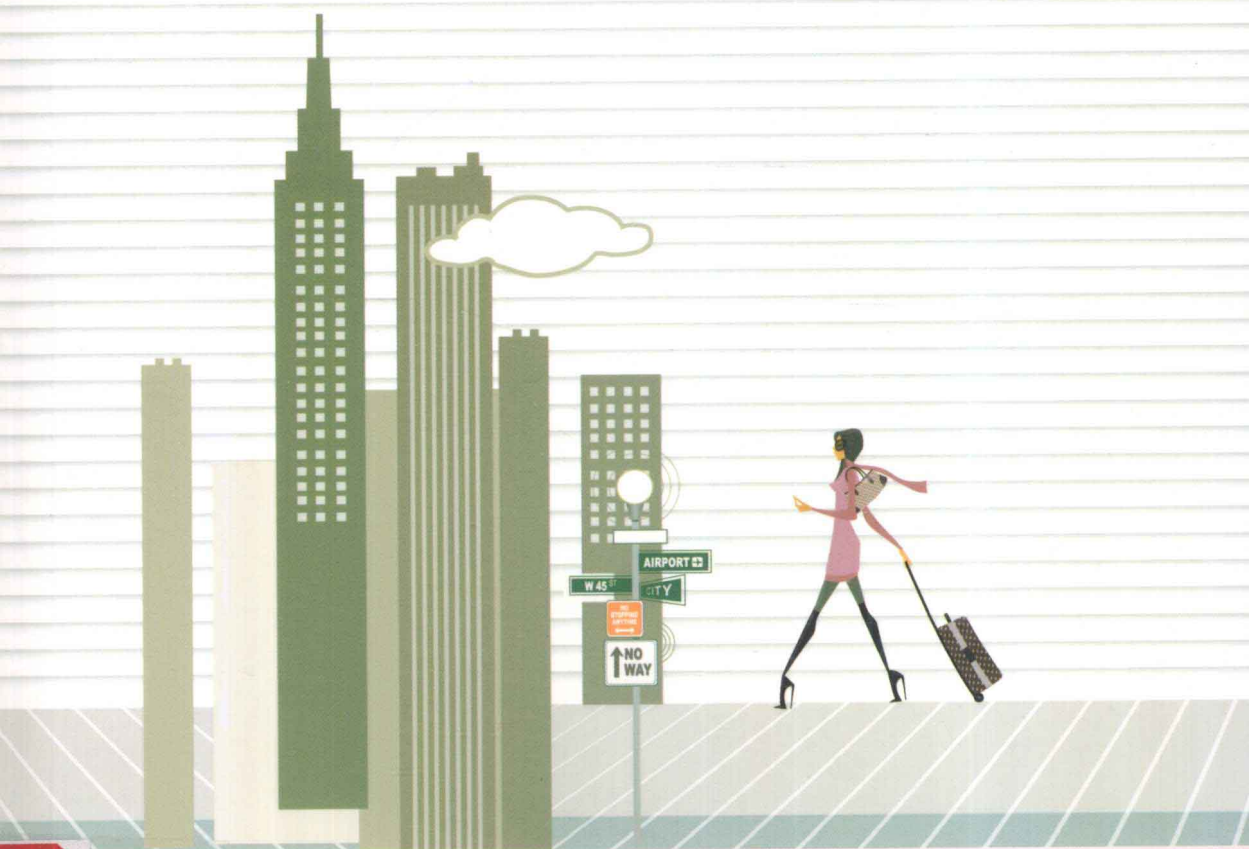


25岁后

如黛◎编著

把自己成功嫁出去



不看此书，你会**迷失自己**
女人呵护青春的**枕边书**

看过此书，你会**茅塞顿开**
男人珍惜女人的**百宝囊**

中国言实出版社

25岁后

如黛◎编著

把自己成功嫁出去



中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

25岁后把自己成功嫁出去/如黛编著.

—北京:中国言实出版社, 2012.6

ISBN 978-7-80250-919-1

I. ①2...

II. ①如...

III. ①女性—恋爱—青年读物 ②女性—婚姻—青年读物

IV. ①C913.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第090644号

出版发行 中国言实出版社

地 址:北京市朝阳区北苑路180号加利大厦5号楼105室

邮 编:100101

电 话:64924716(发行部) 64924735(邮 购)

64924880(总编室) 64963106(五编部)

网 址:www.zgyscbs.csn

E-mail:zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京凯达印务有限公司

版 次 2012年7月第1版 2012年7月第1次印刷

规 格 710毫米×1000毫米 1/16 18印张

字 数 300千字

定 价 35.80元 ISBN 978-7-80250-919-1/C·42



目 录

第一章 剩女时代来临/001

剩女时代/003

剩女时代的特点/010

剩女时代可怕吗/015

如何利用剩女时代/019

剩女的级别/023

准确的自我判断/028

第二章 恭喜你25岁了/035

25岁，你的身体有什么样的变化/037

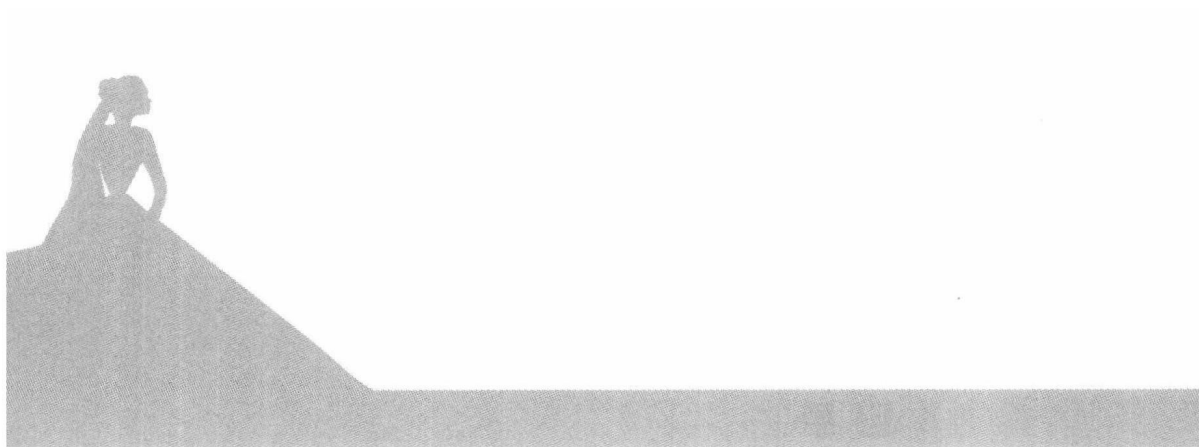
25岁，你的心理有什么样的变化/051

25岁的劣势是什么/057

如何回避自己的劣势/061

25岁也有优势/064

如何利用自己的优势/068



第三章 加入剩女行列，你应该做什么样的准备/075

知识的储备/077

心理的提升/081

眼光的独到/089

要有点儿紧迫感/095

克服紧迫感的困扰/100

抓机遇的能力/106

第四章 职场，该如何把握/113

要融入职场/115

处好与上司的关系/123

处好与同事的关系/132

要有些老大姐的水平/140

不要有老大姐的傲气/143

如何持有平常心/146



第五章 社会，是一张巨大的口/151

让正当的诱惑光顾心灵/153

抵制诱惑的能力/156

别人的家庭真的幸福吗/160

当闺蜜有了小孩子/168

克服心里的不平衡/173

确定自己的目标/178

第六章 如何应对父母、亲人的目光/185

始终相信，父母是为你好/187

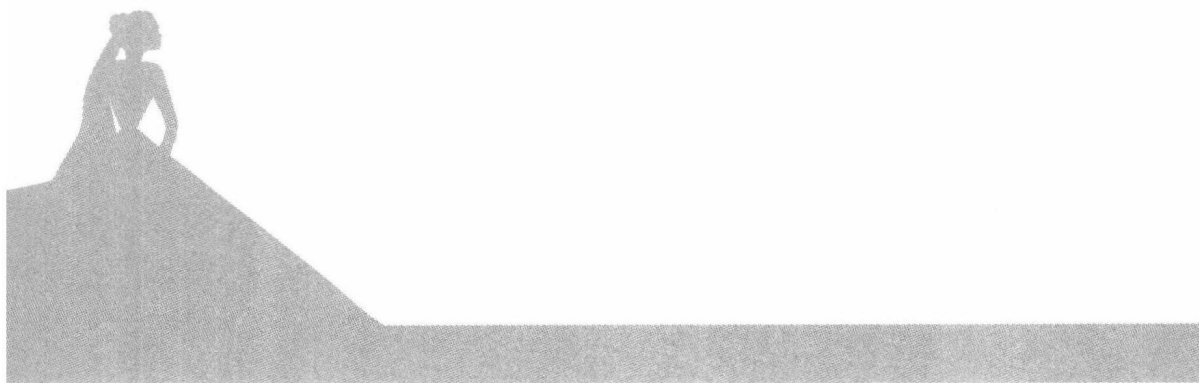
其他亲人的讽刺也是动力/192

自己有信心，便是给父母亲们信心/194

不妨配合他们的热心行动/199

有自己的主见/203

25岁了，不要轻易嫁出自己/210



第七章 与男性交往的“度” /217

不要排斥男性/219

不要操之过急/224

退避三舍也不失为一种方法/230

紧与松，都要有度/233

让男性对你有信心/238

让男性为老姑娘动容/242

第八章 把握机会，成功嫁出自己/249

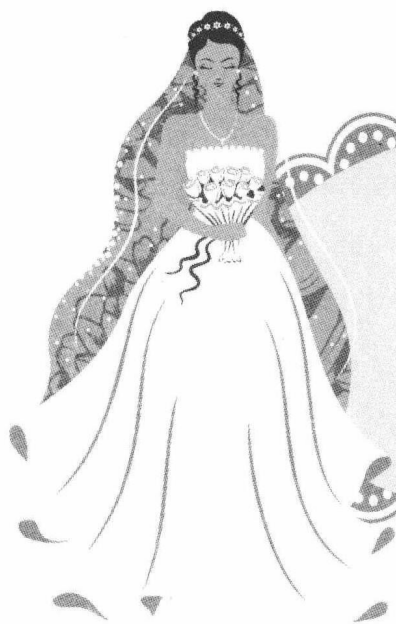
什么样的男人可嫁/251

默默提升自己，增加自己的砝码/261

不要两耳不闻窗外事/272

准确判断时机/276

怎样笑到最后/280



第一章

剩女时代来临





剩女时代

据相关数据显示，北京“剩女”已突破了55万，而这仅仅是保守数据。《海峡时报》一篇文章称北京剩女数量已达80万，创世界之最。心理学研究还发现，相对于“剩男”，“剩女”要承受更大的压力，也更容易遭遇心理危机。

上海的情况不容乐观。某公司曾举办大型白领男女公园相亲活动，组织者费尽心机说要平衡男女比例，但是结果官方说法是收效甚微，男女比例3：7。其实根据参会者现场的观察，男女比例仅为2：8，以至于很多大龄上海女在这样的大型相亲会上待一个小时都不见得能和一个男青年交换资料和联系方式。这样类似的活动已经办过两届，前后相隔一年，但是大龄上海女难嫁的问题丝毫没有改变。而靠近香港的深圳也一直流传着男女比例1：7的说法，可见剩女问题在中国几个一线城市相当严重。

因此，“剩女”早在2007年就被教育部列为年度171个汉语新词之一。现代人所说的“剩女”多指现代都市女性，她们绝大部分拥有高学历、高收入、高智商、长相也无可挑剔，因她们择偶要求比较高，导致在婚姻上得不到理想归宿，而变成“剩女”的大龄女青年。但这一定义，也许只是一种说法，剩女们未必都具备这样的条件吧，“剩下”的



原因也未必都是挑剔吧。这个世界上的人和事物总是多种多样的，那么剩女们也必然是条件和心态因人而异的。

每一个人女人进入了25岁都会问自己拥有了什么。25岁的女人不怕失恋，总觉得自己年轻，但总是惧怕每次洗漱时那越来越明显的鱼尾纹。

每个25岁的女人总是由身边的人最先表露出担忧。她们开始经历相亲，开始经历身边人对自己幸福的安排，尽管这些安排很多时候自己都是敷衍过去，但这又未尝不是对幸福的追求呢。

每个女孩子都会对自己这样说，25岁，恭喜你迈进了剩女的大门。而一提起剩女，恐慌的情绪就开始弥漫。其实剩女的压力耳濡多过于目染。

25岁的女人在事业上总是有些迷茫，在领导眼中却仍然是新手，而实习生却喊着老师，在对于男人上也许显得不知所措，不知道该矜持还是该热情，太矜持吧说你一把年纪了还假正经，太热情吧说你年纪轻轻太随便。而且仍不能正视自己，说自己是女孩觉得有些矫情，说自己是女人又略显风尘。这时的你也许总是迷茫的，23、24已经是昨日去者，留恋不已。可27、28又是明日来者，无论你是否接受，三年前的衣服还能穿，可三年前的想法却早已作古。

一提及剩女，别人总觉得是自造的，总觉得有着万般挑剔的眼光，总是以为剩女是都市女强人。其实自己又何尝不自知，只要贴上了剩女的标识，就好像在自己的脸上贴了一张小纸条，上书：我是剩女，我要嫁人。比如大众以为25岁以后的女人唯一的追求便是嫁人了。

当然了，几乎每一个过了25岁的女人心中自然想过嫁人，但又总是

以各种各样的理由来告诉自己，自己是因为这样那样的原因而未嫁人，并不是自己的缘故。在旁人的眼光中，剩女成为网络名词便是犀利的。似乎每一个剩女都是白领，有不俗的能力，不凡的理想，对男人要求特别的高。这也是剩女的悲剧之一，很多人在自己年华正盛魅力无穷的时候面对前来追求的大千男子时总是找不出适合自己的完美男人，而又觉得自己条件尚可就这么继续“遇”下去。就这么到了发现自己已是剩女，完美男人却被不如自己的女人带走，心中总是有些不平，在不平的同时已经被别人打上了剩女的标记，因此，剩女时代来临了。

下面有“剩女”们被剩下的12个主要原因，未必全面，但是值得参考：

1. 认为自己很优秀，择偶眼光过高，对男方的长相、才华、学历、人品、经济、地域等各方面都很挑剔，结果择偶范围狭窄。
2. 女权主义意识甚强，相处中，男方一旦有与自己观念不同的地方，她们便立即产生反感情绪。
3. 习惯使她们只重视自己的感受，越来越个性化，越来越自我。比如，很多“剩女”有洁癖，一旦对方在卫生习惯等方面有她看不顺眼的地方，她便无法忍受。
4. 猴子掰苞谷，最后错过了最佳择偶时期。在当“剩女”之前，她们常常是众多男子追求的对象，可她总是觉得还会有更好的男士在等着她，最后就被剩下了。
5. 很多人可能会因为被一次刻骨铭心的恋爱所伤，从此固执地认为，她此生不会再有真正的爱了。于是，便有一种自残的心理。
6. 事业上要追求成功，不仅仅她自己这样认为，就连她的家人、朋友和同事也如此鼓励她。加上情感上的伤害和空虚，导致她躲在自己的事业中，以此为寄托。



7.女权主义思想、自视过高、心灵的伤害等使几乎所有的剩女都有了不同程度的心理障碍。她们生怕找不到比周围女性朋友的丈夫更优秀的男人，遭人笑话。

8.消极等待的态度。

9.不良的家庭教育，迟迟不能断奶。有相当部分的剩女只要没结婚，哪怕30岁，35岁，40岁，还跟父母住在一起，她们被父母照顾得无微不至，她们在家里的身份永远是“女儿”，而非一个独立的单身女人。她们在法律上是单身，但是在生活方式上不是。

10.苍白保守的生活方式。很多剩女从学生时代开始就是两点一线的生活方式，大学也是走读每天回家，好像是在上高四高五高六。工作了还是两点一线，只不过把学校换成了工作单位。朋友就是中学大学的小猫几只，出了校门好像就丧失了交朋友的能力了。很多中国人的生活都是如此，只有家庭生活+职业生活，完全没有非常重要的社会生活，没有社交。剩女们都习惯把生活圈子小的原因归结为“因为我的工作特性，所以没有社交”。

11.把爱情当童话，受挫力差。很多剩女到了25岁，30岁，还不能从童话公主梦里醒过来，她们对爱情没有体验经历，只有想象。一旦初恋失败，就痛不欲生，然后彻底否定男人，否定对爱情的追求。最雷的一句典型话就是：爱情太伤人，我再也不相信爱情了。

12.剩女中还有一种就是自身条件比较差的，占了很大一部分。

看完中国版剩女之后，我们再浏览一下世界各地的剩女吧！

1.美国“剩女”

美国剩女美国社会学家认为，很多美国女性对自己期望过高，凡事不愿将就。随着年龄的增长，她们越来越挑剔，不得不渐渐适应单身。

最近美国一项研究结果显示，美国的“剩女”们并不是像人们想象

的要多潇洒就有多潇洒，她们也感到自己的社会处境颇为尴尬。根据美国人口普查局的数据，2009年美国大约40%的成年人单身。研究人员对一批中产阶级女性进行了深度访谈，发现这些女性认为自己的处境进退两难：单身让她们同时感到“过分受重视”和被忽视。密苏里大学人类发展和家庭项目主任拉里·甘农称，研究发现社会各方期望这些女性能遵循传统，极早谈婚论嫁。社会压力让她们倍受舆论关注，但人们的假设性想法却又使她们常被忽略。例如，研究指出，大龄单身女性常常在婚宴上成为人们关注的焦点，人们乐于“关心”其婚姻问题何时解决。而在社会中，许多人以为她们已经结婚生子，往往忽视了“剩女”们的真实状况。所以很多时候“剩女”就得不厌其烦地向他人解释自己仍是单身，而这种多少令人尴尬的诉说往往也会伤害到女性的自尊心。

此外，受访女性还表示，随着年纪增长，她们感到可供选择的男性范围越来越小；不少人得知她们从未结婚后投之以异样眼光；而父母亲戚也常常念叨其婚姻大事，令人颇感无奈。研究结果还显示，女性在25岁前家人似乎还不太着急，也愿意享受单身的独立生活。过了25岁情形则不大一样，而且25至35岁女性对于“剩女”的处境最为敏感。而过了35岁仍是单身的女性心态则放宽许多，对单身生活的抱怨也会减少许多。美国有关专家称“剩女”现象现在已不单纯是女性本身如何对待婚姻的问题，它成为社会关注的一个焦点。而这种社会的压力也被媒体强化了，比如《欲望都市》这样宣扬女性自由的电视剧，居然也启用了女主角们嫁作他人妻的结局，似乎是对社会压力的妥协。

人们常说女性的情感是复杂和神秘的，她们对待爱情、婚姻和家庭的内心世界往往是很多男性无法完全了解和预知的。作为40岁以上的单身女性的情感生活又是如何呢？美国加州大学心理学教授曾对近千名大学生进行调查，让他们来形容对已婚和单身女性的感受，大学生们形容已婚女性最常用的词是：幸福快乐、富有安全感、生活稳定、和蔼可



亲。而形容单身女性最常用的词是：孤独、害羞、不快乐、缺少安全感、固执己见。然而在现实生活中，美国单身女性的生活并不像人们用这些词汇所简单描述的那样，即使是大龄单身女性，她们在情感方面也是很丰富多彩的。

在美国45岁以上的女性中，有近一半即2500万女性是过着单身的生活。造成美国众多单身女性的原因包括女性结婚年龄推迟、离婚率高、女性寿命高于男性。美国女性研究基金会所作的调查显示，62%的超过45岁的单身女性表示，即使是过着单身生活，但这并不影响她们追逐和实现自己的梦想。过单身的日子有什么好处？为什么如此多的美国大龄女性要过着单身的生活？美国54%的45岁以上的单身女性表示，过单身日子使自己拥有更多个人的自由和独立，41%的单身女性认为自己的住房和家中的陈设可以按自己的意愿来安排和摆设。31%的单身女性认为，过独身生活不必为其他人操心，11%的单身女性认为，独身生活会使自己的财务状更安全 and 稳定。

很多人以为大龄单身女性会比30岁以下的女性更希望找到伴侣组成家庭，但事实并非如此。美国的单身女性虽然属于未婚，但这并不妨碍他们寻找异性约会或是有性生活。在受访的单身女性中，有31%的单身女性是固定与一名男性约会，有32%的单身女性是不固定与不同男性约会，13%的单身女性有兴趣去找一个可以约会的男性，9%的单身女性对与男性约会不感兴趣。在固定与一名与男性约会的美国单身女性中，有34%的人对是否要与约会的男友结婚拿不定主意，31%的人 would 考虑结婚，21%的人打算同居，既不结婚也不同居的人为13%。

美国45岁以上单身女性与男性约会都会做些什么，她们约会的目的又是什么呢？53%的单身女性表示，她们去约会的主要目的是为了能够与他人聊天或是做些事情，19%的单身女性称纯粹是为了高兴。而约会目的是为了同居住在一起的单身女性只占7%，为了找个人结婚的比例

为7%，为了满足性生活需要的占2%，相比之下，男性45岁以上的单身汉约会为了满足性需要的人数比例为11%。

2. 日本“剩女”

日本也有不少剩女，尤其是在东京、大阪、神户等大都市，女性的自立意识、事业意识比起过去大大增强，高不成、低不就的状况孕育出大都市里的一群剩女。随着女性事业心的增强和独身主义者的增加，日本大都市内的剩女“产量”越来越多。

3. 法国“剩女”

注重生活品质，把外表修饰和控制体重看得非常重；年龄越大越怕恋爱，随着年龄的增长，71%的人会选择周末待在家里或跟朋友在一起；面对单身，内心复杂。59%的人认为“自己会长期保持单身，而且会活得很满足”，但36%的人意识到“自己很孤独”。

4. 香港“剩女”

香港的剩女中，高学历、高收入是最突出的特点。优裕的生活令婚姻的“保障功能”大降，也让女性的择偶标准大大提高。香港的一项调查显示，这些剩女们一方面在享受单身，另一方面却渴望能尽快摆脱单身。“单身能让我随心所欲，但如果能碰到合适的另一半，我会毫不犹豫地投入家庭生活中。”



剩女时代的特点

剩女的条件并不差，不仅她们自己，就连她们身边的人也是这么认为。但是生活就是这么残酷：比她们年纪大的女人，孩子都上小学了；比她们年纪小的也在挑三拣四之后喜气洋洋地嫁人了；就连隔壁每次碰面都带着自惭形秽表情的二丫都穿上婚纱漂漂亮亮出门子了——可偏偏被剩下的就是她们。

1. 基本特征：“待嫁”

80后剩女基本上都是本科以上学历，有过良好的家庭教育及文化素养，在大学里摸爬滚打过四年，或许有过凄美快乐的感情经历，但是毕业后都劳燕分飞，都知道“组织行为学”里的本我自我超我，也能看得懂《time》里的八卦新闻，个个都能称得上“知本家”，有着较为稳定的职业和收入，也都算是“白骨精”，做事麻利，做人干脆，在工作上都是稳准狠的角色，虽然都是“奔三”的晚婚一族，扎在90后非主流里一下就显出来，但是也会装个嫩，换上休闲装溜达在学校里偶尔也能滥竽充数，喜欢感叹自己“人老珠黄”，但是真被人说略显“老态”的时候还会据理力争。

2. 普遍特征：喜欢宅、有若干女性知己

80后剩女尽管经常落单，但是也并非耐不住寂寞的人物，周末在