

心理学普及读本

真实案例 + 心理学专业解读

耿兴永 编著

潜意识：

■ 读懂男人心 ■

DUDONGNANRENXIN

走出“知人知面不知心”的迷局

让你不仅从表象上了解他，更从心灵层面靠近他

让你不再为爱感到茫然，不再为他的无动于衷感到不知所措

强烈推荐



中国纺织出版社

心理学普及读本

潜意识： 读懂男人心

耿兴永 编著

 中国纺织出版社

内 容 提 要

每个人的行为表象下面,都有着潜意识的作为。女人之所以被爱与痛纠缠,常常是因为不了解男人的潜意识。怎样理解男人的冷漠?怎样知道他是否真心?怎样发现他的双重性格?怎样判断他的事业前途……本书用弗洛伊德所专注的领域——潜意识来找出答案,带你进入男人丰富多彩的内心世界。而男人对于潜意识世界中的自己,有时甚至完全陌生,不仅女人需要了解男人的心理,男人亦有必要走进自己的内心深处。因此,本书也适合男性读者。

图书在版编目(CIP)数据

潜意识:读懂男人心/耿兴永编著. —北京:中国纺织出版社, 2009.5

心理学普及读本

ISBN 978-7-5064-5532-9

I.潜… II.耿… III.男性—心理学—通俗读物

IV.B844.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 026068 号

策划编辑:胡成洁 责任编辑:宗 静 责任印制:刘 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

北京云浩印刷有限责任公司印刷 各地新华书店经销

2009年5月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:13

字数:128千字 定价:23.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

前言

有一位哲人说过：“男人与女人的最大难题不是不能相爱，而是不会相爱。”

正如那个我们都很熟悉的故事。

森林里两只刺猬相爱了。他与她在自由的世界里，快乐地追逐嬉戏，任凭浓烈的爱火燃烧。然而不久，冬天来了。冬天好冷，特别是到了晚上。为了抵御寒冷，他们渴望拥抱在一起取暖。于是他们相互靠近。

本以为相互靠近会给彼此带来温暖，然而就在他与她紧紧地依偎在一起的时候，却有种强烈的剧痛传遍他们的身体。原来，他们被对方身上的刺深深地刺伤了。他们惊叫着逃离，站在远处疑惑地看着对方流泪。他们很伤心，不明白他（她）为什么会伤害自己。

两只相爱的刺猬，离远了感受不到温暖，靠近了又相互伤害。这用来形容一些男人与女人之间的爱再适合不过了。

在我从事咨询工作的过程中，我最大的体会就是：男人和女人，并不是因为没有爱而困惑，而是因为不会爱而困惑（没有爱的男人女人早就分开了，而不是纠缠在一起）。他与她相互吸引，相互靠近，深深地相爱了，但是当他们爱得很深的时候，却发现对方有自己并不了解、难以相处的一面。他们难以割舍对方，但又无法真正地靠近。自

己身上无形的“刺”深深地扎进对方的心，让他们在品尝爱的甜蜜的同时，也品尝着爱的苦涩。

那么，他们为什么难以相处呢？

在我看来，他们之所以难以相处，是因为对彼此缺乏足够的了解。这种互相的不了解，使他们不能理解对方为什么会经常做出一些让自己难以接受的行为。他们无一例外地渴望知道对方在想什么，但是，这种沟通看起来非常难。

我遇到过这样一对夫妇，他们曾经有着非常甜蜜的感情，然而现在却到了感情破裂、不得不分手的地步。在即将作出这样的决定时，分手的痛苦却勾起了他们对于往日美好生活的回忆，他们决定再试一次，于是想到了求助于心理辅导师。

在我的咨询室里，他们竞相倾倒自己的苦水，概括起来，无非责备对方太自我，毫不在意自己的感受，让自己感觉很累。比如男人责备女人，自己好心为她买的生日礼物（一件衣服），却被她责怪为颜色太暗，让她穿上显得苍老，被她扔在角落里一次都没有穿过；女人责备男人，自己好心为他的父母买的保健品，却被他责备不会买东西，他的父母只吃中药，根本不吃这些东西，然后硬是让她退了货……其实，他们的大多数行为，本意都是为对方好，但是他们性格都很自我，不太懂得采用对方能够接纳的方式，本意虽然是为对方好，但行为常常太唐突，反倒让对方难以接受；而对方的无意拒绝又让他们感到备受伤害。就这样，一件件小事积累起来，曾经甜蜜的感情布满阴云，以致到了闹离婚的程度。

阅读这本书的你在生活中也一定有过类似的经历。你喜欢他，甚至很爱他，但又认为他的有些习惯很奇怪；你觉得他不错，是个可以托付的人，但他的某一方面，比如偏执、冷淡、忧虑等，又让你很难接受。你难以理解他为什么会这样，这阻碍了你们的相互靠近。

即使你们走到了一起，也会由于不了解对方，使本来很好的感情，因为一点点的小误会得不到及时解决，积少成多，积习成弊，演变成深深的伤害，让你们伤得很痛很痛，伤口许久难以弥合，甚至一生都难以摆脱。

所以，经营爱情，就要学会了解对方。有一位心理学家说过“所有的伤害都源自于误解”。这句话说得很有道理。如果不能真正地了解他，你和他就不能真正地走到对方的内心深处，不能建立最诚挚的信任，不能产生心灵上的共鸣，不能与对方真正地融为一体。

而要想真正了解他，你就必须从潜意识入手。

男女两性，由于天然性别上的差异，有许多性格上、心理上的差异。但这种差异，仅从表面的相处你将很难发觉。表面的东西常常是具有欺骗性的，真实的东西往往隐藏在更深处，你必须走进他的潜意识，分析他的潜意识。每个人的身上，都存在着潜意识的一面，即使是他自己也未必能发觉，只有你能够掌握到这一面，才能真正地了解他，驾驭他，使你们的感情达到水乳交融的地步！

我写这本书的目的，就是告诉你与他怎样从潜意识的角度，去学会相互理解。这本书的标题虽然是写给女性读者的，但实际上它是从两性关系的角度去阐释的，适合于男人与女人共同阅读，尤其是那些纠缠在爱与痛中的男人和女人共同阅读。

了解他，驾驭你们的感情，从现在开始！

作者

2009年1月

目 录

一 你真的了解他吗

1. 男人的另外一面 /2
2. 了解他的潜意识，才能真正了解他 /8

二 男人最真实的需要

1. 男人最需要你的“保护” /12
2. 保护你的男人，从现在开始！ /19

三 男人多有恋母情结

1. 他为什么总拿我和他母亲相比 /25
2. 孩子气意味着他对你的依恋 /32
3. 爱他，但不要娇纵他 /37
4. 恶作剧，男人的求爱信号 /44

四 冷漠的男人——多情的男人

1. 男人真的是冷血动物吗 /49
2. 用你的火，融化他的冰 /58
3. 女人是感性的，男人是理性的 /66

五 男人和女人的性爱逻辑

1. 爱你就要得到你! /70
2. 男人与女人的性爱逻辑 /77
3. 怎样与他谈性 /84
4. 怎样理解男人的性暗示 /86

六 专一，不专一——学会经营双方的爱

1. 男人喜欢尝试，女人喜欢专一 /90
2. 怎样知道他是否对你真心 /99
3. 学会经营你们的感情 /104

七 你与他的事业——孰轻孰重

1. 男人心中最重要的事情 /116
2. 他爱我，为什么不关心我? /122
3. 正视他的双重性格 /127

八 通过生活细节，解读男人的潜意识

1. 他是否是一个有责任感的人 /137
2. 他是否对你用情专一 /144
3. 他是否拥有成熟健全的性格 /151
4. 他是否能在事业上有前途 /156

九 男人的求爱方式与他的潜意识

1. 直率型 /164
2. 浪漫型 /165
3. 金钱型 /167
4. 精打细算型 /169
5. 自我感觉良好型 /172
6. 严谨型 /175

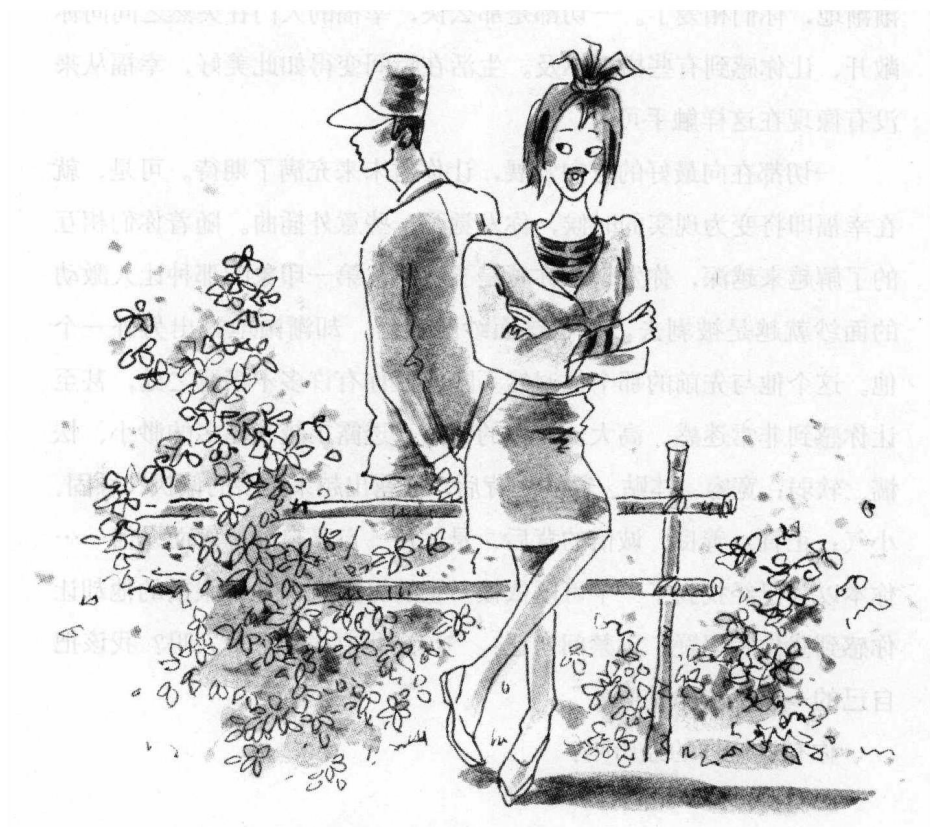
十 与他相处的几个误区

1. 试图用性来控制他 /178
2. 安心做他的保姆 /182
3. 总把他当成大树，把自己当成小草 /185
4. 忽视交流方式 /188
5. 只从自己的角度考虑问题 /191
6. 无视他的错误 /193

后 记 /197

你真的了解他吗

你发现，你越是了解他，第一印象的那种让人激动的面纱越是被剥去，而在这面纱的背后，却渐渐地显露出另外一个他。



你发现……渐渐地显露出另一个他。

1. 男人的另外一面

你爱上一个男人，他高大、强壮，浑身上下散发着男性的魅力，让你一下就着了迷。他似乎对你也很有好感，频频地向你微笑，一点儿都没有拒绝的意思。你漂泊已久，心已经疲惫至极，早已渴望一个永久的归宿。现在，机遇似乎来了。

经过最初令人忐忑不安的小心试探，你们终于有了默契。你与他开始频繁地接触，感情在升温，两颗心在贴近，甜蜜的感觉越来越浓。渐渐地，你们相爱了。一切都是那么快，幸福的大门在突然之间向你敞开，让你感到有些措手不及。生活在瞬间变得如此美好，幸福从来没有像现在这样触手可及。

一切都在向最好的方向发展，让你对未来充满了期待。可是，就在幸福即将变为现实的时候，你发觉了一些意外插曲。随着你们相互的了解越来越深，你发现，你越是了解他，第一印象的那种让人激动的面纱就越是被剥去，而在这面纱的背后，却渐渐地露出另外一个他。这个他与先前的那个他迥然不同，让你有许多不满意之处，甚至让你感到非常迷惑。高大、自信的背后，透露出越来越多的渺小、怯懦、软弱；宽容、体贴、豁达的背后，透露出越来越多的偏执、顽固、小气；正直、善良、诚信的背后，是好色、自私自利、言而无信……你本以为已经找到了一个可以依赖一生的男人，但是，眼前的他却让你感到犹豫和迟疑，不禁问自己：“这是我要找的那个人吗？我该把自己的一生托付给他吗？”

你有过这样的经历吗？

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

有一位女士，她就为这样的事情所困扰。她即将迈入婚姻的殿堂，然而眼前的事情却让她对婚姻产生了怀疑。

她和他相识两年，相爱也有一年半。两人曾经是同一个公司的同事，后来她辞职离开，他还留在那个公司。

辞职后的那一段时间对两个人是严峻的考验。在异地的大城市里，两个人都没有太多的依靠，她失去了工作，就只能靠他一个人了。那时他对她依然很好，忙了一天，晚上回来还要烧菜给她吃。周末也都陪她出去散心，帮她收集各种找工作的信息，还对她说：“你找不到工作也没有关系，我养你。”假日还陪她回家看望她的家人。有了这样的经历，她觉得自己找到了一生的依靠，似乎这正是每个人都在期盼的爱——恒久忍耐，宽容，不嫉妒，不夸张，不自私，不埋怨，凡事包容，凡事相信。

然而，在谈了两年的恋爱后，即将走入婚姻殿堂之时，她却感到越来越犹豫了，这个一度让她寄予厚望、准备托付一生的男人，让她越来越感到不靠谱。

事情的起因是这样的，作为他的未婚妻，他开始带她进入他的社交圈。然而在这其间，发生了许多不愉快的事情。有一次，在他与同学的聚会上，她正在忙着端茶倒水，不小心把杯中的水洒了，本来是一件无关紧要的小事，他却当着许多同学的面，大声呵斥她：“怎么这么笨，做事就不能小心点吗？”然后若无其事地和他的同学继续聊天，好像她只是伺候他们的一个佣人。事情还远不止这些，她逐渐发现，只要是两人一起出现在别人面前时，他一定会摆出一副高高在上的样子，似乎这样才能够显示出他是两人中的支配者。他毫不考虑她的感受，甚至要训斥她，以至于有时候他的朋友们看不过去，帮她打圆场。有几次，她实在忍不住，对他的指责奋起反击，于是两人发生争吵，使现场的气氛很尴尬。

不仅如此，一开始谈恋爱时那个殷勤体贴的男人再也不见了，两人越熟悉，他对她的态度就越怠慢，不再有细心的呵护，反而对她呼来喝去；不再有细心的体贴，不再把她当做手中宝，而是大大咧咧，仿佛她变成了他的一件普通的日常用品；不再像以前大度地原谅她的小失误，对她的一点小错误都要数落半天。这让她想起在书上看到的一句话：“婚前女人是男人的宝，婚后女人是男人的草。”还没结婚呢，都已经这样，要是结婚了……她简直都不敢想象了。

不理解他为什么会变成这样，她尝试着与他沟通，但每当谈到这个话题时，他总是很不屑地把话题岔开。为此两人发生过不止一次的争执，但他从来没有改变自己的意思。这让她感到很困惑，他为什么不尊重自己？他这还是以前那个让她感到可以托付一生的男人吗？他能够给自己带来自己想要的生活吗？这样的婚姻能幸福吗？

但除了这些让人烦恼的事情，他对自己还真是不错。有一次，她煮粥的时候，溢出的粥浇灭了炉火，厨房里溢满了煤气，她到厨房去看粥煮得怎么样了，打开门，闻到浓重的煤气味，她吓得不知所措，在那里直叫他的名字，他听见了，跑过来，二话不说，就把她推到门外，一直推到楼道上，然后自己冲回去关掉煤气，打开窗户通风，然后才到楼道里找她，惊惶失措的她一下子扑到他的怀里直哭，他却是一副若无其事的样子，还取笑她：“你胆子怎么这么小？”好像很享受她扑到他怀里的那种感觉。大的事情从来都是他撑着——虽然他年纪也不大，每次出头的时候总是显得很稚嫩，但确实给她许多安全感。虽然煮饭、洗碗这样的家务事他从来都不伸手，哪怕是她再忙，他再闲，他都不插手，但凡是重的体力活，他也从来都不让她插手，有时候她做了，他还不高兴，直呵斥她。她生病的时候，都是他跑来跑去，张罗着去医院、买药、端茶送水。在心底里，她觉得他是很在意自己的，可是为什么一到别人面前就要表现这种对她“很不屑”的



……他一定会摆出一副高高在上的样子。

态度呢？难道这样才能够显示出他是一个真正的男人？

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

那么，对于这位陷入矛盾中的女性朋友，我们该给她怎样的建议呢？

其实，如果分析下这位男士的潜意识，事情就变得简单了。他成长在一个非常传统的家庭里。母亲是一位传统的女性，克勤克俭地操持着这个温暖的家，扮演着一位贤妻良母的角色，父亲是家里的顶梁柱，在家里占有绝对的支配地位，母亲很少有自己的观点，从来都是听从父亲的，如果两人有不同意见，母亲最终都会让步。在这样的环境里长大，使他形成了这样一样观念：男人，就不能沾家务事，男人，就要成为家庭的主宰，就应该支配女人……这种观念深深地扎进他的潜意识里。当他与她刚开始相处的时候，两人还不熟悉，他的这种观念还没有完全表现出来。等到两人熟悉了，他那股根深蒂固的大男子主义就不知不觉表现出来了：男人天生就应该比女人更强势一些——这样才能让他找到一个作为男人的感觉。在两个人独处的时候，他还能够表现出一个男人的体贴，而在人多的场合，他就一定要像个“男人”那样，这才会让他感到心安理得。他种种让她烦恼的行为正是由此而来。

对于这位女性朋友，我给她提出了这样的建议：“当他再次对你表现出轻视的时候，你可以先忍让一下，不要与他争吵，等到两人单独相处的时候再与他好好地沟通，说明你的感受。”她犹豫地问我：“如果我让步了，他不让步怎么办？”我鼓励她说：“人都是有通情能力的，他如果真的爱你，就应该会理解你的感受，会理解你的付出，也就一定会回报你。”

她按照我所说的尝试着去做，当着众人的面，不再给他难堪，而是努力以一个温顺妻子的形象出现在别人面前，然后再单独与他沟通。过了一个月，她告诉我：“果然如此，他见我做出了让步，也开始反思自己的态度问题！”

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

一位大男子主义的男人，由于受自己成长经历的影响，在潜意识里一直觉得男人就应该高于女人，每到人多的场合，他的潜意识就会作怪，使他做出让她难堪的种种举动。她越是在这方面与他较劲，他



……越是接近一个男人，就越会觉得迷茫……

就越是不高兴，越是要压过她，结果，两个人都治上了气，如果不及
时解决，甚至可能影响两人本来应该幸福的婚姻。

其实，这位女士遇到的情况也是许多女性朋友的共同经历。许多
女性朋友都有这样的感受：越是接近一个男人，就越会觉得迷茫；对
他的了解越深，就感到越陌生。这种矛盾的感觉会影响两个人的感
情，甚至会使你们渐行渐远。其实，这一切的发生，都是因为你还没
有完全了解他，尤其没有了解他的潜意识。有些男人往往表现为“两
面派”，既是正人君子，又是邪恶小人；既善良正直，又自私自利；既
真挚可爱，又虚伪可恶；既豁达开朗，又狭隘偏执；既有女人无法理
解、恨之入骨的那一面，又有她们为之着迷、难以割舍的另外一面。
可爱的一面让她们痴迷，而可恨的一面让她们难以靠近。如果不能意识
到这一点，及时化解这种矛盾，你就会陷入到这样一种境地：想靠近又
怕受到伤害，不想靠近又离不开，使你在犹豫焦虑中惶惶不可终日。

你所看到的他的种种行为，只是表面的，并不是完全真实的。如
果想真正地了解他，如果想使你们的爱更加甜蜜，就必须去了解他的
潜意识，只有如此，才可以真正走进他的内心世界，把你们的爱掌控
在手中，驾驭你们的幸福生活！

2. 了解他的潜意识，才能真正了解他

男女两性并不是因为相同而相互吸引，恰恰相反，他们各自独
立，性格各异，考虑问题、表达感情的方式大相径庭。但是，这种差
异不但没有使他们疏远，反而因为其各自的独特性，使彼此深深地吸
引。他们像来自于不同世界的人，毫不相同，但又不能离开彼此；毫
不相干，但又恰恰是彼此生活的中心；彼此都视对方为不可理解之