

女人要懂的人情世故

燕子 编著

错综复杂的社会环境，不懂人情世故的你将寸步难行！

Women
need to understand traditional
code of
conduct

女人必知的人生智慧枕边书

吉林出版集团
北方妇女儿童出版社

女人如同男人一样，要学会为人处世

成为
玲珑女人的
8堂
必修课

女人要懂的人情世故

燕子 编著

吉林出版集团
北方妇女儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人要懂的人情世故 / 燕子编著. -- 长春 : 北方妇女儿童出版社, 2011.7
ISBN 978-7-5385-5757-2

I. ①女… II. ①燕… III. ①女性—爱情—通俗读物 IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第146460号

书 名: 女人要懂的人情世故

编 著: 燕 子

出 版 人: 李文学

责任编辑: 陈晓东

装帧设计: 周凤人

开 本: 710mm×1000mm 1/16

字 数: 128千字

印 张: 16

版 次: 2012年1月第1版

印 次: 2012年1月第1次印刷

出 版: 吉林出版集团 北方妇女儿童出版社

发 行: 全国新华书店

地 址: 长春市人民大街 4646 号

邮 编: 130021

电 话: 总编办 0431-85644803 0431-88028517

网 址: <http://www.bfs.cn>

印 刷: 郑州市毛庄印刷厂

书 号: ISBN 978-7-5385-5757-2

定 价: 29.80 元

版权所有 侵权必究 举报电话 0431-85644803

如发现印装质量问题, 请联系调换

燕子

1975年生于天津，现居北京，自由撰稿人。编著有《搜神记》、《上大学就要赚钱》、《全世界都在学习的三十个经典定律》、《凡夫俗子品红楼》等。

要想拥有成功快乐的人生，
就要懂得如何应对现实生活。每个女人都希望自己活得漂亮精彩，本书将详细阐述女性必知的人情世故，女性在阅读的同时将了解各种为人处世的道理。

责任编辑 | 陈晓东
选题策划 | 刘志强 胡永刚
封面设计 | 壹诺设计
装帧设计 | 周凤人



每个女人都希望自己活得漂亮，活得精彩，活得有滋有味。可是生活总爱跟女人过不去，太多女人抱怨活得不够好，感慨生活太难，她们说“没有人关心我、爱护我”；她们说“我在工作中总会遇到小人”；她们说“我的爱情婚姻不如意。”……在抱怨的同时，女人们是否想到了自身存在着问题？

心理学家威廉·舒茨认为，要想人生成功快乐，就要懂得过现实的生活。女人们追求幸福不是错，错在不能理解何谓现实的生活。如何实践现实的生活？现实的生活并非“俗气、金钱和琐碎无聊的家庭生活”，而是指一个人能够适应环境的能力。没有人可以独立于世，适者生存，只有适应环境，发挥出自身的优势，懂得与人建立亲切的关系，才可以活得充实，活得成功。

建立亲切的人际关系，就是要懂得人情世故。不可否认，人情世故是我们日常生活的一部分。现代女性也许不太重视人情世故，她们喜欢以自我为中心，个性独立，忽视与人交往，淡漠人情世事，并认为这是时尚不俗的表现。实际上这会带来严重后果，导致

朋友疏远、亲人和、人际关系冷漠、夫妻之间感情脆弱、子女教育受阻、工作不能顺畅。

本书针对现代女性面临的这些问题，从为人处世、婚姻家庭、工作事业、日常生活各个方面展开了详细论述，告诉女性朋友们为何要尽早了解人情世故，如何熟悉人情世故，怎么样在人际交往、工作、婚姻各个场合中掌握人情世故。

一个女人，只有懂得人情世故，才能觉察到别人的立场，知悉对方的心思，从而与人展开有效、同理交流，在生活和工作中轻松自如，圆熟有度。她会在遇到不顺心的事情时，给人台阶下；她会在坚持自己的原则时，给人回旋的机会；在维护自己的立场时，不去损及对方的尊严；在拒绝不合理要求时，婉转而不伤情面。她识大体顾大局，不会为了一时一事而要小性，做出过分的举动；她具有韧性和耐心，懂得让他人配合自己，来实现自己的愿望，达成自己的目的。

在讲述过程中，本书采取故事与理论结合的形式，通过一个个丰富多彩、生动鲜活的故事，使读者可以较直观、较明确地感知人情世故的魅力，在享受阅读的乐趣之时，不知不觉明了各种为人处世的道理。

每位渴望提升人际关系、改善工作和事业环境、建立和谐生活的女性朋友，都可以通过阅读本书，获得一些帮助，获得一些灵感。生活之所以复杂，并非生活本身，而是生活中的人造成的。至此，希望每位阅读此书的朋友都能有所感悟，为自己带来和谐的人脉圈子，为世界送上温馨和祝福。



CONTENTS

第一章：懂得人情世故的女人处处受欢迎

- 1. “孤傲”不是女人的好朋友 // 2
- 2. 真理也需要修饰 // 6
- 3. 谁也不愿与这样的女人发展友谊 // 9
- 4. 假如时光可以倒流 // 13
- 5. 女人生得漂亮，不如活得漂亮 // 16
- 6. 懂得人情世故，不会让运气卡住 // 20
- 7. 女人是水，左右可逢源 // 25

第二章：读懂人心，是女人处世基本功

- 1. 请把别人放在心上，控制自己的表现欲 // 30
- 2. 保全别人的面子 // 35
- 3. 自尊心是不容侵犯的 // 39
- 4. 颇受欢迎的“同理心” // 43
- 5. 察言观色，肢体语言不会欺骗你 // 48
- 6. 守住隐私，不该说的话不说 // 52
- 7. 建议永远比命令更有用 // 56
- 8. 任何时候都不要强加于人 // 60

第三章：圆熟女人，不妨换种心气儿做人

- 1.成人式的虚伪背后 // 64
- 2.在适当的时候出现 // 68
- 3.爱钱，但不要把钱的味道写在脸上 // 72
- 4.时刻不忘举止优雅 // 77
- 5.记住给人留下良好的第一印象 // 81
- 6.为欣赏自己的观众而表演 // 85
- 7.女人要懂得适应变化 // 88
- 8.千万不要心存报复 // 92
- 9.闲来切莫无事生非 // 97

第四章：善解人意，女人要听懂和学会场面话

- 1.擅长倾听的女人更受欢迎 // 102
- 2.打圆场是一种处世能力 // 106
- 3.如何对待他人的赞扬 // 110
- 4.快乐地相信谎言 // 114
- 5.争论不休的女人讨人厌 // 118
- 6.不要逞口舌之快，拐着弯说出内心的想法 // 123
- 7.真诚地赞美、喜欢别人 // 127
- 8.一句开心话会赢得一颗心 // 131
- 9.微笑和动听的声音才会打动人心 // 135

第五章：通情达理，女人的婚姻和家庭更和谐

- 1.把礼貌带进婚姻 // 140
- 2.附和更有意义 // 144
- 3.给人一定的自由空间 // 148
- 4.拥有自己的财产 // 152
- 5.永远不要依赖别人 // 156
- 6.女人最难做到的是——不在乎 // 161
- 7.承认错误并不丢人 // 165

第六章：难得糊涂，职场女人精明不必写在脸上

- 1.拍马屁，做到何种程度为好？ // 170
- 2.弹性接纳，让自己进退自如 // 174
- 3.与人保持一定距离 // 178
- 4.宽容别人，解救自己 // 182
- 5.舍弃是女人的真智慧 // 186
- 6.幽默的女人别具风采 // 191
- 7.给别人犯错的机会 // 195

第七章：低调做人，寻一棵大树好乘凉

- 1.用“弱点”去交朋友 // 200
- 2.把“我”变成“我们” // 204
- 3.让人觉得自己很重要 // 208
- 4.圆熟处世，不能丢弃自我 // 212
- 5.发自真心地请人帮忙 // 216
- 6.做好人情这笔生意 // 219

第八章：冷暖人生，做个高情商的智慧女人

- 1.妥善管理自己的情绪 // 224
- 2.同性之间的伪装 // 228
- 3.别和自己过不去 // 231
- 4.拒绝，但不能简单地说“不” // 235
- 5.保持新鲜感 // 239
- 6.培养自身的神秘感 // 243
- 7.傻人未必有傻福 // 246



第一章： CHAPTER 1

— — — — — 懂得人情世故的 女人处处受欢迎 — — — — —



1. “孤傲”不是女人的好朋友

孤芳自赏是很多女人喜欢和生存的状态，她们总是对自己特别感兴趣，恋着自己的双眸、恋着自己的秀发、恋着自己的举止、恋着自己的情绪，总之她们认为自己一切都是好的，值得肯定的，不入世俗之流的。有着这样情怀的女子，可能清高一世，但绝不会幸福一生。

有一个笑话流传颇广：某大学某班只有17位女生，其中竟有好几位自诩为“校花”。其实自我标榜是内心孤独与高傲的体现，是一种脱离现实、过于虚无的心理状况。这固然可以给人暂时的自我安慰，虚拟一种无人可比的心理场景。但是说白了，这实际上是缺乏社会适应力的表现，具有种种危害性和局限性。

孤芳自赏，注定了是一种封闭的孤傲感，孤傲感是感慨自身和外界阻隔、或者受到外界排斥之后孕育产生的孤苦伶仃的情感。从生理上讲，孤傲感是健康的大敌，英国《逐日邮报》报道过一项最新研究：孤傲感的危害等同于酗酒，或等于每天抽15支烟。孤傲感比肥胖还有害于健康，比不运动带来的恶果还严重。这项研究涉及到了每个人常常交往的人数，结果表明那些与家人、朋友和邻里关系相处紧密的女性，长寿几率增加50%。



参与研究的朱利安·霍尔特·龙史塔德博士认为，社会交往在人的健康方面作用显著，来自朋友和家人的关爱可以帮助一个人找到生活的目的，提供一种强大的安慰力量。也就是说，良好的社交关系会促使人好好照料自己，不要去冒风险。2009年，美国犹他大学的科学家更是直接声称，孤傲会伤害到女性健康，使她们易患心脏病。

孤傲不仅会影响身体健康，从心理上讲，还表现为社会适应不良，导致心理脆弱。孤傲的女人一般看法偏颇，她们很容易固执己见，过于自恋，认为自己天下无敌。当然她们不会知道不是自己太出色，而是由于她们的眼界脱离了社会群体，因此与社会主流格格不入。如同一个分母被人为变小的分数，身为分子的她，并没有实质性变化，只不过被自己放大了。

孤傲的女人不可能交到朋友。过于自恋的倾向使她对入十分挑剔苛刻，自然破坏了平等互利的交往原则，谁愿意做这种女人的陪衬品和牺牲品？谁也不愿，因此她们的朋友只会越来越少，注定一生孤单。

有个姑娘自视甚高，对求婚者的条件要求十分苛刻。尽管如此，由于她年轻美貌，长相动人，优秀青年们还是踊跃登门，希望抱得美人归。

可是姑娘对这些求婚者不屑一顾，表现出强烈不满：“求婚者都太糟糕了，这群可怜的家伙，怎么可能让我中意！”她详细指点着每个求婚者的缺点：“有的没有社会地位；有的太穷了；有些人倒是有钱又有地位，可你瞧瞧他那长相，鼻子太扁，眉毛可笑。”总而言之，求婚者到了姑娘面前，具备的缺点就会暴露无遗。

渐渐地，姑娘挑剔的眼光逐渐出了名，人们私下里送给她“疙瘩小姐”这一称号。

时光飞逝，好几个年头过去了，前来求婚的青年越来越少，而美丽的



姑娘红颜渐老，她脸上的红晕消退了，眼睛不再明亮，酒窝也不再活泼，最可怕的是鬓角露出第一根白头发。这些变化让她发疯，更加快她的衰老速度。

一切都变了，姑娘理智地告诉自己：“该嫁出去的时候就嫁出去吧。”美丽和傲慢同时从她身上消失殆尽，当初对单身生活的迷恋转变成了恐惧。任何一位姑娘都不会心甘情愿地独身终生，这个姑娘也是如此，她真的不想孤独至死，她强烈渴望找到一位伴侣。

这时，有位求婚者适时出现了，没费任何周折，姑娘心满意足地答应了他。这位求婚者太值得她满意了，他是个不可救药的残废男人。

这就是流传中外的寓言《疙瘩小姐》，警告女人们不可过分高傲挑剔。确实如此，孤傲是一剂毒药，会阻断住女人的好运气。

孤傲的女人还会丧失进步的机会。由于她们喜欢将优点暴露，而对自己的缺点总是加以掩藏或者忽视，当然无法正确认识自己，从而不可能超越自我。

孤傲的女人心理脆弱，自卑感较重。许多自恋的人从对外人要求苛刻，转变为对自身不满，比如洁癖症患者，大多从嫌弃别人不讲卫生开始，最后也觉得自己很不干净，强迫自己做出反复清洁的行为。

不要认为孤傲如公主，就是一种极度自信的表现，事实恰恰相反，孤傲的女人内心深处充满自卑。我们说，孤傲感来自外界的阻隔或排斥，这种渊源导致孤傲的女人不能正常地认清自己和外界的关系，内心产生强烈的不安全感，故而深陷自卑的漩涡中。她们耽于幻想，却不敢付诸实践；她们和亲人朋友疏远，害怕遭到他人取笑；她们表现冷漠而得不到怜悯之情；她们无聊空虚，却被排斥集体之外；她们怯于与人交往和交流，总认为没有人会理睬自己；她们可能处于某种交际场合之中，却不能融洽自然。



地与人相处。

总之，孤傲不是女人的好朋友，如果不进行适当地调整，就会形成古怪的脾气，难以纠正。

克服孤傲，就要做一个懂得人情世故的女人，融入社会这个大家庭中，以互通有无的心态去做人，吸纳朋友，从中吸取成长的营养，这样才会避免许多不必要的情绪“地雷”，从而使自己成为一个处处受欢迎的女性。

首先，除了关注自己外，应该拿出一点点时间去关注别人，培养自己对他人生活的兴趣。可以从一个人的私事谈起，使彼此的交流更轻松些，慢慢解除自己的封闭习气。

其次，邀请别人与自己做同一件事，这会极大地减轻自己的孤傲感。比如邀请别人与自己一起去书店、玩游戏。总是拒人于千里外，并不是抬高了自己，而是让自己觉得没人要。

再次，信赖别人。信赖是个好伴侣，你越是信赖她，她越是给你帮助和支持。所以，信赖一个人，会很容易让人交上一个知心朋友，让人觉得愉悦。

还有，融入一个团队中去，与人分享他们的快乐和痛苦、责任和凄凉。孤傲的女人融入一个团队可能不容易做到，但是只要你下决心去改变自己，就一定可以找到使自己感兴趣的对象，而乐意与他们交往。而且你们的交情日渐深厚，孤傲随之烟消云散。



2. 真理也需要修饰

华宁是位职业女性，这天早晨刚到办公室，迎面走来一位女士，十分主动地跟她打招呼，然后说：“我这个人说话比较直。”华宁听了，不由心里一紧，她不知道对方是谁？还会讲出什么“直”话来？

与孤傲封闭的女人相反，日常生活中，不少女性属于马大哈型，她们看上去性格开朗，喜欢与人交往，有什么说什么，从不避讳。她们从来不认为这是缺点，还觉得说话比较直是对人真诚、心底无私的表现。情况果真如此吗？就像华宁遇到的情况，那位女士原来是新来的同事，有了“说话比较直”的铺垫，在日后工作中，她确实出其不意地讲了很多“直”话，比如见到哪位同事精神不佳，就热心地上去盘问：“你今天气色怎么这么差？”见到有人发福了，赶紧上前祝贺：“你最近可胖了。”听说哪位同事没有结婚，也要打破沙锅问到底：“为什么还不结婚？”

子曰：“言行，君子之所以动天地也，可不慎乎？”说话和举止，是关乎天地的大事，能不慎慎而为吗？现代有句话叫“真理也需要修饰”，就是告诫说话比较直的女人，言谈举止应该有所收敛，有所戒备，不能想说什么就说什么。

刘女士做外贸生意起家，是个心直口快的人，外向而感性，给人的印象非常活泼。近些日子，与她认识的曹先生由于公司需要，将刘女士介绍