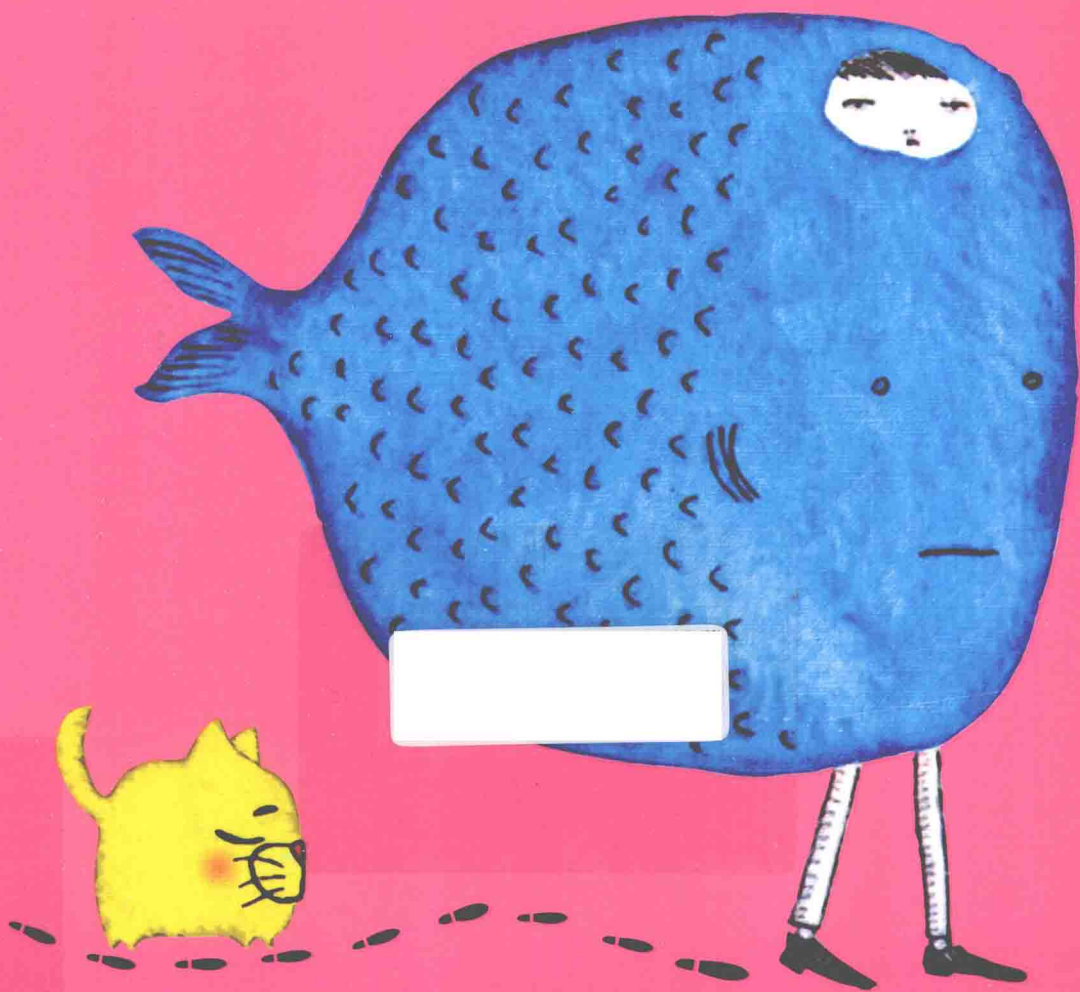


女人怪诞心理学

霍尼◎著 揭秘女性日常生活中的古怪之处



最 **另类有趣** 的心理学实验书

数百个搞怪课题，揭示“她”内心层面的小秘密。

ARCTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

彻底颠覆我们对于女性就应温顺乖巧的传统认知，
令我们重新诚实地认识女性这种神奇的生物。
誓将“怪诞”进行到底！



霍尼◎著

女人怪诞心理学

揭秘女性日常生活中的古怪之处



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

图书在版编目 (CIP) 数据

女人怪诞心理学 / 霍尼著. —北京: 北京时代华文书局, 2014. 4
ISBN 978-7-80769-844-9

I. ①女… II. ①霍… III. ①女性心理学—通俗读物 IV. ①B844.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第209839号

女人怪诞心理学

霍尼/著

出版人 田海明 朱智润

策划编辑 马剑涛

责任编辑 李凤琴 装帧设计 润和佳艺

出 版 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>
北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>
北京市东城区安定门外大街136号皇城国际大厦A座8楼 邮编: 100011

发 行 北京天悦盛典文化发展有限公司 (010) 60542938 60540960

印 制 北京毅峰迅捷印刷有限公司 (010) 60530786

规 格 710mm × 1000mm 1/16

印 张 15

字 数 250千字

版 次 2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-80769-844-9

定 价 35.00元

※如发现因印装质量影响阅读, 请与印刷厂联系调换 ※版权所有 侵权必究



- ◎ 什么是女性怪诞心理学？这门学问的意义何在？
- ◎ 以科学的方法探究女性生活中稀奇古怪的各个方面。

心理学，是一门涉猎面很宽泛的学科，它充满了神秘莫测的不确定因素，当然也是最能够牵制和潜入内心的一门学科。事实上，“心理学”这三个字本身就有一种天生的魔力，它缘于人们“拥有”的欲望，了解了心理无异于窥探了别人的隐私，掌控了一种解读技巧。

而这本《女人怪诞心理学》以怪诞开头，更是抓住了读者猎奇的欲望，在好奇和疑惑心理的驱使下，渴望从中找到属于自己的答案。的确，在日常生活中，女性朋友几乎每时每刻都会产生很多荒诞和无法解释的想法，就连我们自己都很难准确地说清楚：

我们常常暗下决心节食减肥，但是只要看到卖甜点的小屋，我们的决心就消失得无影无踪。你知道这是为什么吗？

我们有时候兴致勃勃地去购物，却买回来一大堆用不上的东西，这是为什么呢？

你是否会突然性情大变，几乎变成了另一个人？

情绪在我们的决策过程中究竟起到什么作用？

平时同你亲密无间的闺蜜，突然对你冷若冰霜，敬而远之，是自己哪里做得不对吗？

明明是自己心仪已久的那个他，可是一旦面对面，为什么总是不敢说出来？

……

总之，在女人的心里似乎住着一个小怪兽，让你常常没有来由地冒出一些稀奇古怪的想法。于是，你自己或是你身边的一些人总是看起来怪怪的。的确，长久以来，人类的古怪面一直都在撩拨着我们那充满好奇的神经，而且在很多场合，女人的心理并不是那么轻易就能够捉摸透的。

不过，读完这本书你就可以知道这些问题的答案，还有其他很多问题的答案，这些问题既与你的个人生活、家庭生活有关，也涉及你观察世界的方法。例如，懂得了冲动进食时的心理机制，就可以了解生活中其他形式的冲动决定——从而懂得，为什么“未雨绸缪”这个道理人人皆知，但实行起来却那么困难；沉醉在爱河之中的人会大大低估时间的流逝速度，正如爱因斯坦所言：“如果在一个漂亮的姑娘身旁坐上一小时，你会觉得只坐了一分钟；如果你在一个热火炉上坐了一分钟，你却会觉得仿佛坐了一小时。这就是相对论。”

《女人怪诞心理学》这本书即是性格、抉择、言谈举止、微表情、着装、婚恋、情绪以及谎言等女性饶有兴味的几个方面深入揣摩她们的内心世界，探索隐藏在各个不同层面的怪诞心理，从而解开复杂的女人心。事实上，你的人生处处都受这些看似怪诞的心理的影响。当然，这只是本书所要讲述内容的冰山一角。在每一章的最后，我们还配有大量真实生动的案例，并附作者独到的分析，教你如何一眼看穿自己以及身边人的所有秘密和怪癖。

在此过程中，我们将跟随作者一步一步地对这些怪诞现象和心理进行拆解，仿佛拆掉了隐藏在头脑深处的易于轻信炸弹，武装了抵御来自无知的诱惑和伤害的利器。尤其是面对今天网络时代各种流行的奇谈怪论，我们更能沉着冷静地与之过招，从杂乱的信息中获得有效有用的内容。当然，如果将这些怪诞趣事作为茶余饭后的谈资或用来活跃聚会气氛也会是一个不错的选择。

现在，就让我们一起踏上女人怪诞心理学的奇妙之旅吧！



目录

CONTENTS

第一章 看透性格，读懂女人

——99%的女人竟然不了解自己

小测试 —— 你的性格像女人还是像男人	002
1. 为什么女人爱自我吹嘘	003
2. 为什么女人很容易嫉妒别人	006
3. 女人天生就是善变的人吗	009
4. 经常改变形象的女人到底想成为怎样的人	011
5. 为什么你总是姗姗来迟	013
6. 女人逛街为什么爱结伴	015
7. 为什么有些女人容易暴饮暴食	017
8. 女人到底应不应该沉迷于烟酒	019
女人怪诞心理室诊疗记录	021

第二章 女人天生爱购物

——购物有理，狂热无罪

小测试 —— 你是天生的购物狂吗	024
1. 为什么女人容易购物成瘾	025
2. 为什么女人会疯抢不需要的东西	028
3. 女人为什么总买错衣服，而且一错再错	031
4. 女人只逛不买，为哪般	034
5. 为什么女人购物时总喜欢左挑右选	036
6. 为什么女人看到别人排队会影响自己的购买行为	038
女人怪诞心理室诊疗记录	040

第三章 是什么让你傻傻分不清

——女人比想象中还要容易被影响

小测试 —— 你容易受别人的影响吗	042
1. 是什么在左右女人做出决策	043
2. 穿深V还是露背，女人多有选择恐惧症	046
3. 为什么女人总是太在意别人的看法	049
4. 在争论这件事上，女人为什么很被动	051
5. 女人的直觉真的可信吗	053
6. 为什么甜言蜜语总能俘获女人的心	056
女人怪诞心理室诊疗记录	059



第四章 语言总能泄露天大的秘密

——谈话中的真性情与假客套

- 小测试 —— 你的说话方式有没有出卖你 062
1. 说话伶牙俐齿的女人，有着怎样的性格 063
 2. 女人突然沉默不语，有什么不能说的秘密 065
 3. 当她突然说个不停，该如何解释这一行为 067
 4. 女人称赞其他女人，纯粹是出于欣赏吗 069
 5. 热衷讲秘密的女人是什么心理 072
 6. 女人说话时突然拉高声调，到底发生了什么 075
- 女人怪诞心理室诊疗记录 077

第五章 举手投足背后隐藏着什么

——读懂女人微动作，看透女人小心思

- 小测试 —— 哪些微动作暴露了你的真性格 080
1. 为什么有的女人时不时看看手机 081
 2. 她频频用手摆弄头发，是什么含义 083
 3. 女人接触男人的身体，真的有戏 086
 4. 女人不停地拉裙子下摆，只是担心走光吗 088
 5. 喜欢与男人手挽手，是“癖好”还是真爱 090
 6. 陶醉于抚摸自己的身体，是病态吗 092
 7. 摇腿荡脚隐藏了哪些心理意图 094
- 女人怪诞心理室诊疗记录 096



第六章 神秘莫测的微表情

——透过小表情读懂女人心

小测试 —— 你的表情有没有说谎	100
1. 女性向上翻着眼珠看人，是在撒娇吗	101
2. 为什么有些女人一碰到男人的目光就会感到“恐惧”	103
3. 你的眉毛有没有出卖你	105
4. 爱拉耳垂的女人，到底藏着什么秘密	108
5. 睁眼接吻有何隐秘信息	110
6. 女友时不时舔舔嘴唇，是暗示还是诱惑	113
女人怪诞心理室诊疗记录	115

第七章 会说话的着装

——发现藏匿在身体里的另一个你

小测试 —— 从穿衣风格能读懂一个人吗	118
1. 为什么女人的衣柜里总少一件衣服	119
2. 女人热衷迷你裙，真的是为了脱颖而出吗	121
3. 爱浓妆艳抹的女人是肤浅的表现吗	124
4. 当心！鞋子也能透露你的内心世界	126
5. 为什么女人对包包情有独钟	128
6. 为什么涂口红的女人总是能吸引到更多眼球	131
7. 为什么红色对女性总是充满诱惑力	134
8. 为什么女人无法拒绝身上饰品的诱惑	136
9. 玄关鞋子散落一地，隐藏着什么	138
女人怪诞心理室诊疗记录	140



第八章 为爱痴狂，为爱疯癫

——陷入爱情中的女人最危险

小测试 —— 陷入爱河的你是盲目的吗	144
1. 面对喜欢的人，女人为什么总是不敢说出来	145
2. 为什么比起好男人，坏男人更受女人的青睐	147
3. 在爱欲面前，女人比男人更理性	150
4. 为什么对他意乱情迷，对另一个他却毫无感觉	152
5. 为什么有些女人会对所爱的人做出疯狂举动	154
6. 为什么有些女人容易出轨	156
女人怪诞心理室诊疗记录	160

第九章 女人都有点小怪癖

——所有的行为都是内心欲望的投射

小测试 —— 你是性格怪异的人吗	164
1. 女人为什么对镜子里的自己异常关注	165
2. 明知是自己吓唬自己，为何女人还是会怕黑	168
3. 长大了仍然抱着娃娃睡觉的行为怎么解释	170
4. 为什么很多女人失落时会把头发剪短	173
5. 嘴对瓶口喝饮料，竟是怪癖	175
6. 女人对女人有好感，正常吗	177
7. 对墙壁的装饰欲，也能透露你的心	180
8. 喜欢坐在最后一排的女人隐藏着怎样的秘密	182
9. 为什么女人喜欢让自己的经历听起来更具“戏剧成分”	184
女人怪诞心理室诊疗记录	186



第十章 你是在发脾气，还是在发神经

——揪出女人情绪失控的“真凶”

小测试 —— 你情绪化的指数有多高	190
1. 看偶像剧的时候，为什么女人很容易动情	191
2. 歇斯底里的女人因什么而抓狂	194
3. 为什么一摸方向盘，淑女也疯狂	197
4. 女人让你不断重复一句话，她是神经质吗	199
5. 她抱着宠物聊天，是紧张还是抗拒	201
6. 当女人说“我不理解你”的时候，意味着什么	203
7. 女性经期情绪为何会低落	205
8. 亲密无间的女友为什么突然对你敬而远之	207
女人怪诞心理室诊疗记录	209

第十一章 迫不得已的口是心非

——真实与谎言背后的纠结

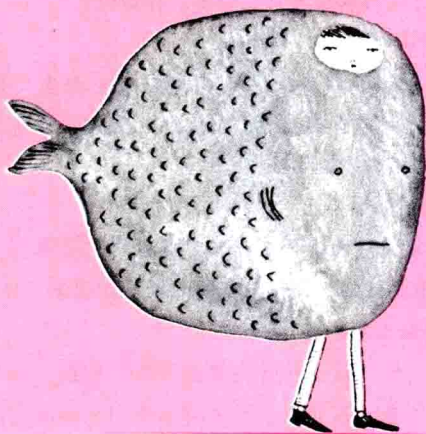
小测试 —— 你的撒谎水平有多高	212
1. 为什么女人不知不觉就撒了谎	213
2. 为什么有些女人很难做到守口如瓶	216
3. 女人盯着你看也是一种不诚实的表现吗	219
4. 在说起性欲的时候女人为什么会刻意撒谎	221
5. 女人的拒绝，是真还是假	223
6. 女人说“讨厌”就真的是“讨厌”吗	225
女人怪诞心理室诊疗记录	227



看透性格，读懂女人

——99%的女人竟然不了解自己

第一章



小测试——你的性格像女人还是像男人

心理学家约尔斯基说过：每个人的心里都有一定的人格分裂。平日里有些看似娇弱的女人在特定的状况下会展现出非常男人的一面，而有些外表刚强的男人其内心也有着软弱的一面，你的性格是像女人多一些还是像男人多一些呢？

你有机会来到太平洋上的一座孤岛，岛上有着茂密的椰子树，放眼望去是湛蓝的海洋。此时，你觉得眼前的景色会是怎样的呢？

◎ 岛屿小，海洋辽阔

如果你是女生，无疑很有女人味，但如果你是男生，则可能会表现出较女性化的一面。这类人大多拥有丰富的想象力，如果能在生活中多发挥一点创意，那一定能激荡出许多精彩的火花。

◎ 岛屿广大，海洋狭小

这类人往往有非常强烈的责任感，不管是对自己还是对家人，相对而言，要求另外一半也要很有责任感。没责任感的对象会让你第一眼就排斥。

◎ 海洋与陆地的面积差不多

你的男性特质与女性特质保持着完美的平衡，因此，如果遇到像与伙伴对立而两难等情况时，你都可以处之泰然并将所有问题圆融解决。善于沟通协调是你最大的优点，应好好发挥这个优势。

◎ 岛屿的四周有浪涛拍打着

你并没有照海洋或岛屿的面积大小来判断，在你的内心中，正为自己的个性像女生多一点还是男生多一点争论不休。其实，平心而论，你是不是时常勉强自己，而表现得太过好强了呢？

1 为什么女人爱自我吹嘘

31岁的贝瑞常说，“有时候我会人在人前不断地吹嘘一些自己的成功经历，甚至都有点自大的感觉。但不管怎么说，只要有人为此在意我，就值得了。”

在这样一个过分关注外在条件的社会里，好像人人都得表现出一番才能才有自身的存在感。许多人对于自己的认可并非基于自己内在的品质，而是那些外在的成功与财富。

那些喜好自我吹嘘的人

《伊索寓言》中有一个故事：一只苍蝇粘在了马车的车辐上，当马车奔驰扬起一路烟灰时，它便高声叫喊着：“看啦，我多么有力量，扬起了多么大的尘土啊！”这个寓言是自我吹嘘的最佳诠释。喜好自我吹嘘者，大多没有什么真本事，却因为虚荣心作怪，“渴望伟大”，于是用吹嘘来放大自我。

对此，精神病学家昆汀给出这样的解释：“有不少人从小就被父母捧着，当他们成人后，这种优越感在其他的模式中也一直存在。家人和朋友一直没有适当地指正过他们，以至于他们对于自己人格中的缺点变得越来越盲目。因此，当他们不得不面对这些时，就会变得极其消沉与失望。”

怪不得，我们每天都被各种各样的焦虑压垮，“还没有谁好好夸奖过我”，“我值得被爱吗”？每当这个时候，我们不得不强调：我比其他人优秀，从而



达到肯定自己的需要。

美国哲学家杜威认为，人类本性中最深刻的驱动力就是希望受到重视，一旦这一需要受到挫折，便会造成精神失常，让自己情不自禁地陷入自我编造的幻境中，无法在真实的世界中找到自重感。喜好自我吹嘘的人便是这类精神失常的人。卡耐基在《人性的弱点》一书中记叙了这样一个真实案例：

有一个女精神病人，她得不到丈夫的爱，社会地位也很低，更可悲的是她没有孩子，在这种种不如意中，她终于疯了，整日沉浸在自己编织的虚幻中。

于是，她逢人便会诉说，自己与丈夫离婚了，婚姻是多么的不幸，不过，现在有一位绅士正在狂热地追求她，最后她和那位绅士结了婚，过着甜美的生活，人人都称她“史密斯夫人”，更幸福的是，她还生了一个可爱的孩子……

案例中的这位女精神病人确实有些可悲，因为她的实际处境和她的自我吹嘘完全是两码事，然而她却在自我吹嘘中超越了现实，获得了精神上的满足。从某种意义上说，这位女精神病人应该是幸福的。如果有人当面戳穿事实的真相，让她回到令她痛苦的现实，则显得有些残忍。

喜欢吹嘘的人往往内心焦虑，通常这是由内心的焦虑和不自信引起的，有时候也是急于证明自己的一种方式。心理研究表明，补偿自我的需要和降低焦虑的需要是引起吹嘘和说大话的两种常见心理因素。

其实，有这种想法的人往往认为自己不值得被爱，他们的自尊缺乏感大多来自于自己的童年。当他们还是孩子的时候，如果没有得到足够的关注，就不会觉得自己是有趣的。待其长大以后，就会抱着一个脆弱的自我活着，到处寻求他人的爱与认可。

最常见的情况是，当孩子在需要自尊感时，却没有得到成年人的及时呵护。这就好比，一个学校的老师可能会允许这个孩子的同班同学欺负他。就好像贝瑞觉得，也许她想要的不是那种孤芳自赏的感觉，仅仅是为了保护自己不

被他人随意评价和批判。

如果你是这样一个人，你该怎么办

◎ 求助于朋友

你很有必要找到那些真正让你信赖的朋友，他们懂得无条件地欣赏你本来的面目。你们之间可以达成一个协议：每次当你开始浮夸的时候，就让朋友给你做个小小的暗示，好让你第一时间知道自己要出问题了。

◎ 发现你内心真正的脆弱

心理治疗师玛蒂娜给一位炫耀的患者做心理辅导时说：“当你在自我炫耀的时候，你是想隐藏自己内心的何种伤疤？”“你是缺乏被认可，还是缺乏爱？”“这种感觉从何时开始的？”“谁能为此负起责任？”“试想一下，一旦伤疤真的被揭起，真的有那么糟糕吗？”

玛蒂娜认为，对于这些问题的思考，真的会带来需要你面对自己脆弱一面的勇气。但你若想得到内心的平静，真的需要做出这样的努力。

◎ 想想自己的价值所在

你需要多问问自己：我到底需要谁的认可？什么对我才是更重要的？我是否曾有过一刻被认为是很棒的？这个肯定又来自于谁？这份肯定是真的吗？

这么做的意义在于你需要知道什么才是最重要的。你需要找到那个参照点，或者说是模板，从而帮助自己重新认可自我。

2 为什么女人很容易嫉妒别人

一名未满13岁的女孩，因为不满别人比自己漂亮，就杀害了她的同班同学。恐怕任何人听了如此低龄、如此初衷的杀人案件，都会觉得毛骨悚然。

类似的事情，在小女生，甚至职场女白领之间都十分普遍。学习成绩、容貌、上司是否喜欢等，都可能引发女人之间的嫉妒。只要人和人在一起，就有比较，有比较就有差别，有差别就容易引起嫉妒。

你会因她的美貌而妒忌她吗

虽然漂亮的人通常更受欢迎，然而从心理研究来看，漂亮得太明显的人有时候会不为同性所接受，引发绝望、嫉妒、恨等各种情感。

嫉妒是女人的一种天性，是女人和他人互争长短所产生的一种意识，是女人在和他人比较过后，觉得自己无论如何都难有胜算时所产生的一种感情。但嫉妒和羡慕相比，往往有着更多的心理失衡，有时甚至包含着敌意。

令人奇怪的是，女人嫉妒的对象往往是女人，一个女人的相貌、才华、爱情、家庭、财富等，都有可能使另一个女人心生妒意，甚而坐立不安，比如，当男人和女人在街上看到一个身材妙曼的时尚女子的背影时，就持有明显不同的态度。