

亲爱的 幸福没那么难

【日】五百田达成 著 田梦凡 译



察しな
い男
説明し
な女

亲爱的 幸福没那么难

【日】五百田达成 著 田梦凡 译

Happiness is for
EVERYONE

察しない男、
説明しない女

 北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

亲爱的, 幸福没那么难 / (日) 五百田达成著; 田梦凡译.
—北京: 北京联合出版公司, 2016.6
ISBN 978-7-5502-7295-8

I. ①亲… II. ①五… ②田… III. ①心理交往—通俗读物
IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第057873号

北京市版权局著作权合同登记号: 图字01-2016-1153

察しない男 説明しない女 五百田達成

“SATSUSHINAI OTOKO SETSUMEISHINAI ONNA” by Tatsunari Iota

Copyright©2014 by Tatsunari Iota

Original Japanese edition published by Discover 21, Inc., Tokyo, Japan

Simplified Chinese edition is published by arrangement with Discover 21, Inc.

through ERIC YANG AGENCY

亲爱的, 幸福没那么难

作者: 五百田达成

出版统筹: 新华先锋

责任编辑: 孙志文

策划编辑: 刘思懿

封面设计: 王鑫

版式设计: 王玥 杨祎妹

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京慧美印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数120千字 620毫米×889毫米 1/16 15印张

2016年6月第1次印刷

ISBN

未经许可, 不得以
版权所有, 侵权必
本书若有质量问题
电话: 010-88876...

或全部内容
调换

| 前言 |

来自不同星球的男男女女们

大家好！我是五百田达成。

很荣幸可以通过这本书和大家见面。我曾在出版社与广告公司就职过多年，这些工作让我积累了不少心理辅导方面的经验，因此，现在我想为大家提供职场及个人的人际交往咨询服务。

可能这样一段自我介绍会让人觉得不那么平易近人。其实说得通俗点，当你们觉得自己不被理解，与别人沟通有困难，或者遇到自己讨厌的人的时候，我会像翻译一样，协助大家沟通，帮大家解决人际交往中出现的问题，让大家能更融洽地与他人相处。

讲同一种语言的人还需要“翻译”？你可能觉得我在开玩笑。但是我们内心的“情感”岂是三言两语就能说得清、道得明的！因此，不深入交流就很容易被人误解，陷入交往困境。

举个例子吧，男上司在给女下属交代工作的时候说：“这项

工作这么简单，那就交给你了。”女下属会怎么理解这句话的意思呢？在大多数女下属看来，上司这是在看扁自己：“你这种人就适合干这么简单的工作。”然而，上司真正想说的是：“这项工作对你来说很简单，你应该很快就能完成。”这里的问题就在于，这位男士在讲话时，完全没有考虑过那位女士能否正确理解自己的意思。

不如我们再举一个更复杂的例子吧。

假设一男生十分好奇女友的前任，他思前想后，终于鼓足勇气开口问了她。但得到的答案却是“不大记得了”。女生可能觉得没必要回答这种无聊的问题，然而对于男生来说，这个问题其实意义重大。因为没有得到满意的答案，他内心的不安感逐渐增加，最终这个问题成为两人恋爱关系中的一个定时炸弹。

这个例子和上一个类似，不过这一次是因为女人不理解男人的想法。

除了恋爱，工作上的人际关系也和性别差异有着明显的联系。虽然很多人会说，工作与恋爱并无可比性，但当他们深入职场中的人际关系时，才发现人际关系竟也像男女关系那样纠缠不清。男友、老公、上司说了一些匪夷所思的话时，女人们大多会感到不解；女友、老婆、后辈做了过分的事时，男人们也会感到怒不可遏。对这类事感到无法理解，直接“举白旗”逃跑的人也不少。

但是相信我，并非只有你一个人为这些问题而烦恼。男女之

间的交流本非易事，比与外国友人交流的言语障碍还麻烦。甚至很多人认为，男女根本来自不同的星球。

通常我们讲“邻国多战事”，正是因为两国文化“大同”与“小异”并存，两国因此更易着眼于“小异”而争执不休，导致摩擦不断。男女之间的关系也是如此，男女差异本就一言难尽，只是因为国籍相同，语言交流无障碍，就都自以为是地认为没问题，疏于沟通，最终难免导致工作、家庭上的矛盾重重，陷入“内忧外患”的地步。

明明是身边的人却无法相互理解，已经够令人懊恼的了，但有时候，事态竟然还会发展到更加糟糕的地步。事实上，这一切都是有原因的。人们发现，想要概括人类的复杂性，仅仅把人类分为男女两类是远远不够的，这根本没办法有效解决异性交流时所产生的矛盾。

因此，本书并未以传统生理上的性别来分类，而是像政治上区分左右翼一样，以人的认知方式、思维方式、表达方式为标准，对人进行心理上的分类，偏男人的归为男人，偏女人的归为女人。这也是为什么很多人无法和前面所列举的例子产生共鸣，有些人虽然性别是男性，却能与女属下沟通顺畅；有些人虽然性别是女性，对自己的前任的事却记得一清二楚。

既然男女分类不再以生理为标准判别，那么大家就会理解了吧：有的女人想法十分女人化，有的女人想法十分男人化；有的女人在职场上雷厉风行，有的女人沉浸在恋爱中小鸟依人。当然

男人也是同样的道理。

我相信阅读本书后，大家都可以对自己的心理性别一探究竟。我在后面放了一个测试，帮助大家判断自己的心理类别，希望大家可以充分利用。

对自己的心理性别做到心中有数的话，接下来就可以“按图索骥”了。在沟通遇到瓶颈时，主动出击，了解“异性”的思维方式、行为模式和习性，掌握与对方交流的技巧，各种问题自然迎刃而解。在每一节的后面，我会详细介绍男女对话时比较典型的句型，大家可以像学外语那样现学现用，并在生活中时时找人练手。

以前学英语的光景相信大家还记得，应试教育环境下，大家都是死记硬背，不在语法上追根究底，与异性交流也是这样。我们大可不必百分百地理解对方的想法。遇到不被理解的时候，或是受人冷落而感到不满的时候，咽下一口气，忍住不说气话，学着用本书中学到的技巧与对方沟通，相信一定会有意想不到的效果。

本书共四部分，第一章是基础篇，大家可以对男女之间的差异有一个基本的了解，后面还会有恋爱篇、婚姻篇、职场篇。大家也可以直接翻阅自己比较感兴趣的方面。

衷心希望这本书能帮助大家解决恋爱、婚姻和人际交往中遇到的烦恼。

—心理性别测试—
你是偏男还是偏女？

看看你是哪一个？（计算一下你所选的 A 的个数吧）

1. 当别人夸你时你希望对方说你：

- A. 好厉害
- B. 名不虚传

2. 你属于以下哪种类型？

- A. 沉默寡言
- B. 话多

3. 你想去看：

- A. 美国票房最高的电影
- B. 在欧洲广受好评的电影

4. 你不喜欢异性：

- A. 做作的态度
- B. 直接的告白

5. 你在工作时更在乎：

- A. 出人头地和成就感
- B. 自己无法被替代

6. 你更喜欢哪句俗语？

- A. 功到自然成
- B. 车到山前必有路

7. 客户投诉你，你第一反应是：

- A. 不想被看扁
- B. 不想让对方生气

8. 内心隐隐觉得：

- A. 不想长大
- B. 想变得更成熟

9. 以下哪个你更不擅长：

- A. 游泳
- B. 演讲

10. 好不容易放假了，你想去：

- A. 时常光顾的店
- B. 期待已久新开的店

11. 工作上出问题了首先想到的是：

- A. 跟上司报告
- B. 和关系好的同事协商

12. 想买鞋的时候：

- A. 会事前调查，然后再逛鞋店和柜台
- B. 来回看了很多鞋子结果买了包

13. 对占卜的态度：

- A. 讨厌
- B. 喜欢

14. 闲暇时看书的话你会选择：

- A. 实用性职场用书
- B. 刻画人性的小说

计算方法

标出自己答题时所选的 A，再统计 A 的个数，在下一页里就可以找到自己相对应的类型。

你对应的是

测试结果

“超”男

心理性别非常男人化，如果你是女生的话，学生时代应该跟周围的女生很难处吧。



A 在 11 ~ 14 个的人

男

心理性别男人化，如果你是女生的话一定性格比较爽朗，男性朋友居多。



A 在 7 ~ 10 个的人

感觉如何?

这只是一个心理性别测试，即非生物学上的男女鉴定也并非性格测试。如果对自己的心理性别心中有数的话就让我们切入到实际场景吧。



女

心理性别女人化。如果你是男生的话，应该会跟女生比较聊得来。

A 在 4 ~ 6 个的人



“超”女

心理性别非常女人化。如果你是男生的话，应该会觉得跟男人无法沟通，女人才是同类吧。

A 在 0 ~ 3 个的人

前言 来自不同星球的男男女女们 \ 1

Chapter 01 基础篇 男女大不同

场景一 男人粗心，女人细心 \ 003

场景二 男人理性，女人感性 \ 011

场景三 男人活在纵向世界，女人活在横向世界 \ 016

场景四 男人玩棒球长大，女人过家家长大 \ 022

场景五 男人崇拜英雄，女人沉迷幻想 \ 029

Chapter 02 恋爱篇 越是神秘越是引人入胜

场景一 男人渴望成为第一任，女人渴望成为最后一任 \ 038

场景二 男人痴恋万人迷，女人中意痴情男 \ 043

场景三 男人追求第一，女人追求唯一 \ 048

场景四 男人视恋爱如游戏，女人视恋爱为结婚 \ 054

场景五 男人追求锦上添花，女人追求雪中送炭 \ 060

场景六 男人被外在吸引，女人被喜欢自己的人吸引 \ 065

- 场景七 男人追求浪漫，女人追求浪漫的事物 \ 071
- 场景八 男人想要放松，女人想要心动 \ 076
- 场景九 男人喜旧，女人图新 \ 082
- 场景十 男人沉默，女人流泪 \ 086
- 场景十一 男人责难爱人，女人责难小三 \ 093
- 场景十二 男人将前任“另存为”，女人将前任“覆盖与替换” \ 098
- 场景十三 男人不知道差别，女人不在乎差别 \ 103
- 场景十四 男人讨厌被评价，女人渴望被人评价 \ 107

Chapter 03 婚姻篇 家里的女领导与男部下

- 场景一 男人靠面子活，女人靠面包活 \ 115
- 场景二 男人收藏废物，女人丢不掉废物 \ 120
- 场景三 男人心里住着男孩，女人心里住着少女 \ 125
- 场景四 男人一心一用，女人一心多用 \ 132
- 场景五 男人发呆，女人发火 \ 137
- 场景六 男人在人前话多，女人在知己者前话多 \ 143

场景七 男人求常，女人求变 \ 150

场景八 男人拒绝道歉，女人拒绝放下 \ 155

Chapter 04 职场篇 当男人与女人合作的时候

场景一 男人渴望夺目，女人追求价值 \ 163

场景二 男人满足于权力，女人满足于安定 \ 170

场景三 男人在乎结果，女人在乎过程 \ 175

场景四 男人渴望被赞扬，女人渴望被理解 \ 179

场景五 男人渴望被世界认同，女人渴望被圈子认同 \ 185

场景六 男人喜欢开会，女人喜欢发言 \ 189

场景七 男人在乎职位，女人在乎氛围 \ 194

场景八 男人工作时奋不顾身，女人工作时随机应变 \ 199

场景九 男人倾向概括化，女人倾向具体化 \ 205

场景十 男人惧怕同辈，女人惧怕后辈 \ 211

后记 怎样跟与自己不同的人交往 \ 216



| 男人粗心，女人细心 |

| 男人理性，女人感性 |

| 男人活在纵向世界，女人活在横向世界 |

| 男人玩棒球长大，女人过家家长大 |

| 男人崇拜英雄，女人沉迷幻想 |

男女间的差异如一条难以跨越的鸿沟。在这里我们并不是要将他们一较高低，毕竟交流模式偏男人还是偏女人会受到各方面的影响，如大脑的构造、心理特征及社会习俗等。

由于这条“鸿沟”过宽，有的人望“沟”兴叹，不知怎样才能走进对方心里；有的人自以为理解而忽略对方；有的人只想着如何改变对方，让对方符合自己的要求，这些方式无一不为以后矛盾的爆发埋下了隐患。

本篇中，我会就对话、思考方式、审美、人际关系、价值观等方面，一一阐述男女交流时的典型差异。了解男女的本质差异后，再看男女恋爱、家庭、工作上的差异，相信大家便会有种恍然大悟的感觉。

再一次欢迎大家，跟我一起探索男女之间错综复杂的关系。现在，就让我们揭露他们言行举止背后隐藏的秘密吧！