



なぜ女はそのひと言に傷つくのか

两性幸福沟通①

听懂男人心

[日]桶口裕一◎著 袁光◎译

日本**百万级畅销书**作家、“小论文之神”
为万千**都市男女**量身打造**致IN沟通秘籍**

なぜ女はそのひと言に傷つくのか

两性幸福沟通① 听懂男人心

[日]桶口裕一◎著 袁光◎译

中国人民大学出版社
·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

两性幸福沟通 1: 听懂男人心 / (日) 桶口裕一; 袁光译. —北京: 中国人民大学出版社, 2012

ISBN 978-7-300-15348-3

I. ①两… II. ①桶… ②袁… III. ①男性—语言艺术—通俗读物 IV. ①H019-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 037529 号

版权所有, 侵权必究

本书法律顾问 北京诚英律师事务所 吴京菁律师
北京市证信律师事务所 李云翔律师

两性幸福沟通1: 听懂男人心

[日] 桶口裕一 著

袁光 译

Liangxing Xingfu Goutong 1: Tingdong Nanren Xin

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街31号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511398 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com> (人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 北京中印联印务有限公司

规 格 145 mm × 210 mm 32开本

版 次 2012年5月第1版

印 张 7.125 插页2

印 次 2012年5月第1次印刷

字 数 94 000

定 价 29.99 元

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

前言

男女本就有别。否定男女差异的论调曾高涨一时，但在现实生活中，男女差异显然是存在的。男人认为理所当然的事女人就是没法理解，男人能很快接受的事物女人却不能接受，而且男人还会后知后觉地发现，一些他本以为已被女人接纳的事物却惹得她非常不满。

其实，多数人都不懂什么叫男女有别，因此许多男人都会在意无意中伤害到女人，不知道她为什么生气，也不明白她为什么会变心。

这就是许多男人失去恋人、让妻子伤心、不讨女性上司或同事青睐的原因。

其实我也有这种问题。虽说我女儿的性情和我

很像，但当她做出让我全然不解的举动和反应时，我就能体会出所谓的“男女有别”了，但我还是不能完全领悟其中的奥妙。

正好我和老友今井顺子女士围绕着这个话题谈论过几次，并都有出书的打算。她的先生和我一样，也为男女间不能完全理解而感到苦恼，并对出书一事很感兴趣。通过搜集亲身经历的事例，分析男女间的差异，我终于明白了女人真实的感受与想法。

本书的问世得益于当时三人谈话的启示与今井女士的协助。书中阐述了男人不经意的只言片语能把女人伤得有多深，并提供了改正不良说话方式的对策。读者可以边对照自己的生活边阅读本书，如能从中总结出猎获女性芳心的办法，笔者将感到无限欣慰。

在出版本书的同时，还发行了《两性幸福沟通2：俘获男人心》，敬请关注。两本书可以搭配阅读。

第一部分 男人说的，不一定是他想的

01

男人为什么没耐心 / 3

- ♡ 难道你自己就一点儿问题都没有了吗？
- ♡ 总之，就是这么回事儿吧。
- ♡ 你身为一个女人，就不能把房间收拾得利落点儿吗？
- ♡ 算了吧，算了吧。

02

男人为什么总爱说“随便” / 17

- ♡ 还行吧。
- ♡ 随便。
- ♡ 那件就行了。
- ♡ 现在这样不是挺好的吗？
- ♡ 我就算了，你自己去吧。
- ♡ 工作嘛，没办法！



03

男人为什么总说工作忙 / 43

- ♡ 不用我细说，你不也知道吗？
- ♡ 你不知道工作有多难做！
- ♡ 你有什么不满的！
- ♡ 你根本没法养活自己！
- ♡ 你是想工作才去工作的吧！
- ♡ 你别光顾着孩子了，多少也得管管我啊！
- ♡ 我说了算！
- ♡ 我不得上班吗？只能你去伺候老人。

04

男人为什么总觉得自己的老婆不够好 / 70

- ♡ 你的脚可真胖啊！
- ♡ 你能有什么魅力！
- ♡ 你那妆化得太浓了吧！
- ♡ 你感冒了？那我晚上吃什么？
- ♡ 当初要是没遇见你，我肯定和别的女人结婚了。
- ♡ 等咱俩老了，就去乡下住吧！
- ♡ 说到那个地方的人吧……
- ♡ 你没把孩子管教好！

第二部分 女人说的，不一定是男人想听的

05

男人为什么觉得女人说的话都很小儿科 / 99

- ♡ 然后吧……然后吧……然后吧……
- ♡ 今天的《超级大胃王》节目可真逗！
- ♡ 因为你是B型血的人嘛！
- ♡ 我也知道。
- ♡ 这是什么意思啊？
- ♡ 现在教我的那个老师可厉害了！
- ♡ 今天我去了那么个地方。
- ♡ 上班时能去那么好的饭店吃饭可真好！
- ♡ 孩子随我，跑得快。
- ♡ ××他们家，每周都出去吃一次饭。

目
录

06

男人为什么不懂得享受生活 / 132

- ♡ ××就是那么说的。
- ♡ 反正我就是个笨蛋。



07

- ♡ 多浪费啊！
- ♡ 你们乡下，也许就是那样的吧。
- ♡ 不要边看报纸边吃饭，孩子都被你带坏了。
- ♡ 结婚前你不是这么说的。
- ♡ 那家餐馆可真不怎么样。
- ♡ 又忘扔垃圾了吧？
- ♡ 以前你还干过那种事啊！

男人为什么那么大男子主义 / 164

- ♡ 你一个男的，车开得还那么烂！
- ♡ 你是男人嘛，行李当然得你搬。
- ♡ 孩子的辅导课很贵，你的零用钱减减吧！
- ♡ 瞧你那样，连孩子都不愿意和你一起走。
- ♡ 就因为你挣得少，我还得跟着受罪。
- ♡ 就算你再努力，也出息不了。
- ♡ 你们公司明年就倒了吧？
- ♡ 你们公司没事吧？

08

男人为什么喜欢吹牛 / 189

- ♡ 你可真敢说!
- ♡ 你不用搞得那么紧张吧。
- ♡ 你又吹上了。
- ♡ 那一定是在奉承你吧!
- ♡ 你还是别和那个人来往了。

目
录

后记 / 206

译者后记 / 208

第一部分
男人说的，
不一定是他想的

01

男人为什么没耐心

男人只是想让女人“冷静点儿”，
却被她理解成“你一点儿都不理解我”。



难道你自己就一点儿
问题都没有吗？

不少女人都喜欢向男人倾诉一天当中遇到的各种烦心事，诸如，“那家餐馆可真不怎么样，我们等了好长时间才上菜，可服务员却连句道歉的话都没有。我再也不去那儿吃饭了！”“我们领导可真要命！我跟他说得那么详细，他还是什么都不懂。”她还会边抱怨边指责别人，说着貌似和她关系很好的女同事的坏话。

倾听的男人有时会忍不住想说：“难道你自己就一点儿问题都没有吗？”于是，便用像是在教诲对方似的语气说：“你不在双休日预定生意好的餐馆不就得了吗？预定了也只能等着了。”“是你解释得不够好吧！有时候连我都不知道你到底想说什么。”

男人本想用社会常识或讲道理来规劝女人，但这种说法只能对女人起反作用。男人若说“你不也有不对的地方吗”，女人就会暴怒，还会发脾气地对男人说：“可本来就是那样的嘛！”甚至迁怒于男人，并质问道：“你是在替他说话吗？你这么说，就是觉得都是我的不对喽？”即便男人想辩解说“不，不是你所说的那样”，也一样会与女人争到不可收拾的地步。就算没有动手打起来，女人也会给男人贴上“不懂人家心意的家伙”的标签。

聪明男人这样说

大多数女人向男人发牢骚，并不是想听他的那些高见或社会常识，而是想从他那儿获得共鸣。

然而，男人向女人发牢骚可不是为了寻求共鸣，他只是就事论事，想得到些建议或意见之类的帮助。如果男人对女人说，他正为不能接受部下过于直率的说话方式而感到苦恼，女人若回应“是不是因为你不太体谅人才弄成这样的呢”，男人听了就会觉得



“也许是吧”，并认为女人说的有道理。

女人则不然。发牢骚的女人并不是想解决什么问题，她只想得到对方的理解，从而放松自己、排遣压力。如果男人体会不到她的意图，只是一味地提供自己的建议，就无法让女人得到满足。

此时，男人若能安静地倾听则不失为明智之举。男人要边点头边“嗯嗯”地听女人发牢骚，听到让她产生因与男人有同感而感到满足为止。如此一来，她心中的抑郁就会烟消云散。女人满意之后会觉得听自己说话的男是“好人”、“值得信赖的人”和“懂我的人”。

切记，如果总是“嗯嗯”地听着，女人就会产生一种“无论什么时候我都是对的”的错觉。这只能让她更加缺乏社会常识，她甚至会冷不防地给男人同样的一击。

男人可以静听女人在失意时说出的话，但要留意她语气中开始带有火药味的时候。如果这时也随她说，她就会觉得“我是对的”，并越发得意起来。男人可以在一定程度上听她说话，觉得她差不多满意了就说一下自己身为一个男人的见解，如：“不过，别人也许会这么想……对吧？”

总之，就是这么回事儿吧。

有的女人喜欢向和自己关系亲密的男人唠叨一些漫无边际的、无所顾忌的话。她喜欢向丈夫絮叨一些发生在自己打工的超市里的琐事，从同事女儿结婚说到和那位同事一起吃饭。其间，又会像突然想到了什么似的说到那位同事和店长吵架的事。一直在倾听并想弄清楚她到底在说什么的男人会因为迟迟得不到结论而变得不耐烦。虽然喜欢唠叨的男人也不少，但这样的女人更多一些。

男人很想理清女人说话的头绪，便会问：“总之，你想说是店长不对吗？”在男人看来，如果不能完全理解女人说的话就不能给她提出好建议。要是女人只