婚就立即不愿多说一句。为什么愿意接受恋爱，但是面对婚姻却裹足不前，这是因为他们都很清楚，恋爱和婚姻是两回事，结过婚的人和没有结婚的人也是两回事，因为爱情和婚姻与想象中的不一样。

- 01 为何男人婚前婚后判若两人 /170
- 02 “孔雀女”为什么不敢嫁给“凤凰男” /172
- 03 爱与被爱，都不如相爱 /175
- 04 爱没有公不公平，只有在不在意 /177
- 05 离婚的男人真的是个宝吗？ /179
- 06 情人是“温水煮青蛙”，以爱之名的伤害 /181
- 07 和次爱的人相濡以沫，把最爱的人忘于江湖 /183
- 08 女人要学会“投资”自己 /185
- 09 恋爱与婚姻的“落差” /188
- 10 恋爱中的“白马王子”是否是“经济适用男” /191

第九章 婚姻的不和谐之音，源于哪根弦

两个人相爱，靠的是激情；两个人相处，需要的却是默契。在婚姻的生活中，有很多浪漫和甜蜜消逝在锅碗瓢盆中，逐步的失去了光华。很多人都不清楚，导致婚姻的不和谐之音到底源于哪根弦？其实，婚姻所建立起的氛围都是人创造的。有些人不懂得如何经营自己的婚姻，所以两个人之间的爱就很容易被各种矛盾磨平，失去了往日的激情。比如，女人的无端猜忌，比如男人的怀疑，再比如女人的自以为聪明，实际上由于婚恋中的人，不懂得彼此的内心感受，往往一意孤行，最后就会导致婚姻的破裂和不和谐，两个人发生矛盾，导致最后分手。

- 01 怀疑是婚姻的坟墓，猜忌是情感的“毒瘤” /196
- 02 “笨女人”让男人有成就感 /198
- 03 性感，是女人一辈子的任务 /200

- 04 爱孩子,也不要忽略丈夫 /202
- 05 恋爱容易,婚姻不易,且行且珍惜 /204
- 06 女人的唠叨,男人的“紧箍咒” /206
- 07 “女强人”婚姻多数不幸福 /208
- 08 婚恋也逃不出“胜者通吃” /210
- 09 互相包容才是拥抱,互相体贴才有依靠 /212
- 10 夫妻也需要“摆明问题” /214

第十章 两个人的爱情,两个家庭的婚姻

结婚不是两个人的事情,实际上是两个家庭的结合。婚姻中不仅仅有男人和女人,还有男人背后的大家庭和女人背后的“亲友团”。因为男人和女人的结合,也使得两个完全不同的家庭有了最多的交流和亲密。所以,在婚姻生活中,两个人需要面对来自两个家庭成员所造成的各种容易发生的矛盾,比如婆媳关系、姑嫂关系、亲家关系等。两个人的婚姻同时连结了两个人的家庭相处,最为复杂的是一些从不相干的人,瞬间变成了你的亲戚,这一切都需要你以真心来面对。对待彼此的亲戚,不能分亲疏。这样两个人的婚姻才会和谐,才不会招致破裂。

- 01 亲家关系——当婆婆遇上妈,两个女人一台戏 /218
- 02 婆媳关系——当青春期撞上更年期 /220
- 03 姑嫂关系——女人何苦为难女人 /222
- 04 亲戚关系——大家族影响婚姻的幸福度 /224
- 05 朋友关系——另一半的“影射”影响婚恋 /226
- 06 红颜关系——区别于爱情和友情的第三种关系 /228
- 07 蓝颜关系——和爱的人吵架,和别人说心里话 /231

第十一章 婚恋调试心理:有多少爱可以重来

女人如何能够在爱情中长盛不衰,首先你必须能够驾驭你的爱情。如果你和滚滚红尘中的女人没有任何的不同,没有任何的新鲜感,男人怎么可能对你感兴趣,又怎么可能对你“如获至宝”。想要婚姻幸福,其实这并不难,幸福的心理学就是能够同时满足婚恋中男女的心理,解决婚恋中出现的各种矛盾和小问题。婚姻并不是一道复杂的几何算术题,而是一道充满了哲学意味的文学题。

- 01 两入围城，走出来会更容易 /234
- 02 不要为“打翻的牛奶”哭泣 /236
- 03 单恋无果，一棵注定不会开花的植物 /238
- 04 失恋教会你的那些事 /240
- 05 和平分手，彼此获得感情的解脱 /242
- 06 失恋也有愈合的秘诀 /245
- 07 爱情可以付出，却不能勉强回报 /248
- 08 婚姻不是儿戏，情感不是赌局 /250
- 09 生活是一场“日久生情” /253
- 10 别让离婚波及孩子，离异是孩子一生的痛 /255

第十二章 爱情中迷失的脚步，走错的路能否归来

爱情是神圣的，但是爱情中的人也容易受到诱惑或者为了寻找刺激而走错路。婚姻生了病，也不能一定就枪毙，有多少出轨的婚姻后来又能够得到很好的修复。爱情中的两个人能够走到一起就是一种难得的缘分，不要轻易的放开对方的手。每个人都可能在爱情的森林中迷失，只要走错了路，能够及时的返身，就要冷静下来，给对方机会。为了能够在爱情中不迷失脚步，就要精心的绘制爱情的地图。要了解爱人的心理，同时也要了解人与人之间究竟因为什么样的原因和心理影响就会走错路。

- 01 男友与闺蜜——为何“家贼难防” /260
- 02 哪些女人容易出轨 /262
- 03 那些背叛感情的男人 /265
- 04 爱情的“插足者”最怕什么样的妻子 /267
- 05 “八十分女生”成为“败犬”高危人群 /270
- 06 男人的“异常表现”需警惕 /272
- 07 一山还比一山高，一人更比一人娇 /275
- 08 不要因为寂寞而错爱，不要因为错爱而寂寞一生 /278
- 09 别让无聊的“调味料”成为婚姻的“毒药” /281
- 10 在人生的岔道口，选择“向左走”还是“向右走” /284

第一章

婚恋中“男女有别”： 不一样的性别， 不一样的心理



男人和女人，从来到这个世界上的那一天起，彼此之间的差异就存在了。不仅仅是性别上的差异，随着年龄的增长，男人和女人的心理差异也逐渐的形成。男人在看图计算、走迷宫等空间知觉能力上要强于女人，无论是精确性还是准确度。而女人在声音的辨别、定位以及颜色色调的知觉上要优于男性。男人和女人的差异，随着年龄的增长，不断的加大。他们之间的自主意识、情感心理逐渐在后天的教育和生活环境中不断地被加强和固定，最后形成不一样的心理差异。

01 不同的“眼界”，决定了不同的思维

☆ 婚恋小疑问：

为什么男人只顾看球赛，都不和我聊天？

☆ 婚恋心理分析：

男性的大脑是高度区域化的，按照区域来分类和储存信息。而女性大脑并不是以这种方式存储信息的，当大脑中不断的有问题在涌现，女人的解决方法是说出来，女人的目的并不是真正的解决问题，而是将问题排除在脑海之外。而男人只会默默地思考问题，寻求解决的答案。

男人和女人用不同的眼睛看世界，他们的思维不同，这由来已久。早在远古时期，这种思维习惯就已经定下了。远古时期，男人的主要工作就是狩猎，而女人则是采摘野果等。男人在狩猎的时候很危险，一旦分神就会被猛兽吃掉。所以，养成了男人聚精会神、专注的思维模式和心理行为。而女人在采摘野果的时候，没什么事情做，通常看看花、看看景色，在一边聊聊天。工作就这样顺利而轻松的完成了。所以，女人养成了分散式的思维，女人多数情况下都是先凭借自己的直觉一览全貌，而后在一件一件地发现其中的部分。

男人和女人眼睛里的世界不同，主要来源于心理不同。比如，男人的手提袋中只装一些生活的必需品：驾照、信用卡、现金、钥匙等，但是女人的手提包中物品琳琅满目，种类繁多。女人的包包里面像是一个杂货店又像一个办公室用品大集合。女人喜欢随身携带各种有可能会用到的东西，以防万一。对于女人来说，这个手提包就是安全的保障，是一个值得